

szöveget Exc. Böcskei Lászlónak, aki nevű civil szervezetet képviselő Jan ezt követően üdvözölte az ünneps- és Coby Willemsent.

nyitvanul meg a szívekben most is annak reményében, hogy nem csak kőfalakból,

hanem élő kővekből épül ez az otthon, mely így képes arra, hogy befogadjon min-

nyitotta a megyés püspök is tegnapelőtt, hozzátéve: nyitottnak kell lenni Isten lítésnek Jézushoz, aki al- landóan a közelükben van, tette hozzá.

Ingyenes méhnyakrákszűrés

Mivel a nagyváradi Sürgősségi Klinika az idei évre vonatkozó pénzügyi támogatásban részesült a méhnyakrákszűrés lebonyolítására, Gheorghe Carp kórházmenedzser felhívja a 25 és 64 év közötti hölgyek figyelmét arra, hogy kérjék a házi orvosuktól az ingyenes Babeş-Papanicolau-teszt elvégzésére feljogosító FS 1 formanyomtatványt.

Közösség és reziliencia

A Magyar Mentálhigiénés Szövetség, a Partiumi Keresztény Egyetem Társadalomtudományi Tanszéke, valamint az Albin Alapítvány konferenciát szervez, melynek címe Közösség és reziliencia, helyszíne a Partiumi Keresztény Egyetem, időpontja 2014. október 24-25. A pénteki előadások és a szombati műhelymunkák során a közösségi erőforrások, a közösségi reziliencia, a közösségi életben való részvé-

tel, annak szabályrendszere, a közösség megtartó és gyógyító ereje kerül középpontba. Mind Magyarország, mind Románia területéről érkeznek előadók, szakemberek. A konferencia kezdésének időpontja október 24., pénteken 14.30, záró műhelymunkájára pedig október 25-én, szombaton 13 órakor kerül sor. Támogatója a Bihar Megyei Tanács – Fejlesztési és Pályázatkezelő Igazgatósága.

RÖVIDEN

□ **Lájkoljon minket!** Bihar megye és Partium legolvasottabb, illetve legnagyobb példányszámú magyar nyelvű napilapja, a Bihari Napló egy ideje a világ vezető közösségi oldalán, a Facebookon is megtalálható. Legyen tehát Ön is az „ismerősünk”, és kövesse a legfrissebb híreket a világhálón is a segítségünkkel.

Gyógykezelési jegyek

A Bihar Megyei Nyugdíjpénztár összesen 376 gyógykezelési jegyet kapott a 17-es széria keretében, melyeket október 28-tól a következő üdülőtelepeken lehet érvényesíteni: Buziás, Căciulata, Călimăneşti, Kovászna, Félixfürdő, Geoagiu, Govora, Herkulesfürdő, Lacu Sărat, Menyháza, Olăneşti, Sărata Monteoru, Slănic Prahova, Szováta, Tenke, Tusnád, Püspökfürdő, Dornavatra, Vălenii de Munte. A szelvényeket október 23-án 11 óráig lehet felvenni az intézmény székhelyén. Az újraelosztásra október 24-én, pénteken 8 órától kerül sor.

Tudunk tenni a boldogságért

Milyen csodálatos a gyermek! Önzetlen, lelkes, boldog. Ilyen, mert kapcsolatban van belső gazdagságának forrásával. Hogyan találhatunk vissza e forráshoz? Hogyan élhetünk egy megelégedett, teljes, boldog életet? A belső béke, a megelégedés, a boldogság eléréséről tart előadást dr. Fülöp Sándor Gunagriha, Sri Chinmoy tanítványa, aki 27 éve foglalko-

zik a belső élet kérdéseivel. A Ditróból származó előadót Európa-szerte kedvelik közvetlen, humoros előadásaiért. Az előadás október 23-án, csütörtökön 18 órától lesz Nagyváradon, a Maxim Szállóban (Victor Babeş u. 5). A belépés díjtalan. Bővebb információk: <http://gunagriha.org>. „A szív nyelve az egyetlen nyelv, amelyet mindenki megért” (Sri Chinmoy).

www.erdon.ro

www.erdon.ro

Szóljon hozzá Ön is!



Betegség és önbecsülés

„Nem a halál az, amitől az embernek félnie kellene, hanem az, hogy soha nem kezd el élni.” (Marcus Aurelius) A szorongásaink, aggodalmaink, nehézségeink és betegségeink nagyon megkeserítik az életünket. Hiába szeretnénk boldogan élni, ha félelmeink, gondjaink akadályoznak minket, zavar támad a kapcsolatainkban, munkánkban. Amikor akad az életünk, elégedetlenek vagyunk önmagunkkal, amikor azt gondoljuk magunkról, hogy velünk valami nincs rendben, éppen akkor van igazán szükségünk segítségre. Újra fel kell építeni az önbecsülésünket. Az önbecsülés segít, hogy ne vegyünk több ter-

képesek legyünk hordozni. Az önbecsülés révén tudjuk kihozni magunkból a legjobbat, és viselni vereségeinket. Az önbecsülés által tisztelhetjük magunkat akkor is, ha gyöngének bizonyultunk. Szilárdságot biztosít, hogy ne akarjunk mindenkinek megfelelni és megerősít, ha valaki nem fogad el minket. Az önbecsülés széppé teszi az életet, mert segít felfedezni mások értékeit és megbecsülni mindazt, amit kapunk. Testi betegségeink intő jelek, amelyek arról árulkodnak, hogy lelkünkben megszűnt a harmónia. A betegséget felfoghatjuk úgy is, mint a lélek segélykiáltását. A betegség beszél és elmondja mindazt

jezni a környezete felé. A betegség alapjában változtatja meg a beteg és hozzátartozóinak életét, jövőképét, fontossági sorrendjét, értékrendjét, sokszor a családon belüli érzelmi kötődéseket, érzelmi kifejezéseket. Betegségnek vannak előnyei is: A betegnek lehetősége van arra, hogy ne foglalkozzon valamilyen nehéz problémával, helytellel, konfliktussal. Figyelmet, törődést, dédelgetést kap környezetétől. Alkalma nyílik arra, hogy magával foglalkozzon, újra rendezze lelki energiáit a betegség legyőzésére és arra, hogy életcélokat tudjon kitűzni.

sai, viselkedése megváltoztatására. Nem kell megfelelni sem mások, sem saját túlzott elvárásainak. Betegség kialakulásának lehetnek lelki okai: A fiatalkori elszigeteltség, elhagyatottság, kétségbeesettség, amelyet magukba folytatnak, képtelenek érzelmeikről őszintén, nyíltan beszélni. Dühüket, agressziójukat elnyomják, ezért mások „Csodálatos embernek” tartják őket. A mélyebb emberi kapcsolatok elutasítása vagy a kapcsolat megszakadása, gyász, elköltözés, nyugdíjba vonulás stb. Mások érdekeinek, érzéseinek, vágyainak előtérbe helyezése, lehangoltság, depresszió. „Hogy száll az ember, ha földre rántja önmagát



Dr. Molnár Éva
Pszichiáter
Debrecen Város Pszichiátria-ambulancia vezető főorvosa



Debrecen SAS PATIKA és REFORMHÁZ
Hatvan utca 66.,
tel.: 00 36 52314807
Nyitva: h-p: 7.00-21.00
Sz: 8.00-19.00, V: 9.00-13.00

Jó parkolási lehetőség!
100 éves patikában eredeti