„LÁNYOK, ASSZONYOK" – 1957. TAVASZ

Simándi Irén

Összefoglaló:

A tanulmány célja, hogy a Magyar Rádióban megmaradt Műsorborítékok[1] dokumentumaiból válogatva a *„Lányok, asszonyok*" című műsor adásainak bemutatásával, bepillantást adjon a társadalom nőtagjait foglalkoztató, a mindennapjaikat meghatározó feladatok megoldásával kapcsolatos kérdéseibe. Az adásokban igyekeztek segítséget nyújtani, praktikus tanácsokat adni a háziasszonyoknak, a gyárakban, az üzemekben dolgozó nőknek, a parasztasszonyoknak, a fiatal lányoknak az életükben jelentkező kötelezettségek, teendők elvégzésében.

Kulcsszavak: rádió, propaganda, nők, mindennapi élet, Kádár-korszak

Abstract:

The aim of this study is to provide insight into the issues facing women in society—specifically, the challenges they face in managing the tasks that define their daily lives—by presenting episodes of the program "Girls, Women," selected from the archives of Hungarian Radio's "Program Envelopes." The broadcasts sought to offer assistance and practical advice to housewives, women working in factories and plants, peasant women, and young girls in fulfilling the obligations and tasks that arose in their lives.

Keywords: radio, propaganda, women, everyday life, Kádár eraper

Bevezető

Nőknek szóló műsor a Magyar Rádióban a két világháború között is készült.[2] 1955. február 1-jén új műsorként hangzott el a *„Lányok, asz-*

[1] Műsorboríték a Magyar Rádió adásba került műsorainak leirata.

[2] Arányi Mária (1897–1977), szerkesztésében az *„Asszonyok tanácsadója*" című műsor 1927. szeptember 15-én indult, és 15 éven keresztül fennálló, magazin jellegű előadássorozat volt. A műsor nemcsak azért volt különleges, mert Arányi Mária saját magát nevezte ki az asszonyok tanácsadójának, hanem azért is, mert a Magyar Rádióban női műsorvezetők, szerkesztők dolgozhattak, a rádió 1925. december 1-jei elindulása után egyre többen. Lásd erről: Boros Ulrika (2019): A Magyar Rádió hőskorának története. Arányi Mária és az Asszonyok tanácsadója. *Médiakutató,* XX. évf. 4. sz. 37–50. https://real-j.mtak.hu/22677/4/mediakutato_2019_20_4_.pdf (letöltés dátuma: 2026. 05. 30.)

szonyok"[3] (Nők negyedórában) első adása.[4] Az adást a rádióhallgatók, *„elsősorban háziasszonyok"* kérésére készítették, de a társadalom minden nő tagjának a figyelmére számítottak. Az adásban foglalkoztak a háztartásvezetés kérdéseivel, a gyermeknevelléssel, a divattal, a szabás-varrással, a szépségápolással, a ház körüli gazdálkodással. De válaszoltak a hallgatóknak a különböző *„magántermészetű"* problémákkal kapcsolatos kérdéseire is.[5]

A műsor hasonló tartalommal 1957 elejétől folytatódott, a forradalmat követő változások megjelentek az adásokban. A cél a gazdaság, a mindennapi élet átalakulásának bemutatása volt, amelyben megjelentek a Magyar Forradalmi Munkás-Paraszt Kormány határozatainak megvalósítását támogató propagandaelemek is. Így például a tavasz folyamán elhangzottak az adásokban az áruellátásra, az árukészlet-növekedésre, az anyaghiányra, az életszínvonal emelésére vonatkozó irányelveknek megfelelő információk.[6]

---

3 Feleki Kovács Klára, Asztalos Mártonné (1906–1969), 1951-től – 1962-ig dolgozott a Magyar Rádióban. Szerkesztette a *„Könyv,"* a *„Muzsika"*, a *„Színház"*, és a *„Lányok, asszonyok"* című műsort. Arcanum. Magyar életrajzi lexikon. https://www.arcanum.com/en/online-kiadvanyok/Lexikonok-magyar-eletrajzi-lexikon-7428D/f-7547C/feleki-klara-feleki-kovacs-klara-asztalos-martonne-755C6/ (letöltés dátuma: 2026. 06. 03.) A témához kapcsolódóan lásd még: *Ez a divat*, 1957 (10. évfolyam, 1-12. szám), Arcanum. https://adt.arcanum.com/hu/collection/Ezadivat/ (letöltés dátuma: 2026. 05. 30.); F. Dózsa Katalin (2014): *Megbámulni és megbámultatni - Viselettörténeti tanulmányok.* L'Harmattan Kft., Budapest. 473 p.; Magyari Hajnalka (2024): *Trendi nő a szocializmusban - Nőideálok, szépségápolás és szépségipar*. Jaffa kiadó és kereskedelmi Kft., Budapest. 208 p.

4 1955. január 11-én az MDP Központi Vezetősége Agitációs és Propaganda Osztálya jelentésében értékelte a rádió munkáját. Megállapították, hogy a *„Magyar rádió az elmúlt években sokat fejlődött, eredményesebben magyarázta a párt politikáját".* Az új kormányprogram megjelenését követően a *„cél az volt, hogy a rádió az új szakasz hathatós fegyverévé váljék. A hallgatók igényeit figyelembevéve az új szakasz követelményeivel összhangban módosult a műsorszerkezet, több helyet biztosítottak a tanításnak, szórakoztassanak […] A műsorok színesebbek, elevenebbek lettek."* Simándi Irén (2016): *Politika, társadalom, gazdaság a Magyar Rádióban 1953–1956.* Gondolat Kiadó, Budapest. 215. A belpolitikában tapasztalható visszarendeződés, Rákosi Mátyás politikai törekvései a rádió vezetését újabb váltásra kényszerítették. Míg az 1955. január 11-ére elkészült jelentésben a rádió munkájáról a pozitív értékelések domináltak, addig az április 21-i jelentésben a rádió műsorpolitikájának javításáról szóló határozattervezetben a kritikai megjegyzéseken volt a hangsúly. Uo. 221. A *„Lányok, asszonyok"* című műsor is követte a gazdasági, társadalmi, politikai változásokat, a nőket érintő fontos kérdésekre adtak válaszokat.

5 Két új műsorszám. *Népszava*, LXXXIII. évf. 24. sz. 1955. január 29. 4.

6 *A Magyar Szocialista Munkáspárt határozatai és dokumentumai 1956–1962.* Kossuth Könyvkiadó, Budapest, 1979. 63.; A politikai, gazdasági, társadalmi változásokról lásd: Romsics Ignác (2005): *Magyarország története a XX. században.* Osiris Kiadó, Budapest. 408–419.

Szabás-varrás, divat

Szabás-varrás tanfolyamot szervezett az egri szakszervezet a lányok, asszonyok számára, számolt be a *„Lányok, asszonyok"* 1957. márciusi adásában. Érthető módon, időigényes dolog, ha minden apró átalakítással, igazítással varrónőhöz kell menni. Az viszont már munkát, anyagi megélhetést jelentett, a lányoknak, asszonyoknak, ha egy tanfolyam elvégzése után varrónőként dolgozhattak. Népszerű a képzés, mert az is előfordult, hogy 90 nő is gyülekezett a tanfolyamnak otthont adó helyiségben, *„körzővel, vonalzóval, papírból kivágott ruhamodellekkel felszerelve"*. Az oktatás egyik szervezője, Sára Lászlóné örömmel tekintett végig a *„szőke-barna – no meg az ősz fejeken, mert olyan is akad"*. Annak köszönhető a nagy részvételi arány, hogy nagyon minimális díj ellenében lehetett megtanulni a szabás-varrást. Rudolf Ferencné vállalta a tanfolyam vezetését, és nagyon meg volt elégedve a *„tanítványok előmenetelével"*. Ő egyébként a város *„legjobb szabásza"* hírében állt, és nagy lelkesedéssel adta át tudását *„növendékeinek"*.

A *„tükör előtt ketten is próbálnak: Moll Gáborné blúzmintáját, amelyet papírból vágott ki"* – hibásnak találta az előadó. *„A karlyukkal van baj, az eleje, hossza stimmel… No nem baj, majd a második jobban sikerül… Vass Józsefné ellenben dicséretben részesül, a papírblúz előírásosan simul a derekához."* A próbából is sokat tanulhattak a tanfolyam résztvevői. *„Érdekesebbé, szemléletesebbé válik az oktatás."* A műsor zárásaként javasolták, hogy a lányok, asszonyok számára ezt a lehetőséget *„más városokban, községekben is fel kellene eleveníteni"*.[7]

A műsor nemcsak a ruhák elkészítésében adott segítséget, hanem az ágyneműk varrásában, javításában is – egyebek mellett ezt mondták el a március 6-i adásban. Ezenkívül megismertette a háziasszonyokat az újfajta delén- (pamutból szőtt, lágy esésű, rugalmas anyag) vagy kartonanyagokkal, amelyek jó minőségűek, jól moshatóak voltak, és nem kellett feltétlenül a régi damaszthoz, vászonhoz ragaszkodni, lehetőség volt az ágyneműkészlet felfrissítésére.

A delénből, kartonból, zefírből (könnyű pamutszövet, pamutvászon, gyapotszövet) készült ágyhuzatokat jobban ki kellett keményíteni, hogy tartásuk legyen. A párnahuzat szélét tűzéssel lehetett díszíteni, miután a dupla behajtás megakadályozta, hogy az anyag széle szétbomoljon.

Az ezekből az anyagokból készült ágyneműk nem igényeltek erős mosást, egy jó minőségű mosópor a *„munka háromnegyed részét"* elvégezhette. A lakásban, ahol dohányoztak, minden drapéria, függöny, ágynemű

---

7 *„Lányok, asszonyok"* 1957. 03. 04. (Magyar Nemzeti Levéltár Országos Levéltára (a továbbiakban: MNL OL), digitális másolat, Műsorboríték. Adásba ment: 1957. 03. 04. 13:00–13:10. Kossuth rádió.

magába szívta a kellemetlen füstöt, ez ellen hatásos védelmet jelentett, ha a lakás több pontján nedves szivacsot helyeztek el, és naponta többször megnedvesítették, amelyek magukba szívva a füstöt, javították a szoba levegőjét.[8]

A március 9-i adásban a magyar nyelven is megjelent csehszlovák *Divat és Textil* című divatlap szabásmintáit és ruháit mutatták be a hallgatóknak. Ez a szám az év legújabb szabásmintáiról szólt, például arról, hogy egyformán divatos az egyenes vonalú derékrész és a csípőben szélesedő is. *„Kinek mi illik jobban, azon lehet vitatkozni. Egyesek szerint az előbbi csak a magas, vékony nőknek való, a másik mindenkinek, mert korrigálja az alak esetleges hibáit. Másik felfogás az, hogy az egyenes vonalú karcsúsít, a lefelé bővülő éppen ellenkezőleg. Leghelyesebb, ha mindenki önmagán próbálja ki!"*

A divatlap szerint *„nincs vita viszont afelől, hogy a válltömés*[9] *– amennyire divattal kapcsolatban nem könnyelmű kijelentés – örökre a múlté"*. A divatszakma szerint a hosszított derék háttérbe szorult, vagyis a *„derékvonal a megfelelő helyre került, sőt a princessz-szabás esetén valamivel feljebb"*. A szoknya hosszáról az volt a lap megállapítása, hogy az évek óta változatlan. A derék kivágása viszont megváltozott: az egyenes szabásúnál ék alakú, a harangszabásúnál ovális. A szoknyákhoz leginkább viselt blúzok közül a magasan zártak nem az 1957-es tavasz közkedvelt modelljei voltak. Ezeket azonban könnyű volt átalakítani, és mélyíteni a kivágást. A galléros nyakkivágás esetében a kisebb, arányosabb, nőiesebb forma volt a trendi.

A divatszínek: a legújabb a meisseni kék, lila, mogyoróbarna, krém, ezüstszürke, téglavörös, aranysárga. A fehérnemű tényleg fehér, de van halványlila és teasárga is. A kiegészítők, a kesztyű, a sál, a retikül jellemzően krém, drapp, cserszín (világosbarna szín, amelyet általában a bőrszínhez kötnek), ami finommá, szoliddá teszi az összhatást. A kézitáskák általában téglalap alakúak. Az elegáns ruhákhoz nem viselnek nagy méretű táskát. A lábbeliknél a köröm- és pántos cipők a jellemzőek. Nyári viselet a könnyedebb anyagból, vászonból készült szandálok, cipők. A divatékszerek nyárra, a színes fa- és üvegbross, fülbevalók, láncok és karkötők. A harisnyák között sok a hátsó csík nélküli, és új a szilon térdharisnya.[10]

„Kellemesen érint bennünket a kötényruha-divat híre –, mégpedig azért, mert régi ruhákból igen könnyen átalakíthatjuk akár magunk is, ha kicsit ügyeskedünk" – hangzott el az április 3-i adásban. Ha *„princessz-szabású"* (íves karcsúsító szabásvonal a női ruhán), ruha átalakítására vállalkozunk, akkor a legegyszerűbben úgy készíthetjük el, ha a *„szoknyarész há-*

---

[8] *„Lányok, asszonyok"*, 1957. 03. 06. MNL OL, digitális másolat, Műsorboríték. Adásba ment: 1957. 03. 06. 13:00–13:10. Kossuth rádió.

[9] A válltömés története. https://nlc.hu/trend/20200310/valltomes-tortenelem/ (letöltés dátuma: 2026. 05. 30.)

[10] *„Lányok, asszonyok"*, 1957. 03. 09. MNL OL, digitális másolat, Műsorboríték. Adásba ment: 1957. 03. 09. 18:20–18:40. Kossuth rádió.

tul végig gombolós, vállpántja mélyen szabott, kezdődjék egészen lenn s hátul keresztpántban folytatódjék". Új kötényruha varrása esetén sokféle anyag állt rendelkezésre például készülhetett tropikálból (könnyű, szellős, sima tapintású szövet), ballonból (finom fonalból készült, sűrű szövésű anyag), szövetanyagból vagy kifejezetten nyárra *„szaténkartonból"*. (A szatén egy olyan szövésmódot jelent, amely az egyik oldalán fényes *[általában elegáns tompa fénnyel csillogó],* míg a másik oldalán matt szövetet képez.[11]) A ruha *„jól kivágott, ejtett vállú",* blúzokkal, nyári melegben felsőrész nélkül strandruhának, a hűvösebb napokon vékony pulóverrel is hordható, kényelmes viselet.

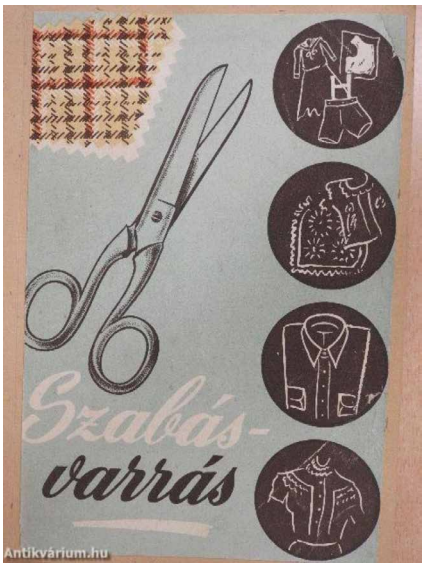
A kötényruhát a kismamák is kedvelték, *„gumírozással vagy bővíthető gombolással"* készültek, viselőjük tetszés szerint szabályozhatta a méretet, a hozzá készített övek 7-8 centiméter szélességűek voltak, a háromféle gombolás tette lehetővé a bőség szabályozását.

Ugyancsak a kismamáknak készült öltözék a szoknya, amely hosszított mellénnyel szintén kényelmes viselet volt. A szoknya szabályozható gumis övrésszel készült, amelyre egy 3-4 centiméteres pánt volt rágombolható, ez takarta a gumis részét. A pántból három különböző méretűt készítettek, és hat gombbal látták el, ezzel is biztosították a különböző mérethez való alkalmazkodást. Mindezzel együtt az is elhangzott a műsorban, hogy a vásárlók rendelkezésére álló választék a kismamaruhák tekintetében *„elég szegényes",* ezzel felhívták a tervezők figyelmét a *„változatosabb, ötletesebb"* megoldások tervezésére.[12]

---

11 A szatén anyaga nagyon sokféle lehet. *„Mivel az elnevezés a technikára és a szövet szövési tulajdonságára, azaz a matt és a fényes felületre utal, ezért mind árban, mind pedig összetételében számtalan variációban megjelenhet. A szatén valójában az egyik legelegánsabb anyag, fénye, a szilárdsága, a szálsűrűsége tökéletesen alkalmassá teszik arra, hogy az ebből készült ruhákat az elegáns viseletek alapjának tekintsük."* Mi a szatén anyag? Milyen tulajdonságai vannak? https://mrsale.hu/szaten-anyag/ (letöltés dátuma: 2026. 05. 30.)

12 *„Lányok,a,sszonyok,"* 1957. 04. 03. MNL OL, digitális másolat, Műsorboríték. Adásba ment: 1957. 04. 03. 13:00–13:10. Kossuth rádió.



1. sz. kép: Szabás-varrás. Szabjunk-varrjunk. Szerző: Riesz Gizella (1957): Kossuth Könyvkiadó, Budapest. (Forrás: https://www.antikvarium.hu/konyv/riesz-gizella-szabas-varras-951093- (letöltés dátuma: 2026. 05. 30.)

Háziipar

A műsor április 17-i adásában a Háziipari Szövetkezet öt évvel ezelőtti indulásáról számoltak be. A szövetkezet játékkészítő tanfolyamként indult 1951 telén, amelyet néhány *„ügyes kezű budai asszony"* szervezett meg, majd egy év elteltével ebből alakult meg a Budai Háziipari Szövetkezet. 1957 tavaszán már 900-an dolgoztak a szövetkezetben, amely tizenhat alapítótaggal indult, és üzemmé nőtte ki magát. A létszám jelentősen emelkedett: *„háromszázan hímeznek és hatszázan varrnak"* az üzemben. A munkájukkal elégedettek voltak a vásárlók, *„Budán azt tartják, hogy a legszebb hímzésű gyermekruhák a szövetkezetből kerülnek ki"*. Az üzem külföldre is szállított, a legutóbbi megrendelés Helsinkibe indult: *„világoskék, sárga, rózsaszín, fehér leánykaruha. A nyak és zsebrészt rézsutpántos zsinórozás díszíti."*

A sikeres munkához hozzájárult a jó légkör, a szövetkezet alapítóit és az elnököt, Horgos Miklósnét mindenki szerette, ugyancsak közkedvelt volt Szabó Károlyné, Aranka néni, aki az alapításkor a télikabátját adta zálogban, hogy az érte kapott pénzből *„anyagot vásárolhassanak a munkához"*. A szövetkezetben több idősebb munkásnő is dolgozott, például Tarkán Gyuláné és Szentpétery Gézáné közel kilencvenévesek, *„mindketten kitűnő egészségnek örvendenek s munkatársaik meleg szeretete veszi körül őket,"* a munkájukkal mindenki elégedett.

A szövetkezet varrógéprészlegét Vágner Katalin vezette Szemethy Mihályné tervezővel. Együtt találták ki az *„újszerű, szellemes megoldásokat, s különösen a gyermekruháknál"* működött a fantáziájuk. Megrendelésben nem volt hiány, *„nem is győztek eleget készíteni a bájos, ötletes ruhácskákból"*.

A szövetkezet megalakulásától ott dolgozott *„Makainé József Etus (Makai Ödönné József Etelka), József Attila egyetlen élő testvére. Elragadó háromrészes gyermek-strandruhákat"* készített, köténykéket, hímzett szövetruhát, fejkendőt, nejlonsálat. A szövetkezet tervei között szerepelt, hogy boltot nyitnak a Pilvax közben, azt remélték, hogy a vásárlók hamar felfedezik, és egyre szélesebb körben lesznek ismertek a termékeik.[13]

Ugyancsak ebben az adásban számoltak be arról, hogy *„végre a vidéki lányok-asszonyok kívánsága szerint is gyártanak készruhákat a Debreceni Ruhagyárban"*. A gyár tervezői, Bakó Ilonka és Farkas Lászlóné már elkészítették az új modelleket, amelyek megvarrásához ezer női munkaerő állt rendelkezésre, hogy a *„tiszántúli lányok, menyecskék mielőbb megvásárolhassák"* az új ruhadarabokat. A gyár laboratóriumának vezetője, Tóth Gyula felmérést készíttetett Bihar, Szolnok, Békés földművesszövetkezeti boltjaiban, hogy milyen ruhákat hordanának szívesen a nők. Az idősebb asszonyok hiányolták a *„sötétebb színű flanel (*egyik vagy mindkét oldalán bolyhozott, puha fogású pamut-, viszkóz- vagy gyapjúszövet), *barhentruhákat (*sűrű szövet)". Az igényeket figyelembe véve *„nyolcezer darab vár eladásra az ezekből az anyagokból készített termékekből"*. A *„piackutatás"* során az is kiderült, *„sokan kerestek az elmúlt években hímzett holmikat,"* a vásárlóknak ez a kívánsága is teljesült, korábban ezek előállítását, a hímzést gyáron kívüli munkaerővel végeztették, ez nagyban emelte az előállítás költségeit, megdrágította a ruhák árát. A munkafolyamat gyárban történő elvégzésével minden akadály elhárult, és *„Peczer Sándorné vezetésével külön női hímző munkacsapat varrja a szebbnél szebb kézimunkadíszeket"*.

A gyárból a *„következő három hónapban százezer kész szoknya, pongyola, blúz kerül az üzletekbe. Bizonyára örömmel fogadják a nők a régebben oly kedvelt panamaanyagból* (100% poliészter összetételű, nagyon könnyű esésű szövet) *készült nyári ruhákat, fehér, rózsaszín, kék, sárga színekben."* A hazai választékot a gyár a korábban külföldre gyártott szaténkarton ruhák és matlaszépongyolák (színén fényes, fonákján bolyhos kelme), magyarországi forgalmazásával is bővítette, így ezek megvásárolhatók lesznek a vidéken élő nők számára is a földművesszövetkezetek boltjaiban.[14]

---

13 *„Lányok, asszonyok"*, 1957. 04. 17. MNL OL, digitális másolat, Műsorboríték. Adásba ment: 1957. 04. 17. 13:00–13:10. Kossuth rádió.

14 Uo.



2. sz. kép: A Gyulai Háziipari Termelő Szövetkezet, 1957. augusztus 21-én alakult. (Forrás: https://www.gyulaihirlap.hu/115627-60-eve-alakult-a-gyulai-haziipari-termelo-szovetke (letöltés dátuma: 2026. 05. 30.)

Főzés, receptek

A március 4-én elhangzott műsorban a hallgatók kérése az volt, hogy kevesebb recept hangozzon el, lassabban diktálják és kevésbé költséges ételek összetevőit, elkészítésének módját közöljék a műsorban. Ebben az adásban egy kelkáposztából készíthető főzelékféle receptje hangzott el, amelyet megkedveltethetünk a családdal. A felszeletelt káposztából ki kell nyomkodni a vizet, le kell darálni, és hozzá kell adni a másfél, tejbe áztatott, jól kicsavart zsemlét. A recept szerint a finomra aprított, zsírban fonnyasztott hagymát, egy tojást, ízlés szerint sót, egy csipetnyi törött borsot, a káposztával együtt egy tálban összegyúrjuk, majd egy zsemlemorzsával meghintett deszkán még jól összedolgozva, pogácsaformákat szaggatunk, amelyet forró zsírban kisütünk, és már fogyasztható is.

Gyorsan elkészíthető étel a sertéshúsból, dagadóból a főtt hús, a húst gyors forralás után fűszerekkel, sóval, kevés köménymaggal ízesítjük, majd lassú tűzön puhára főzzük, káposztafőzelékre feltétként tálalhatjuk.

Könnyen elkészíthető édességként hangzott el az adásban egy tészta receptje is. Amelyhez 30 dkg főtt burgonya, 30 dkg liszt, egy evőkanál zsír, 10 dkg cukor, 2 dkg élesztő szükséges. Mindezt összegyúrás és kinyújtás után mákkal vagy dióval lehet megtölteni, majd sütőben megsütni, ezt követően egyszerű ízletes süteményként fogyasztható.[15]

Az egyes adásokban gyakran tették fel a kérdést a hallgatók: *„Mit főz-*

[15] *„Lányok, asszonyok"*, 1957. 03. 04. MNL OL, digitális másolat, Műsorboríték. Adásba ment: 1957. 03. 04. 13:00–13:10. Kossuth rádió.

zünk holnap?" A március 6-i műsor szerkesztője egy házaspár, Jutka és Pista történetének bemutatásával tette színesebbé a témát. A férj házassági évfordulójukra egyebek mellett ismert magyaros ételneveket tartalmazó listával lepte meg Juditot, a felsorolás 30 tételből állt. Pista úgy gondolta, ezentúl a listából mond egy számot Juditnak arra a kérdésére, hogy mit főzzön. Így is történt, a kérdés elhangzása után Pista könnyedén válaszolt: a 16-os! „*»Rakottkrumpli…« »Az tegnapelőtt volt…« »Akkor 23-as.« »Birkapörköltet nem főzhetek, most nincs birkahús…« »Hát akkor legyen a 32-es!«* [sic!] »*…Rakott káposzta?… Szó sem lehet róla. Vasárnap székelygulyást akarok főzni, s az hasonlít rá.« Pista nagyot nyelt, majd csendesen megjegyezte: »Mondok valamit, Jutka… Ha rám hallgatsz, ezentúl is azt főzöl, amit Te akarsz…« Majd megijedve, hogy szavainak valami éle van, megsimogatta a duzzogni készülő arcot, és hozzátette: »És csak kérdezd ezentúl is… olyan kedvesen tőlem, hogy azért érdekel a véleményem…«"*

A műsor további részében az alábbi ismert sorokat hallhatták a hallgatók:

„Virágéknál ég a világ,
sütik már a rántott békát,
zimme-zumm, zimme-zumm,
rece-fice bumm-bumm-bumm.

Virágh Jóska későn futott,
neki csak a füle jutott,
zimme-zumm, zimme-zumm,
rece-fice bumm-bumm-bumm."

A műsorban rántott békát még nem ajánlottak, pedig azt mondják, nem is rossz. „*Egyesek szerint a jófajta combnak éppen olyan íze van, mint a csirkének."* A műsor készítője Egerben járt, ott hallotta az adás elején bejátszott versrészletet. A környéken kedvelték a békát. A belőle készült ételek külföldön kedvelt finomságnak számítottak, „*csak a magyar gyomor idegenkedik tőle. Már amelyik, mert az egriek esküsznek rá. A piacon tíz-tizenkét asszony hajlik a vödör fölé, nézegetik, válogatják a csemegének való újdonságot."*

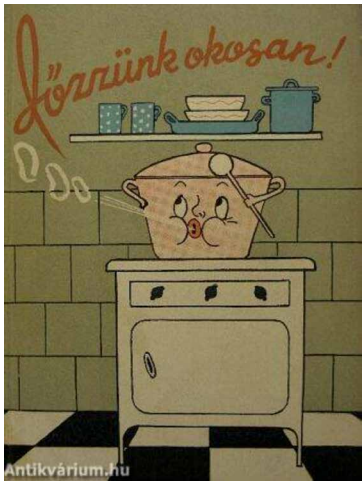
Az egri piacon készült riportban a szerkesztő Bögös Jánosékkal beszélgetett, a házaspár „*ötven fillérért árulja a kecskebékacomb párját. (Ez a legjobb fajta)."* János egy receptet is ajánlott a hallgatóknak. Ők hagyják sóban állni egy kis ideig a combokat, majd ugyanúgy készítik el, mint a rántott csirkecombot. „*Van, aki paprikást készít belőle."* Egy háromtagú család számára „*vagy 30 közepes combocska szükséges".* Egeren kívül Gyöngyösön és Miskolcon is elterjedt étel, a hortobágyi halastóból kerülnek a piacra. „*S hogy miért kapták fel annyira? Talán éppen azért, mert régen nem*

roskadtak úgy a kirakatok az ennivalótól, húsfélétől, mint mostanában. És hát ilyen az ember – mindig valami másra vágyik…"[16]

A március 9-i műsorban sertéshúsból készíthető recepteket ajánlottak a hallgatóknak. Karajból kiváló sült készíthető egyszerűen és gyorsan. A húst mosás után megsózzuk, ízlés szerint borssal és köménnyel meghintjük. Aztán egy tepsibe zsírt és kevés vizet teszünk, majd a fűszerezett karajt.

Hogy a hús ne száradjon ki, gyakran a kisült zsírral meglocsoljuk, egyszer-kétszer meg kell forgatni, hogy jól átsüljön. Egy óra alatt elkészül, megsül, megpuhul. Szeletekre vágva burgonyával vagy rizzsel, savanyúsággal tálaljuk.

A másik ajánlott recept a bormártással készíthető disznópecsenye. A karajszeletek vékonyra klopfolását követően mindkét oldalukat besózzuk, majd zsírban enyhén megpirítjuk, leöntjük róla a szaftot, és egy lábasba szorosan egymás mellé tesszük. A mártás elkészítéséhez szükséges egy fej apróra vágott vöröshagyma, egy darab lereszelt sárgarépa, két deciliter fehérbor, egy deciliter víz. Mindezt ráöntjük a húsra, és fedő alatt együtt pároljuk. Ha a hús megpuhult, a mártást átöntjük egy edénybe, és megtörjük, hogy sima, egyenletes legyen, egy kevés liszt hozzáadásával sűrítjük. Két habosra vert tojássárgáját is hozzáadunk. Visszaöntjük a húsra, és átforrósítjuk vele. Párolt rizzsel tálaljuk.[17]



3. sz. kép: Főzzünk okosan! (szerk.): Kallós Ilona: (1957). Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest. (Forrás: https://www.antikvarium.hu/konyv/fozzunk-okosan-72492-0 (letöltés dátuma: 2026. 06. 22.)

16 *„Lányok, asszonyok"*, 1957. 03. 06. MNL OL, digitális másolat, Műsorboríték. Adásba ment: 1957. 03. 06. 13:00–13:10. Kossuth rádió.

17 *„Lányok, asszonyok"*, 1957. 03. 09. MNL OL, digitális másolat, Műsorboríték. Adásba ment: 1957. 03. 09. 18:20–18:40. Petőfi rádió.

Háztartási eszközök

Az 1957. április 3-i adásban elsőként arról számoltak be, hogy két új háztartási cikkeket árusító üzlet nyílt a Lenin körúton (ma Teréz körút) és az Oktogon sarkán, valamint bemutatták az új háztartási eszközöket, gépeket, amelyek a közeljövőben kerülnek az üzletekbe.

Hasznos segítség lehet a háziasszonyok számára a polisztirol műanyagból készült, 2 forint 50 fillérért kapható tojás, paradicsom és gyümölcsszeletelő kés. Ugyancsak praktikus eszközök a konyhában az *„olcsó és ízléses"* piros, zöld, sárga színekben készített műanyag *„dzsemkészlet vagy az ablakos kis fűszerdoboz,"* amely például bors, paprika vagy tea tárolására is alkalmas.

Az újonnan megnyílt üzletekben mindezek mellett megtalálhatók voltak még a műanyag fogvájótartó, a citromfacsaró, a cukorszóró, a tortadíszítő csövek.

A műsor hallgatói azt is megtudhatták, hogy a korábban hiánycikként nyilvántartott mákdarálóból a Háztartási Cikkeket gyártó Kisipari Termelőszövetkezet naponta 500 darabot készített, valamint hogy rövid időn belül elegendő burgonyanyomó áll a háziasszonyok rendelkezésére. Újfajta *„univerzális gyorsdaráló"* forgalmazását is ígérték a műsorban, amely *„alkatrészcsere nélkül darál máktól kukoricáig mindent,"* ára a tervek szerint 108 forint lesz.

A MAFÉM (Mezőgazdasági és Fémipari) Szövetkezet gyártmánya a *„Ceres"* tésztagép, amelynek bolti bevezetését a közeljövőben tervezték. A gép hatékonyan segítheti a háziasszonyok munkáját, alkalmas lesz tarhonya, csőtészta, spagetti, vékony vagy vastagmetélt, levestészta készítésére. Az alumíniumból elkészített gép 150 forintba kerül majd.

A MIRKÖZ (Diesel és Hűtőtechnikai) Szövetkezet tervei között elektromos hűtőszekrény forgalomba hozatala szerepelt, mellette *„ötféle mosó- és csavarógéppel"* kísérleteztek, azt szerették volna elérni, hogy a *„gépek egyáltalán ne tegyenek kárt a fehérneműben"*. A műsorban rövid információt közöltek a robotgépről, amelyek a *„cipőpucolástól a habverésig mindent elvégez helyettünk. Nagy várakozással tekintünk működésük elé…"*[18]

A kőbányai Fémtömegcikk Művek gyártotta a falun, nyaralóhelyen, víkendházakban használt *„Nap"* elnevezésű petróleumfőzőt. A másik, *„Villám"* névre keresztelt petróleumfőző a háziasszonyok szerint is már *„valóságos tűzhely,"* nagyon könnyű, és kis helyen is elfért, mutatták be az új konyhai eszközöket az április 27-i adásban. A gyár főmérnöke, Dabis József a műsor szerkesztőjének elmondta, hogy 1957 első félévében a tervek

[18] *„Lányok, asszonyok"*, 1957. 04. 03. MNL OL, digitális másolat, Műsorboríték. Adásba ment: 1957. 04. 03. 13:00–13:10. Kossuth rádió.

szerint 23 000 darab petróleumfőzőt gyártanak a háztartások ellátása érdekében, az év végére pedig *„mintegy ötvenezret, pótalkatrészekkel együtt"*.

A gyárban mosógépet is gyártottak. Sok panasz érkezett, hogy a használatban lévő mosógépbe kevés ruha, csak másfél kiló fért, így sok időt vett igénybe a mosás. A gyár négy darab új prototípust készített, amelybe két és fél kiló ruha fért be, a gépeket folyamatosan tesztelték, elvégezték a szükséges javításokat, fejlesztéseket. A gyár fejlesztőmérnöke megjegyezte, a *„férfiak nem barátai a mosógépnek, ugyanis ezzel a mosás férfimunkává lépett elő"*. A gépek próbaüzemének tapasztalatai jók voltak, felsorolták, mennyi mindent tudtak egy alkalommal kimosni: két lepedőt, két paplan- vagy dunnahuzatot, négy nagy és két kispárnahuzatot, vagyis egy kétszemélyes ágynemű-garnitúrát. Az új háztartási gépekből az év második negyedévében kétszáz darabot terveztek gyártani, amelyek fehér, csontszínű, üdezöld és sárga színekben kerülnek az üzletekbe. A mosógépek helytakarékosak, egy közepes nagyságú hűtőszekrény méretével azonosak lesznek. A számítások szerint kétezer forintba kerülnek majd. A gyár tervei szerint az első példányokat a májusi „*Ipari Vásáron*" mutatják be, a mosógéptípust „*Hattyú*" névre keresztelték. Az év harmadik negyedévére *„facsarószerkezetet"* is ígértek a mosógépekhez, megkönnyítve a mosás egyik legnehezebb műveletét, a ruhák csavarását. A gyár úgy tervezte, hogy az év végére négyezer mosógép készülhet, de ha a motorellátás javul, akkor akár 1500-2000 darabbal is többet tudnak gyártani.[19]



4. sz. kép: Beépített konyha, az É.M. Lágymányosi Épületasztalosipari Vállalat terméke 1957-ből. (Forrás:159464 Fotó: Fortepan: Lugosi Szilvia. https://hetifortepan.capacenter.hu/korszeru-taplalkozas/ (letöltés dátuma: 2026. 05. 30.)

[19] *„Lányok, asszonyok"*, 1957. 04. 27. MNL OL, digitális másolat, Műsorboríték. Adásba ment: 1957. 04. 27. 17:15–17:25. Petőfi rádió.

Fodrászat, kalapok, sálak, kendők, női divat

A március 6-i adásban kedvelt és nagy érdeklődéssel várt témák, a frizurák és a női divat kerültek műsorra, amelyről Martin Miklós fodrász adott hasznos tanácsokat, információkat. A hajviselettel kapcsolatban elmondta, azt mindig az határozza meg, hogy milyen a fejforma, az egyéniség, az illető foglalkozása, az évszak és nem utolsósorban az anyagi lehetőségek. Az ismert színésznők is meghatározták persze a hajviseletet, ha például Gina Lollobrigida megváltoztatta a frizuráját, hölgyek sora követte. És jó is, hogy így tettek, hangsúlyozta a szakértő, mert *„így legalább a kerek fejű nők abbahagyják a számukra előnytelen viselet erőszakolását. Mindenesetre van egy örömhír azon kitartó és hűséges nők számára, akik eddig sem voltak hajlandók megválni hosszú fürtjeiktől: ismét előbbre rukkolt a félhosszú haj."* A szakértő megnyugtatott mindenkit, hogy azt a frizurát hordja, amit szeret, lehet az hosszú, félhosszú vagy akár rövid is. Továbbá arra biztatott mindenkit, bátran kérdezzék meg a fodrászukat, kérjenek tanácsot, milyen, az arcvonásoknak, egyéniségnek leginkább megfelelő hajviseletet javasol.[20]

„A kalapüzletben már jóval a hivatalos dátum előtt beköszöntött a tavasz. Ha az ember végigmegy a Petőfi Sándor utcán, már dönt is: igenis, kalapban jár az idei tavaszon, elég volt a kócos, hajadonfőtt viseletből vagy a ruha hatását lerontó fejkendőből" – kezdődött a március 11-i adás. A műsorban a Petőfi Sándor utca kirakatainak kínálatát mutatták be. Például *„Tolnay Kitty kalapjai, sapkái üdék, változatosak. Nyílik is sűrűn az üzlet ajtaja. Sokan keresik a puha anyagból készült, raffolt kalapokat, népszerű a jersey, taftból készült, kis formájú, sokszor sapkaszerű modell. A kiskalap úgyszólván minden nőnek jól illik. A fiatalok szabadon hagyják az arcukat, az idősebbek kissé behúzzák a homlokba, vagyis jobban kedvelik azokat, amelyeknek egy kis szélük van."*

Az anyagok változatosságáról is beszámoltak, gyakori volt az *„apró mintás selyemből készült kalap. Van csíkos is."* Fontos volt az összhang a ruha és a kabát színeivel. *„Tolnay Kitty"* boltjában a műsor készítőinek ottjártakor egy *„szürke, kék pettyes"* kalapot néztek meg a legtöbben.

Újdonságnak számított 1957 tavaszán a *„kosztüm vagy kabát anyagából készült fejrevaló. Szép is, olcsó is, hiszen maradékból varrják."* A kalapok díszítése is változatos volt, ismét előtérbe került az *„évek óta száműzött fátyol, csipke, virág és szalagdísz"*.

[20] *„Lányok, asszonyok"*, 1957. 03. 06. MNL OL, digitális másolat, Műsorboríték. Adásba ment: 1957. 03. 06. 13:00–13:10. Kossuth rádió.

A műsor készítői már a nyári kalapdivatról is adtak ízelítőt. *„Igen szép ízléses korall-, zsemlye- és nyers színű szalmákat"* lehetett látni a kirakatokban, ezek *„szép kiegészítői lesznek a tarka nyári ruháknak"*.[21]

„Színes kendőket, sálakat, divatszöveteket, gyapjútakarókat szőnek gyapjúból, pamutból, műszálból" a Mechanikai Szövő Kisipari Termelőszövetkezetben, számoltak be a műsor március 30-i adásában. Az üzemben több mint száz nő dolgozott, sokan közülük az irodai munkát cserélték erre a tevékenységre.

Az üzemben különleges termékeket készítettek, a műsor készítői erről Nagy Jánosnét, a szövetkezet vezetőjét kérdezték. Mint elmondta, a dolgozók mindannyian részt vettek a *„minták, színek, vonalak"* megtervezésében. Az üzem műszaki vezetője, Ziegler Imre pedig hozzátette, hogy *„egy-egy új minta kialakításánál Hupján Józsefné szövőnő, de Tolnainé […] az árutisztító"* is elmondhatta véleményét, javaslatát. Minden dolgozó figyelemmel kísérte, milyen áru került az üzletekbe a vásárlók elé. *„Ezzel keresetüket is növelik, mert a vevők, akik megszeretették áruikat, elhalmozzák őket megrendelésekkel."*

Nemrégiben, hangzott el, egy hiánycikk, a falusi asszonyok számára a fejkendő tervezése, gyártása kezdődött el a szövetkezetben. Az igények kielégítéseképpen rövidesen *„sikerült a tolnai menyecskék, nyírségi lányok kedvére tenni, olyan kendőket gyártani, amelyeket szívesen"* viseltek. A városi asszonyok számára is *„újszerű, finom mintájú kockás kendőket, sálakat […] a legapróbb pepitától kezdve a tízcentis kockásig"* mindenfélét gyártottak.

Az üzem évente félmillió sálat és kendőt készített, de divatszövetek is kerültek a piacra a gyártósorokról. Tesztelték a pikészerűen szőtt fehér, sárga, világoskék nyári anyagokat, a szürke, a frész, a piros-kék apró kockás kelméket. A legkeresettebb a csíkos szoknyaanyag, de bőséges választék állt rendelkezésre a fehér-fekete pepitaszövetből is. Ezeket a könnyű anyagokat 35-36 forintért vásárolhatták meg a vevők, *„hűvösebb időben nyári ruhának, kiskosztümnek igen alkalmasok"* voltak. [22]

---

[21] *„Lányok, asszonyok"*, 1957. 03. 11. MNL OL, digitális másolat, Műsorboríték. Adásba ment: 1957. 03. 11. 13:00–13:10. Kossuth rádió.

[22] *„Lányok, asszonyok"*, 1957. 03. 30. MNL OL, digitális másolat, Műsorboríték. Adásba ment: 1957. 03. 30. 18:20–18:40. Petőfi rádió.



5. sz. kép: Garabuczy Ágnes manöken mutatja meg, hogy mit hordott az elegáns pesti nő 1957-ben, egy Pobeda típusú autónak dőlve. Nemcsak a ballon, a bőröndcímke is újra hódított! (Forrás: Fotó: Fortepan. https://welovebudapest.com/cikk/2021/03/03/budapest-igy-oltoztunk-mi-a-budapesti-divat-100-eve/ (letöltés dátuma: 2026. 05. 30.)

Szabadidő, táborozás, sportolás

A műsor március 11-i adásában egyebek mellett arra is felhívták a figyelmet, hogy a jó idő beköszöntével lassan elkezdődhet a szabadtéri programok szervezése, a kirándulások, a túrák. A különösen kedvelt turistaházak megtelhetnek vendégekkel, olyanokkal is, akik nem egy éjszakát, hanem akár heteket is tölthetnek ott. Az ország legszebb tájain, mintegy *„negyvennyolc"* helyen álltak rendelkezésre *„jól felszerelt modern menedékházak"*. A műsor szerkesztői a Turistaházakat Kezelő Vállalattól megtudták, hogy a *„házak nagy része már teljesen felkészült a tavaszi idényre. Egy részüket pedig most festik, takarítják, tatarozzák."* Bemutattak a hallgatóknak néhány új létesítményt, ilyen volt a *„gyönyörű kilátású Bükkszentkereszten"* tervezett vagy a Parádon épülőben lévő turistaház. Ugyancsak Parádon bővítették a turistaszállót, amely három épületben várta a pihenni, kirándulni vágyókat.

A szállások és az étkezés költségei is elhangzottak a műsorban. *„A napi étkezés minden turistaszállóban 29 forint. Ezért kap az ember tejből, teából vagy kávéból, vajból és dzsemből álló reggelit, háromfogásos ebédet, két fogásból álló vacsorát. A szállás díja 6 és 14 forint között váltakozik."*

A műsorban beszámoltak az ifjúsági turistaházak létesítéséről, elsőként a pilisi Kőhegyen. A tervek szerint márciusban kezdheti meg működését, *„szakavatott pedagógusok felügyelete mellett szórakozhatnak, kirándulhatnak a fiatalok"*. Elsősorban iskolás csoportoknak kívánták felajánlani a menedékházat, de hosszabb nyaralásra is lehetőséget tudtak biztosítani.

Az elmúlt évben, hangzott el, több turistaházban is volt gyermeküdültetés, így pl. Zsíroshegyen, Nagyszénáson, Ágasvárán, Várkúton, Csikóváralján, Badacsonyban, mindenhol pedagógusok felügyeltek a gyermekekre. Egy újabb kezdeményezésről is beszámoltak, a turistaházak környékén sátortábort állítottak fel, ahol a táborozók számára az ellátást a turistaház konyhája biztosította.[23]

A táborozáshoz, a nyaraláshoz, a sportoláshoz, a szabadidő eltöltéséhez egyáltalán nem mindegy, milyen felszerelést, sportruházatot veszünk fel, ehhez adott hasznos tanácsokat a műsor április 1-jei adásában. A szerkesztő a Múzeum körúti Sportboltba látogatott el, bemutatta, milyen ruházati cikkeket kínáltak, elsősorban női vásárlóknak, a pihenéshez, a nyaraláshoz, a szabadidő eltöltéséhez.

Pásztor György üzletvezető azokat a termékeket sorolta, amelyekből kevés volt, vagy egyáltalán nem lehetett kapni. Ilyen volt a sportolásnál kedvelt düftinkabát (bársonyszerű, fényes, sűrű szövésű, selyemmel, gyapjúval kevert vízhatlan pamutszövet) és a lumberjack (kabát). Amiből még ezeknél is kevesebb volt a boltban, az a női és férfi ballonkabát. Elmondta, hogy ezekből ugyan érkezett egy jelentősebb szállítmány az NDK-ból, azonban hamar elfogytak a kedvező áruk miatt is, a bélelt ballon sportkabát ára 350 forint volt. Kedvelt volt a barna-drapp pamutszövet kabát, amelynek nyakát és övrészét barna kötött pánt díszítette, és mindösszesen 300 forintért lehetett megvásárolni.

A beszámoló szerint az üzletben több újdonságra is felhívta a figyelmet az üzletvezető, többek között a háromnegyed hosszúságú, kapucnis vagy sálgalléros, bő gombolású lódenkabátra, amiből női és férfi egyaránt készült.

A háziasszonyok véleményét megerősítve mutatták be a sportruhának is alkalmas melegítőt, amely házimunkára is kiválóan alkalmas, *„kötényruhaszerű felsőrésszel készült, ujj nélküli, egybe szabott tréningruha. Színes ingblúzzal, pulóverrel viselhető, vagyis több változatban kihasználható."* A ház körüli munkákhoz, takarításhoz, kertészkedéshez kényelmesen viselhető.

A sportboltban a gyermekekre is gondoltak, kedvelt ruházati cikkek a kapucnis holmik, a *„búzakék, bordó, sötétkék és barna kordbársonyból"* készült melegítők, hatéves korig, 260–340 forintba kerültek. A nyár *„ked-*

[23] *„„Lányok, asszonyok",* 1957. 03. 11. MNL OL, digitális másolat, Műsorboríték. Adásba ment: 1957. 03. 11. 13:00–13:10. Kossuth rádió.

vence lesz bizonyára az a pamutpulóver," ami az utcára és sportoláshoz egyaránt felvehető.[24]



6. sz. kép: A zsíroshegyi turistaház 1957-ben. (Forrás: https://vosatka.blog.hu/2008/03/15/turistahazak_egykor_es_most (letöltés dátuma: 2026. 05. 30.)

Zsíroshegyi turistaház (420 m). A Zsíroshegy tetején Főépületből és melléképületből (Otthonból) áll. Villanyvilágítás. Vízvezetéke most készül. Befogadóképesség: az összes hálóhelyek száma 66; 5 × 2 ágyas, 2 × 3 ágyas és 1 × 4 ágyas különszoba, továbbá 1 × 14 ágyas hálóterem. Az Otthon 3 hálóhellyel turistaszállásnak berendezett. Megközelítés: 32 35, 79, 83. útvonalakon.

7. sz. kép: A zsíroshegyi turistaház leírása. (Forrás: https://vosatka.blog.hu/2008/03/15/turistahazak_egykor_es_most (letöltés dátuma: 2026. 05. 30.)

Menyasszonyképző, szépségápolás

A műsor március 30-i adásában egy *„Három hónapos menyasszonyképző"* címet viselő szombathelyi falragasz tartalmát járta körül. Az előtte elhaladó férfiak jót mosolyogtak rajta. *„Pedig, ha az ember jól meggondolja, illetve tovább olvassa a falragasz szövegét, nincs ok a mosolygásra. Az építők Kossuth kultúrotthonában igen hasznos és fontos dolgokra oktatják a jövendő feleségeket, kisanyákat."* Az előadásokon a *„dolgozó nő mindennapi problémáival*

[24] *„Lányok, asszonyok"*, 1957. 04. 01. MNL OL, digitális másolat, Műsorboríték. Adásba ment: 1957. 04. 01. 13:00–13:10. Kossuth rádió.

foglalkoznak, ezek megoldásához nyújtanak segítséget. Tárgykörök: sütés-főzés, szabás-varrás, foltozás, gyermekruhavarrás, a dolgozó nő háztartása, mosás, gyermeknevelés, egészségügyi tanácsadás." Az adásban megkeresték a kultúrotthon vezetőjét, Fehérvári Tivadart, aki bemutatta Bajsi Marikát és Szász Rozit, akik hamarosan menyasszonyok lesznek, ezért jártak a tanfolyamra. Berkes Olgi, aki már menyasszonyként vett részt az előadásokon, pozitívan nyilatkozott: *„Nagyon hasznosnak tartom a menyasszonyképző iskolát. Barátnőim körében azt tapasztaltam, sok házassá borult fel azon, vagy legalábbis azért is van annyi nézeteltérés ifjú házasok között, mert az asszonyka nem tanult meg idejében főzni, varrni, háztartást vezetni. Sok esetben végül váláshoz vezet a veszekedés, egyenetlenség… Én ha férjhez megyek, nem akarok elválni, és nem akarom azt sem, hogy ne legyen meg a családban a harmónia. Idejében megtanulom hát jól forgatni a főzőkanalat. Varrni is szeretnék tudni, legalább annyit, hogy kisebb dolgokat magam otthon elkészíthessek. Boldog családi életet szeretnék élni, s úgy érzem, ehhez az is hozzátartozik, hogy jól gondoskodhassam majd az enyéimről, jó háziasszony legyek…"* A műsorban arra biztatták a települések vezetőit, kövessék a szombathelyiek példáját, és szervezzenek hasonló tanfolyamokat a lányok számára.[25]

A március 30-i adásban a menyasszonyképző tanfolyam témái közül hiányzó kozmetikai tanácsadás is említésre került. *„A jó házassághoz az is hozzátartozik, hogy az asszony mindig csinos, jól ápolt legyen, törődjék magával,"* hangzott el a figyelmeztetés. Szépségápolási tanácsokkal Fehér Jolán kozmetikus látta el a hallgatókat. A kellemes tavaszi idő után a meleg nyári napok beköszöntével a napozás jótékony hatásai mellett *„kárt is okozhat, ha nem vigyázunk. Kerüljük az erős napot már most a tavaszi hónapokban, például az, akinek tágultabbak a vérerek az arcán. A napsugár ugyanis fokozza a vérkeringést – tehát tovább tágítja az ereket. Sokan félnek ilyenkor a szeplősödéstől – joggal. […] Készüljünk fel a gonosz kis pontok ellen: aki teheti, kvarcoljon, és kissé lebarnulva fogadja a »szeplőkorszakot«. Aki hajlamos az erős szeplősödésre, az természetesen lehetőleg kerülje a napot."*

Hasznos tanácsként elmondta még a kozmetikus, hogy annak, aki mindenképpen napozni szeretne, legalább a feje maradjon árnyékban az arcbőr sérülésének elkerülése érdekében. Ajánlatos továbbá fényvédő krémeket és púdert használni. A száraz arcbőrre nappal is ajánlatos a bőrtápláló krém használata, de éjszakára mindenképpen ajánlott. A fényvédő és bőrápoló krémekről Fehér Jolán elmondta, hogy *„jól felszívódó anyagokból készülnek. A zsír tápanyagokon kívül vitaminokat tartalmaznak, vagy olyan anyagokat, amelyek a nap hatására vitaminokká alakulnak."*

[25] *„Lányok, asszonyok"*, 1957. 03. 30. MNL OL, digitális másolat, Műsorboríték. Adásba ment: 1957. 03. 30. 18:20–18:40. Petőfi rádió.

A száraz bőrnek nem tesz jót a napozás, *„ráncosodást okozhat már egészen fiatal korban, különösen a szem körül"*. Ott mindenképpen fokozatosan védeni kell a bőrt.

A szakember arra is felhívta a hallgatók figyelmét, hogy *„puderes, sminkes arccal"* nem szabad napozni, és lehetőség szerint *„minél kevesebb kendőzőanyagot tegyünk az arcunkra, tavasszal, nyáron. Hagyjuk a természetes érvényesülni…"*[26]



8. sz. kép: Lányok sminkelnek 1957-ben. (Forrás: Fortepan / FSZEK Budapest Gyűjtemény. Sándor György felvétele. (letöltés dátuma: 2026. 06. 22.)

* * *

Az 1957 tavaszán elhangzott műsorok tartalma, hangneme alapvetően különbözött az 50-es évek adásaitól. A Magyar Rádió vezetése a forradalom utáni műsorpolitikájában elsősorban az újrakezdést, az emberek szolgálatát helyezte a középpontba. Ezt jól tükrözik a „*Lányok, asszonyok*" című műsor bemutatott adásai is. Ezekben hasznos, életszerű tanácsokkal igyekezték segíteni a nőtársadalmat a napi problémáik megoldásában. A rádió továbbra is megtartotta propagandaszerepét, tevékenységében nyomon követhető a pártirányítás, de a műsorokban egyre több olyan téma szerepelt, amelyek korábban nem kerülhettek az adásokba, és szabadabb lett a szerkesztés is.

[26] *„Lányok, asszonyok"*, 1957. 03. 30. MNL OL, digitális másolat, Műsorboríték. Adásba ment: 1957. 03. 30. 18:20–18:40. Petőfi rádió.