

NOE

292. szám



levelek

FÓKUSZBAN
a láthatatlan
munka

A CSALÁD MINDEN



TAGJA SZÁMÁRA

BEKÖSZÖNŐ	3
ÉRDEKVÉDELEM	
Bölcsődei ellátások új rendszere	4
A NOE ÉLETÉBŐL	
Babaköszöntő	5
ŐSZI TALÁLKOZÓ beharangozó	5
AZ ELMÚLT IDŐSZAK ESEMÉNYEI	
JELENLÉT – láthatatlan munka a (nagy) családban	6-7
„Nagycsaládos lettem” szépirodalmi pályázat	8
<i>Családot? Köszönöm, nem kérek!</i>	8-9
Nemzeti parkjaink – Kedvezmény NOE-tagoknak	10
40 éves a Bükk Nemzeti Park Igazgatóság	11-12
Közéleti képzés Lakiteleken	12
PÁLYÁZAT	
III. Mestercset – Pályázat	13
BESZÉLGETÉS	
Az önkéntes munka öröme – <i>Beszélgetés Herczegh Anitával</i>	14-15
CSALÁDI ÉLET	
Király Ignác: A szolgálat dicsérete	16-19
Tölgyes Eszter: Láthatatlan munka?	19
Mindennapos küzdelmeim a házimunkával	20
„Hagyja a dagadt ruhát másra”	20
ÉLETMÓD	
Apukáknak ajánljuk! – Divatos bútorfelújítás	21
Családellátó kert	22-23
Így tervezzünk családi nyaralást!	23
Mindenki Operája – mindenki Operába!	24-25
HÁZIASSZONYI PRAKTIKÁK	
Pannika főzőiskolája – Hagyományos ételeink, ízeink	26-27
GYERMEKKUCKÓ	
Mese: Az apai örökség	28
Kreatív barkács ötletek – Házimunkára fel!	29
Dörmögő, Szólások és közmondások, Szókereső	32, 34
KEDVEZMÉNYEK 25, HIRDETÉSEK	25, 31
ÖRÖMHÍREK	32

A 292. sz. NOE Levelek címlapján Herczegh Anita, a köztársasági elnök felesége és legfiatalabb gyermeke szerepel

A NOE Levelekben szereplő kedvezményes ajánlatok kizárólag NOE-tagokra vonatkoznak. Kéziratokat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza. Az újságban megjelenő hirdetések kereskedelmi jellegűeknek minősülnek. A hirdetések tartalmáért felelősséget nem vállalunk.

A NOE Levelek 293-294. számának lapzártája: **2017. május 20.**

Felelős szerkesztő: **Kardosné Gyurkó Katalin**, elnök

Főszerkesztő: **Arató Zsolt**

A szerkesztő bizottság tagjai:

Lódi Viktória, Máthé Zsuzsanna, Nemes Attila

Tipográfia: **Tóth Imréné**, Press+ Print Kft.

Grafika: **Szalay Éva**, Reményhal Kft.

Felelős kiadó: **Bodroghelyi Csaba**, főtítkár

1056 Budapest, Március 15. tér 8.

Tel./fax: 235-0945, 317-4909, 317-4563,

NOE-FON

70/771-6565, 40/200-943

NKÖM nyilvt. szám: 2.2/6811/2000

ISSN 1788-9103

Honlap: www.noe.hu

E-mail: noe@noe.hu

Félfogadás: szerda 10-16, péntek: 10-13.30

Ebédészünet: 12.30-13.00

A NOE számlaszáma:

11705008-20109369 (OTP Bp., V. kerületi fiók)

NOE tagdíj alszámla száma: 11705008-20474210

NOE adószáma: 19024471-1-41

A Családjainkért Alapítvány számlaszáma:

11705008-20427799 (OTP Bp., V. kerületi fiók)

A Nagycsaládosok Országos Egyesülete, a Családjainkért Alapítvány és az Otthon Segítünk Alapítvány közhasznú.

A Családjainkért Alapítvány számlaszáma:

OTP Bp., V. kerületi fiók 11705008-20427799

Az Otthon Segítünk Alapítvány adószáma: 18468414-1-42 számlaszáma: MKB Bank 10300002-20131045-00003285

Nyomda: Press+Print Kft., Kiskunlacháza

RÉGIÓKÖZPONTOK ELÉRHETŐSÉGEI

Észak-Magyarország és Felső-Tisza Régiós Iroda

4150 Püspökladány, Kodály Zoltán u. 4.
Szilágyiné Kerekes Margit
Tel./fax: 54/450-009, 70/7760-877

Telefonos ügyintézés: H-P: 8-16
Személyesen: előre egyeztetett időpontban

Dél-alföldi Régió

Kapcsolatfelvétel e-mailben és telefonon
Benedek Szilvia:
bszilvi0502@gmail.com
Tel.: 70/3323-509

Al-Duna Régiós Iroda

Levelezési cím: Pécsi Székesegyház Nagycsaládos Egyesület
7623 Pécs, Szabó József utca 4.
Vargáné Kunczt Orsolya
Tel: 70/331-0760
Honlap://www.noepecs.hu
Régiós ügyintézés:
kedd 9:00-15:00
vagy telefonon egyeztetett időpontban

Balaton Régiós Iroda

Molnárné Budai Angelika
Tel.: 70/6144-978

Budapest és Közép-magyarországi Régiós Iroda

Rendek Ildikó
tel.: 70/934-3340
e-mail: rendek.ildiko@noe.hu

Felső-Duna Régiós Iroda

9024 Győr, Mónus Illés u. 47-49.
Horváth Hajnalka
Tel.: 70/7760-011

Félfogadás előzetes telefonos egyeztetés alapján.



Látja? Nem látja? Na látja!

Egy pillanatra hunyjuk be a szemünket, és képzeljük el, milyen lenne az otthonunk a nap mint nap elvégzett, láthatatlannak nevezett munka nélkül. Ha kicsit eljátszunk e különös gondolattal, nagyon is látványos vízió tárulhat elénk: hegyekben álló szennyes ruha, koszos edényekkel teli mosogató, pöffeszkedő pormacsák a sarokban, üres hűtőszekrény, de a kiégett izzók, meglazult dugaljok vagy az elhanyagolt kert képe is feltűnhet riadt lelki szemeink előtt.

És ez még csak a kezdet, mert a láthatatlan munkák közé tartozik a gyermekek nevelésével járó temérdek és sokszínű tennivaló (a fuvarozásuktól a lecke kikérdezésén át a vasárnapi hajmosás-körömvágás kombóig ezernyi munka), a rászoruló idős vagy beteg rokonok gondozása, a családi kapcsolatok ápolása, illetve minden, a családjainkon kívül végzett önkéntes tevékenység.

Ha társadalmunkban a fizetett és a fizetetlen (láthatatlan) munka arányát próbálnánk összevetni, bizonyos, hogy

a nagyobb szeletet az utóbbi kategóriába tartozó munkavégzés képezné, mégis méltatlanul kevés figyelem esik e munkákra.

Április első keddeje a Láthatatlan Munka Világnapja, ami bennünket, nagycsaládban élőket különösképp is érint, hiszen komoly háztartásokat kell navigálnunk, sok emberről kell gondoskodnunk, sőt, az élénkebb társadalmi kapcsolatok miatt nagyobb eséllyel vállalunk szerepet családjainkon kívüli közösségekben is – akár a NOE önkénteseként. Ezért is tartottuk fontosnak, hogy a NOE Levelek áprilisi számát a láthatatlan munkának szenteljük.

A sok szorgos, láthatatlan munkás keze teszi élhetővé és szerethetővé mindennapjainkat, s ha már anyagi elismerés nem is kíséri e fontos szerepvállalást, legalább az irántuk érzett megbecsülésünk növekedjen, és ha mi magunk is közéjük tartozunk, húzzuk ki magunkat, mert megérdemljük!

Isten éltesse minden másokért munkálkodót!

MÁTÉ ZSUZSANNA



MIRE ÉRDEMES FIGYELNI?

Ha az egyesület friss híreit szeretném megismerni?

Ha aktuális pályázatokról, eseményekről szeretnék tájékozódni?

Ha szeretek színházba, múzeumba, moziba járni?

Ha a hirdetések, felajánlások érdekelnek?

www.noe.hu / Facebook oldalunk
(Nagycsaládosok Országos Egyesülete)

NOE HÍRLEVÉL

NOE-KULTÚRA LISTA

Feliratkozás: bszilvi0502@gmail.com

NOE-PIAC LISTA

Feliratkozás: noe@noe.hu

Várjuk a listákra jelentkező NOE tagokat (tagsorszám megadásával)!

NOE TITKÁRSÁG

BÖLCSŐDEI ELLÁTÁSOK ÚJ RENDSZERE

2017. január 1-től



UNIÓS FEJLESZTÉSI FORRÁSOK

TOP-1.4.1

„A foglalkoztatás és az életminőség javítása családbarát munkahelyek által segített intézmények, közszolgáltatások fejlesztésével”

TOP-4.2.1

„Családbarát, munkahelyi ellátást segítő intézmények, közszolgáltatások fejlesztése”

Bölcsőde Mini bölcsőde Családi bölcsőde

Munkahelyi bölcsőde Közös bölcsőde Beszervezési központ
 Munkahelyi beszervezés Társulások kihasználása



BÖLCSŐDEI INTÉZMÉNYEK



Minden településen, ahol

40-nél több 3 év alatti gyermek él vagy legalább 5 család igényli a bölcsődét,

ott 2018 év végéig kötelező valamely bölcsődei ellátást megszervezni, működtetni



BÖLCSŐDE

Csoportlétszám:

max. 12-14 gyermek

Bölcsődei dolgozók:

2 fő kisgyermeknevelő + 1 fő bölcsődei dajka

Feltételek:

működési engedély bölcsődei szabvány szakirányú végzettség

Állami támogatás (2017):

beíratott gyermekek után 230 osztónapra

494 100 Ft
gyermek / év

518 805 Ft
HH-s gyermek / év

543 510 Ft
HHH-s gyermek / év

741 150 Ft
SNI-s gyermek / év

*HH - községi helyi gyermek - HHH - községi helyi gyermek - SNI - sajátos nevelési igényű gyermek

Fenntartó: önkormányzat, önkormányzati társulás, civil vagy egyházi szervezet



MINI BÖLCSŐDE

Csoportlétszám:

max. 7-8 gyermek

Bölcsődei dolgozók:

1 fő kisgyermeknevelő + 1 fő bölcsődei dajka

Feltételek:

működési engedély csak OTÉK* (nincs bölcsődei szabvány) szakirányú végzettség

*Az OTÉK (Kisgyermeknevelésről és gyermekfelügyeleti tevékenységről szóló 2013. évi XLII. törvény) 2013. évi módosítás alapján engedélyköteles

Állami támogatás (2017):

beíratott gyermekek után 230 osztónapra

494 100 Ft
gyermek / év

518 805 Ft
HH-s gyermek / év

543 510 Ft
HHH-s gyermek / év

741 150 Ft
SNI-s gyermek / év

*HH - községi helyi gyermek - HHH - községi helyi gyermek - SNI - sajátos nevelési igényű gyermek

Fenntartó: önkormányzat, önkormányzati társulás, civil vagy egyházi szervezet

A családi napközi
ÁTALAKULT!

CSALÁDI BÖLCSŐDE

ÚJ!

Csoportlétszám:

max. 5-7 gyermek

Bölcsődei dolgozók:

1 fő szolgáltatást nyújtó
(ha 5-nél több gyermek, akkor 1 fő segítő)

Feltételek:

működési engedély akár egy családi otthonban min. 3 m² / gyermek
 kötelező tanfolyam

Állami támogatás (2017):

346 000 Ft
gyermek / év

Fenntartó: önkormányzat, önkormányzati társulás, civil vagy egyházi szervezet



MUNKAHELYI BÖLCSŐDE

ÚJ!

Csoportlétszám:

max. 5-7 gyermek

Bölcsődei dolgozók:

1 fő szolgáltatást nyújtó
(ha 5-nél több gyermek, akkor 1 fő segítő)

Feltételek:

működési engedély munkahelyen vagy foglalkoztató által bérelt helyiségben
 kötelező tanfolyam min. 3 m² / gyermek

Állami támogatás (2017):

148 230 Ft
gyermek / év

Uniós fejlesztési forrás:
GINOP 5.3.8
„Munkahelyi bölcsődék
létrehozásának támogatása”

Fenntartó: bármely foglalkoztató



BABAKÖSZÖNTŐ

**Budapest, Hajógyári sziget,
Szekér Csárda
2017. május 6., 10-13 óráig**

Életre szólóan szülővé válunk, amikor igent mondunk egy-egy gyermek érkezésére és határtalan az öröm, amikor megérkezik, amikor kézbe foghatjuk, szerethetjük gyermekeinket. Öröm a családnak, öröm a közösségünknek, ami mellettünk áll.

Ennek az örömnél szeretnénk mi is részesei lenni egy kis időre, ezért – immár hagyományosan – ünnepséggel, babacsomaggal, szeretnénk köszönteni azokat a családokat, ahol 2016-ban újszülött baba érkezett!



Gyertek, ünnepeljük együtt, nagyobb körben is a gyermekáldást!

Várunk egy közös, szép családi napra színes programokkal, kézműves foglalkozásokkal.

A Babaköszöntő fővédnökségét ismét elvállalta Herczegh Anita, a köztársasági elnök felesége, aki megtisztelti jelenlétével rendezvényünket.

Szeretettel várunk Benneteket!
NOE Titkárság

BABAKÖSZÖNTŐ



„Ha gyermek születik a világra,
család is születik!”

2017. május 6.



ŐSZI TALÁLKOZÓ



**Szarvas
2017.
szeptember 23.**

Szeretettel hívunk és várunk minden kedves NOE tagcsaládot idei Őszi Találkozónkra, a történelmi Magyarország közepére, Szarvasra, ahol együtt ünnepelhetjük egyesületünk fennállásának 30. évfordulóját.

Ízelítő a tervezett programokból:

- színházi előadások:
Csodaszarvas a Szarvasi Víziszínpadon
Valahol Európában című musicalek
- sétahajózási lehetőség a történelmi Magyarország közepén álló emlékműhöz
- séta az arborétumban
- látogatás a Mini Magyarország Makettparkba
- kézműves játszóházak
- színpadi előadások
- táncház

Aki több napra érkezik, annak már most érdemes szállást foglalnia Szarvason. A szállások listáját a honlap Őszi Találkozó ikonjára kattintva találjátok.

A részletes tájékoztatót rövid időn belül küldjük, hogy minél könnyebb legyen a döntés.

Figyeljétek a NOE honlapját, facebook-oldalát és a levelezési listát!

Szeretettel várunk Benneteket!
NOE Titkárság



JELENLÉT – láthatatlan munka a (nagy)családban

A láthatatlan munka napjához – minden április első keddeje – kapcsolódó konferenciánk célja az volt, hogy ráirányítsa a figyelmet a sokak által végzett értékes és pótolhatatlan munkára. A konferenciára április 5-én a Pesti Vigadóban került sor, ahol a „BEUGRÓ – munkához látok” című pályázat díjazottait is köszöntöttük.

Nagyszülők, akik az unokákra vigyáznak, idős, beteg embereket gondozó rokon vagy önkéntes segítő, otthoni feladatokból átvállaló házastárs. Ők, akik a láthatatlan munkát végzik csendben, fizetség nélkül. A világnap célja, hogy a társadalom jobban odafigyeljen azokra az emberekre, akik különösebb felhajtás nélkül végzik a dolgukat, és elismerje pótolhatatlan munkájukat. Az ENSZ-ben tartott felszólaláson túl a NOE egy pályázat és egy szakmai konferencia keretében hívta fel a figyelmet a láthatatlan munka jelentőségére.

A konferenciát Kardosné Gyurkó Katalin, a NOE elnöke nyitotta meg, aki úgy fogalmazott: **„a láthatatlan munka igazából maga az élet”**. Köszöntőt mondott dr. Beneda Attila, az EMMI család- és népesedéspolitikáért felelős helyettes államtitkára, dr. Molnár Balázs Péter, a Miniszterelnökség európai uniós ügyekért felelős helyettes államtitkára, valamint dr. Kucsera Tamás Gergely, a Magyar Művészeti Akadémia főtitkára.

A szakmai konferencián neves előadók elemezték, mit termel a családi munka, hogy milyen is a láthatatlan családi munka karakterisztikája, és hogy mi a láthatatlan munka jelentősége a gyermeknevelésben. A szakszervezeti, munkavállalói aspektusokon túl, a társszervezetek és a média képviselőinek részvételével tartott pódium-

beszélgetés újabb észrevételekkel gazdagította a téma feldolgozását.

A „BEUGRÓ – munkához látok” című pályázatra olyan fotókat, videofelvételeket vártunk, amelyen a pályázó egy családtagja, barátja, ismerőse által végzett láthatatlan munkát maga végez, bemutatja azt, azaz beugrik a másik szerepébe, s munkához lát. A pályaműveket a konferencia helyszínén, a rendezvény alatt egy kiállítás keretében mutattuk be.

Tekintettel a beérkező pályaművek magas színvonalára, a NOE vezetősége elfogadta a zsűri (Joó Kinga elnökhelyettes, Szalay Éva vizuális szakértő, és Nemes Attila kommunikációs munkatárs) javaslatát, és megduplázta a kiosztható díjakat.

A pályázat nyertesei:

I. díj – Eke Edina Mietta (videó), Rózsa Gábor (videó); II. díj – Horváth Zsombor (videó), Kovács Laura (kép); III. díj – Ruzsovics Dorina (kép), Süle Zsuzsanna (kép).

Az eseményen részt vettek a hazai családszervezetek képviselői is. Az előadások anyaga honlapunkról letölthető (http://www.noe.hu/hirek/jelenlet_lathatatlan_munka_a_nagycsaladban). A nyertes fotó és videó munkák a NOE facebook oldalán található.

LÓDI VIKTÓRIA



1. helyezett: Eke Edina Mietta (video)



3. helyezett: Ruzsovics Dorina (kép)



2. helyezett: Kovács Laura (kép)



Gérnyi Éva

Ugorj be azok szerepébe, akik ottlón vagy önkéntes munkában sokat tesznek érted vagy egy jó célért (szüleid, testvéreid, nagyszüleid, barátaid, rokonaid, unokáid, gyermekeid). Aztán tölts fel nekünk pár fotót vagy videót az akcióról a noe.hu oldalra!

BENGRÓ - munkáoz látol
Pályázat a láthatatlan munkároz

Díjak:
1. Helyezett: 6r. 150 000 Ft, 2. Helyezett: 6r. 100 000 Ft
3. Helyezett: 6r. 50 000 Ft

Több info: noe.hu



Pencsov Melinda



Bartok Andrásné Gyöngyvér:
Sielni tanulok...



Kucséra Jenő: Egy kis segítség



Ruzsovics Dorina



Péter Pál Péter



Süle Zsuzsanna



„NAGYCSALÁDOS LETTEM!” szépirodalmi pályázat

Határon innen és túl sokakat megmozgatott pályázatunk, melynek témája: „Hogyan lettem nagycsaládos?”. Számos megrendítő és vidám írás érkezett, ezzel is mutatva, hogy milyen sokfélék a nagycsaládosok. A zsűri nem volt könnyű helyzetben, de végül meghozta döntését, melyet a Petőfi Irodalmi Múzeumban megrendezett ünnepélyes díjátadón hoztunk nyilvánosságra március 3-án.

„A család is... olyan valami az életben, ami becses... Olaj az élet lámpásában.” Gárdonyi Géza megkapó sorai családunkat, gyermekeinket, szüleinket juttatja eszünkbe. Ugyan kit nem foglalkoztatnak azok a titkok, történetek, amelyeket egy gyermek vagy a család hordoz, s miért mulasztjuk el mégis megkérdezni őket? A kiírás tálcán kínálta a lehetőséget, hogy megismerjünk okokat, szándékokat, történeteket.

Az eseményre minden pályázó meghívást kapott. Az egybegyűlteket Fűrész Tünde, az EMMI miniszteri biztosa és Pröhle Gergely, a Petőfi Irodalmi Múzeum főigazgatója köszöntötte; a díjakat elnök asszonyunk adta át.

A pályázat felhívása azt célozta, hogy a nagycsaládosok felidézzék a személyes múlt egy-egy eseményét, amely a gyermekvállaláshoz, vagy a több gyermek vállalásához kötődik. Ezzel kapcsolatosan egy-egy fontos, emlékezetes pillanat került rögzítésre prózában vagy versben.

A háromtagú zsűri az alábbi pályázatokat díjazta helyezéssel:

- 1. helyezett: Tedd Tünde: Családot? Köszönöm, nem kérek! c. munkájáért
- 2. helyezett: Patak Gyöngyvér: PIC-i történet c. munkájáért
- 3. helyezett: dr. Horváthné Lehel Krisztina: Nagycsaládos lettem! c. munkájáért.

Tekintettel a pályázatok magas színvonalára a zsűri további 5 pályázót is dicséretben részesített.

A NOE az pályaművekből kötet összeállítását tervezi 2017-ben.

LÓDI VIKTÓRIA



Családot? Köszönöm, nem kérek! (részlet)

Érdeklődés hiányában a lázadás elmarad. Ezt, így utólag visszagon-
dolva ki is függeszthettem volna a
szobám ajtajára 16 évesen. Pedig
becsületesemre szóljon, igen komo-
lyan igyekeztem lázadni a rendszer,
a szülői szigor, a kőkemény és me-
rev szabályok ellen, csak hát, ami-
kor se rendszer, se szülői szigor, se
szabályok... az embernek extra erő-
feszítéseibe kerül bármiféle feszült-

séget gerjeszteni maga körül. (...)

Két dolgot biztosan tudtam ekkor: színésznő leszek és nem lesz családom. Az első nem szorol magyarázatra, hittem, hogy ősidőktől erre tartogatott engem a jó Isten. Világos, kész. Családot? Köszönöm nem kérek! Az anyaság, a feleségeskedés, pláne a gyerekek a Psotai-léttel összeegyeztethetetlen fogalmak voltak bennem. Egy velejéig színésznő nem őrlődhet fel a család oltárán, nem szórhathja szerteszéjjel önnön való-
lóját pelusok, cuclisüvegek és a mosogatás poríságában! Egy Psota Irén nem állhat a gőz fölött a pacalt kavargatva, miközben borostás, atlétábanizzadt férje ráordít, hogy: „mikor lesz már kész az a rohadt ebéd?”. Ezt nem lehet, ezt nem szabad, ez mindennemű művészettel ellentétes állapot! Nem lesz családom, hisz minden egyes sejtem majd az átlényegülésben kell feloldódjon a világ színpa-

dain, és ily módon töltöm be később teremtem valódi célját! Elhatározásom mindkét dologban tehát igen megalapozott és megmásíthatatlan volt. (...)

Bébiszitterként kaptam állást sulit után egy 9 gyermekes családnál! Igen, 9, azaz KILENC! Mikor először meghallottam a számot, azt hittem, tévedésből, valami nyúldinasztia regisztrált az ügynökségnél. Ezt a viccemet el is sütöttem az irodában ülő hölgynek, akinek pillantása hamar beszüntette horkantgatós röhögésemet.

Első munkanapom egy januári délutánra esett, amikor haza kellett kísérem a nyúlcsalád, azaz Szabadosék egyetlen leánygyermekét, Julcsit. Emlékszem az Operaház melletti balettintézethez mentem érte és türelmetlenül vártam, hogy ez a törékeny kis lányka átöltözzön az órája után. Kissé zavartan, enyhén feszengve bemutatkoztunk és elindultunk tömegközlekedéssel a városra át. Lopva nézegettem őt. 8 éves forma, barna copfos, szeplős kislány volt, számomra teljesen indokolatlan mosollyal az arcán. Mikor az egyik metrótájtáróban elmentünk egy pékség mellett, kedvesen rám nézett és csillogóan tiszta, előrehálás szemekkel így kiáltott: „én itt rettenetesen szeretem a kakaócsigát!” Nem is tudom hallottam-e, látam-e korábban annál aranyosabb jelenséget,



mint akkor, ott azt a kis 30 kilónyi copfost, ahogy – gyors helyzetfelismerésem szerint – éppen péksüteményt kért tőlem. Életemben először találkoztam nálamnál fiatalabb gyermekkel, akit úgy igazán észleltem, megfigyeltem, akivel egyáltalán váltottam néhány szót, és ez a számomra teljesen új élmény pont egy ilyen kis erdőtündére figurával történt. Ő „rettenetesen szerette ott a kakaóscsigát”, ezért bár tisztán láttam megcsappanni aznap esti bevételemet, a pékség felé vettük az irányt. (...) Furcsa utazás volt az az első, a Balettintézetől a budai dombok tetejéig, de egy dolgot kimondatlanul is tudtunk: ennek a bőségben cseperedő, indokolatlanul vidám, ropicsontú Julcsi lánynak lett egy 16 éves, panel-lakó, a mindennapok szürkeségéből kitörni és kitérni vágyó barátja, no meg fordítva.

Az idillinek tűnő utazás azonban vészesen közeledett a végéhez, ahol egész pontosan, a jelenleg ismert számadatok szerint 8, azaz NYOLC fiúgyermek várt rám a Szabadosi család villájában! Azt szokták mondani, hogy az igazán nagy viharokat valamiféle csend előzi meg, no hát itt ilyen nem volt! Szerintem soha, vagy maximum nyolc fiúgyermekkel ezelőtt! (...)

Kezdődő, lábbelik iránt érzett szorongásos megbetegedésemből gyorsan kibillentett egy hatalmas sikoly, amely a körlépcső felől hallatszott. Azonnal Julcsira pillantottam, aki úgy tűnt, egyáltalán nem hallotta, amit én, sőt, teljes nyugalomban közölte velem, hogy ő most kiszalad a Mancit megetetni. Gondolataim zavarában meg voltam győződve, hogy az említett Mancsi is egy gyerek a sokból, csak őt valamilyen rejtélyes oknál fogva kint tartják és ott etetik esténként. Ridegtartás...hallottunk már ilyet. Azért megnyugtató volt, mikor egy vizslafaj tolakodott be az ajtón és boldog várakozással nyalagatta kicsi gazdája kezét. Ő volt tehát Mancsi, a család kutyája. De mi volt az a sikoly? Egy életem, egy halálom, úgy döntöttem bejárom a házat, megkeresem a hang forrását és egyúttal a szülőket is. Elkezdtem felfelé sétálni a hatalmas körlépcsőn, de 5-6 lépés után egy újabb sivitás kíséretében hirtelen két, a pelust leszámítva teljesen csupasz, egyforma fiúcska csúszott le mellettem a korláton, olyan sebességgel, hogy el kellett kapni a kezemet, amellyel kapaszkodtam. Nem akartam tudni, hogy ezt a veszélyes mutatványt hányadik emeleten kezdték el, de a leérkezésük, a gurgulázó nevetésük, az azonnali felpattanásuk alapján úgy tűnt, jó móka a lecsúszós móka. Amíg azon töprengtem, vajon bemutatkozok-e a két klónnak, már fel is rohantak mellettem és esve-kelve, sikítva – ez valamiféle dialektus lehetett náluk – eltűntek a lépcsőház felsőbb szintjein. (...) Julcsi ekkor visszatért a kertből és megkérdezte segítsen-e megkeresni az anyukáját. Hát segítsen! Mielőtt hazaszaladok!

Szeplős kis barátommal az oldalamon kicsivel több bátorsággal szedtem a lépcsőket, majd az első emeletre érve valami egészen furcsa dolgot tapasztaltam. Ennek a háznak minden emelete zsizsegett. Akárhová néztem, minden zajt keltett, mozgott és lendületben volt, mintha külön film pergett volna minden egyes négyzetméteren. (...) Julcsi megfogta a kezemet és így szólt: „ő az mami! Tündinek hívják és vett nekem kakaóscsigát!” majd ezzel elszaladt és elnyelte őt a ház. Én pedig ott álltam még mindig szédülve kissé az ingerektől, attól tartok rettentő bamba arckifejezéssel Szabadosiné előtt. Végigsuhant ugyan a fejemen, hogy most kéne megigazítanom ko-

rábban hátranyalt, ám rég előretüremkedett, kékes hajtincseimet, de olyan természetes kedvesség és elfogadás áradt ebből a lány vonásokkal bíró nőből, hogy meg is feledkeztem a mozdulatról. Bemutatkozott, érdeklődött, hogy minden rendben volt-e az úton, nem probléma-e, hogy kicsivel később tudok aznap végezni, mint azt eredetileg terveztem stb. Sután bár, de igyekeztem válaszolgatni, miközben szívem szerint megállítottam volna az időt, kimerevítettem volna a látványt és mindenféle viselkedniakarás nélkül szemléltem volna arcát, szőke haját, laza, ám nőies ruháját. Én ilyen mamival még soha életemben nem találkoztam. Panelanyuk és mami között nagyjából akkora volt a hasonlóság, mint egy csapat vemhes hód és egy flamingó között. (Nincs persze bajom a vemhes hódokkal – mielőtt panaszlevelet írna a VHE, azaz a Vemhes Hódok Egyesülete az írsomat kiadó orgánumnak –, csak vitathatatlanul lenyűgözőbb látvány egy kecsesen rózsaszín flamingó a vízparton, mint az előbb említett élőlény.) Furcsa dolgok az érzetek, a benyomások, de Szabadosinének már az illata maga is olyan bársonyos volt, hogy egy életre megjegyezte az orrom, a fejem, a szívem. Álltam tehát kábultan a látványtól, a parfümtől, az őszintén nyájas hangtól, majd a jelenés elsétált előlem. Néhány perc múlva hallottam, ahogyan elindítja az autót és kihajt a kapun, hogy bizonyára Szabadosi úrral találkozzon a városban. (...)



Húsz év telt el azóta. A minap kaptam egy esküvői meghívót Julcsitól, aki gyönyörű balerinává cseperedett az évek alatt, és úgy tűnik hamarosan feleség lesz belőle. Én magam nem lettem színésznő, az én színpadom bizonyos értelemben sokkal nagyobb lett végül. Hozzámentem egy irtó rendes, nagydarab fickóhoz, aki 13 éve udvarol rendületlenül és ennek lett is három gyümölcsce, két kislány és egy Ádámmal kísértetiesen hasonló kisfiú. Talán remek Júlia lettem volna egy aktuális Rómeó oldalán, de kétségtelenül megoldották a nagy teátrumok nélkülüm is az előadásokat. Ennek a három gyermeknek azonban csak és kizárólag én lehettem az édesanyja és ezt a szerepet bizony nem lehetett másra osztani. Hálás vagyok a nagy Rendezőnek odafenn, hogy így alakult, mert nincs ennél embert próbálóbb, nehezebb és egyben szebb szerep a világon.

TEDD TÜNDE



NEMZETI PARKJAINK Kedvezmény NOE-tagoknak!

A NOE tagok és közvetlen hozzátartozói (házastárs, gyermekek) a nemzeti park igazgatóságok üzemeltetésében lévő szálláshelyek árából egységesen 20% kedvezményt kapnak, valamint a nemzeti park igazgatóságok bemutatóhelyeinek alapszolgáltatásait (pl. látogatóközpont belépőjegy, barlangi rövidtúra) a NOE tagsági kártyájával rendelkező tagjainak harmadik és további 14 év alatti gyermekei ingyenesen vehetik igénybe.

A kedvezmény annak a megállapodásnak köszönhető, amelyet a NOE kötött a Földművelésügyi Környezetügyért, Agrárfejlesztésért és Hungarikumokért Felelős Államtitkárságával 2017. március 2-án. A megállapodás létrejötté többirányú szakmai együttműködést, a területi szervek kölcsönös segítségét, közös programok és pályázatok meghirdetését, a nemzeti park igazgatósági bemutatóhelyek és programok ismertségének növelését és népszerűsítését teszi lehetővé.



A Magyar Nemzeti Parkok Hete 2017 rendezvény keretében június 30. - július 9. között változatos programok várják a természeti élmények iránt érdeklődőket. A rendezvény nyitóhétvégéjének június 30. - július 2. között Egerben az Eszterházy Károly tér ad otthont, kapcsolódva a Kalács Fesztivál gyermek és családi programjaihoz.

Július 8-án, szombaton a nemzeti park igazgatóságok külön figyelmet szentelnek a nagycsaládosoknak.

Június 30-án, pénteken, az egeri Eszterházy Károly Eszterházy Károly Egyetem Líceumába ökoturisztikai és természetvédelmi szakmai konferenciára kerül sor „Natura 2000 területek bemutatása” címmel.

Július 1-2-án, szombaton és vasárnap Egerben mutatkoznak be a Magyar Nemzeti Parkok: a „zöldforgatagban” megköszönhetjük a különleges Nemzeti Parki Termék védjegyes termékeket, bekapcsolódhatunk a hagyományőrző kézművesek munkájába, átfogó képet kaphatunk hazánk természeti, ökoturisztikai, kulturális kínálatáról, szép és hasznos ajándékokat nyerhetünk a természetismereti játékokon, valamint kerékpáros és gyalogos túrák keretében ismerhetjük meg a helyi jelentőségű védett természeti területen található Nyerges Mészhegyi tanösvényt és a Nagy-Eged növényvilágát. A folytatásban, **július 3-9.** között valamennyi nemzeti parkunkban gazdag programkínálat, izgalmas kalandtúrák, családi programok várják a természetbarátokat földön, vízen és levegőben, ingyenesen vagy kedvezményes áron.

A Magyar Nemzeti Parkok Hete utolsó hétvégéjén, **július 8-án, szombaton** külön figyelmet szentelünk a nagycsaládosoknak. Országsszerte több helyszínen várjuk a kicsiket és nagyokat egyaránt. A Hortobágyi Vadaspark családi programjai, a Bivalyfesztivál kézműves játszóháza és állatsimogatója, Királyréten a festőnövények megismerésével egybekötött családi nap, valamint a Körösvölgyi Látogatóközpont és Állatpark családi felfedező túrája mindenki számára felhőtlen kikapcsolódást biztosít majd. Aggteleken és a Hortobágyon telihold túra keretében gyönyörködhetünk az ég szépségében. Az aktív turizmus szerelmesei kalandozhatnak szolárhajóval a Fertőn, kenuval a nádasban, Land Roverrel a Hanságban. S aki inkább a madarakhoz vonzódik, az is talál kedvére való programot, hiszen a Hortobágyi-halastónál, a Tisza-tavi Vízi Sétány és Tanösvénynél, valamint a szegedi Fehér-tónál madárlesen, a Kolon-tónál madárgyűrészen vehet részt. Növénytan ismereteinket a bükki Őserdő-túrán, a Tiszakürti Arborétum 1200 fajt számláló növényállományának, vagy az Ős-Dráva Látogatóközpont gyógynövénykertjének megtekintésével, valamint az ehető és gyógynövények megismerését célzó őrségi túra alkalmával bővíthetjük.

A Magyar Nemzeti Parkok Hete rendezvénysorozatról részletes információt a www.magyarnemzetiparkok.hu/mnph ökoturisztikai weboldalon, valamint a www.facebook.com/MagyarNemzetiParkok felületen talál. Keressen minket legújabb Instagram felületünkön is!

A hegyek őrzői – 40 éves a Bükki Nemzeti Park Igazgatóság

Különleges év ez a Bükki Nemzeti Park Igazgatóság életében, hiszen hazánk harmadik nemzeti parkja éppen négy évtizeddel ezelőtt alakult meg. A negyvenéves jubileumot az igazgatóság színes programsorozattal ünnepli, mely során a csillagoktól egészen a barlangok mélyéig járhatjuk be gyönyörű hegyvidékünket.

Hazánk első hegyvidéki nemzeti parkja fennállása alatt kétszer bővült, és ma a Bükk hegység szinte egész területét magába foglalja. Az évtizedek alatt az igazgatóság működési területe is egyre nagyobb lett; ma a Kelet-Cserhától a Borsodi-mezőségig, a nemzeti park mellett kilenc tájvédelmi körzet és 14 országos jelentőségű természetvédelmi terület is hozzá tartozik, köztük például Hollókő Ófalu és annak táji környezete, mely 1987-ben került fel az UNESCO Világörökségi Listára.

A barlangok hónapja

Az idei március fókuszában a barlangok álltak. A Bükk mélyében számos izgalmas program várja a kalandvágyó látogatókat, a lillafüredi Anna- és Szent István-barlang pedig egész hónapban kedvezményes belépőjeggyel látogatható.



A Bükkben kb. 1100 barlang van, ezek többsége viszonylag kicsi, a 10 méteres hosszúságot sem éri el, de a hegységben található hazánk leghosszabb barlangja is, a 8700 méter hosszú István-lápai barlang is.

Az igazgatóság szakemberei hagyományos barlangi túrák mellett extrém overallos túrákra is várják az érdeklődőket, például a Létrási- és a Bolhási-víznyelőbarlangban. Ezekre a túrákra persze nem árt a megfelelő fizikai felkészültség, egyes szakaszokon barlangász tapasztalatra is szükség lehet, ennek hiányában pedig jó, ha felvértezzük magunkat kellő lelkierővel. Tematikus barlangi túrákhoz is lehet csatlakozni, például a Miskolc-Bánkút műút melletti feltáratlan Kőlyukban, ahol érdekes ősrégészeti leletek mellett a barlangi élővilág nyomaint is szemügyre vehetik majd a résztvevők. A túrák sorából persze nem maradhat ki az ősrégészeti leletekben gazdag Istállós-kői barlang sem, ahol a Neander-völgyi, majd később a cromagnoni ember is szívesen időzött.

Információ első kézből

Ha a Bükk felé vesszük az irányt, kirándulásunkat érdemes valamelyik nemzeti parki látogatóközpontban kezdeni, hisz itt nem csak hasznos információkat kaphatunk, de a kiállításokon az adott táj értékeiről is megtudhatunk érdekességeket. Nem melléleg pedig rossz idő esetén sem maradunk program nélkül. A felsőtárkányi Nyugati

Kapu Látogatóközpontban például a Karszt és élővilága címmel láthatunk egy állandó kiállítást, ahol többek között a bükki Őserdőről és a Nagy-mező karsztjelenségeiről lehet többet megtudni. A szilvásvárad Szalajka-völgyi Információs Házban a környék természeti értékeinek bemutatása mellett a Bükki Nemzeti Park Igazgatóság természetvédelmi tevékenységébe is betekintést nyerhetünk. A salgótarjáni Baglyaskő-Vár Természetvédelmi Látogatóközpont a szintén az igazgatóság működési területéhez tartozó Karancs-Medves Tájvédelmi Körzet értékeit mutatja be. Az épületet övező parkban láthatjuk a névadó Baglyaskő bazaltszikláját és a hasonló nevű vár maradványait is.



BÜKKI NEMZETI PARK

A palóc Pompei

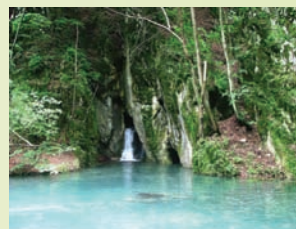
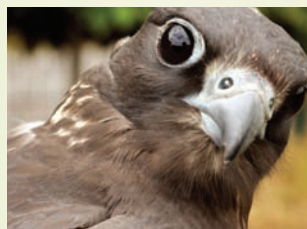
A Budapesttől 140 km-re fekvő Ipolytarnóc világhírű ősmaradvány-lelőhelye a hazai geoturizmus egyik elsőszámú célpontja. Nem véletlenül, hiszen miocén-kori növények és állatok nyomaint ilyen gazdagságban és változatosságban sehol másutt nem találjuk meg. Láthatunk itt például cápa fogakkal teletűzdelt kőzeteket, ősszállatok lábnyomait megőrző homokkővet és trópusi-szubtrópusi erdők növényeinek lenyomatait is. S hogy

mindezek a leletek hogyan maradhattak meg ennyi ideig? Nos, ehhez kellett egy 17 millió évvel ezelőtti szörnyű nap, amikor is heves vulkánkitörés rázta meg a környéket, melynek nyomán előbb vulkáni por, majd a hömpölygő forró láva betértette a felszínt és konzerválta a korábbi élet nyomaint. Aki pusztán a leletek alapján nem tudja elképzelni, milyen is volt itt az élet sok-sok millió éve, annak segít egy négydimenziós animációs film, mely felidéz a letűnt világot. De emellett kiállításokon, egy a lombkoronában kialakított tanösvényen vagy a Miocén Erdőben is tartalmasan eltölthetjük az időt. Ez utóbbi helyen a miocén flóra növényfajainak jelenkori leszármazottai közt sétálhatunk. S hogy teljes legyen az élmény, a növények között az ősszállatok élethű szobrai bújnak meg.



Nem csak túra, földtörténeti időutazás is

Ha valaki nem csak a látványt akarja élvezni egy-egy túra során, de menet közben szeretne többet is megtudni egy adott tájról, annak érdemes egy tanösvényen útnak indulni. Szerencsére a Bükki Nemzeti Park Igazgatóság működési területén van belőlük bőven. Tanösvény mutatja be például a titokzatos szomolyai kaptárköveket, a Bükk-fennsík karsztformáit vagy az egyedülálló geológiai ritkaságnak számító, 166 millió évvel ezelőtti mélytengeri vulkanizmus nyomaint őrző szarvaskői gabbrót is. Az



igazgatóság honlapján (bnpi.hu) áttekintést kaphatunk a lehetőségekről, és minden fontos információt megtalálhatunk az egyes tanösvényekkel kapcsolatban. Van egy tanösvénykereső funkció is, melyben nemcsak helyszín, de típus, nehézség alapján is kereshetünk számunkra megfelelő útvonalat, de a kínálatban vannak például foglalkoztató tanösvények is, amelyeket egy kísérőfüzet birtokában, gyerekekkel is élmenyszerűen lehet végigjárni.

Csillagséta és denevérles

Az igazgatóság munkatársai csoportok részére egész évben vállalnak szakvezetési túrákat, de az év meghatározott napjain egyéni túrázókat is várnak meghirdetett programjaikra.

Az eseménynaptárt böngészve jobbnál jobb túrákra bukkanhatunk. Részt vehetünk például csillaglesen, megismerhetjük a Hór-völgy lepkéit, a Bükk őskori földvárait vagy a siroki tőzegmohalápot is. Szakvezető kíséretében néhány olyan fokozottan védett területre is be lehet majd menni, ahová egyébként nem szabad. Májusban például egy gyönyörű és fokozottan védett orchidea faj, a Boldogasszony papucsának megfigyelésére és fotózására nyílik lehetőség, júliusban pedig a bükki Óserdőben te-

hetünk egy túrát. Ez a terület is fokozottan védett, csak engedéllyel látogatható. Különlegességét pedig az adja, hogy itt több mint kétszáz éve nem folyik erdőművelés, így valóban egy emberi beavatkozás nélküli, természetes erdőről beszélhetünk.



A programok között kerékpáros túrákat is találhatunk, ezek egyike a hagyományos Bükk-Aggtelek túra, ezúttal azonban a 40. jubileum alkalmából a túrázók fordított irányban, az Aggteleki Nemzeti Parkból indulva a Bükkbe kerekednek majd, ahol egy kellemes vacsora zárja a napot. A Bükkben egyébként kiterjedt, jelzett kerékpárút-hálózat várja a túrázókat, ha pe-

dig valakinél nincs éppen bringa, de szívesen túrázna egyet, Felsőtárkányban és Szilvásváradon kölcsönzésre is van lehetősége. További információt a programokról és a látványokról, a nemzeti park honlapján találni: <http://bnpi.hu>.

TÓTH JUDIT

Fotó: Kozma Attila



KÖZÉLETI KÉPZÉS

Lakitelek, február 24-28.

Az egyesület- és csoportvezetőknek, önkénteseknek és ifjúságnak szervezett háromnapos eseményre több közéleti személyiség látogatott el: Novák Katalin, Lezsák Sándor, dr. Illés Boglárka és Fülöp Attila. Joó Kinga, a NOE elnökhelyettese, az „Ifjúsági Garanciaprogram” kapcsán szólt fel.

A #Sohavégetnemérős című film vetítését követően a jelenlévők Horváth András Dezsővel (forgatókönyvíró) és Dékány Barnával, a film egyik szereplőjével beszélgethettek. A jelentkezők Időmenedzsment képzésen vettek részt Oliser László (DFT-Hungária Zrt.) vezetésével. A harmadik napon az IFI tagjai, valamint a felnőttek két csoportra válva Kardosné Gyurkó Katalinnal és Török Krisztinával (az Ifjúsági Ügyekkel Foglalkozó Munkabizottság vezetője) tölthették a délelőttöt.

Első este a „Farsangi batyus bál”-ban szórakozhattak a vendégek, illetve a termálfürdőben pihenhették ki fáradalmaikat. Jó hangulatú, tartalmas hétvégét tölthettek együtt a résztvevők.

LÓDI VIKTÓRIA



III. MESTERECSET PÁLYÁZAT

Tudtad, hogy akár már az iskolai évek alatt is lehet megtakarításod a Magyar Államkincstárnál?

Országos rajz- és fotópályázat **6-18 év** közötti gyermekek részére.



RAJZpályázat témája:

Forintokat gyűjtögetek - a jövőmbe befektetek

6-9 éves és 10-14 éves korosztály

FOTÓpályázat témája:

Mert megtakarítani érdemes!

15-18 éves korosztály

Részletes feltételek: www.allamkincstar.gov.hu

Beküldési határidő: 2017. június 15.

Eredményhirdetés: 2017. augusztus 25.



Babakötvény



Magyar
Államkincstár

Az önkéntes munka öröme



Hihetetlen mennyiségű láthatatlan munkát végez: négy gyermek szerető édesanyja, esztendőként maga főz vacsorát, nem veti meg a kétkezi munkát, és korántsem melleseleg a köztársasági elnök feleségeként a maga természetességével, kedvességével és rátermettségével áll helyt. Rendszeres véradó, nagy lelkesedéssel végez önkéntes munkát. Ő Herczegh Anita, akit a láthatatlan munka napja kapcsán kérdeztünk.

Először is engedje meg, hogy gratuláljunk férje újraválasztásához. Örömmel vállalta Ön is a második ciklust? Milyen érzések kavarnak ilyenkor egy feleség lelkében?

Szerintem hasonló érzések kavarnak mindkettőnkben, a férjemben és bennem is. Nagyon nagy megtiszteltetés a második ciklus, mert ez azt jelenti, hogy elismerik a férjem munkáját, és szeretném azt remélni, hogy az én tevékenységemet is. Az öt évvel ezelőtti felkérés

idején férjem európai parlamenti képviselő volt: nehezebb volt a döntés, hiszen Brüsszelből kellett hazaköltöznünk, az egész család élete gyökerestül megváltozott. De azért igyekeztünk – és azóta is igyekszünk – ragaszkodni „rég” életmódunk néhány szeletéhez, mint például a nyaralás, evezés vagy síelés az évtizedes baráti körünkkel. Bírói hivatásomat, mint a köztársasági elnök felesége, persze most újabb öt évig nem gyakorolhatom, de cserébe felejthetetlen találkozásokban és élményekben van részem. Sok új feladatomban is van, amik ugyanúgy rendszeres elfoglaltságot és kihívást jelentenek, mint annak idején a jogi munka, kárpótolnak a feladott hivatásomért.

Az elmúlt öt év alatt Ön is „kitanulta” a kitüntetett szereppel járó feladatokat. Milyen elképzelései, céljai vannak a következő fél évtizedre e minőségében?

Lényegi változtatást nem tervezek a következő öt évben. Számos jótékonyági szervezettel, civil kezdeményezéssel alakult ki szorosabb kapcsolat: folytatni szeretném a fiatal tehetségek bátorítását, az elesettek, rászorulóknak segítségét. Emellett a jövőben is a valódi teljesítményekre szeretném felhívni a figyelmet, és a gyermekekhez kapcsolódó programokra szeretnék koncentrálni. Sok olyan felkérést is kaptam ebben a ciklusban, amit fontosnak tartok, de idő hiányában nem tudtam elfogadni – ezeknek is szeretnék most eleget tenni.

Gyermekeik hogy fogadták, hogy édesapjuk öt évre ismét az ország első közjogi méltósága?

Az ő életükben is az előző ciklus volt, ami lényeges változást hozott. Főleg a nagyokra igaz ez, ők már elkezdték önálló életüket. De természetesen mind nagyon büszkék édesapjukra és édesanyjukra.

A legkisebbnél pedig arra törekszünk mindenáron, hogy egy átlagos gyerek életét élje. Ugyanúgy jár túrázni és kirándulni, mint az osztálytársai, és ugyanolyan kihívásokkal kell neki is megküzdeni, mint más nyolcadikosnak – az utóbbi hetekben a középiskolai felvételik határozták meg a mindennapjait. Nagyon fontosnak tartom, hogy az ő életére a lehető legkisebb hatással legyen az, hogy az édesapja a köztársasági elnök.



Április első keddeje a Láthatatlan Munka Világnapja. A köztársasági elnök feleségeként mi adja az efféle munka dandárját?

Nagy lelkesedéssel végzek önkéntes munkát, és nemcsak a férjem köztársasági elnökké választása óta. Régen ez persze könnyebben ment, néhány éve még például teljesen észrevétlenül el tudtam menni a barátnőmmel egy anyathonba takarítani is akár, de azért most is megtalálom a módját annak, hogy segíthessek. Az elmúlt évek egyik legkedvesebb ilyen alkalmam volt, amikor tavaly Gyergyóban a Bőjte-otthonban pár napot igazán civilként, mindenféle nyilvánosság nélkül töltöttem el, bekapcsolódva a ház körüli munkákba.

Egyetemista korom óta rendszeres véradó is vagyok, ez is egy olyan vállalás, amit nem tudnék feladni. Az önkéntes munka mellett a láthatatlan munkához soroljuk a háztartási feladatokat is. Sokan azt hiszik, hogy szakácsunk van és személyzetünk, ehhez képest háttérben egyáltalán nincs segítségünk, szakácsunk pedig sosem volt: magunk főzünk mindig, azt nem is szívesen adnánk át sem én, sem a férjem, mert nagyon szeretjük. A Duna-kanyarban van egy kis ház, ott rendszeresen eltesszük a saját terményünket, lekvárt, befőttet, savanyúságot főzünk be.



A munka, főképp a kétkezi munka becsülete mintha megkopott volna, különösen a fiatalabb generáció tagjai között. Ön szerint mivel lehet helyrebillenteni ezt az állapotot?

Nem szabad temetni ezeket a tevékenységeket,

mert nagyon jó kikapcsolódási lehetőséget jelentenek, feltöltődik tőlük az ember. Azt, hogy ezt nemcsak én érzem így, mutatja, hogy bizonyos kétéves munkák időről időre népszerűek lesznek. Ilyen például a főzés: az otthon készített ételek igazi virágkorukat élik, ismét trendi lett otthon főzni és vendégeket hívni. A férjem például a dunakanyari kertben a fák metszését biztos, hogy nem adná át másnak – nem azért, mert ő jobban tudja, hanem mert jó levegőn van, szívesen csinálja, és közben van ideje gondolkodni az őt foglalkoztató kérdéseken is. Én meg nagyon szeretek varrni, kézimunkázni: részben egyszerűbb magamnak megvarrni nem túl bonyolult ruhadarabokat, részben pedig kikapcsolódást is jelent. A főzés szeretetét pedig a gyerekeink is örökölték.



ládoknak segítenek a ház körüli munkák elvégzésében akkor, ha például kisbaba születik, vagy egy beteg hozzátartozó miatt nagyobb teher nehezedik egy családra. Ők átmenetileg kapcsolódnak be a családok életébe, segítenek „felvenni az új ritmust”.

Vagy ott van a Tápláló szeretet

program, amelynek keretében nyugdíjasok főzik be a kertjükben termelt zöldséget, gyümölcsöt, és adják oda olyan nagycsaládoknak, amelyeknek szükségük van rá. Pótolhatatlannak tartom a hospice-ellátást nyújtó szervezetek, valamint a Máltai Szeretetszolgálat által vagy a Bőjte Csaba otthonaiban végzett munkát is. Nagyon fontos látni azt is, hogy az önkéntes munka nemcsak a társadalom szempontjából jó. Azt tapasztalom, hogy aki ilyen feladatot vállal, annak ez rengeteg örömet ad. Olyan boldogan és büszkén szoktak hívni és mesélni arról, hogy mi mindent csináltak! Tudják, fontos feladatot végeznek, szükség van rájuk, a nyugdíjasoknak pedig egyenesen megújult életerőt ad, hogy ismét azt érzik, nem feleslegesek. Nagy hatással volt rám az is, amikor nyáron találkoztam fiatalokkal, akik érettségi után, egyetem előtt a szünetükből egy-másfél hónapot önkéntes

Amíg egy háztartásban éltek gyermekeikkel, részt vettek ők is a házimunkában? A legkisebb kislány segít odahaza?

Természetesen, ugyanúgy, mint bármelyik családban. Próbáltuk nem annyira kötelezővé, mint inkább önkéntessé tenni a feladatokat: választhattak, ki mit vállal. András a fűvet nyírta, mert tetszett neki, hogy a gépet tologathatja, a lányok inkább a konyhában segítettek, de persze lehetett cserélni, így mindig azt csinálták, amihez kedvük volt, és a házimunkát is elvégeztük. Szerintem ez jól működött náluk, ezért a saját lakásukban már mindent maguk intéznek. Időnként küldik a fényképet a konyhai alkotásaikról – „most ezt főztem” –, büszkéek rá. Néha már én tanulok tőlük.

Férje teendői milyen mértékben teszik lehetővé, hogy ő is bekapcsolódjon a családi „munkamegosztásba”?

Mindig is nagyon intenzíven kivette belőle a részét. Annak idején minden reggel ő vitte a gyerekeket oviba, iskolába. De az alátástól kezdve a pelenkázáson keresztül a fürdetésig mindent megcsinált. Köztudomású az is, hogy a férjem szeret horgászni. De nemcsak hazahozza a halat, hanem el is készíti. Kimondottan jól főz, de nemcsak halételeket, fokozatosan megtanulta az olyan tradicionálisan férfiasnak elkönyvelt fogásokat, mint a vadételek, húsleves, grillezés: ezeket mostanra teljesen átvette tőlem. Szívesen főz, mert kikapcsolja, és úgy is intézi, hogy legyen rá ideje.

A láthatatlan munka az önkéntes munkavégzést is magában foglalja. Az effajta szerepvállalást mennyire tartja társadalmi szinten fontosnak?

Rengeteg – a legtöbb ember számára ismeretlen – önkéntes munkát végző személy és szervezet van, de fontosnak tartom felhívni a figyelmet rájuk. Hasznos szervezetei a társadalomnak, mert ki tudják egészíteni az állami ellátást, vagy elvégeznek sok olyan feladatot, amit az állam nem tud, vagy nem képes. Ilyen például az Otthon Segítünk Alapítvány, amelynek az önkéntesei a csa-



munkával töltötték Csaba testvér egyik otthonában. Mert erre volt igényük. Nagyon sokat lehetne javítani még a hazai önkéntes kultúrán, de jó úton járunk. Az elmúlt öt évben, amióta sok civil szervezetet megismertem, egyre többször szembesülök azzal, milyen jók is az emberek. Egyre jobban terjed az önzetlen segíteni akarás, erre egyre több lehetőség is van, érdemes ezekre a médián keresztül felhívni a figyelmet. Az a jó, ha már gyermekkorban találkoznak a fiatalok az önkéntes munkával, és ha megtalálják azt a módját, ami hozzájuk passzol, így felnőve természetes lesz, hogy segítsenek.

Köszönjük őszinte válaszait! Szeretettel látjuk és várjuk májusi Babaköszöntőnkre!

LÓDI VIKTÓRIA



A szolgálat dicsérete

A minap is megkérdezte valaki: Megéri nektek, hogy túrjátok a földet? Válaszom: igen és nem. Nem éri meg, ha pénzben gondolkodom. A boltban sokkal olcsóbban megvehetem, mint amibe nekem kerül. És a munkaidőt még bele sem számítottam... IGEN, megéri, ha más szempontok szerint mérem. Nagyon is megéri, hiszen kint vagyunk a jó levegőn, aktív kikapcsolódásnak fogjuk fel, alkotásként éljük meg, jóleső érzéssel fáradunk el. Közérzetjavító hatás, hogy azt tesszük a családi asztalunkra, amiről tudjuk, hogy honnan, hogyan, milyen természetes körülmények közül kerül oda. Azt már meg sem említem, hogy pár lépésnyire a legfrissebb termékekhez jutunk... Nagyon nem mindegy, hogy milyen szempontok szerint gondolkodunk. No, félre a szószaporítással! Most a láthatatlannak tartott és mégis nagyon is látható szolgálati életünkről essék szó.

Munkaviszonyban szerződés és munkaköri leírás szerint működünk. Adókötelesen láthatóvá válunk a NAV felé. Napi teljesítményeink alapján láthatók vagyunk munkáltatónk számára. Családjainkban és a társadalmi munkák során végzett szolgálataink más természetűek. Látható, számon kérhető, ellenőrzött munkálkodás ez is, de egészen másként.

Életünk nagy része állapotzerű szolgálatban zajlik. Szabadon választott és a körülmények, személyek hatására ránk testált szolgálatokban élünk. Milyen jó, hogy az ember előre nem látja a kimondott „igen”-jének távlati következményeit! Lehet, hogy megfutamodnánk? Milyen jó, hogy az élet folyamatából jövő új kihívásokra akkor és ott kell meghozni a helyesnek tartott választ, és nem előre kell aggályoskodni, hogy mit kell csinálnom, ha ez és ez lesz?! No jó, azt is tudom, hogy hajlamos vagyok elszabotálni a dolgokat, kibújni akarni a feladat alól, kimagyarázni a mulasztást, a kényelmeséget. Tehetem, mert nincs kontroll? Nincs munkáltató és egyéb ellenőrzés, számonkérés? Pedig van. Mélyebb és személyesebb, mint a látható munkaviszonyokban. Hitvestársi kapcsolatban ne lenne kontroll? Ajjaj, dehogyan nincs! Ott a feleségem. Akkor is ott van, ha éppen nincs is ott. Az egyik vásárlási cédulája alján nagybetűvel, aláhúzva ez áll: MÁST NE!!! Ha mégis, akkor jön az ejnye-bejnye különböző fokozata, jön az én vé-

dekező magyarázkodásom. Személyek és lelkiismeret. Kell ezeknél erősebb kontroll?

Az emberi természetből és – én hitben is lévén, mondom –, Jézustól is tanult százszor szent szavunk a szolgálat. Mindnyájan igazi miniszterek szeretnénk lenni? Nagyon jó! Hiszen ez a szó szolgát jelent. Mindannyian szeretnénk „valakik” lenni, naggyá válni. Az önelvelésre és fejlődésre képes, figyelő embernek a maga növekedési igényét a világtól, a közfelfogástól nagyon eltérően kell megélnie. Mit látunk? Taposást lefelé, nyalást felfelé. Mi lenne, ha mi, nagycsaládosan is életigenlő emberek másként állnánk hozzá az élethez? Kiváltságra törekvés (előnyt nyerni mások kárára) helyett célunknak nemes szolgálati versengést tartanánk? Rangviták (ki viseli a kalapot?) helyett, hatékonysági zsinatot tartanánk házastársunkkal, gyermekeinkkel? Kivagyiság (góg) helyett szerény, de határozott érték megjelenítését igyekeznénk megélni? Szolgálva vezetni? Sikerélményt találni abban, hogy hitvestársam is örül tetteimnek! Naggyá lenni abban, amit az ÉLET mindennapos szolgálata jelent. Szolgálva naggyá lenni! Ez nem fából vaskarika.

1./ A szolgálat fogalma

Jöjjön egy kicsit fárasztó „hivatalos” fogalmi meghatározás. Mi a szolgálat? „Alárendeltségi viszonyból eredő kötelezettség” (A magyar nyelv értelmező szótára). Aki szolgál, az alárendeltje annak, akit szolgál. Az élet szinte minden területére alkalmazzák, állami, bírói, közlekedésrendészeti, vallási stb. területeken szervezeti és működési szabályzatnak megfelelő munkaköri leírás teljesítését jelenti. Alkalmaztatási fogalom, mely a felek elfogadott alá-, fölérendeltségi viszonylatában működik. Honvédelmi, katonai kötelezettséget is jelöl, melyre való gyakorlati felkészülés és annak teljesítése a tartalma. Vallási, felekezeti működésnek is fogalma, mikor felettes (püspök) megbízásából papi, lelkészi stb. feladatok főállású ellátását jelölik vele. Általában egy közösség szükségleteinek kielégítésére irányuló tevékenység, melynek során időt, pénzt, szeretetet egy ügy javára, támogatására fordítunk. Tehát, valamely közösség a maga előírásai, elvei, illemszabályai szerint meghatározza önmagát és ennek megfelelő magatartásra biztatja tagjait. Ha ez a biztatás elfogadást nyer, akkor az, aki ennek megfelelően cselekszik, az szolgál. Minél emberközelibb a tevékenység (pap, orvos, pedagógus stb.) annál elterjedtebb ezekre nézve is a szolgálat fogalma (v.ö. A magyar nyelv értelmező szótára meghatározásával). Ilyen, általános értelemben a szolgálat sokszor szolgáltatás tartalmat hordoz. A szolgáltatás el- lenértékért végzett tevékenység.

Vallomásom

Amikor papneveldebe jelentkeztem (1968.) két dolog motivált: mit akar velem a Jóisten és az, hogy ho-



gyan szolgálhatnám jobban az életet és az Életet. A megtért ember valahogy azonnal mások felé fordul. Olyan mélységű és mennyiségű szolgálatot ismertem fel a magam életében, melyeket én kaptam, hogy erre a legméltóbb igyekezet csakis az lehetett, hogy magam is nekigyürkőzzem mások szolgálatára. Utam egyengetői jó papot álmodtak belőlem. Jobban megismerve magamat és Isten akaratát velem kapcsolatban, az úton járásomból a jó papává levés vágya született meg bennem. Papként vagy családsként, közösségépítőként szolgálni számomra alkat és elhivatottság kérdése. Szolgálat hivatására születünk mindannyian, ennek számomra legmegfelelőbb életformáját megtalálni kötelesség volt. Így is születhet hatalmas szolgálati élet, pl. egy minőségre törekvő tizenhat gyermekes nagycsalád...

2./ A szolgálat tartalma a mindennapjainkban

Beszéljünk világosan. A „szolgálatnak” mondott sokféle területre vonatkozóan világosan. Mivel a jellemében felnőtt ember nem előírásra igyekszik jó lenni, nem engedelmességgel, hanem szabad döntése alapján igyekszik mindenki javát szolgálni, ezért sajátos gondolkodású („csodabogár”). Ugye, ismerős a szöveg:

„Kell a csudának a házasság meg gyerek, én még élni szeretnék!” Élni szeretnék és nem szolgálni! Micsoda etikai ellentmondás! A mi fajtánk szembe megy ezzel a szemlélettel. Munkahelyén a munkaköri leírásában foglaltakon túl is hajlandó megtenni a lelkiismeretével harmóniában lévő tetteket embertársai javára. Akkor is, ha megkapja: „Bolond vagy te, ingyen ügyködsz és ezeknek!” Aki megélhetési feladatkörének „szolgálati” felhangja alapján úgy gondolja, hogy a munkahelyi előírásoknak megfelelően eleve a szolgálat erénye szerint él, és elégedetten vállon veregeti magát, az gondolja újra ezt a kérdést. Három tartalmi megkülönböztetés segíthet ebben. Széles a skála a juttatásért végzett szolgáltatástól (szolgáltató ágazatok, vállalkozások, orvosi magánrendelések, térítésköteles papi szolgáltatások stb.) a munkaidőben szeretettel és önfeláldozóan végzett szolgálatokig. A nem látványos szolgálat az, amikor szabad akaratból saját időt, energiát, áldozva segítem a családomat, felebarátaimat, és teszem ezt ellenszolgáltatást nem várva, kiváltságot, méltatást nem igényelve. Vágyunk erre, de nem támasztjuk ezt szolgálataink feltételül: szolgálok, ha te is szolgálsz, méltatsz... Felül kell emelkedni az adok-kapok kaláka-szemléleten. Mindezek mellett a jöttetek meghozzák azt a pozitív sikerélményt (méltatást, örömet), mely a szolgáló embernek erőforrás és biztatás a további tevékenységhez. Amikor a méltatás várat magára vagy

elmarad, akkor is tudhatjuk: jó embernek lenni akkor is jó, ha nem tömjénezik érte az embert.

Vallomásom

Tapasztalatom szerint fejlődőképesebb az ember. Gimnazista korom katonatiszti főiskolai tervét törölte belőlem a jézusi erőszakmentesség megismerése és elfogadása. Rejtegetett fegyveremet a Dunába dobtam... Erős parancsolási hajlamom az évek alatt, legalábbis törekvésemben, szolgálattá szelídült. Amikor pedig ez nem így működött, ott volt a bűnbánat lehetősége. Kereskedőként, a vevők iránti szolgálatkészséggel forgalmat növeltem, ugyanakkor a vevők érdekeinek túlzottan mondott figyelembevételével bevételt csökkentettem. „Magából sosem lesz jó kereskedő!” – mondta egy régi szakember, utalva arra, hogy nem húzom csöbe a vevőket. Eladni, ez csak szolgáltatás (a munkáltató akaratára szerint a vevőnek). Az eladással örömet szerezve a vevőnek – szolgálat. A szolgálatból adódó bizalom példája Gobbi Hilda művésznő volt, aki a konyhaszekrénye leszakadása után hozzám jött: „Fiam, rakj össze valami nekem valót, aki túlterhelem még a szekrényt is.” Amit javasoltam és összeraktam, azt vitte el. Amikor pedig egy in-



tézmény üzemeltetését vezettem, akkor a fizetésemért elvégeztem a munkaköri leírásomban vállalt feladataimat – ez szolgáltatás. Akkor jutottam a szolgálatra is, mikor munkatársaim személyes ügyes-bajos dolgaiban is segíteni próbáltam. Számomra, tehát, vannak szolgálatellenes megélhetési formák (kiváltsággal és uralkodással működtetett foglalkozások), vannak szolgálatlatharmonizáló munkák (főként a humán területek) és vannak kifejezetten szolgálatot jelentő tevékenységek. Minden foglalkozásban jól leírható az idegen, a harmonizáló és a fedésben lévő tevékenység. Aki ezt megérti és belátja, az azt is megérti, hogy személyiségünk kiteljesedhet az otthon töltött családi szolgálatokban is.

3./ Szolgálat a családban

Alkalmasság (habilitas) elve alapján üzemelünk. Patriarchális (apaközpontú) és/vagy matriarchális (anyaközpontú) modelleknek a szeretet rendjében nincs helyük. Életünk szolgálati (miniszteri) tárcáit a házasságban aszerint kell elosztanunk egymás között, hogy melyikünk mire alkalmasabb. Fejlődésre hivatott emberek vagyunk, ezért ez változik az évek során és rugalmas módosításokat, igazodást kíván tőlünk. Ez a fejlődés mindenekelőtt azt jelenti, hogy magamat igyekszem fejleszteni. Ezzel kínálok támaszt hasonló előrelépéshez a páromnak is. Az állatvilágra oly jellemző territóriumharcok a házasságokban sok békéltenséggel forrásai. Most

csak a mi életünkben két kiemelkedő területet említtek.

A pénzügyi tárca nem a költségeiből kezebe való. Az ünnepek irányítása nem a zsigoribb kezebe való. A magabiztos takarékos fél általánosan érvényesítendőnek éli meg ezt az erényét. Elszámoltat, zsörtölődik, utasít, követel... Élhető egyensúlyt az jelent, ha a takarékosabb kezeli a hétköznapok pénzügyeit, a bőkezűbb szervezi a jeles napokat, az ünnepeket. Az összekochnásokat előzetes megbeszélésekkel előzhetjük meg, de utólag is kezelhetjük, humorral: „Megéri ez a kiadás, hiszen anyátok egyedül dorgál meg, ti pedig tizenhatan dicsértek meg.”

Feladataink átfedésekor, illetve helyettesítésekor (szülés, betegség) az addigi tárcavezető utasításokkal teheti tönkre társa fejlődését. Inkább a javaslat és az elfogadó, megértő tolerancia a járható út. Képtelenség-e egy ilyen kijelentés: „egy férjnek a szülésen és szoptatáson kívül mindenhez elviselhető szinten értenie illik”? Mindenhez, ami a család életéhez szükséges és elégséges feltételeket biztosít. Elviselhető szinten, vagyis a toleráns feleség számára elfogadható minőségben. Nem születünk sem zseninek, sem polihisztornak, de kétbalkezesnek és élehetetlennek sem. A feladat ugyanis megszűli mesterét, ha az ember hajlandó kilépni a kövületeiből. Kövületeinket magunk gyártjuk kényelemből és mások gyártják rólunk lenézésből: „Ügyetlen értelmiségi, te akarsz házat építeni?” Ismerek ötvenes éveiben járó pedagógust, aki nem képes egy szöveget beverni a falba. A kényelemből megjárt alkalmatlanság fejlődésünk ellensége. Türelmetlen magabiztossággal viszont kiölhetjük egymásból azt a

fejlődést, amelyre majd rendkívüli helyzetekben, betegség, öregség esetén nagy szükség lesz. A feleség nem konyhai és takarító ingyencseléd. A férj nem folyamatos műszakú karbantartó. A férji jeggyűrű fényét a mosogatás is megadhatja. A feleségé attól patinás, hogy a kalapács nyele is illik a kezébe. Ha az élet úgy kívánja. Nem egymás helyett, hanem egymásért munkálkodunk. Nem egymás bosszantására, elvárásaink dacos demonstrálására, hanem szolgálatára dolgozunk. Ez ahhoz is segítség, hogy tiszteljük egymás életterét. Egymás határait azonban nem tisztelni kell, hanem fejlődésre segíteni. Segítség arra, hogy kétbalkezesből ügyes társsá váljunk.



4./ Szolgálat nagycsaládos társadalmunkban

Családjainkban és az egyesületünkben (pl. Ága-Boga, Érd) egymás között kiváló alkalmak nyílnak arra, hogy szolgáljunk. Természetes, hogy felmerül annak a lehetősége is, hogy aránytalan-

ságok alakuljanak ki: vannak, akik kiemelkedően aktívan fáradoznak, vannak, akik nagyon kihasználó módon élnek meg a szolgálatot. Merjek álmodni arról, hogy a jó példa is lehet hatékony? Hát nem „ciki”, hogy a közbeszédben rendre azzal találkozunk, hogy a nagy család, nagy kihívás a társadalom számára? Mintha nem a mi gyermekeink termelnék meg azok nyugdíját is, akik most önmaguk kényeztetésével fölélnek jövedelmüket. A haszonélvezők szolgálattevőkké való átnevelődése nagy és nehéz feladat. Önnevelési feladat. Ez akkor is reményteljes vállalkozás, ha az ember messze elmarad attól, ahogyan alakulni és amit tenni szeretne.

A pestiek „Róbert bácsi” jellegű példálózásai arra figyelmeztetik felebarátaikat, hogy ők nem kihasználható, ingyenkonyhás balekok. Pedig Feinsilber Róbert bácsi segített, ahogy tudott: jótékonyaságra használta szélhámosági hajlamát. Kéregetett, huncutkodott, betyárkodott, hogy adhasson a sok akkori hajléktalannak. Még az öngyilkosjelölteket is hozzá küldték, mint „lebeszélő hivatalhoz”. Kitoloncolt koldusként halt meg. A jogszabályokon átlépő adakozót elítéli a világ. A jogszabályokat betartani látszó hatalmasokat, ha milliárdjaikból morzsákat adnak, megtapsolja a világ. A mi utunk a szabálykövető szolgálat nagycsaládos egyesületeink szolgálati rendre épülnek. Adunk és kapunk szolgálatokat. Felajánlunk és elfogadunk. Ha ez a kétirányúság nem működik, megszűnik a harmónia. Együttműködésünket segíthetnék pl. illemszabályok, ha megfogalmazzánk ilyeneket. Pl. „gazdagítani akarom a közösséget: nemcsak kapni, hanem adni is akarok”. „Illő, hogy a kapott javakat értékáramlatotán kezeljük”. Azt azért be kell vallanom, hogy egy nagy család feneketlen kútként mindent el tud nyelni, tárgyi, pénzügyi, szolgálati juttatásokat. De mi nem kolduló rend vagyunk, hanem élő és éltető emberek szövetsége. A látszat néha nem a teljes valóságot mutatja. Akik pl. jól szolgálnak, rendre túlterhelt embereknek látszanak. A lekötöttséget a személyes szolgálati kapcsolatok jelentik, családban, egyesületben, felekezeti, társadalmi tevékenységekben. Tapasztalati tény: aki többet szolgál, jobb emberré lesz. Aki több szolgáló társat is szerez, több sikerélményt is kap az élettől. Ez akkor is emberhez méltó cél, ha sokan visszaélnék vele. Ne vegye el kedvünket a potyalesők viselkedése. Aki hívó, tudja, hogy ennél az emberinél még mélyebb méltatásban is részesülhetünk...

Amikor ellopták a hízónkat, nem mi adtuk oda. Nem

nekik hizlaltuk. Kedves érdi szóbeszéd volt: Királyék azért tartanak legalább két disznót, hogy jusson egy az „éhezőknek”. Amikor nagyleányunk – kunyerálásra – odaadta új babakocsinkat egy megélhetési becsöngetőnek, akkor ezt ő segítő szándékkal adta oda, mi, szülők pedig dühöngtünk. Amikor új kerékpáromra lakatot venni beugrottam a boltba és közben elemelték a kerékpárt, nem odaadtam, nem szolgáltam vele, hanem elkeseredetten dühöngtem. Tolsztoj kegyes szövege sem vigasztalt: „Neki nagyobb szüksége volt rá.” Olyan sok illegális anyagbeszerzés elviselői voltunk, hogy illett levonni a tanulságot: javaink csak ránk vannak bízva. Elmondhatom, hogy tőlünk gyereken kívül már mindent loptak. Értékvédelmi rendszereket kellett kitalálnom. A szolgálat ugyanis nem ostoba nemtörődomség. Használjuk az eszünket és leleményességünket, hogy a ránk bízottak arra és úgy legyenek hasznosítva, amire és ahogyan azt mi jónak látjuk.

Itt van a mi NOE-nk. Nyugalom, most nem választási propaganda következik. Csak egy kis szemléleti csilinge-

lés. Az egyesületet összességében egybeszeretni és egybeszervezni hivatott szolgálatokat nem nélkülözhetjük. Vannak, akiknek áldozatos munkálkodása működteti egyesületünket. Választott vezetőségünk ilyen munkaközösség. Határozott időtartamra választunk, hogy építsünk, és ne megnyomorítsunk. Épüljünk közös céljainknak megfelelően. Ne terheljük túl szolgálatokat vállaló társainkat. Emberi gyengeség, hogy mindenfélre hivatkozunk: szerénységre, alázatra, kényelmességre és egyéb szempontokra, csak hogy valamely szolgálatot ne kelljen elvállalni. Amely asztalról részesülök, arra az asztalra nekem is illik adnom. Közösségi szolgálatra való felkérésre nemet mondani csak nagyon indokolt és kifejtett okokból illik. Az elvállalt és teljesített szolgálatok a szolgálatot tevő embernek kiemelten hatékony fejlesztői. Aki vállal, az beletanul és fejlődik. Nekem jó, ha szolgálhatok, neked jó, ha szolgálasz. Ezért is mondhatjuk, hogy ha emberhez méltóan, értékesen akarok élni, akkor akarjak szolgálni is, szolgálva szeretni is.

KIRÁLY IGNÁCZ (kignacz@gmail.com)



Láthatatlan munka?

Április első keddeje a láthatatlan munka napja. De mi számít láthatatlan munkának és miért láthatatlan? Minden olyan munka idetartozik, amit a családért vagy egy közösségért végez valaki, és elvégzését annyira természetesnek vesszük, hogy általában még csak észre sem vesszük. A láthatatlan munka napja arra próbál figyelmeztetni, tegyük láthatóvá, ami látható, vegyük észre, hogy a megfelelő háttér megteremtése vagy egy önkéntes munka is van olyan fontos, mint egy vezérigazgatói állás.

– Mit írsz? – kérdezte a férjem egyik este. – Cikket a láthatatlan munkáról.

– Hú, nem véletlenül kértek fel téged – jelentette ki nevetve – ennek ugyanis te vagy a főszakértője! Természetesen, cinikus hangneméből érezkelhettem, ő láthatatlan munkán olyan munkát értett, melynek eredmények híján nem túl sok az értelme. Különösebben nem reagáltam a megjegyzésére, a férfiak általában humorizálnak a nők rovására, de azért nem esett túl jól. Egy két nappal később azonban átírtam a cikket. Mert az én férjem, aki már a házasság előtt kijelentette, hogy mi nem fogjuk ünnepelni a házassági évfordulókat, a Valentin napot és hasonlókat, a beszélgetésünket követő este egy csokor tulipánnal jött haza. – Ezt meg miért kaptam? – kérdeztem meglepetten. – A láthatatlan munka napjára – közölte, mintha mi sem lenne ennél természetesebb, majd már bátorítanabban folytatta – mert, bár a munkádnak nem sok az eredménye, de azért hozzá kell tenni, hogy ha nem végzed el, az nagyon is látható. Hirtelen azt sem tudtam, mit mondjak, aztán egyszer csak nagyon elkezdtem nevetni.



– Most meg min nevensz? – kérdezte a férjem némileg zavartan.

– Ne haragudj, ne haragudj – hadartam és gyorsan összeszedtem magam – csak tudod, én meg arra jöttem rá írás közben, hogy a gyerekek számára a te munkád sokkal láthatatlanabb, mint az enyém. Persze nem ezen nevettem – tettem hozzá sietve –, hanem, hogy a gyerekekkel ezért mi is meglepetést készítettünk neked.

Hogy ők is kifejezhessék, amikor pl. nem akarták, hogy te olvass nekik este, az nem arról szólt, hogy téged kevésbé szeretnének. Egyszerűen az az oka, hogy nem értették, ha máskor nem voltál ott vagy túl fáradt voltál, hogy olvass, akkor néha miért olvasnál mégis szívesen. Hiába tudják, hogy értünk dolgozol, ezt a kettőt, rájöttem, mégis egymáshoz kell illeszteni néha, mint a puzzle darabkáit. És én is sajnálom, hogy hálátlanabb a munkád, mint az enyém. Ezért sütit süttünk neked, a gyerekek meg rajzoltak, a nagyobbak pedig írtak egy pár sort.

Most ő nem tudott mit kezdeni a helyzettel, pár pillanatig csönd ereszkedett köztünk, majd én kérdeztem. – Szerinted ez most egy olyan pillanat?

– Milyen? – dörmögte a férjem, még mindig az előbbi szóáradatom hatása alatt.

– Mint a moziban, amikor két főhős végre az érzelmek kifejezésében is találkozik – válaszoltam.

– Gondolom, így is mondhatjuk...

– Akkor most csókolj meg, én pedig elemelem az egyik lábam a földtől, jó?

TÖLGYES ESZTER





Mindennapos küzdelmeim a házimunkával...

Sokszor az esélytelenek nyugalomával indulok neki a napnak. Tudom, hogy kéne mosni, varrni, mosogatni, főzni, takarítani, tiszta ruhát leszedni...

Állok a lakás közepén, és azt latolgom, mihez is nyúljak. A fent felsorolt dolgok közül (jó esetben) egy van, aminek időre kell elkészülnie: az ebéd. „Módszerem” szerint ilyenkor attól függően, hogy mit és mennyit főzök, körülbelülre meghatározom, hogy mikor kell a főzést elkezdni ahhoz, hogy időben tudjunk ebédelni, és ezután a maradék idővel gazdálkodom. (De tegyük hozzá, hogy nagyon jól működünk úgy is, ha csak kétnaponta főzök.)

Legelőször beteszem a mosnivalót a mosógépbe, mert ettől a fürdő máris rendesebb egy kicsit, és a mosógép úgyis elszűttyög magában. Az alap, ugye, a rendrakás.

Hogy én hogy szeretnék Mary Poppins lenni, komolyan, akár még énekelnék is! (Na, jó, azt úgyis szoktam.) Nálunk nagyon jól beváltak az összecukható rekeszek, ti. nagyon utálok a lakás különböző helyiségei között rohangálni. Inkább kiteszek a nagyszoba kanapéra három rekeszt, egyet a lányszobába való dolgokhoz, egyet a fiúszobába valókhöz és egyet a hálószobába valókhöz. Aztán viszem tovább, még belekerülnek a holmik az előszobából, fürdőből stb. Délután a gyerekek a maguk rekeszét már ki is pakolhatják.

Vannak napjaim, – de kinek nincsenek –, amikor a szokásos rutin elvégzéséhez képtelen vagyok lelkesedést vagy erőt kicsiholni magamból. Ilyenkor azzal lazítok, hogy keresek valamit, amihez nagyobb kedvem van, amit szívesen csinálnék, de nem teljesen haszontalan és alkalmas arra, hogy kicsit feltöltsön. Ilyen nálam pl. a vásárlás vagy a vásárlás, hisz mindig van mit megvenni, akkor is, ha nem volt még betervezve. Vagy ilyenkor megyünk el a játszótérre, ami szintén kimozdít és szük-

ség van rá. Vagy ha ezekre még sincs mód, akkor beválnak a kedvenc, általában vidám zeneszámaim, amiktől azonnal jobban érzem magam.

Joggal merül fel a kérdés, hogy mindeközben hol van a Kicsi. Hát hol lenne? Velem, körülöttem. Nem mondom, hogy nem néz mesét, mert néz, de előre meghatározom a mennyiségét. Azalatt foglalkozom azzal, ami teljes koncentrációt igényel, pl. hivatalos telefonokat intézek. Ha meg nincs mese, akkor az segít, ha bevonom abba, amit csinálok, velem tereget, összeszed egy-egy játékot, vagy felmos a kis játékelmosójával. De, persze, előkerül egy-egy mesekönyv, amit fel kell olvasni, vagy rajzolunk pár percet, utána megint könnyebben enged dolgomra a kisasszony.

A délutánra már nem nagyon számíthatok, az a gyerekeké, tanulás, különórák, problémameghallgatások stb. De azt már megtanultam, hogy a hirtelen felszabaduló tíz perceket, negyedórákat ilyenkor sem szabad elengedni. A mosdót körbemosni, egy gombot felvarrni vagy tiszta ruhát hajtogatni csak pár perc. Négy-öt ilyen aprósággal másnapra fél



órát is megspórolok magamnak!

Persze, könnyű átesni a ló túloldalára is, amikor az ember már észre sem veszi, hogy állandóan rohan, nem bír megállni, kikapcsolni, csak úgy „semmit tenni”. ... minden napból kell fél óra, ami csak az enyém. Ezek a kávészüneteim naponta kétszer, amikor kényelmesen ücsörgök, persze, sokszor nem egyedül, de a tevékenység kényszere nélkül, olvasgatva, hímezgetve. (Egy nagyobb hímezésem szó szerint évek óta készül, szinte csak a kávészünetekben, eredetileg a gyerekeimnek, most már inkább a dédunokáimnak, de a lényeg, hogy élvezem.)

Forrás: Oázis, 2014/1

„Hagyja a dagadt ruhát másra”



Hosszú, borongós, szürke téli napok után egy reggel gyönyörű napsütésre ébredtünk. Örültem, hogy milyen jó lesz, míg a gyerekek kimennek az udvarra, végre tudok haladni a háztartás körüli dolgokkal. Négy kicsi gyerek mellett gyakran tornyosul a szennyes

ruha meg egyéb teendők, és még ebédet is kell főzni. A gyerekek azonban nem elégedtek meg a kert adta lehetőségekkel, minden gyözködésem ellenére mindenképp a játszótérre szerettek volna menni. Végül beadtam a derekam, és „hagytam a dagadt ruhát másra” (úgysem csinálja meg más), kimentünk a játszótérre.

Jó melegen sütött a nap, a mozgás a hosszú bezártság után mindannyiunknak jólesett a friss levegő, de bennem

azért még mindig motoszkált, hogy mennyi mindent nem tudok megcsinálni ma.

A parkba érve láttuk, hogy nem messze a park lámpáinak égőit cserélik egy kosaras, darus autóval. Persze, a fiúk azonnal arra vették az irányt a „motorjaikkal”. Percekig csodálták a dolgozókat ott fenn a magasban, s mikor leeresztették a kosarat, mindjárt szóba elegyedtek velük. Addig-addig faggatták őket, míg végül jól összebarátkoztak, és sikeresen rávették a munkásokat, hogy őket is vigyék fel a magasba. Hatalmas élmény volt ez a 3-4 éves fiaimnak, és én is vidáman mentem hazafelé, többet nem rágódva az otthoni teendőkön, amik így is, úgy is megvárnak, hisz egy kisgyermek életében ilyen élmény nem adódik gyakran. Kár lett volna lemaradni erről a „buliról” egy mosógépnyi tiszta ruha miatt. *Forrás: Oázis, 2016/1.*



Apukáknak ajánljuk!

Divatos bútorfelújítás (1.): natúr fa

A lakberendezési trend évente változik, nemcsak a színek, hanem a felhasznált alapanyagok tekintetében is. Vannak ugyan örök darabok (mint a tölgyfa) ám ezekre is ráfér időnként a felújítás.

Idén újra előtérbe kerülnek a nyers fafelületek, mégpedig natúr vagy fehérített kivitelben. Ez azért is jó hír, mert így akár régi, tölgyfa bútorainkat is bátran felújíthatjuk ahelyett, hogy újakat vásárolnánk.

A natúr hatás eléréséhez először meg kell vizsgálnunk a fafelületet. Csak az olyan, jó állapotú darabok alkalmasak ennek kialakítására, amelyek korábban szintelen lakkal, vagy esetleg világos vékonylazúrral voltak beeresztve. A színes vastaglazúr, pláne a zománc (vagy a néhány évtizeddel ezelőtt használt oldószeres és olajfestékek)



után házilagos csiszolással nem fogjuk tudni visszanyerni a fa természetes színt.

Amennyiben kedvenc bútor darabunk alkalmasnak bizonyul, essünk neki csiszológéppel, valamint kézi csiszolópapírral. Durva csiszolással kezdjük, majd váltunk egyre finomabb szemcséjű csiszolópapírra. Az alapos csiszolás után portalanítsunk, majd válasszunk egy szintelen lazúrt felületkezelőnek. A Poli-Farbe Boróka Satin selyemfényű vastaglazúr szintelen változata éppen megteszi, mert ez kiemeli a fa természetes szépségét, mégis tartós védelmet nyújt.

Divatos bútorfelújítás (2.): legyen fehér

A fehér örök, nemcsak a falak színeként, hanem bútorok tekintetében is. Mostanában a tölgyfa bútorok között is divat a matt fehér, főként a fa eredeti szépségét inkább kiemelő, mint elfedő tejszerű, fehérített kivitelben.

A fehér bútorok szinte mindenhez passzolnak, így hosszú távon is jó megoldás ez a választás. Egy jó minőségű, ép fenyő-, vagy keményfa-bútor mázolhatunk fehér lazúrral, így igazán divatos lesz a végeredmény. Én a fehér színű Poli-Farbe Boróka selyemfényű vastaglazúrt ajánlom, amely kiemeli a fa természetes szépségét.



Divatos bútorfelújítás (3.): színek kültérre

Nemcsak a belső terekben, hanem a teraszon és a kertben is jól mutatnak szépen felújított, tölgyfa bútoraink. Idén a legfőbb divatszín odakint a szürke, de egyéb színeket, pasztelleket vagy fehérét is bátran választhatunk mázolásához.

A szürke bútor érdekes hatást kelt a kertben, hangsúlyozhatjuk



vele a kert zöldjét és a virágok élénk színeit. A Cellkolor selyemfényű zománcfestékkel a korábban festett felületeken is tartós eredményt érhetünk el.

PODMANICZKI „SZOBAFESTŐ” ATTILA
BLOGJA

Forrás: blog.polifarbe.hu/;
Fotó: www.123rf.com

Családellátó kert

Sok zöldség, gyümölcs igen messziről, akár más kontinensről is érkezik. Ezek szállítása környezetszennyező és energiaigényes. Emellett a vásárolt zöldségek-gyümölcsök növényvédőszer-maradvány tartalmát a hatóságok csak szűrőpróbaszerűen tudják vizsgálni. Ezért is érdemes otthon is termesztetni, hiszen akkor biztosak lehetünk abban, hogy amit mi termelünk, abban nincs szermaradvány.

MIÉRT JÓ A SAJÁT TERMÉS?

Az elmúlt évtizedekben sajnálatos módon egyre több családi ház kertjéből tűntek el a zöldséges ágyások és a gyümölcsfák. Ennek oka, hogy már szinte minden beszerezhető a boltokban. Az üzemi termesztésben azonban a szüret nem akkor van, amikor a gyümölcs a legzamatosabb, a legtöbb hasznos beltartalmi értékkel rendelkezik, azaz igazán érett. Ehelyett akkor szedik le, amikor még csak félérett, de szállítható és hosszan pulton tartható. Később majd megérik, de az íze meg sem fogja közelíteni a napon érettét. Az általunk termelt növényeket teljes érésben szedhetjük le, így ízük, beltartalmi értékeik sokkal jobbak, mint üzemi termesztésű társaik esetében.

ANYAGILAG IS MEGÉRI...

A házikerti kertészkedés azon kevés, kedvtelésből végzett tevékenység közé tartozik, mely – ha jól csináljuk – nem viszi, hanem hozza a pénzt. Aki kertészkedik, az jó levegőn van, testmozgást végez, és munkája eredményeként a megtermelt termények hozzájárulnak a családi költségvetés javításához. Kevesebb élelmiszert kell vennünk, ha a zöldségeket magunknak megtermeljük, vagy ha többet termelünk, mint a család szükséglete, azt eladhatjuk, elcserélhetjük. A kertészkedés jó rekreációs tevékenység is, hiszen főleg a szellemi munkát végzőknek ez az elfoglaltság aktív pihenést jelent.

MEKKORA TERÜLET SZÜKSÉGES?

Sokan nem is gondolnák, hogy egy négytagú család ellátására egy 100-200 négyzetméternyi földterület elegendő – ha valaki ezt jól használja, akkor a burgonyát leszámítva minden szükséges zöldséget, és számottevő mennyiségű gyümölcsöt is megtermelhet. A 100 négyzetméter a gyakorlatban elegendő földterület, mivel itt a növényi sorrendre,



azaz a helytakarékos megoldásokra nagy hangsúlyt kell fektetni. Azaz a rövid tenyészidejű növények, például hónapos retek után azonnal ültetni kell valamit, hogy a teljes terület folyamatosan használatban legyen. 200 négyzetméteres kertben kevésbé kell spórolni a hellyel.

Több önkormányzattól lehet konyhakert létesítése céljából jelképes áron területet bérelni. Ahol ilyen nem ad bérbe az önkormányzat, ott is biztosan vannak idősebb emberek, akik már nem tudják művelni a kertjüket. Esetükben a feles művelés lehet jó megoldás: a terület művelője a termény felét adja a tulajdonosoknak, így mindenki jól jár. Tehát, ha valaki szeretne kertet művelni, az vásárlás nélkül is elképzelhető. A vetőmagok többsége ismerősöktől, rokonoktól is beszerezhető indulásként, később pedig a saját magfogás cserealapot szolgáltat a kert faj-, és fajtaállományának bővüléséhez. (...)

VENNI VAGY TERMELNI?

Az utóbbi években széles körben elterjedt az a tévhit, hogy olcsóbb megvenni a zöldséget, gyümölcsöt, mint megtermelni. Ez nem igaz; egyrészt mert gondoljunk bele, hogy egy cseresznyefa például 1500 forint, egy kilogramm cseresznye meg ötszáz. A fát el kell ültetni, pár évig gondozni, és utána anyagiakban is mérhetően többszörösen meghálálja a gondoskodást.

Vagy érdemes belegondolni, hogy nagyáruházakban olcsón kaphatunk ugyan paprikát, paradicsomot, de az azokból a kényszerérett termésekből készült lecsó meg sem közelíti az igazi, napon érett, esetleg vegyszermentesen tartott igazi lecsó ízét. Tehát, ha valamit olcsóbb is esetleg megvenni, mint megtermelni, annak a minősége nem is említendő egy lapon a hagyományosan, természetes körülmények között termelt társával.



KERTÉSZNAPTÁR

Április

Sürgősen fejezzük be a telepítést, a metszést. Alaposan öntözzük be az elültetett gyümölcsfákat, több alkalommal, a szamócásra pedig négyzetméterenként 15-20 liter vizet számtsunk. Vizsgáljuk át még egyszer alaposan a fák koronáját és – ha szükséges – utómetszéssel távolítsuk el a megmaradt száraz csonkokat, ágakat, kurtítsuk meg a túl hosszú vesszőket. Most se mulasszuk el a sebek és odvak kezelését! A termő gyümölcsösben ekkor végezzük a műtrágyás tápanyag-utánpótlást. A jobb fejlődés érdekében fontos a szamócaágyások műtrágyázása. A málna vesszőit kössük a huzalokhoz vagy a tövek mellé vert karókhöz, az előtörő sarjakat pedig ritkítsuk meg. Ha szükséges, permetezzünk a korai ta-

vaszi kártevők és kórokozók ellen. Fejezzük be a szőlő tamberendezésének javítását. Kötözzük fel a magas kordon- és a lugas művelésű szőlők szálvesszőit.

A konyhakertben a már kiültetett karalábé- és karfiolpalánták növekedését segíthetjük, ha négyzetméterenként másfél-két vödör vízzel öntözzük meg. A zöldborsó is szebben fejlődik, ha négyzetméterenként 2,5-3 vödör vizet kap – főleg a virágzaskor igényli a vizet. Még vethetünk hónapos retket, spenótot és állandó helyére 30 cm sortávolságra vessük a nyári fejessaláta és metélőhagyma magvait. Vessünk zöldbabot is, és földbe kerülhetnek a patisszon, a cukkini és a bimbóskel magvai is. A hónap közepén kiültethetjük a korai paradicsompalántákat. Készítsük elő a dinnye-, az uborka-, a paprikapalánták helyét.

Forrás: www.kertszovetseg.net, www.magyarertesz.hu



Így tervezzünk családi nyaralást!

A színes étkezés, a nagy választékban elérhető babafelszerelések és a megfelelően összeállított programkínálat is kulcsfontosságú az igazán jól sikerült, pihentető családi nyaralás megteremtéséhez – derül ki a KidsOasis felméréséből, mely gyerekbarát szálláshelyek minősítésére szakosodott.

„A közös nyaralás erősíti a családi kapcsolatokat. Fontos összeegyeztetni az igényeket, úgy próbáljuk szervezni a programot, hogy az mindenkinek megfeleljen. Általában minden mozgalmas, jövő-s-menős napot egy pihenős követ. A közös nyaralásnak olyannak kell lennie, amire mindenki szívesen emlékszik vissza.” – fejt ki a KidsOasis ügyvezetője, Gyetvainé Zováth Anikó, aki maga is gyakorló, 4 gyermekes anyuka.

Hogy foglaljunk szállást?

A KidsOasis rendszerének megalkotói szerint nagyon fontos a családbarát szálláshelyeknél a rugalmasság, a személyzet és a vendégek türelmes hozzáállása a zajongó gyerekekhez, vagy az, hogy a felmerülő extra igényeket meg tudják azonnal oldani. Hiszen otthon maradhat a babakád, a babaételek, a cumisüveg melegítő, a baba étkezés. Senki nem szeretné magával vinni a fél háztartást. A szállás kiválasztásánál fontos szerephez juthat, hogy tudjuk azt, hogy milyen szükséges eszközökre számíthatunk a babák ellátásához, milyen programok, szórakozási lehetőségek vannak, milyen a szálloda, az étterem felszereltsége. Nagyon fontos a gyerekek biztonsága: a lépcsők, a nyitott kert, a parkoló, az üvegajtók, a korlátok hiánya, a konnektorok, a lógó vezeték mind-mind baleset okai lehetnek.



Programok a nyaralás alatt

„A nagy olvasni szeretne, a papa kirándulni, a kicsik úsznának, anya és apa meg végre kialudná magát. Ha több generáció nyaral együtt, könnyen káoszba torkollhat a dolog.”

A gyerekeknek fontos, hogy korcsoportok szerint tudjanak szórakozni: a kicsiknek kismotor, kis bicikli, a nagyoknak videójátékok, csocsó, lehetőség szerint medence vagy vízpart, kirándulási lehetőség legyen a környéken. A felnőtteknek ugyanolyan fontos a közös program, így csak szülőknek szóló kikapcsolódást is érdemes kitalálni, míg a gyerekek biztonságos programokon, játszóházban vagy animátorokkal együtt szórakoznak.

Ha sikerül megtalálnunk a számunkra alkalmas családbarát szálláshelyet és étkezési/éttermi lehetőséget, valamint a környéken is rendelkezésre áll a család számára befogadható mennyiségű és minőségű programlehetőség, nincs más hátra, mint élvezni a boldog családi együttlét minden örömét!

GYETVAINÉ ZOVÁTH ANIKÓ

Mindenki Operája – mindenki Operába!



Nem csak kenyérral él az ember. Nem csak testünket kell naponta táplálnunk, de elemi szükségletünk a rendszeres szellemi eledel, a művészet által átélhető katarzis is. Akinek pedig (sok) gyermeke van, csemetéi szellemi és lelki növekedéséért is felel. A szülőnek kell először

kézen fogni gyermekét és múzeumba, könyvtárba, hangversenyterembe vagy színházba vinni, hogy kóstolót kaphasson a kultúra ezernyi ízéből.

Az opera műfaja olyan összművészeti esszenciát kínál számunkra, melyben egyszerre élvezhetjük a zene sodrását, az adaptált irodalmi művek történeteit, a díszletekben látható jegyet öltő képzőművészeti alkotásokat vagy animációkat, az előadóművészek énekhangját és táncleléseit, ráadásaképp pedig az Andrassy úti Ybl palota csodálatos építészeti megoldásait. Operába menni valódi töltekezés, hisz minden érzékszervünkkel átélényegülhetünk egy másik, sajátunkon túli világba, oda, ahová az adott előadás vezet bennünket.

Tudjuk, hogy egy nagycsaládban nemcsak a jegyárak sokszorozódása jelenthet nehézséget egy színházlátogatás kapcsán, de a nekiveselkedés sem mindig egyszerű: előkészíteni mindenkinek az ünnepi ruhát, levezényelni, hogy minden családtag időben készen álljon az indulásra, s még fel is készíteni a megnézett darabra a kisebb vagy nagyobb gyerkőcöket – sokszor ideg- tépő, szülő-t-próbáló feladat.

A Magyar Állami Operaház jóvoltából 2013 óta már nem kell a magas jegyárakat megfizetni, a Mindenki Operája program ugyanis nagycsaládok számára negyedáron biztosítja a főpróbák látogatását. Nekünk már csak az időnköt kell oda- szánnunk. Aki élt már a lehetőséggel, tudhatja, megéri! Mert olyan családi élményekkel gazdagodhatnak beavatás előtt állók kicsik és nagyok, de fekete öves operarajongók is, ami ez esetben nemcsak a primer művészeti élményt, de a közösségben megélt befogadás örömét is jelenti.

Egy szó, mint száz, mindenki Operába!

Az évadból még hátralevő előadásokat a szintén nagycsaládok Ókovács Szilveszter, a Magyar Állami Operaház főigazgatója ajánlja figyelmükbe: 2017. január 1-től!

Május 3. (szerda, 18.00), Richard Strauss: Elektra

Richard Strauss nagyon nem azonos Johann Strausszal: utóbbinak (aki ráadásul az „ifj.” vagy a „II.” előtaggal is kénytelen volt magát édesapjától, a Radetzky-induló azonos nevű szerzőjétől megkülönböztetni) a Denevért, a Cigánybárót és a Kék Duna-keringőt, az Éljen a magyar! polkát köszönhetjük, igazi „bécsi vér”. Ezzel szemben a bajor Richard Strauss operaszerző, akinek Elektrája a legmegrázóbb mű a hosszú életműben. A görög mitológiát híven követő történetben véres titkokra derül fény, a zenekar a létező legnagyobb összeállításban, 104 fővel játszik. Kovalik Balázs rendezése a mában él, székhez szögez, katarziszig visz – ám az előadás szigorúan korhataros!

Május 11. (csütörtök, 18.00) Dantzig-van Schayk – Csajkovszkij: A hattyúk tava (balett)



A Hattyúk tavát nem kell bemutatni. Egyike a három nagy Csajkovszkij-balettnak, ma már mindhárom vadonatúj kiállításban kerül elének a Magyar Nemzeti Balett jóvoltából. A két létező befejezésből a hol-

land Rudi van Dantzig a melankolikusabbat választotta, amikor át-dolgozta az óskoreográfiát, Marius Petipa művét. Míves díszletek, kézműves kosztümök és igazi álomvilág jellemzi az előadást, és az elmúlt években sztárokat leigazolt és kinevelt együttes, hazánk egyetlen klasszikus balett társulata a külföldi recenzensek szerint is világszínvonalút táncol benne.

Május 26. (péntek, 18. ó.) Mihályi/Frenák/Seregi/Bartók: Tánc Triptichon (balett)

Bartók nem írt Tánc triptichon c. művet. Komponált viszont két táncjátékot, a Csodálatos mandarint és a Fából faragott királyfit – utóbbi ősbemutatója épp 100 esztendeje, épp az Operaházban történt. A harmadik táncos zene a Táncsvit, amelyet a szerző az Opera muzsikusaiból alakult koncertzenekarnak dedikált. A Tánc triptichon programjában ugyan a zenekari árokból Bartók muzsikája szól, de a színpadon három nagyon különböző táncstílust mutat majd a Magyar Nemzeti Balett: a Táncsvitben Juhász Zsolt a néptánchoz, a Csodálatos mandarin klasszikus Seregi-koreográfiájában a teátrális baletthez, Frenák Pál Fából faragottjában pedig a kortárs táncszínházhoz visz közel. Különleges este készül, két világpremierrel.

NOE Mindenki Operája főpróbák 2017.

dátum	nap	kezdés	előadás címe	Jelentkezési határidő	Átvételi időszak
5/3	szerda	18	Richard Strauss: Elektra		
5/11	csütörtök	18	Dantzig-van Schayk- Csajkovszkij:A hattyúk tava (balett)	04. 14. – 04. 20.	04. 24. – 04. 30.
5/26	péntek	18	Mihályi/Frenák/Seregi/Bartók: TáncTriptichon (balett)	05. 02. – 05. 08.	05. 12. – 05. 18.
6/3	szombat	11	Kodály Zoltán: Hány János	05. 09. – 05. 15.	05. 22. – 05. 28.
6/13	kedd	18	Giuseppe Verdi: Rigoletto	05. 16. – 05. 22.	05. 29. – 06. 03.
6/14	szerda	18	Richard Stauss: Ariadné Naxosban	05. 16. – 05. 22.	05. 29. – 06. 03.

Helyszín: Operaház

Árak: 4500, 3600, 3000, 1400, 400 Ft

Június 3. (szombat, 11.00) Kodály Zoltán: Háry János

Kodály Zoltán egyenesen az Opera számára írta Háry Jánosát. Ekkor került fel először a sokezer éves magyar népdal a színpadra, a nagy muzsikuss aggódott is műve sorsáért, mindenkit arra kért ajánlásában, adjon szeretetet az eddig figyelemre sem méltatott kincseknek. Vidnyánszky Attila forgószínpados rendezése klasszikus úton jár, de rengeteg poénnal és szép pillanattal is ékes. Mindig kiderül, hogy a különleges műfajú Háry csak nagy térben, a kórus és a zenekar meg nem spórolásával, a legjobb énekesekkel, kidolgozott prózával mutatja igazán magát: az Opera színpadain. E rendezés az Erkel Színház után most látható először az Andrassy úton, a Magyar Évadot záró MagyarFeszt 2018 részeként.

Június 13. (kedd, 18.00) Giuseppe Verdi: Rigoletto

A Rigoletto egyike a legnépszerűbb operáknak. A mantovai herceg öreg udvari bolondja maga is ura erkölcsi mocskában él, s épp azt szennyezik be társai, aki számára az életben egyedül tiszta: a lányát. S mikor Gildát mentené, a gazembert pedig büntetné, Victor Hugo drámája, „A király mulat” története szerint épp ellenkezőleg alakul. Szinetár Miklós



régóta sikeres rendezése és a slágerszámok sora emlékeztet előadást ígér most is.

Június 14. (szerda, 18.00) Richard Strauss: Ariadné Naxosban

És megint Richard Strauss: az Ariadné Naxosban a szerző posztmodern darabja. A librettó szerint a hercegi udvar időhiánya oda vezet, hogy az ünnepségre hívott színtársulat tragédiáját és a komédiások vígjátékát egyszerre kell előadni... A mai rendezői színház eszközeivel, filmes és merész egyéb megoldásokkal operál Anger Ferenc munkája – mivel az utóbbi hat év egyik legjobb előadása, kár volna kihagyni. Figyelem, csak 16 éven felülieknek!

MÁTHÉ ZSUZSANNA, ÓKOVÁCS SZILVESZTER

APRÓHIRDETÉS

Szállítás-fuvarvállalás

NOE-ban leinformálható, a Titkárságnak régóta dolgozó, megbízható fuvarozó személygépkocsival munkát vállal magánszemélyeknek, illetve cégeknek, alkalmanként vagy rendszeres megbízásra. Bel- és külföldi személyszállítás, gyermekek iskolába szállítása, futárszolgálat, anyagbeszerzés, áruterítés, postai ügyintézés.

NOE-tagoknak kedvezmény!
☎ 20/935-4600 Pfeil István
e-mail: pfeilistvan@gmail.com

Homok, sóder, murva, beton, termőföld szállítását

5 tonnáig vállalom Budapesten,
NOE-tagoknak 5% kedvezménnyel!

☎ 20/956-5720 Kovács Árpád

<http://teherfuvarozas.uw.hu>, e-mail: teherfuvarozas@uw.hu

Költöztetés, fuvarvállalás, lomtalanítás Budapesten és az egész ország területén.

Szállítás: zongora- és páncélszekrény-szállítás.

Kedvező árak, ügyfélbarát kiszolgálás.

NOE-tagoknak árendemény!

Ha bármilyen szállítási gondja van, hívjon bizalommal!

☎ 30/509-2284 Sárközi Zsolt

www.koltozesmaskepp.hu

ENERGETIKAI TANÚSÍTÁS

(épület-lakás zöldkártya, az ingatlan-adásvételhez és bérbeadáshoz kötelező) 17.000 Ft-tól, azonnalra. Igény esetén online adatközléssel is. Hőkamerázás, hőfényképezés.

☎ 30/431-2402 Garancsy István

APRÓHIRDETÉS

Kikapcsolódás, nyaralás nagycsaládosokra szabva egész évben! Minden kedves sokgyermekes családot szeretettel vár a BényeLak – zöldorom vendégház Tokaj Hegyalján!

Hornyák Mária Anita (3904 Legyesbénye, Kossuth u. 22.)
☎ 30/373-3962

Eladó 7 személyes Fiat Dethleffs lakóautó, 1997-es évjárat, 81kw, 2500cm³, turbó dízel, órában 101000 km. Minden ablakon szúnyogháló és roló. Külső-belső led világítás, külső zuhany, omnisztor. Hátsó 4-es kerékpártartó, 2x80 l-es zárható alumínium doboz, hatalmas tető box. Körfűtés, hideg-meleg víz, 100 l-es tiszta víz tartály, 100 l-es használtvíz-tartály, kazettás WC. Beépített széf.

Irányár: 4 000 000 Ft.

A jármű napi használatban van, megtekintés előtt hívjon telefonon.

☎ 20/449-0835 Kulcsár Mihály

CIKLUS SHOW ÉS TITKOS KÜLDETÉS – felvilágosító foglalkozások kiskamasz csoportok számára.

NOE tagoknak 10% kedvezmény. Amennyiben a csoport/osztály részéről a kapcsolattartó NOE tag, úgy a kedvezmény az egész csoportra vonatkozik, és a kapcsolattartó gyermeke 50% kedvezményt kap.

Figyelem: ez nem minden foglalkozásra vonatkozik, csak a hirdetővel, Török Orsolyával szervezett alkalmakra érvényes, melyhez bejelentkezni a

ciklusshow.torokorsi@gmail.com címen lehet.

Szeretettel várom a jelentkezőket!

NOE TAGKÁRTYÁVAL IGÉNYBE VEHETŐ KEDVEZMÉNYEK

KÖZPONTIFŰTÉS-, VÍZVEZETÉK SZERELÉS - TÓTH PÉTER EV. (1188 Budapest, Eke utca 39.)

☎ Tel: 06-20/775-9098

web: www.tothpetigepeszet.hu

NOE tagok 15% kedvezményt kapnak a szolgáltatások árából.

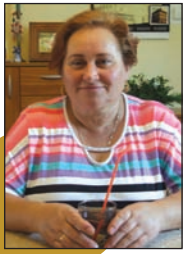
FITTHAUS-HENZ 1950 KFT.

(8360 Keszthely, Móra Ferenc u. 15.)

☎ Tel: 06-30-458-5081

e-mail: nussbaumpanzio@gmail.com

NOE tagoknak 60000 Ft-os kedvezményes ár, 6 éjszakás/7 napos önellátó nyaralásra – 2 felnőtt 3 gyerek részére.



Pannika főzőiskolája

Hagyományos ételeink, ízeink

Amikor elkezdtem írni főzős cikkeimet, az volt a gondolatom, hogy hagyományos ételek készítésével nem foglalkozom. Most viszont feltettem a kérdést magamnak, hogy jó ez így, helyes volt a döntésem? A válaszom önmagamnak: nem! Hisz azért is várjuk az ünnepeket, mert tudjuk előre, hogy mi kerül az asztalra, és az ételek illata belengi a lakás minden zugát, íze a lelkünkig hatol. Az asztal körül ülve visszaemlékezünk arra, hogy anyáink, nagymamáink is ezeket az ételeket készítették a jeles ünnepekkor, és bízunk abban, hogy gyermekeink unokáink is ragaszkodnak az ünnepek hagyományos ételeihez. A hagyományok összekötik a családokat, a múltat a jelent és a jövőt. Húsvétkor a gondos háziasszonyok félreteszik a sonka levét, amiből Jókai bablevest készíthetünk. A leves mellé jól illik a dagasztott édes kalács.



JÓKAI BABLEVES (a sonkalé felhasználásával)

Hozzávalók: a sonka főzőleve (összesen kb. 2,5 l legyen), 25 dkg tarkabab (előző nap beáztatva), 1 db nagyobb sárgarépa, 1db közepes méretű petrezselyemgyökér, kis darab zeller, 2 db zöldpaprika, 1 db paradicsom, közepes nagyságú vörshagyma, 2 gerezd fokhagyma, 1 szál füstölt kolbász, 6 ek. zsiradék (lehet a sonkalé tetejéről leszedett zsiradék is), 3 ek. liszt, 1 db babérlevél, 1 kk. bors, 2 tk. pirospaprika, szükség szerint só, petrezselyemzöldje, 1 kk. gyömbér (puffadás ellen), 1,5 dl tejföl.

A csipetkéhez: 1 kis tojás, 3-4 ek. liszt, csipetnyi só.

Elkészítés: A beáztatott babot feltesszük főni a sonka főzőlevelével. Hozzá tesszük a babérlevelet, a borsot és a gyömbért.

Amíg a bab fő, megtisztítjuk és felkockázzuk a zöldségeket. A hagymát apróra vágjuk. A kolbászra meleg vizet folyatunk, hogy a rászáradt héját könnyebben leszedhessük, majd karikákra vágjuk.



Készítsük el a rántást egy vastagtalpú edényben. 4 ek. zsiradékhoz hozzáadjuk a lisztet. (Könnyebben boldogulunk a rántással, ha nem túl sűrű, inkább legyen kicsit folyós). Sűrűn kevergetve készítsünk belőle barna rántást (a zsemleszínűnél kicsit sötétebb legyen, mert a bab-

leves így ízletesebb lesz), tegyük hozzá a felaprított vörshagymát, majd kb. 2 perc után húzzuk félre az edényt, de keverjük tovább a rántást. Kis idő elteltével (mivel a vastag talp jól tartja a hőt, könnyen megég a paprika) adjuk csak hozzá a pirospaprikát.

2 ek. zsiradékon megpirítjuk a felkockázott zöldségeket. Amikor már látjuk, hogy a sárgarépa megszínezte a zsírt, hozzáadjuk a felkarikázott kolbászt, majd a paradicsomot és a lereszelt fokhagymát is. Kb. 5 perc kevergetés után az egészet hozzáöntjük a babhoz, és ezekkel együtt főzzük tovább a levest.

Készítsük el a csipetkét is. A tojást felverjük a sóval, hozzáöntjük a liszthez és kemény tésztát gyúrunk. A tésztából két ujjunkkal csipjünk ki egy kis darabot, közben pödörjünk egyet rajta és szórjuk lisztezett konyharuhára. Könnyebben megy a csipkedés, ha a tésztát néha lisztbe mártjuk.

Amire elvégezzük a felsorolt feladatokat, addigra a bab szépen megpuhul. A közben kihűlt rántást keverjük össze fokozatosan egy-két merőkanál forró lével, és öntsük hozzá a levesünkhöz. Amikor újra forni kezd a leves, adjuk hozzá a csipetkét is, és főzzük tovább 8-10 percig. A tejfölt is keverjük ki forró lével és mintegy megkoronázásképpen öntsük a bableveshez. Amennyiben van maradék főtt sonkánk, azt is belevághatjuk. Ha szükséges, tegyünk hozzá sót. Aki szereti, vágthat bele erős paprikát is.

Tipp: Ha nehezen puhul meg a bab, akkor tegyünk a főzőlébe 1 kk. szódadikarbónát.

Ismertető: A bab rendkívül fontos táplálék, mivel magas a fehérjetartalma. Régen, amikor még kevés húst fogyasztottak az emberek, babbal oldották meg a szervezetük számára szükséges fehérjebevitelt. A szárazbab kiváló B1, K-vitamin, folsav, foszfor, magnézium és nátrium forrás.

DAGASZTOTT KALÁCS

Alaprecept:

Nagyon sok kelt tészta receptet áttanulmányoztam. Mind-egyik egy kicsit eltér a másiktól, de nem nagyok a különbségek. Az egyikben egy kicsit több a liszt, a másikban kevesebb a zsiradék – nem folytatom tovább. Már sokfélét kipróbáltam én is. Mára már kialakítottam magamnak egy alapreceptet, ezt használok majdnem egységesen minden édes kelt tészta elkészítéskor, csak az aranygaluska és a darázs-fészek készítésénél teszek bele több zsiradékot.



Hozzávalók: 50 dkg liszt (kelt tészta lisztet használok) + a nyújtáshoz, 1 kk. só, 7 dkg vaj/margarin, 3 dl tej (ebből 0,5 dl az élesztő felfuttatásához), 3 dkg friss élesztő, 1 tojássárgája és 1 egész tojás, 4 ek. kristálycukor, 1 csomag vaníliás cukor, (a sós kalács változatnál csak 2 ek. és a vaníliás cukor is kimarad).

Elkészítés: A kelt tészta készítésénél ügyeljünk arra, hogy minden hozzávaló legyen szobahőmérsékletű.

Élesztőkelesztés: Morzsoljuk az élesztőt 1/2 dl langyos tejbe, tegyünk hozzá 1 tk. cukrot és 1 tk. lisztet, keverjük össze villával, majd pl. papírtörlővel lefedve helyezük langyos helyre a tálát.

Öntsük a lisztet egy nagy műanyag tálba, majd habverővel átkeverve tegyük levegőssé.

Melegítsük fel a megmaradt 2,5 dl tejet a langyosnál kicsit melegebbre, tegyük bele a zsiradékot, a sót, a cukrot, a vaníliás cukrot és keverjük össze, adjuk hozzá tojásokat, és ezzel is keverjük tovább. Öntsük a megkelt élesztőt a lisztbe vajt mélyedésbe, tegyük bele a tejes keveréket is, és villával (így nem lesz ragacsos a kezünk) kezdjük el összekeverni. A tészta gyorsan összeáll és elválik az edénytől. Borítsuk lisztezett gyűrődesskára, gyúrjuk rövid ideig (2-3 perc), ha ragad, akkor újra szórjuk meg liszttel. Gömbölyítsük kereké, lisztezzük meg, és helyezzük vissza a műanyag tálba, tegyük langyos helyre és takarjuk le konyharuhával. Amikor duplájára kelt (kb. 40-45 perc alatt), borítsuk ki a tésztát a gyűrőlapra, és folytassuk a munkát aszerint, hogy milyen kalácsot szeretnénk belőle készíteni.

A cikk megírásához 3 féle kalácsot készítettem. Mindig csak fél kiló liszttel dolgoztam és az első adag ledagasztása után 30 perccel indítottam a következőt, majd harminc perc múlva a harmadik adagot.

Ami minden kalácsnál azonos munkafolyamat:

Óvatosan, lágyan végezzük a nyújtást és a sodrást (középről kifelé haladjunk). A fonatokat enyhén lisztezzük be összefonás előtt. Zsiradékkal kikent és liszttel meghintett tepsibe tegyük a tésztát. A sütőpapír nem jó, mert hozzáragad a tésztához és nehéz eltávolítani a megsült kalácsról. Az összeállított tésztát két konyharuhával takarjuk le. Az alsót enyhén nedvesítsük be (kiszáradás ellen) langyos vízzel.

Meleg helyen kb. 30 percig kell keleszteni a sütőlapra helyezett tésztát, majd kenjük be a megmaradt tojásfehérje és 2 ek. tej keverékével. Süssük 180 fokon kb. 30-35 percig, ha nagyon pirul a teteje, rakjunk rá alufóliát.

Az első adagból sós fonott kalács készült. Ebbe kevesebb cukrot tettem, és a vaníliás cukor is kimaradt. (Nálunk húsvétkor – Vas megyei szokás szerint – a sonkát is az így készült kaláccsal fogyasztjuk.)

Osszuk a tésztát három részre. Nyújtsunk gyengéden minden darabból 12 cm széles és 35 cm hosszú csíkot. Keverjük össze 10 dkg lágy margarint 2 tk. sóval, osszuk háromfelé, és kenjük rá egyenletesen a tészta-téglalapokra. A csíkokat a hosszabb oldalnál kezdve tekerjük fel, és sodorjuk egyforma rudakká. A három tészta-rudat rakjuk egymás mellé, nyomjuk össze az egyik végükön, fonjunk hagyományos hármassal (én most négyes fonással próbálkoztam több-kevesebb sikerrel). A végeket hajtsuk a megfont tészta alá, és helyezzük a fonatot tepsibe.

A második adagból kókuszos kalács készült. A munkafolyamatok azonosak az elő-



zónél leírtakkal. A tésztacsíkokat a következő keverékkel kenjük meg: 10 dkg lágy margarin + 10 dkg kókuszreszelék + 10 dkg kristálycukor. Az összefonott kalácsot a lekenés után szórjuk meg barna kristálycukorral.

A harmadik adagból mákos és diós „napsugár” kalács készült.

Dió töltelék:

15 dkg darált dió, 10 dkg cukor, 1 cs. vaníliás cukor, csipet fahéj, 1/2 citrom reszelt héja, 5 dkg lágy margarin és 0,5 dl langyos tej.

Mák töltelék:

15 dkg darált mák, csipet fahéj (a többi azonos a diós töltelékkel leírtakkal).

Elkészítés:

A megkelt tésztát osszuk 6 egyforma darabra, és nyújtsuk mind-egyiket egyforma kerek lappá (kb. 20 cm átmérőjűre). A lapot tegyük mindjárt a kivajazott, lisztezett sütőlapra. Kenjük meg a mákos töltelék felével. Helyezzük rá a második kinyújtott kerek tészta lapot. Kenjük rá a töltelék másik felét. Helyezzük rá a harmadik tészta lapot. Egy vizes pohár száját nyomjuk rá a körlap közepére, majd éles késsel vagdossuk be a tésztát a jelölésig (lásd a fénykép). Minden szeletkét kétszer csavarjunk meg, és tegyük vissza az eredeti helyére. Takarjuk le a tésztát, majd 20 perc pihentetés után kenjük le tojásfehérjével, és süssük 180 C fokon fél órát. Ugyanígy készíthetjük a diós kalácsot is.

Zablisztes kókuszos fonott kalács

Készítettem majdnem diétás kalácsot is.

Hozzávalók: 200 g teljes kiőrlésű tönkölyliszt, 160 g zabliszt, 20 g lenmagliszt, 1/2 kk. só, 4 ek. nádcukor, 30 g friss élesztő, 80 g vaj/Ráma, 2 dl tej (ebből 0,5 dl a kelesztéshez) 1 egész tojás, + egy tojássárgája. A kókusz-töltelék és a kalács elkészítésének folyamatát a már leírt módon végeztem.

KONKLÚZIÓ:

- Fogyasszunk több babot, mert rendkívül egészséges.
- Nem kell a kalácsot sokat dagasztani. Nem kell félni, nem kell, hogy dagasztás közben csöpögjön a víz a homlokunkról.
- Nem kell mereven ragaszkodni a receptekhez, kicsit eltérhetünk tőlük bármilyen irányba.
- A kalácsok közül a diós napsugár lett a befutó. Második helyen a kókuszos kalácsok (a majdnem diétás is) végeztek.

ORBÁN JÓZSEFNÉ PANNIKA

Az apai örökség

Élt egyszer egy dolgozó ember, aki maga nevelte három fiát. Az apa kora reggeltől késő estig dolgozott, nem ismerte a fáradtságot. A fiai szép szál, markos legények voltak, de dolgozni nem szerettek. Míg apjuk a kertet művelte vagy fát vágott, ők csak az árnyékban heverésztek.

– Miért nem dolgoztok ti soha? Miért nem segítetek apátoknak? – kérdezték a szomszédok.

– Minek dolgoznánk? – felelték a legények. – Apánk egyedül is győzi a munkát.

Így éltek hosszú esztendőkön át. A fiúk megemberesedtek, az apjuk pedig megöregedett, elgyöngült és már nem bírta úgy a munkát, mint azelőtt. A kert elvadult, gyom verte fel a szántóföldet. Látták ezt a fiúk, mégsem fűlt a foguk a munkához.

– Miért ültök tétlenül, fiaim? – kérdezte az apjuk. – Amíg fiatal voltam, dolgoztam én. Most rajtatok a sor.

De a fiúk nem hallgattak rá. Az apjuk meg úgy nekibúsult, hogy bánatában ágyának esett. A család most megismerte az ínséget. A kertet meg úgy felverte a gaz, hogy még a ház is alig látszott ki belőle.

Egy nap az öregember magához hívatta a fiait:

– Gyermekeim, ütött a halálom órája. Mi lesz veletek? Dolgozni nem szerettek, de nem is értetek hozzá.

Elszorult a legények szíve. Sírva fakadtak.

– Apánk, adj valami jó tanácsot búcsúzólul! – kérte a legidősebb.

– Jól van, elárulok egy titkot. Tudjátok, hogy egész életemben dolgoztam, sikerült hát egy kis vagyont félretennem. Egy fazék aranyat gyűjtöttem össze, amit elástam a kertben, csak már nem emlékszem, hova. Keressétek meg és abból gondtalanul élhettek.

Az apa elbúcsúzott a fiaiól, és lehunyta a szemét. A fiúk tisztességgel eltemet-

ték és megsiratták. Aztán így szólt a legidősebb testvér: – Ideje, hogy munkához lássunk! Gyertek, ragadjunk ásót, hogy megkeressük azt a fazék aranyát, amit apánk tett félre számunkra!

Fogták a legények az ásót és munkához láttak: kis gödröcskéket ástak. Ástak, ástak, de a fazekat nem találták.

Akkor azt mondta a középső:

– Ha így ásunk, sosem akadunk rá az aranyra. Ássuk fel köröskörül a házat!

Úgy is tettek. Felásták az egész földet a ház körül, de a fazék csak nem került elő.

– Ássuk föl még egyszer, de most mélyebben – javasolta a legkisebb fiú. – Apánk biztosan jó mélyre rejtette a kincset.

A fiúk nem vesztették az időt, újra munkához láttak. Nagyon szerettek volna ráakadni az apai örök-

ségre. Ahogy dolgoztak, a

legnagyobb testvér ásója egyszer csak megakadt valamiben. Nagyot dobbant a szíve: azt hitte, végre megtalálta az aranyat. A többiek is odaszaladtak segíteni. Vesződtek, bajlódtek, de bizony nem a fazekat találták meg, csak egy nagy követ ástak ki a földből.

Tanakodni kezdtek, hogy mit csináljanak vele.

– Csak nem hagyjuk itt! – mondta a középső. – Vigyük el a szakadékhoz!

Úgy is tettek. Bedobták a követ a szakadékba, aztán folytatták az ásást. Egész nap dolgoztak, még az éhségről és a fáradtságról is megfeledkeztek. Felásták az egész földjüket, úgyhogy puha és porhanyós lett. De az aranyat nem találták.

– No, ha már felástuk, csak ne hagyjuk parlagon! – mondta a legidősebb testvér. – Ültessük be szőlővel!

Tetszett a testvéreknek az ötlet. Venyigéket ültettek, gondozták, ápolták a kis szőlővesszőket. Nem sok idő telt bele – pompás szőlős lett az elvadult kert helyén. Dús fűrtök csüngtek a tőkéken.

Amikor eljött az ideje, leszüretelték a gazdag termést, és a felesleget eladták a piacon. Szép összeget kaptak érte.

Amikor hazaértek, azt mondja a legidősebb testvér:

– Nem ástuk fel hiába kertünket: megtaláltuk benne az aranyat, amelyről apánk a halálos ágyán beszélt!

Moldvai népmese





Kreatív barkács ötletek Házimunkára fel!

Egy iowai egyetem kutatási eredménye szerint immár bizonyított tény, hogy a házimunka egyenesen hasznos a gyerekek számára. Elégedettebbek lesznek életükkel, jobban alakulnak társas kapcsolataik, sőt még az iskolában is jobban teljesítenek.

Hogy milyennek is szeretnénk látni gyermekeinket...? Boldognak, önállóknak, alkalmazkodóknak, nagylelkűnek, összeszedettnek, segítőkésznek és még sorolhatnám. Azért, hogy ezeket az ideális képességeket elérjük, hasznos lehet, ha visszamegyünk az alapokhoz, és „munkára fogjuk őket” (természetesen a gyerek életkorának, képességeinek megfelelően). A rendszeres feladatok és a csapatként való együttműködés hozzásegít minket ahhoz, hogy elérjük nemes célunkat.

lap alján), ezek közül a számomra legszimpatikusabbat választottam.

A készítés menete:

1. Az alapot egy palatábla jelenti. Kreatív boltban fakkerttel árulják, amit kedvünk-ízlésünk szerint kifesthetünk, készen kapható fém/fa díszekkel, matricákkal, dekupázs technikával díszíthetünk.
2. Szalaggal, festékkel osszuk fel a táblát annyi részre, ahány gyermekünk van. A tábla méretétől függően nagycsaládosoknál előfordulhat, hogy több táblát kell vennünk.
3. A szalagot rögzítsük a tábla hátsó feléhez.
4. A kinyomtatott ikonokat, melyek a munkafeladatokat ábrázolják, vágjuk körbe és ragasszuk a nagy üvegkavicsok hátuljára.
5. A mágneskorongokat ragasszuk az üvegkavics hátsó felére.



Az ajánlások szerint egy táblázatot érdemes készítenünk, melyben „mindenki

számára egyértelműen látszik, hogy kinek milyen házi körüli feladatai vannak (és ebben érdemes a felnőtteket is feltüntetni, nem csak a gyerekeket); állítsuk a gyerekeket újabb és újabb kihívások elé (hogy ne váljon unalmassá a házimunka); hangsúlyozzuk számukra, milyen fontos nekünk a segítségük; végezzük a házimunkát közösen (főleg kisebb gyerekeknél); és nem utolsósorban biztosítsunk számukra némi önállóságot abban, hogyan teljesítik, amire megkértük őket.” (wmn.hu/elet)

Az elméleti megalapozottság után lássuk, hogyan készíthetünk egy házimunkákat tartalmazó táblát. Több kreatív ötlet felmerülhet (lásd a válogatást a

- A gyerekek szeretik a rendszert az életükben, ugyanakkor a változatosságot is. Hogy hosszabb ideig érdekes maradjon rendszerünk, érdemes időként frissíteni, változtatni rajta a tapasztalatok alapján (pl. a visszatérő feladatok mellé bónusz jutalom ellenében lehet extra feladatokat vállalni, új ikonokat, feladatokat bevezetni stb.)
- Érdemes elgondolkoznunk azon, hogyan reagálunk az el nem végzett vagy hiányos munkára, illetve hogyan jutalmazzuk az ügyes segítőköt. Az extra feladatokat teljesítők kiemelt jutalmat kaphatnak.
- A cikk alján megadott linken egy másik típusú tábla elkészítését lépésről lépésre bemutató videó tekinthető meg. Kívánok szívmengető alkotó perceket! LÓDI VIKTÓRIA

Készült a <http://chaoserveddaily.blogspot.hu/2012/03/working-their-little-fingers-to-bone.html>, <https://www.youtube.com/watch?v=i0gGozZRHI> és a <https://wmn.hu/elet/29365-immar-bizonyi-totteny-hogy-a-hazimunka-egyenesen-szukseges-a-gyereknek-alapjan>.



KILINCSCICA JÁTÉK

Bambusz felriadt álmából, és
rémülten menekül.
Melyik úton jut el az ablakig?



Szólások és közmondások JÁTÉKosan

Hogy is mondja a magyar?!

Jobb ..., mint kapni.

Leveszi a terhet valaki

... a keze alatt a munka.

A munka

Jó munkához ... kell.

Munka után édes a

A ... kétszer fárad.

Megfajtes: adni, válláról, ég, nemesít, idő, pihenés, rest

Buci Maci, Miau cica és Belló kutyus tábláin egy-egy szerepel.

Ha alaposan megfigyeled a tojásra pingált betűket,
összeolvashatod ugyanezeket a szavakat.

Keretezd be mind a hármat!

Szókereső



ET
FNAP
RAYVKI
VINÚALB
POKLSON
BIMZE
SOK



14

KÉPMÁS > stílusos > bátor > elkötelezett



NOE TAGOKNAK 20 % KEDVEZMÉNY!

5100 FT HELYETT 4080 FT-ÉRT RENDELHETI MEG A MAGAZINT.

Előfizetését a <http://kepmas.hu/NOE> oldalon érvényesítheti a NOE tagság számával

Számlaszám: 10700347-26317904-51100005 (CIB Bank) • Levélcím: Képmás 2002 Kft. 1012 Budapest, Logodi u. 44/D. (bejárat a Bugát lépcső felől) • Telefon/Fax: (1) 365-1414 • E-mail: elofizetes@kepmas.hu • Honlap: kepmas.hu

» ELŐFIZETÉSI AKCIÓ CSAK NAGYCSALÁDOSOK ORSZÁGOS EGYESÜLETE TAGJAINAK! «

EZZEL A KUPONNAL ÖN MÉG A LAPINDÍTÁSI KEDVEZMÉNYNÉL IS SOKKAL KEDVEZŐBB ÁRON FIZETHET ELŐ A RIDIKÜL MAGAZINRA! Ha **negyedévre** fizet elő, akkor 295 Ft helyett egy lapszám **csak 270 Ft**-ba kerül, minden héten megtakarít 25 Ft-ot, tehát a 13 lapot 3835 Ft helyett **3510 Ft**-ért adjuk Önnek!

Ha **féléves előfizetést** választ, 295 Ft helyett csupán **265 Ft**-ot fizet egy lapszámmért, vagyis hetente 30 Ft-tal olcsóbban jut a Ridikül Magazinhoz, mintha az újságárusnál venné meg! A 26 szám előfizetése 7670 Ft helyett **6890 Ft**!

Ha **egy évre** szeretne előfizetni, már lapszámonként 35 Ft-ot spórol! A lapszámonkénti 295 Ft-os ár helyett **260 Ft**-ért jár Önnek a hetilap. Összesen a 52 lapszámmért **13 520 Ft**-ot kell fizetnie a 15 340 Ft helyett!

Nincs más teendője, csak kitölteni az alábbi adatlapot, és elküldeni az adatokat emailen: elofizetes@ridikulmagazin.hu vagy beküldeni postán a következő címre: RIDIKÜL MAGAZIN Budapest, Bécsi u. 163. fsz.1. 1034

Milyen időtartamra szeretné előfizetni a lapot?

- negyedév (13 lapszám)
- fél év (26 lapszám)
- egy év (52 lapszám)

Hogyan szeretné kifizetni az előfizetési díjat?

- átutalással (emailen küldjük el Önnek a Bankszámlaszámunkat)
- postai csekken (postázzuk Önnek a csekket)

Az előfizető neve:

Az előfizető címe (ahová a kézbesítést kéri):

Az előfizető e-mail címe:

Dátum:

Alíráás:



ÖRÖMHÍR



Karácsonyi ajándékként – 2016. december 22-én – megérkezett családjunkba **Baranyi Lili-Johanna** (3300 g, 52 cm), aki Cser Károly harmadik unokája, Cser Éva harmadik déd-unokája.



Örömmel adjuk hírül Dr. Kovácsné Kószó Éva és Kovács Máté új tagcsaládjuk iker gyermekeinek, **Kovács Zsoltának és Zsókának** érkezését. Üdvözlettel: Tarnóczkiné Tünde, Nagycsaládosok Kiskunfélegyházi Egyesülete



Örömmel adjuk hírül, hogy gyarapodott a családjuk! 2016. május 19-én született meg negyedik lánykánk, **Felföldi Liza** (4200 g és 51 cm). Már nagyon várta őt a többi családtag, mind ott voltak a születésénél: Veronika (14) Dorina (5) Anna (3), apukája: Felföldi Tibor és anyukája: Felföldi Mónika.

2016. december 22-én megszületett **Várdai Viktória**, ifj. Várdai Ferenc és Klári második kislánya. Várdai Feri és Kriszti 5. unokájuknak örülnek egyben. Isten éltesse az újszülöttet! Üdvözlettel: Pécsi Székesegyház Nagycsaládosok Egyesülete



2016. december 24-én **Farkas Máté** érkezésének örülhettek szülei, Farkas Csanád és Petra. Ő a család 4. gyermeke és Farkas András és Székely Kamilla 17. unokája. Isten éltesse az újszülöttet! Üdvözlettel: Pécsi Székesegyház Nagycsaládosok Egyesülete



Szülei és két bátyja (Márton és Bertalan) nagy örömeire 2016. szeptember 14-én megérkezett **Bálint Lóránt**, 4280 g-mal és 55 cm-rel. Üdvözlettel: Ludotéka Ferencvárosi Csoport, Budapest



Örömmel adom hírül, hogy 2016. július 21-én (3050 g, 56 cm) megszületett 2. unokánk **Solti Szófia**, Eszter lányunk és férje, Viktor második gyermeke, a nagytesó, Viola és az egész család nagy-nagy örömeire. Üdvözlettel: Grenácsné Uhlár Erzsébet NE Nógrádsáp



Örömmel tudatjuk, hogy Kapás Ági, volt elnökünk, 2017. január 25-én dédi lett! :) A kis **Bogó Szófia** (3200 g, 52 cm) édesanyja: Hingyi Klaudia, édesapja: Bogó Attila. Szentendre Nagycsaládosok Egyesülete



2016. november 13-án megszületett első unokánk, **Arnika**. Üdvözlettel: Daragó József és Ági Budapest, XVI. ker. Nagycsaládosok Egyesülete

MÉDIATÁMOGATÓINK

