

# MAGYAR ORVOSI KÖNYVTÁRAK SZÖVETSÉGE

HÍRLEVÉL  
2007/4



*Kedves Kollegák!*

*A MOKSZ Hírlevél idei utolsó számát tartjátok a kezetekben. Nem volt könnyű dolgunk e szám szerkesztésével, hiszen mint látjátok, a tartalomjegyzék négy nagy témakört ölel fel: a szokásos híradást könyvtáraink háza tájáról, az Informatio Medicata 2007 eseményeit, a MOKSZ éves közgyűlésén történeteket és a közelgő Karácsonyt.*

*A már megszokott híradást a Könyvtári Intézet honlapján található, az OKM Könyvtári osztálya által összeállított és 2007 szeptemberében közzétett „A könyvtárügy stratégiája 2008-2013. Portál program” című, a nyár folyamán beérkezett javaslatokkal módosított, kiegészített munkaanyagának közlésével kezdjük. A közlemény terjedelmes volta miatt az első fejezetből most csupán válogatást adunk közre. Mivel ígéretet kaptunk a Minisztérium Könyvtári Osztályától, hogy az orvosi könyvtárak és könyvtárosok problémájáról még az idén megbeszélésekre kerülhet sor, nagyon reméljük, hogy a MOKSZ Hírlevél 2008/1-es számában, már a ránk vonatkozó részleteket is tartalmazó, véglegesített második fejezetről számolhatunk be.*

*Az Informatio Medicata 2007 eseményeit rendhagyó módon, a résztvevők hozzánk eljuttatott leveleinek segítségével elevenítjük fel.*

*A MOKSZ éves közgyűlésén hangzott el Dr. Skaliczki Judit, az Oktatási és Kulturális Minisztérium Könyvtári Osztálya vezetőjének előadása. Az ebből vett néhány részlet eltölthet bennünket bizakodással az orvosi könyvtárak jövőjét illetően.*

*A Karácsonyról sem szeretnénk megfeledkezni. Dr. Sidó Zoltán orvosi tanácsaival szeretnénk vidámságot csempészni a karácsonyfák alá, amit ki-ki szívleljen meg... A Karácsony igazi hangulatát, a szeretet melegét azonban úgy gondoljuk Mécs László verse sugározza át legjobban.*

*Ezzel szeretnénk a MOKSZ Hírlevél minden kedves Olvasójának Boldog Karácsonyt, Sikeres Új Évet kívánni!*

*Gracza Tünde*

# *Tartalomjegyzék*

<i>„A könyvtárügy stratégiája 2008-2013 „</i>	<i>3. oldal</i>
<i>Hírek</i>	<i>4. oldal</i>
<i>MOKSZ Könyvtárak</i>	<i>6. oldal</i>
<i>Névjegy</i>	<i>8. oldal</i>
<i>„Informatio Medicata 2007”</i>	<i>12. oldal</i>
<i>A MOKSZ éves közgyűléséről</i>	<i>15. oldal</i>
<i>Jubiláló könyvtáros kollégáink</i>	<i>17. oldal</i>
<i>Karácsonyi gondolatok</i>	<i>18. oldal</i>

# A könyvtárügy stratégiája 2008-2013. Portál program” első fejezetéből

(<http://www.ki.oszk.hu/107/comment.php?comment.news.210> )

Az Oktatási és Kulturális Minisztérium Könyvtári Osztálya elkészítette „A Könyvtárügy stratégiája 2008-2013. Portál program”-ját. Mielőtt a „Program” elnyerné végleges tartalmát és formáját, lehetőséget biztosítottak a szakértők számára, hogy megtegyék a „Program” pontosítását, jobbítását szolgáló javaslatukat. Ezért a dokumentumot a Könyvtári Intézet honlapján keresztül tették hozzáférhetővé és lehetőséget biztosítottak annak elolvasására, véleményezésére 2007. szeptembere folyamán. **Mind a „Program”, mind a vele kapcsolatos vélemények olvashatók a honlapon, ezért itt csupán egy kis összefoglalót közlünk a „Programról, és szeretnénk biztatni a kedves Kollégákat, hogy olvassák el az egész közleményt.** A magyar könyvtárügy fejlődését a következő 5 évre meghatározó „Program” két nagy fejezetet ölel fel.

1. A könyvtárügy stratégiai fejlesztésének kerete 1.1 PGTTJ elemzés; 1.2.SWOT elemzés 1.3. A könyvtári rendszer általános helyzetképe; 1.4. Hazai statisztikai adatok, trendek 1.5.Külföldi trendek **2. Könyvtárfejlesztési stratégiai célok 2008-2013** 2.1Jövőkép 2.2 Átfogó cél 2.3.Célok 2.4 Kiemelt kulcsterületek 2.5 A megvalósítás sikeréhez szükséges tényezők. **A „Program” megalkotói nem csupán a jelenlegi magyarországi helyzet tanulmányozták és elemezték, de a külföldi példákból is kiszűrték azokat a fejezeteket, amely könyvtáraink jövőjét meghatározzák majd a következő 5 évre.**

A „Program” közzétételének azért is van óriási jelentősége, mert lehetőséget kapott a szakma valamennyi szegmense, hogy véleményét, tapasztalatait, építő jellegű észrevételeit és kritikáit részletezhessen.

A MOKSZ 2007. évi közgyűlésén Dr. Skaliczki Judit az OM Könyvtári Osztályának vezetője személyesen ismertette a „Programot” a résztvevőkkel. Lehetőség volt arra, hogy mindenki személyesen is megfogalmazhassa gondjait, problémáit, észrevételeit. Osztályvezető Asszony ígéretet tett arra, hogy Dr Vasas Líviával személyesen is tárgyal az ősz folyamán azzal kapcsolatosan, hogy közös gondjaink bekerülhessenek a „Program” 2. fejezetébe.

Az alábbiakban, a „Program” 1.2 fejezetéből, a könyvtárügy jelenlegi helyzetének SWOT elemzéséből, könyvtárügyünk Erősségeit szeretnénk kiemelni. Tesszük ezt azért, hogy láthatóvá tegyük könyvtárügyünk jó irányba halad, és azért is, hogy az Erősségek olvasása kapcsán támadt ellenvélemények a „Program” egészének megismerésére sarkaljanak.

## **Erősség**

információs-kommunikációs technológia (IKT) fejlesztése: a 3368 könyvtár 52,9százalékában működik internetes hálózat ; Az Országos Dokumentum-ellátási Rendszer (ODR) változatlan eredményessége; A Könyvtárellátási Szolgáltató Rendszer (KSZR) bevezetésének, a Közkincs programnak és a többcélú kistérségi társulások támogatásának eredményei; Tárcák közötti együttműködés: Oktatási és Kulturális Minisztérium, Önkormányzati és Területfejlesztési Minisztérium, Földművelésügyi és Vidékfejlesztési Minisztérium, Az Oktatási és Kulturális Minisztériumon belül a terület nem vesztett az érdekérvényesítési képességéből; A könyvtári rendszer egészére kiterjedő, egységes, minőségelvű szakfelügyelet működtetése; Egyértelmű feladat-megosztás az Országos Széchényi Könyvtár és a Neumann-ház elektronikus könyvtári szolgáltatásai között; Szélesebb körű hozzáférés a gyűjteményekhez a NAVA-pontokon keresztül; A könyvtárosság etikai kódexének elkészítése; A szakmai koordinációs központ: a Könyvtári Intézet működése; Partnerség a különböző típusú könyvtárak között; Partnerség a könyvtárak és más intézmények között; Pályázati lehetőségek: a Nemzeti Kulturális Alap meghatározó szerepe; Növekvő nemzetközi kapcsolatok; Jó továbbképzési lehetőségek. Erős szakmai szervezetek; Szakmai szervezetek érdekérvényesítési akciói - **Tömörítvényt készíttette: Gracza Tünde**

# HÍREK

Dr. Vasas Livia elnök asszonyt 2006-ban a magyar orvosi könyvtárügyért végzett kiemelkedő tevékenységéért Bibliotéka emlékéremmel jutalmazták.

2007. Augusztus 20. alkalmából Szinnyei József díjat kapott Dr. Szabóné Balogh Clarissa könyvtáros, szolgáltatás-vezető (Központi Könyvtár)

A **2006-os impakt faktor jegyzékek** 2007. augusztusa óta érhetőek el könyvtárainkban. Az érdeklődők többek között a Semmelweis Egyetem Központi Könyvtárában, a Pécsi Tudományegyetem Pekár Mihály Orvostudományi és Egészségtudományi Szakkönyvtárában, a Debreceni Egyetem Könyvtárában, valamint a Szegedi Egyetem Könyvtárában nézhetik meg a legfrissebb listákat.

## **Az ESKI honlapjáról:**

Elkészült az ESKI Egészségpolitikai Szakkönyvtár weboldalán belül a Kábítószerügyi Külön-gyűjtemény oldala

<http://www.eski.hu/new3/konyvtar/droginfo.php>

A könyvtár külön-gyűjteményeiről (kábitószeres, WHO és EU) egy-egy weboldalt szerkesztettünk. Ezek közül a kábítószerügyi már működik. A könyvtár honlapjához hasonlóan a gyűjtemény elérhetősége mellett röviden bemutatja a történetét, szolgáltatásait, hazai és nemzetközi kapcsolatait. Az állomány nyomtatott folyóiratainak és könyvdokumentumainak jegyzékein kívül, a könyvek- és folyóiratcikkek gyarapodási jegyzékei találhatóak a weboldalon. Az elektronikus dokumentumok (éves jelentések, folyóiratok, hírlevelek) elérhetőségét is megadtam. Linkgyűjtemény egészíti ki a honlapot. A weboldal egyes rovatai külön ablakban jelennek meg. A weboldal az ESKI honlapján belül a Szakkönyvtár oldaláról, illetve az Újdonságaink oldalról is érhető el.

Kérem a kedves kollegákat nézegessék a gyűjtemény internetes megjelenését és hozzászólásaikkal, kérdéseikkel segítség munkánkat.

Kovács Beatrix [kovacs.beatrix@eski.hu](mailto:kovacs.beatrix@eski.hu) ESKI Egészségpolitikai Szakkönyvtár

## **Az Egészségügyi Minisztérium honlapjáról:**

Elkészült „Az egészségbiztosítási rendszer átalakítása: Az új egészségpénztári rendszer” című részletes jogalkotási koncepció. A dokumentum letölthető a [http://www.eum.hu/index.php?akt\\_menu=5410](http://www.eum.hu/index.php?akt_menu=5410) honlapról.

Az egészségbiztosítási törvény előkészítése. Az Egészségügyi Minisztérium folyamatosan egyeztetett azokkal a partnerekkel, akik az egészségbiztosítási rendszer átalakításának legfontosabb szereplői. Az egyeztetéseken több, mint 30 szervezet vett részt. [http://www.eum.hu/index.php?akt\\_menu=5432](http://www.eum.hu/index.php?akt_menu=5432)

10 milliárd forint támogatás elosztása a gyógyító-megelőző ellátást végző szolgáltatóknak. „Az egészségügyi reform hatására hosszú évek óta először nincs hiánya a társadalombiztosításnak. Az ellátórendszer ésszerűsítésének, a jogviszony-ellenőrzés szigorításának, a gyógyszer-gazdaságossági törvénynek és a vizitdíj bevezetésének köszönhetően nem csak a hiányt tudtuk megszüntetni, hanem megtakarításokat is sikerült

elérni a társadalombiztosításban. Korábban azt ígértük, hogy a megtakarításokat nem vesszük ki az egészségügyből, hanem az ellátórendszer minőségének javítására fordítjuk. Ezt az ígéretünket betartjuk”. [http://www.eum.hu/index.php?akt\\_menu=5389](http://www.eum.hu/index.php?akt_menu=5389)

### **A Könyvtári Intézet honlapjáról:**

A Kulturális Közlöny 2007. évi 20. számában (XI. 5.) megjelent a Nyilvános könyvtárak jegyzéke, benne 2 új könyvtárral.

Az őszi EBSCO tanfolyamokat 4 helyszínen (Gödöllő, Budapest, Szeged és Pécs) **magyar nyelven** tartották **2007. november 19. és 22.** között külön-külön a közkönyvtárak és a felsőoktatási könyvtárak számára. A részletes információk honlapunkon az EBSCO rovat Képzés és segédanyagok menüjéből érhetők el.

[www.ki.oszk.hu](http://www.ki.oszk.hu)

<http://www.ki.oszk.hu/107/page.php?83>

A magyar könyvtárosok etikai kódexe kibocsátóinak (MKE, IKSZ) jóváhagyásával elkészült az etikai bizottság működésének ügyrendje.

### **A Magyar Könyvtárosok Egyesülete honlapjáról:**

A Magyar Könyvtárosok Egyesülete - a Nemzeti Kulturális Alapprogram támogatásával - az egész országot és az egész könyvtáros szakmát átfogó projekt megvalósítását határozta el. A projekt címe: **Versenyképes ország - versenyképes könyvtárosokkal**. Célja elősegíteni a könyvtáros kompetenciák fejlesztését, alkalmassá tenni a könyvtárosok személyiségét arra, hogy megfeleljenek a legkorszerűbb szolgáltatási (különösen információsztudományi) kihívásoknak, ezzel hozzájárulni a könyvtáros szakma európai színvonalú hazai műveléséhez.

<http://www.mke.oszk.hu/>

[http://www.mke.oszk.hu/programok/versenykepes\\_nyito.html](http://www.mke.oszk.hu/programok/versenykepes_nyito.html)

Kommunikációs tanfolyam könyvtárosoknak. A Magyar Könyvtárosok Egyesülete harmadik alkalommal szervezi meg kommunikációs tanfolyamát, melynek célja, hogy a könyvtáros hivatás társadalmi elfogadottságának növelése érdekében a szervezetek képviselőit felvértesse PR, reklám, kommunikációs alapismeretekkel.

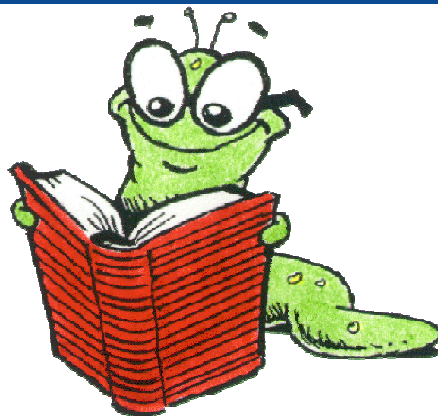
<http://www.mke.oszk.hu/>

[http://www.mke.oszk.hu/programok/komm\\_tanf\\_2006.html](http://www.mke.oszk.hu/programok/komm_tanf_2006.html)

VII. ODR konferencia, 2007.10.08. Tatabánya 2007. október 8-án került megrendezésre immár hetedik alkalommal az ODR konferencia a tatabányai József Attila Megyei Könyvtárban. Mint eddig minden alkalommal, most is szép számmal gyűltek össze az ország könyvtáraiból a könyvtárközi dokumentum-ellátással foglalkozó kollégák, a szakminisztérium képviselője, és néhány integrált könyvtári rendszer érdeklődő szakembere. A konferencia idén az „Új és tervezett lehetőségek a könyvtárközi kölcsönzésben” címet viselte, ennek megfelelően főként a régen várt MOKKA-ODR egyesítés foglalkoztatta a közönséget.

<http://konferencia.klog.hu/>

<http://konferencia.klog.hu/2007/10/23/vii-odr-konferencia-20071008-tatabanya>



## **MOKSZ Könyvtárak**

### **HEVES MEGYEI ÖNKORMÁNYZAT MARKHOT FERENC KÓRHÁZ-RENDELŐINTÉZET ORVOSI SZAKKÖNYVTÁR -EGER**

Kórházunk történetében az 1950-es években történik először említés a könyvtárról. Kezdetekben nem szakemberek látták el a teendőket, mígnem 1961-ben bízták meg az első könyvtárost a meglévő állomány rendezésével, a katalógusok kiépítésével. Jelenleg két szakképzett könyvtáros fogadja az olvasókat.

Az Orvosi Szakkönyvtár hosszú évek óta az Üzemeltetési Osztály és a Genetikai Labor közé ékelve látja el feladatát folyamatosan romló állapotú feltételek között. 210 m<sup>2</sup> -en 1 kölcsönző-helyiség, 1 könyves szoba, 1 tömör raktár, 1 teakonyha, 1 reprográfiai helyiség, 1 kutatószoba, 1 olvasószoba és 1 könyvtárvezetői szoba áll rendelkezésünkre.

A könyvtár fgyűjtőköre kiterjed az orvostudomány valamennyi szakára, mellékgyűjtőköre pedig a biokémia, biofizika, pszichológia, szociológia, jog, informatika, gazdaságtan dokumentumaira. A könyvtár a fgyűjtőkörébe tartozó magyar nyelvű szakirodalmat, a külföldi szakirodalmat, valamint a mellékgyűjtőkör irodalmát a fenntartó szükségleteit, a könyvtár pénzügyi keretét figyelembe véve válogatja össze.

A 2004-es év végén az Egészségügyi Stratégiai Kutatóintézet (ESKI) pályázatot hirdetett Klinikai Bizonyíték elektronikus adatbázis és magyar nyelvű zsebkönyv térítésmentes használatára. A pályázat alapvető célja a bizonyítékokon alapuló egészségügyi ellátás támogatása, az ezzel összefüggő szakmai és szakmapolitikai döntéshozatal, valamint az egészségügyi, egészségpolitikai, egészség-gazdaságtani és ellátás-szervezési tevékenységek számára megfelelő, tudományosan megalapozott információk biztosítása. Az Orvosi Könyvtár által benyújtott pályázatot, valamint intézményünk képviselőjében a pályázat részét képező EBM tanfolyamra delegáltak részvételét a bíráló bizottság eredményesnek minősítette és elfogadta. Az internetes adatbázishoz való hozzáférés az Egészségügyi, Szociális és Családügyi Minisztérium ágazati portálján keresztül biztosított.

2005. februárjában megvásároltuk a Magyar Tudományos Akadémia Számítástechnikai és Automatizálási Kutatóintézete által kifejlesztett KisTéka elnevezésű szoftver katalógizáló modulját. A KisTéka kis könyvtárak számára készült, egyszerűen kezelhető, de korszerű, az Internet lehetőségeit is kihasználó, elérhető árú könyvtári



szoftver. A katalogizáló modul segítségével folyamatosan történik a könyvtári állományunk elektronikus feldolgozása.

Az Informatikai és Hírközlési Minisztérium az Internet elterjedtség növelése és az esélyegyenlőség lehetőségének megteremtése érdekében támogatta Internet-hozzáférést szolgáltató pontok létrehozását. E cél érdekében pályázatot hirdetett új vagy már működő Internet-hozzáférési helyek eMagyarország Pontként történő működésének támogatására. A pályázat egyik nyerteseként számítástechnikai eszközöket kapott a könyvtár: 2 db korszerű internetezésre alkalmas számítógépet, 1 db multifunkciós nyomtatót, kártyaolvasót. Az eszközöket 2004. április 14-én helyezték üzembe, és elindult a nyilvános eMagyarországpont szolgáltatás. Ezek az eszközök már átkerültek az intézményünk tulajdonába.

2005. február óta az Orvosi Szakkönyvtár jogosult az EBSCO folyóirat-adatbázis használatára. Az EBSCOhost online keresőrendszerben a következő angol nyelvű, bibliográfiai és teljes szövegű folyóiratcikkek is tartalmazó adatbázisok kereshetők egyidejűleg: Academic Search Premier, Business Source Premier, Masterfile Premier, Newspaper Source, Health Source, MEDLINE, ERIC. Elérhető a könyvtár és a kórház számítógépein.

A könyvtár a kórházi honlapon keresztül saját oldallal várja olvasóit, <http://www.mfkh.hu/> melyen olvasható a könyvtár Küldetésnyilatkozata. Megtekinthetők a 2007. évre előfizetett magyar és külföldi folyóiratok listái. A saját honlappal rendelkező folyóiratok közvetlenül elérhetőek a listáról. Elérhető a már korábban említett Clinical Evidence adatbázis, az EBSCO adatbázisok, országos katalógusok, és egyéb hasznos egybegyűjtött honlapok.

Intézetünk könyvtára rendszeresen bibliográfiát állít össze a kórházi dolgozók tudományos munkásságáról. Az anyag feldolgozása során forrásként a dolgozók által a Tudományos és Oktatási Bizottságon keresztül a könyvtárba eljuttatott szerzői közlések szolgálnak.

Könyvtárunk a gyűjtőköröknek megfelelően beszerzett dokumentumokat szakszerűen feldolgozza, és hozzáférhetővé teszi a fenntartó intézményben működő orvosok, gyógyszerészek, szakdolgozók és más egészségügyi dolgozók részére, segítve ezzel tudományos tevékenységüket, képzésüket, továbbképzésüket. Tájékoztatók szétküldésével informálja a dolgozókat az újdonságokról. Ellátja továbbá szakirodalommal a megye területén működő orvosokat, gyógyszerészeket, egészségügyi dolgozókat is.

Részt vesz az egészségügyi-orvostudományi könyvtári hálózat munkájában, a könyvtárközi kölcsönzés és folyóirat-körözés nagy segítség az információ szolgáltatásban, mi is maradéktalanul kielégítjük más könyvtárak ez irányú igényeit.



A Magyar Orvosi Könyvtárak Szövetségének 1997. óta tagja a könyvtár. Közvetlen kapcsolatot tart a megye területén lévő egészségügyi intézmények szakkönyvtáraival, segíti azok munkáját.

Nagyon jó kapcsolatot tart fenn a Pécsi Tudományegyetem Orvostudományi és Egészségtudományi Centrum Könyvtárával, valamint a Semmelweis Egyetem Könyvtáraival.

Kapcsolatban van a Bródy Sándor Megyei Könyvtárral, az egeri Pedagógiai Intézet Könyvtárával, és az Eszterházy Károly Főiskola Központi Könyvtárával.

A MOKSZ által szervezett értekezleteken, tapasztalatcseréken és továbbképzéseken rendszeresen megjelenünk.

## NÉVJEGY



**Dr. Szemerszkiné Dürgő Csilla**

[konyv@mfkh.hu](mailto:konyv@mfkh.hu)

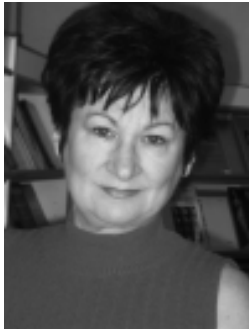
**Heves Megyei Önkormányzat**

**Markhot Ferenc Kórház-Rendelőintézet Orvosi Szakkönyvtár - Eger**

Véletlenül csöppentem a könyvtáros szakmába, de nem bántam meg. Mindenféle elhivatottság nélkül jelentkeztem az egeri Eszterházy Károly Főiskolára, könyvtár szakra. Az olyan nagy nevű oktatóimnak - mint Dr. Horváth Tibor, Környei Márta, Dr. Bényei Miklós és Ottovay László - köszönhetően kezdtem megszeretni a könyvtárosságot. De ekkor még csak olvasóként jártam könyvtárba, illetve nevelgettem otthon a kislányomat és a kisfiamat. De már lázasan kerestem, hogy hol kamatoztathatnám a tanultakat a gyakorlatban is. Megtaláltam!

A megyei kórház akkori igazgatója, megemlítem a nevét, mert azóta is hálás vagyok neki: Dr. Ertsey Csaba, beszélgetésünk után megkérdezte, hogy mikor tudnék kezdeni az orvosi könyvtárunkban. 1996. áprilisában. Azóta igyekszem olvasóink szakirodalom iránti igényeit maradéktalanul kielégíteni. Nekem sem jó érzés, ha elégedetlenül távozik valaki a könyvtárunkból. (Remélem ilyen csak rajtunk kívül álló okok miatt történhet meg.) Munkába állásom után bő évvel megbízott könyvtárvezető lettem, majd a diploma kézhezvételekor már nem kellett a nevem elé odaírni az mb-t. Annyira belejöttem a munkába, tanulásba, hogy meg sem álltam Debrecenig, ahol az egyetem természettudományi karán informatikus könyvtárossá léptem elő. (Itt újra üdvözölhettem általam igen tisztelt Bényei tanár urat, aki jelesre értékelte „A magyarországi orvosi könyvtárak története” c. szakdolgozatomat.) Közben megszületett a harmadik gyermekem, s míg én babáztam új

kolléganő érkezett a könyvtárba, aki helyettem „kormányzott”. 2 év után visszatértem és azóta is a legnagyobb egyetértésben próbálunk megfelelni a kihívásoknak.



**Baloghné Bötykös Anikó**

[konyv@mfkh.hu](mailto:konyv@mfkh.hu)

**Heves Megyei Önkormányzat**

**Markhot Ferenc Kórház-Rendelőintézet Orvosi**

**Szakkönyvtár - Eger**

31 éve vagyok könyvtáros, a pályára magyar – rajz szakos tanárként kerültem 1976-ban, s '77-ben már el is kezdtem tanulmányaimat az ELTE kv.t.kiegészítő szakán.

'80-ban végeztem, azóta felsőoktatási, szakszervezeti, közművelődési könyvtárakban dolgoztam, 2002 óta pedig a Heves Megyei Önkormányzat Markhot Ferenc Kórház és R.i. Orvosi Szakkönyvtárában. Én az a kisgyerek voltam – rég volt - , aki nem színházadit játszott, hanem 5 évesen megtanult olvasni és kölcsönkönyvtárat „nyitott” otthon.

Könyvszeretetem azóta sem szűnt meg, a könyvtárosság különböző szinterein tanítottam könyvtárhasználati ismereteket, készítettem fel csoportokat vetélkedőkre, módszertanusként könyvtári asszisztensképzést indítottam több tanéven át, írtam olvasáskutatással foglalkozó cikkeket.

Amióta itt dolgozom, részt vettem 2003-ban a SOTE Központi Könyvtára által szervezett „Interaktív tudományos forráskutatás elektronikus könyvtári környezetben, publikációs stratégiák és segédeszközök” címmel megtartott továbbképzésén.

A szakma (nekem inkább a hivatás a helyénvalóbb kifejezés) sok területét megismerve, mégis úgy érzem, hogy az orvosi könyvtárosok közösségén belül találok a végtelen segítőkészséggel, kollegialitással, ami mindannyiútokra jellemző – remélem ránk, egriekre is !

Nem volt olyan kérdés, amire ne kaptam volna választ, segítséget, még ha a kért cikket nem is, de jó tanácsot, ötletet mindenképp.

Itt Egerben, (még) kétszemélyes könyvtárként a munkaterületek sokféleségét végezzük az egyre szigorúbbá váló körülmények között, s reméljük, hogy a könyvtárhasználók és a kollégák meglegedésére.

Magánéletemben legfontosabb szerepe két felnőtt lányomnak és három unokámnak van, megmaradó szabadidőmben olvasok, főzőcskézem és utazom – lehetőségeimhez képest.

Kozma Zoltánné Bárdosy Teréz

[Fokonyvtar@florhosp.hu](mailto:Fokonyvtar@florhosp.hu)

Pest Megyei Flór Ferenc Kórház-Rendelőintézet

Orvosi Könyvtára - Kistarcsa

A Szombathelyi Tanárképző Intézetben szereztem felsőfokú végzettséget: könyvtár-népművelés szakon 1970-ben.

**1962. január 15-én** álltam munkába, (így aztán **2007. január 15-én 45 éves** munkaviszonyom lesz.) Első munkahelyemen Kaposváron, a **Somogy Megyei Könyvtárban** 10 évig voltam, itt köteleztem el magam a bibliotékának. Jelentős éveket töltöttem a megyében, (somogyi születésű is vagyok) gyes után 20 évig dolgoztam a **Somogy Megyei Kaposi Mór Kórház Arató Miklós Orvosi Könyvtárában**, mint könyvtárvezető, majd **1997. januárjában** lettem vezetője a **Pest Megyei Flór Ferenc Kórház szakkönyvtárának**.

(Talán még emlékszik valaki, az orvosi könyvi **hálózat huszadik évfordulójának országos ünnepe Kaposváron** került megrendezésre **1981-ben**, hogy alig 20 év múlva az Egészségügyi Könyvtárak **50 évfordulóját 1999-ben Kistarcsán** rendezzük meg...)

**Ragaszkodó, hűséges típus vagyok , aki nagyra becsülöm a keményfedelek közé zárt tudományt. Somogyban ezért katalogizáltam és elkülönítettem az 1880-tól ránk hagyományozott gyönyörű könyveket. Virágzó szellemi életről tudunk a 19 század végén: kiscgazdakörök, tudományos társaságok, pezsgő színházi élet volt jellemző a kis mezővárosra, Kaposvárra. Építeni kezdték 1880-ban (1886-ban megnyitották) az Ispotályt, s ennek közel 500 kötete volt már (melyről kézzel írott katalógus is készült.)**

Egy kétkötetes kis bibliográfiát állítottam össze ezekből a gyönyörű kincsekből, melynek minden számozott példányát én másoltam egy Sharp nevezű, Sorostól kapott gépen.

A kötetekben a könyvek borítója, **az ex librisek** és még az **igen értékes dedikációk** is külön lapokon szerepelnek. (Sajnálatosan 2-3 ember értékelte ezt a munkát, s ma , mikor utána kérdezek dr. Repa főigazgatónál - magának a gyűjteménynek, nincs aki tudna róla!).

A másik „kedvencem” az oly igen meghajszolt kollégák tudományos munkáinak

rögzítése – amely ha nem is tökéletesen tükrözi buzgóságukat, de ízelítőt tud adni egy intézmény munkatársainak a szakmához, annak fejlődéséhez való hozzáállásukról.

**Nagyobb lélegzetű bibliográfiák:**

1. **Somogy megyei Kórház Orvosainak Tudományos munkái 1961-1981., Kaposvár, 1982.**

- **kiegészítő kötetei: 1986-ban és 1991-ben (ötéves pótlásokban jelent meg)**
- 2. **Régi korok kincsei: A Somogy megyei Könyvtár „antik” könyvei. 1800-1940.**  
**Bibliográfia, 2 köt. Kaposvár, 1994. karácsonya (házi sokszorosítású)**
- 3. **Csorba József , az első somogyi tisztiorvos (biográfia) Kaposvár, 1994.**
- 4. **A kórház dolgozóinak tudományos munkái 1979-1999. Bibliogárifa. Kistarcsa, 1999.**
- 5. **Arató Miklós Orvosi Könyvtár.** In: Somogy megye Kaposvári Kórházának jubileumi évkönyve. 1846-1996. 158-161. p.
- 6. **Minden idő, amit nem haladással töltünk, kárba vész.** In: 25 éves a Pest Megyei Flór Kórház. Kistarcsa, 2004. 155-160. p.
- 7. **Tudományos közlemények.** (Bibliográfia) 1999-2004. uo.: 161-174.p.

Könyvtári elemző cikkeim az Orvosi Könyvtáros c. lapban jelentek meg, még pályám kezdetén.

Nyugtalan voltam annak idején a közgyűjteményi törvény miatt, feljártam Kaposvárról is, hogy Skalicki Judittal vitázzunk az „életszerű” törvényalkotásért.

Ma is igen izgalmas, hogy a valaha pl. törvényben szabályozott minimum feltételek, helyiség, kötet, létszám megvalósulásra kerül-e, alig körvonalazható a törvény.

A mi 2001-ben született ISO jelszavunkhoz – lehet, hogy már csak én ragaszkodom „Gyógyító munkánkat az orvostudomány mindenkori állásnak megfelelő szinten végezzük”.

Na ehhez kellünk mi és a könyvtári-informatikai háttér!

2004-ben a 25. Jubileumi megemlékezésen felkértek egy előadás tartására, melyet még ma sem felejtették el.

(De éves terveim és jelentéseim a valamikori MEDINFO-nak és 2006-ban a MOKSZ-nak megküldtem.)

Napi sokrétű feladatait mellett orvos-klub (ez könnyű műfaj: pl. zene) szervezésével, könyvkiállítások rendezésével szeretem színesíteni a könyvtári életet. Több mint fél évig volt látogatható a „Magánkönyvtárak féltett kincsei” c. kiállítás a kollégák hozott anyagából, nagyon hálás vagyok mai is érte, rendkívüli gazdagsága tárult fel a 19. századi nyomdatermékeknek. Könyvek, térképek, kisnyomtatványok, első kiadású relikviák, de még 17. századi polgári háttérű fényképalbumokat is hoztak.

Rendszeresen részt veszek a Magyar Könyvtárosok Egyesülete továbbképzésein, szakmai külföldi tanulmányutakon.

Megalakulásától tagja vagyok a Magyar Orvosi Könyvtárosok Szövetségének, melyben az intézményünket képviselem.

(Szeretném a Flór Ferenc 200 születési évfordulójára 2009-ben – ennek a kiváló hazafinak és orvosnak az életéről szóló biográfiát megírni– ha meg nem előz valaki)

Kistarcsán, 2006-ban, Kozma Zoltánné, Teri

## Informatio Medicata 2007

Idén már negyedik alkalommal került megszervezésre meg az INFORMATIO MEDICATA „A gyógyító információ” konferencia.

Helyszín : Semmelweis Egyetem, Nagyvárad téri Elméleti Tömb - Budapest, Nagyvárad tér 4.  
Időpont : 2007. szeptember 25-26.

A Semmelweis Egyetem Központi Könyvtára honlapján megtalálhatók az előadások PPT prezentációi. Elérés:

[http://www.lib.sote.hu/index.php?option=com\\_content&task=view&id=64&Itemid=77&lang=hu](http://www.lib.sote.hu/index.php?option=com_content&task=view&id=64&Itemid=77&lang=hu)

Köszönjük a szervezők fáradozását! Reméljük, hogy erejükből még telik és jövőre egy hasonlóan színvonalas rendezvényre kapunk meghívást.

Hogy látták a konferenciát a résztvevők?

Íme néhány vélemény:

„Az idén az első konferencianapon vettem részt, és külön öröm volt számomra, hogy a táplálkozás volt a téma, hiszen sokat olvasok a helyes táplálkozásról, annak egészségfenntartó illetve gyógyító hatásáról. Igen élvezetes volt a meghívott előadók közvetlen hangnemű, humorral fűszerezett, ugyanakkor útmutató, tudományos előadása.

Hálás köszönet Líviának és „csapatának” a színvonalas szervezés mellett a kedves kényeztetésért!”

Dr. Szemerszkiné Dürgő Csilla

[konyv@mfkh.hu](mailto:konyv@mfkh.hu)

Heves Megyei Önkormányzat

Markhot Ferenc Kórház-Rendelőintézet Orvosi Szakkönyvtár - Eger

„2007-ben negyedszer került sor a MOKSZ legnagyobb szakmai rendezvényére, az INFORMATIO MEDICATA megrendezésére a Nagyvárad téri Elméleti Tömb épületében.

Mint az előző három is, lehetőséget biztosított nekünk, résztvevőknek, hogy megismerkedhessünk a legkorszerűbb adatbázisokkal és munkánkhoz elengedhetetlen interaktív kiadványokkal, körüljárhassuk avatott előadók

közvetítésével a konferencia gerincét képező témát: táplálkozás, anyagcsere, élelmiszerbiztonság.

A nagyszerű honi előadók élvezetes előadásai mellett, szinkrontolmácsolás segítségével hallgathattuk a külföldi prezentációkat is.

Ezentúl a két nap során betekintést nyerhettünk a szervezet 2006-os működésébe, az elnökség és az ellenőrző bizottság végzett tevékenységébe.

Ismét köszöntötték jubiláló kollégáinkat is.

A kellemes, színvonalas esti program újból közelebb hozott régi ismerőseinkhez és megismerhettünk újakat is.

Azt hiszem minden kolléga nevében mondhatunk köszönetet a szervezőknek.”

**Baloghné Bötykös Anikó**

[konyv@mfkh.hu](mailto:konyv@mfkh.hu)

**Heves Megyei Önkormányzat**

**Markhot Ferenc Kórház-Rendelőintézet Orvosi Szakkönyvtár - Eger**

„Nagyon várom minden évben a konferenciát, azt a fórumot ahol lehetőség kínálkozik találkozni a kollégákkal. További munkánk végzéséhez sokat hozzátesz mind szakmailag mind lelkesedésben.

Üdvözlettel :” Balogh Márta

Szent Borbála Kórház Orvosi Könyvtár

2800 Tatabánya Dózsa Gy. út 77.

[stkonyvt@t-online.hu](mailto:stkonyvt@t-online.hu)

***Benyomások egy konferenciáról:***

a könyvtáros, a nő, és a nagymama szemével: **Kozma Teri, PMFFK Kistarcsa**

Betegség, egészség, információ az I.M. 4. KONFERENCIÁJA 2007.

A MOKSZ szervezőgárdája kiváló, avatott intelligenciájával, összehangoltsággal – valahol tanulták az összhangzattant – eleganciájával tervez, rendez, bonyolít.

Kiállítók szép rendben, felkészülten, naprakészen és hangulatosan színesítették a konferenciát. Bemutakoztak, kínáltak és tanítottak – amire vállalkoztak is. A keret a képhez!

**Beke Gabriella**, Zalaegerszeg: olvasó elégedettség vizsgálata nagyon is aktuális, hisz korszakváltást élünk át könyvtárosok és olvasók. Ugyanez a témája összehasonlító évekkkel a **Dr. Kührner Éva** Információszerzési szokások az egészségügyben c. előadásának, Nyiregyházi Kenézy Könyvtár 3 összehasonlító felmérése.. Figyelek, mert én is szolgáltatam adatokat, a tanulság számomra is levonható... és ide kívánczik a SE Központi Könyvtár: **Juhász Éva** : Titokzatos olvasó c.nagyszerű előadása: ime a „mystery shopper” szolgáltatás! Amikor az olvasó-látogató jegyez, szemlélődik, kritizál, tanácsol? Ahogy minket könyvtár, könyvtárosok, szolgáltatások, stb. stb. elemeznek! Kilépés a megszokottból, ez az új megmértetésünk! És ez a jövő? Kicsit megijedtünk, tetten leszünk-e érve?

**Gracza Tünde**: Források a kutatás szolgálatában bemutatója mint az írott tudomány szerelmesének, az archív nyomdatermékek rajongójának - elragadó volt!

**Enyedi Gariellai**: ProQuestről mondja el 2 éves tapasztalatait. Tetszik, hogy az általuk hiányolt lapokat kérhették felvetetni az adatbázisba! Tetszik a jelszó kiadása

otthoni használatra, hisz kiderült orvoskollégáim és a szakdolgozók is valamennyi megkérdezett dolgozik adatbázisból otthon. A szűkös keret indokolná a belépést, kedvenc lapoktól meg tudunk-e szabadulni?

**Papp Zoltántól** az Akadémiai Kiadó szerkesztő igazgatójától: az Orvosi Hetilap, mint a legrégebbi magyar sajtóorgánunk jövőjéről hallottunk. Cél az impakt faktor?

**dr. Geges József** honlap-szerkesztés tervei! Tudom, ezek is feladatok a számunkra.

Mint laikus hallgatónak, mindenképp el kellett gondolkoznunk **dr. Fekete Gyula**, az MTA doktora „*mit eszünk, ha van eszünk?*” jelmondattal fémjelzett, a „Takarmány-állat – ember hatása ...” című előadásának mondandójáról.

**Dr. Fekete Sándor.** élelmiszerbiztonságról oktatott minket. Tetszett, hogy az Országos Fogyasztóvédelmi Egyesület is bemutatkozott,

**dr. Vasas Éva** hangsúlyozta jelenlétüket a fogyasztók oldalán, s kínálták kiváló prospektusukat, és a Kosár magazin című lapjukat.

**Dr. Szamos Tamás** előadásából megtudhattuk, hogy a korai gyermekkorban és felnőttkorban

tapasztható cukorbetegség, szív érrendszeri betegség is származhat helytelen étrendünkből, étkezési szokásainkból, emellett azt is, hogy napjainkban egyre többen szenvednek a pszichés zavarokat kísérő anoraxia nervosa és a bulimia betegségekben.

**Dr. Reiber István** azt mondja, tanítható az egészség, a fittséghez a tematikus mozgás, kocogás - ez számomra üzenet.

Előtte nem ismert tényeket tárt fel **dr. Suba Zsuzsa**, aki az Oralis carcinomáról, mint a XXI. század Morbus Hungaricusáról beszélt, vezetünk tehát (nemcsak az abortusz, a válások terén) világ és Európa-szinten.

A szülőkorú hölgyeknek nem mindegy terhesség előtt milyen élelmiszert fogyasztanak, dohányzás, drogok és alkohol meg aztán különösen veszélyesen befolyásolják a kis jövevények egészségét. Erről **dr. Hajdú Júlia** professzorasszony, a SE Nőgyógyászati Klinika munkatársa beszélt, - nem kevés nagymama ijedtére – véleménye szerint a nagymamák étkezésére, életvitelére is visszavezethető gyermekeink és unokáink egészségi állapota.

„Hasznos életcél találni és azt kitartóan megvalósítani – ez az egyik titka minden olyan életnek, amelyet érdemes megélni” – szövege H. Casson szavait idézve a bölcse bevezető, melyet

**dr. Somogyi Anikó** mondott el.

Konklúzió: A gyógyító öröme, a gyógyultak öröme és a könyvtáros-informátoroké is akik mindig készen vagyunk együttműködni idén, jövőre és ... mindvégig!” **Kozma Teri, PMFFK Kistarcsa**

„Hasonlóan az előző évihez, amikor is először vettem részt ezen a rendezvényen, idén is csak a második nap előadásait hallgathattam meg, azokat is csak részben. A most hallott előadások jobban megnyerték tetszésemet, mint az előző évié. Érdekesebbek voltak számomra, és olyan benyomásom volt, mintha az előadók is lelkesebbek lettek volna. Lehet, hogy a hallgatóközönségnek köszönhető volt



mindez, érdeklődőbbek voltak talán? Mindenesetre a hallgatóság nagy száma is meglepett.

Sajnos az előadások mostoha körülmények közt, túl kicsi, levegőtlen előadóteremben hangozhattak el. Bevallom, hogy „csak” 7 előadást tudtam végig hallgatni, s ennek egyik oka az volt, hogy a levegőtlenesség miatt kicsit megfájdult a fejem, nem tudtam már úgy odafigyelni. Ezt nagyon-nagyon sajnálom, mert érdekelt volna a többi is, amiket így elmulasztottam. Szerencsére többen is részt vehettünk munkahelyemről (PTE Pekár Mihály Orvostudományi és Élettudományi Szakkönyvtár) a konferencián, és így utólag tudtuk egymást informálni, és természetesen azokat is akik helyettünk is dolgoztak itthon.

A MOKSZ éves közgyűlésén már fellélegezhettem (tágas helység friss levegővel), és a hírek is nagyon örömmel töltöttek el, amiket Skaliczky Judit mondott el a jövő évi Európai Unió pályázatáról.

Kedves hagyomány a jubilálók köszöntése és a sok évtizedes munkát elismerő díjazás.

A helyszínt könnyen elértem (a Keleti Pályaudvartól 24-es villamos), az épületet is viszonylag könnyen megtaláltam. (Ez talán kissé megmosolyogtató, mert elég feltűnő az épület, de az aluljáró felirata félrevezetőnek bizonyult, nemcsak számomra.)”

Péter Zsuzsanna.

Pécsi Tudományegyetem, Pekár Mihály Orvostudományi és Egészségtudományi Szakkönyvtár

## A MOKSZ 2007. évi közgyűlése

(Budapest, 2007. szeptember 26.)

A Közgyűlésen a MOKSZ 103 regisztrált tagja közül 53-an vettek részt.

Napirendi pontok:

1. Dr. Vasas Livia elnöki beszámolója az év eseményeiről
2. Erdeiné Törőcsik Katalin az ellenőrző bizottság elnökének beszámolója
3. Kitüntetések átadása, jubiláló kollégák köszöntése

Az év eseményeiről az ellenőrző bizottság beszámolójáról a MOKSZ Híradó hasábjain rendre tájékoztattuk az érdeklődőket.

Az alábbiakban a kitüntetett és a jubiláló kollégákat szeretnénk felsorolni, köszönteni.

### **A MOKSZ 2007. évi kitüntetettjei a rendkívüli bizottság elemzése és döntése alapján**

**Imrényi Tiborné** Kőszegi Anna Budapesten született. Tanulmányait is a fővárosban végezte. 1971-ben kitűnő eredménnyel zárta az OSZK KMK két és fél éves

Társadalomtudományi Szakkönyvtáros képzőjét. A kórházi könyvtári munkához fontos szakismereteket az orvosi könyvtárosi kiegészítő szaktanfolyamon szerezte meg. Angol nyelvvizsgát is tett.

Első könyvtárosi munkahelye 1969-ben néhány hónapig a Fővárosi Szabó Ervin Könyvtár Andrásy úti fiókja volt. Lelkész férjét követte első szolgálati helyére Szentesre, ahol az ottani kórház könyvtárosa volt egy évtizedig. Onnan Szegedre került, ahol több, mint 20 éve a Megyei Jogú Város Kórházában könyvtáros.

A könyvtár elismertsége érdekében sokféle feladatot ellát. A különböző szintű szakirodalmi igények kielégítése mellett, ha kell diát, poszttert készít, kórháztörténeti kiállítást rendez, újságot ír, honlapot szerkeszt. Mindig hangsúlyozza, hogy munkája ellátásában nagy segítségére van az orvosi könyvtárosok nagy családjá.

**Kozma Zoltánné** Bárdosy Teréz  
**Bemutakozóját lásd: Névjegy. 10. oldal.**

**Szántai Lászlóné** Budapesten született. Érettségi után az Országos Műszaki Könyvtár és Dokumentációs központban kezdte el a könyvtárosi pályát, ahol közelebbről megismerkedett a szakma minden területével. Ez időszak alatt végezte el a középfokú szakkönyvtárosi képzettséget nyújtó 3 éves iskolát.

Rövid kitérő következett ezután; a TEMPÓ Szövetkezet rendezvényszolgálati részlegénél, majd családalapítás.

Három évig tartó gyermeknevelés után 1973-ban a Ganz-MÁVAG Műszaki Könyvtárában helyezkedett el. Munka mellett tanult tovább az Egri Tanárképző Főiskolán.

1983-1992 között a Semmelweis Orvostudományi Egyetem Központi Könyvtár tudományos munkatársaként ellátta a könyvtár folyóirat állományával kapcsolatos teendőket. Összeállította a SOTE könyvtárának teljes kurrens és nem-kurrens folyóirat katalógusát, amely 1992-ben két vaskos kötetben meg is jelent.

1993-2007. évi nyugdíjazásáig a Fővárosi Önkormányzat Uzsoki utcai Kórházának Orvosi Könyvtárát vezette, ahol mindennapi munkája mellett Balassa Jánosról és munkásságáról készített bibliográfiát.

Nagy utazó, aki számos Műszaki Szekciós tanulmányúton vett részt.

**Wolf György** Budapesten született. Eddigi pályája a szakkönyvtárakhoz kötődik. Diplomája megszerzése után egy műszeripari nagyvállalat műszaki könyvtárába került. 1992 óta az egyetlen hazai orvostudományi kutató intézet, a Magyar Tudományos Akadémia Kísérleti Orvosi Kutatóintézet könyvtárosa. Legfontosabb feladata az intézet kutatóinak információ- és dokumentum ellátása.

Szívesen segítségére siet azonban más orvosi könyvtárakban dolgozó kollégáknak is. Szinte nem lehet kérni tőle olyan cikket, amit ne igyekezne azonnal megszerezni, és továbbítani a kisebb könyvtárak felé.

Második ciklusban választották a MOKSZ elnökségi tagjai közé. Vezetőségi tagként gondozza a MOKSZ levelezőlistát, küldözgeti a főlőpéldány jegyzékeket és továbbítja az illetékesek felé a MOKSZ honlapra szánt információkat.

## 2007-ben jubiláló könyvtáros kollégáink

### 45. éve könyvtáros:

**Kozma Zoltánné: Bárdosy Teréz**  
**Fokonyvtar@florhosp.hu**  
Bemutatóközzét lásd: Névjegy  
Könyvtáros: **1962-től**  
Pest Megyei  
Flór Ferenc Kórház Orvosi Könyvtár

### 40. éve könyvtáros:

**Marton János**  
Könyvtáros: **1967-től**  
SZTE Központi Könyvtára

### 30. éve könyvtáros:

**Bérczy Ildikó**  
Könyvtáros: **1977-től** (Országos Műszaki Könyvtár),  
Fővárosi Önkormányzat Jahn ferenc Dél-pesti Kórház

### 25. éve könyvtáros :

**Gracza Tünde: könyvtárigazgató**  
Könyvtáros: **1982-től**  
PTE Pekár Mihály Orvostudományi és Egészségtudományi Szakkönyvtár Pécs,

**Somorjai Noémi**  
Könyvtáros: **1982-től**  
Semmelweis Egyetem Magatartástudományi Intézet Könyvtár

**Dr. Csehné Kiss Judit**  
Könyvtáros: **1992-től**  
Semmelweis Egyetem Eü.Főisk. Kar Könyvtára

### 20. éve könyvtáros:

**Molnár Miklós**  
Könyvtáros: **1987-től**  
Semmelweis Egyetem Központi Könyvtár

### 15. éve könyvtáros

**Deák Valéria**  
Könyvtáros: **1992-től**  
Országos Frédéric Joliot-Curie  
Sugárbiológiai és Sugáregészségügyi  
Kutató Intézet Könyvtára

**Wenner Gabriella**  
Könyvtáros: **1992-től**  
Szeged, Farmacol.

**Jobbáné Szabó Enikő**  
Könyvtáros: **1992-től**  
Szeged, Szemklinika

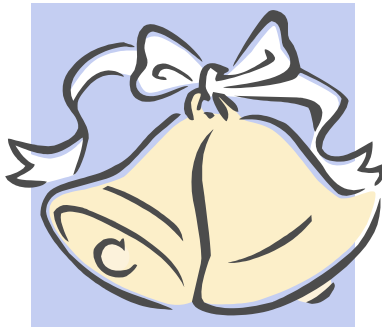
**Móritzné Simon Annamária**  
Könyvtáros: **1992-től**  
PTE AOK könyvtárosa

### 10. éve könyvtáros

**Horváth Edina Helga**  
Könyvtáros **1997-től**  
SZTE Közp. Könyvtára

**Horváth Csaba**  
Könyvtáros: **1997-től**  
DEOEC Eü. Főisk.

# KARÁCSONY



## Orvosi tanácsok karácsonyra

Végre jön a karácsony. Közeleg a többnapos ünnep... Az egész évi hajtás után a jól megérdemelt pihenés, semmittevés következhet.

Mindenki fellélegezhet, nem kell több koránkelés, diétázás, irdatlan stressz és a rendszeres fizikai aktivitás... Ahhoz, hogy teljes mértékben egészségtelenül tölthessük el a karácsonyi ünnepeket az alábbi tíz pontot szükséges szigorúan betartanunk:

1. étkezzünk bőségesen, naponta legalább 5000 kcal-t
2. vacsorára lehetőleg nehéz, zsíros ételeket fogyasszunk
3. az esti TV nézéskor sokat és kitartóan eszegessünk a kényelmes fotelben üldögélve
4. naponta legalább 6-8 alkalommal nassoljunk valami nagyon egészségtelent
5. vitaminokban gazdag gyümölcsöket lehetőleg ne fogyasszunk
6. nagyon fontos, hogy sok-sok alkoholt fogyasszunk
7. nem szabad elfeledkeznünk a mértéktelen kávéfogyasztásról sem és naponta legalább két doboz erős dohányt füstöljünk el
8. a világért se menjünk friss levegőre
9. ne sétáljunk, ne ússzunk, ne kerékpározzunk
10. ha viszont mégis mozogni hozza úri kedvünk, akkor lehetőleg megerőltető fizikai munkát végezzünk, például emeljünk irtózatosan nagy súlyokat, lehetőleg jól megerőltetve gerincünket. Ez utóbbi főleg a magas vérnyomásos és gerincbetegségben szenvedőknek nyújt biztos "segítséget"

Mindezek pontos betartása után szinte biztosak lehetünk abban, hogy hamarosan orvosi segítségnyújtásra szorulunk!

Forrás: [http://www.hazipatika.com/articles/Orvosi\\_tanacsok\\_karacsonyra?aid=20001214140949](http://www.hazipatika.com/articles/Orvosi_tanacsok_karacsonyra?aid=20001214140949)



*Mécs László: A királyfi három bánata*

*Amikor születtem, nem jeleztek nagyot  
messiás-mutató különös csillagok,  
csak az anyám tudta, hogy királyfi vagyok,  
A többiek láttak egy síró porontyot,  
de anyám úgy rakta rám a pólyarongyot,*



*A másik bánatom: hogyha ő majd holtan  
fekszik a föld alatt virággá foszoltan,  
senki se tudja majd, hogy királyfi voltam.  
Hogyha minden csillag csupa gyémánt volna,  
minden tavaszi rügy legtisztább gyöngy  
volna:  
kamatnak is kevés, nagyon kevés volna.*

*Hogyha minden folyó lelkemen átfolyna  
s ezer hála-malom csak zsolttárt mormolna,  
az én köszönetem így is kevés volna.  
Hogyha a föld minden színmézét átadom,  
az ő édességét meg nem hálálhatom,  
ez az én bánatom, harmadik bánatom.*

Forrás: <http://www.parokia.net/archivum/karacsony/csendes.gif>

*mintha babusgatná a szép napkorongot.  
Maga adta nekem édessége teljét,  
úgy ajándékozta anyasága tejét,  
hogy egyszer földnek bennem kedve teljék,  
Isten tudja, honnan, palástot kerített,  
aranyos palástot vállamra terített,  
fejem fölé égszín mosolygást derített.*

*Ma is úgy foltozza ingemet, ruhámat,  
ma is úgy szolgál ki, főzi vacsorámat,  
mint királyi ember királyi urának,  
Amerre én jártam, kövek énekeltek,  
mert az édesanyám izent a köveknek,  
szíve ment előttem előre követnek,*

*Amíg ő van, vígan élném a világom,  
nem hiányzik nekem semmi a világom,  
három bánat teszi boldogtalanságom.  
Az egyik bánatom: mért nem tudja látni  
egymást a sok ember, a sok-sok királyfi,  
úgy, ahogy az anyjuk tudja őket látni?*

MOKSZ Hírlevél  
Magyar Orvosi Könyvtárak Szövetségének negyedéves lapja  
Lapigazgató  
Dr. Vasas Livia MOKSZ elnök PhD.  
Felelős szerkesztő  
Gracza Tünde  
A MOKSZ és a MOKSZ Hírlevél Szerkesztőség címe  
1085 Budapest, Öllői út 26.  
Tel: +36 1 317-5030, Fax: +36 1 317-1048, MOKSZ  
Adószám: 18230082-1-43  
Megjelenik 200. példányban

