

NOE LEVÉLEK

2020.
ÁPRILIS-MÁJUS



A CSALÁD MINDEN TAGJA SZÁMÁRA
324-325. SZÁM

BEKÖSZÖNŐ	3
KIEMELT HÍR	
▪ Házasság Világnapja: Pécsen ünnepeltünk	4-5
VEZETŐ TESTÜLETEINK MUNKÁJÁBÓL	5
ÉRDEKVÉDELEM	
▪ Nagycsaládok autótársasági támogatásáról 2. rész	6
▪ Munkajogi kérdések karantén idején	7
▪ Mi kell a házasság megtartásához?	6-9
A NOE ÉLETÉBŐL	
▪ Támogatás a Vitaplus Kft. jóvoltából	9
▪ Babaköszöntő	10
▪ Adomány a Henkel Magyarországnak köszönhetően	10
▪ Együtt a család – fotó- és videó pályázat indult	11
▪ Újabb befűző automata átadása	11
NEMZETKÖZI	
▪ Fiatalok a felnőttkorba lépésről	12-14
▪ ELFAC nyilatkozat	14
AZ ELMÚLT IDŐSZAK ESEMÉNYEI	
▪ Brigóhintóztunk a Margitszigeten	15
▪ Oroszába: közös tervek születésben	15
▪ Régiós Családi Nap Mohácson	16
HELYI EGYESÜLETEINK ÉLETÉBŐL	
▪ Év eleji események Iváncsán	17
▪ Házasság világnapi bál Kalocsán	17
▪ Tolna: az év megyei civil szervezete	17
▪ Élmenyfestés és komatálzás Székesfehérvárott	18
▪ Nagybánhegyesé a legízletesebb sütnivaló kolbász díja	18
▪ 20 éves a Mosolyvirág Debrecenben	19
▪ Nagykőrösi események	20
▪ Farsangolás Szolnokon	20
BESZÉLGETÉS RÁCZ ZSÓFIA FIATALOKÉRT FELELŐS HELYETTES ÁLLAMTITKÁRRAL	
▪ „A szüleimnek köszönhetően lettem az, aki”	22-24
CSALÁDI ÉLET	
▪ Testvérek napja	25
▪ Büszkeségeink: a testvéreink	26
▪ Hányadiknak jó lenni a sorban?	27
▪ Férfivá válni/Nővé lenni	28-29
▪ A felnőttkor küszöbén – ‘gyerek’ még a gyerek?	30
▪ Anyák napi üzenetek	32-33
▪ Láthatatlan erő	34-35
▪ Szeretem és mi-idő a koronavírus idején	36-37
▪ Örökbefogadás, gyermekelhelyezés, kapcsolattartás	38-39
ÉLETMÓD	
▪ Tényleg okos rabságban élünk?	40-41
▪ Nemzeti parkjaink	42-43
▪ Divat: Színes minták tengerében	44-45
▪ Minden napra egy kérdés – Beszéljünk testvéreinkkel	46
▪ Könyvajánló	47
PARFINÉRIA	
▪ Konyhaművészet kiskütkáknak és ifjú titánoknak	48-50
GYERMEKKUCKÓ	
▪ Mese: Meghívó	51-53
▪ Dörmi	54-55
▪ Kreatív ötletek: Legyen a kulcsszó: életöröm	56-57
KEDVEZMÉNYEK	21, 58
HIRDETÉSEK	20, 31
ÖRÖMHÍR	59-60

Szalaiiné Berzlánovich Kornélia: A család óvó, védelmező ölelésében
(Együtt a család című fotó- és videó pályázatunk egyik nyertese)

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

Ebédészünet: 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 Nagycsaládok 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

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 kiadvány az Emberi Erőforrások
Minisztériuma támogatásával készült.



EMBERI ERŐFORRÁSOK
MINISZTERIUMA

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 326-327. szám (június-július) lapzártája: 2020. június 2.



LÓDI VIKTÓRIA

„Mind közül a legnehezebb dolog, noha a legkönnyebbnek tűnik: látni, ami a szemünk előtt van.”

(Goethe)

Mi egy tőről fakadunk

Napokig törtem a fejem, mi az a vicces helyzet vagy épp megható momentum, amelyet a testvéremre gondolva kiemelhetnék. Nem sikerült egy igazán ütős példára akadnom, annyira természetes és magától értetődő, hogy van nekem. Ha visszagondolok, felhőtlen gyermekkorunk volt, amely évtizedekre biztos támaszt nyújtott számunkra. Gyerekként sokat játszottunk együtt, millió becenevet adtam neki, együtt fejlődtünk és közben kölcsönösen tanultunk egymástól (együttműködést, empátiát, önbizalmat, ötletességet).

Mindig egyenrangúként viszonyultunk egymáshoz, megértve egymás örömét, bánatát. Bár az életét távol éli tőlem – ami nyilván fáj valahol –, azt gondolom, hogy kétőnk között egy olyan érzelmi bázis van, amely egy életen át nyújt majd folyamatos és kölcsönös támaszt. Az életem tanúja ő, és én az övé, egy olyan személy, aki sok évtizedes összefüggésben képes látni és követni sorsom alakulását.

Mivel tavasszal ünnepli a születésnapját és a találkozás kizárt kiváltságnak, luxusnak tűnt (milyen érdekes, hogy ez egyébként menyire alap...), ezért online szeretetüzenetet küldtünk neki ajándékként. Megköszöntük odaadását (a hosszúra nyúlt telefonbeszélgetéseket, a közös táncbemutatókat a gyerekekkel a kertben), az új élményeket (a karaokét, a tengerparti halvacsrát) és nem utolsósorban játékosságát (ő a húsvéti tojásvadászatok és egyéb akadályversenyek főrendezője a családban).

Magazinunk szakértői – családterapeuta, pszichológus, coach tanácsadó és gyakorló családjogi bíró – segítenek nekünk felismerni, hogy az eddig viszonylag kevés figyelmet kapott testvéri kapcsolat milyen mélyen és hosszán meghatározza személyiségünk alakulását, és milyen mértékben hat döntéseinkre.

Büszkék vagyunk arra, hogy egyre növekvő számban érkeznek be a Büszkeségeink rovat jelöltjei és a Helyi egyesületek programbeszámolóí Tőletek, sőt ez alkalommal Örömhír rovatunk is dupla oldalas terjedelemmel jelentkezik.

Magazinunkban nemcsak testvéreinknek mondunk köszönetet, hanem az édesanyáknak is, akik a szememben az önzetlen jóság mintaképei. Az anya millióképpen ad: ad egy jó étellel, egy mozdulattal, egy szóval, egy pillantással...

Hálás köszönet nekik MINDEZÉRT!

LÓDI VIKTÓRIA

Házasság Világnapja: Pécsett ünnepeltünk

2020. február 8-án 17. alkalommal ünnepeltük Pécsett egész napos rendezvénnyel a Házasság Világnapját a Házasság Hete kezdetén, amelyhez csatlakozott a NOE, a KCSSZ és a Pécsi Egyházmegye is. Azért, hogy minél többen legyünk, és együtt tudjuk megmutatni a házasság intézményének értékét, hazánk más városaiból, és a határon túlról is hívtunk vendégeket. Így a közel 300 résztvevőből mintegy 80 fő érkezett Magyarországon kívüli magyaroktól vidékről.



Házasság

A házasság nem csak gyűrű,
melyet hordasz ujjadon.
Az ígéret záloga az
hosszú földi utadon.

A házasság nemcsak papír,
amit visel kézjegyed,
De egy áldott, szent kötelék,
Boldogsághoz bérleted.

A házasság nem csak új név,
mely más, mint a lánykori.
Mutatja, hogy egyek vagytok,
mi elválaszt, távoli.

A házasság nem csak násznép,
nem csak férj, feleség,
De a világ viharától
féltő, óvó menedék.

A házasság nemcsak lagzi,
étel, ital, jó zene.
De tudd azt, hogy van egy társad,
Ki, ha baj van szól: Gyere!

A házasság szent kötelék,
Féltő óvó menedék.
Száz év múlva, ki hisz benne,
Lesz-e még oly nemzedék?

PAPP RÓBERT

A nap 11 órakor szentmisével kezdődött, aztán a megjelentek idegenvezető segítségével meglátogatták a Dzsámit, majd közösen ebédeltünk. A program 14 órakor ünnepi beszédekkel folytatódott. Köszöntőt mondott dr. Nyúl Viktor, a Pécsi Egyházmegye Pasztorális helynöke, dr. Hoppál Péter országgyűlési képviselő, Bogárné Szilvia, Pécs alpolgármestere, Pataki János, a KCSSZ alelnöke, Kardosné Gyurkó Katalin, a NOE elnöke, Fűrész Tünde, a Kopp Mária Intézet a Népesedésért és a Családokért elnöke és Herbert Gábor, egyesületünk elnöke.

A köszöntők után a Néri Szent Fülöp Katolikus Általános Iskola hátrányos helyzetű gyerekekből álló zenekara adott rövid zenés műsort.

Ezt követően Bodnár Boglárka és Orova Csaba „Örökre fogadjuk egymást” című előadását, személyes tanúságtételét hallgathattuk meg. Ebben szó volt a házasságban a két fél egymás melletti örök elköteleződéséről, a gyermekük örökre fogadásáról és arról, ahogy a gyermek fogadta örökre őket, amikor először szólította őket „Anyának”, „Apának”.

A felnőtteknek szóló előadás alatt a gyerekeknek az ECC-PECC Zenekar zenélt, majd kézműves foglalkozás és városi kincskereső játék szórakoztatta őket.





DÉNESNÉ FARKAS ENIKŐ

A szünet után az „Együtt másokért” emlékérem átadására és a jubiláló házaspárok köszöntésére került sor, amely során idén 55 éves házassági évfordulót is ünnepeltünk, szép példát mutatva a jelenlévőknek.

A MárkuSzín „Helység kalapácsa” című előadása kicsiknek és nagyoknak egyaránt jó szórakozást nyújtott, amelyet követően szendvicsvacsorát fogyaszthattunk. Intimebb beszélgetésre a házaspároknak a hangulatos teaház adott lehetőséget.

Este 20 órára fiatalokkal telt meg az előadóterem a „Szólj be a papnak” – Minek a házasság? című vitaestre. Akiknek be lehetett szólni: Nagy Norbert római katolikus plébános, Zajác Gábor görögkatolikus parókus, Kisóvári-Németh Norbert és Márta református lelkészek. Ezalatt a gyerekekkel cserkészek játszottak, filmet vetítettek, a felnőttek pedig a borsarokban beszélgethettek. A rendezvény este 11 után zárta kapuit.

DÉNESNÉ FARKAS ENIKŐ



VEZETŐ TESTÜLETEINK MUNKÁJÁBÓL



KARDOSNÉ GYURKÓ KATALIN

Vezető testületeink munkájából

Az elnökség egyhangúlag megszavazta az új egyéni tagcsaládok és tag-egyesületek tagcsaládjainak felvételét.

Az elnökség a március 11-i ülésen elfogadta a 2019. évi egyszerűsített éves beszámoló és mérleg eredménykimutatás kiegészítő mellékletét és a közhasznúsági mellékletet. Az ülésen az egyesület 2020. évre szóló költségvetési tervét is elfogadták.

Kasznár Edit személyében 2020. március 16-tól új taggal bővült a titkársági dolgozók száma. Az elnökség támogatta, hogy Rendek Ildikó megbízási szerződéssel további 6 hónapra (2020. 08. 31-ig) az Észak-Magyarország Régió vezetője legyen.

A következő éves közgyűlés lebonyolításánál a Mandátumvizsgáló Bizottság elnökének Horváth Hajnalkát kérte fel az elnökség, a bizottság tagjainak pedig Benedek Szilviát, Deliné Szolancs Zsuzsannát, Pintér Tímeát, Rendek Ildikót és Vargáné Kunczt Orsolyát. A Szavazatszámoló Bizottság elnöke Ilcsik Annamária lesz.

A Házasság Hetében az MTA konferenciát és kerekasztal-beszélgetést szervezett „Család és/vagy karrier” címmel, amelyen több civil szervezet mellett a NOE is képviseltette magát.

A Miniszterelnökség Civil és Társadalmi Felelősségvállalás Főosztálya nemzetközi munkacsoportjának első ülésén is részt vettünk.

Február 17-19. között a NOE által szervezett brüsszeli Ifjúsági Konferencia több mint 50 magyar és külföldi fiatal részvételével nagy sikerrel zárult.

Tovább folytatódott a Női Közéleti Képzés program, régiós titkáraink pedig tárgyaltak a Porsche Hungaria-val az 5 személyes autók kedvezményéről.

Márciusban vezetői találkozót tartottunk Orosházán.

A Margitszigeten a Bringóhíntő Tavaszcseréző Kölyöknapokat szervezett március első hétvégéjén, a NOE társ-szervezésében és részvételével.

Március közepétől munkatársaink „home office” keretén belül dolgoznak, amihez eszközöket és hozzáférést biztosítottunk. A titkársági iroda a bevezetett rendkívüli intézkedések miatt további értesítésig zárva tart. A tisztújító közgyűlést egy később kihirdetett időpontban fogjuk megtartani, mint ahogy egyéb, nagyobb tömeget megmozgató programjainkat is később rendezzük meg.

KARDOSNÉ GYURKÓ KATALIN





DR. TÓTH BRIGITTA

A nagycsaládosok autóvásárlási támogatásáról – érthetően (2. rész)



A kedvezmény célja a nagycsaládok személygépkocsikhoz való hozzájutásának támogatása az állam részéről. Ezúttal a támogatás igénylésének menetét részletezzük.

A nagycsaládos személygépkocsi-szerzési támogatás igénylésének menete a 45/2019. (III. 12.) kormányrendelet alapján:

Az úgynevezett szerzési támogatás iránti kérelemben kell **feltüntetni** az alábbiakat:

- milyen összegben kívánja igénybe venni a szerzési támogatást a jogosult nagycsaládos – ez (max.) 2,5 millió Ft, de a bruttó vételárnak legfeljebb 50 %-a lehet (ha az autó bruttó vételára 6 millió Ft, akkor ebből 4,5 milliót a vevőnek kell állnia, ha viszont az autó bruttó vételára 4 millió Ft, akkor a legfeljebb 50 %-os korlát szerint a szerzési támogatás csak 2 millió lesz),
- a megvásárolandó 7 üléses autót adásvételi vagy lízingszerződés keretében szeretné-e megvenni (egy összegben kifizetni az autót, vagy részletekben kívánja törleszteni azt)
- az adóazonosító jelek feltüntetése (az igénylőé, a támogatással érintett személy, valamint a szerzési támogatásnál figyelembe venni kívánt gyermekeké)
- a jogosultsági feltételek fennállásának feltüntetése

Csatolni kell a szerzési támogatási kérelemhez az alábbiakat:

- az igénylő büntetőjogi felelősség vállalásával tett, teljes körű (két tanús) magánokiratba

FOLYTATJUK AZT A GONDOLATMENETET, AMELYEN AZ ELŐZŐ RÉSZBEN ELINDULTUNK A NAGYCSALÁDOS GÉPJÁRMŰ-VÁSÁRLÁSI TÁMOGATÁS RÉSZLETEINEK ÉRTHETŐVÉ TÉTELE ÉRDEKÉBEN. MÁR SOKAN ÉLTEK A LEHETŐSÉGGEL, HOGY RÉGEBBI CSALÁDI AUTÓJUKAT A RENDKÍVÜLI ÁLLAMI TÁMOGATÁS SEGÍTSÉGÉVEL RÉGI AUTÓJUK BESZÁMÍTÁSÁVAL CSE-RÉLJÉK ÚJRA.

foglalt nyilatkozatát arról, hogy a jogosultsági feltételek fennállnak,

- teljes körű (két tanús) magánokiratba foglalva a hozzájárulását ahhoz, hogy a Kincstár a jogosultság megállapításának és ellenőrzésének céljából és időtartamára az illetékes hatóságtól a szükséges adatokat és okiratokat beszerezze, és az azokban foglalt személyes adatokat kezelje,
- igazolást arról, hogy az autót a törvényi előírásnak megfelelő feltételek között, vagyis csak magáncélra használja majd, az üzem-bentartói jogot nem engedi át más személynek (továbbá a gépkocsi 3 éven belül nem idegeníthető el, a jármű kategóriájának és a szállítható személyek számának megváltoztatása nem engedélyezhető),
- amennyiben a 3. gyermek még magzat, úgy e tényről a várandósság 12. hetének betöltését igazoló várandósgondozási kiskönyv másolatát orvosi igazolást is, a személyazonosító okmányt személyes kérelembenyújtás esetén elegendő csak bemutatni.

A támogatási eljárásokban a Magyar Államkincstár központi szerve jár el.

A benyújtás módjai, lehetőségei:

- a Kincstár honlapjáról letöltött formanyomtatványon postai úton beküldve
- személyesen a Kincstár ügyfélszolgálatainak egyikén
- a Kormányablakokban.

A teljes ügyintézés illetékmentes, ingyenes.

A szerzési támogatás felhasználásáról:

Csak amikor a **szerzési támogatásra való jogosultságot megállapító határozat** véglegessé vált, akkor szerezhető meg a kérelmezett autó. Akár adásvételi szerződéssel, akár pénzügyi lízingszerződéssel történik a gépjármű megvásárlása, a vásárlásnak a **szerzési támogatásra**

való jogosultságot megállapító határozat (továbbiakban: „a határozat”) kiállításától számított 6 hónapon belül az adásvételi vagy lízingszerződésnek létre kell jönnie, ellenkező esetben a támogatás nem folyósítható.

Az autókereskedés vagy az igénylő az adásvételi szerződés vagy pénzügyi lízingszerződés egy példányát megküldi a Magyar Államkincstárnak. A Kincstár a szerzési támogatás összegét ennek az iratnak a beérkezését követő **15 napon belül utalja** át az autókereskedőnek. A gépkocsit ekkor lehet átvenni.

Fontos! A szerződésben a támogatásnak a fentiek szerint jogszerű összegét fel kell tüntetni!

Ha az igénylő a határozat véglegessé válása előtt vásárolja meg az autót, a támogatás nem folyósítható!

A szerzési támogatás felhasználása minden esetben az autókereskedővel kötött adásvételi szerződés vagy a lízing keretében történik, készpénzt az igénylő nem kap.

Az adásvételi szerződést, illetve pénzügyi lízingszerződést a támogatás igénylőjével kell megkötöni.

A kereskedő köteles a gépjárművet ellátni az Emberi Erőforrások Minisztériuma saját honlapján közzétett „**Családbarát Magyarország**” logóval. Ezt a logót az igénylő köteles a szerzéstől számított **3 évig** az autón ugyanott tartani.

A következő számunkban a **szerzési támogatás felhasználási feltételeiről, valamint a visszafizetési kötelezettsége eseteiről** írunk.

Sikeres autóvásárlást kívánunk minden nagycsaládnak!

DR. TÓTH BRIGITTA

Munkajogi kérdések KARANTÉN idején

Az élet úgy hozta, hogy most egy előre be nem tervezett témáról kell írnom, hiszen azzal segítünk legtöbbet, ha aktuálisak vagyunk, és a tájékoztatással megelőzzük kérdéseiteket.

A Kormány 2020. március 18-án kihirdette a **47/2020-as kormányrendeletet**, amelyben fontos pont a 6. § (4) bekezdése, amely **lehetővé teszi** a munkáltató és a munkavállaló számára, hogy bármely munkajogi kérdésben **eltérjenek a munkajogi szabályozástól**, ha erről egy mással meg tudnak egyezni. Ez különleges lehetőség arra, hogy a bérézés, távmunka, munkabeosztás, szabadság stb. kérdésében lehetséges és jogszerű legyen az egyedi megegyezés. Ezeket természetesen célszerű írásban is rögzíteni, amelynél – hangsúlyozottan javaslom – aláírás előtt körültekintően mérlegeljünk!

Figyelem! Közös megegyezésnek minősülhet az is, ha a munkáltató a munkavállalóval aláírta az általa már elkészített dokumentumot. Mindegyik olvassuk el, és gondoljuk át, mit írunk alá!

A közös fellépés mindig eredményesebb! Ha van rá módunk, az egyéni fellépés helyett, az adott munkahely szakszervezetével, üzemi megbíztottjával egyeztetve, közösen lépünk fel. Ez azért is lehet nagyon hasznos ebben a rendkívüli helyzetben, mert az egyes jogi esetek mérlegelése bírói döntés kérdése, amire jelen helyzetben – ítélezés hiányában – időben nem történhetne megoldás.

Vegyünk sorra néhány sokakat érintő kérdést, amelyeknél válaszaink a tipikus esetre vonatkoznak:

1. Milyen kötelezettségei vannak a munkáltatónak a koronavírus kapcsán kialakult helyzetben, mit tehetnek munkavállalóként?

A munkáltató köteles biztosítani az egészséget nem veszélyeztető és biztonságos munkavégzés körülményeit.

Ennek tartalma mindig egyedi kérdés. Jelentheti a munkáltató kötelezettségét arra, hogy tájékoztatást adjon ki a munkavállalói körében a kialakult járványügyi helyzetről, az ennek kapcsán bevezetett intézkedésekről, az esetleges munkaszervezési változásokról. Fertőtlenítőszeres kihelyezését rendelheti el, valamint pl. maszkok, védőkesztyűk használatát, kiosztását, és akár otthoni munkavégzést is elrendelhet.

2. Köteles vagyok-e tájékoztatni főnökömet, ha vírusos tüneteket észlelek magamon?

Feltétlenül. Munkavállalóként is tájékoztatási és együttműködési kötelezettség terhel. Ez természetesen, a munkatársaink és a saját magunk védelmét is szolgálja.

3. Milyen részletességig kezelheti a munkáltató a munkavállaló egészségügyi adatait?

A munkáltató munkavállalókra vonatkozó adatkezelésének meg kell felelnie az adatvédelmi szabályoknak. A munkavállaló egészségügyi adatainak kezelését a munkáltató egy, a munkavállaló számára megismerhető és mindenkor hozzáférhető adatvédelmi tájékoztatóban köteles rögzíteni.

Fontos, hogy semmilyen okból nem kérheti a munkáltató a munkavállaló teljes kórtörténetét, sem a teljes egészségügyi dokumentáció bemutatását. A munkavállaló kizárólag az adott esetre vonatkozó háziorvosi (vagy szakorvosi, kórházi) igazolást köteles bemutatni.

4. Kötelezhetik-e a munkavállalót otthoni munkavégzésre?

Igen. Ilyenkor csak a munkavégzés helye változik meg, a munkaidő, munkabér tekintetében az eredeti szerződés szerinti szabályok az irányadók.



5. Amennyiben otthoni munkavégzés elrendelésére került sor, ki-nek kell gondoskodnia a szükséges munkaeszközökről?

Ez kérdéses lehet, hiszen nincs mindenkinek megfelelő laptopja, internet-hozzáférése vagy egyéb szükséges irodai eszköze. Erről feltétlenül egyeztetniük kell a feleknek, sőt az otthoni munkavégzés megkezdése előtt egy szabályzatot kell készíteniük, amelyben rögzíteni kell az alábbi részleteket:

- milyen eszközzel dolgoznak, dolgozhatnak a munkatársak home office elrendelése esetén
- milyen időszámban vagy kötetlen munkaidőben kell-e dolgozniuk a munkavállalóknak
- hogyan ellenőrzi a munkáltató a munkavégzést (itt ismét nagyon fontosak az adatvédelmi kérdések)
- mely munkavégzéssel kapcsolatos, indokoltan felmerülő külön költségeket, és milyen ütemezésben téríti meg a munkáltató a munkavállalónak (ilyenkor érdemes akár egy konkrét összeget megjelölni).

Az otthoni munkavégzés alatt munkabér jár.

A cikk teljes hosszában a NOE honlapján olvasható.

DR. TÓTH BRIGITTA

Mi kell a házasság megtartásához?

Online kutatási eredmények



A KOPP MÁRIA INTÉZET A NÉPESEDÉSÉRT ÉS A CSALÁDOKÉRT (KINCS) EGYÜTTMŰKÖDVE AZ EGYEDÜLÁLLÓ SZÜLŐK KLUBJA ALAPÍTVÁNNYAL ÉS A NAGYCSALÁDOSOK ORSZÁGOS EGYESÜLETÉVEL 2020 JANUÁRJÁBAN FELMÉRÉST KÉSZÍTETT ARRÓL, HOGY MI KELL A HÁZASSÁGOK MEGTARTÁSÁHOZ, ÉS MILYEN OKOK VEZETNEK A VÁLÁSOKHOZ.

ARRA SZERETTEK VOLNA VÁLASZT KAPNI, HOGY HOGYAN ŐRIZHETŐ MEG A HÁZASSÁG, HOGY LEHET ELKERÜLNI A VÁLÁST. TANULSÁGOS EREDMÉNYEKET KAPTAK.

Az online kérdőívek a szervezetek hálózatain keresztül jutottak el a válaszadókhoz. A válaszadók nagy többsége nő (90,4%), közel kétharmaduk felsőfokú iskolai végzettségű volt. A válaszadók fele a negyvenes éveiben jár, a 30-as korosztályhoz negyedük, az 50-es korcsoportba pedig 17 százalékuk tartozik. A válaszadók fele budapesti és Pest megyei. A felmérésben részt vettek határon túliak (7%), és külföldön élők is (5,5%). A megkérdezettek között közel azonos arányban vannak jelen a házasságok (42,2%) és az elváltak (44,3%).

Házasságpártiak vagyunk

A válaszadók számára a házasság meghatározó: a válaszadók 39,3%-a kiemelten fontosnak, további 36,4%-a pedig fontosnak jelölte a kötelet. Vagyis a válaszadók több mint 70%-a hisz a házasság intézményében.

A házasságban élők kétharmada, a három vagy több gyermeket nevelők fele szerint a házasság kulcsfontosságú az életben. Az elváltak negyede is házasságpárti, és szeretne újra megházasodni, sőt 15 százalékuk pedig már új házasságban él.

A válaszadók csaknem harmada viszont nem tartja fontosnak a házasságot. Ennek ellenére az elváltak nagy része is hosszú ideig, háromnegyedük több mint 10 évig házasságban élt.

A belső tulajdonságok fontosabbak

A megkérdezettek szerint – a korábbi kutatások eredményeihez hasonlóan – a hosszantartó, jó házassághoz szükséges tíz legfontosabb tényező a jól működő kommunikáció, a bizalom, egymás elfogadása, szerelem és szeretet, őszinteség, tisztelet és megbecsülés, hűség, türelem és odafigyelés, a problémák közös megoldása és az együtt töltött minőségi idő. Vagyis a legfontosabb tényezők mind belső tulajdonságokra utalnak.

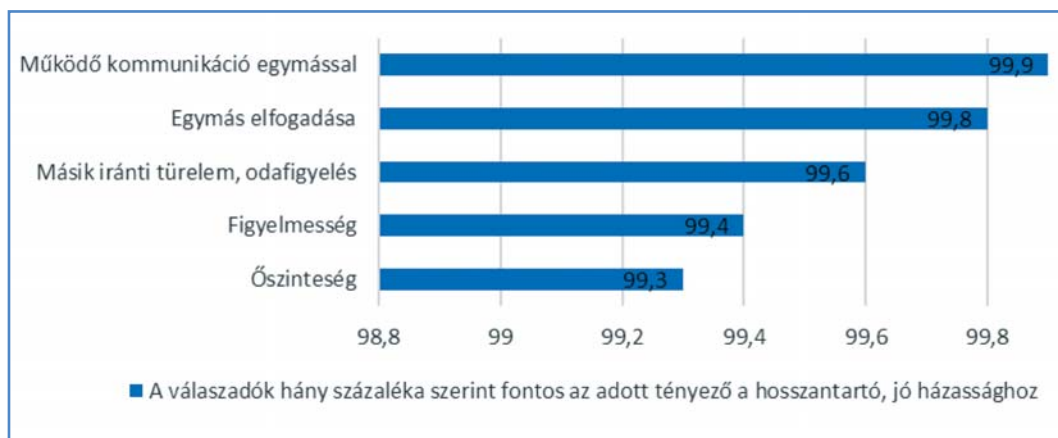
A leggyakoribb válóok

Legtöbbször a kommunikáció hiányát vagy rossz minőségét említették leggyakoribb válóokként. Az érzelmi elhidegülés is okozója a válásoknak, a válaszadók közel 80%-a szerint. A harmadik legjellemzőbb probléma az eltérő gondolkodásmód, ezt követi az eltérő teherviselés. A tíz

leggyakoribb válóok listájába bekerültek még olyan tényezők, mint a hűtlenség, az eltérő életcélok, a szexuális elhidegülés, a kevés együtt töltött idő, a bizalmatlanság és az egyenlőtlen munkamegosztás.

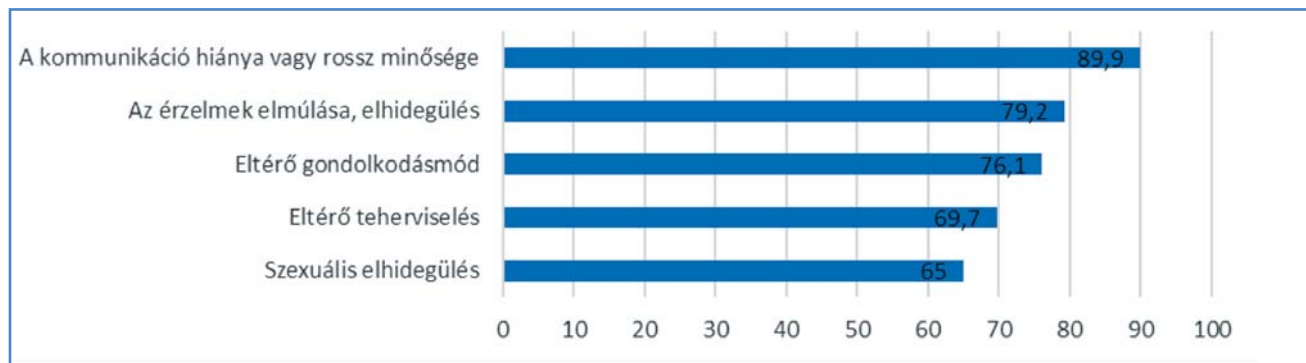
Megfigyelhető, hogy az elváltak családjában, általában a szülei körében magasabb arányban történt válás, mint a házasságban élő válaszadóknál.

Az anyagi típusú tényezőket – mint a nem megfelelő lakhatási körülmények és a munka-





GERGELY-BAKA ILDIKÓ



nélküliség – a felsorolt okok listájának közepén találjuk. Fontos kiemelni, hogy a gyermeket, gyermekeket nevelők válásában gyakran probléma volt még az egyenlőtlen munkamegosztás, a gyermekneveléssel kapcsolatos eltérő elképzelések és a gyermekvállalás miatt megváltozott párkapcsolat.

Az elváltak életében a válás legjellemzőbb következménye a bizalomra való képesség romlása, ezután a válás az anyagi helyzetre és a lakáshelyzetre gyakorolja a legkedvezőtlenebb hatást. A válaszdáták szerint negatív hatása van továbbá a párkapcsolati kilátásokra (47,1% gondolta így), a lelki egyensúlyra (44,2%), illetve a magabiztosságra is (43,9%).

A kutatásban résztvevők véleménye szerint a válásokat azzal csökkenthetnénk a leghatékonyabban, ha elérhető lenne a párterápia és a családterápia mindenki számára és több segítséget kapnának a családok a különféle függőségek kezeléséhez. Továbbá fontos szerepe van a tágabb családon belüli segítségnyújtásnak, a családi életre való megfelelő felkészítésnek, illetve annak is, hogy a házasságról pozitív képet mutat-e a média, illetve hogy milyen a megítélése a közbeszédben.

GERGELY-BAKA ILDIKÓ

Forrás: Képmás

Támogatás a Vitaplus Kft. jóvoltából

Április folyamán megkerestük a NOE fő támogatóit, hogy a kialakult krízishelyzetben segítséget, támogatást kérjünk tőlük. Nagy örömünkre a Vitaplus Gyógyszergyártó Kft. elsőként jelentkezett, és vitaminadománnyal támogatta Egyesületünket, melyet három régiókban (Balaton Régió, Felső-Duna Régió és Felső-Tisza Régió) tudtunk szétosztani tagcsaládjaink között. Csaknem 200 család részesült a mintegy 3800 darabos vitaminadományban.

Bízunk benne, hogy ezzel is hozzá tudtunk járulni tagcsaládjaink egészségének megőrzéséhez. Hálás köszönet a támogatásért!



IDÉN IS LESZ BABAKÖSZÖNTŐ

Hagyományos május eleji eseményünket, a Babaköszöntőt, terveink szerint idén is megrendezzük. Még a megváltozott körülmények között is szeretnénk a szülők kivételes örömeinek – a gyermek érkezésének – részesei lenni. Jól tudjuk, hogy a gyermek mindig öröm a családnak, és egyben öröm a közösségünknek is, amely mellettünk áll.

A jelenlegi krízishelyzetben elhatároztuk, hogy első körben a molinó elkészítésével hangolódunk az ünnepre. A hatalmas méretű molinót majd rendezvényünk helyszínén láthatjátok kifüggesztve, de jelképesen már most, májusban átnyújtjuk mindazon tagcsaládunknak, ahová 2019-ben újszülött baba érkezett. Babaköszöntő programunk megrendezésére reményeink szerint ez év második felében kerül sor, melyre nagy szeretettel várjuk az érintett családokat. Ünnepséggel, babacsomaggal, játékokkal, zenével, foglalkozásokkal és finom ebéddel készülünk az eseményre.

A pontos időpontról és helyszínről természetesen időben küldünk tájékoztatót. Mindenkinek jó egészséget kívánunk:

A SZERVEZŐK



Adomány a Henkel Magyarországnak köszönhetően



Közvetlenül húsvét előtt 11 raklapnyi termékelajánlás érkezett egyesületünkhöz a Henkel Magyarország Kft.-től. Országosan mintegy 300 családnak tudtunk segíteni mosóporral, tusfürdővel és tisztálkodási szerekkel. Hálásak vagyunk a támogatásért, és a kollégáknak is a közös csapatmunkáért!

„A Henkel átfogó globális szolidaritási programot indított a koronavírus-járvány által érintett közösségek, partnerek és munkavállalók támogatására. Az átfogó nemzetközi szolidaritási program keretén belül a Henkel hazánkban is aktívan részt vesz segélyezési tevékenységével. A Henkel Magyarország két gyárával és három üzletágával együttesen, 2 kórháznak, valamint 9 segélyszervezetnek és alapítványnak nyújt adományt” – olvashatjuk a Henkel Magyarország Kft. hivatalos sajtóközleményében.

„Felelős vállalként fontos társadalmi szerepvállalásunk és különösen ebben a rendkívüli, az élet minden területét érintő, embert próbáló helyzetben egyértelmű számunkra a segítségnyújtás. Örömmel szolgálunk, hogy adományainkkal hozzá tudunk járulni egészségügyi intézmények és rászorulókat támogató szervezetek, alapítványok nélkülözhetetlen munkájához. Köszönjük nekik, hogy általuk támogatásaink oda kerülnek, ahol a legnagyobb szükség van rájuk” – mondta Dr. Fábián Ágnes, a Henkel Magyarország ügyvezető igazgatója. Ezúton is köszönjük a cég nagylelkű támogatását!

LÓDI VIKTÓRIA



EGYÜTT A CSALÁD

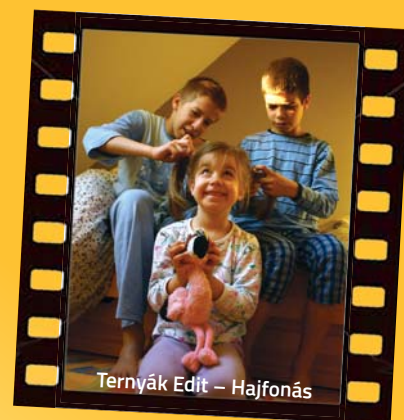
Népszerű fotó- és videópályázat indult

A koronavírus-járvány elleni védekezés sokunk életét megváltoztatta. A gyermekek nem mentek reggel iskolába, bölcsődébe, óvodába, a szülőknek is otthon kellett maradniuk, a nagyszülők veszélyeztettsége miatt velük is megváltozott a kapcsolattartás. Új élethelyzetben találták magukat a családok, amelyet mindenkinek tanulnia kellett. Az új helyzet függetlenül a nagyon szomorú kiváltó októl hozott magával felejthetetlen helyzeteket, szituációkat, adott esetben vicces, tréfás pillanatokat.

Márciusban úgy határoztunk, hogy fotó- és videópályázatot hirdetünk azzal a céllal, hogy megmutassuk, hogyan éltük meg az új helyzetet, és mit tanultunk a megváltozott körülmények között egymásról, önmagunkról, szüleinkről, gyermekeinkről.

Rengeteg pályamű érkezett be, ezért úgy határoztunk, hogy heti nyerteseket is hirdetünk. A NOE Facebook oldalán adtuk közre a heti nyertes fotó- és videópályázatokat, illetve a nyerteseket postai úton egy-egy *Nagycsaládosok meséi* című mesekönyvvel örvendeztettük meg. Íme, néhány ízelítő kép a heti nyertes pályaművek közül, a teljesség igénye nélkül.

LÓDI VIKTÓRIA



Ternyák Edit – Hajfonás



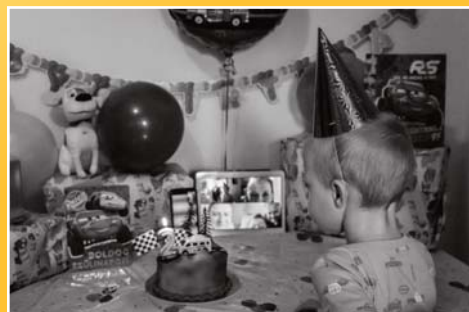
Dr. Tarján Ildikó – Zenél a Doman család



Soós Borbála – Egy olvasgatós este



Szalai né Berzlánovich Kornélia:
– A család óvó ölelése



Kelemen Sándor – Születési buli karantén idején

Újabb befőző automaták átadása

A tavaly ősszel elindított országos program lezárásaként, egyesületünk további 27 befőző automatát vásárolt. A tavaly szeptemberi átadáson főként a keleti országrészben működő szervezetek kapták meg a készülékeket, s most a nyugati országrész egyesületei kerültek sorra.

Az újonnan vásárolt befőző automatákat a budapesti és a környékbeli, valamint dunántúli szervezetek vehetik át. Így nekik is alkalmuk lesz kipróbálni, milyen nagyszerű dolog tartósítószer nélkül eltenni télre, vagy későbbre tartósítani bármilyen élelmiszert ☺. Ide értendőek a kész, már megfőtt ételek is, hiszen az automata segítségével húsételeket is lehet vele konzerválni.

Akik már használják, arról számoltak be, hogy közösen, több család összefogásával is tettek el finomságokat, de „körbe is jártak” a készülékek a családok között. Bárhogy is legyen, mindenképpen hasznos a készülék akár a közösségépítés szempontjából, akár az egészséges életmód miatt.

Reméljük, mindenkinek sok örömet okoz majd az automata használata.

RENDEK ILDIKÓ



Fiatalok a felnőttkorba lépésről



‘ÁTMENET A FELNŐTTKORBA’ CÍMŰ BRÜSSZELI KONFERENCIÁNK RÉSZTVEVŐIT KÉRDEZTÜK AZ OTT ELHANGZOTTAK TAPASZTALATAIRÓL, ILLETVE JAVASLATAIKRÓL. NÉGY CSOPORT VEZETŐJE FOGALTA ÖSSZE CSAPATÁNAK FŐBB MEGÁLLAPÍTÁSAIT (EGY-EGY CSOPORTOT TÖBB ORSZÁG KÉPVISELŐI ALKOTTAK).

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 rendezett Brüsszelben, ‘Átmenet a felnőttkorba’ címmel.

Több mint 50 fiatal érkezett Brüsszelbe 15 ország képviselőiben, hogy megvitassa a fiatalok felnőttkorba lépésének kérdéseit több különböző szemszögből nézve. A fiatalok EP képviselőkkel, döntéshozókkal, fiatal szakértőkkel és családdal foglalkozó nemzetközi szervezetek képviselőivel találkozhattak az eseményen. Olyan témákat dolgoztak fel, mint egyenlőtlenségek az oktatással összefüggésben, megfelelő álláslehetőségek és munkanélküliség, kielégítő lakhatás, munka-család egyensúlya, új technológiákhoz való hozzáférés, társadalmi integráció és pénzügyi nehézségek.

A konferencia arra bátorította a fiatalokat, hogy mondják el, hogy a fenti területeken mit tapasztalnak (milyennek látják a valóságot), milyen „álomhelyzetet” tudnának elképzelni, és ennek megfelelően milyen javaslataik lennének a döntéshozók felé.

LÓDI VIKTÓRIA

MEGFELELŐ LAKHATÁS

A munkacsoport először a megfelelő lakhatáshoz való jog jelentését és alkalmazását vizsgálta meg. Értelmezésünkben ez többet jelent annál, minthogy egy saját ingatlanba költözünk, mivel a fiatalok számára ez a szülőktől és a szülői háztól való függetlenedést is szimbolizálja.

Ezt követően a témához kapcsolódó témák közül két területet azonosítottunk:

1. Gazdasági és strukturális problémák: fiatalok lakhatási zsúfoltsága a nagyvárosokban (diákok és fiatal szakemberek), emelkedő ingatlanárak;

2. Társadalmi és lelki tényezők: a családtól való függés, aggodalom a függetlenedési vágytól és a következtetlenségtől.

Csoportunk véleménye szerint ezeken a területeken lehetne előrelépni, hogy az európai intézmények egyenlő feltételeket teremtsenek. E területen két konkrét javaslat született:

1. Alacsonyabb adókötelezettség mind az ingatlan vásárlásakor, mind eladásakor a 26 év alattiak számára;

2. Állami tulajdonban levő ingatlanok biztosítása a rászoruló fiataloknak. Ezt főleg azok számára lehetne elérhetővé tenni, akik saját vállalkozásba kezdenének, de anyagi körülményeik nem teszik lehetővé a saját irodabérlést. Ezáltal olyanokkal oszthatnák meg az irodáikat, akik hasonló cipőben járnak.

GIUSEPPE DI GIACOMO PEPE, OLASZORSZÁG

TISZTESSÉGES MUNKA ÉS ALULFOGLALKOZTATOTSÁG

A tisztességes munka fogalmát 1999 óta használja a terminológia. Juan Somavia, az ENSZ Nemzetközi Munkaügyi Szervezetének elnöke megfogalmazásában arra utal, hogy a munkavállalóknak olyan munkakörnyezetet teremtünk, amelyben nyugodtan megfogalmazhatják aggályait, partnerként tekintenek rájuk, és amelyben nem csupán a gazdasági, hanem az emberi kapcsolatok fontossága is meghatározó. A tisztességes munka szorosan kapcsolódik a rugalmas biztonság-hoz, mely a munkavállalók rugalmas munkahelyváltását biztosítja. Ehhez négy fő elem szükséges: rugalmas és megbízható munkaszerződések, átfogó, élethosszig tartó tanulást támogató képzési stratégia, hatékonyan működő, aktív foglalkoztatást elősegítő munkaerő piaci politika és modern társadalombiztosítási rendszer.

Pénzügyi szempontból a fiatalokat támogató progresszív adózásra tettünk javaslatot az EU-ban. Bízunk abban, hogy az EU28 keretén belül megállapodás fog születni a fiatalokat érintő adójogszabályok tekintetében, és a fiatalok munkanélküliségével is tudunk foglalkozni, amely jelentős méreteket ölt (Spanyolországban 49,9%, Görög-





országban 49,7%, Horvátországban 43,6%, és Olaszországban 42,7% volt a munkanélküliségi ráta 2015 márciusában). A munkanélküliség és az alulfoglalkoztatottság gyakorlatilag egymás nem kívánt mellékhatásai, így csak együttesen lehet őket vizsgálni.

FRANCISZEK WIĄCEK, LENGYELORSZÁG

TÁRSADALMI KIREKESZTÉS ÉS OKTATÁS

Az oktatáshoz kötődő egyenlőtlenségekről szóló megszólalásunkban kiemeltünk pár olyan tényezőt, amely véleményünk szerint a családok számára is komoly kihívást jelent.

Az egyik ilyen a migráció problémája abban az értelemben, hogy a bevándorló családból származó gyerekeknek nagyobb valószínűséggel lesznek tanulási problémái a nyelvi nehézségek vagy kulturális és társadalmi beilleszkedésük hiányosságai miatt.

A másik tényező, melyet fontosnak tartunk megemlíteni, az az anyagi nehézség, amellyel sok diák szembesül, s így sokaknak dolgozniuk kell a tanulás mellett. Megjegyezzük azonban, hogy ez nem feltétlenül jelent mindenki számára problémát, hiszen néhányuknak jó lehetőséget teremt a függetlenség eléréséhez.

A harmadik, és egyben a legfőbb tényezőt a családi problémák jelen-

tik, melyek rombolják a gyerekek biztonságérzetét, és rossz tanulmányi eredményekhez, később pedig munkahelyi nehézségekhez vezetnek. Az egyenlőtlenséget a nevelés hiányosságai és a lelki problémák okozzák, melyek a családi, pénzügyi és kulturális nehézségek (főleg kulturális individualizmus) eredményeként jelentkeznek.

Ha mi, mint társadalom (beleértve intézményeinket) szeretnénk ezen a tényezőkön, illetve a hozzájuk kapcsolódó problémákon segíteni, akkor elengedhetetlen, hogy mentoring programokat indítsunk,

amelyekkel segíthetjük a családokat abban, hogy stabilabbá váljanak, jobban integrálódjanak a társadalomba, valamint több időt és forrást kellene az iskolák számára biztosítani, hogy szorosabb kapcsolatot tudjanak kiépíteni a diákok családjával.

LUIS MARIA SANCHO, SPANYOLORSZÁG

ÚJ TECHNOLÓGIÁK

Csapatunk egyetértett abban, hogy a '90-es évektől nagyon sokat változott a fiatalok, a gyerekek és a fiatal munkavállalók által elérhető

technológia. Ma egy olyan információs társadalomban élünk, amelyben a különböző weboldalakon és a közösségi médiában folyton különféle tényekkel, sztorikkal és hírekkel bombáznak bennünket. Ugyanakkor sok új applikáció is létezik, melyek az egészségmegőrzéshez, az oktatáshoz és az élet számos más területéhez kapcsolódnak. Úgy véljük, és azt várjuk, hogy további új technológiákkal gazdagodik mind a magán, mind a közösségi életünk.



Mivel ezek a technológiák és változások leginkább a fiatalokat érintik, nekik is beleszólásuk kell, hogy legyen ebbe a folyamatba. Ezen kívül a családoknak és a szülőknek is hallatni kellene a hangjukat és véleményüket, különösen akkor, amikor a technológiák változásokhoz vezetnek a magánéletben és az oktatásban. Az EU-nak és a tagállamoknak meg kell vizsgálniuk, hogy milyen változásokat hoznak magukkal az új technológiák, mert ha rossz hatással lesznek a családi életre és a fiatalokra, akkor a törvényalkotóknak mindenképp cselekedniük kell annak érdekében, hogy megvédjék a családokat, s főleg annak legvédtelenebb tagjait: a gyerekeket.



de mindenképp cselekedniük kell annak érdekében, hogy megvédjék a családokat, s főleg annak legvédtelenebb tagjait: a gyerekeket.

Az új komplex társadalmi környezet, amelyben élünk, új megvilágításba helyezi az egyetemes hozzáférést és a módszereket, amelyek ezt biztosítják. Az információs társadalomhoz (felszerelés és szolgáltatás) való hozzáférést nemcsak hogy mindenki számára lehetővé kell tenni, de mindenkit be is kell vonni a megvalósításába, kiváltva az oktatás és az egészségügy terén. Ez azt jelenti, hogy a felhasználókat nem csupán az igényfelmérés fázisába, hanem a tervezésbe és kivitelezésbe is be kell vonni.

Végezetül el kell, hogy mondjam, nagyon eredményesen tudtunk együtt dolgozni, ezért az egész munkacsoport nevében szeretnék köszönetet mondani a szervezőknek, továbbá reméljük, hogy a jövőben is együtt dolgozhatunk a családok érdekében.

EVERARD VAN WEEDE, HOLLANDIA

ELFAC Nyilatkozat A COVID-19 vészhelyzet kapcsán



Az Európai Nagycsaládos Szervezetek Szövetsége nyilatkozatot adott ki 2020. április 4-én a koronavírus-járvány nagycsaládosokat érintő kérdéseiről.

„Nagyon aggódunk” – nyilatkozta Regina Maroncelli, az ELFAC elnöke –, **„mert a nagycsaládokat még ebben a vészhelyzetben is hátrányos megkülönböztetés éri, vagy éppen ignorálják őket, tovább rontva igazságtalansággal és nehézségekkel a már amúgy is meglehetősen bonyolult helyzetet, amely súlyos következményeket vonhat maga után már csak gazdasági szempontból is”.**

A nyilatkozat felhívja a figyelmet arra, hogy az erő és kreativitás mögött, amelyet a több mint három gyermeket nevelő családok mutatnak, rengeteg olyan nehézség is rejlik, melyről a nagyközönségnek sejtelve sincs. Példaként említi a nyilatkozat, hogy Németországban a nagycsaládosoknak engedélyt kell magukkal vinni a nagybevásárláshoz, amellyel igazolni tudják, hogy a nagy mennyiségű árut a családjuknak vásárolják, hogy ne lehessen megvásárolni őket felvásárlással. Spanyolországban pedig megbüntettek egy olyan apát, aki a fiával ment bevásárolni a nyolc gyermekből, két nagyszülőből és egy dédnagymamából álló családjának, mivel egy rendelet szerint egy autóban csak egy ember közlekedhet.

Hozzátette, hogy **„ez csak néhány példa arra, hogy miként érinti a COVID-19 járvány a nagycsaládokat Európában, ahol az Eurostat adatai szerint minden harmadik gyerek még legalább két testvérrel él.”**

Éppen ezért, a 23 európai ország 25 nagycsaládos szervezetét képviselő ELFAC nevében többek között arra kérte az Európai Unió vezetőit, hogy a jövedelmen alapuló támogatások esetében mindig vegyék figyelembe, hogy egy család hány tagot számlál, és biztosítsák az oktatáshoz való jogukat, és kérte, hogy gyorsítsák fel és mélyítsék el a „gyermek-garanciáról” szóló tárgyalásokat.

„Fontos, hogy az intézmények meghallják a családok hangját, és bevonják a családsszervezeteket a vészhelyzet elhárítását célzó intézkedések kidolgozásába. A családok és a gyermekek támogatása nélkülözhetetlen befektetés a jövőbe, mely a Koronavírust követően ránk vár” – zárta a nyilatkozatot az ELFAC elnöke.

ÓBUDAVÁRY

Forrás: elfac.org



Bringóhintóztunk a Margitszigeten

A március 7-i hétvégén a NOE a margitszigeti Bringóvárhoz hívta a családokat, akik a bringózás mellett különféle programokon vehettek részt. A gyönyörű környezet és a tavaszi napsütés nagyon sok látogatót vonzott; a családi napra 400 család, mintegy 1500 fő érkezett.

A családok annyiszor 10% kedvezményt kaptak a Bringóhintónál a járművek kölcsönzési díjából, ahány gyermekkel érkeztek. A kicsik szívesen rajzoltak, a nagyobbak sakkfeladványokat oldottak meg, mesét írtak és kézműveskedtek. A legnagyobb sikere – természetesen – az arcfestésnek volt.

A családok sorsoláson is részt vehettek, és mindenki féláron vásárolhatott üdítőt és peracet. Természetesen egyesületünk ajándékokkal is kedveskedett a



DELINÉ SZOLÁNICS ZSUZSANNA



látogatóknak, hiszen mindenki újságokat és magazinokat, NOE-s ajándékokat kapott. Szívesen fogadtuk a sok új érdeklődőt, akik megismerkedtek a NOE céljaival, működésével. Nagyon örültünk a rendezvényre kilátogató tagcsaládjainknak, akik közül többen az előző években is ott voltak a NOE és a Bringóhintó közös családi hétvégéjén.

SZOLÁNICS ZSUZSANNA

Orosháza: közös tervek születőben

Március 14-én kötetlen beszélgetésre hívtam Orosházára a dél-alföldi egyesületek vezetőit, vezetőségi tagjait. Már régóta igényeltük, hogy ne tréning és tanfolyam keretében, hanem „csak úgy” ülünk össze, és beszéljük át a mindannyiunkat foglalkoztató kérdéseket. A 20 fős kis csapatban köszöntöttük az újonnan alakult domaszéki csoport vezetőjét is.



BENEDEK SZILVIA

Gyorsan megtaláltuk a közös témákat, majd ismerttettem a tervezett programokat, amelyeket sajnos a járványhelyzet miatt felülírt az élet. Ugyanakkor jó ötleteket adtunk egymásnak, így amint lehetőség adódik, már az elkészült tervekkel vághatunk bele a megvalósításba. A beszélgetés során szó esett a mindenkori aktuális adománygyűjtés kérdéséről és arról, mit tegyünk annak érdekében, hogy a tagság aktívabban vegyen részt az egyesületi életben. Megosztottuk a jó példákat, és meghallgattuk a kihívásokkal küszködőket is.



Emellett csupa olyan tervek kerültek elő, amelyeket egyelőre nem tudunk valóra váltani (ilyen pl. a „Te szedd” vagy az „Ültess 100 fát” akció). A kötetlen beszélgetés később az ebédnél kisebb csoportokban folytatódott. Bízom abban, hogy mielőbb lehetőségünk adódik újra közös, családi rendezvényeken találkozni, gond nélkül beszélgetni, együtt szórakozni és örülni! A találkozót az EFOP 1.2.1-15-2016-00573 sz. pályázat keretében valósult meg.

BENEDEK SZILVIA

SZÉCHENYI 2020



Európa Unió
Európa Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

Régiós Családi Nap Mohácson

Ha Mohács, akkor busójárás!



Még 2020 januárjában, az önkéntesek al-dunai régiós köszöntésén kaptuk a felkérést, hogy szervezzünk Régiós Családi Napot településünkön. Kunczt Orsinak, az Al-Duna Régió vezetőjének nagy szerepe volt a rendezvény sikeres lebonyolításában, mivel – mint a tűzkeresztségen először áteső csoportnak –, nem volt tapasztalatunk ilyen téren. Nem volt olyan kérdés, kérés, melyet ne tudott volna azonnal megválaszolni! Ezt utólag is nagyon köszönjük neki.

Szerencsénk van, mert Mohács olyan település, ahol ha segítsé-

get kérsz, akkor kapsz is (főleg ha tudod, kihez kell fordulni). Mióta a Busójárást az UNESCO az emberiség szellemi kulturális örökségének reprezentatív listájára választotta 2009-ben, nagyon sok olyan civil szerveződés és intézmény alakult, melyek szívesen mutatják meg magukat, akár a nyári kánikulában is. Csorbai Ferenc polgármester úr is támogatásáról biztosított bennünket. Nagycsaládosként szívesen jelent meg feleségével és két kisebb gyermekével, akik nagy lelkesedéssel vettek bele magukat a virágkészítésbe.

2020. március 7-ére szerveztük a programot, amellyel nagy szerencsénk volt. Egyrészt nagyon szép időnk volt, másrészt pedig még a korlátozások bevezetése előtt voltunk – kb. 130 vendég jelezte részvételi szándékát.

A regisztrációt és a rendezvény „központját” a Mohácsi Sokácok Olvasóköriében szerveztük meg, ahol látványfőzés keretében lehetett megnézni, majd megkóstolni a hagyományos sokac köcsögös babot. Mindenki nagy örömeire megjelentek a semmiből a busók is a szép sokaclányokkal. Ők kísérték végig a csoportokat a program során.

Szerencsére a helyi NOE csoportban vannak olyan tagok és „külsős” támogatók is, akiktől nem áll távol a „szereplés”, így szívesen vállalták egy-egy csoport kísérését, idegenvezetését, sőt a barkácsolást is.

Három „kötelező” állomást szerveztünk a program során. Az egyik a Busóudvar volt, ahol egy kb. 20 perces videofilmet, majd a kiállított busókat, kellékeket tekinthették meg vendégeink. Utána egy városi séta keretében (kb. 4 km) megismerkedhettek a legfontosabb épületekkel, nevezetességekkel. Alternatív program keretében a Kanizsai Dorottya Múzeum kiállítását is megnézhatték az érdeklődők.

A séta a harmadik állomásnál, a Sokác Tájéknél fejeződött be, ahol egy teljesen új, interaktív kiállítás várta a NOE-tagokat, akik meghallgathatták Jaksics Gyuri bácsi előadását is.

Utolsó állomásként az Olvasóköriében a gyerekek busó maszkot és virágokat készíthettek. Finom ebéd után a Sátorhelyi Néptáncegyüttes néhány tagjának vezetésével táncházba kapcsolódhattunk be, a Mohácsi Történelmi Emlékhelyen pedig fényképezkedni lehetett busókkal, sokaclányokkal az épület előtt kiállított busószekéren. Köszönet mindenkinek, aki részt vett a tartalmas és mozgalmas rendezvény lebonyolításában!

LAKATOS-LÁSZLÓ GABRIELLA



AL-DUNA RÉGIÓ

ÉV ELEJI ESEMÉNYEK IVÁNCSÁN

2020 elején **Újévköszöntő partit** rendeztünk, amelyen családjaink jó hangulatban, friss energiával kezdték el ezt az évet. Volt koccintás, virsli, tánc, tombola, s mindez természetesen gyermekeinkkel együtt. Családjaink szendvicsekkel, süttikkel készültek, s nagyon vidám volt a hangulat.



Februárban **farsangi mulatsággal** búcsúztattuk a telet, hangoskodással, zenével, táncsalalóval, a rossz időt. Ötletes jelmezek színesítették a napot, a

gyermekeket sok feladat és farsangi fánk várta.

A **házasság világnapjára** szépen feldíszített teremmel és asztallal fogadtuk a párokat. Rudas Attila faluházvezető köszöntötte a megjelenteket, majd a férfiak – feleségük kezét fogva – egy-egy szép idézzel köszöntötték párjukat. A párok meglepetésként Gönczöl Szabolcs házasságkötő jelenlétében megerősítő fogadalmat tettek, amelyről oklevelet is kaptak, majd pezsgős koccintás következett. Több jubiláló pár is jelen volt: Nagy Béla és Kati 40, Födelevics István és Jutka 40, Molnár Tamás és Mariann 20 éves házasságok. Ajándékként a hölgyek mintázott gyertyát kaptak, az urak szívecskés sörnyitőt. Természetesen a többi házaspárról sem feledkeztünk meg, ők szívecskés pezsgős poharat kaptak. Az estét közös vacsorával és táncsalalóval zártuk.

Március 1-jén a Hősi emlékműnél közös faültetéssel egybekötve

„**Újrapapírnapot**”, tartottunk. Később Müller Sándor előadását hallgattunk meg a papírgyártásról és az újrahasznosításról. Zárásként kézműves foglalkozás keretében újrahasznosított papírból légyfogó békát és virágokat készítettünk. Nagyon élvezték a gyerekek.

HAJDU ZOLTÁNNÉ

HÁZASSÁG VILÁGNAPI BÁL KALOCSÁN

A Kalocsai Sokszínvirág Nagycsaládos Egyesület 2020. február 15-én a házasság világnapja alkalmából vacsorával egybekötött bált tartott. Papp Róbert művésztanár tagunk e napra saját versével tisztelt meg bennünket. *(A vers a lapunk 4. oldalán olvasható.)*



Az idén 30. házassági évfordulójukat ünneplő Szücs Zoltánt és feleségét, Szücsné Palásti Juditot köszöntöttük fel. A férfiak egy szál virággal és édességgel kedveskedtek párjuknak. Ezután vacsora következett (birkapörkölt felajánlásból), majd hajnalig tartó táncsalalóval ünnepeltünk tovább.

KISNÉ SZIRTES ANDREA



TOLNA: AZ ÉV MEGYEI CIVIL SZERVEZETE

Miután januárban egyesületünk hatalmas tortával megünnepelte **23. születésnapját** – amelyet Széles Bandi titkárunk készített el –, február 4-én hivatalosak voltunk Szekszárdra, a Vármegyeháza dísztermébe. A **civil szervezetek köszöntésén** mi lettünk az „Év Tolna Megyei Civil Szervezete”. A díjat, amely méltó elismerése 23 évnyi munkánk-nak, egyesületünk elnöke, Baksainé Kenessey Éva vette át. Köszönet ezúton is mindenkinek, akinek a legkisebb része is volt ebben!

Az ünneplést február 6-án a **tisztújító közgyűlés** követte, amelyen átadtuk a stafétabotot a fiatalabbaknak, amire már egy ideje készültünk. Lemondott az elnöki posztról Baksainé Kenessey Éva, valamint két vezetőségi tag, Bauerné Horváth Marianna és Makó Zoltán. Az új elnök Vácziné Antal Judit lett, aki kicsi kora óta tagja az egyesületnek. Két új vezetőségi tagunk Huszárné Knisz Eszter és Veiger Nikolett.

Február 8-án megtartottuk immár hagyományos **farsangi bálunkat** is. A hagyományörzés mellett most újítottunk is, mivel a zenét most DJ szolgáltatta. Ez a változat is nagyon jó volt, mert nem hiányzott a repertoárból sem a rock & roll, sem a keringő, de a mulatós és a slágerzene sem. 110 pár gyermek- és felnőtt láb koptatta a parkettát, és mint mindig, most is rengeteg tombolatárgy talált gazdára.

MAKÓ ZOLTÁN



BALATON RÉGIÓ

ÉLMÉNYFESTÉS ÉS KOMATÁLAZÁS SZÉKESFEHÉRVÁROTT



2019. december 31-én **élményfestő műhelyünkben** a festőművész Strucz Tímeával „Kis herceg és a róka” festményt lehetett készíteni. A képek a szemünk láttára öltöttek alakot, s mondhatjuk, remekművek születtek. A gyerekek a képeket hazavihették, hogy szobájukat díszítsék vele, a festés sikere pedig önbizalmat adott nekik. A lelkesedést mutatja, hogy sokan a közösségi oldalukon a profilképüket is a saját festményükre cserélték. A 17 éves Paplogó Veronika a következőket írta az élményről: „Három kishúgomból a legkisebb testvéremmel, Dorinával vettem részt a foglalkozáson és mindketten nagyon élveztünk. Timi lépésről lépésre megmutatta, hogyan fessük meg a kis herceget a rókájával. Nagyon örültem, hogy ezt a képet festettük, mert az egyik kedvenc könyvemből van. A program során mindenki kapcsolódhatott, alkothatott, és ehhez minden alapanyagot megkaptunk, sőt gondoskodtak egy kis frissítőről és rágcsálnivalóról is. Az eredmény pedig csodálatos lett.”

Két családukat – a Mag és a Józsa-Frank családot –, akik mindketten 5. babájukat várták, illetve új tagcsaládukat, Révész Mártiékát (akik harmadik babájuk megszületésével váltak rendes taggá egyesületünkben) **komatállal köszöntöttük**. Őt tagcsalád jelentkezett a főzésre. Egyiküknek, nem lévén autója, a komatál eljuttatásában egy másik fiatal, kisbabás anyuka segített. Kiderült, hogy mindketten Székesfehérvárra, így friss anyukákként több közös témájuk is van.

SEBŐK JUSZTINA

DÉL-ALFÖLD RÉGIÓ

NAGYBÁNHEGYESÉ A LEGÍZLETESEBB SÜTNIVALÓ KOLBÁSZ DÍJA



A Nagybánhegyesi Nagycsaládos Egyesület 9 fős lelkes csapata 2020. február 29-én az Orosháza és Térsége Gazdakör által megrendezett XIV. OROSHÁZI HAGYOMÁNYOK-ÍZEK VERSENYÉN **kolbászgyúró csapatversenyen** – családi recepttel! – a **LEGÍZLETESEBB SÜTNIVALÓ KOLBÁSZ DÍJAT** nyerte el.

Egyesületünk 2020. január 18-án tartotta **15. évfordulós közgyűlését** és

ünnepi rendezvényét. A rendezvényen 25 tagcsalád, 105 fő ünnepelt együtt. Az elnök beszámolt az elmúlt másfél évtized fontosabb eseményeiről, és köszönetet mondott a vezetőség és minden eddigi önkéntes munkájáért. A polgármester köszöntötte az egyesületet és méltatta tevékenységének jelentőségét a település életében. Az egyesület kiemelkedő pénzügyi támogatásáért a támogatók emléklapot kaptak. A vezetőség tagjai is köszönetet mondtak az elnöknek az egyesületért végzett munkájáért. A vacsora és a torta elfogyasztása után a tagcsaládok Retro Disco-val ünnepeltek.

MOLNÁRNÉ IVÁN ÉVA



20 ÉVES A MOSOLYVIRÁG DEBRECENBEN

A „Mosolyvirág” Nagycsaládosok Debreceni Egyesülete megalakulásának **20. évfordulóját** jótékonyági-tavaszcímű bállal ünnepelte meg. A 20 éve még csak 19 család alkotta közösség mára közel 200 tagcsaládot számlál, miközben megőrizte eredeti alappilléreit és értékeit. Egyesületünk számos jeles ünnepet, gyereknapot, kirándulásokat, táborokat tudhat maga mögött. Életmese pályázatunk idén 12. alkalommal gyűjti össze a Kárpát-medencében élő magyarok családi történeteit, az Életmese felolvasó és illusztráló versenyünket pedig idén immár hatodszor rendeztük meg.

A bálon az egyesület alapító tagjait, korábbi elnökeit, legaktívabb tagjait és a jubiláló házaspárokat köszöntöttük. Velünk ünnepelt Kardosné Gyurkó Katalin, a NOE elnöke és a régió nagycsaládos egyesületeinek több vezetője is. Táncoltunk, tomboláztunk, koccintottunk és elfogyasztottuk az impozáns, emellett igen finom szülinapi tortát. Öröm, megihatottság és emlékezés tükröződött az arcokon. Az estéről senki sem ment haza üres kézzel.

Az elmúlt **20 év eseményeiből**: a NOE tagegyesületeként 2004-ben kaptuk meg első igazán nagy feladatunkat, mi rendezhettük meg a

VI. Családkongresszust. 2011-ben és 2019-ben régiós napot szervezhettünk. 2018-ban a Családok Fesztiválján Erdély volt a vendégünk. Erős csapattá kovácsolódtunk. Önként vállaltuk értékmegőrző, értékelmutató küldetésünket. Megalakulásunk óta kéthetenként találkozzunk.

Büszkék vagyunk arra, hogy mai, online világunkban is élő, aktív közösség vagyunk, és hogy hagyományos programjainkat is máig megőriztük, pl. a „Keresd a Mikulást!” tájfutás sok más program között már az első időktől fogva létezik. Jó érzés, hogy a 20 év alatti gyermekeink is belenőttek az egyesületi közös munkába és megalakult egyesületünk ifi tagozata. 2011 óta egyesületünk a KCSSZ (Kárpát-medencei Családszervezetek Szövetsége) tagja is. Így határon túli kapcsolatokat is építettünk, és fiataljaink számos nemzetközi találkozón, konferencián vehettek részt.

Reméljük, még sokszor 20 év áll előttünk. Szükség van az energiára és a jókedvre, a hitre, a fiatal és az örökké fiatal családok lendületére, erejére. Boldog születésnapot, Mosolyvirág!

RADNAINÉ FILEP ILDIKÓ



KÖZÉP-MAGYARORSZÁG RÉGIÓ

NAGYKÖRÖSI ESEMÉNYEK

A Nagycsaládosok Nagykörösi Egyesülete február elején tartotta éves **közgyűlését**. Az elmúlt év egyesületünk 25 éves jubileumi éve volt, amelyet háromrészes programsorozattal ünnepeltünk meg a NOE és Nagykörös Város Önkormányzatának támogatásával. Tagcsaládjaink száma tovább nőtt, ami a sok színvonalas programnak, valamint a tagok közötti családias, baráti hangulatnak köszönhető. A közgyűlés befejezését követően egyesületünk vezetősége a **házasság világnapja** alkalmából kellemes beszélgetésre invitálta a résztvevőket, ahol finom

ételek is várták a tagokat.

Nagykörös Város Önkormányzatának meghívására egyesületünk elnöke, Pap Lajosné Farkas Zsuzsanna egy **ötvenfős delegációt fogadott**, akik a Családbarát Önkormányzatok közötti kapcsolat erősítése céljából érkeztek városunkba. A fogadáson lehetőséget kaptunk egyesületünk munkájának bemutatására. A programok színvonalas zárásaként a delegáció tagjai megnézheték egyesületünk generációs táncát, amely hatalmas sikert aratott.

Márciusban a **Nőnap** jegyében Király Ibolya családterapeuta érdekes előadását hallgattuk meg, „A nő és a szeretet” címmel. Az előadást követően mindenki kérdezhetett és elmondhatta véleményét. A program végén a hölgyek kis meglepetésajándékot kaptak.

PAP LAJOSNÉ FARKAS ZSUZSANNA



FARSANGOLÁS SZOLNOKON

Már hagyomány, hogy farsang alkalmából rendezvényt szervezünk, ahol a Nagycsaládosok Egyesülete Szolnok tagcsaládjainak gyermekei bemutathatják jelmezeiket. Mostanában ezekre az alkalmakra a szülők egy része is jelmezbe öltözve érkezik. A jelmezes bemutató mellett ilyenkor lehetőség van kézműveskedni és álcacot készíteni. Sőt, a sok zene és tánc mellett a résztvevők bábelőadást is megnézhetnek. Idén néhány szülő – a gyerekek nagy örömeire – a „Világszép kecskebéka” című bábjátékot adta elő. Természetesen a jutalmak sem maradtak el, és a rendezvény végén nem volt hiány farsangi sütikből sem.

GÁL LÁSZLÓNÉ



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% kedvezménnyel!

☎ 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.koltozemaskepp.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 Garancs István



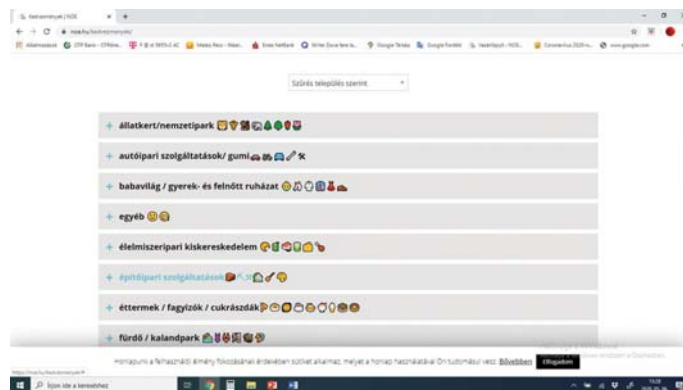
KUNCZT ORSOLYA

Megújultak a kedvezményekkel kapcsolatos online felületeink

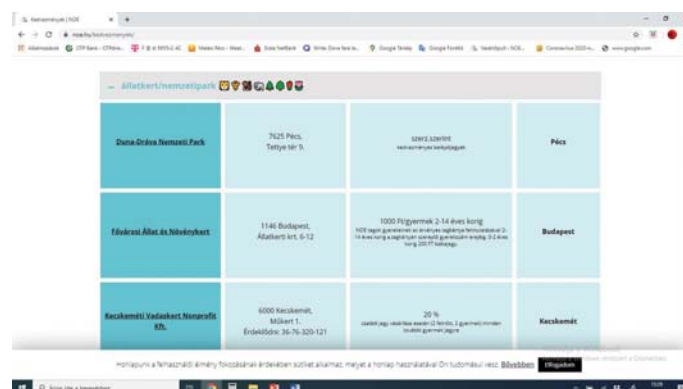
Az online tér egyre nagyobb szerepet tölt be mindannyiunk életében. A járvány-helyzetben pedig tovább nőtt a jelentősége, életünk dolgai intézésének nagy része átkerült virtuális felületre. Ehhez a helyzethez alkalmazkodva a NOE is fejlesztette honlapját és online felületeit. Ez szándékaink szerint lehetővé teszi, hogy a korábbiánál könnyebben tudjátok megkeresni a kedvezményt kínálókat, s azt, hogy papír felhasználása nélkül, csak a honlapot használva kedvezményt tudjanak nyújtani a szolgáltatók, intézmények.

Köszönjük azok munkáját, akik segítettek felkutatni a kedvezményt kínálókat, ahogy köszönjük nekik is a kedvezmény lehetőségét.

A fejlesztéseknek köszönhetően a kedvezmény felajánlásokat online tudjuk fogadni. Ezt bátran ajánlhatjátok a potenciális partnereknek: <https://noe.hu/kedvezmenyt-kinalok/>



Azok alatt található a netes elérhetőség, amelyek aláhúzással rendelkeznek.



Tagkártyakedvezményeink köre folyamatosan, ebben időszakban is bővül. A kedvezmények újabb kategóriákba rendezve találhatók, s így lehet szűrni egy adott településre:

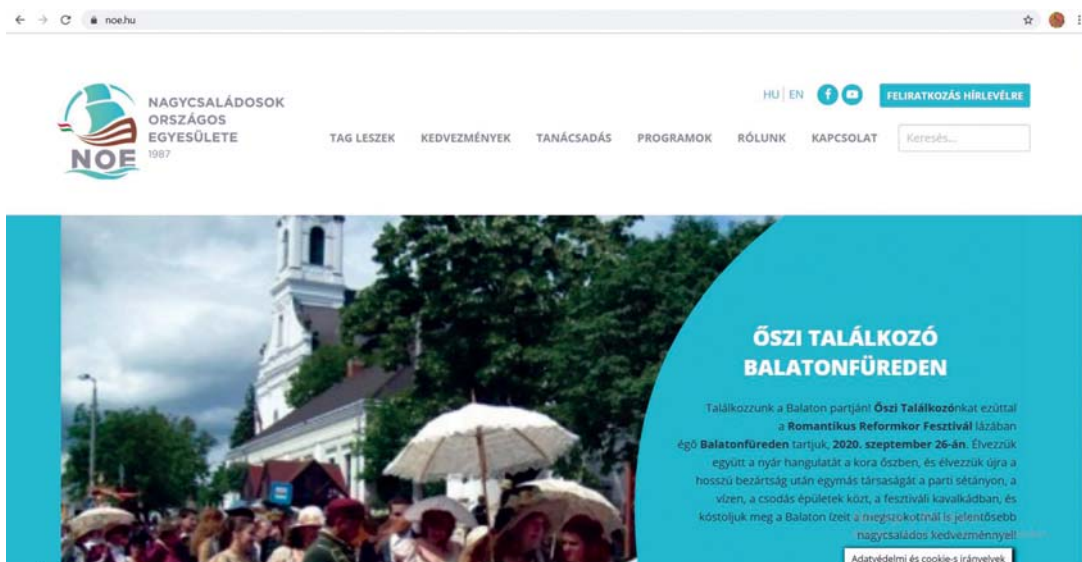
<https://noe.hu/kedvezmenyek/>

A felület tovább visz az adott partner honlapjára, ahol lehetőség nyílik a részletesebb tájékozódásra. Ehhez csak rá kell kattintani a névre.

A honlapon lehetnek olyan partnerek, akiknek a szerződése már nem aktuális. Ezzel kapcsolatos észrevételeket, jelzéseket várjuk a noekedvezmenyek@noe.hu címen.

Jó böngészést kívánunk!

KUNCZT ORSOLYA



„A szüleimnek köszönhetően

Beszélgetés Rácz Zsófia fiatalokért felelős helyettes államtitkárral

Rácz Zsófiát egy őszi, fiataloknak szóló TEDx előadáson láttam és hallottam először. Megfogott a fiatalsága, lendületessége, határozottsága, de leginkább a mondanivalója: a család és a fenntarthatóság összefüggéseiről beszélt, nagyon éretten. Stílusában éreztem némi amerikai előadói ízt, nem véletlenül: egy évig ifjúsági ENSZ-küldött volt, ő képviselte a magyar fiatalokat a világszervezetben, tavaly pedig négy hónapot töltött az Egyesült Államokban, a Center for European Policy Analysis ösztöndíjasaként. Elődjéhez, Illés Boglárkához hasonlóan tudatos, elkötelezett személyiségét és már diákkorában „megalapozott” karrierjét megismerve, nem lepődtem meg fiatalokért felelős helyettes államtitkári kinevezésén.



– Visszatekintve úgy tűnik, diákkorod óta készülsz a közéleti pályára, s már az egyetem alatt elkezdted dolgozni ezen a területen. Honnan jön ez a tudatosság, elkötelezettség?

Valóban, jártam diákkörökbe, vitaklubba és dolgoztam az iskolai újságban, egyetemistaként pedig az Alapjogokért Központban dolgoztam elemzőként, majd Novák Katalin államtitkár asszony munkatársaként. Soha nem készültem politikusnak, a közélettel viszonylag későn kezdtem el foglalkozni, de tudatosság szinte mindenben volt, amit csináltam. Tudtam, hogy mindig valami pluszt kell tennem ahhoz, hogy utólag megtérüljön a befektetett munka; tudatosan készültem arra, hogy bármit is fogok majd dolgozni, a munkám minősége ne olyan háttértudás vagy tapasztalat hiányán múljon, amit korábban megszerezhettem volna. A nyelvtanulást szoktam felhozni erre példaként: gimnáziumban első számú célom volt a nyelvvizsga megszerzése, mert tudtam, hogy egyszer majd biztosan szükségem lesz rá. Ez akkor igazolódt be, ami-

kor megválasztottak ENSZ ifjúsági delegátnak, mert ott felszólalni nemcsak óriási lehetőség, de nagyon nagy felelősség is; komoly súlya van annak, hogy mit és azt miként mondjuk el, abban a helyzetben.

– Korábban már dolgoztál ezen a helyettes államtitkárságon, most vezetőként tértél vissza azokhoz, akiknek előzőleg a gyakornokuk voltál. Hogyan fogadták ezt?

Viccesen ironikus helyzet ez. Az Alapjogokért Központbeli munkámmal kapcsolatban is fordult a kocka: akkor elemzőként én beszéltem politikusokról, most az elemzők beszélnek rólam. Igen, ismerős helyre és ismerős kollégák közé jöttem vissza az államtitkárságra, de gyakornokként meg sem fordult a fejemben, hogy helyettes államtitkár akarok lenni. Csak arra készültem, hogy ha majd egyszer valami nagy feladatom, megbízásom vagy elhívásom lesz, akkor ahhoz meglegyen minden szükséges tudásom, készségem és tapasztalatom. Teljesen felkészülni, természetesen, nem lehetséges. Én sem tudtam, és életkoromból kifolyólag a tapasztalataim is korlátozottak, de a legfontosabb szerintem nem is ez, hanem a tapasztalat, a tudás, a lelkesedés és az elszántság megfelelő kombinációja. Az utóbbi kettő részemről száz százalékosan megvan, és bízom benne, hogy megfelelő mennyiségű tudást és tapasztalatot is szereztem az ifjúsági érdekképviselésben, kommunikációban, csapatmunkában, emberismeretben. A többi, szakmai tudás és a tapasztalat pedig megvan azoknál az embereknél, akikkel együtt dolgozom; ők mindenben segítenek, és nagyon sokat tanulok tőlük.

Én mindig azt gondoltam: az a bölcs vezető, aki olyan emberekkel veszi körül magát, akik nála sokkal okosabbak és tapasztaltabbak. Ők alaposan felkészítenek, sehova nem mehetek anélkül, hogy minden szükséges információval el ne láttak volna. Vezetőként igyekszem kikérni a tízhúsz éve itt dolgozók véleményét. Rengeteg zseniális ötlet, kezdeményezés van, amit jól lehetne használni, de ha nem kérdezik meg őket, akkor bennük ragad.



lettem az, aki"



ANTAL-FERENCZ ILDIKÓ

– Gondolom, ezért mondtad kinevezésedkor egy interjúban: „Az első lépés mindig az lesz, amely az irodából kifele vezet.” Milyen tapasztalataid vannak eddig?

A kinevezésem január 8-án történt meg, és én másnap már országjárásra indultam azzal a céllal, hogy kilépjek a saját budapesti egyetemista „buborékból” és Tolnáig, Baranyáig bejárjam az országot, megkérdezzem és megértsem, hogy egy Veszprémben, Győrött, Pécsen vagy bárhol máshol élő magyar fiatal mit foglalkoztat. Ezt sajnos nagyon szomorú módon derékba törte a járvány, de azért így is gyűjtöttem már visszajelzéseket. Például ismét megerősítést nyerhettem az az kapcsolatban, hogy nem szabad korlátoztan, „ezeknek a mai fiataloknak semmi sem jó” stílusban gondolkodni rólunk, érdemes összefüggéseikben látni a gondolatainkat. Amikor például egy fiatal azt mondja, hogy a lakhatás vagy az életkezdés, illetve pályakezdés számára fontos kérdés, azt nem

csak úgy magában mondja, hanem már tovább is gondolja: mivel a lakhatása bizonytalan, ezért később fog megházasodni, családot alapítani, holott korábban szeretne. Nagyon pozitív tapasztalataim vannak arról is, hogy a fiatalok már a középiskolás korukban házasságban és családban gondolkodnak és átlátják, hogy ehhez mire van/volna szükségük: önálló lakhatásra és olyan állásra, ahol tudásuk és készségeik ki tudnak bontakozni. A problématerkép tehát már kialakulóban, de még folytatni szeretném az országjárást, amint lehet.

– Milyen további problémákat fogalmaztak meg a fiatalok, akikkel eddig találkoztál?

Érettségi előtt álló fiatalok esetében az egyik megkerülhetetlen téma a továbbtanulás. Arra számítottam, hogy többségben lesznek azok, akik külföldön szeretnének továbbtanulni, illetve dolgozni, de kellemesen meglepődtem.



Titulusomból egyébként számomra a legfontosabb szó a „felelős”. Mi, akik ezen a helyettes államtitkárságon dolgozunk, felelősek vagyunk a népesség egy komoly és meghatározó rétegéért, a fiatalokért, akik már alakítják a jelent és nyilvánvalóan alakítani fogják a jövőt is. A felelősségtudat és annak tudata, hogy valakikért dolgozunk, szerintem nagyon össze tud kovácsolni egy csapatot; ez a helyzet velünk, nálunk is.

– Kinevezésed óta nem egészen három hónap telt el, ráadásul közben kitört a járvány... Mire volt ez elég?

Megmondom őszintén, ez a három hónap hosszabb volt számomra, mint az előző három év. Lelkes és lendületes fiatakként óriási kihívás bekerülni a közigazgatásba, egy nagyon szigorúan le szabályozott, szörnyen rugalmatlan rendszerbe. Az elkötelezett fiatalokra jellemző „vált-suk meg a világot még ma”, vagyis „minél gyorsabban érünk el látványos eredményeket” típusú szemléletet nagyon nehéz érvényesíteni egy ehhez hasonló rendszerben. A fiatalság dinamizmusát – sajnos – sokszor derékba tudja törni a rendszer, amiben dolgozniuk kell. Ugyanakkor annak is megvan a maga logikája és létjogosultsága; úgyhogy én a két világot próbálom meg egymáshoz közelíteni. És talán azért is tűnik hosszúnak ez a három hónap, mert abba a helyzetbe csöppentem bele, hogy mindenki azt várja, én mondjam meg, mi fontos a fiatalok számára. Én viszont teljesen más-képp közelítem meg ezt a munkát. Nem terveztem az íróasztal mellől meghatározni az irányt, és majd azt követve megmondani a fiataloknak, mi lesz jó nekik. Nyilvánvalóan vannak olyan területek, ahol nagyon fontos, hogy a vezetőnek legyenek nagyon konkrét, nagyon le szabályozott elképzelései, és azokat váltsa valóra. Az enyém viszont nem ilyen, hanem éppen fordítva: nekem először el kell mennem azokhoz, akiknek a véleményére kíváncsi vagyok, megkérdezni tőlük, mi fontos a számukra, miben bizonytalanok, mire van szükségük, és a kapott információt megpróbálni egységesíteni, priorizálni és felsőbb politikai döntéshozatali szintek felé képviselni.



Tatán például a legtöbben helyben képzelik el az életüket, és ott szeretnének családot alapítani. Lehet, hogy elmennek egy-két évre tapasztalatot szerezni, de azt haza akarják hozni és itthon kamatoztatni. A pályaaorientációval kapcsolatban pedig nem azt látom, hogy a fiataloknak nincs elég információjuk. Rengeteg jó kezdeményezés van, ami segíthet megismerni önmagukat és azt, hogy milyen pályán tudnának teljesíteni, de ők nagyon sokszor nem is tudnak ezekről a lehetőségekről, mert nem a megfelelő csatornákon kommunikálják őket. Ebben is próbálok közvetítőként segíteni, hogy azokon a csatornákon juttassam el hozzájuk az őket érintő pályaválasztási vagy egyéb jellegű információkat, amelyeket ők használnak, vagyis a közösségi médián keresztül.

A lakhatást és az életkezdést, mint felvetett problémát már említettem; ami még érdekes és számomra talán a legváratlanabb téma és igény volt, hogy legyenek olyan helyi közösségi programok, amelyek összekötik őket, egymáshoz és az adott helyhez: táncház, könyvtár, tóráklub stb. Ehhez fűződően pedig fontos látni, hogy sokszor az online közösség nagyon jó közvetítő csatorna ahhoz, hogy abból élő közösség legyen.

Az én munkám inkább egy hangszóróhoz hasonlítható lobbitevékenység, nem szakpolitika alkotása vagy ellátórendszer felügyelete. Emellett nem tartozik hozzám minden ifjúsághoz kapcsolódó terület. Ezt azért volt fontos az országjáráson gyakran elmagyaráznom, mert például számonkérték rajtam a Nemzeti Alaptanterv módosítását vagy a tanárok fizetésemelését is.

– A munkával kapcsolatos hitelesség már szóba jött, de mi van a magánéleti hitelességgel? Említetted a szüleidet, akik mindenben támogatottak... Mit kaptál a családotól?

A szüleimnek köszönhetően lettem az, aki vagyok. Még a legnehezebb időben is stabil alapot és háttérrel nyújtottak, és olyan támogatást, ami nélkül nemhogy itt nem lennék, de a felét sem értem volna el annak, amit eddig sikerült. Ahogyan ők viszonyulnak egymáshoz, hozzám és a húgomhoz, valamint a külvilághoz, számomra végtelenül hiteles. Azért tudtam mindig is nagyon tisztelni és szeretni őket és azt, amit csináltak, mert azonosulni tudtam velük.

Édesapámról sokan azt hihetik, hogy bohém művész, pedig hihetetlenül rendtartó és rendszerető; ahogy édesanyámmal és húgommal cukkolni szoktuk: mindenről listája és rendszere van, szigorú időbeosztás szerint él. Tőle a rendszerezettséget és rendszerességet örökölt, vagyis próbálok eltanulni, mert még messze vagyok attól, amilyen ő. Édesanyámra pedig azért nézek fel nagyon, és azt próbálok tőle eltanulni, ahogy másokkal bánik, az empátiát és a segítőkészséget, ahogy igyekszik megérteni és támogatni másokat. A húgom pedig



az egyetlen és legjobb barátnőm, annak ellenére, hogy öt év van köztünk. Bár csak tizennyolc éves, sokkal érettebben és higgadtabban gondolkodik, mint a kortársai, és az a tudat, hogy felnéz rám, arra sarkall, hogy a lehető legfelelősségteljesebben végezzem a munkámat. Nem könnyű neki, pláne most, ráadásul ugyanabba a középiskolába jár, ahová én is jártam. Ő nem akar nyitni a közélet felé, a család minden művészi vénája beleszorult, nekem abból semmi sem jutott, úgyhogy ő ezt a vonalat viszi tovább. Nagyon különböző területen mozgunk, de azonos értékeket vallunk, így nagyon jól kiegészítjük egymást.

– Utolsó kérdésként beszéljünk a jövőbeli terveidről...

Ahogy említettem, szeretném majd az országjárást folytatni, amint lehetséges. Idén is elindítjuk majd a Magyar Ifjúság Kutatást, de mivel azt személyesen végezzük, kénytelenek voltunk az adatfelvételt őszre halasztani, így az első eredmények csak jövő év elejére várhatók. A mostani időszak szerintem nagyon jó lehetőség arra, hogy mindent teljesen újraértékeljünk egyéni és közösségi szinten is. Próbálok a lehetséges csatornákon tartani a kapcsolatot a kortársaimmal, és számomra is nagyon érdekes meg tapasztalni, mennyire átalakult a mi világunk is: amit eddig alapnak vettünk, az mennyire nem garantált és nem magától értetődő, ezért az én eltervezett céljaim is át fognak alakulni. Egyrészt minden témát illetően jobban vissza kell nyúlunk a gyökerekhez, másrészt látva, hogy mennyire hiányoznak mindenkinek az élő emberi kapcsolatok, most még inkább úgy fogok gondolni az általam képviselt fiatalokra, mint élő közösségek tagjaira, akik egymással kapcsolatot tartani, egymással vitatkozni és egymásra számítani akarnak. E szemléletmódváltás alapján szeretném átértékelni a saját jövőbeli terveimet is.

ANTAL-FERENCZ ILDIKÓ





ANA CID GONCALVES

„Ha szeretnél boldog gyermeket látni, adj neki egy testvért. Ha még boldogabbat szeretnél, adj neki sok testvért.”

Ana Cid Gonçalves, a Portugál Nagycsaládosok Egyesülete főtítkárának gondolatai a Testvérek napjáról, s annak megünnepléséről

A TESTVÉREK NAPJA REMEK ALKALMAT KÍNÁL ARRA, HOGY MEGÜNNEPELJÜK A CSALÁD INTÉZMÉNYÉT, KÜLÖNÖS FIGYELMET FORDÍTVA A CSALÁDON BELÜLI SZOLIDARITÁS, IDENTITÁS ÉS KÖLCSONÖSSÉG MEGÉLÉSÉRE. A TESTVÉREK KÖZÖTTI KÜLÖNLEGES DINAMIKA KÉTSÉGHÍVUL AZ EGYIK LEGNAGYOBB AJÁNDÉK, AMIT A CSALÁD ADHAT. A TESTVÉRKAPCSOLAT SOKSZÍNŰSÉGE ÉS GAZDAGSÁGA AZ, AMI FENNTARTJA A TESTVÉREK KÖZTI, SOHA EL NEM MŰLŐ KÖTELÉKET.



KAPCSOLATOK, MELYEKET ÉRDEMES MEGÜNNEPELNI

Maga a testvérkapcsolat az, amit szeretnénk megünnepelni, és amit érdemes is megünnepeelnünk. Az, hogy testvérünk van, nem feltétlen egyenlő a boldogsággal, de mindenképpen boldogabbak azok, akiknek van testvérük. Általa épülünk, és vele együtt nőünk fel. Ő tesz minket jobb emberekké.

A testvérünknek köszönhetően leszünk önzetlenebbek és odaadóbbak. Ő teszi lehetővé, hogy ne csak a saját érdekeinket tartsuk szem előtt, hanem folyamatosan tudjunk osztozkodni is.

Ezen a napon megünnepeljük a testvérkapcsolatot: az együtt felnővést, a közös kalandokat, a felismeréseket, a szolidaritást, a közelséget, a cinkosságot, az egyéniséget, a sokszínűséget, a kölcsönös segítségnyújtást, az együttműködést és munkamegosztást, örömet és bánatot, jó és rossz érzéseket, türelmet, összhangot, osztozkodást, a sztorikat, a közös gyökereket és emlékeket.

Egy testvér tanít bennünket és tölünk is tanul. Ha idősebbek vagyunk, kötelességünknek érezzük, hogy segítsük és megvédjük a testvérünket. Ha fiatalabbak vagyunk, felnézünk a testvérünkre és próbáljuk őt követni. Akármennyire is hasonlítunk azonban egymásra, mindenki külön egyéniség, személyiségünk sokat változik és gazdagodik életünk során.



A társadalmi hasznosságán túl a testvérség és családi szolidaritás ünneplése olyan közösségi élmény is, melyre mind Portugáliában, mind Európa többi országában szükség van, főleg most, hogy egyre többen ismerik fel a demográfiai válságot, amit a születések alacsony száma okoz.

PORTUGÁL KEZDEMÉNYEZÉSEK

Európában 2014. május 31. óta ünneplik a testvéreket ezen a napon az ELFAC (Európai Nagycsaládosok Szervezetek Szövetsége) javaslatára.

Fernando Ribeiro e Castro, az APFN (Portugál Nagycsaládosok Egyesülete), egyben az ELFAC alapítója és elnöke fogalmazta meg az ünnep jelmondatát: „Ha szeretnél boldog gyermeket látni, adj neki egy testvért. Ha még boldogabbat szeretnél, adj neki sok testvért.”

2014 óta az APFN kiemelkedő figyelmet fordít e különleges nap népszerűsítésére Lisszabon-szerte, különböző média- és reklámfelületeken, illetve CP-konzolokon hirdetve (a portugál vasúttársasággal együttműködésben).

A portugál DELTA Cafés szintén csatlakozott a kezdeményezéshez, és a nap tiszteletére egyedi csomagolású cukros zacskót kínál üzleteiben, amelyek mind a Testvérek napjára hívják fel a figyelmet. Több mint 5 millió ilyen csomagolású cukrot szolgáltak fel a vendégeknek Portugália kávézóiban és éttermeiben.

A Portugál Nagycsaládosok Szervezete 2020-ban, a világszerte tomboló Covid-19 járvány ellenére is szeretné megünnepelni e napot. Valójában ez egy remek alkalom az ünneplésre. A világméretű karantén miatt az emberek a családjukkal töltik az időt. A három vagy több gyermeket számláló nagycsaládok még erőteljesebben élnek meg a testvérség nyújtotta különleges dinamikát és a testvérkapcsolat változatoságát és gazdagságát.

Reményeink szerint különböző televíziós csatornák és a nemzeti média szórakoztató programjain keresztül meg tudunk emlékezni erről a napról.

Biztosak vagyunk abban, hogy a családok nyújtotta örömek és háttérrel ösztönzésnek köszönhetően május 31-ét – a Testvérek napját – egész Európában évről évre egyre intenzívebben fogjuk megélni.

ANA CID GONCALVES

Büszkeségeink: a testvéreink

Köszönöm, hogy vannak!

A testvéremről írok, akire nemcsak azért vagyok büszke, mert okos, és már fiatalon felelősségteljes vezetőként dolgozik. Akire nemcsak azért vagyok büszke, mert a legtehetségesebb focista volt, akit ismertem, és aki a mai napig sportol, hanem azért, mert bármihez fog, kimagaslóan ügyes.



Akire nemcsak azért vagyok büszke, mert autodidakta módon fejlesztette gyerekként megszerzett zongoratudását, és saját örmére úgy játszik, hogy akár fel is léphetne.

Akire főként azért vagyok büszke, mert mindezek ellenére vagy mindezekon felül végtelenül szerény és alázatos is; és aki ráadásul lehetetlen jóképű, bár ezt biztosan visszautasítaná szerénységéből kifolyólag.

Akire a legbüszkébb azért és akkor vagyok, ahogy és amikor a gyerekeimmel – akik közül az egyik a kiköpött mása – önfeledten játszik, szaladgál és nevet. (Egy hónapja persze kizárólag messziről, az udvaron, tartva a két méteres távolságot.) Ilyenkor látom azt a kisfiút, akivel egymás mellett váltunk felnőtté, de maradtunk mégis ugyanazok, akik voltunk: TESTVÉREK. Örökre.



És akkor a húgomról még nem is beszéltem... Vagy mégis?
Köszönöm, hogy vannak!

SZENDÉNÉ KISS NÓRA

Bajban ismerszik meg a jó testvér

Négy testvérem és köztem nagy a korkülönbség. Így, habár mindegyiküket nagyon szerettem, legfiatalabb nővéremmel, Virággal mókáztam a legtöbbet. Együtt játszottunk, együtt zenéltünk, együtt lovagoltunk, együtt mosogattunk...

Egyik ilyen kicsit mókás történetemet szeretném elmesélni, ami azt is bemutatja, milyen nagyon lehet számítani egy testvére a bajban. Kisebb korunkban volt két pónink, akiket imádtunk. A végtelenül kedves és nyugodt Szilver volt a nővéremé, Csilla – a szintén kedves, de makrancos kis póni – pedig az enyém. Egyik kilovaglásunk alkalmából egy hatalmas sártócsa mellett vágattunk el, amikor Csilla meglátott egy hatalmas fűcsomót, és ledobott a hátáról úgy, hogy fejével a sárban landoltam.

Nővérem hatalmas kacagásban tört ki, így ő is majdnem a földön kötött ki. Amikor látta, hogy nem igazán tudok elbánni haspók pacimmal, átadta nekem Szilvert, aki mindeközben majdnem elszunyókált unalmában, ő pedig megpróbálta elhúzni az én kis pónimat a fűtől. Negyed óra próbálkozás után ez sikerült is, s habár mind a ketten nagyon sárosak lettünk, folytattuk hosszú túránkat a dülölkön keresztül. Én az ő lován, ő az enyémen. Ezt a kis problémát leszámítva igazán remekül mulattunk tovább, habár a zuhanástól kicsit fáj a lábam. Nagyon boldog voltam és vagyok attól a gondolattól, hogy bár milyen nehézség is van az életemben, a testvéreimre mindig számíthatok.

Persze nem ez volt az első és utolsó ilyen alkalom, hogy a saját feje után ment a póni, de ez olyan emlék marad számomra, ami mindig megmosolyogtat, ha rá gondolok.

A két kis póni ma már nyugdíjas éveit éli, de még mindig nagyon hálás vagyok érte, hogy annyi szép emléket adtak nővéremnek és nekem.

ZSILINSZKIN LAURA ESZTER



Felnézek Rád!

Néhány hónappal ezelőtt nagyon fájt a derekam. Úgy sejtem, hogy ez az érzés sokaknak ismerős. Próbáltam halogatni a dolgot, de végül felhívtam gyógytornász nővéremet, Fruzsit (teljes nevén Vágányné Pej Fruzsina). Telefonon keresztül adott néhány tanácsot, és végül megbeszéltük, hogy találkozunk. Este 9 órára mentem hozzájuk, mert ekkor tudott adni időpontot csekélyke szabadidejéből, ami háromgyermekes családanaként marad neki.



Órákon át foglalkozott velem és útmutatást is adott, amit betartva néhány nap múlva jobban lettem. Szakmájában a kiemelkedő tudása mellett azokat a tulajdonságait is használja, melyek igazán nagy emberré teszik: a hatalmas szívét, a törődését, odafigyelését. Tudom, hogy nem csak azért foglalkozott velem annyit, mert a testvére vagyok, hanem azért is, mert ő ilyen ember.

Munkája gyógytornászként jellemzően nem látványos. Aprónak tűnő, de annál fontosabb beavatkozásokat végez és végeztet, amelyek nélkül csak a fájdalom, a rendellenesség maradna. Sokszor nehéz ezeket észrevenni, ezért szeretném kifejezni, hogy mennyire felnézek rá. Tettein, viselkedésén keresztül tanít arra, hogy hogyan lehet szeretettel teli életet élni. Nem csak gyógytornászként, hanem anyaként is. Büszke vagyok rá, hogy ilyen testvérem van.

PEJ ANDRÁS

Hányadiknak jó lenni a sorban?

A kamasz szemével

Szerintem elsőnek, mert:

- Egy csomó olyan dologról beszélgethetsz és tudsz, amiről a kisebbek nem.
- Sokszor elmondhatod a tesóidnak: „Te még ehhez kicsi vagy!”
- Tovább maradhatsz fent és nem kell délután aludnod.
- Jó esetben csak te éred fel az édességes dobozt!
- Ha van iskolás kisebb tesód, mindig megjegezheted: „Én ezt már tudom!”
- Segíthetsz a kisebb tesóidnak a tanulásban.
- Nagybaknak szóló filmet nézhetsz, amikor a tesóid már alszanak.
- Te lehetsz a kisebb tesód példaképe.



És miért nem?

- Melyik nagy tesónak nem ismerős ez a mondat: „Dehát ő még kicsi!”
- A kisebb tesóknál jobban beválik a „légyszíiii! nézés”.
- Ha családi filmet néztek, akkor a legtöbb esetben olyan filmet választatok, amit a legkisebb tesó is nézhet, és ez a nagyoknak néha unalmas (főleg, ha a nagy és a kis tesó között nagy a korkülönbség).
- A kisebb tesók mindig több ajándékot kapnak a születésnapjukra (ezt a szülők nem vallják be, de igaz!)

LIGETI-HARTH SÁRA

Hogy elsőnek vagy másodiknak lenni jobb?



Ez kábé ugyanolyan eldönthetetlen, mint-hogy lánynak vagy fiúnak lenni a jobb. Én első vagyok a sorban. A férjem is az. Mi vagyunk az úttörők, akik már 18 évesen elkerültünk otthonról. Az úttörés nem könnyű dolog, bátorság és keménység kell hozzá, míg követni másokat mindig kényelmesebb.

Ugyanakkor a napon lenni sokkal jobb, mint valakinek az árnyékában. Nem volt jó ötlet ugyanabba az iskolába járatni a gyerekeket, főleg ha az első (én) a jótanuló „bezzegnővér”, míg a második (ő) nem lelkesedik a tanulásért. Így nem csoda, hogy kiskorunkban jól elvöltünk együtt, később viszont szinte sosem jártunk egy társaságba.

Emlékszem, mennyire bosszantott öcsém rendetlensége. Évekig álmodoztam arról, hogy legyen külön szobám, és ne kelljen takarítanom utána. Boldog voltam, mikor megkaptam, de utána még inkább egyedül éreztem magam. Éppen ezért titokban nagyon vágytam egy lánytestvérré (is).

Emlékszem, mennyire zavart, hogy míg velem szemben minden szülői szabályt közményen betartattak, addig neki sokkal lazább volt a kitaposott út. Keserű emlék az is, hogy bár egyszerre kaptunk jogosítványt, édesapám csak neki adta oda az autót, tőlem féltette...

Szóval egyáltalán nem biztos, hogy elsőnek és lánynak lenni jó. Ugyanakkor biztos, hogy testvéreknek lenni jó.

A 10 éves gyermek szemével

Ez olyan kérdés, amit mindenki máshogy lát. Minden kornak megvan a maga előnye. Kezdjük a legkisebbel:

Két szereplőnk: Feri, aki tíz éves, és Maja, aki három éves. Maja megkéri Ferit, hogy játszon vele. Feri nem akar játszani Majával. Maja dühös lesz, és Ferihez vág két kisautót és egy buszt. Feri megüti Maját. Az apjuk beviharzik és leüvölti Feri fejét, majd vigasztalni kezdi Maját. Amikor kicsi vagy, a veszekedések 90%-ában a nagyobbakat szidják le, attól függetlenül, hogy mi történt. Olyan, mintha pajzsod lenne a többiek ellen.

Középsőknek lenni egy fokkal nehezebb. Mivel kicsi vagy a nagyobbhoz képest, ebből



kovácsolhatsz némi előnyt, noha nem akkorát, mint amilyen a legkisebbnek van a középsővel és a legnagyobbal szemben. Viszont a legkisebbhez képest te vagy a nagy, így több előnye van, mint neked. Hogy hányszor és mikor kapsz ki, egyedül rajtad áll.

A legnagyobbak szintén érdekes helyzete van. Mindketten kisebbek nálad, ebből kifolyólag előnyben vannak a vitákban. Viszont te vagy a legerősebb, a leggyorsabb, és sokkal többet értesz meg. Ez tehet magabiztossá, nyugodtabbá, és ha kicsit rosszabb ember vagy, kárörvendővé is.

ANTAL-FERENCZ ILDIKÓ

LIGETI-HARTH SOMA

Férfivá válni/Nővé lenni

Egykori szórakozási szokások és összejöveteli alkalmak a fiatalság és családok számára

KORONAVÍRUS-JÁRVÁNY IDEJÉN KÜLÖNÖSEN IDŐSZERŰ KÉRDÉS A SZÓRAKOZÁSI, ÉLMÉNYSZERZÉSI ALKALMAK KÖZÖSSÉGÉPÍTŐ, KAPCSOLATMEGTARTÓ EREJE. TÖRTÉNJEN EZ EGYÜTT A CSALÁDUNKKAL, BARÁTAINKKAL VAGY CSAK EGYEDÜL, A MAGUNK SZÓRAKOZTATÁSÁRA. MOST, AMIKOR FIZIKAI TÁVOLSÁGOT KELL TARTANUNK A CSALÁDTAGJAINKTÓL, BARÁTAINKTÓL, SZERETTEINKTÓL, FELÉRTÉKELŐDNEK EZEKNEK AZ ALKALMAKNAK AZ EMLÉKEI.

EGY JÁSZ-NAGYKUN-SZOLNOK MEGYEI KISVÁROSBÓL SZÁRMAZOM, AHOL KOMOLY HAGYOMÁNYÁPOLÓ TEVÉKENYSÉG FOLYIK. AZ OTT VÉGZETT MUNKÁIM SORÁN VOLT ALKALMAM OLYAN KÖZÖSSÉGEKKEL EGYÜTT DOLGOZNI, AKIK MA IS ÁPOLJÁK A KUN HAGYOMÁNYOKAT. EZEKBŐL AZ EMLÉKEKBŐL, ÉLMÉNYEKBŐL TÁPLÁLKOZIK ÍRÁSOM, AMELY KÖRBEJÁRJA, HOGY HOGYAN VÁLT VALAKI FÉRFIVÁ ÉS HOGYAN ÉRETT NŐVÉ RÉGEN, MILYEN ALKALMAIK VOLTAK A SZÓRAKOZÁSRA, AHOL MEGÉLHETTÉK A KÖZÖSSÉGI LÉTET.

„Régen minden jobb volt”. Ezt szoktuk mondani. Nem tudom, hogy jobb volt-e, de hogy más, az biztos.

Jó arra gondolnom, hogy a nagypapám, mint kortársainak többsége, még kaszinóba járt kártyázni, hogy együtt lehessen a barátaival és együtt szórakozhassanak. Más volt az élet ritmusa. Talán több idő jutott megélni a mindennapi élményeket. A technológiai forradalom a sok előnye mellett azt is magával hozta, hogy ma mindenhová sietünk, és olyan gyors lett az életünk, hogy szinte elfelejtettünk ÉLNI. Az élet egy része a virtuális valóságban zajlik, amely, ha arányban van valós közösségi együttléteinkkel, akkor akár erősítheti is azokat. Azonban ha aránytalanul sok időt vesz el életünkből, akkor kapcsolataink meggyengülnek, felszínesekké válhatnak.

Az elmúlt hetek, hónapok eseményei miatt váratlan és mindannyiunk számára ismeretlen helyzetbe kerültünk, így talán még soha nem vágytunk arra, hogy a szórakozási alkalmaink ne a virtuális világban valósuljanak meg: felértékelődött a most nem gyakorolható kézfogás, ölelés, érintés.

A cikk megírása előtt visszagondoltam azokra az élményeimre, amelyek már számomra is csak távoli emlékeként élnek. Hogyan szórakozott régen a családom, hogyan keresték a kikapcsolódási alkalmakat? Egyetemi tanulmányaim alatt alkalmam volt elmélyedni a hagyományápolás és a néprajz azon területein, melyek a férfivá és nővé válás kérdését is érintik. A mostani íráshoz a megyémben lévő kis települések hagyományait is segítségül hívtam. Nem célom teljesen visszamenni az időben, inkább a munkám során szerzett

emlékek, élmények kapcsán próbálom körbejárni a kérdést.

Nagycsaládból származom. Édesanyámék kilencen, édesapámék tízen voltak testvérek. Ők még tanyán nőttek fel. Akkoriban az emberek mindennapjait a falusi, tanyasi lét határozta meg. Elég csak arra gondolnunk, hogy a gyerekeknek mennyit kellett gyalogolniuk, míg eljutottak az iskolába, ma pedig „házhoz megy” az iskola. Nem voltak autók, nem volt televízió, internet. A biztos pont a család, a kemence melege, a friss kenyér roppanása, a petróleum illata, a fonóban serénykedő asszonyok éneke volt, és még hosszan idézhetnénk, hogy mi teremtetett akkoriban harmóniát az emberek életében.

Nagyszüleink idejében nagyon népszerű volt a „tanyázás”. A megyénkben is sok tanya volt,

ahol az emberek gyakran összegyűltek beszélgetni, történeteket mesélni egymásnak, kézimunkázni, kártyázni, csigatésztát készíteni, és ami talán a legfontosabb: sokat nevetni. Sokszor készítettek együtt valami rágcsálnivalót, például pirított tökmagot, pattogatott kukoricát, de sokszor sült lángos is a kemence tégliján. Igazi érzelmegazdag idők voltak ezek, amikor a szórakozást még a generációk tényleges együttléte jelentette, hiszen olyan sokgyermekes családok gyűltek így össze, ahol három generáció is együtt élt.

A szórakozásnak másik nagyon fontos formája volt a **tánc**, a táncos alkalmak. A táncművészet hazánkban igen gazdag, nem véletlen tehát, hogy a szórakozási alkalmak egyik legkedveltebb formája ez volt. A tánc, a táncos alkalmak jelentőséggel bírtak a férfivá és a nővé válás terén.





FARKAS ÉVA

A táncok között nagyon népszerű volt a csoporttánc, azon belül is a **lánc- és kör-tánc**. A táncosok egymással összefogódzva, mintegy láncot alkotva táncoltak. A magyar területeken elsősorban a leánykarikázó, valamint az ugrós, a lakodalmi labirintustánc, a körcsárdás és a gyermekjátékok voltak jellemzőek. A táncokban a nővé válás egyik érdekes momentumra rajzolódik ki. A leánygyermek csak a serdülőkor



elérve kapcsolódhatott be a nagyleányok táncába, a karikázóba. A menyecskék pedig csak alkalmilag, s nem is a jellegzetes karikázási alkalmakkor kapcsolódtak be. A különböző korú leányok a falu különböző pontjain karikáztak. A közös nagy táncalkalmak a tánchelyen, egyetlen táncteremben zajlottak. A belső körben mindig a fiatalabb nemzedék kapott helyet. A mulatság kezdetén, a tánc tényleges megkezdéséig a fiatalság nemek szerint elkülönülve csoportosult. A táncmulatságok állandó helye a helyi társadalmi élet központja, a kocsmavolt, ott a lányok az utcán karikáztak addig, amíg a legények behúzták vagy nevükön szólítva bekiáltották őket a tánchelyiségbe.

A táncművelés fejlődésével, de a férfivá és nővé válás folyamatában is egyre nagyobb szerepet kaptak a körtáncok mellett a páros táncok. Ilyen volt például az ugrós páros tánc. Ezek udvarló, szerelmi táncok, ahol már megjelenik a kézfogás. A páros forgós tánc szintén szerelmi tánc volt, ahol jellemző volt a leány kiforgatása. Gyakori volt a tánckezdő csók és a tánc megköszönésének a módjaként a leány felemelése.

A **táncmulatságok**nak két alapvető fajtáját ismerjük. Ezek közül a spontán tánckedvet – szórakozást – szolgáló kötetlen forma volt a gyakoribb. A másik, a szervezett bál, a parasztság körében újabb keletű, s lebonyolítását polgári hatások színesítették. A spontán táncalkalmak szervezői a falusi fiatalság rátermett tagjai voltak, a legényszervezetek vezetői közül kerültek ki. Ezek az alkalmak rendszerint vasárnap vagy ünnepnap délután kezdődtek, és estig tartottak. Szórakozási alkalmaként még meg kell említenünk a vasárnapi játszót. Sokféle névvel illették, hívták vasárnapi táncnak,

nyári táncnak, szabad táncnak, nálunk cuhá-rénak.

Ezek a **játszók**on ott volt az egész falu. Ezek az események igazi közösségépítő alkalmak voltak, ahol a fiatalok különböző korosztályai különféle játékokat játszottak, a lányok együtt énekeltek, táncoltak. Az idősebbek szemlélődtek, a gyermekek számára a játszó volt a szórakozás megtapasztalásának fő alkalmak. A századfordulótól kezdve a játszót felváltotta a **„fiatalok bandázása”**. Vasárnap és ünnepnapokon a lányok csoportokban sétáltak, énekeltek, táncoltak, a legénybandák pedig csatlakoztak hozzájuk, udvaroltak nekik, sőt a táncba is bekapcsolódtak. Egyes vidékeken a bandázásokban társadalmi különbségek is érvényesültek: elkülönültek a birtokos és szegény parasztság játszóhelyei.

A bálakat hétköznapi napokon tartották, amelyek főként a polgárság körében terjedtek el, és leginkább a farsangi időszakban voltak gyakoriak.

Táncművészetünkben tehát teljes mértékben követhető, hogy hogyan vált a legény férfivá, hogyan érett a leány nővé.

A táncnak szigorú szabályai voltak és nagyon fontos szerepet töltött be a falusi ember életében. Át- meg átszötte ünnepeit, de munkás hétköznapijait is színesebbé tette. A falusi fiatalság egyik legkedveltebb szórakozása volt a múltban, a táncalkalmak jelentették egyúttal a fiatalok ismerkedési lehetőségeit és az emberi érintkezés társas formáit is. Falun fontos volt, hogy mindenki tudjon táncolni, a szülők is erre sarkallták gyerekeiket. Az eladó lányok között „kapósabb” volt, aki jól tudott táncolni. A táncokkal együtt tanult meg a fiatalság viselkedni, lett része a falu közösségi életének.

A táncalkalmak egy része nemcsak a tánc kedvéért jött létre, hanem a társadalmi érintkezés egyik meghatározó formáját jelentette: a tánc helyre összerajzolhatta a falu egész lakosságát: fiatalok, házasok, öregek. Ha nem is táncolt mindenki, de gyönyörködhetett a látványban, és ami talán a legfontosabb: együtt voltak.

Érdekes szokás volt a **„legény-hagyma”**. A falusi lét és munkamenetek kapcsán a legény nem

mindennap mehetett a lányos házhoz udvarolni. Jánoshidán például voltak ún. „lányos napok”, a hétfő, a szerda, a péntek és a szombat. Ekkor mehetett a legény udvarolni a lánynak. Ha olyan időpontban ment, amikor nem várták vagy kellemetlen volt a jelenléte, de nem akartak konfrontációt, nem mondhatták meg a szemébe, hogy ne jöjjön többet, így a kabátzsebébe csúsztattak egy hagymát, ezzel jelezve, hogy udvariatlanságot követett el.

Régen sokkal szabályozottabban udvarolhattak a legények. Nem akkor mentek, amikor akartak, sőt, sok esetben nem is ahhoz, akit szívük szerint választottak volna. Így módon talán nehezebben élhették meg a férfivá és nővé válást, mert szigorúbb társadalmi rendszabályait kellett betartaniuk.

Írásom elején azt a kérdést tettem fel, hogy jobb volt-e régen? Továbbra sem tudom. Azt viszont igen, hogy az emberek régen is megteremtették a szórakozási alkalmakat, a társas együttlét formáit, hogy együtt lehessenek, hogy a legények férfivá érjenek, a leányok nővé váljanak.

FARKAS ÉVA

Művelődésszervező, jelenleg a Nemzeti Művelődési Intézet Jász-Nagykun-Szolnok Megyei Igazgatóságán dolgozik. Egy kisfiú édesanyja. Közel 20 éve dolgozik a közművelődésben, pályája során művelődési házakban, majd az Aba-Novák Agóra Kulturális Központban dolgozott együtt kisebb-nagyobb közösségekkel. Szívéigye a hagyományápolás és a közösségek támogatása.



VINICZAI ANDREA

A felnőttkor küszöbén – "gyerek" még a gyerek?



A legtöbb országban a 18 éves kor a nagykorúság kapuja: szabályok és szokások tucatjai épülnek arra, hogy ettől kezdve számít felnőttnek valaki. Ugyanakkor egyre több pszichológus vélekedik úgy, hogy ez az életkori határ a 21. században már nem érvényes. Azt szorgalmazták, fogadjuk el, hogy ma már a felnőttkor határa inkább 24–25 éves korra tehető.

A kétezres évektől jól látható az a folyamat, amelynek következménye, hogy azok a szerepek, amelyeket jellemzően a felnőttkorral azonosítunk, jóval később szilárdulnak meg a fiatalok életében. Ezek az ifjak már tovább járnak iskolába, jóval később házasodnak és vállalnak gyereket, mint azt tették a generációkkal korábban élők.

Ma már sok olyan 18 éves van, aki még középiskolába jár, aztán az egyetem ideje alatt még otthon lakik, és csak a húszas évei közepén, a diploma megszerzése után költözik el otthonról, és kezdi meg önálló életét. A felnőtté válás folyamata elhúzódik, ám ebben semmi rossz sincs, csupán az eddigi fogalmainkon lenne érdemes változtatnunk. Jeffrey Arnett, amerikai pszichológus az ezredforduló környékén írt először arról, hogy a huszonevesek már nem tartják magukat serdülőnek, de felnőttek sem érzik még magukat. Ezt az életszakaszt nevezte el Arnett *kibontakozó felnőttkornak*.

Segítség, itt a kapunyitási pánik!

A kibontakozó felnőttkorban a fiatalok komoly kihívásokkal és nehéz döntési helyzetekkel szembesülnek. Erre az időszakra esik a dilemma, hogy mely felsőoktatási intézménybe jelentkezzenek, és el kell gondolkodniuk a karrierválasztás kérdésén is. Emellett párhuzamosan zajlik a párkeresés és a szülőkről való leválás folyamata, nem beszélve a szülőktől való pénzügyi függetlenség iránti vágyról. Ez életük egyik legizgalmasabb korszaka, ami tele van kipróbálásra váró lehetőségekkel. Egyfajta bizonytalanság, sebezhetőség jellemzi ezeket az éveket. Mivel az életük több területén is hatalmas változások zajlanak, ezért nem ritka a fiataloknál a szorongás és

a depresszió érzése, amit a szakirodalom kapunyitási pániknak nevez. Nem is csoda, hiszen legtöbbjük eközben tapasztalja meg, döntéseinek mekkora hatása van a saját életére nézve.

Egyedül kell szembenéznie új helyzetekkel, az önállósággal járó olyan feladatokkal, amelyeket eddig észre sem vett, vagy azonnal átkerhelhetett mások vállára. Ettől fejlődik a megküzdési képessége, és válik valóban éretté, felnőtté.

Tippek az életszakasz szülői támogatására

A gyermeknevelésben minden korszaknak megvannak a maga kihívásai. Jelen esetben a fiatal felnőttek és szüleik között a generációk közti különbség, és az önállóság próbálgatása okozhat konfliktusokat. Ebben a korban természetes, hogy a fiatal meg akarja élni a saját akaratát, tudatosítani akarja a saját véleményét, gondolatait, meglátásait és ezeket ki is mondja, képviseli, sőt, akár konfrontálja is a szülői véleménnyel.

Szülőként ebben az életszakaszban akkor tehetjük a legtöbbet, ha továbbra is fogjuk a kezét, bátorítjuk gyermekünket és időről-időre megerősítjük, hogy hiszünk a képességeiben, akaraterejében és helytállásában. Még ha sokszor nehéznek is érezzük, akkor is próbáljuk meg tiszteletben tartani a döntéseit, életfelfogását és ne adjunk kéretlenül tanácsot.

Valószínűleg akkor tudunk igazán jó kapcsolatot kialakítani, és fenntartani vele, ha tudunk úgy viselkedni és olyan embernek lenni, akivel majdnem felnőtt gyermekünk szívesen tölt időt és osztja meg érzéseit, gondolatait. Ez a kapcsolat már két teljes értékű felnőtt kapcsolata, ami akkor működik jól, ha a találkozások tartalmasak és élvezetesek. Ha a határait tiszteletben tartjuk, de az igényeit észrevesszük. Ha tartózkodunk a kritikától, de tudunk őszinték maradni. Ha elismerjük az erőfeszítéseit és megosztjuk vele a mi egykori nehézségeinket is. Ha értjük és elfogadjuk őt. Ha háttérbe tudunk húzódni, amikor eljön az ideje.

Megtérülő energiabefektetés

Ha sikerül megfogadni a fenti tanácsokat, akkor sikerülhet jó szülőként fokozatosan – szeretettel támaszt és tudást, figyelmet és barátságot nyújtva – elengedni a félig-meddig felnőtt gyermekünket. Sőt, ideális esetben igazi felnőtt-barátjává válhatunk, közösen megélve a családi értékek, a szokások, a hagyományok továbbvitelét, a szeretetet és az összetartozást.

De ne feledjük, sok nagyvonalúság, önzetlenség és odafigyelés szükséges ahhoz, hogy jó szülőként a leendő unokáinknak is jó szülőt neveljünk. Ha szerencsésen alakul ez a folyamat, akkor nem okoz nehézséget a másokra figyelni, készségesnek, de nem erőszakosnak lenni, támogatni a döntéseiben és saját stílusa kialakításában. Ha azonban folyamatosan problémák bukkannak fel, érdemes elgondolkodni, változtatni, erőfeszítéseket tenni. És végül – ha semmi nem használ –, lehet segítséget kérni, akár pszichológus szakembertől is. Megéri.

VINICZAI ANDREA coach, tréner



KORMÁNY



INFORMÁCIÓ

TÁJÉKOZÓDJON HITELES FORRÁSBÓL:

koronavirus.gov.hu

VIGYÁZZUNK EGYMÁSRA!

Készült Magyarország Kormánya megbízásából.

ANYÁK NAPI ÜZENETEK

Molnár Rebeka:

REM.élem

Köszönöm a gyökereket, mik a lábam helyett tartanak.
A tartalmat, mi megtöltötte a később tanult szavakat.

A jó reggelt-et, köszönömöt,
Légy szívest és szívesent.
Hogy nem tudtad, éreztetted azt,
Hogy a szó mit jelent.

Köszönöm a sok gyógyító húslevesed másnap. Hogy arra
Tanítottál hogyan, nem azt, hogy mit lássak.

Sokkal jobban szeretlek, mint elmondani tudom, és
Jóval ritkábban teszem, mint ahogyan érzem,
De minden percben hálás vagyok, hogy a
Lényed a lényegi részem.

Köszönöm a szemeidnek, hogy látnak, nem csak néznek, hogy
Ha nem mutatom, te akkor is érzed, amit érzek.

Az elveket és normákat,
Azt a sok-sok szabályt.
Hogy mindig tudtam, mit teszek, amikor
Átléptem egy határt.

Köszönöm, hogy igényt adtál rendre, csendre, rendszerre, hogy ne
Akarjak gondolkodás nélkül, mindig mindent egyszerre...

A szárnyaimat és az erőt
Széllel szemben repülni.
Hogy hagyta saját káromon tanulni,
Néha bajba kerülni.

Köszönöm Neked, Anyu, hogy otthont adtál, teremtesz, hogy a
Konstans bizonytalanságban mindig biztonságot jelentesz.

Anna, 7 éves: Az én anyukám
nagyon szép. Nagyon szeretem őt. Legin-
kább azért, mert mindig főz nekünk finom ebé-
det, finom sütitet süt és szokott játszani is velünk.
Anyá kedves, de néha szigorú is, van, amikor le is
szid. Nagyon szeretem, amikor mosolyog. Én úgy
szólítom őt, hogy anyá. Én azt szeretem a
legjobban, ha Annácskának hív az
én anyukám.



Dóri, 9 éves: Anya nagyon
szép, nagyon szeretem, amikor moso-
lyog. Mindig kimossa a ruháimat, finom ebé-
det főz és keresi az időt, hogy tudjon velünk is
foglalkozni. Leginkább annak örülök, amikor meg-
puszil. Felnézek rá, mert javasolta nekem, hogy járjak
új iskolába és úgy érzem, nagyon jó döntés volt. Az
anyukám leginkább egy csöndes tengerhez ha-
sonlít szerintem. Anyának nevezem őt és ak-
kor örülök a legjobban, ha ő Dórikának
nevez.

Szeretettel és hálával köszöntünk minden Édesanyát!

Murányi Zita:

Hadd legyek újra...

Mint egy konok fa
mely ellenáll a szélnek
úgy képzelem anyámat akihez
éjjel csillagok beszélnek

akinek világos arca úgy ragyog
mint amikor tele van a hold
e fény pettyezi az elveszett eget
és susog neki néma altatót

mint a legfényesebb csillagot
mely utat mutat a tévelygőnek
mögötte a végtelen magasság
is bátran hátrahőkölhet

úgy képzelem a lelkét
mint simaságát egy hatalmas kőnek
ha volt is rajta repedés csorba
idővel mind feltöltődtek

úgy képezelem anyámat
mint békét hozó hófehér galambot
aki mindig is ott lakott
szivemben nyitok neki ablakot

úgy képzelem hogy csőrével kopog
és halkán koppan meg az üveg
finoman megsimitom szárnyát
békében hazaröpülhet

most megint mint egy fát úgy
látom őt hosszú karjait két cserzett ágat
átölelném törzsét hogy érezzem
jósága lelkemben szétárad

ismét holdnak nevezem
még sosem volt ilyen szép tiszta kerek
állok fénye alatt és kérem esdekelek
hadd legyek újra gyerek.



Murányi Zita (1982, Budapest) Bródy Sándor-díjas költő, író. Legutóbbi kötete: Jolly Joker (versek, 2018).



Láthatatlan erő

Karantén, család, láthatatlan munka

Célként a családi munkakultúra megteremtése kell, hogy szemünk előtt lebegjen, egy olyan világban, ahol gyermekeink figyelmét és energiáit nagy és láthatatlan külső erők kötik le. „Ha nincs a karantén, soha nem lett volna időm ilyesmire – kiabál át a szomszédom a kerítés deszkái között – évek óta csak terveztem, hogy végre rendbe rakom az udvart”. Szavaira kinyújtom a nyakam és elámulok. Mi tagadás, soha sem láttam még ilyen rendezettnak a kertjét. „Ez igen, mondom, szép munka!” István felhúzza a szemöldökét: „Munka? Ez nem munka, ez öröm, alig bírom abbahagyni. Ha őszig nem indul újra az élet, lebetonozom a garázsbejárót is” – teszi hozzá boldogan. István szomszédom szavai jól összefoglalják a nem pénzért végzett munka lényegét. A magyar terminus talán még ötletesebb és precízebb is: láthatatlan munka. Munka, amit csak akkor vesszük észre, ha nincs elvégezve. Misztikus fogalom.

HOL A MUNKA ÉS A LÁTHATATLAN MUNKA HATÁRA?

Ha visszaugranánk pár száz évet az időben, és vendéggént egy falusi magyar családhoz betérve, a sok gyermek, unokatestvér, nagyszülő és egyéb rokon között megtalálnánk a szülőket, bizony elég bután hangzana, ha megkérdeznénk: tessék mondani, milyen láthatatlan munkát terveznek a mai napra? A kedves parasztemberek jogosan mosolyognának a furcsa városiakon, az is lehet, hogy valamilyen becsapós deákcsményt sejtjenek a látogatás mögött. Az sem javítana helyzetünkön, ha tudományosabban fogalmazva gyorsan újra feltennék a kérdést: fizetetlen munkát, melyet tetszetek ma végezni? Ezen a ponton a történetünk kétfelé válhat: a gazdálkodók felháborodva utat mutathatnának nekünk, vagy éppen nagyot nevetve helyet kínálnak a félkegyelmű, de láthatóan barátságos idegeneket. Időutazós történetemmel szeretném megvilágítani, hogy a nem fizetett vagy láthatatlan munka fogalma bizony modern életmódunk melléktermékének tekinthető. Az emberiség jelentős része a huszadik század kezdetéig semmilyen fizetést sem kapott elvégzett munkájáért, hanem többnyire megélhetését így biztosította. Az európai családok kilencven százaléka még a huszadik század első éveiben is mezőgazdasági termelést folytatott, és családi munkaközösségként működött.

MUNKA ÉS HÁZIMUNKA

A láthatatlan munka fogalma tehát a lassan szétváló, családon kívül végzett fizetett munka és a mindaddig a család természetes életformájának tekintett házimunka (fizetetlen munka) közötti szakadékot próbálja áthidalni. Jól látható, hogy a szétválásztás mesterséges, hiszen maga az élet lenne elképzelhetetlen láthatatlan munkánk nélkül. A probléma olyannyira kézenfekvő, hogy a modern gazdasági elméletek megpróbálják (nem sok sikerrel) kiszámolni és modelljeikbe integrálni a nem fizetett társadalmi munkafolyamatokat is.

CSALÁDI ÉLET ÉS LÁTHATATLAN MUNKA

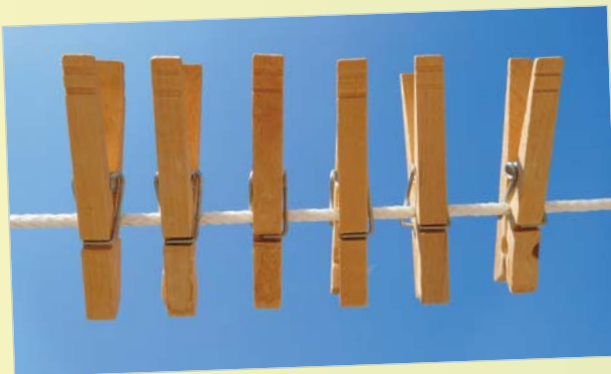
Sajnos sokszor előfordul, hogy a nem fizetett munka fogalmát, a klaszszikus háztartási tevékenységekre leszűkítve alkalmazzák. Mosogatás,

főzés, bevásárlás, takarítás, gyermeknevelés. Aki azonban ismeri a mai magyar családok valós helyzetét, jól tudja, hogy István szomszédomhoz hasonlóan, többségük maga építi a házát, kerítését, garázsbejáróját, garázsát, hétféle házát, de még városi lakásokban is jellemző, hogy a szakmunkák kivételével a család végzi el a fenntartási feladatokat. Sokan maguk szerelik háztartási gépeiket, szervizelik autóikat. Ehhez tegyük még hozzá a családi élethez kapcsolódó ügyintézés, legyen az online vagy hivatalos sorban állás, de még nyári utazásainkat

is sokszor magunk intézzük, ahelyett, hogy azt valaki számunkra megszervezné. Gyermekeinket többnyire mi magunk szállítjuk el az óvodába és iskolába, és a napunk természetes részének tekintjük az autóban ülést vagy az ingázást. Ezzel azonban még mindig nem fedtük le a családi láthatatlan munka teljes spektrumát, és talán a legfontosabb feladról, a családi érzelmi házimunka kérdéséről még nem is ejtettük szót.

AZ ÉRZELMI HÁZIMUNKÁRÓL

Az érzelmi házimunka is láthatatlan vagy fizetetlen munka. Olyasvalami, amiért nem jár pénz, de ha minden a helyén van, elismerés és szeretet a jutalma. Ha úgy tetszik, egy apa és egy anya fő szülői feladata a család érzelmi vérkeringésének működtetése apa, anya, gyermekek és nagyszülők között is. Bármelyikünk elakadása, mindannyiunk elakadása is. Az érzelmi energiák helyes beosztása, a ma élő szülők talán legfontosabb feladata. Maga a gyermeknevelés, de a párkapcsolat minősége is főként láthatatlan tényezőktől függ, melyek megteremtése egy család legfontosabb feladata. Véleményem szerint egy család elsősorban nem a mai gazdasági terminológia szerinti munkavégzéssel és fogyasztással járul hozzá a gazdasági fejlődéshez, hanem a következő generáció felnevelésével, a jó emberi kapcsolatok építésével és fenntartásával, a kulturális örökségünk továbbadásával. Lehet, hogy mindez túlzottan elvontan hangzik, de elég ha arra gondolunk, Törökországban szegény, ha egy család nem maga látja el idősebb családtagjait, vagy ha az egy utcában lakók nem segítik az odatévedő hajléktalanokat. Mivel ez a családi funkció a nyugati társadalmakban már nem működik, a társadalom drága intézményrendszerek fenntartásával kell, hogy mindezt pótolja.





LÉDER LÁSZLÓ

A KARANTÉN MINT LEHETŐSÉG

Kimondani is furcsa, hogy erre a nehéz élethelyzetre mint lehetőségre gondoljunk. És mégis látnunk kell, hogy a kényszer miatt otthon maradó családok életében fokozottan megjelenik az ősi családi dinamika, a családi munkaközösség és csapatmunka igénye. Ha tetszik, ha nem, szülői felelősségünk, hogy feladatainkat és eddig megszokott életrendünket alapjaiban újragondoljuk.

Környezetemben több olyan családot is látok, ahol apa, anya és gyermekeik is otthoni karanténba kényszerültek. Máshol a szülők felváltva dolgoznak, és van, ahol az édesanya vált egyedüli kenyérkeresővé. Hadd kezdjem ez utóbbi példával. A napokban beszéltem telefonon egy édesapával, akinek felesége kora reggeltől késő estig dolgozik, míg az apa három kisgyermekkel otthon maradt. Az apa feldúlt volt és sértett. Beszélgetésünk során arra próbáltam rávezetni, hogy megértse, most egy ideig nem ő lesz a család eltartója, de erre semmi szüksége ahhoz, hogy kiváló embernek és apának érezze magát. Sajnos számolnunk kell azzal a problémával, hogy mára az apai és férfi identitást többnyire a családon kívüli kereső tevékenység határozza meg. A jó hír az, hogy ha az apák segítséget és megértést kapnak, sokkal nagyobb számban képesek „átállni”, és aktív részt vállalni a háztartás menedzsmentből és a gyermeknevelésből, mint azt elsőre gondolnánk. Itt kell leírnom, amit oly sokszor el szoktam mondani: a gyermekekről való gondoskodás ősi férfi feladat, férfias tevékenység. A családjából kiszakadó, kizárólag családfenntartó apa modellje, modern problémának tekinthető. De ne csak az édesapákra gondoljunk. Modern korunkban, a fizetett munka mellett mostoha gyermekként kezelt láthatatlan munkavégzés miatt sok édesanya is érezheti úgy, hogy ha csak otthoni munkát végez, „csak gyermekeket nevel vagy idősebb családtagokról gondoskodik”, társadalmi megbecsültsége csökken. A karantén furcsa helyzete talán segíthet abban is, hogy jobban megértsük, és végre értékén kezeljük az otthoni munkavégzést.

NEMI IDENTITÁS ÉS LÁTHATATLAN MUNKA

Azt sem szabad letagadnunk, hogy a láthatatlan munkavégzés feladatai és a nemi identitás kérdése szorosan összekapcsolódnak egymással. Példának említem azt a házaspárt, ahol évekbe tellett, mire a feleség megszokta, hogy a férje nem azért veszi elő a porszívót, hogy ezzel megbántsa feleségét, hanem azért mert szeretne felporszívózni. És fordítva is, tudok olyan párról, ahol a barkácsolást a feleség végezte, míg a férfi örömmel főzött családjának. Az is előfordult, hogy egy sajnálatos válást követően, a hölgy letette a fűrógépet, mert új párja férfiként nehezen viselte a „szerepcserét”. Általában igaz, hogy minél nagyobb egy család és minél több az elvégzendő feladat, annál inkább átjárhatóvá válnak a klasszikusan férfi vagy női munkának tekintett szerepek. A karantén egyik pozitívuma éppen az lehet, hogy férfiként és nőként, apaként és anyaként olyan feladatokat is elvégzünk, melyeket korábban nem mi csináltunk. És talán a legfontosabb: gyerekeink számára a szülői gondoskodás szeretetet és biztonságot jelent. A gyermekeit felöltöztető, a reggeli asztalt megterítő apa viselkedése mély érzelmi hatással lehet az apa-gyerek kapcsolatra is. Ahány ház annyi szokás, semmi sincs kőbe vésve, de ne feledjük: a modern családi lét is kizárólag csapatmunkával lehet sikeres, melyben másodlagos szerepet kell, hogy betöltsön, hogy a társadalom éppen mit tekint férfias vagy nőies tevékenységnek.

HÁZIMUNKA ÉS BOLDOG GYERMEKKOR

Végül pedig, de nem utolsó sorban szeretnék minden szülőt megerősíteni, hogy ne féljük gyermekeinket már kiskoruktól kezdve házimunkára szoktatni. Csak jót teszünk velük és boldogabb gyermekkort biztosítunk, ha ezt mértékkel és fokozatosan tesszük. Rossz példának felsejlik előttem gyermekkorom faluja, ahol nagyon sok gyermeket szoktattak le a munkáról szüleik azzal, hogy minden szabadidejüket és a nyári vakációt is a veteményeskertben kellett eltölteniük. Azt gondolom, manapság, ennek sajnos éppen az ellenkezője igaz. A legtöbb magyar családban sokkal kevesebbet segítenek be a gyerekek, mint az indokolt lenne. Ebben, a korszellelem sem segít bennünket. A gyermekkort átítató IT és közösségi média éppen a gyerekek leghasznosabban eltölthető idejét köti le. A karantén ebben az értelemben is egyszerre lehet tükör és lehetőség. De legyünk bölcsek: ne most szoktassuk rá kamaszgyerekeinket a mosogatásra, és mobiljaik kikapcsolására, ha azt eddig nem tettük. A láthatatlan munkára is nevelnünk kell, motiválni és jutalmazni. Célként a családi munkakultúra megteremtése kell, hogy szemünk előtt lebegjen, egy olyan világban, ahol gyermekeink figyelmét és energiáit nagy és láthatatlan külső erők kötik le.



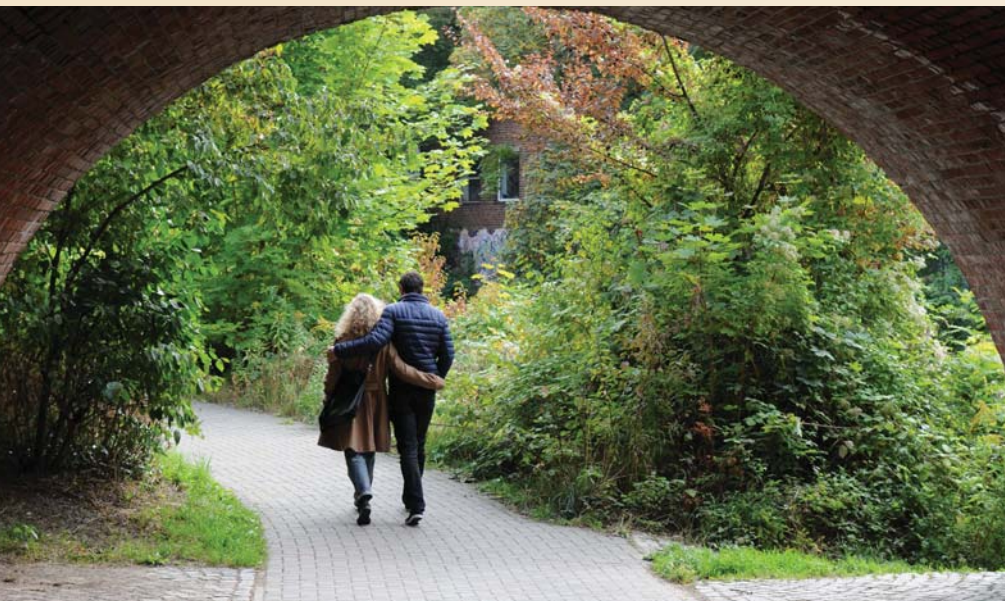
MEGERŐSÍTŐ ÜZENET

Írásom végén szeretnék mindenkit óva inteni, attól, hogy a karantén helyzetét hurrá optimizmussal kezelje. Nem tudjuk meddig tart a járványidőszak és az összefártság nem könnyű élethelyzet. Különösen nehéz akkor, ha közben a jövőnkért is aggódnunk kell. A modern családok sokkal kevesebb időt töltenek együtt, mint az lélektanilag szükséges lenne. Könnyen elszokunk egymástól, emiatt furcsa lehet, hogy egész délelőttünket gyermekünkkel együtt tanulva töltjük vagy, hogy napok óta nem volt lehetőségük egy kicsit földre vonulni és saját magunkkal foglalkozni. Ne tervezzünk túl sokat és adjunk magunknak és családtagjaink is időt az átállásra. És ne feledjük: a láthatatlan munka maga az élet. Az, hogy csak úgy együtt vagyunk, vagy csapatként elvégezzük a közös feladatokat óriási öröm és összekovácsoló erő lehet, és talán éppen azért, mert a végén senki sem fizet érte.

LÉDER LÁSZLÓ

PSZICHOLÓGUS, AZ APA AKADÉMIA ALAPÍTÓJA

Szerelem és mi-idő a koro



EGY SZERELEM TÖRTÉNETE MEGFOGALMAZHATÓ ÚGY IS, MINT EGY IZGALMAS, MAGÁVAL RAGADÓ DIALÓGUS, AMELYNEK KÖSZÖNHETŐEN NEMCSAK MEGISMERJÜK, MEGSZERETJÜK EGY MÁST, HANEM BARÁTOK IS MARADUNK. OLYAN BARÁTOK, AKIK MEGŐRZIK ÉRDEKLŐDÉSÜKET A TÁRSUK IRÁNT, ÉS ELÉG BÁTRAK AHHOZ IS, HOGY ÚJRA MEG ÚJRA MEGNYÍLJANAK EGYMÁS ELŐTT BÉKÉS ÉS EMBERT PRÓBÁLÓ IDŐSZAKOKBAN EGYARÁNT.

Ha erre a párbeszédre nem törekszünk tudatosan, a munka, a gyereknevelés, a családi élet számos feladata lassan, de biztosan erodálja a leglánglebb szerelmet is. Ez történt Marcsival és Gáborral: szép szerelemként indult a kapcsolatuk, összeházasodtak, majd a szüleiknél kezdték meg közös életüket, később megszülettek fiaik, közben építkezni kezdtek. Múltak az évek, szép lassan a házuk is elkészült. A gyerekek ekkorra már középiskolások voltak. Nem sokkal később egyetemre jelentkeztek, elköltöztek otthonról, Marcsi és Gábor pedig az üres családi fészekben nem találta az egymáshoz vezető utat, pedig nem történt nagy árulás, megcsalás, alkoholizmus vagy más függőség sem árnyékolta be életüket. Mégis szinte nullára csökkent köztük a kontaktus, amikor párterápiára jelentkeztek a dilemmájukkal: „Váljunk vagy ne váljunk?”

A szerelem védőpajzsa: a tudatosság

Fontos, hogy házasságunk megvédésében legyünk tudatosak, és időben építsük be életünkbe azokat a szokásokat, amelyek megakadályozzák, hogy eltávolodjunk egymástól. Ezek közül az egyik legfontosabb a mi-idő. A mi-idő időtartamára vonatkozóan a szakemberek kiindulási pontként a napi fél órát, a

heti egy estét, a havi egy napot és az évi egy hetet szokták javasolni. Mivel ebben a pillanatban az éves és akár még a jövő havi terveink is eléggé bizonytalanok, ezért beszéljünk most a napi és a heti mi-időről.

A mi-idő, amely a kettőnk közötti meg-megújuló párbeszéd kitüntetett ideje, legfeljebb vis major esetén maradjon el: például, ha kórházba

Hálás szívvel könnyebb! Ha azok közé tartozunk, akik nehezebben nyílnak meg, kezdjünk el hálanaplót vezetni. Minden este írjuk le, mi mindenért voltunk hálásak aznap a párunknak. A másnapi mi-időnkben indítsuk a beszélgetést e gondolatok megosztásával. Módosított változatban gyermekeink életébe is bevihetjük a hála-percek ritmusát: esténként, lefekvéskor kérdezzük meg tőlük népmesei stílusban: mi volt az a három dolog vagy esemény, aminek a legjobban örültek? Vagy pedig hitünk szerint: miért a leghálásabbak a mai napon a Jóistennek? Válaszaik azon túl, hogy összekötnek bennünket, néha igencsak meglepnek majd, nem utolsósorban pedig pontosan tájékoztatnak bennünket gyermekeink lelkiállapotáról.

kerülünk. Alapesetben egy pár életében ilyesmi csak ritkán adódik, most azonban egész országunk ismeretlen, sosem tapasztalt helyzet él meg.

Nagycsaládos feleségektől tudom, hogy az otthonról végzett munka mellett a korlátozott kijárás, a digitális oktatás, a középiskolás és egyetemista gyerekek hazaköltözése jócskán megnöveli a szülők leterheltségét. Egy apuka a következőképpen foglalta össze tapasztalatát egy nagycsaládos közösségben: „Gyakran az otthon végzett munka, az együttlét öröme és a dühkitöréseim között hánkolódom, pedig »csak« három gyermekem van...”

Ilyen körülmények között különösen fontos a mi-idő, hogy ne épüljön le a kapcsolatunk, amelyre szülői szerepünk is épül.

Tipp a párkapcsolat pénzügyminiszterének:

Kutatások szerint, azok, akik többet fektetnek kapcsolatukba, kevésbé látják vonzónak a kapcsolaton kívül megjelenő lehetőségeket, ezért aki szeretné megőrizni szerelmét, a családi kiadások tételeit bővítsé egy új oszloppal, amelybe a kapcsolat ápolására fordított kiadások kerülnek: belépőjegy, étterem, virágcsokor, könyv vagy utazás – minden, ami kettejük kapcsolatát hivatott szebbé tenni. Így pontosan nyomon követhető, mennyit áldozunk időben, pénzben és odafigyelésben a kapcsolatra.

navírus idején



BARÁTH MÁRTA

Így növeljük szerelmünk ellenálló képességét

1. Csökkentsük okosan a mi-időt! A nyári közös hétvégénket/hetünket egyelőre engedjük el, de a napi beszélgetésünk 20-30 percét vagy a heti randevús esténket mindenképpen tartsuk meg. Akár kimozdulás és pénzköltés nélkül is megoldhatjuk ezt: főzzük meg kedvenc gyömbéres mentateáinkat, s miközben kortyolgatjuk, beszélgetésünk a kertünkben, vagy ha az nincs, akkor lakásunk teraszán. Nemcsak a testünk, a lelkünk is felüdül egymás társaságában.



2. Alkalmazkodjunk a megváltozott körülményekhez! Anna és János korábban hetente egy délutánt kettesben töltött. Addig bébiszitter vigyázott a gyermekeikre. Most azonban se ovi, se bébiszitter, ezért azt találták ki, hogy amíg a korlátozások engedik, szerda reggelente egy órát sétálnak, amíg a kicsik alszanak.
3. Adjunk időt magunknak! Ha eddig nem volt mi-időnk, jelen körülmények között viszont nem érzünk magunkban elég energiát ahhoz, hogy nekiveselkedjünk, adjunk haladéktalant magunknak, de határozzuk meg együtt, mikor kezdünk bele – ha feloldják a kijárási korlátozásokat, ha újraindulnak az óvodák és az iskolák, ha újra lesz mindkettőnknek munkája... –, és a közös elhatározáshoz következetesen ragaszkodjunk.

Tipp kezdőknek és újrakezdőknek: Legyünk tudatában, hogy a szokások kialakulására vonatkozó kutatások szerint legalább 60-90 nap, míg rögzül egy szokás, akár nyelvtanulásról, akár kocogásról van szó. Ugyanez vonat-

kozik a mi-időre is; hetekbe, hónapokba fog telni, amíg megszokjuk, kialakítjuk, de akkor már szinte fájni fog mindkettőnknek, ha mégis elmarad.

Szerelemtérképünk frissítése járvány idején

Nemrégiben olvashattuk a hírt, hogy Kínában – ahol néhány hónappal korábban kezdődött a járvány – a járványhelyzet kritikus időszakának lecsengése után megnövekedett a válókezeset benyújtók száma.

Az összecsúszás, a konfliktuskezelési módok elégtelensége, a bizonytalanság, amellyel most küzdünk, komolyan veszélyeztetheti a kapcsolatunkat, ezért most különösen fontos, hogy ne Kolumbusz-korabeli szerelmetérképünk legyen arról, hogy ki is valójában a társunk, és hogyan reagál például vészhelyzet esetén. Mi most a legnehezebb neki, mitől tart? Mire van szüksége, hogyan tudom őt támogatni, megnevetetni? Talán én-időre van szüksége? Talán egyszerűen arra, hogy végre eleget aludjon? Vagy arra, hogy utolérje magát a munkájában? És mi az erőssége, miért tud most hálás lenni? Maradt-e benne öröm és játékoság, erő az újratervezéshez, a minden napok átszervezéséhez, a célok újrafogalmazásához?

Igen, ezért kell a mi-idő, hogy újra és újra megismerjük, és mind jobban megszeressük egymást.

A KSH Népeségtudományi Kutatóintézet demográfiai portréja szerint a ma Magyarországon házasságot kötő pároknak 42%-a a későbbiekben elválók. Közöttük egyre növekszik azok aránya, akik 20 évnél hosszabb házasságnak vetnek véget, amelyben már ritkán él kiskorú gyermek. Elemzők szerint ezek a házaspárok addig működtetik a házasságot, amíg a gyermekek felnőnek. Ebben a döntésben egyszerre érhető tetten a felelős szülői magatartásra való törekvés, a párkapcsolat megővése, felvirágoztatása tekintetében viszont az eszköztelenség.

Ebben a helyzetben, amelyben most vagyunk, a nyílt kommunikáció, a gyöngédség, a mi-tudat az, amely képes lesz párként átsegíteni bennünket a túlsó partra, ahonnan ez a küzdelmes időszak is annak bizonyossága lesz, hogy a szerelemben nemcsak a kolera idején, mint Gabriel Garcia Márquez híres regényében, hanem 2020-ban, a koronavírus-járvány idején is megőrizhető vagy akár évtizednyi kihagyás után is újrakezdhető a párbeszéd.

BARÁTH MÁRTA

kommunikációs szakember
pár- és családterapeuta-jelölt



Örökbefogadás, gyermekelhelyezés, kapcsolattartás bírói szemmel a testvérek jogairól

A szerkesztőség kérdéseire válaszolva írta: dr. Ocskó Katalin családjogi csoportvezető bírő



A Gyermekvédelmi Törvény miként védi a testvérkapcsolatot? Hogyan lehet egyáltalán figyelembe venni ezt a köteleket?

A gyermekek védelméről és gyámügyi igazgatásról szóló 1997. évi XXXI. törvény (továbbiakban: Gyvt.) az alapelvek között rögzíti, hogy a gyermeknek joga van a saját családi környezetében történő neveltetéshez, valamint ahhoz, hogy segítséget kapjon a saját családjában történő nevelkedéshez.

A gyermek a szüleitől vagy más hozzátartozóktól – így a testvéreitől – csak saját érdekében, törvényben meghatározott esetben és módon választható el.

A jogszabály a gyermekek elhelyezése kapcsán a testvérek együttes elhelyezése mellett foglal állást, a külön történő elhelyezést kivételes esetként kezeli. Az érzelmi, fizikai köteléket megszakítani csak igen indokolt, különleges helyzetben szabad, a gyámügyi igazgatásban dolgozók döntéseik során a fentieket kötelesek szem előtt tartani.

A nevelésbe vett gyermek jogai közt megjelenik, hogy joga van a testvéreivel való együttes elhelyezés kezdeményezésére, valamint személyes kapcsolatait ápolására.

A jogszabályok mennyire támogatják a vér szerinti testvérek együttes örökbefogadását?

Az örökbefogadási ügyek intézésében a gyámhivatalok illetékesek. A bíróság hatáskörébe kizárólag az örökbefogadás felbontása iránti per elbírálása tartozik. Testvérek örökbefogadása esetén a jogi szabályozás is amellet foglalt

A gyermekjogok esetén a kiindulópont az 1989 novemberében New Yorkban aláírt Gyermekjogi Egyezmény, amely hazánkban az 1991. évi LXIV. törvénnyel lépett hatályba. Ennek 8. cikkelye deklarálja, hogy az univerzális Egyezményben részes államok törvénysértő beavatkozás nélkül tiszteletben tartják a gyermeknek saját személyazonossága – ideértve állampolgársága, neve, családi kapcsolatai – megtartásához fűződő, törvényben elismert jogát. Ehhez az Egyezményhez egy ország kivételével minden állam csatlakozott.

Magyarországon Alaptörvényünk alapelvei szinten rendelkezik gyermekjogokról a Szabadság és Felelősség részben a XV. és a XVI. cikkeken. Félretéve kicsit a jogi nyelvezetet, a testvérkapcsolatot bíróként, anyaként kiemelkedő jelentőségűnek vélem. Egy jó testvér támasz, gyerekkorban a legjobb játszópajtás (mindig kéznél van), húzóerő (nem egy testvérpárt ismerek, ahol a még óvodás korú kisebb gyermek a nagybóttól tanult meg olvasni, miközben a szülők az iskolással gyakoroltak), felnőttkorban pedig akár az idős szülők ellátásában, akár a mindennapokban is olyan bástya, ami különleges helyet tölt be az életben.

állást, hogy lehetőség szerint együttesen kerüljenek örökbefogadó szülőkhöz, ne történjen meg a szétválasztásuk. Ezt segíti elő a Ptk. azon szabálya is, hogy az örökbefogadó és az örökbefogadottak közti korkülönbség vizsgálata során csak az idősebb gyermekekre kell figyelemmel lenni.

A Gyer. előírásai értelmében az örökbe fogadni szándékozó személynek nyilatkoznia kell arról is, hogy vállalja-e testvérek örökbefogadását, valamint az örökbefogadásra való alkalmasságát megállapító határozat rendelkező része is tartalmazza azt, hogy alkalmas-e testvérek fogadására.

Mit tehet az örökbefogadott gyermek, aki szeretné felnőttként megismerni a testvéreit? Van erre lehetőség kiskorúként is?

A gyermeknek joga van ahhoz, hogy élettörténetét megismerhesse, ezért a Ptk. 4:135.§-a által biztosított körben felvilágosítást kérhet a gyámhatóságtól arról, hogy örökbefogadták-e, él-e vérszerinti szülője, van-e testvére, és – ha a tizennegyedik életévét betöltötte – a vérszerinti szülőjének és testvéreinek személyi adatairól is tájékoztatást kérhet.

A Gyer. rendelkezik az örökbefogadott származásával kapcsolatos tényekről és az örökbe fogadott egészsége szempontjából jelentős egészségügyi adatokról szóló tájékoztatás megadásának részletszabályairól. Az ilyen információ kiadása iránti kérelem esetén a gyámhivatal a vér szerinti szülő, testvér, féltestvér meghallgatása nélkül tájékoztatja az örökbefo-

gadottat arról, hogy örökbefogadták-e, él-e vér szerinti szülője, valamint a felderíthető adatok alapján van-e testvére, féltestvére. Azonban a természetes személyazonosító adatok megadásához az illető előzetes hozzájárulása szükséges, így azok csak abban az esetben közölhetők, ha a meghallgatásuk során ahhoz az érintettek hozzájárultak.

A gyámhatóság akkor nem közölheti a vérszerinti szülő adatait, ha az a gyermek érdekeivel ellentétben áll, így különösen akkor nem, ha a szülő felrható magatartásával gyermeke érdekét súlyosan sértette vagy veszélyeztette, és ezért a bíróság a szülői felügyeleti jogát megszüntette.

Amennyiben valószínűsíthető, hogy az örökbe fogadott egészségének érdekében szükséges, anonim formában a gyámhatóságnak biztosítania kell a rendelkezésre álló egészségügyi adatok megismerését.

Milyen gyakori az, hogy a gyerekeket a szülők „szétosztják” egymás között? Van beleszólása a gyámhatóságnak/bíróságnak, ha erről egyeznek meg?

A bírói gyakorlatban kevés példát találunk arra az esetre, hogy vér szerinti édestestvéreket eltérő szülőnél helyezzenek el. Házasság felbontása vagy szülői felügyelet rendezése iránti perek esetén a jogszabály elsődlegesnek a szülők megállapodását tekinti, és csak ennek hiányában dönt arról, hogy melyik szülő gyakorolja a szülői felügyeletet (régijogi szóhasználat: gyermekelhelyezés), avagy csakis közös kérelemre

rendeli el a szülői felügyelet közös gyakorlását. A bíróság azonban kizárólag olyan egyezséget hagyhat jóvá, amely a gyermekek érdekében áll, így ezt minden esetben vizsgálja is. A határozathozatal során mérlegelnie kell, hogy a gyermek testi, szellemi és erkölcsi fejlődése miként biztosítható a legkedvezőbbben. Amennyiben az a gyermekek külön történő elhelyezésére irányul, jóváhagyása során döntő tényező, hogy nem jár-e az a gyermekek végleges elválasztásával, továbbá, hogy biztosítva van-e a gyermekeknek nemcsak a szülővel, de az egymással való érintkezése is.

A bíróság vita esetén a bizonyítási eljárás során pszichológus szakértőt von a perbe, aki szakértelmével, tesztek és egyéb különleges eszközök alkalmazásával állást foglal a szülők nevelési alkalmasságán túl a gyermek elsődleges kötődése és a testvérek egymáshoz való viszonyulása tárgyában is. Ha külön-külön kéri a szülők a testvéreket „elhelyezni”, kérdést intézünk a szakemberhez arról is, a gyermekek szétválasztása járna-e hátránnyal, s ha igen, mivel.

Azonban, ha a gyermek a tizenegyedik életévét betöltötte, szülői felügyeletére és elhelyezésére vonatkozó döntés az egyetértésével hozható, kivéve, ha a gyermek választása a fejlődését veszélyezteti.

A kiskorúakat bíróság is meghallgathatja, a gyermek kifejezett kérésére vagy a szülők indítványára, illetve erre hivatalból is lehetőségünk van.

A Kúria iránymutatása és tapasztalataink is egyértelműen alátámasztják, hogy a szülők válása a gyermeknél rendszerint súlyos válságot (gyászmunka) idéz elő, melynek hátrányos következményei fokozottan hatnak rá, különösen, ha még a testvérétől is el kell szakadnia.

Éppen ezért a gyermekek elhelyezésénél mind a szülőknek, mind a bíróságnak törekedniük kell arra, hogy a gyermekek a szülők válását követően is együtt maradjanak, és közösen vészeljék át a házasság felbomlásának nehéz időszakát. Mindkét szülőnél egyformán kedvező feltételek esetén – és csak akkor, ha különösen indokolt – lehet a testvéreket egymástól különválasztva elhelyezni.

Azonban azt is figyelembe kell venni, hogy nem minden családban egyforma a gyermekek egymáshoz való kötődése. Ennek oka lehet akár a jelentősebb korkülönbség, eltérő érdeklődési körök, igények, amelyek gyengíthetik az egymáshoz való ragaszkodást. Lehetséges az is, hogy a gyermeket valamelyik szülőhöz fűzi olyan mély érzelmi kötődés, amely erősebb a testvérek közötti kapcsoltnál, vagy már egy hosz-



szabb ideje kialakult helyzetre tekintettel a gyermekek érdekével és kívánságával egyezően történik a külön szülőnél való elhelyezésük.

A Legfelsőbb Bíróság (jelenleg: Kúria) például egy régebbi határozatában az egyik gyermek autizmusára is tekintettel indokoltan látta mindkét gyermek érdekében a külön-külön való gondozást a beteg gyermek szakszerű nevelése, speciális kötődése és az állandóság érdekében.

Saját munkám során egyetlen egy esetben határoztam a testvérek szétválasztása mellett, ami azért is volt különösen nehéz és hosszú megfontolást igénylő döntés, mert a kiskorúak ikrek voltak. Ennek ellenére annyira kifejezett és egyértelmű volt a külön-külön szülőhöz való ragaszkodásuk – amit a beszerzett szakértői vélemény is kétséget kizáróan igazolt a hozzátartozói körből meghallgatott tanúvallomások és pedagógiai véleményeken túl –, hogy ikerkapcsolatuk ellenére szétválasztásra kerültek. A bíró számára ilyen esetben a legjobb visszajelzés, hogy a döntés elsőfokon jogerőre emelkedett, azt a szülők elfogadták.

Beszélne a testvérek közötti kapcsolattartásról?

A Polgári Törvénykönyv is deklarálja, hogy a gyermeknek joga van a kapcsolattartáshoz a testvérével, amely jog levezethető mind a New York-i Gyermekjogi Egyezményből, mind pedig az Alaptörvényből. Ha házassági vagy szülői felügyelet rendezése iránti per nincs folyamatban, a kapcsolattartásról a szülők megegyezésének hiányában a gyámhatóság dönt. A döntés előtt az érdekelteket és az ítélőképesége birtokában lévő gyermeket meg kell hallgatni. A testvérek közötti kapcsolattartás rendezésére irányuló kérelem tárgyában szintén a gyámhatóság dönt. A szabályozás során figyelemmel kell lenni a gyermeknek a családi kapcsolatai ápolásához való jogára, különösen az átmeneti gondozásban részesülő, ideiglenes hatállyal nevelőszülőnél vagy gyermekotthonban elhelyezett gyermek, valamint a nevelésbe vett gyermek vonatkozásában.

2020. március 1. napjától a kapcsolattartásra

vonatkozó határozat végrehajtása iránti eljárás a bíróság hatáskörébe tartozik. A határozat végrehajtását a bíróságtól a kapcsolattartásra jogosult és a kötelezett is kérheti, a bíróság a végrehajtás elrendeléséről nemperes eljárás keretében dönt.

Különválasztás esetén a legfontosabb követelmény a gyermekek érdekében olyan szabályozási rend kialakítása, mely biztosítja, hogy a testvérek együtt minőségi időt tölthessenek mindkét szülővel, tehát, a találkozási lehetőség mértékét és módját akként kell meghatározni, hogy mindkét gyermek együtt tudjon lenni a gondozó és a különélő szülővel is.

Milyen módon készítik fel a bírókat az ilyen esetekre, hiszen erős lehet az érzelmi teher? Mennyire látják a döntésük eredményét pl. a gyermekelhelyezés esetében?

A családjogi tárgyu eljárások fokozott érzelmi terheléssel járnak, a munkát a bíró „haza viszi”, folyamatosan mérlegel, gondolkodik, alternatívákat vet el vagy erősít meg. Rendszerezsek a szakmai workshopok, érzékenyítő tréningek, amiket általában pszichológus végzettségű oktatók tartanak.

Ezekon felül – álláspontom szerint – nagy fontossággal bír, hogy a bíró olyan közösségben (csoportban) dolgozzon, ahol az ugyanilyen nehézségekkel küzdő kollegákkal megoszthatja kétségeit, egymást támogatva enyhíthető, elsimítható az az állandó lelki készenléti állapot, ami a munkánkkal jár. Kiemelkedő jelentősége van, természetesen, a bíró saját családi környezetének is. Ebben az ügyszakban ítélni szolgálat, annak minden nehézségével és szépségével együtt.

Végezetül remélem, a fentiekből is kitűnik, hogy jogalkalmazóként milyen kimagasló szerepet tulajdonítunk a szoros, értéket teremtő és kölcsönösségen alapuló testvéri kapcsolatnak.

Dr. Ocskó Katalin 1994. április 1. óta ítélkezik a családjogi ügyszakban, tehát 25 évet meghaladó tapasztalattal rendelkezik. A Budai Központi Kerületi Bíróság családjogi csoportvezetője, immár 15 éve. Gyermekjogi szakjogászi végzettsége is van, hitvallása a kiszolgáltatott társadalmi réteg (kiskorú gyermekek, idősek, mentálisan sérültek) védelme a jog minden lehetséges eszközével, illetve az ő érdeküket védő eljárás biztosítása, annak szem előtt tartása a döntéshozatali folyamatban. Folyamatosan részt vesz a Kúria családjogi témájú joggyakorlat-elemző csoportjai munkájában, titkárokat, fogalmazókat, kezdő és gyakorló bírákat is oktat rendszeresen, valamint pszichiáter szakértőket a gondnokság alá helyezés iránti perek tárgyában. A társszervek tagjainak (gyámhivatalok, ügyvédek) is évente tart előadásokat. A bírónő 2019-ben Juhász Andor-díj ezüst fokozata kitüntetésben részesült.

Tényleg „okos” rabságban élünk?

Kiút az okostelefonok fogságából

AZ OKOSTELEFONOK A MINDENNAPJAINK RÉSZÉVÉ VÁLTAK, ÉS BÁR VITATHATATLAN, HOGY EZEK AZ ESZKÖZÖK SOK SZEMPONTBÓL ELŐNYÖS VÁLTOZÁSOKAT IDÉZTEK ELŐ AZ ÉLETÜNKBEN, EZEKÉRT CSERÉBE – A KELLŐ EGYENSÚLY NÉLKÜL – KOMOLY ÁRAT IS FIZETHETÜNK. AZ OKOSTELEFONOK TÚLZOTT HASZNÁLATÁNAK KÉRDÉSE ELSŐSORBAN A GYERMEKEK ÉS A KAMASZOK VONATKOZÁSÁBAN SZOKOTT FELMERÜLNI, UGYANAKKOR A FELMÉRÉSEK SZERINT EZ A PROBLÉMA A FELNŐTTEKET UGYANÚGY ÉRINTI. (De-Sola Gutiérrez, Rodríguez de Fonseca, és Rubio, 2016).

Függőség vagy problematikus használat?

A szakértőket foglalkoztatja, hogy a jelenség miként kategorizálható, de mivel jelenleg a diagnosztikai rendszerek (DSM, BNO) nem minősítik függőségnek, ezért a szakirodalomban leginkább viselkedészavarként tartják számon, és problematikus okostelefon-használat elnevezéssel illetik (Hurley, 2019; De-Sola Gutiérrez és mts., 2016).

A szakmai és a tudományos besorolási törekvések fontosságát nem elhanyagolva ugyan, de fontos megállapítani, hogy az okostelefonok nem megfelelő alkalmazása – a jelenség elnevezésétől és minősítésétől függetlenül – napjainkban valós társadalmi probléma. Ezek az eszközök sok szempontból valóban könnyebbé teszik az életünket, ugyanakkor negatív fizikai és pszichológiai hatásuk révén korlátozhatnak is bennünket. Gondoljunk csak a különböző ízületi és izomfájdalmakra, az alvásproblémákra, illetve azokra a stresszhatásokra, amelyeket a túl hosszú ideig tartó telefonhasználat hoznak összefüggésbe. Egyes szakértők szerint intő jelnek az tekinthető, amikor egy szokásunkat szinte már kényszerítő kötelességgé érezzük meg. Ekkor már – még akkor is, ha csak a szó hétköznapi értelmében –, alighanem egyfajta függőségről beszélhetünk (Shoukat, 2019). Vészjelzés lehet tehát, amikor például a telefonon kapott értesítéseink szokásos ellenőrzésére már ellenállhatatlan késztetést érzünk, ami nélkül kellemetlen hiányérzetünk támad.

Csak az idő számít?

Bár kézenfekvőnek tűnhet, hogy a használat problematikus voltának megállapításakor elsősor-

ban a telefonnal eltöltött idő mennyiségéből induljunk ki, ugyanakkor a szakértők szerint legalább ilyen fontos a használat célja is. Sőt, mivel a gyerekek és a fiatalok esetében egyre többször feltétlenül szükséges a tanuláshoz, ezért a megfelelő egyensúly megtalálásához – az idő mellett – a szülőknek mindenképpen figyelembe kell venniük azt is, hogy a gyermekek mire használják a telefont (Hurley, 2019). A jelenlegi járványhelyzet még inkább hangsúlyozza, hogy ezek az eszközök a fiatalok számára nemcsak a közösségi élményeket és a kapcsolattartást biztosítják, hanem a tanulmányaikhoz szükséges ismeretszerzés elengedhetetlen kellékei is. Ugyanígy a felnőttek esetében is fontos különbséget tenni a munkavégzés és az ügyintézés (például csekkek befizetése), illetve aközött, amikor a közösségi oldalakon vagyunk jelen, vagy csak céltalanul böngészünk.

És mik lehetnek az okok?

Az okoseszközök nem kiegyensúlyozott igénybevételének hátterében rendszerint több – az alábbiakban említett – jelenség, illetve emberi szükséglet állhat.



- Életünk állandó velejárója a szüntelen technológiai fejlődés, melynek eredményeit az okostelefonok szinte azonnal elérhetővé tesszik számunkra. Ezen új funkciók és alkalmazások révén pedig folyamatosan új dolgok és élmények felfedezésére ösztönöznek bennünket. A készülékek így a mindennapi életünk részét képezik, ezáltal pedig gyakorlatilag a kiterjesztett énünké válnak.
- A közösségi oldalakon kommentek és lájkok formájában kapott megerősítések kifejezetten jutalmazó hatással vannak ráink. Amennyiben a való életben nem kapunk elég dicsőretet vagy pozitív visszacsatolást, akkor az online térből érkező visszajelzések könnyen a helyükbe léphetnek vagy pótolhatják azokat.
- A meglévő kapcsolataink ápolása, és habár esetenként csak virtuális, de új ismerősök szerzése is nagyon vonzó a számunkra.
- A telefonok látványa önmagában is erős hatást gyakorol agyunkra, a megjelenésük, a különböző alkalmazások dizájn elemei úgy vannak kitalálva, hogy minél inkább fokozzák a használatukra való igényünket.
- A videojátékokban összegyűjtött pontok és az ezáltal átélt sikerélmény serkenti az agyunk jutalmazó központját, és folyamatos késztetést érzünk ezeknek a jutalmaknak az ismételt megszerzésére.
- Az online világban való jelenlét (illetve annak csak pusztán lehetősége is) és az ott történő interakciók által gyorsan megelégedettség érzéshez juthatunk anélkül, hogy emberekkel „kellene” találkoznunk. Ez azonban rendszerint csak átmeneti, és nem tartós boldogságot okoz nekünk (De-Sola Gutiérrez és mts., 2016; Kiran, Sanjana, és Reddy, 2019).



DR. KOVÁCS PETRA

Milyen „tünetekre” figyeljünk fel?

Ha gyakori, akár pár percenként visszatérő, erős késztetést érzünk a telefon kézbevétele, és erről akkor sem tudunk lemondani, amikor az fokozott veszéllyel jár (például az úttesten való átkeléskor). Árulkodó lehet az is, ha sürgetőnek érezzük, hogy azonnal válaszoljunk egy üzenetre, vagy ha kellemetlenül éljük meg, és fokozottan ingerlékenyek leszünk attól, ha valamilyen oknál fogva nem férhetünk hozzá a telefonunkhoz vagy annak különböző funkcióihoz (például mert lemerült vagy nincsen elérhető internetkapcsolat). Figyelmeztető jel az is, ha a mobiltelefonunkat arra használjuk, hogy rossz hangulatunkat azzal dobjuk fel, és ha szívesebben töltjük az időnket annak applikációival, mint családtagjainkkal vagy barátainkkal, és erről akkor sem tudunk lemondani, ha ez visszatérő konfliktusokat okoz a körülöttünk levőkkel. Az az érzés, hogy valamiről lemaradunk, mert nem vagyunk állandóan online, szintén a problematikus telefonhasználat tünete lehet, ugyanúgy, mint a tanulásra vagy a munkára való koncentrációs nehézségei. Súlyosabb esetekben pedig az álmatlanság, az alvásproblémák, a bioritmus felborulása is veszélyes jelzés lehet (De-Sola Gutiérrez és mts., 2016; Kiran és mts., 2019).

Mi segíthet?

Az előbb említett jelek észlelése esetén egy sor olyan eszköz áll a rendelkezésünkre, amelyek ugyan a részünkről erőfeszítést igényelnek, de jó eredményekkel kecsegtetnek, és csak rajtunk múlik, hogy élünk-e azokkal.

- Ha a probléma a gyermekünket érinti, akkor kezdeményezzünk vele – az életkorának megfelelő – beszélgetést arról, hogy szerintetek melyek a telefonhasználat előnyei és hátrányai. Milyen hatással lehet ránk, hogyan befolyásolhatja a kapcsolatainkat, milyen más tevékenységtől veszi el az időt? Mit lehet azzal nyerni, ha egyensúlyt találunk? A nyílt párbeszéd, a közös gondolkodás sokkal többet segíthet, mintha tanító jelleggel, egyoldalúan felsoroljuk neki a hátrányokat. Ugyanezeket a kérdéseket érdemes nekünk is átgondolnunk, és szükség esetén valakivel átbeszélünk, ha mi küzdünk a problémával.

- Készítsünk – lehetőleg a családdal közösen – tervet, amelyben meghúzzuk az online jelenlétünk határait és korlátait. Például meg egyezünk abban, hogy étkezés közben semmiképpen nem nyúlunk a telefon után, vagy kijelölünk olyan időszakokat, amelyekre az online tevékenységünk zömét koncentráljuk. Jelöljünk meg egy olyan esti időpontot, amikor a mobilt, a laptopot és a tabletet aznapra végleg letesszük!
- Vegyük igénybe és mutassuk meg gyermekünknek is azt a funkciót, amelyik részletes visszajelzést ad az egyes alkalmazások igénybevételéről. Fontos, hogy tudatosuljon bennünk a tényleges időtartam, mert sokszor talán nem reális az ezzel kapcsolatos érzékelésünk.



- A példamutatás és a mintaadás ezen a téren is nagyon fontos, hiszen ha szülőként nem tartjuk be a közösen kialakított szabályokat, akkor ezzel aláássuk a hitelességünket. Erre különösen akkor érdemes odafigyelni, amikor az esetleges „szabályszegésünket” munkahelyi teendőinkkel indokoljuk.
- Lehetőség szerint minden napra tervezzünk olyan tevékenységet (például társasjáték), amelyhez egyáltalán nincsen szükség mobiltelefonra (Hurley, 2019; Kiran és mts., 2019).

A problematikus használat okozhat olyan gondokat, amelyekkel már érdemes szakemberhez fordulni, akinek számos olyan eszköze van, amely segíthet feltárni a probléma mögött esetleg meghúzódó mélyebb okokat. Szakember segítségével elsajátíthatók olyan technikák is (például progresszív relaxáció, autogén tréning, mindfulness), amelyekre támaszkodva sokat tehetünk a kiegyensúlyozottságunkért, és könnyebben megtalálhatjuk

a nekünk megfelelő egyensúlyt az okostelefonunkhoz fűződő viszonyunkban is (Hurley, 2019).

Biztosan működő megoldások és arany szabályok keresése helyett érdemes a saját igényeinket magunkban tudatosítani, átgondolni és ennek megfelelően tervet készíteni az okostelefonunk használatára. Támogassuk gyermekeinket is ugyanebben a folyamatban!

És végezetül jó, ha olyan tervet készítünk, amelyet rugalmasan tudunk igazítani az aktuális körülményekhez. Gondoljunk csak bele, hogy a koronavírus okán kialakult helyzetben teljesen érthető, ha jóval több időt töltünk online, hiszen a tanulás és a munka is átmenetileg szinte teljesen ebbe a térbe költözött át. Ebben az időszakban kezeljük sokkal rugalmasabban a magunknak szabott határokat!

DR. KOVÁCS PETRA
PSZICHOLÓGUS, JOGÁSZ

A szerző a Mindset Terápiás és Tanácsadó Központ pszichológusa és a Mindset Pszichológia szakújságírója. Pszichológus diplomáját a Debreceni Egyetemen szerezte. Jogász, korábban a magyar konzuli szolgálat tagja. A neuro-lingvisztikus programozás (NLP) területén practitioner képesítést szerzett, később pedig a Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesületnél a relaxációs gyakorlatvezetői képzést teljesítette sikerrel. Jelenleg sportpszichológus szakképzésben vesz részt a Testnevelési Egyetemen.

Felhasznált irodalom:

- De-Sola Gutiérrez, J., Rodríguez de Fonseca, F., és Rubio, G. (2016). Cell-Phone Addiction: A Review. *Frontiers in psychiatry*, 7, 175.
- Hurley, K. (2019). Teenage Cell Phone Addiction: Are You Worried About Your Child? <https://www.psychom.net/cell-phone-internet-addiction#treatmentoptions>
- Kiran, S., Sanjana, J., és Reddy, N. J. (2019). Mobile Phone Addiction: Symptoms, Impacts and Causes-A Review.
- Shoukat S. (2019). Cell phone addiction and psychological and physiological health in adolescents. *Experimental and Clinical Sciences journal (EXCLI)*, 18, 47–50.

Nemzeti parkjaink

DUNA-IPOLY NEMZETI PARK IGAZGATÓSÁG – Ahol a hegyek és a folyók találkoznak

A hazánk kilencedik nemzeti parkjaként, 1997-ben alapított Duna-Ipoly Nemzeti Park Igazgatóság a Dunakanyart, számos dunai szigetet, 8 tájvédelmi körzetet és közel 40 természetvédelmi területet foglal magába Magyarország középső régiójában.

Budapest, a barlangok fővárosa

BUDAI VÁR-BARLANG

A Budai Vár turistáktól nyüzsgő utcái alatt termek és folyosók sokaságából álló, szövevényes barlangrendszer húzódik. A kb. 3 kilométeres sétán kiderül, hogy az évszázadok során az ember hogyan hasznosította és alakította a természetes üregek rendszerét a borospincétől a börtönön át az óvóhelyig. A túra 12 éves kortól ajánlott!



PÁL-VÖLGYI-BARLANG

A Pál-völgyi-barlang hazánk leghosszabb barlangja, amelyet magas, hasadékszerű folyosók, nagy szintkülönbségek, hévizek által kioldott gömbüstök és cseppkövek jellemeznek. A barlang teljes hossza jelenleg meghaladja a 32 kilométert, amelyből a túra során 500 méter hosszú kiépített útvonalon mesészerű cseppkövek, különleges sziklaalakzatok, csillogó kalcitkristályok és különleges ősmaradványok évezredek óta változatlan, megdermedt világát csodálhatjuk meg.

A barlangban több mint 400 lépcső található, egy szakaszán az úgynevezett „Tyúklétrá” meredek lépcsőin vezet az út, ezért a látogatás 5 éves kor és 115 cm alatt nem engedélyezett.



SZEMLŐ-HEGYI-BARLANG

Ezt a barlangot „föld alatti virágoskertnek” is szoktuk nevezni. A falait vastag paplanként borító ásványkiválások – borsókövek, kalcitlemezek, karfiolok – változatos formáit csodálhatjuk meg az 500 méter hosszú, kiépített túraútvonalon. A magas páratartalmú, pormentes és állandó hőmérsékletű levegő kedvező hatással van a bronchitis, asztmás betegek, ezért 1990 óta gyógyterápiás célokat is szolgál. A belépőjeggyel 3D barlangos film is megtekinthető, a felszínen játszótér található.

SAS-HEGYI LÁTOGATÓKÖZPONT

A Látogatóközpontban a Menedék a beton-tengerben c. játékos természetismereti kiállítás és az emeleten panorámaterasz fogadja vendégeinket. Szabadtéri terráriumunkban a hegy egyik jellegzetes fajtát, a zöld gyíkot is megfigyelhetjük. A tanösvény csak szakvezetéssel látogatható, de a legkisebbeket babakocsival is jól járható meseösvény várja.

ÓCSAI TÁJHÁZ

Az Ócsai Öregfaluban, közvetlenül az Árpád-



kori templom mellett állnak a Tájház nádfedéles épületei, amelyekben megelevenedik a múlt. Új múzeumpedagógiai foglalkozásunk a „Gyere velünk oskolába” címmel, az 1910–1980 közötti időszakot öleli fel, és az írás és számolás tudományán keresztül élményszerűen mutatja be a hajdani iskolások életét.

HIÚZ HÁZ ERDEI ISKOLA ÉS LÁTOGATÓKÖZPONT KIRÁLYRÉTEN

A Börzsöny lakói című kiállítás keretében minden megtekinthető, összerakható, megleshető vagy kipróbálható. Kiállításunkon megismerkedhetünk a Börzsöny állat- és növényvilágával csakúgy, mint a területet is alakító emberi tevékenységek nyomaival. Menetelő hangyák és virágport gyűjtögető méhek titokzatos életébe is bepillanthatunk.



Szállásunkon összesen 51 ágy és felszerelt teakonyha, beltéri és kültéri közösségi terek is szolgálják a vendégeket. A kertben pókhálós mászóka, óriás memóriajáték és egy myNest detektívüveges madárleső kuckó gondoskodik az élményekkel teli tanulásról és kikapcsolódásról.

A Hiúz Háztól induló Királyréti tanösvény hossza 3 km, kényelmes sétával 2 óra alatt bejárható. Átmenetileg minden bemutatóhelyünk zárva tart. Aktuális információ szerezhető a www.dunaipoly.hu oldalon és kövessenek minket facebook oldalunkon: [facebook.com/dunaipoly](https://www.facebook.com/dunaipoly)

Szabadon bejárható tanösvényeink megismeréséhez az ingyenesen letölthető DUNA-IPOLY mobilapplikáció nyújt kézenfekvő segítséget: <https://www.dunaipoly.hu/hu/tudasanyag/duna-ipoly-mobilapplikacio>

KISKUNSÁGI NEMZETI PARK – Kalandok a homok és a szik birodalmában

A nemzeti park az ember és a természet sok száz éves együttélésének emlékét őrzi a Duna–Tisza közén. A különleges síkvidéki táj – látszólagos egyhangúsága ellenére – sokféle változatos élőhelyet foglal magába. A mára jórészt kultúrtájává alakult Kiskunságban üdítő élményt nyújtanak a még megmaradt vadvizes szikesek, a szaggatott felszínű buckavidékek vagy az a néhány vizes élőhely, mely a vízrendezések előtti táj összetett természetességét villantja elénk. Emiatt – más nemzeti parkokkal ellentétben –, a Kiskunsági Nemzeti Park nem egybefüggő terület, hanem mozaikos felépítésű, kilenc egységből álló hálózat, mely magában hordoz minden jellegzetes kiskunsági értéket. A nemzeti park-igazgatóság látogatóközpontja a Kecskeméten található Természet Háza (Kecskemét, Liszt Ferenc u. 19.). Itt a látogatók játékos, interaktív formában szerezhetnek ismereteket a Duna–Tisza köze jellemző élőhelyeiről, és információt kaphatnak a védett területek látogatási feltételeiről és a programokról. A Természet Háza a koronavírus-járvány miatt 2020 tavaszán bizonytalan ideig ugyan zárva tart, de a szabadon látogatható tanösvények továbbra is várják a kirándulókat. Ha felelősen tesszük és néhány szabályt betartunk, a szabadtéri mozgás lehet az egyik legbiztonságosabb elfoglaltság a járvány idején! A tanösvényekről a www.knp.hu weboldalon lehet tájékozódni.

A szikesek különleges világa

A Dunamenti-síkság nagy kiterjedésű szikesen az alkáli sókban gazdag, meszes-szódás talajokon főleg sőtűró és sókedvelő növényfajok élnek. Sok helyen, főleg a nyári időszakban vakítóan fehér vakszikkoltok árulkodnak a talaj magas sótartalmáról, szikes jellegéről (ún. „sóvirágzás”).

A Szabadszállás és Fülöpszállás mellett található szikes tavak madárvilága nemzetközi hírű. Tavasszal és ősszel vonuló vízi- és parti

Tájképi és élőhelyi adottságait tekintve az orchidea- és lepkefajairól híres Peszéradacsi-rétek nevű terület a Turján-vidék legjelentősebb tagja, de itt található a Duna–Tisza köze legnagyobb édesvízi mocsara: az izsáki Kolon-tó is. A tavat láp- és ligeterdők, fajgazdag orchidea-láprétek, mocsárrétek, nyugat felől pedig homokbuckás területek övezik.

Javasolt tanösvények: Aqua Colun tanösvény és Bikatorok tanösvény (Kolon-tó, Izsák), Fejeték tanösvény (Kiskunhalas), Kosbor tanösvény (Kunadacs), Orchidea tanösvény (Kolon-tó, Páhi)



Varázslatos buckavidék

A szél formálta táj jegyeit őrző Homokhátság felszínét homokpusztai gyeptársulások és borókás-nyáras erdők borítják. A Fülöpházi-buckavidék mozgó homokbuckáival és árvalányhajás pusztáival a Homokhátság hajdani arculatát leginkább őrző terület. Az Orgoványi-rétek hajdani mocsarak és buckavonulatok csodálatos együttese. A Kiskunsági Nemzeti Park homokterületei közül Bugac a leghíresebb. Természeti értékei, valamint az itt folyó hagyományos külterjes állattartás és az élő pásztorhagyományok ma is sok látogatót vonzanak.

Javasolt tanösvények: Boróka tanösvény (Bugac), Tartós szegfű tanösvény (Bodoglár), Báránypirosító tanösvény (Fülöpházi-buckavidék), Garmada tanösvény (Fülöpházi-buckavidék), Rekettye tanösvény (Ágasegyháza)



madarak tömegeinek nyújt táplálkozó- és pihenőhelyet, de számos madárfaj fészkelőhelyül is választja. Napjainkra a Kárpát-medencében a szikes tavak száma megfogyatkozott, ezért víztani és természetvédelmi értékük felbecsülhetetlen.

Javasolt tanösvények: Réce tanösvény (Apaj), Gulipán tanösvény (Fülöpszállás), Kékmoszat tanösvény (Szelidi-tó, Dunapataj), Bölömbika tanösvény (Mórahalom), Sirály tanösvény (szegedi Fehér-tó, Szatymaz), Vöcsök tanösvény (Péteri-tó, Pálmonostora), Csölyospálosi Földtani Bemutatóhely (Csölyospálos)

A Turján-vidék

A Homokhátság és a Dunamenti-síkság közé ékelődő Turján-vidék a lápjai, mocsarai és nedves kaszálói révén a Kárpát-medence növény- és állatfajokban leggazdagabb területe.



Vadregényes ártér

A nemzeti park legkisebb területegysége a Szikra és az Alpári-rét a Tisza-völgyben fekszik Lakitelek és Tiszaalpár között. Az itteni természeti értékek a Tisza folyószabályozás előtti képét őrzik. A tiszai ártereket igazi vadonná varázsolja a tölgyekre, szürke nyárosokra kapaszkodó ligeti szőlő zöld függőnye. A holtágak vizében élő gazdag hínárvegetáció szép növényei a fehér tündérrózsa, a sárga virágú vízitök, a békatutaj és a békaliliom. A változatos élőhely sokszínű madárvilágnak kínál táplálkozó- és fészkelőhelyet. A Duna–Tisza közének egyik legszebb pontja a Tiszaalpáron található Templomdomb, ahonnan letekintve megkapó látványt nyújt az Alpári-rét és nyüzsgő madárvilága. Az itt található Árpád-kori falurekonstrukció és a Földvárdomb tanösvény múltunk egy szeletére irányítja a figyelmet.

Javasolt tanösvények: Kontyvirág tanösvény (Tőserdő, Lakitelek), Földvár tanösvény (Tiszaalpár), Árpád-kori falurekonstrukció (Tiszaalpár)

Színes minták tengerében

Varga Erika, a Romani Design alapítója és művészeti vezetője, két évvel ezelőtt részesült Európai Polgár Díjban, a NOE kitüntetésével párhuzamosan. Felkértük a divattervezőt, hogy ajánljon fiatalos, színes kompozíciókat számunkra. A válogatást látva biztosnak tűnik, hogy a modellek és a tehetséggondozott tinédzserek megjelenése káprázatos és szemet gyönyörködtető. „Számomra a divat ugyanaz, mint írónak a szavak, festőnek a színek. A ruháimon keresztül tudom megfogalmazni önmagam és megteremteni azt a világot, amelyben szívesen élek” – vallja Varga Erika ötvösművész és tervező, a Romani Design ötletgazdája. Erika gyerekkorából, tradíciókövető családjából hozza magával a Romani Design termékekre jellemző változatos formákat és gazdag színvilágot. Küldetésének tekinti, hogy ezt az örökséget továbbadja és a divat segítségével teremtsen hidat kultúrák között. Testvére, Varga Helena – aki egyedi táskák, kiegészítők és ékszerek megálmodója – munkái és tehetsége kiegészítik és tovább gazdagítják ezt a küldetést. Merüljünk hát el ebben a lenyűgözően egyedi szín- és formavilágban.





VARGA ERIKA ÉS VARGA HELENA





Minden napra egy kérdés

Beszélgessünk a testvéreinkkel!

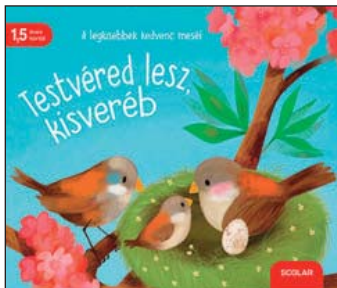
A hosszan tartó kapcsolatok kulcsa a beszélgetés. Erre a köztudott tényre építve előző számunkban egy olyan kérdéssort közöltünk, amelyet párok tehetnek fel egymásnak. Ez alkalommal a testvérek számára szeretnénk javasolni hasonló témaötleteket, melyek egy kényeztető süti vagy éppen egy tál frissen illatozó gyümölcs mellett szórakoztató, kapcsolatépítő, ugyanakkor üdítő hatással lehetnek ránk. Mindenki biztatunk tehát: beszélgetésre fel!

- 
1. nap: Minek örültél legutóbb velem kapcsolatban?
 2. nap: Mi az a három dolog, amiben hasonlítunk egymásra?
 3. nap: Az elmúlt héten/hónapban milyen tetteimből érezted, hogy közel állunk egymáshoz?
 4. nap: Emlékszel, milyen közös titkunk van gyermekkorunkból?
 5. nap: Milyen beceneveket adtunk egymásnak gyerekkorunkban?
 6. nap: Mikor sírtál utoljára?
 7. nap: Van olyan dolog, amit csak nekem mondanál el?
 8. nap: Az én életem segített Neked valaha példaként?
 9. nap: Miben tudnék Neked többet segíteni?
 10. nap: Megsértettelek esetleg valaha valamivel, amiről nem is tudok?
 11. nap: Ha újra gyerekek lehetnénk, melyik évet idéznéd vissza?
 12. nap: Mi az első három tulajdonság, ami eszedbe jut rólam?
 13. nap: Mi az a három tulajdonságom, ami idegesített, zavart Téged?
 14. nap: Mi az a három tulajdonságom, amit a leginkább kedvelsz/becsülsz bennem?
 15. nap: Mondj egy dolgot, amiről mindig én jutok az eszedbe!
 16. nap: Mennyire jó neked, hogy én vagyok a testvéred? 1-10-ig értékelj, s indokolj!
 17. nap: Mi az, amit tőlem tanultál/lestél el?
 18. nap: Mi az, amit még most is szívesen eltanulnál tőlem?
 19. nap: Szerinted én kire ütöttem a családból?
 20. nap: Ha öröm vagy bánat ér, hánypadikként szólnál nekem?
 21. nap: Adnád-e gyermekednek az én keresztnévem?
 22. nap: Van-e olyan dolog, amit a mai napig nem mondtál el nekem? Ha igen, mi volt az?
 23. nap: Ha választanod kéne, fiatalabb vagy idősebb testvérem szeretnél lenni?
 24. nap: Szerinted mi jó testvérek vagyunk?
 25. nap: Volt abból hátrányod, hogy te vagy a fiatalabb/idősebb?
 26. nap: Milyen állathoz hasonlítanál engem? És miért?
 27. nap: Mi az, amiben szerinted számíthatsz rám? Sorolj fel három ilyen!
 28. nap: Mesélj az álmaidról, vágyaidról!
 29. nap: Nyomaszt bármi gond, emlék, amiről nem tudok? Segíthetek megoldani?
 30. nap: A jövőre nézve min változtatnál, ami kettőnket érint?
 - +1 Mikor találkozunk legközelebb? Mi legyen a következő közös programunk?

LÓDI VIKTÓRIA, NEMES ATTILA

KÖNYVAJÁNLO

KATJA REIDER: TESTVÉRED LESZ, KISVERÉB



A kisveréb nagyon izgatott: a mama mellett a fészekben ott egy tojás! Tényleg abban lakik a testvérkéje? A kisveréb alig várja, hogy kikeljen! Egy nap végre ki is kel. Hurrá, most már négytagú a család! (libri.hu)

A szomszédos falu, ahova kis családjával elmenekül, békét és nyugalmat ígér – ám hamar kiderül, hogy ahol férfiak és gyerekek élnek, utóbbiból ráadásul egyre több, ott minden van, csak béke és nyugalom nincs. Zajlik az élet – kihívások, küzdelmek, szerelmek, barátságok, veszekedések és békülések, tervek, álmok, mindennapi taposómalom, különleges kalandok és hétköznapi csodák. Ebben az általános zűrzavarban kellene az ember lányának végre megtalálni az álmait, vágyait, a boldogságot, önmagát. (patakgyongyver.hu/konyv/csalad-a-dombon/)

HORST PETRI: TESTVÉREK – SZERETET ÉS VERSENGÉS – ÉLETÜNK LEGHOSSZABB KAPCSOLATA

Mi a testvéri szeretet, miként jön létre, hogyan befolyásolja az életutunkat? Horst Petri ezekre a kérdésekre keresi a választ. Szemléletes módon tárja fel a testvérek közötti kapcsolat különös jelentőségét. A felfedezőút során megtanuljuk jobban megérteni azokat a negatív érzelmeket is, melyek megzavarhatják a testvérkapcsolatot, s ezzel megteesszük a kibékülés felé vezető első lépést.

Minden testvérral megáldott, testvéreket nevelő olvasónak ajánljuk e hiánypótló könyvet, mely segít felismerni, hogy az eddig oly kevés figyelmet kapott kapcsolat milyen mélyen és hosszan meghatározza életünk legkülönbözőbb pontjain hozott döntéseinket, személyiségünk alakulását. (libri.hu)



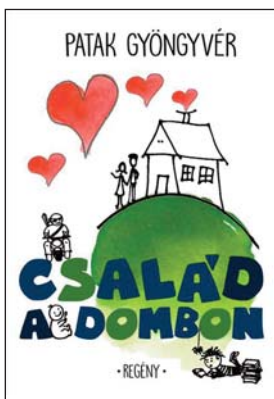
IRODALMI MAGAZIN – JÓZSEF ATTILA

115 éve született József Attila, akinek életműve új vonatkoztatási rendszert nyitott a magyar költészet történetében. A lapszám összefoglalja az életmű értelmezési hagyományait és újragondolja annak olvasati lehetőségeit, felsorakoztatja a költő inspirációs forrásait és rendkívüli hatástörténetének okait.

Az összeállítás szakmai interjúkat közöl az életmű líraelméleti és recepciótörténeti kérdéseiről, József Attila és a pszichoanalízis viszonyáról, valamint a költő pszichés betegségének alkotás lélektani összefüggéseiről, továbbá az életrajzkutatás lehetőségeiről. Az elemzések mellett kortárs költők rövid esszéi olvashatók versélményekről, az életművel való meghatározó találkozásokról. A szövegeket gazdag, a költő versei ihlette képzőművészeti anyaggal, továbbá korabeli dokumentumokkal, kéziratokkal, fényképekkel illusztráltuk. (magyarnaplo.hu)



PATAK GYÖNGYVÉR: CSALÁD A DOMBON



„Minden megvan benne, ami egy jó könyvhöz kell. Humor, események sokasága, bonyodalom, öröm, bánat, SZERELEM, romantika, gyönyörű vidék, happy end. Ezt minden nőnek el kell olvasnia!”

K. Viktória, Balatonszabadi

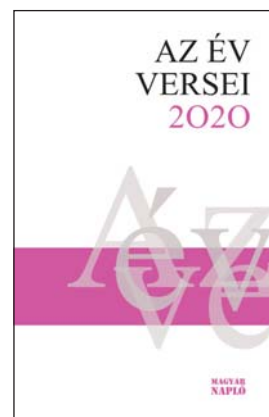
„Letehetetlen, lebilincselő, lélekemelő. Kis-és nagygyerekes anyáknak időnként csontig hatoló... Humoros, szeretnivaló, motiváló. Bájos és ugyanakkor felkavaró. Nem lehet abbahagyni...” J.

Eszter, Kaposújlak

Mi történik, ha a város egyik legrégebbi lakótelepén elkeserítő az élet, és „Anyá” úgy érzi, nem maradhatnak itt tovább?

AZ ÉV VERSEI 2020

Immár tizennyolcadik éve jelenik meg népszerű antológiánk, amely alapköte a Költészet Napján, április 11-én megrendezésre kerülő, rendkívül sikeres Versmaratonnak. Az év versei – Az év novellái című kötetrel együtt – a magyar irodalmi élet színe-javát tárja az olvasók elé. Ahogy a borász válogatja szemenként a szőlőt, azzal a gondnal és szeretettel készül ez a reprezentatív gyűjtemény. Hagyományainkhoz híven a kötet mintegy negyven magyarországi és határon túli magyar folyóirat közlése alapján az elmúlt év legjobb verseiből nyújt színvonalas, sokoldalú válogatást. A kötetben 100 költő szerepel. (magyarnaplo.hu)



KONYHAMŰVÉSZET

KISKUKTÁKNAK ÉS IFJÚ TITÁNOKNAK



Egészen kiskorukban még sokan érdeklődnek a konyhai tevékenységek iránt. Izgalmas művelet a palacsintatészta kikeverése, a pogácsaszaggatás vagy ha a kicsik maguk önthetik a kimért lisztet a tésztához. Az idő előrehaladtával már ennél bonyolultabb műveleteket is rájuk lehet bízni, tarthatják a robotgépet, vagy rétegezhetik a rétegeznivalót. Aztán eljön az a kor, amikor már nem minden gyerek tüsténkedik szívesen a konyhában, főleg, mivel klasszikus értelemben már nem is gyerekek, hanem inkább kiskamaszok vagy kamaszok. Egy-egy sikerélmény azonban sokat segíthet abban, hogy szívesen főzőcskézenek. Ekkor a lelkesebbek egy-egy receptnek már maguk is nekilátnak, immáron nem csak a kukta szerepében.

A lenti válogatást úgy állítottuk össze, hogy az egészen kicsiktől, a felnőtt kor hivatalos küszöbét elérő gyerekekig minden korosztály találjon olyat, amelynek elkészítéséből ki tudja venni a részét, esetleg maga is el tudja készíteni.

Kisgyerekkel

PILÓTAKEKSZ GOLYÓ

Hozzávalók: 200 g darált keksz | 30 g kókuszreszelék | 50 g porcukor | 30 g kakaópor (cukrozatlan) | 100 g vaj | 50 g tetszőleges lekvár | + kókuszreszelék a hempergetéshez

Elkészítés:

A vajat megolvasztjuk, majd összekeverjük az összes hozzávalóval. Ha nem állna össze, akkor lekvárból tegyünk még hozzá. Ezután gombócokat formázunk és kókuszreszelékben meghempergetjük.



SÓSPEREC

Hozzávalók: (4-6 perechez) 400 g liszt | 210 g tej | 15 g élesztő | 2 ek. cukor | 2 kk. só | 3 ek. olaj. A sós mázhoz: 50 g liszt | 20 g só | víz

A lisztet a cukorral és a sóval összekeverjük, majd hozzáöntjük a szobahőmérsékletű tejet, és belemorzsoljuk az élesztőt. Az olajat is hozzáadjuk, majd elkezdjük kézzel dagasztani. Ruganyos tésztát kell kapnunk. Ha ezzel megvagyunk, gombócot formázunk belőle, lekenjük egy kevés olajjal, leterítjük egy konyharuhával és hagyjuk fél órán át kelni.

Ha letelt a fél óra, elosztjuk a tésztát annyi felé, ahány perecet kapni szeretnénk, és egyenként addig sodorjuk őket, míg ujjnyi vastag kígyókat nem kapunk. A kígyókból perecet formálunk és letakarva hagyjuk megint pihenni, amíg egy nagy lábosban 1 ek. sóval és 1 ek. cukorral együtt vizet forralunk és a sütot pedig előmelegítjük 220 fokra.

A sós mázhoz összekeverjük a hozzávalókat, annyi víz kell bele, hogy tejfől sűrűségű masszát kapjunk.



Ezután „előfőzzük” a pereceket. Ehhez egyesével a forrásban levő vízbe csúsztatjuk, és oldalanként 20 másodpercig főzzük őket. Ezután a pereceket sütőpapírral kibélelt tepsibe fektetjük és a forró sütőben 10-12 perc alatt majdnem készre sütjük. Ekkor jön rá a sós máz. A sütot lejjebb tekerjük (180 fokra), a masszát rálocsoljuk a perecekre, és így még nagyjából 5 percig sütjük őket.



GÁSPÁRNÉ SÜTTŐ
ANNA



SZABÓ-ZSOMBÓK
MAGDI



BEKETOV NÓRA



Alsósoknak

AMERIKAI PALACSINTA

Hozzávalók: 190 g liszt | 10 g sütőpor | 0,5 kávéskanál só | 10 g cukor | 295 ml tej | 1 tojás | 45 g vaj

Elkészítés: Egy nagyobb edényben összekeverjük a lisztet, sütőport, só és cukrot. Mehet bele a tej, tojás és az olvasztott vaj. Habverővel csomómentesre keverjük.

Serpenyőben felforrósítunk kis olajat, majd kisebb adag tésztákat csorgatunk a sütőedénybe (kb. 3 db mini palacsinta fér el egyszerre). Megsütjük az egyik, majd a másik oldalt.

Juharsziruppal, lekvárral, Nutellával vagy csak magában tálaljuk és fogyasztjuk.



TÚRÓS RAFFAELLÓ GOLYÓK

Hozzávalók: 250 g túró | 150 g kókuszreszelék (plusz a hempergetéshez) | 100 cukor | kb. 30 szem pirított mogyoró vagy mandula | vanília-esszencia

A túrót villával összetörjük, majd hozzáadjuk a cukrot, a kókuszreszeléket és kb. egy kiskanálnyi vanília-kivonatot. Alaposan összegyúrjuk. Ezután golyókat formázunk és minden golyó közepébe egy mandulát vagy mogyorót nyomunk. Végül kókuszreszelékbe hempergetjük.



Felsősöknek

PÁLMALEVÉL

Hozzávalók: bolti leveles tészta | kristálycukor | víz

Kitekerjük a levelestésztát, vizes ecsettel megkenjük, megszórjuk cukorral, majd mindkét oldaláról indulva feltekerjük középre. Aztán kívül is lekenjük vízzel és megszórjuk cukorral. Ezután praktikus bedobni a mélyhűtőbe, amíg előmelegítjük a sütőt 180 fokra. Ha kicsit megszilárdul, könnyebb felválni. Vékony, egy-másfél cm-es szeletekre vágjuk, majd sütőpapírral kibélelt tepsibe helyezük a kis pálmaleveleket. Ha nem tökéletes a formájuk, itt még lehet igazítani. 10-12 perc alatt megsülnek.



LASAGNE



Hozzávalók: 300 g reszelt sajt | 500 g darált sertés/marhahús | 100 g vaj | 50 g liszt | 500 g sűrített paradicsom | 5 dl tej | 2 dl főzõtejszín | 1 nagyobb szál répa | 1 nagy fej hagyma | 1 gerezd fokhagyma | 1 kávéskanál szerecsendió | majoranna, rozmaryn, bazsalikom, oregano | só, bors | olaj | lasagne tészta lapok

A szósszal kezdjük az elkészítést. A húst sózzuk, borsozzuk. A hagymát és a fokhagymát felkockázzuk, egy mélyebb serpenyőben megolvasztjuk a vaj felét és megpirítjuk rajta a hagymát, majd hozzáadjuk az apróra vágott sárgarépát is. Ha már szépen megpirultak, jöhet a hús, a fokhagyma és a fűszerek (majoranna, rozmaryn, bazsalikom, oregano). Adjuk hozzá a paradicsomsűrítményt és öntsük fel kevés vízzel. Lefedve kb. fél óráig főzzük, néha keverjük át. Ha túl sűrű, lehet vízzel hígítani. Mikor majdnem kész, hozzákeverjük a tejszínt, megvárjuk, míg egyet rotytan, s ezzel a szósz kész is. A besamelhez a vaj másik felét elkezdjük hevíteni, erre rászórjuk a lisztet, elkeverjük és megpirítjuk (rántást készítünk). Intenzív keverés mellett fokozatosan hozzáöntjük a tejet. Figyeljünk, hogy ne csomósodjon, addig kevergetjük, míg elkezd besűrűsödni. Só, bors, szerecsendió mehet bele. Jöhet a rétegezés. Egy közepes tepsibe lerakjuk az első réteg lasagne-tésztát, erre egy adag besamel, majd rá egy adag húragu kerül. Ezt addig ismételtetjük, míg minden elfogy. A sort besamellel zárjuk és azt megszórjuk reszelt sajttal. 180 fokra előmelegített sütőben kb. 60 perc alatt sül meg. Én 45 percig lefedve, utána csupaszon szoktam sütni, hogy ne égjen meg



Fiataloknak

BANÁNKENYÉR

Hozzávalók egy őzgerinc formához: 3 érett banán | 2 tojás | 100 g olvasztott vaj | 160 g barnacukor | 180 g liszt | 1 kk. só | 1,5 csapott kk. sütőpor | 1 kk. fahéj | 150 g különböző dió/mogyorófélék | 75 g keserű csoki | egy ek. tejföl

A sütőt 170 fokra előmelegítjük. A sütőformát kivajazzuk és vékonyan kilisztezzük. A tojásokat a barnacukorral és az olvasztott vajjal robotgéppel/habverővel elkeverjük. Egy másik lábasban a hámozott banánokat villával szétnyomkodjuk nagyjából, maradhatnak darabok. Ehhez keverjük a fahéjat és a tejfölt. Ezt is hozzákeverjük a tojásos krémhez. Egy harmadik tálban elkeverjük az előzőleg átszitált lisztet, a sót és a sütőport. Ezt a száraz keveréket részletekben a tojásos masszához adjuk. A diót/mogyorót/mandulát egy száraz serpenyőben zsiradék nélkül kicsit megpirítjuk. Mehet a tésztához, ahogy a csoki is. A formába öntve egy órát sütjük. Kb. 35 perc múlva érdemes ránézni, ha már sötétebb színe van, akkor fedjük le alufóliával a sütés végig. Túpróbával ellenőrizzük. 10 percig hagyjuk a formában kihűlni, utána szépen ki lehet belőle borítani.



ZÖLDFÜSZERES VAJAS CSIRKEMELL



Hozzávalók 4 főre: 2 egész csirkemellfilé | só, bors | 3 evőkanál olívaolaj | 15 dkg vaj | 2 gerezd fokhagyma | evőkanál aprított petrezselyem, snidling és bazsalikom

A csirkemelleket vágjuk félbe úgy, hogy négy szép darabot kapjunk. Sózzuk, borsozzuk, kevés olajon fedő alatt süssük szép pirosra, majd hagyjuk kicsit kihűlni. Közben a szobahőmérsékletű vajat alaposan keverjük össze a zúzott fokhagymával, sóval, borssal és az aprított zöldfűszerekkel. Mindegyik csirkemellet vágjuk be átlósan három helyen úgy, hogy ne vágjuk át a húst, de belemoformálhassuk a résbe a fűszeres vajat. Tegyük a csirkemelleket tepsibe, toljuk forró sütőbe 10 percre, hogy a fűszeres vaj átjárja a húst. Mi párolt zöldséggel ettük, de krumplipüré vagy sült burgonya is tökéletes köret hozzá.

Meghívó

A róka épp a reggelijéhez készült. Nagy ügyel-bajjal kevergette a tejberizst, s közben azt motyogta maga elé, hogy:

– Most nem hagyom a tejet a tűzhelyen... Még ha tollas sündisznók potyognak az égből, akkor sem. Nem. Most nem. Lehet, hogy eddig mindig odaégettem a reggeli tejberizsem, de most nem fogom. Még ha tollas... De ezt már mondtam.

Ekkor kopogtattak először. A róka meg sem moccant. Megfogadta, amit megfogadott. És még tollas sündisznó sem hullott egy szál sem. Újabb, immár erősebb kopogtatás hallatszott.

– Nem és nem. Ez csak a tejberizs ártó szelleme. Hogy elrontsam. Hogy ne legyen finom... Mit ne mondjak: hogy ehetetlen legyen. Nem!

Egyre erősebbé vált a kopogtatás s most már erősebb hangoskodás is járult hozzá odakintről:

– Róka! Róka! Engedj be bennünket. Mi vagyunk!

– Nem tehetem! – kiabált vissza a róka szemét, le sem véve a tűzhelyen illatozni kezdő tejberizsről.

– Ne vacakolj már, engedj be. Hát mi vagyunk. Én, a tehénke.

– Meg én, a malac.

– És én is, a bagoly.

– Nagyon komoly ügyről van szó. Nyisd már ki!

A róka nagyot sóhajtott. Megfogadta, megfogadta, de most mégiscsak a legjobb barátairól van szó. És amúgy is egy pillanat az egész. Gyorsan kevert egy nagyot, kirohant az ajtóhoz, s a kulccsal fordítva egyet a záron nagyra nyitotta.

– Gyertek be, de gyorsan. Mindenki üljön le, aztán, ha kész vagyok a reggelimmel, szépen elmesélik az egészet.

Ez nem egészen találkozott a barátai elképzelésével, akik még át sem lépve a küszöböt, máris túl voltak a történet felén. Szegény róka ilyeneket hámozott ki: kecske, születésnap, nem hívott meg; de alapvetően alig értette. Főleg, amikor a malac ráborult az asztalra, s keserves sívításba kezdett:

– És én még azt hittem, hogy a barátom. Két évig vártam, de semmi. Ilyen önző egy alakot – és zokogott, mintha ehhez értene a legjobban.

A bagoly egy kissé mélyebb óbégatással folytatta.

– Érted ezt, róka? Mi a szívünket is odaadtuk neki, minden évben meghívtuk mindenhova, ahol születésnap parti volt, ő meg... jaj, de fáj kimondani: egyszer sem hívott meg minket.

A róka most már feszülten figyelt, s lassan fény derült minden részletre. Hogy tudniillik a kecskét mindig meghívták a barátai a saját születésnapjukra, és ő el is ment mindre, de bizony, szakállas barátjuk még egyszer sem hívta vissza őket.

– Pedig így illik. Punktum. Így hallottam én is a Nagy Szénásban – villantotta meg ismereteit a tehénke.

– Ezt mindenki tudja – sóhajtott csillogó szemmel és csillogó orral a malac. – És ő is tudja, fogadom, csak hát, ugye, ő nem szeret minket.

Súlyos csend állt be. A malac mondta ki végül is, amit mindannyian gondoltak, de féltek eddig szavakba önteni. Ebben a csendben jutott először szóhoz a róka.

– Ühüm.

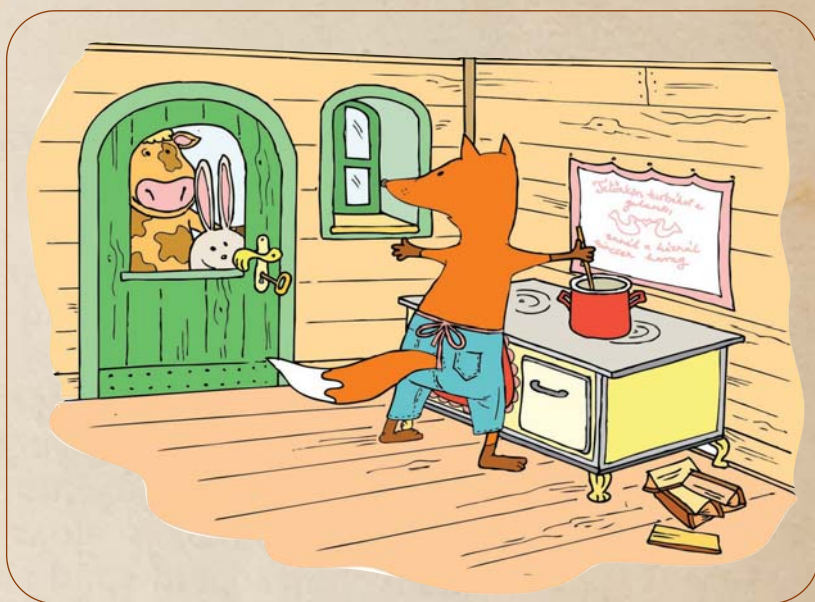
– Ennyi? – meresztette nagy szemeit a rókára a bagoly. – Most komolyan, ennyi? Azért jöttünk hozzád, mert te vagy köztünk a

legokosabb. Hogy majd te segítesz elhordozni valahogy ezt a nagy terhet. Erre te azt mondd: „ühüm”? Fogadni mernék, hogy most is a reggelin jár az eszed.

– A reggelim! – úgy még egyetlen mese legvégén sem futott a róka, ahogyan most, de alighanem hiába, mert még be sem ért a konyhába, amikor a tehénke már fel is tette a lesújtó kérdést:

– Nem tudjátok, mi ez a bűdös? Olyan, mintha tejet égetnének.

A róka reggelije ugyan kárba veszett, de ez a szerencsétlenség, és a kecskés probléma újra igazi egységbe kovácsolta a barátokat. A malac levakargatta az edény aljáról az elégett tejet, a bagoly összeszámolta, mikor és kihez hívták meg szülinapozni a kecskét, a tehénke felvilágosította a többieket, hogy egyáltalán hol is lakik a problémás személy, a róka pedig kiadta a jelzőt:



– Indulás! – azzal mindannyian kitódultak az ajtón. A reggeli nap közben magasabbra hágott az égen, s csodálatos, amolyan tette vágyós nap lett belőle.

– Na, akkor – állította meg kicsit később a menetet a róka – vegyük át újra a tervet. – Te, malac, szigorú arccal felsorolod, hogy eddig mikor kihez hívtuk meg őt.

– Igenis! – azzal a malac a legszigorúbb vigyázba vágta magát.

– Te, tehénke, rosszallóan megkérdezed: szerinted, kecske, mit szokás erre tenni viszonzásul? Légy szíves, ne gúnyosan érdeklődő arcot vágj hozzá! Próbálta szegény tehénke az egész hátralevő úton, de végtére is csak amolyan „de bűdös az égett tej” arckifejezés lett belőle.

– És te, bagoly, a lehető leghatározottabban kijelented, hogy „csalódtunk benned az önzőség miatt és nem vagyunk többé a barátaid.”

– Csaphatok egyet az asztalra? Érted, csak hogy komolyabbnak tűnjön.

– Jó, csaphatsz – engedélyezte a róka.

Nemsokára meg is érkeztek a kecskéhez. Ajtó-ablak tárva nyitva volt. Vagy nagytakarítás folyt odabent, vagy ő is odaégette a reggelijét. Bármelyik is, azért a róka és a barátai nem léptek be egyből, hanem illedelmesen ordítozni kezdtek:

– Kecske! Keeecs-ke!

– No? – kukkantott ki az oldalablakon a megszólított. – Hát ti mit kerestek itt?

– Ööö, izé... szia! – kezdte a tehénke. – Szép napunk van, nemde?

– Fogadjunk, hogy nem időjárást jelenteni jöttetek – vette elejét valamely téves irányú csevejnek a kecske. De azért behúzta a fejét, hogy pár másodperccel később újra kidugja az ajtón.

– Gyertek be, meséljete!

S azzal a négyfős társaság belépett oda, ahol eddig még egyikük sem járt. Érdeklődve néztek körül. Szép, tiszta, káposztazöldre festett ólbelső fogadta őket. Egyszerűen volt berendezve, de minden a helyén volt. Csak az a halom boríték nem illett ebbe a rendezettségbe, amely itt-ott, sarkokban, tükör előtt, polcon, hűtő tetején fel volt állítva. Legalább száz ilyen boríték díszítette a kecske lakását. A bagoly nem is bírta sokáig szó nélkül:

– Te, kecske, papírboltot nyitottál?

A kecske hirtelen észbekapott, s már ugrott is a borítékjai felé, és eszement sebességgel igyekezett összegyűjteni őket.

– Hát... nem, ...ezek, hát... nem fontosak – hebegte a kecske s gyűrte is be a kezében összefogott borítékokat egy öreg komód fiókjába.

A malac és a tehénke összenéztek, aztán rápillantottak a rókára. Ő éppen lehajolt egy borítékért, ami a lába elé hullott. A kecske ekkor már a kishabában gyűjtögette furcsa kis levélkéit. A róka egy pillanatig habozott, de aztán a kíváncsisága két testhosszal nyert az illedelmessége előtt. Gyorsan kinyitotta, miközben a többiek köréje sereglettek. A bagoly fölreppent a tehénke hátára, hogy ő is mindent lásson. Kis kártya állt a borítékban ezzel az írással:

*Kedves Bagoly,
szeretettel meghívlak Téged születésnap partimra. Ne hozzá semmit, csak a jókedvedet. Nagyon várlak a Nagy Szénáson napfelkeltekor napon.
Kecske*

A négy barát elképedve nézett egymásra, különösen a bagoly. Azonban még fel sem foghatták a levél tartalmát, amikor is a kecske kissé lihegve visszatért hozzájuk. A róka a háta mögé gyűrte a felnyitott borítékot.

– Na szóval... hol is tartottunk? Ja, sehol. Üljetek már le. Azok az óriás káposzták igazából puffok, bátran huppanjatok beléjük – mosolygott a háziga.

– Ööö, izé... – kezdte volna a malac, de a tehénke oldalba vágta. – Ezt már én is mondtam az előbb...

– Hát, kecske – vette át a szót a róka. – A malac azt akarja mondani – s ezzel nyomatékosan a malacra nézett. – Mondd már, malac!

– Hát... – azzal a malac vett egy nagy levegőt és már dőlt is belőle: – Mi az elmúlt három évben pontosan 12 születésnap meghívót...

– ...postáztunk ki neked – vágott közbe a róka, mert valahogy azt érezte, át kell váltani a nem létező B tervre –, és tök jó, hogy mindegyikre el tudtál jönni.

A tehénke nem tudta, mi az ő része a B tervben, az égetett tej arckifejezés ugyan jól sikerült neki, de megszólalni nem mert.

A bagoly sem volt csúcsformában:

– Hehehe. Tök jó.

Közben viszont a malac is kihúzott a kanapé részéből egy ott maradt borítékot. Gyorsan a tehénke mögé húzódott, kinyitotta s ezt látta:

*Kedves Malac,
szeretettel meghívlak Téged születésnap partimra. Ne hozzá semmit, csak a jókedvedet. Nagyon várlak idén is a Káposztásban reggel felé napon.
Kecske*



A malac olyan izgatott lett, hogy mit sem gondolkodva a kecske szeme látára odaugrott a rókához:

– Ide nézz, ezt meg nekem írta, csak máskor!

A kecske lábai földbe gyökereztek. Már semmi értelmét nem látta, hogy tiltakozzon a levéltitok megszegése ellen vagy hogy magyarázatot keressen. Csendesen lehajtotta a fejét.

A róka a kecskére nézett. Az vissza. Nagy pupillájú, barna szemei könnyben áztak. Mintha remegett volna a szakála.

– Na igen... – szólalt meg nagy nehezen aztán a róka – ezért jöttünk ugye, hogy itt elmondjuk neked, de... ezek itt kicsodák? Azzal előhúzta az összegyűrt cetlit. Ezt kiknek küldted?

A kecske tekintete a levélkére tévedt.

– Hát ezek – kissé rekedt volt a hangja – ...a ti meghívóitok...

– De mi nem kaptuk meg. Jól címezted meg? – tette fel okos kérdését a malac.

A kecske csak állt lehorgasztott fejjel.

– És melyik napra hívtál minket? Az pont' nincs kitöltve.

– Hát ez az... – most már zokogott a kecske. – Hát éppen ez az...

A bagoly zsepit nyújtott oda neki, majd ő is átment okosba:

– De oktondi vagy, malac. Melyik napon, melyik napon? Születésnap meghívót melyik napra szoktunk küldeni? – a hangsúlyt kérdő mondatához illően fent hagyta.

– Igen, bagoly, de mint látod szép nagy szemekkel, itt pöttyök állnak és nem egy nap. Pötty nap meg mégsem jöhetünk a kecskéhez! – azzal ő is a kecskére nézett.

– Hát – fújta ki harsonahangon az orrát a kecske –, tudjátok, nekem... nincs ilyen napom.

– Milyen napod, kecske? – ráncolta homlokát a róka.

A kecske még tisztogatózott az orra körül egy kicsit, majd nagy levegőt vett:

– Nekem nincs is születésnapom! – és már jött is a következő hátrázkódás, könnypatakzás, orrdugulás. Barátai dermedten álltak. Hirtelen semmit nem tudtak még gondolni sem, nem-

hogyan mondani. Aztán a bagoly odaröppent a kecske mellé. A kis-asztalról nézett fel rá.

– Te, kecske, az nem lehet! Mindenki megszületett valamikor. Te is.

– De én... nem tudom, mikor.

A malac kurta lábain toporgott, nem értette biztosan, mi is a helyzet a kecskénél, de azt pontosan érezte, hogy ők most valahogy egészen igazságtalan módon akarták kiközösíteni. Egy-két fehér boríték még mindig kikandikált egy-egy bútor mellől.

„Az elmúlt három évben, mindannyiunkat meghívhatott... de az akkor sem több mint tizenkét meghívó. Jó néhányat elrontott, akkor meg kb. húsz, de nem ennyi!” – morfondíroztak magukban.

A bagoly, a róka és a kecske e morfondírozás közben már továbblépett a párbeszédben:

– Nem... – szólalt meg a kecske. – Nekem a mamám nem mondta meg. Elköszült. Tudod, mi kőszáli kecskék vagyunk.

– Akkor inkább elköszült a mamád – vetette közbe a malac.

– ...és nem jött vissza, mi, kecskék így élünk. Csak a születnapomat felejtette el megmondani – orrfújás zárta a mondatot.

A róka nagyon elgondolkodott, vagy ő is azon rágódott, hogy majdnem megbántották a kecskét ahelyett, hogy leültek volna egyszer egy langyos répalé mellett megbeszélni.

A malacnak továbbra is a borítékmennyiség fúrta az oldalát.

– Te kecske, mi csak négyen vagyunk. Minek nekünk ennyi meghívó?

– Hát tudod, arra gondoltam, nemcsak a legjobb barátaimat hívom meg..., hívnám meg, hanem mindenkit az erdőből meg a Nagy Szénásról. Némelyik állat olyan magányos..., a farkast például még sosem hívta meg senki, mert büdös. Vagy ott van a nádirigó, az meg folyton belefűttyög mindenbe. Vagy a békák, őket sem hívja soha senki, mert olyan nyálkás a kézfogásuk s folyton vizes lesz alattuk a szőnyeg. De én arra gondoltam, hogy, hogy... – azzal újra elkezdett sírni a kecske.

A róka, a malac, a bagoly és a tehénke csak állt ott. Zakatolt az agyuk. Vagy inkább a szívük. Ők folyton csak egymást hívogatták, de mást sosem. És milyen nagyra is voltak vele.

– Jaj, kecske, ne haragudj... – bökte ki aztán mindannyiuk gondolatát a róka.

– Mire ne haragudjak? Én csak a mamámra haragszom..., így elköszálni...

A malac ocsúdott először s érezte úgy, hogy valamit tenni kell.

– Találjunk ki neked egy születnapot!

– De az nem az igazi – szipogta a kecske.

– Nem igazi, nem igazi. Lárifári. El akarod küldeni ezeket a meghívókat? Akarod a béka nyálkás kezét fogdosni? Akarsz a róka le nem égett pudingjából enni? Na, akkor csinálunk a világ legkedvesebb kecskéjének egy születnapot!

– Úgy van! Éljen! A világ legkedvesebb kecskéjének! Hurrá! – kiabálták a barátai.

– Melyik évszakot szereted a legjobban, kecske? – látott neki a szervezésnek a bagoly.

– Hát ugye... ősz elején érik a káposzta...

– Ősz eleje az szeptember – számolt a róka. – A hónap megvan. De melyik napon legyen?

– Szerintem a kecskének négy lába van, akkor lehetne szeptember 4-e – vélte a malac.

– Az erdőben majdnem mindenkinek négy lába van, az olyan snassz – ellenkezett a tehénke.

– Az olyan snassz...? – ismételte most már izgatott mosollyal a kecske.

– Hány állatot szerettél volna meghívni, kecske? – kérdezte a róka.

– Hát... ha jól emlékszem, harminchármat.

– Hú, az sok. Kettővel több, mint ami befér egy hónapba – vágott közbe a tehénke.

– Vonjuk le belőle azt a négyet, ami az előbb olyan snassz volt. Snassztalanítsuk a harminchármat! – állt elő a nagy ötlettel a bagoly.

– És akkor mi jön ki? – kérdezte izgatottan a kecske, mert hát nagy szíve volt, ugye, de matekozni sosem szeretett.

– Az kérlek, annyi, mint harminc!

– És van ilyen nap szeptemberben?

– Hát... majdnem nincs, de még éppen van.

A róka a biztonság kedvéért fel is írta a megtalált boríték hátuljára.

– Kedves kecske, mától a te születésnapod: szeptember 30-a. Légy szíves, ne felejtsd el!

– És most milyen hónap is van? – kérdezte bizonytalanul a friss születésnapos.

A tehénke válaszolt a leggyorsabban:

– Most május van, kecske. Vagyis mindjárt itt az én születésnapom. De már csak négy hónapot kell aludni s jön a tied.

A malac odalépett a kecskéhez s kedvesen nézett fel rá.

– Ugye, meghívsz minket is?

A kecske lehajolt a malachoz s puhán megbökte a szarvacskáival. Ez amolyan kőszáli puszi volt. A róka kicsit irigyelte is a malacot, dehát a többiek előtt mégsem akart odabújni a kecskéhez egy ölelésre. Maradtak inkább a szavak:

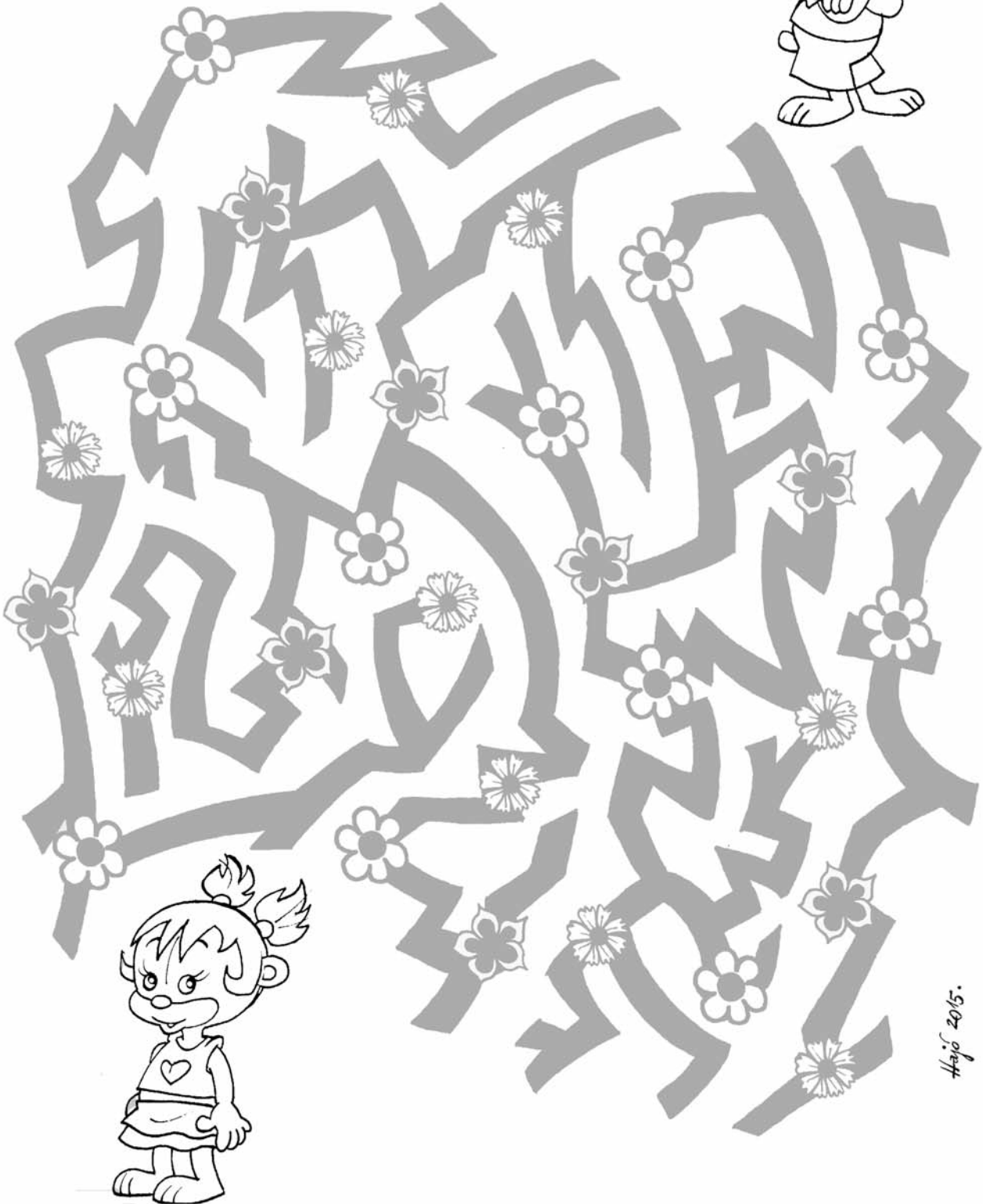
– Isten éltesen, kecske! Az eddigi három elmaradt születésnapodon is. Idén meg, ugye... nagy bulit csapunk.

A négy barát estig maradt a kecskénél. Sokat beszélgettek, még a szeptemberi születési parti meghívóit is együtt töltötték ki. Tehénkéhez épp a farkas cetlije került, kicsit vacillált, hogy odakörmölje-e a dátum alá: „Dezodort hozz magaddal!”, de aztán nem tette. Ma sokat tanult arról, hogy a rossznak tűnő dolgokat is jóvá lehet tenni egy kevéske őszinte beszélgetéssel. Majd leül ő is a farkassal dumcsizni azon a bizonyos szeptember 30-án.

FALVI VIKTÓRIA



Több helyes útvonal is van.
Melyiken hány virágot
tud szedni Dörmi?



Hajó 2015.

ÁRNYÉK CSOMAGOK

Melyik csomagárnyék, melyik autó tetejére való?
Egy csomagárnyékkal több van! Melyik ez?



Ötlet és rajz: Őszi Zoltán



LÓDI VIKTÓRIA

KREATÍV ÖTLETEK

LEGYEN A KULCSSZÓ: ÉLETÖRÖM

A kényszerű pihenő idejére, amelyet együtt töltünk a családdal, érdemes kreatív kihívásokon gondolkodnunk. A kézműveskedés szórakoztató és tartalmas programot jelent gyermekeink és saját magunk számára is, aminek bónuszként még fejlesztő hatása is van a kicsikre. Ez alkalommal olyan játékos kreatív ötleteket válogattam több korosztály számára is, melyek szinte sugározzák az életörömet.

3-8 évesek

UJJ- ÉS KÉZFESTÉS MILLIÓ TÜNDÉRI MINTÁVAL



A kézfestés az első lépés lehet ahhoz, hogy bevonjuk a gyerekeket a kreatív alkotás folyamatába. Ne bánjuk, ha néhány folt esik a ruhán vagy az asztalon, a végén többet nyerünk, mint veszítünk. A lényeg az, hogy készítsük elő gondosan a környezetet, és megfelelő ruhában, kevés hozzávalóval az asztalon lássunk munkához.

Érdemes műanyag tányérra, vagy festéktartóra kinyomni

a színeket. Ajánlatos egyszerre csak egy-két színnel dolgozni, hogy a gyerekek kezén ne keveredjenek a színek. Először tarthatunk egy kis bemutatót, hogy mi az elképzelésünk a mintát illetően. Sokkal többet jelent ez annál, mintha szóban mondanánk el, mit tervezünk. Mikor először bevonjuk a kicsiket, nyugodtan vezethetjük a kezüket; egy-két mozdulatot követően már nekik is könnyebben megy. Tündéri motívumok születnek majd a szemünk előtt. A végén filcek segítségével véglegesíthetjük a kisállatok fejét, szárnyát vagy éppen lábait.



Kellékek:

- tempera festék (a festék ne legyen túl száraz, ragadós vagy éppen túl vizes)
- műanyag tálka, tányér (melyben az ujjak és a tenyér könnyedén elfér)
- filcek

8-12 évesek

ÜDE CSOKOR PAPÍRBÓL

„Még nyílnak a völgyben a kerti virágok...”

A vakító napsütésben sorra nyílnak a színes virágok a kertben, de ezzel egy időben elkészíthetjük saját, pasztell papírcsokrunkat is. Ebben a kreatív kihívásban az tetszett meg, hogy milyen látványos a csokorba fogott sok-sok szorosan feltekert színes virág.

Egy kb. 7,5 cm átmérőjű kartonpapírból készíthetünk egy spirál alakú sablont, mely mintául szolgál a virágok előrajzolásához. A vágás és tekerés nagyban fejleszti a gyerekek kézügyességét. Ha szeretnénk, akár zöld leveleket is varázsolhatunk a virágok mellé.





Kellékek:

- színes papírok (pasztell színekben)
- karton a sablon számára
- olló, ragasztó
- zöldre festett hurkapálca

VICCES KAKTUSZOK

Egyedi és bohém hangulatot árasztanak ezek a kaktuszok a polcon. Annál trendibb és esztétikusabb a megjelenésük, minél változatosabb terveink vannak a kaktuszok és a cserépek megjelenéséhez. Az egyik cserép legyen papírcsíkos, a másiké sárga fonalas, a harmadiké mintás rózsaszín. A kaktuszok változatossága szintén fontos: legyen duci világoszöld ciklámen virággal, a másik legyen erőteljes zöld, nyújtózó karokkal és sárga virágokkal.

A kész kaktuszt ragasszuk egy közel vízszintes kavicsra. A kis bevont cserép aljára szórjunk pár kavicsot, majd jöhet a növény maga. További kavicsok segítenek megtámasztani a kaktuszt. (Sablon a cikk végén található.)



Kellékek:

- kartonpapír (több színben)
- olló, színes fonalak
- ragasztók, ragasztópisztoly
- konzervdobozok
- fehér festék, ecset
- kavicsok

13 éves kor felett

ÚJ KIHÍVÁS: A KALLIGRÁFIA

A kislányom figyelt fel mostanában a kalligráfiára. Először időrabló tevékenységnek tűnt a cirkalmas betűvetés, de aztán rájöttem, hogy mennyi esetben hasznosítható a díszes kézírásnak ez a közel művészi szintű gyakorlása. Üdvözlő lapot, posztert, emléklapot, ajándékot díszíthetünk vele, sőt, ha van kedvenc idézetünk, akár képet is varázsolhatunk segítségével a falra.

Első lépésben a felirat háttérét készítsük el. A genothermre ecsetfilccel vigyünk fel foltokat, melyek nem érnek egymásba, vagyis legyen köztük hézag. Egy-két, de akár négy-öt színben is lehet gondolkodni. A kész foltokat finoman hintsük be vízpermettel, majd egy papírlapot (érdemes famentes lapot használni) fektessünk rá, és hagyjuk, hogy az felszívja a festéket. Óvatosan emeljük fel a lapot, majd hagyjuk megszáradni.

A feliratot készíthetjük különböző méretű betűkből is, a szavak változatos elhelyezésével. Mielőtt a feliratot elkezdjük, minden alkalommal érdemes a kezeket bemelegíteni, és aztán dolgozni „élesben”. Aki amúgy is szereti a szépírást és az esztétikus külalakot, biztosan élvezni fogja ezt az alkotó folyamatot.

Kívánok szívemelengető alkotó perceket!

LÓDI VIKTÓRIA

Kellékek:

- famentes papír
- színes ecsetírón (brush pen)
- genotherm (iratartó tasak)
- szórófejes flakon (spricni)



Forrás: <http://m.koloknet.hu/elemtod>; <https://anapfenyllata.cafeblog.hu/>;

Kaktusz sablon és videó: <https://www.missdiy.es/wp-content/uploads/2016/04/cactus-de-papel.pdf>; <https://www.missdiy.es/cactus-de-papel/>;

Kalligráfia alapok (letölthető sablonnal): <https://www.youtube.com/watch?v=q54lgX2cUPw>; https://www.youtube.com/watch?v=HdgNw_6kmbI

KEDVEZMÉNYEK 2020. március-április

BAKONYSZENTKIRÁLY

NÁDAS MANUFAKTÚRA (8430 Bakonyzentkirály, Nádas u. 12.)

☎ Tel: +36 30 997-7702

e-mail: nadasmanufaktura@freemail.hu

web: <https://www.facebook.com/nadasmanufaktura/?ref=bookmarks>

NOE tagok a termékek árából 10% kedvezményt kapnak.

BUDAPEST

PROGI-MED KFT. (1047 Budapest, Petőfi u. 22.)

☎ Tel: +36 30 832-7703

e-mail: progimedkft@gmail.com

web: www.pelenkaonline.hu, www.hartmannbolt.hu

NOE tagok minden nem akciós termékre 5% kedvezményt kapnak.

GÖD

SZABAD SÁRKÁNYOK CSAPATA (2132 Göd, Gutenberg u. 7.)

☎ Tel: +36 30 933-3818

e-mail: noekedvezmeny@gmail.com

web: <https://hu-hu.facebook.com/SzabadSarkanyok/>

NOE tagok rendszeres sárkányhajós edzések és az ahhoz tartozó erőnléti edzések (nyílt vízi evezés, tanmedencés evezés, konditerem), sárkányhajós kirándulások árából 10% kedvezményt adunk.

GÖDÖLLŐ

UNIHEMP.HU (2100 Gödöllő, Munkácsi M. u. 26.)

☎ Tel: +36 30 217-8726 e-mail: office@unihemp.hu

web: <https://bolt.unihemp.hu>

NOE tagok CannabiGold étrendkiegészítőkre, valamint Hemptouch kozmetikumokra 10% kedvezményt kapnak.

GYOMAENDRŐD

ÉDES MÁMOR CUKRÁSZMŰHELY ÉS CUKRÁSZDA

(5502 Gyomaendrőd, Apponyi út 12.)

☎ Tel: +36 70 365-4630 e-mail: pszrita@gmail.com

web: <https://www.facebook.com/edesmamor/>

NOE tagok 10% kedvezményt kapnak. A kedvezmény más akciókkal nem vonható össze.

HAJDÚDOROG

TÓTH MIHÁLY EGYÉNI VÁLLALKOZÓ

(4087 Hajdúdorog, Böszörményi u. 32.)

☎ Tel: +36 20 669-3826 e-mail: t-mihaly@freemail.hu

NOE tagok használt cikkek, minden háztartásban található eszközök árából 15% kedvezményt kapnak.

HAJDÚNÁNÁS

MAGYAROS ÉTTEREM

(4080 Hajdúnánás, Köztársaság tér 9-11.)

☎ Tel: +36 52 570-679, +36 30 720-1011

e-mail: info@magyaros-etterem.hu

web: www.magyaros-etterem.hu

NOE tagok az étlapon szereplő ételekből 5% kedvezményt kapnak.

HALIDÓ ÉTTEREM (4080 Hajdúnánás, Fürdő u. 3.)

☎ Tel: +36 70 397-5912

web: www.halido.hu

NOE tagok az étlapon szereplő ételek árából 5% kedvezményt kapnak.

KÖRÖS PIZZA (4080 Hajdúnánás, Köztársaság tér 8.)

☎ Tel: +36 70 200-5544

web: www.korospizza.hu

NOE tagok az étlapon lévő kínálatból 5% kedvezményt kapnak.

HAJDÚSZOBOSZLÓ

KA-CSA PARTY KELLÉK BOLTJA

(4200 Hajdúszoboszló, Szilfákajla u. 7.)

NOE tagok az üzletben található termékekre 5% kedvezményt kapnak.

KERKASZENTKIRÁLY

KERKAVÖLGYI VENDÉGHÁZ

(8874 Kerkaszentkirály, Fő u. 80.)

☎ Tel: +36 30 587-1093

e-mail: volgyi.eva.csilla@gmail.com

web: <https://www.facebook.com/kerkavolgyivendeghaz>

NOE tagok 15% kedvezményt kapnak a szállás díjából, + 5 éjszakás foglalás esetén a 6. éjszakát ajándékba adjuk. SZÉP-kártyát is elfogadjunk.

MAKÓ

BROOKLYN BÜFÉ (6900 Makó, Szegedi u. 2.)

☎ Tel: +36 70 932-6404

NOE tagok vendéglátás árából 10% kedvezményt kapnak.

MISKOLC

DL.STÚDIÓ (3527 Miskolc, Bajcsy Zs. út 15. 1/10)

☎ Tel: +36 70 502-8532

e-mail: kiss.livia888@gmail.com

web: <https://dl-studio8.webnode.hu>

NOE tagok 50% kedvezményt kapnak a gépi nyírók-és hullámmasz-százsra, a Szépség és Egészség csomag árából.

Örömhír

Nagy örömmel adjuk hírül, hogy 2020. február 16-án 14.36-kor megszületett ötödik szemünk fénye: **Sipos Zsolna Borbála** (3500 g, 56 cm). Testvérei: Ákos, Enikő, Csaba és Eszter már nagyon várták! Üdvözlettel a szülők: Sipos György és Siposné Csermely Mária



Nagy örömmel osztom meg veletek egyesületünk iker lányainak születését! **Kaskötő Ágnes** 2980g-mal, **Kaskötő Ildikó** 2550g-mal születtek, 2019. szeptember 24-én. Üdvözlettel: Szójkáné Györfi Ibolya és az Együtt-Egymásért Nagycsaládos Egyesület Hajdúdorog



Abari Ilona (3440 g 50 cm) 2019. november 25-én született, Vass Edina és Abari Zsolt hatodik gyermekeként. Öt testvére - Edina, Nóra, Zsoltika, Viki és Matyi - már nagyon várták! Isten éltesse sokáig az egész családot! Mosolyvirág Nagycsaládosok Debreceni Egyesülete

Mikulecz Bence Károly 2019. december 20-án született. Anyukája Mikulecz Anita, apukája Mikulecz Norbert, testvérei, Norbi, Petra és Zaki már nagyon várták! A Nagycsaládosok Táborfalvi Egyesülete szeretettel üdvözlöi legifjabb tagját! Brunner Erzsébet



Örömmel tudatjuk minden kedves nagycsaládos társunkkal, hogy 2019. október 25-én este megszületett **Tihanyi Panna Johanna**, Tihanyi Bálint és Adrienn ötödik gyermeke. Isten éltesse az egész családot! Pécsi Székesegyház Nagycsaládos Egyesület



A Kalocsai Sokszínvirág Nagycsaládos Egyesület örömmel adja hírül, hogy 2019. július 5-én megszületett **Matos Mia** (3450 g és 50 cm). Két bátyja - Milán és Máté - már nagyon várták. Miával a szülők, Matos Zoltán és Matosné Föcske Bernadett teljes jogú tagjaivá váltak egyesületünknek. Szeretettel üdvözlöi az az új kis jövevényt az egyesület és Kisné Szirtes Andrea



2020. január 27-én megszületett **Kelemen Simon Boldizsár**, a család második kisfia, Szőke Gábor és Éva második unokája, Cser Éva hetedik dédunokája!



Örömhír



Hálát adunk
Józsa Lehel Boleslaw
fiunkért, aki 2020. január
24-én született ötödik
gyermekünként. Egészséges, a
súlya 4150 g, hossza 53 cm.
Kende, Zengő, Rege és Lelle nagy
örömmel fogadta. Józsa Árpád és
Józsa-Frank Borbála
Székesfehérvári Csoport



2020. január 7-én
20:35 perckor igazi
nagycsalád lettünk,
Horváth Júlia (2770 g
48 cm) lányunk érkezésével.
Jóistennek hála mindenki jól van!
Kata&Marc Pécsi Székesegyház
Nagycsaládos
Egyesület



Örömmel adjuk hírül,
hogy 2020. február 15-én meg-
született negyedik kisfiunk:
Varga Zeusz (3790g, 60 cm).
Üdvözlettel: Varga Szilvia
Budapestről



Nálunk egy kedves család vált pártoló
tagból hivatalosan is nagycsaláddá 2020.
február 25-én, harmadik gyermekük,
Kovács Patrícia születésével. Patrícia
3680 grammal és 55 centiméterrel jött
világra. Isten Éltesse sokáig!
Váczi-Antal Judit és a Nagycsaládosok
Tolnai Egyesülete



2020. január 30-án megszületett
harmadik kislányunk: **Villányi Réka**.
Két nővére, Kata és Zsófi, már nagyon
várta! Születése óta tündéri kisbaba, mosoly-
gós, alvós. Székesfehérváron élünk, a fehérvári
csoportnak már most sokat köszönhetünk,
például nagy könnyebbség volt a gyermekágy
alatt egy teljes héten át mátkatálat kapni
a lelkes anyukáktól.

Üdv: Révész Márta és Villányi Andri



Szabó Martinnak
hívnak, és 2020. február 11-én
érkeztem a Körös Környéki
Nagycsaládosok Egyesületének
tagjai közé, 3900 g
súllyal és 52 centiméteres
hosszúsággal.
Anyja és én is jól vagyunk!



2020. március 11-én
született a Cser család
következő tagja:
Dienes-Tóth Irisz,
a család második
gyermek, Cser Károly
hatodik unokája, Cser Éva
nyolcadik dédunokája!



A Gyulai Nagycsaládosok
Egyesületének egyik nyugdíjas korú
családjában megszületett az első unoka!
A **Dorcsinecz** család határtalan öröme 2020.
január 16-án megérkezett **Előd**.
Szeretettel üdvözlí az egész egyesület!
Molnár Lászlóné Ildi

