

## Köszönetet mondott a Magyar Vöröskereszt

**NYÍREGYHÁZA.** Büszkén hirdeti honlapján a Nyíregyházi SZC Zay Anna Egészségügyi, Informatikai Szakgimnáziuma és Kollégiuma azt a köszönőlevelet, amelyet a Magyar Vöröskereszt megyei szervezetétől kapott a „Csak egy kis apróság” programban való

közreműködéséért. Összesen 2353 kg élelmiszer-felajánlás érkezett a segítő szervezetekhez, amelyből 430 db tartós-élelmiszer-csomagot készítettek és juttattak el a rászoruló családok számára. A zays diákok és dolgozók több mint 150 kg adományt gyűjtöttek. **KM**

### TÁJÉKOZTATÓ SENCOR MOBIL KLÍMA KÉSZÜLÉKEK PIACRÓL TÖRTÉNŐ ÖNKÉNTES VISSZAHÍVÁSÁRÓL

A Fast Hungary Kft. kéri azokat a vásárlókat, akik **Sencor SAC MT1221CH és SAC MT1222CH** mobil klíma készülékeket vásároltak, hogy vegyék fel cégünkkel a kapcsolatot az **info@sencor.hu** e-mail címen, vagy a **06-23-330-830**-as telefonszámon (munkanapokon 8 és 17 óra között).

Kérjük, hogy ne használják ezeket a termékeket és azonnal áramtalanítsák őket, mert tűzveszélyesek lehetnek!

A megkeresést követően a készülékeket a használat helyén megjavítjuk, vagy amennyiben a termékeket leadják a vásárlás helyén, abban az esetben a teljes vételárat visszafizetjük.

A Fast Hungary Kft. saját vizsgálatai alapján jutott arra a megállapításra, hogy bizonyos műszaki feltételek mellett a szobán forgó termékek működése során, azok belső elektromos rendszerének károsodása lehetséges, emiatt fokozottan tűzveszélyesek. Társaságunk arra kéri ezen termékek tulajdonosait, hogy a készülékeket a javításig, vagy az esetleges cseréig ne használják!

**Az okozott kellemetlenségekért elnézést kérünk!**

További információk: [www.sencor.hu](http://www.sencor.hu)

# A sörpocak is intő jel lehet

**Az új tünetegyüttes, egyfajta civilizációs betegség, a metabolikus X szindróma megrövidíti az életünket.**

**NYÍRBOGÁT.** Mint minden évben, az idei, jubileumi, 15. Bogáti Forogaton is felállították az egészségügyi sátrat, a többnapos „népünnepélyen” így ingyenes vényomás-, vércukor-, BMI-, testsírszázalék- és véroxigénszint-mérésre is lehetőségük nyílt az egészségtudatos kikapcsolódni vágyóknak Nyírbogáton a Nyírbátori járásban működő Egészségfejlesztési Iroda standjánál.

**Sok múlik rajtunk is**

- A nagyközség önkormányzata és jómagam is fontosnak tartom az egészség megővését, a szűrővizsgálatokat, amelyek bizony sok egészségügyi kockázatra és problémára még idejében fényt deríthetnek - hangsúlyozta a település háziorvosa, polgármestere, dr. Simonné dr. Rizsák Ildikó.

Ottjártunkkor éppen az egyik helyi lakos, Derzsi Szilvia nyújtotta a karját a szakdolgozók felé, majd pár perc múlva elégedetten nyugtázta az eredményeket: - Nem vagyok orvoshoz járó típus, csak



A nyírbogáti Derzsi Szilviát megnyugtatták az általános állapotfelmérés eredményei

FOTÓ: A SZERZŐ

akkor kopogtatok a rendelő ajtaján, ha valóban indokoltnak érzem. Egészségi szűréseken alkalmanként részt veszek, a mammográfiás vizsgálatot különösen fontosnak tartom a mai világban. Amennyire csak tehetem, odafigyelek magamra a mindennapokban, igyekszem egészségesen élni, rendszeresen mozogni, bizonyára ennek is köszönhető, hogy minden vizsgálati

értékem megfelelő lett ezen a szűrésen - mesélte Szilvia.

**Változtass, amíg nem késő!**

- A járásokban működő egészségfejlesztési irodák (Nyíregyháza, Nagykálló, Nyírbátor, Mátészalka, Fehérgyarmat, Vásárosnamény) nem csupán ingyenes szűrésekkel, hanem komplex programokkal igyekeznek egészségtudatosságra buzdítani a kis- és nagytelepüléseken élőket - mutatott rá Moravcsik-Kornyicki Ágota, a Szabolcs-Szatmár-Bereg Megyei Kórházak és Egyetemi Oktatókórház Egészségfejlesztési Osztályának vezetője, aki egy új tünetegyüttesre, a lakosság egyre szélesebb körében előforduló metabolikus X szindrómára is ráirányította olvasóink figyelmét.

- A metabolikus szindróma (MS) napjaink egyik leggyakoribb összetett anyagcsere zavara. Ha sörpocakos, túlsúlyos, holdvilágarcú embereket látunk, ők például valószínűleg mindannyian érintettek. Több, egymással összefüggő anyagcsere zavar együttes fennállásáról van szó, egyfajta civilizációs betegség, amely a helytelen életmód és táplálkozás hatására, lappangva alakul ki - ismertette az osztályvezető. Hozzátette: az MS előszobája a szív- és érrendszeri betegségeknek, a kardiális rizikófaktorok nem összeadódnak, hanem összeszorozódnak. Akiknél a tünetegyüttes fennáll, és nem változtatnak az életmódjukon, sajnos, nagy eséllyel számíthatnak az egyre súlyosabb szövődményekre. **PI**

### A metabolikus X szindróma

**Vezető tünetei:** hasi, illetve hasüregi, férfiaknál alma formájú-, nőknél körte alakú elhízás, magas vényomás, cukorbetegség, szív- és érrendszeri betegségek, visszérbántalmak, trombozisos kockázata  
**Az egészségi állapotot meghatározó tényezők:** életmód (43%),

genetikai tényezők (27%), környezeti hatások (19%), egészségügyi ellátás (11%).

**A megelőzés kulcsa:** életmódváltás (étkezési és ital fogyasztási szokások megváltoztatása, dohányzás és stressz csökkentése) és fizikai aktivitás, sportolás

### HÁZ, HÁZRÉSZELEDÉS

Debrecenben, Családi ház 38 M Ft és Élelmiszerbolt 18 M Ft-ért eladó. Érd: 0630/273-78-13 972035

Nyíregyházán a Báthory utcán 1 telken 2 ház eladó, vállalkozói célra is. 20/3928-656. 973548

### LAKÁSELEDÉS

Nyíregyháza, Búza téren 2 szobás 54 nm-es 8. em. lakás tulajdonostól eladó, azonnal költözhető. Ár: 17,3M Ft. 70/205-5998. 973550

### ALBÉRLETKÍNÁLAT

Nyíregyháza-Borbányán összkomfortos kis lakás egy vagy két fő részére kiadó. 20/804-7999. 973380

### FÖLD, KERT

Gávavencsellő, Szabadság telepen Tokaji út mellett 13 db 2000 nm-es építési telek eladó. 20/237-5590. 973268

Nyíregyháza, Csizsár u. 7.sz. telek eladó. Tel.: 42/400-350. 973390

### GÉP, SZERSZÁM

MTZ-50-es és Weimar rakodógép eladó. Érd.: 20/926-0136. 973579

### AUTÓ

Eladó piros Suzuki Swift 2012. 09. havi 1.2 GLX autom.váltós 2021. 02. hóig műszaki, első tulajdonostól. 20/451-8400. 973396

### HASZONJÁRMŰ, UTÁNFUTÓ

6,5 tonnás MBP pótkocsi kifogástalan állapotban eladó. Érd.: 06/30-65-41-342 973463

### ÉLELMISZER, TAKARMÁNY

Tokaji bor vásár 300 Ft/ L áron csak egyeztetett időpontban. Tel.: 0630/308-2386. 970656

### ÁLLAT

**Akcio** élő peccsenye kacsa 3.5 kg-os 1300 Ft/db 10 db esetén + 1 ajándék, szürke máj liba 6 kg-os 3500 Ft/db, 5 db-tól ingyenes házhozszállítás.06307220606 973400

Lapály malacok folyamatosan kaphatók.Érd 303980367 972667

Magyar peccsenye kacsa 7hetesek 2-3kg -ig 800ft/kg ill 1kg piros csirke kapható nyíráján szállítást megoldható 30/401-9676 973459

Magyar tarka ŰSZŐK,hasas KOCAK,kan DISZNÓK és kórbálás lucerna eladó. 06-20-924-8877 973572

22 hetes vörös szabadtartású jércék rendelhetők 06306753150 973354

50 db fiatal anyajuh betegség miatt eladó. Tel.: 20/3379-899. 973386

### NÖVÉNY

Vetőmag (fémzárolt)! Lucerna (Olimpia fajta) kapható, Hungaró tritikálé és Ryefood rozs rendelhető. Kruppa-Mag Kutató Kft. Kisvárd., Jéki út 63. (külföld) Tel.: +36 30 452 4265 972577

### EGYÉB ELADÁS

Kemény tűzifa eladás szoros sorba rakva 16000Ft/m3. EUTR:A-A6316635, 20/590-3604 973426

### SZOLGÁLTATÁS KÍNÁLAT

Kütfúrás, kútjavítás, kompresszorozás 40-125 mm-ig. Ciropulosz. 20/6615-629, 30/3200-634. 971858

Redőny-reluxa, szalagfüggöny, harmonikaajtó, kuszobók, szunyogháló, AKCIÓS ÁRON. Gurtnicsere. Műanyag és fa nyílászárók. Tenkéné, 42/431-262, 30/9437-543. 972963

### MUNKAHELYET KÍNÁL

Kőművest, vasbetonszerelőt és ácsot felvezetek nyíregyházi munkára. 3H Építő Kft. Érd.:06 30 9455 319. 973365

e-on | Hálózat

**Az E.ON Tisztelt Áramhálózati Zrt. közleménye**

Értesítjük ügyfeleinket, hogy a Pócsapetri 0412 hrsz. villamosenergia-ellátása részére épített légkábeles hálózat **2019.08.26-án 15:00 órától** feszültség alá kerül.

Ezen időponttól a létesítmények érintése tilos és életveszélyes!

Az apróhirdetések folytatódnak a 15. oldalon.

HIRDETÉSEK