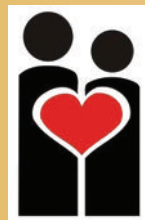




*„Nélküled, mint az olló egy fele
– van árvább ennél?
Suta a sorsom: hogy vágjak vele?
Mit kezdenék, ha nem szeretnél?
Csak párban, mint a láb,
úgy mehetek tovább! ...”*

(Illyés Gyula: Nélküled)



MEGHÍVÓ

2012. február 11.

Pécsi Székesegyház Nagycsaládos Egyesület



A Házasság Világnapját február második vasárnapján ünnepeljük. Ez az ünnep 1981-ben Amerikából indult útjára, házaspárok kezdeményezésére. Célja, hogy felhívja a társadalom figyelmét arra, léteznek még jó, boldog és tartós házasságok. Később II. János Pál pápa is áldását adta a napra. Szimbóluma egy férfit és egy nőt jelképező, gyertyára emlékeztető forma, amely kifejezi, a házastársi szeretet fényt áraszt a világra. Jelszava – Szeressétek egymást! – nemcsak szólam, hanem naponkénti elhatározás, döntés házastársunk mellett. A részletes programfüzet letölthető a honlapról, www.noepecs.hu.



**Igézve álltam, soká, csöndesen,
És percek mentek, ezredévek jöttek, –
Egyszerre csak megfogtad a kezem,
S alélt pilláim lassan felvetődtek,
És éreztem: szívembe visszatér,
És zuhogó, mély zenével ered meg,
Mint zsibbadt erek útjain a vér,
A földi érzés: mennyire szeretlek!**

**(részlet Tóth Árpád: Esti sugárkoszorú
c. művéből)**

KÖZGYŰLÉS 2012.	
2012. évi tisztújító közgyűlés	3.
JELÖLÉSEK	
Jelölés a 2012. évi közgyűlésre	4-6.
VEZETŐ TESTÜLETEINK MUNKÁJÁBÓL	
Vezető testületeink munkájából	6.
RENDEZVÉNY	
VIII. Családkongresszus Lakitelek	7.
ÉRDEKVÉDELEM	
Szülési Szabadság az Európai Unióban	8.
Az országos érdekvédelem hírei	8-12.
HELYI SZERVEZETEINK ÉLETÉBŐL	
Tapolca, Márton-nap	13.
Mikulás az Iváncsai Nagycsaládosok Egyesületénél	13.
Hernádi Tanoda	14-15.
Mikulás Tolnán	16.
15. születésnap – Tolna	16.
ÉLETÜNK	
„...és boldogan éltek, amíg meg nem haltak...”	16.
Tápláló szeretet III.	17.
A hála gazdagít	18.
CSALÁDI ÉLET	
A női adottságok titkai	18.
ÉLETMÓD	
Kis lábnyom energiatakarékosági verseny	19.
Vitamindús téli finomságok	20.
ÉPÍT-ÉSZ	
Hagyományos és mai épületek hőszigeteléséről, fűtéséről és szellőzéséről, közérthetően	21.
GYERMEKKUCKÓ	
Mátyás király és a fát ültető öregember	22.
Rejtvény	22.
HIRDETÉSEK	12, 22, 23
ÖRÖMHÍR	24

HELYREIGAZÍTÁS

A NOE Levelek 235. számában a köröstarcsai minikonferencia beszámolójába a szerkesztéskor sajnálatos hiba csúszott: a két előadó egymásnak nem házastársa, sajnáljuk és elnézésüket kérjük, hogy „összeboronáltuk” őket. Mindketten saját családjukkal tagjai a Nagycsaládosok Köröstarcsai Egyesületének.

A NOE Levelekben szereplő kedvezményes ajánlatok kizárólag NOE-tagokra vonatkoznak.

Kéziratokat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza.

Az újságban megjelenő hirdetések kereskedelmi jellegűnek minősülnek.

A hirdetések tartalmáért felelősséget nem vállalunk!

A NOE Levelek 238. számának lapzártája: **2012. március 5.**

Felelős szerkesztő:
SZÉKELY HAJNALKA, elnök

Főszerkesztő:
MÁRKI LÁSZLÓ

Tipográfia:
TÓTH IMRÉNÉ, PRESS+PRINT Kft.

Grafika:
CSURGÓ ERZSÉBET

Kiadja a
NAGYCSALÁDOSOK ORSZÁGOS EGYESÜLETE

Felelős kiadó:
KARDOSNÉ GYURKÓ KATALIN, főtktár
1056 Budapest, Március 15. tér 8.

Tel./fax: 317-4909, 317-4563, 266-7771

NOE-FON

70/771-65-65, 40/200-943

NKÖM nyilvt. szám: 2.2/6811/2000

ISSN 1788-9103

Honlap: www.noe.hu

www.csaladi-kartya.hu

E-mail: noe@noe.hu

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

Ebédpszünet: 12.00-12.30

A NOE számlaszáma:

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

A Családjainkért Alapítvány számlaszáma:

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

A Nagycsaládosok Országos Egyesülete
kiemelten közhasznú,

a Családjainkért Alapítvány pedig közhasznú.

Az Otthon Segítőnk Alapítvány

adószáma: 18468414-1-06

számlaszáma: MKB Bank 10300002-20131045-00003285

Nyomda: Press + Print Kft., Kiskunlacháza

RÉGIÓKÖZPONTOK ELÉRHETŐSÉGEI

Felső-Tisza Régiós Iroda

4150 Püspökladány, Kodály Zoltán u. 4.
Szilágyiné Kerekes Margit
Tel./fax: 54/450-009, 70/776-08-77

Dél-alföldi Régió

5900 Orosháza, Szentetornyai út 2/C
Raktári nyitvatartás (Győri Vilmos
tér 1.) kedd: 8-12, csütörtök: 15-18

Észak-magyarországi Régiós Iroda

2154 Fót, Dózsa Gy. út 12-14.
Bertalan Zoltánné, Angéla
Tel.: 70/339-29-55

Balaton Régiós Iroda

Molnárné Budai Angelika
Tel.: 70/614-49-78

Közép-magyarországi Régiós Iroda

2200 Monor, Kossuth L. u. 65-67.
Szőnyiné Gábor Mária
Tel.: 70/934-33-39
Vitalisné Malik Judit
Tel.: 70/934-33-40

AI-Duna Régiós Iroda

7622 Pécs, Nagy Lajos király út 9.
Várdainé Kiss Krisztina
Tel.: 72/520-568, 70/332-35-14

Felső-Duna Régiós Iroda

9024 Győr, Mónus Illés u. 47-49.
Horváth Hajnalka
Tel.: 96/517-964, 70/776-00-11

Félfogadás előzetes telefonos
egyeztetés alapján.

2012. évi tisztújító közgyűlés

Napirendtervezet



2012. április 14., szombat 9.30–15.00 óra
(érkezés 8 órától)

Helyszín: Szent Margit Gimnázium,
Budapest XI. Villányi út 5–7.

Megközelíthető: a Móricz Zs. körtér, a Moszkva tér és a Déli pályaudvar felől 61-es villamossal, a Deák térről 47-49-es villamossal, valamint a 7-es autóbusszal, vagy 6-os villamossal.

A gimnázium épülete a Móricz Zs. körtértől 2-3 perces sétával elérhető.

Megnyitó – Himnusz

1. A NOE elnöke javaslatot tesz a levezető elnök személyére
2. A jegyzőkönyvvezető és a két jegyzőkönyv-hitelesítő megválasztása, a napirend elfogadása
3. NOE-díjak, Bölcső-díjak, oklevelek átadása
4. A Mandátumvizsgáló Bizottság jelentése
5. Beszámoló az Egyesület működéséről
6. Jelentés az Egyesület gazdálkodásáról, a közhasznú jelentés ismertetése
7. Az Ellenőrző Bizottság jelentése
8. A beszámoló és a jelentések megvitatása, elfogadása
9. A 2012. évi költségvetési terv megvitatása, elfogadása
10. Alapszabály módosítása
11. Tisztújítás: javaslatok ismertetése, hozzászólások, szavazás

Szünet

12. Fórum (kérdések, javaslatok megbeszélése)

Zárszó – Szózat – Tavaszi szél

Amennyiben a közgyűlés 10.00-ig nem bizonyul határozatképesnek, a megismételt közgyűlés 2012. április 14-én 10.30-kor kezdődik. A megismételt közgyűlés, azonos tárgykörrel, a szavazati joggal rendelkező jelenlévők létszámától függetlenül határozatképes.

Jelölés a 2012. évi közgyűlésre

A jelölő bizottság az elnökségi tagokkal, a titkársági dolgozókkal, a régiós titkárokkal és a javasolt személyekkel való beszélgetések alapján, az alábbi személyeket jelöli:

A NOE elnökének: *Székely Hajnalkát*
 elnökségi tagoknak: *Csiky Zoltánné, Klárit*
Dabóczi Ferencet
Kapot Ildikót
Dr. Kutassy Jenőt
Varga Anikót

Ellenőrző bizottsági tagoknak:

Anka Vincét
Dr. Avvakumovits Györgyöt
Babustyákné Szabó Krisztinát
Molnárné Trifusz Andreát
Dr. Szende Lászlóné Koller Évát
Dr. Szűcs Ivánt

A jelöltállítás további menete:

A jelölőbizottság javaslatának a NOE Levelekben való közlésétől számított 30 napon belül a jelölőbizottsággal azonos elvek szerint összeállított, a jelölttel szignáltatott indoklással lehet (írásban) jelölni. A 30 nap elteltével a lista véglegessé válik. (A részletes szabályozást ld. a Szervezeti és Működési Szabályzatban.) Ennek értelmében, 2012. március 14-ig kell az esetleges további jelöléseknek beérkezni, a NOE Titkárságára.

Alapszabályunk rendelkezése szerint az Ellenőrző bizottságba öt tagot és három pótagot kell választani, a jelölőbizottság azonban (amint látjátok) csak hat személyt tudott javasolni. Ellenőrző bizottsági tagok jelölésére tehát feltétlenül szükség van.

Életrajzok



Székely Hajnalka

1969-ben született Budapesten. 1991-ben szerzett diplomát az ELTE Tanárképző Főiskolai Kar biológia-földrajz szakán. 1994-ben házasodott össze férjével, Kontra Tiborral. Három fiuk van.

2003-ban elvégezte az Otthon Segítünk Alapítvány szervezői tanfolyamát. Még ebben az évben megszervezte a XVI. kerületi Otthon Segítünk Szolgálatot, melynek önkéntesei kisgyermekes családoknak nyújtanak gyakorlati segítséget.

Ugyanekkor alapította meg a XVI. kerületi Nagycsaládok Egyesületét 13 családdal, és 2010-ig az egyesület elnöke volt. Az egyesület a kerület egyik legnagyobb civil szervezete lett, a döntéshozók már számolnak a véleményükkel. 2006-ban megválasztották a XVI. kerületi Szociálpolitikai Kerekasztal elnökévé. A XVI. kerületi Nagycsaládok Egyesületében a következő területekkel

foglalkozott: érdekvédelmi feladatok ellátása, közösségi rendezvények szervezése, önkéntesek koordinálása, adminisztráció, honlapkezelés, internetes levelezési lista vezetése, adományszervezés, válsághelyzetbe került családok segítése, cikkek, beszámolók írása.

2008 óta a NOE Elnökségének tagja, azóta részt vesz a NOE érdekvédelmi csoportjának munkájában. A NOE-t képviselte különböző konferenciákon (oktatásügy, családügy, romaügy témákban).

2010 óta a NOE elnöke.



Csiky Zoltánné (Klári)

Nyugalmazott főiskolai nyelvtanár. Férje gépészmérnök, egyéni vállalkozó. Három felnőtt gyermeke és tizenhárom unokája van (most várják a tizennegyediket). Nevelési tanácsadóként szívesen segíti a családokat.

Egyéni tagként a NOE választmányának tagja volt. Önkéntesként hosszú éveken keresztül segítette a titkárság munkáját. 2010-ben elnökségi pótagból elnökségi taggá lépett elő. 2011-ben a Nemzeti Alaptanterv családot érintő témájában segítette az Oktatási Államtitkárságot. A NOE-ban a rendezvények szervezésében, lebonyolításában vett részt. A „Tápláló szeretet” akció fő kapcsolattartója.



Dabóczi Ferenc

Érden lakik, öt gyermeke van: a legnagyobb már egyetemista, a legkisebb hároméves. Nagyon szereti a NOE-t, mert jó emberekkel találkozik itt, és olyan az értékrendje, amit szívvel-lélekkel tud vállalni.

Képzettsége szerint autómérnök, ehhez szerzett később mérnöktanári, illetve MBA (gazdasági) diplomát. Angolul és németül tárgyal. Hosszú ideig foglalkozott felnőttképzéssel, sok tréninget és felsővezetői workshopot tartott, néhány évig stratégiai tanácsadóként működött, jelenleg főállásban egy autóimportőr értékesítési igazgatójaként dolgozik.

Életének szerves része a közösségi munka: felügyelő bizottsági tagja a Szép Jelen Alapítványnak, amelynek programja sérült, fogyatékkal élő emberek rehabilitációs üdültetése, részt vesz a MÉCS Családközösségek („házasság-karbantartás”) helyi és vezetőségi munkájában. A NOE-ban először választmányi tag volt, majd a NOE javaslatára GYIA tanácsstag, később az elnök egyes munkáiban tanácsadó. 2004-2005-ben a NOE főtítkára volt. 2008 óta elnökségi tag, a Régiós Bizottság elnökeként elhivatottan dolgozik az egyesület értékeiért, egységéért, hatékony belső működéséért – ezt a munkát folytatná tovább újabb 4 évig elnökségi tagként.



Kapot Ildikó

Ildikó 39 éves, három diplomával rendelkező, háromgyermekes édesanya. Életének szerves része a közösségi munka. Praktikus gondolkodású, tetterre kész, fáradhatatlan egyéniség, aki mögött színvonalas egyesületteremtő munka áll.

A Nagycsaládosok Veszprémi Egyesülete a vezetése alatt 2001 óta a város egyik legnagyobb, sokszínű és fejlődő egyesületté vált. Ildikó az egyesületnek meghatározó tagja, nemcsak funkciót, de sok-sok munkát is vállal. Neki köszönhető, hogy a NOE kezdeményezésére Veszprémben is van „kismama bérlet”.

Eredményesen menedzseli és képviseli a családok célokat, eszméket, az anyai mellett az apai szerep fontosságát is hangsúlyozva. Sikeresen koordinálta házigazdaként a NOE titkárságával karöltve a 2008 júliusában megrendezett VII. Családkongresszust. Jelenleg elnökségi póttagként rendszeresen részt vesz az elnökségi üléseken, ha teheti, segíti az Elnökségi munkáját.



Dr. Kutassy Jenő

1965-ben született Budapesten. A Közgazdaságtudományi Egyetem pénzügy szakán 1990-ben szerzett diplomát, két évvel később doktori fokozatot. Távközlési és pénzügyi nagyvállalatoknál töltött be vezetői pozíciókat. A Pázmány Péter Tudományegyetemen szerzett alternatív vitarendezési képesítést adó közve-

títői oklevelet, bejegyzett igazságügyi mediátor. A Mária Rádió önkénteseként tevékenykedik. Feleségével Budapesten nevelik három gyermeküket.

A NOE-nak 2002 óta tagja, a csillaghegyi csoport munkájában vesz részt. 2009-ben kapcsolódott be a szakértői csapat munkájába: elsősorban az Egyesület és a gazdasági szféra kapcsolatainak kiépítésében, fejlesztésében vesz részt.

Ő tárgyalta a mobilszolgáltatókkal a „NOE flotta” nevű mobiltelefonos tarifacsomagokról. A NOE delegáltjaként 2011-ben beválasztották az állami tulajdonú médiák felügyeletét ellátó Közzszolgálati Testületbe.

Megválasztása esetén elnökségi tagként szeretné elősegíteni, hogy a gazdasági szféra is jobban megismerje, támogassa és kövesse is NOE-t és az általa képviselt értékeket.



Varga Anikó

42 éves, közel 23 éve házas. Négy gyermeke van. 1997 óta a NOE tagja. Végzettsége szerint kereskedelmi üzemgazdász, humán erőforrás menedzser diplomákkal rendelkezik, valamint adótanácsadói és mérlegképes könyvelői végzettsé-

get is szerzett. Vállalkozókként férjével öt éve önállóan, stratégiai, gazdasági tanácsadással, pályázattírással, projektmenedzsmenttel, könyveléssel, adótanácsadással foglalkoznak. Angol nyelven tárgyalási szinten beszél, illetve fordít. Önkéntes munkaként a NOE számára már 2006-ban végzett fordítást, majd 2008 óta tanácsadója a szervezetnek, elsősorban az adózás és számvitel területén. Ezt kiegészítik a lakáspolitikai, foglalkoztatáspolitikai, oktatáspolitikai, EU-s pályázatok területén végzett hozzászólásai, érdekképviselési tevékenység, kapcsolatépítés az említett területek civil szervezeteivel, kormányzati szereplőivel. Megválasztása esetén, elnökségi tagként, továbbra is a gazdaságpolitika területén tudna segíteni, valamint a helyi egyesületeknél felmerülő pénzügyi, számviteli, gazdasági kérdésekben végezne tanácsadást. Fontosnak tartja a tagság életkörülményeinek megismerése alapján a döntéshozók rendszeres tájékoztatását a tagság érdekeinek előmozdítására, a civil szférával való együttműködését, illetve a lakosság felé a nagycsaládos életforma kihívásainak ismertetését és szépségeinek bemutatását.



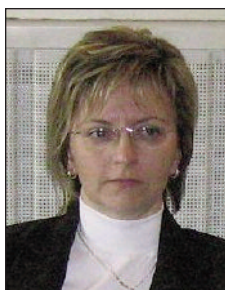
Anka Vince

Tiszakécskén él, mérnöktanár, szakközgazdász. Négy saját és hat nevelt gyermek édesapja, három unokája van. A NOE elnökségének tagja volt 1992-től 2000-ig. Különös figyelemmel kíséri az egyéni tagság sorsát. Fontosnak tartja a tagegyesületek, helyi csoportok önállóságát, támogatását. Az elmúlt ciklusban is tagja volt a NOE Ellenőrző bizottságának.



Dr. Avvakumovits György

Budapest I. kerületében él. Ügyvéd, három gyermeke van. Fontosnak tartja a NOE részvételét általában a jogszabályok előkészítésében, különös tekintettel a gyermekekre és családokra kiterjedő hatályú szabályozásra. A NOE ilyen irányú munkájában szakértelmével nélkülözhetetlen. Igen sok éve dolgozik a NOE jogsegélyszolgálatában. 2000–2008-ig tagja volt a NOE Elnökségének, azóta az Ellenőrző bizottságnak.



Babustyákné Szabó Krisztina

1970. január 15-én született, Tapolcán. Társadalombiztosítási szakelőadói, társadalombiztosítási ügyintézői, szociálpedagógusi végzettsége van. Közigazgatási Szakvizsgát tett önkormányzati közigazgatásból. A Veszprém Megyei Nyugdíjbiztosítási Igazgatóságon dolgozik nyugellátási szakügyintézőként.



Molnárné Trifusz Andrea

Szombathelyen született, 1960. december 31-én. 1982-ben ment férjhez. Három gyereke született.

Dolgozott a Hungar Hotels szállodáiban felszolgáló, majd szállodaportás munkakörben. A Győri Hittudományi Főiskola hittudományi szakán 2010-ben diplomázott. Jelenleg a MÁV-START Zrt.-nél személynézőként dolgozik, a szombathelyi vasútállomáson.

Szeret az emberekkel foglalkozni. A Szombathelyi Nagycsaládosok Egyesületében tizenkét éve vezetőségi tag.



Dr. Szende Lászlóné Koller Éva

Budapesten született, 1947-ben. Könyvtáros főiskolai végzettsége van. Férje orvos. Öt felnőtt gyermeke (36 és 25 év között) és egy unokája van.

Két éve nyugdíjban van, de félállásban továbbra is dolgozik régi munkahelyén, az MTA Zenetudományi Intézet Könyvtárban.

A NOE-ba az alapítás után egy évvel lépett be. Néhány év múlva lett a Terézváros II. csoport vezetője.



Dr. Szűcs Iván

Gépészmérnök, főiskolai tanár, a műszaki tudomány kandidátusa, igazságügyi szakértő, a Magyar Tudományos Akadémia Köztestület tagja. Három gyermeke és három unokája van. Felesége gyógyszerész.

Négy évig a NOE főtitkára volt. Főtitkársága alatt alkalmazott elő-

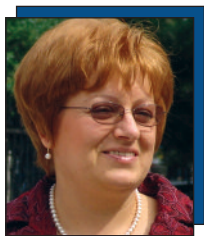
ször a NOE profi könyvelőt, vezette be a NOE a kettős könyvelést, igényelte vissza a NOE első esetben az ÁFÁ-t, rendeződött a NOE titkársági helyiségeinek bérleti joga, vezette be a NOE a „Bölcső-díjakkal” történő elismeréseket.

Szűcs Iván 2000 óta tagja a NOE Ellenőrző Bizottságának, 2004–2011-ig a bizottság elnöke volt.

Választmány

Értesüléseink szerint az új civil törvény nem teszi lehetővé, hogy a NOE Választmánya az eddigi rend szerint működjék. Tudomásunk szerint Alapszabály Bizottságunk, kellő megfontolás után, a Választmány megszüntetését kívánja a Közgyűlésnek javasolni. (Helyette újra összehívásra kerülne – szintén negyedévenként – a helyi vezetők fóruma.) Ezt figyelembe véve, a Választmány megszűnésére számítva, választmányi tagokra a jelölőbizottság most nem tesz javaslatot. Amennyiben a Közgyűlés a Választmány fenntartása mellett dönt, úgy a jelenlegi választmányi tagok mandátumának két éves meghosszabbítását javasoljuk, és a következő, két év múlva esedékes választásra maradna az új összetételű Választmány megválasztása.

VEZETŐ TESTÜLETEINK MUNKÁJÁBÓL



Vezető testületeink munkájából

Elnökségünk január 11-ei ülésén döntött 19 család, valamint a Csemetekert Nagycsaládosok Közhasznú Egyesülete (Vonyarcvashegy), és a Gemenci Csillagvirág Nagycsaládos Egyesület (Baja) felvételéről.

Az Elnökség úgy határozott, ha megfelelő anyagi forrással rendelkezik a NOE 2012-ben, Családkongresszust rendez. Arról is született határozat, hogy belső pályázatot ír ki a NOE szervezetei számára, 3,5 millió Ft keretszegben, azzal a feltétellel, hogy a Közgyűlés jóváhagyja az ez évi költségvetés erre vonatkozó sorát.

Elnökségünk döntött arról is, hogy 2012. január 15-től félállásban alkalmazza, információs koordinátori státuszban Tölgyes Esztert.

A január 21-ei választmányi ülésen, **Fűrész Tünde**, a NEFMI Családvédelmi főosztályának vezetője adott tájékoztatást az új családvédelmi törvényről. A tájékoztatót több kérdés követte. Ezután a választmány egyhangúlag megválasztotta **Bertalan Zoltánnét** a Mandátumvizsgáló Bizottság elnökének, **Weber Vilmost** pedig a Szavazatszámoló Bizottság elnökének.

ÖSSZEÁLLÍTOTTA: EGYED ÉVA



Első értesítés

VIII. Családkongresszus

Lakitelek, 2012. július 12-15.

A Nagycsaládosok Országos Egyesülete rendezésében, a Lakiteleki Népfőiskola támogatásával

A kongresszus mottója: **Családban, családdal az életért**

Alapvetés: Mit köszönhetünk szüleinknek? Milyen feladatokért jár a szülőknek tisztelet?

Témák: Az élet ajándéka
Testi és lelki egészség
Értékrend átadása, szellemi tanítás

A kongresszus szakmai részén kívül lehetőség nyílik számos színes programon való részvételle. Népdaléneklés tábor-tűznél, kirándulás a környéken, lovasbemutató, néptánc, versmondás, filmvetítés.

Napközben a kisgyermekek részére gyermekfelügyeletet szervezünk, a nagyobbak pedig különböző foglalkozásokon vehetnek részt.

A kongresszus programjainak költségét a NOE biztosítja.

Szállás: a szálláslehetőségekről később tudunk pontos felvilágosítást adni. Lehet majd kollégiumi szobákban lakni, saját sátorral érkezni, illetve a Népfőiskola jurta sátrában aludni.

Étkezés: reggeli, ebéd (meleg) és vacsora (meleg) igényelhető lesz a Népfőiskolán (nagyon jól főznek!)

A szállás és az étkezés árát támogatások elnyerésével igyekszünk minél kedvezőbbé tenni. A pontos árakat várhatóan 2012. február végén tudjuk közzétenni.

Regisztrációs díj: 2012. május 15-ig 1000 Ft / család
2012. május 15. után 2000 Ft / család

(A regisztrációs díj nem tartalmazza a szállás és az étkezés árát.)

Tudjuk, hogy a költségek legalább hozzávetőleges ismerete nélkül csak kevesektől várhatunk jelentkezést. Mégis elküldjük most ezt a tájékoztatást, hogy az érdeklődők számítsanak rá, hogy lesz az idén Családkongresszus, és lehetőleg ne tervezzenek más programot a kongresszus idejére.

Az előzetes jelentkezési lapot kérjük postán, faxon, vagy e-mailben legkésőbb május 15-ig elküldeni a Nagycsaládosok Országos Egyesületének Titkárságára, a regisztrációs díj befizetésének igazolását is mellékelve. A jelentkezési lap és a befizetés kézben is átadható a Titkárságon, illetve a közgyűlés szünetében.

Postacím: 1056 Budapest, Március 15. tér 8. 1/1.
Telefon: 06-1 266-7771
Fax: 06-1 301-9045
E-mail cím: noe@noe.hu

A kongresszus nem csak nagycsaládosoknak szól!

Szeretettel várunk Benneteket a közös együttlétre, építkezésre!

KARDOSNÉ GYURKÓ KATALIN
SZERVEZŐ
NAGYCSALÁDOSOK ORSZÁGOS EGYESÜLETE

SZÉKELY HAJNALKA
ELNÖK
NAGYCSALÁDOSOK ORSZÁGOS EGYESÜLETE

Szülési szabadság az Európai Unióban

A következő hírcsokor talán segít abban, hogy tisztában lássuk, az Európai Unió élen jár-e a családbarát szemléletben.

Az Európai Unió jelenleg azt írja elő, hogy az unió tagországaiban a szülési szabadság legalább 14 hét legyen. 2008 októberében az Európai Bizottság a hatályos jogszabályok felülvizsgálatát javasolta, a Nemzetközi Munkaügyi Szervezet 2000-ben kihirdetett, az anyaság védelméről szóló egyezménye alapján. A Bizottság azt javasolta, hogy a minimális szülési szabadság 18 hét legyen.

2010. október 20-án a képviselők 390 igen, 192 nem és 59 tartózkodó voksal fogadták el a szülési szabadság időtartamának meghosszabbításáról szóló jelentést. A határozat értelmében az Európai Parlament a szülési szabadság minimális időtartamát 14 hétről 20, száz százalékban fizetett hétre hosszabbítaná meg, az egész unióban. A jogszabály uniószerterefogadott minimális előírásokat állapítana meg, amelytől a kedvezőbb szabályokat alkalmazó tagállamok eltérhetnének. (Magyarországon jelenleg 24 heti, a fizetés legalább 70 százalékával támogatott szülési szabadság jár.) Ha egy tagországban másféle szabadság is lehetővé teszi, hogy az anya a gyermekét gondozza otthon, akkor ezt a most elfogadott 20 hétből, az utolsó négy, ez utóbbi szabadság terhére is adható, a fizetés legalább 75%-ának a biztosítása mellett teheti meg. A képviselők támogatták a Bizottságnak azt a javaslatát is, hogy a szülési szabadságból legalább 6 hetet a szülés után legyen kötelező adni, valamint, hogy a tagállamok két hetes apasági szabadságot vezessenek be. Az elképzelést ellenző képviselők úgy vélték, ez nem fér bele a várandós munkavállalók egészségvédelmének és biztonságának fokozását célzó jogszabály kereteibe.

A parlament elfogadta azt a szakbizottsági javaslatot is, amely szerint a munkáltató, a terhesség kezdetétől legalább a szülési szabadságot követő fél évig, nem bocsáthatja el a kismamát. A szülő nőnek jogában állna visszatérni korábbi állásába, vagy egy azzal fizetésben, szakmailag és a feladatokban egyenértékű munkakörbe. A képviselők által elfogadott módosítás szerint, a terhes

nőket nem kötelezhetnék éjszakai munkavégzésre, illetve túlórára, a szülés időpontját megelőző tíz hétben és a szoptatás alatt, ha ez veszélyt jelenthet az anyára vagy a gyermekre.

„Az anyaság nem tekinthető a társadalombiztosítási rendszer terhének, hanem befektetés a jövőnkbe” – érvelt a vitában Edite Estrela, portugál képviselő, a javaslat előterjesztője.

2011. október 25-én újra ez a kérdés volt napirenden az Európai Parlamentben, miután az Európai Tanács (amely lényegében a tagországok állam- vagy kormányfőiből áll) még nem döntött a fenti határozatról. A vita során, képviselők megkérdezték a Tanács lengyel elnökségének a képviselőjét, hogy a Tanács miért nem hozott még erről döntést. Edite Estrela hangsúlyozta az anyaság szerepét Európa gazdasági és demográfiai problémáinak az orvoslásában. Azt is elmondta, hogy ha meg akarják valósítani az EU 2020-as stratégiájának azt a pontját, hogy a nők munkavállalási aránya érje el a 75%-ot, akkor további lépéseket kell tenni a munkavállalás és a családi élet összeegyeztethetősége irányában.

Válaszában Radosław Młeczko, lengyel munka- és szociális ügyi miniszterhelyettes azt mondta, hogy bár a Tanács célja is a kérdés szülőbarát rendezése, nem tűnik reálisnak, hogy egyetértésre tudjanak jutni az Európai Parlament javaslatáról. Így szólt: „Őszintén meg kell mondanunk, hogy a (gazdasági) krízis és az annak megoldására hozott eddigi döntések fényében a Tanács számára nem fogadható el a 20 hetes szülési szabadság.”

A határozat sorsa továbbra is bizonytalan. Parlamenti képviselők azt sürgették, hogy a Tanács hozzon a kérdésben hivatalos állásfoglalást, melynek nyomán az Európai Parlament megbeszéléseket kezdené kompromisszum elérése céljából. A Tanács ezzel szemben arra buzdította a Parlamentet, hogy vizsgálják felül a döntésüket, és vegyék figyelembe a tagországok hagyományait és tapasztalatát.

(az Európai Parlament honlapjáról)

Az országos érdekvédelem hírei

Családokat érintő jogszabályok 2012. január 1-jétől

Családi pótlék

Összege és feltételei változatlanok. A <http://magyarorszag.hu> honlapról a Jogszabálykereső rovatban letölthető jogszabály: 1998. évi LXXXIV. törvény a családok támogatásáról.

Szüléskor jár az új elnevezésű anyasági támogatás – ez 64.125 Ft, ikrek esetén 85.500 Ft.

Keresetarányos gyermekgondozási ellátások

A **terhességi-gyermekágyi segély** %-a változatlan. Változatlanul szabály, hogy akinek nem volt megállapítható jövedelme a szülést megelőző, mértékadó időszakban, annak a minimálbér kétszeresének 70%-át – és ha ennél kevesebb volt a keresete, akkor a szerződésének megfelelő összeg 70%-át – kell kapnia. Változás, hogy a (pl. elhúzódozó kórházi ápolás miatt) anya nélkül maradó csecsemőt nevelő apa vagy más személy számára már nemcsak méltányossági kérelem alapján, hanem a szokásos eljárás szerint folyósítható.

Változás, hogy az (adóköteles!) **GYED** összege legalább

kétévi folyamatos biztosítás esetén az **átlagkereset 60%-a**, egyéb esetekben és fekvőintézeti tartózkodás alatt **50%-a** lehet, a gyermekápolási táppénz ideje is változatlan, ám – változás: – egy hónapra számított összege **legfeljebb a minimálbér duplája** lehet. Ha a szülést megelőző 2 évben jogosultak voltunk GYED-re, akkor a GYED időtartama nem lehet sem hosszabb, sem rövidebb, mint az előző GYED-é, összege azonban nem lehet több a minimálbér kétszeresének 70%-ánál, azaz idén – a minimálbér havi 93.000 Ft-ra emelése hatására – max. havi **bruttó 130.200 Ft**. (Akkor sem lehet ennél több, ha az anya a szülést megelőzően sok évig sokkal magasabb kereset után fizetett járulékot.)

Fix összegű gyermekgondozási ellátások

Bruttó összegük és feltételeik változatlanok. A <http://magyarorszag.hu> honlapról a Jogszabálykereső rovatban letölthető jogszabály: 1998. évi LXXXIV. törvény a családok támogatásáról.

A gyermekgondozási ellátás alatti támogatott képzés – jövedelemszerzési tilalom mellett! – azonban még mindig nem haladhatja meg a heti 20 órát – eltörléséért évek óta küzdünk.

Változott a minimálbér – havi bruttó 93.000 Ft lett, míg az ún. garantált bérminimum (a legalább középfokú végzettséget igénylő munkakörökben fizetendő legkisebb bér) – havi bruttó 108.000 Ft-ra emelkedett. Nagyon megváltozott a munkanélküliek ellátásának rendszere – a hatályos törvény az 1991. évi IV. törvény, amely szintén letölthető a magyarorszag.hu honlapon a Jogszabálykereső-ben. (Mint már jeleztük: a támogatott képzésben a gyermekgondozási ellátáson lévőkre vonatkozó jövedelemszerzési és időbeli korlátozások továbbra is megmaradtak.) További részletek a noe.hu és a noefon.hu honlapon táblázatszerűen összefoglalva (is) olvashatók.

Iskolakezdési támogatás

Csak munkavállalók élhetnek e lehetőséggel, amennyiben a munkáltatójuk felajánlja.

Az iskolakezdési támogatást idén is a tanév első napját megelőző és követő 60 napon belül, azaz július 1-je és október 30-a között – évente egyszer – lehet igénybe venni.

Azok a munkavállalók részesülhetnek iskolakezdési támogatásban munkaadójuktól, akiknek a közoktatásban tanuló, családi pótlékra jogosító gyermekük van. Mindkét szülő részesülhet a támogatásban ugyanazon gyermek után, a nem vér szerinti szülő is, amennyiben családi pótlékra jogosult házastárssal él együtt. Nem feltétlenül kell az iskoláskorú gyermeknek magyarországi iskolát látogatnia ahhoz, hogy a támogatást a jogosultak igénybe tudják venni.

Gyakorlatilag bármilyen összeg adható, kedvezményes adóztatás mellett azonban legfeljebb az éves minimálbér 30 százaléka, azaz (mert nőtt a minimálbér:) max. **27.900 Ft** juttatható gyermekenként, tanulónként és munkavállaló szülőnként. A juttatás közterheit a munkáltató/kifizető viseli.

Már nincs szükség az iskolalátogatási igazolásra, elegendő a szülő nyilatkozata arról, hogy jogosult a támogatás igénybevételére. Ám, ha a szülő nem jogosult a támogatás igény-

bevételére a gyermeke után, de a támogatáshoz szükséges nyilatkozatot mégis átadja a munkáltatónak, szankcionálható.

A támogatás igénybevétele – megállapodás alapján – történhet, a munkáltató nevére szóló számla megtérítésével, munkaadó által vásárolt iskolakezdési utalvány formájában, ill. munkáltató által természetben juttatott termék átadásával is.

A támogatás felhasználható tankönyvekre, taneszközökre (pl. technikai csomag, tolltartó, ceruzák, ragasztók, festékek, rajzlapok, íróasztal vagy tanulóasztal, illetve az ahhoz szükséges szék, ruházati termék). A munkáltató nevére kiállított ÁFA-s számlát kell kérni a támogatással megvásárolt termékekről. (forrás: <http://www.vg.hu/gazdasag/adozas/23-ezres-tamogatas-iskolakezdesre-minden-amit-tudni-kell-357043>)

Az iskolakezdési támogatás nyújtása nem kötelező, az kizárólag a munkáltató döntésén múlik (ahol van kollektív szerződés, az szabályozhatja), hogy nyújt-e, ill. tud-e nyújtani.

Gyermekeápolási és várandósság alatti táppénz

Nemcsak a változatlan feltételű gyermekápolás, hanem a veszélyeztetett terhesség alatti betegállomány teljes ideje is táppénzfolyósítással jár, betegszabadság nem terheli a foglalkoztatót (ami az anyák számára nagyobb esélyt jelent a munkaerőpiacon). A <http://magyarorszag.hu> honlapról a Jogszabálykereső rovatban letölthető jogszabály: 1997. évi LXXXIII. törvény a kötelező egészségbiztosítás ellátásairól a végrehajtásáról szóló kormányrendelettel egységes szerkezetben.

Emlékeztetőül: a táppénz összegéhez az előző naptári év utolsó 180 napjára fizetett járulék szerinti átlagkeresetet kell alapul venni, ám ha ilyen nem volt, akkor a táppénzre való jogosultságot közvetlenül megelőző 180 napot, viszont bármiféle jogviszony-megszakítás előtti időszak nem vehető figyelembe. Ez esetben a minimálbér alapján állapítják meg a táppénzt, de ha a biztosított a minimálbérnél kisebb keresettel van bejelentve, akkor a bejelentett kereset a táppénz összegének kiszámításához számított alap, kivéve, ha az lenne a kedvezőbb a számára, hogy az esedékes táppénzét az irányadó időszakban folyósított korábbi táppénze, terhességi-gyermekágyi segélye vagy GYED-je alapjául szolgáló összegből számítsák ki.

Komplex kérdéskörök szerint:

Nem tanul tovább a gyerekem

Ha ez azt jelenti, hogy iskoláit befejezte, (nincs változás:) megszűnik a családi pótlék folyósítása, és ő már nem számít be a jövedelemadó-kedvezmény szempontjából sem, amit (az adóbüntetés elkerülése érdekében) azonnal be kell jelenteni a foglalkoztatónál.

Ha az addig családi pótlékra jogosító gyerek csak kimaradt az iskolából, változatlanul be kell jelenteni a Magyar Államkincstárnál, aminek elmaradása szankcióval jár.

Ha a tovább nem tanuló gyerek nem helyezkedik el (nem lesz vállalkozás tagja, vállalkozó sem, nem is szülő, és munkanélküliként sem regisztrálják), változatlanul a diákigazolványa érvényességének leteltétől – függetlenül attól, hogy megy-e orvoshoz – egészségügyi szolgáltatási járulékot is kell fizetni. Ehhez a tanulói jogviszony megszűnését követő

45 nap elteltével továbbra is be kell jelentkeznie a NAV-nál (korábbi nevén: APEH-nál). 2012-ben ez a járulék havi 6.390 Ft-ra (napi 213 Ft-ra) **emelkedett**. Elég sok kivétel van, ezeket az 1997. évi LXXX. törvény 16. § (1) bekezdése sorolja fel, de e törvény több más cikkelyére is szükség van a kellő mélységű tájékozódáshoz – ezt szintén a www.magyarorszag.hu/jogszabalykereso honlapról lehet letölteni, ill. e felsorolás az elektronikusan is kitölthető bejelentőlap kitöltési útmutatójában is megtalálható. A kitöltőprogram innen le is tölthető: www.nav.gov.hu, telefonon is lehet érdeklődni az adóhatóságnál a +36-40-42-42-42-es kék számon – hétfőtől csütörtökig 8.30-16.00 óráig, pénteken 8.30-13.30-ig.

Az iskolai tanév befejeztével a diákok a diákigazolványuk érvényessége végéig, azaz október 31-ig alanyi jogon, az ezt követő 45 napig passzív jogon jogosultak az ellátásra, ezután bejelentkezésre és járulékfizetésre válnak kötelezetté, ha addig nem válnak más úton biztosítottá vagy jogosulttá. ... 2011. 07. 18., forrás: <http://www.apeh.hu/regio/kozepdunantul/helyihirek/eujarul110718.html?query=di%C3%A1kigazolv%C3%A1ny>

Ha az egészségügyi szolgáltatási járulékot fizető gyereket felveszik főiskolára, egyetemre (netán egyéb mentesítők keletkeznek), a beiratkozáskor kapott hallgatói jogviszonyról szóló igazolással van mód a NAV-nál kijelentkezni is e fizetési kötelezettségből, de a tanintézmény is köteles őt bejelenteni – ha munkába áll, a foglalkoztató kötelezettsége a bejelentés.

Tanul a gyerekem, de elmúlt 20 éves vagy egyetemista/főiskolás

A felsőoktatásban tanuló eltartott gyerek után változatlanul nem jár családi pótlék, és jövedelemadó-kedvezmény sem vehető igénybe (akkor sem, ha még nem is lenne nagykorú).

Annak a tanévnek a végén viszont, amelyben a közoktatásban tanuló gyerek betöltötte a 20. életévét (a sajátos nevelési igényű gyermekre a 23. életév betöltése érvényes, ld.: a családok támogatásáról szóló 1998. évi LXXXIV. törvény 8. § (1) bekezdés a) pont ab) alpontjában), megszűnik a családi pótlék folyósítása, és ezzel az őtána igénybe vehető jövedelemadó-kedvezmény is.

Ha a családi pótlékra jogosult gyerekeink száma háromnál kevesebb – kétfőre vagy egyre – csökken, és első képzésben részt vevő tanulói vagy hallgatói jogviszonyt igazolni tudó gyerekünkkel/gyerekeinkkel együtt legalább három gyerekünk eltartásáról gondoskodunk, akkor a kisebb(ek)-re még változatlanul nagycsaládos összegű családi pótlékot és nagycsaládos jövedelemadó-kedvezményt vehetünk igénybe, de az érettségi évében a nyári hónapokra visszamenőleg kapjuk meg a még mindig családi pótlékra jogosult többi gyerekünk után a nagycsaládos családi pótlék miatti különbözetet a hallgatói jogviszony igazolása után. Amíg tehát van legalább egy olyan gyerekünk, aki nagycsaládos összegű családi pótlékra jogosít, a közoktatásban tanuló gyerekeinknek – a 2001. XXXVII. törvény 8. § (4) és (10) bekezdésének szabályai szerint – továbbra is ingyenesen kell biztosítani a tankönyvet, de a munkatankönyvet, nyomtatott munkafüzetet nagycsaládosoknak sem kötelező ingyen biztosítani, továbbá fél áron kaphatnak étkezést (bölcsődében, óvodában, a közoktatáshoz tartozó iskolában).

Segélyezés

Változott az energiatámogatás rendszere.

Már nincs mód külön támogatási kérelem benyújtására, hanem a segélyek közé tartozó lakásfenntartási támogatás keretében lehet igényelni, de mindenféle energiafelhasználás esetén is segít.

Változott a minimális jövedelemhatára – egy fogyasztási egységre (nem egy főre!) havi nettó 71.250 Ft lett –, de lehetnek egyéb olyan – helyi – feltételei, amelyeket csak a helyi rendeletről lehet megtudni.

Mindezek igénybevételéhez nem követelhető meg külön beszerzendő igazolás, elegendő bemutatni a postai átvételkor kapott „slejfnit” vagy a bankszámla-kivonatunknak azt a részét, amelyből kiderül, mekkora összegű családi pótlékot kapunk a gyereink, gyerekeink után. (Pl. a szeptember elején kiállított bankszámlakivonat az augusztusi folyósítást igazolja.)

Akitől a nagycsaládos kedvezményekhez friss igazolásokat követelnének, és ezt átmenetileg azért nem tudja teljesíteni, mert a felsőoktatásban még nem lehetett beiratkozni, félét regisztrálni, nyilatkozzék, hogy van ilyen gyereke, majd a beiratkozáskor, ill. a félévi regisztrációt követően kért igazolást a hallgatói jogviszonyáról juttassa el az iskolának (ahol átvételi elismervényt sem árt kérni róla). Az összes testvér – sőt, a GYET-en lévő vagy az özvegy eltartó szülő – számára is (iskolai étkezéshez, tankönyvellátáshoz, segélyezéshez stb.) szükség lehet egy-egy ilyen igazolásra.

Ha a gyerek leérettségizett, a főiskolai-egyetemi beiratkozásig nemcsak a családi pótlékot veszíti el (ha még – 20 éven aluli lévén – járt utána), hanem az árvaellátását is csak a főiskolai-egyetemi beiratkozást követően kérheti és kapja vissza, ez visszamenőlegesen, a kimaradt nyári hónapokra is jár. Ugyanez a helyzet a legkisebb gyerek iskoláztatása idején még folyósított özvegyi nyugdíjjal is. Bármilyen kétségünk van, érdeklődjünk a területileg illetékes nyugdíjfolyósítónál (<http://onyf.gov.hu/>)!

Változatlan: évente meg kell újítani a rendszeres gyermekvédelmi kedvezmény igénylő kérelmet, amit a már nagykorúvá vált jogosult gyermeknek külön is be kell adnia (de az igazolásokat nem kell neki is benyújtania, elegendő utalni a szülői kérelemre). A jövedelemhatár gyermeküket egyedül nevelőknél fejenként havi nettó 39.900 Ft, egyébként 37.050 Ft, az egy főre jutó vagyonérték-határ változatlanul 570.000, az – akárhány főből álló! – egy családra jutó pedig 1.995.000 Ft, amibe továbbra sem számít be az eltartó által lakott ingatlan és a mozgáskorlátozottságra tekintettel fenntartott gépjármű értéke.

A nyáron esedékes pénzátutalást (mely 2012-ben is 5800 forint) nem júliusban, hanem augusztusban kell kifizetni, ha a rendszeres gyermekvédelmi kedvezményre való jogosultság augusztus 1-jén fennáll.

Ha a kérelmünk éppen nyári, itt is lehet gond a már leérettségizett, főiskolára, egyetemre felvett, de szeptemberig még önhibájukon kívül beiratkozni nem tudó gyerekeink jogosultságával kapcsolatban (őket már úgysem illeti meg sem étkezési, sem tankönyvkedvezmény, csak az évente kétszeri pénzátutalást kaphatják meg).

Az érettségi után más közoktatási intézményben továbbta-

nuló gyerekeink esetében is okozhat problémát a beiratkozás időpontja.

Az étkezés – nappali rendszerű oktatásban tanuló, rendszeres gyermekvédelmi kedvezményre jogosult gyermekek után – a 8. évfolyamig bezárólag térítésmentes, az előltti közoktatási évfolyamokon változatlanul fél árba kerül.

A rendszeres gyermekvédelmi kedvezményre jogosultakra is vonatkozik, hogy önkormányzati iskolában is a munka-tankönyveket, nyomtatott munkafüzeteket csak lehet, de már nem kötelező ingyenesen biztosítani (lehet csak támogatást adni a megvásárlásukhoz), az egyéb tankönyveket változatlanul tilos pénzt kérni a tankönyvpiac rendjéről szóló 2001. évi XXXVII. törvény 8. § (10) és több más bekezdése szerint, amely törvény a más fenntartású iskolákkal kapcsolatos szabályokat is tartalmazza.

A <http://magyarorszag.hu> honlapról a Jogszálykereső rovatban letölthető a közoktatásról szóló 1993. évi LXXIX. törvény 114. § (2) bekezdés. (Az új köznevelési törvény még nem lépett hatályba.)

Tanács a jövőre vonatkozóan:

Figyelnünk kell, mikori a rendszeres gyermekvédelmi kedvezményről szóló jogosultságunkat megállapító legutolsó határozat, és a lejártát legalább 30 nappal megelőzően adjuk be a következő évre szóló kérelmünket a megfelelő igazolásokkal!

Júliusi, ill. októberi jegyzői határozat esetében célszerű a meghozatalát, kézbesítését követően azonnal bemenni és írásban nyilatkozni, ill. a fellebbezési jogunkról minél előbb lemondani annak érdekében, hogy augusztus 1-jén, ill. november 1-jén a határozat már jogerős legyen, és megkaphassuk az augusztusban, ill. novemberben esedékes pénzátutalást is.

A helyi rendelet szokta szabályozni, ki jogosult egyszeri segílyre, esetleg kölcsönre. Vannak olyan helyi rendeletek is, amelyek eleve kizárják, hogy iskolakezdésre egyszeri segílyt rendszeres gyermekvédelmi kedvezményezett is kaphasson. Ám, ahol az ilyen településen élő családok sem kapták augusztus végéig a rendszeres gyermekvédelmi kedvezményhez járó augusztusi pénzátutalást, még ott is érdemes méltányosságból egyszeri segílyt, vagy kölcsönt kérni iskolakezdés céljára.

Mielőtt bármit intézkednétek, a magyarorszag.hu honlapon a Jogszálykereső-ben érdemes megnézni, hogy az Általatos ismerthez képest, nem változott-e a hatályos jogszabály.

Nyugdíj

Bevezették a korhatár előtti nyugdíjba menetel lehetőségét a legalább 40 év tényleges munkaviszonyt, munkavégzésre irányuló jogviszonyt igazolni tudó nők számára. Ebbe az időszakba semmi egyéb nem számítható be, mint 1-4 gyermekes anyák esetében legfeljebb 8, legalább 5 gyermekes anyáknál legfeljebb további gyermekenként további 1-1 év gyermekgondozási szabadság, de max. plusz 7 évet számítanak be. Ez azt jelenti, hogy amennyiben ezzel a kedvezménnyel élni akarunk, akárhány évig voltunk is gyermekeink gondozása okán (mint tudjuk, többnyire legalább napi 16 órányi kemény munkát jelentő) szabadságon, 1-4 gyermekként legalább 32 (súlyosan fogyatékos gyerekekkel leg-

alább 30), 5 vagy több gyermekként pedig legalább 25 év munkavégzésre irányuló jogviszonyt kell tudnunk igazolni, azaz a 12. gyermek már semmiképpen sem számít. (A tag-ságunktól beérkezett jelzések szerint ez a szabálymódosítás, sajnos, éppen nem az átlagosnál több gyermeket megszült és felnevelt, a munkaerőpiacon is helytálló nagycsaládos anyáknak, hanem a gyermekteleneknek, kevesebb gyermekeseknek kedvez, miközben az érintett apákat is figyelmen kívül hagyja. Úgy gondoljuk, nem ez volt a törvényalkotói szándék. Sőt, úgy véljük, bármiféle nyugdíjrendszerbeli változtatásnak nem lenne szabad érintenie azokat, akik a minimálisan előírt járulékfizetéssel fedezett szolgálati idő teljesítésével és legalább két gyermek felnevelésével a maguk részéről mindent elkövettek a korábbi nyugdíjfeltételek fenntarthatóságáért.)

A szokásos nyugdíjba menetelnél azonban, csak az évjáratonként eltérő nyugdíjkorhatár és %-számítás a változás. Teljes mértékben beszámítanak 1998 előtti felsőfokú tanulmányok és a járulékkal fedezett gyermekgondozási időszakok (GYES és GYET, valamint ápolási díj folyósítása időszakában nem mindig volt járulékfizetési kötelezettség, de kormányrendeletben elvileg el lehetne rendelni ezen időszakok beszámíthatóságát is a szolgálati időbe).

Az áruellátás és az özügyi nyugdíj szabályaiban nincs változás.

Az érintettek figyelmét felhívjuk azonban arra, hogy jelentős változások vannak a korhatár előtti rokkantnyugdíj-sokra nézve. Ehhez a 2011. évi CLXXVII törvényt és a végrehajtására kiadott 333/2011. kormányrendelet előírásait érdemes letölteni a magyarorszag.hu Jogszálykeresőjéből.

A nyugdíjakkal és a nyugdíjszerű hozzátartozó ellátásokkal kapcsolatos egyéb szabályokat – végrehajtási rendeletet is – tartalmazó hatályos törvényszöveg szintén letölthető a magyarorszag.hu-ról (1997. évi LXXXI. törvény).

Lakáshoz jutás támogatása

Ez lényegében a szocpol visszaállítása – a részletek a 12/2001., a 4/2005., valamint a 215/1996., a 47/1997. és a 256/2011. kormányrendeletekben olvashatók.

Az alábbiakban nagy vonalakban összefoglaljuk a lehetőségeinket.

2009-ben a **lakástámogatási rendszer lényegében megszűnt**. Az építőipar leépülésével **jelentős számú munkahelyet és vállalkozást is elvesztettünk**. A Kormány új Otthonteremtési Programjának főbb célkitűzése, hogy megállítsa a lakásépítések számának évek óta tartó csökkenését, élénkítse a lakáspiacot, növelje a lakás-célú beruházási kedvet. Mindezt úgy, hogy ne jelentsen vállalhatatlan kockázatot és terhet a lakosság és a költségvetés számára.

A Program minket, nagycsaládosokat két pontban érint:

Szociálpolitikai kedvezmény (szocpol)

Otthonteremtési kamattámogatás

I. Szociálpolitikai kedvezmény

2010. január 1-je utáni keltezésű építési, illetve használatbavételi engedéllyel rendelkező lakóingatlan bekerülési költségére vagy vételárára igényelhető vissza nem térítendő támogatás, ha a négyzetméterár nem haladja meg a nettó

300 ezer forintot, alacsony energiafogyasztású lakás esetén a 350 ezer forintot.

A jogszabály kiemelten kezeli az energiatakarékos, a fokozottan energiatakarékos és az alacsony, négyzetméterre vetítve évente 25 kilowattóránál kisebb felhasználású lakások építését. (Támogatás nélküli esetekben is az eladónak idén már kötelező beszereznie az eladó lakásról készítendő energia-tanúsítványt.)

A szocpol feltételeinek egyik fontos eleme, hogy csak olyan természetes személyek jogosultak rá, akik nem rendelkeznek lakástulajdonnal. Szigorú feltétel, hogy nem csak a házastársaknak, élettársaknak, de gyermeküknek, valamint a vele együtt élő családtagjaiknak sem lehet lakástulajdonosa, állandó lakáshasználati joga, e jogok ingatlan-nyilvántartási bejegyzésére irányuló kérelme sem lehet folyamatban, valamint nem lehet önkormányzati tulajdonban lévő, illetőleg szolgálati jogviszonyhoz, vagy munkakörhöz kötött lakásra bérleti jogviszonyuk sem. A kedvezmény igénybevételénél viszont nem minősül lakástulajdonnak – vagyis a támogatás akkor is igényelhető –, ha az igénylőnek, házastársának, élettársának, kiskorú gyermekének, valamint a vele együtt élő családtagjának együttesen legfeljebb 50%-os tulajdoni hányada van egy olyan lakóingatlanban, amely tulajdonközösség megszüntetése vagy öröklés útján került a tulajdonukba, vagy a tulajdonában lévő lakása lebontását a települési önkormányzat jegyzője elrendelte, vagy engedélyezte, illetve a lakás több mint két éve öröklés, vagy ajándékozás jogcímén haszonélvezettel terheltlen került a tulajdonába, és a haszonélvező bent lakik.

A szocpol igénylői olyan fiatal házaspárok lehetnek, akik esetében egyik tag sem töltötte még be a 40. életévét, egyiküknek sem lehet köztartozása, és a házastársak közül legalább az egyik fél rendelkezik legalább 180 nap biztosítási idővel.

Az egyszeri vissza nem térítendő támogatás mértéke a gyermekek számától és a lakásmérettől függően 800 ezer és 2,5 millió forint között mozoghat. Vállalt gyermekkel is igényelhető a támogatás, az első gyermek vállalására négy, a másodikra pedig további négy, tehát két vállalt gyerekre

összesen nyolc évet biztosítanak a szocpolt igénylő házaspár részére, az ő életkoruknak 35 év alatt kell lenni. Megemelt támogatási összeg járhat annak, aki energiatakarékos, fokozottan energiatakarékos és az évente 25 kilowattóránál kisebb energiafelhasználású lakások építéséhez kéri a szocpolt 2012-ben, ezekben az esetekben a támogatás összegét 1,1, 1,2 és 1,3-as szorzókkal számítják. Új építésnél az építendő ingatlan legalább B energetikai kategóriába soroltnak kell lennie.

A hitelintézet által befogadott és jóváhagyott költségvetési tételeinek legalább 70%-át számlával kell igazolni, valamint a számla kibocsátója csak az állami adóhatóságnál nyilvántartott szervezet lehet. A rendelet előírja azt is, hogy az épített, vagy megvásárolt ingatlanra alapított jelzálogjog mértéke nem haladhatja meg a forgalmi érték 80%-át, azaz legalább 20% önerővel kell rendelkezni, de a hitelező ennél nagyobb mértékű önerőt is megkövetelhet.

II. Otthonteremtési kamattámogatás, mely 2014. dec. 31-ig igényelhető az alábbi célokra:

- új lakás vásárlásához, építéséhez, használt lakás vásárlásához, korszerűsítéséhez;
- késedelmes jelzáloghitellel, vagy felmondott kölcsönrel terhelt lakóingatlan vásárlásához;
- hátralékos hiteladós által kisebb lakás vásárlásához.

A kamattámogatás időtartama **legfeljebb 5 év**, mértéke a futamidő során fokozatosan csökken, ami akár a törlesztési kötelezettség növekedésével is járhat.

Mivel ez a támogatás csak az Európai Bizottság jóváhagyását követően indulhat, a részletes ismertetést csak ez után fogjuk megjelentetni.

Bármiféle lakásügyi döntések, intézkedések előtt okvetlenül kérjék kellő mélységű konkrét gyakorlati ismeretekkel rendelkező ügyintéző(k), szakember(ek) tanácsát, mert a lakásdöntés mindig évtizedekre befolyásolja egész család életét, körülményeit.

CSER KÁROLYNÉ, MORVAYNÉ BAJAI ZSUZSANNA,
VARGA ANIKÓ ÉS VAMOS VERONIKA

HELYREIGAZÍTÁS

A **Nyelvtanvár Kft.** előző számunkban Nyelvtanár Kft.-ként szerepelt. Tévedésünket sajnáljuk, és ezúton közöljük, mindkét hirdetés a Nyelvtanvár Nyelviskolához tartozik, 1015 Budapest, Hattyú u. 16. Az iskola NOE-tagoknak 10% kedvezményt biztosít szolgáltatásai árából!

Kiscsoportos nyelvtanfolyamok, nyelvvizsgára, érettségire való felkészítés, korhatár nélkül, otthonos környezetben. Általános és középiskolai tantárgyakból korrepetálás, pótvizsgára, pótérettségire való felkészítés. Igény szerint vidéken is szervezhető angol és német nyelvtanfolyamok, ha a helyszín biztosított. Bővebb információ: www.nyelvtanvar.hu

HIRDETÉS

Plasztikai sebészet.

Dr. Jánky György plasztikai sebész rendel: hétfő, csütörtök: 15-19 h. Vállalom, hogy a legalább egy éve NOE-tag, 3, vagy többgyermekes, érvényes tagsági igazolvánnyal rendelkező szülők – csak 5-12 év közötti – elálló fülű gyermekét, vagy gyermekeit **térítésmentesen** megoperálom, ha igényli és alkalmas a műtetre.

1114 Budapest, Bartók Béla út 1.

☎365-8633; 20/934-8778

e-mail: jankydr.plastsurg@t-online.hu

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! ☎20/9354-600 Pfeil István

e-mail: pfeilistvan@gmail.com

Tapolca, Márton-nap

Tapolca, 2011. november 12. Szent Mártont a korai középkorban pannóniai születésére való tekintettel népszerű szentként tartották számon hazánkban is. Az Összefogás Nagycsaládosok Közhasznú Egyesülete ápolva a hagyományt, lampionos felvonulást szervezett. A hideg idő ellenére, szép számmal gyűltek össze a lampionnal felszerelt szülők és gyermekek a Nagyboldogasszony Római Katolikus Templom előtti téren. Az egybegyűlteket Kondor Péter, az egyesület elnöke köszöntötte, majd elmondta, hogy hagyományteremtő szándékkal indították útjára, a Német Kisebbségi Önkormányzat támogatásával a rendezvényt, ami a Márton-napi lampionos felvonulás nevet kapta.



Szent Márton életének egyes állomásait Csere Sándor kanonok-plébános elevenítette föl, majd a Római Katolikus Általános Iskola diákjai adtak elő dalokat az ismert szentről. Végezetül Kondor Péter elnök lampion- és emléklap-átadással köszöntö meg a támogatóknak a segítséget. Ezt követően elindult a menet a Malom-tó – Fő tér – Bem apó utca irányába, a végcél felé. A Kazinczy tér volt játszóterén finom zsíros kenyér és forró tea várta a felvonulókat.

Az egyesület titkára: ÜVEGESNÉ MOLNÁR ANITA

Mikulás az Iváncsai Nagycsaládosok Egyesületénél

Vasárnap délután szép ruhába öltözött gyerekek és felnőttek sokasága jelent meg a faluházban, hogy együtt töltsenek pár meghitt, ünnepi hangulatú órát. Az év utolsó rendezvénye volt a Mikulás-várás és a közelgő karácsonyra való lelki feltöltődés.

Hagyomány egyesületünkben, hogy az aktuális évben született babákat felköszöntjük, kis ajándékkal kedveskedve nekik. Ezután szülők és gyerekek előadásában „Az ajándék fácska” című mesejátékot láthattuk. A szereplők október óta próbákra jártak, hogy örömet szerezzenek tagtársaiknak. Természetesen a Mikulás érkezése várva várt esemény volt a kicsik számára. Az ajándécsomagok mellett külön jutalmat kapott, aki verset vagy éneket mondott a Mikulásnak. Meleg teával és szendviccsel láttuk vendégül a jelenlévőket. Aki még szívesen maradt, táncikálhatott az Iváncsai F fiatalok Ifjúsági Szervezete által szolgáltatott zenére. Köszönet Somogyi Gábornak és a fiataloknak, akikre mindig számíthatunk. Vidáman, szeretettel telítődve töltöttük ezt a napot.

KRIZSÁN SÁNDORNÉ, MAGDI (INÁRCSI NE)



Közszolgálat

Hernádi Tanoda: ki a csuda jár oda?

Ötvengyerekes „nagycsaládban” gondoskodik a NOE helyi szervezete a hernádi hátrányos helyzetű gyerekekről

Ötven gyerek jár a két éve működő Hernádi Tanodába. Diákok, ötödikes kortól a középiskolás végzősökhöz, akik hetente kétszer jönnek a Pest megyei település iskola utáni, tanulást segítő intézményébe. Itt délutánként pedagógusok közreműködésével tanulnak, dolgozatokra, érettségire/felvételre készülnek – meséli Füst Katalin, a tanodát fenntartó Nagycsaládosok Hernádi Egyesületének elnökhelyettese, hatgyermekes építésmérnök edesanya. A szolgáltatás önálló épületben, nem az iskolában működik.

– Feltétele volt a pályázatnak, hogy a „saját lábunkon álljunk”, ne legyen a Tanoda beágyazva a helyi oktatási intézményekbe. TÁMOP-os pályázatot adtunk be 2009-ben. Az volt a célunk, hogy a halmozottan hátrányos helyzetű gyerekeknek ingyenesen biztosítsuk az iskolán kívüli tanulás lehetőségét.

– Hogy jött az ötlet? – kérdezem.

– Meggyőződésem, hogy a gyerekek iskolai előmenetelében, életben való boldogulásában legfontosabb szereplő az anya. Neki kellene irányítani a tanulásban a gyerekeket. Sokszor azonban maga is alulképzett, nem tud pl. egy százalékszámításos feladatban segíteni. Ez tovább szaporítja az anyagi hiányok miatt is nehéz helyzetű gyerekek gondjait, aki gyakran sikertelen, szorongó személyiség, akit nem motivál a tanulás. Rajtuk tudunk segíteni a tanodában. A hozzánk járó gyerekek 85%-ának mindkét szülője nyolc osztálynál nem magasabb végzettségű, rendszeres nevelési segélyben részesülnek, szegény a család.

– Beszéljünk egy kicsit a tanoda működéséről!

– Minden délután nyitva vagyunk, sőt, a középiskolás kollégista diákok kedvéért az elmúlt tanévben szombaton délután is tartottunk foglalkozásokat. Van órarendünk, állandó munkatársaink. Kérésünk az volt a gyerekekhez, hogy minden héten találkozzunk legalább kétszer. Az egyéni órarend kialakításakor a meglévő délutáni elfoglaltságaikhoz igyekszünk igazodni. Fontosnak tartjuk, hogy a tanulószobát és a fejlesztő foglalkozásokat vegyék igénybe az iskolában. Jó, ha a leckeírást egyedül csinálják, mi az elakadásoknál tudunk segíteni. Az iskolai szakkörökön továbbra is részt vesznek a tanodásaink, lényeges a sport, a tánc, a mozgás, a zeneiskolai programok. Tanulás és szabadidő egyensúlyára törekszünk a hétköznapiakban. Az iskolától mintegy 15-20 perces séta a tanoda, de ez is az elköteleződést segíti, a gyerekeknek is van feladata, erőfeszítést kell tennie, hogy elérhesse ezt a foglalkozást délutánként.

– Milyen a diákok összetétele?

– A legtöbb tanodás hernádi, de vannak pusztavacsi, dabasi és örkényi gyerekeink is.

Eltérő az érdeklődés a különböző korosztályokban, most legtöbben a hetedikesek vannak. Az ötödikesek, hatodikosok nagyon lelkesek, kedvesek. A nyolcadikos évfolyam korábban hiányzott, idén azonban már tízen vannak. Ők már nálunk „nőttek föl”, hiszen legtöbben hatodikos koruk óta járnak a Tanodába. A pályaválasztás küszöbén talán számukra leghasznosabb a segítségünk.

Az általános iskolások döntő többsége lány, míg a középiskolások között sokkal több a fiú.

– Hogyan szerezhetnek tudomást a tanodáról az érdeklődők?

– Hernádon csak egy általános iskola van, minden gyerekem ide járt, jelenleg még



három tanul helyben. A saját egyesületi tagságunkból is tudtuk, ki vonható be a programba. Az iskolától is kértük, hozza az érintettek tudomására a tanoda indulását. A gyerekek egy idő után egymást hozták, ennél jobb reklám, azt hiszem, nem is kell!

– Vannak már eredményeitek?

– Közös munkánknek köszönhetően a diákok 50%-ának javult a tanulmányi átlaga, a feladatlapok tanúsága szerint 86%-uknak jobbák az eredményei. Az elmúlt tanévben három diákunk tett sikeres érettségi vizsgát, most szakképzésben tanulnak tovább.

– Hogyan osztjátok be a feladatokat? Egy TÁMOP-os projektet vinni nagyon komoly munka, a gyerekekkel való foglalkozás szintén, és mindenkinek van (nagy) családja is, gondolom...

– A Tanodának a Nagycsaládosok Hernádi Egyesülete a fenntartója. Fizetett tanárok és rendszeres önkéntesekből álló csapat viszi a napi feladatokat. A döntéseket a szakmai vezető, az egyesület elnöke és én hozzuk. Részterületeken külön tanárok vannak, akik nagyon komolyan, elhivatottan foglalkoznak a gyerekekkel. Havonta vannak megbeszélések, itt egyeztetünk a kérdésekről. Magát a projektet, vagyis a pénzügyi elszámolásokat, szakmai beszámolókat egy profi szakember menedzseli, de bevont minket is, tehát tanuljuk folyamatosan ezt is. A szeretetünk a gyerekek felé az itt van, beleraktuk a megvalósításba erőnket, energiánkat, de a projekt megvalósításához ebben otthon lévő embert kerestünk.

– Milyen programoknak volt a legnagyobb sikere?

– A tanulásban a matematikára van a legnagyobb igény, de

az angolozás a legnépszerűbb. A szabadidős programok között a kézműves foglalkozások, különösen a dráma és a tánc a gyerekeknek. Az örkényi Cziffra György Művészeti Iskola külön táncsoportot indított a tanodásoknak, magyar néptáncot tanulhatnak. A színházlátogatáson A dzsungel könyve című musical maradandó élmény volt gyermekeinknek. Év végén a Fővárosi Nagycirkuszban és az Állatkertben jártunk.

– Milyen nehézségeitek vannak?

– Egy pályázat megvalósítása sokszorosan nagyobb feladat, mint nyertes pályázatot írni. Problémát okozott, hogy a költségvetésben nem szerepel a gyerekek étkeztetése. Sokan ebéd után rögtön hozzánk jönnek, így délutánra megéheznek. Éhes gyerek nem tud jól odafigyelni, nem hatékony a tanulás. Az uzsonna kérdését sikerült megoldanunk, a dabasi Vogtland Pékség felajánlásából napi 2 kg friss kenyeret kapunk és alkalmanként péksüteményt. A Her-Trade Kft. a kenyérrelváltó biztosítja számunkra. A tanodások számítógépes tudásának fejlesztéséhez járul hozzá, hogy a UPC ingyenes internetes hozzáférést biztosít tanodánkunknak! A támogatásokat ezúton is köszönjük!

– Az érdeklődők kihez fordulhatnak a tanodával kapcsolatos kérdéseikkel?

– Füst Katalinhoz, a 06-70/600-6505-ös telefonszámon, vagy a hernaditanoda@gmail.com e-mail címen.

– Köszönöm a beszélgetést és sok sikert kívánok!

Az interjút a Hernádi Hírmondó anyagából kiindulva *Farkasné Fülöp Hajnalka*, ötgyerekes szadai újságíró készítette.



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Hernádi Tanoda

A Nagycsaládosok Hernádi Egyesülete 2011. december 31-én zárta a TÁMOP-3.3.5/A-08/1//KMR-2009-0010 számú projektjét.

A Hernádi Tanodában 2010. február 1-jétől szegény és képzetlen szülők gyermekeit támogattuk délutáni foglalkozásokkal, hogy iskolai tanulmányaikat sikerrel teljesítsék. Programunk végcélja, hogy érettségihez vagy piacképes szaktudáshoz segítsük a fiatalokat, így esélyük legyen tanulmányaik befejezése után munkát vállalni.

A Hernádi Tanodában 42 felső tagozatos és 9 középiskolás diák tanult az elmúlt két évben. A 40 helyi fiatal mellett 11-en a környező településekről jártak be a Tanodába.



Az egyéni fejlesztéseken és a 2-4 fős foglalkozásokon angol és német nyelvből, humán- és reáltárgyakból kaphattak segítséget. Közös munkánknek köszönhetően a diákok 50%-ának javult a tanulmányi átlaga, a mérő feladatlapok tanúsága szerint 86%-uknak jobbák az eredményei.

Személyiségfejlesztés keretében drámafoglalkozásokon vettek részt, erősödött az önismeretük, önbizalmuk.

A művészi tevékenységek iránt érdeklődő fiatalok néptánc foglalkozásokon és hangszeres képzésben vehettek részt az Örkényi Cziffra György Művészeti Iskolával együttműködésben.

A programban eddig hárman tettek sikeres érettségit, jelenleg szakképzésben folytatják tanulmányaikat.

Mikulás Tolnán

Örülhettek azok a kicsik és nagyok, akik megnézték a Nagycsaládosok Tolnai Egyesületének ünnepi műsorát december 3-án, az Új Tolnai Galériában. A kedves kis történet szerint (melyet az egyesület vezetőségének tagjai és még pár színpadra termelt tagtársunk adott elő) a Mikulás nem vigyázott eléggé magára, és megbetegedett. Az erdő állatai, (a Nyuszi, a Rénszarvas, a Kecse, a Róka, a Medve és a Bárány) azonban összefogtak annak érdekében, hogy a Mikulás meggyógyuljon, és az ajándékok eljuthassanak a gyerekekhez. A Krampusz ugyan tesz „pár lépést” annak érdekében, hogy ez ne sikerüljön, de a végére az ő sötét ábrázata is kipirul, és kiderül, hogy jólelkű ő is, és végül az állatokkal együtt csomagolja az aján-

dékokat a gyerekeknek. A kis műsor után, Mikulás és segítői, közel 150 csomagot osztottak ki az egyesület gyermekeinek, majd mindannyian, élen a Mikulással, ünnepi dalokat énekelve sétáltak át Tolna város vadonútj főterére, amely ünnepi díszbe öltözött e jeles alkalomra. Itt adventi műsorok és jótékonyági vásárok várták a város kis- és nagycsaládjait.

Mikulás a Krampusz segítségével még sokáig járt fel-alá a téren, díszes zsákjából szaloncukrot osztogatva piciknek és kicsiknek. Békesség honolt a város főterén ezen az estén, ilyen békességet kíván mindenkinek a 2012-es évre is a Nagycsaládosok Tolnai Egyesülete!

MAKÓ ZOLTÁN (TOLNAI NE)

15. születésnap – Tolna

Egyesületünk 15. születésnapjának ünneplésével kezdtük a 2012-es év első taggyűlését.

Nosztaigiáztunk kicsit, visszaemlékezve az elmúlt tizenöt évre. Nagy vonalakban összeállítottuk éves programunkat is, melyet ha a februári közgyűlés elfogad, örömmel fogunk megvalósítani.

Tervezünk farsangi bált, nőnap-i főzőcskés meglepetést, húsvéti játszót, NOE és régiós kirándulásokat, háromnapos kirándulást az Őrségbe, és szintén háromna-

pos dunai kenutúrát. Nem maradhat el tavaszi-őszi sport- és családi napunk, a Mikulás-ünnepség vagy a karácsonyi játszóház sem. Gyűlésünk végén Széles Bandi vezetőségi tagunk saját maga sütötte óriási túrótortát szervírozott, mely még egy cukrászmesternek is dicsőségére vált volna.

Így az év elején mi, a Nagycsaládosok Tolnai Egyesülete, kívánunk mindenkinek békés új esztendőt!

MAKÓ ZOLTÁN (TOLNAI NE)

ÉLETÜNK



„...és boldogan éltek, amíg meg nem haltak...”

Mindannyian ismerjük ezt a tipikus magyar mesebefejezést, melynek kezdete így hangzik: összeházasodtak.

Sajnos, lassan már csak a meséből. Szomorú valóság, statisztikai adatok igazolják, hogy az Amerikai Egyesült Államoktól az Európai Uniót át, évről évre, egyre kevesebb a házasságkötések száma. Ez a tendencia Magyarországra is jellemző. Annak ellenére, hogy csökken a házasságok száma, a válások száma nem csökken ilyen mértékben. Ennek a folyamatnak a megállítására hívták életre 1983-ban a Házasság Világnapját, amelyet február második vasárnapján ünneplünk. Az évek során sok helyen az ünnep kibővült, s egész héten át rendezvényekkel népszerűsítik a házasság intézményét.

Sokan úgy vélekednek, a „holtomiglan-holtodiglan” kimondásával béklyót, bilincset, kötöttséget vesznek a nyakukba. Életünkbe és gondolatainkba begyűrűzött, túlságosan nagy hangsúlyt kapott a médiából áramló szabadoság elve. A reklámok azt sugallják, csak a „valósítsd meg önmagad”, „vásárold meg, használd és dobd el” életmód a követendő. Ez a séma alkalmazható a párkapcsolatokra is: ha probléma adódik, nem tökéletes valami, a megoldás a szakítás, a válás, új kapcsolat létrehozása.

Mi, nagycsaládosok, a házasság és a család mellett teszünk le a voksunkat!

A házasság életközösség, melyben két egymást szerető ember önként vállalja, hogy egész életükön keresztül segítik, bátorítják, óvják egymást. Nem bilincs, hanem lehetőség az életünkben, amely új célokat, távlatot jelent. Érték, amely megőrzendő.

Nagy ajándéka a házasságnak a gyermek. A gyermek, aki nem csak gond, felelősség, többletmunka, hanem igazi kincs, örömforrás. A gyermekek által teljesedik ki a párkapcsolat, s válik a család szertekközösséggé.

A házasság és a család népszerűsítése mindannyiunk felelőssége, fennmaradása nemzetünk gyarapodásának, továbbélésének záloga.

Kedves szerelmesek, jegyespárok, együtt élők, ne féljete kimondani a boldogító „igen”-t!

Mindenkinek azt kívánjuk, hogy saját élete meséje így érjen véget: „Hatalmas lakodalmat csaptak, s boldogan éltek, míg meg nem haltak.”

NAGYCSALÁDOSOK NAGYKÖRÖSI EGYESÜLETE



NYUGDÍJASOK SEGÍTETTEK NAGYCSALÁDOSOKNAK *TÁPLÁLÓ SZERETET III.*

Csurig lett egy mikrobusz, egy személyautó és egy utánfutó a nógrádi nyugdíjasok adományával. Budapesti nagycsaládosoknak készítettek, illetve gyűjtöttek össze többek között 748 üveg befőttet, lekvárt, savanyúságot, 119 kg krumplit, 96 csomag szárított teát és fűszert. A Tápláló szeretet program ékesen bizonyítja, hogy mindenki tud segíteni, ha akar – még akkor is, ha a segítő esetleg maga is rászoruló. A program önkéntesei többnyire nagymamák, akik nem törődve egészségügyi és anyagi nehézségeikkel, derékfájást és cukorárakat háttérbe szorítva, panaszkodás helyett nem voltak restek még többet dolgozni. Munkájuk és szeretetük gyümölcséből, így nem csak saját családtagjaiknak, hanem számukra ismeretlen családoknak is jutott. Szép és tiszteletre méltó példával járnak előttünk, kövessük őket!

Nagy családot, sok gyermeket eltartani, mindig eltartani embert próbáló feladat volt. A mostani gazdasági helyzetben ez bizonyára még nehezebb. A **Nógrádi Napraforgó Hagyományőrző és Szociális Egyesület** tagjai elhatározták, hogy a maguk módján segítenek. Vidéken a legtöbb háznál több zöldség-gyümölcs terem, mint amennyit feldolgoznak. A maradékot többnyire szomszédoknak adják, elcserélik, megetetik az állatokkal, de az sem ritka, hogy végül hagyják elrohadni. Az Egyesület tagjai ezeket a feleslegesnek mutatkozó termé-

nyeket is feldolgozták, és ebben az évben már harmadik alkalommal a **Nagycsaládosok Országos Egyesületének (NOE)** ajándékozták. 2011-ben a III. kerületi Csoport és a Nagycsaládosok Szentlőrinc Egyesülete (XVIII. ker.) vehette át az adományt.

A kedvező időjárásnak és a csatlakozó civil szervezeteknek (drégelypalánki Szondi Nyugdíjas Klub, horpácsi Arany Alma Nyugdíjas Klub, ipolyvecei Szamóca Nyugdíjas Klub, kétbodonyi Szivárvány Nyugdíjas Klub, nógrádi Evangélikus gyülekezet, rétsági Hunyadi János Nyugállományú Hagyományőrző Egyesület, Tolmácsi Nyugdíjas Klub) köszönhetően, a korábbi évekhez képest, idén megduplázódott az adomány mennyisége. A programban összesen 143 önkéntes vett részt.

Ön is segíthet! A program résztvevői azt remélik, hogy hozzájuk hasonlóan mások is segítenek rászoruló embereknek. Ajándékozzon tápláló szeretetet közvetlenül, vagy civil szervezeten keresztül Ön is!

További információ: Nógrádi Napraforgó Egyesület honlapja

<http://napraforgo.nogradfalu.hu>

Nógrád, 2011. szeptember 29.

A cikkhez tartozó fotókat Horváth Péter készítette.



A 2012. év az aktív idősödés és a nemzedékek közötti szolidaritás európai éve. Ezt köszöntjük az alábbi írással, amely részlet szerzőjének egy 36 éves korában, három évvel a halála előtt, 1969-ben elmondott beszédéből.

A HÁLA GAZDAGÍT

(részlet)

A hálátlanságnak, a lélek szegénységének egy jelensége a múlt és az öregek tiszteletének, megbecsülésének hiánya. Elfelejtjük azt, hogy a régen sudár életerővel teli hajtás ma fatörzssé cserepesedett, amely elveszítette rugalmasságát, szépségét is, de mégiscsak az ágak és a gyümölcs hordozója. Ráadásul azt hisszük, hogy az öregekre való figyelés visszafogja az élet lendületét bennünk.

Hálátlannak bizonyul a mai ember az idők iránt sokszor, mert nem tudja felmérni azt, hogy a hála a maga gazdagodását jelentené. Azt hisszük, ha az öregekre tekintünk, akkor elvész szemünk elől az élet horizontja. Rajtuk állunk. Az ő életükre épült a mi életünk. Olyanok vagyunk, mint a lépcsősor tetején álló ember: messzire látunk, de nem veszünk észre, hogy a lépcsők sora tartja az életünket: elődeink. Minél több értéket látunk bennük, minél inkább tiszteljük ezeket, annál erősebb számunkra a talaj, amelyre életünk épül.

Igaz, a modern technika vívmányaiban nem járatosak, ismereteik is hiányosak lehetnek, de az emberség iskoláját végigjárták. Azt nem tudják talán elmondani, hogy az

ember hogyan juthat a világűrbe, de azt igen, hogy a félelmet, a bizonytalankodást hogyan lehet legyőzni. Nem tudják elmagyarázni talán azt, hogy a világ másik részéből hogyan jut el a kép a televízió képernyőjén hozzánk, de arról gazdag tapasztalatuk van, hogyan lehet áthidalni egy-egy ember között tátongó mérhetetlen távolságokat.

Minden tapasztalat gazdagodást jelent. Kiaknázatlan területek mérhetetlen gazdagsága nyílna meg előttünk, ha a lélek érzékenységevel észrevennénk mindazt, amit az öregek, az idők élete számunkra kínál. Ennek megragadása a hála. Az a pillanat életünkben, amikor azt észrevesszük, elismerjük és kifejezzük.

A hála gazdagít.

RUPPERT JÁNOS

(Kedves Nagyszülő-társaim!

Nézzünk magunkba: rólunk is el lehet mondani ezeket a szép sorokat?

Márki László)

CSALÁDI ÉLET

A női adottságok titkai

A női tehetség és természet két alappillére: a sokoldalúság és az érzelmek.

Ha valamiben igazán jók vagyunk mi, nők, az a több dolog összehangolt megvalósítása, hogy egyszerre több, nehéz élethelyzetben helyt tudunk állni.

Nem szabad azonban, hogy ezt a női mivoltunkból eredő képességünket olyan tényezők befolyásolják, mint a fölényesség, az aggodalom, vagy a harag.

Rengeteget veszíthetünk, ha bizonyos élethelyzetekben nem vagyunk képesek kontrollálni érzelmeinket. Ebben a harcban legjobb szövetségesünk a helyes önismeret, a reális énkép. Ha úgy érezzük, hogy az ellentmondásos körülmények, a túlradó információ fenyegeti lelki egyensúlyunkat, használjuk érzékenységi – érzelmességi önkontrollunkat!

Nem nagy kihívás kontrollálni magunkat olyankor, amikor a dolgok a megszokott, várt kerékvágásban folynak. De amikor a hullámok összecsapnak a fejünk fölött, vagy történik valami váratlan, akkor bizonyíthatjuk, hogy ránk lehet számítani, képesek vagyunk egyszerre több dolgot összehangolni anélkül, hogy stressz, mártíromság vagy depresszió áldozataivá válnánk.

Együtt kezelni a mostoha és a jó körülményeket: ez az a titok, ami erőt adhat ahhoz, hogy ne veszítsük el sokoldalúságunkat, női mivoltunkat.

Ahogy a férfiak ráébrednek erre, egyre jobban meg-

bíznak bennünk és sokoldalúságunkban. Valójában sokkal jobban bíznak bennünk, mint ahogy gondoljuk. Néha nehezen ismerik el, de irántunk érzett csodálatuk részben ennek a tehetségünknek köszönhető.

A nők új életformája a családban, irodában, iskolában, műhelyben... arra mutat, hogy a jelenben és a jövőben is a férfi és a nő közötti kölcsönös kiegészítés kell, hogy legyen a cél. Ehhez hasznos, ha mind a férfiak, mind a nők emlékeztetik magukat arra, hogy nehéz helyzetekben, amikor nem látunk tisztán, nem szabad megfedkezni arról, hogy:

- ❖ a kétségbeesés az, ami nem engedi, hogy reálisan lássuk a jövőt, és megöli a várakozásnak még az illúzióját is,
- ❖ a harag az, ami nem engedi, hogy magunk mögött hagyjuk a múltat, és a jelen mindennapi apró örömeit élvezzük.

Az élet mindenki számára igazolni fogja, hogy a női tehetség és természet ereje a társunkkal megosztott érzelmekben rejlik.

SARA PÉREZ-TOMÉ (MADRID)

Fordította: Horváth Rita





*Szeretnéd megtudni, mekkora a karbon-lábnyomod?
Szeretnél energiát beruházás nélkül megtakarítani?
Szeretnél egy játék során értékes nyereményeket szerezni?*

Ismét Kislábnym Energiatakarékossági Verseny – még lehet csatlakozni!

2011 őszén a GreenDependent Egyesület ismét energiatudatossági kampányt indított „Kislábnym” címmel, első sorban a közép-magyarországi régióra (Budapest és Pest megye) koncentrálván. A program célja, hogy növelje a családok, háztartások energiahatékonyágát, és népszerűsítse a klímabarát, karbonszegény életmódot. A kampány keretében indított versennyel arra próbálunk rámutatni: csupán viselkedésünk megváltoztatásával, **nagyobb beruházás nélkül is jelentős energiát – és ezáltal pénzt! – tudunk megtakarítani.**

A december 1-jén kezdődött, „kisebb lábnyomon” való életvitelt segítő háztartási verseny négy hónapja során a résztvevőknek több dolgot kell csinálniuk annak érdekében, hogy megtakarítást érjenek el, illetve megnyerjék a legjobban teljesítő háztartásoknak, családoknak járó értékes nyereményeket.

Először is, a verseny minden hónapjának elején le kell olvasniuk mérőóráikat, és az online karbon-kalkulátorban fel kell jegyezniük a leolvasott adatokat (elektromos áram-, gáz-, víz-, illetve gépkocsihasználat, és újdonságként: élelmiszerfogyasztás). Emellett három feladat megoldására is vállalkoznak a jelentkező háztartások, melyek közül talán a legfontosabb, hogy az egyesület által előkészített űrlap és kérdések segítségével felmérjék lakhelyük energiahasználatát, majd tervet készítsenek arra vonatkozóan, hogyan tudnak viselkedésük megváltoztatásával energiát megtakarítani. A második feladat egy feleletválasztós kérdéssor, mely január közepén jelent meg, míg a harmadikat februárban írjuk ki. (www.kislabnyom.hu)

A „kötelező” feladatok mellett a különösen lelkes versenyzők „szorgalmi” feladatokat is megoldhatnak, amelyeken keresztül egyrészt elmélyítik a klímabarát életmóddal kapcsolatos tudásukat, másrészt extra pontokat szerezhetnek a versenyben.

A győztes háztartások értékes – természetesen energiatakarékos, környezetbarát – díjakkal lehetnek gazdagabbak: a verseny fődíjaként egy A++ energiaosztályú SHARP hűtőszekrényt vihet haza a legoktudasabb család.

A további díjak pedig:

- 2. díj: laptop
- 3-4. díj: környezetbarát családi nyaralás
- 5. díj: egy női és egy férfi kerékpár
- 6. díj: kerékpár
- 7. díj: környezetbarát ajándécsomag

További **értékes különdíjakért** is lehet versenyezni a következő kategóriákban:

- legzöldebb, legenergiatakarékosabb háztartás
- legjobban szereplő KIS (1-2 fős) háztartás
- legjobban szereplő KÖZEPES (3-4 fős) háztartás
- legjobban szereplő NAGY (5+ fős) háztartás

A versenyben elsősorban közép-magyarországi (azaz budapesti és Pest megyei) háztartások vehetnek részt, de szponzorainknak köszönhetően a lelkes vidéki családok sem maradnak nyeremények nélkül!

A versenyről további, részletes információk a Kislábnym kampány honlapján találhatóak: www.kislabnyom.hu. Itt lehet regisztrálni a versenyben való részvételre is.

Természetesen azok a háztartások, családok is részt vehetnek a versenyben, akiknek nincs internetük, illetve számítógépük otthon. Ők a NOE részéről a programban résztvevő klíma-koordinátorokat kereshetik: Bertalan Angélát (70/339-29-55), Horváth Hajnalkát (70/776-00-11) vagy Vitálisné Malik Juditot (70/934-3340).

Jó versenyzést! Csökkentsétek otthon az energiafogyasztást, mérjétek az eredményt, oldjátok meg a 3 versenyfeladatot! Várjuk a háztartások jelentkezését, korhatár nincs, előzetes tudás nem szükséges!



Nemzeti Fejlesztési Ügynökség
www.ujszechenyiterv.gov.hu
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Vitamindús téli finomságok

Sütőtök

A sütőtök az őszi és téli nagy slágere. Nem véletlenül, hiszen kedvező árfekvésű, magas tápértékű zöldség, amely nemhiába a kicsik és nagyok kedvence, már kis hazánkban is nagyon régóta termesztik és fogyasztják.

A második világháborút követő szűkös esztendőkhöz éppen ezen okok miatt szinte néptápláléknak számított. Több évszázados múltra tekint vissza. Hazája Közép-Dél-Amerika, ahol valószínűleg elsőnek a mexikói indiánok termesztették.

A sütőtök sok cukrot, fehérjét, rostanyagot, vitamint és ásványi anyagot tartalmaz. Gazdag karotinoidokban, A-, B-, C-vitaminban, illetve kalcium, foszfor és magnéziumban. A benne található karotinok, a C-vitamin, valamint a magjában található E-vitamin antioxidánsként védelmet nyújt szervezetünknek a szabad gyökök megkötésénél, így segítenek megakadályozni a daganatos betegségek kialakulását.

Az a legjobb, ha megcsípi a dör, sőt ekkor lesz igazán finom és édes. Főképp a hosszúkás alakú kanadai tök alkalmas sütésre, mert ez jóval édesebb, mint a hagyományos fajta. A babák egyik nagy kedvence a sütőtök. Mivel könnyen emészthető, már csecsemőkorban kiegészítő tápláléknak is adhatjuk. Először burgonyával lazítva, később önmagában, vagy anyatejjel hígítva.

A tök leve szintén jótékony hatású. Fontos szerepe van a meghűléses betegségekkel járó gyulladáskor gyógyításában. Káliumtartalmának köszönhetően elősegíti a vér tisztítását. Készíthetünk sütőtöklevet nyers sütőtökből, esetleg más gyümölcsökkel, almával, körtével kombinálva.

Sütőtökrémleves:

Hozzávalók: 1 nagyobb sütőtök, 3 nagyobb krumpli, kb. 10 centi póréhagyma, 1 kanál barna nádcukor, 2 dl tejszín, 1 kanál vaj, sóltan tökmag.

Elkészítés: 1. A vajon a póréhagymát a cukorral picit karamellizáljuk. 2. A tököt és a krumplit megtisztítjuk, felkockázzuk, hozzáadjuk a hagymához, felöntjük annyi vízzel, ami épp ellepi, és fedő alatt puhára főzzük. 3. Ha kész, botmixerrel pürésítjük. 4. Hozzáadjuk a tejszínt, felforraljuk, majd a tökmaggal meghintve tálaljuk.



Sütőtökös kevert süti

Hozzávalók: 30 dkg liszt, 26 dkg cukor, 3 egész tojás, 1 csomag sütőpor, pici őrölt fahéj, 30 dkg reszelt sütőtök.

Elkészítés: A lisztet a sütőporral és a fahéjjal összekeverem. A másik tálban a cukrot és a 3 egész tojást habosra kikeverem, majd beleforgatom a lereszelt sütőtököt és a lisztes keveréket. Vajjal kikent lisztezett tepsibe öntöm. Előmelegített sütőben kb. 25-30 perc alatt /180 fokon/ készre sütöm. Nagyon gyors és nagyon finom.

Tökös-mákos rétes



Hozzávalók 2 rúd készítéséhez: 50 dkg sütőtökhús, 25 dkg porcukor, 10 dkg darált mák, 1 tojás, 1,5 dl tejföl, 2 evőkanál vaj, 1 citrom reszelt héja, 4 lap rétestészta (fagyasztott), csipetnyi só.

Elkészítés: A tököt feldaraboljuk és a szokott módon megsütjük. Kikaparjuk a héjából és villával szétnyomkodjuk. Jól összekeverjük a mákkal, a tejföllel, a citromhéjjal, a porcukorral és a sóval. Két réteslapot egymásra rakunk, meglocsoljuk kevés olvasztott vajjal. Egyenletesen elosztjuk rajta a tölteléket és feltekerjük, majd megkenjük a felvert tojással. A maradék tölteléket hasonló módon tekerjük az előkészített lapokba. Előmelegített sütőben, közepesen meleg hőmérsékleten készre sütjük.



Cékla

A téli időszak egyik legértékesebb zöldsége a cékla. Fogyasztották a babilóniaiak és a föníciaiak is. Az ókori Rómában is népszerű volt, Nagy Károly egyenesen kötelezővé tette a termesztését. Rokonságban áll a cukorrépával, és leveleit elnézve érthető, hogy rokona a mángold is. Közös ősük a tengerparti mángold, mely a Földközi-tenger és az Atlanti-óceán partvidékein nőtt, vadon. **Vásárláskor figyeljünk:** héja ne legyen száraz, húsa legyen jó kemény. Ha a héja ráncos és be lehet nyomni, nem tanácsos megvenni. A főtt céklát lehetőleg hőmozzuk melegen.

A sárgarépa és az uborka mellett a céklát az egyik legfinomabb zöldséglé, érdemes nátha és influenza idején hetente néhányszor, megelőzés céljából fogyasztani, ha pedig már betegek vagyunk, igyunk belőle naponta három pohárral. Célszerű gyümölcscentrifugát használni a zöldséglé kinyeréséhez, és ha lehet, italkészítésre használjunk bio céklát. Vitaminokban és ásványi anyagokban, valamint kalciumban, foszforban, vasban, nátriumban, kénben is gazdag. Vérvéztető, a benne található nyomelemeket a szervezet kiválóan tudja hasznosítani. A céklában található egy boron nevű ásványi anyag is, mely bizonyított afrodisziákum.

Tápanyagtartalom 100 g-ban: Energia 40 kcal 180 kJ, szénhidrátok: 9,95 g, cukrok 4,80 g, rost 2,00 g, zsír 0,18 g, fehérje 1,68 g.

Csokis-céklás muffin

Hozzávalók: 2 nagy cékla (kb. 50 dkg), 1 és 3/4 csésze (26 dkg) liszt, fél csomag sütőpor, 4 evőkanál holland kakaópor, 1 csésze porcukor, 2 tojás, 1 dl olaj, 1 dl tej.

Elkészítés: A muffinformákat kivajazzuk. A céklát megmosuk, héjában megfőzzük. Hideg vízbe áztatjuk, hogy egy kicsit kihűljenek, majd meghámozzuk, daraboljuk és botmixerrel összetörjük. Összekeverjük a lisztet, a sütőport, a kakaóport, a porcukrot, hozzáadjuk a céklát, a 2 tojást felverve, az olajat, a tejet, majd összekeverjük. Tehetünk még bele étsokidarabokat is. 180 fokon tűpróbáig sütjük, ami kb. 25 perc.

Az összeállítást Benő Brigitta dietetikus készítette

Hagyományos és mai épületek hőszigeteléséről, fűtéséről és szellőzéséről, közérthetően

Szüleink, nagyszüleink korában az épületek falazata általában a tájegységenként helyben, könnyen elérhető építőanyagokból épült. Kő, téglá, vályogtéglá, tapasztott (vert) vályogfal, fa. A földémszerkezet fagerendás, majd később vasbeton gerendás földem volt, a tető szinte kizárólag hagyományos ácsszerkezet. A nyílászárók faszervezetek voltak, korábban egyrétegű üvegezéssel, később nagyon elterjedt a vált az úgynevezett kapcsolt gerébtokos ablak, amely két külön nyíló szárnyból áll, amelyek között kb. 12 cm távolság (légrés) található. Ez a fajta ablak napjainkban is sok régebbi épületben fellelhető. Később elterjedtek a hőszigetelt üvegezésű ablakok, összeragasztott két- (ma már néha három-) rétegű üvegezéssel. A fa tokszerkezet helyett, megjelentek a műanyag és a fém szerkezetű nyílászárók is.

Korábban hőszigeteléssel egyáltalán nem foglalkoztak. A kőből és a tömör téglából épült házak elég hidegek, de tartósak voltak, sokat kellett fűteni a jó közérzetért, és igazán jól kifűteni nem lehetett. A vályogfalú házak tartották télen a meleget, nyáron a hűvöset, de egy áradás, vagy egy nagy eső elmosta a falakat.

A nyílászárók záródása nem volt tökéletes, tömítés nem volt, ezért az épületekben folyamatosan volt levegőcsere (huzat); ha mégis nagyon elhasználódott a levegő, akkor szellőztettek.

Napjainkra fontossá vált az energiatakarékosság. Hőszigetelő anyagba csomagoljuk a házainkat, és tökéletesítjük, tömítjük a nyílászáróinkat. Így javul a fűtés hatékonysága, de megszűnik a spontán légcseré, egyre több helyen jelenik meg a penész, tehát sokkal fontosabbá válik a szellőztetés!

Hogy ne a felmelegített, elhasznált levegőt engedjük ki a szabadba és a hideg, friss levegőt be az épületbe, kitalálták a hőcserélős gépi szellőztetést. Ez a hővisszanyerős rendszer úgy működik, hogy a kifűjt levegő hőenergiáját átadja a beszívott hideg levegőnek, felmelegíti azt. Például: egy nagy csőben megy kifelé az elhasznált húsz fokos levegő, ezen a csővön belül egy jóval kisebb keresztmetszetű másik csőben jön befelé a hideg friss levegő, és mire „helyet cserélnek”, a külső csőben levő levegő felmelegíti a belső csővön keresztül érkező friss levegőt. Így nagyon jelentősen – akár 90%-kal – is nőhet a szellőztetés hatékonysága.

Sokan úgy vélik, a gépi szellőztetés csak az úgynevezett passzívházak esetében szükséges, de látni kell, hogy napjainkban a jól szigetelt, jól tömített házak esetén is komoly gond a penészedés.

Mi a feladata a szellőztető rendszernek?

- jó minőségű levegő biztosítása a belső terekben;
- a szellőztetési hőveszteség minimalizálása hővisszanyerős által;
- a szükséges meleg szállítása a befűjt levegő által (ez nem feltétlenül szükséges, de egyes esetekben akár lehetővé teheti a hagyományos fűtési rendszer kiiktatását).

Egy felnőtt embernek óránként 20 m³ friss levegőre van szüksége nyugalmi állapotban.

A régi (tömítetlen) ablakos házakban, a külső széljárás függvényében, óránként 2-3-szor cserélődik ki a teljes légtér, amely egy 100 m³-es ház esetében 600-900 m³ friss levegő beáramlását jelenti! Ez egy hat fős nagycsalád esetén, legalább 5-7-szerese a szükséges légcserének, akkor, amikor egész nap, mindenki otthon van.

A téli átlaghőmérséklet Magyarországon 3 °C. Ha a lakásban 20 °C-ot tartanak (huzatos lakásban ez nem is túl magas a jó közérzethez), akkor átlagosan minimum 600 m³ levegő 17 °C-nyi hőtartalmát „dobjuk ki” óránként az ablakon, pontosabban az ablakréseken, melynek pótlására egy gázkazán naponta 10 m³ földgázt fog felhasználni, egész télen összesen 1800 m³-t! Ezt hívják **filtrációs hőveszteségnek**. Mivel a fűtési energiafogyasztás másik (még nagyobb) hővesztesége ellen a rossz hőszigetelésű falak, hőhidas vasbeton szerkezetek, padlásfödémek, tetők szigetelésével az ember igyekszik védekezni, egyre nagyobb ennek a jelentősége.

A filtrációt kell és lehet minél kisebbre csökkenteni, jól záródó nyílászárók, légtömör épület és hővisszanyerős szellőztetőgép segítségével!

A hővisszanyerős és egyéb gépészeti berendezésekkel kapcsolatban is természetesen nagyon fontos kérdés a megtérülés.

Két alapesetet vizsgálunk:

Meglévő épület felújítása esetén, komoly számításokat igényel, mibe érdemes beruházni. A rossz, tömítetlen nyílászárók és gyenge hőszigetelésű falak mellé nem érdemes drága készülékeket beépíteni, hiszen valóban sosem térül meg az ára. Meg kell vizsgálni, mekkora költséggel lehet az épület szerkezetét korszerűsíteni. Lényeges szempont az is, milyen a meglévő fűtési rendszer. Ha nem is építünk be hőcserélős szellőztetést, ha az ablakok jól zárnak, a rendszeres, gyors átszellőztetést ne hagyjuk ki! (Új lakásban naponta kétszer, régebbiben legalább egyszer.) Enélkül a pára és számtalan szennyezőanyag nem tud eltávozni. A szellőztetés hőveszteséggel jár, de a penészedés és számos légúti és más betegség megelőzhető vele!

Új, korszerű épület építése esetén, mindenképpen javasolt a szellőztetés kiépítése, mivel a hőszigetelt, jó légzárású épület egészséges belső klímáját így tudjuk a legjobban biztosítani. Itt már sokkal jobb lehet a megtérülés, az is előfordulhat, hogy megspórolhatjuk a gáz bevezetését, gázkazán vásárlását. Tervezhetünk valamilyen alternatív energiát használó fűtési rendszert a házunkba, hővisszanyerős készülékkel kombinálva. Természetesen itt is nagy különbségek lehetnek a helyi viszonyok ismeretében, pl. milyen messziről kell, ill. nem kell behozni a gázt, milyen lehetőség van a földhő, nap, vagy szélenergia hasznosítására.

KROÓ KORNÉLIA ÉS RAKOVSKY ÁGNES
ÉPÍTÉSZMÉRNÖKÖK

Mátyás király és a fát ültető öregember

Mátyás király, ahogy jött-ment az országban, egyszer meglátott egy öregembert, amint a kertjében fát ültetett.

– Kinek ülteti azt a fát? – szól oda neki. – Hiszen maga már annak a terméséből sohasem ehetik!

– De, remélem – válaszolta a szegény ember –, ha megsegít az Isten, még én is ehetek belőle. Aztán meg, jó lesz az unokáimnak.

– Na, ha megéri az első termést öreg, hozzon kóstolót nekem is Budára, a palotámba! – mondta Mátyás.

Akkor ébredt rá az öregember, hogy magával a királlyal beszél. Lekapta hamar a süvegét, de akkorra Mátyás már messze járt.

Telt-múlt az idő, a fácska termőre fordult, meghozta első gyümölcsseit. Az öreg kiválasztott három szép körtét, és felvitte a királynak, Budára. Az ő azonban nem akarta beengedni a palotába. Az öreg magyarázta neki, hogy a királynak ígérte a három szép körtét, azt akarja odaadni. A strázsá

végül beleegyezett, de kikötötte, hogy kifele jövet meg kell feleznie vele, amit a körtéért kap.

Mit volt mit tenni, a szegény ember ráállt a dologra. Mátyás király éppen a közelben volt, és meghallotta a párbeszédet. Gyorsan tróntermébe sietett, és amikor az öregember átadta neki az ajándékot, megköszönte, adott három kis pofont neki, lelkére kötve, hogy alaposan felezze meg a strázsával. Így hát, az öreg távozában lekevert két jókora pofont az őrnekek, hogy még a keze is megsajdult bele! Mátyás pedig jót nevetett az ablakban, visszahívta, és busásan megjutalmazta.



magyar népmese

REJTVÉNY

Megfejtés (15 vízszintes): a legkisebb társadalmi egység

1a	b	d	g		2n	q	3u	v	y
4		e		j					
5				k				6z	
7			h	l	o	r	8	w	
9						s		10	
11	12					13	ü	x	
14	c		15	m	p	t			zs
16		f	i					17	

Függőleges:

a. úrlény; b. termés betakarítása; c. betűt vet; d. szén vegyjele; e. ritka női név, ékezet nélkül; f. 1/3 apa; g. Vuk anyukája; h. női név; i. sugár jele; j. Y; k. fog belseje; l. fohász; m. cukor kezdet; n. főnév toldaléka; o. baba sírás; p. néma sűgő; q. alacsonyabbra; r. nő eleje; s. étel ízesítője; t. autó eleje és vége; u. anya malac; ü. pár l; v. -ke párja; w. helyhatározó rag; x. néz; y. kérdőszócska; z. valamikor régen; zs. azonban

Vízszintes:

1. kedvenc játékalat; 2. arra fele; 3. szántás eszköze; 4. mesebeli gyümölcs; 5. fényesség; 6. határozott névelő; 7. sportcsarnok; 8. 2/3 Ernő; 9. vízió; 10. időhatározó rag; 11. a csodalámpát birtokló fiú nevének kezdőbetűje; 12. valakinek a hibája, az ő...; 13. vágóeszköz; 14. kicsoda; 15. megfejtés; 16. időmérő része; 17. személyes névmás

HIRDETÉSEK

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

Szállítás: zongora- és páncélszekrény-szállítás.

Kedvező árak, ügyfélbarát kiszolgálás.

NOE-tagoknak árengedmény! Ha bármilyen szállítási gondja van, hívjon bizalommal!

☎30/509-2284 Sárközi Zsolt

web: www.koltozesmaskepp.hu

Homok, sóder, murva, beton, termőföld szállítását

5 tonnái vállalom Budapest, NOE-tagoknak 5% kedvezménnyel!

☎20/956-5720 Kovács Árpád

e-mail: teherfuvarozas@uw.hu

web: <http://teherfuvarozas.uw.hu>

KÉPMÁS

20 % kedvezmény, csak NOE-tagoknak!

Kedves NOE-tag!

Magyarország jövője az egészséges, erős családokra épül, ezek lesznek a kisközösségek és a magyar társadalom alapjai. A televízió, az internet és a nyomtatott sajtó életünk részévé vált, az ott közvetített minták pedig észrevétlenül is befolyásolják házastársunkkal, gyermekeinkkel, szüleinkkel való kapcsolatunkat. Válasszon olyan sajtóterméket, amelyben a család értéként jelenik meg, amely iránytű a kultúrában és a közéletben, segítő társ a gyermeknevelésben, a párkapcsolat gondozásában és a háztartásban.

Kérjük, előfizetésével is támogassa a magyar családbarát médiát.

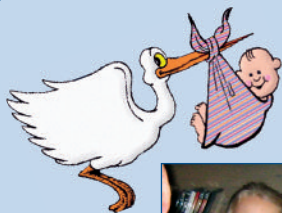
Szeretnénk mi is támogatni az Önök erőfeszítéseit, ezért az egyéves Képmás-előfizetés díját, a NOE-tagoknak 20%-kal csökkentettük! Így 5100 Ft helyett 4080 Ft-ért rendelheti meg a magazint.

Levélben, telefonon vagy a honlapunkon jelezze előfizetési igényét! A befizetéshez szükséges csekket kipostázzuk, legegyszerűbben a kedvezményes díj átutalásával érvényesítheti előfizetését. **Kérjük, hogy NOE tagsági számát minden esetben tüntesse fel!**



Telefon/Fax: (1) 365-1414
E-mail: elofizetes@kepmas.hu
Honlap: www.kepmas.hu

Számlaszám: 10700347-26317904-51100005 (CIB Bank)
Postacím: 1518 Budapest, Pf.: 41.



Örömhír



„Nagy örömmel tudatjuk, hogy 2011. november 16-a, **Laura** születése óta immáron hatan lettünk testvérek! Sziebert Anna, Zsófia, Pál, Vince, Aliz és boldog szüleik, Gabriella és Péter”

Szieberték Remeteszőlősről
(Nagykovácsi Csoport)

2011 novemberében megszületett az ötgyermekes Lusánszki Géza és Fazekas Veronika legidősebb fiának gyermeke, Verának első unokája, **Tamara**.

Jó egészséget kívánunk nekik!

Grenácsné Uhlár
Erzsébet,
Nógrádsápi NE

Darvas Gábor és Cili alapító tagjaink öröme, 2011-ben, 3 unoka is született. Matyi fiuknál júniusban **Lukács** hatodikként, novemberben Cili lányuknál elsőként **Zsigmond**, majd Juli lányuknál a második, **János** érkezett meg.

Büszkéek gyermekeikre és kilenc unokájukra.

Tímár Zsuzsa, Budapest,
Szent István Csoport

Németh Szabolcs és Rehák Etelka negyedik gyermeke, **Péter Zsombor**, 2012. január 8-án, 3300 grammal megérkezett.

Testvérei: Szilvia, Réka és Márton már nagyon várták a kistestvért.

Kapás Ági,
Szentendrei NE

A Pécsi Székesegyház Nagycsaládos Egyesület örömmel értesíti a tagságot, hogy ismét kisbabák születtek:

Nagy Attila és Nagy Tímea ötödik gyermekeként, 2011. november 17-én, megszületett **Nagy Rebeka**.

2011. december 5-én pedig Hosszú Csaba és Hosszúné Papp Éva ötödik gyermeke, **Anna** látta meg a napvilágot.

Isten áldását kérjük mindkét családra!

Az újonnan megalakult Dunakeszi Diófa Nagycsaládos Egyesület első örömhíre: 2011. december 23-án, 3300 grammal és 52 cm-rel megszületett **Pék Eleonóra Hanna**. Szülei és testvérei örömmel fogadták.

Pékné Kolozsi Annamária, Dunakeszi NE



MÉDIATÁMOGATÓINK

