

# Natasát kikészítette a dzsungelkoszt

Nyolc dekagramm bab és ugyanennyi rizs – ennyi a Celeb vagyok, ments ki innen! RTL klubos műsor szereplőinek fejadagja az argentin dzsungelben. Az egyébként is kopláló modellek még csak-csak kibírják, de mi a helyzet Janics Natasával? Szegedi olimpiakunk egészsége a tét.

## BOBKÓ ANNA

Kedd este ismét nézők milliói izgulták végig az RTL Klub Celeb vagyok, ments ki innen! című műsorát, melyben Janics Natasa kiállta a bátorságpróbát. Tíz csillagot szerzett csapatának azzal, hogy hosszú percekig tűrte amint Szőke András kigyót, békát, patkányokat, bogarakat, kukacokat és még egy leguánt is beborít átlátszó nejlonnadrájjá-

→ **TÁBORI ÉTREND.** A táborlakók háromnaponta kapják azokat az alapanyagokat, amikből maguk főzik vagy sütik meg ételeiket. Egy celeb naponta 8 dekagramm bab és 8 dekagramm rizs jut. Forrásvizet isznak, amit előtte felforraltak. A bátorságpróbán szerzett csillagokért plusz fejadagokat kapnak. Egy darabért 15 dekagramm hús, 1 zöldség és egy gyümölcs jár, esetleg tojás vagy krumpli. A kincsvadászatokon pedig extra élelemhez juthatnak. A láda csokit, tojást, sört, bort vagy kólát rejthet. A fejadagokat orvos mérte ki, és állapította meg róluk: legendóék a túléléshez.

ba, amiben táncolnia is kellett. Ezzel a mutatvánnyal extra élelemhez juttatta a kiéhezett táborlakókat.

Zimány Lindának és Sütő Enikőnek talán még jól is jött a dzsungelfogyókúra. De mi a helyzet Natasával? Völegénye, Csányi Szilárd már többször is azt nyilatkozta: az éhségtől kiborul menyasszonya. Ezen senkinek nem is kell csodálkoznia, hiszen a szegedi élsportoló a rendszeres étkezéshez szokott, a kiegyensúlyozott táplálkozás elengedhetetlen



■ JANICS NATASA A NAPI BETEVŐÉRT TÁNCOLT SZŐKE ANDRÁS PARTNEREKÉNT Fotó: RTL Klub

jó fizikumához. Hogyan hat Natasa szervezetére a dzsungellét? – kérdeztük edzőjétől.

– Ki lehet bírni az egyszerűsített étrendet, de nem tesz jót Natasának. Megbeszéltük, hogy vitaminok, fehérje és más fontos ásványi anyagok bevitele nélkül nem fog edzeni a dzsungelben – mondta el lapunknak Kovács László, aki bizik benne, hogy az olimpiaként hamarosan hazatér, és megkezdhetik a felkészülést az Eb-re és a vb-re. Előtte azonban megvizsgálják: mennyit fogyott, és mennyire fáradt ki lelkileg. Hiszen a monotonitás leginkább pszichésen meríti ki a sportolót. Kovács László szerint azonban Natasa itthon néhány nap alatt össze-

szedheti magát, ha újra rendesen ehethet.

Dr. Dobos József sportorvos szerint sem viseli meg nagyon a dzsungellét Natasa szervezetét. De az biztos, hogy az egyhangú táplálkozás nem a legjobb neki. – Az edzőtáborokban speciális étrendet állítunk össze a sportolóknak. Legtöbbjük táplálékkiegészítőt is szed. Natasának valószínűleg most ezeket is nélkülöznie kell a dzsungelben – hallottuk a szakembertől, aki elmondta: az, hogy az olimpiaként egy-két héttel babon és rizsen él, nem okoz maradandó károsodást annak ellenére, hogy normális esetben számára a háromszori étkezés és mellette két kiegészítő étkezés javallott.

## NAGY SÁNDOR ÉS CSALÁDJA MÁRTÉLY BÉKÉJÉT ÓVJA Az év polgárőre lett a lúdvári gépész

Nagy Sándort, a lúdvári szivattyútelep gépészét választották az év polgárőrének. Az egykoron autószerelőnek tanult 49 éves férfi 1997 óta él és dolgozik családjával a Mártély közeli telepen. Felesége, nagyobbik lánya és veje is polgárőr, a családfő pedig emellett 33 esztendeje önkéntes tűzoltó is.

### KORMOS TAMÁS

Rendezett porta, kitisztított árkok, csatornák, szépen nyírt pázsit és a töltesoldalban legegész birkák fogadják azt, aki a lúdvári szivattyútelephez ér. Nagy Sándor családjával 1997 januárja óta él és dolgozik itt. Az autószerelő végzettségű férfi a mártélyi vízügynél helyezkedett el, majd innen került át gépészként a falu közelében lévő Lúdvárra. A telep másik gépésze nem más, mint a felesége.

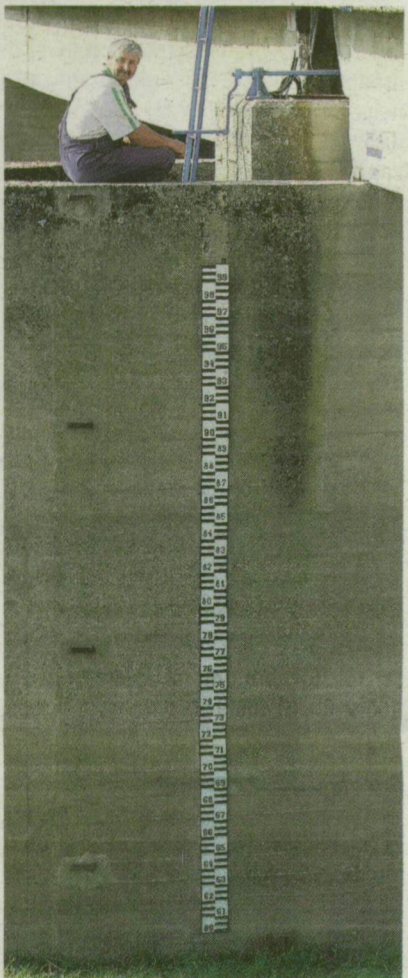
– Annak ellenére, hogy elvileg reggel hattól délután fél háromig szól a megbízatásom, a szivattyútelep huszonegy órással elfoglaltságot jelent. Egyszer lemérem, mire a fűnyíróval körbenyírtam az egész területet, pont hat kilométer tettem meg – mesélte mosolyogva. Felesége nemcsak az életben, a munkában, hanem a polgárőr egyesületben is társa. Emellett a nagyobbik lánya, a 24 éves Anikó és a férje is polgárőr. A családfő pedig ráadásul 33 éve önkéntes tűzoltó is. Az utóbbit társadalmi munkát még diákként kezdte.

Nagy Sándor a napokban vehette át Budapesten az év polgárőre címet, amelyre a helyi elnök jelölte őt a megyei szervezetnél, utóbbi pedig az országosnak javasolta a megválasztását. Férfiasan bevallotta, egyáltalán nem számított az elismerésre. A polgárőri teendőket csak szabadidejében tudja ellátni, mert első a szolgálat. Elmondása szerint ha a gáton kell lenni, akkor minden más háttérbe szorul.

– A 2006-os nagy árvízkor, amikor Lúdvárnál 1066 centiméter magas volt a Tisza vízszintje, nem lehetett mással foglalkozni, csak a védekezéssel. Békében, ahogy én hívom a készültséggel nélküli időt, ráérek övni Mártélyt – folytatta.

A vízügytől minden ősszel kijönnek hozzá ellenőrizni. A szemle előtt pedig az egész területet, a telepet, a gépeket rendbe kell tenni. A szűrők mindegyike tiszta, a kerítés és a karók újrafestve, a szivattyúk dolgoznak, a fű lenyírva, a levél összeszedve – ekkora munkához pedig kell az egész Nagy család.

→ **TIZENHÁROM ÉVES EGYESÜLET.** A Mártélyi Polgárőr, Tűz- és Vagyonvédelmi Közhasznú Egyesület 1995. január 16-án alakult tizenhat taggal. Az alapítók közül még heten tagjai a mára harmincötösre nőtt szervezetnek. A bővülés oka, hogy 1998-ban a felszámolás alatt lévő helyi önkéntes tűzoltóság összeolvadt a polgárőrséggel.



■ NAGY SÁNDOR MUNKAHELYE ÉS OTTHONA IS EGYBEN A LÚDVÁRI SZIVATTYÚTELEP Fotó: Segesvári Csaba

további FOTÓK a témáról az interneten! [www.delmagyar.hu](http://www.delmagyar.hu)

www.erstebank.hu Erste Vonal: 06 40 555 444

**ERSTE BANK**  
Nálunk Ön az első.

**Akciós kamat az első periódusban évi 13,5%\* EBKM: 14,41%\***

**Ludas Matyi szeretné, ha a pénze jól fialna... És Ön?**  
Erste KamatBiztos Betét. Válasszon feltételek nélküli biztos megoldást pénzének!

\* Az Erste KamatBiztos Betét egy három havi ismétlődő forint lekötött betét, minimum 100 000 forint lekötése esetén. A betételekötési akció 2008. október 13-tól visszavonásig tart. A Bank az itt feltüntetett kamatok megváltoztatásának jogát az akció ideje alatt is fenntartja. A betét elhelyezésének feltétele, hogy az elhelyezni kívánt összeg Erste Bankon és Erste Befektetési Zrt-n kívüli forrásból származzon, azaz 2008. 08. 31. előtt nem volt sem az ERSTE BANK HUNGARY NYRT, sem az ERSTE BEFEKTETÉSI ZRT, kezelésében, sem lekötésben, sem befektetésben. A fenti betéti kamat kizárólag az első lekötési kamatperiódusra vonatkozik, akövetkező kamatperiódusokban a lekötött betét az elhelyezett összegtől függően a mindenkor hatályos Lakossági bankszámla és betéti kamat Hirdetmény 3 havi ismétlődő betételekötésre megállapított kamatával és EBKM mértéké szerint kamatozik tovább (EBKM értéke a jelenlegi nem akciós kamattal: 10,53-11,14%). Az ajánlatban foglalt standard betéti kamatok a 2008. 11. 03-i Hirdetmény alapján kerültek feltüntetésre. Az egy Betétes által Erste KamatBiztos Betétben elhelyezett állomány összértéke – bármely időpontban vizsgálva – nem haladhatja meg a 25 000 000 forintot. Az Erste KamatBiztos Betét szerződés feltételeit vonatkozó betéti kötés megkötés, a Lakossági bankszámla és lekötött betét Általános Szerződési Feltételek, aktuális kondíciót a mindenkor hatályos Hirdetmény tartalmazza. Ezen dokumentumokat megtalálja a bankfiókokban és a www.erstebank.hu honlapon. A tájékoztatás nem teljes körű.

**NAGY JÁNOS FREE STYLE QUINTET**

**HUNGARIAN JAZZ QUARTET**

**RANDY African WESTON Rhythms (USA)**

**BOLLA GÁBOR QUARTET** ... és sokan mások

**KŐSZEGI IMRE Együttese**

**DAVID SANCHEZ Quartet (USA)**

**CARL PALMER Band (GB)**

**2008. NOVEMBER 8-9.**  
Szegedi IH Rendezvényközpont 19:30h  
Jegyek az ismert szegedi pénztárakban válthatók.

**SZEGEDI JAZZ DAYS**

Szegedi Város Önkormányzata

**Vasárnap is van újság!**  
Vasárnapi DÉLMAGYARORSZÁG