

vontató sofőrje megsérült. A megyében a rendőrök szombat reggel és hétfő reggel között további tizenkét baleset helyszínén intézkedtek, közölte a megyei rendőr-főkapitányság sajtóirodája. I. I.

## Augusztus 1-től kezdődhet a szüret

**SZEKSZÁRD** Idén nagyon korán kezdődik a szüret. A Hegyközségi Tanács szekszárdi küldöttei együttes ülésükön megszavazták, hogy a 2018-as szüret kezdeti időpontja a Szekszárdi Borvidéken augusztus elseje legyen. Az időpont meghatározása azért fontos, mert csak ennek figyelembevételével elkezdett szüret után számíthat a termelő arra, hogy származási igazolást kap. M. I.

A fesztiválokon életre szóló élményekhez juthatunk, ám nem árt elővigyázatosnak lennünk, nehogy

**Egy fesztivál sajnos akkor is igazán emlékezetessé válhat, ha nem csupán önfelédlt bulizásra, hanem egy jó kis betegségre is jegyet váltunk. Szerencsére ezeket már egy kis odafigyeléssel megelőzhetjük, de ha már megvan a baj, akkor se esünk kétségbe.**

Körtvélyfáy Dina  
dina.kortvelyfay@medlaworks.hu

**MEGYEI INFORMÁCIÓ** A fesztiválokon kétségkívül a leggyakoribb és szinte mindenkit érintő „betegség” a másnaposság. Az alkohol nagy mennyiségű vizet von el a szervezettől, ezért célszerű a szeszes italok mellett vízzel hidratálni a szerve-

zetünket, hiszen így elkerülhető a másnap kiélező fejfájás. Fogyasszunk sok gyümölcsöt, mert a benne rejlő gyümölcscukor gyorsítja az alkohol lebontását. A másnaposságból adódó illuminált állapot, a tánc és a különböző sportjátékok gyakran sérülésekhez vezetnek. Az ebből következő könnyedebb felszíni sérülések, kisebb zúzódások és csipések kezelésére alkalmazhatunk természetes gyógymódokat. Súlyosabb sérülések esetén mindenképpen látogassunk el az orvoshoz.

A leégést megelőzhetjük naptejjel, de ha elfelejtkezünk róla, hogy bekenjük magunkat, több jó megoldás is létezik a tünetek enyhítésére. A hideg zuhany után, a legközelebb

bi patikában könnyedén beszerezhetünk jó minőségű, hűsítő gélkrémeket, de az alternatív megoldások kedvelőinek egy cserép aloe beszerzése szintén jó választás. Az aloe vera mélyen a bőrben szívódik fel, kitűnő gyulladáscsökkentő és sejtserkentő hatása van.

A nagy meleg miatt az étel fertőzés veszélye is nagy fesztiválokon, ezért ügyeljünk arra, hogy a sátorban hagyott finomságot több óra elteltével már ne együk meg. Biztonság kedvéért vigyünk magunkkal orvosi szentet, B6-vitamint, valamint probiotikumot is.

Húgyúti fertőzések elsősorban a fesztivál hölgylátogatóinál jelentkeznek. Ilyenkor fontos a folyadékbevitel, leginkább

## Fogvatartottak tették csinosabbá a megyei kórház parkját

# A visszailleszkedés érdekében

**SZEKSZÁRD** A Tolna Megyei Büntetés-végrehajtási Intézet és a Tolna Megyei Balassa János Kórház között létrejött együttműködési megállapodás keretében három fogvatartott jóváteletti munkát végzett a kórház területén. A patinás intézmény szép parkjában, a fás, bokros területen a lehullott ágak, levelek összegyűjtésével tették szebbé, rendezettebbé a betegek számára is felüdülést nyújtó területet.

– A fogvatartottak átértékelhették munkájuk hasznát és eredményét, hallhatták az ezért kapott elismerő, köszö-

nő szavakat, amelyek nyilván erősítik önbecsülésüket, hiszen a fogvatartásban lévő embernek is szüksége van erre – mondta az akcióval kapcsolatban Takács Róbert bv. alvezető, személyügyi és szociális osztályvezető. – Mindez pedig elősegíti azt, ami mindannyiunk érdeke, hogy a hosszabb-rövidebb időre elzárt emberek szabadulásuk után vissza tudjanak illeszkedni a normális életbe, és a társadalmi megítélésük is pozitívan változzon. Ezért nagyon fontos az ilyen és ehhez hasonló programok szervezése – tette hozzá Takács Róbert. TN



Fel kell készülni a közelgő szabadulásra

Beküldött fo