

A Karácsony meg az Újév a találkozások a barátkozások, társasestek vagy az itteni nyelvjárás szerint a partyk időszaka. Jó alkalom ez arra, hogy köszöntsük azokat akik közel állnak hozzánk, akikhez szívvel-lélekkel tartozunk.

A fedőlapon látható fénykép Gulyás László nemrégien elkészült gyönyörű házában készült, azon a karácsonyi partyn amelyen többi között a Napjaink számos olvasója is megjelent. Kár, hogy a mostoha időjárás közbeszólt és a meghívott vendégek közül kevesebben jöttek el a társasestre, de a hangulat kitűnő volt és mindenki jól érezte magát. A Gulyás féle partyról még két felvételt közlünk.



Amíg az idősebbek a borocskát kóstolgatták...



...addig a Knaitner kislányok a tejecskét szopogatták

A Faragó család az ünnepek után tartott egy találkozót. Több esemény is okot adott arra, hogy ezek a kedves emberek együtt legyenek. Először is nagy szeretettel köszöntötték a születésnapjukat ünneplő Ulmann Józsefet, meg Faragó Gézát, másodszer a népes Faragó család Kanadába való költözésének 30-ik évfordulója volt, harmadszor búcsúztak a munkavállaláson Kairóból hazatért Pantáéktól és negyedszer elköszöntek a magyarországi vendégektől a Durkó családtól.

A való igazság azonban, mint ahogyan azt Gizike néni vallja, hogy együtt legyünk a szeretteinkkel, békében, megértésben és jó hangulatban. Köszönjük, hogy részünk lehetett benne.

Koccintsunk a 2007-es évre!

De csak mértékkel - most megtudhatja, miért
Miért lesz jókedvünk, ha pezsgőt iszunk? A sörötől elnehezül a fejkünk, a bortól a lábaink nem engedelmesskednek. A pezsgő viszont felfrissít! Jobb tőle a hangulatunk, egy könnyű fejfájáson is átsegít. Vagy ezt csak beképzeltjük? Vajon mi az igazság?

Az alkoholfogyasztásnál alapvetően minden csak mennyiség kérdése. Minél többet iszik valaki, annál fáradtabb lesz. Ez a pezsgőre is igaz. A pezsgő különleges helyet foglal el az italok között: a második erjesztés, továbbá a cukor és az élesztő utólagos hozzáadásának eredménye a viszonylag alacsony alkoholtartalmú, szén savban gazdag ital.

A kicsi gázbuborékok nem csak kellemesen pezsegnek, hanem nagy, gömbformájú felületük révén megnövelik a pezsgő és a száj nyálkahártyája közötti érintkezési felületet, ezáltal az alkohol és a szén sav gyorsan a vérbe jut. Mértékkel fogyasztva a pezsgő átmenetileg valóban javítja a vérkeringést!

A frissítő hatást a sok szén sav fejti ki. Megtéveszti a szervezetet, mely oxigénhiányt érzékel. Ennek ellensúlyozására reflexszerűen fokozódik a véráramlás az agyba, amelynek teljesítménye ezáltal megnő. A továbbiakról az alkohol gondoskodik: lebontásakor az

ügynevezett acetaldehid keletkezik. Ennek hatására az erek összehúzódnak, növekszik a vérnyomás és az ember élénkebbnek érzi magát. Az acetaldehid nyomán stresszhormonok szabadulnak fel a mellékvesékben. Ezek is szűkítik az ereket és gyorsítják a szívverést, megmozgatják az izmokat, kitágítják a légutakat és a vércukor révén több energia jut a szervezetnek. De vigyázat! A pezsgő mégsem ideális „élénkítő szer”. Lehet hogy múlik tőle a vérkeringéssel összefüggő fejfájás, de az összes többi hatás csak rövid ideig tart, mert a szervezet működését szabályzó rendszerek hamarosan helyreállítják a vérkeringést. Ha valaki a kellenél több pezsgőt iszik, a „gyöngyöző” hatás éppen az ellenkezőjére fordul! Akár a többi szeszes ital: bágyadtá tesz.

Ha felfrissülésre vágyunk, sokkal jobb, ha a friss levegőn végzünk néhány gyakorlatot.

