



Tóth Árpád:

### Áldott nyári délután (részlet)

Áldott nyári délután  
Járunk az erdőben,  
Elakad a hang is a  
Sűrű levegőben,  
Messzi autóberregés  
Dongássá vész benne,  
Mintha mézbe szédülő  
Muslicahang lenne.  
Távolszakai a világ,  
Nincsen, ami fájjon:  
Ádám jár, és Éva jár  
Édenkerti tájon.  
Lomha gond, ha szállna még  
Fonalat eresztve,  
Mint váratlan pók, amely  
Utat fog keresztbe,  
Homlokunkon szétfoszol,  
S nincs nyomába semmi,  
Csak a nagy csönd, amelyben  
Oly jó ketten lenni.

## VEZETŐ TESTÜLETEINK MUNKÁJÁBÓL

Vezető testületeink munkájából	3
Új NOE Vodafone flottatarifák	4

## ANNO 4-6

## RENDEZVÉNY

Családlánc	7
NOE Őszi Találkozó Gyula	8
Nagycsaládos Közéleti Kollégium	9

## HELYI SZERVEZETEINK ÉLETÉBŐL

Meggyesztiválon a Vajdaságban a dunaszentgyörgyi nagycsaládosok	9
Gyermeknap Iváncsán	10
Egyik szemem sír, a másik... (beszámoló Kolozsvárról)	11
Tavaszi zsongás a Pilisilen Egyesületben	12
20 éves lett a Nagycsaládosok Szentendrei Egyesülete	13
Használt árúk gazdacseréje Mosonmagyaróvárott	14

## INTERJÚ

Kiss Márta, a csapatépítő	14-15
---------------------------	-------

## ÉLETÜNK

Ámitógép vagy számítógép	16-17
--------------------------	-------

## CSALÁDI ÉLET

„Szeretet(tan)folyam”	17
Gyermekeink tanítanak szülővé válni bennünket	18

## ÉLETMÓD

Ökootthon lapos pénztárcával	19-20
A Nap éltető és pusztító ereje	21

## GYERMEKSAROK

A kecskekörmök meséje	22
Készítsünk színes, festett kavicsokat	23

## KÖNYVAJÁNLO

Heim Károly: A „biciklis”	23
---------------------------	----

## HIRDETÉSEK, KEDVEZMÉNYEK 6, 24-27

## ÖRÖMHÍREK 28

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 244. számának lapzártája: **2012. augusztus 15.**

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, főtítkár

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

Ebédszünet: 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 Segítünk 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, 70/7760-877

## Dél-alföldi Régió

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

## Észak-magyarországi Régiós Iroda

2151 Fót, Dózsa Gy. út 12–14.  
Bertalan Zoltánné, Angéla  
Tel.: 70/3392-955

## Balaton Régiós Iroda

Molnárné Budai Angelika  
Tel.: 70/6144-978

## Közép-magyarországi Régiós Iroda

2200 Monor, Kossuth L. u. 65–67.  
Szönyiné Gábor Mária  
Tel.: 70/9343-339

## Vítálsné Malik Judit

Tel.: 70/9343-340

## AI-Duna Régiós Iroda

7622 Pécs, Nagy Lajos király út 9.  
Várdainé Kiss Krisztina  
Tel.: 72/520-568, 70/3323-514

## Felső-Duna Régiós Iroda

9024 Győr, Mónus Illés u. 47–49.  
Horváth Hajnalika  
Tel.: 96/517-964, 70/7760-011

Félfogadás előzetes telefonos  
egyeztetés alapján.

**Csak NOE-tagoknak továbbra is ingyenesen kiváltható a CIB-NOE családi kártya.**  
**Banki szolgáltatások költségek nélkül: [www.csaladi-kartya.hu](http://www.csaladi-kartya.hu).**



## Vezető testületeink munkájából

Május 23-án **Kadosné Gyurkó Katalin** és **Szabó Endre** az Operaház intendánsával, Ókovács Szilveszterrel folytatott megbeszélést arról, hogy az Operaház előre ismert dátumú esti főpróbákra negyedáron adná nagycsaládosoknak és határon túli magyaroknak a belépőjegyet.

Május 24-én **Székely Hajnalka** és **Füst Katalin** a Nemzeti Ifjúsági Tanács alakulását előkészítő fórumon képviselte Egyesületünket.

Május 30-án **Kadosné Gyurkó Katalin**, **Rónai Viktória** és **Horváth Hajnalka** a Magyar Vidékfejlesztési Hivatal elnökénél, Palkovics Péternél járt egyeztető megbeszélésen az intervenció gabonakészletek szétosztásával kapcsolatban.

**Elnökségünk** június 6-i ülésén 37 család és a Solymári Nagycsaládos Egyesület felvételéről döntött. Az Elnökség elnökhelyettessé választotta **Mohay Tamást**. Az Elnökség határozata alapján 2012-ben hat település, **Csopak**, **Déaványa**, **Mezőberény**, **Mosonmagyaróvár**, **Pázmánd** és **Tatabánya** kapott Családbarát Önkormányzat díjat.

Június 7-8-án **Füst Katalin** részt vett a Védegyelet Egyesület Gazdaság helyben című konferenciáján. A konferencián az etikus vállalkozások, mint az adománybolt,

helyi pénzek, helyi munkahelyteremtő kezdeményezések, illetve etikus bankok mutatkoztak be Magyarországról, Spanyolországból és Svájcból.

A június 8-9-én Kecskeméten megrendezett VIII. Kárpát-medencei Asszonytalálkozóon **Füst Katalin** képviselte a NOE-t. A konferencia főbb témái között szerepelt a családpolitika jelene, jövője, nők a munkaerőpiacon, vállalkozó nők, valamint a család és a munka változó szerepe a nők életében.

Június 13-án a Magyar Szegénységellenes Hálózat éves közgyűlésén **Füst Katalin** képviselte az alapító tag NOE-t.

Június 14-15-én **dr. Kutassy Jenő** képviselte Egyesületünket az Információs Társadalom Parlamentje című kétnapos konferencián, melyet az „Informatika a Társadalomért Egyesület” szervezett.

Június 29-én **Cser Károlyné**, **Füst Katalin** és **Morvayné Bajai Zsuzsanna** részt vett a Corvinus Egyetem szervezésében lebonyolított Nyugdíj és Gyermekvállalás Konferencián, aminek fő témája a gyermeknevelés (nem egyszerűen a világra hozatal) beszámítása a nyugdíjrendszerbe volt.

Véleményeztük a Gyermek és Ifjúsági Alapprogram Tanácsáról szóló kormány-előterjesztést.

ÖSSZEÁLLÍTOTTA: EGYED ÉVA



**A Családbarát Önkormányzat 2012 díjazott településeinek polgármesterei** balról jobbra:

**Pap Tibor** (Déaványa polgármestere),  
**Dr. Iváncsics János** (Mosonmagyaróvár alpolgármestere),  
**Székely Hajnalka** (a NOE elnöke),  
**Mohay Tamás** (elnökhelyettes),  
**Dr. Virányiné Dr. Reichenbach Mónika** (Pázmánd polgármestere),  
**Ambrus Tibor** (Csopak polgármestere),  
**Siklósi István** (Mezőberény polgármestere),  
**Schmidt Csaba** (Tatabánya polgármestere) a képen már nincs jelen, hamarabb el kellett mennie.

Kedves Tagtársak!

## ÚJ NOE VODAFONE FLOTTA TARIFÁK

A NOE-tagok számára elérhető „NOE Flotta” előfizetéseket biztosító együttműködési megállapodás ez év májusában lejárt. A Vodafone-nal folytatott tárgyalások eredményeként sikerült az eddig is igen kedvező feltételeket tovább javítani és mind az előfizetési, mind a percdíjak csökkentésében megállapodni úgy, hogy az előfizetések adatforgalmazási lehetőséget (népies nevén internet-hozzáférés) is magukban foglalnak, miközben az eddigi kedvezmények megmaradtak: a flotta tagjai egymás között továbbra is korlátlanul beszélhetnek ingyen, és havi 40 sms-t is küldhetnek ingyen a Vodafone hálózatába. Az internetelés mindkét tarifánál havi 200Mb adatforgalmat tartalmaz, de ezt túllépve sincs többletköltség, csak az adatsebesség kerül lassításra a hónap végéig. Az adatmennyiség lehetővé teszi levelek, közösségi oldalak üzeneteinek mobiltelefonos megtekintését is, így várhatóan a fiatalok körében is népszerű lesz.

Továbbra is két csomag közül választhatunk. Az I. csomag alacsonyabb havidíjat, de egy kicsit magasabb percdíjat tartalmaz, így inkább a flottán kívül kevesebbet beszélőknek lehet kedvező (például gyermekeink), míg a II. tarifa percdíja alacsonyabb, de előfizetési díja kicsit magasabb. Az egy NOE tagság mellé vásárolható maximális előfizetések száma 10-re emelkedett! Az sms-ek bruttó 19,05 Ft-os díja nem változott.

Az I. tarifacsomag eddigi bruttó 1500 Ft-os, internet-hozzáférést is tartalmazó díja bruttó 1441 Ft-ra változott.



(Ebből 953 Ft lebeszélhető). A percdíj az eddigi nettó 19 Ft-ról 17 Ft-ra csökkent, ami bruttó 21,59 Ft-ot jelent, továbbra is 10 másodperces számlázási egység mellett.

A II. tarifacsomag eddigi bruttó 2125 Ft-os havidíja 2076 Ft-ra változott, amelyből 1588 Ft lebeszélhető! Természetesen ennél a csomagnál is érvényes a 40 ingyen Vodafone-os sms és a 200 Mb internet-hozzáférés.

A törvényi rendelkezések miatt sajnos nem automatikus a csomagváltás, azt minden előfizetőnek írásban kell kezdeményeznie. Az ehhez szükséges formanyomtatvány letölthető a NOE honlapjáról. A váltás a kitöltött nyomtatvánnyal a Vodafone értékesítési pontokon lehetséges, csakúgy, mint új előfizetés vásárlása. A csatlakozáshoz NOE igazolásra van szükség.

A tájékoztatás sajnos nem itt ér véget, mert az új szerződés megkötése után bevezetésre került a mobil szolgáltatókat terhelő, úgynevezett „telefonadó”. Ezt az adót sajnos mindhárom szolgáltató részben vagy egészben áthárította az előfizetőkre. Ez az összeg természetesen elfogadhatatlan volt számunkra, ezért hosszas, igen kemény tárgyalásokat folytattunk. A Vodafone az adót kompenzálандó az egyéni ügyfelek esetében július 1-jétől általánosan bevezetett egy havi kiegészítő bruttó 889 Ft-os díjat. Végeredményként havi bruttó 490 Ft-os kiegészítő díjban sikerült megállapodnunk. Ez nem jó hír, de figyelembe véve az elérhető lehetőségeket, talán elfogadható.

A kedvezményes 490 Ft-os díj érvényes a régi tarifák esetében is.

KUTASSY JENŐ

## ANNO



### A NOE Levelek 6. számából (1989. július 31.):

#### Választott testületeink munkájából

Az elnökség beszámolót hallgatott meg a Szociális és Egészségügyi Minisztériumban (SZEM) Bánfalvi államtitkárnál folytatott 4 órás megbeszélésről, melynek lényege, hogy a Minisztérium és a NOE elképzelései csak igen kevés közös elemet tartalmaznak, a SZEM álláspontja még a Pénzügyminisztériuménál is dogmatikusabb.

Az elnökség egyhangúlag jegyzőkönyvi köszönetet mond Haraszi Ákos elnökhelyettesnek azért a gyors és színvonalas sajtóháborúért, melyre alább hívjuk fel a tagság figyelmét.

#### **Ezt hallottuk, ezt olvastuk**

A Magyar Hírlap hasábjain élénk sajtóvita bontakozott ki a családi jövedelemadóval kapcsolatban.

1989. június 26. Haraszi Ákos: Családi érvek

1989. június 28. Surányi Imréné: Csalárd érdek, vagy családi érdek

1989. június 30. Haraszi Ákos: Társadalmi minimum alatti lét

Örömmel olvastuk a NOE-t és újonnan alakult miskolci csoportját bemutató „Összefognak a nagycsaládok” című írást a Déli Hírlapban (1989. június 12.).

Dr. Jobbágyi Gábor, a NOE választmányi tagja „Nemzeti sorskérdésünk az abortusz” címmel elgondolkodtató, fontos írást jelentetett meg a Hitel 15. számában. A jelenlegi helyzet vázolója után taglalja a felelősség kérdését, és a lehetséges megoldásra is javaslatot tesz.

#### Fórum

Újabb öt helyi csoport alakulásáról adhatunk hírt.

Már most felhívjuk a figyelmet arra, hogy a múlt évi nagy sikerű Visegrád–Mogyoró-hegyi találkozóhoz hasonlóan idén is (1989. szeptember 23-án, szombaton) kirándulást tervezünk. A helyszín ezúttal Győr. *(Az immár hagyományos Őszi Találkozó kezdete...)*

### **A NOE Levelek 7. számából (1989. szeptember 8.):**

1989. augusztus 31-én az egyesület Elnöksége kötetlen beszélgetésen látta vendégül az Országgyűlés Család-védelmi Albizottságának tagjait. A közvetlen hangulatú, közel 4 óras eszmecsere a családok és a társadalom szintje minden lényeges problémáját érintettük, s a képviselők kérték, hogy munkájukat az országgyűlés napirendjéhez igazodóan folyamatos adatszolgáltatással támogassuk, amire az elnökség örömmel tett ígéretet.

A Fórum című rovatban megjelent dr. Somhegyi Annamária gerincgyógyász írása. *(Annamária írásait a mai napig olvashatjátok kiadványainkban.)*

### **Ezt hallottuk, ezt olvastuk**

„Az Ötödik Sebesség című rádióműsorban Lak Gyuláékkal (12 gyermekes család) volt egy interjú arról, hogyan él a nagycsalád. Utána Némethy Zoltán beszélt a családok anyagi gondjairól a személyi jövedelemadó tükrében.”

„Boldog család – az öröm és a béke forrása” címmel a XV. Nemzetközi Családkongresszusra Zágrábban kerül sor 1989. október 12-15. között.

### **MÁV nagycsaládos kedvezménye**

Ha három vagy ennél több 18 éven aluli gyermek a szülővel (szüleivel) együtt utazik, a vasút a szülőket, valamint a negyedik és a többi 18 éven aluli gyermeket díjtalanul fuvarozza.

A három gyermek közül a 4 éven aluliak ha nem foglalnak külön ülőhelyet, díjmentesen utaznak. A 4 éven aluli, külön ülőhelyet elfoglaló, valamint a 4 éven felüli gyermekek az őket életkoruk, tanulmányi viszonyuk vagy egyéb jogcímen megillető kedvezmény alapján váltott menetjeggyel utazhatnak.

A díjmentes fuvarozás csak a család tagjaira vonatkozik. A vasút a családhoz tartozás igazolására a személyi igazolványt fogadja el. A nagycsaládosok díjmentes utazását a vasút bármely vonatnemen, de kizárólag a 2. kocsiosztályban vállalja. A díjfizetés nélkül utazó családtagok részére a személypénztárnál díjmentes menetjegyet (úrmenetjegyet) kell váltani.

A vasút a kedvezményre való jogosultság elbírálásánál mindig a család számára legkedvezőbb elszámolási lehetőséget alkalmazza.

„**Megismerkedéstől az eljegyzésig**” címmel házasságra felkészítő tanfolyamot indítottunk. *(Ezt „A megismerkedéstől a családalapításig” címmel a mai napig minden évben megtartjuk.)*

Meghirdettük az Őszi Találkozót, melyet ebben az esztendőben Pannonhalmán rendez meg a győri Família Nagycsaládos Egyesület.

### **A NOE Levelek 8. számából (1989. október 3.):**

A NOE érdekvédelmi feladatai közül legfőbb helyen továbbra is a személyi jövedelemadóval kapcsolatos problémák álltak.

### **Ezt hallottuk, ezt olvastuk**

Az MDF Beregi Szervezete több helyi lapban is propagálta a NOE felhívását az 1990-ben tervezett Család Kongresszusra.

„Az Új Ember 1989. június 11-i számában a Családi Tűzhely című rovatban hosszabb beszélgetés jelent meg Surján Lászlóval „Egészséges család – egészséges nemzet” címmel.”

Több tagtársunk helyteleníti a televízióban jelenleg folyó „Ki viszi át a szerelmet” című, szexuális neveléssel kapcsolatos sorozat szemléletét. Tiltakoznak annak tananyagá tétele ellen. Kérjük, hogy érvekkel alátámasztott írásos véleményét minél több család küldje el a sajtócsoporthoz, hiszen ezek birtokában lehet eredményes az Egyesület felépése.

Tisztelt Olvasóink!

Egyre több olyan kézirat érkezik a NOE LEVELEK címére, melyet szerzőik közlésre szántak, de azt mégsem tudjuk megjelentetni. Ennek egyik fő oka az, hogy a NOE LEVELEK nem folyóirat, nem újság, hanem a NOE vezetőségének rendszeres információs kiadványa minden egyesületi taghoz eljuttatott levél formájában. Ezért még a kifejezetten információs céllal készült írásokat is olykor-olykor erőteljesen meg kell rövidítenünk. Minden korlátozás ellenére törekszünk azonban arra, hogy leveleink többsége tükrözze az Egyesület alapvető célkitűzéseit is, nevezetesen

- „az élet és az anyaság tiszteletére nevelés, a házasságért és a jövő generációjáért érzett felelősség erősítése;
- a nagycsaládosok sajátos érdekeinek képviselete és szolgálata;
- felmutatni a társadalomnak azokat az értékeket, amelyeket a nagycsaládok képviselnek;
- a nagycsaládok egymást ismerő és segítő közösségekké szervezése.”

(Alapszabály 1. § 1. bekezdés)

Minden kéziratot, amely a fenti célkitűzéseknek megfelel és kellően rövid, köszönettel veszünk, egy ideig megőrizzük, és amikor a pusztán információs jellegű anyagon kívül marad egy kevés helyünk, egy-egy írást szívesen megjelentetünk. A kéziratok visszaküldését azonban nem vállaljuk.

Tisztelettel, Fórián Szabó Péter *(a NOE Levelek akkori szerkesztője)*

### **A NOE Levelek 9. számából (1989. október 28.):**

Ez a szám volt a közgyűlési szám, amelyben az Elméleti-Etikai Munkacsoport (vezetője: Bittsánszky Géza), az Oktatási Munkacsoport (vezetője: Lindmayer József), a Lakáspolitikai Munkacsoport (vezetője: Némethy Zoltán)

és a Szociálpolitikai Munkacsoport (vezetője: Morvayné Bajai Zsuzsanna) beszámolója olvasható, valamint rövid beszámoló jelent meg az anyagi források felkutatásáról. Beszámolt munkájáról a rendezvény-felelős Dr. Győry Attila, a szervezési kérdésekről, a sajtó munkáról és a kapcsolatokról Surján László írt összefoglalót. Ezekből a beszámolókból ollóztunk össze.

#### Anyagi források felkutatása

„Eredménytelenek voltak szívós erőfeszítéseink a Budapesti Közlekedési Vállalatnál, hogy tagságunk számára utazási kedvezményt, majd pedig a NOE működéséhez támogatást eszközöljünk ki.”

#### Az Oktatási Bizottság beszámolójából

„A szervezőmunka eredményeként július 8-án 230 szülő képviselőjében megalakult az Országos Családszövetség, elnökül Lindmayer Józsefet választották meg. Az Országos Családszövetség elsőrendű feladatának az iskolaszékek tevékenységének tisztázását, megszervezését tartja.”

#### A rendezvényfelelős beszámolója

„Tagjaink nem vagy nem eléggé figyelmesen olvassák el a NOE LEVELEK-et. Még a betartható határidőket sem veszik komolyan, ezzel jelentősen akadályozzák a szervezést.”

#### Szervezeti kérdések

„A NOE közvetlen tagsága 2700 család, a tagegyesületeké kb. 1000 család, ez mintegy 20-21.000 főt jelent. A NOE tagegyesületei és helyi csoportjai szinte az egész országot behálózzák. Minden megyében van legalább egy szervezetünk, s nagyvárosaink közül egyedül Debrecenben nem sikerült még csoportot formálni a tagokból.”

„Létre kellene hozni egy közvetítő hálózatot, azaz egy olyan munkacsoportot, amelynek minden tagja 1-3 helyi szervezettel többé-kevésbé állandó kapcsolatot tartana. Jelenleg azokról a csoportokról tudunk többet, illetve azok a csoportok jutnak több információhoz, amelyekben választmányi tag is van. Rendszeressé kell tenni a csoportvezetői megbeszéléseket, évente legalább 4 alkalommal.” *(Ekkor a helyi szervezetek vezetői még nem voltak automatikusan a Választmány tagjai.)*

„Mit tegyünk, ha elesettek, segítségre szorulóknak, nyilván-

valóan kapni és nem adni vágyók jelentkeznek? A NOE nem méltó saját eszméihez, ha nem néz szembe ezeknek a családoknak a problémáival. Nem biztos, hogy rendes tagság keretében kell velük foglalkozni, de az bizonyos, hogy segíteni kell rajtuk.”

„Jó lenne például, ha egyik helyi csoportunk elkezdene kidolgozni egy, a cigánysággal kapcsolatos NOE akció terveit.”

„Mindezek feltétele, hogy csoportjaink ne csak névleges csoportok legyenek, ruhaelosztó központok vagy baráti beszélgetési lehetőségek, hanem egyre több csoportban ébredjen fel a nemzet egészségéért, a családok jövőjéért érzett felelősség.”

#### A Titkárság beszámolójából

A titkárság látja el a beérkező levelek iktatását és az elintézt levelek lerakását, a titkárság „ügyeleti rendben” működik. *(Ekkor még nem volt alkalmazottja a NOE-nak, önkéntesek látták el az iroda működtetését.)*

Az adminisztratív tevékenység mellett az iroda látja el az ügyfélszolgálati feladatokat és a tagság számára készített körlevelek postázását. Ebben a munkában többen tiszteletre méltó módon vettek részt.

Ezúton is külön köszönjük azoknak a tagegyesületeknek és helyi csoportoknak a munkáját, akik a nagy példányszámú körlevelek postázásában segítettek, valamint a számítógépes munkacsoport munkáját, akik a laccímetek tartják nyilván.

#### A NOE a magyar sajtóban

Egyesületünkkel kapcsolatban a sajtó mérsékelt figyelmet tanúsít. Különböző akcióink többé-kevésbé megkapják a sajtónyilvánosságot. Folytatódta a tisztségviselőinkkel kapcsolatos interjúk. Új szín, hogy néhány csoportunk maga is ügyes sajtómunkába kezdett.

#### Külső kapcsolataink

Kapcsolatot alakítottunk ki a Kárpátaljai Magyar Kulturális Egyesülettel.

1988-1989-ben a NOE költségvetése 1.780.000 Ft, 1989-1990-ben a tervezett költségvetés 4.400.000 Ft volt.

ÖSSZEÁLLÍTOTTA: EGYED ÉVA

## HIRDETÉS

**Ózdon 260 m<sup>2</sup>-es, azonnal költözhető családi ház 830 m<sup>2</sup>-es parkosított kerttel eladó.** 5 szoba, 2 fürdőszoba, galériás nappali, szerelőaknás garázs, új nyílászárók, új gázkazán, új előtető. Az épület fiatal, kétszintes, a tetőtér beépíthető. Vegyes és gázfűtéssel is rendelkezik, három éve berendezve, lakatlanul áll. A környék kitzűnő, csendes és biztonságos, a közelben egy erdő található. Munkalehetőség is van a közelben!

Az ár 9 M Ft, csere is érdekel.

Érdeklődni lehet: [steklovits.adrienne@gmail.com](mailto:steklovits.adrienne@gmail.com)





Előző számunkban adtunk hírt a Családlánc megalakulásáról. Ehhez kapcsolódnak Sallay Teréznek, a Kárpát-medencei Családszervezetek Szövetsége elnökének alábbi gondolatai.

## CSALÁDLÁNC

Felemelő érzés volt május 11-én újra a Magyar Országgházban találkozni a Kárpát-medencei Családszervezetek Szövetségének képviselőivel a Családlánc megalakulása alkalmából. Eszembe jutott, hogy már több mint 13 év telt el azóta, amikor először voltam a Parlamentben, több felvidéki családdal együtt. A NOE által szervezett családkongresszus egyik kísérőprogramjaként látogattuk és csodálhattuk meg ezt a nagyszerű építményt. Azóta számomra az összetartozás egyik jelképe ez a hely, s tavaly, amikor a KCsSz megalakulásának 10. évfordulóját ünnepelhettük benne, azt hiszem, valamennyien ezt éreztük, és nagy meghatódottságot, hogy érdemesnek tartottak bennünket arra, hogy itt ünnepelhesünk.

Egy év elmúltával újra lehetőséget kaptunk, hogy e falak közül indítsuk útjára új programunkat, a Családláncot, amelynek célja, hogy minden családdal foglalkozó, családokat képviselő magyar szervezetet összefogjon a Kárpát-medencében és talán azon túl is. Támogatást kaptunk programunkhoz a kormányzat részéről is, és a biztató szavak és bizalmuk arra kötelez, hogy még nagyobb felelősséggel, igyekezettel próbáljuk megvalósítani terveinket. Jó érzés volt, hogy a KCsSz tagjain kívül több más szervezet lelkes képviselője is meg-



jelent és aláírta a nyilatkozatot. Bízom abban, hogy új kapcsolatok kiépítésével, közös programokkal sikerül közelebb hozni egymáshoz a családokat határokon kívül és belül. Nekünk, határon túliaknak pedig ezek a programok is segíthetnek megőrizni anyanyelvünket, kultúránkat, hagyományainkat, hiszen tudjuk, az identitás a családban dől el. Egymás kölcsönös megismerésével pedig remélem, hogy segíteni is tudunk egymásnak, biztatni és erőt adni. Eddigi tapasztalataink azt mutatják, hogy baráti kapcsolatok is kialakulnak, és nemcsak a határon túliak, de az anyaországban élők is sok új élménnyel gazdagodnak e kapcsolatok által.

A felvidéki nagycsaládosok nevében, de gondolom, a többi régió képviselői nevében is mondhatom, bízunk abban, hogy egy év múlva sokkal többen, sokkal bővebb képviseletben sikeres rendezvényekről, eredményes munkáról számolhatunk majd be, és a lánc erősödni és bővülni fog évről évre.

SALLAY TERÉZ  
FECSCHE –  
NAGYCSALÁDOSOK  
TÁRSULÁSA POZSONY





ŐSZI TALÁLKOZÓ

# NOE ŐSZI TALÁLKOZÓ

## Gyula, 2012. augusztus 25.



### PROGRAMOK

#### Színpad (2012. augusztus 25.)

- 9:30 Békéscsabai Grácia Mazsorett Együttes műsora  
 10:00 Megnyitó  
 10:20 Csurgó Zenekar gyermekműsora  
 11:00 Heian Karate Egyesület és a GYAKI karate bemutató  
 11:30 Kerecsényi Íjász Egyesület bemutatója  
 12:15 Öleljük át a várat!  
 13:00 Ebéd zenével  
 14:00 Döge Csaba és Kepenyés Pál zenés gyermekműsora  
 14:30 Zsótér Béláné népviseleti bemutatója  
 15:00 Harruckern Táncegyüttes műsora  
 15:30 Magyar Nemzetközi Vándor Bábszínház előadása  
 16:00 Fedezd fel Gyulát tudáspróba sorsolása  
 18:00 Erkel Ferenc Zeneiskola tanárai komolyzenei koncertje a Református templomban  
 20:00 Retro buli a várnál

#### Várkert:

Kézműves foglalkozás, mézeskalács díszítés, mézkóstolás, kolbászkóstolás, egészségstand, lovas kocsikázás, ugrálóvár. Délután játékos vetélkedő a résztvevő egyesületek között (*előzetes jelentkezés alapján, 12 fős csapatoknak*), tűzoltó-rendőrautó és motor bemutató.

#### NOE karszalaggal ingyenesen látogatható:

Gyulai Vár, Erkel Ferenc Emlékház, Ladics-ház, Kohán Képtár, Dürer Terem, Százéves Cukrászda (*amennyiben nincs fogyasztás*), Rádiótörténelmi kiállítás, Gyulai Pálinka Manufaktúra (*pálinka kóstolás nélkül!*). Városnéző kőrseta idegenvezetővel.

#### További lehetőségek:

**Térítésmentesen kölcsönözhető eszközök** (kerékpár és nordic-walking felszerelés) a Tourinform Irodában.

A Vár melletti csónakázótavon és az Élővíz csatornán vízibiciklizés 400 Ft/család/félóra

Német Nemzetiségi Gyűjtemény (Apor Vilmos tér 1., Erkel-házzal szemben) 400 Ft/család Kastélykiszonat a városban 300 Ft/fő, kastélylátogatással (Gyulavári kastély) 800 Ft/fő

### FAKULTATÍV PROGRAMOK

(ezek ára még tárgyalás alatt van)

#### **Csokikóstolás a Kézműves Cukrászdában**

- 10:30 - 11:10 óra között

#### **Városnézés kisonnattal (30 perc)**

- indul: 11:30, 12:30, 13:30, 16:30, 18:30

#### **Pálinkakóstolás a Gyulai Pálinka Manufaktúránál**

- 12:00 - 13:00 óra között 2.000 Ft/fő

#### **Hajóval a vadregényes Fekete-Körösön**

- indulás: 13:00, visszaérkezés: 17:30 és indulás: 15:30, visszaérkezés: 20:00

#### **Pósteleki Parkerdő meglátogatása, állatsimogatás**

- indulás: 14:00, visszaérkezés: 16:00

#### **Romantika-járat (hintóval vagy lovaskocsival a Fehér- és a Fekete-Körös összefolyásához)**

- indulás: 15:00, visszaérkezés: 16:30

#### **Gyulavári Kastély és a Körös-Maros Biofarm meglátogatása**

- indulás: 14:30, visszaérkezés: 17:00

#### **Várfürdő (Nyitva tartás: 8-20 óra), rendes jegyárak**

Felnőtt egész napos belépőjegy	2.150 Ft
Felnőtt belépőjegy napi kétszeri belépésre	2.390 Ft
Kedvezményes belépőjegy	1.790 Ft
Kedvezményes belépőjegy napi kétszeri belépésre	2.000 Ft
6 év alatti gyermekek részére díjmentes	
Családi jegy (2 felnőtt, 1 gyermek)	5.600 Ft
Családi kiegészítő (több gyermek esetén)/gyermek	1.650 Ft
17 óra után:	
Felnőtt fürdőbelépő	1.600 Ft
Nyugdíjas, diák és gyermek fürdőbelépő	1.350 Ft

Ezekből az árakból a **rendezvény karszalagja és a NOE tagsági igazolvány felmutatása mellett 30%-os kedvezmény kapható (akár mindhárom napon)!** A kedvezményt az éjszakai wellness fürdőzésre nem biztosítja a fürdő.

**Egyéb látnivalók a városban:** Ferences rendi romkert, Nagy Bambuszkert, Húsipari történelmi kiállítás, Evangélikus templom, Szent József-templom, Szent Miklós-katedrális, Kálvária apsziskápolna, Nádi Boldogasszony plébániatemplom, Baptista imaház.

A találkozóra lehet még jelentkezni, jelentkezési lapot a NOE Titkárságán lehet kérni. A jelentkezés visszaigazolásokor tájékoztatunk a szervezett étkezés lehetőségéről is, ehhez előzetes rendelésre van szükség, ezt Benedek Szilvia régiós titkárunknak kell elküldeni. További kérdésekkel Benedek Szilviához vagy a NOE Titkárságán Balogh Mária-hoz (06-1-2350-945) lehet fordulni.

**Mindenkit szeretettel várunk, gyertek el, és érezzük jól magunkat együtt minél többen!**

## FELHÍVÁS

### Varga Domokos Nagycsaládos Közéleti Kollégium

Kedves Családok!

Szeretnénk emlékeztetni benneteket, hogy **2012. szeptember 10-ig lehet jelentkezni a Varga Domokos Nagycsaládos Közéleti Kollégium képzésére.**

Olyan fiatal, többgyermekes szülőket vagy NOE-s családok fiataljait várjuk a szemináriumra, akik

- fontos és követendő értékek tartják a hagyományos családmódellet,
- tudatosan töreksenek arra, hogy ezt az értéket a közéletben, a mindennapokban is képviseljék,

- részt kívánnak venni a közügyekben.

A kétéves kurzus célja a házasság, a család, a gyermekvállalás közéletben betöltött szerepének erősítése. A résztvevők a Lakiteleki Népfőiskolán nyolc bentlakásos hétvégén, a közbeeső két nyáron pedig egyhetes tábor keretében elméleti és gyakorlati jellegű előadásokon, intenzív, interaktív, kiscsoportos, munkakészséget fejlesztő gyakorlatokon foglalkoznak a család témakörrel különböző vonatkozásokban.

**A képzés vezetői:** *Lezsák Sándor és Kardosné Gyurkó Katalin.*



Jelentkezési cím:

e-mail: [kata.gyurko@gmail.com](mailto:kata.gyurko@gmail.com) (tárgy: Nagycsaládos Kollégium, jelentkezés)  
levél: Kardosné Gyurkó Katalin, Nagycsaládosok Országos Egyesülete, 1056 Budapest, Március 15. tér 8.

További információ és letölthető jelentkezési lap a NOE honlapján ([www.noe.hu](http://www.noe.hu)) található.

Minden érdeklődőt szeretettel várunk!

*Kardosné Gyurkó Katalin*

## HELYI SZERVEZETEINK ÉLETÉBŐL

### Meggyfesztyiválon a Vajdaságban a dunaszentgyörgyi nagycsaládosok



A Nagycsaládosok Dunaszentgyörgyi Egyesületéből 25 fős csoporttal vettünk részt a Falunap és Meggyfeszty napok ez évi rendezvényein Bácsfeketehelyen, a „Katicabogár” Nagycsaládos Egyesület meghívására.

Június 7-én, szombaton egész napos rendezvénysorozat várta a településre látogatókat. A művelődési házban termékbemutatót, kézimunka- és rajzkiállítás, valamint falvédő- és babakiállítást lehetett megtekinteni. A strandon a reggeli órától bagdulyásfőző-verseny kezdődött, és emellett kézműves kirakodóvásár is volt. Bemutakoztak vállalkozók, civil szervezetek és a község idegenforgalmi szervezete, de volt még csocsóbajnokság, íjászbemutató, körhinta, ugrálóvár, játszóház, kisautók, meggyfeszty verseny és még sokféle szórakozási lehetőség.

Nagycsaládos csapatunk a közösen elköltött finom ebéd után a városi népünnepélyre látogatott, ahol Szakács János meghívására a Gazdakör sátránál kellemes beszélgetés mellett részesültünk vendéglátásban Krizsán Vilmos és felesége, Dóra asszony társaságában. A délután folyamán a csoportunk egy része Losonczy Ferenc gazdálkodó házához nyert meghívást, ahol megtekintettük a család háza táját, és sűrű kínálgatás mellett ismerkedtünk vendégek és vendéglátók.



A színházteremben 18 órától színes kulturális műsor várta az érdeklődőket, este zenés utcabál és tűzijáték zárta a programot.

Hálásan köszönjük a kitűnő vendéglátást Pál Eszter elnök asszonynak, Bojtos Bélának, a helyi közösség tanácselnökének, valamint a rendezvények valamennyi rendezőjének. Gratulálunk a magas színvonalú szervezéshez! Nagyon jól éreztük magunkat, viszontvárjuk a „Katicabogár” Nagycsaládos Egyesületet, a bácsfeketehelyieket minél előbb Dunaszentgyörgyön!

**MAJOR BALÁZS**



## Gyermeknap Iváncsán

Az idei gyermeknapot az adonyi kőgátnál töltöttük. A Faluháztól indulva lekerekeztünk a Duna-parthoz. Letelepeltünk a plédjeinkre, s rövid pihenő után elkezdődtek a tervezett programok.

Először ügyességi feladatokban próbálhatták ki magukat a gyerekek és a felnőttek. Négy csapat állt össze, volt könnyvel a fejen sétálás, vízholdás kiskanállal, bekötött szemmel kislabdakeresés stb., mindez sok-sok nevetéssel. Majd a házaspárbaj következett. Ez a játék megmutatta, mennyire ismerjük a párunkat, és mennyire elsiklunk az apró dolgok felett, pedig nagyon fontosak. Egy biztos, a nevetés itt sem maradt el. Mivel kellően megéheztünk, kez-

detét vette a szalonnasütés. A jóízű falatozás után a gyerekek liszt-só gyurmáztak és szélforgókat készítettek. Játékokkal, csokival, lufival, buborékfújóval is kedveskedtünk a gyerekeknek.

Csapatépítő játékokra is sor került. Ötletes, eddig ismeretlen játékok adták továbbra is a jó hangulatot. Mivel a Duna-parton voltunk, zárásként lesétáltunk a Nagy-Dunához, ahol a gyerekek legszívesebben belegyalogoltak volna a vízbe. Nagyon kellemes nap volt. Még az idő is megajándékozott bennünket a Nap meleg sugaraival.

HAJDU ZOLTÁNNÉ ELNÖK





## Egyik szemem sír, a másik... (néha zokog, néha nevet)



A közelmúltban a kolozsvári Életfa Egyesület 6. gyermek-napi rendezvényén volt szerencsém részt venni a NOE delegáltjaként.

Forgalomkorlátozás miatt egy kis késésben voltam, és azzal egyáltalán nem számoltam, hogy parkolóhelyet még nehezebb volt találni, mint Budapesten. Viszont olyan érzésem volt, mint annál a bizonyos gyermekjátéknál, amelyiknél az eldugott tárgy keresésében a „langyos, langyos, meleg, meleg, forró, forró” szavakkal kalauzolják a keresőt. Ahogy közeledtem a rendezvény helyszínéhez, szinte csak magyar szót lehetett hallani a hatalmas tömegben. Ez nagyon jóleső érzéssel töltött el. Valóban tömegről beszélhetek, hiszen a rendezvény az egyetemi városrész kellős közepén, a Bolyai Líceumban került megrendezésre, az egyetem épületeiben pedig éppen a ballagási ünnepségek zajlottak.



Az is fűszerezte a dolgot, hogy a közeledő helyhatósági választások miatt más szervezetek is ekkorra időzítették kissé kampányszagú programjaikat, ráadásul a közelben. Így tehát megoszlott a tömeg. Ennek ellenére az Életfa rendezvényén, a líceum udvarán alig lehetett mozdulni. A színpadon egymást érték a népzenei előadások. Élő zenei kíséret, hangos, tiszta gyermekének. És ettől én máris „elájultam”.

Ének-zene szakos tanárként minden évben megnézek a gyerekekkel egy amerikai játékfilmet (Dallamok szárnyán), amelyben a főhős, egy egyetemi zenetanár kiszakad a városból, s meglátogatja tanítónő hűgát egy eldugott hegyi falucskában (100 éve). Ott döbben rá arra, hogy a több száz éves dallamok hogyan őrződtek meg egy olyan közösségben, ahol azok értéknek számítanak.

Kissé paradox helyzetben éreztem magam. Falun élő tanáremberként kellett hason-

ló helyzettel szembenéznem. A nagyvárosban egy sor, eddig általam sosem hallott csodaszép dalt hallottam csengő hangú gyermekek tolmácsolásában. S ami még rátett, az anyukák, apukák együtt énekeltek gyermekeikkel.

Hogy mi hova fejlődtünk?! Először is kiöntöttük a fürdővízzel a gyereket, s most kiskanállal próbáljuk visszamerni a vizet. Viszont sok gyermek egészséges lelki nevelését már nem tudjuk visszacsinálni. Kodály szerint a kisgyermeknek minél hamarabb olyan zenei impulzusban kell részesülnie, ami egy életen át elkíséri. Hát megkapja! Nagy decibelen, ovidiszko formájában. Otthon meg „Szól a rádió...” Az anyák nem nagyon énekelnek a gyerekeknek (ezt minden évben megkérdem a feljövő ötödikeseimtől). Nem számít, hogy az óvó- és tanító néni esetleg hamisan énekel (már nem feltétel az alkalmassági vizsgán a tiszta hallás). Az a heti egy! énekóra valahogy lemegy, ráadásul annyi elintézni való van egy ilyen órán, hiszen az osztályfőnöki órák számát is redukálták. És különben is ciki az éneklés! – mondta minap egy ballagó nyolcadikosom.



Hát Kolozsváron nem volt ciki! Felemelő volt hallani, látni a sok lelkes résztvevőt. S ami rátett, az esti záró program. A sepsiszentgyörgyi Folker együttes koncertként meghirdetett műsora nem volt egyéb, mint egy néptánc-óra. De abból a legkiválóbb. Egy maguk-szótte történetbe csempeszték bele a néptánc legalapvetőbb lépéseit. A bő egyórás program egy pillanat alatt telt el.

Hálás vagyok a szervezőknek, Katinak, Julinak, Editnek és Mihály Paliéknak (Folker), hogy egy gyönyörű emlékekkel lettem gazdagabb.

VÁRI FERENC  
(KONDOROS)

## ★ *Tavaszi zsongás a Pilisilen Egyesületben*

Nagycsaládos egyesületünk régen jelentkezett az újságban, de a csendesebb időszakban sem tétlenkedtünk. Április 20-án közgyűlést tartottunk. Itt a 2011. évi mérleg és a közhasznúsági jelentés elfogadása után vezetőséget választottunk, valamint előkészültünk a majális délelőttjének gyerekprogramjára, illetve a május 26-án tartandó Gyermeknapra.



Egyesületünk programjaiból sosem hiányozhat Korok Fatiménk kézműves és egyéb szórakoztató foglalkozása, melyre mindig már hetekkel a rendezvények előtt felkészül. Élénkzöld pólójában minden kicsi megtalálta, hogy segítséget kérjen, vagy éppen nyeremény buborékfújót, nyalókát kaphasson. Nem csak Fatime, hanem egész családja és baráti köre aktív segítője programjainknak, jól szervezett és felkészült csapatával nincs olyan problémás helyzet, melyet azonnal ne tudnának orvosolni. Ezen a napon az időjárás is velünk volt, nem volt szükség elbújni a borsóvárépítéshez. A gyerekek fantáziája kimeríthetetlen, borsóházak és borsóemberkékek is készültek, melyekért szintén díjazás járt. A műfüves futballpálya sem maradt üresen, maguktól szerveződő csapatok vívtak küzdelmet rajta. A Villa előtti aszfalton szebbnél szebb krétarajzok készültek. 16 órakor megérkeztek a lovasok, a bátrabbak lóra is pattanhattak.

Egyesületi forrásainkat kiegészítve a Pilisszentiváni Kulturális Közalapítvány volt a fő támogatónk, köszönet a kuratóriumnak, hogy segítségükkel még színvonalasabb és színesebb programot tudtunk nyújtani. Nagyon hálásak vagyunk a cserkészeknek, akik profik a sátrak felállításában és elbontásában, valamint padokkal és aszta-

Mosolygó arcok jellemezték a Pünkösöd előtti napon tartott gyermeknap rendezvényünket. 11 órakor az iskolában a Négyszögletű Kerek Erdő mesedarabot nézhették meg az érdeklődők, majd 12 órakor tűzoltóautón gurultunk át a focipályára. Nagy öröm volt látni csillogó szemű gyerekeinket, ahogy futva rohamozzák meg a piros tűzoltóautókat. Ezúton is szeretném megköszönni Bodnár Ferinek és tűzoltótársainak, hogy rendelkezésünkre álltak, és az utolsó gyereket is bevárva többszöri fordulóval tették meg a sportpályáig az utat. Itt alkalom nyílt a lurkók számára, hogy kitombolják magukat: ugrálóvár, trambulín, szumó birkózás várta a nagyobbakat, a kicsiket pedig fakörhinta és hagyományörző ügyességi játékok szórakoztatták.



lokkal segítettek ki minket. Köszönet illeti a sportegyesületet, mivel biztosították a helyszínt, illetve rendezett környezettel támogatták a program megvalósítását.

Össességében elmondhatjuk, hogy ezen a rendezvényen is megfelelően helytálltunk, sok-sok gyereknek szereztünk jó szórakozást, vidám programot.

Eredményességünket mi sem bizonyítja jobban, mint három új nagycsalád csatlakozása az egyesülethez.

GRÉGER ILDIKÓ

## Boldog születésnapot, NSZE!

### 20 éves lett a Nagycsaládosok Szentendrei Egyesülete

Idén június 9-én, szombaton a szentendrei Dunaparti Művelődési Ház kertjében ünnepeltük egyesületünk fennállásának 20. évfordulóját.

Zavaros világunkban 20 év még egy házasságban is sok, nemhogy egy egyesület életében! Éppen ezért rendkívül büszke voltam és vagyok, hogy a mi egyesületünk megérthette ezt a napot. Visszatekintve akár egy egész könyvet megtölthetnék azokkal az élményekkel, tapasztalatokkal, örömmel, bánattal, amelyeket átéltem. Egy biztos, nem csinálnék semmit sem másként, és ahogy Edith Piaf is énekl, tényleg semmit sem bánok!

énekelni kezdtek, így adva alapot és kíséretet a lábuk járta kopogósoknak.

Főfogásként Bencsai Rebeka ékesen szóló furulyaszólóját hallhattuk, majd a Szentendrei Kulturális Egyesület szakmai vezetője, Juhász Károly színművész olvasott egy mesét Benedek Elektől. A hatalmas, igazi mesemondó fotelt körbeülték a gyerekek, és képzeletben együtt száguldottak a fabula szárnyán a mesék birodalmába. A sorban a következő fogás az anyukák tapsrondó előadása volt, melyet többhetes péntek esténi gyakori gyakorlás eredményeként csodálhattunk meg. Ezt követte az Aikido



Tűz nélkül állíthatom, hogy a megemlékezés pazarul sikerült. Röviden azért, mert a bográcban főtt babgulyás az utolsó cseppig elfogyott, mert az ünnepi tortából csak a gyerekek szája körül maradt néhány morzsa, mert ott volt Kacagás és Móka is kéz a kézben, és mert érezhető volt, hogy tényleg összetartozunk.



Hosszabban pedig azért, amit alább olvashattok:

A kék és sárga lufik (Szentendre színei) boldogan fickándoztak kifeszített köteleiken, a hangulat idillikus voltát pedig csak emelték a napsugarak, melyek minden résztvevőt megcirógattak. Már hajnali 7 órakor a tett helyszínén voltunk, hogy feldíszítsunk mindent és előkészítsük a terepet. A bográcban több mint száz emberre főztünk, és a programok között mindenki megtalálta a számára legélvezetesebbet. Személy szerint én nem tudtam választani, mohóságomban végighabzoltam az egész menüt. Előételnek a profizmusáról híres Csillagszeműek Táncegyüttes előadását. Csak úgy forogtak a piros szoknyák kifehéritett alsóbb társaik felett. Még a technika ördöge sem tudta megcsúfolni a táncosokat: amikor a zene egy időre elhallgatott, a lányok gyakorlott hangon



bemutató. A tradicionális alapokra épülő modern japán harcművészet, az aikido teljesen elvarázsolt. A harcosok mozdulatain látszott a keménység, a „harcedzettség”, ugyanakkor mozdulataik finomsága szin-

te a táncot juttatta eszembe. Még a kisgyerekeket is lenyűgözte, hiszen a bemutatóban hozzájuk hasonló picik is felöltötték a fehér ruhát.

Desszertnek az apukák vetélkedőjét izgulhattuk végig, ahol a humor és a jókedv hamar a tetőfokára hágott. A furfangos ügyességi feladatok közül az egyik leglátványosabb az volt, amikor befőttesgumival kellett a családfőnek eltalálniuk a jó magasra feltornyozott sörösdobozokat. A nap végén a rendezvényünk támogatója, a Magyar Élelmiszerbank Egyesület jóvoltából minden résztvevő kapott tic-tac-ot, joghurtot, csokit, kekszet, konzerveket és krumplifőzelék készítéséhez való port. Egyszóval csúcscsúper volt a június 9-i, napsugaras 20. születésnap.

BOGÁTNÉ SCHÜTZ GABRIELLA  
FOTÓK: PÁLINKÁS ANNA ÉS OSOHA LÁSZLÓ

## Használt áruk gazdacseréje a mosonmagyaróvári Karitatív Raktárban

A mosonmagyaróvári Életfa Egyesület vezetőségének nem volt elég gondja, ezért kitaláltunk magunknak egyet. Még tavaly ősszel, amikor egy hatalmas raktárban az Élelmiszerbank Egyesület adományát osztottuk a város rászorulóinak, az egyik önkéntes megjegyezte, hogy a pincéje tele van felesleges bútorttal, milyen jó lenne, ha például ebben a raktárban helyezhetné el, és innen elvihetné, akinek szüksége van rá. Ez az ártatlannak tűnő mondat aztán elkezdett motoszkálni, lassan növekedett, és idén tavasszal megszületett belőle egy Karitatív Raktárnak nevezett szociális szolgáltatás.

Az önkormányzattól kaptunk hozzá helyiséget, és meghirdettük különböző fórumokon (újságok, rádió), hogy várjuk a feleslegessé vált, de használható bútorokat, háztartási cikkeket, gyerekneveléshez hasznos dolgokat, egyszerűen mindent, „ami neked valamiért már nem kell, de másnak még jól jöhet”. Természetesen a dologban nincs szó pénzről, aki adja, nem kap érte, és aki viszi, nem fizet érte semmit. Jöttek is szépen a felajánlások és a kérések is, és ekkor rá kellett döbbernünk, hogy kissé naivak voltunk, amikor azt kértük, hogy a felajánlásokat lehetőleg juttassák el az adományozók a raktárba. Természetesen akadt kivétel, aki a szomszéd faluból beszállította a szekrényoszt a saját költségén, de a többség (belátjuk, némileg jogosan), elvárja, hogy ha már ad valamit, ne kelljen még fizetnie is érte. Sajnos, cégek sem álltak sorba, hogy majd ők segítenek autóval, rakodóval, így pillanatnyilag azt a megoldást találtuk ki, hogy megpróbálunk pénzbeli adományokat kérni a raktár működtetéséhez, és a szállításokat ebből megszervezni. Ha kisebb dologról



van szó, akkor azt megoldjuk magunk saját kocsival, utánfutóval (természetesen önkéntes munkaként és térítés nélkül), ha nagyobb mennyiséget kapunk, akkor a pénz-adományokból meg tudjuk oldani a szállítást erre szakosodott céggel (az elmúlt héten nagyjából három szobányi bútort és egyéb dolgot kaptunk zongorástól, ezt például csak profi költöztető céggel tudtuk a raktárba szállíttatni).

Az a tapasztalatunk, hogy van igény a holmik ilyen jellegű „gadcseréjére”, és igaz, hogy sok munkával és szervezéssel jár, de amíg vannak adományok és vannak kérések, addig szívesen csináljuk.

LAUER KATALIN,  
ÉLETFÁ EGYESÜLET

### INTERJÚ

## Kiss Márta, a csapatépítő

**Kiss Márta a NOE elnökségének (megszakítással) a harmadik ciklusban tagja. Csoportvezetőként kezdte, ma pedig már ő szervezi az Egyesület vezetőképzőjét. Több bizottságban tevékenykedett, tevékenykedik most is. A magánéletben mérnök. Hat gyermeke és négy unokája van.**

*- Hogyan ismerkedtél meg a NOE-val, és miért döntöttél úgy, hogy Te is belépsz?*

- Egy ismerősömtől hallottam az egyesületről. Elsőre nem látszott túl izgalmasnak, mégis érdekelt, mert a családomról szólt és a családok érdekében akart tenni. Gyesen voltam otthon a negyedik és az ötödik gyermekemmel, közösségre vágytam, többre, mint a játszótéri beszélgetések. Úgy éreztem, jó lenne valakivel megbeszélni a nagycsaládos élet nehézségeit is, például hogy lehet egyszerre három gyerekre figyelni, kettőt betenni

egy babakocsiba, vagy télen a kicsiket sorban öltöztetni, a rengeteg kis zokni párját megtalálni... Hogy növeszthetnék több kezét ezekhez a feladatokhoz?

*- Te magad ezek szerint nem nagycsaládból származol...*

- Nem, egy öcsém van, de érdekes, neki is négy gyermeke lett.

*- Hogyan lettél aktív tagja a NOE-nak, olyan, aki részt vesz a szervezésben, szakértői munkában, önkéntes pozíciót vállal?*

- Eleinte csak a NOE Levelek olvasása jelentette, hogy tag vagyok, és néha egy telefon az egyesületből, hogy például kaptunk egy kanna szójaolajat. 1996-ban Szabó Bandi kért tőlem segítséget a XVIII. kerületi Szent Lőrinc nagycsaládos csoport szervezéséhez. Végül úgy alakult, hogy rám bízta a csoport vezetését. Szilvay Panni néni - aki a kerületünkben élő kilencgyerekes édesanyja és

„Ősrégi” NOE-tag – azt mondta: „Meglátod, élvezni fogod, ez gyönyörű munka!” És igaza lett! Élénk kis csoport lett a miénk, mindig történt nálunk valami. Nem fogom elfelejteni az éjszakába nyúló beszélgetéseket, a sokféle emberi sorsot, amit mások megosztottak velem. Hamar munkás kis közösség, a kerületi élet meghatározó szervezete lettünk. Nagyon jó volt megtapasztalni a közös érdeklődést, a hasonló problémákat és a közös terveket. Ez alapozta meg, hogy ma is szívesen veszek részt a kerületi egyesületünk életében és munkájában. Úgy hiszem, a közös munka eredményeként kaptam meghívást, hogy időnként képviseljem a NOE-t, majd később az országos egyesület elnökségének a munkájába is bekapcsolódjak.

– *A családotod kezdettől fogva támogatta az egyesületi munkádban?*



– Nem mondom, hogy repeszek a boldogságtól, amikor kiderült, igazából még magam sem tudtam pontosan, mire vállalkoztam, de a férjem elfogadó természet, és ha nem is mindig értünk egyet, általában támogat abban, ami számomra fontos.

– *Elég régóta vagy az egyesületben, hogy érzed, mit adott neked a NOE az évek során?*

– Lehetőséget kaptam, hogy olyan emberekkel találkozzam, akik hozzám hasonlóan gondolkodnak, azonos értékrendet vallanak, számukra is elsődleges a család, a gyerekek. Ez minden NOE-sban közös, és ez nagy dolog manapság. Élményekben volt részem, amiket együtt élhettünk át, és amelyek segítettek megérteni egymást, értékelni a velünk történeteket. Sok mindent tanultam, tanulok ma is másoktól. Közösséget adott nekem az egyesület, mert bárhol másutt voltam, mindig kilógtam a sorból a magam népes családjával, csak itt nem. Ezt nagyon fontosnak érzem. Csapatjátékosok vagyunk, megértenek, szeretnek és segítenek, ha szükség van rá. Bárhol megszorultam az országban vagy valamilyen gondom támadt, a NOE-s kapcsolatok mindig kíségtettek. De ez fordítva is igaz, én is szívesen segítek másoknak. Számítanak rám és számon tartanak, ami nagyon jó érzés.

– *Van kedvenc NOE-s történeted, emléked?*

– A csoportunk megalakulása után pár hónappal történt, hogy karácsony előtt bábot készítettünk a gyerekeinknek ajándékba. Varrogatás közben beszélgettünk az ünnepről, buzgón tárgyaltuk a menüt, mindenki sorolta a finomságokat, csak az egyik anyuka, nevezzük most Andinak, hallgatott közöttünk szomorkás mosollyal az ajkán. Csendes természetűnek ismertem, de azért halkán őt is megkérdeztem, náluk mi lesz a menü? – Még nem döntöttem – válaszolta. – De mégis, mi jöhet szóba? – próbáltam tovább faggatózni. – Hát, nem tudom pontosan – mondta ő lehajtott fejjel – paprikás krumpli biztos lesz, de hogy bele mi kerül, az még kérdéses.

Elakadt a lélegzetem. Addigi életemben csak Móránovellákban, Móricz-regényekben fordult elő, hogy valaki karácsonykor ne finomságok között válogatott volna. Andiék hét gyermeket neveltek otthon, három saját gyermekük mellett jutott szeretet négy nevelt gyerek számára is. Elfacsarodott a szívem. Gyors e-mailezésbe kezdtem, nálunk gyűjtöttük a családnak szánt ajándékokat. Nagyon jó érzés volt látni a csapatot – mert csoportból csapatá változtatott minket a közös cél, a mások szép karácsonyáért való igyekezet! Mindenki megmozdult, s ha csak egy kiló cukrot, de hozott valamit. Egy kisfiú elhozta vadonatújnak látszó kedvenc autóját, sugárzó szemekkel, és olyan autópálya-rendszert, hogy a gyerekeim azért könyörögtek, csak egy kicsit megtarthassanak maguknak belőle. Sok játék, élel-

miszer, finomság gyűlt össze. Többen borítékot is „csomagoltak” az élelem mellé. A szobánknak majdnem a fele megtelt a szeretet ajándékaival. Karácsony előtt pár nappal megkértem Andit, jöjjön el hozzánk. Amikor belépett, azt hitte, költözködünk... Sírva fakadt, amikor mondtuk neki, hogy az a sok minden, ami majdnem az egész szobát beteríti, mind az övék. Csak potyogtak, potyogtak a könnyei, csendesen rázta a zokogás. Még soha nem volt ilyen karácsonyunk! A gyerekeim némán kukucskáltak az ajtó mögül, este pedig mindegyik módot talált rá, hogy odasúgja nekem: anya, mégis jó, hogy odaadtuk azt az autópályát! Azt hiszem, ez a történet lett NOE-s létem meghatározója.

– *Mit üzensz a családoknak?*

– Nagyon büszke vagyok, hogy ennek a bátor és szerető csapatnak – a bátor anyák és apák egyesületének – tagja lehetek. Bármit hoz is az élet, a nagycsaládosoknál reménykedőbb embereket nem ismerek: hisz csak az vállal gyereket, aki hisz a jövőben!

AZ INTERJÚT KÉSZÍTETTE:

TÖLGYES ESZTER

# Ámitógép vagy Számítógép?

– Gyermekünk védelme a digitális világban – 3. rész

## I. Az Internet Hotline eljárási lehetőségei

Az Internet Hotline tevékenységét nem hatósági eljárás-ként, hanem a társadalmi felelősségvállalás jegyében végzi. Az Internet Hotline, illetve az azt üzemeltető Nemzeti Média- és Hírközlési Hatóság jogellenes tartalom esetében törlésre, illetve a kiskorúakra káros tartalomra való figyelemfelhívásra kötelezni senkit nem tud, mivel nem rendelkezik erre vonatkozó törvényi felhatalmazással. Hatósági jogköre ugyanis az NMHH-nak csak az úgynevezett média-tartalmak (pl. internetes újságok) esetén van.

Az elektronikus kereskedelmi szolgáltatások, valamint az információs társadalommal összefüggő szolgáltatások egyes kérdéseiről szóló 2001. évi CVIII. törvény 7. §-a szerint a szolgáltató (tartalomszolgáltató) felel az általa rendelkezésre bocsátott, jogszabályba ütköző tartalmú információért. A 10. § szerint pedig a tárhelyszolgáltató akkor nem felel a nála tárolt információért, ha nincs tudomása az információval kapcsolatos jogellenes magatartásról vagy arról, hogy az információ bárkinek a jogát vagy jogos érdekét sérti, és amint az információ jogsértő voltáról tudomást szerzett, haladéktalanul intézkedik az információ eltávolításáról, vagy a hozzáférést nem biztosítja.

Az Internet Hotline a fentiek szerint annyit tehet, hogy értesíti a tartalomszolgáltatót, illetve ennek elérhetőségének hiányában a tárhelyszolgáltatót arról, hogy az általa szolgáltatott információban jogsértő vagy arra felhasználható (pl. pedofília utaló) adat vagy adatok vannak. Ez egyúttal felhívja a szolgáltató figyelmét arra, hogy ha a panaszolt adatokat nem távolítja el, akkor felelőssé válik. Az Internet Hotline külföldi szervezeteket is fel szokott szólítani a törlésre. Ha a jogsértő tartalom bűncselekményt vagy annak előkészületét is megvalósíthatja, akkor a rendőrséget is értesíti az Internet Hotline.

Az Internet Hotline eljárásában szoros kapcsolatban áll az International Association Of Internet Hotlines (INHOPE) nevű nemzetközi szervezettel, amelynek 2012 májusa óta tagja is. Az INHOPE azért jött létre, hogy tagszervezetei munkájának összehangolásával harcoljon az online pedofil tartalmak ellen. Ez a gyakorlatban azt jelenti, hogy amennyiben egy hotline szervezet egy külföldi szerveren található pedofil tartalomról kap bejelentést, úgy nem közvetlenül keresi meg a tartalom tárhelyszolgáltatóját, hanem a szerver országában található INHOPE tagszervezethez fordul. A saját országában a tagszervezet nagyobb sikerrel tudja elindítani a szükséges büntetőeljárást, illetve a tárhelyszolgáltatót rábírní a pedofil tartalom törlésére.



## II. Technikai és gyakorlati tanácsok a biztonságosabb internetezéshez

- **Gyermekvédelmi szűrőszoftverek alkalmazása:** a megfelelő gyermekvédelmi szűrőszoftver nagy segítséget jelent a gyermekek megóvásában az online világ jogellenes és káros tartalmaitól. E szűrőszoftverek a gyermekeket nem engedik hozzáférni az e programok által káros tartalomnak kategorizált honlapokhoz (alapbeállításokként általában a pornográf tartalmakhoz), illetve a szülő is beállíthatja kulcsszavak megadásával, hogy gyermeke milyen jellegű honlapokhoz ne férhessen hozzá. Több program figyelmeztetést is küld a szülőnek, ha a gyermek valamilyen tartalmat próbál a világhálóra feltölteni, például képeket magáról. Gyermekvédelmi szoftverekre a Google vagy más keresőszoftverekkel bukkanhat, az egyik hazai fejlesztésű program elérhető a <http://biztonsagosbongesz.hu/hu/> címen.

- **A személyes adatok védelme:**

Hívjuk fel gyermekeink figyelmét személyes adataik biztonságos kezelésére! A közösségi oldalak használata esetén hangsúlyozzuk számukra profiljuk megfelelő adatvédelmi beállításait! Megfelelő adatvédelmi beállítás esetén a gyermek adatai csak ismerőseivel kerülnek megosztásra, azt nem láthatja bárki. A közösségi oldalak adatvédelmét könnyen, átlátható módon lehet beállítani ezen oldalak megfelelő adminisztrációs felületein.

- **A biztonságos jelszó:** A biztonságos jelszó legyen minimum 14 karakter, és lehetőleg számokat és betűket is tartalmazzon! Hogyan képezhet biztonságos jelszót? Könnyen megjegyezhető verssorok vagy közmondások szavainak kezdőbetűit leírva máris kapunk egy bonyolultnak tűnő jelszót: Jobb ma egy veréb, mint holnap egy tűzok =Jm1vmh1t Ha nem elég hosszú az így képzett szó, akkor vagy írjuk be duplán: Jm1vmh1t Jm1vmh1t, vagy attól függően változtassuk a jelszó második felét, hogy milyen szolgáltatásra használjuk, például: Jm1vmh1tFacebook.

- **A csevegőszolgáltatások (chat) biztonságos használata:** Gyermeünk legyen tisztában a chat veszélyeivel! Személyes adatokat ezen a kommunikációs csatornán is csak családtagoknak, közeli barátoknak adjon ki! Csak közeli ismerős esetében használjon webkamerát, mert ezzel magáról és a családról is megoszthat képeket!

- **Vírusvédelem, kéretlen elektronikus levelek:** A gyermek legyen tisztában a vírusvédelem fontosságával, tudja használni a telepített vírusvédelmi programok alapvető szolgáltatásait (pl. ellenőrzés lefuttatása), illetve ne nyisson meg kéretlen elektronikus levélben (spam) kapott tartalmakat!

- **Online eszközök használata:** A gyermek tudja, hogy nem csak számítógéppel tud a világhálóra csatlakozni, hanem alkalmas lehet erre a notebook, táblagép, mobiltelefon, okostelefon, játékkonzol, televízió, videokamera, fényképezőgép is! Ennek megfelelően ezeken az eszközökön is megjelenhetnek az online világ e cikksorozatban tárgyalt veszélyei.
- **A gyermekeknek való online tartalmak:** A világhálón számos olyan honlap található, amely kifejezetten a gyermekeknek való tartalmakat kínál (mesekönyvek, mesefilmek, játékos fejtörők stb.). Érdemes ezen oldalakat gyermekeink figyelmébe ajánlani. Ilyen jellegű magyar tartalmakat kínál például az [egyszervolt.hu](http://egyszervolt.hu) portál.

### III. Záró gondolatok

Ez a cikk azzal a céllal íródott, hogy felhívja a szülők figyelmét a digitális világból a gyermekekre leselkedő veszélyekre, ugyanakkor újból fontos hangsúlyozni, hogy az infokommunikáció világa sokkal több pozitív és kiaknázandó lehetőséget rejt magában, mint amennyi veszéllyel jár! Erre tekintettel a felelős szülő célja az lehet, hogy gyermekéből tudatos és felelős internethasználó polgárt neveljen.

DR. NÉMETH GÁBOR  
INTERNET HOTLINE VEZETŐ  
NEMZETI MÉDIA- ÉS HÍRKÖZLÉSI HATÓSÁG

## CSALÁDI ÉLET

### „Szeretet(tan)folyam”

## Hogyan tökéletesedjünk a szeretetben?

Három év van köztem és az öcsém között, akit nevezzünk most Hubának. Ez a három év korkülönbség gyerekként igen soknak számított. Kevesebb mára sem lett, de negyven felé tulajdonképpen már elhanyagolható. Gyerekkorunkban Huba kistestvérnek nagy volt, barátunk kicsi, így sokáig nem tudtam mit kezdeni vele. Mára a fülemben cseng szüleim unalomig ismételt intelme: „Vigyázz Hubára!”, „Hubán a két szemed!”... Visszatekintve a feladat már-már atyai volt. A felelősség annyira belém ivódott, hogy felnőtté válva nehezen tudtam elengedni őt, pedig ez jellemzően nem a báty osztályrésze.

Bár értékrendünk, ízlésünk sok téren egyezik, életünk jó tíz éve még meglehetősen más nyomon futott. Feleségemmel kortársainkhoz képest korán összeházasodtunk, gyerekeket vállaltunk, otthont teremtettünk. Élünk a kisgyerekes családok sok feladattal járó, kissé befelé forduló életét. Hubának továbbra is sokkal fontosabbak voltak a barátok, a szabad esték, a hétvégék. Így a korkülönbség ugyan egyre jelentéktelenebbé vált, az életvitelünkben mutatkozó eltérés azonban annál inkább növekedett. Ezekben az években elég messze is éltünk egymástól, egyetlen testvérem lévén aggasztott, hogy nem láttam esélyét az igazán jó, közeli testvéri kapcsolatnak. Próbáltam beszélni vele erről, de sok eredményem nem volt.

Ma már nem kezdem el hosszasan magyarázni szingli, gyermektelen ismerőseimnek mindennapjaink örömeit, ügyes-bajos dolgait. Tudom, fogalmuk sincs, miről beszélek, amikor megpróbálom érzékeltetni, micsoda öröm a kis újszülött csecsemőt félve magunkhoz ölelni, és megélni cseperedésének, fejlődésének egyes állomásait, vagy hallgatni egy kisgyermek bájos beszédét, majd később a testvérek egymás közti csacsogását... Az sem téma annak számáram, akinek még nincs gyereke, és még a vágy sem fogalma-

zódott meg a szívében a gyermek után, milyen nehéz az edzések és zeneórák időegyeztetését megoldani. Logisztikai zsonglórré kell hozzá válni! És próbáljuk csak meg elmesélni egy-egy hányós-hasmenéses vírus idejének néhány éjszakás kalandjait!

Az öcsémrel való kapcsolatomban a saját hozzáállásom megváltozásával kezdett változni. Azzal, hogy kezdtem megérteni és elfogadni őt, abban az állapotban, amelyben éppen volt. Ha keveset találkoztunk, örültem annak a kevésnek. Ha csak néhány közös témánk akadt, annak a néhánynak örültem. Már nem akartam mindenáron megmagyarázni neki az élet „igazi” értelmét, sem ráerőltetni bármit a saját életvitelemből. Kalandnak fogtam fel, hogy megpróbáljam szeretni őt, anélkül, hogy görcsösen olyanná próbálnám formálni, amilyennek látni szeretném. A helyzet itt fordult meg. Amikor végre hajlandó voltam lemondani a saját elképzeléseimről, modelljeimről, az élet meghozta a kívánt változásokat. Öcsémnek hamarosan állandó barátnöje, azóta felesége és két fiának édesanyja lett. Dolgozni kezdett, jó volt látni az évek előrehaladtával, ahogy új feladataihoz felnőve eleget tesz a kötelességeinek, és az értékrendünk szép lassan újra közelíteni kezd egymáshoz. Időközben nem csak lélekben, térben is sokkal közelebb kerültünk.

Ma már semmi áldozatomban nem kerül Huba iránti szeretetem megélése, sőt, hálás vagyok neki, hogy rajta keresztül megtanulhattam, hogyan szerethetek jól másokat. Azóta észrevettem, sok „Huba” él a környezetemben, aki mind arra vár, hogy tovább képezzem magam általa a szeretetben. És ki tudja, még a saját gyermekeimnél is adódhat hasonló probléma, amit én akkor már könnyedén, kétségbeesés nélkül fogok tudni megoldani!

az Oázis c. lap 2011/3. számából



## Gyermekeink tanítanak szülővé válni bennünket



„Gyermekeitek nem a ti gyermekeitek.  
Ők az Élet önmaga iránti vágyakozásának fiai és leányai...”

Testüknek adhattok otthont, de lelküknek nem.  
Mert az ő lelkük a holnap házában lakik, ahová ti nem látogathatok el, még álmaikban sem...

Ti vagytok az új, melyről gyermekeitek eleven nyílként röppennek el.  
Az Ijász látja a célt a végtelenség útján, és ő feszít meg benneteket minden erejével, hogy nyilai sebesen és messzire szálljanak.”

Részlet Kahlil Gibran: *A próféta c. könyvéből*

Amikor első gyermekünket várjuk, még nem tudjuk, milyen komoly feladatra vállalkozunk. Figyeljük gömbölyödő pocakunkat, és boldogan megállapítva, hogy a mi kicsikénk már milyen nagy lehet odabent, türelmetlenül várjuk a találkozást. Pedig amíg pocaklakó a pici, szinte együtt lélegzünk vele, érezzük minden mozdulatát, gyakran még a gondolatait is. Ő is hall bennünket, érzi az érzéseinket, és ha beszélünk hozzá, boldogan válaszol kis keze vagy lába mozdulataival... Ez a közelség egyszeri és megismételhetetlen.

Amikor megszületik a gyermek, akkor születik az édesanya és az édesapa is. Korábban ők egy pár voltak, férfi és nő, a születés pillanatában válnak családdá: anya, apa és gyerek. Egy gyerek növekedése, fejlődése által a szülők szerepene is változik. A magatehetetlen kisbaba először a gondoskodó szeretetet, a kisdéd az elfogadó, de mégis szabályozó szeretetet, a kisiskolás a megbecsülő, az értékelő szeretetet, a serdülő pedig a megbízó, majd az elengedő szeretetet váltja ki belőlünk. Megtanuljuk, hogyan legyünk mindig jelen, ha szükség van ránk, és hogyan váljunk láthatatlanná, amikor fölöslegesek vagyunk.

Az első néhány nap az élet csodájának járó tisztelet, az ismerkedés az ajándékba kapott csöppséggel, a felszabadult öröm ideje. Első gyerekünkkel otthon már jönnek a kisebb-nagyobb félelmek, vajon maradék nélkül el tudjuk-e látni a ránk bízott kis életet. Meg kell szoknunk, hogy immár nem mi, hanem a megérkezett osztja be az időnket, és sokszor úgy érezzük, nem is tudunk mindennek megfelelni. El kell telni néhány hónapnak, amíg megtanulunk mi is gazdálkodni az idővel. Mégis az első néhány év varázslatos intimitásban telik, hiszen mi vagyunk a leglényegesebb személy a kicsi életében, és ő szinte állandóan mellettünk van. Egy baba mellett kicsit újra gyermekké válhatunk, különösen, ha saját édesanyánk is mellettünk van, ami nagyon nagy segítség, fontos háttér egy kezdő anyának. Este pedig, amikor párunk hazajön, segít fürdetni, fektetni, majd lassan elcsendesül a ház, és jönnek a ritka kedves percek, az esti csöndben megosztjuk egymással egész napi élményeinket, gondjainkat, örömeinket.

Ugyanakkor az első, csodálatos időszak után gyakran problémák adódnak, kisebb-nagyobb betegségek, hasfájás, fogzás, mellfájdalom, kevés tej stb. És jönnek a lelki gondok, hiszen a fiatal nő, akit a gyermek édesanyává avatott,

hirtelen csöppent ki a felnőtt társadalomból, ahová addigra sikeresen beilleszkedett, ott értelmes munkát végzett, kapott visszajelzéseket. A munkát követte a kikapcsolódás, a szórakozás, most meg a kicsi szintjére leszállva, minimális kommunikációval kell beélnie. Babája ugyan bájjával és kedvességével elvarázsolja és kárpótolja édesanyját, de a nyűgösség óráiban, a kialvatlan éjszakák után gyakori a kétségbeesés, egészen addig, amíg újra elpihen, megnyugszik a baba, és így a mamának is jut néhány zavartalan óra.

Ahogy a kicsi nő, egyre jobban oda kell figyelniük minden szavunkra, minden cselekedetünkre, mert egy gyereknek ezer füle van, megjegyez mindent, érzékeli feszültségeinket, félelmeinket és örömeinket egyaránt. Hiába mondunk valamit százszor, ha ő azt látja, hogy a cselekedeteink nem felelnek meg a szavainknak. Egy gyermek számára az általunk mutatott minta lesz az irányadó. Mélyebben vésődik be ugyanis a látott cselekedet, mint a logikusan fejtegetett beszéd. Akkor aztán csodálkozik az anyuka, hogy pedig hogy elmagyaráztam neki, mit kell tennie, mégis másképpen cselekedett. Gyakran eszünkbe sem jut, hogy éppen a mi (rossz) példánkat követi gyerekünk. Hitelességünk legjobb mérőfaktora a gyerek. Időről időre szembesít bennünket azzal, ha magatartásunk nem követi az elveinket.

Az első három év után felerősödik az édesapa szerepe!!! Míg az édesanya továbbra is a „fészekmeleget”, a költészetet, a biztonságot jelenti, az édesapa fogja egyre inkább összekapcsolni a gyereket a világgal, ő az a mindent tudó, mindent megszerelő, mindent megoldó Ember, akire a gyerek felnéz, egyre inkább hasonlítani akar rá, ha fiú, és hozzá akar menni feleségül, ha lány. Ezt a kis hűtlenséget el kell viselnie az édesanyának, hiszen ő sohasem esik ki a pikszisből, ő mindig az egyetlen marad, akihez haza lehet jönni, bárhol, bármikor...

A legnehezebb feladat akkor vár egy anyára, amikor a gyerek felnő, kirepül, teljesen önálló életet akar élni, és neki el kell őt engednie... Érdekes, hogy az apák az esetek többségében megértik, hogy a gyerekeknek el kell menniük, míg az édesanyáknak ez rendszerint nehéz feladat. Főleg, ha úgy mond az anya „földradozza az életét” csemetéjéért, csemetéjéért lemond a hivatásáról, és közben elfelejtkezik a saját dolgairól. A gyereket viszi számtalan különóra, de ő nem jár tovább énekkarba vagy táncolni, edzeni stb. Amikor a szülők magukra maradnak, sokszor nincs megfelelő munkájuk, elfoglaltságuk, hobbijuk, barátaik, amivel és akikkel kitölthetnék az üressé és „értelmetlenné” vált életet.

Ha azonban tisztában vagyunk az élet törvényszerűségeivel, felkészülünk gyermekeink önállósá válására, nem akarunk helyettük, általuk élni, hanem folytatjuk a saját életünket, akkor, de csakis akkor, szárnyra kapott gyermekeink megkettőzött szeretettel térnek majd vissza hozzánk, elhozva immár szeretteiket, társukat és gyermekeiket is.

TÖLGYES ESZTER

## Ökootthon lapos pénztárcával

Napjaink egyik vezető témája az energiatakarékosság. Ezzel kapcsolatban számtalan cikk jelenik meg, melyek valóban megszívlelendő tanácsokat tartalmaznak. Mostani cikkünkkel a kérdéskörnek egy olyan szeletét tekintjük át, ami kevés pénzbe kerül vagy csak némi odafigyelésünkbe, de az életminőségünket javíthatja, és így pénzt takaríthatunk meg.

### A jó közérzetet néhány dolog együttesen befolyásolja:

- hőmérséklet: télen a hideg, nyáron a meleg ellensúlyozása a feladat,
- légnedvesség: a túl száraz és a túl párás levegő is kellemetlen,
- levegő áramlása: a huzat a hőérzetet jelentősen rontja,
- levegő minősége: az elhasznált levegő nem csak a teljesítményt befolyásolja, hanem az egészséget is veszélyeztetheti.

Az épületeink sokfélék: egylakásos ↔ többlakásos, panel ↔ falazott, falazott ↔ könnyűszerkezetes, téglá ↔ vályog, hőszigetelt ↔ hőszigetetlen, helyiségfűtéses ↔ központi fűtéses stb.

A környező épületek, növényzet és a lakás fekvése, égtájak szerinti tájolása erősen befolyásolja a belső klímát.



Néhány javaslat:

### HŐMÉRSÉKLET TÉLEN

Ez nemcsak a levegő hőmérsékletét jelenti, hanem a fal, a mennyezet és a padló felületi hőmérsékletét is.

#### - Léghőmérséklet

A lakást hideg időben 20-22 °C-nál magasabb hőmérsékletre nem indokolt felfűteni. Éjszakára a 17-18 °C hőmérséklet ideális az alváshoz. (Mielőtt bárki kérdezi: Igen, kisgyerekeknek is. 6 gyermekem van, emiatt soha nem fáztak meg.) Megfontolandó tény, hogy 1 °C hőmérséklet csökkenés 4% fűtési energia megtakarítással jár. A pulóvert már feltalálták.

Törekednünk kell a lakás egyenletes hőmérsékleten való kifűtésére, mert a fűtetlen lakásrészt a belső ajtók nem védik meg a használatból eredő párától, amely így gyorsan és erőteljesen penészedhet. Központi

fűtés esetén fűtési időszakban célszerű a belső ajtókat nyitva tartani, ezzel is segíteni az egyenletes hőmérséklet kialakulását.

Szabályozható (elsősorban gáz) központi fűtés esetén idővezérléses termosztáttal be tudjuk állítani a fűtési időszakot és a pontos hőmérsékletet. A rádióvezérléses változatnál meg lehet keresni a készülék helyét, hogy a számunkra legkellemesebb hőérzet alakuljon ki. Egy ilyen berendezés kb. 15.000 Ft-os ára egyetlen fűtési szezon alatt megtérül.

#### - Hideg falfelületek

Ha hideg a fal, akkor a falfelületek hőmérséklete lassabban nő, mint a levegőé, azaz a hőmérsékletkülönbség nő. A melegebb levegő több vízpárát tartalmaz, így a felületi nedvesedés veszélye lényegesen magasabb. A penészes lakások egyik tipikus használati hibája, hogy a penész megjelenését követően jobban fűtenek, de ezzel csak azt érik el, hogy még erőteljesebben nedvesedik a felület, és a penészgombáknak is kedvezőbb feltételeket biztosítunk.

A fent leírt probléma a szerkezet építési hibája esetén jelentkezik. A lehetséges javításig a károk minimalizálására és a koromfekete falfelületek elkerülésére a túlfűtés helyett a gyakori szellőztetés a javasolt eljárás.

#### - Hideg padlóburkolat

A régi talajon fekvő padlóburkolatokba még nem tetek hőszigetelést. Ezek alacsony hőmérsékletét a lábunkon keresztül még hidegebbnek érezzük. Ennek megoldása közismert: melegpadló (PVC, szőnyeg), illetve meleg papucs.

### HŐMÉRSÉKLET NYÁRON

Ez szintén nemcsak a levegő hőmérsékletét jelenti, hanem a határoló szerkezetek felületi hőmérsékletét is.

#### - Napsütés

A felületek által elnyelt napfény jelentős része hővé alakul. Ablakaink a fény nagy részét átengedik, és a keletkező hő nagy részét visszaverik. Azaz a lakásba bejutó napfény hő formájában csapdába esik a lakásban. Ez télen előnyös, mert rásegít a fűtésre, nyáron viszont elviselhetetlenül meleggé teszi a lakásbelsőt. Nyáron a napfény lakásba való bejutását kell megakadályozni. A függöny az üvegfelület belső felén van, és a meleg ellen nem véd. Jellemzően sötét színű, ami különösen jó hatásfokkal alakítja át a napsugarakat meleggé.

Fontos tudni, hogy a legjobb megoldás a külső oldali árnyékolás; gyengébb az üvegek közötti relaxa. A redőny, a külső árnyékoló nem engedi a napfényt az ablakon átjutni. Kánikulában végső esetben egy, az ablakot kívülről letakaró lepedő is megfelel a célnak, elviselhetőbbé tehetjük a helyiséget.

#### - Léghőmérséklet

Jó tudni, hogy 27 °C fölött az ember csak izzadással tudja egyensúlyban tartani szervezetének hőháztartását. Elegendő cél, ha igyekszünk a szobánk léghőmérsékletét 27 °C alatt tartani, vagy kánikulában a külső

hőmérsékletnél 6-8 fokkal alacsonyabban. Ez gyakran légkondicionáló nélkül is megoldható.

Nyáron az épület belső, hűvösebb helyiségeit kell megvédeni a külső melegtől. Praktikus, ha van külső és belső hőmérőnk. Akkor nyissunk ablakot, ha a kinti hőmérséklet már alacsonyabb, mint a benti! Este szellőztessünk, ha mód van rá, tartsuk tárva-nyitva az ablakot egész éjszaka, hogy a falak is lehűlhessenek! Nappal tartsuk zárva az ablakokat, hogy a meleg közvetlenül ne juthasson be a belső térbe! Még így is vannak az épületnek olyan részei, amelyeket a legnagyobb jószándékkal sem vagyunk képesek megvédeni a melegtől. A téli időszakkal ellentétben nyáron indokolt a helyiségek ajtajait napközben becsukni, hogy a hűvösebb helyiség levegőjét ne melegítsük. Így mindig marad az épületben olyan helyiség, ahová el tudunk menekülni hűsölni.

#### - Melegedő fal- és tetőfelületek

A közvetlen napsütötte felületek fokozott mértékben melegszenek. Ezen sokat ronthat a sötétebb színű fal-festés vagy tető. Itt nagyon sokat segít egy-egy jó helyre ültetett fa, ami az épületet árnyékolja. A felületek locsolással hűthetők, ha nem lehet a falat locsolni, segít az épület körüli földfelület locsolása is. Az elpárolgó víz a környezetéből (fal, tető) hőt von el. Ennek a módszernek csak a víz ára és a szerkezetek állapota szab határt.

#### LÉGNEDVESSÉG

Ez a kérdés a téli időszak problémája.

- **Túl száraz levegő.** A kintről beáramló hideg levegő a lakásbelsőben felmelegedve szárazzá válik. Ezen víz párolgatásával lehet segíteni, legzöldebb módon szobanövényekkel.

**Túl nedves levegő.** Ez a probléma a nagy páratartalmú helyiségeket (konyha, fürdőszoba, ruhaszárításra használt helyiség) és ezen keresztül az egész lakást érinti. Ezt vagy elszívó ventilátorral, vagy szellőztetéssel lehet megoldani. Fontos, hogy a szerkezeteket nem szabad „úszni” hagyni a párában, mert az közvetlen penészedéshez vezet. Itt sajnos nem spórolható meg az azonnali, rövid, 2-3 perces szellőztetés. Különösen fontos, hogy ne hagyjuk kihűlni a falakat. Fürdőszobában jó szolgálatot tehet egy egyszerű páratartalom-mérő, de az is elegendő, ha addig tartjuk nyitva az ablakot, amíg a tükörről eltűnik a pára. A lakás egyéb részein a magas páratartalom egyik jelzője az ablaküvegen megjelenő páralecsapódás. Néha alig lehet észrevenni, mert a keret mellett 0,5-1 cm szélességben jelenik meg, különösen hajnalban. Érdemes a reggeli szellőztetés után körbejárni, és egyszerűen letörölni a párat a üvegről, a keretről.

**Az elszívók** (fürdőszobai ventilátor, konyhai szagelszívó) működtetésénél figyelembe kell venni, hogy az elszívás olyan alacsony nyomást eredményezhet, ami a nyílt égésterű fűtőkészülékből (kazán, cserépkályha) a füstöt a lakásba beszívhatja. Ez közvetlen életveszélyt okozhat. Az elszívó készülékek beszerelése előtt kérjünk tanácsot szakembertől!

#### LEVEGŐ ÁRAMLÁSA

A huzat a hőérzetet jelentősen rontja, ami lakáshasználati szempontból kerülendő.

- Télen a huzat hatására az elfogadható hőmérsékletet is hidegebbnek érezzük. A huzat egyértelműen azt jelzi, hogy szabályozatlanul és gyakorlatilag akadálytalanul jut be a hideg levegő a lakásba, illetve jut ki a meleg levegő az utcára. Viszonylag kis költséggel lehet tömíteni a nyílászárókat, és ezzel megszüntetni a huzatot. Fontos, hogy gépi szellőzés hiányában nem szabad tökéletesen tömíteni a nyílászárókat, mert az ilyen ablakkal a természetes légcseré nem biztosítható, illetve a nyílt égésterű fűtőkészülék elhasználja a helyiség oxigénjét.

#### - Nyáron a huzat csalogóka

A huzat hatására a hőséget is elviselhetőbbnek érezzük. A huzat azonban a lakásban lévő hűvös levegőt igen gyorsan a külső meleg levegőre cseréli. Ezért amikor nyári reggelen a külső léghőmérséklet eléri a lakásbelső hőmérsékletét, azonnal minden ablakot zárni kell. De hasznunkra is van a huzat. Este a külső hűvös levegő a napközben átmelegedett szerkezeteket gyorsabban hűti, és éjszakára elviselhetőbbé teszi a lakást.

#### A LEVEGŐ MINŐSÉGE

Ez az a kérdéskör, ami nemcsak a komfortérzetet befolyásolja, hanem bizonyos helyzetekben az életet is veszélyeztetheti, így különös figyelmet érdemel. Már a légnedvesség és a levegő áramlása kérdéskörnél is említettük, hogy bizonyos hibás használat esetén veszélyes mértékben elhasználódhat a levegő. Az elhasznált levegő télen és nyáron is kellemetlen, mindig szellőztetéssel kell biztosítani a friss levegőt.

- Télen igény szerint több rövid szellőztetést kell végezni. A levegő viszonylag gyorsan cserélődik a kitárt ablaknál. 2 percnél hosszabb idő esetén már a levegő nem frissül tovább, viszont a szerkezet elkezd hűlni. Ez a lakásbelső magasabb hőmérséklete és páratartalma miatt páralecsapódáshoz és penészedéshez vezet.

- Nyáron a szellőztetést lehetőleg a kora reggeli és késő esti, hűvösebb időszakokra kell időzíteni.



A felsorolt módszerek nem mindenfajta lakásra alkalmazhatók, de a helyzetünknek megfelelővel és egy kis odafigyeléssel a környezetünket egészségesebbé és lakhatóbbá tudjuk tenni anélkül, hogy gépészetre és ezt követően áramszámlára kelljen súlyos pénzeket költenünk.

VÁRADI TIBOR

## *A Nap éltető és pusztító ereje*



A Napnak különleges szerepe van az életünkben. Művészeti ábrázolásokon és a gyermekrajzokon – minden kultúrában, ahol ezt megfigyelték – gyakran emberarcú. Ezekon a képeken a Nap általában kedves, mosolygós és barátságos arcát fordítja felénk, és arra is emlékeztet minket, hogy a Nap fénye, melege és éltető, gyógyító ereje milyen sokat jelent számunkra. A Napnak azonban van egy szigorú arca is! Sugarai – elsősorban nyáron, a déli órákban – olyan erővel süthetnek ránk, amelynek pusztító ereje van. A szabadban dolgozó emberek mindig is tudták és tudják mind a mai napig – főleg a tőlünk délebbre fekvő országokban –, hogy a déli órákban a Nap erős sugarai elől jobb az árnyékba húzódni.

Az élet kialakulásának és fennmaradásának a Földön egyik nélkülözhetetlen természeti feltétele az ózonréteg kialakulása volt, amely a Naptól érkező, az életet veszélyeztető és pusztító ultraibolya (UV) sugarakkal szemben védelmet nyújtott a növényeknek, állatoknak és később az embereknek is. Az elmúlt évtizedekben azonban ez a védőréteg megsérült. Annak ellenére, hogy az ózonkárosító anyagok használatát nemzetközi egyezmény (a Montreáli Jegyzőkönyv, 1986) korlátozza, az előrejelzések szerint még közel 50 évig arra számíthatunk, hogy az UV-sugarak veszélyeztetik egészségünket. Az Egészségügyi Világszervezetnek 2009-ben az UV-sugárzásról kiadott állásfoglalása arra figyelmeztet, hogy világszerte nő a daganatos megbetegedések és halálozások száma, és több millió ember veszítette már el látását az erős UV-sugárzás miatt. Magyarországon is folyamatosan nő az erős UV-sugárzás miatt kialakuló megbetegedések és halálozások száma. A természetbe történt beavatkozásnak egyre több áldozata van, és a jövőben ennek a számnak további növekedésére számíthatunk!

A kialakult új helyzetben egészségünk és életünk védelmében egyre jobban kell figyelni arra, hogy mikor milyen erősen süt a Nap. Számos más országhoz hasonlóan az UV-adatok már Magyarországon is mindenki számára hozzáférhető, nyilvános adatok. Az Országos Meteorológiai Szolgálat honlapján nyilvánosságra hozza

a másnapra várható UV-értékeket az ún. UV térképeket: <http://www.met.hu/UV-B/>. 2011 nyara óta pedig már – ugyanezen a helyen – az öt mérőállomáson mért adatok folyamatosan megismerhetők. Az erős sugárzás idején ajánlott védekezési módok ma már közismertek, és sok helyen megtalálhatók. Kifejezetten az átlagosnál is veszélyeztetettebb helyzetben lévő gyermekek védelme érdekében dolgozta ki az MTA Szociológiai Kutatóintézet és a Magyar Vöröskereszt a „Biztonságos napozás” című programot, amely a <http://napsugarzas.hu/mta/index.php> oldalon mindenki számára hozzáférhető.

A megváltozott körülményekhez való alkalmazkodás az egészségünk és az életünk védelmében elengedhetetlen. A társadalom alkalmazkodóképességének azonban komoly és erős korlátai vannak. Ezek a korlátok egy hosszú és jól átgondolt társadalmi változás eredményeként gyengülhetnek meg, és alakulhatnak ki az élet védelmét jelentő új korlátok. Az új nyári szokások kialakulását segítik elő azok a változások, amelyek már Magyarországon is megfigyelhetők az öltözködésben és a napi időbeosztásban. Néhány helyen már figyelmeztetik a fürdőzőket az UV sugárzás aktuális értékeire is, például Sopronban, Vácott és a Balaton partján több strandon. A sajtó is egyre többet foglalkozik ezzel a kérdéssel, és elkészült már az első helyi hőség- és UV-riadó terv is, amelyet Tatabányán dolgoztak ki.

A szükséges változások elősegítése érdekében alakult meg a Napsugárzásvédelmi Testület, amelynek elnökségében számos érintett szakterület (szemészet, bőrgyógyászat, sugárbiológia, meteorológia, egészségvédelem, szociológia) tekintélyes képviselői vesznek részt.

A Testület célja a társadalom alkalmazkodóképességének erősítése, és az, hogy minél többen ismerjék fel, hogy nincs más lehetőségünk: ha a minket és az egész világot védő ózonréteg védő hatását meggyengítettük, akkor sokkal jobban figyeljünk oda a Napra és a Nap pusztító erejére.

ANTAL Z. LÁSZLÓ ÖTGYERMEKES ÉDESAPA,  
A NAPSUGÁRZÁSVEDELMI TESTÜLET ELNÖKE

## A kecskekörmök

Volt idő, gyerekek, hogy a Balaton partján, ahol most úri népek sétálnak fel s alá, kecskék legeltek. Na, ez rég volt, lehet annak sok száz esztendeje, talán ezer is. Már akármikor volt, elég az, hogy a Balaton partján még most is találhattok apró kövecskéket, csudásan hasonlatosakat a kecskekörmökhöz.

Mindjárt elmondom, hogy s mint kerültek ide, csak várjátok a sorát. Hát amint mondám, rég volt, nagyon rég, lakott a Balaton partján egy öreg ördögös asszony, annak volt szép kecskenyája, de milyen szép! Hónál fehérebb volt a szőre a kecskéknél, puha selyemnél puhább, aki látta, csudálta. De bezzeg kevélykedett is az asszony:

– Nincs párja az én kecskéimnek kerek e földön!

Telt-múlt az idő, egyszer honnét, honnét nem, egy szépséges szép ifjú leány vetődött a Balaton mellé. Nem jött ám egyedül: kecskéket terelgetett maga előtt, s merthogy megtetszett neki erősen a Balaton vize, Balaton mellett a selyemfű, ottan megállapodott a kecskéivel. Hej, Istenem, az öregasszonyt, ahogy meglátta a leány kecskéit, elborította a sárga irigység. No, ezt erősen ne is csudáljátok, hiszen azt hitte, hogy az ő kecskenyája a legszebb kerek e földön, s ím, a jövevény leányé szebb volt, ezerszer szebb! Mert úgy tudjátok meg, hogy a leány kecskéinek a körme is színarany volt, hát még a szőre! Ragyogott, tündökölt, mint a fényes nap.

Attól a pillantástól fogvást, hogy meglátta az asszony az aranyszörű kecskéket, nem volt nyugodalma, éjjel-nappal fűrt-faragott magában: hogy s mint tudja elpusztítani a leányt. Akkor aztán övé lesz az aranyszörű kecskenyáj is.

A leány nem is sejtette, hogy miben fő az ördögös asszony feje, naphosszat a Balaton partján üldögélt, gyönyörködött a Balaton vizében, s meg-megesett, hogy az este is ott találta a parton ültében: nézte a víznek tükrében a ragyogó csillagokat. A kecskék meg ezalatt szerteszéjjel jártak, szabadjában: a jó Isten, aki vigan minden teremtett állatra, őrizte őket.

Hát az öregasszony csak fűrt-faragott magában, s egy este,

míg a leány a parton üldögélt, eke elé fogta hat címeres ökrét, s széles, mély barázdát húzatott a Balaton mentén, olyan szélest s olyan mélyet, hogy a leány ne tudjon a nyájához menni. Bizonyosan az ördöggel volt cimboraságban az öregasszony, az segélhet a barázdahúzásban, mert földi ember azt meg nem tudta volna cselekedni. De ez még nem volt elég! Ahogy megvolt a barázda, rettentő vihar kerekedett, zúgott-böngött a Balaton, felcsapott toronymagasra, s egy szempillantásra elborította a partot, el a barázdát is. A szegény leány esze nélkül szaladt föl s alá, de akármerre szaladott, víz állotta útját, aztán egyszerre csak sodorni kezdték a habok, belesodorták a barázdába.

– Kecskeim, drága szép kecskeim! – sikoltott a leány, s azzal elmerült. Többet emberi szem nem látta.

Hej, bezzeg örült az ördögös asszony! Szaladott az aranyszörű kecskékhöz, hogy a maga karámjába terelje, de a kecskék, amint meghaltak a leány sikoltását, mintha szemüket vették volna, úgy szaladtak a barázda felé. De szaladott ám utánok az ördögös asszony is, hát-ha valahogy elejébe kerülhetne.

S mi történt! Az történt, hogy az ördögös asszony kecskéi is, amint látták szaladni az asszonyukat, no-

szá, utánairamodtak, egyenest a barázdának.

Mire az ördögös asszony odaért, az aranyszörű kecskéknél híre-nyoma sem volt: beleugrottak a barázdába, együtt haltak az ő kedves pásztorukkal...

– Vissza, vissza! – kiabált az ördögös asszony a kecskéinek.

De már kiálthatott, mert egy rettentő nagy hullám kicsapott, s belesodorta a kecskéket a barázdába, barázdából a Balatonba. A kecskéket is, őt magát is...

Rég volt, nagyon rég volt ez... Az ördögös asszony kecskéiből is, a szép leány kecskéiből is nem maradt egyéb a körmük-nél... Az is kővé vált. Hogyne vált volna, mikor oly régen, nagyon régen történt, amit most nektek elregéltem.

MAGYAR MONDA, BENEDEK ÉLEK GYŰJTÉSE



## HIRDETÉSEK

### Akciós szállások a Balaton-felvidéken és az Őrségben!

Szeretnénk figyelmébe ajánlani a még meglévő szálláskapacitásunkat akciós áron. Balaton-felvidéken, a Káli-medencében Köveskálón és az Őrségben a Vadása-tónál Hegyhátszentjakabon (akadálymentes is) található 45-45 férőhelyes Köveskáli, illetve Szent Jakab Turistaházainkban, önellátási lehetőséggel. Mindkét helyen étkezés is rendelhető. Nyitva április és október között. Elsősorban csoportok, nagyobb társaságok jelentkezését várjuk.

Az akció mértéke a létszám és az eltöltött idő függvénye. Mindkét ház esetében a teljes ház is kibérelhető.

NOE-igazolvánnyal rendelkezők 10% kedvezményt kapnak 20 fő feletti létszám és 3 eltöltött éjszaka esetében!

Bővebb felvilágosítás: Rédei és társa Bt. tel./fax: 94/426-050, mobil: 20/3458-472, 30/3809-248

e-mail: rtsa95@freemail.hu, www.redeihazak.hupont.hu

## Kreatív sarok, hűvösebb nyári napokra:

Készítsünk színes, festett kavicsokat!

**Hozzávalók:** lapos kavicsok, fehér és színes tempera, fekete alkoholos filc, ecset, ceruza, újságpapír a színek kikeveréséhez

### Hal készítése:

- 1. lépés:** fessük be a kavicsokat minden oldalról fehér temperával, hogy a színes festék jobban látható legyen majd rajtuk!
- 2. lépés:** rajzoljunk minden kavicsra egy félkört a hal fejének, egy uszonyt és valamilyen fantáziamintát!
- 3. lépés:** fessük ki a halat! Bármilyen színt használhatunk, de a tarka halak a legszebbek.
- 4. lépés:** ha teljesen megszáradt a festék, alkoholos filccel húzzuk ki az egyes vonalakat, és rajzoljuk meg a halacska pofiját! A végén le is lakkozhatjuk, hogy tartósabb legyen. Bármilyen más állatfigurát beleálmodhatunk kavicsainkba, nagyon egyszerű például még a teknősbéka, a katicabogár, a lepke és a bagoly készítése is.

Sötét tónusú, hasonló méretű kavicsok pöttyözésével pedig különleges, magunk készítette dominókockák tulajdonosaivá válhatunk. Jó szórakozást kívánunk!

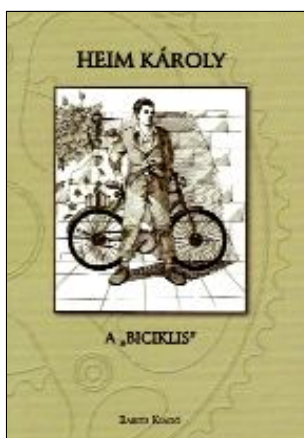


## KÖNYVAJÁNLÓ

### Heim Károly: A „biciklis”

Heim Károly könyve egy olyan világot tár az olvasó elé, melyet mi városiak, akik elaszfaltoztuk magunkat a természetől, igazán már csak elképzelnünk tudunk. Egy olyan világot, ahol a természet, a táj szépsége még az emberek beszédében is jelen van, és egy olyan világot, ahonnan bár a mai kényelem hiányzik, szegénységben, kilakoltatva élnek az emberek, történetük mégis az otthonosság érzetét kelti.

Mert nem a mai értelemben vett gazdagság, az anyagi javak juttatnak hozzá a boldogság kulcsához. A boldogság kulcsa Mária mamánál, Antinál, Irénkénél, Gáspár bácsinál, Szabó tanár úrnál, Jancsinál és Heim Károly többi szereplőjénél van, akik a második világháború és az azt követő évek embertelen időszakában is megmaradnak embernek. Az egyszerű ember bölcsességét, életszeretét közvetíti felénk a szerző minden egyes sorával: „...a szerelem olyan, mint a hegyi folyó. Az elején zúgva tör át a sziklákon, aztán amikor a síkra ér, megnyugszik, és lassan hömpölyög. Az erő persze akkor is megvan benne, hiszen hajókat visz a hátán, meg malmokat hajt, meg partot épít a fentről hozott kőből...” Ilyen és



ehhez hasonló sorokból bontakoznak ki a szemünk előtt egy regény igen aktív cselekményszálai, ahol minden egyes szereplő él és mindegyik önálló egyéniség. Mária mama az aktív öregedés, a közösségért való munka szép példáját mutatja nekünk, Irénke azt, hogy hogyan kell egy férfit okosan szeretni, Antitól pedig megtanulhatjuk, hogyan győzheti le az ember a saját félelmeit, szorongásait és fogadtathatja el magát, állhatja meg a helyét kis önbizalommal, akár ellenséges közeggel szemben.

A Völgységben új hazát talált székelyek, a Felvidékről elköltözött magyarok, a Völgységből kitoloncolt svábok egymásra találásáról, örömben, bánatban való osztozásról, az emberi kapcsolatok, emberi sorok törekenységéről szól ez a könyv. Heim Károly művének varázsát a sajátos nyelvezet adja és az, hogy szereplőinek életét a nehéz körülmények ellenére nem a reménytelenség, hanem a remény hatja át. Kozma Antal, a „biciklis”, az egyszerű árva gyerek szép lassan „biciklizik” egy biztosabb, boldogabb jövő felé.

TÖLGYES ESZTER

**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](mailto: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!  
 ☎20/935-4600 Pfeil István  
 e-mail: [pfeilistvan@gmail.com](mailto:pfeilistvan@gmail.com)

**Költöztetés, fuvarvállalás,** lomtalanítás Budapesten 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](http://www.koltozesmaskepp.hu)

Homok, sóder, murva, beton, termőföld szállítását 5 tonnáig vállalom Budapesten, NOE-tagoknak 5% kedvezménnyel!  
 ☎20/956-5720 Kovács Árpád  
 e-mail: [teherfuvarozas@uw.hu](mailto:teherfuvarozas@uw.hu)  
 web: <http://teherfuvarozas.uw.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

## KEDVEZMÉNYEK

#### KŐSZEG FAMILIA VENDÉGHÁZ

([www.koszegifamiliavendeghaz.hu](http://www.koszegifamiliavendeghaz.hu)) 9730 Kőszeg, Kórház u. 28. Tel.: 30/9565-226 Koczor Zsolt  
 NOE-tagok 10% kedvezményt kapnak a termékek és szolgáltatások árából.

#### FONYÓD

**NYUSZI CUKRÁSZDA** (8640 Fonyód, Hunyadi J. u. 2. Tel.: 20/3314-581), [www.nyuszcukraszda.hu](http://www.nyuszcukraszda.hu)  
 Érvényes NOE-igazolvánnyal 16,66% kedvezményt adnak a fagyalt/gombóc árából, így az 135 Ft-ba kerül. A Delta Steakhouse éttermükben 10% kedvezményt is adnak az étel-ital árakból.

#### KÖVESKÁL és a VADÁSA-TÓ

RÉDEI ÉS TÁRSA BT. ([www.redeihazak.hupont.hu](http://www.redeihazak.hupont.hu))  
 (Köveskál 8274 Iskola u. 1. Tel.: 06-94/426-050, 20/3458-472)

NOE-igazolvánnyal rendelkezők a turistaházak szállás áraiból 10% kedvezményt kapnak, bővebb felvilágosítás elérhetőségükön.

#### BARANGOLÓ CLUB IDEGENFORGALMI KFT.

(1108 Budapest, Kozma u. 2.)  
 Tel.: 20/7799-866, [www.solworld.hu](http://www.solworld.hu)  
 Érvényes NOE-igazolványra szállásukból 20%, étkezés és egyéb szolgáltatások árából 5% kedvezményt nyújtanak.

#### KAPOCS A GYERMEKÉRT NONPROFIT KFT.

(1033 Budapest, Apát u. 4. 1/6. Tel.: 30/9006-228, 30/6305-580), [www.kapocs.eu](http://www.kapocs.eu)  
 NOE-tagok a csillaghegyi napközis táborban 5-25% kedvezményt kapnak megbeszélés alapján.

#### CSILLAGHEGYI MOZGÁS SZABADIDŐSPORT EGYESÜLET

(1038 Budapest, Mező u. 10. II/6. Tel.: 70/3140-021) [www.csillaghegysport.hu](http://www.csillaghegysport.hu)  
 NOE-tagoknak 7000 forint kedvezményt adnak a szolgáltatásból min. 2 gyermek esetén

#### ZALASZENTLŐRINC

Hársfa Vendégház (8921 Zalaszentlőrinc, Dózsa u. 8. Tel.: 70/4273-189, [www.zalaiharsfavendeghaz.hu](http://www.zalaiharsfavendeghaz.hu))  
 NOE-tagok 10% kedvezményt kapnak a termékek és szolgáltatások árából.

#### TISZADOROGMA

Kapocs a Gyermekekért Nonprofit Kft. (1033 Budapest, Apát u. 4. 1/6.) Tel.: 30/9006-228, [www.kapocs.eu](http://www.kapocs.eu)  
 NOE-tagok a tiszadorogmai falusi táborban: (5%) kedvezményt: 26 000 Ft kapnak.

Meghirdették a tiszadorogmai táborozásra kiírt rajzos-fogalmazásos pályázatukat, 2 korcsoportban, a fődíj 50% kedvezmény: 28 000 helyett 14 000 Ft-os részvételi lehetőség (+ 5 000 Ft utazási, utaztatási költség).

#### HORVÁTZSIDÁNY

Kőszeghegyalja Vendégház (9733 Horvátzsidány, Petőfi S. u. 8. Tel.: 30/9391-152 ) NOE-tagok 20% kedvezményt kapnak a vendégház árajánlatából.  
[www.koszeghegyaljavendeghaz.hu](http://www.koszeghegyaljavendeghaz.hu)

#### VIDÁM MANÓ WEBÁRUHÁZ [www.vidammano.hu](http://www.vidammano.hu)

A webáruház honlapján vásároló NOE-tagok 7% kedvezményt kapnak.

REGISZTRÁLJON  
INGYENES HÍRLEVÉLÜNKRÉ!  
MINDEN TIZEDIK FELIRATKOZÓ NYER.



HARMÓNIÁBAN A TELEVÍZIÓVAL  
FELNŐTT FEJJELEL, GYEREKSZEMMEL

A tévé szinte már családtagnak számít – ott ül a körünkben, szól hozzánk, szórakoztat. Olykor elámulunk a látottaktól, néha megdicsérfjük vagy éppen szidjuk, de létezni nélküle már aligha tudnánk. Talán még a gyermekeinket is rábízhathatjuk. Vagy mégsem? Baráti beszélgetések és tudományos diskurzusok során gyakran szóba kerül, milyen hatással van a televízió a nyiladozó gyermeki lélekre. S a vélemények nem mindig szívderítőek. De ez is – miként a tudomány és technika annyi más csodálatos találmánya – nem önmagában jó vagy rossz. Attól függ, hogyan használjuk. Miért ne használhatnánk hát okosan?

A GYERMEKEK TUDATOS MÉDIAFOGYASZTÁSÁT  
SEGÍTI A TÉVÉZZ OKOSAN!  
KAMPÁNY ÚJ INTERNETES OLDALA, A  
[www.tevezzokosan.hu](http://www.tevezzokosan.hu)

A honlapra látogatók eligazodását segíti, hogy a szülőknek és csemetéiknek külön-külön oldalon találja az információkat – attól függően, hogy „felnőtt fejjel” vagy „gyerekszemmel” szeretnének tájékozódni.

## Gyerekszemmel

Kalandfilmek? Tudomány? Zene? Játék? A napi és heti ajánlók számtalan műsrot kínálnak csodás világunk érdekességeiről – és mindarról, ami a tanulásban is segítséget nyújthat. Az interneten is lehet olvasni gyermek- és ifjúsági regényeket – ezt ajánlja a Minden napra egy történet, a Szabadidős programajánlók pedig családi programokra hívnak. Mindezek mellett interaktív játékok, hasznos tanácsok, fontos tudnivalók gyerekeknek a tévézésről és az internetezésről.

## Felnőtt fejjel

Nem elég leültetni a tévé elé a gyermeket, hasznosabb konkrét műsorokat, programokat ajánlani neki... Weboldalunk segít eligazodni a csatornák kínálatában, segít megtalálni az igazán értékes, színvonalas műsorokat, hasznos tanácsokat ad a tévézés és a családi élet összhangjának kialakításához, s a friss kutatási eredmények és műszaki lehetőségek ismertetésével biztonságosabbá teszi gyermekének a tévézést.



HARMÓNIÁBAN A TELEVÍZIÓVAL  
[www.tevezzokosan.hu](http://www.tevezzokosan.hu)

TÁMOGATÓ:



Média Connection Kft. • Tel./fax: 06-1-3493014, e-mail: [info@tevezzokosan.hu](mailto:info@tevezzokosan.hu)

MÉDIATÁMOGATÓ:



# KEPMAS

› stílusos › bátor › elkötelezett  
**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](mailto:elofizetes@kepmas.hu)  
Honlap: [www.kepmas.hu](http://www.kepmas.hu)

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

**HetiVálasz**

# Kedvezményes Heti Válasz-előfizetés

a Nagycsaládosok Egyesülete tagjai számára

Fizessen elő most egy évre, és tagja lehet a Heti Válasz hűségklubjának!

Részletes információ:  
[www.hetivalasz.hu/elfozetes](http://www.hetivalasz.hu/elfozetes)



Egyéves előfizetés: **14 000 Ft** (45% kedvezmény)

Féléves előfizetés: **7600 Ft** (41% kedvezmény)

Negyedéves előfizetés: **4900 Ft** (23% kedvezmény)

**A kedvezmény kizárólag érvényes NOE-tagkártyával vehető igénybe, a Heti Válasz kiadói ügyfélszolgálatán, illetve weboldalunkon keresztül:**

CBC Irodaház, 1027 Budapest, Horvát u. 14–24., V. emelet • Nyitva tartás: h.–p.: 8.00–16.00 • Telefonon: (06-1) 461-1447  
E-mailen: [informacio@hetivalasz.hu](mailto:informacio@hetivalasz.hu) • Postai úton: Heti Válasz Kiadó Kft., 1027 Budapest, Horvát u. 14–24.

[www.hetivalasz.hu/elfozetes](http://www.hetivalasz.hu/elfozetes)

Kérjük, megrendelésénél mindig tüntesse fel NOE-tagkártyája sorszámát a kedvezmény igénybevételéhez! Ennek hiányában nem áll módunkban az előfizetést a kedvezményes díjjal számolni.

Csekkes befizetés esetén kérjük, vegye figyelembe a 10 napos átfutási időt. Banki átutalás esetén a megjegyzés rovatban kérjük tüntesse fel a pontos kézbesítési nevet és címet, vagy ha ismert már a 6 jegyű kiadói azonosítója, akkor azt. Bankszámlaszámunk: OTP Bank Nyrt., 11706016-20815789-00000000



## Örömhír



Nagy örömmel tudatom, hogy június 10-én, Úrnapján megszületett 15. dédunokám: **Gyöngyvér Jázmin**.

*Radványi Gedeonné Saáry Éva*

Nagy örömmel értesítjük a NOE családokat, hogy újabb NOE Diófa babák érkeztek!

2012. május 20-án megszületett a Munkácsi család vágyott nagy kincse, **Munkácsi Kincső**, 4310 grammal, 59-cm-rel.

Bátyjai: Dávid (8 éves) és Levente (5 éves) is nagy szeretettel fogadták kistestvérüket.

**Százi Noel Olivér** 2012. május 25-én született. Testvérei, Luca Zora és Fruzsina Fédra a szüleikkel (Százi Levente Róbert és Dr. Bagi Éva Eszter Dunakesziről) rendkívül boldogok!

*Diófa Nagycsaládosok Egyesülete (Dunakeszi)*

2012. 06. 03-án 3900 g-mal és 59 cm-rel megszületett a Nyirádi Egyesület legifjabb tagja, Könyvid János és Horváth Renáta harmadik gyermeke, **Anna**. Isten éltesse sokáig!

*Budai Angelika*

A mosonmagyaróvári Életfa Egyesület örömmel tudatja mindenkivel, hogy 2012. május 6-án megszületett Élő Dorottya és Papp György Tamás 9. gyermeke, **Dénes András**. Sok boldogságot (és erőt) kívánunk a népes családnak!

*Lauer Kati*

A Piliscsabai csoport örömmel tudatja, hogy Kissné Csizmazia Kata és Benedek 4. gyermeke, **Fülöp** 2012. 04. 05-én megszületett 3800 grammal és 56 centiméterrel. Testvérei, Botond Johanna és Emese nagy örömmel fogadták!

Demény Tamás és Vera 5. gyermeke, **Imre** 2890 grammal és 48 centiméterrel jött világra 2012. 06. 07-én. Testvérei, Péter, László, Mária és Márton boldogok az új kistestvérrel.

Mindkét családnak sok örömet és boldogságot kívánunk!

*Peregovics Zoltánné*