

NOE

263–264. szám

2014



július-
augusztus

levelek



I. NAGYCSALÁDOS FESZTIVÁL

MINIKONFERENCIÁK

RÉGIÓS CSALÁDI NAPOK

PANNIKA FŐZŐISKOLÁJA:
Nyár-Nyár-Nyár!

KREATÍV BARKÁCS ÖTLETEK
Trópusi halak, dinnyés legyező

A CSALÁD MINDEN TAGJA SZÁMÁRA

VEZETŐ TESTÜLETEINK MUNKÁJÁBÓL

Önkéntes SZJA 1% felajánlás	3
Ellenőrző Bizottság: Helyesbítés	3
Írány a honlapunk!	3
Vezető testületeink munkájából	4



PROGRAMOK

I. Nagycsaládos Fesztivál	5
---------------------------	---



PÁLYÁZATOK

NagyCsaládiHáz pályázat	6
MNB Ösztöndíj Pályázat	6
PPKE Ösztöndíj Pályázat	6

A NOE ÉLETÉBŐL

Beszámoló a VDK 8. hétvégéről	7-8
-------------------------------	-----

MINIKONFERENCIÁK

9-13

RÉGIÓS CSALÁDI NAPOK

13-16

HELYI SZERVEZETEINK ÉLETÉBŐL

Bábszínház! Bábszínház és bábszínház!	17
Így ünnepelt Csongrád – Apák Napja és Gyermeknap	17
„TeSzedd!” a tiszta Ráckeveért	18
Újra Kölyök-kofák a csónakos piacon	18
Nagycsaládosok Gyereknepje	19



GYÁSZOLUNK

Csíki Sándor halálára	19
-----------------------	----

BESZÉLGETÉS

Szenvedélye a kutatás – Beszélgetés Windisch Mátéval	20-21
--	-------

CSALÁDI ÉLET

Dolce vita – édes élet	22
Házasságra előkészítő tanfolyam indul	23

ÉLETMÓD

Tanulási nehézségek 2.	23-24
Körömvirág	25
Apukáknak ajánljuk: Kerti bútorok felújítása	26
A korai hallásszűrés fontossága napjainkban	27-28
VitaPlus: ORS Egy nélkülözhetetlen útítárs	28



HÁZIASSZONYI PRAKTIKÁK

Pannika főzőiskolája: Nyár-Nyár-Nyár!	29-30
---------------------------------------	-------

GYERMEKKUCKÓ

Finn népmese: Az okos fiú	31
Kreatív barkács ötletek: Trópusi halak a gyerekszobában, dinnyés legyező	31-32
Rejtvények: Dörmögő és Garfield	32



APRÓHIRDETÉSEK, KEDVEZMÉNYEK 8, 21, 34, 35

ÖRÖMHÍR

36

Kiegészítő információ a 261. és 262. lapszámhoz

Kedves Tagság!
Ezúton szeretnénk tájékoztatni Benneteket, hogy a 261. és 262. lapszámokat költségkímélés szempontjából egyszerre terveztük kiküldeni felétek. Időközben derült fény arra, hogy a posta nem tudja teljesíteni ezt az igényt (a lapok csak külön kerülhetnek postázásra). Ebből adódott, hogy a Magyar Posta Zrt. májusban egymáshoz közel eső, de eltérő napokon postázta a küldeményeket a tagság számára. Elnézéseket ezúton is köszönjük! NOE Titkárság

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 265. számának lapzártája **2014. augusztus 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

www.csaladi-kartya.hu

E-mail: noe@noe.hu

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

Ebédpszünet: 12.00-12.30

A NOE számlaszáma:

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

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

2151 Fót, Dózsa Gy. út 12-14.

Bertalan Zoltánné, Angéla

Tel.: 70/3392-955

Balaton Régiós Iroda

Molnárné Budai Angelika

Tel.: 70/6144-978

Közép-magyarországi Régiós Iroda

2200 Monor, Kossuth L. u. 65-67.

Szőnyiné Gábor Mária

Tel.: 70/9343-339

Vitálisné 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.



Önkéntes SZJA 1% felajánlás

Kedves Nagycsaládos Tagtársak!

A személyi jövedelemadónk civil szervezetek részére felajánlható 1%-áról való rendelkezéssel nagyon sokan éltünk a korábbi években. Mindenki belátása szerint a saját helyi közösségének, gyermekei iskolája, egészségügyi szervezetek vagy a NOE számára tudta ezt a támogatást nyújtani.

A NOE megalakulása óta küzdött azért, hogy a gyermeknevelés költségeit a társadalom elismerje a jövedelemadóztatás során. Ennek a több mint két évtizedes kitaró munkának komoly szerepe volt a gyermekek után járó nagymértékű adókedvezmény 2011. évtől történő bevezetésében.

A 3 és többgyermekes családok által igénybe vehető családi adókedvezmény eredményeképp a nagycsaládosok többsége a jövedelme után lényegesen kevesebb személyi jövedelemadót fizet, vagy éppen teljesen adómentessé vált. Majd, mivel nem minden családnak jelent egyforma segítséget ez az adókedvezmény, a tagcsaládoktól érkezett észrevételeket, javaslatokat a NOE továbbította a döntéshozók felé. Az érdekképviseleti munka újabb sikere volt, hogy 2014-től a családi járulékkedvezménnyel havonta további tízezrek maradnak a családi kasszában.



Emiatt azonban a NOE számára töredékére csökkent az SZJA 1%-ból származó, korábban évente több milliós bevétel.

A családi adókedvezmény nyerteseiként továbbra is támogathatjuk a NOE-t az adókedvezményünk 1%-ával – immár önkéntes alapon, a szolidaritás elve szerint. Aki élni tud a családi adókedvezménnyel, annál még így is ott marad a kedvezmény 99%-a!

Aki szívesen csatlakozna az önkéntes 1% felajánlásához, megteheti az összeg NOE 11705008-20109369 számú bankszámlájára történő átutalással.

A megjegyzésben kérjük feltüntetni:
**önkéntes 1%,
„családnév”**

Az így felajánlott adományokat a NOE Alapszabályában megjelölt közhasznú célokra és az azok elérését szolgáló működési költségekre szeretnénk felhasználni.

Köszönettel:

GYERTYÁS JÁNOS
ELNÖKSÉGI TAG

VARGA ANIKÓ
FŐTITKÁR

Helyesbítés

Az Ellenőrző Bizottság által a 2013. évről a közgyűlés elé terjesztett jelentés 1. pont utolsó mondatában tévesen rögzítettük a közhasznú társaságok nyomtatványhasználatára vonatkozó utalást. A közgyűlés előtt elhangzott szóbeli kiegészítésben ezt észlelve a tévedést már kijavítottuk. Szükséges azonban a NOE Levelekben megjelent jelentést is oly módon korrigálni, amely szerint az 1. pont utolsó mondata kimarad.

A tévedésért szíves elnézést kérünk.

DR. AVVAKUMOVITS GYÖRGY, EB ELNÖK



Kedves Tagtársak!

Érdeemes figyelemmel kísérni honlapunkat, mely képi és szöveges tartalmával szinte naponta megújul!

Lehet az program, aktuális híryanag, képgaléria, üzenet vagy akár kedvezmény, biztos, hogy minden alkalommal találtok valami újat a

www.noe.hu-n!

Nagycsaládosok Országos Egyesülete www.noe.hu



Vezető testületeink munkájából

MÁRCIUS

4-én Varga Anikó részt vett a Miniszterelnökségen a „Mozgásban az ifjúság” című EU-s kezdeményezés-csomag előkészítő találkozáján.

Az 5-iki elnökségi ülésén az elnökség 43 egyéni tagcsalád és a Nagycsaládosok Sümegi Egyesületének felvételéről döntött.

Határozat született még a Bárka 2009. Nonprofit Szolgáltató Kft.-nek nyújtott 300 000 Ft tagi kölcsön visszafizetésének elengedéséről, továbbá az MNB ösztöndíj-pályázattal kapcsolatban, valamint a Családbarát Önkormányzat Díj pályázat kiírásáról.

12-én a Tudatos Vásárlók Egyesülete szervezésében **Medve Zsuzsa** az agrárbeszélők érdekelési lehetőségeiről szervezett szimpóziumon vett részt a Magnet Közösségi Házban.

ÁPRILIS

A 2-i elnökségi ülésén az elnökség 47 család felvételéről döntött. Az elnökség egyhangúlag elfogadta a Mandátumvizsgáló Bizottság és a Szavazatszámoló Bizottság összetételét.

Az elnökség egyhangúlag támogatta a Liget Budapest Projekttel kapcsolatos partnerség kialakítását. Az elnökség pozitívan fogadta az Egyesület 2014. évi költségvetésének tervezetét.

3-án Medve Zsuzsa és **Garancsy Georgina** részt vett az Alapvető Jogok Biztosának Hivatala által szervezett „Ombudsmani Esték” című előadáson.

3-án a Fényes Elek Műhely, a Központi Statisztikai Hivatal, valamint a Magyar Szociológiai Társaság Társadalomstatistikai Szakosztálya által szervezett „Családi kohézió – a szülők és a gyermekek társas együttléte a mindennapok világában” című pódiumvitan Egyesületünket **Székely Hajnalka** képviselte.

A 19-iki rendkívüli elnökségi ülésén az elnökség a NOE-nak a közgyűlés elé terjesztendő 2013. évi pénzügyi és számviteli jelentését egyhangúlag pozitívan fogadta, valamint tudomásul vette a könyvvizsgálói jelentést.

24-én Székely Hajnalka részt vett a NAKVI (Nemzeti Agrárszaktanácsadási, Képzési és Vidékfejlesztési Intézet) rendezvényén és e szervezettel együttműködési szerződést írt alá.

28-án Székely Hajnalka a Liget Budapest Projekt előkészítésén vett részt a Szent István Gimnáziumban.

29-én Borsos-Szabó Ágnes képviselte a NOE-t a „Munka kisgyermekkel” program (MuKi) záró konferencián.

29-30-án az EU csatlakozás 10. évfordulója alkalmából rendezett konferencián **Joó Kinga** vett részt.

MÁJUS

A 7-i ülésén az elnökség 63 egyéni tagcsalád felvételéről döntött és örömmel fogadta a Móraalmi Csoport megalakulását.

9-én Székely Hajnalka képviselte Egyesületünket a Képviselői Irodaházban megrendezett „Védjük meg az Erzsébet-program jövőjét!” elnevezésű eseményen.

12-én Kiss Márta részt vett a Katolikus Ifjúsági és Felnőttképzési Egyesület (KIFE) Szakmai Napján, melynek fő témája az volt, hogy az új Polgári Törvénykönyv kapcsán mi változott, mire figyeljenek a civilek.

15-én Székely Hajnalka a Nemzetközi Családnapi alkalmából konferencián vett részt a Magyar Tudományos Akadémián, melynek keretében „Civilek a családokért” címmel kerekasztal-beszélgetésen is képviselte a NOE-t.

EGYED ÉVA

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 számtalan színes programmal várunk Benneteket!
Ízelítőül néhány kedvcsináló lehetőség:

- Szemügyre vehetitek az Opel egyik családi autóját,
- A Fotókuckóban mosolygós családi fotók készülhetnek profi fotósok segítségével;
- Az Orient Csarnokban a Vidékmustra kiállítói kóstolóval hívogatnak Benneteket és ínycsiklandozó étkeiket kínálják eladásra.

További tudnivalók:

- A Fesztiválon lehetőség lesz többek között kézműves termékek, élelmiszerek és könyvek megvásárlására is!
- A Vasúttörténeti Park kínálatában szereplő hajtányozás, Csajka sínautó, kerti kisvonat, valamint terepasztalok igénybevétele önköltséges.
- Szervezett étkezés nem lesz!
- Véraladási lehetőség várja az önzetlen segítőkét!

Kérjük, hogy a budapestiek lehetőség szerint vasárnap látogassanak ki a Fesztiválra!
Várjuk jelentkezésüket!
EGYED ÉVA, RÓNAI VIKTÓRIA



Vasúttörténeti Park
2014. szeptember 13-14.
(szombat, vasárnap)

I. Nagycsaládos fesztivál

A VASÚTTÖRTÉNETI PARK BELTÉRI PROGRAMJAI

ORIENT CSARNOK – SZÍNPAD

- zenés, táncos produkciók
- irodalmi és színházi előadások
- kézműves játszóházak
- kulturális programok

A VASÚTTÖRTÉNETI PARK SZABADIÉRI PROGRAMJAI

- Interaktív gólyalás bohóc műsor
- Nemzeti műszaki muzeális értékek
- Fővárosi Vízművek bemutatója
- Mesemondás és népmesei ihletésű jelmezek jutalmazása
- Állatsimogató

A CSARNOK SZABAD TERÜLETÉN

- Kézművesek utcája
- Vidékmustra
- Szakiskolák bemutatkozása
- Nagycsaládos családi gazdaságok
- Autó bemutatók
- Partner cégeink bemutatkozása
- Kulturális partnereink ajánlatai
- Meseposta
- NOE TOTÓ
- Családi fotókuckó
- MTVA Közösségi Arculat fotózás

Lufi hajtogatás
Dörmögő Dömötör és Garfield

honlap: fesztival.noe.hu
e-mail: fesztival@noe.hu





Kedves Tagtársak, készüljétek – lesz NagyCsaládiHáz pályázat!!!

Örömmel adjuk közre a hírt, hogy az építőipari támogatói csoport az idén is meghirdeti két új építésű családi ház támogatását. Mint tudjátok, ez a szocpolt jelentősen meghaladó értékű építőanyag formájában nyújtott segítség.

Már három éve 2-2 család részére pályázat formájában nyújtott adomány több NOE-s család számára lehetővé tette, hogy igazi otthonuk lehessen. Ez a 2015. évben is így lesz.

Mivel több család jelezte, hogy nem jut el időben hozzájuk a hír, illetve, hogy a rendelkezésükre álló idő rövidsége miatt nem volt lehetőségük a tervek elkészítésére, illetve eddigi ingatlanuk eladására, a tá-



mogatók ennek érdekében már most döntést hoztak, hogy a 2015. évben is folytatják a támogatást.

Így lehetőségük van a családoknak arra, hogy számba véve erejüket, lehetőségeiket, dönthessenek az építkezés elkezéséről. Elegendő idő áll rendelkezésre még a tervek elkészítésére, engedélyeztetésére is.

A pályázati felhívást a NOE Levelek következő számában és a honlapon tesszük közzé. Tájékozódhattok még az előző évi kiírásokból is, amiket megtalálhattok a NOE honlapján.

Kérlek benneteket, hogy értesítsétek egymást erről a páratlan lehetőségről. Senki ne maradjon le amiatt, hogy nem tudta meg időben!

KISS MÁRTA

Ősszel ismét MNB Ösztöndíj Pályázat!

Kedves Tagtársak!

Az idei évhez hasonlóan valószínűleg a 2014/2015-ös évben is kiírásra kerül a Magyar Nemzeti Bank ösztöndíjpályázata. Támogatásával az első évfolyamos, nappali tagozatos, gazdasági szakon (pl. pénzügyi és számviteli szak, közgazdászképzés, gazdálkodás és menedzsment képzések, gazdaságtudományi szakok) tanuló diákok részesülnek ösztöndíj támogatásban.

Az államilag támogatott alapképzésben gazdasági tanulmányaikat megkezdő diákok részére kiírt pályázat célja a nehéz anyagi körülmények között élő, szociálisan hátrányos helyzetű, ugyanakkor tehetséges diákok támogatása.



Kérjük, kísérjétek figyelemmel honlapunkat (www.noe.hu) a további információk és pályázati feltételek ügyében.

NOE TITKÁRSÁG

Pázmány Ösztöndíj Pályázat – újra!

A 2014-2015-ös tanévben várhatóan újra indul a Pázmány Péter Katolikus Egyetem ösztöndíj programja, melynek célja a nagycsaládban felnőtt gyermekek felsőfokú tanulmányainak elősegítése.

A PPKE az önköltséges képzési for-



mában tanuló NOE tagcsaládok gyermekei számára biztosít ösztöndíjat.

A pontos kiírás és feltételek megismerése érdekében kérjük, figyeljétek aktívan a www.noe.hu-t!

NOE TITKÁRSÁG

Beszámoló a Varga Domokos Nagycsaládos Közéleti Kollégium nyolcadik hétvégéjéről



Európa pozitív jövője rajtunk is múlik!

Nyolcadik kollégiumi hétvégénk a búcsú árnyékában telt, hiszen programunk a végéhez közeledik, csak a nyári szabadságot van hátra. Sajnos, sokan nem is tudtak eljönni, ami még jobban felerősítette, szinte előre realizálta az érzést, hogy már nem sokáig leszünk így együtt.

A Népfőiskolán megkezdődtek a fejlesztési munkálatok, érdeklődéssel nézegettük, vajon hol, mi lesz még szebb és jobb a jövőben. Kicsit „irigykedve”, szomorúan gondoltunk arra, hogy kedves intézményünknek ez az új arca, már új kollégistákra fog majd mosolyogni...

Minden a búcsúzásról szólt, egyre többször, egyre komolyabban került szóba, hogy ha nem is a Népfőiskolán, de azért jó lenne tartani egymással a kapcsolatot és időről időre találkozgatni. Sok minden történt ez alatt a két év alatt, a csoportban két házasság kötöttet, három baba született. Érden elindult a Hungarikum Klub

Brunczvik Attila és felesége, Ildikó vezetésével, a mi kollégiumunkból pedig kinőtte magát a Gyarmati Dezső Ifjúsági és Sport Kollégium, melyet Szíjártó Zsolt és Németh Mariann fog vezetni.

Péntek este a vacsora után először beszélgető kört tartottunk, hogy megtudjuk, kivel mi történt a legutóbbi időszakban. Katát búcsúajándékkal örvendtettük meg!

A szombat reggelt sokan sportosan, úszással kezdték, majd első előadónk a NOE új főtítkára, Varga Anikó volt. Elmondása szerint arra szeretné felépíteni a terveit, hogy az érdekvédelem és az értékvédelem egymást erősítve, a másik számára is teret hódítva tudjon eredményeket elérni az elkövetkezendő időszakban. Később mi is megoszthattuk, hogy hol, melyik területen látjuk még leginkább szükségét a fejlődésnek.

Következő előadónk Szimlerné Medveczki Andrea volt, a Családjainkért Alapítvány koordinátora, aki az E.ON programról és a tehetség gondozásról beszélt. Az alapítvány NOE-s berkeken belül alakult meg 1991-ben, alapítója, dr. Balogh László kezdeményezésére, aki hosszú távú ösztöndíjprogramot szeretett volna létrehozni a tehetséges, de nehéz körülmények között élő fiatalok számára. A családkonzolidációs program negyedik-ötödik osztálytól kíséri a gyerekeket egészen addig, míg valamilyen szakmát nem szereznek.

Csillik Dilara a Magyar-Ázsia Társaság elnöke „Protokoll a gyakorlatban” címmel tartott előadást, felhívta figyelmünket az öltözködésben és a viselkedésben előforduló lehetséges bakikra. A beszámolót szórakoztató anekdoták tették még emlékezetesebbé.

Ebéd utáni első előadónk Joó Kinga NOE elnökségi tag, az Európai Gazdasági és Szociális Bizottság tagja volt, aki a családpolitikáról beszélt Európa tükrében.

Május 16-a a Családok Nemzetközi Napja, május 9-e Európa-nap, tulajdonképpen az Európai Unió születésnapja. 1950. május 9-én Robert Schumann, az akkori francia külügyminiszter tartott egy beszédet, amely Schumann-nyilatkozat néven vált ismertté. Ebben megalapozta a modernkori Európai Unió gondolatát.

1950 az Emberi Jogok Európai Egyezményének születési éve is, ami az Európa Tanácsnak volt köszönhető. Keretbe foglalta az egyéni és kollektív jogokat, amelyből

ki tudott nőni az EU Alapjogi Kartája. Ebben esik szó uniós szinten először a családról: „A család jogi, gazdasági és szociális védelmet élvez”. A családpolitika azonban nincs harmonizálva, nemzeti hatáskörben van. Nálunk most benne van a politikai fősodorban, ennek megőrzésére kell törekednünk. Két nemzetközi programot is kiemelt Kinga, az



Európa a Polgárokért Programot és az Erasmus Plus Programot. Az EPP célja testvérvárosi találkozók szervezése, hogy összehozza a résztvevő települések polgárait, biztosítva, hogy az önkormányzati együttműködés mellett erős informális, személyes kapcsolatok alakuljanak ki közöttük. Magyarország ebben történelmi múltja miatt nagyon sikeres. Az EP az oktatást, az ifjúsági területet és a sportot is magában foglalva hét programot egyesít és vált fel.

A délután második előadója Bérces Dóra, a Kecskeméti Szatyor Közösség elnöke volt, aki az egyesületről és a közösségi bevásárlásról beszélt, mondandóját rögtön kóstolóval is fűszerezve. A szervezet pesti példa nyomán jött létre, a Zöld Szatyor, más néven Szatyor Bevásárló Közösség mintájára. A szatyor közösségek lényege, hogy tagjaik számára olyan ételek könnyű elérhetőségét biztosítja, melyek egyrészt helyi, másrészt organikus vagy kémleletes termelésből származnak. A tagok ismer-

rik a termelőket, a termelési, előállítási körülményeket. A kapcsolat a kölcsönös bizalmon alapul, a működtetés önkéntes.

Kiss-Rigó László szeged-csanádi megyéspüspök „Krisztus, egyház, jövő” címmel Európa keresztény gyökereiről beszélt, és biztatott a személyes kapcsolat kiépítésére, megélésére Istennel, mondván, ki kell használni a lehetőséget a töltekezésre. 23. János pápa és a II. Vatikáni Zsinat pozitív módon fogalmazta meg az egyház saját magáról alkotott képét. Az elmélet az egyházat koncentrikus körökben ábrázolja, melynek belsejében



vannak az Istennel személyes kapcsolatot ápoló hívő emberek, de a legkülső körben megtalálható az egész emberiség.

Érszegi Márk Aurél Vatikán-szakértő „Szentszék a nemzetközi kapcsolatokban” címmel tartott előadást. Ennek kiemelendő gondolata, hogy a római pápa küldetése világszerte az egyház egységének fenntartása és a hitben való megerősítés, ezért a pápai diplomácia nagyon kiterjedt. A Szentszék a római pápa hivatalát és nem a személyét jelzi. A nemzetközi szervezetek életében aktí-

van részt vesz, tulajdonképpen már akkor nemzetközi diplomáciát folytatott, amikor még nem is alakult ki a mai értelemben vett nemzetköziség. 1929-ben szuverén államot hoztak létre számára, a Vatikánt, hogy a Szent- atya függetlensége biztosítva legyen.

Vacsora után ez alkalommal Budai László kétszeres argentintangó-világbajnok „Ismerkedés az argentin tangóval” című estje következett. Ennek keretében először bizalom-játékokat játszottunk, majd ki lehetett próbálni magát a szenvedélyes táncot, végül pedig megtekinthet- tük, hogyan is csinálják a profik.

A vasárnap reggelt, aki akarta, Szentmisével kezdhetette. Az atya hangsúlyozta, milyen fontos szerepük van a családoknak a társadalomban, hiszen egyedül a gyermekek által tudunk igazán befolyást gyakorolni a jövőre, amely olyanná válik, amilyenné tesszük.

A délelőtt hátralevő részét Kwaysser Dominika hatgyermekes édesanya csoporttár- sunk családi gazdaságában töltöttük, ahol szeret- tetteljes fogadtatás és kiadós sajt- és egyéb kós- toló várt bennünket. A gazdálkodás ötlete onnan eredt, hogy, ha már adott a szép kert, szerette volna kihasználni, hogy, amit lehet, maga ter- meljen meg a családja számára. Később, ahogy egyre ügyesebb lett, maradt főlősleg, és arra is rájött, mennyire élvezzi, hogy a keze alatt nőnek az állatok, terem a gyümölcs, a zöldség, a fű- szernövény, és az állandó tanulás, melyet a ve- lük való kapcsolat, folyamatos munka jelent.

A vasárnapi ebéd alatt mind szomorúan gondoltunk arra, hogy ezeknek a közös pillanatoknak lassan már majd csak az emlékeiből táplálkozhatunk. Most azonban a saját bőrünkön érezhettük, miért olyan fontos a közös múlt, a gyökerek, a kisebb-nagyobb közösségek életé- ben. Ez nyújtja a testvérhatást, melytől a másik ember is érdekessé válik a szemünkben, és az ő érdekeit is fon- tosnak látjuk.

TÖLGYES ESZTER

KEDVEZMÉNYEK

SOS UPS Ambulancia Kft. 1134 Budapest, Angyal- földi út 23. (ügyfélparkoló az udvarban) (H-P: 8-17)
☎ 06-1/350-5170 fax: 06-1/349-6721
e-mail: ugyfelszolgalat@sosups.hu

NOE tagsági igazolványra 5% kedvezménnyel:
– szervizeltetheti szünetmentes áramforrásait;
– vásárolhat akkumulátorokat, felújított szünetmentes tápegységeket garanciával, utángyártott eszközöket. A kedvezmény egyéb akcióval-engedménnyel nem vonható össze.

<http://www.sosups.hu/> **WEB áruházban** a NOE- tagok 5% kedvezményben részesülnek akkumuláto- rok-, felújított szünetmentes tápegységek (garanciá- val), illetve utángyártott eszközök vásárlási tételeiből

(a szállítási költség kivételével). Regisztrációnál a megjegyzésben kérjük feltüntetni: „NOE” és a tagkár- tyá számát. A kedvezmény egyéb akcióval-enged- ménnel nem vonható össze.

HADRAN SHOW KFT. DINOSZAUROSZ KIÁLLÍTÁS
☎ 06-70/943-4310 web: www.hadran.hu
NOE-tagok a Dinoszaurusz kiállításra 10% kedvez- ményt kapnak a jegyek árából.

SÓSTÓI LOVASKEMPING ÉS TURISTAHÁZ (4431 Nyíregyháza, Sikló u. 25.)
☎ 06-20/994-4475 web: www.sostoilovasklub.hu
NOE-tagok 10% kedvezményt kapnak a szolgáltatások árából.

Család és generációk – Csongrád



A Bölcső Nagycsaládosok Csongrádi Egyesülete is csatlakozott a „Család és Európa” elnevezésű minikonferencia-sorozathoz. „Család és generációk” címmel tartottunk értékes, családi hangulatú beszélgetést. Minden résztvevő feltöltődve, a mindennapok problémáiból kikapcsolódva kelt fel a közönség soraiból.

Minket, nagycsaládosokat érintő olyan témák merültek fel, mint a generációk együttélése, a fiatalok külföldi munkavállalásával kapcsolatos érzelmi tényezők, a gyermeknevelés, a vallás és a család. A kötetlen beszélgetésbe a hallgatók is bekapcsolódtak.

Megerősítve egymást, jó hangulatú órákat töltöttünk együtt. A konferencia előadóit, Gilicze Andrásné református lelkész asszonyt, dr. Gulyás Katalin nyugalmazott háziornost (egyesületünk tagját), Pallaginé Forgó Edit nyugalmazott gyógypedagógust (volt egyesületi elnökünket) Juhászné Hajdú Anikó riporter kérdezgette.

ERŐSNÉ SZABÓ MÁRIA



Egészségtudatos táplálkozás – Kaposvár



Kapcsolódva a NOE kezdeményezéséhez, a kaposvári egyesület is megrendezte 2014. május 17-én minikonferenciáját, melynek témája: „A család és az egészségtudatos táplálkozás”. Helyszínül a Kaposvárhoz közeli Deseda melletti Gátórházat választottuk.

Előadónak a Somogy Megyei Kormányhivatal Népegészségügyi Szakigazgatási Szervének munkatársát, Felde Katalint kértük fel, aki a Megyei Egészségfórum – melynek egyesületünk is tagja - koordinátora.

A szép számú hallgatóságot lenyűgözte a színvonalas előadás, nagy érdeklődéssel követték a „civilben” dietetikus szakember közérthető, sok-sok ábrával, egyéb képekkel illusztrált vetítését.

Fontos információkkal lettünk gazdagabbak és „egészségtudatosabbak” (pl. testtömeg-index számítása, az egyes alkati típusok jellemzői, táplálkozásunk és az anyagcsere-betegségek összefüggései, a D-vitamin szerepe a csontritkulás megelőzésében, a túlzott cukor- és sófogyasztás következményei). Praktikus tanácsokat és egyúttal fontos információkat kaptunk, melyeket ezentúl tudatosan alkalmazhatunk.

A reklámoknak a személyiségünkre gyakorolt negatív hatása is szóba került. Az energiaitalok fogyasztásának veszélyére is figyelniünk kell! Javasolta, hogy a napi folyadékbevitel víz, gyümölcslé, limonádé, zöldséglevék formájában 2-2,5 l mennyiségben

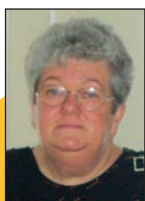
történjen. Az előadó hangsúlyozta: „Nincs tiltólista, csak mérték!”.

Kiemelte a mozgás fontosságát is a szabadban és lehetőleg csoportban. A szülő példáját a gyerek másolja, tehát mutassunk jó példát a gyerekeknek!

Az előadás után lehetőségünk nyílt ételkóstolóra. Csupa egészséges finomság került terítékre. Igyekezünk megmutatni az előadónak, hogy mi is próbálkoztunk: tudatosan készültek az ételek cukormentesen, telített zsírsavaktól mentesen, sószegényen, vitaminokban gazdagon.

TÖRÖK FERENCNÉ





A család fontossága, nevelő szerepe – Köröstarcsa

A Nagycsaládosok Köröstarcsai Egyesülete május 17-én tartott minikonferenciát a helyi Szabó Károly Művelődési Házban. A rossz idő miatt csekély számú, de annál lelkesebb érdeklődő előtt dr. Patzer Tímea a család fontosságáról, nevelő szerepéről tartott előadást. Párhuzamot húzva összehasonlította a családban betöltött hajdani és mostani szerepeket, bemutatta a jelen válságos voltát és ennek negatív hatásait e kis életközösségre. Előadása végén pedig elemzett néhány gyakori nevelési hibát, amelyekkel gyakorló szülőkként sokszor találkozunk. Előadását sokszínű idézetekkel fűszerezte, melyeket halk zenei kíséret mellett vetített ki.

Második előadóként dr. Bácskay Tamás arra hívta fel a figyelmet, hogy a társadalom alappillére a család, de ne feledkezzünk meg a környezetünkről, a Földről sem, hiszen az ad életteret társadalmunknak. Előadásában érintette a fenntartható fejlődés, az ökológiai lábnyom, az alternatív energiaforrások, a passzív ház fogalmát. Tájékoztatót a szél-, a nap-, a víz- és a geotermikus energia felhasználási lehetőségeiről. Végül ráirányította a hallgatóság figyelmét a víz- és környezetvédelem, va-



lamint a szelektív hulladékgyűjtés fontosságára.

A konferencia zárásaként Bögre Mariann egy rendkívül fontos és elgondolkodtató témát tárt a jelenlévők elé: a kábítószer, a kábítószer-használat és a függőség kérdéseit. A drogambulancián is dolgozó szakember tanulságos történeteket és értékes információkat osztott meg a hallgatósággal. Előadásának és a konferenciának zárógondolatát így fogalmaztuk meg közösen: „a családban hatalmas erő lakozik”.

RÓBERT LÁSZLÓNÉ



A család értéke 50-70 évvel ezelőtt és ma – Ópusztaszer

A NOE felhívásának eleget téve 2014. május 17-én rendeztük meg az Ópusztaszeri Gyermekszív Nagycsaládos Egyesület által szervezett „minikonferenciá”-t.

Célunk bemutatni a család értékeit, a generációk közötti együttműködést, a gyermeket vállaló és nevelő családi élet összehangolása a munka világával és a társadalmi környezetben.

70 évre tekintett vissza Tari Istvánné, aki kilencgyermekes családban nőtt fel. „...Hétéves voltam, amikor a háború ideje alatt áttelepítettek Cabonáról Magyarországra a Dráva folyón át Szulokba. A szüleimnek mindenüket ott kellett hagyniuk, pedig mindenünk megvolt. Először nehe-

zen fogadtak be minket, majd egy kedves család segítő kezét nyújtott az újrakezdéshez. Sorsunk további alakulásában az

összetartás, a család szeretete, hitünk, reménykedésünk és a megbecsülés tartott össze bennünket.”

50 évre visszatekintve a Héjjas család mesélte el, hogy nekik sem volt könnyű három gyermeket felnevelni. „Minket is a család szeretete és a sok esti beszélgetés segített át a nehézségeken. Problémáinkat közösen beszélgettünk meg, hogy hogyan tudnánk megoldani.”

A „Családok a társadalmi környezetben” témában Antal Imre plébános osztotta meg velünk gondolatait. „Én is 5 gyermekes erdélyi családban nőttem fel. A gyermekek nevelésére bizony oda kell figyelni, mert különben elkallódnak. Nálunk is megvoltak a mindennapi beszélgetések, ennek meg is lett az eredménye, hiszen mind az öten diplomával rendelkezünk.”

Több hozzászólás hangzott el a család értékéről, amikből azt a tanulságot vontuk le, hogy igenis minden nap kell valamennyi időt a gyerekkel beszélgetni, hogy érezze szeretetünket, összetartásunkat, bizalmunkat és a segítő kezeket.

Minden meghívottnak és résztvevőnek megköszöntem e tartalmas és tanulságos délutánt. Valamennyien nagyon várják a következő minikonferenciát!

BERECKINÉ TARI MÁRIA





A működő család – Mosonmagyaróvár

A konferenciára a családokat, a család minden tagját hívtuk, kicsiknek és felnőtteknek egyaránt ajánlottunk programokat. Családias légkörben folyt az ENSZ

Családévének 20. évfordulója alkalmából szervezett rendezvénysorozat részeként a „Működő Család” címmel megtartott konferencia.

A konferencia első előadója Smodics Katalin gyermekorvos volt, aki szakirodalmi ismereteit és saját tapasztalatait felhasználva állította össze előadásának anyagát.

Felhívta a figyelmet a párválasztás és a házasságkötés fontosságára. Beszélt arról, hogy a házasság nem magától működik, mindennap dolgozni kell rajta. Fontos a társunk megismerése, elfogadása, az egymás közötti kommunikáció és a szeretet nyelvének elsajátítása.

Előadásában elhangzott, hogy a munkamegosztás minden családban fontos. Elmondta azt is, hogy jó dolog családban élni. A család véd, biztat, elfogad, biztonságot nyújt és a valahova tartozás érzését adja.

A legnagyobb rossz, ha mindent megadunk egy gyermeknek. Hogy mire van valójában szüksége a gyermeknek? Arra, hogy a szülők szeressék egymást, hogy olyannak fogadják el a gyermeküket, amilyen, ne akarjanak mást nevelni belőle. Szüksége van biztonságérzetre, jó szeretetre, arra, hogy sok időt töltsenek vele együtt. Szüksége van testvérre, rendszerességre, kiszámíthatóságra, korlátok felállítására, példaadásra. Fel-

hívta a figyelmet az első hat év rendkívüli fontosságára.

A konferencia második részében azt hallhattuk, hogyan működik a népes fészkek családi összjátéka a 10 gyermekes Élő Dorottya és Papp György házaspár életében. Az előadásuk végén összefoglalták legfontosabb gondolataikat arról, hogy miért jó a nagycsalád.



„A nagycsalád megtanít rá, hogy:

- Mindenért hálát tudjunk adni, megköszönjük a szépet és jót.
- Érezzük, hogy a család a legelemibb közegünk, nem vagyunk magányosak.
- Csak együtt, szeretetet adva és elfogadva élhetünk boldogan.
- Nyitottan, tetterre készen járjunk-keljünk a világban.”

Jó és rendkívül lélekiemelő volt együtt tölteni a szombat délutánt.
ORBÁN JÓZSEFNÉ PANNIKA



Gyermekellátások – Monor

2014. május 17-én, délután 14 órakor kezdődött minikonferenciánk, amely tényleg minire sikerült (kevesen tudtak eljönni). Témánk a „Gyermekellátások”

volt. Zainkóné Németh Etelka tartott ezzel kapcsolatos kiselőadást. Kiemelte a magyarországi ellátási formákat, amelyeket az anyák /apák kapnak vagy vehetnek igénybe: gyes, gyed, extra gyed, védőnői szolgáltatások. Az utóbbi – ami Európában egyedüli – lehetőségéről és a védőnő feladatairól már kötetlenebb formában beszélgettünk. Etelka egyik lánya Németországban él kisgyermekével, úgyhogy ez is összehasonlítási alap volt.



Az apukák nagyon aktívak voltak, saját élményeiket osztották meg a többiekkel, pl. a szoptatás körüli nehézségekről vagy pozitív élményeiről.

Összejövetelünk időtartama kb. 2 óra volt. A kötet-

len beszélgetés mellé kaptunk finom szendvicseket is.

Köszönjük a NOE támogatását, amellyel emlékeztetéssé tehetjük a megjelent családok számára ezt a programot! A honlap képgalériájába is küldtünk néhány képet.

SZÓNYINÉ GÁBOR
MÁRIA

Családok Napja – Pécs



A családok évének 20. évfordulója tiszteletére a Pécsi Székesegyház Nagycsaládos Egyesület egész napos programot szervezett.

Bár az idő nem volt igazán májusi, s a főtérrre tervezett program nagy részét a Ciszterci rend Nagy Lajos Gimnázium nagytermében kellett megvalósítanunk, sokan velünk ünnepeltek. A Szövetség a Pécsi Családokért közösséggel együtt szervezett játékok, színpadi előadások 10-től 16 óráig tartottak, s közben a szendvicsek és a narancsos koktélok bőven fogy-

tak. A családok szoros egységét és erejét megmutatva a NOE himnuszt énekelve körbeöltük a város főterét, a Széchenyi teret. A jól sikerült villámcsődületbe a járókelők közül is sokan bekapcsolódtak, szerencsére, adigra már elállt az eső. Minden résztvevő kis papírszálót kapott, melynek egyik oldalán egyesületünk logója mellett a következő mondat volt olvasható: „Családban élni jó, nagycsaládban még jobb!” A másik oldalon a NOE himnusz szövege, így mindenki velünk énekelhetett.

Délután Család és Pécs címmel interaktív minikonferencia kezdődött Füzér Katalin szociológus vezetésével. A város rövid és hosszú távú stratégiájának előkészítésében vehettünk részt, véleményünket, megállásainkat továbbítva a döntéshozók felé.

Ezután kezdődött egyesületünk 25 éves fennállásának megünneplése, bár már egész nap nosztalgiazhattunk a képeinkből, emlékeinkből összeállított tablók mellett.

Köszönjük Tóthné Nácsa Irénnek, hogy családjával képviselte a NOE vezetőségét a mi nagy ünnepünkön.

SZÉKELY KAMILLA



Család és karrier – Szekszárd

Nagy Eszter moderátor sok szeretettel köszöntött mindenkit, aki elfogadta a Szekszárdi Nagycsaládosok Egyesületének meghívását az ENSZ által meghirdetett Családév 20. évfordulójához kapcsolódóan megvalósuló minikonferenciára.

Bevezetőjében kiemelte a családi egység fontosságát, melyet egy európai dokumentum, a Lisszaboni Nyilatkozat is hangsúlyoz, megfogalmazva, hogy a család a társadalom alapsejtje és elsődleges felelősséget visel a gyermekeknek, Európa jövő polgárainak védelméért, felneveléséért és fejlődéséért.

A rendezvényre meghívott vendégeink 4 gyermek nevelése mellett munkájuk és közéleti tevékenységeik révén ismert házaspár volt: Andorkáné dr. Tam Beatrix belgyógyász főorvos és Andorka Gábor, a bonyhádi Petőfi Sándor Evangélikus Gimnázium igazgatója. A család és karrier összeegyeztethetőségéről mondták el véleményüket, mutatták be mindennapi tapasztalataikat.

Az előadók a diploma megszerzésének, a munkába állásnak az időszakát vázolták, majd a négy gyermek érkezésének örömteli pillanatait elevenítették fel. Boldogan vállalták a felnevelésükkel járó kihívásokat. Elsőnek a főorvosnő munkájában adódott a karrier lehetősége. A család körüli teendők nagy részét a nagyszülők segítségével a férj vállalta. A mostani időszak a gimnáziumi igazgató férj karrierjének építéséről szól, a feleségre hárul több teendő. Mindeközben a gyerekek nevelését közösen alakítják, formálják, figyelve az együtt töltött hasznos idő tartalmas voltára. Fontos szabályokat vezettek be, pl. hét közben nincs édesség és televízió-nézés, nyolckor pedig már ágyban a kis csapat. Így minden nap jut idő a szülőknek egymásra. Van idő megbeszélni a gyerekekkel kapcsolatos teendőket és a saját napi dolgaikat is megosztani társukkal.

HEIM KÁROLYNÉ



Család és Európa – Szolnok



Örömmel csatlakoztunk immár harmadik alkalommal a rendezvénysorozat-

hoz. Előadónk dr. Nagyné Varga Ilona szociológus volt.

Előadásában a magyar és európai országok családpolitikájáról, a családoknak a társadalomban betöltött szerepéről beszélt. Az azt követő beszélgetés témája az volt:



valóban válságban van-e a „család intézménye”. A résztvevők, természetesen, megcáfolták e fel-felröppelő állítást.

Továbbra is ápolni kívánjuk a család értékeit, felmutatni megtartó erejét, azt az összetartó közösséget, amely jobbá teheti Európa jövőjét is.

GÁL LÁSZLÓNÉ

RÉGIÓS CSALÁDI NAPOK

Észak-Magyarország Régió – Eger

2014. május 17-e izgalmas napnak ígérkezett a Nagycsaládosok Egri Egyesülete szervező tagjai számára. Mi vállaltuk ugyanis a NOE Északi Régiós Családi Napjának megszervezését és lebonyolítását.

Rendezvényünk helyszíne az egri strand volt. A 2013-ban Európa Év Fájának választott 250 éves platánfa alatt kínáltuk a programjainkat kicsiknek és nagyoknak.



Rendezvényünk a család és az egészség köre szerveződött, így a témához kapcsolódó előadások és egészségügyi szűrővizsgálatok biztosították a szakmaiságot, míg a játékok és a hely kínálta sportolási lehetőségek, a trambulín, a ping-pong és a kézműves foglalkozások a szabadidő aktív eltöltését.

Miután az időjárás menthetetlenül elromlott, a hideg esőben sokan a melegvizés medencékben kerestek menedéket, illetve nagy érdeklődés mutatkozott a városnézés iránt. A gyerekeknek szánt bajnívós, füves téri játékok a zord idő miatt elmaradtak. Ugyanakkor akik bátran vállalták az egri kirándulást, esőtől, szélőtől nem hagyták magukat megfélemlíteni, hanem jókedvvel vettek részt az egyéb programokon.

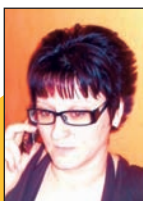
Egy családi nap mindig lehetőséget teremt a szemé-

lyes kapcsolatok ápolására, de most különösen jó volt együtt lenni. A szervezés során személyes barátságokkal, szakmai tapasztalatokkal gazdagodtunk. A strand üzemeltetője részéről pedig különleges elismerésben részesültek a résztvevő családok, – a számunkra nem szokatlan NOE-s fegyelmezett magatartás miatt – azzal, hogy ezt a rendezvényt a mi közreműködésünkkel a jövőben is rendszeressé szeretnék tenni.

Ha az Ég is úgy akarja, tehát: jövőre Veletek ugyanitt találkozunk.

MOLNÁRNÉ BRINZA EDIT





Felső-Duna Régió – Herceghalom

Nagy örömmel szolgált, hogy az idei évben a NOE családokat egy régiós nap keretében mi láthattuk vendégül. Szép számmal gyűltek össze a családok.

Igyekeztünk olyan programokat összeállítani, hogy kicsik és nagyok egyaránt jól érezzék magukat. Volt légvár, arcfestés, lufihajtogatás, koncert, rendőrségi bemutató, tűzoltó bemutató, színházi előadás, sorversenyek sorozata. Ebédre babgulyással készültünk. A gyerekek a vetélkedők során nagyon sok játékot és plüss állatot gyűjtöttek össze maguknak.

A szervezésben segítségünkre volt Horváth Hajnalka, akinek nagy hálával tartozunk a sok segítségért.

Reméljük, mindenki jól érezte magát és ismét találkozunk egy következő régiós nap keretében!

SALGA JÓZSEFNÉ, MARIKA



Balatoni Régió – Keszthely

2014. évben a Nagycsaládosok Keszthelyi Egyesülete vállalta azt a megtisztelő feladatot, hogy megrendezi a Balatoni Régiós Családi Napot a Helikon Strandon történő részvételt.

Rengeteg programot terveztünk, felkészülve arra, hogy az időjárás is tréfát űz velünk. Utólag ez sajnos beigazolódtott, azon a május 31-i napon csak egy bátor ember vállalkozott a 18 fokos víz kipróbálására. Időjárástól függetlenül a keszthelyi tagokon kívül érkezett veszprémi, tapolcai, nyirádi, monostorapáti, sümegi és székesfehérvári nagycsaládos tagoknak nem kellett unatkozniuk, bőven volt lehetőség programokból válogatni. A legtöbb vendég Veszprémből érkezett, ők két autóbusszal és sok gyermekkel jöttek el hozzánk.

A 10 órás megnyitóval egy időben már el is indult első utasaival az elektromos csónak. Délelőtt mutatkozott be

a környékbeli cserkészcsapat, gyermekkoncertet tartott a Brumi Bandi Band együttes, szakképzett vízi mentők

segítségével pedig számtalanszor újraélesztettük a próbababát és megpróbáltuk, hogy milyen nehéz is a vízből kihúzni a fuldoklót.

Ebéd után az előzetes regisztráció alapján elindult a homokvár-építő, aszfaltrajz és vízbicikli verseny, a

sátrakban pedig folytatódtak a délelőtt már elkezdett foglalkozások: nemezelés technikájával terítő és karkötő készítés, a Balatoni Múzeum munkatársainak segítségével régészeti sírfeltárás, harciasabb csemetéknek íjászati bemutató és nyilazás kipróbálása. A kellemesen eltöltött nap végén, aki még nem fáradt el, a sétálóutcán és a mólón Keszthely Város Napi rendezvények keretében tovább szórakozhatott.

Keszthelyi Egyesület Vezetősége nevében köszönöm az eljött vendégeinknek, hogy ezen a napon minket választottak, nagyon örültünk a sok résztvevőnek. Ha az időjárás is mi rendezhettük volna, akkor egész nap verőfényesen süt a nap és a programok közötti percekben mindenki a Balatonban lubickol!

SZIGETINÉ HORVÁTH ILDIKÓ





AI-Duna Régió – Iváncsa



Mint minden évben, idén is megrendeztük az AI-Duna Régiós Családi Napot. Ebben az évben Iváncsa vállalta a szervezést, ami nagyon jól sikerült, 478 fő vett részt a rendezvényen.

A színpadi program nagyon élvezetes volt, az egész napot betöltötte. A falu központját, mely nagyszerűen, ilyen közösségi eseményekre van kialakítva, nagy nyüzsgés, vidám beszélgetések, a gyerekek boldog kacaja töltötte be.

Hosszan beszélgettünk a NOE-ról Szabó Ferencsel, a falu polgármesterével. Megbeszéljük, miért jó az egyesülethez tartozni, hogy hogyan segítjük egymást, és hogy nincs olyan probléma, amelyre az ország nagycsaládjai közül valaki ne tudna megoldást. Ő a beszélgetés végén ezekkel a szavakkal búcsúzott tőlem: „Eddig is nagyra értékeltem, amit Marikáék tesznek a faluért. Látom az összefogást és a gondoskodást más civilek felé, ami örömmel tölt

el. Ez a beszélgetés azonban megerősített abban, hogy a nehézségek ellenére is érdemes tovább dolgozni a családokért!”

Egy új belépőnk így írt az eseményről: Nagyon jól éreztük magunkat, főleg a 3 éves Rékánk és a 11 éves Balázsunk, de a 15 hónapos Lilikénk és a 19 éves nagyfiúnk, Roland is. Kicsit fázosan indult a reggel, majd jobbra fordult az időjárás. Kellemes helyszínen barátságos emberek kedvesen fogadtak minket. A horgászat, a gyöngyfűzés, a légvár és a bohóc nagy sikert aratott a gyerekek körében. Nagyon ötletes dolog volt a végtelen rajz. Ekkora habfürdőt – amit a tűzoltók varázsoltak a gyerekeknek – még én sem láttam! Vidám gyerekarckokat láttunk mindenfelé. Minden program nagyon élvezetes volt! Szívesen tartunk a csapattal legközelebb is!



RADÓ RÓBERTNÉ ENIKŐ ÉS VÁRDAINÉ KRISZTI



Dél-Alföld Régió – Kiskunmajsa

A Dél-Alföldi Régióban 2014. május 31-én Kiskunmajsán a Jonathermál Gyógy- és Élményfürdőben rendeztük meg a régiós családi napot.

Az időjárás nem a legmosolygósabb arcát mutatta, de a borús idő ellenére 1.200 fő sereglett össze a régió minden megyéjéből.

A (Kiskun)Majσαι Nagycsaládos Egyesület egy viszonylag fiatal, kétéves szervezet, mégis gondolkodás nélkül vállalták a rendezvény szervezését és lebonyolítását. Egyesületük kis taglétszáma ellenére minden család kivette a részét a segítő munkából, és gondoskodtak a szórakozásról.

A megnyitó előtt a helyi fúvósok adtak műsort, utána pedig a Mayossa Néptánc-együttes szórakoztatta a nagyjérdeműt. Vidám táncház keretében még a közönséget is megtáncoltatták.

A vállalkozó szelleműek családi sportvetélkedőn próbálhatták ki magukat, apró ajándék volt a jutalom.

A rendőrség kisautókkal települt ki, és az apróságok egész nap gurulhattak a flaszteren, ugrálóvárakban ve-

zethették le energiájukat. A kézműves sátrakban ügyes kezek készítettek apró emléket. Az egészségvédők asztalánál az érdeklődők hasznos életmód-tanácsokat kaphattak.

A hűvösebb idő ellenére sokan választották a fürdözést, a strand igazán minden korosztály igényét kiszolgálta. Az élmény- és gyógymedencék egész nap maximális kihasználtsággal üzemeltek.



Délután 5 óra körül már mindenki kellőképpen elfáradva, de élményekkel telve, elégedetten indult haza. Ezúton is köszönöm Dobóné Zsóknak és csapatának a tartalmas napot!

BENEDEK SZILVIA

Felső-Tisza Régió – Püspökladány



Május 31-én a püspökladányi városi strand területén találkoztunk a Felső-Tiszai Régióból a „Mosolyvirág” Nagycsaládosok Debreceni Egyesülete, a NOE Családi kör Egyesülete Nyíregyháza, a Mátészalkai NE, a Nagykállói „Családi kör” NE, valamint szintén Nyíregyházáról a Három Királyfi NE és az „Add a kezed” Püspökladányi Nagycsaládosok Egyesülete tagcsaládjával. A rendezvényt a helyi szervezet a városi intézményekkel, illetve az itt működő civilekkel együtt szervezte meg.

delmi sátor, ügyességi versenyek, kézműves, vérnyomásmérés, súlymérés.

Jó volt látni újra nevető arcú családokat, bár volt, aki nem érezte jól magát a hűvös idő miatt. Úgy láttam, akik itt voltak, remekül szórakoztak.

Sajnálatos, hogy a közel 30 szervezetről mindössze 6 szervezet családjai mozdultak meg; mi négyszázötvenen viszont jól éreztük magunkat.

Remélem, hogy a régióban működő szervezetek az országos találkozóra aktívabbak lesznek!

SZILÁGYINÉ KEREKES MARGIT



Programokban nem volt hiány, viszont a természet egy kicsit mostoha volt hozzánk. Eső ugyan nem esett, de igen hideg szél fújt, így csak a legmerészebbek fürdöztek. A többiek végigjárták a sátrakat, volt egészségügyi totó, rendőrségi, katasztrófavé-

Közép-Magyarország Régió – Táborfalva



2014. május 31-én a monori egyesületből sokan mentünk Táborfalvára, a régiós családi napra. A településre érkezve az oszlopokon felfedeztük a kék NOE-s plakátokat, zászlókat, amelyek elvezettek minket a művelődési házhoz.

A nagyterembe belépve, igazi fesztiváli hangulatot támadt, amit a színpad virágdíszítése, a kék plakátok és a rengeteg kétfélférfi csak tovább fokozott. Tudomásom szerint több mint 10 NOE-s szervezet jött el a régióból a családi napra. Egyesületünkben velem

együtt három anyuka kézműves foglalkozásokra készült: a nap folyamán csuhéfigurák, virágok, gyöngyös-fonals karkötők, kulcstartók készülhettek el; sok színes papírból egy ügyes kezű anyukánk origamizott.

Polgármester úr jelenléte, közvetlen szavai mintha saját családunkhoz szóltak volna. Szimpatikus volt, hogy a rendezvényen sokáig velünk volt, játszott a gyerekekkel, beszélgetett a felnőttekkel, a vöröskeresztes asztalnál is kivárta a sorát. Köszönöm neki is, hogy ezt a családi napot velünk együtt töltötte.

Összegezve: ajánlom

mindenkinek az ilyen jellegű kötetlen öszejeveteleket, mert most is láthattuk, hogy közösségeinkben milyen tartalmas programokat, jó hangulatot lehet teremteni. Újra csak megerősít az ismert mondat: „Nagycsaládban (közösségben) élni jó!”

Még egyszer minden önkéntesnek, szereplőnek köszönjük, hogy emlékeztetett a NOE Közép-Magyarországi Régiójának családi napját!

BOROS ODETTE



Bábszínház! Bábszínház és Bábszínház!



A győri székhelyű, de ország-, sőt világszerte ismert Vaskakas Bábszínház briliáns elképzeléssel rukkolt elő. Kocsis Rozinak, a színház igazgatójának ötlete alapján támogatók segítségével Vaskakas bérleteket kaptak olyan csemeték, akiknek a családjában még egy jegy megvásárlása is gondot okoz.

A Vaskakas a gyermekekért, illetve Vaskakas Pártoló Tagság néven futó eseményre nagyon sok cég és magánember mondott igent. Az így befolyó összeg bérletek formájában jutott el a szociálisan hátrányos helyzetű óvodás és kisiskolás korú gyermekekhez, illetve pályázataik alapján az ezzel a korosztállyal foglal-

kozó intézmények, szervezetek révén is a gyerekekhez. A Família Nagycsaládosok Egyesülete is a támogatott szervezetek közé tartozott. Ennek köszönhetően négy alkalommal közel 40-40 gyermek csodálhatta meg a színház örömet.



Az előadásokra megpróbáltunk különböző korosztályoknak szóló darabokat választani. Láttuk az egész picik érdeklődését is felkeltő Három kismalacot, a megkönnyebbülést hozó Jancsi és Juliskát, a füttös Suszter álmát és a Hanyistók, avagy a grófkisasszony és a lápi szörny történetét.

A Vaskakas Bábszínház rugalmasan, segítőkészen állt hozzá az igényeinkhez. Egy szóval sikeres program volt. Úgy gondolom, továbbra is van igény ilyen jellegű kulturális programokra.

VISZLÓ ANDREA

Így ünnepelt Csongrád – Apák Napja és Gyermeknap



2014. június 21-én szombaton igazi szép, ideális nyári napsütésben rendezte meg a Bölcső Nagycsaládosok Csongrádi Egyesülete a II. Apák napját és Gyermeknapot. Községi Házunk udvarán közel 150-en gyűltünk össze gyermekek és felnőttek, családtagok, barátok, ismerősök.

Már hetekkel előtte készültünk e programra. Kertet rendeztünk, fűvet nyírtunk, homokozót újítottunk, színpadot szereltünk. A játékmesterek sok érdekes feladatot találtak ki a gyerekeknek és apukáknak. Már a reggeli órákban szorgos kezek készítették elő a kertben az asztalokat, székeket. Óriáscsúszdát és mobil játszóházat béreltünk.

A különböző állomásokon a gyerekek pontokat gyűjthettek, amit beváltottak csillámtetkóra, zsákmacskára, csúszdázásra. A legkisebbek hintáztak, homokoztak, színezték, szaladgáltak. A felnőtteket szabadtéri színház szórakoztatta. Korábban rajzversenyt hirdettünk, amelyre sok szép művet készítettek a gyerekek, a legjobbkat díjaztuk. A lufihajtogatás is sok gyermek fantáziáját mozgatta meg. Tűzoltóautó érkezett, melyre felszállhattak a gyerekek is.

Nagy sikert hozott az apukák vetélkedője, nagyokat nevtünk, amikor kisminkelték a feleségüket, inget hajtogattak, próbababát öltöztettek, horgásztak, seprűn lovagoltak az asszonnyal. A sörívő verseny sem ma-

radhatott el, nagy sikere volt! A gyerekeknek a nap fénypontjaként 310 gömb fagyit osztottunk szét. A rendezvény ideje alatt a felnőttek műszeres egészségfelmérésen vehettek részt.

Estére jól elfáradtunk, de nagyon jól szórakoztunk egész nap. Egy pillanatig sem unatkoztunk, jót nevtünk, ettünk-ittunk, kibeszélgettük magunkat. Együtt volt a család apraja-nagyja, jó hangulatban, egyetértésben. Kell ennél több egy „nagy családnak”?

ERŐSNÉ CSONGRÁDI MÁRIA





„TeSzedd!” a tiszta Ráckevéért

Családi hangulatban és meglehetősen hasznosan telt a szemétszedés május 10-én, Ráckevéen, a Kastély-tó környékén. A gyerekek különösen szemfülesek voltak,

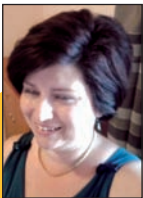
szerintem még az utolsó cigarettacsikket és miniatűr papírfecnit is észrevettkék! Érdekesség, hogy a legrégebbi „lelet” egy 1984-ből (!) származó banki bizonylat volt.

Döbbenet tapasztaltuk, hogy a tó körül a rendezettnek tűnő parkban 7 nagy zsáknyi szemét lapult a fűben és a víz melletti nádas tövében. Különösen a tó Kossuth

utca felőli partja volt tele eldobált hulladékkal. Ezúton is kérjük az oda járó horgászokat a tó partjának tisztán tartására!

Köszönet minden résztvevőnek, különösen a szigetbecseieknek és a maglódi családoknak, akik fontosnak tartották ügyünket, és bár nem ráckeveiek, mégis csatlakoztak hozzánk! Köszönet Szabó Borbálának, az Apraja-Nagyja Csoport a Családokért tagjának a szervezésért!

ÖREGNÉ
KOVÁCS
BERNADETT



Újra Kölyök-kofák a csónakos piacon!

A Kölyök-piac ötlete civil kezdeményezésre született még 2012 őszén: egy helyi anyuka, Simon Virág hívta életre. Sajnos Virág azóta már nincs közöttünk, de

a sok jó, amit ránk hagyott, tovább él. Ezért nem is volt kérdés, hogy az ezután megrendezésre kerülő piacokat mindig az ő emlékének szenteljük.

A város jegyzője, valamint a RÁVÜSZ Kft. vezetője, és a piacért felelős vezető is áldását adták a rendezvényre. A helyszínt ingyenesen használhattuk, amit ezúton is köszönünk!

A plakátunkat egy helyi hölgy Bécsiné Mertl Eszter ajánlotta fel, a kinyomtatást szintén felajánlásként kaptuk Jakab Ildikótól. Köszönet érte!



Ezúttal körülbelül 15 család 30-35 gyerekkel jelentkezett. A rendezvény reggelén jött is mindenki nagy izgalommal, hogy vevőt találjon portékáinak. Jó volt látni, ahogy a gyerekek egymást segítve adták el portékáikat, sokat nevetve, sok mosolyt csalva az emberek arcára. A nap végén többen kérdezték, hogy mikor lesz újra. Ennek fényében azt hiszem, kijelenthetem: jól sikerült nap volt!

POLGÁRINÉ SZENTE ANNAMÁRIA



Nagycsaládosok Gyereknapja



A SZINE (Szigetszentmiklósi Nagycsaládosok Egyesülete) 2014. május 31-én az Ezüst Sörény Lovardában rendezte meg a gyereknapi programját.

Már reggel 9 órától jó kedvvel készülődtünk a főzéshez, mindenki nagy öröme paprikás krumplit készítettünk.

A hűvösebb idő sem szegte kedvünket, gyerekeink önfeledten játszhattak, lovagolhattak, lovas kocsikázhattak. Sorversenyeken, ügyességi játékokon, valamint ló- és kutyatatóban is kipróbálhatták magukat. A város családjai számára a rendezvény nyitott volt, mindenkit szívesen láttunk.



A gyereknapon részt vett a KAKUSEI Karate Sportegyesület, akik látványos bemutatójukkal színesítették rendezvényünket. A programokat 16 óra körül tombolasorossal zártuk, amihez a gyerekeknek szánt nyereményeket a város vállalkozói ajánlották fel. A paprikás krumpli mellé péksüteményt és finomságokat is kaptunk. A tombola fődíját az Ezüst Sörény Lovarda vezetője ajánlotta fel: egy egyhetes lovas tábort.

A nap végén elégedetten mondhattuk, ez valóban egy SZINES gyereknapi volt!

BALOGHNÉ TAKÁCS ERIKA

Csíki Sándor halálára



Mottó – Sanyi nagy fekete kalapjára utalva:

*Ej, nem szeretem az idő járását,
Megfordítom kalapom állását,
Nem árt annak sem eső sem dara,
Ej, még a jég is csak leperog róla.
(kalotaszegi népdal)*

Magyar sors: Csíki Sándor ükapja, Makkai Zsigmond, Maros-Torda vármegye képviselőjeként az országgyűlésben, a frissen elkészült budapesti Országházban a következőket mondta 1902. február 5-én: Erdélyország olyan, mint egy fejőstehén, melyet mindenki fej, de enni senki nem ad neki. Erdély beteg, a magyar állam nem törődik vele. 2006-ban az Országházban tett látogatásunk alkalmával kikerestettük Sándorral, az érdemi nemzetépítő korabeli felszólalásokat korabeli dokumentumok igazolják. Így könnyen cáfolható az a Sándor által említett családi anekdota, miszerint a képviselő ükapa egyetlen parlamenti felszólalása az volt, hogy „csukják be az ablakot, mert huzat van”.

Sándor, az ükunoka, 2007-ben Nyárádszeredán a következőket vetette papírra: Erdélyben a demográfiai katasztrófa szélén állunk, 2050-re összeomlik az iskola, majd a nyugdíjrendszerünk. Önmagunkon kívül nincs támaszunk.

Vagyis felismerte, hogy nemcsak a családon belül és munkahelyén testnevelő tanárként van tennivalója, hanem a közéletben is van dolga. Vessünk számot, Sándor kiknek adott: szűk családján túl összességében hány embert taníthatott több évtizedes pedagógus pályáján, hány emberre lehetett hatással életútja a Kárpát-medencei Családszervezetben, a Családlánc-

ban, az erdélyi családszervezetekben, vagy a Nemzeti Tanácsban. Nem is szólva írásairól, könyveiről, vagy éppen interneten megjelenő közléseiről. Ezek alapján összességében személyes kapcsolatainak száma több tízezer lehetett.

Sándor barátom lármafa volt, nem csak Erdély, hanem az egyetemes magyarság lármafája. Hangos, de nem agresszív, hanem szelíd, a maga módján derűs, humoros lármafa, talán még így hangosabbnak is hatott, mintha harsány lett volna. Pedig ez a világ a harsányságot kedveli.

Részem lehetett Sándor betegségének felfedezésében és végigkísérésében. Szünetét csendben, székely méltósággal viselte, szelíden, humorosan, de reálisan felfogva pontos helyzetét. Éppen olyan volt, mint amilyennek írásából az utánunk jövők is meg fogják őt ismerni.

Magyar sors: betegsége alatt mindenfelől valóban nagy figyelem összpontosult rá. Olyan, amelyet egész életében megérdemelt volna ...

A temetésén fűjnek egy olyan keservest, amelyet csak az erdélyi Gyimesközéplekon tudnak fűni. Mivel erre, sajnos, nincs lehetőség, csak a szövegét teszem közzé:

*Olyan házat csináltak, olyan házat csináltak,
Ablakot rá nem vágatok, ablakot rá nem vágatok.
Sem ablaka sem ajtaja, sem aki békopogtatna,
Sem ablaka sem ajtaja, sem aki békopogtatna...
Elmenyek a földbe lakni, hogy ne taszigáljon senki,
Elmenyek a földbe lakni, hogy ne taszigáljon senki...*

DR. SZABÓ ENDRE ELNÖK
KÁRPÁT-MEDENCEI CSALÁDSZERVEZETEK SZÖVETSÉGE,
CSALÁDLÁNC



SZENVEDÉLYE A KUTATÁS

Fiatal tehetség az orvostudományban

Egyik budapesti csoportvezetőnk hívta fel figyelmemet egy fiatalemberre, aki 17 éves léteére már egyetemi kutatásokban vesz részt. Ez pedig nem mindennapi dolog! Windisch Mátét már többször meghívták külföldi szimpóziumokra, a honlapján sok dolog megtalálható abból, amivel foglalkozik. Éppen a SOTE-n hamarosan induló projektjén dolgozik, melynek címe „A nanoszerkezetek alkalmazása összejtalapú csontregenerációban”.

Szeretsz nagycsaládban élni? Ha igen, miért?

Igen, szeretek nagycsaládban élni, el sem tudnám képzelni, hogy milyen lenne kisebb családban élni, hiszen ebben nőttem fel. Sok közös programunk van, mindent megosztunk egymással. Nagyon jól kijövök a testvéreimmel, sok időt töltünk együtt.

Hányan vagytok testvérek? A szüleid mivel foglalkoznak?

Három testvérem van, két fiú és egy lány. Édesanyám személyi asszisztensként dolgozik. Édesapám rokkantnyugdíjas, IT szakértő, fotóművész, ő nem él velünk.

A felmenőid között vannak kutatók? Hogy jelentkezett először az érdeklődés a tudományok iránt?

Nincsenek kutatók a családban. Nagyon megfogott a középiskolai tanulmányokban a kémia szépsége, így a tananyagon kívül is foglalkoztam vele és elég magas szintre jutottam.



Hol tanulsz? Hogy telik egy napod magántanulóként? Mely tárgyak, milyen témák a kedvenceid?

Itthon tanulok, rendszeresen bejárok az egyetemekre, a SOTE-ra és a SZTE-re (Semmelweis Egyetem és Szegedi Tudományegyetem). A projektem minden időmet lefoglalja, emiatt az első félévem nem sikerült úgy, ahogy szerettem volna, ezért a második félévre átalakítottam az időbeosztásomat és nagyobb hangsúlyt fektetek a gimnáziumi tanulmányaimra, mivel jövőre egyetemi felvételim mindennél nagyobb prioritással bír.



Milyen sűrűn utazol külföldre? Hová utaztál nemrégiben?

Már két nyáron is részt vettem tudományos iskolán, a Summer School of Science (S3) elnevezéssel. Évente egy-két alkalommal rendezik tanulmányi célokból vagy tudományos előadás tartására, mint például legutóbb Horvátországban. Az ELMAR 2013-as zadari tudományos szimpózium diák szekciójában (Student Session) adtam elő „Polimerek a művészet, a tudomány és a technika szemszögéből” ("Polymers: The Art, Science & Technique") címmel.

A honlapodon szereplő Isidor Isaac idézet szerint „A tudomány egy nagy játék, mely inspiráló és frissítő is egyben. A játszótér pedig maga az univerzum.” Te is játékként fogod fel a tudományt? Mi az, ami vonz és magával ragad?

A tudomány nem játék, de nagyon szórakoztató tud lenni. Csodálatos dolog a tudományban az, amit mi, kutatók megálmodunk, logikailag beillesztjük egy óriási kártyás játék kicsiny részletébe. Ez akár teljesen új lehetőséget is nyithat az orvostudomány gyakorlati felhasználásában, ami végső soron az emberiség javát szolgálja.

Mi a kutatási területed? Közérthetően, egyszerű szavakkal megfogalmazva, milyen projekten dolgozol jelenleg?

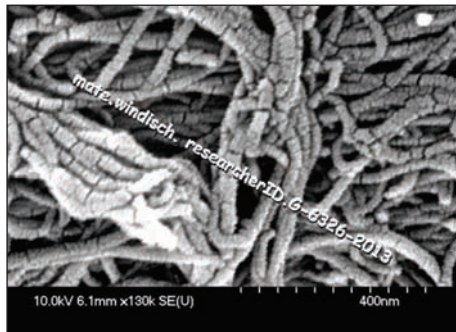
Csontregenerációval foglalkozom összejték és a nanotechnológia bevonásával, ez saját projekt, de meghívásom van az egyetemen egy hasonló projektben való részvétellel, ott az állatkísérletekben segídek.

Ez a téma milyen, a gyakorlati életben hasznosítható eredményeket hozhat?

A baleseti vagy egészségügyi okokból kifolyó csonthiányok pótlásánál tudjuk alkalmazni, illetve a gerincvelő sérüléseinél kecségtet gyógyulással, ill. életminőség javulással.

Van mentorod, aki segíti a fejlődésedet?

Igen, Prof. Dr. Varga Gábor (SOTE), illetve Prof. Dr. Kónya Zoltán (SZTE) tanszékvezetők. Ők a fő mentoraim, de a magyar tudományos élet sok prominens személyisége is részt vesz az oktatásomban, mint konzulens és tanácsadó, erről bővebben a weboldalamon lehet tájékozódni. Sajnálatos módon a tanulmányaimmal összefüggő tete- mes anyagi kiadásokra – egy-két alkalmi esetet kivéve – nincsenek Magyarországon támogatók. A médiában olvasható tehetségátogatások igazából nem úgy való- sultnak meg, ahogy meg kellene valósulniuk.



A hozzám ha- sonló kiemel- kedő tehetsé- gek támogató- sára egyáltalán nincsenek fel- készülve, lát- hatóan nem tud mihez kez- deni velünk az oktatási szak- ma. Jó lenne,

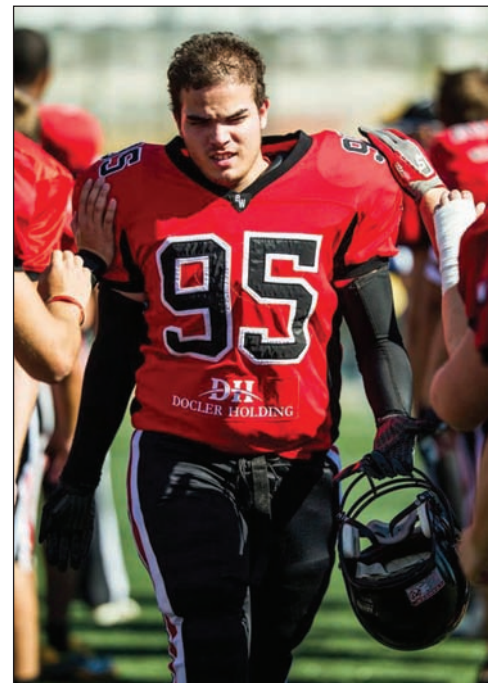
ha lennének életút-ösztöndíjprogramok, melyek az egye- temi tanulmányok befejezéséig, sőt, azon túl is biztosí- tanák az anyagi hátteret a maximális eredmény elérése érdekében.

A támogatás hiánya óriási anyagi terhet jelent a csalá- dunknak és a lehetőségeimet erősen korlátozza.

Sajnálatos módon a 2014-es esztendőben még nem si- került támogatókat találni és ez kérdésessé teszi a to- vábbiakban a kutatói munkám folytatását.

Ezt sajnálattal hallom. Remélem, sikerül megol- dást, támogatókat találnod. Egyébként mivel töl- töd a szabadidődöt? Sok barátod van?

A szabadidőmet, ami nem túl sok, nagyrészt sportolással töltöm, ugyanis a Docler (Budapest) Wolves csapatában amerikai- futballozom. Ez jól ki- egészíti a kutatói mun- kával töltött szellemi megterhelést, mivel az amerikai futball egé- szen más tevékeny- ség. Nagy fizikai terhe- lést jelent, ami jó kikapcsolódási lehetősé- get nyújt nekem, se- gít megteremteni az összhangot szellemi és testi leterheltségem között.



Milyen terveid van- nak a jövőre nézve? Mi az, amit szeretnél elérni, il- letve hová szeretnél eljutni a kutatási területeden belül?

Készülök a későbbi egyetemi tanulmányaimra, egy ne- ves egyetemre szeretnék felvételt nyerni és ott maximá- lis eredményeket elérni. A távlati céljaim között a kuta- tói pálya szerepel.

Kívánom, hogy a céljaid váljanak valóra! Eredmé- nyes kutatást, sok sikert!

Windisch Máté angol nyelvű honlapja:

<http://mate-windisch.webnode.com/>.

A RIPORTOT KÉSZÍTETTE: LÓDI VIKTÓRIA

APRÓHIRDETÉS

APRÓHIRDETÉS

Szállítás-fuvarvállalás

NOE-ban leinformálható, a Titkárságnak régóta dolgozó, meg- bízható fuvarozó személygépkocsival munkát vállal magánszemélyeknek, illetve cégeknek, alkalmanként vagy rendszeres megbízásra.

Bel- és külföldi személyszállítás, gyermekek iskolába szállítása, futárszolgálat, anyagbeszerzés, áruterítés, postai ügyintézés.

NOE-tagoknak kedvezmény!

☎ 20/935-4600 Pfeil István

e-mail: pfeilistvan@gmail.com

ENERGETIKAI TANÚSÍTÁS

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

☎ 30/431-2402 Garancsy István

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

Szállítás: zongora- és páncélszek- rény-szállítás. Kedvező árak,

ügyfélbarát kiszolgálás.

NOE-tagoknak árengedmény!

Ha bármilyen szállítási gondja van, hívjon bizalommal!

☎ 30/509-2284 Sárközi Zsolt

www.koltozesmaskepp.hu

Homok, sóder, murva, beton, termőföld szállítását 5 tonnáig vállalom Budapesten, NOE-tagoknak 5% kedvezménnyel!

☎ 20/956-5720 Kovács Árpád

<http://teherfuvarozas.uw.hu>

e-mail: teherfuvarozas@uw.hu

DOLCE VITA – ÉDES ÉLET

Hogyan legyünk boldogtalanok? E címmel jelent meg 1989-ben egy humoros könyv. Gyűjteménye azoknak a „vezérmondatoknak”, amikkel tökéletesen el tudjuk rontani a napunkat, hetünket, életünket. Pl. „Biztos nem fog sikerülni a vizsga, mert rossz tételt fogok húzni. Igaz, hogy fogtam egy halat, de biztos hordoz valamilyen fertőzést. Ha nem viszek magammal esernyőt, zuhogni fog, ráadásul jeges eső.”

Ne is tagadjuk: sokszor vagyunk a saját boldogtalan-ságunknak kovácsa.

Nyarlalni indultunk.

Pár hetes újszülöt-tünkkel csak komfortos helyre mertünk menni, nem messze otthonunktól, rövid időre. Így esett a választás egy 40 km-re levő helyre, ahol a nagyobbak kedvükre fürödhetnek, a szállás kényelmes, és három napig nem kell majd

főzőm sem. Nagyon vártuk ezt a hétvégét mind: kicsik és nagyok, férjem és én is. Izgatottan pakolásztam az indulás előtt. Félttem, hogy a picinek elfelejtek valamit, a nagyobbak leégnek a napon, én meg az emberek előtt, hogy milyen ruhákat pakolnak be – ha nem segíték. Így aztán a család összes tagjának én készítettem össze mindent.

Férjemnek – aki vidáman válogatta a lyukas/nem lyukas úszógumikat, labdákat, gumikacsákat, búvártalpakat, úszószemüvegeket stb. a gyerekekkel – két bőrönd között odavettem, hogy az útvonalat, ugye, már megnézte, s ha igen, pakolja el, legyen szíves azt a rekesznyit finomságot, amit a nyaralásra vettünk. Én már két szoptatáson túl voltam, s már az elsősegély-csomagot is olyan szintre frissítettem, hogy akár ötvar vagy pestis ellen is csuklóból felvehessem a harcot, mikor a család többi tagja még mindig kacarászva az ugrókötelet bogozgatta békésen. Nekem időnként odaszóltak imígyen:

– Mama, nem tudod, hol van a rózsaszín kiselefantom?

– Mama, nem láttad a katicás kistáskámat?

– Mama, hol van a másik kötelező olvasmányom?

– Mama, amíg pakolsz, játszhatok a telefonodon?

– Életem (ez a férjem), berakad már a töltőmet? – ezen a ponton már nem izgatott, hanem mérges voltam, és jól rákiabáltam az egész csapatra:

– Azonnal pakoljátok be az összekészített bőröndöket az autóba, és szügyelljétek magotokat, amiért nem segíté-

tek, hanem csak kértek! Induljunk el azonnal, mert én is nyaralni szeretnék egy picit, nem kiszolgálni a kedves családomat!

A jókedvű nevetgélés alábbhagyott, már csak a legkisebbek kuncogtak, hogy lehet-e az ülésmagasító helyett felfújt úszógumin utazni, de ripsz-ropsz letörtem ezt a tréfát is. Feszült csendben elindultunk, melyben a gyerekek hamar elszenderedtek. Én magamban füstölögtem egy darabig szótlánul, majd látva, hogy észak-keletnek tartunk, holott célpontunk dél-nyugatra van, megkérdeztem házasársamat, ugye, tudja, hogy merre kell mennünk.

– Persze, erre rövidebb – felelte kurtán. Csöndben utaztunk tovább – csak Fenyő Miklós hangja volt hallható kisebbik lányunk vokáljával: „csavard fel a szűrődet (szőnyeget) ...”. A CD a vége felé járt, mikor újra meg merem kérdezni, mert már nagyon sötét gondolatok jártak a fejemben, hogy mi a csudának mentünk át a Dunán, ha nekünk a folyó másik oldalán kell haladnunk az úti célunk felé.

– Erre szebb... – volt a már igen bizonytalanul csengő, bátortalan válasz. Teljesen világossá vált, hogy férjem nem nézte meg az útvonalat, és fogalma sincs, hogy merre menjünk. Mérgem az égbe szökött, és minden gondolatomat szavakba is öntöttem cenzúrázatlanul,

amint láttam a térképen, hogy tartózkodási helyünk közelében már nincs híd, legközelebb egy mezei kompon juthatunk vissza a túlpartra, ahhoz is le kellene jönni az autópályáról, és a megfelelő égtáj felé kellene haladni. Végül háromszor annyi idő alatt értük el a városkát. Fejemből már szelepen

lehetett volna kiengedni a gőzt, mikor kiderült, hogy a címet sem tudjuk. De férjem viszonylag rövid idő alatt gyors ismeretséget kötött számos helyi lakossal, mert valaki biztosan ismer valakit, aki látta már, hogy hol lakik a kulcsemberek.

Megérkezés, kipakolás után három perccel a gyerekek már sikítva ugráltak a vízbe édesapjukkal. Kisbánk békésen szopizott a karomban, s én próbáltam visszanyerni a belső békét. Nyaralunk. Nyár van. Épen, egészségesen megérkeztünk. Szeretjük egymást. Szép az élet. Milyen szintűek a problémáim?!

Vége én is lehiggadtam, és mosolyogva integettem lubickoló családomnak. Akkor a férjem kijött a vízből, megölelt. Végre egy hullámhosszra kerültünk, mindketten megérkeztünk. A gyerekek már hívták is vissza fürödni, így már csak távozóban a fülembé súgta:

– Olyan jó, hogy boldogok vagyunk. Inkább nevesünk a hülyeségeken, jó?

– Jó! – mondtam már én is nevetve.

– Akkor elárulom, hogy az édességek is otthon maradtak...!

Részlet az Oázis 2013/3-as számából



A megismerkedéstől a családalapításig



Előadás- és beszélgetéssorozat keresztény házasságra készülő fiatalok számára a Nagycsaládosok Országos Egyesületének, az Országos Lelkipásztori Intézet, a Katolikus Családtervezési Tanácsadó szervezésében.

A kéthetenként tartandó előadásokra minden fiatal szeretettel várunk.

Az előadások szempontokat adnak a párválasztáshoz, érettebb önismerethez segítenek, és a családi élet főbb kérdéseit ismertetik.

Az előadások helyszíne: a Sapientia Szerzetesi Hit-tudományi Főiskola (Budapest, V. kerület, Piarista köz, az Erzsébet híd pesti hídfőjénél.)

Ideje: szerda esténként 19-től kb. 21 óráig.

Program 2014-2015

1. Önismeret

2014. október 01. Sallai János – Anikó

2. A másik ember

október 15. Dr. Pálhegyi Ferenc

3. Hivatásunk

október 29. Szláby Tibor – Ménesi Balázs-Krisztina

4. Megismerkedés, szerelem

november 12. Tóth Bálint – Cecilia

5. Ketten a többiek között

november 26. Frigyesi Márton – Mária

6. A döntés

december 10. Földváry István – Mária

7. A házasság – szentség

2015. január 28. Jelenits István piarista

8. Jegyesség és esküvő

február 11. Ecseri Miklós – Zsófia

9. Hit és megtartó szeretet a családban

február 25. Komáromi János – Mária

10. Testi-lelki szerelem a házasság előtt és a házasságban

március 11. Halupka Attila – Rebeka

11. Családtervezés, a gyermekek elfogadása

március 25. Pál Bernadett

12. Holtomiglan-holtodiglan... és a szürke hét-köznapok

április 08. Radó Péter – Erzsébet

13. A család helyzete a mai világban

április 22. Bíró László püspök

Tanulási nehézségek 2.

Nem elég, ha tanulok a gyermekemmel?

A pedagógus jelzi a szülőnek, hogy gondok vannak gyermeke tanulási teljesítményével. A rossz osztályzatoktól, évismétléstől, bukástól való félelem sok fejtörést okoz a szülő számára: merre induljon, vagy mennyit gyakoroltasson a gyermekével? Ki ad választ arra, hogy miért kap gyermeke gyakran közepesnél gyengébb érdemjegyeket, kevés dicséretet az iskolában?

„Hallani lehet, hogy van gyermek, aki tanulási nehézséggel, van, aki tanulási zavarral küzd. Vajon ezek közül valamegyik igaz az én gyermekemre?

– Vajon ezek a kifejezések csak szinonimák egymással, vagy valójában különböző diagnózisok? Mást-mást takarnak-e?

A válasz tömören is megfogalmazható.

– Igen. Súlyosságuk, tartósságuk és kiváltó okaik is igen különbözőek.

De e kérdések még újabbakat is felvetnek, melyek megválaszolására íródott e cikk.

Mit kell tudni szülőként a tanulási nehézségről?

A tanulási probléma jelenségekhez kapcsolódó külön-

böző kifejezések már bekerültek a köznyelvbe, de pontos tartalmuk kevesek számára ismert. Az egyre konkrétan megfogalmazott fogalmak, kifejezések a pedagógia, gyógypedagógia és határtudományaik körébe tartoznak. A beilleszkedési, tanulási, magatartási nehézség mozaikszóként BTM nehézség kifejezés konkrét diagnosztikus kategóriát jelent. Ebben tartozik bele a tanulási nehézség, amit a köznevelési törvény és jó néhány rendelet is alkalmaz, sőt, pontosan megfogalmazzák azt az intézményi, fejlesztési feltételt is, amely a BTM nehézséggel küzdő gyermek el látásában (különleges gond-

zásában) szerepet kap.

Ha a gyermeknek tanulási nehézsége van, ez érintheti az olvasási, írási, számolási folyamatokat egyenként is, vagy valamennyit.

Mindez csak akkor derülhet ki, ha valahol megvizsgálják. Ehhez fel kell keresni a lakóhely szerinti nevelési tanácsadók valamelyikét. Ott dőlhet el, hogy a probléma



milyen jellegű: például, nem olyan súlyos, nem olyan tartós, mint a tanulási zavar. Ugyanis ez az egyik lényeges eltérés a két szakkifejezés között.

Ha azonban tanulási zavar jön szóba, a nevelési tanácsadó akkor is szakvéleményt készít, és továbbküldi a tanulási képességet vizsgáló szakértői és rehabilitációs bizottságnak.

A tanulási nehézségnél az elemi tanulási folyamatban való elakadás során nem sérül kórosan a tanulás egész, komplex pszichológiai folyamata. Azonban a tünetek sokfélesége miatt mégis részletes vizsgálat indokolt, mert így elkülöníthető az áldiszlexia például a tanulási zavaroktól (diszlexiától, diszgráfiától, diszkalkúliától) és a fejlesztés iránya, módja is így határozható meg.

Az utóbbi években egyre nő a tanulási nehézséggel küzdő diákok száma. Számos kutatás, hatásvizsgálat és törvényi rendelkezés született az okok feltárására és felismerésük, hatékony fejlesztésük elősegítése érdekében. Erről az alábbi oldalakon is lehet olvasni.

Lásd. http://www.beszed.hu/aldiszlexiasokatszul_az_iskolai_rohanas, www.mentorkonyvesbolt.hu/fejlesztopedagogia/cikkek/2010_02

Mitől alakulhat ki a tanulási nehézség?

A tanulási nehézség az egyes tanulási területeken jelentkező funkciógyengeség, háttérben sokféle ok és háttér-történet állhat.

Ha valaki kezdettől fogva, iskolakezdéstől gyengén teljesít, akkor az gyakran átlag alatti értelmi képessége miatt van, amely indokolja minden esetben az intelligencia-tesztek elvégzését. Ilyenkor a gyermek iskolai teljesítménye nem marad el lényegesen az intelligencia-szintje alapján várható teljesítménytől: mindkettő alacsony. Jellemzője a tanuláshoz szükséges képességek enyhe fejlődési késsége, hiányossága. De ha egy jó tanuló teljesítménye visszaesik, akkor megint más lehet az ok. Egy tartós betegség, iskola-, környezetváltás negatívan hat a tanulási helyzetekre, a gyermek kommunikációjára, motivációjára, tanulási szokásaira. Eredhet a tanulási nehézség a családi (kevés ingert adó, elhanyagoló, nem motiváló), iskolai hatásokból, a gyakori hiányzásokból vagy az emocionális, pszichés, érzelmi (szülők válása, családi, iskolai konfliktusok...) problémákból.

Bármi is a kiváltó ok, átmeneti, korrigálható tanulási nehézség a következménye. Bár, a tünetek tanulási nehézség esetében hasonlóak a tanulási zavarhoz, annál azonban enyhébbek, és feltételezhető az állapot visszafordíthatósága (reverzibilitása), remény van a felzárkózásra.

Hogyan derülhet ki, ha a gyermeknek tanulási nehézsége van?

18 éves korig a komplex pedagógiai, pszichológiai vizsgálatot a nevelési tanácsadók végzik, ahol a diákok képességállapotát, fejlődését vizsgálják, és a korábbi

életrészekből való orvosi-pszichológiai dokumentumainak ismerete mellett elemzik a tanítás-tanulás eredményességét, pedagógiai véleményt kérve a gyermek tanítóitól/tanáraitól.

A nevelési tanácsadóban történő vizsgálat a szülő és az intézmények (nevelési-oktatási, családvédelmi, gyámhivatal) kérésére is indulhat. Ha az utóbbi kéri, minden esetben tájékoztatja a szülőt azokról az okokról, amelyek alapján a gyermek fejlődésének segítésére a nevelési tanácsadó szakembereinek – pszichológus, gyógypedagógus, pedagógus, gyermek-szakorvos vagy gyermekpszichiáter – felkeresését javasolják. Hiszen a szülői kötelezettségek 2008-tól kibővültek a nevelési tanácsadáson, illetve iskolapszichológusi ellátáson való megjelenési kötelezettséggel.

Ha a nevelési tanácsadó tanulási, azaz BTM nehézséget diagnosztizál a gyermeknél, a tanuló az iskolában a létszám számításánál két főnek számít, és a köznevelési törvényben biztosított indokolt lehetőségek illetik meg. Ezek az alábbiak lehetnek:

- az iskolában vagy a nevelési tanácsadóban/egyéb intézményekben megszervezett fejlesztés, felzárkóztatás, fejlesztő foglalkoztatás, tehát nem elég csak a szülői odafigyelés;
- indokolt esetben a tantárgyak, tananyagrészek minősítése, értékelése alóli mentesség;
- a tananyagban az egyéni



- fejlettséghez igazodó továbbhaladás lehetősége;
- az első évfolyamnak két tanév alatt történő teljesítése.

A nevelési tanácsadó feladata a felsoroltak megszervezése, ellenőrzése és a fejlődés kontrolálása mindaddig, amíg a nehézség fennáll vagy a szakvélemény érvényessége szükségessé teszi.

A nevelési tanácsadó szolgáltatásainak igénybevételeire minden gyermek ingyenesen jogosult.

A tanulási nehézség háttérben álló problémák kezelésébe bevonhatók a körzetben lévő gyermekvédelmi intézmények, családsegítő központok, gyermek-idegrendszerek is.

A szülő kérésére az ellátásba bekapcsolódhatnak intézményünk, a Fővárosi Beszédjavító Intézet szakemberei is.

A szülő számára legyen megnyugtató, hogy gyermekének tanulási nehézség problémája legyőzhető, célzott beavatkozással eredményesen kezelhető.

Az eredményesség feltétele, hogy képes-e a gyermekért időben, bátran lépni, majd együttműködni, egymást segíteni mindhárom kulcsszereplő: a szakember, a gyermekkel nap mint nap foglalkozó tanító/ tanár és a szülő.

SHABÓ OTTILIA

Forrás: Fővárosi Beszédjavító Intézet, www.beszedjavito.hu



Körömvirág (Calendula officinalis)

Megérkeztünk a nyárba, vége a sulinak és minden gyerek örül a szabadságnak, a felhőtlen játéknak a barátokkal, a pancsolásnak a strandon anyuval, míg apu napozik. Fontos, hogy legyen otthon házi csodaszerünk arra, ha a gyerek elesik a biciklivel a nagy játék közben, vagy apu elalszik a napon. Ebben próbálok most segíteni Nektek.

A körömvirágról általában

Egynyári növény, gyönyörű, vidám színe miatt sokak ágyásában megtalálható a kert díszeként ültetve. A világossárgától egészen a sötét narancsig sokféle árnyalata megtalálható, de a hatóanyag tartalma mindegyiknek egyforma.

Mire és hogyan használjuk?

Azon túl, hogy gyönyörű színekben pompázik a kertünkben tavasztól ősziig, rengeteg problémánk kezelését köszönhetjük ennek a növénynek. Talán a legismertebb a sebgyógyító hatása, hiszen a körömvirágkrémek most reneszánszukat élik. Ezen felül még egyéb bőrproblémákra is alkalmazhatjuk e készítményeket, mint például napégés, konyhai balesetek (égés, apróbb vágások), operációs hegek. Gyógyíthatjuk a házilag készült olajjal, illetve krémmel a szoptatás alatt kisebesedett mellbimbót, amitől a babának nem lesz baja. De használhatjuk kelésekre, fekélyekre, felfekvésekre és aranyérproblémáink kezelésére is. Az ekcémás, kiütéses bőrt is eredményesen kezelhetjük vele. Használhatjuk még külsőleg visszérproblémáink kezelésére, kihasználva érképződést serkentő hatását, illetve láb-gombásodásra. Esetenként a bőrrák kezelésében is lehet szerepe. Általában ilyenkor nyáron, szandálos időszakban mindenkinek jobban kiszárad a lába, kirepedezik a sarka, mint télen, zoknis időszakban. Ilyen esetekben is segítségünkre lehet a körömvirágkenőcs, illetve -olaj, mellyel este lefekvés előtt jól be kell kenni a lábat és zoknit húzni rá. A legjobb benne mégis az, hogy a család minden tagjánál alkalmazhatjuk krém, olaj, illetve tinktúra formájában külsőleg, a legkisebbektől a legnagyobbakig.

Ha problémás az ínyünk, be van gyulladva, fekélyes vagy szájpenészünk van, áztassuk a szirmokat egy kevés tiszta szeszbe (pl. vodka, vagy egy kis házi pálinka) és

azt egy kis vízzel hígítva öblögessünk vele naponta kétszer.

Gyulladásgátló, baktériumölő és fertőtlenítő hatását nem csak a külső, hanem belső problémáinknál is kihasználhatjuk. Sőt, a külsőleg történő kezelés kedvező hatásait erősíthetjük tea fogyasztással is. Forrázattal készített teáját ihatjuk, ha gyomorfekélyünk, nyombélfekélyünk vagy vastagbélgyulladásunk van. Serkenti a máj- és epetermelést, de kiválóan enyhíti az olyan nőgyógyászati panaszokat is, mint a hosszan tartó, fájdalmas havi vérzés.

Ha pedig semmi ilyen jellegű problémánk nincs, akkor is gyűjthetjük a szirmokat, mert salátába téve gyönyörű színt csempészhetünk bele, vagy rizshez adva főzés közben a sáfrányt helyettesíthetjük vele.

Gyűjtése

Nagyon fontos, hogy mindig napos, száraz időben gyűjtsük a növényt. Én úgy szoktam, hogy leszedem az egész virágot, kitergegetem száraz, jól szellőző helyen, ahol nem éri nap, és ha már jól kiszáradt, csak akkor tépkedem ki a szirmokat és teszem üvegbe.



Recept

Fontosnak tartom, hogy mindig legyen itthon egy kis házilag készített körömvirágkenőcs vagy -olaj. Egyáltalán nem bonyolult elkészíteni, így most megosztom veletek is az olaj receptjét.

Szükség van hozzá egy kisebb befőttesüvegre. Ezt az üveget legalább félig kell szedni frissen szedett körömvirágszirommal (szárzából is lehet, de akkor rakjuk tele az üveget), és ráönteni annyi olívaolajat, vagy szőlőmagolajat, hogy tele legyen az üveg. Jól le kell zárni és 2 hétig napos helyen kell érlelni. Ha letelt, le kell szűrni és már használhatjuk is. Ha pedig épp nem kell, tartsuk sötét, hűvös helyen. Nem érdemes egyszerre túl nagy mennyiséget készíteni, nehogy megavasodjon az olaj.

Érdekesség

A népi hiedelem szerint a ház ajtaja fölé akasztott körömvirág-koszorú távol tartotta a rontást, ha pedig az ágy alá tették, az ott alvót megóvta a rossz álmoktól és valóra váltotta a jókat.

HIMBERGER ZITA HERBALISTA
FOTÓ: ORLICZKI ATTILA



Apukáknak ajánljuk! Kerti bútorok felújítása

A jó idő és a szezonindítás előtt érdemes számba vennünk kerti bútoraink állapotát, esetleg a gyerekek fa hintáit. Vegyük sorra, hogyan és miként érdemes felújítanunk kerti bútorainkat könnyedén, gyorsan, de látványosan.

Ebben a leírásban most egy olyan kerti asztalt veszek alapul, ami jó állapotban van, de színe és festése az évek során át igencsak megkopott. Ahol a fa szerkezetén nagyobb sérülések, repedések láthatók, alapozás előtt ún. „folyékonyfával” dolgozzuk be a sérüléseket.

A fából készült kültéri bútorokat leginkább a korhadás fenyegeti, ezért néhány évente célszerű átmaázolni!

Mielőtt belekezdenénk a folyamat leírásába, fontos felhívnom rá a figyelmet, hogy a munkálatot száraz, szélcsendes, 10 Celsius

foknál melegebb napon érdemes elkezdünk.

Csak teljesen kiszáradt faanyagot tudunk hatékonyan kezelni, külön-

ben nem szívódik be kellőképpen a festék. Ha korábban nedves helyen volt a kerti bútor (például nedvesebb pincében), akkor először a napon „szárítsuk” a bútort, majd ezután fogjunk bele a felújításba.



1. Csiszolás



A csiszolás elkerülhetetlen lépés. Használhatunk kézi csiszolópapírt vagy gépet is. A csiszológéppel gyorsabb és alaposabb a munka, de kis felületeknél (például lécekből álló háttámlánál) jó szolgálatot tesz a hagyományos csiszolópapír. Az íveken, díszítéseken és a nehezen elérhető helyeken használjunk ún. csiszolószivacsot!

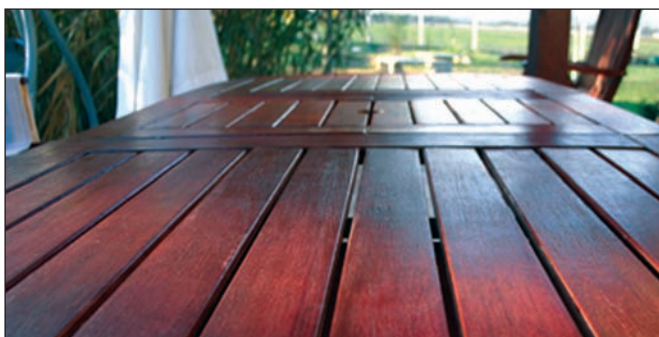
2. Alapozás

Csiszolás után alapozóval kezeljük a felületet. Az alapozó beszívódik a pórusokba, így véd a penészedés, gombásodás és rovarkártévk ellen. Néhány óra száradási idő után a színtelen alapozó rétegre kerül majd a lazúr.



3. Mázolás

Az előkészített felületet két rétegben mázoljuk át. Száraz időben gyorsabban szárad a festék. A rétegek közötti száradási idő a festék dobozán van feltüntetve. A gyártó utasításait mindig tartsuk be!



Az első festékréteg teljes száradása után kézzel, finom szemcséjű csiszolópapírral csiszoljuk át a felületet. Ez azért fontos, hogy a második réteg is kellően tapadjon a felületen, valamint az első réteg pici egyenetlenségei eltűnjenek.

Ezután portalanítsuk az asztalt, majd következhet a második réteg felvitele.

A fa színének kiválasztása ugyanúgy része lehet egy színrendszernek, mint a falak esetében. A lényeg, hogy a bútor végső színe illeszkedjék a környezetbe, menjen, például a házfal és a teraszburkolat színeihez. A bemutatott anyagban a gesztenyeszín mellett döntöttünk.

Kellékek:

- lazúrfesték (itt: Poli-Farbe Boróka fabevonó lazúr gesztenyeszínben),
- csiszolópapír vagy csiszológép,
- kisméretű henger és ecset.

PODMANICZKI „SZOBAFESTŐ” ATTILA

A korai hallásszűrés fontossága napjainkban

Kivétel nélkül minden anyuka úgy tekint a várandósság kilenc hónapja elé, hogy tele van reménnyel, örömmel, hogy egészséges kisbabája fog születni. Arra senki sincs felkészülve, hogy a magzattal bármi történhet, vagy szülés közben, születés után nem várt komplikációk léphetnek fel.

A babák már a méhen belül is hallanak, hiszen a szülés előtti utolsó hetekben egyre jobban érzékelik a külvilág hangjait. A hallásfejlődés már magzati korban elkezdődik.

A hallás vizsgálata már egészen kicsi korban nagyon fontos, hiszen a későn felismert hallásvesztés hatással van a gyermek beszédfejlődésére, kommunikációjára, később a tanulási képességeire és iskolai teljesítményére is.

Hallásszűrés a születés után

Az első hallásvizsgálat már a születés után megtörténik a kórházban. A 67/2005 ü. Min. rendelet értelmében az újszülött 0-4 napos korában hallásvizsgálat javasolt a szülészeti intézményben. A kórházakban csecsemőknek kétféle fájdalommentes szűrés létezik: az egyik az OAE (otoakusztikus emisszió), a másik az alvás közben történő BERA Phone vizsgálat. Az újszülött osztályokon végzett hallásvizsgálat nem mindig hoz értékelhető eredményt.

Amennyiben a kórházban nem sikerült az első hallásvizsgálat, mert a baba sírt, nyugtalan volt, vagy éppen nem lehetett nála hallásreakciót kiváltani, akkor a védőnő által végzett további hallásvizsgálatok javasoltak.

Gyermek fül-orr-gégész audiológus szakorvos által javasolt a hallásszűrés:

- 0-4 napos korban
- 1 hónapos korban
- 6 hónapos korban
- 3 éves korban
- iskola, középiskola kezdekor.



Fontos a korai hallásvizsgálat és a rendszeres ellenőrzés akkor is, amikor a baba jól hall. Javasolt hat hónapos korban ellenőrizni a hallását, hiszen ez fordulópont lehet a baba hallásfejlődésében, akár rosszabbodhat is a hallása.

Ma már van olyan hely Magyarországon, Budapesten, ahol családi környezetben, fehér köpeny és kórházzag nélkül, fájdalommentesen végzik el ezeket a vizsgálatokat. A BERA Phone vizsgálat esetében nincs altatás, nincs egy napos kórházi tartózkodás. A vizsgálat természetes alvásban történik, fájdalommentes, és mindössze 15-20 percet vesz igénybe. Fontos, hogy megfelelő szakemberek és szülők együttes közreműködésével és speciális műszerekkel valósuljon meg. Az itt mért vizsgálati eredményekből már pontosan kimutatható, hogy egészséges-e a kisbaba, ép-e a hallása, megállapítható az is, hogy van-e vezetési vagy idegi ere-

detű halláscsökkenése. A szakemberek nemcsak a diagnózist állítják fel, hanem a szülőket is ellátják a megfelelő információkkal, tájékoztatást kapnak a rehabilitáció és fejlesztés lehetőségéről is.

Halláskárosodás rizikótenyezői 29. naptól iskolakezddésig – mire figyeljünk?

A kisgyermek hallás- és beszédfejlődését legjobban az édesanya, a szülők követhetik nyomon, később pedig a bölcsődében, óvodában, iskolában a pedagógusok. Figyelmeztető jel, ha a kisbaba nem fordul a hang irányába, nem figyel a zajokra, nem reagál a nevére, ha szólnak hozzá. Másik intő jel, ha későn vagy egyáltalán nem indul meg a beszédfejlődés, vagy a gyermeknek figyelem-, viselkedési-, magatartási zavarai vannak, nem vesz részt a közösségi játékokban. Ilyen esetekben tanácsos hallásvizsgálatot kérni.

A későbbiekben érdemes szakemberhez fordulni különösen az alábbi esetekben:

- a szülő, gondviselő, nevelő rendellenességet észlel a hallás, beszéd, a nyelv vagy a fejlődés késésével kapcsolatosan,
- az os temporale törésével járó fejsérülés esetében,
- szenzoneuralis vagy konduktív halláscsökkenéssel járó gyermekkori fertőző betegségek (pl: meningitis, mumpsz, kanyaró) után,



- neurodegeneratív betegségek – pl: Hunter-szindróma, szenzomotoros neuropátiák (pl: Friedreich-ataxia és Charcot-Marie-Tooth szindróma) fennállásakor,
- progresszív halláscsökkenéssel járó szindrómák (pl: neurofibromatózis, osteopetrózis és az Usher-szindróma) esetében.

Rehabilitáció hallókészülékkel, fejlesztéssel

A kisbabák hat hónapos korukban kaphatnak először fül mögötti hallókészüléket. Már ilyen kicsi korban meg kell tanítani őket és a szülőket is a készülék használatára. Ezzel egy időben már érdemes megkezdeni a korai hallásfejlesztést, melyet szurdopedagógus szakember végez. A szülők kétféle módon vehetik igénybe a fejleszt-

tést. Magánúton vagy a Hallásvizsgáló Országos Szakértői és Rehabilitációs Bizottság szakértői vizsgálatát. A szakértői véleményben kijelölik - a törvényben megfogalmazott óraszámok alapján - a lakóhelyhez legközelebb eső utazótanárt, aki a lakóhelyre, vagy adott nevelési intézménybe (bölcsőde, óvoda) jár ki fejlesztésre. A későbbi vizsgálatok során – amennyiben szükséges – speciális oktatási-nevelési intézményben való elhelyezést javasolnak. A cél, hogy a hallássérült kisgyermek mielőbb megtanuljon beszélni, így könnyebben integrálható a későbbiekben.



A szülők számára sokkoló élmény, amikor megtudják, hogy gyermeküknek hallókészüléket kell viselnie. A szakember azt mondja: „a hallókészüléket nem problémának tekintjük. Észlelünk hallásvesztést, de az a feladat, hogy ezt lépésről lépésre rehabilitáljuk. Előbb meg kell tanítani a gyermeket hallókészülékkel hallani, majd a hangok felismerése után megkezdődhet a beszéd indítása, fejlesztése. Ezért nem is használom azt, hogy hallási fogyatékos, azt szoktam mondani, hogy a gyermeknek kommunikációs gondja van. A színes, mintás

hallókészülékeket pártolom, legyen rózsaszín a lányoké, vagy terepmintás a fiúké. Ha nem ültetjük bele a gyerekekbe, hogy fogyatékos, akkor ugyanúgy fog felnőni, mint az ép hallású társai. Ezt a szemléletet szeretném megtanítani a szülőknek.”

Az EduKid – az első gyermekbarát központ Magyarországon

Egy hely, ahol minden egy helyen valósul meg:

- újszülöttkori hallásproblémák szűrése (OAE, BERA)
- a meglévő hallásvesztés diagnosztizálása (egyéni szabott vizsgálati tervvel)
- kommunikációt segítő eszközök forgalmazása (hallókészülékek, hallást segítő eszközök)
- hallás- és beszédfejlesztés
- figyelemzavar, diszlexia, diszgráfia kimutatása és fejlesztése
- auditív észlelési és feldolgozási zavarok felismerése és terápiája
- gyógypedagógiai szaktanácsadás
- szülői tanácsadás

• klinikai háttér (Tűzoltó utcai II. sz. Gyermekklinika)
Dr. Dalos Judit fül-orr-gégész audiológus szakember
Takács Katalin gyermekaudiológus, hallásakusztikus mester

EduKid Speciális Hallásdiagnosztikai, Rehabilitációs és Oktató Központ • www.edukid.hu

SZERKESZTETTE: DUBNICZKI CSILLA



ORS REHIDRATÁCIÓS GRANULÁTUM Egy nélkülözhetetlen útitárs

A nyár mindenki számára a napsütés, az utazások és a vidámság időszaka.

Nagyon kellemetlenné is válhat azonban, ha régóta tervezett üdülésünket elrontja egy lázzal, hányással járó napszúrás, vagy külföldi nyaralás során hasmenéssel, hányással küszködünk. Sokkal súlyosabb azonban, ha ilyen esetekben nem tudjuk pótolni a szervezetünkben kialakuló elektrolit sóhiányt, és kiszáradás lép fel.

A kiszáradás veszélyével a nyári nagy hőségben bekövetkező fokozott izzadás miatt is számolnunk kell. Ez nemcsak a gyermekeket, hanem az idősebbeket is érinti.

A dehidratált, legyengült szervezetben hányás, hasmenéssel vagy lázzal járó betegségek esetén, vagy fokozott izzadás következtében (kánikula, aktív sportolás) felborul az elektrolit só egyensúly. Ilyenkor pótlásra van szükség. Az InnoPharm ORS rehidratációs granulátum a WHO és az UNICEF által meghatározott arányban tartalmazza a szervezet hidratálásához szükséges ásványi sókat (glükóz, trinátrium-citrát, nátrium-klorid, kálium-klorid).

A készítmény megfelelő arányú hígítása után finom, narancsos ízű elektrolit sóoldatot kapunk, amely segít helyreállítani szervezetünk sóháztartását.

Aktív összetevő-tartalom a napi adagban és 100 grammban:

Összetevők	5,35 g tasak	100 g
Glükóz	3,375 g	63,08 g
Nátrium	0,4 g	7,48 g
Kálium	0,19 g	3,66 g
Klór	0,5 g	9,42 g
Citrát	0,46 g	8,71 g

Ozmolaritás: 245 mmol/liter

(megfelel a WHO/Unicef ajánlásának)



Egészségpénztári kártyára kapható.

Az InnoPharm ORS speciális – gyógyászati célra szánt – tápszer. A készítmény használata előtt gondosan olvassa el a termék csomagolásán feltüntetett tájékoztatót és kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét!

A készítmény egyedüli tápanyagforrásként nem használható.

PANNIKA FŐZŐISKOLÁJA



NYÁR-NYÁR-NYÁR! Zöldség- és gyümölcsözön!

Rendszeresen olvasok, böngészek folyóiratokat, használok 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!

A kertben szedett zöldségeknél, gyümölcsöknél, köztük az elsőként megjelenő zöldborsóból készülő levesnél nincs finomabb. A zöldborsó egyértelműen a meleg megérkezését jelzi. Mindig többet főzök belőle, mint amennyi az adag (3 dl/fő), mert mindenki kétszer vesz belőle. A húsból is nagyobb adagot készítek, ugyanis másnap kiváló főzelékfeltét, vagy hidegen fogyasztva, salátával is kitűnő. A rétesből egyszerre 4 rudat sütök. Kettőt (ha marad) bedobozolva a mélyhűtőbe csempészek.



A galuskához: 1 db tojás, 4 púpos ek. búzadara, egy tk. olaj, kávéskanál só, aprított petrezselyem, késhegynyi szódaikarbóna.

Elkészítés: Először a galuskát készítem el. Egy tálban a hozzávalókat összekeverem, és állni hagyom. Vékony karikákra feldarabolom a sárgarépát. Az olajon kicsit megpárolom a borsót a sárgarépával együtt. A rövid párolás után, hozzáadom a cukrot (ha szükséges), egy perc múlva a lisztet, majd pár keverés után a paprikát és felöntöm 2,5 l meleg vízzel. Beleteszem

a sőt és a leveskockát. Mivel zsengék, frissek a zöldségek, ezért amint forrásnak indul a leves, már szagatom is bele a galuskákat teáskanállal. 10 percig lassan főzöm, a végén a felaprított petrezselyemmel ízesítem.

Mai menü: 6 személyre

- Zöldborsóleves daragaluskával
- Baconba csomagolt fűszeres darált hús, zöldbabbal, rizzsel, salátával
- Cseresznyés rétes és cseresznyés-túrós rétes

ZÖLDBORSÓLEVES DARAGALUSKÁVAL

Hozzávalók: 60 kg zöldborsó, 2 db közepes sárgarépa, 3 ek. olaj, 1 ek. liszt, egy tk. cukor, 1 csokor petrezselyem, egy késhegynyi paprika, két húsleveskocka (vagy 2,5 l csontleves).



BACONBE CSOMAGOLT FÜSZERES DARÁLT HÚS, ZÖLDBABBAL, RIZZSEL, SALÁTÁVAL

Hozzávalók a hús elkészítéséhez: 1,5 kg darált lapocka, 1 tk. őrölt bors, egy tk. kömény, három nagy fokhagyma gerezd, egy tk. kakukkfű, egy tk. zsálya (ez elmaradhat), egy tk. só, négy tk. mustár, egy kis fej vöröshagyma, 20 dkg szeletelt bacon szalonna.

Elkészítés: A vöröshagymát nagyobb kockákra vágom, a fokhagymát lereszelem és a többi fűszerrel együtt a darált húshoz keverem, majd kb. 15 db ellapított húspogácsát készítek belőle. Minden húspogácsát kis átfedéssel körbetekerek egy-egy bacon szelettel. Sütőlapra helyezve 180 C fokra előmelegített sütőben 35 perc alatt megsütöm. Sütés közben a húspogácsákat meglocsolom a kisült zsiradékkal, így nem száradhatnak ki.



Zöldbab köret elkészítése:
Hozzávalók:
70 dkg ceruzabab, 4 gerezd fokhagyma, 1 db kis citrom, egy kávéskanál bors, 4 ek. zsiradék.

Elkészítés: A ceruzababot sós vízben roppanósra főzzük. A zsiradékba (ami lehet a húspogácsákból kisült zsiradék is, sőt, ezzel finomabb), beletesszük a felszeletelt fokhagymát, és amikor már érezzük a sült hagyma illatát, hozzátesszük a babot, megborsozzuk. Pár perces óvatos keverés után rácsurgatjuk a citromot. Három perc múlva kész is a köret. A rizskészítésről szóló cikk a NOE Levelek 254-255. számában olvasható. Most cukkini nélkül főzöm.

A hús mellé egy másik köretlehetőség a saláta, melyhez a következő öntetet kevertem ki:

Joghurtos dresszinghez: 2 dl joghurt, 1 ek. snidling, 1 ek. almaecet, 2 ek. majonéz, 1 csokor vágott petrezselyem, 1 kk. törött bors és 1 kk. só.

CSERESZNYÉS RÉTES ÉS CSERESZNYÉS-TÚRÓS RÉTES

Hozzávalók:

A tésztához: 35 dkg rétesliszt, 1 kis doboz tejföl, 10 dkg zsiradék, 1 kávéskanál só.

Töltelék 3 rúdhoz: 1,5 kg kimagozott cseresznye, két csomag vaníliás cukor, 15-20 dkg cukor, 4 ek. zsemlemorzsza, 15 dkg darált dió, két kis pohár tejföl, egy ek. friss citromfű (elmaradhat), 2 tk. őrölt fahéj.

1 rúdhoz: 20 dkg kimagozott cseresznye, 1 cs. vaníliás cukor, 25 dkg tehéntúró, egy citrom reszelt héja, 1 kis doboz tejföl, 2 ek. búzadara, 15 dkg cukor.



Elkészítés: A tésztához valókat összegyűrom, és négy részre osztva, letakarva, egy órára hűtőbe teszem. Könnyebben nyújtható, ha minél hosszabb ideig áll a hűtőben (reggel ezzel kezdem a munkát). Közvetlenül a kisodrás előtt keverem össze a töltelékhez valókat, hogy a gyümölcs minél kevesebb levet engedjen. A tésztát rudanként nagyon vékonyra kisodrom, egyenként kb. 30X40 cm téglalapra. 2 cm-es szélek elhagyásával, egyenletesen elosztom a töltelék a tésztalapon. Két keskenyebb oldalán a széleket visszahajtom, a hosszanti oldalon felgöngyölítem, tepsibe helyezem. A rudakat jól átkenem olajjal és megszurkálom villával. 180 C fokon kb. 35 percig sütöm. Sütőből kivéve meghintem vaníliás porcukorral.



Tipp: *Finomabb a rétes, ha a zsemlemorzsát kevés olajon megpirítjuk és a pirítást a töltelékhez szükséges cukormennyiség hozzáadásával fejezzük be. Ezzel a módszerrel kevesebb cukor is elég. Vaníliás cukor használatával is csökkenthetjük a cukoradagot. A meggyes rétest is így készítem csak kicsit több cukorral.*

Javaslat: általában egyszerre többféle rétest készítek. Hol ez, hol az marad ki a töltelékből, ha a rétest a hagyományos módszerrel töltöm. Ezért találtam, ki, hogy minden hozzávalót egyszerre összekeverek közvetlenül a felhasználás előtt, és a keveréssel szórom meg a rétest. Nem kell annyira figyelni a sorrendre, és időt is megtakaríthatunk ezzel a módszerrel.

+ **Javaslat:** úgy kell időzíteni a sütést, hogy a rétes elkészülte után, a tűzhely hőjét kihasználva azonnal süthessük a húst is.



Aki szeretné bármely háztartási munkához kapcsolódó praktikus és jól bevált megoldásait megosztani az olvasókkal, az küldje el az



orbanneanna@gmail.com címre.

AZ OKOS FIÚ

Mesélő Volt egyszer egy fiú, aki arról volt híres, hogy nagyon okos. A király is hallott róla, s egyszer el is ment, hogy megnézze a fiút. A fiú egy rozoga viskóban lakott a szüleivel együtt, ennek a kis viskónak még lépcsője sem volt. A király a nyitott ajtóhoz lovagolt – a ló feje benn volt a lakószobában. A király nem szállt le a lóról, hanem lehajolt, és bekukucskált:

Király Van itt valaki?!

Fiú Egy lófej és másfél ember!

Király Hol van az apád?

Fiú Elment, hogy sokat kérjen a kevésből.

Király Hol van az anyád?

Fiú Éppen azt a kenyeret dagasztja, amit a múlt évben ettünk meg!

Király Hol van a bátyád?

Fiú Elment madarászni. Ha madarat fog, az erdőben hagyja, amit nem fogott meg, azt hazahozza.

Király Hol van a húgod?

Fiú Éppen most siratja azt, amin a múlt évben nevetett.

Király Eljössz a palotámba, és megmagyarázod a szavaid értelmét. De nem jössz gyalog, sem pedig lóháton, és ha a palotámba érkezel, nem leszel sem künn, sem benn!

Mesélő A fiú reggel mindjárt napkelte után elment a királyi palotába. Egy bakkecskén lovagolt: egyik lába a kecske hátán, a másik az árok szélét súrolta. Mikor a palotába érkezett, megállt a küszöbön, s onnan magyarázta meg szavai értelmét:

Fiú Mikor az apám sokat kért a kevésből, éppen a rozstot vetette el. Mikor anyám a múlt évben meg-evett kenyeret dagasztotta, akkor éppen kenyeret sütött, hogy megadhassa a tavaly kölcsönként kenyereket. Mikor a bátyám madarászott, egy dombon a haját fésülte, a kihullott hajszál ottmaradt, a többit hazahozta a fején. A húgom, aki megsiratta azt, amin a múlt évben nevetett, gyermek-ágyban feküdt a szaunában.

Király Jól van, fiam! Most pedig adj fel az udvar népének olyan találós kérdést, amit senki sem tud megfejtteni!

Fiú A király hallja, de csak ritkán látja, a paraszt mindennap látja, Isten soha sem látja.

Király Na hát... ez mi lehet?... Na, senki sem tudja?... Találja már ki valaki... Úgy látom, senki sem tudja... Mondjad a megoldást, fiam!

Fiú A király minduntalan hallja, hogy mit beszélnek a hozzá hasonlókról, vagyis a királyokról, de ritkán látja őket. A paraszt mindennap lát parasztembert, de Isten sohasem lát magához hasonlót!

Király Jól van, fiam. Hát aztán tudsz-e nekünk olyan jótanácsot adni, aminek minden körülmények közt hasznát vesszük?

Fiú Legelőbb is megpróbálom: akármire kezdesz, gondold meg előbb, hogy mi lesz a következménye!

Mesélő A király elrendelte, hogy ezt a tanácsot írják fel mindenre, ami csak a palotában található.

Egy idő múlva a király megbetegedett. Az orvosok elrendelték, hogy eret vágjanak rajta: a rossz vér kifolyik, jó vér jön helyébe. Csak-hogy az udvari emberek között voltak olyanok is, akik szerették volna, ha meghal a király, és találtak egy orvost, akit rávehettek arra, hogy mérgezett vastűt szúrjon az érbe. Az orvos már kezdeni akarta a munkáját, kezébe vette a tálalt, hogy abba eressze a király vérét, de ekkor elolvasta a tálon lévő írást: „Akármire kezdesz, gondold meg előbb, hogy mi lesz a következménye”. Az orvos elolvasta a fölírást, és nem csinált semmit.

Másnap a király magyarázatot kívánt az orvostól, hogy miért halasztotta el az érvágást. Az orvos mindent bevallott, és a király csak akkor értette meg igazán, hogy milyen bölcs tanácsot adott neki a fiú. Azon nyomban kinevezte a királyi udvar legfőbb hivatalnokának.

Finn népmese





Kreatív barkács ötletek Trópusi halak a gyerekszobában

Tengerparti forró nyári hangulatot varázsolhatunk a lakásba, ha a tenger színes lakóival népesítjük be azt. Ráadásul az akvárium rendszeres tisztítása fel sem merül feladatként! Az eredmény szemet gyönyörködtető, hiszen készülhet narancsszínű bohóchal, vöröses trópusi pillangó, citromsárga sügér, kékes-ezüstös pangáziusz, de számos egyéb egzotikus szín-összeállítású hal!



Hozzávalók:

- 8 db mini papírtányér
- harsány, vidám színű festékek
- ecset
- 4 db mozgó szem
- olló, ragasztó



A készítés menete:

1. Minden egyes hal elkészítéséhez 2 papírtányérra lesz szükség. Az egyiket pl. rózsaszínre, a másikat sárgára, a harmadikat zöldre, a negyediket narancssárgára festhetjük. Amíg a festék szárad, rajzoljuk elő az úszókat, a farokúszót és a hal száját. Az előrajzolt részeket is fessük be és hagyjuk száradni.
2. Vágjuk ki a megszáradt darabokat. Az előrajzolt úszók körvonalai minden bizonnyal kivehetők lesznek a festék alatt.
3. Ragasszuk a hal darabjait a megfelelő tányérhoz, a hátsó felére illesztve.
4. Festékekkel vonalakat, pöttyöket festhetünk a tányérokra, ezzel is dekorálva trópusi halainkat. Akasszuk a gyerekszoba falára a rögtön elkészülő, tisztítást nem igénylő akváriumot!

VARIÁCIÓ: Akasszuk halainkat a mennyezetre!

Amennyiben a mennyezetről szeretnénk lelógatni őket, egy pár változtatásra lesz szükségünk. Hasonló módon készülnek, mint azt az előbb leírtam, de úgy a hal hátulja nem lesz túl szép, hiszen festetlen és ráragasztott alkotórészekkel teli. Ha felakasztjuk őket, biztosan forogni kezdenek, tehát hogy mindkét oldalon festettek legyenek, az alábbi változtatásokat kell végrehajtanunk:

1. Minden egyes hal testéhez KÉT papírtányérra lesz szükségünk egy helyett, de a tányérok hátulját fessük ki az eleje helyett.
2. Fessük ki az úszókat mindkét oldalról.
3. Minden egyes halhoz KÉT mozgó szemre lesz szükségünk egy helyett.
4. Ragasszuk fel az úszókat az egyik tányérhoz és rögzítsünk közé egy hosszú damilt.
5. Fordítsuk egymásba a két tányért szendvicsszerűen úgy, hogy a festett felületek kívülre essenek.



Dinnyés legyező

A forró nyárban praktikus lehet, ha van kéznél legyezőnk! Divatos, vonzza a tekintetet és felüdít! A gyerekek előszeretettel festenek és imádják a dinnyét, tehát nem foghatunk mellé az ötlettel.

Hozzávalók:

- papírtányér
- gyógyszerertári spatula
- festék, olló, ragasztó

A készítés menete:

1. Első lépésként vonalzóval jelöljük ki a papírtányér harmadát (lehet picivel nagyobb is). Vágjuk ki.
2. Ragasszuk fel a spatulát a tányér hátoldalára.
3. Ha szükséges, rajzoljuk elő dinnyeszeletünk körvonalait, majd jöhet a festés. A papírtányér mindkét oldalát festjük ki! Élénk színeket használjuk!
4. A spatula zöld színt kaphat.

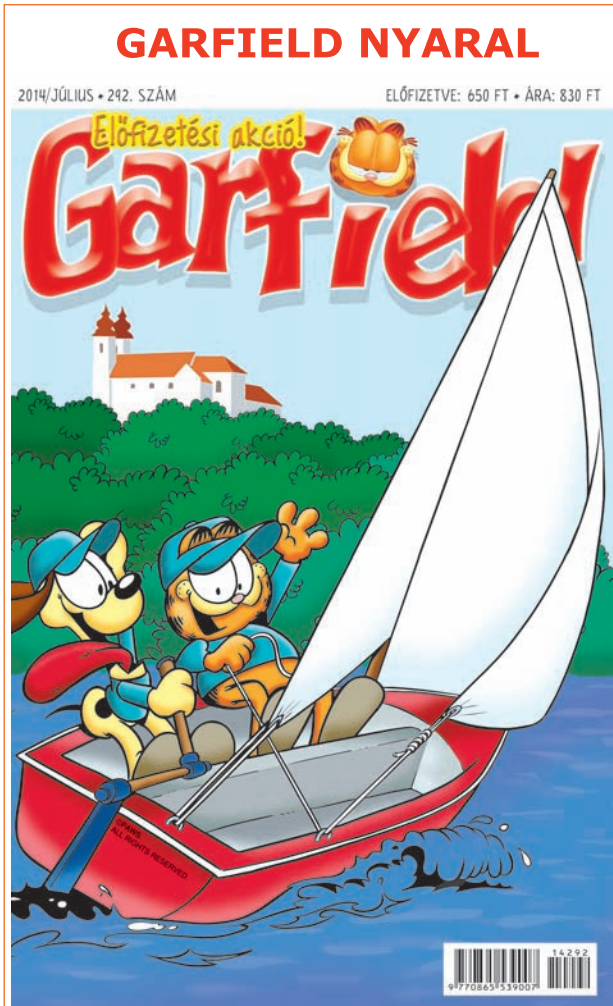
5. A dinnyemagokat utolsónak vesszük fel és kész is az üdítő légáramlatot nyújtó dinnyés legyezőnk!



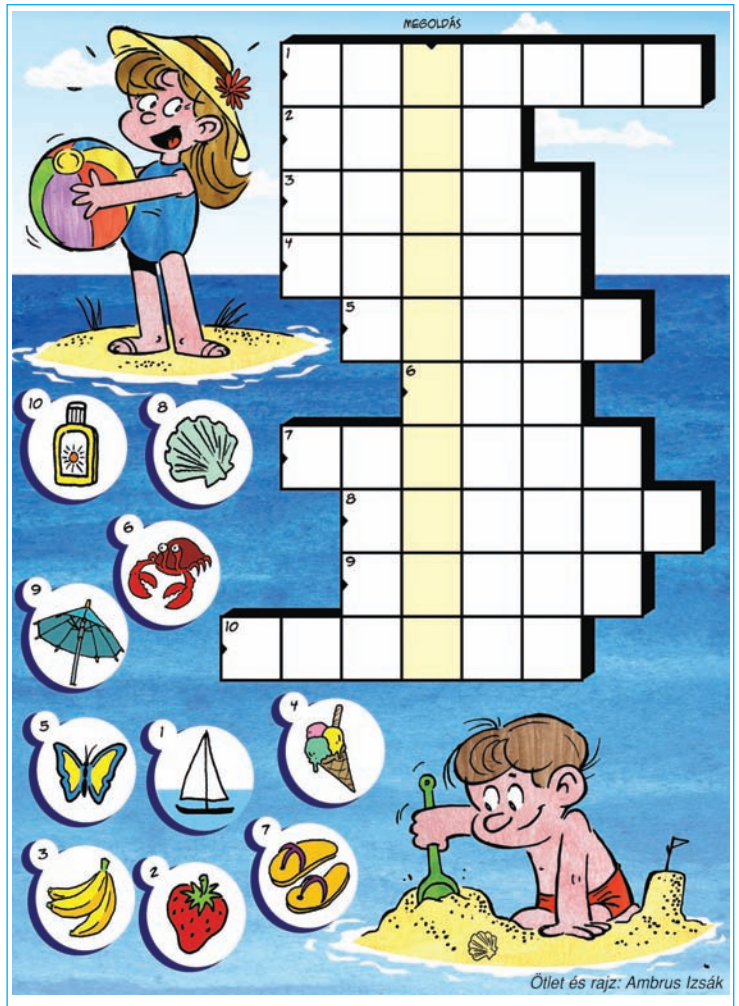
Kívánok szívmengető alkotó perceket!

LÓDI VIKTÓRIA

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



A júliusi GARFIELD címlapjáról meg tudod mondani, milyen ismert üdülőhelyen vakációzik Garfield és Ubul? A helyes megfejtést beküldők között kisorsolásra kerül 5 db Garfield különszám 8.
Beküldési határidő: augusztus 31.,
 elofizetes@drize.hu elérhetőségre



A helyes választ beküldők között 1 db DÖRMÖGŐ DÖMÖTÖR éves előfizetést sorsolunk ki.
Beküldési határidő: augusztus 31.,
 elofizetes@drize.hu címre.

» 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 lapszáomért, 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 lapszáomért **13 520 Ft**-ot kell fizetnie a 15 340 Ft helyett!

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



Milyen időtartamra szeretné előfizetni a lapot?

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

Hogyan szeretné kifizetni az előfizetési díjat?

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

Az előfizető neve:

Az előfizető címe (ahová a kézbesítést kéri):

Az előfizető e-mail címe:

Dátum:

Aláírás:



20% kedvezmény, csak NOE tagoknak!



KÉPMÁS

» stílusos » bátor » elkötelezett

Kedves NOE-tag!

Magyarország jövője az egészséges, erős családokra épül, ezek lesznek a kisközösségek és a magyar társadalom alapjai. A televízió, az internet és a nyomtatott sajtó életünk részévé vált, az ott közvetített minták pedig észrevétlenül is befolyásolják házastársunkkal, gyermekeinkkel, szüleinkkel való kapcsolatunkat. Válasszon olyan sajtóterméket, amelyben a család értékékként jelenik meg, amely iránytű a kultúrában és a közéletben, segítő társ a gyermeke nevelésben, 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
Honlap: www.kepmas.hu

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



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



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 kladól 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 • Postai úton: Heti Válasz Kiadó Kft., 1027 Budapest, Horvát u. 14–24.

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



ÖRÖMHÍR



A debreceni egyesületben a Jakob családban megszületett az 5. gyerek! Marassé, Lidia, Rodé, Nátánael után 2014. május 5-én a kis **Jakab Johanna**. A boldog szülők Jakob Péter és felesége Tímea.



Házasságunk 17. évében, 2014. május 16-án megszületett harmadik lányunk: **Ságody Csilla**. Nővérei, Réka és Virág is nagyon várták, nem kevésbé nagyszülei Horváth Árpád és Ildikó (Miskolci NOE), hiszen Csilla a 15. unoka.

Ságody Nóra és Csaba
Hegyvidéki NOE

Örömmel tudatom mindenkivel, hogy 2014. május 22-én megszületett a negyedik unokám, a legifjabb **Róbert László**. Méretei: 50 cm, 3 kg. Anyukájával, apukájával és nővérével, Hannával jól vannak, az egész család és a köröstarcsai nagycsaládok örömére.

Róbert Lászlóné Erzsi,
Nagycsaládok Köröstarcsai
Egyesülete



Tóth Zsoltnak és Gulyás Annamáriának, akik egyesületünk tagjai, megszületett első gyermekük: **Tóth Patrik** (54 cm, 3100 gramm). Ezúton is gratulálunk!

Tóthné Nácsa Irén,
Tiszavasvári Nagycsaládok



Örömmel tudatjuk, hogy 2014. június 17-én 0:15 perckor megszületett 5. gyermekünk, **Krasztel Zsüsztin Zsüliett** 3500 grammal és 54 centivel. Üdvözlettel: Krasztel László és Krasztel Lászlóné Pápai NE



Örömmel tudatjuk, hogy 2014. június 16-án megszületett a Gergely család 5. gyermeke, **Gergely Bálint László** 2900 grammal és 54 centivel.



Örömmel tudatjuk Veletek, hogy 2014. április 28-án megszületett 4. gyermekünk, **Farkas Johanna Glória**. Nagy örömmel fogadta 3 bátyja: Tivadar, Lénárd és Gellért.

Üdvözlettel: Farkas Tamás és Patrícia
Csillaghegyi csoport

MÉDIATÁMOGATÓINK

