

# Junior Lovas Nemzet

IV. évfolyam 8. szám. 2021. augusztus



LÓEGÉSZSÉG

SZABADIDOMÍTÁS

KÉPREGÉNY



Mi legyek,  
ha nagy  
leszek?



RAJZPÁLYÁZAT

JÁTÉKOK

*Kedves Lovasok!*

*Utolsó hónap a suli előtt. Minél több időt töltsenek a lovakkal!*



## **Junior Lovas Nemzet, a modern lovasújság**

- \* Online is olvasható
- \* Letölthető
- \* Gyors, hasznos tippek
- \* Könnyed, de erősen szakmai cikkek
- \* Ingyenes, ezért sok lovashoz eljuthat
- \* Bármely korosztály talál olvasnivalót!



# TARTALOM



*Ha megtetszik valamelyik cikk,  
kattints rá!*

*Ha vissza szeretnél jönni ide,  
akkor kattints a házikóra!*

*Vagy nyomtasd ki! Színezz, vágj, játszz!*

Havi  
tippek

5

Lovak és  
más állatok

6

STRESSZ  
ESETÉN

7

Öko-lovi



10

Egészségház

Mi baja a  
lovamnak?

11

LOVAGLÁS



12

Kérdezz-  
felelek!

Legyen kérdésed a  
lovakról!

14

*Mi legyek,  
ha nagy  
leszek?*

15

Találós  
kérdések

23

Lószínek



24

VilágRáró

26

SZABADIDOMÍTÁS



28

# Meseház



30

# Junior mese



33

# Színező



35

# Képregény



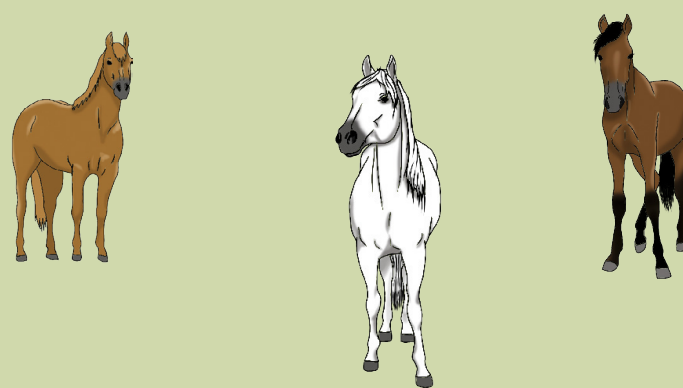
36

# Nyelvlecke



38

# LOVAK A TERMÉSZETBEN



40

# Játéksarok



41

# Kreatív kuckó



42

# Rajzpályázat



43

# IMPRESSZUM

45



Ebben a rovatban összegyűjtünk nektek néhány tanácsot, amit érdemes megfontolni.

## Augusztus

### Nap vs szem

#### Napszemüveg

A napszemüveggel kapcsolatban több probléma is felmerül. Az egyik, hogy törékeny, fokozottan kell rá vigyázni. Lovak mellett? Nehéz. Könnyedén lecsúszhat a szemünkről, ami kapkodásra készlet, hogy megóvjuk a végtől - s ez megint csak rosszra vezethet. Akik veled kommunikálnak (ember vagy ló), nem látják a szemedet - márpedig ez nagyon fontos lenne! Nem utolsó sorban pedig hagyd a szemedet pihenni, ellustulni, ha folyton rajtad van a napszemüveg.

#### Siltes sapka

Lovardákban inkább a siltes sapka, ami segít. Árnyékot ad a szemednek, de dolgoznia kell, mert a természetes fényt ettől még kapja. A sapi, ha leesik, max koszos lesz, de nem okoz nagy károkat és nem balesetveszélyes. A fejedet is védi szél-től, naptól, bogaraktól. Nagy hátránya, hogy beleizzadunk, mert nem lélegzik eléggé.

Van saját tipped?

Küldd el **INSTÁN** az ötletedet nekünk!

[juniorlovasnemzet](https://www.instagram.com/juniorlovasnemzet)



## A házityúk

Az eddigiekben kedves olvasóinktól kapott levelekből készítettünk nektek összeállítást. Sok állatfaj előkerült: kutyák, macskák, tyúkok, birkák, kecskék vagy akár malacok is. Eltűnődtünk azon, hogy vajon mennyit tudunk ezekről az állatokról? Lássunk néhány érdekességet, a mostani számban a tyúkról:



**A házityúk a baromfikhoz tartozó szárnyasunk, melyet a húzáért és tojásáért tenyésztenek.**

## Tudtad?

Már körülbelül 1000 tyúkfajtát különböztetünk meg, például: magyar tyúk, erdélyi kopasznyakú, szlovák oravka stb-stb.

## Elnevezésük

- \* **naposcsibe** - a tojásból kikelt, még nem takarmányozott csibe
- \* **csirke** - 8-10 hetes koráig
- \* **kakas** - hím
- \* **jérce** - nőstény
- \* **tyúk** - tojástermelésre érett nőstény

A házityúkok a lovakhoz hasonlóan, hierarchiában élnek. A rangsor kialakulásában viszont rengeteg különbség van: a tyúkok egymás tollát kiszedegetik, csipkedik egymást, sőt akár kannibalizmusig is eljutnak, tehát megeszik egymást. Amelyik tyúk a legcsúnyácskább a tollazat hiánya miatt, az valószínűleg az utolsó a rangsorban.

## Tartásuk

Az udvaros tartásnál a tyúkok szabadon élnek, csipegetnek, kukacot keresnek, kotorják a földet, és egymással is felveszik a kapcsolatot. Mélyalmos tartásnál rengeteg tyúk együtt van egy „istállóban”, ahol szalmával vagy forgáccsal almolnak. Ketreces tartásnál minden tyúkot külön tartanak ketrecekben.

## Érdekesség

A tyúkok is tudnak vedleni. A vedlési időszakban nem igazán tojnak.

RF



## Játékkal a stressz ellen!

**Amikor idegesek, feszültek vagyunk, az utolsó, ami eszünkbe jut, hogy de jó lenne egy nagyot társasjátékozni. Fontos az ilyenkor felgyülemlett feszültséget levezetni (erre is adunk majd jó kis tippeket Nektek), de sokat segíthet az is, ha másra koncentrálnunk, és nem hergeljük tovább magunkat. Másra koncentrálni azonban nem olyan könnyű, amikor épp majd szétvet az ideg... Érdeemes lehet tehát ehhez segítségül hívni valamit, ami el tudja terelni a figyelmünket.**

Erre jó a társasjáték. De akár egy kártyaparti vagy a Jenga, Dobble, sőt a körömi is megfelelő lehet a célra. Attól függ, szívesen csatlakozik-e mindenki a családból/ baráti társaságból, vagy csak ketten-hárman játszótok.

Elkezdeni nehéz. Hisz a lelkünk ilyenkor nincs vidámságra és játékosságra hangolva. De épp ez a csél a dologban. Amint elkezdesz játszani, az eddigi rossz érzések helyére észrevétlenül jó érzések kúsznak. A dühöt felváltja, a koncentráció; a haraggal gondolkodok valakire érzés átadja a helyét annak, hogy jókedvvel figyeljük annak a mozdulatait, akivel épp játszunk; , a szomorúságot vidámság válthatja fel, és egyre kevesebbszer jut majd eszünkbe az, ami miatt bosszankodtunk vagy szomorkodtunk. Garantáltan működik.

*Akár köthettek megállapodást is barátokkal, barátnőkkel, hogy amikor morcosnak látjátok egymást vagy valamelyikőtök nagyon el van kenődve, közös játékot kezdeményeztek, és segítetek annak, aki épp a rosszkedvűség csapdájába esett.*



Elő az Activity-vel, ügyeskedhettek a Twister színes pöttyein egyensúlyozva, de jöhetnek a kooperációt igénylő, csapatban dolgozós társasok is. Közös élményt szereztek, átélhetitek, mennyire jó segíteni valakit abban, hogy boldogabbá váljon, támaszai lesztek egymásnak, és tudhatjátok, hogy Ti is bizton számíthatok majd ugyanerre a támogató hozzáállásra barátaitoktól viszonzásképp.



Ha táborokba mentek, hisz a nyár a táboroké, az új kalandoké, az új barátságoké, bátran vigyétek magatokkal kedvenc társasjátékokat, hátha kedvet kapnak hozzá mások is. Bármikor jókedvre deríthet, ha együtt játszotok – nem kell, hogy szomorkodós vagy dühös hangulatból induljunk.

A társasjátékok értékes együtt töltött minőségi időt, nevetést és élményeket rejtenek magukban. Mindez önmagában is felbecsülhetetlen, de a társasoknak ezen felül is sok-sok pozitív hatása van.

*Bár néha számolni kell a vereséggel, a társasjátékok nyertesei, legalábbis hosszútávon, mindenképpen a gyerekek. Ezekből a játékokból ugyanis rengeteget tanulhatnak, és ennek a tudásnak később is óriási hasznát vehetik – de a felnőtt, sőt, az idősebb korosztálynak is jó oka van igent mondani a társasra.*

Segít a koordináció finomhangolásában, türelemre tanít, javítja a koncentrációt, segít fókuszálni, megtanít együttműködni.

Ha egyszer belevágunk a társasozásba, hamar rádöbbenünk, hogy ezek a játékok nem csupán szórakoztatóak, de a játék közben szerzett készségeket és tanulságokat a mindennapi életben is kamatoztathatjuk – függetlenül attól, hogy hány gyertyát fújunk el a következő születésnapunkon.

A társasok segíthetnek közelebb kerülni egymáshoz, de önmagunkhoz is. Átáluk türelmet, empátiát, alázatot tanulhatunk, nem melleleg frissen tarthatjuk elménket, miközben hosszabb-rövidebb időre kiszakadhatunk a valóságból: lehetünk kalandorok, feltalálók, űrutazók.



*Végül, de nem utolsó sorban ezek a játékok segíthetnek megőrizni, vagy épp felébreszteni a bennünk szunnyadó gyermeket, és vele együtt a játékoságot.*

Tehát, jöhetnek a fotók, élménybeszámolók is, vagy épp a kedvenc társasjátékok ajánlása a Junior Lovas Nemzet szerkesztőségébe vagy instagram oldalára! Mi is örömmel osztozunk veletek a vidám pillanataitokban!

Itt a nyár, nincs suli, úgyhogy a stressz mehet, és jöhet helyette a jókedv, a vidámság, és a közös élmények a családdal vagy a barátokkal!

Szóllós Judit

[www.allatasszisztaltfoglalkozasok.hu](http://www.allatasszisztaltfoglalkozasok.hu)

Keresse a  
**Nemzeti Lovas Színház**  
produkcióit egész évben Budapesten,  
**a Kincsem Parkban!**

Jegyek válthatók online: [jegy.nemzetilovasszinhaz.hu](http://jegy.nemzetilovasszinhaz.hu)

EMBERI ERŐFORRÁSOK  
MINISZTERIUMA



Nagyon divatos manapság a környezetvédelem. Szerencsére! Már nagyon régóta probléma a természet védelme. De mit tehetünk mi lovasok a Földanyáért?

## Mi legyen a bálamadzaggal?

Biztosan sokszor találkoztok bálamadzaggal a lovardában. Ezek általában a kukában kötnek ki, és még csak a szelektív hulladékok közé se tudjuk elhelyezni, mert nem újrahasználatos műanyag.

**De akkor mi legyen vele?**

Néhány lovasudvar fonatot készít belőle és kötélként még pár hétig fel tudja használni. Vannak lótartók, akik a villanypásztorzalag látványát fokozzák a fonattal úgy, hogy hamis sort raknak ki belőle.

**És mit csinálhatok vele én?**

Szuper innovációt mutatok nektek! A bálamadzaggal csuda kosarat tudsz fonni! Méretben bármit kitalálhatsz, hiszen mindig végtelen mennyiségű madzag termelődik. Azért nyilvánvalóan a kosár terhelhetősége nem a bevásárlókosarak minősége! Ennek ellenére, a kisebb kosarak a nyergesben tolltartóként szuperálhatnak, a nagyobbacskák a következő madzagok tárolójaként és a még nagyobbak például ápolóeszközök elhelyezésére lehet jó. De nyilván a végtelenségig lehet ötletelni.



A kosárfonás menetét a következő számban mutatjuk be!

**Az ökosabb okosabb!**

RF

**Ez egy kicsi kosárka, kétféle madzaggal.**



**Sokat vagy a lovak mellett. Már egy apró mozzanatát is észreveszed, ha az átlagostól eltér. Tudod-e pontosan mi történhetett a lóval? Ebben a rovatban felderítjük!**

## ***Hogyan vedd észre?***

Furcsán viselkedhet a ló. Nézegeti a hasát, kapar, izzad. Lefekszik, felkel, próbál hemperegni. Nem eszik, nem iszik és láthatóan nyugtalan.

## ***Mi okozhatja?***

Mivel sokféle eredete lehet a kólikának, ezért nagyon szerteágazó, hogy mire vezethetjük vissza a problémát. Íme néhány ok: étrendi hibák (rossz takarmány mennyiségben/minőségben), idegen testek (pl.: bálamadzag), vírusok, baktériumok, gombák, tartási hibák (pl.: megfázás).

## ***Mit tudsz tenni?***

Azonnal értesíteni kell az állatorvost! Keress valakit, aki közben tud segíteni! A doki el fogja mondani a telefonba, hogy addig milyen feladataid vannak, például: ne hagyd hemperegni és enni/inni a lovat, mert nagyobb bajt okozhat magának, ugyanakkor szabad lépésben vezetgetni.

***A következő cikkekben részletebben mutatunk be nektek lóbetegségeket.***

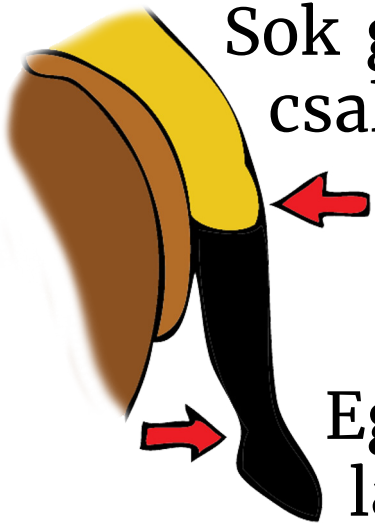
Roflics Fanni  
Lektorálta: Dr. Csepi Gábor





Sziasztok!

Gombóc vagyok, póniló. Szeretnélek benneteket kicsit elkalauzolni a lovaglás világában. Tartsatok velem!



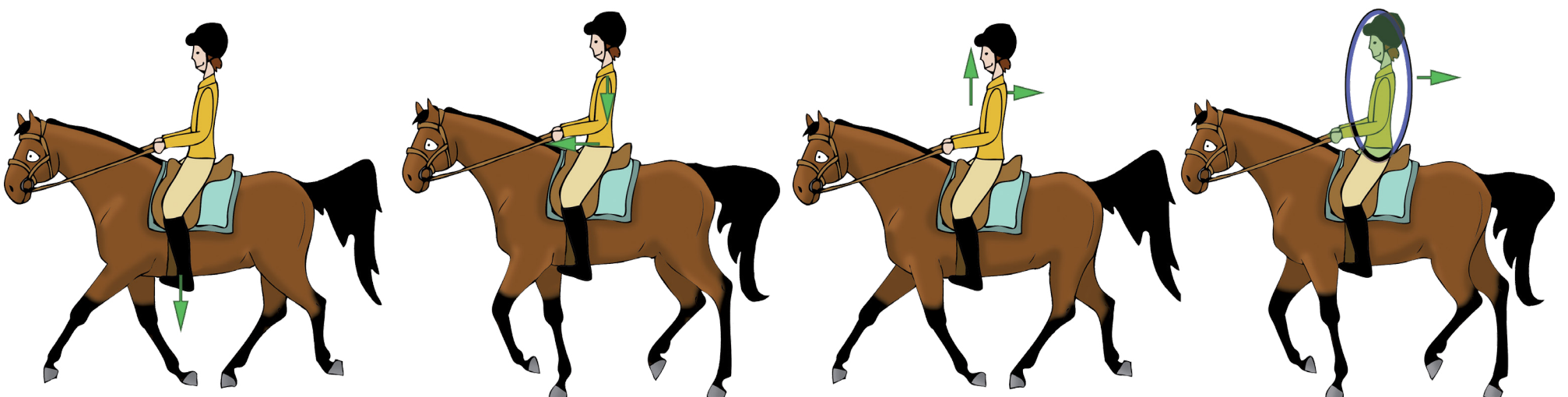
Sok gyereknek és kezdőnek – akár nyeregben, akár csak patracon ülnek – valami azt súgja, hogy térdüket szorítsák az oldalamhoz. Ez hibás elgondolás.

Egy egyszerű példa: gondolj bele, hogy egy strandlabdát csak a térdeiddel tartod. Mi történik?

A térdék állandóan feszülnek, ezzel merevvé teszik a combot és a tartásod is. Így nehezebb a mozgás, és ami a legrosszabb, a két lábszárad eltávolodik egymástól. Ha viszont elemeled a lábszáradat az oldalamtól, akkor a legfőbb kapcsolatunkat adod fel! Egy darabig merev krumpliszákként zötyögsz majd a hátamon, aztán közelebbről megvizsgálod a talaj minőségét. Egyszóval: leesel.

Lazítsunk! Végy egy nagy levegőt, majd szép lassan fújd ki a lépésem ütemében!

Vedd ki a lábad a kengyelből! Lábadat engedd jó mélyre, és lazán tedd az oldalamhoz! Lábszáraddal keresd meg az oldalam, két térded is legyen laza, így lefelé hatnak, a sarkad felé. Látnod, semmi nem változott! Lábfejedet kissé jobban emeld meg! Remek, így olyan, mintha kengyelben lenne, és jobban érzed a mozgásomat.

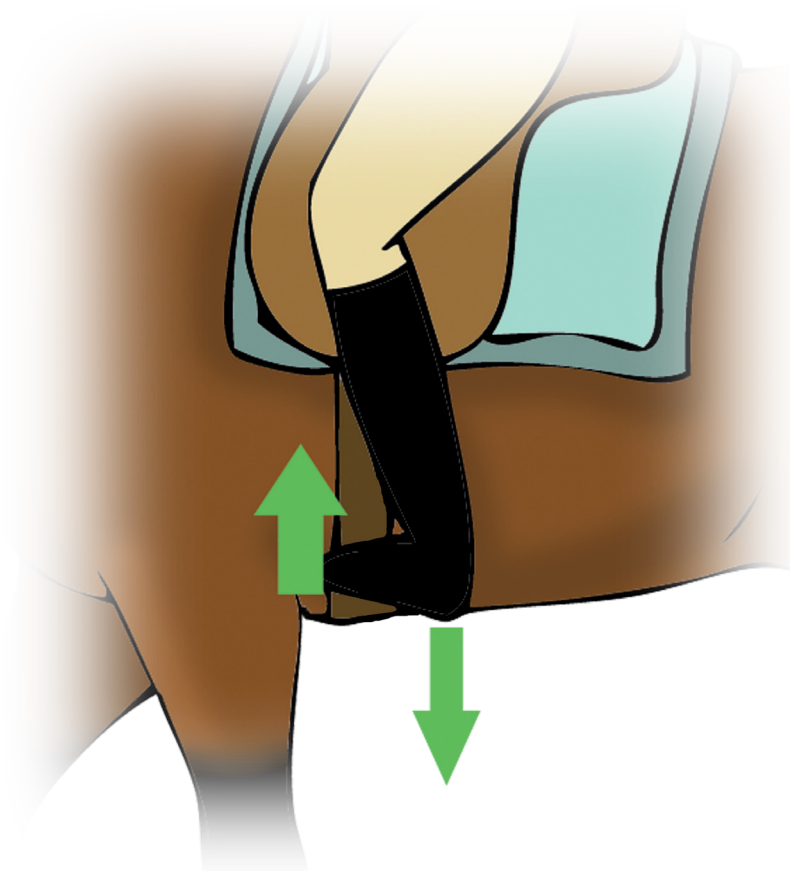


Az első próbálkozáshoz a külső kezeddel fogd meg a kápát, és ügessünk! Helyezd magad kissé hátra – a mellkas emelkedik, a vállak hátra és lefelé.

A csípődet és a derekadat előre-hátra mozgatom – kisebb mértékben, mert kicsit hátrébb van a felsőttested. A térdek lefelé hatnak, és a bokád is rugózik, lábfejedet közben felemelve tartod.

Csukd be szemed, és képzelj el a helyzetünket! A csípődet és a

derekadat én mozgatom; ami a derekad fölött van, az felfelé és hátrafelé mozog, ami a csípőd alatt van, az lefelé mozog. Ez már igazán kellemes ringatás – érzed, ahogy lengetem a hátam. Ez az, bízz magadban, és tedd mindkét kezed a csípődre!



*Érzed?*

Ez már igazi összhang, minden kapaszkodás nélkül kiválóan tudod követni a mozgásom. Nagyszerű érzés, ugye?

*Jó gyakorlást mindenkinek!*

Tombor Mónika - Roflics Fanni

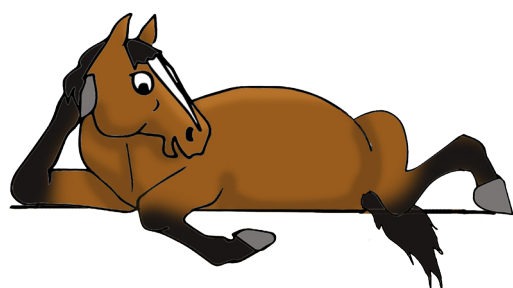


Lovas Nemzet, 2021. augusztus  
Keresd az újságárusoknál!

**Lovas Nemzet**  
ABLAK A LOVAS VILÁGRA



**Ez a rovat rólatok szól. Ha bármilyen kérdésetek felmerül, tegyétek fel és mi válaszolunk!**



Instán: [juniorlovasnemzet](#)

Facebook oldalon üzenetben: Junior [Lovas Nemzet](#)

E-mailben: [lovasnemzetplusz@gmail.com](mailto:lovasnemzetplusz@gmail.com)

*Szeretnék otthon lovat tartani. Mi kell hozzá?*

tanakodott Evelin.

Ez is hasonlóan sokoldalú kérdés, mint a múlt hónapban. Lehet, hogy a tárgyi felszereltségre kérdezel, de ennél fontosabbak az alábbiak:

**Társ:** A lovadnak szüksége lesz egy társra, aki legyen egy lóféle (ló, szamár, esetleg zebra?)! A lovak egyik alaptulajdonsága, hogy csapatban élnek. A testi, szellemi és lelki egészsége érdekében ez nagyon fontos!

**Hely:** A lovaknak szükséges egy nagy terület, ahol tudnak mozogni és legelni. A legkisebb terület ehhez fél hektár, de sokkal jobb lenne, ha lovanként egy hektár terület jutna! Fontos, hogy a legelő növényeit beazonosítsátok a betegségek elkerülése végett! (Később olvashattok a mérgező növényekről.)

**Idő:** A ló tartás természetesen óriási felelősség. Ha nem is lovagoljátok őket, akkor is le kell ápolni - megtaláljátok az esetleges sérüléseket és a kültakarót egészségesen tartjátok. Könnyebb lesz az állatorvosi, körmölési procedura, ha foglalkoztok a lovakkal. Illetve az etetési és almolási idő sem kicsi.

**Pénz:** Szokták mondani, hogy a lovat nem megvenni drága. Pedig az is drága, de tartani is sok pénzbe kerül: széna, alom, abrak, takarmánykiegészítők, körmölés, állatorvosi költségek, felszerelés, területkarbantartás stb.

*Mire lettél kíváncsi?*

*Írj a fent említett csatornák egyikén!*

*RF*



## A ló, mint hivatás, vagy a ló, mint hobby?

10 kérdéses mini interjú-sorozat sikeres és boldog emberekkel, ami segít neked dönteni.

*Varga Tímea vagyok, 40 éves. Képesítéseimet tekintve ápoló, óvodapedagógus, gyógypedagógus, lovas sport oktató és lóasszisztált pedagógiai foglalkozásvezető vagyok. Három gyermekemet - Patrik (18 éves), Barnabás (9 éves), Bálint (7 éves) - egyedül nevelem. Egy sérült gyermekeket nevelő speciális óvodában dolgozom.*



### **Mindig is olyan hivatásról álmodtál, ahol embereken segítesz?**

Igen. Gyermekkoromban is már mindig mindenkinek segítetttem; nem csak azoknak, akik bajba kerültek, hanem mindenkinek, akinek szüksége volt rá. Ez számomra soha nem volt megterhelő, sokkal inkább örömet lelttem benne. Így később, tudatosan fordultam a segítő szakmák irányába.



### **Szereted, amit csinálsz? Mit szeretsz benne?**

Szeretem, amit csinálok. Gyógypedagógusként dolgozom, és nagyon szeretem. Nagyon élvezem a sérült gyermekek közelségét; élvezem azt a kihívást, hogy sokkal nehezebb eredményeket elérni náluk, mint a tipikusan fejlődő gyermekekkel – ha kitűzünk egy célt, számukra sokkal több energiabefektetés szükséges, hogy azt el is ériék, és ezen én, mint gyógypedagógus, tudok segíteni. Ahhoz, hogy ők még jobban fejlődni tudjanak, nagyon sok módszerrel tisztában kell lennie egy gyógypedagógusnak – és én úgy gondolom, hogy az állatasszisztált tevékenységek nagyon nagymértékben segíthetik a sérült gyermekek fejlődését (is), éppen ezért nekem már nagyon-nagyon régi vágyam az, hogy lóasszisztált foglalkozásokat vezethessek.



*Úgy gondolom, hogy a lovaglás fantasztikus élményéhez joga van mindenkinek, nem csupán a tipikus fejlődésmentű embereknek, hanem a fogyatékkal élőknek is.*

Nagyon szeretem látni, hogy ez nem csak egy élményt, nem csak egy érzelmi pluszt ad azoknak a gyerekeknek, akiket a szüleik elhoznak hozzám, hanem fejlesztő hatással is bír. A lóval való kapcsolat, valamint a ló mozgása az, ami akkor is fejlesztő hatást gyakorol a lovasra, ha mi magunk nem csinálunk semmit, sőt a lovas akaratától is teljesen függetlenül hat. Ez szerintem egy csoda.



*Régi vágyam vált valóra, és nagyon élvezem, hogy lóasszisztált pedagógiai foglalkozásvezetőként egyre szélesebb körben ismertethetem meg a ló varázslatos hatását a környezetemben élőkkel. Nagyon hálás vagyok érte, hogy ez megadatott nekem.*



## **Választanál-e másik hivatást, ha most lennél gyerek?**

Nem választanék más hivatást. Nagyon szerettem ápolóként is dolgozni és a betegágy mellett segíteni az embereknek, de amiben most dolgozom, az óvodapedagógia – gyógypedagógia (akár a lóasszisztált, akár a hagyományos formában), sokkal szélesebb spektrumot biztosít számomra, hogy tudásommal, szakértelmemmel segíthessek másoknak. Ez éltet engem, öröm számomra amikor láthatom a csillogó tekinteteket, fogadhatom a kicsi kezek szorító ölelését, amikor végig kísérhetem a gyermekek fejlődését. Ez az én utam.



## **Hogyan emlékszel vissza az iskolai éveidre? Megosztanád velünk a legszebb emlékedet és legrosszabb pillanatodat a diákéveidből?**

Az általános iskolai éveim érzelmileg elég széles skálán jeleníthetőek meg. Megvoltak a rossz pillanatok és megvolt benne az öröm is. Nyilván az idő megszépíti a dolgokat, de be kell, hogy valljam, vannak a mai napig olyan emlékek, amikre nem szívesen emlékszem. De nem bánom, hogy emlékszem rájuk, mert mindenből tanulunk.



*A rossz dolgok is értéket adhatnak számunkra. Tanulhatunk belőle. Az élet egy hullámvasút - nem történhet mindig minden rosszul, de nem történhet mindig csak jól sem. Mindennek van jó és rossz oldala - az a lényeg, hogy átgondoljuk, észrevegyük, hogy ha történik velünk valami rossz, mi az, amit ebből én mégiscsak nyertem.*

Mi az a tapasztalás, amit a továbbiakban majd felhasználhatok, hogy ne kövessem el később ugyanazokat a hibákat, vagy ki tudjak kerülni konfliktusokat, vagy más megoldási módokat tudjak találni. Ehhez muszáj rossz dolgokat is átélnünk, ami akkor nagyon rossz és nagyon fáj. De ha egy kicsi idő eltelik, érdemes átgondolni, hogy vajon mi okozhatta azt, hogy ez velem megtörtént, és hogy tudok-e esetleg azon változtatni vagy rajtam teljesen kívülálló ok (ha rajtam kívülálló az ok, olyankor is el tudok gondolkodni azon, hogy mit tehetnék majd más-hogy, ha esetleg újra ilyen helyzetbe kerülnék, vagy felismerhetem az előjeleit, és így elkerülhetem, hogy megismétlődjön), de mindenképpen megtanulhatom, hogyan dolgozzam fel az eseményeket.

A lényeg, hogy a pozitív dolgokra próbáljunk koncentrálni, mindenben keressük a jót, keressük, hogy mit tanított nekünk ez.

### **Melyik állítással értesz egyet jobban?**

**„A jó tanulmányi eredményekkel sokkal több lehetőség közül válogathatunk majd.” vagy „Ha elkezdjük azt csinálni, amivel akkor is szívesen foglalkoznánk, ha egy fillért sem kapnánk érte, akkor jó úton vagyunk a boldog élet felé.”?**

Azt gondolom, hogy ezt ennyire nagyon élesen talán nem is kellene szétválasztani, hiszen a tanulás az egy nagyon fontos folyamat az életünkben – ezt nem lehet, és nem is szabad elkerülni, törekednünk kell arra, hogy a tőlünk elvárható legjobb teljesítményt nyújtsuk - de nem minden áron. Meg kell tudni maradni gyerekeknek – bár ez sokszor az iskola és a szülők nyomása miatt tényleg nehéz a gyerekeknek – de ha olyan szerencsések a gyermekek, hogy olyan szüleik vannak, akik nem hajszoják túl a gyerekeiket, hanem hagynak nekik gyerekkort, akkor sokkal boldogabb életet élhetnek. És azokból a tapasztalások-



ból, amiken keresztül mennek ezekben a boldog pillanatokban, azokból sokkal többet tanulhatnak hosszútávon, mint egy fizika vagy kémia órán, ami persze fontos, de nagyon fontos az is, hogy jól érezzük magunkat abban, amit csinálunk.

***Tehát én mindenkit arra biztatom, hogy mind-  
amellelt hogy fontos legyen számára a tanulás,  
találja meg azt az utat, ami számára örömet  
okoz. Lehet ez a sport, lehet ez a zene, lehet ez az  
irodalom vagy a színművészet vagy épp a kép-  
zóművészet.***

Mindenki vonzódik valami felé, mindenki meg fogja tudni találni magában azt, amiben ő jó, és azt, amiben ki tud teljesedni, ami örömet okoz számára. Ha pedig megtaláltuk, mindenképp érdemes ez irányba képezni magunkat, mert hosszútávon, ha olyan szakmát tud valaki szerezni, ami őt eredetileg is érdekelte, és örömet okoz számára, akkor az egész életét pozitívabban és boldogabban élheti le, hiszen nem kényszerként fogja megélni azt, hogy dolgoznia kell, hanem a hobbija lehet a munkája.

Ha esetleg nem találjuk ezt magunkban, akkor pedig érdemes keresni olyan embereket a környezetünkben, akik a segítségünkre lehetnek abban, hogy rájöjsek, én miben vagyok jó? Utat mutathatnak abban, hogy merre keressélek, hogy megtaláljam magamban azokat a dolgokat, amik számomra örömforrások, és amikben kiteljesedhetek.



### **Melyik a kedvenc állatod?**

A kedvenc állatom mindenféleképpen, már egészen kisgyerekkorom óta a ló. De az összes állatot nagyon szeretem.



### **Volt-e gyerekkorodban, és most van-e háziállatod? Mutatnál nekünk róla egy fotót?**

Van egy kutyám. Ő egy mentett kutya, akinek nagyon sanyarú sorsa volt. Az éhhalál szélén állt, hatalmas seb volt a nyakán, már csak támolygott – ment két lépést és eldőlt, majd megint két lépést tett, és újra eldőlt. Szerettem volna megetetni, megitatni, de szegény annyira rettegett az emberektől, hogy hiába állt az éhhalál szélén,



nem mert közelíteni sem a vízhez, sem az ételhez, amíg bárki a közelében volt. Nagyon-nagyon hosszú folyamat volt, amíg a bizalmába engedett. Nagyjából fél év telt el, mire oda mert jönni hozzám, de megsimogatni még ekkor sem engedte magát, csak megbökdöste a combomat az orrával. De ha nyúltam felé, még elszaladt. Egyik nap megjelent a sintér és befogta őt. Számomra pedig nyilvánvalóvá vált, hogy el fogják altatni, mert senki nem akarja majd így örökbe fogadni. Így megkerestem, hogy hova vitték, és befogadtuk mi - úgy, hogy még csak hozzá sem érhettem ekkor a kutyához. Ezután kezdtünk el vele dolgozni.

***Szakmai segítséget is kértünk, és nagyon sok munka, idő és türelem volt szükséges ahhoz, hogy a bizalmát elnyerjük, és hogy ebből a megtört lelki állatból egy egészséges kutya válhasson.***

Nagyon sokáig tartott – még évek múlva is, ha csak megváltoztattam az öblítőt, amivel mostam a ruháinkat, ő már nem mert odajönni hozzánk. Ilyenkor újra kezdtük az egészet előről. Most 10 éve, hogy nálunk lakik, és a fényképen szerintem látszik, hogy megérte ilyen kitartóan szeretni őt, és segíteni neki abban, hogy boldog kutya lehessen.

Rajta kívül van egy cicánk is, Cuki. Még nem a legjobb barátok a kutyával, de mivel tudják, hogy mindkettőjüket szeretem, ezért a kedvemért nem bántják egymást.



***Misinek becézzük, de Babits Mihály a becsületes neve (mert utca kutya volt).***



***Ő Cuki.***



## Ha állattá változtatna Téged egy varázsló, milyen állattá szeretnél változni, és miért?

Említettem, hogy a ló a kedvenc állatom, de nem szívesen kérném a varázslót, hogy lóvá változtasson. Mégpedig azért nem, mert hacsak nem egy vad ménesben él az a szerencsés ló, akkor azért a háziasított lovaknak engedelmesskedniük kell az embereknek, és meg kell adniuk magukat az embereknek. Én nem szeretném, vagy nem feltétlenül mindig szeretném azt tenni amit mások mondanak, csak azért, mert ő mondja, hanem én sokkal inkább szeretek a szívemre hallgatni.

*Engem az visz előre, amit a szívem diktál. De azt is megtanultam az évek alatt, hogy fontos, hogy az esziünkre is hallgassunk, mert az agyunk nem véletlenül van ott a fejünkben. Meg kell tanulni ezt a kettőt valahogy összhangba hozni, és valahogyan egy olyan utat találni, amit jó szívvel csinálók, de annak értelme is van. De minden esetben a szívünkre azért merjünk hallgatni.*



Én delfin szeretnék lenni. Azért, mert ők csapatban élnek, megvannak a hierarchiák, ami számukra teljesen természetes és elfogadható dolog, de mindig gondoskodnak egymásról. Soha nem hagyják egymást hátra, segítenek egymásnak. Ugye amilyen én is vagyok – nem tudok és nem is akarok ettől szabadulni, hisz ez vagyok én – segíteni szeretnék állatként is. És hát önekik azért nem mondja meg senki, hogy merre van az útjuk, hanem arra mennek, amerre érzik, hogy menniük kell.

## Melyik tantárgynak, illetve melyik tulajdonságodnak veszed a legnagyobb hasznát most az életedben?

Tantárgy:

Azt gondolom, hogy az olvasás elengedhetetlen. Az emberi lét egyik fő eleme, hogy írni és olvasni tudjunk, és hogy értsük is meg azt, amit olvasunk. Ennek kiemelt szerepet tulajdonítok, már csak azért is, mert az összes többi dolog értelmezhetetlenné válik, ha nem értjük azt, amit olvasunk – a körülöttünk lévő világ érthetetlen akkor, ha nem tanultunk meg rendesen olvasni és írni.

A matematika és a logikai gondolkodás, az ok-okozati



összefüggések észrevétele és keresése szintén elengedhetetlen az életben. Amit korábban is említettem: a jó – rossz, vagy hogy mi miért történik, ez mind matematika. Arról nem is beszélve, hogy nem tudunk elmenni egy boltba vásárolni, ha nem tudunk összeadni, kivonni, szorozni, osztani. Meg ugye a kommunikáció.

***Nem csak az emberek, az állatok is kommunikálnak, de az embereknek van egy kivételes lehetőségük, ami által kifejezhetik a gondolataikat, érzelmeiket. Merjük is kifejezni ezt! Én mindenkit arra biztatom, hogy merjék vállalni a gondolataikat, merjék vállalni a véleményüket, és hogy a kommunikációt nagyon helyezték előtérbe, mert rengeteg konfliktust meg tudunk oldani vagy ki tudunk kerülni azzal, ha megbeszéljük azt, ami bánt minket vagy amit érzünk, gondolunk. És ha olyan emberekkel vesszük körül magunkat, akikkel meg lehet beszélni, akkor saját magunk életét könnyítjük meg.***

Ha nem sértésnek vesszük azt amit a másik mond, hanem elgondolkodunk azon, hogy vajon ezt ő miért mondta (főleg ha több mindenkitől is halljuk ugyanazt), és elgondolkodunk azon is, hogy fontos-e ezen változtatni, vagy szeretnék-e ezen változtatni, akkor ahelyett, hogy csak gyűlne a belső frusztráció, a folyamatos sértettség, düh, csalódottság, elkerülhetem hogy szomorúvá, depresszióssá váljak, vagy azt érezzem hogy egyedül maradtam a problémáimmal, és kereshetek, találhatok megoldást. Tehát, a nyílt és őszinte kommunikáció – átgondolva azt is, hogy nekünk mi esne jól! Ne nyersen, ne bántón kommunikáljunk, ne bántunk meg másokat a mondandónkkal! Szerintem a legegyszerűbb az, hogy ha úgy próbálunk meg viselkedni és kommunikálni is a környezetünkben lévő emberekkel, ahogyan elvárnánk, hogy velünk is bánjanak. Ha azt veszem észre magamon, hogy fordított esetben ez nekem nem esne jól, akkor azt ne csináljuk, fogalmazzuk át a mondandónkat! Ezek nélkül a tantárgyak és megszerzett képességek nélkül szerintem elképzelhetetlen az élet.

***Tulajdonság: a jó szívem***





## **Van-e olyan tulajdonságod, amivel nem vagy elégedett? Elárulod nekünk mi ez?**

Van több is. ☺ Azt gondolom, hogy mindig tudunk fejlődni. Amiben én szívesen fejlődnék most, az az, hogy még több olyan technikát megtanulhassak, amivel még ennél is többet tudok segíteni azoknak a gyerekeknek, akiket elhoz hozzám az anyukájuk vagy az apukájuk akár a lóasszisztált pedagógiai foglalkozásokra, akár az oviba. Illetve az érzelmeim és az indulataim kezelése az a terület, amiben szívesen fejlődnék.



## **Van-e valami, amit szerinted mindenkinek ki kellene próbálnia, mert garantáltan boldogabbá teszi az életet?**

A lovaglás. És nem feltétlenül csak a lovaglás, hanem a ló maga. Mert a ló egy csodálatos állat. Érzékeny, tisztelet és tekintélyt parancsoló. Tudni kell a veszélyeit, és ha mindezekkel tisztában vagyunk, és el tudjuk érni, hogy biztonsággal a közelében lehessünk, akkor viszont egy olyan érzelmi pluszt képes adni, amit nehéz szavakba önteni. Egy hatalmas állat, aki bármit megtehetne velünk, ha akarna – és mégsem teszi. Mégsem akar bántani. Nem használja ki azt, hogy ő bánthatna, hogy ő nagyobb és erősebb nálunk, hanem igenis ő jó akar lenni, és azt szeretné, hogy mi szeressük és elégedettek legyünk vele. És erre törekszik is - ami szerintem egy olyan csodálatos dolog, amit akár mi is megtanulhatnánk tőlük.



## **Milyen üzeneted lenne a Junior Lovas Nemzetet olvasó gyerekek számára?**

Legyenek céljaink, legyenek álmaink, legyenek vágyaink; és törekedjünk ezeknek az elérésére! Nem csak az kell, hogy kitűzzük ezeket a célokat és vágyakat, hanem legyünk tisztában azzal is, hogy ez munka. Nem fog a sült galamb a szánkba repülni, hanem tenni kell érte, hogy ezeket valóra is váltsuk. Sokszor nehéz, de a befektetett idő és energia, és a kitartás, az mindig meghozza az eredményét; nincs olyan, hogy nem. Nem szabad feladni. Vannak nehézségek, vannak mélypontok, ezeken túl kell lendülni, tanulni kell belőle, és nem szabad feladni. Mindenki képes rá, hogy elérje az álmait!



**Köszönjük!**

*Szöllős Judit rovata*



Melyik ló tud szárnyon szállni?

Egy jól elkészített csizmának mi a hibája?

Egyen bemászunk, ötön kímászunk.

MI JOBB EGY LÓNÁL?

Mi van kész,  
és mégis mindennap megcsinálják?

A találós kérdéseket **Varga Ferencné 1111 találós kérdés** című könyvéből vadásztuk.



Az előző hét részben részletesen bemutattam Nektek az összes olyan általános színt, amik lovakon előfordulhatnak. A következő nagyobb témakör így a *tarka mintázatok* lesznek!

Tarka mintázat, azaz fehér foltok akármilyen színen kialakulhatnak, akár még szürkén is – a már kiszürkülésnek indult tarkákat porcelántarkának nevezzük. A magyar nyelv nem különböztet meg annyiféle tarkát, amennyi genetikailag kialakulhat, így a mintázatok angol neveit is bemutatom nektek, amiket magyarul írok körül.

A tarka mintázat neve angolul pinto. Nem összekeverendő a Paint megnevezéssel, ami egy fajtának, az amerikai foltos lófajtának (American Paint Horse) a neve. A pinto tehát egy általános gyűjtőfogalom minden fehér foltos lóra – a mintázatok lefutása, kinézete, öröklődése azonban sokféle lehet. Nézzük ezeket a kategóriákat!



Real Fair Play, egérfakó színű tobiano mintázatú Paint Horse fedezőmén (tulaj: Koloszár Roxi, fotós: Varga Ramóna).

A legáltalánosabb és legelterjedtebb tarka mintázat a **tobiano**. Ha tarka lóval találkoztok, 90% az esély arra, hogy az a tarka ló tobiano mintázatú. Az ilyen lovaknak mind a négy lába fehér, a testen lévő fehér foltok pedig általában a lapocka és a comb irányából nyúlnak lefelé, de előfordulnak még a nyakon is, valamint a farokrépán, amitől a farok egy része fehér színű lesz. A mintázat tehát szinte minden esetben átnyúlik a gerincvonalon.

A **frame overo** mintázat csak az amerikai fajtákban található meg. A „frame” angolul azt jelenti: keret, ugyanis a fehér foltok a ló oldalán vannak jelen, a nyak és a törzs oldalsó részén, legtöbbször nem érintik a gerincet, emiatt egy színes keretben van jelen a fehér szín. Jellemző még rájuk az oldalra lenyúló, széles hóka, a kék szem, és a színes lábak.



Present Rose, sárga színű, frame overo mintázatú Paint Horse kanca (Juhász Eszter)

A **splashed white** mintázat magyar megfelelője a fröcskölt fehér. Többféle splashed white létezik, az igazán látványos splashed white lovak úgy néznek ki, mintha fehér festékbe mártották volna őket. Gyakori náluk a kék szem.



Lady, pej színű, fröcskölt fehér mintázatú kanca (Szerdahelyi Fruzsina).

Ezenkívül léteznek még további mintázatok, amiket ugyanannak a génnek a különböző változatai okoznak, így nagyon sokféle mintázat alakul ki. Ide tartozik például a **sabino**, ahol a fehér foltok szélei igen szaggattak, gyakran tűzöttek. Kialakulhatnak teljesen fehér lovak is, akiket tetőtől talpig egyetlenegy nagy fehér folt borít, **white spotting** a mai elnevezése. Többek között **így jönnek létre a valódi fehér lovak.**



Artic Storm Cat, fehér, angol telivér herélt. Alapszíne sárga, amelyet a fehér mintázata szinte teljes egészében elfed. (Tulaj: Alison Galeotafiore, fotó: Kristin Hlavac-O'Brien).

Timár Krisztina

Horse Color Genetics HUN - Lószíngenetika (Facebook)

[loszingenetika.wordpress.com](http://loszingenetika.wordpress.com)



Szeretnénk bemutatni nektek lovas táborokat, melyek méltán ismertek és elismertek, és ahonnan biztos, hogy rengeteg élménnyel gazdagodva térhettek haza.

## *Equus Kör Önfejlesztő Lovastábor*

5 nap, amely túlmutat a hagyományos lovastáborok hangulatán és személyiségünkre gyakorolt hatásán. A résztvevők 8-16 fős csoportokban vesznek részt lovas, valamint önismereti foglalkozásokon diplomás szakemberek és művészek társaságában.

A komplex 5 napos program egyenlő arányban tartalmaz lovagló, drámapedagógia és mozgás tréningeket. Kiegészítő programként lehetőség van alapszintű lovas- és filmes-kaszadőr gyakorlatok elsajátítására, íjászatra, valamint kard és törvívásra.

A tábor elsődleges célja, hogy az év közben felgyülemlett stresszt és "csendhiányt" a természet ölében, egy céljait kereső közösségben, jókedvű, baráti hangulatú foglalkozásokon tudjuk átgondolni, és saját magunkat jobban megismerve, bátrabban, új barátokkal térjünk vissza mindennapi életünkbe.

Egy hét Magyarország legmodernebb western lovardájában, a Velencei-dombság közepén. Napi lovaglás kiválóan képzett western versenylovakon, akik nyugodtságukkal és képzettségükkel biztosan új szintre emelik a már létező vagy éppen születőben levő lovas tudásod. Az edzéseket a Horog Horses Lovas szakemberei vezetik.



Amikor éppen nem lovagolsz, fantasztikus programok várnak:

- \* Wunderlich József vezetésével a Vígszínház művészeivel történő foglalkozás zenéről, versről, szakmáról.
- \* foglalkozás a Junior Prima-díjas Király Danival, aki az alternatív színházak kreatív, játékos, önfejlesztő gyakorlataival ismertet meg
- \* foglalkozás Szántó Balázssal, szintén a Vígszínházból, aki színészmessterséget és szövegelemzést tanít
- \* improvizációs workshop Hollai-Heiser Annával az Itt és most társulat tagjával. A humor garantált!
- \* önismereti foglalkozás Tóth Réka Ibolyával, a Mindful Flow alapítójával.
- \* foglalkozás Szöllős Judittal, aki állatasszisztált foglalkozásokat tart kutyával és lóval egyaránt
- \* foglalkozás Visky Ábellel, napjaink egyik legtehetségesebb fiatal filmrendezőjével
- \* Csiby Gergely pedig napi szinten dolgozik a csapattal, "A ló és én" munkacím alatt.

És a tábor ideje alatt megismerkedhetsz a western lovaglás egyik legnépszerűbb és legismertebb ágával, a reining szakággal is.



A reininget, a western versenyszámok "királyát" magyarul talán "western díjlovaglásnak" nevezhetnénk, bár a klasszikus díjlovaglástól első benyomás alapján is erősen eltér, mert verseny közben is ugyanolyan dinamikusan kell lovagolni a lovat, mintha egy ranchen dolgoznánk vele. Mint ahogyan régen a marhapásztorok tették.

*Illusztráció Mráz Edina fotóstól*

És hogy miért ajánljuk nektek, hogy a lovas táborok semmiképpen ne maradjanak ki a nyári programból?

Erre a választ az Equus Kör Lovastábor egyik résztvevője már tudja.

"...A tábornak köszönhetem, hogy sokkal több önbizalmam lett, bizonytalanság nélkül fel merem vállalni a véleményemet és a gondolataimat, megtanultam az igazi értékekre koncentrálni, és hogy megszerettem a lovaglást. Rendszeresen járok lovagolni, rengeteget ad nekem ez a sport, az egyik legjobb érzés számomra együtt működni heti 1-1,5 órát egy lóval..."

Szöllős Judit

[www.equuskor.hu](http://www.equuskor.hu)



## **A szabadidomításban is fontos a fokozatosság és a segítségek finomítása**

A lóval való kommunikáció, azaz a jelzéseink összessége esetében a legapróbb jelzéstől haladunk az erősebb felé, így megadva a lónak, hogy a lehető legkisebb jelre reagáljon. Ergo, nem egyből egy hatalmas jelzéssel indítunk, hanem lépésről-lépésre erősítjük a jelzéseinket, és ha a ló reagált, akkor engedünk, dicsérünk.

*Ellenben hatalmas hibák keletkeznek abból is, ha valaki nem akarja növelni a nyomást, azaz a jelzés erősségét, ha a lóva finom segítségre nem reagál. Ha már ötször, vagy akár többször ugyanazzal a jelerősséggel jelzünk a lónak, akkor nem jót teszünk neki, hanem tompítjuk és ezzel együtt a saját munkánkat is nehezítjük.*

Hiszen az érzékenyítés pont abból áll, hogyha szükséges, erősítjük a jelzést, ha pedig a ló engedett, akkor mi is engedünk. És így tanulja meg, hogy mi a feladata, és ezt később már kis jelzésre is meg fogja tenni. De ide nem azon át vezet az út, hogy állandó, apró jelzésekkel „szöszölünk”. Ha elsőre nem ért egy jelet, akkor a következő már nagyobb kell legyen – természetesen a megfelelő kísérő jelekkel kiegészülve, azaz helyes testbeszéddel, energiákkal és pontos jelzéssel.

*Ha mindig kitartunk a kis jelzésnél, sőt abbahagyjuk a jelzést ha valamit nem csinál meg, akkor pont azt érjük el, hogy még tompább lesz a ló.*

Ha valaki sosem alkalmaz erős segítségeket – hiába a szituáció úgy kívánná – az ugyanolyan hiba, mint ha valakinek nem célja az, hogy lefinomítsa a lovát. Meg kell találni az arany középutat és mindig a szituációhoz mérten kell alkalmazni a jelzések minőségét és erősségét is. És megint oda lyukadunk ki, hogy nem lehet sablon kiképzési tervet követni a kiképzés során és nagyon-nagyon szükséges egy tapasztalt edző jelenléte és segítsége.

Szó se róla, egy lovat könnyebb nem-elrontani, mintsem egy elrontott lovat „visszahozni”. Könnyebb érzékenyen tartani és már a kezdetektől érzékenységre nevelni egy lovat, mintsem egy eltompult lovat újra lefinomítani. Vagy még kényesebb kérdés, mikor egy hiper-érzékeny lovat

próbálunk érzéketleníteni. Azonban következetes bánásmóddal, képzéssel, tartással, takarmányozással – mert minden ilyen jellegű tényező is számít – nagyon sok probléma fel sem merülne.

***A kérdés az, hogy van-e igényünk arra, hogy technikai kényeszerék nélkül lovagoljunk?*** Vagy megelégszünk azzal, hogy adott ló csak sarkantyúval lovagolható, vagy épp csak feszítőzablával állítható meg... Idő és energiaigényes egy ilyen probléma kiküszöbölése, ez tagadhatatlan, viszont utána egy jóval barátságosabb és ló-lovas számára komfortosabb kapcsolat lesz az eredmény.



Arról nem is beszélve, hogy a képzés előrehaladtával fontos a ló lefinomítása, és szinte az öntartásban való feladatmegoldás, hiszen erre lehet építeni. Példák a szabadidomításból: földről, szinkronmunkánál, (mikor több ló dolgozik szabadon, együtt), egy közös oldalazásnál már nincs idő és hely külön léptetni egy lovat, hanem ha messziről kérjük, akkor már reagálnia kell. Maximum egy-egy érintés lehet a plusz segítség vagy korrekció, de nem ragadhatunk le egy ló külön léptetésénél.

Ha a ló elfogadja a segítségeket, szinte láthatatlan jelekre már-már gondolatra reagál, és mindeközben nyugodt marad, akkor jó úton jár a lovas.

***De ezeken túl is mindig lesznek olyan szituációk, amik rámutatnak, hogy mindig lesz hová fejlődni, mert a tanulás és tanítás sosem ér véget.***

Írta: Tászler Melinda

Facebook: [Szabadidomítás-Filozófia a lovaglásban](#)

Fotó: Mráz Edina



## Vihar

- Gyere velem lovagolni! – kérte Beni sokadszorra nagymamát.
- Látod, mennyi dolgom van, Kincsem – válaszolta Mama mosolyogva. Nincs nekem időm ilyesmire. Délután lesz tereplovaglás, oda elmehetsz a vendégekkel. Melyik lovat írjam be neked?
- Mindig dolgod van – duzzogott a kisfiú. Veled szeretnék vágózni az erdőben.
- Eljön annak is az ideje, ne türelmetlenkedj! – válaszolta Mama. Nos, melyik lóval szeretnél menni?
- Ginivel. Ha lehet.

- Persze, hogy lehet – kacintott Mama nevetve Benire. Neked mindent lehet, tudod. Beírlak a napi beosztásba.

A beosztást mindig Mama készítette. Gyöngybetűkkel táblázatba foglalta, hogy aznap kik jönnek lovagolni, s ki melyik lóval mehet. Bonyolult feladat volt ez, hiszen alaposan ismerni kellett a vendégeket és a lovakat is, s mindenkinek azt a lovat adni, amellyel leginkább megtalálja a közös hangot. Mami nagyon értett ehhez. Beni szerint Mama mindenhez értett. Kora hajnalban kelt, s mire Beni felébredt, már az asztalon hűlt a frissen sült fozlós kakaós csiga, gőzölgött a citromos tea. Mami főzte az ebédet, vacsorát is, számon tartotta, hogy ki mikor érkezik, s mik a különleges kívánságai. Ő nevezte a különféle versenyekre a lovakat, fizette be a csekkeket, az adót, tudta mikor jön az állatorvos, a patkolókovács. Név szerint ismerte a vendégeket, mindenkire volt egy-egy kedves szava, mosolya.

Beni nem is értette, Mamának hogy jut ideje mindenre, s ahol tudott, segített neki.

Legszívesebben a nyári táborok szervezésében vett részt, ahol Mama volt a főnök, s Beni a segítő.

A gyerekek egy-egy hetet töltöttek a táborban. Vasárnap este érkeztek, péntek délután mentek haza. A táborok ideje alatt mindig a közeli tó melletti házban aludtak, ami rejtélyes és izgalmas volt. Éjszakánként hallani lehetett a baglyok huhogását, a vadászó állatok neszezését. A házhoz óriási stég tartozott, ahol nagyokat lehetett beszélgetni, társasozni. A part menti fák és bokrok között fogócs-

káztak, bújócskáztak a gyerekek. Estére annyira elfáradtak, hogy alig tették le a fejüket a párnára, már aludtak is.

Azon a bizonyos napon is így történt. A táborozók gyorsan elaludtak. Mama még ellenőrizte, hogy bezártak-e minden ajtót, majd ő is nyugovóra tért.

Az éjszaka közepén óriási robbanás rázta meg a házat. Beni felébredt, s ijedten szaladt át Mamához.

- Mi történt? – kérdezte. Kik robbantottak? Hol?

- Kitört a vihar. Nem robbantott senki, csak dörög az ég és villámlik – nyugtatta a kisiút Mama.

Hamarosan előbukkantak a táborozó gyerekek is.

- Minden rendben van – fordult Mama a gyerekekhez. A vihar gyorsan jött, de gyorsan el is megy.

- Félek. – szipogta Dalma. Haza akarok menni az anyukámhoz.

- Én is. – csatlakozott hozzá azonnal Ákos. Most akarok hazamenni.

- Beázik a tető! Csöpög a fejemre a víz! – kiáltott fel Évi.

- Hamarosan mind elsüllyedünk, elvisz minket a víz. – állapította meg higgadtan Marci.

- Senki sem süllyed el. A csöpögő tető alá betesszük a dézsát, hogy abba csordogáljon az eső. Haza ugyan nem tudtok most menni, de a helyzetre való tekintettel ma mindnyájan együtt alszunk a nappaliban. Hozzatok a matracokat! – sóhajtott nagyot Mama.

Lett is erre nagy sürgés-forgás! A gyerekek cipelték a matracokat, nekiütköztek egymásnak, dobálták a párnákat. Igyekeztek túlkibálni egymást és a dörgést, kacagtak bohóckodtak mindnyájan.

Mire elhelyezkedtek a szobában, a vihar is csendesedett. Együtt hallgatták az esőcseppek kopogását az ereszen, a tó vizének zúgását, a vihargyerekek kergetőzését a fák között.

A villámok be-bevilágítottak a szobába. Mama mesélt a napról, holdról, csillagokról, s arról, hogy miért érkeznek a nyári melegben viharok az emberek közé.

A gyerekek elfeledkeztek a félelemről, már senki nem akart hazamenni. Izgalmas, felejthetetlen éjszakát töltöttek együtt.

Napfényes reggelre ébredtek. A világ tisztára mosdott az esőben. Magasra nyújtóztatták ágaikat a fák, kényesen igazgatták elázott szirmaikat a virágok.

- Gyertek gyorsan! Mindenki! Itt van három halacska! – kiáltott Beni izgatottan.

A gyerekek odatódultak. Megigézve bámulták a tátogó halakat, amiket partra vetett a vihar. Repkedtek a megjegyzések:

- Még élnek – ujjongott Ákos.

- Süssük meg őket. Anyukám nagyon finom halat tud sütni – fejtette ki Peti a véleményét.

- Vigyük el a lovardába mindegyiket – lelkesedett Ági.

- Ott együk meg. – ragaszkodott Peti az elképzeléséhez, mivel már nagyon éhes volt.

- Tegyük be a dézsába a halacskákat – kiáltotta Anna. Úgyis tele van esővel.

A többiek helyeseltek.

- Ki teszi be őket a dézsába? – kérdezte Niki. Ki az a bátor, aki megfogja a ficánkoló halakat? Én biztosan nem.

A gyerekek tanácstalanul álltak.

- Vállalkozom rá – szólalt meg Mama nevetve -, s egyenként beleengedte az állatokat az edénybe. A halacskák boldogan úszkáltak körbe-körbe. A gyerekek el sem mozdultak mellőlük.

Még a reggelijüket is a dézsa mellett állva fogyasztották el.

*Diamond*





Mesekönyvet készítünk kórházban gyógyuló beteg gyerekeknek, gyógyító lovas mesékkel, és sok-sok szeretettel!

Szívesen bekapcsolódnál és segítenél?

## ÍRJ TE IS MESÉT!



A legszebb meséket nyomtatott formában eljuttatjuk egy-egy kórház gyermekeinek, ha összegyűlik megfelelő mennyiségben.

Arra kérünk, mindenképpen írd oda a nevedet is a mese alá, hogy tudják, hogy Te küldöd!

És ha egy kedves üzenetet is írsz a meséhez, biztosan nagyon fog örülni neki az, aki kapja!

### Formai követelmények:

- word dokumentum
- Times New Roman 12-es betűméret
- 2,5-es margók
- 1 oldal

Ide küldheted: [lovasnemzetplusz@gmail.com](mailto:lovasnemzetplusz@gmail.com)

Ha esetleg nem lenne ihleted, segíthet Dancsó Gréta gyönyörű rajza.

Szóllós Judit

A beküldött mesékből a Junior lapjaiba is válogatunk. Ne csüggedj!  
Ha a meséd nem került be a mostani számba, lehet, hogy a  
következőben már olvashatod!

## **Paci és Nünüke**

Egyszer volt, hol nem volt, volt egyszer egy házikó és annak egy kertje. Ebben lakott egy kislány, akit Nünükének becéztek.

A kertben sokszor egy ló legelészett, játszadozott. Képzeljétek, ez a ló gyönyörű volt és egészen különleges és mesebeli – ahogyan Nünüke is – ugyanis fehér szőre és rózsaszín sörénye volt.

Egyik alkalommal, amikor Nünüke kinn járt a kertben, nagyon elgondolkodott a ló láttán.

Nem jó, hogy rózsaszín a sörénye – gondolta - legyen inkább fekete!

Ezzel bement a házba és kihozta a festéket. Megállította Pacit és elkezdte befesteni a sörényét. Lássatok csodát! Milyen színű lett a sörénye? Nem fekete, dehogy, hanem lila!

Jaj, jaj, fogta is a fejét Nünüke, hogy most mit tett. Paci is belenézett a tükörbe és nézte, hogy most kicsoda ez az idegen ló.

Nünüke gyorsan berohant a lósamponért és hozott vizet is és elkezdte lemosni a fekete festéket Paci sörényéről. Jaj, de hát mi történt, mi nem? Paci fejére, hátára, lábára és végül mindenére ráfolyt a fekete festék és eltűnt a szép, fehér szőre, teljesen fekete lett. Ahogyan ő fekete lett, sötét lett körülötte minden,

még a nap is elbújt a fekete felhők mögé, minden olyan ijesztő és félelmetes lett. Jaj, jaj, megint foghatta a fejét Nünüke, most aztán mit csináljon, hogy eltüntesse ezt a sötétséget.

Megint gyorsan berohant a házba és kihozott egy kefét. Elkezdte lesikálni Paci szőrét. Lássatok csodát, ahogyan lesikálta az utolsó szőrszálat minden ki-világosodott, a nap is előbújt.

Nicsak, így végül Pacinak most fehér szőre és rózsaszín sörénye lett. Így éltek tovább boldogan Nünüke kertjében.



*Bolla Annamária*



Nyomtasd ki ezt az oldalt és színezz!

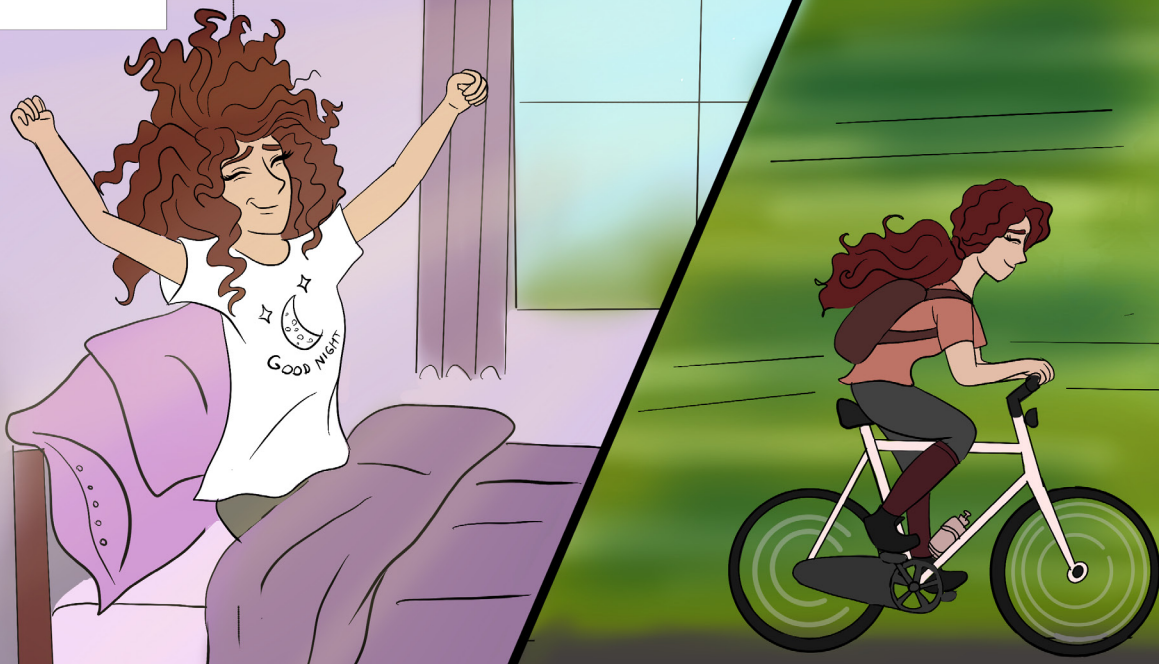


# FENYVES TANYA



ÍRTA ÉS RAJZOLTA: SZAKÁCS NÓRI

Túra reggelén



Na mi a terv?  
Mikor indulunk?  
Anyum becsomagolta a fél hűtőt.

Úgy örülünk Lotti, hogy velünk tartasz! Szuper élmény lesz!



Sziaztok!  
Bársonnyal előre megyünk, előkészíteni a sátorozó helyet! Ott találkozunk!



Láttad Bátor azt az új kancát? Tuti, hogy engem néz!

Ne nevetess, mindenki tudja, hogy én vagyok itt a főnyeremény!

Hmm, lehet nem kellene invédő terepre... Remélem nem lesz semmi baja a lábának.

Srácok, ez a fű isteni! Nem tudjátok mit hagytok ki.



Villám!  
Most már nagyon elegendem van! Hogy lehetsz ennyire éhes?!

Semmi baj Ármin!  
Majd egyszer te is eljutsz arra a szintre, amikor tisztel a lovad, és nem legeg le mindent ...

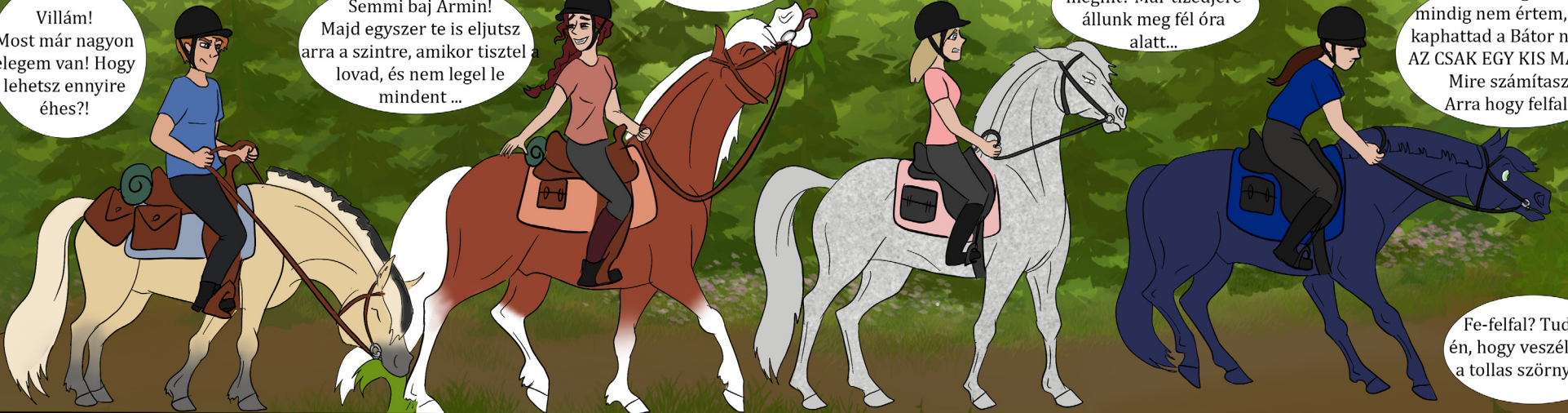
Levél, nyami!

Mi az megint? Már tizedjére állunk meg fél óra alatt...

Még mindig nem értem, hogy kaphattad a Bátor nevet... AZ CSAK EGY KIS MADÁR! Mire számítasz? Arra hogy felfal?!

\*csirip\*

Fe-felfal? Tudtam én, hogy veszélyes ez a tollas szörnyeteg!



Na srácok!  
Itt egy jó kis akadály!  
Hajrá mindenkinek!

Ugrani? Terepen? Egy ilyen sebes vizen át?

Wiiii!  
Repülj Áfonya!  
Gyere Ármin! Meg tudjátok csinálni!  
A patakon túl már lesz a táborhely!

Ja igen, azt elfelejtettük mondani, hogy Villám nem szereti a vizet annyira...

VÍZ?!  
Kösz nem, inkább kihagyom!



Folytatjuk...

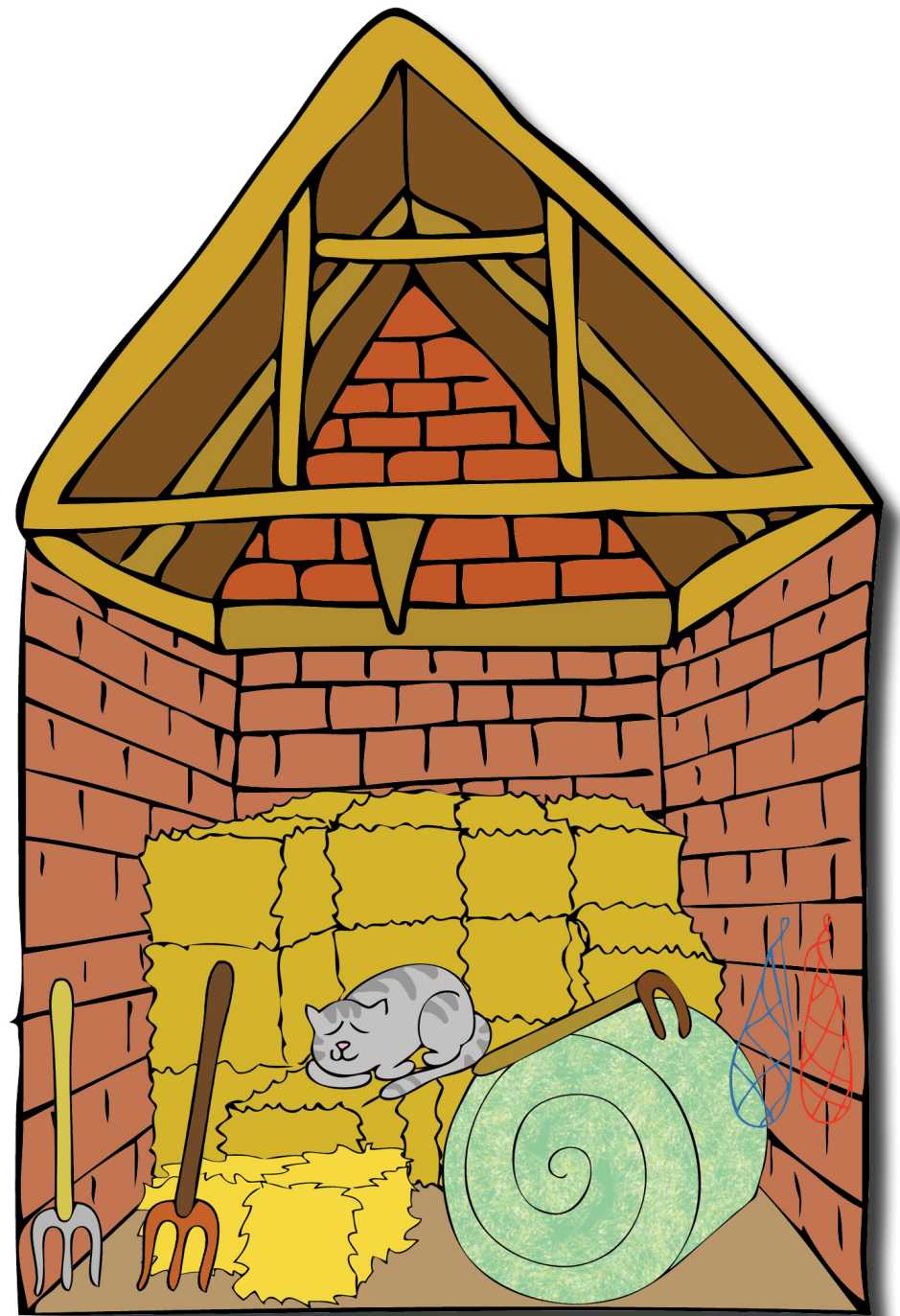


## The eight story, where Anna hears some noises

Is it already august? How time flies ... - Anna wonders looking at the calendar. One month and school begins. However, now it's still summer and adventures await. What should be today's program? - Anna asks herself, as you probably do. The answer is simple: Riding!!! Anna just cleans Miracle when she hears a strange noise. It's like someone scrapes between the straw bales. Of course, there are already straw bales. After hard, tiring days for the workers, they stand in military order in the store along with the hay bales. You know, the horses eat the hay and they lie on the straw. But what could this weird noise be? Anna and Miracle look forward to seeing you again next time and find out together.

### Vocabulary:

eight	-	nyolcadik
already	-	már
how	-	hogyan/milyen
fly	-	repül (flies – ő repül)
wonder	-	csoda/csodálkozni
calendar	-	naptár
begin	-	kezdődik
however	-	habár
still	-	még
adventure	-	kaland
await	-	vár/előtte áll
herself	-	saját magától (lány)
probably	-	valószínűleg
answer	-	válasz
just	-	épp/éppen
strange	-	különös/furcsa
noise	-	zaj/nesz
it is like	-	olyan mintha
scrape	-	kapar
between	-	között
straw	-	szalma
bale	-	bála
of course	-	természetesen
after	-	után
hard	-	nehéz
tiring	-	fárasztó
day	-	nap
military order	-	katonás rend



store	-	raktár
along	-	mentén/együtt
hay	-	széna
you know	-	tudod/tudni, hogy...
lie	-	fekszik
could be	-	lehet
weird	-	furcsa/különös
find out	-	kitalál/felderít

*A nyelvleckéket  
Czárth Zsófiának  
köszönhetitek*

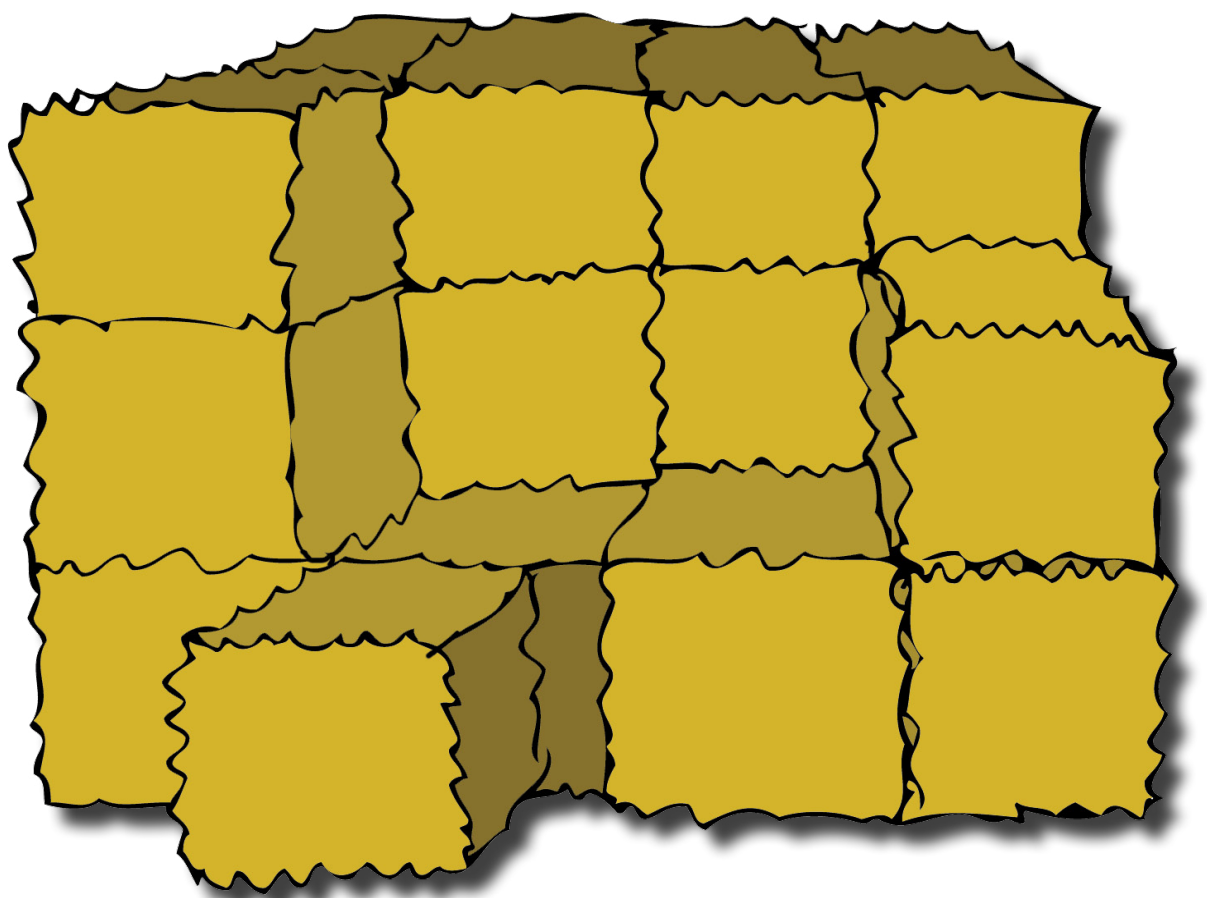


## Die achte Geschichte, wo Anna etwas Geräusche hört ...

Ist es schon August? Wie die Zeit vergeht ...- wundert Anna sich beim blicken auf den Kalender. Ein Monat und die Schule beginnt. Obwohl jetzt ist noch Sommer und die Abenteuer warten. Was soll das heutige Programm sein? - fragt sich Anna, wie du es wahrscheinlich auch tun. Die Antwort ist einfach: Reiten!!! Anna gerade putzt Wunder, als sie ein seltsames Geräusch hört. Es ist, als jemand zwischen den Strohballen kratzen würde. Natürlich, Strohballen gibt es schon. Nach harten, ermüdenden Tagen für die Arbeiter stehen sie mit den Heuballen in militärischer Ordnung im Speicher. Wisst man, die Pferde fressen Heu und sie liegen auf Stroh. Aber was könnte dieses seltsame Geräusch sein? Anna und Wunder freuen sich darauf, dich beim nächsten Mal wiederzusehen und es gemeinsam herauszufinden.

### Wörter:

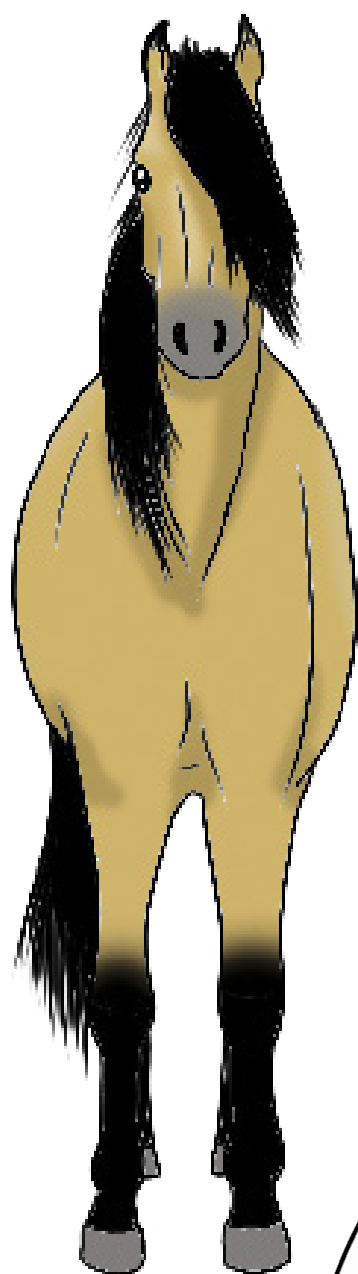
achte - nyolcadik  
schon - már  
wie - hogyan/milyen  
vergehen - múlik/szalad  
wundern - csodálkozni  
der Kalender - naptár  
beginnen - kezdődik  
obwohl - habár  
noch - még  
das Abenteuer - kaland  
warten - vár  
sich - saját magától  
wahrscheinlich - valószínűleg  
die Antwort - válasz  
gerade - épp/éppen  
seltsam - különös/furcsa  
das Geräusch - zaj/nesz  
es ist als - olyan mintha  
kratzen - kapar  
zwischen - között  
das Stroh - szalma  
der Ballen - bála  
natürlich - természetesen  
nach - után  
hart - nehéz  
ermüdend - fárasztó  
der Tag - nap



militärische Ordnung - katonás rend  
der Speicher - raktár  
mit - együtt  
das Heu - széna  
wisst man - az emberek tudják/tudni, hogy...  
liegen - fekszik  
könnte sein - lehet  
herausfinden - kitalál/felderít



A játékhoz hívd segítségül Tóth Betti augusztusi cikkét a Lovas Nemzetből!



*Párbajozunk?*

*Szerintem  
hagyjuk...*

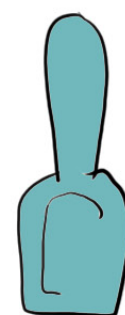
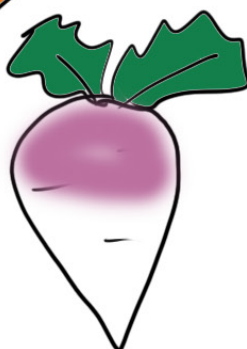
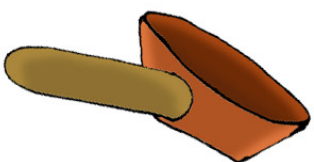
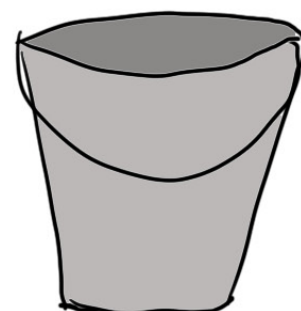
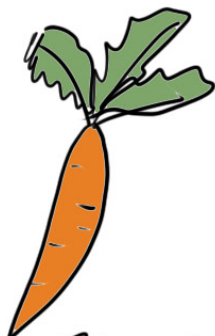
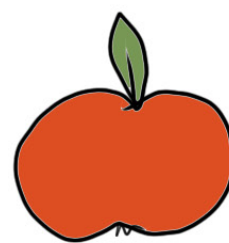
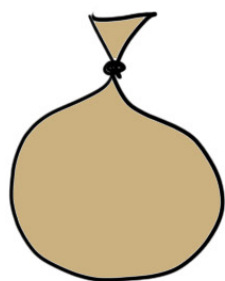


*De vajon miért?*



**Nyomtasd ki ezt az oldalt,  
majd indulhat a buli!**

Keressd meg a képen és számold meg mennyi van a felsorolt dolgokból!





## MANDALA II.

A NYERGES HARMONIKUS DÍSZÍTÉSÉRE



**Kellékek:** teafilter, papírragasztó

*A visszajelzéseitek alapján kicsit részletesebben megmutatjuk, hogyan készülnek a mandalák!*



A teatasakokat szétszedjük és levágjuk róluk az alsó színes részt és minden fehér szegélyt. Így egy-egy téglalapot fogunk kapni. Az így kapott téglalapot megfordítjuk és a fehér felén kezdjük a hajtogatást.



Megfelezzük és leélezzük a közepét. A kihajtást követően a középvonalhoz behajtjuk mind a négy sarkát.



Utána a felső hajtott széleket behajtjuk a középvonalhoz és tölcsérformát kell kapnunk. Ezt a műveletsort annyiszor hajtjuk végre ahány teatasakból készítjük a mandalánkat.



A meghajtott elemeket össze kell ragasztani és így egy csillagot fogunk kapni. Az elemeket összeállításnál nem egymás mellé, hanem egymásra ragasztjuk, úgy hogy az egyik elem széle a másik középvonalához igazodjon. A teacsillag utolsó darabját az első alá kell helyezni.

*Korpáné Zámbo Zsófia*

**Mutasd meg nekünk az elkészült műved!**

**Küldd el az alkotásodról készült képet az INSTÁN!**

**[juniorlovasnemzet](#)**



**Alkosd meg minden hónapban a youtube csatornánkon található videó alapján a rajzodat!**



## Fontos tudnivalók:

\* Mindig az adott hónap videója alapján dolgozz!

Az augusztusi videó: <https://youtu.be/c72L-UMAwHo>

\* Tisztán látható, éles rajzokat fogadunk el, melyek méretei minimum 1 MB (egy megabájt).

\* Kizárólag a kiírásnak megfelelő pályázatok kerülnek bírálatra, az ettől eltérőek nem vesznek részt a játékban.

\* A játékban korosztálytól függetlenül pályázhatsz.

\* Pályázatod fájlneve: saját\_neved\_korod, pl: Pejko Fruzsina pályázata, aki 16 éves: pejkó\_fruzsina\_16.jpg

\* Egy hónapban maximum egy pályázattal indulhatsz.

\* Az alkotásodat felhasználhatjuk illusztrációként az újságban, honlapon és a facebook oldalon is.

\* Cím: lovasnemzetplusz@gmail.com

## A legügyesebb rajzokat díjazzuk!

Tárgyi jutalmat kapnak azok az alkotók, akiket a zsűri kiválaszt. Ez maximum 3 pályázó/hónap.

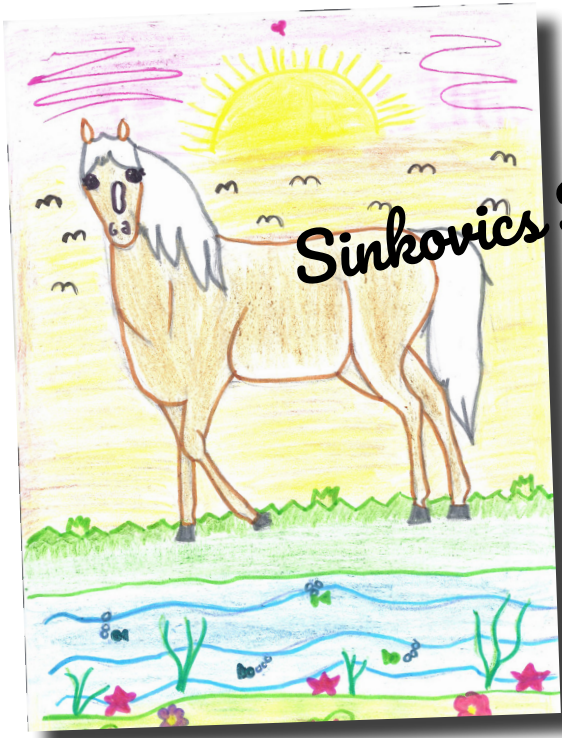


*Padán Csenge (9)*

# Beküldött rajzok



Itt láthatjátok azokat a rajzokat, amelyek lődösték egymást az első helyekért.



Sinkovics Kitti (8)



Andorkó Ált  
Alexandra (4)

Angyal  
Zoltán (9)



Bolla Dorina  
Jada (15)



Papp Zoé (5)



Ciobotaru Eszter (12)

Mánkus Zita (17)





Címlapon: Szakács Nóri rajza

Játék megfejtések:

holló, nincs párja, kesztyű, kettő ló,  
ágy

5, 1, 3, 5, 10, 8, 21, 2, 1

**ISSN:** 2061-4276

**Főszerkesztő:** Roflics Fanni

**Szerzők:** Bányavölgyi Donáta, Bozó Zsuzsanna (Diamond), Csikós Boglárka, Czárth Zsófia Csenge, Sárvári Evelin, Szakács Nóri, Szöllős Judit, Tászler Melinda, Timár Krisztina, Tombor Mónika, Tóth Betti, Zengő Nyíl  
Történelmi Íjász Iskola

**Főmunkatárs:** Király Éva

**Kiadó:** Nemzeti Lovaskör, egyesület a lovas nemzetért

**Kiadó székhelye:** 8915 Nemesrádó, Petőfi köz 5.

**Kiadásért felelős személy:** Roflics Fanni

**Megjelenik:** havonta, ingyenes, letölthető pdf formátumban

**Elérhetőségek**

Honlap: [lovasnemzet.hu](http://lovasnemzet.hu)

E-mail: [lovasnemzetplusz@gmail.com](mailto:lovasnemzetplusz@gmail.com)

Facebook: [Junior Lovas Nemzet](https://www.facebook.com/JuniorLovasNemzet)

Instagram: [juniorlovasnemzet](https://www.instagram.com/juniorlovasnemzet)

Telefon: 20/449-86-96

Junior Lovas Nemzet