

# NOE

262. szám



## LEVELEK



**I. NAGYCSALÁDOS  
FESZTIVÁL**

**HURRÁ, GYERMEKNAP!**

**APUKÁKNAK AJÁNLJUK!**  
Glettelés és festés

**A CSALÁD ÉRTÉKÉT ŐRIZZÜK!**  
Beszélgetés Gál Kingával

**KREATÍV BARKÁCS ÖTLETEK**  
lányoknak és fiúknak

**A CSALÁD MINDEN TAGJA SZÁMÁRA**

## VEZETŐ TESTÜLETEINK MUNKÁJÁBÓL



Köszöntők	3
Kitüntetés	3
„A lelkesedés nyelvén” – Beszélgetés Kardosné Gyurkó Katalinnal	4
Közgyűlési beszámoló	6-7

## ÉRDEKVÉDELEM

Az örökbefogadásról	5
---------------------	---

## PROGRAMOK

Víz, Zene, Virág Fesztivál	8
I. Nagycsaládos Fesztivál	9



## APRÓHIRDETÉSEK, KEDVEZMÉNYEK

8

## A NOE ÉLETÉBŐL

Beszámoló a VDK 7. hétvégéjéről	10
---------------------------------	----

## HELYI SZERVEZETEINK ÉLETÉBŐL

Kis kertekben a szentesi nagycsaládos gyerekek	11
Iváncsai 7 próba	12
Személyes élmények a személyiségfejlesztő táborból	12

## CSALÁDI ÉLET

Hová tűnik az idő?	13
--------------------	----

## BESZÉLGETÉS

„A család értékét őrizzük” – Beszélgetés Gál Kingával	14-15
--	-------



## ÉLETMÓD



Tanulási nehézségek	16-17
Nagy csalán	18
Apukáknak ajánljuk! Glettelés és festés	19

## HÁZIASSZONYI PRAKTIKÁK

Pannika főzőiskolája	20-21
----------------------	-------



## GYERMEKKUCKÓ

Hurrá, gyermeknap!	22
Benedek Elek: Világszép Nádszál kisasszony	22-24
Kreatív barkács ötletek	26-27
Garfield	27



## ÖRÖMHÍR

28

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

A NOE Levelek 263. számának lapzártája **2014. június 20.**

Felelős szerkesztő:  
**Székely Hajnalka**, elnök

Főszerkesztő:  
**Egyed Éva**

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

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

Kiadja a  
**NAGYCSALÁDOSOK ORSZÁGOS EGYESÜLETE**

Felelős kiadó:  
**Varga Anikó**, főtítkár

1056 Budapest, Március 15. tér 8.  
Tel./fax: 235-0945, 317-4909, 317-4563,  
NOE-FON

70/771-6565, 40/200-943  
NKÖM nyilvt. szám: 2.2/6811/2000  
ISSN 1788-9103

Honlap: [www.noe.hu](http://www.noe.hu)  
[www.csaladi-kartya.hu](http://www.csaladi-kartya.hu)  
E-mail: [noe@noe.hu](mailto: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)  
NOE tagdíj alszámla száma: 11705008-20474210  
NOE adószáma: 19024471-1-41

A Családjainkért Alapítvány számlaszáma:  
11705008-20427799 (OTP Bp., V. kerületi fiók)

\*\*\*\*\*

A Nagycsaládosok Országos Egyesülete  
és a Családjainkért Alapítvány is 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, Szentetornyai út 2/C  
Raktári nyitvatartás (Győri Vilmos  
tér 1.) kedd: 8-12, csüt.: 15-18  
Benedek Szilvia Tel.: 70/3323-509

### Észak-magyarországi Régiós Iroda

1215 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.  
Szőnyiné Gábor Mária  
Tel.: 70/9343-339  
Vitálsiné Malik Judit  
Tel.: 70/9343-340

### Pécsi Székesegyház Nagycsaládos Egyesület NOE AI-Duna Régiós Irodája

7622 Pécs, Nagy Lajos király út 9.  
Fsz. 6. Várdainé Kiss Krisztina  
Tel.: 72/520-568, 70/3323-514

### Felső-Duna Régiós Iroda

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

Félfogadás előzetes telefonos egyeztetés alapján.

## KÖSZÖNTŐK



### **Kedves Családok, a NOE közössége!**

Újabb mérföldkőhöz érkeztünk a NOE életében! Április 26-án a közgyűlés napirendjén tisztújítás történt.

A tagság döntésének megfelelően a NOE újonnan megválasztott főtitkára: Varga Anikó. Kinevezéséhez ezúton is szeretettel gratulálok és kívánok értékteremtő, sikeres főtitkári éveket a NOE-ban!

Kardosné Gyurkó Katalin lelkes és odaadó munkáját a tagság és a saját nevemben is még egyszer köszönöm!

Nagyon köszönöm a két leköszönő alelnök – Mohay Tamás és Kiss Márta – értékes munkáját!

A megválasztott és megújult elnökség két új taggal bővült. A NOE elnökségének eredményes munkát és bölcs döntéseket kívánok az előttünk álló évekre!

Az új vezetésnek kívánok sok sikert a nagycsaládos közösség építéséhez!

SZÉKELY HAJNALKA



### **Kedves Tagok, kedves Nagycsaládok!**

Amikor megszületett a 3. gyermekünk, természetesnek éreztük az Egyesülethez csatlakozást. Az évek során egyre gyakrabban vettem részt önkéntesként az Egyesület tevékenységében, életében, most pedig köszönöm a bizalmat, mellyel a Nagycsaládosok Országos Egyesületének 2014. évi Közgyűlésén megbízotok a főtitkári teendőkkkel.

Az Egyesület jelenlegi működése – köszönhetően elődömnök, Kardosné Gyurkó Katalinnak – biztos alapon áll, bár nagycsaládosként megszokottan minden forintnak megvan a helye. Feladatom az Egyesület működési feltételeinek biztosítása, a titkárság munkájának irányítása, az Egyesület pénzügyi feltételeinek megal-

pozása. Sok lehetőséget látok a társadalom más civil, egyházi és szakmai szervezeteivel való kölcsönösen előnyös együttműködések kialakítására az értékörzés és értékközvetítés mentén.

Szeretnék hozzájárulni ahhoz, hogy az országos Egyesület és a helyi tagegyesületek tagjaiként még aktívabban kapcsolódjatok be a közösség életébe önkéntes segítőként, szervezőként, szakértőként vagy akár csak a programokon való részvétellel. Így a közös tevékenységekben mindannyian a legnagyobb elégedettséget találhatjuk meg, egymás támogatásával pedig könnyebb lesz a nagycsaládok élete; gyermekeink pedig felnőve majd örömmel választják ezt a sajátos életformát, amit nagycsaládos létnek hívunk.

VARGA ANIKÓ  
FŐTITKÁR

## KITÜNTETÉS

Nemzeti ünnepünk, március 15. alkalmából, Áder János, Magyarország köztársasági elnökének megbízásából Balog Zoltán Magyar Arany Érdemkeresztet adott át

### **Kardosné Gyurkó Katalin főtitkár asszonyunknak**

az Egyesületért végzett fáradhatatlan munkájáért.

„Azok az igaz tettek, amelyek jutalma önmagában van. Amikor nem az elismerés motiválja az embert. Kitüntetést adni akkor jó és hiteles, ha mögötte közösség, és közösségi akarat áll. Egy kitüntetés ugyanis maga a társadalom értékrendjének formálása. Nagy felelősség azok számára, akik adják, és nagy felelősség azok számára, akik kapják, hiszen példaképeket teremtet.”

*Balog Zoltán, az emberi erőforrások minisztere*

A NOE elnöksége és tagsága nevében sok szeretettel gratulálok Katának a kitüntetéshez!

SZÉKELY HAJNALKA





## „A lelkesedés nyelvén”

Beszélgetés Kardosné Gyurkó Katalinnal

**Az 1848-49-es forradalom és szabadságharc emléknapiján állami kitüntetést kaptál. Milyen érzés volt? Hogyan fogadtad?**

Nagyon megilletődött voltam a díjátadáskor és csak napokkal később fogalmazódott meg bennem, hogy mit is jelent ez az elismerés. Ez nem az én elismerésem egyedül, ez azé a sok jó emberé, akik szeretik a NOE-t és tesznek érte nap mint nap, csendesen.

A díjat az Egyesületért végzett fáradhatatlan munkáért kaptam. Az ember egyedül gyakran elfárad. A fáradhatatlan munkához csapat kellett, mindenki: a családom, az egyesület és csoportvezetők, önkéntesek, fiatalok, a titkárság lelkes munkatársai, külső támogatók. Sok-sok szerető ember együttes munkája volt ez, nem az enyém. Nekem a jutalom a szolgálat volt, ahogy Balog Zoltán miniszter úr is mondta: „jutalmam, hogy tehettem!”

Külön elismerésnek érzem, hogy mindezt március 15-én adták át. Azon a napon, amikor arra az ifjúságra emlékezünk, akik egy jobb korról álmodtak és volt bátorságuk cselekedni is. Mi NOE-sok is ilyenek vagyunk.

**– Mik voltak a legemlékezetesebb, legjobb momentumok a négy év alatt?**

Nincs legjobb, sok nagyon jó van. Minden nagyobb rendezvényt, amit a titkársággal szerveztünk külön-külön egy-egy kalandnak, vagy hegymászásnak éltem meg. Hegycsúcs, amire fel kellett jutni lépésről lépésre, meg kellett oldani a feladatokat, és fel kellett oda vinni a NOE-t és mindenkit, aki akart jönni. Amikor sikerült ott lenni a tetején együtt, az mind nagyon szép pillanat volt.

Ilyen volt, amikor 2011-ben egyszerre több mint 9 országban, Magyarországon közel 90 helyszínen „Európa: a család az első” címmel minikonferenciákat szerveztünk. Vagy amikor ott állhattunk együtt több százan az Országházban és közösen örülhettünk egy-egy település családokat megtartó intézkedésének. Szintén nagyon jó érzés volt aludni egy nagyot a Lakiteleki Családkongresszus után, amikor ott voltunk együtt hatszázan és jól éreztük magunkat. Sorolhatnám a sok szép pillanatot a fiatalokkal, a Varga Domokos Kollégium hallgatóival, a családokkal.

A nagy programok mellett örömmel töltött el az is, ha egy-egy családnak tudtunk segíteni, és talán a legjobb az volt, hogy megismertük egymás munkanyelvét a titkársággal. Egyszerűen fél szavakból is értettük egymást a végén és ez nagyon sokat segített abban, hogy a dolgok ilyen lendülettel menjenek előre.

**– Voltak mélypontok is?**

Persze. Ahol nagyok a magasságok, ott nagyok a mélységek is. Mivel lendületes és szenvedélyes ember vagyok, elkerülhetetlenek voltak a mélypontok is.

Amit a legjobban sajnálom, hogy talán túlságosan rohantam és kevés időm maradt a mélyebb emberi kapcsolatokra. Soha nem volt időm fecsegni, mert munka volt és még most is vannak elmaradt válaszaim. A másik, hogy talán az általam diktált tempó az elnökségnek is túl gyors volt és sokszor érezhették úgy, kimaradtak valamiből. Egyszerűen nem volt türelmem a folyamathoz, csak az eredmény érdekelt. Ha ezekre gondolok, akkor kicsit elszomorodom.

**– Mit változtatott meg az életedben ez a négy év?**

Sok mindent. Gyakorlati oldalról nagyon sokat tanultam. 16 főnek voltam a munkáltatója úgy, hogy csak elméletben tanultam eddig a menedzsmenet. Ráadásul első női főtitkárként le kellett nyelni az ennek kapcsán felmerülő viccelődéseket is.

Emberi oldalról pedig formálódtam, hiszen itt volt egy főtitkári gúnya, amit magamra kellett öltötenem. Néha szorított és túrnöm kellett, néha pedig rettentően félttem, hogy nagy rám és nem vagyok képes hordani, és akkor is viselnem kellett. Volt, aki azt mondta megasszonyosodtam, és észrevettem néhány ősz hajszálat is. Összességében az életem része ez a négy év, nagyon szép és tartalmas négy év volt, és érzelmileg sokat gazdagodtam általa.

**– A családot hogyan élte meg ezt a négy évet?**

Szerintem hasonlóan, mint én, a családnak is voltak kiemelkedően jó pillanatok és voltak mélypontok is a NOE-val kapcsolatban. A legjobb az volt, hogy megbeszélhettük, nem kell részt venniük egy rendezvényen „bio díszletként”, ha nem akarnak. Akkor jöjjenek, ha úgy gondolják, jól tudják majd érezni magukat akkor is, ha nekem munkám van.

A legnehezebb pedig, amikor egy rendezvény szervezése miatt keveset láttak és azt mondták: „Anyá, megettük itthon az összes csokit, mert szeretethiányosak vagyunk!”

**– Mit üzenél a NOE népes táborának?**

Amit a közgyűlésen is az elköszönésnél. Létezik a világon egy mindenki számára érthető nyelv. A lelkesedés nyelve, a szeretettel és kedvvel végzett olyan munkáé, amelynek célja valami, amire vágyunk vagy amiben hiszünk. Hálás vagyok Istennek, hogy erre a feladatra hívott el, és hogy sok emberrel együtt közösen beszélhettük a NOE-ért való lelkesedés nyelvét!

Szívből kívánom, hogy ez továbbra is így maradjon és éljen soká az Egyesület!

LÓDI VIKTÓRIA





### Az új Ptk.

Az új Polgári törvénykönyv, a 2013. évi V. törvény már tartalmazza a családjogi szabályokat is, ellentétben az eddigi megoldással; eddig ugyanis külön törvény (az 1952. évi IV. törvény) szabályozta a családjog területét.

Az új szabályozás mindjárt a családjogi fejezet elején kimondja a **család**, a **házasság** és a **gyermek** védelmét (Ptk. 4:1. és 4:2 §): az új Ptk. is a házasságot tekinti a családjogi szabályozás alapjának. Kimondja továbbá az új Polgári törvénykönyv, hogy minden gyermeknek joga van ahhoz, hogy családban nevelkedjék; amennyiben ez nem lehetséges, lehetőleg családi környezetet kell számára biztosítani és azt, hogy korábbi családi kapcsolatait megtarthassa.

Az alábbiakban az örökbefogadás alapvető szabályait ismertetem, ajánlok olyan szervezeteket is, akik tudnak az örökbefogadásban segíteni, illetve egy olyan blogra szeretném a figyelmeteket felhívni, mely erről a témáról szól.

Az új Ptk. szabályozza az örökbefogadást is (eddig ez is külön jogszabályban volt). Az örökbefogadás célja továbbra is az, hogy a gyermek és az örökbefogadó (illetve annak rokonai) között rokoni kapcsolatot hozzon létre abból a célból, hogy a gyermek családban nevelkedhessen. Az örökbefogadás a gyermek érdekét kell hogy szolgálja, a gyámhatóság ezt vizsgálja a megelőző eljárásban: így a tizennegyedik életévét betöltött gyermeknek bele kell egyeznie az örökbefogadásba, az ennél fiatalabb gyermeknek is figyelembe kell venni a véleményét, ha ítélekképes.

Örökbefogadó az a **huszonötödik** életévét betöltött cselekvőképes személy lehet, aki a gyermeknél legalább **tizenhat** évvel, legfeljebb **negyvenöt** évvel idősebb, és személyisége, körülményei alapján alkalmas a gyermek örökbefogadására. Rokoni vagy házastársi örökbefogadás esetén ezt a korkülönbséget nem vizsgálják (4:121. §)

A törvény az alábbi örökbefogadási módokat különbözteti meg:

1. Nyílt az örökbefogadás, ha a vér szerinti szülő meghatározott, általa ismert örökbefogadó tekintetében járul hozzá az örökbefogadáshoz. Nyílt örökbefogadás esetén a szülő a hozzájáruló nyilatkozatát a gyermek születésétől számított hat héten belül – a gyermeknek a szülő vagy a gyermek más hozzátartozója által történő nevelése érdekében – visszavonhatja. A visszavonás lehetőségére a szülőt figyelmeztetni kell. Nyílt örökbefogadás csak a területi gyermekvédelmi szakszolgálat (TEGYESZ) vagy örökbefogadást segítő szervezet útján történhet. (4:125. §)

Nyílt örökbefogadást segítő szervezetek:

- **Alfa Szövetség** (2071 Páty, Pf. 87.; e-mail: alfa@alfaszovetseg.hu, telefon: 06309226775)
- **Bölcső Alapítvány** (1082 Budapest, Futó utca 22-24. fsz. 5.; telefon: +36-1-2156050)

## Az örökbefogadásról

### • Együtt az Életért Közhasznú Egyesület

(e-mail: orokbefogadas@egyuttazeletert.hu, telefon: 06202300960)

• **Fészek Alapítvány** (1196 Budapest, Jókai utca 122., telefon: +36-1-2808208, 06306858488)

• **Gólyahír Egyesület** (2441 Százhalombatta, PF: 54; honlap: www.golyahiregyesulet.hu)

2. **Titkos az örökbefogadás**, ha a vér szerinti szülő olyan módon járul hozzá gyermeke örökbefogadásához, hogy az örökbefogadó személyét és személyi adatait nem ismeri, vagy ha a szülő hozzájárulására e törvény szerint nincs szükség. A hozzájáruló nyilatkozatot a gyermek születése előtt is meg lehet tenni. A szülő a hozzájáruló nyilatkozatát a gyermek születésétől számított **hat héten belül** – a gyermeknek a szülő vagy a gyermek más hozzátartozója által történő nevelése érdekében – ebben az esetben is visszavonhatja. A visszavonás lehetőségére a szülőt figyelmeztetni kell. Titkos örökbefogadás esetén a szülő az örökbefogadásról nem kap értesítést és az örökbefogadásról hozott határozat ellen jogorvoslat nem élhet, illetve ebben az esetben a vér szerinti szülő és az örökbefogadó szülő egymás természetes személyazonosító adatairól nem kap tájékoztatást. (4:126. §)

**Szülői hozzájárulás nélkül** is lehet örökbefogadás egyes esetekben. Nincs szükség az örökbefogadáshoz annak a szülőnek a hozzájárulására,

- aki a szülői felügyeletet megszüntető jogerős bírósági ítélet hatálya alatt áll;
- akinek nevelésbe vett gyermekét a gyámhatóság örökbefogadhatónak nyilvánította;
- aki nem kiskorúság miatt cselekvőképtelen;
- akinek személye ismeretlen, vagy aki ismeretlen helyen tartózkodik, és a felkutatására tett intézkedések nem vezettek eredményre; vagy
- aki gyermekét annak érdekében, hogy más nevelje fel – személyazonosságának feltárása nélkül – egészségügyi intézmény által arra kijelölt helyen hagyja és hat héten belül a gyermekért nem jelentkezik. (4:127. §)

### Blogajánló

S végül a blog: orokbe.hu

Mindenkinek ajánlom, aki örökbefogadó szülő vagy örökbefogadást tervez, örökbefogadott gyermekként nőtt fel vagy csak érdeklődik a téma iránt. A praktikus tudnivalókat is megtalálja itt, de sorstársakat, egyedi történeteket is megismerhet, ahogy a blog írója mottónak is választotta:

„Az örökbefogadás sokszínű. Szeretnék minél több árnyalatot megmutatni.”

BORSOS-SZABÓ ÁGNES

## Közyűlési beszámoló

Április 26-án tartottuk a NOE 2014. évi közgyűlését, amely egyben tisztújító közgyűlés is volt. A 9:30-ra meghirdetett közgyűlés nem bizonyult határozatképesnek, ezért az előzetesen kiküldött meghívó értelmében 10:30-kor megismételt közgyűlést tartottunk az eredetivel azonos napirendi pontokkal, és ez alapszabályunk és a meghirdetés szerint a jelenlévők számától függetlenül határozatképes volt.

A megismételt közgyűlés egyhangúlag, ellenszavazat és tartózkodás nélkül elfogadta:

- az Egyesület 2013. évi működéséről szóló elnöki és főtitkári beszámolót,
- a 2013. évi pénzügyi beszámolót,
- az egyszerűsített éves beszámolót,
- a könyvvizsgálati jelentést,
- az ellenőrző bizottság beszámolóját, valamint
- a 2014. évi költségvetési tervet.

Az Ellenőrző Bizottság 2013. évi jelentését a tagság túlnyomó többséggel 150 tartózkodás mellett fogadta el.

A közgyűlés napirendjén **tisztújítás** is szerepelt. Az elnökség most megválasztott tagjai:

**Főtitkár:** Varga Anikó

**Elnökségi tagok:** Gyertyás János, Joó Kinga, dr. Medve Zsuzsa, Tóthné Nácsa Irén.

**Elnökségi póttagok:** Dr. Szurgentné dr. Ocskó Olga, Vári Ferenc.

### Jutalmazások

A hagyományokhoz híven az idei közgyűlésen is többen részesültek díjazásban.

A **NOE-díj** a legmagasabb elismerés, melyet az Egyesületünkért végzett sok éves, kiemelkedő vagy a családokért végzett rendkívüli, áldozatos munkáért adományozunk.

Egyesületünk elnöksége úgy döntött, hogy a beérkezett javaslatok alapján NOE-díjban részesíti a következőket:

**dr. Avvakumovits György**

(Budapest),

**dr. Varga Győző**

(Budapest),

**Életfa Egyesület**

**Mosonmagyaróvár.**

A nagycsaládosokat anyagilag kiemelten támogató magán-személyek és szervezetek erkölcsi elismerésének jeléül a NOE választmánya 1997 februárjában **Bölcső-díjat** alapított.

*Aranybölcső fokozatot 1.000.000 Ft fölötti támogatásért adományozunk.*

A Nagycsaládosok Országos Egyesületének **Aranybölcsős** támogatói:

**Baumit Kft., Csepeli Városkép Kft., Csili Művelődési Központ, Danubius Music Produkciós Iroda, Drize Kiadó, Fővárosi Vízművek Zrt., Hörmann Hungária Kft., Magyar Állami Operaház, Magyar Lovassport Szövetség, Madách Musical Táncművészeti Iskola Közhasznú Nonprofit Kft., Magyar Nemzeti Bank, Mecsekerdő Zrt., Mercedes-Benz Manufacturing Hungary Kft., MTG Metro Gratis Kft., Pécsi Nemzeti Színház, Poli-Farbe Vegyipari Kft., Román Sándor Táncársulata Kft., Tondach Magyarország Zrt., Vodafone Magyarország Zrt., Unilever Magyarország Kft., Vitaplus Kft., Wienerberger Téglaiipari Zrt.**

*Ezüstbölcső fokozatot 501.000 – 1.000.000 Ft közötti támogatásért adományozunk.*

A Nagycsaládosok Országos Egyesületének **Ezüstbölcsős** támogatói:

**Bakonyerdő-Monostorapáti Erdészet, Inter-Computer-Informatika Zrt., Lipóti Pékség, NutriPharma Hungária Kft., Pécsi Egyházmegye, Villeroy & Boch Magyarország Kft., Triász Tömlő Kft.**

*Bronzbölcső fokozatot 50.000 – 500.000 Ft közötti támogatásért adományozunk.*

A Nagycsaládosok Országos Egyesületének **Bronzbölcsős** támogatói:

**Aranyhíd Balaton-átúszó Sportklub, Ágoston Jácint, HER-TRADE Kft., Huszka Antal és családja, Kispál György, Kossuth Lajos Általános Iskola, Schiedel Kéménygyár Kft., Szabó Ferenc, Terrapark Kft., Veszprémi Nők Kerekasztala Egyesület, VOGTLAND Pékség.**

*Elismerő Oklevélben részesülnek azok, akik rendkívül szorgalmas munkájukkal segítik tagszervezeteink és a NOE munkáját.*

A Nagycsaládosok Országos Egyesülete **elismerő oklevéllel** köszöni meg a következők áldozatos munkáját:

**XVI. kerületi Nagycsaládosok Egyesülete, NOE Csepeli Csoport, Cserhalmi János (Budapest), Kistarcsai Csibék Nagycsaládos Egyesület, Szigetszentmiklósi Nagycsaládosok Egyesülete, Babay Balázs és Babayné Boronkay Erzsébet (Pécs), Bien József Tamásné, Tímea (Komló), Bíró Kázmér (Sárvár), Csutak István (Mosonmagyaróvár), Csütörtökiné Rigó Erzsébet (Keszthely), Ender István (Veszprém), Fekete László és Feketéné Latki Edit (Kecskemét), Ficze Tamás (Tarpa), Gombásné Horváth Dóra (Szombathely), Gulyásné Klein**



**Andrea** (Szombathely), **Gyönyörű Imréné, Rozál** (Ivánca), **Győrfiné Harnóczy Zita** (Tomba), **Juhászné Mező Elvira** (Miskolc), **Kalácska Lenke** (Kemenca), **Kele Istvánné, Ica** (Budapest), **Kis Pálné, Julika** (Mezőberény), **Krizsán Sándorné, Magdi** (Inárcs), **Majtán Olga** (Budapest), **Merhala Béla** (Veszprém), **Molnárné Lakatos Ágnes** (Tiszavasvári), **Nyilas Kálmánné, Irénke** (Nógrád), **Oravecné Hurtony Ibolya** (Tomba), **Prodan Judit** (Emőd), **Salavecz Györgyné, Ildikó** (Balatonalmádi), **Sáray Péter** (Sárvár), **Szell Adrián** (Gábortelep), **Szendi Horváth Márta** (Csongrád), **Szigeti Pál** (Tiszavasvári), **Szlatkiné Ürmös Ildikó** (Ópusztaszer), **Szomorj-Takács Eszter** (Budapest), **Vargáné Ölyüs Andrea** (Debrecen), **Vér Zoltán** (Monor).



A FÓRUM beszélgetésen elhangzottakból:

1. Márki László NOE tagként az ELFAC (Európai Nagycsaládos Szövetség) megkeresésére felvetette, hogy javaslatokat várnak arra nézve, milyen családokkal kapcsolatos kutatásokat, témákat támogassanak, illetve tegyenek a vizsgálat tárgyává. A kutatásokat motiváló cél az, hogy a nagycsaládos életforma minél elfogadottabb legyen. Az egyik téma lehet például a nagycsaládos lét öröklődésének kérdése, tehát annak a felmérése, hogy a nagycsaládos szülők milyen családból érkeznek. Másik témaként a nagycsaládosok társadalmi elfogadottságának erősítése vetődött fel, például azáltal, hogy mennyi azoknak a gyermekeknek a száma, akik egyetemet, főiskolát végeztek és nagycsaládban nevelkedtek. **Márki László a tagságtól további témajavaslatokat 2014. június közepéig vár (marki.laszlo@renyi.mta.hu).**
2. Varga Anikó új főtítkárként megköszönte a bizalmat. Fő feladatának az egyéni tagok bevonását tartja az egyesület munkájába, hiszen a tagság közel egyharmada egyéni tag. Szeretné bővíteni a civil szervezetekkel való együttműködést és közösségi elkötelezettségben gondolkodni. Fontosnak tartja a tagok számának növelését, az egyesület munkájának népszerűsítését.
3. A belső pályázati összegek növelésére érkezett javaslat kapcsán Székely Hajnalka elmondta, hogy a belső pályázatokra csak egyéni tagdíjakból lehet visszaforgatni az összegeket, így mértékét ez limitálja. A támogatás célja az egyéni tagokból szerveződött csoportok fejlesztése, hogy minél több közösségi program lebonyolításához kapjanak segítséget.
4. Wéber Vilmos hozzászólásában kiemelte, hogy a nagycsalád, a gyermekvállalás nem pénz kérdése, ezt kellene társadalmilag elfogadtatni. A nagycsaládoknak más az értékrendszerük, a középosztálynál nem pénz kérdése a gyermekvállalás.
5. Cserhalmi János hozzászólásában amellet érvelt, hogy az Európai Unió Intervenciós Alap segélynél az Élelmiszerbankot ki kellene hagyni, a NOE osszon közvetlenül, ugyanis sok az adminisztráció, nehézkes az osztás, rengeteg munkával jár, és nem lehet választani a termék tekintetében, ami ráadásul sokszor közeli lejáratú. Gyűjtőpontok kialakításával, a gazdákkal való kapcsolatok kiépítésével hatékonyabban lehetne adományokat szerezni. Székely Hajnalka elmondta, hogy az ÉB tevékenységéhez saját tőke, raktár és emberi erőforrás kell, ezen erőforrások a NOE-ban viszont korlátozottan hozzáférhetőek. Dr. Medve Zsuzsa hozzátette, lévén hogy a NOE nagy fogyasztó tömeget képvisel, támogatja a megfelelő csatornák kialakítását és ő is hasonló elképzelésekben gondolkodik, mint az agrár munkacsoport vezetője. Bózsó Ildikó részéről elhangzott jó példa a Dunakeszi Termelői Piac beindítása volt.
6. Csütörtökiné Rigó Erzsébet az ún. „Nők 40” nyugdíjba meneteli kedvezmény kapcsán hangsúlyozta, azok az anyák járnak legrosszabbul, akik több időt töltöttek otthon a gyermekeikkel. Morvayné Bajai Zsuzsanna kiemelte, küzdenek azért, hogy minden járulékfizetéssel fedezett idő, így a gyermekgondozási ellátás ideje is teljes mértékben beszámítson.

Magyarország  
legnagyobb családi  
fesztiválja

**Víz, Zene, Virág  
Fesztivál**  
Tata, 2014. június 27-29.

NOE In-KAI Ballantine's IREKS STAMAG nca PORSCHE TAMAG JAMESON 24 ÓRA

www.vizzenevirag.hu Keresd a facebookon!

Magyarország  
legnagyobb családi  
fesztiválja

**QUIMBY • KFT • DEMJÉN**  
GHYMES • MYSTERY GANG FT. PÉTERFY BORI  
BÁRÁNY ATTILA • HOT JAZZ BAND • ALMA EGYÜTTES  
INTIM TORNA ILLEGÁL • BELGA • STERBINSZKY • LADÁNYBENE  
BENKŐ DIXIELAND • PRIBOJSZKI MÁTYÁS BAND • TÁTRAI TIBOR • FRANKIE LÁTÓ  
NIKI BELUCCI • ROMÁNÓ DROM • TAKÁCS TAMÁS • ZANZIBAR • BY THE WAY

FENYEFESTÉS • VIRÁGEMUTATÓK • VÍZI VERSENYEK  
LÉGIEMUTATÓ • VÁSÁRI SOKADALOM • TÚRIZÁTER • GYERMEKKONCERTEK

www.vizzenevirag.hu Keresd a facebookon!

Egyesületünk tagjai idén is **ingyenes részvételi lehetőséget** kapnak a tatai Víz, Zene, Virág Fesztiválra! A június 27-29-ig tartó rendezvény, a tatai Öreg-tó környékén színes programokkal várja a látogatókat. Jelentkezni a NOE Titkárságon lehet a 06-1/235-0945-ös telefonszámon és a balogh.maria@noe.hu e-mail címen, 2014. június 13. péntek 10.00 óráig.

A részvételhez kérjük megadni a **nevet, NOE tagszámot, települést, telefonszámot, e-mail címet, a gyerekek életkorát és számát**. Az **ingyenes részvétel 2 felnőttre** (lehetnek szülők vagy nagyszülők), **2 fő 14-18 év közötti gyermekre és 14 év alatt** az összes gyerkőcre vonatkozik. További 14-18 év közötti gyerekek, illetve 18 év feletti, nagyszülők és rokonok a helyszínen válthatják meg jegyeiket. A karszalagok mindhárom napra érvényesek.

## APRÓHIRDETÉS

**Keszthely belvárosában**, a városi strandtól gyalog 10 percre, régi polgári családi ház földszintjén, külön bejáratú, 2 szobás lakás (120 m<sup>2</sup>) 5-8 fős család részére júniustól szeptemberig kiadó, lehetőleg egy-két hetes turnusokban. Felszerelt konyha, étkező, két zuhanyzó. Zárt udvar, hintával, homokozóval, tűzrakóval. Irányár 10000 Ft/nap/család, létszámtól függően, meg-egyezés szerint.

☎ **napközben: 06- 30/375-0613, esti órákban: 06-83/315-951.**

Csütörtököné Erzszi (Nagycsaládok Keszthelyi Egyesülete)

**Olcsó nyaralási lehetőség Balatonalmádi-Vörösberény térségében.** Szabadtéri sütési-főzés, bográcsoszási lehetőség adott. A fákon hinta, gyűrű, függőágy. Gyerekeknek csúszda, pancsolóval.

A nyaraló összkomfortos: egy padlásszoba, nappali kandallóval, fürdőszoba, amerikai konyha teljes felszereléssel. A legközelebbi strand kb. 1,5 km. Kényelmesen 5 főt, pót-ágygal 6-7 főt tudok elhelyezni (+ sátor). Egy turnus kedd reggeltől hétfő délig tart. Egy 5 fős család részére egy hét 60 000 Ft.

☎ **06-88/424-104; 06-30/316-9074**

Argyelán Jánosné  
web: argyelan.c8.hu

cím: 8200 Veszprém, Hunyadi u. 1/A

## KEDVEZMÉNYEK

**INDISO SZÁRAZ ORVOSI TERÁPIA UZSOKI UTCAI KÓRHÁZ KELET-PEST KFT.**

(1145 Budapest, Róna u. 192-216. C. ép. I. em.)

☎ 06-1/467-3700/ 1737 mellék, 06-30/493-5500

web: www.lelegezzenfel.hu

NOE tagkártyára bérleteink árából 50%-os kedvezményt biztosítunk száraz orvosi sóterápiás kezeléseinkre. Ingyenes tüdőkapacitás és véroxigénszint mérés 10 éves kortól.

**WEBSHOP-DEPO KFT.** BabaDepo – a babajátékok szakértője! NOE-tagok 5% kedvezményben részesülnek a vásárlás végösszegéből (a szállítási költség kivételével) az alábbi kuponkód felhasználásával: NOE2014

A megrendeléseket a <http://babadepo.hu> weboldalon keresztül fogadjuk be.



Kedves Tagtársaink!

Szeretettel hívunk és várunk minden NOE tagot Budapestre, a Vasúttörténeti Parkba,

## 2014. szeptember 13-14-én, az I. Nagycsaládos Fesztiválra!

A Parkban mindkét napon, több helyszínen, színes programokkal várunk Benneteket. A két nap programja annyiban tér el, hogy az első napon ünnepélyes megnyitó és rövid beszédek indítják el a kétnapos rendezvény eseményeit.

### Egy kis ízelítő a programokból:

- Orient csarnok – a színpadon zenés, táncos, irodalmi és színházi produkciók lesznek láthatók. A csarnok területén egyesületünk régiói is bemutatkoznak kézműves játszóházakkal és kulturális programokkal. Ezenkívül bemutatkozik több agrár-szakiskola (az ország számos pontjáról) is. Kiállítóként részt vesznek az ország minden területéről érkező magyar gazdák, és nagycsaládos gazdaságok valamint kulturális partnereink (Fővárosi Operettszínház, RAM Colosseum), partner cégeink. A kézművesek utcájában régi és új mesterségekkel ismerkedhettek meg. Ismét eljön rendezvényünkre az MTVA Arculati kampánya.
- Szabad tér – itt megtekinthetők a Vasúttörténeti Park nemzeti muzeális értékei, folytatódik a kézművesek utcája, lesz mesemondás, kisállat simogató. Mindkét napon velünk lesz Dörmögő Dömötör és Garfield, lesz gólyalábas bohóc műsor és lufihajtogatás.
- A Park kínálatából – hajtányozás, Csajka sínautó, kerti kisvonat (egyszerre kb. 13 fő fér rá, 5 szerelvényük van), terepasztalok, fordítókörong. Ezek igénybevétele nem térítésmentes, az árakat a [www.vasuttortenetipark.hu](http://www.vasuttortenetipark.hu) oldalon találhatjátok!

Egy-egy vonalon különvonatot – minimum 300-350 fő esetén indít a MÁV-Start, a szervezéshez vegyétek fel a kapcsolatot a MÁV-Start Zrt. területi értékesítőjével. A különvonatok a Vasúttörténeti Parkba fognak érkezni, és onnan indulnak majd.



A Fesztivál idejére, ha szeretnétek esetleg több napot eltölteni Budapestben, kedvezményes árú szállást nem tudunk ajánlani.

A részvétel családonként 1.000 Ft. Kérjük, az összeget a jelentkezési lap beküldésével egyidejűleg a NOE 11705008-20109369 sz. bankszámlaszámára utaljátok.

A Nagycsaládos Fesztivál jelentkezési lapját le tudjátok tölteni a [www.noe.hu](http://www.noe.hu) oldalunkról.

A Park mellett található 2 db kényelmes, nagy parkolóban a parkolás ingyenes.

Az étkezés – szombati ebéd – még szervezés alatt van, ez függ az igényektől is. Az utóbbi években azt tapasztaljuk, hogy egyre kevesebben veszik ezt igénybe, ezért először az igényeket kell felmérnünk.

További információkat időről-időre olvashattok honlapunkon.

Várjuk jelentkezésüket!

EGYED ÉVA, RÓNAI VIKTÓRIA



## Beszámoló a Varga Domokos Nagycsaládos Közéleti Kollégium 7. hétvégéjéről

### Közösségfejlesztés mesterfokon!



Február 28-án pénteken az esti órákban a korai tavasz ellenére szitáló ködben érkezünk meg a Népfőiskolára, mely azonban meleg, barátságos fényvel hívogatta a gyülekező kollégistákat. Minden visszatérés ismerős, hazatérő érzést vált ki belőlünk, szinte megifjodva csacsogtunk arról a folyosókon, a szobákban és az ebédlőben önfeledten, mivel mi történt az elmúlt időszakban, akár a nyári vakáció után a kisdíjakok.

Ezen a hétvégén azonban sokan voltak, akik nem nagyon tudtak hova fiatalodni, mert egy GYIA pályázatnak köszönhetően szokásos ifi csapatunkon kívül több, mint húsz fiatal csatlakozott a kollégiumhoz. Összesen negyvenhárman jöttünk össze, bár hivatalosan csak negyvenegyen, hiszen a legifjabb generációt két baba képviselte. A programban elsősorban játékok és csapatépítés volt előre jelezve. Nagy bulinak ígérkezett, csak azt sajnáltuk, hogy ez alkalommal családi kötelezettségei miatt Kata (Kardosné Gyurkó Katalin, a kollégium koordinátora) nem lehetett velünk.

Vacsora után következett az első közösségfejlesztő tréning. Megismertük a trénereket, Petőné Vízi Valériát és Ditzendy Mariannt, akikkel végül ismerősként köszöntöttük egymást, kiderült ugyanis, hogy a legelső alkalommal már találkoztunk. Akkor hidat építettünk közösen papírból. Most első gyakorlatként a generációk között kellett hidat létesítenünk: minden fiatalnak egy idősebb hallgatóval párt alkotva kellett beszélgetni, majd később bemutatni egymást a többiek számára. Jó volt látni, milyen bensőséges beszélgetések alakultak ki, melyekre természetes körülmények között valószínűleg nem adódott volna lehetőség. A hétvégét Gyertyás Jancsi csoporttársunk vezette, aki még a csapatot is ugyanúgy összeverbuválta a társalgóba egy kis esti beszélgetésre, nasizásra, mint amikor Kata is velünk van, így minden a megszokott rendben ment.

A szombat reggelt sokan úszással kezdték, reggeli után pedig részt vettünk a második közösségfejlesztő tréningen. Kaptunk a helyzetmegoldásra és az összedolgozó képességre épülő feladatokat, például, hogy hány másodperc alatt tudjuk a lehető leggyorsabban megoldani, hogy mindenki csak keresztnévvel, de bemutatkozhatson. A mi rekordunk végül hét másodperc lett. Később Romhányi Kukac-sors című versét kellett át-másolni egy, az előtérben levő papírról a teremben lévő papírra anélkül, hogy az eredetit a helyéről elmozdítanánk vagy bevetnénk a modern technológia vívmányait. Érdekes volt, ahogy a sok lehetőség közül egyszer csak kirajzolódott a megoldás, amely mindenki számára elfogadhatónak tűnt. Ezután már csak meg kellett valósítani.

Ebéd után folytattuk a tréninget: a következő feladat témafeldolgozás volt. A család fontosságáról beszélgettünk kis csapatokban, különböző szempontok szerint, majd a többi csoportnak is beszámoltunk arról, kinél milyen gondolatok merültek fel.

Következő programunk Somogyi György fotóművész „A lovak álma” című kiállításának megnyitója volt. A fotók érdekessége, hogy sajátos technikával készültek, első látásra úgy tűnnek, mintha egy festmény előtt állnánk.

Kora este Izsák Balázst, a Székely Nemzeti Tanács elnökét hallgathattuk meg, aki Székelyföld történetéről és a polgári kezdeményezésről beszélt, mely a székely közösség összefogására és Székelyföld területi autonómiájára törekszik, majd készségesen válaszolt a kérdéseinkre.

Vacsora után Szőke András humorista „A belső nyitás” című előadása következett, akinek elsődleges célja most nem a nevetetés volt. Ezúttal a művészt, mint embert ismerhettük meg; saját magáról, életéről mesélt.

Az este nagyon várt és fő programja a néptáncbemutató és táncház volt, melyet minden alkalommal Lezsákné Sütő Gabriella vezet. A Kösöntyű Néptáncegyüttesben két másik ismerős arcot is láthattunk: Lezsák Annát és férjét, Molnár Arnoldot.

A táncház végeztével összegyűltünk a társalgóban egy kicsit kifújni magunkat, a nap élményeit levezetni, beszélgetni.

A vasárnapot többen szentmisével kezdtük, amit ez alkalommal a Népfőiskola Szent István kápolnájában hallgathattunk meg. Természetesen ezen a reggelen is volt lehetőség úszásra, majd reggeli után újból beleveztünk magunkat a közösségfejlesztés rejtelseibe. Most egy élő mátrixot kellett létrehozunk. Mindenki kapott egy kis négyzet alakú papírt, melynek mind a négy oldalán jelek voltak. Meg kellett találnunk a helyünket, hogy minden oldalon olyan társunk álljon mellettünk, akinek a jele a mi irányunkban a mienkével azonos. Mindezt úgy kellett megtennünk, hogy senkinek sem



mutathattuk meg, milyen ábrák vannak a kártyánkon, csak beszélni lehetett róluk. Ez a feladat nagyon érdekes és vicces volt, ahogy próbáltuk egymásnak körülríteni a nekünk jutott, mint utóbb kiderült, kacifántos koreai betűket.

A program zárásaként a feladatokról, a mostani hétvégéről, a VDK-ról beszélgettünk, majd együtt megebédeltünk.

Hazafelé azon gondolkodtam, talán szimbolikus jelentősége is volt, hogy ezen a hétvégén Kata nem lehetett velünk. Talán ez is egy feladat volt, hogy most, nem sokkal az egész kollégiumi program zárása előtt bebizonyítsuk, vagyunk már a közösségfejlődés olyan fokán, hogy, ha kell egyedül, vezető nélkül (ideiglenes vezetővel) is képesek vagyunk megállni a helyünket...

TÖLGYES ESZTER



## HELYI SZERVEZETEINK ÉLETÉBŐL

### Kis kertekben a szentesi nagycsaládos gyerekek



Örömmel adunk hírt róla, hogy a szentesi Együtt Nagycsaládosok Egyesülete sikeresen pályázott a Magyar Élelmiszerbank Egyesület és a Syngenta Élelmiszerlavina programjában, így 2014. március 25-én átvehettük a közel 8 mázsa vetőmagot és vetőburgonyát, melyből 15 szentesi sokgyermekes család, azaz több mint 100 fő egy évre szükséges teljes zöldség igényét természetjük meg. Március 26-án kiosztottuk a családoknak a vetőburgonyát, a csemegekukorica, zöldborsó, fejes káposzta, paprika, karfiol, vörshagyma vetőmagokat, melynek nagy részét a szorgos kezek hétvégén már el is ültették.

Bár minden család rendelkezett a kis kertekben alapszintű mezőgazdasági tapasztalatokkal, de az egyesület mezőgazdasági végzettségű szakemberei a pályázat során elméleti és gyakorlati tanácsokkal is segítik a családokat, hogy minél több éhes száj lakjon jól jó minőségű, vegyszermentes hazai terményekkel. A programmal egyúttal az is célunk, hogy a gyerekek és a 14-25 év közötti fiatalok is megismerkedjenek a növénytermesztéssel, így a későbbiekben önfenntartó gazdálkodással segítsék magukat és családjukat.

A pályázaton Csongrád megyében rajtunk kívül csupán a Pitvarosi Önkormányzat pályázott sikeresen, így nagyon örültünk, hogy nyertesként sok szentesi család természetegészséges ételalapanyagokat.

A nyolc mázsa nyeremény hazaszállítását nem tudtuk volna önerőből megvalósítani, de a Legrand Zrt. munkatársai azonnal segítségünkre siettek, amiért nagyon hálásak vagyunk, hiszen nélkülük nem tudtuk volna a nyereményt átvenni.

Ezzel a projekttel nem csupán ételment biztosítottunk a rászoruló családoknak, de a résztvevők egyúttal tanulási folyamatban is részt vesznek, aminek tapasztalatait egész életük során hasznosíthatják.

VAS JUDIT





## Iváncsai 7 próba

Hagyományként minden év május elején megrendezzük a 7 próbát, amit az iváncsai fiatalok csapata szervez.

A játék lényege, hogy egy hónappal a rendezvény előtt csapatok alakulnak, és a megbeszélésen kihúzzuk, hogy ki milyen csapat lesz, s névhez kapcsolódóan kell visszszámítató táblát, kalbát, zászlót, kordét, csapatindulót és csatakiáltást terveznünk.

Táncos produkciókkal is készülünk, ahol az egyik jelképezi/jellemzi a csapatot, a másik szabadon választott produkció. Mi az „Apácák és Papok csapata” voltunk. Reggel felsorakoznak a csapatok beöltözve. Érkeztek „rapperek, rockerek, farmerek, hippik és őseemberek” is, tehát a Fő téren egész kavalkád uralkodott.

A bemutatkozások után ügyességi feladatok vártak bennünket, pl. egy kézzel egyesével kihúzogatni a zsebkendőket a dobozból, fejre húzott harisnyás golyóval el-

találni a bábukat, pingponglabdát beledobni egy gyerek fején lévő műanyag dobozba stb.

Közben a háttérben főzték a finom ebédet, persze versenyszerűen. Mindenkinek pincepörköltet kellett készíteni. A zsűrizés után ebéd, majd jelmezes felvonulás következett.



Délután sorversenyek gondoskodtak arról, hogy ne unatkozzunk, majd a táncos produkciók következtek. Mi az Apáca show-ból adtunk elő egy kis saját koreográfias produkciót, majd szabadon választott műsorral seprűs boszorkányokként remekeltünk.

Sok zene, tánc, nevetés töltötte be a délutánt. Eredményhirdetés után minden csapat kapott egy nagyméretű finom tortát. Szeretjük ezt a napot, mivel itt újra gyerekek lehetünk, és felhőtlenül örülhetünk egymásnak!

HAJDÚ ZOLTÁNNÉ  
IVÁNCSAI NE



## Személyes élmények a személyiségfejlesztő táborból

A szentesi Együtt Nagycsaládosok Egyesülete szervezésében 2014 januárjában négy napot töltöttünk Mártélyon, a Bodnár Bertalan Oktatóközpontban. A Nemzeti Család- és Szociálpolitikai Intézethez benyújtott nyertes pályázatnak köszönhetően személyiségfejlesztő művészeti táborban tanulhattuk meg a jobb agyféltekés rajzolás technikáját.

„Nagyon jól éreztem magam a táborban, igazi feltöltődés volt a helyszín miatt is, a csodálatos természetnek ez a közelsége és az egész napos rajzolások is teljesen megújították a kreativitásomat. Motivációt kaptam, hogy folytassam az alkotást, bátran kísérletezzek különböző témákkal. Ahogy hazaértem, megkerestem a

régi festékeimet és elkezdtem rögtön festeni. A résztvevők és a szervezők is kedvesek és barátságosak voltak, jól éreztem magam a társaságukban. Köszönöm, hogy részese lehettem ennek az inspiráló élménynek.”  
– Pásztor Enikő

„Ez a tábor nagyon jó volt, a programok és a kaja nagyon tetszett és finom volt, a kézügyességem sokat fejlődött, és ez a technika, amivel tanultunk rajzolni, nagyon menő! Kár, hogy nem tartott tovább a tábor, és most már elég jól rajzolok.” – Bubori Boglárka 14 éves

„Az volt a legjobb, hogy mindent mi csináltunk. Én rajzolás után takarítottam és felmostam. Ha a lányok odaengedtek a konyhába, akkor mosogattam és terítettem. Jó volt Mártélyon, máskor is visszamennék” – Turcsik Róbert 13 éves.

„Nekem szinte minden tetszett, de a legjobb a bújócska volt, mivel sose találtak meg!!! A táj is szép volt, a csuszkázás még jobb! Megtanultam rajzolni!!!! Csak sajnós haza kellett jönni!! ☹ – Várdi Erika 12 éves

Reméljük, hogy még sok hasonlóan sikeres programot szervezhetünk kicsiknek és nagyoknak.

VAS JUDIT, SZENTESI EGYÜTT NAGYCSALÁDOSOK EGYESÜLETE



## Hová tűnik az idő?



„Kis gyerek kis gond, nagy gyerek nagy gond” – cseng a fülemben a gyakran hallott közhely. Igazából mindig csodálkozva hallgattam. (Hogy lehet gond egy gyerek?) Kisgyermekes éveim vígan teltek a gyerekekkel és a sokirányú közösségi feladatok közepette.

Minden este fontosnak találtam, hogy végigjárjam őket nap mint nap (...), mikor ki-ki már csak maga volt az ágyban. Ilyenkor váltottunk néhány szót, vagy hosszabban beszélgettünk, vagy csak ott ültem, cirógattam, fogtam a kezüket... s minden nap volt esti mese. Aztán eljött az idő, amikor nem a mese volt már elsődlegesen fontos. A jelenlétemre viszont még a nagyobb gyerekek esetében is igényük maradt. A kötődés és a beszélgetésre való igény jelen volt. Gyakran előfordult, hogy esti zárándoklatom során ötször-hatszor is elaludtam. Amit hazaérkezéskor nem tudtak melegében elmesélni, de ott duruzsolt bennük, azt az alkonyat, az éj leple kihozta belőlük.

Telt-múlt az idő.

„Ugye most hétvégén nem utaztok el előadni?” – reménykedett 20 évesem. „Tényleg nem leszel itthon, mikor hazajövök?” – sóhajtott 22 évesem. „Mikor jöttök haza Óbudavárról?” – kérdezik többen is. Az élő, eleven érzékelés-kapcsolat hála Istennek működött.

Mostanában egyre később jönnek haza gyerekeink,

tanulnak, dolgoznak, különóráik vannak, kapcsolataikat ápolják. Férjemmel egyre több időt tudunk együtt tölteni, akár beszélgetéssel, koncertre, színházba járással, örömmel találkozunk barátainkkal is. Szükségük sincs már annyira ránk, hisz oly sok a saját életük átalakítására fordított idő – fontolgatjuk férjemmel. S egy nyugalmas, korai lefekvést ígérő este elé nézünk. Indulnánk is aludni, mikor kulcszörgést hallunk. Félóránként szállingóznak haza tíz után a ránk bízottak. Mindegyikükkel örömmel (...) ülünk le beszélgetni, s a mesélésnek se vége, se hossza. Olyan sokat beszélgetünk, hogy vétek lenne kihagyni egy-egy ilyen estét. Minden szóba jön, a barátságok, szerelmek, kudarcok, tanulmányi kihívások, általában minden. Ám az óra mutatója halad...



Bizony nagyon is rohan, mert most már unokáink is sorban állnak beszélgetésért, örülnek, ha együtt tölthetünk egy kis időt. „Mikor jössz megint, Nagymama?”

Van ennél nagyobb boldogság, mint férjünkkel újra több időt tölteni, gyerekeinkre, unokáinkra elegendő időt szánni? Lehet-e ennél értelmesebben felhasználni az időt?

Szüleimnél is ezt láttam, édesanyám otthon maradt velünk a gyerekek nélküli időkben is, hogy legyen édesanyánk otthon, aki jelen van számunkra. „Kis gyerek kis idő, nagy gyerek nagy idő”, szűrtem le magamban. S már tudom, hogy jó helyre tűnik az idő!

Részlet az Oázis 2014/1-es számából

### » ELŐFIZETÉSI AKCIÓ CSAK NAGYCSALÁDOSOK ORSZÁGOS EGYESÜLETE TAGJAINAK! «

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

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

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

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

Milyen időtartamra szeretné előfizetni a lapot?

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

Hogyan szeretné kifizetni az előfizetési díjat?

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

Az előfizető neve: .....

Az előfizető címe (ahová a kézbesítést kéri): .....

Az előfizető e-mail címe: .....

Dátum: .....

Aláírás: .....



## A család értékét őrizzük!

Beszélgetés Gál Kingával

*Gál Kinga négy fiúgyermek édesanyjaként képviseli Magyarországot nemzeti érdekeit az Európai Parlamentben, az Európai Néppárt magyar delegációjának tagjaként. A parlamenti munkában jogászként fő szakterülete az állampolgári jogok, a bel- és igazságügy, de szívügyének tekinti a gyermekek jogainak, valamint a nemzeti és nyelvi kisebbségek érdekeinek érvényesítését is. Ez utóbbi tevékenysége az, ami miatt képviselőtársai 2014-ben szabadságjogi kategóriában – 2008 után második alkalommal – az „Év Képviselőjének” választották. Gál Kingával az európai parlamenti kampány kezdetén sikerült interjút készítenünk.*

### **Magyarországról nézve Brüsszel számos esetben nemcsak a fizikai távolság miatt érezhető távolinak. Tulajdonképpen mi a szerepe az Európai Parlamentnek a magyar ember hétköznapi életében?**

Az Európai Parlament valóban sokszor távolinak tűnhet az állampolgárok számára, ennek ellenére sokkal több hatása van életünkre, mint azt elsőre gondolnánk. Hiszen az Európai Parlament nélkül nem lenne szabad az átjárás a határainkon, nem tudnánk egyre olcsóbban telefonálni, amikor külföldön járunk. Az EP dönt arról is, hogy a fejlesztésre szánt uniós források hogyan és milyen alapon kerülnek a tagállamokhoz, vagy éppen milyen jogosultságok illetik meg az állampolgárokat, ha az Unió más tagállamában éri őket baleset, hol kell pereskedniük vagy családjogi kérdéseket érvényesíteniük. Az EP-nek köszönhető az egységes fogyasztóvédelem vagy éppen a könnyebb vállalkozás-alapítás lehetősége is. A lista hosszasan lenne sorolható. Annyi azonban igaz, hogy sok döntés csak évek múlva éri el az állampolgárokat, hiszen ennyi idő áll a tagállamok rendelkezésére, hogy az uniós jogot alkalmazzák a nemzeti jogrendben.

### **Ön szerint az Európai Unióban a család védelme mennyire érvényesül?**

A család fogalma, annak értelmezése és tartalma vitákat generál az Európai Parlamentben. Egyes képviselők olyan társadalmi csoportok értékrendjét próbálják érvényesíteni, melyek szembemennek az európai értelemben vett hagyományos családmoddal. Ezeket a csatákat meg kell vívjuk, gyakran évente többször is, de kijelenthetjük, hogy az Európai Parlament többsége a hagyományos, keresztény családi értékeket vallja, még akkor is, ha a képviselők egy kisebb csoportja igen hangosan próbál ettől eltérő képet festeni. De ha családról beszélünk, akkor a gyermekek uniós szinten is megjelenített, intézményesített védelméről is elengedhetetlen szólni, hisz ők a társadalom egyik legvédtelenebb és legsebez-

hetőbb csoportjához tartoznak. Ezért a gyermekjogok védelmét kiemelt fontosságúnak tartom, és az elmúlt tíz évben minden alkalmat és eszközt megragadtam azért, hogy gyermekeink, fiataljaink, illetve a jövő generáció védelmében, érdekében lépjek fel. Az Európai Parlamentben néppárti képviselők kezdeményezésére minden szaktanárságban kijelöltek egy-egy képviselőt, aki kiemelt módon figyeli a gyermekek jogainak védelmét és érvényesülését a bizottsági munka során. Ezt a szerepet

töltöttem be az Emberi Jogi Albizottságban és a Külügyi Bizottságban. Azt gondolom, hogy a civil összefogás nemzeti és nemzetközi szinten is kiemelt fontosságú a gyermekvédelem területén. Ebben pedig Magyarország élen jár. Jó példa erre az Erzsébet-program, amely most Brüsszelben védelemre szorul, többeknek ugyanis nem tetszik Brüsszelben az a piaci helyett szociális alapon, a közjó szolgálatát célzó rendszer, amelyet a magyar kormány bevezetett.



### **Az emberek mennyire érzik magukénak a közelgő európai parlamenti választást? Miért fontos, hogy elmenjenek szavazni a magyar családok?**

Uniós szinten érezhető egyfajta visszaesés az elmúlt évtizedekben, ha a választói kedvet, a részvételi arányokat tekintjük végig. De most, a válság sújtotta Európában még nagyobb a jelentősége annak, hogy minél többen menjenek el szavazni, szóljanak bele az európai politikába is. A magyar választópolgárok már megtapasztalhatták, hogy mit jelent az, amikor a „mi bőrünkre” megy a brüsszeli vita, ezért igenis számít, és fontos, hogy belleszóljanak: kik is a megfelelő emberek, akik Magyarországot és a magyar érdekeket képviselik Brüsszelben vagy éppen Strasbourgban.

### **Mit jelent európai parlamenti képviselőnek lenni?**

Attól kezdve, hogy a magyar választópolgárok jóvoltából valaki európai parlamenti képviselővé válik, feladata az, hogy Magyarországot érdekeit képviselje odakinn Brüss-

szelben, illetve Strasbourgban, és a kinti történeteket magyarázza el idehaza. Tehát egyfajta kapocs kell legyen az unió és a választópolgárok között. A legfontosabb, hogy mindezt hitelesen tegye. Az a tény, hogy az elmúlt évek Magyarországot ért kemény és alaptalan támadásai ellenére – amelyek az én szakbizottságomban összpontosultak, és sokszor személyem ellen is irányultak – a kollégák mégis támogattak szavazatukkal az Év Képviselője választáson, azt mutatja, hogy hitelességemet sikerült a második parlamenti ciklusban is megőrizni. Számomra az a legfontosabb, hogy egy politikus hiteles és emberi maradjon, ha kell, akár kemény küzdelmek árán is.

### Mit jelent nőként, anyaként parlamenti képviselőnek lenni?

Sokszor úgy érzem, hogy a családanyaság segíti munkámat, gyakorlatiassá, hatékonyá tesz. Négy gyerek édesanyjaként az ember két lábbal kell a földön maradjon, életszagú és emberközeli marad a politikában is. Szeretem elvégezni a rám mért feladatokat, és a családanyaság megtanított rá, hogy mindezt gyorsan, alaposan és jó minőséggel tegyem, legyen ez a parlamenti irodám vagy éppen a háztartás, mindegyik ugyanazt a komoly odafigyelést igényli, és a vidámság és humor még élvezetessé is teszi. Az édesanyák jelenléte a politikát sokkal hitelesebbé, a mindennapi élet irányába nyitottabbá és a realitásokhoz még közelebbivé viszi.

### Hogyan egyeztethető össze a parlamenti munka és a család?

Amikor 2004-ben először választottak európai parlamenti képviselővé, döntenünk kellett a férjemmel, hogyan menedzseljük a brüsszeli, strasbourgi jelenléttel járó életformát. Mivel a „hétvégi anya” szerepét nem nekem találták ki, számomra mindig is a család élvezett prioritást, a gyerekek jogosan igényelték, hogy minden nap mellettük legyen az édesanyjuk, ezért a Brüsszelbe költözés mellett döntöttünk. Így is komoly kihívást jelentett a havi egyhetes strasbourgi jelenlétem, és persze a rendszeres hazautazás hétfégenként. Hálás vagyok a Fennvalónak, hogy olyan társat kaptam, amelyik minden pillanatban mellettem áll, és támogat, hiszen a család egy közös vállalkozás, és csak akkor lehet eleget tenni mind a munkahelyi, mind az otthoni „világ” kihívásainak, ha ebben partner az ember társa.

### Hogyan élük meg a gyermekek, hogy édesanyjuk EP képviselő?

Első pillanattól kezdve a normális család életét igyekeztük tovább élni, ahol minden nap vannak kihívások, ahol lehetnek viták, lehetnek jó és rossz döntések, de ameddig a család együtt van, minden kezelhető. Igyekeztünk



sok közös programot szervezni, a lehető legtöbbet együtt lenni hétvégéken, sokat kirándulni, utazni együtt. A közösen megélt élmények erősítik a gyerekekben is az összetartozás élményét, mint ahogy éveken keresztül elmaradhatatlan volt a közös esti felolvasás,

vagy a szombat esti közös filmnézés. Erre néha még mindig rá tudom venni immár 17 éves ikreimet.

### Hogyan szerveződik egy ünnep a családban?

A karácsony a legbensőségesebb családi ünnepünk, ahol mindig nálunk ünnepel a nagycsalád, a sok-sok unokatestvér, és jelen vannak a nagyszülők is. Mivel sok a gyermek mind a húgoméknál, mind a sógoroméknál, ezért szinte minden egyszerű családi összejövetelre is jut valami ünnepelnivaló: születésnap, névnap. Így nálunk sok az ünnep, olyankor sok a móka, van bőven kacagás, szerencsére jó humorral lettek felvértezve különösen a család férfitagjai.



### Ismerte-e korábban a NOE-t? Mit üzen Ön a NOE olvasóinak?

A Nagycsaládosok Országos Egyesületének munkáját már sok éve követem, ismerem. Nagyon sokra tartom az Egyesület áldozatos munkáját, ahogy összefogja a nagycsaládosokat. Ilyen formában kapocs szerepét látja el a család és család között. Az üzenetem a NOE Levelek olvasóinak az, hogy a nagycsaládunk talán a legnagyobb értékünk ma. Érték a nemzetnek, nagyszüleink, szüleink felé, érték nekünk, de leginkább az a gyermekeinknek, akiknek így mindig lesz támaszuk ebben az elidegenedő társadalomban. A család értékét ezért őrizzük mindegyikünknek!

## Tanulási nehézségek

## Kis gyerek kis probléma?

A kisgyermek iskolás koruk előtt is tanulnak, de más-ként, mint bekerülve a formális iskolai oktatásba. Addig folyamatosan és kitartóan gyűjtögetik az ismereteket és a tapasztalatokat. A tanulás utánzással indul, játékos, spontán helyzetekben, stimulációval (ingerléssel). Hatalmasat fejlődik néhány év alatt a mozgás, a beszéd, a figyelem, a gondolkodás, az emlékezet és a viselkedés is.

Az iskolába kerüléskor ezek által képes lesz a gyermek önálló tanulásra, szervezett helyzetekhez való alkalmazkodásra. A 6-7 évesek többsége erre az életkorra meg is szerzi azokat a képességeket, készségeket, attitűdöket, amelyekkel új tevékenységi formák által direkt módon tanul optimizmusa, igénynívója szerint.

Beül az iskolapadba azonban az is, aki lemarad, aki másként járja be az utat. Rá fokozottan kell figyelni.

### Ki veszi észre a lemaradót, a tanulási zavar által veszélyeztetett?

Csakis az, aki ismeri a harmonikus, kiegyensúlyozott gyermeki fejlődésmentet, aki tudja, hogy melyik életkorban, milyen szakaszok egymásutánisága eredményeként kell érettnak tekinteni az egyes pszichikus funkciókat, a nagyobb és a finomabb mozgásokat, a beszédet, a szocializáció szintjét, a játék- és egyéb tevékenységeket, az összpontosítás mértékét, és még sorolhatnánk, mi mindent.

Aki ismeri, az könnyen felismeri azt, ha bármelyik rész-képesség-terület fejlődésében eltérés, stagnálás, kimaradás mutatkozik. Ezután már csak azt kell tudnia, hogy a másként fejlődés csak fejlesztés hatására korrigálható-e, vagy spontán éréssel magától is rendeződik.

Ki alkalmas arra, hogy időben észrevegye, ha egy apróság fejlődésmentében eltérés van: segítségre, fejlesztésre, kivizsgálásra szorul? Pro és kontra érvek vannak arra, hogy mikor kell, kell-e és ki tegye meg ebbe az irányba az első lépéseket? A védőnő, a gyermekorvos, az óvónő, akik jól ismerik a gyermeket és szakemberként körülveszik? És mit tehet meg a szülő?

Vajon felismeri-e a problémát és a valódi problémát akkor is, ha nincs másik gyermeke – a nagy- vagy kistestvér – akivel összehasonlíthatja kissé másként fejlődő gyermekét? Meddig várjon, mire segítséget kér, és kitől kérje? Vagy várjon-e a lemaradó funkciók spontán érésére?

A cikk azért született, hogy néhány gondolattal segítse a szülőt abban, hogy többet tudjon és felkészültebb legyen a tanulási zavarok rizikófaktorait illetően, és bátrabban kérjen tanácsot szakemberektől.

### Aki nem lép egyszerre...

Csecsemő- és kisgyermekkoról lényeges odafigyelni arra, hogyan fejlődik a gyermek mozgása és a beszéde. A tanulási zavar szempontjából veszélyeztetett az a gyermek, akinek anamnézise nem negatív – akár genetikai, agyi, akár születés körüli események miatt (koraszülött volt, vagy problémás terhességből, szülésből született). Rizikófaktorok tekinthető ebben az életkorban:

- ha késve indul meg a mozgásfejlődése, vagy az egyes mozgásfejlődési szakaszok egymásutániságában, azok időtartamában eltérés van: ha rövidebb vagy elnyúló, vagy ha kimaradnak egyes fázisok (kúszás, mászás fázisai),
- ha egy csecsemő kevesebbet gagyog vagy gagyogása egyhangú, ha a kisgyermeknél kimarad az utánzó korszak, sokáig mutogatással fejezi ki magát, vagy ha elindul ugyan a beszédfejlődési folyamat, de megáll.

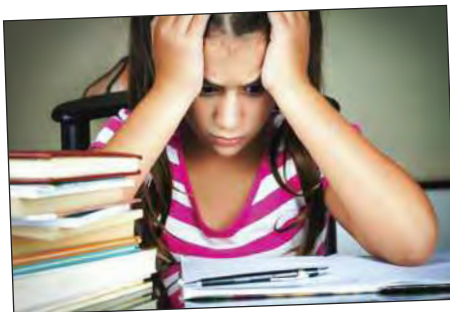
Óvodáskorban a 3-6 életévre esik az iskolai készségek kialakulásához szükséges fontos képességek: motoros, szenzomotoros (mozgató és érzékelő) képességek, pszichikus funkciók érzékeny, intenzíven fejlődő periódusa. Emellett alakul az idegrendszer, és a két agyfélteke összehangolt mű-

ködésével a külvilágból érkező ingereket összerendezi, azokra gyors, adekvát választ ad. Óvodás korban rizikófaktor lehet, ha az egyes rész-képességek fejlődése eltér:

- ha a mozgásában bizonytalan az egyensúly érzékelése, koordinációja (a lépcsőn járás mikéntje, vagy ha nem/nehezen tanul meg kerékpározni), emellett téri orientációs és testséma-problémái vannak, vagy kialakulatlanság az oldalasága (jobb, bal oldali) 4-5 évesen is,
- ha megkésett a beszédfejlődése, 2,5-3 éves korig nem vagy alig beszél, mutogatással, hangutánzó szavakkal fejezi ki magát, vagy ha beszédhibája 5 évesen is kiterjedt, a toldalékokat helytelenül használja, vagy később, 6 éves kora körül sérült a beszéd formaisága: hardar, dadog,
- ha nem ért meg egyszerű utasításokat, vagy félreérti azokat.

Tisztán képzett hangok és megfelelő nyelvi-fogalmi fejlettség nélkül az olvasás-, írás-, számolástanulás kudarc várható.

- Figyelemfelhívó jel, ha a manipuláció, a kétujjas csípőfogás, a ceruzafogás ügyetlen, elmarad a rajzsínt (elutasítja a rajzolás, a firkarajz sokáig megmarad), 6 évesen nem képes lemásolni olyan komplex ábrákat, mint a kereszt, négyzet, háromszög, rombusz,
- ha túlmozgásossága vagy túlzott passzivitása, figyel-



metlensége, a játékokban, a tevékenységekben való kapkodása, lassúsága vagy önállótlansága miatt az óvodai közösségben alkalmazkodási problémái vannak,

- ha a számasság nem jelenik meg a szókincsében, ha a spontán végzett mechanikus számlálgatás elmarad,
- ha ritmusérzék-zavara van, ami nem feltétlen párosul memóriaproblémákkal, de a verseket, mondókákat, dalokat nem szívesen ismételteti, ám ami őt érdekli, azt pontosan tudja, hamar megjegyzi.

## Ki ad diagnózist?

Ha a korai, fent leírt tanulási folyamat zavart szenved, akkor a gyermek az iskolában már kifejezett tanulási, magatartási problémákkal küzd.

A beiskolázáshoz az iskolaérettségi vizsgálat, mint szűrőeljárás előrejelzést adhat, de nem elég korán. Az időbeniségnek nagy szerepe van, sokkal eredményesebb a megelőzésnek az a módja, amelyiknél a korai és gyermekkori fejlesztés mint prevenció kezdődik meg indokolt esetben. Tehát félre kell tenni az előítéleteket, és segítséget kell kérni.

A gyermekkel történő foglalkozás hatással van a személyiségfejlődésére is. A több sikerélmény, a dicséret a szociális pozícióra is kedvezően hat, így az önértékelése, igénynívója magasabb lesz, iskolai karrierje kedvezőbben alakulhat.

Ha a gyermek rész képesség-problémái miatt tanulási zavar által veszélyeztetett, sajátos nevelési igényű. Ennek tényét kizárólag a szakértői és rehabilitációs bizottságok állapíthatják meg, komplex – orvosi, pedagógiai, gyógy-pedagógiai, pszichológiai – vizsgálat alapján. A fejlődési mutatók illetően ismerete az időben megkezdett terápia

sikerének feltétele. A sajátos nevelési igény a szokásos tartalmi és eljárás-beli differenciálástól eltérően, speciális eljárások alkalmazását, a habilitációs, rehabilitációs (helyreállító) gyógypedagógiai

eljárások alkalmazását teszi szükségessé. Egyre több óvoda az alapfeladatai mellett felvállalja a sajátos nevelési igényű gyerekek együttnevelését, és a törvényben előírt tárgyi és személyi feltételeket is biztosítja.

Abban az esetben, ha a 6-7 éves gyermeknél indokolt, a tankötelezettség megkezdése kitolható. Legkésőbb abban a naptári évben kezdheti meg iskolai tanulmányait, amelyekben a nyolcadik életévét betölti. Abban az évben, amelyben a hetedik életévét betölti, akkor kezdhet újabb nevelési évet az óvodában, ha sajátos nevelési igényű gyermek esetében a szakértői és rehabilitációs bizottság a vizsgálata után ezt indokoltnak tartja. /1993. évi LXXIX. törvény a közoktatásról 6. § (2) és 24. § (5)/.

Szülőként a legfontosabb: a gyermekkel időben eljutni oda, ahol valóban segítenek.

Vonatkozó további jogszabályok: A SNI gyermekek óvodai nevelésének irányelve /2/2005. (III. 1.) OM rendelet/.

SZABÓ OTTILIA

Forrás: Fővárosi Beszédjavító Intézet, [www.beszedjavito.hu](http://www.beszedjavito.hu)



## 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 házas társunkkal, gyermekeinkkel, szüleinkkel való kapcsolatunkat. Válasszon olyan sajtóterméket, amelyben a család értékékként jelenik meg, amely iránytű a kultúrában és a közéletben, segítőtárs 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, 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 tagkártya 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.

# KÉPMÁS

› stílusos › bátor › elkötelezett





## Nagy csalán (Urtica dioica L.)

### A növényről általában

Mindenki mint csípős, bosszantó gyomnövényt ismeri. De azt is tudjuk róla, hogy ez az egyik legsokoldalúbb, leghasznosabb gyógynövényünk is? A népi gyógyászat használta külsőleg és belsőleg is sok sikerrel. Gyógyító hatását már több, mint 2000 éve felismerték.

### Mire és hogyan használjuk?

Nehéz összeszedni egy csokorba mindazt, amire a csalánnövényt használhatjuk. Azt talán mindenki tudja róla, hogy nagyon jó vértisztító és vizelethajtó. Ezért eredményesen használhatjuk, például, olyan esetben, ha pattanásos a bőrünk, emésztésből származó sok mérgeanyag halmozódott fel bennünk. Megszabadít minket attól a víztől is, melyet a szervezetünk visszatart. Csökkenti a vér húgysav szintjét is, így köszvényünket is csillapíthatjuk vele. De vizelethajtó hatását kihasználhatjuk akkor is, ha húgyúti fertőzésünk van, hiszen fokozza a vizelet-kiválasztást, s ezzel együtt megszabadít minket a kórokozóktól is. A menstruáció előtti napokban érezhetünk erős puffadást, melyet szintén az okoz, hogy a szervezetünk visszatartja a vizet. Ebben is segítségünkre lehet a csalán. Nem csak a vízháztartásunkat, de a salakanyag-kiválasztásunkat is karban tartja. Javítja székletünk állagát, és serkenti a bélperisztaltikát is.

Rengeteg vitamint tartalmaz, ilyen például az A-, B- és K-vitamin, de emellett tartalmaz még vasat, glükonint és flavonoidokat is. Azonban hosszútávú fogyasztása mégsem ajánlatos, mert hosszabb idő alatt akár vesehomokot, vesekövet is okozhat.

A római katonák a sajgó ízületeiket úgy gyógyították, hogy azt a területet, mely fájdalmas volt, megcsapkodták csalánlevéllel. Ma is szoktuk mondani, hogy ahol megcsípett a csalán, ott már nem lesz ízületi. Bár ezt a módszert néhol még ma is használják, de mára már tudjuk, hogy ehhez nem kell csalánosban hempergőzni, elég, ha külsőleg erős csalánfőzettel borogatjuk a fájó testrészünket, illetve csalánteát iszunk mellé.

Ha szénanáthás a gyerek, nyugodtan adhatunk neki csalánteát, hiszen még az ő tüneteit is enyhíteni fogja. De ez az a növény, melyet terhesség alatt is ihatunk. Az indián asszonyok úgy tartották, hogy a terhesség során fogyasztott csalántea erősíti a babát, és megkönnyíti a szülést is. Szoptatás alatti fogyasztása serkenti az anyatejtermelést, és a tej minőségét is javítja.

Férfiaknak is tudunk kedvezni ezzel a teával, illetve a leveléből és gyökeréből előállított készítményekkel, hiszen enyhíti a prosztatata-megnagyobbodással járó tüneteket is.

Levelét és gyökerét használják még samponok és hajszeszek alapanyagaként is, hiszen mérsékli a zsírosodást, korpásodást, és rugalmasabb lesz tőle a hajunk.

A csalánt már azelőtt is használták, mielőtt rájöttek volna, hogy hasznos gyógynövény. Rostdús szárából vásznat készítettek. Később, az I. világháborúban Németországban gyapjúhiány alakult ki, így szövetek készítésénél a gyapjút csalánnal helyettesítették.

### Gyűjtése

A hó elolvadása után szinte ez az első növény, mely zöld levélkéket hoz. Ezeket a friss hajtásokat le is csipkedhetjük és forrázással teát készíthetünk belőlük, de

salátába is tehetünk belőle. Leveleiből egész évben szedhetünk, csak arra vigyázzunk, hogy honnan gyűjtjük. Ne szedjük forgalmas utak mellett, illetve olyan helyen, ahol nagyon szennyezett a levegő vagy a talaj, mert a növény megköti a szennyeződések, és fogyasztásával többet ártunk, mint használunk.

### Recept

Különleges növény ez a csalán, hiszen leveleiből nem csak

teát főzhetünk, de ebédet is készíthetünk belőle a családnak, mely egészséges és vitaminokban gazdag. Íme egy elkészítési ötlet:

### Csalánleves

Egy közepes lábost szedjük tele friss csalánhajtással. Vigyázzunk, ne szedjük mellé más növényt. Öntsünk rá forrásban lévő vizet, hagyjuk kihűlni. Szűrjük le a vizet, a leveleket pedig nyomkodjuk ki. Formázzunk belőle kis gombóckákat vagy hurkákat, és vagdossuk össze a leveleket apró darabokra. Készítsünk lisztes rántást, melybe beleszórjuk az apróra vágott leveleket. Öntsük fel vízzel, tegyük bele sót, esetleg kis borsot és egy fej apróra vágott hagymát. Dúsítsuk tejföllel, esetleg egy kevés kolbással.

### Érdekesség

A növény a nevét a latin „uro” szóból kapta, melynek jelentése: égni. Ez a növény a bátorság és az erő szimbóluma.

HIMBERGER ZITA HERBALISTA  
A FOTÓT KÉSZÍTETTE: ORLICZKI ATTILA





## Apukáknak ajánljuk! Glettelés és festés

A festési, felújítási munkálatok egyik alaptevékenysége (az alapozás mellett) a glettelés. A falak megfelelő előkészítését ne vegyük félvállról, mert nagyobb munkát csinálhatunk utólag magunknak, mintha elsőre alaposak vagyunk. A régi tapéta leszedése vagy a régi festékréteg eltávolítása után a fal repedéseit, egyenetlenségeit, esetleges hibáit, régi lyukak nyomait tüntessük el. Ezt a műveletet glettel végezhetjük el, ezt nevezik glettelésnek.

A glett por állagban kapható, ezt keverjük el vízzel, és a kapott masszát, az ún. glettgipszet használjuk fel.

Glettelés előtt is érdemes takarófoliát vagy újságpapírt lerakni a földre, megelőzés céljából.

Keverjük a vízbe a glettet, amíg vajszerű állagot kapunk. (Mindig a vízbe tegyük a glettet és ne fordítva!) Törekedjünk arra, hogy sima és csomómentes masszát kapjunk.

Attól függően, hogy mekkora felületet kell glettelnünk, a keverési útmutatót kövessük a glett hátoldalán, feleslegesen ne keverjük be túl sok glettet, mert azt később nem tudjuk felhasználni.

A bekevert glettből vegyünk egy keveset a glettvasra, majd egy spakli segítségével a kérdéses felületre óvatosan, simító mozdulatokkal, egyenletesen oszlassuk el a glettanyagot a falon.

Simító, de határozott mozdulatokkal vigyük fel a falra a glettanyagot. Próbáljuk meg egyenletesen eloszlatni a felvitt mennyiséget. A felület nagyságától függően vagy egy spakli (kisebb hibák, lyukak esetén ajánlatos) vagy egy glettvas segítségével dolgozzunk.

A nagyobb repedéseket – a régi festékréteg lekaparása után – üvegszövet-hálóval is áthidalhatjuk.

A háló felrakását követően, egy nagyobb glettvas segítségével, egy határozott mozdulattal simítsuk végig glettel. Rövid száradási idő után (4-8 óra) csiszolópapírral simítsuk át a glettel felületet. Portalanítsuk a felületet.

Teljes száradási idő után (24 óra) alapozhatjuk a felületet, majd festhetünk.

### Jó tudni!

A megmaradt, bekevert glettet a kiszáradás után már nem ajánlott újra felhasználni, inkább kisebb adagokba keverjük be a

glettet, így kevesebb anyagot pazarolhatunk el.

Hibajavítás, portalanítás és alapozás után jöhet a festés (tapétázott falfelület esetén az alapozás kimarad). A festést saját kezűleg a legegyszerűbben festőhengerrel vagy más néven teddy hengerrel tehetjük meg.

**„A festés nem nagy ügy, csináljuk magunk!”**

### A festőhenger használata

A felületeket szakaszonként fessük le a száraz felületekről a nedves festék irányába haladva, hogy ne keletkezzenek hengernyomok. Ha a festés egy napnál többet igényel, éjszakára fedjük be a hengert műanyaggal, vagy tartsuk vizes vödörben, hogy megakadályozzuk a festék rászáradását.

1. Nedvesítsük meg a hengert vízzel, hogy eltávolítsuk a szálakat és átítassuk a hengerburkolatot. Nyomjuk ki a felesleges oldószert. Töltsük meg a festőtál tartályát. Merítsük a hengert a tartályba, hogy felszívja a festéket.

2. Emeljük ki a hengert a festéktartályból, és görgezzük visszafelé, rányomva a ferde lemez bordázott felületére, hogy a festék egyenletesen oszoljon el a hengeren. A hengernek telítődnie kell festékkal, amikor kiemeljük a festékestálból, de nem szabad csöpögni.

3. A festékkal telített hengert átlós irányban toljuk végig a felületen kb. másfél méteren át. Ha a falon felfele húzzuk az első csíkot, elkerülhetjük a festék fröcskölését. Lassú mozdulatokkal húzzuk a hengert, hogy a festék ne kenődjön szét.

4. Húzzuk a hengert egyenesen lefelé az átlósan meghúzott csík tetejéről. A hengert az átló kezdetéig mozgassuk, majd ismét toljuk fel, amíg a hengerről a festék el nem fog.

5. Vízszintes előre-hátra mozgatóval kenjük szét a festéket a felületen.

6. Felülről lefelé haladva, a henger függőleges mozgásával simítsuk le a felületet. Minden húzás után emeljük fel a hengert, és vigyük vissza a terület felső szélére.

Csatlakozz Szobafestő Attilához a Facebookon: <http://www.facebook.com/szobafestoattila>

További ötletek és szakmai tanácsok Szobafestő Attila blogjában: <http://blog.polifarbe.hu>

PODMANICZKI „SZOBAFESTŐ” ATTILA



## PANNIKA FŐZŐISKOLÁJA



**Mottó: „János-napig ne feledd, hét héten át a spárgát add!”**

*Rendszeresen olvasok, böngészek folyóiratokat, használom az internetet, vasalás közben nézem a tévében a főzős, tanácsadós műsorokat, kipróbálok új és másoktól hallott praktikákat. Felhasználva az újabb kutatási eredményeket újítok, mert fejlődni kell!*

*Több helyen is olvastam, hogy mi magyarok túl sok gyógyszert és étrendkiegészítőt fogyasztunk. A spárgáról szerzett ismeretek alapján arra gondoltam: hisz ez egy csodálatos étrendkiegészítő, ezért szorgalmazom a fogyasztását.*

### SPÁRGA: A ZÖLDSÉGEK KIRÁLYA

**Gyógyít, tisztít, karcsúsít!**

Már idén is megfőztem az első friss spárgalevest. Szinte észrevétlenül lopózott be a boltok polcaira ez a sok-sok törődést és türelmet igénylő zöldségnövény, a tavasz érkezését végképp beharangozva. Szerencsére most már könnyebben hozzáférhetünk, és a minőségében is javulás tapasztalható, ezért fogyasztása is megnövekedett.

Csak pár évvel ezelőtt ettem először spárgát. Azóta egy Kecskemét mellett élő baráti család rendszeresen el lát minket spárgával. Tavaly egyszerre 30 kg spárgát (fehéret is és zöldet is) kaptunk tőlük. Két napig pucoltam a sípokat (hajtások), aprítottam, zacskóztam és végül mélyhűtve tartósítottam, blansírozás nélkül. Rájöttem, hogy bírja a mélyhűtést is. Télen leginkább krémleves készítem belőle, de dobtam néha pár darabot a húslevesbe is. A zsenge csúcsokat külön zacskóztam, feliratoztam, ezekből nagyon rövid párolást követően majonézes hidegsalátát készítem. Idén is bízom barátaink adakozó kedvében!

Tavaly egy tanyán megrendezett termékkiállításon találkoztam speciálisan elkészített spárgakonzervvel is. Készítjük, egy 75 éves tűzről pattant, fiatalos megjelenésű, élénk mozgású hölgy győzött meg arról, hogy érdemes rendszeresen spárgát fogyasztani. „Nézze meg – mondta vidáman – minden fájdalom nélkül tudom

mozgatni a karjaimat (és emelte karját föl-le), holott ez a reumám miatt korábban nem így volt. Ezt azóta tudom megtenni, amióta rendszeres táplálékom ez a csodálatos és ízletes növény!”

#### **Mik is a spárga jótékony hatásai?**

A spárga jótékony hatásai miatt örültem annak, hogy egész évben asztalunkra kerülhetett. Tartalmaz kalciumot, foszfort, vasat, nátriumot, káliumot, béta-karotint, niacint, folsavat és C-, B1-, B2-, B6-vitamint. Nyomelemekben is gazdag. Fogyasztása jó hatással van számos belső elválasztású mirigyre, így az agyalapi mirigyre, a mellékvesékre, a pajzs- és a tobozmirigyre. Jótékony hatással van továbbá a szív működésére, a májra, a hasnyálmirigyre, a lépre, a tüdőre és a bőrre.

Legfontosabb hatása a vesetisztítás, kiváló vízajtó, vértisztító, csökkenti a reumatikus fájdalmakat és a köszvényt. Lúgosító és vértisztító, méregtelenítő hatása miatt a bőrünkre is jótékonyan hat.

A spárgában található folsav védi szívünket és érrendszerünket, rendszeres fogyasztása csökkenti a szívbetegségek kialakulásának kockázatát.

Fogyasztása kismamáknak különösen ajánlott, mivel segít megakadályozni a születési rendellenességek kialakulását. Mivel gyorsítja az anyagcserét és az emésztést, kalóriatartalma pedig szinte nulla, így bátran fogyaszthatjuk diétázáskor, kitűnő fogyókúra menü készíthető belőle.

#### **A spárga vásárlása, tisztítása**

Csak jó minőségű, friss spárgát vegyünk! Hűtőben, nedves papírba csomagolva 2-3 napig friss marad.

A spárga tisztítása kicsit macerás. Kis gyakorlással, könnyen rájöhetünk arra, hogy melyik részét kell alaposan zöldséghámozóval megtisztítani, melyik az, amelyiket csak éppen, és hogy a spárga fejét pedig egyáltalán nem. A sípok ott törnek el, ahol már nem fás a hajtás. A friss zöld spárgát (amely erőteljesebb ízű is, mint fehér társa, főzési ideje is rövidebb) elvileg nem kell tisztítani, csak a sípok alsó végét levágni.

Én nem egészben főzöm meg a spárgát, mint ahogy sokszor javasolják. Tisztítás után a fásabb részét pattintással letöröm, és elkülönítve, bezacskózva mélyhűtőben tárolom. Ebből teszek 5-6 db-ot a húsleveshez, a sípok felső 5-7 cm-es részét levágom, és azt is elkülönítem. Ez



a legzsengébb rész nagyon hamar megpuhul, így csak 5-6 perccel a főzés befejezése előtt teszem az ételbe. A megmaradt részt felaprítom, és ezzel kezdem a főzést.

## Hogyan, mit és mivel készíthetünk a spárgából?

Főzhetjük, párolhatjuk gőzben, piríthatjuk zsiradékban, süthetjük sózva, borsozva, kicsit meglocsolva olvasztott vaj és barnacukor keverékével, vagy sonkaszeletbe tekerve. Minden formában ízletes. A lényeg az, hogy figyelmesen pucoljuk, mert a fás résztől keserű lesz az elkészített étel. Csak roppanósra főzzük, mert a túlfőtt spárga élvezhetetlen, csak krémlevesnek jó.

Főzhetünk belőle levest, salátát, köretet vajban párolva. Sajttal, tojással, virslivel dúsítva főétel is válhat.

Ízesíthetjük aprított petrezselyem-, lestyán-, bazsalikom-, kakukkfű- és zsályalevéllel vagy bármilyen hagymával, szerecsendióval és borsal.

### Mai menü (6 személyre):

- Spárgaleves
- Ananászos-diós pulykaragu (A Varga házaspártól érkezett recept alapján. Köszönjük!)
- Mézes-mentás sült banán

## SPÁRGALEVES

**Hozzávalók:** ½ kg spárga, 1 db nagy sárgarépa, 1 db közepes petrezselyem, 4 evőkanál olaj, egy púpozott evőkanál teljes kiőrlésű liszt, 2 l víz, 2 db leveskocka, ízlés szerint só, bors, 1 kávéskanál szerecsendió, 1 teáskanál cukor, 1 csokor petrezselyemlevél, pár db lestyánlevél, 1 dl tejszín, 4 evőkanál levestészta (kagyló v. csiga).

**Elkészítés:** A zöldségeket megtisztítom, a spárgát 1,5-2 cm nagyságúra, a sárgarépát és a petrezselymet nagyon vékony karikákra aprítom. Olajon, közepes hőmérsékleten, gyakran kevergetve félig megpárolom a zöldségeket (a spárga hajtásainak legzsengébb része nélkül), majd ráteszem a felaprított petrezselyem- és lestyánlevél felét és a cukrot. Még egy-két percig párolom a zöldségeket, majd rádobom a teljes kiőrlésű lisztet (normál liszt is jó). Újra hagyom pirulni, barnulni, majd egy-két perc után felöntöm vízzel. Sózom, borsozom, beleteszem a leveskockát és a szerecsendiót. 5-7 perc főzés után hozzáadom a zsemege spárgavégeket és a levestésztát. Kb. 5-6 percnyi forralás után kész a leves. Beleteszem a felaprított fűszernövénylevelek másik felét is, és a tejszínt.

## ANANÁSZOS-DIÓS PULYKARAGU VAJON PIRÍTOTT SPÁRGÁVAL, RIZZSEL /BURGONYAPÜRÉVEL

### PULYKARAGU

**Hozzávalók:** 50 dkg pulykamell (csirkemellel is készíthető), 20 dkg konzerv ananász, 5 dkg felezett dióbél, 1 csokor petrezselyemzöld, 2 dl tejszín, 1 púpozott evőkanál liszt, 5 dkg margarin, 0,5 dl száraz sherry vagy fehérbor, 2 kávéskanál szerecsendió, ízlés szerint őrölt fehér bors és só, piros húsú paprika (elhagyható).

**Elkészítés:** A pulykamellet vékony csíkokra vágjuk, majd megfuttatjuk a felhevített margarinon. Hozzáadjuk a kockára vágott ananászt és a dióbelet, azután reszelt szerecsendióval, borsal és sóval ízesítjük. Felöntjük az ananász levéllel, és pár perc alatt készre pároljuk. Amikor a hús megpuhult, tejszínből és lisztből készült habarással sűrítjük, majd pár pillanat alatt készre forraljuk. A tűzről levéve hozzáadjuk a sherryt, az apróra vágott paprikát és petrezselyemzöldet.

**Tanácsok:** A húskok szeletelését mindig a hús rostjaira merőlegesen kell végezni, mivel ez elősegíti a hőkezelés során a könnyebb és gyorsabb puhulást, az ízanyagok felvételét és a könnyebb rágást. Egy adag ételnek 120-130 g tiszta nyershúst kell tartalmaznia. A raguk készítése során csökkenthetjük ezt a mennyiséget, mivel más hozzáadott anyagokkal pótoljuk a húsmennyiséget. A szárnyasok mellhúsa a drágább húskokhoz tartozik, de a sütési veszteség ezeknél a legkisebb, alacsonyabb a kalóriatartalmuk és rövidebb az elkészítési idejük a szárnyasok többi testrészehez viszonyítva. A burgonyapüré elkészítésének módjáról és a rizs párolásáról már korábban írtam.

## VAJON PIRÍTOTT SPÁRGA

**Hozzávalók:** ½ kg spárga, 4 dkg vaj vagy margarin, 1 teáskanál cukor, ízlés szerint só, bors, sok petrezselyem- és lestyánzöld (szárított is jó, de el is hagyható), 1 nagy gerezd fokhagyma.

**Elkészítés:** A felaprított spárgát alufóliával bélelt tepsibe terítem, összekeverem a felsoroltakkal és végül a lereszelt fokhagymával. 180 fokos sütőbe tolva, 15 percig sütöm.

**Tipp:** A recept beküldői kínaikele-levelekkel, burgonyapürével és vegyes salátával készítették ezt a fogást. A leveleket sózták, borsozták, 5 dkg margarinon fedő alatt óvatosan megpárolták.

## MÉZES SÜLT BANÁN

**Hozzávalók:** 10 db banán, 5 dkg vaj vagy margarin, 10 teáskanál méz.

**Elkészítés:** A tepsi alját kikénelem a margarinnal. A banánokat hosszában félbevágom, a domború oldalukat először hosszában, majd néhány helyen keresztben is enyhén beirdalom. Az így előkészített banánokat vágott felükkel lefele sütőlapra helyezve, mézzel lecsurgatva 180 fokos sütőben 10-15 percig sütöm.

**Tipp:** Még finomabb, ha sütés előtt a feldarabolt banánok mellé mandulaforgácsot és mentaleveleket szórunk. Tálaláskor tehetünk rá tejszínhabot is.

Aki szeretné bármely háztartási munkához kapcsolódó praktikus és jól bevált megoldásait megosztani az olvasókkal, az küldje el az orbanneanna@gmail.com címre.





## Hurrá, gyermeknap!

napját az Országos Gyermekvédő Liga, és ezzel a II. világháborúig tartó évtizedes hagyományt teremtett.

Akkoriban nem alakult ki évente ismétlődő időpontja a gyermeknap megünneplésének, de többnyire májusban tartották meg országszerte a kétnapos rendezvényt, melyen a napernyőikkel a kezükben sétáló arisztokrata hölgyek, zöld perselyükbe gyűjtötték az adományokat.

Az adománygyűjtő gyermeknap nem volt egyedi Európában, de a kezdeményezés sajátosan magyar!

1950 óta május utolsó vasárnapján ünnepeľjük.

Ezen a napon minden nagyobb településen játékos programokat, versenyeket, báb- és színelőadásokat rendeznek a gyerekek számára.

A nyüzsgő programok és a gyermekforgatag helyett választhatjuk a csendesebb, bensőségebb természetjárást is. Tulajdonképpen mindegy, hogyan, mivel ünnepeľjük meg a gyermeknapot, a lényeg az együtt töltött idő, a közös élmény, amelyre hetekkel, hónapokkal később is örömmel emlékezünk...

*Forrás: Antalóczy Adél – Modern ünnepek c. könyvéből  
<http://nemzetikonyvtar.blog.hu>*

**Gyermeknap alkalmából bővített Gyermek-kuckó rovattal szeretnénk örömet szerezni az ünnepeľteknek!**

Május a tavaszutó, a virágzó élet, az ígélet hava. E hónap utolsó vasárnapján ünnepeľjük Magyarországon a gyermeknapot. A nemzetközi gyermeknapot a világ számos országában ünnepeľik, általában június 1-jén. Az ünnepet először Törökországban tartották meg 1920-ban, majd később a genfi Gyermekjóléti Konferencián 1925-ben. Célja, hogy – az önefelelt ünneplés és a szórakoztató rendezvények mellett – felhívja a figyelmet a nehéz sorban élő gyermekek körülményeire: a gyermekmunkára, az iskoláztatás hiányaira, a gyermekszegénységre és az elhagyott gyermekek sorsára is.

Hasonló indíttatású rendezvény létezett már a Monarchia idején is. 1906-ban rendezte meg első gyermek-

Benedek Elek

## VILÁGSZÉP NÁDSZÁL KISASSZONY

Egyszer volt, hol nem volt, hetedhét országon is túl, az Óperenciás-tengeren is túl, de még az üveghegyeken is egy sánta arasszal túl, volt egyszer egy király, s annak két fia. Az idősebbik fiú, ahogy egy kicsit fölcseperedett, s kiserkedett a bajusza, feleségül vett egy szép királykisasszonyt, de a kisebbiket hiába biztatta az édesapja; azt mondta, hogy ő addig meg nem házasodik, míg kerek e világon a legszebb királykisasszonyt meg nem találja.

– No, azt keresheted – mondotta a bátyja –, mert a legszebb királykisasszonyt én vettem feleségül.

– Hiszen szép a feleséged – mondotta a királyfi –, de nem hiszem, hogy még szebb ne volna ezen a világon. Hallja ezt a beszédet a kisebbik fiú fölnevelő dajkája, s mikor az idősebb királyfi továbbment, azt mondta a kicsi királyfinak:

– Bizony jól mondottad, hogy van ezen a világon a bátyád feleségénél szebb királykisasszony. Csakhogy sem a bátyád, sem a felesége nem árulják el neked, mert az a világszép királykisasszony a te bátyád feleségének a húga.

– No bizony, ha az, megyek is utána.

– Megállj csak, fiam – mondja az öregasszony –, nem találod azt meg az apja házában. El vagy az rejtve egy nádszálban. Hallottad-e hírét a Fekete-tengernek? Fekete-tengernek a hetvenhetedik szigetjében vagy három nádszál, a középsőben van a világszép királykisasszony, a két szélsőben a két szobalánya. De ezen a szigeten olyan nagy sötétség van, hogy a kardodat felakaszthatod rája. Aztán ha odatalálsz is, egy vén boszorkány őrzi a három nádszálat, s jobban vigyáz rájuk, mint a két szeme világára, mert csak addig ég az élete gyertyája, amíg valaki ezt a három nádszálat le nem vágja.

Hiszen a királyfinak sem kellett egyéb, felnyergelte legjobb lovát, s indult még aznap, hogy felkeresse a világszép Nádszál kisasszonyt. Ment hetedhét ország ellen, estére kelve beért egy rengeteg nagy erdőbe, rengeteg nagy erdőben betért egy kicsi házikóba. Nem lakott ott más, csak egy öregasszony. Köszönti az asszonyt illendőképpen, fogadja az is nemkülönben, s kérdi:

– Ugyan hol jársz itt, fiam, ahol a madár sem jár?  
 – Világszép Nádszál kisasszonyt keresem, aki a Fekete-tenger hetvenhetedik szigetjében egy nádszálban vagy on elrejtve. Ugyan bizony hallotta-e a hírét?

– Sem hírét, sem nevét nem hallottam, édes fiam, de túl a hegyen, kerek erdő aljában lakik a néném, az talán hallotta hírét. Hé, Mici, hopp elé a sutból! – szólt a macskájának –, igazítsd útba ezt a legényt!

Kiszökött a macska a sutból, s a királyfi ment utána. Mire pitymallott, megtalálta a másik öregasszonyt is. Elémondja, hogy mi jóban jár. Hallgat, hallgat az öregasszony, mintha erősen gondolkoznék, s aztán mondja:

– Hej, fiam, nem érsz te oda soha, világon való életedben, ha olyan paripát nem szerzesz, amely sárkánytejet szopott, égő paraszt evett, s tűzlángot ivott. De nini, mi van a fejedben? Ihol három aranyhajszál, ezt a három aranyhajszálat kihúzzom a fejedből, adok hozzá egy kilincsmadzagot. Mikor aztán kiérsz erre meg erre a magas hegyre, ott a madzaggal csapd meg a három aranyhajszálat, s egyszeriben elébed toppan a táltos paripa.

Kihúzza az öregasszony a királyfi fejéből a három aranyhajszálat, odaadja a kilincsmadzagot, köszöni szépen a királyfi, s meg sem állott, míg annak a magas hegynek a tetejére nem ért. Ott megcsapja a kilincsmadzaggal a három aranyhajszálat, s ím, halljatok csudát: ég-föld megzendül, száll levegőégből nagy erős vágatással egy aranyszőrű ménes, aranyszőrű ménesből kiválik egy paripa, szakad a

láng a két orra likán, s nyerít hármat egymás után, hogy megcsendült-bondult bele az egész világ, s csak elejébe toppan a királyfinak.

– Itt vagyok, kicsi gazdám!  
 De hallgassatok csak ide, mi lett a madzagból! Szép aranyos kantár, hogy csak úgy ragyogott, hogy csak úgy tündökölt.

– No, kicsi gazdám, hogy menjek? Úgy-e, mint a szél, vagy úgy, mint a madár, vagy még ennél is sebesebben: úgy, mint a gondolat?

Mondotta a királyfi:  
 – Mint a gondolat, édes lovam.

– Jól van, jól, kicsi gazdám, tudom én, mi a szíved szándéka. De addig hiába megyünk a Fekete-tenger hetvenhetedik szigetére, amíg meg nem jártuk a Napnak fényes pitvarát, s onnét egy égő sugarat el nem hozunk. Nekiereszkedik a táltos a levegőnek, felszáll, mint a madár, aztán nekivág, hasítja a levegőt, vágat, mint a gon-

dolat, s egy jó szempillantás nem telt bele, megérkeznek a Föld kapujához. Az ám, csakhogy a Föld kapujában két farkas állott istrázsát, s azt mondták, hogy addig be nem eresztik a kapun a királyfit, míg két font húst nem ad a lovából. Gondolja a királyfi, bizony nem adok én a lovam húsából, inkább adok a magaméból. Kivette a zsebéből csillagos bicskáját, kanyarított a combjából két font húst, odavetette a farkasoknak.

– Most már mehetek – mondták a farkasok.  
 Repült a táltos, s ím, jóformán be sem hunyta a szemét a királyfi, megszólalt a táltos:

– Nyisd ki a szemedet, kicsi gazdám, itt vagyunk a Napnak fényes pitvarában.  
 Leszáll a királyfi, s hát ott a Nap pitvarában van egy aranykád, aranykádiban tűzfürdő, megfürdött abban, gyémántszegezen aranytörülköző, abban megtörülközött, ezüstpolcon aranyfésű, azzal megfésülködött, s vala ottan egy talpig tükör, odaállott, s nézegette magát. De uramte-remtóm, halljátok csak, mi történt! Kijön a pitvarba egy haragos öregember, bizonyosan a Napnak a szolgálja, meglátja a királyfit, amint nézegeti magát a tükörben, nagy mérgesen ráfúj, kerekedik rettentő nagy szélvész, s úgy elfújja lovastul, mindenestül, hogy hetvenhét-ezer mérföldig sem ért földet a talpuk. Akkor meg leestek olyan sötét lyukba, hogy sem eget, sem földet nem láttak.

Hej, búnak ereszkedik a királyfi! Azt hitte, hogy soha, míg ez a világ s még két nap, meg nem látja az áldott fé-

nyes Napot, nemhogy annak egy sugarát a Fekete-tenger hetvenhetedik szigetére vihesse. Csúszva-mászva tapogattak elébb-elébb, hol kígyóra, hol békára léptek, s mikor vagy hét nap s hét éjszaka eltelhetett, akkor értek egy nagy vaskapuzhoz. Na, ide ugyan elcsúszhattak, mászhattak, mert itt meg egy százfejű sárkány állott istrázsát. Az ugyan által nem ereszti a kapun.

Sóhajtozott, tűnődött a szegény királyfi, hogy most már mit csináljon. Tapogatott erre, tapogatott arra a kezével, hátha másfelé mehetne, s ím egyszerre valami pálcácska akad a kezébe. Az ám, nem pálcácska volt ez, hanem furulya. Nagy bújában, bánatában belefújta a furulyába, s hát az olyan szépen szólt, hogy annál az angyalok sem muzsikálhatnak szebben. S mit gondoltok, mi történt? Az történt, hogy a százfejű sárkány szépen lefeküdt a földre, egy feje sem mozdult meg, úgy hallgatta a furulyaszót. De bezzeg nekibátorodott a királyfi is, s a vaskapun szépen kísétált.

Hát ahogy keresztülment a vaskapun, nyiladozni kezd a



– Itt vagyok, kicsi gazdám!  
 De hallgassatok csak ide, mi lett a madzagból! Szép aranyos kantár, hogy csak úgy ragyogott, hogy csak úgy tündökölt.

– No, kicsi gazdám, hogy menjek? Úgy-e, mint a szél, vagy úgy, mint a madár, vagy még ennél is sebesebben: úgy, mint a gondolat?

Mondotta a királyfi:  
 – Mint a gondolat, édes lovam.

– Jól van, jól, kicsi gazdám, tudom én, mi a szíved szándéka. De addig hiába megyünk a Fekete-tenger hetvenhetedik szigetére, amíg meg nem jártuk a Napnak fényes pitvarát, s onnét egy égő sugarat el nem hozunk. Nekiereszkedik a táltos a levegőnek, felszáll, mint a madár, aztán nekivág, hasítja a levegőt, vágat, mint a gon-

dolat, s egy jó szempillantás nem telt bele, megérkeznek a Föld kapujához. Az ám, csakhogy a Föld kapujában két farkas állott istrázsát, s azt mondták, hogy addig be nem eresztik a kapun a királyfit, míg két font húst nem ad a lovából. Gondolja a királyfi, bizony nem adok én a lovam húsából, inkább adok a magaméból. Kivette a zsebéből csillagos bicskáját, kanyarított a combjából két font húst, odavetette a farkasoknak.

– Most már mehetek – mondták a farkasok.  
 Repült a táltos, s ím, jóformán be sem hunyta a szemét a királyfi, megszólalt a táltos:

– Nyisd ki a szemedet, kicsi gazdám, itt vagyunk a Napnak fényes pitvarában.  
 Leszáll a királyfi, s hát ott a Nap pitvarában van egy aranykád, aranykádiban tűzfürdő, megfürdött abban, gyémántszegezen aranytörülköző, abban megtörülközött, ezüstpolcon aranyfésű, azzal megfésülködött, s vala ottan egy talpig tükör, odaállott, s nézegette magát. De uramte-remtóm, halljátok csak, mi történt! Kijön a pitvarba egy haragos öregember, bizonyosan a Napnak a szolgálja, meglátja a királyfit, amint nézegeti magát a tükörben, nagy mérgesen ráfúj, kerekedik rettentő nagy szélvész, s úgy elfújja lovastul, mindenestül, hogy hetvenhét-ezer mérföldig sem ért földet a talpuk. Akkor meg leestek olyan sötét lyukba, hogy sem eget, sem földet nem láttak.

Hej, búnak ereszkedik a királyfi! Azt hitte, hogy soha, míg ez a világ s még két nap, meg nem látja az áldott fé-

nyes Napot, nemhogy annak egy sugarát a Fekete-tenger hetvenhetedik szigetére vihesse. Csúszva-mászva tapogattak elébb-elébb, hol kígyóra, hol békára léptek, s mikor vagy hét nap s hét éjszaka eltelhetett, akkor értek egy nagy vaskapuzhoz. Na, ide ugyan elcsúszhattak, mászhattak, mert itt meg egy százfejű sárkány állott istrázsát. Az ugyan által nem ereszti a kapun.

Sóhajtozott, tűnődött a szegény királyfi, hogy most már mit csináljon. Tapogatott erre, tapogatott arra a kezével, hátha másfelé mehetne, s ím egyszerre valami pálcácska akad a kezébe. Az ám, nem pálcácska volt ez, hanem furulya. Nagy bújában, bánatában belefújta a furulyába, s hát az olyan szépen szólt, hogy annál az angyalok sem muzsikálhatnak szebben. S mit gondoltok, mi történt? Az történt, hogy a százfejű sárkány szépen lefeküdt a földre, egy feje sem mozdult meg, úgy hallgatta a furulyaszót. De bezzeg nekibátorodott a királyfi is, s a vaskapun szépen kísétált.

Hát ahogy keresztülment a vaskapun, nyiladozni kezd a

– Itt vagyok, kicsi gazdám!  
 De hallgassatok csak ide, mi lett a madzagból! Szép aranyos kantár, hogy csak úgy ragyogott, hogy csak úgy tündökölt.

– No, kicsi gazdám, hogy menjek? Úgy-e, mint a szél, vagy úgy, mint a madár, vagy még ennél is sebesebben: úgy, mint a gondolat?

Mondotta a királyfi:  
 – Mint a gondolat, édes lovam.

– Jól van, jól, kicsi gazdám, tudom én, mi a szíved szándéka. De addig hiába megyünk a Fekete-tenger hetvenhetedik szigetére, amíg meg nem jártuk a Napnak fényes pitvarát, s onnét egy égő sugarat el nem hozunk. Nekiereszkedik a táltos a levegőnek, felszáll, mint a madár, aztán nekivág, hasítja a levegőt, vágat, mint a gon-

sötétség, s mit látnak szemei? Jön elébe egy szépséges szép leány, aki nem vala más, mint maga a Hajnal, a Napnak legszebb s legkedvesebb leánya. Hogy történt, mint történt, én bizony nem tudom, úgy láttam, mint ma, elég az, hogy megtetszett Hajnalnak a királyfi, maga mellé ültette az ő szárnyas lovára, s vitte heted-hét ország ellen, emberi szem nem látta gyönyörűsége szép tartományokon keresztül. Először levitte a rézerdőbe. Ott dolgoztak a Nap favágói, vágták, döngették a fákat, rakták a szekerekre, s vitték a Nap konyhájára. Innét vitte az ezüsterdőbe. Ottan ezüstmadarak énekeltek szebbnél szebb nótákat, s az ezüstoffák háromszor egymás után szépen meghajoltak Hajnal előtt. Ezüsterdőből az aranyerdőbe vitte. Csengett az is az aranymadarak énekétől, s Hajnal előtt a fák háromszor egymás után szépen meghajoltak.

Ennek az aranyerdőnek a közepén volt a Hajnal kertje, ennek a kertnek a közepén a Hajnal gyémántpalotája, s ahogy megérkezett Hajnal, összegyűltek mind a ragyogó csillagok, aztán intett Hajnal, leszállott a levegőégből egy bíboros fellegkocsi, bíboros fellegkocsiban volt aranylóca, arra ült a királyfival, s azután úgy szállottak feljebb, feljebb, feljebb, mígnem fölértek a Napnak fényes pitvarába. Ottan kiválasztott Hajnal egy sugarat, szépen belefonta a királyfi hajába, s mondotta:

– Na, királyfi, most már mehetsz, megtalálod a Világszép Nádszál kisasszonyt.

S ím, abban a szempillantásban, honnét, honnét nem, ott terem a királyfi táltos paripája, fölpattan rá a királyfi, s vágattak hetedhét ország ellen, a Fekete-tenger felé. Hanem egyszer csak megszólal a táltos, s mondja:

– Hallod-e, kicsi gazdám, mindjárt ott leszek a Fekete-tenger hetvenhetedik szigetjén, de jól vigyázz, úgy vágj a három nádszálhoz, hogy egyszerre vágd le, mert különben vége az életednek. Azt a három nádszálát addig fel ne hasítsd, míg valami vízhez nem érünk, mert ha vizet nem tudsz adni nekik, szemed láttára szörnyethalnak mind a hárman.

Hét nap s hét éjjel vágatott a táltos, akkor értek a Fekete-tenger hetvenhetedik szigetére. Na, ez a sziget csakugyan olyan sötét volt, hogy a királyfi felakaszthatta volna rá a kardját. De a királyfi levette a süvegjét, megvillant a hajába font napsugár, s lett egyszerre ragyogó világosság. Hát csakugyan ott van a sziget közepén három nádszál, s amint a királyfi odaér, a három nádszál szépen meghajlik előtte, pedig szellő sem fúj. Kirántja a kardját a királyfi, megsuhintotta, s egy csapásra többől levágta mind a három nádszálát. S ím, a három nádszál tövéből fekete vér bugyogott ki, s valami keserves jajgatás hallatszott a földből. Az a fekete vér a vén boszorkány vére volt; a keserves jajgatás az ő jajgatása. No, ez ugyan nem árt senki léleknek, bátran visszaindulhatott tőle a királyfi. Szépen az ölébe fektette a három nádszálát, s mondta a lovának:

– No, most édes lovam, vigy az én hazámba; rég nem láttam apámat, anyámat.

Vágtatott a táltos hetedhét ország ellen, a királyfi meg csak nézte, nézegette a három nádszálát, szerette volna felhasítani, hadd lássa, csakugyan leány van-e bennük? Hátha csak hiába idebolondították a Fekete-tenger hetvenhetedik szigetére. Ő bizony elővette a csillagos bicsekáját, felhasított egy nádszálát, s kiesett belőle egy gyönyörűsége szép leány, a világszép Nádszál kisasszony egyik szobalánya. Az volt az első szava:

– Vízet, vizet, mert mindjárt meghalok!

De csak most ijedt meg igazán királyfi. Adott volna vizet, de nem volt sehol. Egy jó szempillantás sem telt belé, meghalt a leány, a két nádszálból pedig keserves sírás hallatszott. A szegény leányt siratták bizonyosan. Búsult a királyfi, majd felvetette a búbánat. Költögette a leányt, ébresztette, de hiába, nem ébredett az fel. Leszállott a lováról, sírt ásott a kardjával, s eltemette a leányt.

Aztán mentek tovább, s az ördög szállott-e belé, vagy mi, a jó Isten tudja, felhasította a másik nádszálát is.

Éppen úgy járt, mint először. Nem tudott vizet adni neki, s a világszép Nádszál kisasszonynak meghalt a másik szobalánya is. No de most megfogadta a királyfi, hogy a harmadik nádszálra vigyáz, mint a szeme világára. Hogy azt addig fel nem hasítja, míg valahol forrás-

vízhez nem érnek. Hej, pedig úgy szerette volna látni a világszép Nádszál kisasszonyt! De amerre mentek, mindenütt szörnyű nagy pusztaság volt. Nem láttak egy csepp vizet, majd meghaltak a nagy szomjúságban. Hanem egyszerre csak leszállott a táltos a levegőégből, éppen egy forrásvíz mellé.

– No, édes gazdám, most felhasíthatod a nádszálát. De előbb meríts vizet a süvegedbe.

Telemeríti a süvegét a királyfi, aztán szépen felhasítja a nádszálát, nehogy megsértse a világszép Nádszál kisasszony gyöngö testét, s ím, csak kipattan a nádszálból egy olyan szépséges szép leány, amilyent még emberi szem nem látott. Ott mindjárt egymás nyakába borultak.

– Te az enyém, én a tied, ásó, kapa s a nagyharang válasszon el minket!

Aztán felültek mind a ketten a táltos paripára, s a táltos egyet ugrott, kettőt szökött, leszállott a királyfi apjának az udvarába. Ott ült éppen a király a palota tornácában, ott ült az idősebbik fia is s a menyé is, de bezzeg volt álmélkodás! Már rég el is siratták a királyfit, nem hitték, hogy valaha lássák. S íme, megkerült. Elhozta a legszebb királykisasszonyt kerek e világon. Örült az öreg király, s mit csináljon a fia meg a menyé, örültek azok is. Csaptak lakodalmat, hét országra szólót, húzták a cigányok, járták a legények s leányok, még ma is járják, ha ugyan bírják.

Itt a vége, fuss el véle!



# 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/elofizetes](http://www.hetivalasz.hu/elofizetes)



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/elofizetes](http://www.hetivalasz.hu/elofizetes)

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

## Kreatív barkács ötletek

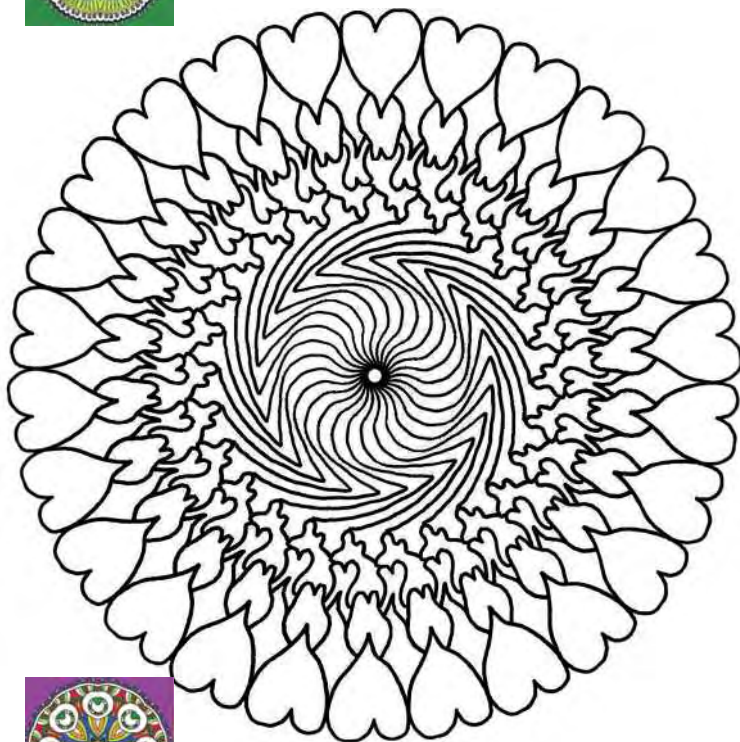


### LÁNYOKNAK

#### Fesd szivárványos színesre!

Gyermeknap alkalmából mind a lányoknak, mind a fiúknak szeretnénk kedvében járni kreatív rovatunkban. A kislányoknak ezúttal mandala színezőket kínálunk szórakozás-ként.

A mandala több annál, mint egy szép, a tér harmonizálását elősegítő díszítés. Tulajdonképpen egy sajátos, kör alakú szimbólumról van szó, amely egy középpont köré szerkesztett, geometriai ábrákból – körből, négyzetből, sokszögekből – és képekből felépített rendszer. Általánosságban a kör jelképezi a szellemiséget, a négyzet az anyagi világot, a színek pedig érzelmekkel töltik fel ezeket a területeket. A szimmetrikus motívumok alapjai Indiából származnak.



A mandala összetett szimbólum, több szinten értelmezhető. Legtágabb értelemben az egész univerzum megjelenítésére szolgál, és egy tökéletes világmodellt tükröz.

A mandalát a különböző meditációs gyakorlatok, a szemlélődés és elmélyülés segédeszközeként alkalmazzák Távol-Keleten, elsősorban Tibetben és Indiában. Módszer a megtisztulásra, a tanulásra, az informálásra és fejlődésre.

Kislányoknak kézügyesség-fejlesztő, elmélyülést, koncentrációt fejlesztő hatása miatt ajánlott. További mandalák ingyenesen letölthetők a [www.mandala-bilder.de](http://www.mandala-bilder.de) oldalról.

A mandala színeinek jelentése:

- Fehér: megkönnyebbülés, tökéletesedés, együttérzés, nyugalom.
- Fekete: titok, megérzés, belátás, újjászületés.
- Szürke: lelki gyógyulás, szelídség, szeretet, hűség.
- Sárga: barátságosság, fogékonyság, természet, intelligencia.
- Kék: elégedettség, ellazulás, harmónia.
- Tűzpiros: rettenthetetlenség, hatalom, változás, szerelem.
- Bíbor: emberszeretet, idealizmus, bölcsesség.
- Rózsaszín: érzékenység, a „belső” gyógyulása, egyetemes gyógyulás.
- Narancs: önkontroll, vitalitás, becsvágy, megérzés.
- Zöld: növekedés, bizalom, kapcsolat, gyógyulás, nyugalom.
- Barna: földközelség, stabilitás, tudatos kötődés a környezethez.
- Ezüst: érzékfölötti, természetfölötti képességek, áradó érzelmek, jólét.

*Forrás: <http://boldognapot.hu/blog/a-mandala-jelentese>*

### FIÚKNAK

#### Toll a kalapodra!



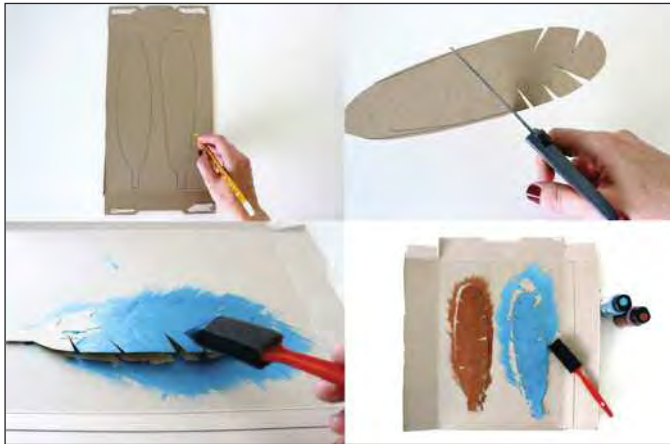
Gyermeknap alkalmából a vagány kislányoknak is szeretnénk a kedvezni! Indián fejdíszhez, kalap mellé, a bicikli kormányára vagy övre díszként remekül mutatnak a spagettitészta és papírból készült tolldíszek. Az eredmény, ígérem, pazar lesz, és ráadásul mindössze négy, otthon könnyen fellelhető hozzávalóra van szükség.

Hozzávalók:

- Kartonpapír, de a környezettudatosság jegyében kitűnően megfelel a műzlisdoboz is;
- Natúr színű, de még izgalmasabb a színes (pl: spenóttal dúsított zöld vagy a pirosas színárnyalatú paradicsomos) tészta;
- Változatos színű (metál) akril festékek.

## A készítés menete:

1. Rajzoljunk elő egy toll mintát a kartonpapírra. A végén hagyjunk egy kis szárat (ha fűzőlyukat is tervezünk, hagyjuk szélesebbre).



2. Ejtsünk kis bevágásokat a toll mindkét oldalán.
3. Fessük be akril festékkel. (A papír hullámossá válhat festés után, de ez a hatás száradás után elmúlik.)
4. Ragasszunk egy szál spagettit a toll közepére általános barkácsragasztóval.



5. Ragasszuk a méretre tört spagetti darabkákat a toll mindkét oldalára. Ennek legügyesebb módja, ha eleve ragasztót nyomunk a papírra, majd ráhelyezzük a tésztadarabkákat, egyiket a másik után. Gyorsan és könnyen haladhatunk, a ragasztó fehér színe pedig száradással eltűnik. Nem gond, ha a tészta túllóg a papír szélén. Az egyenetlen és rendezetlen módi ez esetben jól mutat!
6. A tollak felakasztásához egy zsinórra vagy zsinogra van szükség. Ötletes megoldás, ha fém fűzőlyukat teszünk a tollszárba. Így tartósabb és mutatósabb lesz a végeredmény.

## Néhány felhasználási ötlet:

- Bejárati ajtóra, falra, ablakba akaszthatjuk;
- Dekorálhatjuk a lámpaburát, használhatjuk asztali dekorációként is;
- Felfűzhetjük girlandnak, biciklire, övre díszként.



Önfelelt játékot és színes alkotásokat kívánok kis és nagy gyerekeknek!

Készült a <http://www.danamadeit.com> alapján

LÓDI VIKTÓRIA



Nézd meg a legújabb, 7. Garfield Különszám borítóját, és ennek alapján dönts el, melyik az igaz állítás:

- A. Garfieldék „ki bírja tovább pislogás nélkül”-t játszanak.
- B. Garfield egy rosszcsont, torkos macska.

A helyes választ beküldők között HÁROM Garfield Különszám 7.-et sorsolunk ki. **Beküldési határidő: június 30. elofizetes@drize.hu e-mail címre.**



# ÖRÖMHÍR



Szeretnénk örömmel bejelenteni, hogy újabb gyermek érkezésével nőtt a családuknak. Immáron 5+2-en vagyunk. **Kátoli Berta** nevű kislányunk 2014. január 8-án (Mohács) született. Kátoli Gábor



Szeretettel osztjuk meg veletek az örömhírt, hogy mire vége lett a télnek és megérkeztek a gólyák, ötszörös nagyszülők lettünk. Vera lányunkhoz Bendegúz, Zétény után, 2014. április 4-én megérkezett **Kiss György Előd**.

Örömmel tudatjuk, hogy 2013. május 19-én megszületett 4. gyermekünk: **Nagy Boróka**. Üdvözlettel: Cseke Enikő és Nagy Miklós

Örömmel tudatom, hogy mi is nagycsaládosok lettünk 2013. június 2-án, mert megszülettek Horváth Andrea kistestvérei: **Horváth Beáta** és **Horváth Zsuzsanna**. 51 és 52 cm-rel és 2900 g és 2950 g-mal. Üdvözlettel: Csorvási Ilona (anya) és Horváth Gábor (apa)



Hálás szívvel tudatjuk, hogy 2013. december 18-án megszületett 6. gyermekünk: **Baross Kökény Zsuzsanna**. Testvérei: Csanád, Kata, Boróka, Kende és Gyula, valamint az egész család nagy örömeire. Barossné Nagy Judit – Csillaghegyi csoport

Örömmel adjuk hírül, hogy a Zsigó családba negyedik gyermekként megszületett **Zsigó Csanád**. Baba és Mama jó egészségnek örvend. Gratulálunk! Gál Lászlóné Szolnoki NE

Judit lányomékhöz Anna után 2014. április 8-án megérkezett **Zsolczai Lilla**! Isten áldását, jó egészséget kívánunk az egész családnak! Vitális István és Vitálisné Judit – Monor

2014. március 19-én született meg a Bedő család harmadik gyermeke. A kis **Bedő Boglárka** reggel 9.05-kor látta meg a napvilágot, 3150 g-mal és 51 cm-rel bújt édesanyja ölelő karjaiba. Herédi Nagycsaládos Egyesület



Örömmel tudatjuk, hogy az Alacs családban megérkezett a harmadik gyermek: **Alacs Rebeka** 2013. december 18-án. Súlya: 3500 g, hossza: 53 cm. Akit már nagyon várt két testvére: Márk és Dávid. Immár rendes tagjává váltak a Tiszavasvári Nagycsaládosok Egyesületének. Mindenkinek jó egészséget kívánunk! Üdvözlettel: Tóthné Nácsa Irén



Frissen nagycsaládossá vált és belépett tagcsaláduknak örömhíre: megszületett Tóth Tibor és Tóthné Mezei Mária 3. gyermeke, **Tóth Adrienn** 2014. április 10-én 3250 g-mal, 48 cm-rel. Nagycsaládosok Kiskunfélegyházi Egyesülete

## MÉDIATÁMOGATÓINK

