

NOE TEVÉTEK

2020
JANUÁR-
FEBRUÁR
321-322. SZÁM



A CSALÁD MINDEN TAGJA SZÁMÁRA

BEKÖSZÖNŐ	3
VEZETŐ TESTÜLETEINK MUNKÁJÁBÓL	4-8
▪ Közgyűlési meghívó, jelölések	4-8
KIEMELT HÍR	
Nagycsaládos esküvő pályázat – ismerjük meg a jegyeseket!	8-9
ÉRDEKVÉDELEM	
▪ Aktualitások a köznevelésben	10-11
NEMZETKÖZI	
▪ „Átmenet a felnőttkorba” szakmai konferenciát szervezünk	12
AZ ELMÚLT IDŐSZAK ESEMÉNYEI	
▪ Angyali Csomagküldő Szolgálat	11
▪ Nagycsaládos karácsony Kecskeméten	13
▪ Beszámoló a Védőháló „Fókuszban a Családok” c. projektről	14-15
HELYI EGYESÜLETEINK ÉLETÉBŐL	
▪ Bátaszék: Húsz éve közösségben	16
▪ Ivánca: Eljött a Mikulás!	16
▪ Köröstarcsa: Gyémántlakodalom	16
▪ Kétsoprony: Önkéntesház	17
▪ Mórahalom: Kézműveskedés és jó beszélgetések	17
▪ Ópusztaszer: Műsoros novemberi délután	17
▪ Csupok: Csopaki advent	18
▪ Monostorapáti: Tárgyieszköz-bővítés	18
▪ Mosonmagyaróvár: Bemutató mősor	18
▪ Mosonmagyaróvár: Munkácsy-kiállítás	18
▪ Miskolc: Nagycsaládos siker	19
▪ Miskolc: Karácsonyváros ünnepe	19
▪ Hajdúdorog: Karácsonyi készülődés	19
▪ Miskolc: Kirándulás Mátaszentimrére	20
▪ Miskolc: Édesapa konferencia	20
▪ Felsőpakony: Mikulás-ünnepe	20
▪ Inárcs: Nagycsaládos karácsonyi ünnepe	21
▪ Körös környéke: Fergeteges karácsonyi vacsora	21
▪ Nagykőrös: Évzáró vacsora	21
BESZÉLGETÉS AZ IDEI HÁZASSÁG HETE ARCAIVAL	22-24
CSALÁDI ÉLET	
▪ A hűség aranyszálai	25
▪ Bűszkeségeink: drága párunk	26-27
▪ Minden napra egy kérdés	27-28
▪ Fiaink története	28-29
▪ Beszéljess sokat a feleségeddel!	30-31
▪ Szeretettelvelek a hétköznapiakban	32-33
▪ Indul a házasság – friss házások tapasztalatai	34-35
▪ Hogyan mondjam el neked?	36-37
▪ Hogyan őrizzük meg a házasságunkat?	37
▪ Anyós-após vagy inkább a párom szülei?	38
ÉLETMÓD	
▪ Könyvajánló	39
▪ Esküvői szokások, lagzi a közösség életében	40-41
▪ Nemzeti parkjaink	42-43
▪ Divat: Esküvőre fel!	44-45
PARFINÉRIA	
▪ Főzzünk egymásnak, főzzünk közösen	46-47
GYERMEKKUCKÓ	
▪ Mese: Az elveszett tavasz	48-49
▪ Rudinszki Ines: Farsang	50
▪ Kreatív ötletek: Szeretnivaló könyvjelzők	51
HIRDETÉSEK	25, 33
ÖRÖMHÍR	52

A kiadvány az Emberi Erőforrások Minisztériuma támogatásával készült.



Felelős kiadó: **Kardosné Gyurkó Katalin**, a NOE elnöke
Főszerkesztő: **Lódi Viktória**
Felelős szerkesztő: **Nemes Attila**
Tipográfia: **Tóth Imréné**, Press+Print Kft.
Grafika: **Szalay Éva**, Reményhal Kft.
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
E-mail: noe@noe.hu
Félfogadás: szerda 10-16, péntek: 10-13.30
Ebédszünet: 12.30-13.00
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, a Családjainkért Alapítvány és az Otthon Segítünk Alapítvány közhasznú.
A Családjainkért Alapítvány számlaszáma:
OTP Bp., V. kerületi fiók 11705008-20427799
Az Otthon Segítünk Alapítvány adószáma: 18468414-1-42
számlaszáma: MKB Bank 10300002-20131045-00003285
Nyomda: Press+Print Kft., Kiskunlacháza

Kedves Olvasók!

Nagy örömünkre a jövőben kívül és belül is jobb minőségű papíron tudunk hírt adni Rólatok, és az egyesület életéről. Szerencsések voltunk, hogy megjelenésenként csupán 29.000 Ft eltérést jelent az új, reményeink szerint Nektek is tetsző, minőségi előrelépés. Üdvözlettel: a Szerkesztőség

RÉGIÓKÖZPONTOK ELÉRHETŐSÉGEI

AI-Duna Régiós Iroda
VARGÁNÉ KUNCZT ORSOLYA
70/331-0760
kunczt.orsolya@noe.hu

Dél-Alföld Régiós Iroda
BENEDEK SZILVIA
70/332-3509
benedek.szilvia@noe.hu

Balaton Régiós Iroda
MOLNÁRNÉ BUDAI ANGELIKA
70/614-4978
budai.angelika@noe.hu

Felső-Duna Régiós Iroda
HORVÁTH HAJNALKA
70/776-0011
horvath.hajnalka@noe.hu
9024 Győr, Mónus Illés u. 47-49.

Budapest és Közép-Magyarország Régiós Iroda
Észak-Magyarország Régiós Iroda
RENDEK ILDIKÓ
70/934-3340
rendek.ildiko@noe.hu
Telefonos ügyintézés: H-P 8-16
Személyesen: előre egyeztetett időpontban

Felső-Tisza Régiós Iroda
DELINÉ SZOLANICS ZSUZSANNA
70/521-2912
szolanics.zsuzsanna@noe.hu

A 321-322. sz. NOE Levelek címlapfotóját Vadócz Dávid készítette.

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 323. számának lapzártája: **2020. március 12.**



KARDOSNÉ GYURKÓ KATALIN



Fotó: Vadócz Dávid

Kedves Nagycsaládos Barátaim!

Amikor e sorokat olvassátok, már nemcsak az év végi ünnepeken vagyunk túl, de már magunk mögött hagyunk több önkéntes köszöntést, egyesületi születésnapot, a II. Nagycsaládos bált, a képzéseket, s a választmányi ülést Lakiteleken. Együtt ünnepeltük a Házasság Világnapját Pécsen, s már javában szervezzük a nyári programokat is: a kollégákkal egy egész napon át Keszthelyt járjuk, s tárgyalunk kollégiumokban, a kastélyban, a színházban, megnéztük a múzeumokat, hogy előkészítsük a X. Európai Családkongresszust, melyet 2020. július 8-12. között tartunk.

A tavalyi évünk is igen mozgalmasra sikerült, de azt hiszem, 2020 ugyanezzel a lendülettel folytatódott. Annyi szép program, esemény, találkozás vár ránk idén is! Csak legyen rá időnk!

2020-ban két fő téma köré csoportosulnak programjaink. A családkongresszuson a fenntartható fejlődés, a környezetvédelem és a nagycsalád kérdéseit járjuk körbe. A házasság idén is témánk marad, hiszen ismét meghirdettük a nagycsaládos esküvő pályázatot.

Újdonság, hogy ebben az évben a nemzedékek közti együttműködés kapcsán is tudunk szervezni programokat, hogy nagyszüleink generációját is meg tudjuk szólítani. Fontos lesz 2020 azért is, mert április 18-án tisztújító közgyűlést tartunk, a NOE Levelek e számában megismerkedhetek a Jelölő Bizottság jelöltjeivel.

Február van, ilyenkor van a Házasság Világnapja és a Házasság hete, éppen ezért ez a lapszám is az házasság kérdéskörét járja körbe: olvashattok személyes vallomásokot arról, hogy miként őrizték meg házasságukat, sőt, büszkeségeink között lesznek feleségek és férfiak egyaránt. Olvashattok arról, hogy milyen problémákat rejt a meddőség, a szeretetnyelvek használatával is megismerkedhetünk, ahogy az őszinte kommunikáció erejéről is találtok írást.

Sok örömet, boldogságot és ahol lehetséges, gyermekáldást kívánok Mindannyiunknak!

SZERETETTEL: KARDOSNÉ GYURKÓ KATALIN



KARDOSNÉ GYURKÓ KATALIN

Vezető testületeink munkájából



Az elnökség egyhangúlag megszavazta az új egyéni tagcsaládok és a tagegyesületek tagcsaládjainak felvételét.

2019. december 11-én került sor több kategóriában a Magyarország 365 Fotópályázat díjainak átadására. Az elnökség határozata szerint a NOE különdíjasa Molnár István lett „Jól kezdődik” című fotójával.

Kedves Tagtársaink!

A 2020. április 18-i közgyűlésen meg kell újítanunk az elnök és három elnökségi tag, valamint a póttagok mandátumát. Az előzetes listát közzétettük, abban nincs változás. Meg kell újítani az Ellenőrző Bizottság a Fegyelmi és Etikai Bizottság és a ház egyéni választmányi tag mandátumát is. A testületek eddigi tagjainak nagy része újra vállalja a tisztséget, többen viszont családi és egészségügyi okokból nem kívánnak élni a lehetőséggel. Helyettük új tagokat javasolunk.

A Jelölő Bizottság nevében megköszönöm a jelölés folyamán sokaktól kapott segítséget, és

A NOE belső pályázatot írt ki, melyben az elnökség döntése alapján befűző automatát nyert a hajdúdorogi „Együtt-Egymásért” Nagycsaládos Egyesület, a Nagycsaládosok Nagykőrösi Egyesülete, a Balaton Környéki Nagycsaládosok Egyesülete, az „Intarzia” Káposztásmegyeri Nagycsaládosok Egyesülete, a Tiszavasvári Nagycsaládosok Egyesülete, a Nagycsaládosok Hejőkeresztúri Egyesülete, a zombói „Csetete” Nagycsaládosok Egyesülete, a „Mosolyvirág” Nagycsaládosok Debreceni Egyesülete és a kemecsei „Nagycsaládosok Egymásért” Egyesület.

Az elnökség döntése alapján meghirdetett belső pályázaton az alábbi egyesületek nyertek pénzügyi támogatást: a Nagycsaládosok Dévaványai Egyesülete; a balatonfüredi Nagycsaládosok „Szivárvány” Egyesülete; a sárvári Nagycsaládosok Egyesülete; az Inárcsi Nagycsaládosok „Szeretet” Egyesülete; a Dunakeszi „Diófa” Nagycsaládosok Egyesülete; a Nagycsaládosok Zalaegerszegi Egyesülete; a Pestszentimrei Nagycsaládosok Egyesület; a „Fészek” Nagycsaládosok Szegedi Egyesülete; a Nagycsaládosok Egri Egyesülete; a Nagycsaládosok Kispesti Egyesülete; a hajdúdorogi „Együtt-Egymásért” Nagycsaládosok Egyesület; a NOE Zuglói Csoportja; a zombói „Csetete” Nagycsaládosok Egyesülete; az „Intarzia” Káposztásmegyeri Nagy-

családosok Egyesülete; a „Jövők a Család” Nagycsaládosok Móraalmi Egyesülete; a Nagycsaládosok Csepeli Egyesülete; a nagykállói „Családi Kör” Egyesület; a „Mátrai Gyöngyszem” Nagycsaládosok Egyesület és a Szigetszentmiklósi Nagycsaládosok Egyesülete (SZINE).

Az elnökség határozatot hozott, hogy Kardosné Gyurkó Katalint, a NOE elnökét jelöli meg képviselőként a Közzolgálati Testülethez benyújtandó pályázatban.

Az elnökség döntést hozott arról, hogy a segélyezési csoportot megszünteti és a jövőben minden támogatási igényről, segítségkérről szóló döntést a Családjainkért Alapítvány kuratóriumának hatáskörébe utalja.

Az elnökség megszavazta, hogy a NOE nemzetközi díjat adományoz Luciano Malfernek, a családbarát önkormányzatok európai hálózatának elterjesztésén való fáradozásaiért, a családok támogatásáért; valamint Makuk Jánosnak, a Máltai Szeretetszolgálat beregszászi járási szervezete vezetőjének a kárpátjai családokért végzett 18 évnyi áldozatos munkája elismeréseként.

KARDOSNÉ GYURKÓ KATALIN

mindenkit arra buzdítunk, hogy a rendelkezésre álló 30 napban, még jelentkezzen a tisztségek betöltésére.

Nagyon remélve, hogy az új elnökség és a megújuló testületek friss erővel vezetnek tovább a NOE-t az egyáltalán nem egyszerű körülmények között.

Minden tagcsaládot szeretettel hívnak a közgyűlésre a Jelölő Bizottság tagjai: Gyertyás János, Sebők Juszta, Tengyer Minea, Tóthné Nácsa Irén és Váradai Tibor

Elnökség – maradó tagok:

- Joó Kinga – elnökségi tag,
- Ulicsák Péter – elnökségi tag,
- Vári Ferenc – elnökségi tag,

- Görcz Gyula Csaba – elnökségi tag,
- Kutasi József – elnökségi tag.

Az elnökség négy évre újraválasztható tagja:

- Kardosné Gyurkó Katalin elnök

Elnökség – mandátuma lejár:

- dr. Kutassy Jenő – 75%-os többséggel újraválasztható, de nem szeretné jelöltetni magát,
- Fekete László – családi okok miatt nem szeretne újra indulni,
- Török Krisztina – családi-, egészségügyi okok miatt nem szeretne indulni.

Új jelöltek:

- Herbert Gábor,
- Kapot Ildikó,
- Péterné Novák Krisztina.

MEGHÍVÓ

a Nagycsaládosok Országos Egyesülete

2020. évi tisztújító közgyűlésére és díjátadási ünnepségére

2020. április 18. (szombat) 9.30 - 15.00 óra (érkezés 8 órától)

Helyszín: **SZENT MARGIT GIMNÁZIUM**, Budapest XI. Villányi út 5-7.

A gimnázium épülete a Móricz Zs. körtértől 5-6 perces sétával elérhető.

A Móricz Zs. körtér megközelíthető: a Széll Kálmán tér és a Déli pályaudvar felől a 17-es vagy a 61-es villamossal (egy megállóval előbb, a Tas vezér utcánál érdemes leszállni), a Deák térről a 47-49-es villamossal, a Keleti pályaudvar felől a 7-es vagy 107-es autóbusszal, 6-os villamossal, vagy a 4-es metróval.

A közgyűlés napirendtervezete

1. A Mandátumvizsgáló Bizottság jelentése
 2. A NOE elnöke javaslatot tesz a levezető elnök személyére
 3. A jegyzőkönyvvezető és a két jegyzőkönyv-hitelesítő megválasztása, a napirend elfogadása
 4. Beszámoló az Egyesület működéséről
 5. Jelentés az Egyesület gazdálkodásáról, a közhasznú jelentés ismertetése
 6. Az Ellenőrző Bizottság jelentése
 7. A beszámoló és a jelentések megvitatása, elfogadása
 8. A 2020. évi költségvetési terv megvitatása, elfogadása
 9. Szervezeti és Működési Szabályzat módosítása
 10. Tisztújítás: javaslatok ismertetése, hozzászólások, szavazás
- Szünet
11. Fórum (kérdések, javaslatok megbeszélése)

Zárszó

Amennyiben a közgyűlés 10.00-ig nem bizonyul határozatképesnek, a megismételt közgyűlés 2020. április 18-án 10.30-kor kezdődik. A megismételt közgyűlés azonos tárgykörrel, a szavazati joggal rendelkező jelenlévők létszámától függetlenül határozatképes.

JELÖLTEK NÉVSORA

ELNÖK:

KARDOSNÉ GYURKÓ KATALIN



41 éves, 2016 óta a Nagycsaládosok Országos Egyesületének elnöke, korábban főtitkára. Közgazdász és vállalkozási menedzser. Korábban az érdi nagycsaládos egyesület alapítója és elnöke volt. Öt gyermek édes-

anyja. Vezetésével stabilizálódtak, majd megerősödtek az egyesület gazdasági alapjai, ismét nőtt a tagság, jelentősen megnövekedett jótékonyági, adománygyűjtő tevékenysége, nagymértékben bővültek a tagkártyához köthető kedvezmények, valamint nevéhez fűződik a Babaköszöntő-program, a Befűző-automata-program, a Családszervezetek Konferenciája rendezvénysorozat, több pályázat és az azok alapján készült könyv az értékelmutatás terén. Különösen fontos siker számára a nagycsaládos autótvasárlási kedvezmény bevezetése, amely az egyesület régi vágya volt. Elődeinek is köszönhetően ő vehette át az Európai Parlament Európai Polgár díját, az IFFD

és a Polgári Magyarországért Alapítvány díjait a NOE nevében. Céljai között szerepel, hogy a megkezdett folyamatokat tovább vigye, és források biztosításával tovább erősítse a helyi egyesületek, csoportok működését, ezzel is elősegítve a közösségépítést. Családjá az elnöki szolgálat ellátásában a jövőben is támogatja.

ELNÖKSÉGI TAGOK:

HERBERT GÁBOR

Herbert Gábor 60 éves, építőmérnök, egy 3500 m²-es bérirodaház műszaki vezetője. Feleségével 1985-ben kötöttek házasságot,



és Pécssett telepedtek le. Három lányuk született (Bernadett 1987, Judit 1989, és Zita 1992), akikkel felesége a GYES és GYED adta lehetőségével élve otthon maradt, és így könnyebben valósíthaták meg a számukra értéket teremtő, és lányaikat helyes értékrendre nevelő családi légkör kialakítását. Harmadik lányuk megszületését követően 1993-ban léptek be a Pécsi Székesegyház Nagycsaládos Egyesületbe, ahol az általuk is követett keresztény értékrend kialakítására törekvő családok közösségébe kerültek. Lányaik tanulmányaikat Pécssett végezték, így sokáig egyben maradhatott a család. Gyermekük már felnőttek, a legidősebb lány nyárra várja a harmadik unokát.

2014 óta a helyi egyesület vezetője. Az elnökség munkáját mérnöki és ingatlankezelési tapasztalattal, valamint jónak tartott szervezőképességével és német nyelvtudásával tudja segíteni.



KAPOT ILDIKÓ

Kapot Ildikó 49 éves, három felnőtt gyermek édesanyja. Diszpécserként dolgozik a CER Zrt.-nél, valamint tanít Budapesten, a Bethlen Gábor Szakgimnázium közlekedés szakmacsoportjában.

1995-ben a veszprémi csoport alapító tagja volt – amely csoport 2006-ban vált egyesületté. 2000. január 1-től a csoport, majd a helyi egyesület elnöke lett, amely tisztséget a mai napig betölti. A NOE szellemisége már 25 évvel ezelőtt megfogta, és töretlenül hisz abban, hogy a kötelék, mely az igaz családot összefűzi, nem a vér, hanem az egymás élete iránti tisztelet, s a benne lelt öröm. NOE munkássága alatt az egyik legnagyobb rendezvény megálmodója: a Nagy Kaland Napjának megszervezése, melyet a Sobri Jóska Kalandparkban rendeznek meg a NOE tagság részére, sok nagycsaládos öröme.

A NOE elnökségében a családokért, a közös programokért szeretne tevékenykedni, melyhez a több éves-évtizedes vezetői múlt és a jól kiépített csapatmunka – melyet maga mellett kialakított – nyújt megfelelő hátteret.



PÉTERNÉ NOVÁK KRISZTINA

Péterné Novák Krisztina 45 éves, 26 éve él házasságban, három gyermeke van. Zoltán 22, Dani 18 és Cintia 14 éves. Szereti a családi programokat, összejöveteleket. Kétsopronyon él egy kb. 1300 fős faluban. Amikor csak tehetik, mindenhová együtt mennek mind az öten, sőt mára már plusz két lánnyal is, hiszen a fiai barátnői is szívesen tartanak velük, sőt a helyi egyesület aktív segítőivé váltak. Munkáját tekintve időseket tanít infokommunikációs eszközök használatára, jelenleg esti gimnáziumba jár.

A Nagycsaládosok Kétsopronyi Egyesületének 10 éve a tagja, és 2013-tól az elnöke is. Nagyon sok rendezvény az ő kezdeményezésére jött létre. Ő tartja össze a csapatot, akik szívesen állnak mellé és dolgoznak vele együtt. Optimista ember, és igyekszik ezzel példát is mutatni a körülötte lévőeknek. Az elvállalt munkát igyekszik mindig véghezvinni, számára az adott szó nagyon sokat jelent. Szereti a gyerekeket, szeret velük játszani, kézműveskedni, beszélgetni. A felnőttekkel is szívesen beszélget, ami segít megismerni őket, és ezáltal sokat tanul arról, hogy mennyire sokfélék vagyunk.

Hogy mit tud adni a NOE részére? Hitelességet, és két keze munkáját. Megválasztásakor képviselni tudja a helyi értékeket: az Alföldön és a kistelepüléseken élő családok helyzetét.

VÁLASZTMÁNY

MARADÓ TAGOK:

- BALLA KATALIN**
- CSANÁDY PÁL**
- CSIKY ZOLTÁNNÉ**
- CSURGÓ ERZSÉBET**
- DR. HORVÁTH ANDRÁS**
- KRÓMERNÉ SZILVAY KATALIN**
- MORVAYNÉ BAJAI ZSUZSANNA**
- SEBŐK JUSZTINA**
- SZÉCSINÉ SIMONYI SZILVIA**
- SZŐKÉNÉ CSER ÉVA**
- TOMBOR KRISZTIÁN**
- VÁGÓ LÁSZLÓ**
- VARGA ANIKÓ**
- VESZPRÉMI MÁRTA**
- WÉBER VILMOS**

ÚJ JELÖLTEK:

BOLDIZSÁR BÉLA

1993 óta a Karitas Humanitárius Megsegítő Alapítvány alapító tagja. Emellett sikerült másokkal együtt a Kárpát-medencei Családszervezetek Szövetségét is létrehozni. Az alapítvány célja a háromszéki nagycsaládosok támogatása, a magyar sokgyermekesek táboroztatása a nyári szünidő kellemes eltöltésére, de nagyon sok helyről fogadnak Erdélybe látogató anyaországi és Kárpát-medencei nagycsaládosokat is.

Nyolc gyermeke van, hat saját és két gyereke árvaházból kivett nevelt gyermek. Foglalkozása nevelőszülő, de sajnos az utóbbi időben betegség miatt ezt nem tudta folytatni. Jelen pillanatban feleségével és két árvaházas sérült gyermekkel él Kézdivásárhelyen. A NOE és a KCSSZ nagyobb rendezvényein mindig részt vesz.

MAKUK JÁNOS

Beregszászon él feleségével és három gyermekével. NOE-val való kapcsolata már több mint nyolc éves, a Lakiteleki Népfőiskola két-éves képzése során ismerkedtek meg a szervezettel. A képzés végére lettek nagycsaládosok (2013-ban született meg kislányuk). Idén már hivatalosan is NOE tagok. A NOE-n belül a céljai: a nagycsalád mint érték minél szélesebb körben való terjesztése, így ha a gyermekek is nagy családban gondolkodnak, akkor nem lesz probléma a magyar nép megmaradása.

Mivel az informatika területén dolgozik, ebben tudja leginkább segíteni Egyesületünk munkáját, hogy a digitális világban ne legyenek hátrányban se a nagycsaládosok, se a NOE mint szervezet.

SÜLE ZSUZSANNA

Férfjével és öt gyermekükkel Gyermelyen élnek, a helyi Napraforgók Csoport vezetőjeként. Harmadik gyermekének érkezését követően lépett be a pesterzsébeti Bizalom Egyesületbe, majd pár évvel később vidékre költöztek. Mivel a választott településükön nem volt NOE csoport vagy egyesület, ezért Gyermelyen 2010-ben csoportot alakítottak.

A gyerekek születését megelőzően különböző, főleg gyógyszeripari irodákban dolgozott, jellemzően kereskedelmi osztályokon. Az itthon töltött évek alatt különböző irodai távmunkákat végzett magánkórháznál, illetve fordító irodánál. Már a legkisebb gyermekük is iskolás, ezért 2019 óta ismét főállásban dolgozik,

s a helyi könyvtárat vezeti rész munkaidőben. Családjukkal a Pesterzsébeti Központi Református Gyülekezet tagjai.

BOGDÁN ISTVÁN

A szombathelyi Alpokalja Nagycsaládos Egyesület aktív tagja. Három gyermekük van. Bármilyen problémával lehet hozzá fordulni. Segítőképzés és mindig vidám, még akkor is, amikor tele van munkával. Igazi közösségi ember. A pályázatok írásában profi, nyertes pályázatait a helyi egyesület neki köszönheti.

JOACHIM GYÖRGYNÉ

A NOE nagyon régi, agilis tagja, aktív vezetőségi szerepet tölt be a józsefvárosi egyesületben. A mai napig bármilyen egyesületi ügyben kérjük is a segítségét, azonnal segített. A régió életében is aktívan vesz részt.

BÁRÁNDI-NAGY VIKTÓRIA

Négy gyermeke van: három saját, az egyik örökölt. Korábban versenyszerűen úszott, így úszóedzőnek tanul. Hamarosan vizsgázik, jelenleg is oktat. Győrben a Família Nagycsaládosok Egyesület elnökségi tagja. Tíz éve aktívan, tevékenyen vesz részt a helyi szervezet életében. Igyekszik a nagycsaládosokat érintő jogszabályi változásokban naprakész maradni, segíteni a helyi szervezetet és – amennyire Győrből teheti –, a NOE-t is. Segítőivel életre hívott két több ezer tagot számláló facebook csoportot: az Erzsébet Program- és Nagycsaládos Autóvásárlási Támogatás Független Információs Csoportokat (ez utóbbi kezelését vette át a NOE).

DR. SZENDE LÁSZLÓNÉ KOLLER ÉVA

Ötgyermekes édesanya, a Terézváros II. csoport aktív tagja. Könyvtárosi főiskolai végzettsége van. Nyugdíj mellett félállásban továbbra is dolgozik régi munkahelyén, az MTA Zenetudományi Intézet Könyvtárában.

TÓTH ZOLTÁN

Tiszavasváriban él, 59 éves, három felnőtt gyermek édesapja. Végzettsége szerint gépészmérnök; a településen működő Eco-missio Kft. hulladékégetőjében végzi munkáját. 2001 óta dolgozik önkéntes munkával a családokért. Fontosnak tartja a közösségépítést, az érdek-, és környezetvédelmet és a segítségadást, melyet több szervezetben is végez: helyi szinten és a NOE életében, a helyi és országos Otthon Segítünk Alapítványban és a Kárpát-medencei Családszervezetek Szövetségében is.

FÜLÖP ÁGNES

40 éves háromgyermekes édesanya. Közgazdász végzettsége van, jelenleg a Transilvania Bankban vállalkozók hitelezésével foglalkozik. A kovásznai (Erdély) Tündérvár Székely Nagycsaládosok Egyesületének alapító tagja, pénztárosa, három éve pedig a NOE-nek is tagja.

ELLENŐRZŐ BIZOTTSÁG

MARADÓ TAGOK:

BALÁZSI CSILLA

TÖRÖK ÁDÁM (eddig póttag)

ÚJ JELÖLTEK:

BAK LÁSZLÓ

Szatmári származású, jelenleg Miskolcon él családjával, itt váltak nagycsaláddá. Feleségével négy gyermeket nevelnek. Katolikus hittanárként szerzett diplomát, klasszikus kántor-tanítóként dolgozik. A Miskolci Egyházmegyében dolgozik a kántor-felolvasó egyházi rendben, emellett hittanárként neveli a rá bízott gyerekeket.

Először NOE egyéni tagként, majd 2009-től a Miskolci Nagycsaládosok Egyesületéhez csatlakozva találtak befogadó közösségre. Jelenleg a miskolci egyesület elnöke. Úgy gondolja, hogy helyes az az út, amit a NOE jelenleg követ. Minél több találkozási lehetőséget kell biztosítani a nagycsaládos anyukáknak, apukáknak, hogy érezzék: nem csodabogarak.

BENEDEK ANNA

Balatonalmádiban él, négy gyermek édesanyja. Veszprémben érettségizett, majd Baján, az Eötvös József Főiskolán általános iskolai tanítónak és romológusként diplomázott. Ezt követően – munka mellett – a Pécsi Tudományegyetem Állam- és Jogtudományi Karán Európa tanulmányok - Európa politika, Európa szakértőként diplomázott. Oktatásban szerzett munkatapasztalatai után 2002-től az egészségügyi szektorban helyezkedett el. Foglalkoztatása atipikus formában történt.

2013 óta vezetője a Nagycsaládosok Balatonalmádi Egyesületének. Vezetésével az egyesület új lendületet kapott, munkáltatóvá és képző intézetté vált.

Tagcsaládjaik száma folyamatosan nő, hiszen olyan közösséget teremtenek, amelyben számíthatnak egymásra, terveiket, ötleteiket megvalósítják, és közös érdekeiket képviselik.

DR. HERCZEG KRISZTIÁN

Kazincbarcikán született, 45 éves munka- és balesetvédelmi szakmérnök, jogász, felnőttképzési és művelődési menedzser. Jelenleg Újpesten él feleségével és négy gyermekével. A Cseppekő Gyermekeketthoni Központ intézményvezetője. Jó kommunikációs készség, magas fokú szervezőkészség, konstruktív konfliktuskezelési technikák alkalmazása, rugalmasság, önállóság és empátia jellemzi.

DITZENDY KÁROLY ARISZTID

53 éves, településfejlesztő, közösségi tanácsadó, szociális gazdasági szakértő. Egy társadalmi vállalkozást – a HROD Községi Gazdaság- és Társadalomfejlesztési Központot – vezet 12 éve a feleségével, Mariannal (44). Vele és négy gyermekükkel Kecskeméten élnek. A nagyobbak – Arisztid (21) és Péter (19) – már jobbára a maguk útját járják, egyetemi hallgatóként. A kicsik – Zazi és Didó – 5 éve tették őket nagycsaládosokká, formálisan akkor lettek NOE tagok. Az egyesülettel való együttműködés azonban jóval régebbre nyúlik vissza, hiszen már több mint 10 éve dolgozik együtt hol a helyi szervezetek regionális együttműködésének segítségével, hol a NOE és a KMCSZ munkájának stratégiai tervezésében és vezetői tréningek szervezésében.

Néhány éve a Nemzeti Gazdasági és Társadalmi Tanácsban, annak civil oldalán igyekszik képviselni a nagycsaládos érdekeket és értékeket a tanács a NOE által jelölt, választott tagjaként.

BÉKÉSI ATTILA

46 éves háromgyermekes édesapja, 10 éve műszakibolt-vezető Gyulán. 9 éve az újkígyósi egyesület elnöke. Jó kapcsolata van az önkormányzattal és a helyi civilekkel, ismeri a civil szervezeteket illető jogszabályokat. Sokat pályázik, figyeli és van rálátása a pályázatokra. A háztartási gépcsere programban is dolgozott. Kereskedelmi és egyesületi munkájának elengedhetetlen része a precíz, pontos elszámolások, nyilvántartások vezetése. Hobbiszinten próbavásárlásokat végez, és adóbevallásokat készít magánszemélyeknek. A helyi vezetés mellett vállalná az Ellenőrző Bizottsági feladatokat, amelyben családja is támogatja.

TIHANYI-KOVÁCS ERIKA

Solymáron él férjével és jelenleg már csak két gyermekével. Öt gyermek édesanyja, négy lány (29, 27, 27, 19 évesek) lányai és egy fia

van (10 éves). Sok-sok végzettsége mellett jelenleg kisbabákkal foglalkozik. Mellette a hobija a foglalkozása is, kisbabáknak horgol hintákat, ágycakokat stb. Saját tankonyhájában kisebb csoportoknak tart sütési–főzési ismereteket, nagy rendezvényeken biztosítja az étkezést, büfét. Táboroztat, kézműves foglalkozásokat tart, rendezvényeket szervez. NOE tagsága 1993-tól, sok évig a Solymári egyesületben vezetőségi tagként, majd vezetőként tevékenykedett, jelenleg a Veszprémi egyesület tagja. NMI koordinátoraként sok ember munkáját irányította, felügyelte, közösségi munkáját ifiként kezdte, és azóta is folyamatosan tevékenykedik különböző csoportokban. Fontos, hogy a NOE életét elősegítse, munkájával támogassa minél nagyobb körben. Mottója: „A szeretet, a megértés és elfogadás nyelvével tanulom”. Jelölését a családja támogatja.

FEGYELMI ÉS ETIKAI BIZOTTSÁG

NYERS GYÖRGY

47 éves, három gyermekes családapa. Biztonságtechnikai mérnökként dolgozik egy pécsi vállalkozásnál. 2010 óta vezeti a Nagycsaládosok Komlói Egyesületét, ahol elsősorban szervezéssel, forrásteremtéssel, illetve kapcsolatok építésével foglalkozik. A feladatait mind munkahelyén, mind az egyesületnél igyekszik korrekten ellátni. Fontosnak tartja a NOE által képviselt értékek felmutatását, hiszi, hogy mindig van lehetőség a fejlődésre!

RADNAINÉ FÜLÖP ILDIKÓ

2000-ben alapító tagja volt a debreceni nagycsaládos egyesületnek. Azóta összesen kb. 17 éve vezeti az egyesületet, melynek tagsága is elkötelezett tagja a NOE-nak. Az előző

„ciklusban” is tagja volt a Fegyelmi és Etikai Bizottságnak. Őszintén reméli, hogy nem lesz szükség a bizottság munkájára. Egy lakótelepi iskola intézményvezető helyetteseként dolgozik még jelenleg (nemsokára nyugdíjba szeretne menni a nők 40-nel). Négy gyermeket nevelnek/neveltek fel, jelenleg a hatodik unokát várják.

MENYHÁRTNÉ KATONA IBOLYA

48 éves, három fiú gyermek anyukája, és egy (lassan három hónapos) kisfiú büszke nagymamája. Hernádon él családjával. Érettségi-vel és pénzügyi ügyintéző képzettséggel rendelkezik. Elvégezte az Otthon Segítünk Alapítvány és az Önkéntes Központ Alapítvány önkéntes képzéseit is. Jelenleg kötetlen munkaidőben a családi vállalkozásban dolgozik.

KIEMELT HÍR

Nagycsaládos esküvő pályázat – ismerjük meg a jegyeseket!



*„Ez a perc, mi nem volt eddig sosem
Rajtad áll, hogy nyersz, vagy vesztesz velem
Ez a perc, hogy mindenki rajtunk mosolyog,
Ellenség, barát, a rokonok
Csak bámulnak ránk” (Demjén Ferenc)*

A NOE tavaly év végén az előző év sikerének hatására ismét „Nagycsaládos esküvő” pályázatot hirdetett. Olyan fiatal – 30 év alatti – párok jelentkezését vártuk, akik a szerelmüket már eljegyzéssel erősítették meg, s úgy érzik, eljött az idő, hogy életükben először kimondják a boldogító igent. A beérkezett pályázatokat a NOE elnöksége márciusban bírálja el, nyertesként három pályázatot választanak ki.

A pályázat nyerteseinek házasságkötését 2020. szeptember 26-án Balatonfüreden szervezzük meg. Ennek keretében biztosítjuk az anyakönyvvezetőt, a szertartás feldíszített környezetét, egy – a családtagokat is beleértve – maximum 30 főre szóló esküvői fogadást, fotóst, egy grafikus segítségével megálmodott meghívót, támogatóinknak köszönhetően egy szerény ajándékot és minden programon való részvételt aznap az Őszi Találkozón.

Demjén Ferenc fenti gyönyörű sorait azért választottuk pályázatunk mottójául, mert kifejezi a házasság, az esküvő eufóriáját, amikor örömlenket kifogyhatatlannak érezzük, s csak a csillagos ég a határ. Ebben az örömben szeretnénk osztozni a fiatal párokkal, akiknek beérkezett pályaműveiből idézzük.

Csabi és Judit nem egyszerű páros, akik számára az együttélés sem hétköznapi. Két ember, akik különösen egyformák, mégis mások. Hogy mit jelent nekünk a házassélet?

A szerelemben csak ketten vagyunk, de a házasságban mégis egy erős és szoros láncszemet alkotunk. (...) A házasság gondolata számunkra biztonságot ad, és elköteleződést jelent egymás iránt. Az el nem múló bókákat, csókákat, udvarlást, tiszteletet és figyelmet a másik iránt. (...)

Szeretnénk, ha életünk végéig együtt lehetnénk.
Szeretnénk, ha mi lehetnénk azok, akik megmutatják a világnak, hogy milyen az, fiatalon házasodni és kimondani a boldogító IGENT!

Szeretném a nevét viselni, és ezzel azt éreztetni, hogy számomra ő a legfőbb dolog a világon!

Judit és Csaba



*Mi nem hirdetjük fennen, hangos szóval,
Csak te, csak én, örökké és holtomiglan.
Mi megpróbálunk csendben boldogok lenni,
Lelkünk mélyén őszintén, igazán szeretni.” – Stendhal*



Kedvenc idézetünkkel kezdjük a bemutatkozásunkat. Ilyenek vagyunk mi, Gergő és Rita! 2020. február 20-án lesz tíz éve, hogy társa, barátja, szerelme vagyunk egymásnak. Igazi gyerekszerelme a miénk. Én 26 éves vagyok, Gergő pedig 29 éves.

Egy középiskolából indult közös kalandunk: 2016. február 20-án egy csodálatos kirándulás során, Szilväs-

váradon történt meg a leánykérés, amelyre csakis igen lehetett a válasz. (...) De az élet oly sok mindent tartogat még! A következő lépés a házasságkötés lesz. Hiszünk a házasság szent kötelékében, e nélkül családot sem kezdetünk alapítani. Igazi nagycsalád a miénk, ahol szüleink 33 illetve 35 éve élnek házasságban. Olyan családban nőttünk fel, ahol a szüleink kötődtek nagyon egymáshoz és tisztelték egymást. Tudat alatt biztosan eszerint választottunk mi is párt. Nekem két, Gergőnek három testvére van. Kicsit irigykedve gyönyörködünk gyermekekre nézve, hisz majdnem mindegyik testvérünknek született gyermeke (van, ahol több is:)). Hiszünk, hogy az eskü, az egymásnak tett ígéretünk örök életre szól, mert amit megkösz a Földön, megkötöttet lesz a mennyekben is. (...)

Gergő és Rita

A mai rohanó világban sokaknak – a munkájuk mellett – nem adatik más lehetőség az ismerkedésre, mint a társkereső. Így történt ez nálunk is. Én épp egy hosszabb kapcsolatot zártam le végleg. Gyuri társkeresőn írt rám. Az első pillanattól nagyon szimpatikus volt. Elkezdtünk beszélgetni és hamar kiderült, hogy igazából nagyon hasonlít egymásra az érdeklődési körünk, a természetünk, hogy mindketten komoly és hosszú távú kapcsolatot keresünk, de még a gyermekkorunkban velünk előfordult kis történetek is mindkettőnk életében ugyanakkor és ugyanúgy zajlottak...



Miért fontos a házasság?

Ahhoz, hogy egy párkapcsolat hosszú távon fejlődhessen, szükség van elköteleződésre és döntésre. A család és a családi élet alapköve a házasság. A családalapítás arról szól, hogy tudatosan dönts az arról, kit és mit akarsz. A házasság legbiztosabb alapja a kölcsönös szerelem. Egy jó házasságban az emberek nem csupán megszokásból, a szokások miatt, vagy azért élnek egymás mellett az életüket, mert félnek a változástól, hanem azért, mert szeretik egymást. A szerelmi kapcsolatot a házasság nem megfojtja, hanem átformálja, megérleli, megnemesíti. Nagyon szeretnénk, ha a pályázat elbírálásakor számunkra kedvezően döntenének! Köszönjük szépen a lehetőséget!

Anett és Gyuri

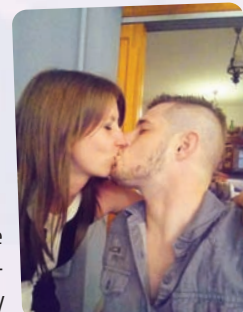
Több mint öt éve ismerjük egymást és három éve vagyunk együtt, illetve már egy éve járunk jegyben, és úgy gondoljuk, hogy lassan ideje véglegesen összekötni a kettőnk életét.

Az esküvő minden ember életében sorsfordító esemény, egy életre szóló elköteleződés a társunk mellett. A házasság azt jelenti, hogy attól kezdve minden téren összetartozunk, felvállaljuk egymást nemcsak érzelmileg, hanem jogilag, illetve társadalmilag is, kinyilvánítjuk, hogy együtt akarjuk leélni az életünket, hivatalosan is egymáshoz tartozunk.

Számunkra azért is fontos a házasság, mert szerintünk végérvényesen akkor teljesedik be a szerelmünk. Mintha az i-re felkerülne az a bizonyos pont. Valamint így nyilvánítjuk ki a nagyvilág előtt is az összetartozásunkat, és ezt a boldogságot szeretnénk megosztani a családjunkkal is. Mindketten úgy tartjuk, hogy a család alapja a házasság.

Mit is jelent, hogy valakivel összekötjük az életünket? Úgy választunk ki valakit, hogy nem nézünk hátra, mert hiszünk, hogy számunkra ő az igazi és a legjobb választás. Akiben teljes mértékben megbízunk, és bármiben számíthatunk rá, mint a legjobb barátira, egy tökéletes társra.

Gábor és Annamária



Aktualitások a köznevelésben

A Kormány kiemelt figyelmet fordít arra, hogy a **köznevelésben tanuló diákok versenyképes tudásra tegyenek szert**. 2010 után azért kezdett bele a Kormány az oktatás átalakításába, mert látható volt, hogy a köznevelési rendszer megújításra szorul: a pedagógusok bérét rendezni kellett, a magán-tankönyvkiadók pazarlóan sok pénzt vettek ki a családok és az állam zsebéből, az iskola nem biztosította az egyenlő feltételeket valamennyi tanuló számára. A Kormány ezekre a problémákra adekvát választ adott: bevezette a pedagógus-előmeneteli rendszert, állami tankönyvkiadót hozott létre, hagyományos és digitális tananyagot fejleszt, az 1-8. évfolyamon ingyenessé tette a tankönyveket, minden nappali tagozatos tanuló számára biztosít délutáni foglalkozásokat, megteremtette a méltányos és egyenlő esélyeket biztosító nevelés-oktatás feltételrendszerét azzal, hogy az iskolákat állami fenntartásba vette, érdemben csökkentve ezzel a települési fenntartásból fakadó, esélyromboló különbségeket.

A Kormány továbbra is kiemelten kezeli a **tankönyvek ingyenessé tételét**, egyre szélesebb körű elérését. A 2020/2021-es tanévtől az alap- és középfokú, nappali rendszerű oktatásban részt vevő valamennyi tanuló számára ingyenes lesz a tankönyv. 1 millió 150 ezer tanuló családja mentesül a tankönyvvásárlás terhe alól, amelyre a költségvetésben 13,8 Mrd forintot biztosít az állam.

A Kormány döntése értelmében a gimnáziumi és szakgimnáziumi tanulók – mintegy 140.000 fő – **9. és 11. osztályban kéthetes egyéni vagy csoportos tanulmányúton vehetnek részt 2020-tól** a Nemzeti alaptanterv alapján tanulható első idegen nyelvek (angol, német, francia, kínai) célországaiiban: Ausztriában, Németországban, az Egyesült Királyságban, Máltán, Írországban, Franciaországban és Kínában. A tanulmányutak keretében a tanulók nyelvviskolai kurzuson vagy intézményi partnerkapcsolat keretében fejleszthetik nyelvtudásukat és szerezhethetnek motivációt, tapasztalatot egy célnyelvi országban. A program megvalósítására rendelkezésre álló összeg



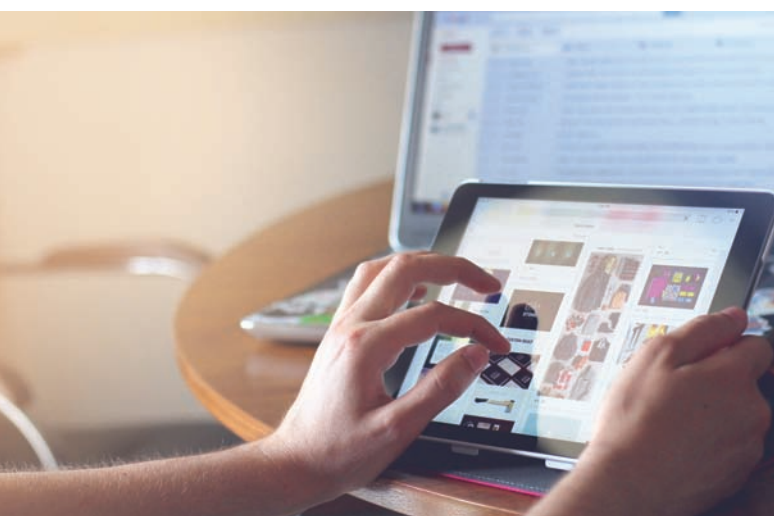
2020-ban 35 Mrd Ft. A Kormány döntése értelmében a nyelvtanárok és az idegennyelv-szakos tanárképzésben részt vevő hallgatók 2021-től kéthetes továbbképzésen vehetnek részt egy célnyelvi országban, amelynek célja mind a módszertani, mind az idegen nyelvi kompetenciák fejlesztése. A program megvalósítására rendelkezésre álló összeg 2021-ben 1,5 Mrd Ft.

A 2014-2020 közötti időszakban európai uniós és költségvetési forrásokból több mint 800 helyszínen mintegy 276 Mrd Ft értékű **köznevelési infrastruktúra-fejlesztési** beruházás, felújítás valósulhatott meg, illetve van még folyamatban. Az összegből tanuszodák, tornatermek, új iskolai tantermek létesülnek, komplett iskolák és óvodák épülnek, illetve korszerűsödnek.

Az elmúlt két évben a köznevelési intézményekben **szélessávú internetkapcsolat** és belső WiFi-hálózat létesült, amely fejlesztés közel 3500 iskolát érintett két EU-s projektből és hazai költségvetésből mintegy 26 Mrd Ft ráfordítással. A tanulók digitális kompetenciáinak fejlesztése céljából az iskolák több mint 100 000 db **IKT-eszközt** (tanári és tanuló laptopokat, táblagépeket, interaktív megjelenítő eszközöket) kaptak. Több mint 40 000 pedagógus térítésmentesen gyarapíthatja **digitális kompetenciáit**, sajátíthatja el az infokommunikációs eszközökkel támogatott tanítás-tanulás módszereit. A digitális módszerek alkalmazásához modern szemléletű **digitális tananyagok**, ún. okostankönyvek is készülnek.

A **Kodály Program (Hangcsere Program)** 2018-ban 3 Mrd Ft támogatásból valósult meg, 1238 állami és 298 egyházi fenntartó által működtetett intézmény jutott hangszertámogatáshoz. A program 2020-ban is folytatódik.

Az 1-8 évfolyamon tanulók a **Lázár Ervin Program** keretén belül 5,5 Mrd Ft összértékben **kulturális programokon** vehetnek részt, amelyek egyben a nemzeti identitás erősítését is szolgálják.





DR. MARUZSA ZOLTÁN

Az **Országos Diákszövetség javaslatára** az oktatásért felelős tárca az **érettségi vizsga** vizsgaszabályzatának módosítását kezdeményezte. Ennek alapján azon tantárgyakból (pl. biológia, kémia, földrajz), amelyeknek tanítása a tízedik évfolyamon lezárul, közvetlenül a tanulmányok teljesítését követően lehetővé vált előre hozott érettségi vizsga.

Az iskolai sikerességet nagyban megerősíti az óvodába járás. A 2015-től kötelező óvodába járás nyomán követése érdekében 2020. január 1-jétől a jegyzőtől az általános illetékességgel eljáró járási hivatalhoz kerül a **3 éves korban történő óvodába járás** halasztásának engedélyezése. Az engedélyezésre abban az esetben van mód, ha ezt a gyermek családi körülményei, sajátos helyzete indokolja.

Az **óvodai nevelésből** az iskolai oktatásba történő eredményes átmenet biztosítása érdekében az **iskolakezdés** elhalasztására irányuló eljárás során a szülő a kérelmét az iskolakezdés évében, idén január 31-ig nyújthatta be az Oktatási Hivatalhoz. A kérelmeket az óvodai nevelésben maradásról szóló döntés megalapozottsága érdekében hozzáértő kollégák vizsgálják meg. A gyermek a szükséges fejlettség hiányában további egy évet óvodai nevelésben maradhat.

DR. MARUZSA ZOLTÁN KÖZNEVELÉSÉRT FELELŐS ÁLLAMTITKÁR



Angyali Csomagküldő Szolgálat

2019-ben immár 14. alkalommal is útjára indítottuk Angyali Csomagküldő Szolgálatunkat, az ACSSZ-t. Felhívásunkra 212 Angyal jelentkezett, és közülük kérésünkre nagyon sokan eljuttatták felhívásunkat ismerőseikhez, barátaikhoz, munkatársaikhoz, megosztották közösségi oldalakon.

Ennek köszönhetően egyre több osztály- és munkahelyi közösség, baráti társaság, csoport segítette a NOE rászoruló családjait. Voltak olyan felajánlóink, akik munkahelyük segítségével, támogatásával az ország több pontján a helyi képviselőiknél kezdték gyűjtő munkát szervezni, és az összegyűlt tartós élelmiszert, édességet, játékot és ruhaneműt egy-egy helyi szervezet tudta eljuttatni olyan családoknak, akiknél jól jött a segítség.

Az Angyaloknak személyre szabottan ajánlottunk támogatandó családot, figyelembe véve, hogy melyik országrészbe kívánják eljuttatni a felajánlott adományt, milyen módon és milyen családot szeretnének támogatni. Voltak Angyalaink, akik személyesen kívánták elvinni csomagjukat a családnak, és sok Angyal a segítséget nyújtó praktikus dolgok mellett a családtagoknak egy-egy kisebb személyes meglepetést is akart küldeni. Éppen ezért igény mutatkozott arra is, hogy minél több információt kapjanak a családkról, amiben pedig a helyi szervezeteink vezetői, önkéntesei voltak a NOE segítségére.

Angyalaink egy része 2-3 családot is támogatott, és sok közösségnél olyan mennyiségű adomány gyűlt össze, hogy – bár eleve egy nagyobb létszámú, sokgyermekes családot kértek támogatásra – végül több családnak tudtak juttatni belőle.

Hat nagyobb értékű felajánlás érkezett, melyeket különösen nehéz élethelyzetben levő családunk kaptak.

Összességében 265 családot támogattunk kimondottan az ACSSZ által.

DELINÉ SZOLANICS ZSUZSANNA





BÁLINT MELINDA



LÓDI VIKTÓRIA

Átmenet a felnőttkorba

Szakmai konferenciát szervezünk Brüsszelben

A NAGYCSALÁDOSOK ORSZÁGOS EGYESÜLETE (NOE), HÖLVÉNYI GYÖRGY EURÓPAI PARLAMENTI KÉPVISELŐ ÉS A NEMZETKÖZI CSALÁDFEJLESZTÉSI SZÖVETSÉG (IFFD) 2020. FEBRUÁR 18-ÁN DÉLUTÁN 20-30 ÉV KÖZÖTTI FIATALOK SZÁMÁRA KONFERENCIÁT RENDEZ BRÜSSZELBEN ÁTMENET A FELNŐTTKORBA CÍMMEL.

A konferencia fiatal szakértőket vár, hogy csatlakozzanak ahhoz a nyolcvan fiatalhoz, akik 10 különböző országból érkeznek Brüsszelbe annak érdekében, hogy több szempontból (oktatás, foglalkoztatás, lakhatás, családalapítás stb.) megvitassák az életnek azt az átmeneti szakaszát. A konferencia célja, hogy a téma megismerhető EP képviselők, döntéshozók, fiatal szakértők és nem utolsósorban családdal foglalkozó nemzetközi civil szervezetek vezetőinek szemszögéből.

A résztvevőknek ismerkedésre és véleménycserére is lehetőségük lesz a 2020. február 18-án délelőtti intenzív előkészítő workshop-on, melyet a konferencia kiemelkedő szaktekinetélyei vezetnek majd.

Ezenkívül a fiatalok háttér- és összehasonlító képet kapnak a felnőttkorba lépést érintő 20. századi és a mai – 21. század eleji – átmenet jellegzetességeiről.



A 20. században a gazdaság hatalmas strukturális átalakuláson esett át. A kormányok a munkaerő tudásszintjének és iskolázottságának emelése érdekében a fiatalokat középiskola elvégzésére ösztönözték. Az eredmény a tömegoktatás és az elittképzés lett, mely a teljes munkaidős foglalkoztatottság csökkenésével, ugyanakkor a fiatalok munkanélküliség és alulfoglalkoztatottság megjelenésével járt.

2020-ban a fiataloknak sokkal összetettebb átmeneti közegben kell boldogulniuk. Elődeikkel szemben manapság a fiatalok egy nem lineáris, fragmentált és a korábbiaknál jóval hosszabb átmeneti fázison mennek át. A nehézségek leküzdésében a család támogatása kulcsfontosságú lehet, aminek kézzelfogható anyagi, társadalmi és mentális előnyei is lehetnek.

Szeretnénk felvértezni és biztatni a fiatalokat arra, hogy álljanak fel és folytassanak párbeszédet szakértőkkel, döntéshozókkal a következő területeken:

- A családok szerepe a fiatalok iskolából munkába való átmenete során, és végül a fiatalok foglalkoztatásának eredményei a Fenntartható Fejlődési Célok tükrében.
- A családpolitika támogató szerepe a családok támogató, segítő funkciójának betöltésében.
- A fiatal párok családalapításának időzítése és lehetőségei.

Összegezve: a konferencia ahhoz ad kulcsot a fiatalok számára, hogy a középiskolát követően sikeresebben lavírozzanak az oktatás, a pályaválasztás, a munkakeresés és a munka világában, valamint a családalapítás során a szebb jövő érdekében.

BÁLINT MELINDA, LÓDI VIKTÓRIA





VINICZAI ANDREA

Nagycsaládos karácsony Kecskeméten

2019-ben is folytattuk azt az hagyományt, hogy karácsonykor együtt is megünnepeljük az év legszebb ünnepét. Ez a különleges esemény minden évben jó alkalom arra, hogy megosszuk egymással az örömet, hogy megmutassuk a legkisebbeknek a közösségi ünnepség szépségét, és hogy kötetlen baráti beszélgetéseket folytatva kiszakadjunk egy kicsit a hétköznapi mókuskerekéből.

Ezúttal a kecskeméti Hírös Agóra adott otthont a rendezvénynek. Családjaink megtöltötték a rendezvényházat, a színházteremben 276 szülőt és 343 gyermeket köszönthettünk. Hazánk 52 településéről érkeztek kicsik és nagyok a közös karácsonyozásra, olyan távoli helyekről is, mint Debrecen, Mikepércs, Szikszó, Tiszalök, Pápasalamon vagy Nagykanizsa.

A hivatalos megnyitót megelőzően a Kecskeméti Városi Fúvószenekar ünnepi

koncertje szórakoztatta a közönséget. Ők adták az alapot a NOE Himnusz közös elénekléséhez is, melyet Kardosné Gyurkó Katalinnak, a NOE elnökének és Engert Jakabnének, Kecskemét Megye Jogú Város alpolgármesterének köszöntő szavai követték.

A családok egyik ajándéka a Pótszék társulat egyik előadása, a Hópihécse című darab volt. A színházi élmény után mindenkit finom, frissen sült fánk, meleg tea várt, és megkezdődhetett a közös tánc, melyet a Kecskeméti Táncgyűttes tagjai segítettek. A legkisebbek eközben vagy Barkóczi Titanilla bábelőadását nézték meg vagy a kreatív kézműves foglalkozások egyikén ügyeskedtek. Délután volt még lehetőség vezetett városnézésre, korcsolyázásra, sőt, még különleges planetárium program megtekintésére is.

VINICZAI ANDREA



Beszámoló az EFOP-1.2.1-15-2016-00573 Védőháló 'Fókuszban a Családok' c. projekt 2020 januárjában megvalósult eseményei

Munkatársi tréning Makón



A NOE munkatársai 2020. január 13-15. között tréningen vettek részt Makón Szűcs Gabriella tréner vezetésével, melynek fő témája az aszertivitás volt.

A hétfői napot városnéző sétával kezdtük, ahol megismerkedtünk Makó történelmével. Szó esett a város mezőgazdaságban betöltött szerepéről is, bepillantást nyerhettünk a hagymatermesztés- és tárolás fortélyaiába is. Makovecz Imre világhírű organikus építész hitvallásával, építészeti stílusával is megismerkedtünk, hisz Makó városában több közösségi épület és tér is az ő elképzelései szerint valósult meg. Tanítványai az ő építészeti stílusjegyei alapján a mai napig alakítják Makó városképét, annak megbecsült építészeti.

A nap során lehetőségünk nyílt jobban megismerni egymást a közösen eltöltött szabadidő alatt, amelyre határidők és nagycsaládos programokon elvégzett feladatok folyamán nincs lehetőség. Közelebb kerülünk egymáshoz, ami a csapat eredményességéhez a jövőben egész biztosan hozzájárul. Kohéziós ereje miatt csapatépítő tréningként él-

tük meg mindannyian a találkozót. A kötetlen beszélgetések során kialakult közös témák segítettek az újabb kollégáknak a beilleszkedésben. A tréningen gyakorlati feladatok megoldása során közösen, minden kollégát bevonva sajátítottunk el kommunikációs technikákat, növeltük problémamegoldó képességeinket, gyakoroltuk a csapatmunkát a közös célok elérése érdekében. Ezáltal egy új, nagyobb, egymást segítő munkatársi csapat kovácsolódt össze, melynek minden tagja a NOE szellemiségét, a NOE családjaiért való közös felelősségvállalást tartja szem előtt.

A három nap alatt olyan tudást, kommunikációs eszközrendszert kaptunk, mely munkahelyi feladataink elvégzése során felbecsülhetetlen. Feltöltődve, új lendülettel kezdjük a 2020-as évet, amely feladatokkal, programokkal teli évnek ígérkezik.

Köszönjük szépen ezt a tapasztalatokkal, élményekkel teli három napot!

DELINÉ SZOLANICS ZSUZSANNA



Háromnapos vezetőképző Lakiteleken

Az ország minden részéről, sőt határon túlról is érkeztek egyesületi vezetők és vezetőségi tagok, hogy a 2020-as évet közös munkával, gondolkodással kezdjék 2020. január 24-26. között. Örültünk a nagy érdeklődésnek, mert a résztvevők három csoportban is dolgozhattak képzett trénerok irányításával.

Már a pénteki napon délután kezdődött a munka, Morvayné Bajai Zsuzsanna hasznos tanácsait, jogszabály értelmezéseit hallgathatták meg az érdeklődők. Ezután már mindenki a saját csoportjában dolgozott, ismerkedéssel, és vidám ráhangoló gyakorlatokkal indult a kö-

vetkező óra. Szóba kerültek személyes információk, így voltak, akik nem nyíltak meg elsőre. De az este úgy zárult, hogy mindenki várakozással tekintett a következő nap elé.

Szombaton már ismerősként üdvözölték egymást, mosolyogva ültek körbe a székeken és nagy lendülettel kezdték meg a délelőtti órákat. Dramatikus módszerekkel, csoportos beszélgetésekkel, és őszinte mondatokkal járták körbe az **adománygyűjtés** témáját.

Szóba került, hogy kell-e kérni és hogyan, de az is, hogy mit tegyünk, ha értéktelen felajánlásokkal találkozunk. A problémák megoldására



DELINÉ SZOLANICS ZSUZSANNA



BENEDEK SZILVIA



közösen keresték a választ. Sajnos nem könnyű téma, sokan félnek a csalódástól, és a visszautasítást személyes alkalmatlanságként élik meg. Szerencsére nagyon jól lehet ezeket a helyzeteket egy ilyen alkalommal, egy védett csoport közegében eljátszani, gyakorolni és szülehetnek nagy felismerések is.

Ebédszünet és némi pihenés után újult erővel kezdtek meg a hosszabb délutáni foglalkozásokat. Ismét mindenkit érintő téma következett: a **közösségépítés** nehézségei. Valljuk be, minden vezetőnek előbb vagy utóbb, de szembe kell néznie kisebb-nagyobb konfliktusokkal, még akkor is, ha a legjobb tudásunkkal igyekszünk az egyesületeinket vezetni, irányítani. A személyes tényezőket nem lehet kizárni, hiszen a tagságunk, a vezetőségi tagjaink külön személyiségek, az összecsiszolódás pedig nehéz feladat.

Az ilyen helyzetekre adtak választ résztvevőinknek a helyes kommunikáció kialakítására és az asszertív viselkedésmódok gyakorlására vonatkozó ismeretek. Ugyanígy járták körbe a vita, és a stressz kérdését is. Szóba került a manipuláció elkerülésének eszközei is, valamint a megnyugtató megoldásokat hozó tisztázó beszélgetések témája is. Minden bizonnyal fárasztó napon voltak túl résztvevőink, de a megszerzett tudás mindenért kárpótolta őket.

Vasárnapra is jutott még pár nem elhanyagolható téma, az **önismeret**, és az **önfejlesztés**, valamint a **motiváció** kérdése. Ha kiegyensúlyozottak vagyunk, sokkal könnyebben tudjuk megoldani a ránk bízott fel-

adatokat is. Ezért szükséges állandóan fejlődni, megismerni önmagunkat, és magabiztos, másokat motiváló vezetővé válni. A határozott vezetés nem az érzelemmentes irányítást jelenti. Sokkal inkább azt, hogy bár a szervezetünk élén állunk, példamutatással, egymás mellett dolgozunk a közösségünk fejlődéséért. Így vezető és tagság egymást motiválva haladhat előre.

Minden csoportban a záró körben lehetőséget kaptak a résztvevők, hogy elmondják hogyan érezték magukat, milyen tudást visznek haza. Személyesen is beszélgettem néhányukkal, kivétel nélkül azt a visszajelzést kaptam, hogy nagyon hasznos három napon vannak túl. Említették, hogy először nagyon furcsa volt, hogy dramatikusan, mozgásos és beszélgetős feladatokon keresztül dolgozták fel a témákat. Voltak, akik először vettek részt ilyen típusú képzésen, zavarban is voltak eleinte, de látva a közösség befogadását, nyíltságát, hamar ol-



dódtak és egy új élményhez jutottak. Kérték, hogy tegyem közzé a csoporttagok e-mail címét, mert annyira jó kis közösség alakult ki, hogy a jövőben is szeretnék a kapcsolatot tartani egymással.

Összességében elmondható, hogy a kiváló tréneri munka és a csoport tagjainak nyitottsága pontosan azt az eredményt hozta, ami célunk volt a tematika és a módszer kiválasztásakor.

BENEDEK SZILVIA



SZÉCHENYI 2020

MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap

BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

AL-DUNA RÉGIÓ

HÚSZ ÉVE KÖZÖSSÉGBEN



November 30-án a helyi művelődési központban került sor a Bátaszéki Nagycsaládos Egyesület 20 éves fennállásának megünneplésére. Az egyesület életében azóta is jelen vannak az első tagok és családjaik, a közösség építése folyamatos. Dr. Bozsolik Róbert Zsolt polgármester úr köszöntőjében kiemelte, hogy a helyi közösség építésében meghatározó szerepet játszik a NOE helyi szervezete, és megköszönte a sok önkéntes munkát, hozzájárulást Bátaszék városának életéhez.

Ezután Simondiné Bálint Zita köszöntötte az ünneplőket, majd fiatalok előadásában igen színvonalas dalok hangzottak fel modern gitárszóval társítva, valamint versek gazdagították a délutánt. Később az egyesület egyik alapítója és első elnöke, Sági Lajosné, „Ica mama” mesélt az alapítás óta eltelt időkről, a közösen megélt pillanatok varázsát és az együtt töltött idők alkotóerejét hangsúlyozva.

Az ünnepi esemény végén finomságok és frissítő italok várták az egybegyűlteket, akik személyesen is felidézhatték a közösen átélt éveket.

SIMON TAMÁS, VARGÁNÉ KUNCZT ORSOLYA
BÁTASZÉKI NAGYCSALÁDOSOK EGYESÜLETE



ELJÖTT A MIKULÁS!

Egyesületünk év végi zárórendezvénye a Mikulás-ünnepség. A díszített asztalok, gyertyafény, szép ruhába öltözött gyerekek és felnőttek emelik az ünnep hangulatát. Jól bevált program várta a családokat: önkéntesek, újszülöttek köszöntése, valamint mesejáték a szülők előadásában. Később megérkezett a Mikulás, az ajándékok után pedig ettünk, ittunk, beszélgettünk, miközben a gyerekek felszabadultan futkároztak. Távozáskor a családokat megajándékoztuk tartós élelmiszerrel. Nagyon ünnepi és meghatározó volt a rendezvény.

HAJDÚ ZOLTÁNNÉ

IVÁNCSAI NAGYCSALÁDOSOK EGYESÜLETE



DÉL-ALFÖLD RÉGIÓ

GYÉMÁNTLAKODALOM

*„Akit párodul melléd rendelt az ég,
Becsüld meg, szorítsd meg kezét,
és ha minden álmod valósággá válik,
Akkor se feledd el, Légy hű mindhalálig”*

Kedves Tagtársak!

Többek között egyesületünk célkitűzései között szerepel a házasságért és a jövő generációjáért érzett felelősség erősítése. Ennek apropóján és a Házasság Hete küszöbén egy nagyon szép, kerek évfordulóról szeretnék megemlékezni. A Nagycsaládosok Köröstarcsai Egyesületének tagjai, Málint Pál és Málint Pálné, 2019. november 28-án ünnepelte 60. házassági évfordulóját. A nagy napon otthonukban köszöntöttük őket. Megható és példaér-

tékű az a szeretet, amivel egymás felé fordulnak ilyen sok együtt töltött év után is... vagy éppen ezért! Már egyesületünk is a 32. évét tapossa. A Málint házaspár együtt töltött házasségeinek kicsivel több mint a felét a „mi nagy családukkal” is együtt töltötte! Mindig is aktív tagjai voltak szervezetünknek, gyermekeik és mostanra már unokáik közül is többen csatlakoztak tagcsaládjaink sorába.

„Köszönet a boldog évekért, köszönet a sok-sok mindenért!”

Drága Marika néni és Pali bácsi!

Köszönjük, hogy kitarotok mellettünk és nagy családukk tagjai vagytok. Ezúton is szeretettel kívánunk sok boldogságot együtt és családok körében, s hozzá nagyon jó egészséget!

BORGULA PÁLNÉ

NAGYCSALÁDOSOK KÖRÖSTARCSAI EGYESÜLETE



KÉZMŰVESKEDÉS ÉS JÓ BESZÉLGETÉSEK

A „Jövőnk a Család” Nagycsaládosok Móraalmi Egyesülete évek óta szervez az egész várost megszólító kézműves foglalkozásokat, általában az ünnepvárásához kapcsolódva. A 2019-es év végén több alkalommal is meghívtuk az alkotni, találkozni és ráérősen beszélgetni szerető családokat. Az őszi kézműves találkozón csodaszép karkötők, kapszula-babák, filc-sünik, mesebatyuk és nemezelt makkok gazdagították a résztvevőket.

Advent kezdetére olyan koszorúkészítést szerveztünk, melyre hagyományos, régi népi kultúrát ismerő és azt örömmel átadó koszorúkészítőket is meghívtunk. Ez a rendezvényünk is nyitott volt mindenki számára, és örültünk, hogy igen sokan eljöttek, többek között a nemrégiben alakult cserkészcsapat fiataljai is.

Mórahalom városi karácsonyi ünnepségén pedig ezúttal nem a műsorban szerepeltünk, hanem a kisebb-nagyobb gyerekekkel érkező családoknak tartott kézműves foglalkozással tettük színesebbé és gazdagabbá.

Mindegyik eseményen olyan ünnepi díszeket, apróságokat készítettünk, melyeket akár ajándékba, akár saját otthonaik szebbé tételére használhattak a résztvevők. S ami még fontosabb: a néhány óra alatt mindig jutott idő egy kicsit megállni és jól beszélgetni egymással...

MÁRTON GÁBOR MÓRAHALMI „JÖVŐNK A CSALÁD” NE



ÖNKÉNTESHÁZ



Egyesületünk elnökségének régi vágya vált valóra az „Önkéntesház” megvásárlásával. 2019 nyarának végén láttam meg a frekvenciált helyen lévő lakatlan házat. Az az „eladó” kiírás indította el az eseményeket. Néhány taggal megnéztük a házat, és a sok munka ellenére, ami vár ránk, hogy használható állapotba kerüljön az épület, rögtön tökéletesnek láttuk. Bízunk a jóindulatú, önkéntes emberek szorgos kezében. Sokak segítségének köszönhetően sikerült támogatást szerezni az ingatlan megvásárlására. Minden követ megmozgattunk, telt az idő, és én egyre jobban hittem, hogy sikerülni fog. Karácsonyi csoda volt számomra, hogy az ünnep előtt már alá is írhattuk az adásvételi szerződést. Most még csak egy régi ház fotóját tudom megmutatni. Nagyon sok terünk van, hogy mire fogjuk használni, melyekről remélem jövő ilyenkor már be is számolhatok.

PÉTERNÉ NOVÁK KRISZTINA
NAGYCSALÁDOSOK KÉTSOPRONYI EGYESÜLETE

MŰSOROS NOVEMBERI DÉLUTÁN ÉS ADVENTI KÉZMŰVESKEDÉS, GYERTYAGYÚJTÁS



A műsorban a Kunszentmártoni Szent Márton Társulat és a baksi Szivárvány Citera Egyesület és Népdalkör lépett fel. Versekkel, vidám előadásokkal és bőséges vacsorával kedveskedtünk minden résztvevőnek. Advent első vasárnapján a faluház előtt a családokkal feldíszítettük az adventi koszorút és meggyújtottuk az első gyertyát, majd a rákövetkező

vasárnapokon is közös gyertyagyújtást szerveztünk, amit ünnepi műsorral tettünk emlékezetessé. Készítettünk karácsonyi kellékeket és volt szilveszteri összejevetelünk is. Utóbbival zártuk az évet, közösen a Mozgáskorlátozottak Csoportjával és a falu lakosaival, akik családotól eljöttek, hogy együtt búcsúztassuk az Óévet.

BERECKZINÉ TARI MÁRIA
ÓPUSZTASZERI GYERMEKSZÍV NE



BALATON RÉGIÓ

CSOPAKI ADVENT



A Szőlőszem Csupaki Nagycsaládosok Egyesülete mindig kiemelten készül a karácsonyi ünnepekre, hiszen az advent, a várakozás talán az év legizgalmasabb időszak, és nemcsak a gyerekek számára. Évek óta hagyomány, hogy Csupakra lovasfogaton látogat el a Mikulás, hogy kicsik és nagyok tehesseken vele egy kört a faluban, szaloncukrot csemegézve. Közös családi mozizást is hirdettünk, nemcsak tagjaink, de a település minden lakója számára. A balatonfüredi Balaton Mozi ezúttal is csaknem megtelt, hiszen nagyon sokan voltak kíváncsiak Pamacsra, a Mikulás kis rénszarvasára. A program ingyenes volt, a Csupaki Önkormányzat támogatásának és a mozi tulajdonosának köszönhetően az egyesületnek sikerült kigazdálkodni a vetítés és a terem bérleti díját.

Az ünnepi készülődés egy közös falukarácsonnyal ért véget, melyre Csupak minden egyesülete, így a Szőlőszem is finomabbnál finomabb falatokkal és forró itallal készült.

BARTA BOGLÁRKA CSOPAKI SZŐLŐSZEM NE

TÁRGYIESZKÖZ-BŐVÍTÉS
TESCO TÁMOGATÁSBÓL

A TESCO – GLOBAL Zrt. az Effekteam Egyesület közreműködésével, most 7. alkalommal hirdette meg az „*Ön választ, mi segítünk*” elnevezésű pályázatát, melynek célja a helyi közösségek támogatása. A program a vásárlók bevonásával zajlik, akik a vásárlások alkalmával kapott zsetonokkal szavazhattak a számukra legszimpatikusabb pályázatra. A Bokréta Nagycsaládosok Egyesülete ez idáig három alkalommal vett részt a pályázaton, ebből kétszer nyert támogatást. Az egyik támogatásból információs táblákat helyeztünk ki a tűzoltószertár mellett kialakított Szent Flórián téren, a másik támogatásból a technikai eszközparkunkat bővíthettük egy árusító pavilonnal. Idei pályázatunknak köszönhetően a juttatásból egy 3 m x 4,5 m-es pavilont vásároltunk! Az új sátor nagymértékben megkönnyíti a különböző közösségi programokon, rendezvényeken való részvételünket. Már fel is avattuk a monostorapáti kolbásztöltő verseny alkalmával. Talán ennek is köszönhető, hogy a versenyen egyesületünk 12 csapatból a második helyen végzett.

SIMON LÁSZLÓ MONOSTORAPÁTI BOKRÉTA NE

FELSŐ-DUNA RÉGIÓ

BEMUTATKOZÓ MŰSOR A FEHÉR LÓ
KÖZÖSSÉGI HÁZBAN



A rendezvény november 30-án az egyesület tagjai által készített művészi munkák kiállításának megnyitójával vette kezdetét. A régiek mellett új kiállítók is bemutatották munkáikat a festészet, a grafika és a fotózás területén. A színházteremben Siklós József: *A betlehemi fogadás* című zenés darabját láthattuk egyesületünk tagjainak előadásában, melyben Jézus születésének története bonthatott ki előttünk, majd „*Zenés képek az Egyesület 2019. évi tevékenységéről*” címmel összeállított beszámoló képeiben gyönyörködhettünk. Emléklapokkal köszöntöttünk négy jubiláló házaspárt, végül műsorunk befejezéséeként a Babos Bábos csoport *Északi manók varázslatos élete* című előadása következett.

BARANYAINÉ GABI MOSONMAGYARÓVÁRI ÉLETFA NE



MUNKÁCSY-KIÁLLÍTÁS TÁRLATVEZETÉSSSEL

Felbecsülhetetlen értékű és felejthetetlen ajándékot kaptunk a mosonmagyaróvári Hansági Múzeum vezetőitől. Munkácsy-kiállítás megtekintésére hívtak meg minket, ingyenes belépéssel és tárlatvezetéssel. Négy csoportban, összesen 120-an tekintettük meg a páratlan szépségű kiállítást. Örültünk, hogy a kitűnő, jó hangulatú tárlatvezetések során sokat megtudtunk Munkácsy életéről is. A tárlatvezetők szakmai tudása, felkészültsége folytán mélységeiben ismerhettük meg a festményeket.

Köszönjük, hogy megtekinthettük a tárlatot, a legnagyobb magyar festő csodálatos remekműveit a Cselley-ház megújult kiállítótermeiben. Köszönjük a múzeum igazgatójának és a város vezetőinek, hogy mindent megtettek azért, hogy Pákh Imre magánygyűjtő Munkácsy-kollekciója városunkba érkezzen, felejthetetlen élményt nyújtva a lakosság számára.



Az ajándékot azzal háláljuk meg, hogy mindenkinek mesélünk élményeinkről, ezzel is hirdetve, hogy érdemes időt szánni az évtized kiállításának megtekintésére.

DR. ORBÁN JÓZSEFNÉ
MOSONMAGYARÓVÁRI ÉLETFA NE

FELSŐ-TISZA RÉGIÓ

NAGYCSALÁDOS SIKER A FÖLSZÁLOTT A PÁVA NÉPMŰVÉSZETI TEHETSÉGTKUTATÓ MŰSORBAN



A Miskolci Nagycsaládosok Egyesületéből négy gyermek is táncol a Szinavölgyi Néptáncgyűttes Prücskök csoportjában. A csapat nagyon kitartó munkával és odaadással elérte, hogy a zsűri döntése alapján, néptáncgyűttes kategóriában megnyerték az országos tehetségkutató döntőjét. Osztozzon ebben az örömben minden nagycsaládos, aki őrzi népi hagyományainkat!

BAK LÁSZLÓ MISKOLCI NAGYCSALÁDOSOK EGYESÜLETE



A Miskolci Nagycsaládosok Egyesülete december 9-én rendezte karácsonyváro ünnepségét. A fenséges pizzák falatozása közben érkezett a Mikulás, ajándékokkal megrakodva! A felnőttek kávé t kortyolgattak, a gyerekek friss gyümölcslevet iszogattak. Meghallgattuk az éves beszámolót és meglepetés ajándékok is akadtak bőven, például minden anyuka a szakácstudományát bővíthette az ünnepekre. Később átvonultunk a Művészetek Házába, ahol néhány családdal interjú ké-

KARÁCSONYVÁRÓ ÜNNEPSÉG



szült a nagycsaládosok karácsonyi szokásaival kapcsolatosan, mely a következő Miskolci Naplóban lesz olvasható. Ezután érkezett el a nap fénypontja: közel százan megnézhattuk az Isten pénze című musicalt. A programon mindenki ingyenesen vehetett részt a NEA pályázat és a Miskolci Egyházmegye jóvoltából.

Nagyon köszönjük a lehetőséget, hogy ilyen megható ünnepséggel készülhettünk karácsony szent ünnepére!

BAK LÁSZLÓ
MISKOLCI NAGYCSALÁDOSOK EGYESÜLETE

KARÁCSONYI KÉSZÜLŐDÉS

Karácsonyra készülődtek a Hajdúdorogi Együtt-Egymásért Nagycsaládos Egyesület tagjai egy decemberi szombat délelőtt.

A rendezvénynek a Gólyavár épülete adott otthont, ahol kicsik és nagyok felejthetetlen napot töltöttek együtt békés, boldog, karácsonyváro hangulatban.

Az eseményen számtalan karácsonyfadísz és kézműves alkotás készült a legszentebb ünnepre.



Az adventváró programon tiszteletét tette a város polgármestere, Horváth Zoltán is, aki áldott karácsonyt és boldog új esztendő t kívánt az egyesület tagjainak. Összejövételünk közös ebéddel zárult.

MISKA ANDREA
HAJDÚDOROGI EGYÜTT-EGY-
MÁSÉRT NE

KIRÁNDULÁS MÁTRASZENTIMRÉRE

Egyesületünknek lehetősége nyílt eltölteni egy csodálatos hétvégét Mátraszentimre egyik üdülőjében. Ötven fős csapatunk busszal indult el a kirándulásra. A sűrű köd és a szerpentinek megnehezítették, hogy időben a szállásra érjünk, de a finom vacsora és a szívélyes fogadtatás kárpótolt minket. Az üdülő erdei környezetben helyezkedik el hazánk egyik legszebb vidékén, s a szobák panorámás kilátással biztosították számunkra a testi-lelki kikapcsolódást.



Másnap reggel Demkó Balázs atya, egri lelkész tartott számunkra lelki feltöltődést. Az előadás során a rohanó világban való helytállásra, a hitre és az imára tette a fő hangsúlyt. A finom ebéd után élménydús sétán vettünk részt. Hegyen-völgyön, dombon-erdőn keresztül kirándultunk. A friss levegő és a csodás kilátás bódítóan hatott ránk. Vasárnap reggel kiadós reggeli után indultunk haza, de Gyöngyösön még lehetőségünk nyílt meglátogatni a Magyar Természettudományi Múzeum Mátra Múzeumát. Nagyon élveztük a hétvégi kirándulást, hogy együtt tölthettük ezeket a napokat, lazíthattunk, egy kicsit megfelfedkezve a mindennapi gondokról. Mindenkinnek köszönet a jó társaságért és a lehetőségért!
ACKERMANN ADRIENN
MISKOLCI NAGYCSALÁDOSOK EGYESÜLETE

ÉDESAPA KONFERENCIA

A korábbi nagy sikerű Édesanya konferencia után 2019. november 15-én Édesapa konferenciát szerveztünk. A nap pénzügyi tanácsadással kezdődött, ahol az érdeklődők a kormányzati támogatásokról kérdezhettek. Az eseménynek a Görögkatolikus Egyház adott otthont a Püspöki Székházban, így ezután dr. Orosz Atanáz Megyés Püspök úr köszöntötte az érdeklődőket, majd az est moderátora, Fekete Marcell kérte fel Tüske Adriánt, hogy egy kedves verssel ő is köszöntse a vendégeket.



Ezután Makkai László pasztorálpszichológus a párcapcsolat kialakulásáról, megszilárdulásról, az esetleges buktatókról tartott előadást, majd ráért az apai szerepkörre. Sok humorral fűszerezett, tanulságos mon-

danivalóját egyaránt élvezettel hallgatta az idősebb és a fiatalabb korosztály. Dobrai Zoltán teológus, mentálhigiénés felkondozó, a Családokért Mentálhigiénés Közösségfejlesztő Egyesület elnökének előadása pedig azt hangsúlyozta, hogy a gyerekek későbbi kapcsolatainak egyik megalapozója az édesapjukhoz való viszonyuk, hiánya akár deviáns viselkedéshez, függőségek kialakulásához is vezethet. A téma fontosságát bőséges kutatási anyaggal támasztotta alá.

Szünetben a vendégeknek módjukban állt kicsit felfrissülni: szendviccsel, süteménnyel, üdítővel, kávéval készültünk számukra. A rendezvény közben a másik teremben Tardi Zsuzsa a gyerekeknek kézműves foglalkozást tartott.

A második részt Petróné Nyíri Zsuzsanna és fia, Petró Csaba Elgar *Szerelmi üdvözlét* című előadása nyitotta meg, majd dr. Molnár Márta doktornő a vérplazmadásról tartott tájékoztatót. A délutánt kerekasztal-beszélgetés zárta, a moderátor és két védőnő részvételével, akik szintén az apa szerepének fontosságát hangsúlyozták. A védőnők, akik egyesületünk tagjai, válaszoltak a közönség által feltett kérdésekre is.

A konferencia végén mindannyian tapasztalatokkal gyarapodva, feltöltődve térhettünk haza. Reméljük, jövőre is lehetőségünk lesz megrendezni ezt a rendezvényt, ezúttal a teljes családra fókuszálva.

PETRÓNÉ NYÍRI ZSUZSANNA MISKOLCI NAGYCSALÁDOSOK EGYESÜLETE

KÖZÉP-MAGYARORSZÁG RÉGIÓ

MIKULÁS-ÜNNEPSÉG



Egyesületünk négy éve alakult, de eddig a Mikulás-ünnepséget csak az Egyesület gyerekei számára rendeztük meg. Most úgy gondoltuk, lehetőséget adunk kül-

sős családoknak is, hogy kettőezer forint befizetése ellenében gyerekeik részt vehessenek rendezvényünkön. Ezért az összegért a gyerekek kaptak egy Mikulás-csomagot, helyben, kemencében sült minipizzát és egy pohár teát. Először Karaoke Jack másfél órás műsorral szórakoztatott minket, és sok-sok ajándékot szórt ki a közönség számára, majd következett Téli Anyó, aki egy nagyon szép

mesét olvasott fel. A gyerekek csendben ülve hallgatták, bár egyre izgatottabban morogtak, hiszen mindenki a Mikulást várta már.



Hamarosan meg is érkezett nehéz puttonyával, melyben száztizennégy névre szóló egyforma csomagot cipelt. Már a rendezvényen láttuk, hogy érdemes volt így megrendezni, hiszen a boldog gyermekarcok látványra mindennél többet ér! Nagy örömmel a rendezvény kapcsán tizennégy család csatlakozott egyesületünkhöz!

OLÁH ISTVÁNNÉ

FELSŐPAKONYI NAGYCSALÁDOSOK EGYESÜLETE



NAGYCSALÁDOS KARÁCSONYI ÜNNEPSÉG



December 21-én került sor az Inárcsi Nagycsaládosok Szeretet Egyesületének karácsonyi ünnepségére. Népes létszámú egyesületünk tagjaiból közel kétszáz fő vett részt az év záróünnepségén. A felnőttek számára meghitt beszélgetésekből és sütizésből állt a délután, miközben a gyerekek kézműves foglalkozással foglalták el magukat. Szép ajándékok, díszes mézeskalács figurák, kedves, flitteres üdvözlő lapok születtek. A hangulatért a Jerzsele család felelt, akik zenei produkciójukkal megalapozták az ünnepi légkört. Közismert karácsonyi dalok csendültek fel előadásukban. Szivák-Tóth Viktor és csapata a gyerekeket szituációs játékokkal, színjátszó foglalkozással várta.



Az esemény fénypontja természetesen az ajándék volt, amit kicsik és nagyobbak egyaránt izgatottan vártak. 85 csomag került kiosztásra, és az arcokon csillogó mosoly, volt cserébe a mi ajándékunk. Támogatóink révén a felnőttek sem távoztak üres kézzel, élelmiszer- és Dr. Oetker csomaggal térhetett haza minden család. Köszönjük azon cégek, vállalkozók, magánszemélyek segítségét, akikkel céljaink a 2019-es évben megvalósulhattak, és támogatták egyesületünk munkáját, rendezvényeinket! Egyesületünk ezúton is sikeres, boldog új esztendőt kíván mindenkinek!

INÁRCSI NAGYCSALÁDOSOK SZERETET EGYESÜLETE

FERGETEGES KARÁCSONYI VACSORA

2019. december 21-én gyűltünk össze a Kőrös Környéki Nagycsaládosokkal karácsonyi vacsorára, amit idén is Kiss Gábor készített el a közel 150 fős „nagycsalád” számára. A jó hangulatról Szabó László gondoskodott. Először a NOE himnuszával köszöntöttük egymást, majd megajándékoztuk legfiatalabb tagunkat, Sáfár-Balázs Natasát és családját. Egész évben önkéntes munkát végző tagjainkat Tibiker vásárlási utalvánnyal jutalmaztuk meg.

A gyerekek legnagyobb öröme volt egy „kismanónk” is, Pető Attiláné Évike, aki különböző játékos családi és egyéni feladatokkal tette még hangulatosabbá a rendezvényt.

Tagcsaládjaink idén is értékes csomagokat vehettek át. A NOE jóvoltából élelmiszercsomagok kerültek kiosztásra. Köszönettel tartozunk közel ötven támogatóknak, akik hozzájárultak egyesületünk sikeres rendezvényéhez. Külön köszönet dr. Czira Szabolcs polgármester úrnak és Kocsér Község Önkormányzatának támogatásáért!

SZÉCSÉNYNÉ TÓTH ROZÁLIA
KÖRÖS KÖRNYÉKI NAGYCSALÁDOSOK EGYESÜLETE



ÉVZÁRÓ VACSORA

Zsúfolásig megtelt a rendezvényterem. Az est folyamán Pap Lajosné Farkas Zsuzsanna elnök asszony kis évértékelő keretében megköszönte a vezetőség munkáját, majd a Vezetőség megajándékozta az önkéntes segítőköt, akik egyre többen vannak. Támogatóinknak és a NOE-nak köszönhetően nagyon szép, gazdag ajándékcsomagokat adtunk át minden tagcsaládunknak. Nagy öröm számunkra, hogy sok fiatal és gyermek is bekapcsolódott az önkéntes munkákba. Közös pezsgős koccintással, a finom vacsora elfogyasztásával és baráti beszélgetéssel, bulizással zártuk az évet! Ezúton is kívánunk minden kedves tagtársunknak sikereket, egészségben és boldogságban gazdag 2020-as évet!

NAGYCSALÁDOSOK NAGYKÖRÖSI EGYESÜLETE



Egy csapatban játszunk

Beszélgetés az ideai Házasság Hete arcaival



– Mit szólnak a felkéréshez?

Eszter: Meglepődtem. Én nem fogadtam kitörő örömmel, először gondolkodási időt kértem...

Rudolf: Elsőre gyakorlatilag határozott nemet mondtam...

Eszter: Megrémültem. Rudi közismertebb, és bár már adtunk közös interjút, én alapvetően visszahúzódom, nem vagyok szokva a nyilvánossághoz. Rudi rengeteg interjút adott már, nekem ezt még tanulni kell. De mivel ez a felkérés nem az üzletről szól, amihez nem nagyon van hozzáfűznivalóm, hanem kettőnkéről, így nekem is van mondanivalóm. Ezért nem annyira a feladattól ijedtem meg, inkább abban kételkedtem, vajon át tudunk-e adni valamit abból másoknak, ami nálunk elég jól működik. Egy idő után viszont számomra is kezdett egyre izgalmasabbá válni a dolog. Arról nem beszélve, hogy ez nagyon megtisztelő felkérés volt...

Rudolf: Prominens emberek voltak előttünk a Házasság Hete arcai, így engem leginkább az foglalkoztatott, miért nem egy nálunk közis-

Semsei Rudolf üzletembert és feleségét, Dobay Esztert évek óta ismerem, barátságunk egy plébániai családi táborban kezdődött. Egyik este „összesorsoltak” minket, és így négyesben beszélgettünk házasságról, párkapcsolatról, gyermeknevelésről. Eszter akkor várta negyedik gyermeküket, és lelkesen biztattak, hogy két fiunk után bátran merjünk harmadik gyermeket vállalni: „Ő, a három gyermek, az sima ügy, majd a negyedik előtt gondolkozzatok!”. Bár azóta elköltöztünk és ritkán találkozunk, de a jó kapcsolat megmaradt, Rudolf-fal számos interjún vagyunk túl. Egy évvel később megszületett a kislányunk, akiért sokszor hálát adunk nekik is. Nagy örömmel töltött el, hogy idén ők lesznek a Házasság Hete arcai. Minden szempontból hitelesnek és erre méltónak tartom őket.

mertebb házaspárt kértek fel. Aztán kiderült, az életpélda mellett az is sokat nyomott a latban, hogy jegyespárokkal is foglalkozunk, így már van rutinunk abban, hogyan kell beszélgetni a házassággal, párkapcsolattal kapcsolatos legfontosabb kérdésekről. Saját tapasztalatokban nincs hiányunk, hiszen 22. éve vagyunk együtt, házasságunk is nagykorú, és van négy kamaszgyerekün.

Eszter: Végül épp a gyerekek voltak azok, akik átbillentettek. Egy vacsora alatti kupaktanács során – ilyenkor szoktuk megbeszélni közös dolgainkat – felvetettük a témát, és ők lelkesen támogatták.

Rudolf: És a barátok. Sokukkal beszélgettünk erről, mielőtt elvállaltuk.

– Végül eljutottatok oda, hogy valószínűleg nem véletlenül választottak titeket, és elfogadtatok. Azóta hogyan készültek?

Eszter: Próbáljuk rendszerezni, érthető és kerek mondanivalóvá formálni mindazt, ami eddig a fejünkben volt e témában. Mert egy dolog olyan barátokkal beszélgetni, akikkel félzsavakból is értjük egymást, de teljesen más ismeretlenek számára is érthető, befogadható, bátorító üzeneteket megfogalmazni.

– A hét idei mottója: **Csapatjáték szerelemmel. Rudi, te nagyon hiszel a csapatjátékban, igaz? Üzleti témájú beszélgetésekben is mindig kiemeled ennek fontosságát.**

Rudolf: Valóban, de nemcsak a céges, hanem az otthoni csapatjátékban is nagyon hiszek. A munkámmal kapcsolatban mindig elmondom, hogy amit elértünk, nem az én érdemem, hanem a csapatomé. Én vagyok a karmester, így engem tapsolnak meg leggyakrabban, de az egész csapatot kellene. Azt szoktam mondani: „Ha gyorsan el akarsz jutni valahová, akkor menj egyedül, ha messzire, akkor keress hozzá társakat.” És ez különösen érvényes a családban, ahol két egyenrangú ember evez egy hajóban. A gyerekek születése előtt nagyon szerettünk vizitúrázni. Az nagyon izgalmas élmény, ahol egymásra vagyunk utalva, teljesen egy ütemben kell mozdulnunk, mert ha nem így teszünk, vagy az egyik nem húzza, azonnal elfordul a hajó. A kettőnk ereje így nemcsak összeadódik; azaz, hogy együtt tudunk „húzni”, azaz gondolkodni, dönteni és cselekedni, sokkal megszszebbé jutunk.

Eszter: És ebben a csapatjátékban benne van az is, hogy itthon megosztjuk a feladatokat: Rudi is tisztába tudta tenni a gyerekeket, és ha valamelyik elkezdett sírni, nem adta át azonnal nekem, hanem megkért, hogy menjek ki szobából, és megpróbálta ő maga megvigasztalni. Ha este kidőltem, és az esti imánál elaludtam, tudtam, hogy másnap reggel nem fog egy szétrobbantott konyha várni, mert ő mindent elpakolt, amire nekem már nem volt erőm.



ANTAL-FERENCZ ILDIKÓ

Rudolf: Kivéve a teregetést, azt nem engedi át nekem. Pedig szerintem gyönyörűen teregetek.

Eszter: Neeem... (nevet)

Rudolf: Deee... (nevet)

– Szoktatok veszekedni, vitatkozni?

Eszter: Veszekedni nem, vitatkozni igen. Pontosabban megvitatni szoktuk a dolgokat, de azt sem úgymond hagyományos módon, mert amíg Rudi szenvedélyes és szókimondó, én inkább magamban intézem el a dolgokat, először alaposan megrágom, és csak azután mondom el neki.

Rudolf: A „magamban intézem el” úgy néz ki, hogy órákig vagy napokig nem szól hozzá, ingerült... El sem hinnéd, hogy tud kiabálni, ugye? Senki nem hiszi el, pedig de. És ez eltart mindaddig, amíg megkérdem, mi a baja. Először a válasz az, hogy „semmi”, aztán nagy nehezen elmondja. De ajtócsapkodós-üvöltözős veszekedéseink, vitáink valóban nincsenek.

– Visszatérve a családi csapatjátékhoz...

Rudolf: Az anyaszerepet nem tudom átvenni, nem is akarom, de törekszem arra, hogy én is közel legyek a gyerekekhez. Ha például Eszter megtud valami kis titkot, én nem szeretném tőle hallani, hanem kívárom, amíg nekem is elmondják. Szeretnék annyira jóban lenni velük, hogy ha két nappal később is, de nekem is elmondják a kis titkaikat. Na és azt is látjuk, hogy mennyire igaz a „kisgyerek kis gond, nagy gyerek nagy gond” mondás... Elképesztően nehéz a kamaszokkal, de megvan ennek a kornak a szépsége is, ezért mi ezt nem problémaként, hanem kihívásként fogjuk fel, különben beleőrülnénk. És az is fontos, hogy ezt meg tudjuk beszélni. Ez is csapatjáték, ebben is közös a cél. Ha valamelyik gyerekünkkel van valami probléma, vagy nagy döntést kell meghozni, akkor nem egymás ellen dolgozunk, hanem meg tudjuk beszélni, és kompromisszumot tudunk kötni.

Eszter: Ilyen nagy döntések például, hogy mikor vegyünk nekik telefont, dolgozzanak-e nyáron. De az is közös döntés volt, hogy nem fognak külön-külön nyaralni, hanem együtt megyünk, és nem más családokkal együtt, hanem csak mi, hatan. Ezek az utolsó közös nyaralásaink, és mi semmiképp nem szeretnénk lemondani róluk, hiszen később mindannyian ezekre fogunk emlékezni.



Rudolf: És ami még fontos: mindez nem csapatmunka, hanem csapatjáték, tele örömmel.

Eszter: És az is fontos, hogy nemcsak a munkában és otthon, hanem az oviban, suliban, a plébániai közösségünkben is van egy-egy csapat, ahova tartozunk, ahol együtt dolgozunk, és együtt játszunk. Úgy alakítottuk az életünket, hogy mindenhol legyenek kisebb-nagyobb csapatok, ahova tartozunk.

Rudolf: Ez valóban így van, de a legfontosabb csapat azért mégiscsak mi vagyunk. Hiszen,

ha mi ketten jól vagyunk, az mindenre kihat: a gyerekekkel való kapcsolatunkra, a gyerekeinkre és az ő kapcsolataikra, a baráti társaságunkra és a közösségünkre – akik számára esetleg megtartó példák lehetünk. A mi generációnkban ugyanis megjelent, és egyre jobban terjed a válás. Olyan párok mennek szét körülöttünk, akikről senki sem gondolta volna, ők maguk sem, hogy nem lesznek mindig együtt. És persze kihat a munkámra is: megnyugtató tudat a legnagyobb stressz közepén, hogy otthon vár a béke szigete, ahol szívesen vagyok, és ahol feltöltődöm a következő munkanapra.

– Merthogy míg te ezerral pörögsz a munkában, Eszter az otthoni háttérrel biztosítja. És ez átvezet minket a szlogen másik felére...

Eszter: A mindennapok négy kisgyerekekkel bőven adtak nekem feladatot. Rudi viszont mindig is nagyon elfoglalt volt, sok mindent elvállalt a munkája mellett is, és nagyon fontos volt számára, hogy én itthon megteremtsem „a béke szigetét”, ahogy fogalmazott. Ez nekem is teljes mértékben megfelelt, jó volt csak a gyerekekkel lenni, egyáltalán nem hiányoztak más jellegű feladatok. Jövőre már a legkisebb is iskolás, meglátjuk, hogyan tovább ezen a téren...

Rudolf: A szlogenre az első ötletünk a „Csapatjáték szenvedéllyel” volt, mert én szenvedéllyel élek meg mindent, de végül maradtunk a szerelemnél. Merthogy az is nagyon fontos nekünk. Akár húsz év után is lehetünk szerelmesek a párunkba.



Eszter: Igen, valóban vannak pillanatok most is, amikor az ember érzi, hogy szerelmes a másikba.

Rudolf: Mi az, hogy pillanatok?! (nevet) Én ezt állandó folyamatként, állapotként élem meg. Sőt, állítom, hogy most szerelmesebb vagyok a feleségembe, mint amikor megismertem. És ez nem olyan szeretet, minthogy „szeretem a kávé”, ez egy sokkal mélyebb és összetettebb emberi érzés.

– Egyébként, hogy’ ismerkedtetek meg?

Eszter: Tizenhét évesek voltunk, és Rudi az én párom legjobb barátja volt. Miután szakítottunk, ő bejelentkezett. Nagyon más temperamentum volt, mint én, ugyanakkor nagyon megtetszett a rá, és családjára jellemző vidám, hangos, latinus hangulat. Viszont akkoriban édesanyám nagyon súlyos beteg volt, ezért nem tudtam teljes szívvel vele lenni. Nehéz időszak volt...

Rudolf: ...amiben én, sajnos, nem voltam elég jó partner. Nem voltam elég megértő, önző módon követeltem, legyen többet velem. Bár, végül is ki tudja, nem a lelkes kitarításom segítette-e át ezen?...

Eszter: Nemrég hunyt el édesapám, és Rudi most egészen másképp viszonyult hozzám, mint akkor. Nagyon megértő és türelmes volt, hagyta, minél több időt töltsék vele, hálás vagyok neki ezért.

– És mi segít át a hétköznapi nehézségeiken?

Rudolf: Az, amit eddig is boncolgattunk: a csapatban működés, az egymásra figyelés, a kettesben eltöltött idő, a közös élmények, a beszélgetések. Nagyon sokan esnek abba a hibába, hogy külön utakon járnak, nincsenek közös élményeik, csak a pénzügyek és a gyerekek tartják őket össze, és amikor kirepülnek a gyerekek, akkor a párkapcsolat egypólusúvá válik, és gyakran meg is szakad.

Eszter: Pedig mindez nem nagy dolgokon múlik, hanem sok apróságon. És nem kell feltétlenül anyagiakban gondolkodni, egy közös séta, vagy nagy beszélgetés is sokat tud segíteni, közelebb tudja hozni egymáshoz a feleket. A lényeg, hogy tudatosan és rendszeresen foglalkozzanak a kapcsolatukkal, folyamatosan táplálják a „tüzet”, legalább kis rőzsékkel, néha nagyobb hasábokkal.

Rudolf: Benzinnel! (nevet) Milyen érdekes: ahogy a gyerekek kezdenek leválni, újra egyre fontosabbnak kell lennie a társamnak. De ezzel nem akkor kell elkezdni foglalkozni, amikor már helyzet van, hanem kezdettől fogva és folyamatosan. Lassan nekünk is eljön ez az idő, de mi már az első gyerekünk születését követően is figyeltünk a kettesben töltött időre. Édesapámnak nagyon hálásak vagyunk, sokat vigyázott eleinte egy, később több gyerekre, hogy mi kettesben lehessünk.

Eszter: Én néha szívesebben maradtam volna otthon, de Rudi nem hagyta, kérte, hogy öltözzek fel szépen és menjünk el valahová. Utólag mindig hálás voltam neki, hogy nem hagyott „bepunnyadni”.



– A válaszok gyakran nem a gyerekek kirepülése után történnek, hanem már az első gyerek megszületése után, vagyis az első komolyabb krízishelyzetnél.

Rudolf: Ennek ellenére még mindig sokan gondolják azt, ha hullámvölgyben van a kapcsolatuk, majd egy gyermek megmenti azt. Vagy egy közös lakás, ház. Ez óriási butaság! Hiszen egy gyerek, egy építkezés már igazi vadvízi evezés, ezek a helyzetek még inkább tele vannak konfliktuslehetőségekkel. És ilyen a gyerekek kamaszodása is. Ha mi nem fogunk össze, és nem közösen terelgetjük őket, akkor biztosan elveszünk. Külön-külön biztosan nem működik, úgy meg különösen nem, hogy elkezdünk versenyezni egymással az ő szeretetükért, figyelmükért – ahogy sokan megteszik. Ezért fontos az, hogy állandóan – akkor is, ha nagyon jól vagyunk – dolgozzunk a kapcsolatunkért. Lejtmenetből sokkal nehezebb megállni, mert akkor még többet kell dolgozni érte. Érdemes tartalomokat gyűjteni, és a nehezebb időkben abból is táplálkozni. A legszomorúbb, hogy egyesek félredobják a tartal-

lékaikat, és egyszerűen feladják, nem tesznek többet a házasságukért.

Eszter: Mert mindketten kellene hozzá. Ha csak egyik dolgozik érte, úgy könnyebb feladni...

Rudolf: Igen, csak az egyikőtől elvárni a változást, az hosszú távon nem működik, fontos, hogy mindketten tegyenek erőfeszítéseket, és vegyék észre a másik problémáit. Nemrég olvastam egy cikket meglepő és elgondolkodtató üzenettel. A válaszok 65%-át nők kezdeményezik, és ezt azzal magyarázták, hogy a párkapcsolatba jellemzően a nők szoktak többet beletenni, hogy azt életben tartsák. A magyarázat szerint, ha náluk eljön egy élethely-

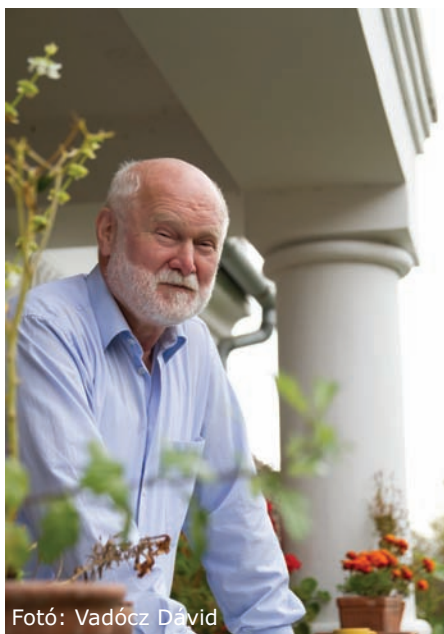
zetbeli változás, munkahelyi probléma vagy „csak” elfáradás, akkor megáll a kapcsolat fejlődése, amitől a nő kiábrándul, és végül lelép. Mi magyarok, sajnos, még mindig nem vagyunk jók kommunikáció terén: nehezen beszélünk az érzéseinkről, nehezen fejezzük ki, ha valami nem tetszik, inkább megsértődünk, vagy ha mégis beszélünk, akkor empátia nélkül, a másikat megbántva, megalázva tesszük. Mennyivel jobb lenne azt mondani: „nekem ez rosszul esik, próbáljunk meg közösen változtatni”. És ilyenkor jön a hűtlenség kérdése: az egyik fél úgy érzi, joga van kilépni, hiszen mindent megtett, mégsem működik a kapcsolat. De biztos-e, hogy mindent megtett? Például miért nem szólt arról, hogy szenved? És a másik fél tényleg figyelt a párja segélykiáltásaira?

Eszter: És a hogyan mellett ott egy másik fontos kérdés is: mikor? Az emberek sokat dolgoznak, állandóan rohannak, túlterheltek, de éppen ezért fontos, amit az előző Házasság Hete arcai is hangsúlyoztak: találjunk minőségi időt egymásra. Ők azt a szabályt vallják: heti egy este, havi egy hétvége, évi egy hét. Nálunk ez rugalmasabban működik, de a lényeg: ha nem is ennyire kötött szabályok szerint, de mindenképp tudatosan kell keresni az ilyen lehetőségeket. És nemcsak akkor, amikor elmegyünk otthonról; mi például nagyon jókat szoktunk beszélgetni esténként a fürdőszobai készülődés közben. Mindenkit biztatnánk arra, hogy keressenek maguknak ilyen közös időket.

Eszter: És a hogyan mellett ott egy másik fontos kérdés is: mikor? Az emberek sokat dolgoznak, állandóan rohannak, túlterheltek, de éppen ezért fontos, amit az előző Házasság Hete arcai is hangsúlyoztak: találjunk minőségi időt egymásra. Ők azt a szabályt vallják: heti egy este, havi egy hétvége, évi egy hét. Nálunk ez rugalmasabban működik, de a lényeg: ha nem is ennyire kötött szabályok szerint, de mindenképp tudatosan kell keresni az ilyen lehetőségeket. És nemcsak akkor, amikor elmegyünk otthonról; mi például nagyon jókat szoktunk beszélgetni esténként a fürdőszobai készülődés közben. Mindenkit biztatnánk arra, hogy keressenek maguknak ilyen közös időket.

ANTAL-FERENCZ ILDIKÓ

A hűség aranyzárlai



Fotó: Vadócz Dávid

Talán harminc éve láttam egy dokumentumfilmet első világháborús özvegyasszonyokról. Nem tudom, mikor készült és ki rendezte. Azóta őrzöm, és gyakran lepergetem magamban azt a kockasort, amely mintha gyermekkorom mesebeli öreganyókéjét keltette volna életre. Akitől nem kell félni. Pedig én félttem tőle. Aki jóságával kerít hatalmába, varázsol el, hogy három életet adva megállhassuk a helyünket, elvégezhezzük a ránk mért feladatokat, és számot adhassunk róla. A filmbeli kilencvenéves asszony a rendíthetetlen hűségével kerített hatalmába...

A hűségével, amelyet behálózhatnak és elkápráztatnak a szeretet és a szerelem aranyzárlai. Hűség és szeretet. Emiatt lett a példaképem

ő, akinek nem három, hanem csak egyetlen élet adatott, s azt is megosztotta azzal az emberrel, az emberével, akit megfosztottak a mesék fogadkozásaiban, és a harcmezőn csak a halállal együtt emlegetett egyetlen élettől... Emiatt az önfeláldozó hűség miatt lehetne mindnyájunk példaképe ez a dokumentumfilmbeli, örökké gyászruhát viselő öregasszony. Aki előtt hadseregek vonulhatnának el tisztelegve... vissza az életbe. Őerte is.

Az uráról beszélt elgondolkodva, bólogatva, anélkül, hogy egyszer is a kamerába nézett volna. Úgyet se vetett ránk. Úgy beszélt, mintha vele beszélgetett volna... Ővele. Aki huszonegy évesen halt hősi halált Bukovinában. Azóta gyászolja. Több mint hetven éve. „Ma is elgyalogolnék oda, arra a helyre, ahol elhantolták. Vinnék egy zsákot, hogy a hátamra vetve hazahozhassam a csontjait. Hogy eltemethessem. Hogy veled lehessenek.”

Sokszor elképzeltem, ahogy görnyedt, sötét árnya fiatalosan átkel a Tiszán, átvág az Alföldön, át a Lápos-hegységen és a Radnai-havasokon, hogy elérje a bűvös Bukovinát, és rátaláljon az egyszer volt, hol nem volt, de azóta biztosan elboronált katonatemetőre. Félő, hogy hét határon át visszafelé jövet még a legújabb kori történelem láthatatlan terhét is püpként a hátán kellene cipelnie.

A vetítőterem kivilágosodására fekete árnyalakja eltűnik. Csak a léptei nyomán vérhólyagos térképet látni... Hogy pár pillanat múlva azt is felitassa a vászon.

Hazatérve képzeletbeli otthonomba, egyszerűen ott látom az ovális keretbe illesztett családi fotográfián négy gyermek édesanyjaként... a faragott karfás székben ülve,



magabiztosan, büszke tekintettel és kontyba tekert hajfonattal, amely megőszültségében mintha valami nagy titkot őrizne. Mellette szálfatermetű, kifent bajuszú, fénylő szemű férfi áll, nyakánál begombolt fehér ingben, fekete posztókabátban. Előttük a fotómasinába csodálkozva bámuló gyerekek: Orsi, Misi, Anna, Réka...

De ez már mintha egy másik dokumentumfilm kellékfényképe volna.

KOVÁCS ISTVÁN



Fotó: Vadócz Dávid

APRÓHIRDETÉS APRÓHIRDETÉS

Szállítás-fuvarvállalás

NOE-ban leinformálható, a Titkárságnak régóta dolgozó, megbízható fuvarozó személygépkocsival munkát vállal magánszemélyeknek, illetve cégeknek, alkalmanként vagy rendszeres megbízásra. Bel- és külföldi személyszállítás, gyermekek iskolába szállítása, futárszolgálat, anyagbeszerzés, áruterítés, postai ügyintézés.

NOE tagoknak kedvezmény!

☎ 20/935-4600 Pfeil István

e-mail: pfeilistvan@gmail.com

Homok, sóder, murva, beton, termőföld szállítását 5 tonnáig vállalom Budapesten,

NOE tagoknak 5% kedvezmény!

☎ 20/956-5720 Kovács Árpád

http://teherfuvarozas.uw.hu,

e-mail: teherfuvarozas@uw.hu

Költöztetés, fuvarvállalás, lomtalanítás

Budapesten és az egész ország területén.

Szállítás: zongora- és páncélszekrény-szállítás.

Kedvező árak, ügyfélbarát kiszolgálás.

NOE tagoknak árengedmény!

Ha bármilyen szállítási gondja van,

hívjon bizalommal!

☎ 30/509-2284 Sárközi Zsolt

www.koltozesmaskepp.hu

ENERGETIKAI TANÚSÍTÁS

(épület-lakás zöldkártya, az ingatlan-adásvételhez és bérbeadáshoz kötelező)

17.000 Ft-tól, azonnalra.

Igény esetén online adatközléssel is.

Hőkamerázás, hőfényképezés.

☎ 30/431-2402 Garancsy István

Bicskén, a központhoz közel csendes helyen eladó egy 1970-es években épült kétlakásos, emeletes ház, 400 négyszögöles telken.

A földszinti lakás 136 m² + pince 50 m² + 25 m²-es kocsibeálló + 10 m²-es szerszámhároló.

A lakásban gáz központi fűtés + cserépkályha van. Irányár 30 000 000 Ft.

Az emeleti lakás 100 m² + 36 m² terasz + üres tetőtér. Hozzá tartozik még a telken található 40 m²-es lakás + rendelőnek használt 40 m²-es épületrész + 2 db 25 m²-es garázs + 10 m²-es szerszámhároló. Az emeleti lakásban gáz központi fűtés + cserépkályha van.

Irányár: 50 000 000 Ft.

Érdeklődni: 06/20-44-90-835-ös telefonszámon lehet.

Büszkeségeink: drága párunk

Az én férjem, feleségem

„Ő a jobbik felem”

Idén 45 éve múlt, hogy a férjem lett, vagy inkább én lettem a felesége! Mi a kezdetektől azt vallottuk, hogy nekem mindig igazam van, de ő mindent jobban tud. Ez most is így van, amin sokat nevetünk. Kiegészítjük egymást, ő a jobbik felem!



Aki ismer minket, tudja, hogy az ő legfontosabb erénye a békesség, a kiegyensúlyozottság, én sokat nyüzsgök, kell az ellensúly a mindennapokban. Három fiú és egy lány lett a jutalmunk. Minden gyerek születése még szerelmesebbé tett minket.

Most az unokák hozzák azt az illúziót, hogy újra kisgyerekes szülők vagyunk, mert a gyerekeink ránk bízják őket nyaralni, akár egy hétre is. Ez mindenkinek jót tesz.

Most látszik igazán, mennyire jó apa volt, mert nagyon jó nagyapa lett. Fiús, lányos játékok, komolyan vett gyerekek, lágság és keménység egyszerre. Fiatalos, sportos, ezért gyakran nézték a fiamnak. Ezt eleinte rosszul tűrtem, most viszont jókat mulatunk ezen.

Remélem, még sokáig sétálhatunk kézen fogva, és sokáig leszünk ennyire gyengéd szeretetben, öregem is.

Izápy Zsóka

„Ez egy fő hely”

45 éve lettem Zsóka férje. Ez egy fő hely, és én mind a mai napig jól állok hozzá. Ő energikusabb, gyorsabb, hangosabb ember, én a társaságnak sosem voltam főszereplője. A faluban, ahol sokat éltünk, és ma is fontos helyszíne az életünknek, az ő neve forog, ha valami társadalmi szerepet kell vállalni, kezdeményező, és nem otthonülő, mint én.

Kilép a komfortzónájából is, sok feladatot vállalva. 2003-ban a falu díszpolgára lett, amire az egész család nagyon büszke. Sok szerepet vállal négy gyermekünk felnőtt életében, és az unokákkal is, összefogva a családot, a nagy ünnepeken szinte rendezvényeservező.



Igaz, hogy mindent együtt csinálunk, de a főzés, ajándékozás az ő feladata. Nagyon jól főz, bár bánatára én nem híztam el tőle! Igyekszem segíteni, mert az ő egészsége már nem olyan, mint fiatalon, félttem is. Szeretünk együtt utazni, szabadidőnk is együtt töltjük, és nagyon nem szeretünk külön lenni egymástól! Az ő hobbjai, hogy szövöszéken sző, és sok munkával szőtt nekem egy ingre való anyagot, amit a rólam készült képen viselek. Nagy boldogságban éljük idős napjainkat, remélem, ez sokáig így is marad!

Izápy Gábor



„A másik felem”

Az én férjem nagyszerű társ, apa – a másik felem. Nélküle ma más ember lennék.

Amikor 2009-ben, házasságkötésünk bevonuló zenéjeként felcsendült Demjén Ferenc *Most kell eldöntenem* című dala, még el sem tudtam képzelni, hogy azzal az ott kimondott IGEN-nel valójában mi is vár rám.

Azóta, amikor meghallom ezt a dalt, már minden egyes sorát értem, átérzem...

Sokszor eszembe jut – többek között – a következő sor *„Ezután ha minden csak félig sikerül, te is hibás vagy, nem csak én egyedül...”*

Mennyivel könnyebb együtt vinni a terheket, vagy csak a hétköznapi nehézségeit ketten megoldani. Milyen jó, hogy van férjem, aki igyekszik segíteni mindenben, amiben csak tud.

Az eltelt évek alatt sokszor hallgatta morgólódásaimat, panaszaimat. Vigasztalt, biztított, ha elkeseredtem. Sokszor ellöktem magamtól, bezárkóztam, Ő mégis fogta, szorította a kezem.

Az élet nehéz pillanataiban, amikor mindketőnket gyötört a kimondhatatlan félelem, a bizonytalanság, és nem tudta, nem mondhatta őszintén azt, hogy minden rendben lesz, akkor is csendben – láthatatlanul is – mellettem volt. Hagyta, hogy sírjak a vállán, érezte, hogy nem vagyok egyedül.

Olyan jó, hogy van kivel együtt nevetni a vicces pillanatokban. Együtt megélni gyermekeink világrajöttét, figyelni fejlődésüket, növekedésüket. Csodálni az élet gyönyörűségét.

Rendkívül hálás vagyok a Jóistennek, hogy egy ilyen társat szánt, és adott nekem, mint Ő!

Sarkady-Filák Éva



„Szeretni jó, főleg Téged!”

A párommal már több mint húsz éve vagyunk együtt. „Szeretni jó, főleg Téged” – ez a gondolat jutott eszembe a 40. születésnapjára. Határozott és céltudatos ember, amire szükség is van, hiszen három gyermeket nevelünk. Nagyon megfontolt, mielőtt döntene, mindent több oldalról is megvizsgál.



Nagy része van abban is, hogy a gyerekek is megtanultak segíteni egymásnak, és nekünk is. Nagyon kreatív, és mindenből megpróbálja kihozni a legjobbat. A ke-

rékpárszerelést vagy barkácsolást már együtt végzi a gyerekekkel, így a tanulásban is szívesebben hallgatnak rá.

Rám is odafigyel. Mindig meglep valamivel, ami nagyon jól esik. Tudja, hogy egy feleségnek a biztonság mellett szüksége van arra is, hogy nőnek érezhesse magát a férje mellett. Ezekből is látható, hogy családcentrikus és odaadó apa. Számára mi vagyunk az elsők. Főzésben a halászlé, a lecsó és a marhapör-

költ csak az ő keze által lesz olyan finom, amilyennek lennie kell.

Nagyon ad magára, megtalálta a stílusát. Minden héten edzést tart, hogy az alakját megőrizze, és persze az egészségét is. Egy gyengéje van: a finom csokoládé különlegességeknek nem tud ellenállni. Azon emberek közé tartozik, akik tartják a kapcsolatot a régi barátokkal, így időnként összejövünk velük.

Mindezen tulajdonságai tetszenek nekem, és máshoz nem foghatóvá teszik számomra. Büszke vagyok rá, mert minden téren megállja a helyét.

Lakatosné Budai Magdolna



„Akinek a vére is tigris”

„Magának olyan vére van, mint egy tigrisnek” – mondta a szülészorvos az első fiunk születése után a feleségemnek, 16 évvel ezelőtt. Nem is tudta, milyen igazságot mondott ki.

Milyen is a tigris? A tigris kecses és erős, a tigris szép és nemes – Indiában az állatok királya –, de „a tigris cuki”, szokta mondani a nagyobbik kislányunk. Viszont lehet vad és félelmetes is, mert aki hozzá tartozik, azt feltétel nélkül védi, mint egy anyatigris. „Tigris! Tigris! éjsza-

kánk / Erdejében sárga láng”

– írja William Blake, vagyis a tigris irodalmi alkotást is ihletett, érthető tehát, ha kislányunk számára az irodalom a valóság felfedezésének eszköze. A költő később megkérdi: „Aki a Bárányt, az csinált?” – s az én válaszom: „Feléd igyekszik, Uram.” A tigris az ideálok iránt rajong, és csalódott, ha az emberekben nem találja meg a mindenkinek kijáró tiszteletet. Mégis folyton megújuló optimizmussal fordul másokhoz, és törekszik morális igazságosságra vezetni őket. Magát és családját is beleértve. A tigris rejtőzködő, a bambuszerdők sűrűjében él, figyel és segít, összetartja hatunk életét ezzel a láthatatlan szilárdsággal. A tigris minden tekintetben szenvedélyes, és csak a legjobbal elégszik meg maga, és övéi számára.

Akinek a vére tigris, az tehát egészében is tigris – ez az én drága feleségem: Habány Leventéné Oroszi Zsuzsanna.

Habány Levente



Minden napra egy kérdés

Beszélgessünk a házastársunkkal!

Jól tudjuk, hogy a hosszú ideig jól működő házasság egyik kulcsa a beszélgetés. Igen ám, de a fárasztó napok után sokszor még a legromantikusabb társak is csak a napi történésekig és a másnapi feladatokig jutnak. 30+1 kérdést írtunk össze házaspároknak, kifejezetten a kapcsolat frissen tartásához! Hozzá való kellékek: pár nyugodt, közös perc kényelemben, egy pohár ital és egy kis finomság. Jó beszélgetést!

1. nap: Mit szerettél ma bennem?
2. nap: Mi az a három dolog, amiben hasonlítunk egymásra?
3. nap: Az elmúlt egy hétben milyen tetteimből érezted azt, hogy szeretlek téged?
4. nap: Melyik gyerekkori emléked a legkedvesebb számodra?
5. nap: Mik azok a dolgok, amiket éppen úgy szeretnél csinálni, ahogyan a szüleid tették?



6. nap: Miért vagy a leghálásabb az életedben?
7. nap: Ha új életet kezdhetsz, mit csinálnál másképp?
8. nap: Mi az, amit feltétlenül tudnia kell rólad egy barátunk?
9. nap: Mikor sírtál utoljára?

10. nap: Mi az a legkedvesebb ajándék, amit valaha kaptál?
11. nap: Mikor mondtad ki utoljára azt a szót, hogy szeretlek?
12. nap: Miből tudod, hogy a barátaid szeretnek téged?
13. nap: Ha egy dolgot megváltoztathatnál magadban, mi lenne az?
14. nap: Melyik az a tulajdonság, amit a legjobban szeretsz bennem?
15. nap: Milyen tudást szeretnél magadnak varázsolni?
16. nap: Mit jelent neked a szerelmünk?
17. nap: Ha egy dolgot megtudhatnál a jövőről, mi lenne a kérdésed?
18. nap: Milyen lenne számodra a tökéletes nap?
19. nap: Szerinted mennyire összetartó a családjuk? Mi lenne az ideális számodra?
20. nap: Ha választhatnál – akár az eddig élt – emberek közül, kivel beszélgetnél legszívesebben?
21. nap: Ha egy dolgot megváltoztathatnál a világban, mi lenne az?
22. nap: Ha művész lennél, mit alkotnál legszívesebben?
23. nap: Mit csinálnál legszívesebben, ha most visszamehetnél a gyermekkorodba? Kik lennének körülötted?
24. nap: Ha ma lenne az utolsó napod, mit bálnál leginkább, amit nem tettél vagy nem beszéltél meg?
25. nap: Mik azok a tulajdonságaim, amik neked a legjobban tetszenek?
26. nap: Mi a legnagyobb nehézség az életedben?
27. nap: Mesélj az álmaidról, amik megvalósultak, és azokról is, amikre még várnod kell!
28. nap: Ha egy dolgot megváltoztathatnál bennem, mi lenne az?
29. nap: Ha egy napig ellenkező nemű lehetnél, mivel töltenéd az időt legszívesebben?
30. nap: Mi az, amit a legjobban vársz a jövő héten, a jövő hónapban és a jövő évben?
- +1: Mi a legjobb abban, hogy te vagy te?

BÉKÉSI ERIKA Forrás: család.hu

Fiaink története (részlet)

Rázi Botond Miklós Küzdelem a gyermekért – Élettörténetek a meddőségről

elnevezésű pályázatunkon harmadik helyezést ért el *Fiaink története* című munkájával



Tündével három év randevűzés és egy év együttélés után, 2003 nyarán házasodtunk össze. Már kapcsolatunk elején nagy volt közöttünk az egyetértés abban, hogy nagycsaládot szeretnénk, négy gyermekkel. A gyermekáldás azonban várni kezdett magára. Kezdtünk tudatosan odafigyelni az együttléteinkre, az időpontokra, a fogamzást segítő körülményekre – eredménytelenül. Nem keseredtünk el, mert hittünk abban, hogy előbb-utóbb sikerülni fog, és csak valami átmeneti pechszériáról lehet szó; végül Tünde elment az ilyenkor szokásos vizsgálatokra, ahol megállapították, hogy makkegészséges, tökéletesen készen áll az anyaságra.

Rajtam volt a sor. Az egri kórház urológiai osztályának főorvosa a vizsgálat után széttárta a kezét. Uram, Önnek nagyon alacsony a spermiumszáma, és a meglévők sem elég mozgékonyak, mondta sajnálkozva. Az inszeminációra (mesterséges ondóbevitel) nem látok esélyt, de, mert nem teljesen steril, talán in vitro (lombikbébi) úton sikerülhet, tette hozzá gyenge bátorítással.

Mindkettőnket lesújtott a hír. Kvázi-sterilitásom ténye megdöbbentett, a várható eljárások hidegen csengő neve pedig megijesztett bennünket. Amíg én csorba férfiasságomon lamentáltam, Tündének annak feldolgozása okozott gondot, hogy ő egy teljesen egészséges nő, mégis művi terhesség útján kell – ahogy ő fogalmazta meg gyönyörűen arra a kérdésre válaszolva, hogy miért szeretne gyerekeket – megismernie őket.

2006 nyarán már egy vidéki klinikán voltunk, hogy elkezdjük a lombikbébi programot.

Már túl voltunk az első vizsgálatokon – ezek ugyanarra a megállapításra jutottak: csak in vitro úton van esélyünk saját gyermeket vállalnunk –, amikor 2006. december elején Tündének váratlanul kimaradt a menstruációja. A terhességi tesztje pozitív lett, amit a nőgyógyászati vizsgálatok is megerősítettek. Várandós lett.

Mi egyszerűen csodaként tekintettünk erre a fogantatásra. Isteni beavatkozásként. Valamilyen jelként. Mint utólag kiderült, talán a legutóbbi állt a legközelebb az igazsághoz.

Nyolc és fél, orvosi tekintetben eseménytelen hónap következett. Minden a nagykönyvekben leírtak szerint zajlott. Mivel apás szülést terveztünk, végig Tündével voltam az egyre nyúló, mindinkább fájdalmasabb és – férfi szemmel – egyre idegtépőbb vajúdas alatt, melynek végén, 2007. augusztus 7-én nem sokkal dél előtt természetes úton világra jött elsőszülött fiunk.

Csak azért, hogy négyórás haláltusa után meghaljon. Soha nem fogom elfelejteni a sikoltozását, amivel tudatta velem, hogy Áron elhunyt. Áront végül eltemettük. Egy fazekas barátunk készített számára urnát, amibe mindketten beletettünk egy levelet. Tünde példánya csak az urnában van, de az enyémet a számítógépem is megőrizte:



„Drága kisfiam, Áron!
Búcsúzom tőled testben, mert soha többé nem érinthetlek Téged, soha többé nem tarthatlak a karomban, nem taníthatlak biciklizni, nem foghatom a kezed, ha kirándulni megyünk, nem simogathatom meg a fejed, ha vigasztalni akarlak, vagy örülök, mert jó jegyet hoztál az iskolából, nem ölhetlek meg a bizonyítványosztás után, vagy az esküvődön...

De nem búcsúzom tőled lélekben, mert Te örökre velem maradsz, velem, gyarló édesapáddal, aki nagyon várt Téged, de nagyon félt is, hogy mi lesz, ha Te megérkezel, hogy képes lesz-e emberként, apaként viselkedni, és felül tud-e emelkedni saját önzőségén. És most már nagyon bánom, hogy nem bíztam magamban és Benned, mert a haláloznak kellett ráébreszteni arra, hogy igenis képes lettem volna milderre. De ezért a kételkedésért a legszörnyűbb árat, a te életedet kellett megfizetnem, és ezt nagyon nehéz megbocsátanom magamnak.

Kérlek, hogy Te bocsáss meg nekem, mert hidd el, hogy mindent, de most már mindent megtennék azért, hogy te itt legyél, és átéld ezt a csodálatos ajándékot, az életedet, velem és édesanyáddal, akit annyira szeretek, és most kimondhatatlanul sajnálok. Őt, aki annyira őszintén várt Téged, felkészülve testben-lélekben, és aki most megfosztatott attól, hogy az emberi élet legszebb feladatát elvégezze, az anyaságot. És nagyon sajnállak Téged is, mert rövid földi életedet tőlünk külön, idegen emberek és gépek között töltötted, egyetlen nagy haláltusában, aminek szörnyűségét mélységesen át tudom élni, és ezért rettenet tölt el, hogy csak ennyi jutott neked. Nem ezt érdemelted, és akármilyen is volt

az ok, ami téged elvitt, akármilyen vagy akármilyen okozta, kegyetlen és ijesztően gondatlan volt. És én nem fogom hagyni, hogy a testvéreid, akik utánad érkeznél, ehhez csak egy szemernyit is hasonlót éljenek át. De nem átkozódok... Harag és kétség van most ugyan a szívemben, és nagyon nehéz boldog embereket látni magam körül, de elfogadom, hogy így kellett lennie, még ha nem is tudom vagy nem sejttem pontosan az okát. Remélem, egy napon meg fogom érteni, és megnyugszom. De: örökre a szívemben foglak hordozni, örökké szeretni foglak Téged, soha nem felejtetek. Nem felejtetem, hogy lettél nekem, mint egy csoda, és úgy is tűnt el a tested az életemből, ahogyan a csodák szoktak. De Te, Áron, örökre az maradsz bennem, amiért nekem jöttél, a KISFIAM! Szeretlek: Édesapád”

(...)

A lényeg, hogy 2009. június elején két megtermékenyített és osztódásnak indult petesejtet ültettek be Tünde méhében (és hét további vár azóta is a döntésünk szerinti sorsára, lefagyaszta). Két hét múlva az ultrahangos vizsgálat azt mutatta ki, hogy egy embrió sikeresen be is ágyazódott a méhfalba – Tünde ismét gyermeket hordott a szíve alatt.

Ákos és Csongor azóta már másodikosok, egészségesek, elevenek, szeretnek pecázni és kosárlabdázni; csak a koraszülöttséggel együtt járó apró hátrányaikat kell különböző fejlesztésekkel fokozatosan beépítenünk, de a legjobb úton haladnak.

És elképesztően hasonlítanak egymásra. A közeli rokonokon és barátokon kívül mindenki összekeveri őket, még a tanító nénijük is. Mi ezzel sokáig nem foglalkoztunk, mert a fogantatásuk körülményeiből logikusan következett számunkra, hogy képtetjűek, és az első másodperctől meg tudtuk őket egymástól különböztetni (bár én nagyon féltem attól, hogy nem fogom tudni). (...)

Már itt hepienddel lehetne zárni a történetünket, de az élet, mint egy izgalmas regényben, tartogatott számunkra még egy fordulatot. 2011 novemberének egyik napján Tünde mosolyogva fogadott: ismét gyermeket vár.

RÁZSI BOTOND MIKLÓS



Beszélgess sokat a feleségeddel!



Tegyük a szívünkre a kezünket mi, férfiak, de bizony akár a hölgyek is: mikor lennénk képesek a nyilvánosság előtt olyan intim dologról beszélni, mint a meddőségünk vagy gyermekünk elvesztése. Aki azonnal igennel válaszolt, most újra tegye fel magának a kérdést. Mert a fájdalom, az önvád, a bizonytalanság egyaránt az őszinte szavak útjába állhat. Szerencsére, az egyesületünk által meghirdetett „Küzdelem a gyermekért – élettörténetek a meddőségről” című pályázatra így is ötvennél többen küldték el írásaikat. Az első három helyezettet magazinunk következő számaiban e rovatban bemutatjuk, s közöljük írásaikat is (legalább egy hosszabb részletet), mert soraik sokaknak adhatnak erőt, támaszt, biztatást. Rácsi Botond Miklós az egyetlen férfi a díjazottak között, Iskolaigazgató, három gyönyörű gyermek édesapja (Ákos, Csongor, Csanád), egyben az egri nagycsaládos egyesület vezetője is. Őt és feleségét kérdeztük hát a meddőségről, házasságról, férfi és női dilemmákról.

Botond nem sokkal előttünk ért haza egy jótékonyági sütívásárról, ahol egy tizenhárom éves agydaganatos kislány műtétjére gyűjtöttek. Ő maga sütötte a sütit, és ő is árusította. Azt mondja, jól állnak, hamar összejöhöt a szükséges 30 millió forint.

Amíg ezt mesélte, nem kerülhette el figyelmünket, hogy a lakás tele van könyvekkel, itt-ott még a tapéta is könyves: „Szeretek olvasni. Olvasok szórakoztató és komolyabb irodalmat, angolul is”. Ez természetesen, nem véletlen, mert mint később megtudjuk, feleségét a Sátorfalva nevű olvasó-táborban „vette észre” még 1996-ban, ami tényleg olyan, akár egy falu, ahol különböző családok vannak, s a falunak ugyanúgy van főbírája, mesemondója, varázslója, mint boszorkánya (Tünde akkor tündér volt). A tábor 1984-ben indult és a mai napig működik, tavaly már a gyerekekkel jártak ott.

Így már az sem lep meg bennünket, amikor elárulja, hogy bár matematika–angol szakon végzett, mert a matektanár „győzött” a magyar-töris”. Iskolaigazgatóként is vallja, hogy a tanár személye az elsődleges, nem a tárgy. Hiába az irodalom iránti korai érdeklődés, a most beadott pályázat az első írása.

Első pillantásra azt gondolhatnánk, hogy Botondot a kibeszéletlenség, a trauma (elsőként meddősége megállapításának, majd Áron nevű gyermeküknek négy órával megszületése utáni elvesztésének) feldolgozása ösztönözte írásra, ám elmondta, hogy ez nem

így van. Tündével mindezeket nagyon sokszor, és nagyon mélyen átbeszélték. Amit le akart írni, az a fordulatok sokasága történetükben, az azok mögött meghúzódó okok megértése, feltárása, és az, hogy mások számára is megmutassa, bármennyi fordulat is van a gyermekvállalás terén az életben, mindig van remény. Úgy látja, ezt a hullámozást sokan rosszul élik meg, ő azonban mindig próbál pozitív lenni.

Tervezi, hogy történetüket egy nagyobb lélegzetvételű műben is leírja, de ennek még nincs konkrét határideje, mert ismét elkezdett egyetemre járni, s nem biztos, hogy lesz rá elegendő ideje. Azt azonban már kitalálta, hogy



visszafelé fogja megírni a történetet, mert úgy izgalmasabb, és azért, mert hisz az ok-okozati összefüggésekben. Ekkor már benne is voltunk a dolog közepében:

– „**És most már nagyon bánom, hogy nem bíztam magamban és Benned, mert a haláloznom kellett ráébreszteni arra, hogy igenis képes lettem volna minderre**” – írod az Áronnak szóló leveledben. Miben nem hittél eléggé?

– Magamban. Abban, hogy jó apa leszek-e, hogy igazából akarom-e őt. Akartam, aztán kiderült, hogy nem lehet, aztán mégiscsak megszületett, utána pedig elkezdtek kétségeim lenni: akarom-e én ezt, tudok-e én ezzel foglalkozni. A feleségem is nagyon rákoncentrált a gyerekekre, s hirtelen úgy éreztem, hogy én nem vagyok fontos ebben a történetben.

– **Jól értem: a férfi egy kicsit éretlenebb és lemarad?**

– Így van, szó szerint. Nem azt mondom, hogy irigy lettem a saját születendő gyermekemre, de nem tudtam, hogy mi lesz velem. Utólag pedig emiatt tele voltam önváddal.

– **Mit tanácsolnál akkori önmagadnak, mit tegyél?**

– Beszélgess a feleségeddel! Minden nap, egyfolytában. Most már két éve mi is így teszünk. Ma már talán bölcsőbbek vagyunk, megbeszélünk mindent, nem raktározunk el semmit amiatt, mert azt gondoljuk, hogy az csak a mi



NEMES ATTILA

dolgunk. Most már nincs olyan, hogy ő meg én, most már mi vagyunk.

– **Korábban talán azért sem tettél így, mert az ember férfiként nem szívesen osztja meg a kétségeit, mert azt gondolja, nem ezt, hanem erőt, határozottságot kell mutatnia?**

– De igen! Ebből a szempontból én ilyen tipikusan fafejű férfi vagyok. Édesapám is ilyen volt. Tündi mondja is, hogy én vagyok a megoldó ember. Nem adom fel. A legegyszerűbb dologban is így van: ha a befőttes üvegre rászorult a tető, ha kell, én szétverem az üveget, de kinyitom. A már említett matektanárom mondta egykor, amikor egy kérdésére azt feleltem, hogy nem tudom: „Nem tudod?! Hát milyen apa leszel te?!”. Ez nagyon megmaradt bennem. Tündi egyébként sokkal jobb problémamegoldó, sokkal jobban kézben tartja a dolgokat, mint én. Ő azért felelős, hogy az élet olajozottan menjen, én pedig azért vagyok felelős, hogy a nagy dolgok rendben legyenek. Én vagyok a felelős a családjáért.

– **Írod, hogy hiszel a csodákban.**

– Igen. Nem lehet másként magyarázni, ami velünk történt. Kétszer is mást mondtak az orvosok, mint ami történt. Hiszek egy magasabb erőben, amivel ha rezonálni tud az ember, akkor meghallgatja, lehet csodát kérni. Nemrég szürke hályoggal műtötték mindkét szemem, két hónapja még szemüvegben ültem volna itt, és most már nincs szemüvegem. Az első műtét előtt várokoztam, ilyenkor az ember fohászkozik. Ott ültem, és átírtam a Miatyánkat magamban. Nem az a „jó leszek és segíts” típusú ima.

„A mindenséget átható Rend,

Elismerem felsőbbiségedet.

Részed vagyok, követem törvényeidet,

Hogy harmóniában legyek veled

Belőled fakadó létezésem során.

Ha ez sikerül, hálával fogadom

Az általad nyújtott biztonságot.

Ha bárki le akar téríteni az útról,

Segítek neki is Rád találni.

Nem hagyom, hogy az összhangot

Veled bármi megzavarja,

De ha mégis, igyekszem mielőbb

Helyreállítani lelkem békéjét.

Legyen így.”



Érdekelt minderről Tünde véleménye is, aki időközben leült közénk. Már csak azért is mert érdekelt, mert a pályázat olvasásakor megmaradt bennem, hogy Tünde milyen gyönyörű kifejezést használt a gyermekek megszületésére. Így mondta: MEGISMERNI ŐKET. Az érdekelte, hogy a gyermek milyen egyéniség lesz, nem az, hogy fiú vagy lány. Elsőként az a nehéz kérdéssel fordultam hozzá, hogy mi történt két éve, amióta mindent megbeszélnek. Ám Tünde a világ legtermészetesebb módján elmondta, hogy válságban voltak. Tizenöt éve voltak már házasság, s ekkor el kellett kezdeniük mindent megbeszélni.

– **Menyit tudtál a férjed bizonytalanságáról?**

– Teljesen másként dolgoztuk fel a gyászt. Én belementem, és megéltem, nekem kellett a fájdalomnak az a mélysége, ahonnan már nincs tovább. Én jártam pszichoterapeutához, és jártam női körbe is. Az a női energia, ami ott körbevett, nagyon fontos volt. Botond visszament dolgozni, itthon pedig engem kellett támogatnia. Más irányba indultunk.

– **A működő házasság témája kapcsán egy feleség egy korábbi riportban azt mondta, hogy náluk mindig a férje az első. Így látod te is?**

– Így van, erre mi most jöttünk rá, ennyi év után. Ha mi nem vagyunk rendben, akkor senki nincs rendben. Ezt éreztük mindannyian, több volt a vita, a feszültség, nyilván a kettőnk nem rendezett kapcsolata miatt. Amikor helyre tettük a dolgokat, felsza-

badultak a gyerekek. Ez érezhető volt az ölelésekben, az odabújásokban, a kedves szavakban. Amikor kicsik, ők vannak a fókuszban, aztán amikor nőnek, már ügyesebbek. Nekem és a társamnak is igénye van a fókuszra. A kettőnk kapcsolódásáért kell harcolni. Amíg nincs gyerek, addig ez természetes, működik. Most már tudatos. Emellett Gary Chapman könyve *Az 5 szeretetnyelv – Egymásra hangolva*

nagy áttörés volt számunkra, mindkettőnknek sokat segített.

– **Mitől függ, hogy az „újraindítás” sikerüljön?**

– Van egy olyan mélység, ami már nem jó, ahonnan csak följebb lehet menni. Ezért viszont tenni kell. Sorban nyíltak ki előttünk a kapuk, ahogy egymás felé közeledtünk, rájöttünk, hogy régen is milyen jó volt, és hogy milyen jó páros vagyunk most is. A családállítás szintén sokat segített.

Nem lehetett nem észrevenni, hogy mindkettejük karján ugyanaz a tetoválás látható. Megtudtuk, hogy megkérték a gyerekeket, írják le a nevüket, s amelyik a legjobban sikerült, azt tetováltatták magukra. Ez az első tetoválásuk. Ám nem az utolsó beszélgetésük, és nem az utolsó kacskaringó, ami rájuk vár, de megnyerték az élet talán legfontosabb küzdelmét: a gyermekeiket. És egymást.

NEMES ATTILA



Szeretetnyelvek a hétköznapiakban



Január van, és vasárnap, a deres fák megszépülnek a szikrázó napsütésben, jó kipillantani a kék égre, a fehér-barna erdőre, de még jobb bent a terített asztal körül, amelyen ott illatozik a frissen sült, citrommal meglocsolt harcsa és aranydurbincs, mellé édesburgonyás keltkáposzta a köret.

Egy fiatal házaspárt látunk vendégül, s beszélgetés közben a férj az édesburgonyás keltkáposztát tudakolja. Sarolta, a felesége magától értetődő kedvességgel kérdezi tőle: „Elkészítem neked?” Ugyanolyan természetességgel, ahogyan férje havonta-kéthavonta vele tart egy-egy túrára: hol a pilisborosjenői levendulamezőről, hol a tatai Öregtő partjáról küldenek egy-egy fotót nekünk. Sarolta szívességekkel ajándékozza meg a férjét, aki minőségi idővel viszonyozza azt. Noha kezdetben – a párkapcsolat mi-szakaszában – még szinte ösztönösen használjuk párunk szeretetnyelvét, jó, ha már ekkor tudatosan bővítjük eszköztárunkat, hogy szebbé, gazdagabbá s ellenállóbbá tegyük házasságunkat.

Magyar kutatások szerint azoknál a pároknál, akik az „igazi” megtalálását követően is tudatosan ápolják a kapcsolatukat, mérhető fejlődést tapasztaltak a házasság valamennyi fontos területén. Melyek is ezek? Kommuniká-

káció, konfliktuskezelés, pénzügyek, szabadidő, család és barátok, sexualitás, lelkeség, szerepek és felelősségek, gyermeknevelés és szülői feladatok. Ezek mindegyikét egyensúlyban kell tartanunk változó körülményeink, életfeladataink közepette.

15 perc a szerelemlaborban

John M. Gottman neves amerikai terapeuta évtizedeken keresztül vizsgálta házaspárok kommunikációját: egy-egy hétvégére beköltöztette őket egy apartmanba, ahol rögzítették mindennapjaikat; arra is megkérte őket, hogy vitassák meg az aktuális problémáikat. Mindeközben felvétel készült róluk, vizsgálták testbeszédüket, mimikájukat; időnként vérnyomást, pulzust mértek, vér- és vizeletmintát vettek tőlük, mindezt Gottman a csapatával kiértékelte, majd utánajártak, hogy a szerelemlaborban járt párok élete, kapcsolata hogyan alakult. Az elmúlt évtizedekben annyi adatra tettek szert e kutatásban, hogy ma már elegendő 15 percig megfigyelniük egy párt, és 91%-os pontossággal meg tudják mondani, együtt maradnak-e, ha pedig mégsem, akkor hány év múlva válnak el...

Megfigyelései szerint ideje megkognatni a

vészharangot, és változtatnunk, ha vitáink során gyakran tapasztaljuk az alábbiakat:

- durván nyitunk: és azonnal negatívan, el-lenségesen, szarkasztikusan reagálunk pá-runk megjegyzéseire, kéréseire;
- az emlékeinket átírjuk, a közös szép pillanatok akár még az esküvőnkéről is eltűnő-ben vannak, s csak a rosszra emlékezünk;
- rendszeresen megjelenik kommunikáci-ónkban „az apokalipszis négy lovasa”: a kri-tizálás, a megvetés, a védekező és vissza-húzódo magatartás;
- „elárasztjuk” társunkat, aki lelkileg, fizikai-lag is annyira leterhelt állapotba kerül a vi-ták során, hogy az első adandó alkalommal visszavonul;
- testünk „küzdj vagy menekülj!” állapotba kerül, ilyenkor szaporább a pulzusunk, ma-gasabb a vérnyomásunk, izzadunk stb.

Tipp okosóra-tulajdonosoknak: töltsünk le egy pulzusmérő alkalmazást, amely jelzi, ha a pulzusunk átlépi a 100-as határt. E fölött gya-korlatilag nincs esély arra, hogy bármilyen problémát konstruktívan vitassunk meg vagy megoldjunk. Kérjünk időt a párunktól, és akkor folytassuk a vitát, amikor képesek vagyunk nyugodtabb légkört kialakítani.

Csak te és én!

A neves kutató később azt is feltérképezte, hogy azok a párok, akik együtt maradtak, mi-ként növelték a párkapcsolati elégedettségi-üket. Valójában a hét 168 órájából elegendő lenne mindössze hat intenzív órát a párunkkal töltenünk – persze éber állapotban – ahhoz, hogy megőrizzük házasságunk vitalitását.

Fontos, hogy munkába indulás előtt elbúcsú-zunk, és megöleljük egymást! Olyan könnyű elhagyni ezt, mert annyira jelentéktelennek tűnik, pedig az a pár perc, míg átöleljük egy-mást, váltunk néhány szót az előttünk álló napról, majd egy csók után elválunk, biokémiai változások egész sorát indítja el: hat másod-perc fizikai kontaktus már elegendő ahhoz, hogy egy nő szervezetében megemelkedjen a kötődési hormonnak is nevezett oxitocin szintje. S ha esténként ugyanúgy megajándé-kozzuk egymást ezekkel a mágikus percekkel, máris sokat tettünk egymásért.



BARÁTH MÁRTA

Az is ugyanilyen fontos, hogy hetente legyen egy közös esténk, amely csak kettőnkéről szól, amikor mint férfi és nő kommunikálunk, amikor nem a pénzügyeinkről vagy a gyermeknevelés aktuális teendőiről egyeztetünk. Hiszen kettőnk miatt, a szerelmünkért házasodtunk össze, s ennek mindig meg kell adnunk a prioritást, ezt nem vehetik el még a gyermekeink sem. Egy kávé a közeli kávézóban, egy szelet a megunthatatlan citromos máktortából a kedvenc cukrászdánkban; séta, mozi, táncház vagy salsa? Bátran szabjuk magunkra a programot, beszélgessünk egymásról-egymással jól bevált helyszíneken vagy fedezzünk fel újakat.

Tipp nyaralást tervezőknek: Ilyenkor télen sokan már a családi nyaralást tervezzük, szervezzük, foglaljuk. Akik igazán profik, arról sem feledkeznek meg, hogy párként is kiszakítsanak maguknak egy kis időszületet, amíg például a gyerekek a nagyszülőknél va-

Gary Chapman amerikai párkapcsolati szakértő szerint elégedettebbek azok a párok, akik ismerik és beszélnek egymás szeretetnyelvét, azt a nyelvet, amelyen keresztül a társunk leginkább megéri a szeretetünket. A szeretetnyelvek nemcsak a párkapcsolatban, hanem a szülő-k-gyermek között is megszólaltathatók. Melyek a szeretetnyelvek? Az elismerő szavak, a szívességek, a testi érintés, a minőségi idő és az ajándékozás. Kis odafigyeléssel kideríthetjük, mely családtagunk melyik nyelvet érti a leginkább.



kációznak. Ha szűkös a nagycsaládos költségvetés, akár egy hosszú hétvége is csodákra képes kettesben egy turistaházban, az erdő mélyén. Ha háromévesnél fiatalabb gyermekünkől nem szeretnénk még elszakadni, őt – de csak őt – vigyük magunkkal. Nagycsalád esetén így is legalább mínusz két gyerekkel számolhatunk, és ez már szinte nászutas állapotokat idéz fel: miénk a délutáni szieszta ideje, s az egész éjszaka!

Hogyan lesz a hercegnőből vén boszorkány?

Vajon emlékszünk még a becéző szavakra, amelyekkel simogattuk egymást, esetleg bővült is szókincsünknek e szelete? Vagy az egykori herceget és hercegnőt már csak anyának, apának szólítjuk? Netalán munka

vagy edzés után a haverok között már annak sem, hanem inkább vén banyának? Hogy is van ez? Ha ő az én hercegem, akkor én, a felesége minden bizonnyal a hercegnője vagyok, de ha ő egy vén boszorkány, akkor én, a férje vajon ki lehetek?

Hogy egy házasság milyen irányba fejlődik, arról sokat elárul, hogy hogyan gondolunk egymásra, hogyan szólítjuk egymást; mennyire szívesen szánunk időt kettőnkre, a közös programjainkra és céljainkra. Minden egyes lépés számít, és legfőképpen az, hogy elhisszük-e napról napra, hogy „összetartozunk, hogy kezemet kezébe tettem” (Pilinszky János).

BARÁTH MÁRTA
kommunikációs szakember
pár- és családterapeuta-jelölt

HIRDETÉS

Kikapcsolódás, feltöltődés nagycsaládosokra szabva egész évben!



Minden kedves sokgyermekes családot szeretettel vár
BényeLak – zöldorom vendégház Tokaj-Hegyalján!

NOE tagoknak 10% kedvezmény jár a mindenkori szállás árából.

Hornják Mária Anita ■ T.: +36-30-373-3962, anitamariahornyak@gmail.com

■ 3904 Legyesbénye, Kossuth u. 22. ■ web: www.benylak.webnode.hu

 csoport: <https://www.facebook.com/groups/benylak.webnode.hu/>

Indul a házassélet – friss

A tavalyi évi Őszi Találkozózonkon házasságot kötött fiatal párokat arra kértük, gondolkodjanak el azon, milyen változást hozott életükbe a házasság. Négy egyszerű kérdésre adtak választ:

- Milyen változást hozott életedekbe a házasságkötés?
 - Hogyan zajlott az összecsiszolódás időszaka? Mi az, ami gördülékenyen ment, mi az, ami problémát okozott?
 - Miért vagytok büszkék a párotokra?
 - Milyen célokot tűztetek ki erre az évre?
- Válaszaik egyszerre tanulságosak, üdítően őszinték, ugyanakkor mély szeretetről és önzetlen érzelmekről árulkodnak.

Az esküvő után azonnal összeköltöztünk, ami teljesen átalakította az életünket. Meg kellett tanulnunk megosztani az életterünket, a felelősséget és a felmerülő bonyodalmakat. A közös élet első lépései aprók, de annál fontosabbak voltak. Idén végre együtt tudtuk tölteni a karácsonyt, ami igazán meghitt hangulatban telt. Az első közös karácsonyfánk díszítése is felejthetetlen élmény volt. Szokásunkká vált az is, hogy rendszeresen együtt telefo-



náljunk a szüleinknek és nagyszüleinknek; a család végtére is kibővült, és most még jobban magunkénak érezzük egymás családját is. Nehézségként mindenképp meg kell említenünk, hogy el kellett sajátítanunk az együttélés szabályait, azt, hogy kit mi zavar, illetve

mit várunk el a másiktól a jó kapcsolat érdekében. A gondolkodás- és neveltetésbeli különbségek is jobban megnyilvánultak, mint a különéléskor, hiszen ilyenkor teljesen máshogy viselkedik az ember, mint a néhány órás találkozók alkalmával. Vágyaink, kívánságaink közlése is olykor nehézséget okozott, hiszen az új szerepek fényében néha mi magunk sem tudtuk, mit is szeretnénk a másiktól. Emellett a váratlan helyzetek kezelése is érdekes megpróbáltatásnak bizonyult. A romantikus filmek ritkán taglalják, milyen érzés bevallani a férjünknek, hogy az utolsó percben valahogy mégis sikerült leégetnünk a várva várt vacsorát, vagy elmagyarázni a feleségünknek, hogy miért úszik a fürdőszoba, amikor váltig állítottuk, hogy simán meg tudjuk oldani a csődugulást. Talán külön fejezetet is lehetne írni a közös kassza kérdéséről, hiszen most látszott meg igazán, hogy kinek mi a „nélkülözhetetlen” kiadás, ami azért eleinte érdekes és egyben meglepő beszélgetésekhez vezetett.

Mindazonáltal nagyon szerencsésnek mondhatjuk magunkat, mivel sosem feküdtünk le haraggal, megtanultunk őszintén bocsánatot kérni és megbocsátani. Sok jó tanácsot kaptunk a családjunk minden tagjától, akik készségesen osztották meg tapasztalataikat velünk. Így majdnem félév távlatából azt látjuk, hogy nehézségeink is csak kezelebb hoztak bennünket, és lehetőséget adtak arra, hogy többet lehessünk együtt. Erre kifejezetten azért volt szükség, mert a folyamatos elfoglaltságok miatt az elmúlt pár hónapban a minőségi idő is kevesebb volt, mint szerettük volna, és sajnos még nászutazni



sem volt alkalmunk a sűrű egyetemi programrend miatt, de ezt nyáron mindenképp szeretnénk pótolni.

„Büszke vagyok Zoltánra, mert rendkívül kitartó, intelligens, bölcs, melegszívű, elegáns és kompromisszumkész egyén. Munkájában céludatos, önálló, elemző típus, mellyel jól ki-

egésztjük egymást mindamellelt, hogy nagyon hasonlóak vagyunk az érzelmek és az erkölcsi iránytű terén.” Boglárka

„Büszke vagyok Boglárkára, mert érzelmes, megbízható, szívből kedves, kompromisszumkész és egy igazi társ az életben. Idén számtalanszor bebizonyította számomra, hogy a szürke hétköznapokra a szeretetet a gyógyír. Minden egyes napunkat beragyogja fáradhatatlan optimizmusával és a házasságunk iránt érzett őszinte odaadásával.” Zoltán

Céljaink a jövőre nézve igen sokrétűek, és folyamatosan bővülnek. Szeretnénk egy saját lakást vásárolni, és a mi igényeinknek megfelelő önálló otthont teremteni. Terveink között szerepel még a jogosítvány megszerzése, egy közös autó, kirándulások, utazások, több minőségi idő és randevűk szervezése. Nem utolsó sorban fontos számunkra a diploma-szerzés, az önfejlesztés, a közösségépítés, az emberi kapcsolataink fejlesztése. Nagy mérföldkő lenne, ha eljutnánk oda, hogy együtt teljes anyagi és érzelmi biztonságot teremtsünk, és ezen alapok lefektetése után pár év múlva gyermeköket vállaljunk.

Benkő-Bagdi Boglárka és Benkő Zoltán

Esküvőnk óta a legszembetűnőbbek a formai változások, illetve azok következményei voltak. Elsőként megemlíteném, hogy a jeles nap után rögtön összeköltöztünk, amely számos izgalmas és együtt megoldandó kihívást hozott számunkra. Ezeket kisebb vitákkal sikerült megoldanunk – nagyon élveztük, ahogyan kis életterünket a munkánkkal és kötődésünk megalapozásával otthonossá tettük. Mind-

ketten hagytuk a másikat kibontakozni, és a saját erősségében jeleskedni: Laci a ruháink, használati tárgyaink, emlékeink praktikus rendszerének kialakításában, Anna ezek alapos kiválogatásában és jó meglátásaival. Különös figyelmet fordítottunk a most kialakuló szokásaink megfigyelésére és megbeszélésére. Nagy élményünk volt ismerőseink megvendégelése, a közös főzés és a színházba já-

rás. Újfajta, izgalmas kihívással járt még a minőségi együttlét kérdése (hiszen gyorsan be-láttuk, hogy egymás mellett lenni nem jelent feltétlen minőségi együtt eltöltött időt), a hitünk megélése, az odafigyelés egymás családjára, a saját teendők koncentrált végzése a másik jelenléte mellett, az otthonról való kimozdulás, a pénzügyi és egyéb jövőbeli tervek konkretizálása és az ünnepek megélése.

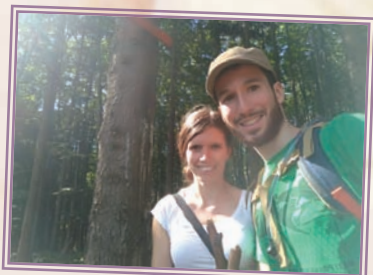
házasok tapasztalatai

„Örömmel tapasztaltam, hogy Anna – gyönyörű menyasszonyom –, milyen tudatosan és otthonosan mozog a háztartásban.

Örömmel segítettem neki, amiben

csak tudtam, hiszen láttam, hogy igen sűrű egyetemi kötelezettségei (jelenlét és beadandók) mellett mennyire figyel arra, hogy a háztartásunk rendben legyen. Nem egyszer korán fölkel, és még a nyolc órákor kezdődő gyakorlata előtt ebédet készít. Gondja van az egészséges étkezésre, a tudatos vásárlásra, és arra is, hogy lehetőleg minél kevesebb szemetet termeljünk. Büszkeséggel tölt el, hogy a saját és közös feladatainkat precízen és szeretettel végzi.” **Laci**

„Kifejezetten öröm volt látnom, hogy a vőlegényem, majd férjem milyen kitartással mennyi figyelmet fordított új életterünk kialakítására. Munkája nyomán precíz felújítások



történtek a lakásban, és eközben gondoskodó maradt, kötelességeit (szakdolgoztatás) pedig – még ha viszonylag későn is, de – motiváltan és fáradhatatlanul teljesítette. Csodálattal néztem, ahogy új dolgokba vág bele (pl. házi kenyér sütése élesztővel, majd

kovással), s mindeközben támogató és motiváló velem.

Ebből a szempontból is izgalmas időszakot élünk meg. Laci azt mondja, hogy a viták a kapcsolat legfontosabb részei, ezek azok a pontok, ahol igazán tetten érhető, hogy éppen hányadán állunk a házassággal. Kiderül, hogy a másikat boldoggá akarjuk-e tenni, avagy a másikat kihasználva a saját elvárásainkat szeretnénk elfogadtatni. Különböző személyiségek vagyunk, különböző hozott konfliktuskezelési

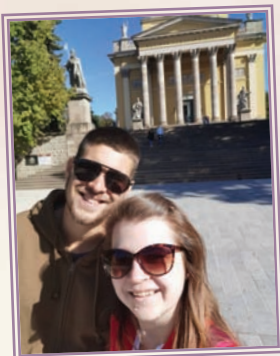
eszköztárral és mechanizmusokkal. Nekünk arra fontos figyelni, hogy a kommunikációnk eleve tiszta és egyenes legyen, s miközben a saját lelkiállapotunkat felismerjük, figyeljünk a másikra is. Ezeknek köszönhetően tudtuk a hidegvérünket megőrizve méltón és támogatóan viselkedni egymással – így sikerült a szeretetteljes első karácsonyi emléket is megteremtünk.” **Anna**

Az első félév otthoni teendői után szeretnénk nyitottabbá válni a környezetünk felé – a kapcsolatépítés, programokon való részvétel, illetve akár az önkéntesség terén. Kifejezetten figyelni fogunk a tiszta kommunikációra egymással. Egyéb céljaink az egyetem utáni terveink pontosítása, a jogosítvány megszerzése, szemléletmódunk alakítása (pl. hulladékcsökkentés) és az, hogy valódi kapcsolatot tartsunk korábbi családjainkkal, szüleinkkel.

Oltványi Anna és Oltványi László



A házasságkötés életünk egyik meghatározó fordulópontja volt, mivel egy család lettünk. Az esküvőnk előtt is családként tekintettünk magunkra, de most már hivatalosan is hallhatjuk azt, hogy mikor fog bővülni a mi kis családjunk. A házasságkötésünk a párkapcsolatunkat új, magasabb szintre emelte, ami számunkra nem volt meglepetés. Már az esküvőnk előtt együtt éltünk és gondoskodtunk egymásról. A házasságkötésünk ennek ellenére mérföldkő volt, ugyanis ettől kezdve egy egész életen át teljes mértékben felelősek vagyunk a párunkért.



ahogy a nagyszüleink szokták mondani: „összekapás van”.

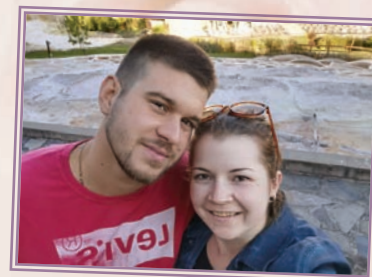
„Büszke vagyok Csillára, ugyanis sikerült benne megtalálnom mindazt, ami bennem nincs meg. Mióta Csillával együtt vagyok, sokkal türelmesebb, és megértőbb lettem az emberekkel. Ő ki-egészít engem minden olyan helyzetben, ahol

egyedül nem tudnék brillírozni. Büszke vagyok rá mindazért, amiket elért az életben, a sikeres egyetemi éveire és a munka világában elért sikereire. Szeretem benne, hogy házas, gondoskodó, türelmes és áldozatosan segít katonai hivatásom teljesítésében.” **Viktor**

„Számunkra az összecsiszolódás időszaka gördülékenyen ment, ugyanis már ismertük egymás minden apró mozdulatát, szokását, és természetesen a rigolyáit is. Ennek ellenére vannak szürke hétköznapjaink is. Ilyenkor általában megtaláljuk a közös hangot és veszekedés soha nem szokott előfordulni, csak

„Nagyon büszke vagyok Viktorra, mivel elhivatott mind a családjá, mind a hivatása iránt. A legfőképpen pedig azért, hogy a kettő között megtalálta az egyensúlyt, és nem billen meg a mérleg egyik oldala sem. Ugyanakkor néha az az érzésem, hogy valamennyire mégis bil-

len, de legtöbbször a család felé, amit én egyáltalán nem bánok, mivel mindent szeretne nekem megadni, hogy biztos alapunk legyen közös otthonunk megteremtésére. Emiatt vagyok rá a legbüszkébb, hiszen még csak ketten vagyunk, de már most szeretne biztos alapot teremteni arra az esetre, amikor bővülni fog a családjunk.” **Csilla**



Ebben az évben szeretnénk saját családi fészünk alapjait megteremtteni, illetve az ország legszebb helyeit, nevezetességeit meglátogatni. De ahhoz, hogy ezt meg tudjuk valósítani, elsősorban egy autót szeretnénk majd vásárolni.

Örkös-Tóth Csilla és Herczegh Viktor

Hogyan mondjam el neked?

avagy őszintén a párkapcsolati kommunikációról



Az egyik legalapvetőbb emberi tevékenységünk a kommunikáció. Ráadásul jelentősége vitathatatlan, hiszen az élet legkülönbözőbb területein aratott sikereink jórészt azon is múlnak, hogyan tudunk másokkal szót érteni. Ezért érdemes időről-időre átgondolnunk, hogyan tudnánk jobban, hatékonyabban és őszintébben kommunikálni.

Hányszor fordult már elő, hogy egy nehéz kommunikációs helyzet után azon emésztjük magunkat, hogy mit kellett volna másképp mondanunk vagy hogyan tudtuk volna érthetőbben megfogalmazni a gondolatainkat? Bizony naponta adódnak ilyen szituációk a munkahelyünkön és a családjukban egyaránt. Ebben a cikkben most az őszinte párkapcsolati kommunikáció otthoni továbbfejlesztéséhez szeretnénk ötleteket adni.

Nem kell mindig egyetérteni

Az oltár előtt megfogadjuk, hogy hűségesek leszünk a párunkhoz, és kitarunk mellette jóban-rosszban. Arra viszont nem teszünk ígéretet, hogy mindenben egyet is fogunk vele érteni. Pedig rengeteg olyan téma van a házasságon belül (szexuális élet, pénzügyek, munkavállalás gyermekek mellett stb.), ahol eltérő véleményünk lehet a partnerünktől. Ennek hangot lehet adni heves szövtátság és veszekedés közepette, mi azonban inkább a konstruktív beszélgetés mellett tesszük le a voksunkat. Hiba lenne azt gondolni, hogy a jól működő házasság alapja az, hogy mindig mindenben egyetértünk a másikkal. Sokkal inkább az, hogy megtanulunk egymás nyelvén érteni, és kialakítani egy olyan közös kommunikációs formát, amelyben teret és lehetőséget adunk egymásnak arra, hogy elmondhassuk, mi a véleményünk, és mi

az, ami nekünk igazán fontos. Mivel a házasságban különálló személyiségek vagyunk, így nem lehet teljesen egyforma az értékrendünk, és nem lehet mindenről ugyanaz a véleményünk sem. Ettől nem kell megijedni, csak észben tartani, hogy egy „csapatban játszunk”, és a kapcsolatunk minden esetben erősebb és fontosabb, mint bármelyik nehézség, amellyel találkozhatunk.

Ne csak hallgassunk! Figyeljünk!

Számtalan tanulmány foglalkozik azzal, hogy vizsgálja, hogy a non-verbális, azaz a nem szóbeli kommunikáció mekkora arányt tesz ki azon cselekvések között, amelyekkel információt közlünk. Utóbbiak közé tartozik a mimika, vagyis az arcmozgások, a tekintet, a hanghordozás, a gesztikuláció és a testtartás is. A tanulmányok többsége egyetért abban, hogy a kommunikáció nagyobb részét teszik ki a non-verbális, mint a verbális jelek. Az egyik legnépszerűbb kutatás szerint a kommunikáció 55%-a testbeszéd, 38%-a a hanghordozásban rejlik, míg a beszéd tartalma csak a maradék 7 százalékért felelős.

Ezért nemcsak az fontos, amit mondunk, hanem az is, amit nem szavakkal közlünk. Például nehéz elhinni, hogy érdekel minket, amit a párunk mond, ha közben a telefonunkat nyomkodjuk, esetleg hátat fordítunk neki a beszéde közben, vagy szemforgatással reagálunk valamilyen közlésére, miközben a szabadon lévő kezünkkel az asztalon dobolunk.

Az őszinte kommunikáció egyik alapköve az, hogy lehetőséget adunk egymásnak az egyenes és nyílt véleményformálásra, s mindezt úgy, hogy nem csak meghallgatjuk a másikat, hanem figyelünk is rá. Ha sikerül ilyen ítélkezéstől mentes, szókimondó kommunikációs alkalmakat összehoznunk, látni fogjuk, hogy mindkettőnknek könnyebb lesz őszintén megnyílnia a másik előtt.

Ne romboljunk! Építsünk!

Talán az is előfordult már, hogy hiába próbáltuk őszintén kibeszélni magunkból a gondjainkat, a kommunikáció nem vitt előrébb, sőt még nagyobb problémát generált. Ilyenkor érdemes önvizsgálatot tartanunk és átgondolni, sikerült-e megfelelően kommunikálnunk? Kiderülhet ugyanis, hogy nem jó kommunikációs formát választottunk, ami adódhat a magunkkal hozott rossz mintákból, korábbi konfliktusainkból maradt tüskékből, önértékelési problémáinkból, esetleg a még megoldatlan helyzet miatt bennünk élő frusztrációból. Ilyenkor hajlamosak vagyunk a másikkal szemben destruktív (romboló) kommunikációt folytatni. Az ilyen destruktív kommunikáció során – megfelelkezve a másiktól –, csak a saját érdekeinket vesszük figyelembe, aminek bántóan hangot is adunk. Ilyenek a következő példák:

- Általánosítás: Te mindig...Te soha...
- Gondolatolvasás: Ezt most biztos azért mondtad, mert...



- A múlt felemlgetése: Bezzeg akkor még...
- A másik beszédének folyamatos megszakítása
- Emelt hang, kiabálás
- A kommunikáció megszüntetése, duzzogás, sértődés, kivonulás a helyzetből
- Kritikával illetni a másik családját, értékeit

Ezeket a romboló kommunikációs helyzeteket úgy tudjuk elkerülni, hogy nem a másikra mutogatunk, hanem a beszélgetés előtt önreflexiót tartunk, és átgondoljuk, hogy pontosan mi az, ami bánt minket, mit érzünk ezzel kapcsolatban, miért zavar ez minket és mit is szeretnénk valójában. Ha ezeket megtesszük, a kellemtelen érzéseket szavakba tudjuk önteni, és a párunk információt kap arról, hogy mi is az, amivel tulajdonképpen problémánk van.

3+1 tipp az őszinte kommunikációhoz

Az őszinte beszélgetések alapja az, hogy elfogadjuk egymás érzéseit és álláspontját, nem erőltetünk semmit a másikra. Nyíltak vagyunk egymással, bármi is a téma, vagy bármennyire nehéz, esetleg fájdalmas önmaguknak vagy a másiknak. Jó, ha nem feledkezünk el a humorról sem, a nevetés sokszor oldja a feszültséget még a legkomolyabb téma esetében is. És hogyan tudunk még közelebb kerülni



ahhoz, hogy az őszinte kommunikáció része legyen a mindennapjainknak? Íme, négy tipp:

1. Legyünk készek kompromisszumot kötni

Bármilyen vita, veszekedés zajlik közöttük, próbáljunk kompromisszumos megoldást találni. Törekedjünk arra, hogy a vita végére mindketten elégedetten tudjuk lezárni az ügyet.

2. Vitatkozzunk a jelenben

A vita során ne hánytorgassuk fel egymás múltbeli hibáit, ne hozunk elő régi történeteket, hanem maradjunk a jelenben, és koncentráljunk az aktuális problémára.

3. Tiszteljük egymást

A nézeteltérés során közös célunk legyen, hogy minél hatékonyabban megbeszéljük a problémát, találjunk rá megoldást és tovább is lépünk. Tegyük ezt úgy, hogy közben nem hergeljük, nem bosszantjuk és bántjuk meg egymást.

4. Tudjunk bocsánatot kérni és megbocsátani is

Egy jól működő párkapcsolatban az őszinte kommunikáció része, hogy tudunk elnézést kérni egymástól. Belátjuk, ha tévedtünk vagy hibáztunk, és el is fogadjuk a másik bocsánatkérését.

VINICZAI ANDREA

Hogyan őrizzük meg a házasságunkat?

Magazinunk kérdésére Bogatin Attila válaszol

Bogatin Attila vagyok, az érdi ÁGA-BOGA Nagycsaládos Egyesület elnöke. Feleséggel – Judittal – három nagyobb gyermekünk van, Bálint 24, Móni 18 és Ákos 17 éves. Idén ünnepeljük 25. házassági évfordulómat.

Több korszakot is megéltünk házasságunk alatt. Esküvőnk után rögtön jött az első gyermek, így házasságunk első tíz évét a gyermekek nevelése, a róluk való gondoskodás jellemezte. Ez az időszak fáradtsággal és sok-sok mókával, kacagással telt. Ekkor kicsit kevesebb idő jutott egymásra, a fókusz a gyerekeken volt.

Amikor a gyermekek nagyobbak lettek, a megfelelő egzisztencia kiépítésén fáradoztunk. Ebben az időszakban megtapasztaltuk a bőséget is, az ínséget is, nemcsak az anyagiak, hanem a kapcsolatunk terén is. Csak egymás szeretete és tisztelete tartott össze minket. Hisszük, hogy az egymással kötött szövetség örökre szól, és nem csak üres szó. Az utolsó nyolc évben tudatosan erősítettük kapcsolatunkat. Reggeleinket közös imával kezdjük az ágyban, kávé elfogyasztása közben, melyet én készítek. Ezt akkor is megtesszük, amikor korán kell kelni. Inkább kelünk



fél órával korábban, hogy ne maradjon el. Pár éve elhatároztuk, minden hónapban tartunk egy „MI napot”. Ezt a napot egymásnak szánjuk, előre megtervezzük. Reggel részt veszünk

egy keresztény vezetőknek szóló reggelin, majd elmegyünk valamilyen kulturális eseményre, ezt közös ebéd követi sok-sok beszélgetéssel, néha pedig tartalmas csenddel egybekötve, majd jön a délutáni program.

Rendszeresen olvasunk házassággal kapcsolatos könyveket, részt veszünk képzéseken, melynek a témáit átbeszéljük. Tavaly óta heti egy alkalommal eljárunk táncórákra is. Na, ezt mindenkinek ajánljuk, mert ennek van igazán összekovácsoló hatása. A férfinak meg kell tanulnia vezetni (nem könnyű), a nőnek meg kell tanulnia engedelmeskedni (hát, ez sem könnyebb). Egy a fontos: figyelj a másikra, érezd, mit szeretne, érezd a párod minden rezdülését.

Fontosnak tartjuk egymás szabadságának tiszteletben tartását. Hálásak vagyunk, hogy együtt lehetünk.

Egyesületünkben megemlékezünk a Házasság Hetéről, sok-sok lehetőséggel: közös kávéval, vacsora páros társasággal, színházzal, kirándulással és táncal. Közben a kisebb gyermekek számára felügyeletet biztosítunk, így a szülők egymásra is tudnak időt fordítani. BOGATIN ATTILA

Anyós-após vagy inkább a párom szülei?

Bajban vagyok. Arról kellene írnom, hogyan sikerült jó kapcsolatot kialakítanunk anyósunkkal, apósunkkal. Ezt, sajnos, nem tudom megmondani. Mi ugyanis abban a talán ritka, de biztos, hogy végtelenül szerencsés helyzetben vagyunk, hogy a viszonyunk egymás szüleivel kezdettől jó.



Férjem szüleivel már a legelső találkozáskor kölcsönösen szimpatikusak voltunk egymásnak, és hamar fesztelenül, oldott hangulatban tudtunk beszélgetni. A kezdetektől kedvesen és nyitottan fordultak felém, családtagként bántak velem. Elfogadtak olyannak, amilyen voltam, és elfogadták, hogy a fiuk engem választott. Szerencsére az én szüleim is rám bízta a döntést, és ha még az elején volt is némi kivetnivalójuk – apukám például nem értette, miért kell valakinek acélbetétes bakancsban járni még a tenispályára is – elfogadták, majd megismerték és megszerették a választottam. Talán ez az elfogadás és nyitottság az egyik kulcsa a hosszan tartó jó kapcsolatnak, mert valóban, nemcsak férjhez megyünk, illetve feleségül veszünk valakit, hanem „beházasodunk” a családjába. Hozzá tartozunk az ő családjához is.

Anyósom viszonylag hamar „lányomnak” kezdett szólítani, talán először még viccesen, de már akkor is szeretetből. Apósom, aki sajnos már tíz éve nincs közöttünk, azzal lopta be magát végképp a szívembe, hogy még kollégista korunkban, amikor náluk aludtam, és a hajnali busszal tőlük indultam az egyetemre, felkelt ötkor a kedvemért, hogy kakaót főzzön nekem, vagy képes volt este tizenegykor tejbedarát főzni, jó csomósra, ahogy Norbi és én is szerettük.

Én nem is szoktam az 'anyósom, apósom' kifejezést használni, ha valakinek róluk beszél-

lek, mert ezekben a szavakban némi távolságtartást érzek, sőt, az anyós szónak van bizonyos rögzült negatív felhangja is. Ehelyett a férjem anyukájaként, illetve apukájaként emlegetem őket.

Persze az is megkönnyítette a dolgunkat, hogy férjemmel egészen hasonló a családi hátterünk. Mindkettőnk szülei paraszti, illetve kispolgári családból származó, első generációs értelmiségiek, hasonló életvitellel, ugyanazzal az alap-értékrenddel, jól működő, szerető házasságban, kiterjedt rokonsággal. Nem volt távolság a társadalmi, kulturális vagy anyagi háttérrel illetően, amit át kellett volna hidalni. Természetesen akadtak és ma is akadnak kisebb különbségek, nézeteltérések, főleg a gyerekneveléssel kapcsolatban, amelyek nyilván csak az első unoka érkezésekor derültek ki. Az anyósból és apósból hirtelen nagymami és nagypapi lesz, ami egészen más viszony.

Két dologra itt is mindenképp szükség van szerintem: bizalomra és a határok megtartására.

Bízni kell abban, hogy a nagyszülők a legjobbat akarják a gyereknek. Ha valamit szerintünk nem helyesen tesznek, arról el lehet, és el is kell beszélgetni – lehet, hogy csak tájékozatlanság, régi szokás az oka. Részükről nyitottnak kell lenni az új, mai irányelvekre, azt pedig nekünk kell elfogadnunk, hogy a nagyszülők dolga a kényeztetés, náluk több mindent szabad, a több édességtől a későbbi lefekvésig. Elég visszagondolni a saját gyerekkorunkra. Mi sem lettünk ettől kevesebbek, nem „romlottunk el”, sőt.

A határok megtartásán pedig azt értem, hogy szerencsés, ha a nagyszülők is elfogadják, hogy az unoka a mi gyerekünk, részükről a segítség ne beleszólás legyen, hanem „csak” támoga-



tás, tanácsadás. A segítségüket pedig sose utasítsuk el, hiszen borzasztó nagy szükség van rá minden téren.

Mi e tekintetben is nagyon szerencsések vagyunk. Mindkettőnk szülei rengeteget segítettek, amikor kicsik voltak a gyerekeink, és a legnagyobb szükség volt a napi szintű segítségükre. Kismamaként felbecsülhetetlen értékű egy-egy nagyiféle hétféle ebéd, pár óra babakocsi-tologatás, amikor ránk szakad a háztartás, vagy épp egy közös nagytakarítás, amit egyedül nem győznénk.

Később, amikor nagyobbacska lettek a gyerekek, és egyre nagyobb szükségét éreztük annak, hogy egy-egy színházi estére, vagy pár napra kettesben elvonulhassunk pihenni, szintén a nagyszülőkre bízhattuk, bízhatjuk a gyerekeket – igaz, amióta igazán sokan vagyunk (és a tizenöt év alatt szüleink sem lettek fiatalabbak), ezeket a többnapos táboroztatásokat többnyire az öt gyereket kétfelé osztva vállalják. Ehhez az is kell persze, hogy ideális távolságra lakjunk tőlük. Nálunk ez részben szerencse, hiszen a férjemmel ugyanabban a városban nőttünk fel, de tudatosan döntöttünk úgy, hogy a szüleink közelében szeretnénk élni. Ha bármikor szükségünk van rájuk – és persze, ha nekik ránk –, akkor elérhetők legyünk egymás számára.

Ahogy nőnek a gyerekek, ahogy idősödnek a szüleink, és lassan mi is, egyre többször jut eszembe, hogy nem is olyan sokára változni és cserélődni fognak a szerepek. Pár éven belül nem mi szorulunk majd segísége, hanem mi fogunk segíteni, két irányba is.

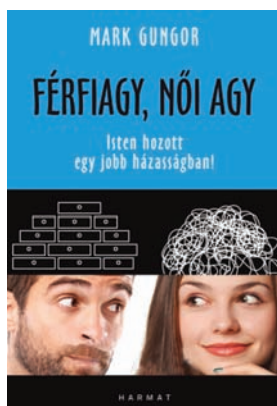
Öt fiunk van. Sokáig keseregtem, hogy nekem csak menyeim lesznek, én mindnyájuknál csak a „másik” nagymama leszek, de aztán nemrég két kamasz fiunknál volt szerencsénk beleköszölni picit a leendő anyós-apos szerepbe (hihetetlen, de ugyanannyi idősök vagyunk, mint a szüleink voltak, amikor megismertedtünk), és hát... érzem, hogy jó lesz ez is.

Ahogy lassan, fokozatosan válnak le rólunk a gyerekeink, annál jobban megérti az ember a saját szüleit. Azt is, miért érzékenyülnek el a ballagáson, az esküvőn, miért imádják annyira az unokákat, és hogy miért szeretnének szerves része maradni a mi életünknek.

Gyerekek-szülők-nagyszülők ugyanannak a sornak a láncai vagyunk. Ha nem is elválaszthatatlanok, de bármikor összekapcsolhatók.

PATAK GYÖNGYVÉR

KÖNYVVAJÁNLO



MARK GUNGOR: FÉRFIGY, NŐI AGY – ISTEN HOZOTT EGY JOBB HÁZASSÁGBAN!

A házasság egy kozmikus vicc, annyira különbözünk egymástól – írja az előadásairól készült videók révén hazánkban is nagy népszerűségnek örvendő szerző. Magyarul elsőként megjelenő könyvében kertelés nélkül, ugyanakkor szórakoztató módon beszél arról, hogy a sikeres házasság a különbözőségeink ellenére bárki számára elérhető, aki kész tenni érte. (harmat.hu)

GARY CHAPMAN, PAIGE HALEY DRYGAS: AZ 5 SZERETETNYELV TITKA FIATALOKNAK



Az 5 szeretetnyelv című, több mint 10 milliós példányban eladott sikerkönyv számtalan párkapcsolatot segített már nagyszerűvé tenni. Még hozzá azért, mert a módszer működik. De vajon az öt szeretetnyelv a fiataloknak is segíthet? Javíthat szüleikhez, testvéreikhez, barátaikhoz, tanáraikhoz, edzőikhez, szerelmükhöz fűződő viszonyukon? Igen! A könyv segítségével a tinédzserek felfedezhetik és megérthetik saját szeretetnyelvüket, illetve azt, hogyan fejezzék ki szeretetüket mások iránt.

BOJTI ANNA: ÉJSZAKA AZ ÁLLATKERTBEN



Az Éjszaka az Állatkertben főhőse TE vagy, kedves olvasó! Egy éjszaka nem találsz a tesódat az ágyában. Nem habozol, útnak indulsz, hogy megkeresd Dodót. Ám arra nem számíatsz, hogy az éjszakai állatkertbe érkezel, ahol nyüzsögnek a furcsábbnál furcsább lények...

Állj szóba az utadba akadó lényekkel, szerezz információkat és értékes tárgyakat tőlük, akárcsak egy kalandjátékban, és mentsd meg a testvéredet! Minden bekezdés végén választhatsz, hogy merre mész tovább és mit kérdezel.

MOST te alakítod a történetet!

Ám a rejtély nemcsak egyféleképpen fejthető meg: a 400 oldalas könyvön és az állatkert zezugos útjain sokféleképpen végigmehetsz, különböző tárgyak segítségével oldhatod meg az előtted tornyosuló akadályokat, így egy olvasás során csak egy kis szeletét ismered meg ennek a varázslatos és nagyon vicces éjszakai világnak. Ezt a könyvet legalább négyszer el lehet olvasni úgy, hogy mindig más részeket fe-

dezel fel benne! Bojti Anna könyvét a Kaland-játék-kockázat könyvek inspirálták, de azoknál sokkal több lett: óda a budapesti Állatkerthez, az Alice Csodaországához hasonló eredeti, humoros, szerethető fantáziavilág, amiben az olvasói kíváncsiság dönti el, hogy merre visz az utunk.

Abszolút éjszaka

Abszolút nyomozás

Abszolút interaktív (pagony.hu)

LIANE SCHNEIDER: BORI KÖZLEKEDIK – BARÁTNŐM, BORI

Bevásárolni mentek? Vagy épp az oviba tartotok? Az utca mindig tele van: biciklisták csengetnek, autók és teherautók dübörögnek el melletted az úttesten. Ebből a színes képekkel teli könyvből barátnőddel, Borival sétálva megtanulhatod a helyes és biztonságos közlekedés szabályait, és sok más kérdésre is választ kaphatsz. Mik a legfontosabb közlekedési jelzőtáblák? Kik használhatják a kerékpárutakat? Hogyan kell helyesen viselned a bukósisakod?

Mit kell tenned, hogy a sötétben is jól lásson a többi közlekedő? (lira.hu)

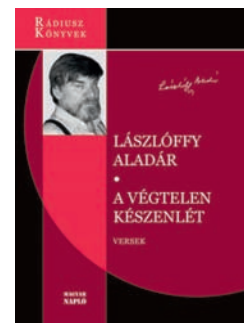


LÁSZLÓFFY ALADÁR: A VÉGTELEN KÉSZENLÉT

Lászlóffy Aladár Kossuth-díjas erdélyi magyar költő, író, műfordító, szerkesztő, a Digitális Irodalmi Akadémia alapító tagja utolsó életszakaszának költészetét kívánjuk e kötettel áttekinthetővé, megismerhetővé tenni eddig publikálatlan, vagy csak folyóiratban, de kötetben nem megjelent versekkel. (magyarnaplo.hu)

TÖREDÉK

Országmaradvány vagyok útlevelem.
Kétféle járó nyelv még meddig él el.
Pillants felém, szemed sarkából látod
s tulajdon Budámon se hagysz barátot?
Ha tegnap, holnap bármit visznek, hoznak,
én téged lobogtatlak, zsoldárovlak.
Mint régi szögesdrótban benned hálók,
mint aknamezőben, csak benned állók.
Nem bontják rólam soha öntőformád.
Így lát ki engem valaha is jól lát.
Nincs irgalom, se jobbulás mögöttem,
ma se kegyelmet könyörögni jöttem,
még itt, a menet elejére lökve
amiben élsz, az ige velem jött be
s velem vettetik oda mindörökre.



Esküvői szokások, lagzi a



Esküvői mámor. Rizs, és -virágszórás. A fénykép forrása: Pixabay

Napjainkban a házasulandók elképzeléseinek csak a családi költségvetés és a pár közös döntései szabhatnak határt. Van, aki városi, van, aki pedig a vidéki esküvő mellett teszi le a voksát, a tehetősebbek esküvőszervező segítségét kérik, sőt a közösségi oldalakról is tájékozódhatnak a házasulandók. Vidéken sok lagzi elsődleges színhelye ma is a művelődési ház, illetve vannak olyan párok, akik az esküvői szertartást követően egy meghitt családi vacsorával ünneplik a jeles alkalmat.

De hogyan is nézett/néz ki jelenleg is egy valódi falusi esküvő, amely a kistelepülés egész életét megmozgatta?

A falvakban az esküvőnek, és a hozzá tartozó szokás- és hiedelemvilágnak kiemelt jelentősége volt az egész település életében. Nem csak maga a házasságkötés és a lakodalom napja volt meghatározó, de már az előkészítés során is különböző szerep jutott a közösség (családtagok, rokonok, szomszédok) tagjainak. Kisebb csoportok alakultak, amelyek többek között a lakodalom helyszínének előkészítéséért, a finom étkekért és a díszítésért feleltek. A fontos esemény leánysiratóval és legénybúcsúval kezdődött a lakodalom előestéjén, másnap a vendégek fogadásával, a menyasszony öltöztetésével folytatódott. A vőlegény saját otthonából indult el a menet a menyasszony kikéréséért, majd sor került az esküvő előtti búcsúztatásra, és elindultak a templomi esküvőre. A szertartást követően mind a vőlegény, mind a menyasszony a saját családjával tért haza otthonába, ahol az ebédet követően a vőlegény a menyasszonyos háznál újra kikérte a menyasszonyt, és immár a kelengyét is.

Több helyen volt szokás a menyasszonysirató, amelyet az édesanya, később a vőfély mondott el. A menyasszony elbúcsúztatását követően megindult a násznép a vőlegény háza felé. Az úton a nézelődők számára kalácsot, süteményt és italt osztogattak. A menyasszony befogadását követően vidám ünneplés vette kezdetét. Éjfél tájban került sor a vacsorára, amely során az ifjú pár egy tányérből evett, és egy pohárból ivott.

AZ ESKÜVŐ AZ EGYIK LEGFONTOSABB NAP EGY FIATAL PÁR ÉS CSALÁDJA ÉLETÉBEN. ÖRÖMÜKBEN OSZTOZNAK ROKONAIK, BARÁTAIK IS, VALAMINT A KÖRÉJÜK ALAKULT SZŰKEBB ÉRTELEMBEN VETT KÖZÖSSÉG. A MAI ESKÜVŐK SOK TEKINTETBEN JÓVAL MODERNEBBEK A RÉGIEKNÉL, MÉGIS SZÁMOS OLYAN HAGYOMÁNY FENNMARADT, AMELY NEMCSAK A FALUSI, DE A VÁROSI LAGZIK RÉSZÉVÉ IS VÁLT. A SZOKÁSOK RÉGIÓNKÉNT, NÉPCSOPTONKÉNT, SŐT TELEPÜLÉSENKÉNT IS IGEN VÁLTOZATOSAK VOLTAK, EZEKET A NEMZETISÉGI HAGYOMÁNYOK TOVÁBB SZÍNESÍTETTÉK.

A vacsorát követte a multság és az ajándékgyűjtés, amelyet jellemzően a menyasszonytáncsal színesítettek. Későbbi szokások szerint mindezek után az ifjú leány menyecske ruhát öltött magára, és reggelig folytatták a táncot. A következő napok a rokonok látogatásával és a rendrakással teltek.

Komárom-Esztergom megyében, Vértesszőlősen, amely szlovák nemzetiség lakta település, néhány ismerős mozzanat és eltérő szokások is felfedezhetők a helyi hagyományokban: a lakodalom előtt 13 héttel kezdtek hordani a kosarakat az asszonyok a menyasszony házához, ahol már ekkor megkezdődött a vendégek várása. A kosarakba a készülő sütemény hozzávalói, röviditalok, tojás, kávé került, majd rövid beszélgetés után hazatértek a rokonok. Akiket meghívtak a lakodalomra, azok közül mindenki vitt étellekkel teli kosarat a lagzira, ezzel is hozzájárulva az eseményhez. A lakodalom előtti napon – általában péntek délután – a délelőtt levágott malacból készült frissensültekkel várták azokat, akik másnapra hozták az élő tyúkot a lakodalmal veszebe, illetve a tortát. Őket már zene és kis vendéglátás fogadta.



Vértesszőlősi szlovák lakodalmas, Vértesszőlős, 1939.,
Családi fotógyűjteményből. Adományozó: Gombás Ferencné

A szombat lánykikéréssel kezdődött. Először „bolond” menyasszonyt kapott a vőlegény – legalább egyet, de többnyire kettőt –, majd a vőfély kérésére már az igazi menyasszony állt elő. A menyasszony rozmaringot adott minden meghívott férfinak, a vőfély sorba állította a

közösség életében



HORNÝÁK-PÁLMAI ÉVA

menetet, akik zeneszóval haladtak végig a falun. Elöl a zenekar, a gyerekek, majd a menyasszony és a vőlegény a vőfélyrel és koszorúslányokkal, aztán a keresztszülők, a rokonok, és végül a sort a szülők zárták. A templomi szertartás után pénzt vagy rizst szórtak a gyerekek a templomból kijövő ifjú párra, hogy bőségben éljenek és a gyermekáldás is kiváló legyen. Az esküvői menetet mindenütt nézők kísérték, akiket folyamatosan kínáltak borral, süteménnyel.

A szertartás és a gratulációk után a visszafelé tartó násznépet már a lakodalom főzőasszonyai várták táncsal. Az ifjú pár mielőtt bemehetett volna a lakodalom helyszínére, tréfás feladatokat kellett megoldaniuk. Az első étkezés után megkezdődött a mulatság, majd kiküldték a lagzisokat az utcára táncolni, így a főzőasszonyok és a felszolgálásban segédkező fiatalok le tudták szedni és újrateríteni az asztalokat a vacsorához.

A vőfély minden étel előtt tréfás köszöntőt mondott. Az ifjú pár a vacsora után kapta meg az ajándékokat, melyekért cserébe a nők almát, a férfiak zsebkendőt kaptak. A menyasszonytáncra éjfélkor került sor, majd míg az ara átöltözött menyecskeruhába, és megpihent egy picit, addig a fiatalok színes ruhába öltözve szórakoztatták a násznépet, majd a lakodalom reggelig folytatódott. Másnap délután poprávkára, vagyis ráadásra várták a vendégeket. Ezen az estén a fiatalokból ketten beöltöztek: egy fiú menyasszonynak, egy lány vőlegénynek, és ismét menyasszonytánc következett. Az így össze gyűlt pénzt a zenekar kapta.

A fent leírt szokásokból némelyek mára feledésbe merültek, mások átalakultak, vidám, szimbolikus részeivé váltak a lakodalomnak. Napjainkban már nem mennek két irányba a lányos és fiús ház lakói, a lakodalmak egynaposra zsugorodtak, de kisebb településeken máig őrzik azon szokást, hogy a lagzira menet a násznép zenés kísérettel vonul végig a falun. A helyszínre való érkezéskor a fiúnak és a lánynak olyan vidám feladatokat kell megoldaniuk, mint a tányértörés, amelynek közös feltakarítása a problémák közös megoldását szimbolizálja. A menyasszonytánc mellett a lagzik fontos része a menyasszony-rablás és a „bolond” menyasszonnyal való közös tánc is. Éjfélkor kihagyhatatlan a töltött káposzta és az esküvői



Esküvői sokadalom. Utcakép, 1961. A fénykép forrása: Fortepan.
Adományozó: Lukács Zsolt

torta, amelyet a menyasszony és a vőlegény közösen vág fel, majd az ünnepi eseményt a kifulladásig tartó tánc és vidám mulatság zárja. A régi időkben és manapság is fontos szerepe van a lagzin a vőfélynak, vagy az úgynevezett ceremóniamesternek. Az ő feladata nemcsak a násznép szórakoztatása, de a lagzi lebonyolítása és az esküvői játékok biztosítása is, amelyek a jó hangulat mellett a közösség, az egymás számára ismeretlen barátok, rokonok összeismertetését is célozza.



Esküvői menet. Molnári, 1987. Családi fotógyűjteményből.
A fénykép készítője: Endrédi Dezsőné

A mai trend alapján már csak a fantázia szab határt az esküvői és lagzi helyszínének, a különleges kiegészítőknek, színeknek, dekorációknak. Míg továbbra is élnek a hagyományos lakodalmi helyszínek, mint a művelődési ház, étterem, addig ma már az sem ritka, hogy egy hajón, vagy éppen a vidámparkban, az erdőben, vagy akár a levegőben mondja ki az ifjú pár a boldogító igent. Egyre jobban terjednek a környezettudatos megoldások, a műanyag nélküli és a tematikus esküvők. A díszítésben a vintage stílus a leginkább népszerű, de a túl színes vagy éppen a teljesen letisztult, egyszerű dekorációk is megtalálhatóak. Ha a pár éppen a Csillagok háborúja, vagy a Gyűrűk ura szereplőinek bőrébe bújna, vagy éppen a házi kedvenceivel lépne az „oltár elé”, egy kis extra szervezéssel még erre is megadatik a lehetősége.

Napjainkban a lakodalom a vőlegény és a menyasszony családjának egyesüléséről, egy új közösség alakulásáról szól, amely eseményhez hozzátartoznak a népi paraszti kultúrából áthozott hagyományok vagy az újkori trendek is.

HORNÝÁK-PÁLMAI ÉVA

Hornýák-Pálmai Éva 2007-ben végzett a Debreceni Egyetem olasz-művelődésszervező szakán, majd ezt követően civil szervezetekben végzett ifjúsági és közösségépítő munkát Ózdon és térségében. 2012 novembere és 2013 szeptembere között a József Attila Megyei és Városi Könyvtárban tájékoztató könyvtáros, rendezvényszervező és marketinges munkatárs. 2013 októbere óta dolgozik a Nemzeti Művelődési Intézet Komárom-Esztergom Megyei Igazgatóságánál – jelenleg – megyei igazgató, közművelődési referens pozícióban.



Esküvői főzőasszonyok, 1961. A fénykép forrása: Fortepan.
Adományozó: Lukács Zsolt

Nemzeti parkjaink

AGGTELEKI NEMZETI PARK – „AHOL GARANTÁLT A JÓ IDŐ”

Márciusban már kezd tavaszodni. A hosszú téli bezártság után vágyunk arra, hogy kimozduljunk a szabadba mozogni, friss levegőt szívni. Az időjárás még csalóka, így ha garantált, de mégis szabadtérinek tekinthető programot szeretnénk, érdemes felkeresni hazánk valamelyik látogatható barlangját, melyet márciusban több helyszínen kedvezményesen tehetünk meg. Többféle túratípust kínál az idén 35 éves Aggteleki Nemzeti Parkban található Baradla-barlang. A Baradla az Aggteleki- és a (határ túloldalán levő) Szlovák-karszt többi (mintegy 1300) barlangjával együtt a Világörökség része – hazánk egyetlen természeti Világörökségeként – immár 25 éve. A túrák különböző hosszúságúak és nehézségűek, a kisgyermekes családoknak pedig adott egy külön programlehetőség: a Baradlamánó túra.

A **Baradlamánó túrát** az aggteleki és a jósvafői rövidtúra útvonalán egyaránt lehet igényelni, hossza mindössze 1 illetve 1,4 km, időtartama mintegy 1 óra. Játékos, mesés formában mutatja be a barlangot, kifejezetten a kisebbek igényeinek megfelelően. Javasolt korosztály: 3-12 éves korig. Nagyobb gyerekekkel érkezőknek, vagy akik nem szeretnek különösebben gyalogolni, az **aggteleki és a jósvafői rövidtúrát** ajánljuk. Ez a két túra, bár időtartamban egyforma, mégis a barlangnak merőben más arcát mutatja be. Az aggteleki rövidtúra útvonala a Baradla legrégebben és a legjobban ismert szakasza. Már a neolitikumi ember (i.e. 3-5 ezer éve) is ismerte egyes részeit, temetkezési és kultikus célokra, ideiglenes lakóhelyként használta a barlang tágas és biztonságos üregeit. Termei tágasak, látványosak, cseppkövekben gazdagok, a zenehallgatás helyszínéül szolgáló Hangversenyterem akusztikája páratlan.

A jósvafői bejáratról a **jósvafői rövidtúrán** elindulva egy Baradlához mérten szűk – de persze kényelmesen járható – vad sziklabarlang képe tárul elénk: cseppkövekkel sokáig nem találkozunk. Mintegy 400 méterrel beljebb a barlang falait egyre több és több cseppkő díszíti, melyre a koronát az Óriások terme teszi fel a maga szinte földöntúli pompájával. A cseppkövek itt ugyan általában kisebbek, mint az aggte-



leki szakaszon, de szebb a színük, mivel csillognak a víztől és a neolitikumi ember tüzeinek a korma sem szennyezte be őket.

A **vörös-tői középtúra** kicsit hosszabb (2,3 km, 1 óra 40 perc), lépcső is elég sok található az útvonalán, de ha kicsit edzettebbek vagyunk, érdemes ezt a túratípust választanunk. Járatai tágasak, színpompás (nem kormos!) cseppkövekben gazdagok. Ezen az útvonalon fedezhetjük fel Magyarország legmagasabb állócseppkővét, a 19 m magas Csillagvizsgálót.

Természetesen nemcsak márciusban, hanem az egész év folyamán várja az Aggteleki Nemzeti Park a kalandszerető, aktív kikapcsolódásra váró családokat felszíni programlehetőségekkel is. A nemzeti parkban található hazánk legnagyobb hucul kisló állománya, melyet önálló gyalogtúra keretében vagy akár lovaskocsin is felkereshetünk a Jósvaló közelében található Gergeslápán. Tanösvényeink között egyre több olyan

van, amely kifejezetten családoknak készült (Fürkész, Baradla, Kincskereső), hiszen sok interaktív elemet tartalmaznak. Egész évben szervezünk programokat: felszíni túrákat, rendezvényeket, családi napokat és kézműves délelőttöket. Nyáron kézműves és természetismereti táborral várjuk a gyermekeket.

Érdeklődés: +36-48/503-000, naturinform.anp@gmail.com, www.anp.hu



DUNA-DRÁVA NEMZETI PARK – BARLANGOK A MECSEKBEN

A Duna-Dráva Nemzeti Park Igazgatóság bemutatóhelyei között kiemelt szerepet játszanak a barlangok, folyamatosan nagy számú érdeklődő keresi fel őket. Jelen cikkünkben három látogatható barlangba, valamint az országosan is egyedülálló, 2019-ben teljesen megújult Denevérmúzeumba invitáljuk a családokat.

Abaligeti-barlang

A Mecsek egyik legnépszerűbb természeti látnivalója az Abaligeti-barlang, amelynek 466 m hosszú, kiépített főága gyalogosan, utcai ruhában kényelmesen végigjárható, óránként induló vezetéssel. Különleges formájú képződményei közül több nevet is kapott, így látható itt többek között a Pisai ferdetorony, a Flórián-kút, az Elefántfej, a Niagara-vízesés, sőt Hófehérke és a hét törpe is! A sziklákhöz, cseppkőalakzatokhoz gyakran kapcsolódnak legendák, hiedelmek, melyeket a túrán a vezető elmesél. Ilyen például a magasban található „Lebegő-kő”, amely megmozdul, ha egy rossz gyermek halad el alatta. A barlang jelentős denevérpihenő, a téli időszakban a kis- és nagy patkósdenevérek százzal figyelhető meg.



Denevérmúzeum

Az Abaligeti-barlang közelében, annak bejáratától 50 méterre található a Denevérmúzeum. A kiállítás bemutatja a denevérek és az ember sokrétű kapcsolódását, a denevérek kultúrtörténetben betöltött szerepét, a repülő emlősökkel kapcsolatos hiedelmeket és legendákat, továbbá a denevérek kutatásának módszereit, eszközeit. A látogatók összehasonlíthatják az ember és a denevér testfelépítését, játékos interaktív eszközök segítségével tudhatják meg, mivel táplálkoznak a világ denevérfajai, megismerhetik a különböző élőhelytípusokat. A denevérek ultrahanggal történő tájékozódása, és táplálékszerzési módja szintén fontos hangsúlyt kap. A látogatás végén mindenki egy kvízen tesztelheti megszerzett tudását.

Megújulva várja látogatóit a Tettyei Mésztufa-barlang

A közelmúltban jelentős megújuláson esett át a Tettyei Mésztufa-barlang. Az óránként induló idegenvezetések filmvetítés, hanghatások, látványos installációk mutatják be a barlang keletkezésének folyamatát és természeti adottságait, valamint a Tettye-patak vizének hasznosí-



tását és a városrész kultúrtörténetét. Még az is elképzelhető, hogy a látogatók találkoznak a barlanglakás lakóival! A barlang évről évre visszatérő rendezvénye júniusban a Szent Iván-éj tűzugrással, táncházzal, fényfestéssel.

Kalandok a mélyben

A Mészégető-források barlangja Orfűn található, az Orfűi-tó közelében. A kiépítetlen, „vad” barlang vezetéssel, előzetes bejelentkezést követően látogatható. A túra hossza 400 méter. Barlangász overálban, sisakban, fejlámpával kúszva különleges képződményeket vehetünk szemügyre: vízeséseket, kőpengéket, üstöket, karokat, áramlási kagylókat, kisebb-nagyobb cseppköveket és mikrotetarátákat.



A márciusban megrendezésre kerülő Barlangok Hónapja kampányhoz kapcsolódva a Duna-Dráva Nemzeti Park Igazgatóság különleges programokkal várja a látogatókat az Abaligeti-barlangban és Pécsett, a Tettyei Mésztufa-barlangban.

A barlangokról, valamint a Barlangok Hónapja programjairól bővebb információ a www.ddnp.hu honlapon található.

Esküvőre fel!

AZ ESKÜVŐ A CSALÁD MINDEN TAGJA SZÁMÁRA NAGY ESEMÉNY. AZ IFJÚ PÁRT MINDANNYIAN IGYEKSZÜNK MEGTISZTELNI AZZAL, HOGY AZ ALKALOMHOZ ILLŐ ÖLTÖZETBEN VESZÜNK RÉSZT A NAGY NAPON. ÁLTALÁNOS SZABÁLY, HOGY A HÖLGYEKNEK FEHÉR RUHÁBAN NEM ILLIK MEGJELENNI, AZ KIZÁRÓLAG A MENYASSZONY SZÍNE.

AZ ESKÜVŐ HELYSZÍNE AZ EGYIK LEGMEGHATÁROZÓBB SZEMPONT A RUHA KIVÁLASZTÁSÁNÁL. EGY KASTÉLYBAN TARTOTT ESKÜVŐ MINDIG ELEGÁNSABB MEGJELENÉST KÍVÁN, MÍG EGY TÓPARTON, VAGY MÁS TERMÉSZETKÖZELI HELYSZÍNEEN TARTOTT ESKÜVŐNÉL SOKKAL LAZÁBBAK A SZABÁLYOK AZ ALKALMI RUHAVISELETBEN. EGYRE GYAKORIBB, HOGY A MEGHÍVÓN A PÁR DRESSZKÓDOT (ÖLTÖZKÖDÉSI SZABÁLY) HATÁROZ MEG. A MI KULTÚRÁNKBAN NINCSENEK OLYAN SZÉLES KÖRÖKET ÉRINTŐ NAGYSZABÁSÚ ESEMÉNYEK, AMELYEK MEGSZABJÁK A VISELETET, EZÉRT ELSŐ KÖRBE TALÁN IDEGENNEK TÚNHET, HA MÁS RENDELKEZIK ARRÓL, HOGY MIBEN ÉRKEZZÜNK. A DRESSZKÓD AZONBAN EGY NAGYON PRAKTIKUS ÜZENET, AMI SEGÍT ABBAN, HOGY NE ÖLTÖZZÜNK SE TÚL, SE ALUL A TÖBBIEKET. PERSZE A DÖNTÉS MINDIG EGYÉNI, A LÉNYEG, HOGY MINDENKI JÓL ÉREZZE MAGÁT, ÉS NE FESZENGJEN AZ ÖLTÖZKÖDÉSE MIATT. BENEDEK SZILVIA



Kockás öltöny zakó
14 995 Ft



Férfi öltöny
9995 Ft



Kockás öltöny nadrág
14 995 Ft



Csokornyakkendő
3 495 Ft



Hajtásos maxiruha
14 995 Ft



V nyakú csipkeruha 9 995 Ft



Hosszú rakott ruha
19 995 Ft



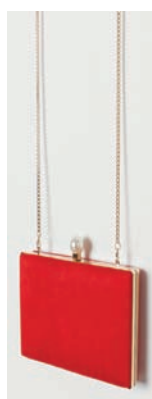
Fémesen csillámló
ruha 5.995 Ft



Himzett ruha (68-104)
6 995 Ft



Flitteres tillruha (92-140)
8 995 Ft



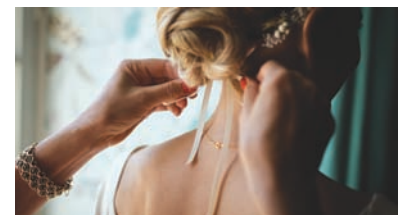
Válpántos
retikül
8995 Ft



Csipkeruha
12 995 Ft



Táska
12 995 Ft



Főzünk egymásnak, főzünk közösen

Konyhaművészet házasoknak

Mielőtt nekiültünk volna összeszedni a recepteket, a témával kapcsolatban kissé elakadtunk. A házasság megtartása témakört vajon a gasztronómiával hogyan lehet összekötni? Aztán eszünkbe jutott a mondás, hogy a férfiak szívéhez a gyomrukon át vezet az út. Szerintünk ez a nőkre ugyanúgy igaz. Ránk biztosan. Tehát főzünk egymásnak vagy közösen a társunkkal valami finomat, szezonálisat, és a közös étkezés jó alkalom, hogy egy mély beszélgetéssel megspékelve meg is találjuk az összefüggést a házasság és a gasztró téma közt. Ehhez adunk pár ötletet. Az ételek összeállításakor igyekeztünk egyaránt kedvezni a hús- és a zöldségkedvelőknek, hogy ne ezen múljék a családi és házastársi béke. Persze, a közelgő farsangi szezonról sem feledkeztünk meg.

CÉKLA KRÉMLEVES FETÁVAL

Hozzávalók: 4 db cékla (nyers) | 1 szem burgonya | 1 szem alma | 50 g vaj | 1 szál póréhagyma | só, bors

Elkészítés:

Felkockázzuk a céklát, krumplit és almát. Egy fazékban olvassuk fel a vajat és dinszteljük meg rajta a karikákra vágott póréhagymát. Ekkor mehet hozzá a többi kockázott zöldség és az alma. Felöntjük 1 liter zöldség alaplével (1 liter vízben feloldott leveskocka a leggyorsabb, bár nem valami egészséges módja ennek), és kis lángon puhára főzzük. Közben ízlés szerint fűszerezzük sóval, borssal. Ha a zöldségek megpuhultak, leturmixoljuk. Feta sajttal tálaljuk.



BACONBE TEKERT SZŰZÉRME SÜLT ÉDESBURGONYÁVAL ÉS KELBIMBÓVAL

Hozzávalók: 500 g sertésszűz | 1 csomag szeletelt bacon | só, bors, oregánó
Körethez: 3 közepes édesburgonya | 500 g kelbimbó

A szűzpecsenyét felkarikázzuk kétujjnyi vastag szeletekre. Összeforgatjuk a fűszerekkel, majd körültekerjük a baconszeletekkel. Tepsibe sorakoztatjuk. Aláöntünk egy kis vizet, majd először alufóliával lefedve sütjük 20 percig, végül alufólia nélkül még kb. 20 percig pirítjuk (időnként rá kell nézni, mert a sütőtől függ, mennyi idő alatt pirul meg, és ha túl sokat van benne, kiszárad).

Amíg a hús sül, a körethez az édesburgonyát meghámozzuk, felkockázzuk. A kelbimbót megtisztítjuk: az alsó, torzsás végét levágjuk, a külső levelét eltávolítjuk. Kevés sóval, olajjal összeforgatjuk a zöldségeket, és 200 °C-on 30 perc alatt megsütjük.



GÁSPÁRNÉ SÜTTŐ
ANNASZABÓ-ZSOMBÓK
MAGDI

BEKETOV NÓRA

CSOKIS-TÚRÓS RAKOTT RÉTES

Hozzávalók: 1 csomag 18 darabos réteslap | 1,5 dl olaj
Túrós töltelék: 500 g túró | 3 ek. búzadara | 1 tojás | citrom reszelt héja | 2 vaníliás cukor | 120 g porcukor
Csokis töltelék: 8 dl tej | 8 ek. cukor | 2 cs. csokipuding | 2 ek. kakaópor | 200 g étcsoki

Elkészítés:

A túrós töltelékhez a hozzávalókat összekeverjük. A csokis töltelékhez kis tejben elkeverjük a pudingport, cukrot, kakaóport. Ezután a többi tejjel felöntve készre főzzük a pudingot. Az étcsokit mikróban vagy vízgőz felett megolvasztjuk, és a pudinghoz keverjük. Ekkor a süttőt melegítjük elő 180 fokra, majd egy kb. 30x40 cm-es tepsit (akkora, mint a réteslap) béleljünk ki sütőpapírral. Mehet bele az első réteslap, ezt megkenjük olajjal, rá a második lap, majd megint olaj és a harmadik. Ezen egyenletesen szétkenjük a csokis krém felét, majd ismét 3 réteslap következik, a lapok közt olajjal. Jöhet a túrós töltelék fele, és ezután az egészet megismételjük még egyszer. A tetejére is kerüljön 3 lap és olajozzuk is meg, valamint hústúvel szurkáljuk meg kicsit. 200 °C-on 30 perc alatt megsütjük. Megvárjuk, míg langyosra hűl, és porcukorral meghintve tálaljuk.



Hozzávalók (40-50 db): 20 dkg trappista sajt | 10 dkg vaj | 1 teáskanál mustár | 1 tojás | 15 dkg liszt (diétás verzió: durum/rozs/teljes kiőrlésű) | 1 kis csipet só

A sajtot lereszeljük és a többi hozzávalóval együtt összegyúrjuk, majd hűtőbe tesszük 1-2 órára. Előkészítünk két tepsit, és sütőpapírral kibéleljük őket. A süttőt előmelegítjük 170 fokra.

A tésztából kis golyókat formázunk, majd pohár aljával lelapítjuk őket. Kb. 10-15 perc alatt aranyszínűre sütjük. Először állítsuk be az órát 10 percre, aztán figyeljük, és ha pirul az aljuk, vegyük ki, nehogy megégjen a tészta!

VILLÁMGYORS FÁNK



Hozzávalók: 2 db tojás | 4-5 ek. cukor | 1 cs. vaníliás cukor | 20 dkg liszt | 1 cs. sütőpor | 1 kis doboz natúr joghurt

A tojásokat habosra keverjük a cukrokkal. Hozzáadjuk a joghurtot, majd a sütőporral elkevert lisztet. Ha kell, pici tejjel hígíthatjuk. Jó sűrű, ragacsos tésztát kell kapnunk. Bő, forró olajba evőkanálnyi kupacokat teszünk a tésztából. Mindkét oldalukat barnára sütjük. Hamar készen vannak, ne süssük túl nagy lángon, különben a belsejük nyers marad. Házi lekvárral és porcukorral kínáljuk.

SAITOS KEKSZ



Az elveszett tavasz

A szokásosnál hosszabb és hidegebb volt a tél. Valahogy nem akart véget érni. Az egész erdőt puha, fehér hótakaró borította. Az állatok visszahúzódtak odújukba a zord idő elől. A békés csendet Zia, a nyuszimama kiáltozása törte meg.

– Misu, Misu! Gyere gyorsan! – szinte beesett a jóságos Misu manó házának ajtaján.

– Ó, Zia! Mi történt? Nagyon zaklatott vagy!

– Jaj, annyira aggódom Teofil miatt. Nagyon köhög, és magas a láza is. Kérlek, gyere át, és nézd meg őt – sírta el magát az aggódó anya.

– Persze, indulhatunk azonnal, csak hozok pár gyógyfüvet meg kenőcsöt.

Annyira siettek a nyuszicalád odúja felé, hogy észre sem vették a Misu gombaházánál álldogáló aprócska alakot. A kis alkalmi betörő Tóbiás, a pocokköllyök volt. Nem gonosz szándékkal osont be a manó otthonába. Sőt! Ő csak jót akart, mikor az erdő egyetlen naptárából letépett egy egész hónapot. Gondolta, így hamarabb jön majd el a tavasz, és végetér ez a hosszú, hideg tél. Szóval kitépte a lapokat, zsebre gyúrte őket, és kiosont a házból. Nagyon elégedett volt magával. Gondolta, most megoldotta az egész erdő problémáját.

Már késő este volt, mire Misu hazaért Ziaéktól, akik vacsorára is ottmarasztalták, miután sikerült elmulasztania a kis nyuszi lázát, és a gyógyteáktól a köhögése is csillapodott. A kis manó nagyon fáradt volt, így észre sem vette, hogy titokban valaki járt nála. Ez így maradt a következő napokban is, mert a hideg a legtöbb gyereket ledöntötte a lábáról. Nagyon sok dolga volt: lázat mért, teát főzött, borogatást készített. Ráadásul elfogyott a kámforos kenőcs is, így azt is készítenie kellett. Pár nap múlva már csak Zénó, a medvebocs köhögött kissé, a többiek mind meggyógyultak. Ránézett a naptárra, és elégedetten látta, hogy már április közepe van! Milyen gyorsan szalad az idő! Holnap biztosan kisüt a nap. Alig várta, hogy reggel legyen. Jön a tavasz! Már itt járhat a közelben. Ezekkel a gondolatokkal aludt el.

De úgy látszik, mégsem volt olyan közel a kikelet, mert a másnap ugyanolyan hidegen, zordan, szürkén köszöntött rájuk, mint már hónapok óta minden reggel.

Persze ők is szerették a havat, szerettek hóembert építeni, játszani, hógolyózni, de ez már túl sok volt. Úgy vágytak a melegre, a napsütésre. Úgy várták a tavaszt! Már rég itt kellene lennie. Misu hirtelen kipattant az ágyból. Hát persze, hogy nem ért ide a tavasz. Biztosan elrabolták! Nagyon megrémült a gondolattól, hogy valaki ilyen szörnyűségre képes. Rohant, hogy összehívja az erdőgyűlést.

– Mondd már! Mi történt? Miért kellett idejönnünk? – hallatszottak a kíváncsi kérdések.

– Azt hiszem, kezddhetjük. Ha jól látom, mindenki itt van. Mindannyian várjuk már a tavaszt. Igaz?



A többiek helyeslően bólogtattak.

– Megnéztem a naptáramat, és... – Misu körülnézett, nem tudta, hogyan fogadják majd a szavait a többiek. – Szóval, az a helyzet – folytatta –, hogy már április 15-e van. Ilyenkor már régen itt szokott lenni a kikelet. Nos, ez a helyzet.

– Ezt mi is tudjuk – kiabáltak közbe innen is, onnan is. – De mit akarsz ezzel?

– Azt hiszem, van valami komoly oka ennek az egésznek. Szerintem a tavaszt... elrabolták!

– Hogyan? – kérdezte elképedve Baltazár, a hatalmas, de jószívű medve, akinek a barlangjában tartották a gyűlést. – Miért rabolták volna el? Az is lehet, hogy eltévedt!

– Nem hinném. 120 éves vagyok. A tavasz minden évben azonos időben jön el. Március 21-én itt volt eddig minden évben. Tudja az utat. Nem tévedhetett el – Misu egyre biztosabb volt az igazában. – Ha nem akarjuk, hogy ilyen hideg tél maradjon örökké, el kell mennünk megkeresni őt.

– Igazad lehet – vélte Zia, és Bella, az őzmama is egyetértett vele.

Lassan az egész állatsereglet ezen a véleményen volt, és helyeslően bólogtattak. De ki fog elmenni, hogy megkeresse?

– Természetesen én – jelentette ki Misu –, bár örült volna, ha akad még önkéntes, aki elkíséri.



– Én is veled megyek – kiabált közbe Teó nyuszi. – Már nem vagyok kicsi. Tudok segíteni.

– És én is megyek! – Zénó, a bocs volt a következő jelentkező.

– Nem, nem, szó sem lehet róla – tiltakozott a manó. – Ti még túl fiatalok vagytok. Ráadásul csak most gyógyultatok fel.

– Igazuk van a kölyköknek. Mi felnőttek nem mehetünk, mert élelem kell a kicsiknek, és meg kell őket védeni. De ne aggódj! Tudnak ők vigyázni magukra. Fiatalok, de okosak, szőfogaóák, és ott leszel velük te is. Meglátod, segíteni fognak neked – zárta le a témát Baltazár. – Én megengedem, hogy Zénó veled menjen.

– Teofil is mehet – szólta Kázmér, a kisnyuszi papája.

– Na jó. Akkor készítetek nekünk valami útravalót, aztán indulhatunk.

A felnőttek gyorsan összecsomagoltak, miközben intelmekkel látták el a gyerekeket. Mire Misu visszatért, már útra készen várták.

– Morisz barlangját messze kerüljétek el! Ő minden gonoszságra képes! – kérte őket Baltazár. – Éjszakára húzódjatok be Norman elhagyott odújába!

Elindult hát a kis csapat, hogy megkeressék kedves tavaszukat. A többiek még sokáig integettek utánuk, néhány kismadár és egy gidapár el is kísérte őket egy darabon.

Lassan haladtak a hóban, de ösztönözte őket a vágy, hogy megtalálják a meleg kikeletet. Ahogy közeledtek a farkas odújához, akaratlanul is suttogni kezdtek. Nagyon féltek tőle. Misunak pedig folyton Baltazár szavai jártak a fejében: „Mорisz minden gonoszságra képes!”

– El kell mennünk a farkas házához.

– Na ne! Azt nem tehetjük. Hallottad, mit mondott a papám! – ellenkezett Zénó ijedten.

– Valami azt súgja, hogy nála van a tavasz. Addig nem nyugszom, amíg nem ellenőrzöm.

A kis manó elszántan indult a farkaslak felé. A fiúk pedig szinte lábujjhegyen osontak utána, nehogy felébredszék a gaz ordast.

– Most mi lesz? – kérdezte Teó. – Én nem merek odamenni.

– Majd én megyek, és belesek az ablakon – súgta Misu. – Várjatok meg itt, és maradjatok csendben!

A két kölyök úgy remegett az izgalomtól, mint a nyárfalevél. Még levegőt sem mertek venni.

Közben Misu odaosont az odúhoz, és óvatosan bekukucskált az ablakon. Morisz az ágyában aludt. Csend honolt az egész lakban. A tavasznak nyoma sem volt. Csalódottan lopakodott vizsgálva a társaihoz, akik kíváncsian vártak rá.

– Semmi. A farkason kívül senki sincs ott. Körül kell néznünk a másik irányban is – mondta csüggedten.

Útra keltek hát ismét, új reményt merítve a gondolatból, hogy talán a másik úton nyomra lelnek. Az éjszaka közepén érték Norman barlangjába, ahol megvacsoráztak, vackot készítettek maguknak, és azonnal mély álomba merültek.

Másnap már hajnalban talpon voltak. Gyorsan ettek pár falatot, majd azonnal útra keltek.

Mentek-mendégéltek, benéztek minden odúba, bokorba, és minden csalódás után egyre jobban lógó orral mentek tovább. Vajon hol lehet a tavasz? Merre járhat? És miért késik ilyen sokat? Sok-sok kérdés, melyekre még az okos, tapasztalt Misu sem tudta a választ. Ettől nagyon szomorú lett.

Hirtelen hangos csivitelésre lettek figyelmesek.

– Csakhogy megtaláltalak benneteket! – csicseregte Amália asszony, a cinkehölgy. – Gyertek gyorsan! A tavasz már a réten jár! Engem küldtek elétek. Siessetek már!

Ezer kérdés tódult a szájukra, de Amália előrerepült, így inkább futottak utána.

– Gyere, Misu, ülj fel a hátamra – biztatta Zénó. – Úgy gyorsabban tudunk haladni.

A manócska felkapaszkodott a széles medvehátra, és futottak, ahogy a lábuk bírta.

Ó, de gyönyörű volt! Hát végre valóban megérkezett! Már az erdő szélén találkoztak a többiekkel és a szépséges, mosolygós tavasszal. Csodálatos, színes virágokból készült a ruhája és a kalapja. Ahova csak lépett, nyomában illatos, selymes szirmú virágok nyíltak a szívárvány minden színében pompázva; smaragdzöld, friss fű serkent, és melegen sütött a nap! Minden állat kacagott a boldogságtól. Hemperegtek a puha fűben, kergetőztek, és nagyon-nagyon boldogok voltak.

– De mondd csak, miért késtél ilyen sokat? – kérdezte Misu, aki azért megmaradt annak a tudálékos kis manónak, aki volt, bár az ő arcán is széles mosoly terült el.

– Én nem késtem. Sőt! – felelte a tavasz lágy, simogató hangján. – Kicsit korábban is jöttem idén. Gondoltam, ezután a különösen hosszú, hideg tél után örülni fogtok nekem.

– Nem jöttél korábban – makacszkodott a manó. – Április 17-e van. Késtél.

– Nem, Misukám. Március 17-e van – mosolygott a kikelet.

– Az nem lehet – makacszkodott Misu, és már szaladt is be a házba a naptárért. Amália követte.

– Igaza van. Valóban áprilist írunk – jelentette ki a cinkeaszszonyság.

– Nos... ööö... én bocsánatot kérek – szólta közbe Tóbiás. – Nem akartam rosszat. Csak letéptem egy hónapot Misu naptárjából, hogy hamarabb legyen tavasz.

– Te aztán jól átvértél minket! – mérgelődött Baltazár. – Mondhatom, szép kis kalamajkát kevertél!

De senki sem tudott igazán bosszankodni miatta, és szívből nevettek ezen a furfangos kis pockon. Hogyan is haragudtak volna, mikor elolvadt a hó, rügyeztek a fák, és a nap ezernyi sugarával simogatta őket.

Kedves tavaszuk pedig velük nevetett csilingelő hangján, miközben még több százszorszép virágot ébresztett fel a kacsagásával.

LASZCZIK ANDREA



Rudinszki Ines

Farsang

Karácsony után van jó sokkal
a naptárban – tavaszig – egy oldal.

Tele a levegő titkokkal,
A készülés rendkívül elfoglal.

Muri lesz ugyanis, nem kicsi,
Aki a barátom, elhiszi.
Jelmezbe öltözik mindenki,
Olafok, Elzák meg ilyesmi.

Én viszont egészen más leszek,
Meglátod, mindenkit meglepek.
Álarcom felveszem, lessetek:
Hát halljam a kedves tippeket!

Amíg az ötletek ömlenek,
Arcodra kiül a döbbenet;
Azt mondd: „Ez bizony nem lehet!”
S mosolyod már nem is leplezed.
Így tovább nem is kertelek,
Elárulom, de csak neked,
Tudom, nehezen képzeled:
én nem leszek más, mint: jógyerek.





LÓDI VIKTÓRIA

KREATÍV ÖTLETEK

Szeretnivaló könyvjelzők – nem csak könyvmolyoknak

Olvasni feltöltődés és öröm. Ezt sugallja a lenti színes könyvjelző-válogatás is. A részletesen leírt könyvjelzők igazán helyesek akár saját magunk, akár mások örömére készítjük is el őket. Amennyiben persze másoknak szánjuk, gondoljunk mindig az illető személyiségére, így könnyebb lesz a téma- és az anyagválasztás. Egyik kolléganőm fanatikusan imádja a rókákat. Van már rókás tolla, füzete, plüsse, mint a tenger, még a táskája is rókamintás. Neki egyértelműen a cucci rókás könyvjelző jár. Két másik kolléganőmmel imádjuk a különleges teákat – nekik egész biztosan teácsészészet készültek.

Azzal, ha nemcsak a magunk örömére dolgozunk, hanem bevonjuk a gyerekeket is a megvalósításba, csak nyerhetünk. Fejlődik a kez ügyességük, a könyvek szeretete is reflektorfénybe kerül, és végül, de nem utolsó sorban szép pillanatokat töltünk együtt.

'CSÉSZIKE' könyvjelzőként



Akik egyformán szeretik a teát és a könyveket, válasszák Csészikét könyvjelzőként. Papír sablont magunk is tervezhetünk, de a neten többfélét is lehet találni. A sablon alapján vágjuk ki a mintákat a filc anyagból, majd vágunk ki egy téglalap alakot is. Hajtsuk félbe, nyessük le a széleket, majd a fonalból sodorjunk dupla szálát. Hímezzük fel a TEA feliratot, és a szál hosszát tetszőleges méretre meghagyva öltük oda a barna – teát szimbolizáló – filcdarabhoz. Végül a

varrjuk el a szálát. A két téglalapocskát, mely a teafilter papír akasztója, ragaszuk össze. Szintén ragasztót használunk a barna filcdarab rögzítéséhez. A dekorációt mindenki a maga fantáziája alapján készítheti el.

Kellékek:

- filc (kétféle színben, pl. rózsaszín és barna)
- hímzőfonal
- tű, olló
- ragasztó



Sikkes NŐI RUHA inkognitóban

Akiknek tetszik ez a romantikus női ruha rózsákkal, vagy akár fodrokkal díszítve, válassza ezt a könyvjelzőt. A ruha sziluettjéhez szintén tervezzünk egy sablont vagy keressünk a neten. Vágjuk ki a formát az anyagból és a filcből is, majd kezdjük összevarrni a két anyagot apró pelenkaöltéssel. Fent és lent rögzítsük a gumit varrással. A végeredmény garantáltan sikkes és „csajszi” lesz.



Kellékek:

- színes anyagmaradék
- filc
- tű, hímzőfonal
- színes gumi

RÓKA-NYUSZI barátságban

Egy kedves sablon segítségével játékos könyvjelzőt is varázsolhatunk a könyvek számára, kinek-kinek a kedvenc állatfigurájával. Az alap fehér papírból készül, melyre színes papírból felragasztjuk vagy filccel felrajzoljuk a fej részleteit. A sablon a lenti linken elérhető.



Kellékek:

- papír
- színes papír
- hegyes olló
- ragasztó
- színes filc

Kívánok szívemengető alkotó percek!

Forrás: <https://konyvescsajszi.cafeblog.hu>; <https://www.youtube.com/watch?v=hEYFabAOfNY>;

Sablon: <https://gyereketeto.hu/kezmuvesek/roka-koma-konyvjelzo-letoltheto-sablonnal/>

Örömhír

Harmadik gyermekünk, **Mackó Attila Ferenc** születése érdekes volt. 2019. november 10-én vásárolni indultunk, de csak néhány nappal később, egy babával tértünk haza (3300 g és 50 cm). Két kislányunk és a párom kislánya már várták, nagyon szeretik, és azóta is vigyáznak rá. Mackóné Kocsis Magdolna és Mackó István Gábor



Szeretnénk beszámolni egy kis élet érkezéséről, aki a Nagycsaládosok Egyesülete Szolnok tagcsaládjába, mint unoka érkezett. Nagy szeretettel köszöntjük! **Sztazenszky Hanga** 2020. január 6-án született édesanyja Ingrid és édesapja Tamás nagy-nagy örömeire!



Örömmel adjuk hírrül, hogy 2020. január 2-án megszületett **Nagy Gréta**, anyukája, apukája és két testvére örömeire! Sok boldogságot kíván a Monostorapáti Bokréta Nagycsaládosok Egyesülete!



Nagy Zoé Lilla, a mi kis „szerencse csomagunk” 2019. szeptember 13-án (pénteken) jött a világra (2450 g és 44 cm). A büszke szülők: Nagyné Ádám Julianna és Nagy László

2019. október 26-án született **Schmél Katalin** (3850 g és 52 cm) a család 7. gyermekeként. Üdvözlettel: Schmél Sándor és felesége Györgyi Köröstarcsáról



2019. december 4-én születtem, **Buzdor Gergőnek** hívnak. A veszprémi kórházban jöttem a világra, családom második gyermekeként. Anya és én is jól vagyunk!



Mint friss tagok, örömmel tudatjuk, hogy 2019. október 19-én, kicsit előbb, mint kellett volna, 7. hónapra születtek meg ikreink, **Pető Ákos** és **Pető Bence**. Ezzel mi is nagycsaláddá váltunk! Üdvözlettel: Pető-Kisházi Erzsébet



Simondán Dávid József 2019. október 10-én jött a világra, 3600 g súllyal és 52 cm hosszúsággal. Már nagyon vártunk! Szüleid: Simondán-Szabó Edit és Simondán Zsolt



Örömmel tudatjuk, hogy **Mészáros Áron Levente** 2019. szeptember 30-án érkezett családjába, negyedik gyermekként (4080 g és 51 cm). A Gyermekszív Nagycsaládosok Egyesülete Ópusztaszer szeretettel üdvözli a családot!



2019. július 22-én érkezett meg **Zsikla Flóra**, szülei és bátyuskája nagy-nagy örömeire. Jó egészséget kívánunk az egész családnak! Nagycsaládosok Köröstarcsai Egyesülete

Itt az év első babája Várpalotán! Sziasztok! **Holczer Benedek** vagyok, 2020. január 5-én születtem. Családom második gyermeke vagyok, nővérem Janka 4 éves. Anya és én is egészségesek vagyunk mindenki nagy örömeire!

