

**2004. október 18-tól 22-ig** a Magyar Vöröskereszt Szentesi Területi Szervezete a Szentesi Mozaik internetes újsággal közösen játékot hirdet 3 kategóriában (1-8., 9-12. osztályig és felnőtt kategóriában). A verseny egyéni. Az 5x20 kérdésből álló feladatsor naponta a [www.szentesinfo.hu/mozaik](http://www.szentesinfo.hu/mozaik) honlapján jelenik meg, amit E-mail-en a [lencsene@szentes.hu](mailto:lencsene@szentes.hu) címre, vagy a letöltött és megoldott feladatlapokat névvel (életkor feltüntetésével) és címmel együtt **2004. október 25-ig** kérjük a Magyar Vöröskereszt Szentes, Kossuth tér 6. szám alá eljuttatni.

## 2. nap feladatai:

1, Ki adhat vért?

- a, aki egészséges és betöltötte a 18.életévét és még nincs 65 éves
- b, aki egészséges és betöltötte a 16.életévét és még nincs 65 éves
- c, aki egészséges és betöltötte a 20.életévét és még nincs 65 éves
- d, a férfiak esetén a 18. életévét és még nincs nők esetén 60, férfiak esetén 65 éves

2, Mennyi vért vesznek le egy alkalommal?

- a, egy keveset a kivizsgáláshoz és 4,5dl-t
- b, 4,5dl-t és ugyanennyit a kivizsgáláshoz
- c, 3dl-t és 1dl-t a kivizsgáláshoz
- d, egy keveset a kivizsgáláshoz és 5dl-t

3, Hány lebenyből állnak az emberi tüdők?

- a, 2
- b, 3
- c, a baloldali 2, a jobboldali 3
- d, a baloldali 3 , a jobboldali 2

4, Hány négyzetméter a léghólyagocskák össz felülete? Normál emberi tüdön.

- a, 60
- b, 100
- c, 150
- d, 200

5, Mi történik a szervezetünkben asztmás roham esetén?

- a, a tüdő izomzata nem képes összehúzódni
- b, a hörgőcskék simaizomzata összehúzódik
- c, a rekeszizom begörcsöl
- d, a köhögési központunk működése zavart szenved

6, A felsoroltak közül mi az ami nem válthat ki asztmás rohamot?

- a, légszennyezés, lelkiállapot-változás
- b, gyógyszer, dohányfüst
- c, tévénézés, zenehallgatás
- d, allergia, hideg

7, A belélegzett levegő hány százaléka oxigén?

- a, 9%
- b, 18%
- c, 21%
- d, 45%

8, Mi az allergia ?

- a, emlékezetkiesés
- b, a szervezet normális válaszreakciója valamilyen külső behatásra
- c, a szervezet fokozott válaszreakciója valamilyen külső behatásra
- d, sportág

9, A felsoroltak közül melyik okoz a leggyakrabban allergiás reakciót?

- a, virágpor, parlagfű
- b, mogyoró
- c, illatszer
- d, fém

10, Melyik nem az allergiás betegség tünete?

- a, vizes orrfolyás
- b, kötőhártya-gyulladás
- c, a bőrön kiütés megjelenése
- d, acetonszagú lehelet

11, A felsoroltak közül melyik nem okoz allergiás reakciót?

- a, C-vitamin
- b, házi por
- c, parlagfű
- d, virágpor

12, Melyik hónapban jellemző a parlagfű megjelenése, nagy koncentrációban?

- a, január
- b, május
- c, június
- d, augusztus

13, Mitől nem függ a sportolás előtti bemelegítés hosszúsága?

- a, életkor
- b, környezeti hőmérséklet
- c, egyéni nyugalmi pulzusszám

14, Befolyásolja-e a lelki egészséget a mozgás?

- a, egyáltalán nem, mert a test és a lélek harmóniája egyáltalán nem szükségszerű
- b, befolyásolja, mert megfelelő mozgással az egyén kiegyensúlyozottabbá válik
- c, befolyásolja, mert a sok mozgás maga után vonja a lelki élet harmóniáját

- 15, Melyik számít táplálkozási hibának?  
a, mértéktartó alkoholfogyasztás  
b, sok zöldség, gyümölcsfogyasztás  
c, túlzott cukorfogyasztás
- 16, Szervezetünk számára melyik a legfontosabb vasforrás?  
a, sóska, spenót  
b, olajos magvak, mák  
c, hús, máj
- 17, Az edzéseken melyik a magányos futó legjobb segítője?  
a, kóbor kutya  
b, a saját pulzus mérése  
c, a lihegés nagysága
- 18, A fizikai aktivitás:  
a, növeli a HDL (védő)koleszterin szintet  
b, növeli az össz koleszterinszintet  
c, csökkenti a HDL(védő)koleszterinszintet
- 19, Mi okozza a tavaszi fáradtságot?  
a, vitaminhiány  
b, téli kalóriadús táplálkozás  
c, az influenza vírusa
- 20, Többet vagy kevesebbet mozgunk, mint a régebbi korok emberei?  
a, többet  
b, ugyanannyit  
c, kevesebbet