

Milyen az egészséges láb?

FILMKOCKÁK

a bukaresti filmgyár életéből

Amikor a faszorral szegélyezett országútról megpillantjuk a buktai filmgyár impozáns épületét, az az érzésünk, hogy vagyárhoz, fémipari üzemhez közeledünk. De a megszokott munkahely helyett a Vlasiei erdő évszázados csendje és a nagy tó szinte mozdulatlan vizüke fogadja a látogatót. „Csendet kérünk.” — feliratok figyelmeztetnek a főbejáratnál, s hogy senki se zavarjunk, a közös bejárat felé tartunk, ahol négy műterem díszleteit hozzák ki az emberek. (Az ötödik műteremben kombinált felvételek készülnek). A műtermekben persze már nyoma sincs a környék és a folyosók csendjének. Megint érezzük, mintha egy-egy másuttól kerülnek ki a legkülönbözőbb díszletek, hurok, koscs, gépek, s ki tudná felsorolni, mi minden egyéb. Nincs olyan vállalat, ahol annyiféle szakember, mester, dognos, mint a nagy műtermekben. Van itt villanyhegesztő és manikűrös lány, közműves és szabó, utkövező és díszletfestő, cipész és műépítész, vegyszermérnök és lakatos, meg sok más mesterség egy-egy vagy több képviselője. Ezek az emberek nem láthatók a filmek egyetlen jelenetében sem, de ők azok, akik a műteremben varázsolják az utcajeleneteket, a káprázatos operatereket, a

Akár csak a mesékben

Bruno Cirelli olasz mérnök forgó házat épített. Nem kacsalában, csak egy erős tengelyen forog az épület. S a forgást elektronikus szerkezet biztosítja. Mi készítette a mérnököt arra, hogy ilyen különös hajlékot emeljen?

Semmi esetre sem a hivatalos vendégek beutazásának megakadályozására, mint a mesékben. A mérnök gondolt arra, hogy a ház lakói nem mesebeli lények, hanem egyszerű halandók, akik nem tudnák elviselni a kacsaláb

„szédületes” forgási sebességét. A lassan forgó ház felépítésével az olasz mérnök csupán azt akarta elérni, hogy hajlékának homlokzata mindig a Nap felé nézzen. És ez sikerült is neki.



Elkészült egy újabb „Lipatti” zongora, a Doina hangszergyárban. Mielőtt utnak indul, Silviu Stănescu még felhangolja.

Milyen az egészséges láb?

Bizony ez olyan kérdés, amit mindenkinek tudnia kell, hiszen egészségünk, munkabíráskunk s nem utolsósorban közérzetünk közvetlenül érinti. Célserű lábbeli viselésével lábunk egészségét biztosítjuk. Gyakran látnak szűk cipőben tipogékokat, vagy túlságosan bő cipőben lépegetőket. Az ilyen lábbeli viselése a kényelmetlen érzésen kívül súlyos következményekkel jár. Sokan úgy gondolják: a munkahelyen viselhetnek bármilyen cipőt, papucsot. Pedig nem így van. Éppen azokon, akik nyolc órát égetyöltában állnak: szővéknak, fonóknak, esztergályosoknak és más hasonló foglalkozásúknak kell a legtöbb figyelmet fordítani az egészséges lábbelire. A különböző elváltozások, lámbetegedések elkerülésének alapvető feltétele az. A napokban felkerestük az ortopéd kórház szakorvosait, dr. Georgescu Iont és dr. Mica Gheorghet, akik kérésünkre kifejtették véleményüket a láb egészségtanáról, pontosabban az egészséges cipőviseléssel kapcsolatban.

— Milyennek kell lennie az egészséges lábbelinek?
— Elsősorban az egy alapvető kérdést kell tisztáznunk. Megfigyelések alapján beigazodott: a szilárd talajon, köves, aszfaltos uton, betontalajon járó és dolgozó emberek lába nagyobb megterhelésnek van kitéve, mint a pusztán földön, füves talajon járóké s dolgozó. Az előbbi csoporthoz tartozók általában városiak, akiknek lába több elváltozást szenved, mint a falun élők.



A lábfej idomait követő cipőben egészségesebb a lábujjak elhelyezkedése.

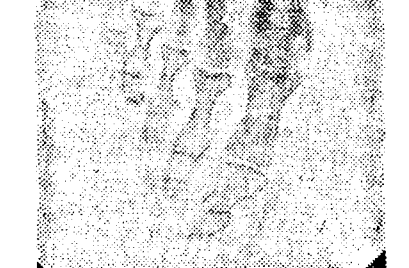
Az ilyen, első látásra kényelmesnek tűnő lábbeli, huzamosabb ideig való viselése után lábfájások és gyors fáradtság jelei mutatkoznak. Ezek már a kezdeti lúdtalp jelei.

De lássuk, milyen az egészséges cipő, főként a munkahelyen viselt lábbeli? Elsősorban az a láb formáját követő cipő, amely elég szilárd ahhoz, hogy az órákon át igénybevevő lábját, a bokát és szövetet. A talp lehet gumi, de ennek alapozása mindenképpen kemény anyagból, esetleg bőrből készüljön. A legegészségesebb sarokmagasság 4–5 centiméter. Ennél magasabb vagy alacsonyabb már nem ajánlatos. Különben erről a kérdéssel az alábbiakban bővebben szólnunk. Hasznosak és jól beváltak a különböző bélések, meg az egészségesek számára is. A talpboltozatok elváltozását előzik meg. E béléteket — a régi szokástól eltérően — ajánlatos bőrből készíteni.

— A nők nagyrésze álló foglalkozású. A kereskedelemben, könyvtárban, irodában, a női testalkata, szervezete azonban eltér a férfiakétól s ez az eltérés még nagyobb követelményeket jelent lá-

buk egészségének megőrzésében. A hormonális változások bizony próbára teszik a nők lábát. A leendő anyáknak a szoptató anyáknak különös gondot kell figyelniük a fenti előírások tiszteletben tartására. Lábakat jól tartó, szilárd talpu, úgynevezett trotor-sarkú, kényelmes cipőt hordjanak munkahelyükön, a szövőgépek, a fonógépek mellett, az üzleti életben egyaránt. Kevésbé fáradnak s megelőzik a láb eltorzulását.

A nőkre azonban más feladatok, a háztartási munka is vár. Ajánlatos ezt összekötni a pihenéssel.



A hosszított, hegyesorru cipőben, mint látható, a lábujjak természetellenesen helyezkednek el.

CSEPPEK A NAGYVILÁGBÓL

A jugoszláviai Arlie helységben van a világ legkisebb lakója. Eredetiségével vonzza a turistákat. Parányi kávézóról van szó, amelyet egy fa vastag ágai közé szereltek fel a Moravica folyó fölött. A kávézó egy asztalból és egy kétszemélyes padból áll.

Franciaország Lot-et Garonne megyéjében Tonneins helység közelében a nyáron s k ezer hal életét veszélyeztette a szárazság. A halászszövetség elnöke a városbeli tüzoltók segítségét kérte, hogy a kis patakot naponta ellássák vízzel, s így megakadályozzák a halak pusztulását.

A város lakosainak naponta szokatlan látványban lehetett részüket: munka közben figyeltek meg a tüzoltókat, akik vizet öntöttek a patakba.

Az amerikai rendőrség megfigyelés alatt tart bizonyos gépkocsikat, amelyek vezetői menet közben hordozható televíziókészülék műsorát figyelik. Természetesen

a balesetveszély rendkívül nagy, s ezért tilos gépkocsiban televíziót nézni.

A Windimill, a legismertebb londoni esztrád-színház, 32 éves tevékenysége után kénytelen bezárni kapuit, mivel a környéken nyílt striptease-klubokkal nem bírja a versenyt.

Muhammed al-Musalim 21 éves kuveiti lakos nemrég kerékpárral megkerülte a földet. Az utazás annyira megszerette, hogy elhatározta: vizen is járó gépkocsival megismétli földkörüli útját.

Minnesotai (USA) sebészek bejelentették, hogy új májültetési módszert dolgoztak ki. Az első sikeres operációt Todd Klemz 13 éves St. Cloud-i gyermekén végezték.

A Szovjetunióban folyó geofizika

A humor könyvéből

— Mi a neve — kérdezte a csikagóli rendőri gépkocsiban egyetlen szemtanúját.
— John Smith — volt a válasz.
— Mondja meg az igazi nevét!
— szigorúskodott a rendőr.
— Jól van — felelte a tanu — írja be, hogy William Shakespeare.

— Ez már igen — helyeselte a rend éber őre. — Ne akarjon engem azzer az ostoba Smith névvel bolondítani.

Saint-Amant XVII. századbéli francia költő egy nap társaságban találkozott egy főúrral, akinek a haja fekete, a szakállja ellenben fehér volt. Ezen mindenki elcsodálkozott, de a költő hamarosan kész volt a magyarázattal:

— A márkai valószínűleg több munkát ad az álkapcsainak, mint a koponyájának.

Shakespeare Brassóban

A brassói iskolák — a Schei-I román iskola és a Fekete templom mellett lévő Honterus alapította liceum — tanulóinak már a XIV. századtól megvolt az a kiváltságuk, hogy a Tanácsban szindarabokat mutathattak be a város lakóinak. Johann Stamm krónikáiról a legkeltebb nézők közé tartozott. Írásából megtudjuk, hogy 1677–1687 között Brassóban gyakran előadták „Titus Andronicusról és fiáról, Vespasianusról” című szindarabot. Stamm rövid tartalmi ismertetéséből kiderül, hogy a darab azonos volt William Shakespeare Titus Andronicus című művével, amely a nagy angol drámaíró első alkotásai közé tartozik.

A brassói előadások azonban nem a shakespeare-i szöveget használták, amit az is bizonyít, hogy Titus fiát nem Luciusnak, hanem Vespasianusnak nevezték. Az évszázadok során több más shakespeare-i művet is előadtak Brassóban.

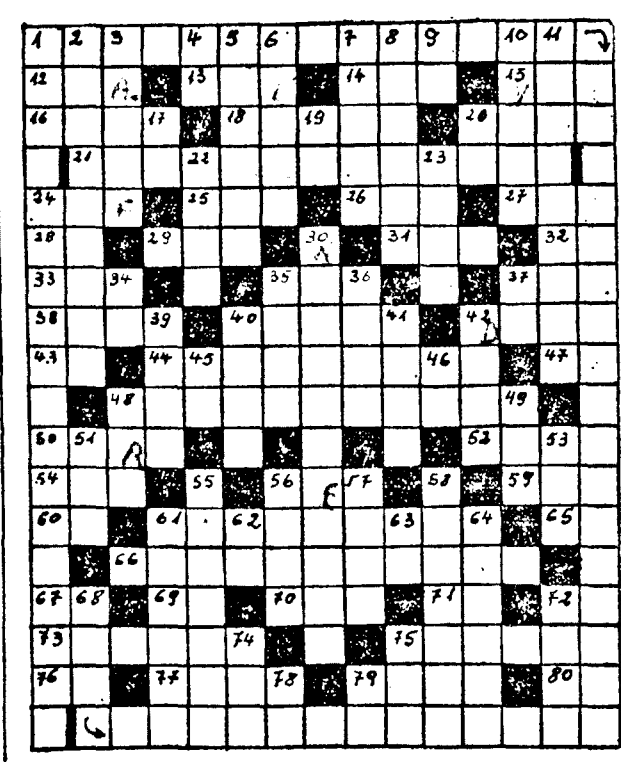
A legérdekesebb Hamlet-fordítást Ion Barac készítette „Hamlet, Dánia hercege — tragédia Shakespeare nyomán” címmel. A kéziratot a Román NK Akadémiáján őrzik.

Emlékezés Nazim Hikmetre

Nazim Hikmet török kommunista költő 1950-ben írta börtönéből a következő sorokat: „Tudom, tovább éltek köztetek...” (Folytatása a vízszintes 1, függőleges 1, 68. 30 és a vízszintes 21 szám alatt).

VÍZSZINTES: 12. Félig tessék. 13. Becézett román férfinev. 14. Levegő, ismert idegen szóval. 15. Beszédész. 16. Három hangszere-

lész zenemű. 18. Öten! 20. Páncél-szekerény fonetikusan. 24. EAN. 25. Folyó. 26. A Szovjetunióban. 26. Helység a Csád tó környékén. 27. Kevert hit. 28. Ritkán szőrl (Az első négyzetben kettős betű). 29. Szeszital. 31. Ilyen fog is van. 32. Egyet követő betűk a teljes ábécében. 33. Jég — németül. 35. Mutató szó. 37. Erzékszerv. 38. Serleg. 40. Vissza: jugoszláv filmgyár. 42. Nem kell több. 43. Fonetikus mássalhangzó. 44. Légfűtéses kályha. 47. Kicsinyítő képző. 48. Olasz pedagógus. (Keresztnevének kezdőbetűjével.) 50. Transz. Délafrikában van. 52. Európai folyó. 54. B6. 56. Alumínium föld. 59. Állami bevétel. 60. Négyértelmű szó. 61. Mozgósít. 65. Azonos betűk. 66. A sejtmagokon kívüli plazmamembránok a nem örökölhető plazmák. 67. Serleg teteje és alja. 69. Rómán helyeslés — fonetikusan. 70. PEZ. 71. Posta, Telefon. 72. Mássalhangzó fonetikusan. 73. K-vál a végén, város Törökországban. 75. Majomkenyérfa. (Ekefelesleg). 76. Ures idő! 77. Becézett



fiúnev. 79. Nyugateurópai főváros. 80. Gyermekek köszönet. (Ekehiány).
FÜGGŐLEGES. 2. Apró szárazföldi állatok, főként kettőlábúkat tartanak benne. 3. Halálraítélés a Kínai NK és a Koreai NK határán. 4. Fonetikus mássalhangzó. 5. Férfinev. 6. Az eleai filozófiai iskola tagja. (I. e. V. században). 7. Vissza: robbanószerűlélek. 8. Kubához tartozó sziget. (Ekefelesleg). 9. Nyugateurópai nép. 10. Tisza keverve. 11. Hosszu, gondor és selyemszerű vadászok. (Ekefelesleg). 17. Előidéző. 19. Népköltészet. 20. Vissza: eld. 22. Pipercik márk. 23. Volt francia gyalogos zsoldos katona Északafrikában. 34. SP. 35. Trópusi fa. 36. Tudósítás, értesítés — franciául. 37. Állatiak. 39. Egy másik állatiak. 40. A legmélyebb női hang, olaszul. 41. Vissza: Piaci árus. 42. Az ötöt egyike. 45. Ev — románul. 46. Mássalhangzó fonetikusan. 48. Nővény lesz belőle. 49. Ezerötvenöt római számmal. 51. Folyó Svájcban. 53. A rovarok egyik fejlődési szakasza. 55. Erkölc. 56. Ötlet. 57. Kérdő szó. 58. Hadjárati. (Ekefelesleg). 61. Asszonyom — franciául. 62. Helyrag. 63. A zonos betűk. 64. Leto latin neve. (Ekefelesleg). 72. Földművelő szerző. 74. Ismétlés rövidítve. 75. Rag. 78. AO. 79. A függőleges 75 első két betűje.

A mult heti keresztrefény helyes megjelölése: Micromegas Aelita. Első emlékek a Holdon. Sétára a Holdra. A Földről a Holdra. Igaz történet, Holdbéli utazás.