

FÓKUSZBAN A KÖRNYEZETVÉDELEM

NOE LEVÉLEK

2021.
JÚLIUS-
AUGUSZTUS



A CSALÁD MINDEN TAGJA SZÁMÁRA
337-338. SZÁM

BEKÖSZÖNŐ	3
▪ A Föld is családtagunk	3
KIEMELT HÍR	4-7
VEZETŐ TESTÜLETEINK MUNKÁJÁBÓL	8
KÖZGYŰLÉSI MEGHÍVÓ	8
AZ ELMÚLT IDŐSZAK ESEMÉNYEI	9
▪ Gyermeknap adományok az MNB jóvoltából	9
▪ Önkénteseink kitűnőre vizsgáztak	9
ÉRDEKVÉDELEM	10-13
▪ Utazás, szabadságolás, utasbiztosítás	10-11
▪ Több gyermek, zöldebb jövő	12-13
PÁRBESZÉD	14-15
▪ Benzin, dízel, hibrid vagy elektromos?	14-15
NEMZETKÖZI	16-17
▪ A fenntartható fejlődés útján	16
▪ Boldogság, szerelem, család	17
HELYI EGYESÜLETEINK ÉLETÉBŐL	18-19
▪ Iváncsai összefoglaló	18
▪ Összetartozásunk tüze	18
▪ Nem tétlenkedik a Csongrádi Bölcső Nagycsaládos Egyesület	19
▪ NAKÉ tavaszi túra	19
PROGRAMAJÁNLÓ	20-21
▪ Nyíregyháza többszori ad	20-21
BESZÉLGETÉS	22-25
▪ Előtérben a környezettudatosság	22-23
▪ „Soha ne higgyük el, ha valaki ránk mutogat, hogy a nagycsalád környezetszennyező”	24-25
CSALÁDI ÉLET	26-40
▪ A nagycsaládosok a fenntartható jövőben érdekeltek	26-27
▪ Értékes örökséghez értékálló szemlélet	28-29
▪ Dolgozunk zöld irodában!	30-31
▪ Klímaszorongás	32-33
▪ A szülőföld és a faluközösség új életre kel	34-35
▪ Környezetvédelem a nagycsaládban:	36-37
15 tipp egy környezettudatos nagycsaládtól	
▪ Kürti László: gajja	37
▪ Miklya Lúzsányi Mónika: Megzöldülünk	38-39
▪ Élelmiszermentés nagycsaládos módra Gödöllőn	39
▪ Büszkségeink – Egy környezettudatos család	40
ÉLETMÓD	41-46
▪ Zöldülünk mobilalkalmazásokkal	41
▪ Tanyát álmodtunk	42-43
▪ Király Csenge: A családi kriptá	44-45
▪ Komposztbarát kezdeményezések	46
▪ Könyvajánló	47
PARFINÉRIA	48-49
▪ Fenntarthatóság és környezetvédelem a konyhában is?	48-49
GYERMEKKUCKÓ	52-59
▪ A három katicabogár	50-53
▪ Rejtvény	54-57
▪ Színes foglalkoztató feladatok	58-59
KEDVEZMÉNYEK	53
ÖRÖMHÍR	60

A 337-338. sz. NOE Levelek címlapja: Tímár Nikolett grafikája



Készült a Miniszterelnökség, Novák Katalin családokért felelős tárca nélküli miniszter támogatásával.

Felelős kiadó: **Kardosné Gyurkó Katalin**, a NOE elnöke

Főszerkesztő: **Lódi Viktória**

Szerkesztő: **Forgács Laura**

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

Ebédészület: 12.30-13.00

A NOE számlaszáma:

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

NOE tagdíj alszámla száma: 11705008-20474210

NOE adószáma: 19024471-1-41

A Családjainkért Alapítvány számlaszáma:

11705008-20427799 (OTP Bp., V. kerületi fiók)

A Nagycsaládosok Országos Egyesülete, a Családjainkért

Alapítvány és az Otthon Segítünk Alapítvány közhasznú.

A Családjainkért Alapítvány számlaszáma:

OTP Bp., V. kerületi fiók 11705008-20427799

Az Otthon Segítünk Alapítvány adószáma: 18468414-1-42

számlaszáma: MKB Bank 10300002-20131045-00003285

Nyomda: Press+Print Kft., Kiskunlacháza

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

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 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 339-340. számának lapzártája:
2021. szeptember 07.

A Föld is családtagunk

Egy árva hang nem sok, annyi sem hagyja el címlapunkon Tímár Nikolett grafikáját, mégis nehéz megszólalni utána. Nehéz jól megszólalni, mert ami ennyire kifejező, ennyire sokatmondó (ugye, milyen kifejező is ez a mi csodás nyelvünk!), az bizony megállít, egy időre magához köt. Ilyen az a téma is, amely köré egész lapszámunkat szerveztük: a fenntartható fejlődés, a klíma- és a környezetvédelem.

Mindezt tettük abból az örömteli apropóból, hogy egyesületünk immár második alkalommal rendezheti meg – ráadásul ezúttal a jubileumi – X. Európai Nagycsaládos Konferenciát. Ezért a fenti témák friss kutatási eredmények tükrében, Nobel-díjas szakértő vála-szaiban, de még vers és a próza hangján is megszólalnak, ahogy a legapróbb, otthon is végezhető praktikákról is sok szó esik. Szakértőink is bemutatják, hogy mivel lehetünk környezettudatosabbak a munkahelyünkön, hogyan kezeljük családtagjaink ötleteit, miként nevelhetjük hatékonyan környezettudatossá gyermekeinket. Kilátogatunk a „földekre”, ahogy benézünk a konyhába is, hogy megtudjuk, mit tehetünk annak érdeké-ben, hogy ne ártsunk a Földnek. Azt is megtudhatjuk, hogy miért fontos a NOE számára, hogy nemzetközi konferencia keretében foglalkozzon ezzel a kérdéssel (Spoiler! Az egyik ok, hogy a nagycsaládot, általában is a gyermekeket azzal vádolják, hogy károsak az ökoszisztémára.) Persze, ahogy sok másban, úgy e kérdések kapcsán sem értünk min-denben egyet, s ez így van jól, mert így megmutathatjuk a különféle véleményeket új, Pár-beszéd rovatunkban, amelyet olvasóink javaslatára indítottunk el. Tanulságos lesz, bizton állíthatjuk. Szintén a felmérésünk alapján bővítettük gyermekeknek és kézműveskedőknek szóló rovatainkat is. Még adósok vagyunk egy-két új rovattal, de a következő lapszám-ban már azok is megjelennek.

Természetesen, továbbra is bemutatjuk, hogy mi történt velünk, veletek az elmúlt időszak-ban, és megismerkedhetünk a legutóbbi pályázatunkra érkezett kitűnő alkotásokkal is. Talán nem csak mi gondoljuk úgy, hogy Nikolett címlapon szereplő rajza bizonyítja: érdemes belela-poznotok a magazin e számába. Ne feledjék: a Föld is családtagunk! Tegyük érte!

Jó szórakozást! Tartalmas olvasást! Találkozunk Keszthelyen!

A SZERKESZTŐK



Berthóty Miklós (10 éves)

Takarékoskodás a vízzel.

Gyerekeink nagyon fogékonyak minden témára, a bolygónk fenntarthatóságával kapcsolatban. Nézetüket, tetteiket elsődlegesen családi minta alapján alakítják, ezen kívül az iskolai iránymutatás alapján. Miklós különösen érdeklődik a Föld bolygó születése iránt, az élhető élet kialakulása és a víz csodája iránt. Fontos számára a vízzel való takarékoskodás. Pályázatában azt jelenítette meg, amikor testvérével esti fogmosás alkalmával a vizet mindig elzárja közben, és nem folytatja fölöslegesen. Ahogyan a mintát a családtól kapja, úgy a rajzában is a család együttes tevékenységét szerette volna megmutatni.

2021. MÁJUS ELEJÉN A NAGYCSALÁDOSOK ORSZÁGOS EGYESÜLETE RAJZ-, FOTÓ- ÉS VIDEOPÁLYÁZATOT HIRDETETT „A FENNTARTHATÓSÁG BÖLCSEJE A CSALÁD” CÍMMEL. A PÁLYÁZATRA OLYAN RAJZOKAT, FOTÓKAT, VIDEOFELVÉTELEKET VÁRTUNK, AMELYEK BEMUTATJÁK, HOGY A PÁLYÁZÓ ÉS CSALÁDJÁ MIT TESZ A FENNTARTHATÓSÁG, A KÖRNYEZET- ÉS KLÍMAVÉDELEM ÉRDEKÉBEN. SZÁMOS KREATÍV PÁLYAMŰ ÉRKEZETT, AMELYEKBŐL NÉHÁNYAT A KÖVETKEZŐ OLDALAKON BE IS MUTATUNK. A GYŐZTES PÁLYAMŰVEK A NOE HONLAPJÁN MEGTEKINTHETŐK.



Frigyesi Lóránd (9 éves)

Az iskolában hallottam a rajzpályázatról. Mivel családom nagyon figyel a teremtett világ védelmére a mindennapokban is, (csomagolásmentesség, komposztálás, mosható szalvéta/pelenka...) magunkat rajzoltam le. A képen éppen szemetet szedünk a környéken. Szeretek segíteni a Földnek!



Karas Máté János

Kerti komposztáló

A kertben van egy komposztáló, ahova az udvari hulladék elhelyezése történik. Ide kerül az avar, a levágott fű, valamint a levágott ágak és gallyak. A komposztáló környezete gyönyörű, és vadregényes környezete tökéletes búvóhelyet biztosít a bűjőcskához is. A komposztálóban készített föld később az egész kert növekedését segíti. A komposztálóban elhelyezett növényi hulladék fenntartható módon történő hasznosítása jelentősen csökkenti a kommunális hulladék mennyiségét. Családunk a háztartási hulladékokat is szelektíven gyűjti.



Fülöp Réka Zsófia (10 éves)

Inkább sétálj! Családi sétáink ihlették meg a képem. Az utóbbi időben sokfelé jártunk a szüleimmel és testvéreimmel. Autóval ugyan kényelmesebb az utazás, viszont gyalogosan csodás helyekre lehet bukkanni, a csicsergő madarak, a színes virágok, a jó szagú fák között. A felfedezések mellett pedig az az érzés is remek, hogy ezzel óvjuk a környezetünket. Ráadásul nem is szennyezzük a levegőt. Így ha arra törekszünk, hogy minél kevesebbet menjünk kocsival, s így a világ is tisztább lesz!

Gyimesi Jázmin Bejke (7 éves)

Azért szerettem volna pályázni a rajzommal, mert számomra és a családom számára is fontos a környezet védelme, a fenntarthatóság. A családom tanít meg az állatok és a növények szeretetére, ismeretére, tiszteletére és a szelektív szemetgyűjtés fontosságára. Van komposztálónk is, ahol a kiskertünkben lévő növények számára termelődik termőföld a „szemétből”, s így nem vész kárba. Van, hogy nincs kedvem szelektíven gyűjteni a szemetet, akkor is figyelnek rám, figyelünk egymásra.

A rajzomon a vidám családom látható, ahogy ténykedünk a kukák körül. Együtt szoktuk kitenni a kukákat.



Mosóczi Boglárka (3. osztályos tanuló)

Boglárka családja szívén viseli a Föld sorsát. Otthon környezettudatosan próbálnak élni nap mint nap. A képen Boglárka éppen a nyitva maradt csapot zárja el, melyet öccse hagyott nyitva. Eközben édesapja a boltban vásárol, ahová gyalogosan ment. A vásárlás során újrahasznosított zacskókba pakol, és a később keletkezett hulladékot szelektíven gyűjti.



Odhiambo Benjamin (11 éves)

A mindennapokban olyan kis dolgokkal igyekszünk óvni környezetünket, hogy például szelektíven gyűjtjük a szemetet vagy lebomló anyagú kutyazacskót használunk, ha feltétlenül szükséges. Terveink között szerepel egy megújuló energiát használó autó.



Odhiambo Hanna Kamilla (9 éves)

Napkeltétől napnyugtáig a családuk minden tagja azon fáradozik, hogy tisztán tartsuk környezetünket. Növényeket ültetünk, a hulladékot megfelelően kezeljük, óvjuk a fecskéket és a méheket.





Orr Emma Ida (7 éves)

A műveket inspirálta:

- veteményes- és virágskertet nevelünk, locsolgatunk naponta
- kotlóst ültettünk és tyúkoknak adjuk az ételmaradékot
- szelektíven gyűjtjük a szemetet és tisztán tartjuk a környezetünket
- hulladék fából madárodúkat barkácsolunk, télen pedig etetjük őket.



Szarvas Léna (14 éves)

Pályázati rajzomon azt próbáltam ábrázolni, hogy akár a legkisebb cselekedeteinkkel is közelebb kerülhetünk a környezetbarát jövő kialakításához. Mi tehetünk róla és csak mi tehetünk érte!

Fontos, hogy a hagyományos izzószálas égőinket energiatakarékos LED-es izzókra cseréljük. Ezzel nemcsak a villanyszámlánkon könnyíthetünk, hanem a környezetet is kímélhetjük vele.

Minden háztartásban szelektíven kellene gyűjteni a hulladékot és lehetőség szerint komposztálni a konyhában és a kertben termelődött növényi maradványokat. Fogyatközü erdeink pótlására hazánkban is számos mozgalom indult, de ezt már családilag a kiskertekben is kivitelezhető, ahogy a saját veteményes kialakítása is.

Ezekkel az ötletekkel csökkenthetjük ökológiai lábnyomunk nagyságát, bevásárlólistánk hosszát és a nylonzacskókat felváltó kosarunk vagy textilszatyrunk súlyát.

ÉLJÜNK A LEHETŐSÉGGEL!

Péter Cintia

Ezt a rajzot a nagyszüleim életvitelére ihlette. Önfenntartóak, ők ebbe születtek bele. A szüleinket is erre nevelték, így mi is így élünk. Fontos számunkra a környezetvédelem és az újrahasznosítás. Szeretjük a saját magunk által megtermelt élelmiszereket, mivel egészségesebbnek véljük, mint a tartósítószerrel tartalmazó termékeket. Igyekszünk minél kevésbé szennyezni a környezetet, így főként kerékpárral és tömegközlekedéssel utazunk. Odafigyelünk a szelektív hulladékgyűjtésre, valamint komposztálásra, amit a növények táplálására használunk fel, akár csak a szerves trágyát. A földjeinken megtermelt takarmánynövényekkel etetjük az állatainkat. Az érett gyümölcsökből lekvárt, befőttet készítünk, melyet a kemencében főzünk be, amit száraz ágakkal, kukoricaszárral fűtünk. Nemcsak gyümölcsöket, de zöldségeket is termesztünk, így kevesebb hulladékot termelünk (pl. csomagoló anyagok).



Rechtorsz Máttyás (9 éves)

9 éves fiunk, Matyi ezzel a rajzzal fejezi ki, hogy a családnak mennyire lelkes híve a fenntarthatóságnak és a környezetvédelemnek. Szelektíven gyűjtjük a hulladékot, amit lehet újrahasznosítani, vigyázunk a környezetünkre, ahova tudunk (pl. bevásárolni) kerékpárral megyünk, és magunk is termelünk zöldségeket és gyümölcsöket.





Baglyos Anita

Nagyon sok ruha kerül a szemétkébe manapság, ez adta az ötletet, hogy amit nem tudunk továbbadni, formáljuk át. A rugalmas ruháinkból a gyerekeknek készül ruha, a farmerokból szatyrokat, táskákat készítek a családnak. Ezzel a műanyag társaikat is kiváltjuk. Most is egy farmerből készült szattyorral szeretnék pályázni, melynek a mintája régi szék áthúzása után maradt műbőr darabokból készült. Köszönöm a lehetőséget!



Mókus Anita

Játékkal egybeszótt fenntarthatóság
Fontos, hogy már kisgyermekkorban kialakuljon egy kép a gyerekek fejében a környezet- és klímavédelemmel, illetve fenntarthatósággal kapcsolatosan. A Föld megővésének érdekében családi körben is számos dolgot tehetünk gyermekeink bevonásával, hiszen az ő jövőjük a tét. A kép a kertben készült, egy plüssjáték tisztogatása látható rajta és a víz megővésére hívja fel a figyelmet. Nagy öröm ez s egyben játék a gyermeknek, ajándék a Földnek. Fontos, hogy elősegítsük a fenntartható vízfelhasználást s megővjük a vízi környezetet s ez irányba tereljük gyermekeinket.

Csiszár Viktória

5 éve egyedül nevelem három kiskorú gyermekem, régóta törekszünk a fenntartható életmódra. Kertes, családi házban élünk, a telünkön számtalan fa, bokor és gyógynövény megtalálható, ezekből folyamatosan készítünk lekvárokat, szörpöket. A kertben komposztálót, emelt- és magaságyásokat alakítottunk ki, így több szinten kertészkedünk is. A hiányzó zöldségeket, gyümölcsöket az általunk megtermelttel cseréljük el helyi lakosokkal. Idén 2 "B", 1-1 "A" és "C" odút szereltünk fel a madarak számára, illetve két műfecskefészket is gyarapodott a portánk. Az esővizet három hordóba, illetve egy köbös tartályba fogjuk fel, az öntözést a gravitációt kihasználva, szivattyú nélkül oldjuk meg. Autónk nincs, a szükséges vásárlást heti egyszer ismerős segítségével bonyolítjuk le. A háztartásból régóta számúztuk a nylon táskákat, ma már vászon szatyrokkal, hálós zöldségtárolókkal indulok neki a bevásárlásnak. Kिरándulni a közelben kerékpárral, rollerrel szoktunk, illetve a hosszabb utakat tömegközlekedéssel oldjuk meg. Ekkor természetesen saját kulacsban és „újraszalvétában” visszük magunkkal az útravalót.

Gyermekeimet igyekszem tudatosan az egészséges, természetet védő életmódra nevelni, illetve tanító szakos hallgatóként (Természetismeret műveltségterületen) ezt a tudást a leendő osztályaimnál is alkalmazni fogom.



Kolozsvári Zsuzsanna

Én is nagycsaládban nőttem fel vidéken, egy kicsi faluban. Három öcsém van, gyermekkorunk szerves része volt a kertészkedés, kapálás, ültetés, gyümölcszedés. Ma már felnőttként a fővárosban élek, és kezdő fotográfusként dolgozom. Nagyon fontosnak tartom, hogy a családok és gyerekek, akiket fotózom jól érezzék magukat, tanuljanak és új élményt szerezzenek a fotózás közben. Ettől az ötlettől vezérelve kezdtem el különböző programokat szervezni, hogy a gyerekek teljesen le legyenek kötve és jól érezzék magukat. Az egyik ilyen program a közös ültetés, ami a fenntarthatóbb élet felé tereli őket, miközben én észrevétlenül tudom megörökíteni az őszi pillanatokat. Az egyik ilyen sorozatomból hoztam kétfő képet.



KARDOSNÉ GYURKÓ KATALIN

Vezető testületeink munkájából

- A koronavírus-járvány miatti hatályos intézkedések nem tették lehetővé májusi közgyűlésünk megrendezését, így az eseményt 2021. szeptember 18-án szervezzük meg a díjátadó ünnepséggel együtt.
- Az elnökség megszavazta és elfogadta a X. Európai Nagycsaládos Konferencia útiköltségtérítési támogatását, amennyiben a rendezvény során a családok a „Pecsetgyűjtő füzetbe” minimum 6 pecsétet gyűjtenek.
- Az elnökség Belső Pályázatot írt ki NOE tagszervezetek számára az Őszi Találkozón való részvételre (utazás, szállás, étkezés) vonatkozóan. Nagy hagyományú őszi eseményünkre Nyíregyházán kerül sor 2021. október 9-én.
- Június hónapban 70 tageszületi család és 74 egyéni tagcsalád jelentkezését fogadta el elnökségünk.
- Az egyesületen belül meghirdetett Erzsébet táborok és Mészáros üdülés kapcsán nagy az érdeklődés tagcsaládjaink részéről. A jelentkezéseket a régióvezetők szervezik.
- A X. Európai Nagycsaládos Konferencia 2021. július 9–11. között valósul meg Keszthelyen, melyre neves előadókat és hazai, valamint külföldi résztvevőket is várunk. A konferencia központi témája a környezetvédelem és a fenntartható fejlődés – melynek bölcsője a család.

KARDOSNÉ GYURKÓ KATALIN

MEGHÍVÓ

a Nagycsaládosok Országos Egyesülete 2021. évi közgyűlésére és díjátadási ünnepségére

2021. szeptember 18. (szombat) 9.30 – 14.00 óra (érkezés 8 órától)

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

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

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

A közgyűlés napirendtervezete

Megnyitó – Himnusz

1. A Mandátumvizsgáló Bizottság jelentése
2. A NOE elnöke javaslatot tesz a levezető elnök személyére, határozathozatal
3. A jegyzőkönyvvezető és a két jegyzőkönyv-hitelesítő megválasztása, a napirend elfogadása, határozathozatal
4. Beszámoló az Egyesület működéséről
5. Jelentés az Egyesület gazdálkodásáról, a közhasznú jelentés ismertetése
6. Az Ellenőrző Bizottság jelentése
7. A beszámoló és a jelentések megvitatása, határozathozatal
8. A 2021. évi költségvetési terv megvitatása, határozathozatal

Fórum (kérdések, javaslatok megbeszélése)

Zárszó – Szózat – Tavaszi szél

Amennyiben a közgyűlés 10.00-ig nem bizonyul határozatképesnek, a megismételt közgyűlés 2021. szeptember 18-án 10.30-kor kezdődik. A megismételt közgyűlés azonos tárgykörrel, a szavazati joggal rendelkező jelenlévők létszámától függetlenül határozatképes.

Gyermeknapra adományok az MNB jóvoltából

A Nagycsaládosok Országos Egyesületének rászoruló családjai az MNB jóvoltából évente egy-két alkalommal támogatásban részesülnek, melyet helyi szervezeteink tartós élelmiszer-, illetve háztartási és vegyi áru-csomagok formájában juttatnak el számukra. Májusban gyermeknap alkalmából országosan 625 családnak kedveskedtünk főleg gyermekek által kedvelt finomságokkal, melyek között megtalálható volt a gumicukorkától és Nutellától kezdve a csokin át a kakaóig és a gabonapehelyig mindenféle földi jó, amit a kicsik és a nagyobbacsok is imádnak. Ahogy azt az „Add a kezed” Püspökladányi Nagycsaládosok Egyesülete megfogalmazta, „Minden



korosztály izgatottan bontogatta a csomagokat és sugárzott az öröm a gyermeki arccsokokról! Minden csomag osztatlan sikert aratott, és nagyon hálásak voltak a családjaik." Nagy öröm számunkra, hogy időről időre ilyen meglepetésekkel segíthetjük egyesületünk családait, hálásan köszönjük azt az önzetlen, jószándékú adományozást, amit az MNB immár sokadik alkalommal tanúsít irányunkba.

DELINÉ SZOLANICS ZSUZSANNA

„Önkénteseink kitűnőre vizsgáztak” Észak-magyarországi önkénteseink köszöntése Örkényben

Ahol a nagycsaládok összegyűlnek, ott bizony minden vonatkozásban nagy számokról beszélhetünk. Így volt ez 2021. június 20-án is az Örkényi Szabadidő Központban, ahova a NOE Budapest- és Közép-Magyarország, valamint Észak-Magyarország régiók önkénteseinek köszöntésére gyűlt össze. Nem kevesebb, mint 27 egyesület 124 önkéntesét köszöntötték.

Ez alkalommal a táborfalvi egyesület elnöke, Brunner Erzsébet volt a főszervező, aki Rendeik Ildikó régióvezetővel közösen remekül teljesítették feladatukat. Erzsébet elmondta, hogy nagyon készültek erre az eseményre, hiszen a pandémia miatt a személyes találkozások lehetőségei addig erősen korlátozottak voltak.

A NOE himnuszát Birinyi József népzeneész, népzenekutató kíséretével együtt énekeltek el, aki ezután a Birinyi Gyűjteményből több mint 10 hangszert szólaltatott meg, mutatott be nagy sikerrel. Kulcsár István, Örkény polgármestere, szintén köszöntötte az önkénteseket és a rendezvényt, kitérve arra, hogy ő maga is végzett önkéntes munkát.

Kardosné Gyurkó Katalin a NOE elnöke elmondta, hogy az önkéntesek köszöntésének az egyesületben már komoly hagyománya van. Hozzátette: „A korábbiaknál jobban megvilágította a járványhelyzet, hogy az önkéntesség nem valamiféle hobbi, hanem bizony alapvető jelentőségű munka.” Kiemelte, hogy a család a társadalom immunrendszere, és ezt az immunrendszert az önkéntesség köteléke, hálózata tartja életben. „Most már, talán végleg túl a nehezen, joggal mondhatjuk, hogy önkénteseink kitűnőre vizsgáztak.”

A köszöntő műsorban a második osztályos Toldi Viktória Erzsébetben nem volt vizsgadrukk, remekül szavalta el Móra Ferenc *A cinege cipője* című versét, így aztán jó hangulatban adták át az elismerő okleveleket. Az átadást követően a vendégek arcára Menyhártné Katona Ibolya és Vásáreczki Szilvia előadása fakasztott nevetést. Ezt követően máris asztalhoz lehetett ülni, már mindenkit várt a Brunner Erzsébet beígérte babgulyás. Jó volt látni: nagycsaládban élni jó!

ÚJBUDAVÁRY



Utazás, szabadságolás,

A 2021-ES NYÁR MÉG MINDIG KICSIT MÁS, MINT A COVID JÁRVÁNYIDŐSZAK ELŐTTI NYARAK. ÉRDEMES AZ ALÁBBI SZEMPONTOK MENTÉN ELŐKÉSZÍTENI NYÁRI UTAZÁSAINKAT. AZ ÉRVÉNYBEN LÉVŐ RENDELKEZÉSEK TERMÉSZETESEN VÁLTOZHATNAK, ÍGY AZ UTAZÁST MEGELŐZŐEN MINDENKINEK JAVASOLJUK A TÁJÉKOZÓDÁST.

Utazás

Főszabályként az utazás külföldi országba nem javasolt, de mint tudjuk, már lehetséges.

Egyrészt vagy – 18 év felett - védettségi igazolványt kell felmutatni, vagy védettségi igazolvánnyal nem rendelkező felnőttek esetében és a velük utazó 12 éves kor feletti gyermekeknél sok helyen kell a határátlépéshez egy 48 óránál nem régebbi negatív PCR-teszt, -, de egyre több ország – főképp az EU tagállamok egymás közt – oldja fel fokozatosan ezeket a megkötéseket is.



A 12 éven aluli gyermekek védett felnőtt kíséretében szabadon utazhatnak. Közös feltétel, hogy senkin se mutakozzon a betegség jele vagy megalapozott gyanúja. Egy jó tanács: ha épp allergiával küzdünk, próbáljuk meg magunkat minél tünetmentesebb állapotba hozni az utazáskor, ill. a határátlépés idejére, hogy elkerülhessük az esetleges kellemetlenségeket.

Minden esetben feltétlenül tájékozódni kell az adott ország konzulátusának honlapján és a magyar kormány által hivatalosan közzétett és folyamatosan frissített honlapon: <https://konzuliszolgalat.kormany.hu/utazassal-kapcsolatos-friss-informaciok>.

További praktikus ötlet, hogy az adott ország konzuli honlapján lehetőleg már otthonról töltsük ki azt az adatszolgáltató ívet, melyet egyébként a határnál kérnének tőlünk – pl. Horvátországban most még így van –, mert ha ezt előre kitöltjük, akkor a határon könnyebben, és rövidebb idő alatt engednek át.

Június 15- én Splitben megkezdí működését az ideiglenes konzuli ügynökség

2021. június 7. 15:34

A Külügyminisztérium Konzuli Szolgálatá tájékoztatja a Horvátországba utazó magyar állampolgárokat, hogy június 15-én Splitben megkezdí működését az ideiglenes konzuli ügynökség.

A bajba jutott magyar állampolgárok a kihelyezett konzult az éjjel-nappal hívható 00-385/99-558-5555 mobil telefonszámon érhetik el szeptember 15-ig.

Több országban létrehozta ideiglenes magyar konzuli ügynökséget pl. Split-ben is. Náluk is lehetőség van regisztrálnunk „előzetes konzuli védelemre”. Az internet – erre rákeresve – az ügyfélkapunkhoz vezet, s ott belépve regisztrálhatunk, megadjuk utazásunk pontos részleteit, hogy kikkel utazunk és mikortól meddig vagyunk az adott országban, mely céllal (turistaként vagy üzleti céllal – ez a lehetőség is azt szolgálja, hogy ebben a világjárvány sújtotta rendkívüli időszakban, ha külföldön netán bármilyen problémánk adódna (pl. ellopják a táskánkat az igazolványainkkal stb.), akkor egyszerűbben és gyorsabban tudnak a segítségünkre lenni.

Miben segíthet a konzul?

- tájékoztatást tud adni – különösen vész helyzetben – a helyi orvosok, kórházak elérhetőségéről, közreműködik az esetleges indokolt és sürgős hazaszállítási megszervezésében
- kérésre értesíti hozzátartozóit, segítséget nyújtani tudó barátait
- tájékoztatást adhat a helyi tolmácsokról és ügyvédekről

Reméljük, senkinek sem lesz szüksége konzuli segítségre.



A silver scooter is parked on a wet, cobblestone sidewalk at night. The background is blurred, showing people walking and city lights reflecting on the wet pavement. A building with a sign that says 'MINI MA' is visible on the right.

Több gyermek, zöldebb jövő

Az európai és magyar nagycsaládosok környezetvédelmi attitűdje

ELFAC – KINCS

A társadalmi változások – a népesség és a fogyasztás növekedése – jelentős mértékben hozzájárultak a klímaváltozás kialakulásához, az ökológiai válság és a demográfiai válság között szoros a kapcsolat. Az éghajlatváltozás a fejlett országokban veszélyt jelent a születések számának alakulására is. A tudatos gyermektelenség a klímaváltozásnak olyan negatív hatása, amelyről ma Magyarországon még kevés szó esik, de a klímavédelem és a gyermekvállalás tudatos szembeállítása tőlünk nyugatabbra egyre nagyobb teret kap. Egyes tanulmányok szerint a CO₂-kibocsátás csökkentésének leghatékonyabb módszere egyebek közt, ha eggyel kevesebb gyermeket vállalunk.

A gyermekvállalást a klímavédelemmel szembeállító teória helyett azonban a környezettudatosságra nevelés, a környezetvédő attitűd kialakítása adja a hatékony és fenntartható megoldást. Ha környezettisztelő közegben élünk, akkor lehetőség adódik a helyes magatartásminták generációk közötti öröklődésére. Korábbi hazai sikeres példa, amely nagymértékben segítette a családokat abban, hogy környezettudatosabbak legyenek, a Green Dependent Fenntartható Megoldások Egyesülete és a NOE által 2011-ben elindított „Kislábnym” program. A projekt célja a klíma- és energiatudatosság növelése, a széndioxidmentes életmód népszerűsítése, illetve az ehhez szükséges információk átadása volt. A program kiváló példaként szolgált arra is, hogy bemutassa, a nagycsaládosok is sikeresen tudnak tenni a környezetért és kevésbé pazaroló életmódot folytathatnak, mint egy átlagos – kisebb – magyar háztartás.

Az európai nagycsaládok körében végzett idei környezetvédelmi kutatás előzményeként 2020 tavaszán a Kopp Mária Intézet a Népességért és a Családokért (KINCS) 1000 fős reprezentatív felmérésben vizsgálta, hogy az átlagos magyar családok mennyire környezettudatosak. A kutatás tanulsága szerint a gyermekes családok 65%-a aktívan elkötelezett a környezetvédelem iránt, míg a gyermektelen felnőttek esetében ez mindössze 42% volt. A magyar családokról elmondható, hogy összességükben ismerik a környezetünket fenyegető

problémákat és gyermekeik jövője érdekében hajlandók aktívan lépni a környezetvédelemért. A kutatásból kiderült, hogy **leginkább a nagycsaládosok tartják másokhoz képest az életformájukat környezettudatosnak**, legkevésbé pedig a gyermektelenek gondolják ezt magukról. **A magyar családok 94%-a környezettudatosan neveli a gyermekét, és ez is leginkább a nagycsaládosokra jellemző hozzáállás.** Ennek fényében fontosnak éreztük, hogy egy új kutatás keretében európai viszonylatban kifejezetten a nagycsaládosok környezettudatosságát vizsgáljuk meg.



Az Európai Nagycsaládos Szövetség (ELFAC) és a KINCS 2021 tavaszán elvégzett online felmérésében arra voltunk kíváncsiak, hogy a nagycsaládosok Európa-szerte mennyire érznek felelősséget a környezetünk védelme iránt, mennyire érdekli őket a fenntarthatóság témája. A kutatás során 11 országból (Észtország, Horvátország, Lengyelország, Lettország, Litvánia, Magyarország, Németország, Olaszország, Portugália, Románia, Spanyolország) közel 3000 kitöltött kérdőív érkezett be, ebből Magyarországról különösen nagy számban, 835 nagycsaládos töltötte ki és küldte vissza az online kérdőívet. A kutatásban a környezetvédelemmel kapcsolatos hozzáállásra, a környezettudatos magatartásformákra kérdeztünk rá. Egyebek között a környezetvédelem globális problémáját, az egyéni



FÜRÉSZ TÜNDE



KINCS

KOPP MÁRIA INTÉZET
A NÉPESEDÉSÉRT
ÉS A CSALÁDOKÉRT

felelősségvállalást, valamint a környezetet óvó jó gyakorlatokat, szokásokat jártuk körbe.

Az európai és a magyar nagycsaládosokat is foglalkoztatja a **környezetvédelem** (91% és 94%), és többségük kiemelt érdeklődést tanúsít a téma iránt (58% és 61%). A környezetvédelem **elsősorban a gyermekeik jövője miatt fontos számukra** (81% és 84%).

A nagycsaládosok nem pusztán érdeklődnek a környezetvédelem témája iránt, de törekednek is a környezettudatos életvitelre. **Minél több gyermeket nevel egy család, annál inkább gondolják úgy, hogy a saját dolguk megvédeni a környezetet.** A magyar válaszadók nagyobb arányban tartják magukat környezettudatosabbnak másoknál (63%), mint a többi európai ország nagycsaládosai (49%).

A nagycsaládosok nagyon súlyosnak tekintik a Földet érintő környezeti problémákat, de a veszélyt elsősorban globálisnak gondolják, a közvetlen környezetükben kevésbé érzik fenyegetőnek. Lakókörnyezetükben **szerintük a legnagyobb problémát a szemetelés és az illegális szemétkeresés jelenti**, ezt követi a légszennyezés és a globális felmelegedés.

Mind a magyar, mind az európai válaszadók a **túlzott fogyasztást, a gyárakat és a multinacionális cégeket jelölték meg fő felelősnek a környezeti problémákért.**

A nagycsaládosok döntően egyetértenek azzal, hogy a gyermekesek felelősebben viszonyulnak a környezetvédelemhez. A magyarok **legkevésbé azzal az állítással tudtak azonosulni, hogy az éghajlati katasztrófa miatt nem érdemes gyermeket hozni erre a világra**, de a többi európai nagycsaládos is erőteljesen elutasítja a gyermekvállalásnak és a környezeti katasztrófának ilyen összekapcsolását.



A magyar nagycsaládosok ugyanannyira környezettudatosan nevelik gyermekeiket, mint az európai átlag. A szülők minél inkább környezettudatosan nevelik gyermekeiket, annál inkább vallják, hogy a Föld számára fontos az egyéni felelősségvállalás.

Az európai és magyar nagycsaládosok több mint 90%-a szelektíven gyűjti a szemetet, legtöbbször a műanyagot és a papírt gyűjtik külön. A legtöbb nagycsaládos háztartásban a szelektív szemetgyűjtés nem számít újdonságnak, hiszen nagy többségük már minimum 5 éve, közel felük pedig több mint 10 éve gyűjti külön a hulladékot.

A tavalyi felmérésben szereplő, átlag magyar családok és a magyar nagycsaládosok hasonlóan gondolkodnak a környezettudatosságról.

A hazai nagycsaládosok hosszabb ideje és nagyobb arányban gyűjtik szelektíven a hulladékot, mint az átlag, és jóval nagyobb arányban komposztálnak, többen rendelkeznek „zöld” háztartási berendezésekkel is.

A nagycsaládosok valamivel kritikusabb véleményt fogalmaztak meg a magyaroknak a környezetvédelemre fordított figyelmét illetően.

Összességében az európai és a magyar nagycsaládosok tudatában vannak a környezetünket fenyegető problémáknak, a gyermekeik jövője miatt aggodnak leginkább, ennek érdekében pedig hajlandók tenni és tesznek is a környezetvédelemért. **Akik több gyermeket nevelnek, felelősebben viszonyulnak a jövő nemzedékéhez, így a családok jelentik természeti értékeink megővésének biztosítékát.** A családok az élhető jövőt építik, a családoknak fontos, hogy gyermekeik egészséges környezetben, a természettel minél nagyobb összhangban nőjenek fel és lássák azokat a természeti értékeket, amelyeket a szüleik is láttak.



FÜRÉSZ TÜNDE, a KINCS elnöke

Benzin, dízel, hibrid vagy elektromos?

VITAINDÍTÓ



A JÁRMŰVEK IRÁNT ÉRDEKLŐDŐ RENGETEG HÍRT ÉS RÉMHÍRT HALLHAT AZ EGYES HAJTÁSLÁNCOKKAL KAPCSOLATOSAN, ÉS EZ AZ A TÉMA, AMIRŐL SZINTE MINDENKINEK VAN VÉLEMÉNYE. TÉNYLEG HAMAROSAN BETILTJÁK A DÍZELEKET? AZ ELEKTROMOS AUTÓ HAJLAMOS KIGYULLADNI? MÁR A BENZINESEKBEN IS VAN – RETTEGETT – KETTŐSTÖMEGŰ LENDKERÉK? 2021-RE JUTOTT ODA AZ AUTÓIPAR, HOGY VALÓDI ALTERNATÍVÁT KÍNÁLNAK A LEGFRISSEBB, JÖVŐBE MUTATÓ MEGOLDÁSOK, DE MÉG EGYÁLTALÁN NEM ÁLDOZOTT LE A HAGYOMÁNYOS ROBBANÓMOTORNAK SEM. MIT ÉRDEMES TUDNI RÓLUK?

DÍZEL

Sokáig a legnépszerűbb választás volt, aztán 2010-től meredeken esni kezdett a népszerűsége. Ellenzői szerint hangos, büdös, bonyolult és drágán javítható, ugyanakkor el kell ismerni, hogy remek nyomatékot lehet kihozni belőle nevétséges fogyasztás mellett. Városba nem igazán való, ilyenkor a részecskeszűrő rendszeresen eltömődik és más nyavalyák is előjöhetnek. Hosszútávú ingázásra, országokon átvélő utazáshoz továbbra is a legjobb alternatíva. Középtávon elképzelhető, hogy a régebbi, erősebben szennyező példányokat kilitkák a nagyvárosokból, de ezt már csak a legelvakultabb dízelhívők tartják elfogadhatatlannak.

BENZINES

A régi, örökéletűnek gyártott, szívó benzinesek az új autók közül mára szinte teljesen kihaltak, a szigorú környezetvédelmi normák miatt a vásárlóknak apró, túlhűzt turbómotorokkal kell beérniük. Az elektronika bonyolult és a turbó mellett mindegyikben már kettőstömegű lendkerék is van, vagyis hosszútávon az üzemeltetésük költségei magasabbak lesznek, mint a régebbi, szívó modellek esetében. Aki évente 20 ezer kilométernél kevesebbet megy, sokszor áll meg és indít újra, annak megfelelő lehet mindenekes járműnek.

KLASSZIKUS HIBRID

A hagyományos, öntöltő hibridet a Toyota találta ki és lassan 25 éve tökéletesíti. A hatalmas népszerűsége nem véletlen, elképesztően megbízható, hosszúéletű és meglepően egyszerű a hajtáslánc, amely városban és különösen dugóban segít tisztán, elektromosan közlekedni úgy, hogy a féke energiát visszatáplálva tölti az autót az akksit. Egyszerű és nagyszerű, 4 liter körül fogyaszt, de az autópályán nem az ő teret.

KONNEKTOROS HIBRID

Ha a pénz nem számít, a plug-in hibrid jelenleg talán a legokosabb választás. Jellemzően 40-60 kilométer elektromos hatótávot tud, vagyis az átlagos napi városi használatot egy csepp benzin nélkül abszolválhatja. Hosszabb útra ott van benne a benzinmotor is, ilyenkor minimális kompromisszumok mellett kényelmes utazóautóként hozza-viszi a családot.

ELEKTROMOS

Városban szuper, azon kívül egyelőre gyötrelem az elektromos autó. A töltési sebesség még nem az igazi, a töltőhálózat esetleges, a hatótávot illető katalógusértékek általában köszönőviszonyban sincsenek a valósággal. Az is egyértelmű, hogy az elektromos autó környezetre gyakorolt hatása közel sem elenyésző. A villamosenergia valahonnan származik, és ha ez nem szél- hanem atom-, pláne szén-erőműből származik, akkor máris csak a kibocsátás helye változott, mennyisége alig. Nem beszélve az akkumulátorok gyártási körülményeiről és az azokhoz szükséges lítium bányászatról, ezek mind-mind komoly CO₂ kibocsátással járnak, vagyis a biciklinél tisztább közlekedési módot az emberiség még mindig nem talált fel. Mindezzel együtt mára elég egyértelmű, hogy Európában 20 éven belül többségbe kerülnek a teljesen elektromos autók, érdemes hát megbarátkozni velük.

DR. VÉKEY ZOLTÁN

VÉLEMÉNYEK



Sarkady Attila

Ha tehetném, egy hibridet választanék, vagy méginkább Plugin hibridet, de sajnos a nagy családi autókban nem találtam még ilyet. A Toyota Prius+, ami 7 személyes ugyan, de a 7 személy mellett már csomagok nem igazán férnek el. Mikrobuszban (8-9 személyes) pedig még nem láttam hibridet, ott sajnos csak dízelekkel találkoztam. Ha elsősorban városban furikázunk vele, és évente csak néhány alkalommal megyünk hosszabb útra, akkor szerintem egy hibrid lenne a legideálisabb, főleg ha még konnektorból is tudnánk tölteni. Úgy érzem, hogy a 7-8-9 személyes autók esetén már kevésbé van választék a motort illetően.

Ahogy a cikk is írja, inkább a használatától függ, hogy ki mire esküszik, illetve a lehetőségei szabnak határt.

Én a hibrid mellett tenném le a voksom, azon belül is a Toyota Auris kombi. A fenntartása olcsó, fogyasztása alacsony, mint általában a hibrideknek. Napi használatban megyek Budakalász és Fejér megye között. Minden reggel és délután Budapesten megyek keresztül – természetesen a dugókban – és autópálya is van benne szinte mindig. Városban szerencsére nem eszik sokat, autópályán meg nem rohanok 100-110 km/h között megyek vele. Nekem ez vált be. Úgy tartja a mondás, egyszer kell beáldozni nagy összeget és Toyotát venni, hogy utána ne legyen napi gond semmivel sem.

Ugyanakkor 2 havonta megyek Dániába, 1600 km a lányomhoz, természetesen ahhoz dízelt használok (Ford Galaxy), gyors, keveset fogyaszt, és akkora nyomatéka van, hogy az aszfaltot felszedi. (Ez az út Aurisszal kínszenvedés lenne, nekem is és az autónak is.)

Vajó Miklós



Gosslerné Ilona

DÍZEL!!

Mi kényszerből vettünk benzines autót, mivel a márka már csak ezt gyártja. A férjem tart attól, hogy az elektromos autók még nincsenek megfelelően tesztelve. A benzines viszont gyengébb, és dupláját fogyasztja, mint a dízel „bátyja”.

A zöldek nyomására politikailag erőszakolják az elektromos autókat. Kérdelem én, mi lesz a rengeteg akkumulátorral? Mindennél ártalmasabb a környezetre.

Nem igazán értek az autókhoz. Megkérdeztem a párom, neki az a véleménye hogy a régi típusú szívó-dízel a legjobb. Vele ellentétben azt gondolom, és azt látom, hogy a hibrid, vagy elektromos autóké a jövő.

Molnárné Ildi





JOÓ KINGA

A fenntartható fejlődés útján az élhető környezetért

A VILÁG EGYRE INKÁBB BEKÖLTÖZIK HOZZÁNK, SŐT, BELE IS SZÓL A BESZÉLGETÉSEINKBE, HOZZÁTESZ, JAVÍT, JAVASOL, VITATKOZIK, AHOGY MI IS VELE. EZÉRT NEM ELÉG MÁR, HA CSAK A SAJÁT SZAVUNKAT ÉRTJÜK – EZ SEM MINDIG SIKERÜL EGYÉRTELMŰEN –, ODA KELL FIGYELNÜNK ARRRA IS, AMI A VILÁG „FEJÉBEN JÁR”, MERT CSAK ÍGY ÉRTHETJÜK EL, HOGY ABBAN A FEJBEN A MI GONDOLATAINK, VÉLEMÉNYÜNK, ÉRTÉKEINK IS OTT LEGYENEK. ÉS BIZONY JOBB A HANGULAT IS, HA ÉRTJÜK EGYMÁST.

Egyesületünk harmincnégy éve képviseli ugyanazokat az értékeket, amelyek talán az emberiség első pillanataitól alapértékeknek számítanak. Nincs hát gondunk azzal, hogy érveket találjunk mellettük, ahogyan a tapasztalat is újra meg újra megerősít bennünket. Ez azonban nem jelenti azt, hogy ne kellene kiállnunk és érvekkel támogatnunk, hiszen a világ minden emberrel és minden nemzedékkel egy kicsit újjászületik: kételyekkel, dilemmákkal, bizonytalanságokkal, s nem ritkán sarkos véleményekkel születik újjá. Nekünk azonban úgy kell erre reagálnunk, ahogy magunknak tennénk, hiszen az tartja fent kultúránkat, hogy azt megosztjuk másokkal és az újabb nemzedékekkel. A fenntartható fejlődés is ilyen kérdés. Amikor azokat a jeleket látjuk, tapasztaljuk, amelyek ott éktelenkednek az utak mentén, az erdők szélén, a bányák krátereiben, a fajok kihalásában, a kiapadó forrásokban, akkor tennünk kell.

Az egyesület tagjai tudják, mindez nem most lett fontos. Nemzetközi területen példaként említhetem a European Women for the Common Future nevű szervezettel az Egészséges Bolygó Világfórumon közösen 2004-ben megszervezett szakmai rendezvényt. Ennek folytatása lett a „Nesting” projekt, melynek lényege: egészséges környezet kialakítása gyermekeink érdekében. De már alapításunk után három évvel, 1990-ben az I. Családkongresszusunk kiemelt témái az élő környezettel kapcsolatos kérdések voltak. Emellett a NOE a hasonló kérdésekben érdekelt civil szervezetekkel együttműködve több környezeti nevelési programot indított, sőt, kollégáink jó része klímakoordinátori képzésben is részesült.

Különösen hangsúlyossá teszi ezt a témát, hogy ezekre a kérdésekre mi, nagycsaládosok rendkívül fogékonyak vagyunk, hiszen gyermekeink, unokáink jövőjéről van szó. Egy tavalyi kutatás szerint környezet-tudatosságunk messze az átlag fölötti. Mostani konferenciánk – Magyarországon első családszervezetként – ezt a témát tudományos és nemzetközi szintre emeli. Sajnos a pandémia miatt 2020-ban el kellett halasztanunk, de fontossága miatt egyesületünk a nyitás első lépésévé tette. Azt is büszkén jelenthetjük, hogy Magyarország immár második alkalommal rendezhet meg ilyen szakmai konferenciát. Hogy

az eddigieken túl mi ennek a jelentősége? Hát az, hogy részévé vált a Conference on the Future of Europe-nak, az Európa jövőjéről szóló konferenciasorozatnak. Ennek lényegét Ursula von der Leyen aszszony, az Európai Bizottság elnöke így fogalmazta meg: „Az embereknek minden politikánk középpontjában kell állniuk. Kívánom tehát, hogy minden európai aktívan járuljon hozzá az Európa jövőjéről szóló konferenciához és vezető szerepet töltsön be az Európai Unió prioritásainak meghatározásában. A holnapi

unióunkat csak együtt tudjuk felépíteni.”

E konferenciasorozat az eredeti szándék szerint is fontosnak tartja, hogy – egyrészt – ne csupán a fővárosok és nagyobb gazdasági és kulturális centrumok lakóinak bevonásával, hanem a vidék megszólításával is minden európai polgár véleményét megismerhesse. Mi tudjuk, hogy Keszthely csak földrajzilag vidék, hiszen maga is főváros, a Balaton fővárosa, de Keszthely egyben a Helikon is, a kultúra egyik kimagasló központja. S ha már a Future of Europe eszmecsere célja az, hogy kulturális sokszínűségünket tükrözze, ne legyünk restek, mondjuk el mi is a magunkét, azt, hogy nem a megszülető gyermekek – né-melyek által túlzottan nagyra vélt – száma miatt van bajban a világ, s azt, hogy mi, nagycsaládosok vagyunk a leginkább érdekelték abban, hogy a következő nemzedékek élhető környezetet várja. Azért hívtunk el több európai szakembert, tudóst, mert ez olyan lényegi kérdés, amelyet nem szabad pusztán kommentekre, valamely közösségi oldalon hallott véleményekre alapozni, semmiképpen nem kerülhető meg a szakértelem. Ezért az európai kitekintéssel végzett kutatást mindenkinek bemutatjuk, akit foglalkoztat ez a téma, hogy lássák: a nagycsaládban élők ökológiai lábnyoma a legkisebb, s a nagycsalád a fenntartható fejlődés legaktívabb támogatója, gyermekei révén bölcsője is.

JOÓ KINGA

A NOE ELNÖKHELYETTESE





NAGY BÁLINT

Boldogság, szerelem, család

Keszthely polgármestere szemüvegén keresztül

A X. EURÓPAI NAGYCSALÁDOS KONFERENCIÁNAK OTTHONT ÉS TÁMOGATÁST ADÓ KESZTHELY VÁROS POLGÁRMESTERÉT KÉRTÜK, HOGY VENDÉGLÁTÓKÉNT ÉS FRISS ÉDESAPAKÉNT ÍRJA MEG GONDOLATAIT A CSALÁDRÓL, A SZERELEMRŐL ÉS A BOLDOGSÁGRÓL, HOGY OLVASÓINK ÍGY EGY KICSIT ŐT IS MEGISMERHESSÉK.

Boldogság...

Annyiszor hangzik el ez a szó napjainkban, annyszor halljuk a különböző médiafelületeken, csatornákon, hogy keressük a boldogságunkat, valósítsuk meg boldogságunkat, a saját kezünkben van a boldogságunk. De vajon kinek mit jelenthet a boldogság, az igazi boldogság, és ki mitől/mi által lesz boldog? Jelenkorunkban talán egyre nagyobb és nagyobb dolgokra vágyunk és gondolunk, amikor a boldogság szavát halljuk. Minél nagyobb és drágább legyen és akkor az egyenlő lesz a boldogságunkkal is. Egy festői szépségű balatoni naplementét boldogságként tudunk-e megélni és értékelni? Egy kellemes nyári szabadtéri koncertet egy pohár finom bor mellett igazi boldogságként tudunk-e megélni? Városvezetőként kiemelt felelősségem és célom az is, hogy valamennyi lakos és idelátogató Keszthely városában boldog lehessen, sok boldog pillanatot kaphassanak és élhessenek át ebben a városban.



Szerelem...

Nehéz szavakba önteni a leggyönyörűbb, legönfeledtebb érzést, ez igazán talán egyedül csak költőknek, íróknak megy. Megtalálni azt, akit mindvégig kerestem, majd pedig részemmé vált örökre... Ez igazi égi ajándék!

Mindig örömmel tölt el, amikor városunkban önfeledt, boldog fiatal szerelmeseket, vidám párokat, házasokat látok, akikről igazán sugárzik a szerelem.

Család...

Szerelem és boldogság, amely családdá válik. Őszintén mondhatom, hogy ez az élet legeslegnagyobb, felbecsülhetetlen ajándéka. Amíg az ember nem fogja először a kezében gyermekét, csak szavakból ismerheti a szülőség fogalmát, de amint magához öleli kisbabáját, amint ránéz a feleségére, aki tartja az elsőszülöttet, rájön, hogy a Teremtő igazán rámosolygott, és a világ összes boldogsága most körülötte van.

Férj és Apa vagyok, mostanra már két csodálatos gyermek édesapja. Nem tudom igazán kifejezni a hálámat a Jó Istennek, hogy ilyen szerencsés lehetek, három ilyen csodálatos emberrel együtt élve és róluk gondoskodva. Azóta érzem igazán legfontosabb feladatomban, hogy a családokra kiemelt figyelmet fordítsunk, támogassuk őket, és segítsük a családi közösségek építését. Keszthely nagy szeretettel és nyitottsággal várja a családokat!

NAGY BÁLINT

AL-DUNA RÉGIÓ

IVÁNCSAI ÖSSZEFOGLALÓ

A pandémiás helyzet nem segítette a programok megtartását, legálábbis nem a megszokott módon. Mi így ügyeskedtünk:

Sándor-József-Benedek napja

A Sándor, József és Benedek napja apropóján a családoknak kiadtuk feladatként, hogy ezekről a napokról szedjenek össze információkat, verseket, énekeket, rigmusokat, szokásokat. Készültek rajzok is. Ezeket online átküldték, és készítettünk belőlük egy kis kiadványt. A résztvevő családoknak jutalmul egy kis ajándécsomagot szállítottunk ki.

Húsvétolás

Húsvét alkalmából a gyerekek otthoni kreatív feladatokat kaptak. Készíteni kellett tojástartóból asztaldísz, gumidekorból kopogtatót, papírtányérból vattás nyuszt. Természetesen, a rajzokat és verseket is szívesen elfogadtuk. A jutalmat, ami egy Kajlakönyv, színező, Kinder nyuszi és Kinder tojás volt, meglepetésként kivittük a gyerekeknek.

Anyák napja

Az édesanyjairól sem feledkezhettünk meg. Nagyon meglepetődtek, amikor az otthonukban köszöntöttük fel őket. Az ajándék jelképes volt, de nagyon sok szeretet lakozott benne.

Mohácsi kirándulás

Bár februárban nem tudtunk elmenni a busójárára, de májusban elmentünk megnézni a busó udvart. Sok érdekes információval gazdagodtunk, kipróbálhattuk a kereplőt, az evezést, a busó babák öltöztetését, láthattuk és felvehettük a busó jelmezeket. A Duna-parti séta kellemes volt, a sétálóutca is élményekkel telített bennünket.



ÖSSZETARTOZÁSUNK TÜZE

A Pécsi Székesegyház Nagycsaládos Egyesület az összetartozás ünnepén, június 4-én lobogó tűzzel emlékezett meg a Trianonban megkötött békediktátumról, hangsúlyozva, hogy míg világ a világ, mi, magyarok összetartozunk.

A Családok Háza udvarán 8-tól gyülekeztünk és ráhangolódásként elénekeltük az Örökségünk című dalt. Egy valóságon alapuló mesén keresztül a gyerekek megismerkedtek a 101 évvel ezelőtt történetekkel, közben meggyulladt az emlékezés tüze is. A családok kvízkérdésekre válaszolva bebizonyíthatták, hogy figyelmesen hallgatták meg a történetet, így a jutalomkönyvet mindenki megérdemelte. Ezután az udvarunkon álló kopjafára, melyet 10 éve erdélyi barátaink Köröstárkányból hoztak, nemzeti színű szalagot kötöttünk. Egy lelkes anyuka elszavalta a Föl-földobott kő című verset és végül elénekeltük a Himnuszt. Isten áldd meg a magyart!

SZÉKELY KAMILLA



DÉL-ALFÖLD RÉGIÓ

NEM TÉTLENKEDIK A CSONGRÁDI BÖLCSŐ NAGYCSALÁDOS EGYESÜLET

Június 4-én meggyűjtöttük az összetartozás tüzét. Kellemes, beszélgetős, emlékezős, megható este volt.

Megérkezett az Alföldre is a nyár – a szűnyogokkal együtt. Június 6-án, vasárnap a Községi Háznál remek hangulatú gyermeknapra és apák napjára került sor. Végre találkozhattunk! Összegyűltünk közel százan, így köszöntöttük a gyermekeinket, akiknek sorversenyeket szerveztünk: elektromos kisautókkal, motorokkal szelték az utat. Népi játékokon próbálták ki ügyességüket, kézműveskedtek, trambulinoztak. Az apukák hatalmas „küzdelemben” bizonyították be, milyen ügyesek. Almát hámoztak, babot és borsót válogattak, gyermekdalok szövegét egészítették ki, homokkal teli talicskát toltak a szinte kánikulai időben. Nagyon-nagyon jól éreztük magunkat együtt!

A háttérben is lázas munka folyik, megbeszélések tömege, pályázatírás és elszámolás. Készülünk a nyári rendezvényekre, a szeptemberi 30 éves születésünkre, szervezzük az Őszi Találkozó csapatának szállását, programját és mindent, ami csak jön.

ERŐSNÉ MARIKA



BALATON RÉGIÓ

NAKE TAVASZI TÚRA

A rendes tavaszi túra során úticélunkul a Szent György-hegyet választottuk. A csapat apraja-nagyja felkerekedett, de egy úgynevezett Szívesség csere program keretében a Bethlen Gábor Nyugdíjasklub tagjai is mellénk szegődtek. Raposkáig vonatztunk, amely sokaknak, főleg az ifjúságnak élményszámba ment. A túra igazán a Raposka állomáson kezdődött, hiszen Horváth Attila túravezető ott vette át a csapat irányítását, és vezetett bennünket 15-16 km-en át. Az első állomás a tanúhegyekről szóló táblánál volt, ahol el is mesélte nekünk, hogy mitől tanúhegy pl. a Szent György-hegy. Aztán kétfelé váltunk, a gyorsan mozgó, a kihívást keresők a nehezebb pályán közelítették meg a hegy csúcsát, míg az idősebb generáció a lankásabbnak vélt, hosszabb utat választotta.



A hegygerincen aztán egyesült a csapat és a kilátást már együtt csodálhattuk. A hegy több pontjáról kitekintettünk a végtelenbe, és csodákat láttunk. A leg-szebb mégis a bazalttufa oszlopokkal övezett lejtő volt, ahol nem mindennapi út vezetett az EMMAUS kápolnához, mely az úgynevezett Ifi-kápolna. Ma már csak rom, de valaha csodás hely lehetett. Az oroszlanos kúthoz a Lengyel-kápolna mellett vitt az utunk, és megköstölhattuk a kút vizét, mely finom és egészséges. A vonathoz vezető út mellett a Szászi pincészet boraiból kortyolhattuk, mely az amúgy is vidám társaságban jó hangulatot teremtett. A túra végén elcsigázottan, de annál nagyobb örömmel szálltunk újra vonatra, és érkeztünk haza. A hangulat, a társaság kiváló, a szervezés, a vezetés tökéletes volt, a május idusán eltöltött közösségi program pedig emlékezetes marad.

DR. MÁTÉ SZILVIA

NYÍREGYHÁZA

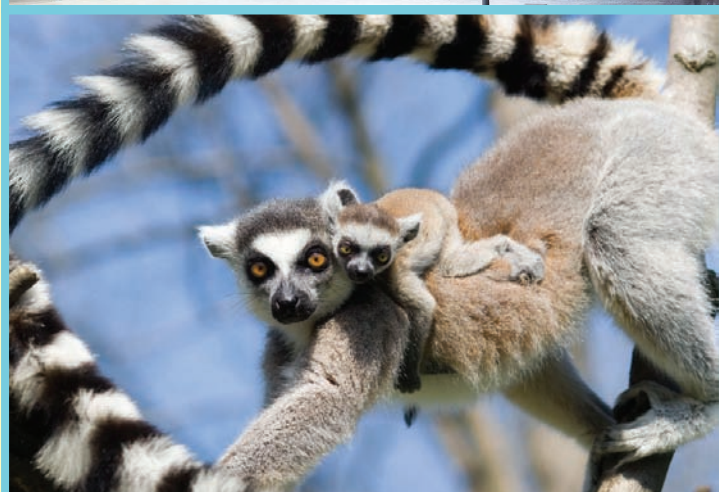
Egy remek családi túra fontos hozzávalója a gyerek, Nyíregyháza pedig tökéletes helyszín arra, hogy éppen ezért rendezzük itt a 2021-es Őszi Találkozóinkat. Nyíregyházán évről évre látványos fejlődésnek lehetnek tanúi, akik ellátogatnak Magyarország 7. legnagyobb városába, ahol számtalan kikapcsolódási lehetőség várja a családokat. Igazi paradicsom mind a gyermekek, mind pedig a szülők számára a belvárostól mindössze 5 km-re található üdülőövezet, Sóstógyógyfürdő, ahol csodálatos környezetben, karnyújtásnyi távolságra egymást érik a turisztikai attrakciók.

NYÍREGYHÁZI ÁLLATPARK – a legek állatkertje

2018-ban immár 2. alkalommal választották meg Európa legjobb állatkertjévé (500 ezer fő látogatószám alatti kategóriában). A parkot a legek állatkertjének is nevezik, ahol a 35 hektáros tölgyerdőben élő 500 faj 5000 egyede természeteshoz közeli kifutóban látható. Minden évben új látványossággal bővül a park, ilyen az India-ház, az 500.000 literes cápás üvegalagút, a 3000 m²-es ázsiai dzsungel egy óriás vízeséssel, csakúgy, mint a 3 méter magasságú, hosszan kanyargó bambuszhid, ahol Afrika élővilága tekinthető meg, vagy a Dél-Amerika vadvilágát bemutató függőhidas kalandösvény. Különleges programok – mint a főkashow, cápaetetés, tevelés – részesei lehetnek, ha ellátogatnak a Sóstó Zoo-ba.

JÓSA ANDRÁS MÚZEUM – ahová érdemes visszatérni

Érdekes és izgalmas időszakos és állandó kiállítások között régészeti és néprajzi tárlatok láthatók, valamint itt található Közép-Európa egyik legjelentősebb, 15-17. századi arany éremlete. Az időszakos kiállításokon a látogatók nemzetközi szinten is elismert magyar festők életműveit tekinthetik meg. 2019-ben az intézmény elnyerte az Év Múzeuma díjat, hiszen arra törekszik, hogy minden évben valami különlegességet mutasson be, így itt például a nagyközönség már a Seuso-kincsekkel, a „Munkácsy 50” tárlattal, illetve Szinyei legszebb alkotásaival is találkozhatott.



TÖBBET AD

AQUARIUS ÉLMÉNY- ÉS PARKFÜRDŐ – a vizek varázsa

A gyógyvizéről híres és hangulatos üdülőhely központjában, Sóstógyógyfürdőn található a többgenerációs fürdőnek is nevezett Aquarius Élményfürdő. Az Élményfürdő egész évben várja vendégeit, míg a Parkfürdő a nyári szezonban nyújt fel-frissülést. A medencében frissítő koktélok, a csúszdaparkban izgalom várja az ideérkezőket.

SÓSTÓI MÚZEUMFALU – ahol élmény a hagyomány

Magyarország legnagyobb regionális szabadtéri néprajzi múzeuma egy igazából soha nem létezett falu másaként mutatja be Szabolcs-Szatmár-Bereg megye néprajzi sajátosságait. Olyan kuriózumok is helyet kaptak a múzeum területén, mint a hajdani kismesterségeket felvonultató műhelysor, a kovács-műhely és a borbélyüzlet, a faluvégi cigánykunyhók épület-együttese, vagy a Nyíregyháza környékére a 18. században betelepült szlovák népesség jellegzetes bokortanyai életmódját reprezentáló „tírpák tanya”. A skanzenben nemcsak az épületek, kiállított tárgyak ragadják meg a figyelmet, de a látogatók megízlelhetik a kemencében sült finomságokat is, sőt a népszokások felelevenítésekor részesévé válhatnak a hagyományos falusi ünnepek különleges világának.

KÁLLAY GYŰJTEMÉNY – a Kállay család relikviái

Igaz, hogy már tavaly nyáron megnyílt a patinás Kállay-ház, de még mindig újdonságként hat az egykor Magyarország miniszterelnökének, Kállay Miklósnak az otthonában berendezett gyűjtemény. A Kállay család relikviái mellett az épületben várostörténeti kiállítást is kialakítottak, amely interaktív módon avatja be az érdeklődőket Nyíregyháza hétköznapijaiba, a kezdetektől a rendszerváltásig. A kiállítást VR (virtuális valóságot mutató) szemüveg, kvízszoftver és egyéb interaktív megoldások teszik élményszerűvé.

NYÍREGYHÁZI TURISZTIKAI NONPROFIT KFT.



Előtérben a környezettudatosság



MAGYARORSZÁG IGAZSÁGÜGYI MINISZTERE – VARGA JUDIT – A HITELES, CSELEKVŐ KLÍMAPOLITIKÁBAN HISZ. SZILÁRD HITTEL ÉS KITARTÁSSAL DOLGOZIK A TÖRVÉNYI SZINTEN RÖGZÍTETT VÁLLALÁS SIKERRE VITELÉN, HOGY 2050-RE KLÍMASEMLEGES ORSZÁGGÁ VÁLJUNK. JOGÁSZ, POLITIKUS ÉS HÁROM GYERMEK ÉDESANYJA, AKI A GYAKORLATBAN IS FIGYELMET FORDÍT BOLYGÓNK MEGÓVÁSÁRA.

mellett a társadalmi hatásokat, a fejlesztések költségeit és az ellátásbiztonságot is figyelembe kell venni. Meghatározó alapelvnek tartjuk az igazságos tehermegosztást, ami csak akkor érvényesülhet, ha az Európai Unió figyelembe veszi a tagállamok eltérő fejlettségi szintjét, és ha a klímaváltozás elleni fellépés költségeit nem a lakosságnak, hanem a legnagyobb szennyező országoknak és vállalatoknak kell viselniük.

A kormány döntései bebizonyították, hogy a tagállami kompetenciák tiszteletben tartása és a felelős, megalapozott döntések a klímapolitikában is eredményre vezetnek. Hazánk a világon hetedikként és az Európai Unióban is az elsők között rögzítette törvényi szinten azt a vállalást, hogy 2050-re klímasemleges országgá váljon. Úgy véljük, hogy az igazságosság és a szolidaritás elvei megkövetelik, hogy a többi tagállam is tegyen arányos erőfeszítéseket a klímasemlegesség elérésére.

– Egy évvel ezelőtt hirdette meg hazánk a Klíma- és Természetvédelmi Akciótervet. Milyen eredményt vár az akcióterv megvalósulásától?

A Klíma- és Természetvédelmi Akcióterv megvalósítása annak bizonyítéka, hogy a magyar kormány a környezetvédelem terén is a hiteles cselekvésben hisz. Az Akcióterv számos területen gyors és valódi eredményeket hozott. Csak néhány példát említve: több milliárd forinttal támogattuk a kis- és középvállalkozások megújuló energiatermelését és az olcsó elektromos járművek használatát. A Zöld Busz Program keretében megkezdődött az elektromos buszok tesztelése is. Folytattuk a naperőművek kapacitásának növelését, a hazai összes napelem-kapacitás már a Paksi Atomerőmű teljesítményével vetekszik. Így elérhetjük, hogy 2030-ra Magyarország villamosenergia-termelése 90 százalékan szén-dioxid-mentes legyen. A tavaly indított Tisztítsuk meg az országot! program és a HulladékRadar applikáció segítségével több tízezer tonna hulladékot gyűjtöttek össze országszerte, több tonna hulladéktól sikerült megtisztítani a Dunát és a Tiszát is. A körforgásos gazdaság fejlesztésében jelentős eredmény, hogy a kormány július 1-től betiltja az egyszerhasználatos műanyagok forgalmazását, továbbá ösztönzi az újrahasznosítást és a hulladék újrafeldolgozását. Magyarország az Európai Unióban az elsők között bocsátott ki zöld kötvényeket, amelyeket máris számos nemzetközi díjjal ismertek el. Hatalmas lépés lesz a zöld fejlődés irányába a Mátrai Erőmű modernizációja is, amely az utolsó széntüzelésű erőmű Magyarországon és jelenleg a teljes hazai üvegházhatású-gáz kibocsátás 14%-át adja. A biológiai sokféleség védelme és a klímavédelem szempontjából is kiemelkedő fontosságú célunk, hogy a hazai

– Egy bejegyzésében megemlíti, hogy a magyar kormány számára a környezetvédelem nemzeti ügy. Miért gondolja így? Milyen elveket tart kiemelkedően fontosaknak?

– Ennek a kijelentésnek nagyon egyszerű magyarázata van: a teremtettség környezet megóvása a konzervativizmus és a kereszténység alap-eszméje. A teremtettség megbecsülése szorosan összefonódik az emberi élet és méltóság tiszteletével, és felelősséget ró minden emberre és kormányra, hogy a természeti erőforrásokat megőrizzük a gyermekeink és a jövő nemzedékek számára. Mi nem a természetet óvjuk az emberektől, hanem az embereket óvjuk a természet részeként.

A keresztény-konzervatív magyar kormány legfontosabb célja a magyar emberek biztonságának és életkörülményeinek javítása, amely hosszú távon csak a fenntartható fejlődés keretei között valósulhat meg. Fontosnak tartom ugyanakkor, hogy a természet védelme az emberek védelmével párhuzamosan, igazságos és reális célkitűzések és a józan ész által szabott korlátok között történjen. Ha nem így teszünk, akkor éppen a fenntarthatóságot áldozzuk fel a pillanatnyi politikai haszon oltárán. Az uniós tárgyalásokon ezért kiállunk amellett, hogy az ambiciózus klímacélok kitűzésekor a környezeti szempontok

erdőborítottság arányát 2030-ig 22%-ról 27%-ra emeljük 650 hektár erdő telepítésével.

– **2009-től 9 évig dolgozott az Európai Parlamentben politikai tanácsadóként, ahol részt vett a környezetvédelmi és klímapolitikai jogalkotással kapcsolatos munkában. Mindig is a szíven viselte a környezet védelmét vagy a véletlen sodorta erre a területre?**

– Mindig is szívügyemnek tekintettem a környezetvédelmet. Az egyetemi évfolyamdolgozatomat is a hulladékgazdálkodás témakörében írtam, és a lelkesedésem azóta sem csökkent a környezetvédelem iránt. Így nem csupán a véletlennek köszönhető, hogy kilenc év klímapolitikai tanácsadóként dolgoztam az Európai Parlamentben. Nagyon sokat tanultam ezalatt az időszak alatt, amikor a magyar álláspontot képviseltem a környezetvédelmi viták során. Már ekkor meggyőződtem arról, hogy a magyar kormány nem a licitháborúkban, hanem a valódi cselekvésben hisz és következetesen halad előre a helyes úton. Érdemes itt is a nagy szavak, a hangzatos követelések mögé tekinteni, akár az ellenzéki pártokról, akár az Európai Parlament Környezetvédelmi Bizottságáról legyen szó, akik politikai felelősség nélkül sokszor irreális célokat fogalmaznak meg.

– **Mely célkitűzések megvalósításán dolgozik jelenleg, amelyek a környezet védelmét szolgálják?**

– Az Igazságügyi Minisztériumban az egyik legfontosabb projektünk jelenleg az Európa jövőjéről szóló, május 9-én elindult konferenciasorozat, melynek fő kérdése, hogy milyen irányba fejlődjön tovább az Európai Unió. Arra törekszünk, hogy a környezetvédelmi és természetvédelmi szervezetek is bekapcsolódjanak a közös gondolkodásba, hiszen Európa fenntartható jövőjének meghatározásában keresztény hagyományainkra és közös értékeinkre is támaszkodnunk kell. Kiemelném még, hogy 2021. május 21. és november 17. között Magyarország tölti be az Európa Tanács Miniszteri Bizottságának elnöki szerepét. A magyar elnökség egyik fő prioritása a környezetvédelem kapcsán az egészséges környezethez való alapvető jog, a fenntartható fejlődés, az európai tájvédelem és az élőhelyek védelme. Szintén a magyar elnökségi prioritások közé tartozik az ifjúságpolitika, a gyerekjogok, a gyermekek és fiatalok lelki egészsége és a családi értékek védelme, amely szorosan összekapcsolódik a környezetvédelmi célokkal.

– **Mi az, ami környezettudatos emberként szűkebb környezetében a leginkább zavarja?**

– Bár a magyar emberek nagy része fontosnak tartja a környezetvédelmet, még nem elég magas azoknak a száma, akik a kollektív felelősségvállalásban hisznek, és maguk is tesznek a problémák ellen. Az egyéni döntéseknek hatalmas szerepük van, a vásárlással

például befolyásolni tudjuk a gazdasági szereplők magatartását, az energiafogyasztásunk mérséklésével pedig nemcsak a számláink összegét, hanem a kibocsátást is csökkenteni tudjuk. Sokan még nem ismerték fel, hogy egyéni szinten is tudunk változtatni.

– **Ha lenne egy kívánsága, mit kívánna bolygónknak?**

– Ha csak egyet kívánhatnék, az az lenne, hogy tanuljunk meg harmóniában élni a természettel. Vállaljunk felelősséget a döntéseinkért, változtassunk a szokásainkon és lépjünk ki a komfortzónánkból. Támogassuk a kisközösségeket és a lokális, hagyományőrző környezetvédelmi kezdeményezéseket. Figyeljünk egymásra és a környezetünkre. A természet meghálálja az erőfeszítéseinket.

– **Mi az, amit a hétköznapiakban, magánemberként tesz a környezet védelméért?**

– Töreksem arra, hogy a fenti elveket következetesen érvényesítsem a hétköznapijaimban, még akkor is, ha a mindennapok forgatagában ez sokszor nehéznek is tűnik. Ilyenkor arra gondolok, hogy milyen Földet szeretnék örökölni hagyni a gyerekeimnek és az utánunk jövő nemzedékeknek. Hiszek benne, hogy minden apró lépés számít, és hogy ezek összeadódva jelentős változásokhoz vezethetnek.

– **A gyermekeit tudatosan bevonja a felelős, környezettudatos viselkedésbe?**

– A saját életemben is tapasztalom, hogy a családoknak megkerülhetetlen szerepük van abban, hogy a következő nemzedék környezettudatosabbá váljon. Igyekszem sok időt tölteni a gyermekeimmel a természetben, fontosnak tartom, hogy ők is megismerjék Magyarország gyönyörű tájait, egyedülálló növény- és állatvilágát. Egyetértek Roger Scrutonnal abban, hogy az otthonunk szereteténél és megbecsülésénél jobb motivációt még senki sem talált a környezetvédelem ügye számára. Ezt a szemléletmódot igyekszem átadni a fiaimnak. Ők is kiveszik a részüket az otthoni teendőkből és már megtanulták a pazarlás elkerülésének, a hulladék csökkentésének fontosságát. A családi környezet, a szülői példa ezen a területen is meghatározó.

– **Mit tartogat a nyár? Van olyan hobbi, célja, amelynek feltétlenül szeretne hódolni?**

– Három fiúgyermek mellett mindig aktív szokott lenni a nyár. Tavaly is a Szigetközben túráztunk és kenuztunk, igyekszünk nekik megmutatni hazánk rejtett gyöngyszemeit. A hobbim igazából a mottóm is: „ép testben ép lélek”. Ezért általában futni szoktam vagy egyedül, vagy pedig a gyerekek mellett, miközben bicikliznek. Remélem idén is a tavalyihoz hasonlóan, aktívan tudjuk tölteni a nyaralásunkat.



„Soha ne higgyük el, ha valaki ránk mutogat, ho



A NOE ÉS AZ ELFAC KÖZÖS SZERVEZÉSÉBEN JÚLIUS 9-11. KÖZÖTT KESZTHELYEN ZAJLÓ, X. EURÓPAI NAGYCSALÁDOS KONFERENCIA A FENNTARTHATÓSÁG ÉS A CSALÁDOK SZEREPÉNEK ÖSSZEFÜGGÉSEI KÖRÉ SZERVEZŐDŐ SZAKMAI-TUDOMÁNYOS RENDEZVÉNY, AMELYNEK MEGHÍVOTT VENDÉGE ÜRGE-VORSATZ DIÁNA KLÍMAKUTATÓ, HÉTGYERMEKES ÉDESANYA IS, AKI 2002 ÓTA VESZ RÉSZT AZ ENSZ ÉGHAJLATVÁLTOZÁSI KORMÁNYKÖZI TESTÜLETÉNEK (IPCC) MUNKÁJÁBAN, AZ IDÉN MEGALKULT MAGYAR SZERVEZET (HU-IPCC) ALELNÖKE ÉS PÁR NAPJA A NEMZETKÖZI EUCHARISZTIKUS KONGRESSZUS (NEK) EGYIK HÍRNÖKE, AMELYET CSODÁS LEHETŐSÉGNEK TART.

– A koronavírus-járvány is azt mutatja, hogy sürgősen és gyökeresen változtatni kell a természethez fűződő viszonyunkon – jelentetted ki nemrég egy tudományos konferencián, majd hozzátetted: amennyiben nem történik változás, nem ez lesz az utolsó katasztrofó. Ennyire végzetesnek látod a helyzetet?

– Igen, a járvány erős figyelmeztetés volt arra nézve, hogy ha nem változtatunk a természethez fűződő viszonyunkon, akkor annak visszafordíthatatlan következményei lesznek. Az újonnan megjelenő járványok gyakoriságának növekedése ennek csak az egyik aspektusa; jelen van még az éghajlatváltozás és a biodiversitás csökkenése is. Ezek olyan világméretű krízisek, amely közvetve és közvetlenül is veszélyeztetik az életünket, étletterünket, életfeltételeinket. Nagyon szomorúnak tartom, amint a járvány második hullámában kiderült: nagyon hadilábon állunk abban, hogy a tudományra hallgassunk.

– Milyen pozitív hozadékait látod a járványnak környezetvédelmi szempontból?

– A környezeti válságra a megoldás nyilván nem a társadalom bezárása. Azonban a járvány alatt nagyon sok új dolgot tanultunk, ami mind kulcs lehetne a megoldáshoz, és amit bölcsen használhatnánk a járvány után is. Például: a jelenléti oktatás nagyon fontos, de nem tartom ördögtől való ötletnek, hogy a gimnazisták és az egyetemisták heti egy-két napot online tanuljanak, azaz hibrid oktatásban részesüljenek. Az online szülői értekezletek és fogadóórák szerintem kifejezetten jók voltak; nem kellett miattuk átutazni a városon.

Merthogy városaink élhetősége nagyon fontos. Ebből a szempontból, sajnos hamar visszaálltunk a járványt megelőző helyzetre, pedig mennyivel élhetőbb volt a város, amikor sokkal kevesebben autóztak. Nem a teljes bezárásról beszélek, de ha a munkahelyek egy-két napot – vagy aki tud, akár teljesen home-officiban – működnének, jelentősen csökkenne a forgalom, ami nemcsak a kibocsátásokat csökkentené, hanem élhetőbbé is tenné a várost, ami elő-

mozdítana egészségesebb megoldásokat, például többen közlekednének biciklivel. A biciklis infrastruktúra további fejlesztése kulcsfontosságú lenne, mert jelenleg az autósok birtokolják a városokat. Miért nincs ugyanolyan joga egy kerékpárosnak biztonságosan eljutni mindenhova, miért van az autósoknak elsőbbségi joguk? Tudom, ez valahol egy 22-es csapdája, amiből nehéz kilépni, de nem lehetetlen – a pandémia erre is nagyon jó lehetőséget adott, például azzal, hogy megkérdőjelezte az irodaházak és a rengeteg bevásárlóközpont szükségességét, például az e-kereskedelem elterjedése miatt. Ha ezen épületek egy részét vissza lehetne adni a közterületnek, akkor a bicikliparkolást és a kerékpáros infrastruktúrát is jobban meg tudnánk oldani. 15 perces városokat lehetne létrehozni, ahol 15 perc alatt gyalog, rollerrel vagy biciklivel el tudok jutni bárhová, amire szükségem van: boltba, iskolába, orvoshoz vagy hivatalhoz. És ha a munkahely közelében is lennének lakóhelyek, akkor még kevesebbet kellene autóban ülni. A nagycsaládos sokszor azért kényszerül autóba, mert nem tudja hazacipelni a rengeteg cuccot, de ha volnának megfelelő utak, akkor utánfutós biciklivel megoldható lenne, ahogy Koppenhágában sem szűgyen, és ahol akár a gyerekeket is beleteszik az utánfutóba iskolába menet.

A járvány során megértettük azt is, hogy a közelünkben is vannak csodálatos helyszínek, nem kell ehhez a világ végére repülnünk. Ezt a nagycsaládosok bizonyára eleve is tudták, de most kevésbé érzik rossz magukat, hogy nem nyújtanak repülőgépes nyaralást a gyermekeiknek. A gyerekek általában sokkal jobban értékelnek egy sátorozós-vízitúrázós, kalandos nyaralást, mint egy luxus wellnessezést. A gazdaságélénkítő programok révén én erre még jobban rásegítenék, hogy Magyarországon minél több ilyen lehetőséget tegyünk elérhetővé, hogy minél több család juthasson természetközeli nyaralási lehetőséghez, hiszen gyönyörű országban élünk. Legyen még több biztonságos bicikliút és megfizethető árú kölcsönzési lehetőség, a meglévőknek legyen még jobb marketingjük, hiszen ez nemcsak természetközeli, hanem fizikailag és lelkileg is egészséges nyaralás.

– Ha már a 22-es csapdája: egyéni szinten vagy gazdasági-politikai szinten tehetünk többet? Ezt feloldani látszik az az álláspontod, hogy az





ANTAL-FERENCZ ILDIKÓ

gy a nagycsalád környezetszennyező"

egyén gyakoroljon nyomást a döntéshozókra és saját gyermekei nevelése révén a következő generációkra. Jól értem?

– Tökéletesen érted, és a nagycsaládosok számára ez a legfontosabb üzenet. Egy nagycsaládnak egyébként is sokkal kisebb az ökológiai lábnyoma, mint a kisebb családoknak, mert eleve nagyon kell spórolni mindennel, másrészt sokkal kisebb az egy főre eső fűtés, hűtőszekrényenergia. Ők sokkal több természetközeli programon vesznek részt, és nagyobb harmóniában élnek a természettel. A legtöbb, amit egy nagycsalád tehet amellett, hogy ezeket tudatosítja, az az, hogy természet tudatosan neveli a gyermekeit, hogy ők is így éljenek, amikor felnőnek. És igen, kommunikáljuk kifelé is, várjuk el a politikai és gazdasági döntéshozóktól, hogy vállalják a rövidtávon nem annyira népszerű döntéseket is; még akkor is, ha a siker nem látványos. De ez csak akkor hiteles, ha életmódunkkal mutatjuk, hogy nekünk ez mennyire fontos, ha eszerint élünk.

Ami pedig a gyermeknevelést illeti, ha az első tíz évben jól csináltuk, vissza fog jönni kamaszkorban; akkor is, ha eleinte lázadnak el. Nekem ez a tapasztalatom, sőt időnként ők szólnak rám. Két kamaszom vegetáriánus lett, saját indíttatásból, közösségeik hatása, miközben én csak részben tudtam nyitni ebbe az irányba.

A másik fontos erőssége a nagycsaládnak a közösségben való gondolkodás. Aki közösségben él, az általában sokkal többet tesz a közösségért és sokkal jobban figyel a környezetére. És ami még nagyon fontos: náluk ritkább a válás. Ami nemcsak lelkieg szomorú, hanem ökológiailag is katasztrófa: a gyerek fogyasztása gyakorlatilag megduplázódik: két szoba, két bútor, két fűtés, míg egy nagycsaládban a kisebb örökli a nagyobbak ruháját, tanszereit, bútorait. Soha ne higgyük el, ha valaki ránk mutogat, hogy a nagycsalád környezetszennyező, mert éppen az ellenkezője igaz: nem-hogy elítélni kell őket, hanem büszkének kell lenni rájuk.

– Akkor tehát egyetértesz a konferencia mottójával? Melyek lesznek az előadásod főbb üzenetei?

– Teljes mértékben. Erről biztosan fogok is beszélni a konferencián, ez nagyon fontos. Hozzáteszem, azokat a családokat nagyon tudom csodálni, akik örökbe (is) fogadnak, ráadásul sérült gyermekeket, akiknek nincs helyük a társadalomban; szerintem ez egyszerűen csodálatos. És az is nagyon fontos: senki ne higgye azt, hogy nem tudja védeni a környezetet azért, mert nem tudja megvenni a boltban a drága, állítólag környezetbarát biotermékeket. Nem ezen múlik! A környezetvédelmet nem megvásárolni kell, hanem nem kell vásárolni. Fontos a helyi termékek vásárlása, és gyakorlatilag az egész takarítás megoldható szódbikarbónával és ecettel. Mosószerből sem kell drága biomosószer, hanem egy minimális szer is elég, a foltokat úgyis külön kezeljük. Drága kozmetikum sem kell a babának, a gyógyszerári készítmények és az olívaolaj tökéletesen megfelel. A legkörnyezetbarátabb vásárlás a nem vásárlás, a használt cikkek beszerzése. Ne szégyelljük a használt ruhákat és csináljunk minél több garázsvasárt, bolhapiacot, bababörzét. Fontos lenne, hogy ennek nálunk is újra legyen kultúrája

és intézményrendszere; például régebben volt börzefigyelő, ma már nincs. Szégyenszemre Ausztriába járok bolhapiacra, ahol minden iskola évente kétszer tart garázsvasárt, amivel mindenki jól jár: a környezet is, a családok is, az iskola kap érte bérleti díjat, a gyerekek zsebpénzt.

Ami még eszembe jutott: a komposztálás. Ha valaki idegenkedik tőle, azzal nehéz mit kezdeni, de amit mindenki megtehet: ne vigyük el a biohulladékot. Teljes tévhit a kisollóval kozmetikázott gyeper és a biohulladéktól „megmentett”, kiszigerelt kerti talaj. Adjuk vissza a talajnak, ami az övé, hiszen minden zsák biohulladék elszállításával szegényebbé tesszük. Ami pedig a szemétszelektálást illeti, természetesen szükséges, de az a legjobb, ha egyáltalán nincs szemét – nemcsak spórolunk vele, hanem a környezetet is kíméljük a felesleges üvegházhatástól és talajfelhasználástól. A nagycsaládos édesanyák rengeteg

praktikát tudnak a maradék ételek (és ruhák stb.) felhasználására és az elromlott dolgok megjavítására; sokat tanulhatunk tőlük, ahogy az őseinktől is. Jó lenne, ha ezeket is megosztanánk a közösségi médiában.

A másik kényes téma a húsfogyasztás. Nem kell mindenkinek vegetáriánusnak lenni, csak beiktatni egy-két húsmentes napot és innovatívabbnak lenni, hiszen gazdag a magyar zöldség-gyümölcs kínálat és a magyar konyha is bővelkedik főzelékben, rakott ételekben. Próbáljunk meg mi-

nél több baromfit fogyasztani; szinte mindent el lehet készíteni abból is, ráadásul olcsóbb, egészségesebb és környezetkímélőbb.

– A nagycsaládosoktól visszatérve országos zöld dolgokra, ott mire lehetünk büszkéek?

– A legcsodálatosabb szakmai fejlemény a Magyar Éghajlatváltozási Kormányközi Testületének (HuPCC) megalakulása és első konferenciájának hatalmas sikere több mint 600 előadással és több mint 2000 jelentkezővel. Úgy tűnik, sikerült összefogni a klímaváltozással kapcsolatos magyar tudományos és közéletet; az ITM támogatását is élvezzük, és az államelnök úr Kék Bolygó Alapítványa is nagyon érdeklődik, emellett több kormányzati szervezet van, akik együtt akarnak működni velünk. Nemzeti értékelő jelentés írását is tervezzük mielőbb beindítani. A forrás még nincs véglegesítve, de ígéreteink vannak a folytatásra.

Magyarország az utóbbi két-három évben ebből a szempontból hihetetlenül sokat változott: nekünk lett egyik elsőként klímatorvényünk és egy csomó mindenben mi vagyunk az elsők; például a Magyar Nemzeti Bank is az egyik első, aki zöld feladatot vállalt, a pandémia elején már nagyon komoly társadalmi egyeztetést kezdeményezett a gazdaság újraindításának zöld megoldásairól. Sok mindenre büszkéek lehetünk; de ez persze nem jelenti azt, hogy nem kellene még nagyon sokat tennünk a természetvédelem ügyében. De ez a feladat éppen erről szól; addig biztosan van dolgunk, amíg van éghajlatváltozás és csökken a biodiverzitás.

ANTAL-FERENCZ ILDIKÓ



A nagycsaládosok a fenntartható



MINDEN EMBERNEK SZÜKSÉGE VAN VISSZAJELZÉSRE ARRÓL, HOGY MILYENNEK LÁTJÁK ÖT MÁSOK, MERT ÍGY LEHETŐSÉGE NYÍLIK REÁLISABB KÉPET KIALAKÍTANI ÖNMAGÁRÓL. ÉS EZ MEGERŐSÍT, FELVÉRTEZ A JÖVŐ KIHÍVÁSAIVAL SZEMBEN. EZEKBŐL A VISSZAJELZÉSEKBŐL TUDJUK MEG – TÖBBEK KÖZÖTT –, HOGY EGY-EGY CSELEKEDETÜNK, MONDATUNK MILYEN HATÁST VÁLT KI MÁSOKBAN, EGYÁLTALÁN MILYEN HATÁSSAL VAGYUNK KÖRNYEZETÜNKRE.

Ami igaz az egyes ember, egy közösség esetében, igaz az egész emberiség vonatkozásában is. Aki komolyan veszi önmagát, az néha megáll egy kis időre és végiggondolja, hogy mennyire helyes az az út, amelyen jár. Ezt néha magunktól tesszük meg, mert igényünk van rá, de néha mások vagy külső körülmények készítenek erre. A világ most egyre több negatív körülményt észlel saját környezetének, lakóhelyének, a Földnek tekintetében, és keresi a válaszokat az ebből adódó kérdésekre. Közben keresünk, sokféle válasz születik, amelyek közt több olyan is van, amely lényegileg érint bennünket, nagycsaládosokat. Bizony vannak, akik megkérdőjelezik a gyermekvállalást, azt egyenesen károsnak, a környezetre veszélyesnek állítják be. Nekünk azonban nem azokat kell minősítenünk, akik az ilyen és ehhez hasonló véleményeket megfogalmazták, hanem érdemben válaszolnunk kell azokra, mert egyrészt ez a dolgunk, másrészt tudjuk és hisszük, hogy a gyermek a legnagyobb boldogság forrása, aki csak hasznára van a világnak.

Társadalmunk legfontosabb eleme a család, melyet különösen óvnunk, erősíteniünk kell. Gyermekünk leginkább itt tanulhatják meg azt a személyes felelősséget, amelyet környezetükért is hajlandóak vállalni. Jövőnk olyan nemzedékkel képzelhető el, melynek tagjai családi otthonban, a szeretet, a bizalom, a megbocsátás, a szolidaritás, a hűség, a szolgálat és az élet tisztelete értékeinek szellemében nőnek fel.

Azért fontos válaszolnunk arra a kérdésre akár egy nemzetközi konferencia keretében is, hogy környezetszennyező-e a család, mert vannak, akik ezt már felvetették a nyilvánosságban és ezen gondolkodnak. Meg kell szólalnunk, hiszen tudnunk kell, hogy a válaszok nem mindenki számára egyértelműek, mindig vannak, és mindig lesznek, akiknek érdemes elmondanunk az álláspontunkat. Mert mindenki véleménye fontos: a bolygó sorsáért aggódó kamasz éppúgy, mint a leendő vagy jelenlegi cégvezető, a bányász, a divattervező ugyanúgy, ahogy a zöld aktivistáé vagy az állatszeliidítő.

Ahogy az erdők, a növény- és állatvilág, az ásványkincsek, és általában semmi, ami természeti környezetünket jelenti, úgy az emberi élet természetes szerveződése sem élet-, és környezetellenesek. Különösen nem az a legtermészetesebb szeretetközösség, az ember legalapvetőbb lelki és testi igényeit kielégítő család s az abban megszülető, nevelkedő gyermekek. A család, a gyermek ugyanis az emberi létezés egyik legfontosabb, legtermészetesebb célja. Innen nyerjük a szeretetet, amely ahhoz szükséges, hogy képesek legyünk a saját életünket élni, és ahhoz is, hogy megbecsüljük mind az emberi, mind pedig a természeti környezetünket.

A családot a szeretet mellett felelősségérzet, a gyermekek jövője iránti felelősségérzet is működteti. És ebbe bizony a háztartással, a családi gazdálkodással és a klímavédelemmel kapcsolatos kérdések is beletartoznak. Alapvetően minden szülő azt szeretné, és azért sokat tesz is, hogy a gyermekének jobb legyen, mint neki volt. Biztosan vannak kivételek, de ők épp azért kivételek, mert nem ők a jellemzők. A család tehát az emberi létezés egyik legtermészetesebb, leghatékonyabb célja, így nem állítható szembe más értékekkel, olyanokkal pedig különösen nem, amelyek a gyermekek jövőjére pozitív hatással vannak.

Mint minden helyzetben, itt is sokat segít, ha kicsit közelebb hajolunk a problémához, mert a legtöbb félreértést az általánosítás, a bele nem gondolás okozza. Az emberiség túlnépesedése, de ennek spontán mérséklődése is általános és létező folyamat. De ezzel együtt azt is látnunk kell, hogy vannak területek, amelyek jelentősen túlnépesedettek, és vannak, amelyeken pedig fogyó, sőt erősen fogyó népesség él. Minden területnek, élőhelynek van egy adott eltartó képessége. Ez dönti el, hogy túlnépesedett-e az adott hely. Nyugodtan mondhatjuk, hogy sok évtizede Magyarország, sőt, Kelet-Közép-Európa, de bizony maga Európa sem tartozik a túlnépesedett területek közé, akkor sem, ha vannak nagyobb, még megfelelő népsűrűségű vidékek. Vagyis ha Magyarországot vesszük alapul, itt nem túlnépesedésről, hanem népességfogyásról, e folyamat megállításának, de legalábbis lassításának szükségességéről kell beszélnünk. De ami a legfontosabb: Magyarország és Európa eltartó képességét egyáltalán nem veszélyezteti a népesség létszáma. Gondoljunk bele, hogy hány úgynevezett elnéptelenedett település van az országban, szerte Európában, még a leggazdagabb európai országokban is. Európában is sok példa van arra, hogy ingyen vagy 1 euróért adnak házakat az önkormányzatok, csak azért, hogy legyen, aki oda költözik. A bevándoroltatás kérdéskörébe

jövőben érdekeltek

itt ugyan nem szeretnék belemenni, de annyit érdemes megjegyez-nünk, hogy a migráció indokaként is a munkaerő keresletre, a népes-séghiányra szoktak hivatkozni. A demográfia, de még a korösszetétel sem pusztán mennyiségi kérdés, az egyén szintjén sokkal inkább az élet minőségéről a szeretethez történő hozzájutás tartalmáról, a bol-dogság lehetőségéről szól, míg társadalmi szinten komoly gazdasági hatásai vannak. Azaz a boldogság, de a társadalom boldogulása is a családban található.

Mindez nem jelenti, hogy nekünk, akik itt, egy demográfiai fogat-kozó földrészen élünk, ne lenne fontos, hogy ezekkel a kérdésekkel is foglalkozunk. Bizony fontos az! Ugyanakkor képesnek kell maradnunk, hogy a világot és annak folyamatait ne fekete-fehérben, hanem tény-leges valóságukban lássuk. Tudnunk kell különbséget tenni, megkü-lönböztetni egymástól a dolgokat. Humanizmusunknak, emberszere-tetünknek erősebbnek kell lennie, nem lehet mindenért az embert, különösen nem az egész társadalom javára is működő gyermekes csa-ládokat felelőssé tenni. Egész egyszerűen azért nem, mert semmi ér-telme önmagunk ellen fordulnunk, az ember ugyanúgy a természet, az ökológiai rendszer része, mint a növények, az ásványok vagy az álla-tok. Az ember ellen fordulni épp ezért csak növelni tudja a bajt, hiszen az ember, különösen a gyermekes család a gyermekei jövőjét biztosító természeti környezet megvédésében érdekelt.

A gazdaság működése tagadhatatlanul kiemelkedően jelentős szerepet játszik mind az energiafelhasználás, mind a fogyasztási szokások ala-kulásának, alakításának tekintetében. A cégek, a gyártók szerepe meg-kerülhetetlen. Itt természetesen nem a kistermelőkről és vállalkozá-sokról van szó. Még húsz éve elképzelhetetlen volt, hogy műanyag palackokban vásároljunk ivóvizet, ami mára általánossá vált. Korábban az üveg zárta magába az italokat, ám helyét átvették a műanyagok. A korábbi évtizedekben a használati eszközeink élettartama a cipőtől a háztartási kisgépeken át a személygépjárművekig jóval magasabb volt. E néhány kiragadott példa is mutatja, hogy mindez nem nosztalgia kér-dése, hanem komoly környezetterhelési ügy, amely megérett a válto-zásra. Árukladó adat az is, hogy az egy főre eső összes éghajlatváltozást okozó gázok kibocsátása tekintetében a világ leggazdagabb 1%-a több mint kétszer akkora részesedéssé, mint az egész világ legszegényebb fele. Ennek a legszegényebb félnek a létszáma nőtt továbbra is jelentő-sen az elmúlt időszakban, mégsem változott jelentős mértékben az ő ki-bocsátásuk. Mégis, határozottan úgy gondolom, hogy minden egyes ember tevékenysége, hozzáállása, példamutatása fontos a környezet védelme és a fenntartható fejlődés érdekében. Már csak azért is, mert erre a cégek is előbb-utóbb kénytelenek lesznek reagálni. Ez adja az em-beriség mint közösség erejét, ez az összefogás képes lehet a profitori-entáltságot is kizöldíteni. Az emberiség szellemi, tudományos képes-ségei és eredményei révén tudunk tanulni hibáinkból, tévedéseinkből és a gyakorlatban is érvényesíteni a fenntarthatóság, a klímavédelem szempontjait. Az emberiség képes a változásra, a változtatásra, és ez a bolygónk hasznára válhat, akár a víz-, a vad-, vagy az ökológia-ldásra gondolunk. Az ember egyben a megoldás is. Az a feladatunk, hogy egyre gyorsabban és határozottabban haladjunk ebbe az irányba.



A FENNTARTHATÓSÁG BÖLCSEJE A CSALÁD

X. Európai Nagycsaládos Konferencia

Keszthely, 2021. július 9-11.

A legtöbben azt is tudják, hogy minél több a gyermek, a család annál nehezebben mozdul, kötözik el lakóhelyéről. Tekintettel kell lennie a gyermekek iskolájára, baráti kapcsolataira, egyszóval stabil körülmé-nyeket kell számukra biztosítani. Emiatt nagyobb is a nagycsaládok kö-tődése a lakóhelyükhöz, így annak élhetősége számukra különösen fontosá válik. Ez is egyfajta lokálpatriotizmus. Nem véletlen, hogy a NOE tagcsaládjai szinte mindenütt élen járnak a TeSzedd, vagy más szemétszedési akcióknál, és az sem, hogy hosszú ideje részt veszünk az élelmiszermentésben, így akadályozva meg, hogy azzal nőjön a kör-nyezetet terhelése, hogy megtermelt élelmiszert dobni ki. Ahogy a reklámban is mondják: Éljen maradéktalanul! Hát mi, nagycsaládosok így élünk. De emellett képeztünk klímakoordinátorokat, és sok család ese-tében az energiatakarékosság terén is hatalmas sikereket tudtunk el-érni. A kutatás, amit a KINCS végez, még részletesebben fogja megvi-lágítani ezt a kérdést, s erről e lap hasábjain is olvasható figyelemre méltó eredményeket bemutató beszámoló.

Ha még közelebb megyünk a témához, akkor azt is láthatjuk, hogy az egy főre eső fogyasztás tekintetében a nagycsalád számtalan környe-zetbarát vonást hordoz. Ez jellemző az egy főre eső energiafogyasztá-sunkra és vízhasználatunkra is. Az autóban sem egyedül, hanem hár-man, öten, heten, vagy még többen is ülünk. A hétülékes autós programmal ráadásul a 20-25 éves régi autókat környezetbarátabbra sikerült cserélni, akár elektromos vagy hibrid meghajtásúra is. A bol-tokban is a nagyobb kiserelésű termékeket vásároljuk, így kevesebb csomagolóanyagot használunk fel. Az, hogy egy-egy iskolatáska, ka-bát, cipő, könyv, sport- és hangszer két-három vagy még ennél is több gyermeket kiszolgál, szintén azt mutatja, hogy az egy főre eső fo-gyasztás, a felesleg jelentősen alacsonyabb a nagycsaládokban. Arról már nem is beszélve, nálunk mindig sokkal kevesebb a maradék, mert mindig van valaki, aki még kér. Ezek mind-mind csökkentik az egyes ember ökológiai lábnyomát.

Ahogy a mi családjunk is szelektíven gyűjti a szemetet, figyelünk a be-vásárlásnál és nem használunk eldobható szatnyot, egyszerűhasznála-tos edényeket sem, úgy sok más nagycsaládban is így, másoknak is példát mutatva teszünk. Ez a mi felelősségünk: a jövő generációt tu-datosabbá nevelni a természet- és környezetvédelem, a fenntartha-tóság érdekében. Mi ezt kérés nélkül is vállaljuk. Ezért szerveztük meg ezt a konferenciát partnerünkkel, az ELFAC-kal közösen. Köszönöm mindazok munkáját, akik e konferencia sikeréért dolgoztak!

KARDOSNÉ GYURKÓ KATALIN
a NOE elnöke

Értékes örökséghez értékálló szemlélet

BIZONYÁRA AZ OLVASÓK KÖZÜL IS SOKAN HALLOTTÁK MÁR A MONDÁST: „A FÖLDET NEM APÁINKTÓL ÖRÖKÖLTÜK, HANEM GYERMEINKTŐL KAPTUK KÖLCSON”. TŐLEM AZONBAN NEM ÁLL TÁVOL AZ A SZEMLÉLET SEM, MELY SZERINT ÖRÖKSÉGGÉNT TEKINTHETÜNK A FÖLDRE, A TEREMTETT VILÁGRA. DE VAJON MIN MÚLIK, HOGY KI HOGYAN BÁNIK AZ ÖRÖKSÉGÉVEL, MENNYIRE TUDATOS A KÖRNYEZETE VÉDELMEBEN? IZGALMAS KÉRDÉS, HOGY HOGYAN, MILYEN MÓDSZEREKKEL VÉDJÜK A BOLYGÓNKAT, DE UGYANILYEN IZGALMAS, HOGY A FÖLD MEGÓVÁSÁHOZ MILYEN ÖRÖKSÉGET KAPTUNK IRÁNYTÚKÉNT A CSALÁDUNKTÓL.

A témáról ezúttal egy fiatal házaspárral, a 27 éves Sárával és Zoltánnal beszélgettem, akik életkoruknál fogva közbülső láncszemnek tekinthetők a múlt és a jövő nemzedékei között, másrészt korunk gyermekeként megkerülhetetlen számukra a környezet védelme, amelyben otthonosan mozognak.



Zoli és Sári közös életében mindig is fontos szerepet játszott a környezettudatosság. Eddigi közös életük – otthonuk helyszínét illetően – két településhez kötődik. Budapest 3. kerületében tudatos erőfeszítéseket tettek, hogy amit a társasházi életmód lehetővé tesz, azt a környezetük védelmében megtegyék. Eljártak a békásmegyeri és a Lehel téri piacra; hentesőt vásároltak; amit lehetett, a saját edényekben vitték haza, a zöldséget, gyümölcsöt pedig csomagolásmentesen kérték. Csomagolás tekintetében Sára számára Hollandia a rossz példa, ahol egyetemistaként egy évet töltött. Ugyan fejtett a kerékpáros közlekedés kultúrája, viszont az élelmiszerüzletekben a zöldséges pultok roskadoztak az előrecsomagolt, kis kiszerelésű termékek alatt, pl. egy-egy szem meghámozott, felszeletelt krumpli volt vákumfóliázva.

Amikor érdeklődöm, hogy a baráti körük is ilyen környezettudatos-e, arról számolnak be, hogy barátaiknak is fontosak a fenntartható gazdaság, a természetvédelem szempontjai. Sári barátnői is szattyorral járnak vásárolni, szappant használnak tusfürdő helyett stb., tehát a tendencia egyértelmű.

Nagyvárosból kisvárosba

Csillaghegyi lakosként szerettek volna csatlakozni a békásmegyeri közösségi kert használóihoz, ahol a helyieket közösségi komposzt, közös veteményes is várta, de mire odajutottak, a hely bezárt.

Sári és Zoli ma egy dunántúli kisvárosban él, ahonnan tömegközlekedéssel járnak be a munkahelyükre. Miközben felújítják nemrégiben vásárolt családi házukat, igyekeznek nemcsak továbbvinni, hanem bővíteni is környezettudatos eszköztáruk: „Kezdetben mosódiót használtunk, most magunk készítünk környezetbarát mosószer, ami még gazdaságilag is kifizetődik” – meséli Zoli; kettejük közül ő volt az, aki a textilzsebkendő használatát kezdeményezte, s azóta száműzték a papírzsebkendőt a mindennapokból. Készítettek már naptejet és számos egyéb terméket is. Flakonos tusfürdő helyett szappant használnak a környezetbarát csomagolása és vegyszermentessége miatt. A sampont is leváltották samponszappannal. Azt pedig már Sárától tudom meg, hogy a női intimtermékeknek is létezik környezetbarát változatuk (betétek, intimkehely).

Vajon mi változott a kertes házba való költözéssel? Termő gyümölcsfaik árnyékából válaszolják: „Vettünk mindent elnyelő három komposztládát, van olyan barátunk, aki hozzánk hozza komposztálni a kávé-társasházi lakásából.” Az inspiráció kölcsönös: Zoli viszont a barátjától leste el, hogyan lehet környezettudatosabb egy olyan férfias tevékenység, mint a borotválkozás: a villanyborotváról áttért a pengés változatra, amelyben csak a zseletet kell időnként cserélni, mint ahogyan nagyapáik is tették.

Tudtat? Az értékeinket gyermekként a családunktól, a családi hiedelemrendszer részeként vesszük át. Hogyan hozhatjuk felszínre az értékeinket? Elég, ha arra gondolunk, mi volt az a néhány mondat, amelyet édesanyánk vagy édesapánk szájából gyakran hallottunk például a környezet vagy a takarékoság témakörében. Amikor erre kérdeztem rá, Sári fülében azonnal felcsendült az intelem: „Ne szemetelj az erdőben!” Ugyanígy segítenek értékeink feltérképezésében családunk kedvenc közmondásai is. Vajon ha környezettudatosságról van szó, mi igaz a családunkra? Az „egy fecske nem csinál nyarat”, vagy inkább a „sok kicsi sokra megy”?



BARÁTH MÁRTA



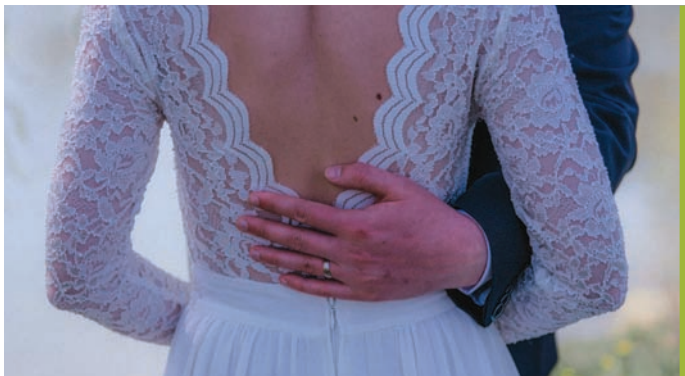
Áramlás a gyökerek és ágak között

Ezzel el is érkeztünk ahhoz a kérdéshez, hogy a szüleik, nagyszüleik mit adtak hozzá környezettudatos énük kialakításához. Sári az édesapját említi, aki szülővárosa természetjáró egyesületének vezetőjeként őt a természet szeretetére, megővésére tanította. Emellett eleven emléke, hogy szülővárosának önkormányzati képviselőjeként az édesapja részt vett abban a projektben, melynek során ötszáz háztartást láttak el komposztládákkal.

Zoli pedig arra emlékszik vissza, hogy a szüleinél az értékes és még felhasználható hulladék nem végezte a kukában akkor sem, amikor még nem létezett szervezett szelektív hulladékgyűjtés. „Tulajdonképpen a nagyszüleim is körforgásos gazdálkodást végeztek anélkül, hogy így nevezték volna, náluk sem ment soha semmi kárba. A komposzt sem újdonság, már a nagymamánál is volt...”

HÉV-vel a tudatosabb, zöldebb esküvőre

Sáriék a polgári esküvőjüket Budapesten tartották, amelyre az ifjú pár HÉV-vel érkezett. „Az esküvői meghívót újrahasznosított barna papírra nyomtattuk; a dekorációhoz befűtött szüvegeket használtunk, fakorongokon álltak a díszek, azokat használtan vettük, s mi is továbbadjuk az egyik barátnőmnak. Az átlátszó borosüvegek Zoliék padlásáról kerültek elő. Ezekbe borostyán és rezgő került a szüleink udvarából – meséli Sári. – Az esküvői ruhát is »használtan« vettem, noha még rajta volt a címke. Ezért az Orsay-konfekciórúháért 25 ezer forintot fizettem, míg egy egyedi esküvői ruha vásárlása vagy bérlete ennek a többszörösébe került volna. Az esküvőn vendégajándékként mindenki egy csomag virágmagot: napraforgó-, hajnalka-, körömvirág- és sóvirágmagot kapott.



Tudtad? Családunk nem pusztán az értékeit adja át nekünk, hanem nagyon gyakran kisebb-nagyobb, látható vagy éppen láthatatlan küldetéseket is. „Ne szemetelj az erdőben!” – Ez a mondat Sárit és Zolit nemcsak arra indítja, hogy ők maguk ne szemeteljenek, hanem időnként – kisebb, de annál fontosabb küldetéssé terebélyesedve – arra is ösztönzi, hogy szemeteszsákkal induljanak el sétálni, ami aztán igencsak gyorsan megtelik a mások által elszórt szeméttel. Ne feledjük, hogy a gyermekek profi megfigyelők. Ha a „Ne szemetelj az erdőben!” felszólítás csak más tőrázó közeledtekor hangzik el, nyomban levonják a megfelelő következtetéseket, hasonlóan ahhoz, mint ha a családból nem mindenki érvényes valamely szabály.

Már többen örömmel értesítettek bennünket, hogy kinyíltak a virágok és ezáltal is emlékeznek a mi nagy napunkra.”

Egy újabb láncszem a jövőbe

Zoli és Sári nemrég osztotta meg családjával a hírt: első gyermeküket várják. Milyen gyermekkorot álmodtak meg számára? „Mindenképpen egyszerűbb gyerekkort szeretnénk, kevesebb játékszerrel. Itt a hatalmas kert, egy kisgyermek olyan jól el tud játszani a természetben is, amikor maga a természeti környezet válik játékká számára. A családukban egyébként körbejárnak a babaruhák, és ez egyszerűen fantasztikus. A régi bölcső, a kiságy is továbbköltözik hozzánk. Valaki megkérdezte tőlünk, milyen színűre festjük át a gyerekszobát, mi azonban nem gondolkodunk ilyesmiben, hiszen másfél éve lett újrafestve. Másként fogja majd megmutatni a szoba, hogy egy kisgyermek lakik benne, mert tartani szeretnénk a minimalista vonalat. Ami a környezettudatosságot illeti, szeretnénk kipróbálni a mosható pelenkát, de ha nem fog bevalni, akkor sem esünk kétségbe; nem fogunk eljutni, extrém szélsőségekig sem lelki beteggé válni, ha valami nem megy.”

Végül az ifjú szülők azokat a gondolataikat osztották meg velem, hogy mit szeretnének továbbadni a kis jövevénynek, milyen örökséget szánnak neki: „A gyerekvállalás miatt ma sokakban van szorongás – bennünket is megérintett a szele –, hogy szabad-e erre a bolygóra gyermeket szülni, amikor már túlnépesedés, túlfogyasztás jellemzi. Mi azonban úgy gondoljuk, hogy ha életszemléletünknek szerves része a környezettudatosság, akkor a gyermekünk is ebbe fog belelőni, és azt fogja továbbvinni az ő nemzedékében. Akkor pedig kamatoztatni tudja majd mindezt a saját maga és környezete javára.”

BARÁTH MÁRTA

kommunikációs szakember, pár- és családterapeuta-jelölt

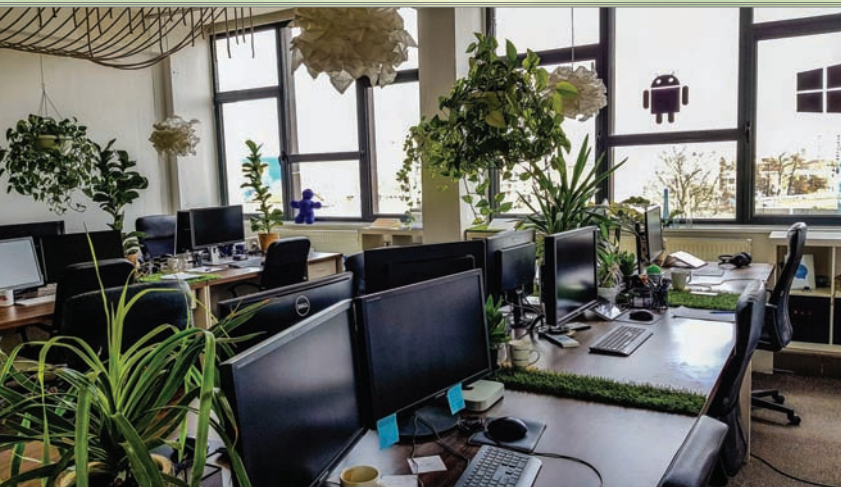
Öt környezetvédelmi tipp Sáritól és Zolitól

- **Öko tisztítószereket használunk:** ecet, citromsav, szódabikarbóna, mosósószóda.
- **Takarékoskodunk a vízzel:** ehhez víztakarékos zuhanytelepet, energiatakarékos háztartási gépeket használunk, és a növényeink locsolásához van egy nagy esővízgyűjtőnk is.
- A vásárlások során a **fenntartható gazdálkodást támogatjuk.**
- **Támogatjuk a körforgásos gazdaságot,** hogy kevesebb új terméket kelljen előállítani. Nem támogatjuk a z egy időnyre érvényes divatos holmik vásárlását, de nem kizárólag használt dolgaink vannak.
- **Csomagolásmintesen vásárolunk,** ennek hiányában igyekszünk papír- vagy lebomló, szelektálható egyéb csomagolást választani.

Dolgozzunk zöld irodában!

A KLÍMAVÁLTOZÁS ÉS A BOLYGÓNK JÖVŐJE MIATT ÉRZETT FELELŐSSÉG MIATT EGYRE TÖBBEN VÁLTANAK KÖRNYEZETTUDATOS, ZÖLD GONDOLKODÁSRA ÉS ÉLETMÓDRA. ÉS NE FELEDJÜK, HOGY ZÖLDEK NEMCSAK OTTHON, HANEM A MUNKAHELYÜNKÖN IS LEHETÜNK.

Bár a koronavírus-járvány ideje alatt az emberek nagy része otthonról dolgozott, a legtöbb munkahelyen most már lassan kezd visszaállni a jelenléti munkavégzés. Ez pedig jó apropó arra, hogy átgondoljuk, hogyan lehetne ott is megvalósítani az otthonunkban bevezetett környezettudatos megoldásokat. A munkahelyünkön, ahol az életünk ötödét töltjük, a szelektív hulladékgyűjtéstől kezdve az energiaspórolásig számtalan apró lépést tehetünk azért, hogy csökkentjük munkahelyünk ökológiai lábnyomát és élhetőbb munkakörnyezetet teremtsünk.



A változás belül kezdődik

Kutatások kimutatták, hogy a gazdaságban felhasznált anyag- és energiafogyasztás 40%-át az irodák üzemeltetése teszi ki. A környezettudatos munkahely megteremtése ugyanakkor nem a napelemtelepítéssel, a céges járműflotta elektromosra cserélésével vagy éppen az irodaberendezés leváltásával kezdődik. A környezettudatos iroda elsősorban az ott dolgozók hozzáállásától lesz zöld. De hogyan kezdhetünk neki a munkahelyünk kiszöldítéséhez? A britek egy izgalmas kezdeményezésbe fogtak, hogy megmutassák, az első lépés mindig legbelül kezdődik. A kezdeményezés neve a *Green Office Week*, azaz magyarul a Zöld Iroda Hét. Ez az évente megrendezett eseménysorozat arra bátorítja a munkatársakat, hogy apró lépésekben a munkahelyükön is kezdjenek el tenni a környezetükért. A zöld munkahét alkalmával minden napon más-más témára összpontosítanak a programok: az energiafogyasztásra, a munkahelyre való közlekedésre, a hulladékgyűjtésre, az irodai termékek beszerzésére, illetve van egy ötletelés nap is, amikor mindenki bedobhatja a környezettudatos iroda kialakításáról és fenntartásáról szóló javaslatait és gondolatait.

A változás tehát önmagunkban kezdődik, de mit is tehetünk 8 órában környezetünk védelméért?

Újrahasznosított? Menő!

Az irodákban rengeteg papírból készült termék fogy. Viszont ma már legtöbbjüknek elérhető az újra felhasznált anyagokból készült változata is. Legyen szó nyomtatópapírról, post-it-ről, papírtörlőről vagy kávéspohárról, érdemes az újrahasznosított verziót választani. Ezek a beruházások legfeljebb minimálisan jelentenek nagyobb kiadást, de hosszú távon mégis jelentősen csökkenthető velük az iroda ökológiai lábnyoma.

Hűtés-fűtés? Ne legyen se jégbarlang, se szauna!

A legtöbb helyen kardinális kérdés, hogy a munkatársak meg egyezzenek az irodai hőmérséklet szintjében. Gyakori tapasztalat, hogy a munkahelyek sokszor túlhevültek a nyári, vagy éppen túlhevültek a téli hónapokban. Mindössze azzal is fenntarthatóbbá tehetjük az irodát, ha megkötéseket teszünk a termosztát tekergetésével kapcsolatban. Nem kell 18 fokra hűteni vagy 26 fokra fűteni az irodát, mert se nem egészséges, se nem környezetkímélő! Éves szinten rengeteget lehet spórolni azon, ha csupán fél Celsius-fokkal csökkentjük télen a fűtést, vagy emeljük meg a légkondicionáló automatikus bekapcsolódását.





VINICZAI ANDREA

Hulladékgyűjtés? Okosan!

Irodai környezetben nap mint nap hatalmas kupac hulladék keletkezik az. Műanyag flakonok, elhasznált papírok, szóróanyagok, az étkezések során használt csomagolóanyagok kerülnek kukába. Kis figyelemráfordítással külön hulladékgyűjtőket is beszerezhetünk és elkezdhetjük szelektíven gyűjteni a szemetet. A hipermarketekben is kaphatók kartonból összeállítható szelektív hulladékgyűjtők, melyek tökéletesen megfelelnek a célnak. Érdeemes külön figyelmet szentelni a veszélyes- és elektronikai hulladék számára megfelelő tárolók kihe-lyezésére is.



Autó helyett érdemes a tömegközlekedési eszközöket, vagy akár a ke-rékpárt, rollert választani. Ha egészségünk megengedi, a lift helyett lépcsőzzünk, ezzel a kondíciónkon is javíthatunk. Zöld munkahelyen közös cél, hogy a munkatársak minél egészségesebb körülmények kö-zött dolgozhassanak. Mesterséges helyett természetes fényben, jól szellőző terekben. A munkahelyi juttatásoknak része lehet az ingyenes zöldség, gyümölcs, konditerembérlet vagy a hozzájárulás a tömeg-közlekedés költségeihez. Legvégül pedig azt ajánljuk, hogy a munka-hely ne csak nevében legyen zöld, hanem pompázzon is zöldben! A szobanövények az oxigéntermelés mellett számos pozitív élettani ha-tással is rendelkeznek, leginkább a koncentrációban fognak segítsé-günkre lenni.

VINICZAI ANDREA COACH, TRÉNER

Nyomtatás? Átgondoltan!

Minden iroda használ nyomtatót, de jó, ha átgondoljuk, mi az, amit feltét-lenül szükséges kinyomtatnunk. Egyre gyakoribb az e-számla, az elektronikus ügyintézés, és megoldás lehet a korábbi dokumentumok digi-talizálása is. Ha feltétlenül nyomtatni szükséges, akkor érdemes újrafel-használt papírra, kétoldalasan, keve-sebb tinta felhasználásával megtenni.

Munkába járni? Zölden a menő!

A környezettudatosság már a mun-kába menet elkezdődik és a munka-helyen folytatódik.



Klímaszorongás

Mit tehetünk magunkért és a környezetünkért?

EGY IDEJE MÁR A SAJÁT BŐRÜNKÖN IS NAP MINT NAP MEGTAPASZTALJUK AZT A JELENSÉGET, AMI A SZAKÉRTŐKET MÁR JÓ IDEJE FOG-
LALKOZTATJA ÉS AMIRŐL MI SOKÁIG ÚGY ÉREZHETTÜK, HOGY NEM FELTÉTLENÜL ÉRINT BENNÜNKET KÖZELRŐL. MÁRA AZONBAN A KLÍ-
MAVÁLTOZÁS JELEI A MINDENNAPJAINKBAN IS ÉREZHETŐK, ELÉG CSAK AZ OLYKOR SZÉLSŐSÉGES IDŐJÁRÁSI VISZONYOKRA GONDOLNI.
A KÖRNYEZETÜNKBE BEKÖVETKEZŐ VÁLTOZÁSOK EGYRE TÖBB VONATKOZÁSBAN HATÁSSAL VANNAK AZ ÉLETÜNKRE, ÍGY KERÜLT
AZ ÉRDEKLŐDÉS KÖZÉPPONTJÁBA A KLÍMASZORONGÁS, VAGYIS A KÖRNYEZETÜNKÉRT ÉS EZZEL ÖSSZEFÜGGÉSBEN A JÖVŐNKÉRT ÉR-
ZETT AGGODALOM KÉRDÉSE. CIKKÜNKBE KÖRÜLJÁRJUK A SZORONGÁS E TÍPUSÁNAK JELLEMZŐIT ÉS AZT IS, HOGY MIT TEHETÜNK AZ
AZZAL VALÓ MEGKÜZDÉS ÉRDEKÉBEN. ÍRÁSUNK AZOK SZÁMÁRA IS ÉRDEKES OLVASMÁNY LEHET, AKIK ÉRDEKLŐDNEK A KLÍMAVÁL-
TOZÁS ÉS A LELKI JÓLLÉTÜNK ÖSSZEFÜGGÉSEI IRÁNT.

A szorongás olyan érzelmi állapot, amelyben aggodalommal tölt el ben-
nünket az a gondolat, hogy egy számunkra fontos, ám ugyanakkor
stresszt jelentő szituációban nem fogunk rendelkezni a megküzdéshez
szükséges erőforrásokkal. A szorongást kiválthatja attól való félelem
is, hogy elveszítünk valaki vagy valami nagyon fontosat az életünkben.
A szorongásnak – és így a klímaszorongásnak is – egyik alapvető jel-
lemzője az az érzés, hogy nincs befolyásunk a bennünket aggasztó ese-
ményekre.

Ebből kiindulva, a klímaváltozással kapcsolatos aggodalmunkat jelen-
tősen fokozhatja, hogy a saját közvetlen környezetünkön túlmutató,
világméretű jelenségről van szó, aminek befolyásolására való lehető-
ségeinket korlátozottan érezhet-

jük. Az, hogy mekkora kont-
rollt érzünk valami felett,
jelentősen befolyásolja az
esetleges negatív kimenetel
feletti félelmünk mértékét. A
kontrollérzetünk erősítése ér-
dekében ezért jó, ha megta-
láljuk, mi az, amit magunkért
és a környezetünkért úgy tu-
dunk megtenni, hogy az csak
rajtunk múlik. Amiről kizárólag
mi döntünk, erősítheti az
énhatékonyságunkat, vagyis
azt a meggyőződésünket,
hogy tudunk úgy cselekedni,
hogy befolyással legyünk a
számunkra fontos esemé-
nyekre és ezáltal a gondolata-
inkra és az érzéseinkre is.

Miután az időjárási viszonyok változása az életünk olyan alapvető ré-
szeit is befolyásolhatja, mint az étkezés, (gondoljunk csak arra, hogy
a szakértők szerint a méhek pusztulása milyen káros következménnyel
járhat a zöldség- és a gyümölcscellátásra nézve), ezért teljesen termé-
szetes, ha feszültséggel tölt el bennünket az a gondolat, hogy a kör-
nyezeti változások a saját és legfőképpen a következő generációk éle-
tére milyen hatással lesznek. Az a kérdés, hogy milyen az esetleges
szorongásunk, milyen intenzitású és mennyire tudjuk megtalálni azo-
kat az eszközöket és fogódzókat, amelyek segítségével az aggodal-
munkat jól tudjuk kezelni és azt olyan tevékenységekbe becsatornázni,

amelyek egyrészt jól hatnak a közérzetünkre, másrészt pedig általuk
teszünk a környezetünk védelméért is.

Mindenekelőtt: hiteles forrásokból tájékozódjunk. Fontos, hogy csak
olyan információkat fogadjunk be, amelyek a klímaváltozás kérdésé-
ben jártas emberektől származnak. A nem ellenőrzött vagy az esemé-
nyeket indokolatlanul sötét színben bemutató információk, sajnos,
könnyen szorongás melegágyává válhatnak.

Erősítsük a társas támogatásunkat, keressük olyan emberek társasá-
gát, akik nyitottak arra, hogy erről a kérdéskörrel beszélgessünk. A kö-
zös eszmecsere az aggodalmaink megfogalmazása révén segít oldani
a feszültséget, másrészt pedig a beszélgetőpartnereink által olyan új

szempontokkal gazdagodha-
tunk, amelyek más megvilá-
gításba helyezhetik szá-
munkra a történéseket.

Gondoljuk végig, hogy mi az,
amit a környezetünk meg-
ővése érdekében a minden-
napokban a saját hatókör-
rünkben megtehetünk!

Fontos, hogy először kis lé-
péseket tervezzünk, ne
akarjuk egyszerre minden
szokásunkat megváltoz-
tatni és teljesen felborítani
a napjainkat. Ha egyszerre
túl sok mindent szeretnénk
tenni, akkor a kezdemé-
nyezéseink jó eséllyel ku-

darcba fulladnak. Jó hír, hogy számos

lehetőség közül választhatunk: például elkezdhetjük szelektíven gyűj-
teni a háztartási hulladékokat (ha a környéken, ahol élünk, van erre lehe-
tőség), a teraszunkra vagy a kertünkbe ültethetünk virágot, ami nagy
segítség a méheknek, a bevásárláshoz vihetünk korábban már fel-
használt zacskókat, télen tehetünk ki élelmet a madaraknak, vagy be-
szerezhetünk a teraszunkra egy komposztálót és így tovább. Ezek a
cselekvések két szempontból is jól szolgálnak bennünket. Egyrészt ál-
taluk érezzük, hogy aktívan közreműködünk a környezetünk megővé-
sében és az élővilág támogatásában, ami növeli a kontrollérzetünket, ez
pedig csökkenti az esetleges szorongásunkat, másrészt pedig valóban
jót teszünk a környezetünknek és ezáltal magunknak is. Ugyanakkor





DR. KOVÁCS PETRA

abba a csapdába sem érdemes beleesni, hogy túlságosan nagy felelősséget érzünk egy olyan jelenségért, amely jóval túlmutat a személyünkön. Meg szabad elégednünk azzal, hogy mi megtettük a magunkét, és elég jónak érezhetjük a közreműködésünket anélkül, hogy magunkra vállalnánk annak az érzelmi terhét, ami az afeletti aggodalommal járhat együtt, hogy a környezet védelme érdekében mások vajon hozzánk hasonlóan cselekednek-e.

Amivel azonban azért tehetünk, hogy minél több emberben tudatosuljon a klímaváltozás lassításában betölthető szerepünk, az a példamutatás és a hitelesség. A cselekedeteinkkel megmutathatjuk a környezetünknek és legfőképpen a fiatalabb generációknak, hogy van választási lehetőségük: szabad eldönthetik, hogy a saját hatókörükben tesznek-e valamit annak érdekében, hogy a bennünket körülvevő élővilággal harmonikusabb kapcsolatba kerüljünk, vagy beletörődnek-e a jelenlegi trendek folytatása okozta egyre komolyabb következményekbe.

Bár a média és az internet világa folyamatos fogyasztásra ösztönöz bennünket, van választási lehetőségünk abban is, hogy mit vásároljunk. Az állandó fogyasztás valóban elteti a gazdaságot, ugyanakkor jelentős terheket ró a természetre, gondoljunk csak a termelő üzemek által kibocsátott szennyező anyagokra. Érdemes végiggondolnunk, melyek azok a tárgyak, gépek, eszközök és ruhák, amelyekre az életünkhez valóban szükségünk van. Ami nem tartozik ebbe a körbe, azzal kapcsolatban érdemes elgondolkodnunk, hogy az életünkben valójában mely célt szolgálják, hogyan jellemez bennünket, ha olyan dolgokat szerzünk be, amelyekre valójában nincs is szükségünk.

A fogyasztáshoz kapcsolódóan még egy lehetőséget érdemes megfontolnunk. Ha meg tudjuk oldani, akkor kis konyhakertben, balkonládában vagy – kert és terasz hiányában – a konyhában cserépben termesztünk zöldségeket, fűszernövényeket, gyümölcsöket. A növényekkel való foglalatosság egyrészt szorongásoldó, másrészt pedig segít közelebb hozni a természetet. A saját nevelésű zöldségek és gyümölcsök bizonyára egészségesebbek, csak annyit termelünk belőlük, amennyire valóban szükségünk van, és nejlonzacskót sem kell használnunk ahhoz, hogy elfogyasszuk. Mindez nem azt jelenti, hogy holnaptól legyünk teljesen önellátók, de ha csak például egyféle zöldséget termesztünk otthon



magunknak, már azzal is óriási lépést tettünk az ügy érdekében. És ha mindezek után felmerülne bennünk az a gondolat, hogy egy világméretű jelenségre vajon tényleg van-e hatása annak, amit a klímaváltozás lassítása érdekében mi teszünk a mindennapokban, akkor gondoljunk a „sok kicsi sokra megy” mondásra, amelynek – hasonlóan más népi bölcsességekhez – pszichológiai alapja is van. Érdemes erősíteni magunkban azt a gondolatot, hogy a változáshoz kis lépéseken keresztül vezet az út, akár a saját személyes fejlődésünkről, akár a mindannyiunkat körülvevő környezetről legyen szó.

DR. KOVÁCS PETRA
PSZICHOLÓGUS, JOGÁSZ

FELHASZNÁLT IRODALOM:

- Bandura, A. (1994): Self-efficacy. In Ramachaudran, V. S.: Encyclopedia of Human Behaviour. Academic Press, New York, 71-81.
Clayton, S. (2020). Climate anxiety: Psychological responses to climate change. Journal of Anxiety Disorders, 74, 102263.
Pihkala, P. (2019). Climate anxiety. Mieli Mental Health Finland.



A szülőföld és a faluközösség

SZÍVJA MAGÁBA A KELÉDI NAP MELEGÉT A KÖZÖSSÉG ÁLTAL ELVETETT MAG, ELINDUL AZ ÚJ ÉLET, VELE PEDIG EGYRE TÖBB HÁZBAN CSEPEREDIK A FALU JÖVŐJE. EZ A CSODÁLATOS METAFORA A VAS MEGYE DÉLKELETI CSÜCSKÉBEN MEGBÚVÓ KICSINY FALU ÉLETIGENLÉSÉNEK RAJZOLATA. EGY ÉVTIZEDDEL EZELŐTT HATALMAS ELHATÁROZÁSRA JUTOTT A KELÉDI NAGY CSALÁD, AZ 54 FŐS FALUKÖZÖSSÉG: ÖSSZEFOGNAK ÉS GONDOSKODNAK TELEPÜLÉSÜK FENNMARADÁSÁRÓL. A KEZDEMÉNYEZÉS ÉLÉRE A 6 GYERMEKÉT ÉS 12 UNOKÁJÁT A SZÜLŐFÖLD ÉRTÉKEI GYARAPÍTÁSÁNAK KÖTELESSÉGÉRE NEVELŐ CSALÁDAPA, FEILER FERENC POLGÁRMESTER ÁLLT.

A polgármester 2010-ben virágzó mezőgazdasági múltjára és a kelédiek szívében, fejében, kezében fellelhető értékekre alapozva álmódott jövőt a lassan csendesen kimúló kis községnek. Személyesen ismerve mindenki tudását és képességeit cselekvésre hívta az aktív lakosságot, s hozzáláttak a kelédi mintagazdaság XXI. századi felélesztéséhez.

Az Árpád-kori eredetű Keléd a Kemenesalja és a Marcal-medence találkozásánál az 1800-as évek közepétől virágzott az államosításig: gőzgépekkel felszerelt ecet- és szeszgyár létesült, távbeszélő kötötte össze a Szent-lvány kúriát Jánosházával, szeszfőzde, finomító, rum- és likőrgyár, áramfejlesztő, gőzmalom, gőzfűrésztelep, 10 holdas méhészet, pontytenyésztés a 17 holdas halastóban, valamint díszfácantenyésztés jelentett biztos megélhetést.

A természet ismerete, tisztelete és az általa kínált lehetőségek alázatos megbecsülése beleivódott a kelédiekbe. A polgármester és családja tudatos stratégiát kidolgozva állította a települést a fenntartható fejlődés útjára. A 2010-es évek elején a Start-munkaprogram



segítségével a településen beindult a zöldségtermesztés. Tudatosan vásároltak eszközöket, hogy diverzifikáltan tudjanak tervezni. A helyiek napközben az egyre gyarapodó közös kertben dolgoztak, míg szabadidejükben egyéb szakmai tudásukat felhasználva közösen újítták fel a későbbi zöldségfeldolgozó üzem épületét. Így már nemcsak a frissen termelt zöldségeket tudták eladásra kínálni, hanem savanyúságokat is vittek a környékbeli iskolákba, szociális intézményekbe. A kelédi savanyúság különleges íze hamarosan keresett lett és már híres szállodák, éttermek is vásárolták. Bővítésre volt tehát szükség, így a község ma már fűthető fóliasátrakkal is rendelkezik.

S ahogy nőtt a kereslet, úgy vált szükségessé a munkaerőbővítés. Elkezdett járni tehát a falubusz – aztán kettő, sőt, három is – a szomszédos településekre a munkavállalókért és 2015-16 körül a statisztikai adatok már lakosságszám-emelkedésről számoltak be. Napjainkban duplaannyian élnek Keléden, az itt élők száma meghaladta a 110 főt. Szépen lassan már nemcsak temettek, de egyre többet kereszteltek is. A kiüresedett házakba fiatal párok költöznek, hiszen a helyben elérhető munkalehetőség és a figyelmes, biztonságot nyújtó faluközösség vonzó a nyugalmat keresők, a nyüzsgő városokból a tiszta természet közelébe menekülők számára. Büszkeséggel tölti el a szülőket, hogy a szerte az országban boldogulást kereső gyermekeik is hazaköltöznek.



Új életre kel



ÉLES KRISZTINA

A fejlődés napjainkban is megállíthatatlan, hiszen létrejött egy szociális szövetkezet a településen, 28 tag szövetkezett arra saját tulajdonát felajánlva, hogy élhetővé tegye a községet. A termelés mellett így a falu előtt a kereskedelem kapuja is kinyílt: vegyesboltjuk és dohányboltjuk lett, de termelői piac létrehozásában is gondolkodnak.

Ha pedig rendelkezésre áll a terület, a szakértelem és a humánerőforrás, akkor megjelenhetnek az állatok is. A sertések, juhok, szarvasmarhák, baromfik és a „celeb” ló mellett – mivel ő már a megyei napilapban szerepelt, kicsit rátarti is lett – az önkormányzat szürke-
marhák és őshonos háziállatok tenyésztését is tervezi. Sőt továbbmennek, vágópontot is szeretnének létesíteni. Hasonlóan közeli elképzelés a 3100 őshonos gyümölcsfa termésére alapozott termékellátás vagy a szárastészta-gyártás.

A célok megvalósításához semmi más nem kell, csak a közösség hite és töretlen lelkesedése, valamint a vezető hitelessége. A Magyar Arany Érdemkereszttel megjutalmazott lokálpatrióta Feiler Ferenc és gyermekei azonban rendkívül fogékonyak a kultúra iránt is. Ennek köszönhető, hogy a 2019-ben létrejött pajtasházai közösség, a Vértő Színpad ma is él, nem egy fellépésnek tett már eleget. Vezetője Feiler Annamária, az amatőr művészeti közösségnek legszigorúbb kritikus

pedig maga a polgármester, aki rendezőasszisztensnek is tanult és büszkén mesél az egykori színjátszó csoportról, amelynek fiatalembere maga is tagja volt csakúgy, mint 45 éve hű támasza, a felesége is. S ha van színjátszó közösség, miért ne lehetne szabadtéri kőszínpad is. A fiúk ezt is összedobják s máris lehet szervezni színjátszó táborokat, találkozókat. Ha van egy



lelkes focicsapat, kell egy méltó öltöző és egy pálya, sőt, egy tiszteletbeli tag – a Balázs Béla-díjas dokumentumfilm-készítő Erdélyi János – is. Egy kicsit később – de szó szerint rövid idő múltán – megvalósuló vágy a kelédi templom felépítése, hogy a most még imatermet, polgármesteri hivatal, közösségi színteret, könyvtárat, boltot (és megszámlálhatatlan funkciót) magában rejtő faluközponti épületből a szentképek és szobrok méltó helyre költözhessenek.

Keléd tehát gyarapszik, boldogulást, jól létet teremt a községet otthonukul választóknak. A természet csodáit nap mint nap megtapasztaló gyermekeit nyitottnak,

szorgalmasnak neveli, hogy tudásukat, kompetenciáikat felfedezőként, színészként, orvosként, vagy épp minőségi szakmunkát végző szakemberként egykor szülőfalujuk és Magyarország hasznára fordítsák. A szeretetet és a biztos fundamentumot adó, apró faluban zajló példaeértékű fejlődés motivációt adhat a szárnyalásukhoz.

ÉLES KRISZTINA
a Nemzeti Művelődési
Intézet Győr-Sopron Megyei
Igazgatóság
igazgatója



Környezetvédelem a nagycsaládban: 15 tipp egy környezettudatos nagycsaládtól

A FÉRJEMMEL MÁR CSALÁDALAPÍTÁS ELŐTT IS KÖRNYEZETTUDATOSAK VOLTUNK. AZ ELSŐ GYERMEKÜNK ÉRKEZÉSE ELŐTT AZONBAN OLYAN TUDATOS DÖNTÉSEKET HOZTUNK MEG, AMELYEKEL A LEHETŐ LEGMAGASABB SZINTEN TÁMOGATHATJUK A KÖRNYEZETKÍMÉLŐ MEGOLDÁSOKAT. MERT IGAZ, HOGY TÖBBEN LESZÜNK, AZONBAN SZERETTÜK VOLNA, HOGY AZ ÖKOLÓGIAI LÁBNYOMUNK MINÉL KISEBB LEGYEN. BŐ ÉVTIZED TELT EL AZÓTA ÉS NAGYCSALÁD LETTÜNK. CSALÁDUNK MINDEN TAGJA TUDATOSAN KÖRNYEZETKÍMÉLŐ, LOW WASTE (HULLADÉKOPTIMALIZÁLT), ZERO WASTE (HULLADÉKMENTES), ÚJRAHASZNOSÍTÓ.

A legfontosabbak a következők, amiket a környezetért teszünk:

1. Próbálunk kevés hulladékot termelni és a keletkezett hulladékot szelektíven gyűjtjük, bízva abban, hogy azt valóban újrahasznosítják. A zöld hulladékot közösségi komposztálóba próbáljuk helyezni. A feleslegessé vált dolgokat, amelyek másoknak még jók lehetnek valamire – akár alkatrésznek, vagy kreatív célra (ez egy lyukas farmert is magába foglalhat) ingyen felkínáljuk a helyi csoportoknak.
2. Vásárláskor előnyben részesítjük a használt tárgyak vásárlását, low waste vagy zero waste csoportban való beszerzését, ismerősök közti keringtetését, adományboltokat, az újrahasznosított termékeket (főként papíráruban, műanyagban).
3. Vásárláshoz vászonszatyrot, zöldség-gyümölcs-pékáru részére saját „szütyőket” használunk és kedveljük a csomagolásmentes és/vagy újratölthető termékeket is.
4. Lehetőség szerint addig használunk egy tárgyat, míg funkcióját betölti, ahol az esztétikai megjelenés nem fontos, ott feltétlenül, majd amikor már ezt sem tudja betölteni, bizonyos részeit még mindig újrahasznosíthatjuk, átalakíthatjuk, legyen az kerékpár-gumibelső, zipzárhúzóka, hiányos játék.
5. Próbálunk a gyerekeknek úgy vásárolni, hogy a kinőtt ruhát, cipőt, játékot, taneszközt át tudják adni egymásnak. Évente legalább kétszer szekrényt ürítünk és átnézzük a gardróbainkat, a feleslegessé vált ruhaneműt a helyi csoportokban ingyen elvihetőkké tesszük.



6. Szeretjük az „5 perces ötletek”, az újrahasznosítható oldalakat és videókat, ahol remek ötletek vannak. Készítünk társasjátékokat filcből és gombokból, játékokat PET palackból/flakonokból. A legnagyobb, közös alkotásunk a Barbie-ház, amely egy lomtalanított 3 szintes polc, maradék anyagokkal tapétázva. A bútorok mind csomagolóanyagokból készültek, a tárgyak kupakokból vagy más hulladékból. A házban led világítás van és az oldalán egy régi fióksín egy PET-palack lifttel a fiam alkotása.



7. Mosható pelenkát, mosható női betétet, intim tölcseért, mosható sminklemosó korongot, szoptatósmelltartó-betétet használunk. A legelső gyermek előtt határoztunk a mosható pelenka mellett. Remek döntés volt, mindhárom gyereket tökéletesen kiszolgálta és még van benne kapacitás. Egy gyermek az eldobható pelenkával a szobatisztaságig akár egy tonna le nem bomló hulladékot is termelhet, míg a mosható a mosási költség és vízfelhasználás mellett is töredék ökológiai lábnyomot hagy. A gyermekeink 15-18 hónapos koruk között részlegesen, kétéves korukra teljesen szobatiszták lettek. EC (elimination communication) korai biliztetéssel hatványoztuk a sikereket, a mosható pelenkák számát is redukálva, és a nem utolsósorban a baba személyes komfortját és higiéniés érzését növelve. A mosható pelenka szívügyem lett, társadalmi munkában a helyi mosható pelenkás és EC klubbot is vezettem.

8. Környezetkímélő háztartási szerek használata: mosószóda, citromsav, ecet, illóolajok.
9. Balkonkert. Amellett, hogy otthonossá és szebbé teszi a környezetünket a zöld növény, virág, mi kert híján a teraszunk balkonládáiban kis helyigényű zöldséget (pl. koktélparadicsom, retek, rukkola), gyümölcsöt (pl. szamóca), fűszernövényeket (metélőhagyma, metélőpetrezselyem, menta, bazsalikom), kozmetikai/gyógyászati célú növényeket (pl. kövirózsa, aloe vera) nevelgetünk.
10. A méhekre is gondolva, mézontófű is van nálunk, illetve madár-etetőnket is rendszeresen feltöltjük eleséggel.
11. Amit lehet, magunk végzünk el, lehetőleg újrahasznosítással, pl. nem járunk fodrászhoz, magunk szerelünk, barkácsolunk, amit lehetséges, anya remekül javít, újít fel, fest át vagy decoupageolja azokat a cipőket, amelyeknek az orrát lerugdalták a gyerekek.
12. Nem dobunk ki ételt, ehhez menüterv, ésszerű, listás bevásárlás szükséges. Anya kuponozik, figyeli az akciókat, de a munch (munch.hu) ételmentés vagy a pékség előző napi árújának felvásárlása is a hulladékcsökkentés (mellesleg gazdaságosság) ü területéhez tartozik.
13. Igyekszünk nem egyenként csomagolt, illetve többszörösen csomagolt árut venni, még akkor sem, ha kirándulunk. Turista evőeszköz-készleteket, kanálgépeket, hordozható acélmentes turista poharakat hordunk magunkkal.



14. Gyalog, kerékpárral (télen is), tömegközlekedéssel vagy vonattal járunk. Nincs, nem volt és szerintem már nem is lesz autónk. Évente kb. 2-3 alkalommal érezzük, hogy jó lenne, de arra is születik megoldás (házhoz szállítás, fuvaroztatás). Ezzel is csökkentjük az ökológiai lábnyomunkat.
15. Mindezen tapasztalatainkat pedig megosztjuk cikkben, blogban, értékelésben, csoportokban, mert ezzel a közösségi össz tudást gyarapíthatjuk, ami nagyon fontos. Egyes pontjain már-már tudomány, és az információ a mai technikai eszközökkel könnyen, gyorsan áramolhat is.

Természetesen 21. századi, európai, fővárosi családként a háztartásunkban még így is rengeteg felesleges, vagy annak tűnő tárgyunk van, de igyekszünk redukálni, még többet és jobban figyelni a környezetre, kevés, kevesebb hulladékot termelni, illetve a hulladékot az újrahasznosítás útjára terelni.

VARGA CSILLA

gaija

egy nőivarú bolygón kezdtem újra élni,
szénelapú élet volt és öt ujj, meg
köröm a kézen. képzeld, a fejen haj,
szemek körül pilla, de az arc még
a szíriuszi időkből ismerős, ahogy nézem.

egy nőivarú bolygón, hason feküdtem éppen,
elterülve hullámoztam a parton.
egy napja, holdja maradt még az égnek,
egy napom, hogy eldöntsem, mit ér az élet
itt, ahová hívtak, de a boldogságot hiába hajtom.

egy nőivarú bolygón, erős gravitációban,
úgy tűnt, ragaszkodnak a férfiak. szelíd
birtokok itt még a nők, gondolkodás nélkül
ömlöttek bele az óceánba.
hetven év alatt itt mindenki megvénül.

egy nőivarú bolygón egymás húsából esznek,
gyilkolnak esztelenül a fajok. atomot dobtak
nádból szőtt otthonokra, hogy eldöntsenek
valamit még a hatalmasok.

egy nőivarú bolygón, földanyámat kértem,
hogy eressen végre. megfizettem azért is,
ami nem vagyok. kikötőben vártam a csillagokra,
zendüljenek fel végre a néma kórusok.



Kürti László (1976, Vásárosnamény) költő 2014-ben a Tokaji Író-tábor díjában részesült, 2017-ben pedig elnyerte a Bella István-díjat. A Partium főmunkatársa, A Vörös Postakocsi szerkesztője. Legutóbbi kötete: Ahogy én öleltem (verssek, 2020).



MIKLYA LUZSÁNYI MÓNIKA

Megzöldülünk

Panni hisztérikusan zokogott a fürdőszobájában. A sírás hangjából érzékeltem, hogy valami nagy baj lehet. Egy kamaszsal nem könnyű az élet, főleg, ha van mellé még másik kettő, na jó, nem teljesen, csak félig kamasz, meg a két kicsi. Szóval a sírásokban, zokogásokban, hüppögésekben, nyígasokban és rívásokban totál profi vagyok, mit nekem egy fürdőszobaajtó, a Tower várfalain keresztül is meghallanám, hogy sír a gyereke, és azt is, hogy kamuból-e vagy sem. Hát, ez most nem kamusírás volt.

De a kamasz akkor is kamasz, ha sír, vagy tán akkor a legkamaszabb. Nem lehet csak úgy rátörni az ajtót, a fürdőszobaajtót főleg nem, óvatosan kell megközelíteni, mert elég egy rossz kérdés, mi több, egy rossz intonáció, azonnal visszahúzódik a csigaházába, esetleg feldühödik, csapkod, kiabál, kamasza válogatja. Olvastam elég gyermeklélektant,



meg valahol a szakmám is, szóval tudván tudom, hogy óvatosnak kell lenni a nemkamu zokogásokkal, igazság szerint a kamukkal is, hiszen a kamaszok lelke olyan, mint a puha agyag, a legapróbb behatás is formálhatja, egy-egy drasztikus beavatkozás végzetes lehet, lenyomata örök életre megnyomoríthatja a gyereket, vigyázni kell hát a kamaszokkal, vigyázni nagyon.

Lassan odaóvakodtam a fürdőszobaajtóhoz, és halkán bekopogtam: – Édesem... Minden rendben van?

A zokogás az egekbe csapott, Panni hangja a görög drámák siratókórussával vetekedett:

– Még te kérdezed?! Teeee?!

Belém csapott a félelem, Istenem, hát mit követtem el, mi a bűnöm, én vétke, én vétke, én igen nagy vétke, de akárhogy gondolkodom, semmi sem jut az eszembe, nem posztoltam róla babakori képeket, nem jelöltem be egy barátnőjét sem, még csak nem is kommenteltem egy posztja alá sem. Az uzsijába se raktam felvágottat, nem csomagoltam rántott csirkecomb, mint a múltkor.

– Tudod te?! – vont akkor kérdőre. – Tudod, milyen körülmények között tartják ezeket az állatokat?! Persze, hogy nem tudtam, de Panni felvilágosított, úgyhogy tényleg, azóta csirkét nem, de malacot sem, mert az meg tökre olyan, mint az emberhús, pfúúúj, azóta a kicsik is öklendeznek tőle, a marhától meg sírógörcsöt kap, mert eszébe jutnak az amazonasi őserdők. Szóval nem, húst nem, se uzsira, se ebédre, se

vaccsorára, csak répát, brokkolit, zellert, végül is ez tökrendben van, én sem vagyok odáig a húsért, a kicsik meg kifejezetten utálják, hála Panninak. Jó, a férjem morog egy kicsit, hiányzik neki a véres marhasteak, de a család boldogsága mindenekelőtt, a gyerek lelki élete meg egyébként is a legfontosabb, nem szabad, hogy megrázkódtatás érje ebben a sérülékeny korban, mert ki tudja, lehet, hogy épp az apja marhasteakje miatt lesz pályaelhagyó, örömlány vagy drogos. Persze ezt a férjem sem akarja, úgyhogy lemondott ő is a húsról, megtanult szelektíven szemetelni, elfogadta a mosódiót, de az alomvécénél már nemet mondott.

„Az alomvécé! – vágott belém a felismerés. – Ez lehet a baj!” – És már mondani is akartam, persze csak a csukott ajtón keresztül, hogy dolgozom az ügyön, nem reménytelen, ha nem is alomvécé, egy potytyantós a kert végében elképzelhető lenne, azzal apád is megbékél majd.

De nem volt rá időm, mert Panni kivágta az ajtót, és széles mozdulattal a csapra mutatott.

– Látod?! – kérdezte hisztérikusan – Látod?! Mind meghalunk! Miatad!

A szívemhez kaptam a kezem, mit követtem el, amivel globális pusztulást idézek elő? Néztam, nagyon néztam, de hogy őszinte legyek, nem láttam, mi fogja a vesztünket okozni, pedig nagyon szerettem volna. Nem akarok szuperhősködni, de megmentettem már néhány-szor a világot, vagy legalábbis a gyerekeket, de a megmentéshez tudnom kéne, hogy mi a probléma, hogy ki az ellen, akit le kell győzni, de hiába néztam, nem láttam, boldogok, akik nem látnak, és hisznek. Én eskü, örömmel elhittem volna látás nélkül is, hogy most jön el az Armageddon, elhittem volna azt is, hogy ennek a végítéletnek én vagyok az oka, pláne, ha Panni mondja, tudom én, hogy mindennek én vagyok az eredője, hiszen én szültem őket, de nem, Panni most nem hitet várt tőlem, hanem látást. De én nem láttam mást, csak a csapot meg a mosdókagylót, szép fehér porcelán, jól tartja magát, pedig van már vagy húsz éves, bár csak én tartanám így magam, mint ez a mosdókagyló.

De Panni nem engedett elmélázni:

– Látod?! – és ismét csak a csapra mutogatott.

– Ööö... Látom – dadogtam, pedig nem láttam semmit.



– Akkor?! Miért nem teszel valamit? Neked nem számít, hogy melegszik a Föld, olvadnak a jégsapkák? Tudod, hány jegesmedve fog meghalni miattad? Meg főkébbi? Sarki róka?

A szemem előtt megjelentek az éhező jegesmedvék, a haldokló főkébbik és sarkirókakölykök, ő, mit tettem, mit tehettem, amivel vesztüket okozom... Esdekelve néztem a gyerekekre, hogy mentesen meg a gyötrődésemtől, mire ő újfent rámutatott a csapra.

– A csap – erősítette meg, mert ugye sose lehessen azt tudni, hogy egy felnőtt képes-e felismerni egy csapot.

– Igen? – kérdeztem óvatosan, mert hiába, nem láttam semmi olyat a csapunkon, ami a világ vesztét okozhatja.

– Csepeg – válaszolta a kamaszlányom olyan hangsúllyal, mintha magát az Úrjézust feszítettem volna meg a pusztá két kezemmel.

– Ööö... igen... egy kicsit – dadogtam. – De már szóltam apádnak... Panni egy lesújtó pillantást vetett rám. Mondania sem kellett, tudtam, hogy a multik meg a gyorséttermek meg a repülőgépkonszernak is mind ezzel védekeznek, kifogás van elég, de tenni senki sem tesz semmit. Úgyhogy nem is vitatkoztam a lánnyal, hogy én sok minden vagyok, de multi meg konzern biztos nem. Gyorsétterem is csak ritkán. Inkább fogtam a villáskulcsot, és kicseréltem a csaptelepben a tömítőgyűrűt, nehogy elszabaduljon az Armageddon, amíg hazaér a férjem, és maga veszi kézbe a csapot.

Miklya Luzsányi Mónika (1965, Békéscsaba) író, szerkesztő, pedagógus, teológus. Kiskunfélegyházán él, öt gyermek édesanyja. Legutóbbi kötete: Rozmaring és Tarack viselkedni tanul (mese, 2021).

Élelmiszermentés nagycsaládos módra Gödöllőn

Öröm látni, ha a nagycsaládos egyesületek kifejezett figyelmet fordítanak a környezet fenntartható módon való kezelésére, többek között az élelmiszerpazarlás elkerülésére.

Így tesz a Gödöllői Fészek Nagycsaládos Egyesület is – élelmiszermentési programjukkal nem csupán a családokat segítik, hanem a környezetet is óvják. Erről a kettős misszióról kérdeztem Szakál Anikót, az egyesület egyik négygyermekes lelkes tagját, aki egyben az élelmiszermentés egyik fő koordinátora is.

– Hogyan indult útjára az élelmiszermentési program a Gödöllői Fészek Nagycsaládos Egyesületben?

2017 áprilisában indult útjára az első élelmiszermentési programunk, amelyet az Élelmiszerbankkal közösen kezdtünk el. Ennek keretében több, mint évi 30 tonna, Tesco-ból származó eladatlan, de még fogyasztható értékes élelmiszert osztottunk ki 90 rászoruló család számára. A programról adott beszámolókkal a helyi írott sajtóban és a városi rendezvényeinken Gödöllő lakosságát is megszólítottuk és érzékenyítettük. Később bekapcsolódott több más élelmiszerlánc is (Aldi, KFC). A programhoz azóta csatlakoztak más helyi civil szervezetek is.

2019 óta az Élelmiszerbanktól függetlenül elindítottunk még egy programot, amelybe sikerült bevonnunk számos helyi kisebb vállalkozást, üzletet. A boltok matricát kapnak tőlünk az alábbi felirattal: „Élelmiszermentő hely” Itt figyelnek arra, hogy ne legyen kidobva élelmiszer. A Gödöllői Fészek Nagycsaládosok Egyesülete viszi el és osztja szét a rászorulóknak között a megmaradt, de még fogyasztható élelmiszert.

– Hogyan valósul meg ez a program a gyakorlatban?

A gyakorlatban három önkéntes fő koordinátorunk irányítja a programot. Hetente kétszer osztunk, kedden és szombaton, és a szállítá-

sok is ehhez igazodnak. Más önkénteseink a szállítást vállalják. Az összegyűjtött árut pedig olyan tagcsaládoknak juttatják el, akik ezt a segítséget igénylik.

– Hogyan fogadják a családok a mentett élelmiszereket? Mit jelent ez a számukra?

Nagyon örülnek neki, egyrészt mert ez a program anyagiakban is nagy segítséget nyújt, de a szállítások vállalásával ők is tevékenyen hozzá tudnak járulni. Fontos hangsúlyozni, hogy mi élelmiszermentők vagyunk, nem segítők, a tevékenységünkkel egyfajta szemléletformálást végzünk. Felhívjuk a figyelmet arra, hogy a kidobott élelmiszer nemcsak felesleges, haszontalan, hanem kifejezetten kártékony és környezetszennyező, az élelmiszerpazarlást lehetőleg el kell kerülni.

– Négygyermekes édesanyaként, hogyan tudsz aktívan részt venni a programban?

A fő tevékenységem a koordinálás a tagcsaládok és a felajánló élelmiszerforgalmazók között. Az osztásokat az Adományboltot vezető önkéntes anyukával együtt csinálom. Havonta két szombati osztást pedig egy nyugdíjas önkéntesünk vállalt el.

– Mit tanácsolnál azoknak a nagycsaládos egyesületeknek, csoportoknak, akik náluk is szeretnék megvalósítani az élelmiszermentési programot? Mi szükséges a sikeres együttműködéshez?

A program sikerességét az összefogásban látom, mindenki számára nyitott, így bárki részt vehet benne. A rendszer mindenki számára átlátható és szívesen vesznek részt benne a családok. Maga az osztás és a vállalkozásokkal való tárgyalás, kapcsolattartás viszont állandó, fő koordinátorok nélkül nem valósulhatna meg. Ha sikerül állandó, megbízható és környezetünk fenntartására érzékeny partnereket találni, akiknél rendszeresen megmarad áru és szívesen adják a nagycsaládoknak, akkor érdemes ezt meghirdetni a tagcsaládok számára és egyben be is vonni őket az önkéntes munkába.

FORGÁCS LAURA



Büszkeségeink

Egy környezettudatos család



Mintegy 10 éve vagyunk a Gyulai Nagycsaládos Egyesület tagjai. Három felnőtt, önálló gyermekünk van, egy 8 hónapos unokánk és velünk van még egy 14 éves leányunk is. 1992-ben, amikor 2 éves házasként voltunk, meglátogattuk holland barátainkat. Az első étkezés után szinte sokként ért bennünket, hogy az asztalról leszedett dolgokat szét kellett válogatnunk. Szigorúan nézték, hogy az egyik edénybe a banánhéj és a zöldségmaradék, a másikba a konzerves doboz, harmadikba a felvágott műanyag csomagolása, negyedikbe pedig a kiürült szörpös üveg kerüljön.

Ebéd után elmentünk kirándulni. Tudtuk, hogy a hollandok szeretnek biciklizni, de hogy van 6 „vendégbiciklijük”, azt álmunkban sem gondoltuk. Igen, ahová el lehet jutni biciklivel, oda soha nem mennek kocsival.

Hazajöttünk és elgondolkodtunk, hogy biztosan igazuk van, legalább kicsiben el kellene kezdeni. Bérházban laktunk, de a férjem szüleinek volt egy kertjük (amit azóta már mi művelünk). Ott kialakítottunk egy

komposztáló sarkot. A zöld hulladékot rendszeresen odavittük ki. A gyermekeink iskolájában évről évre volt papírgyűjtés, igyekeztünk az egész évben gyűjtött papírt bevitni.

Időközben egy sorházi lakást építettünk, a magyar szemétfeldolgozás is haladt a korról, lett saját zöld szemétesünk. Amikor megjelentek Magyarországon a hulladékszigetek, attól kezdve aztán a papírt, a műanyagot és az üveget is külön gyűjtöttük és időről időre elvittük a legközelebbi hulladékszigetre. Megdöbbenő, hogy Magyarországon a mai napig nem értik az emberek, hogyan kell a hulladékszigetet használni. A műanyagosba üveg, a papírosba ételmaradék stb. kerül.

Amikor volt rá lehetőség, hogy kamatmentes hitellel, minimális önerővel napelemt szereltessünk fel, megtettük, így most több áramot termelünk, mint amennyit elhasználunk.

Bár 1993 óta van kocsink, de a városban, hacsak nem vásárolni megyünk, biciklivel vagy gyalog közlekedünk (kisvárosban lakunk). 3 felnőtt gyermekünk van, mindegyiknek van kocsija, de nem feledkeznek meg a bicikli használatáról sem.

Amikor a férjem szülei már nem tudták gondozni a kertet, átvettük tőlük és mi gazdálkodunk benne. Elsősorban gyümölcsös (eper, málna, szeder, cseresznye, meggy, alma, körte, szilva, ribizli, pöszméte, szőlő, füge, mogoró, dió), de van sósokánk, spenótunk és van egy kis veteményesünk is (retek, saláta, borsó, bab, paradicsom, hagyma, fokhagyma). Tulajdonképpen azt esszük, amit megtermelünk, ritkán fordul elő, hogy veszünk valamilyen zöldséget. Amit lehet, elteszünk télire lekvárnak, befőttnek, savanyúságnak, ilyesmit sem szoktunk boltban vásárolni.

A vízzel is igyekszünk óvatosan bánni. A kertben fűrt kútból locsolunk, otthon pedig gyűjtjük az esővizet, s amikor tehetjük, az otthoni kiskertben abból locsolunk.

A SZÁK CSALÁD



Zöldüljünk mobilalkalmazásokkal!

Waterbot

Aki a virágot szereti, rossz ember nem lehet – tartja a mondás. De mi van azokkal, akik bár szeretik a virágokat és növényeket, otthonukban mégis képtelenek életben tartani őket, mert rendszerint megfelelnek az öntözésükről? A Waterbot-ot számukra találták ki! Az alkalmazásban egyenként rögzíthetjük növényeinket (fényképpel és névvel ellátva), majd beállíthatjuk, milyen gyakorisággal kérünk figyelmeztetést az öntözésükről. A Waterbot segítségével még a legszétszórtabb emberek is csodálatos növények tartósan boldog tulajdonosaivá válhatnak.

Vízlelőhely

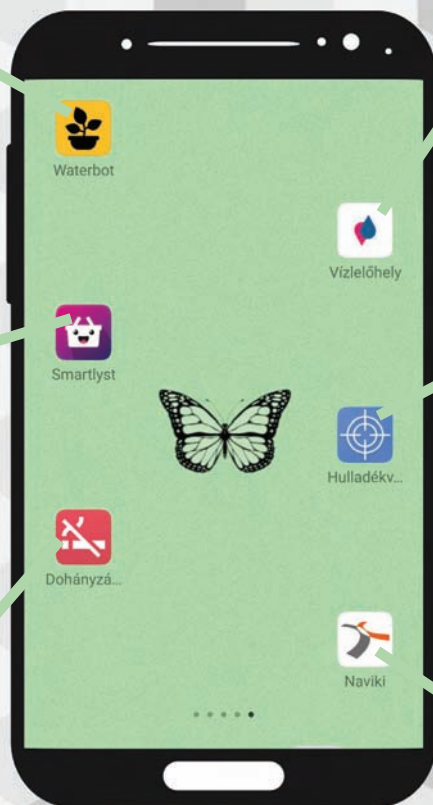
A Vízlelőhely nevű alkalmazás a helyi vízkészletek felhasználását és a műanyagmentességet tűzte ki célul. A térképes alkalmazás segít olyan vendéglátóhelyeket találni a közelben, ahová bármikor betérhetünk, ahol az ott dolgozók örömmel és díjmentesen megtöltik kulacsunkat friss, szűrt vízzel. Az alkalmazás számolja, hogy neked köszönhetően hány félliteres palack nem került ki a környezetbe, valamint pontokkal is jutalmaz a kulacsod újratöltéséért. Ennek a remek kezdeményezésnek egyetlen hátránya, hogy a vízlelőhelyek zömmel a budapesti belvárosra korlátozódnak, azonban remélhetőleg idővel egyre több vidéki étterem is csatlakozik hozzájuk.

Smartlyst

Az otthon talált papírfecnikre körmölt bevásárlólisták ideje lejárt, ugyanis a Smartlyst nevű alkalmazás segítségével végérvényesen kiválthatjuk a kézzel írt listákat. Az alkalmazás azonban jóval több egy egyszerű listánál, melyben kipipálhatjuk a már beszerzett termékeket. Recepteket kereshetünk benne vagy akár saját receptjeinket is felvihetjük, a felsorolt hozzávalókból pedig automatikusan elkészíthetjük a bevásárlólistánkat. Listáinkat a család bármely tagjával megoszthatjuk, közösen szerkeszthetjük, illetve megjelölhető, ha valaki beszerzett valamit a listáról. A rendszeresen vásárolt termékekről értesítést kérhetünk, mielőtt azok elfogynának, de az applikáció számos egyéb, nagyon izgalmas funkcióval is rendelkezik, melyek segítik felhasználóit az ételkészítéssel kapcsolatos feladatokhoz szükséges tudatos vásárlásban.

Hulladékvadász

Kivel ne fordult volna még elő, hogy egy egyszerű városi séta vagy kirándulás közben a természet közelségét élvezve váratlan szemétkupac látványa rángatta vissza a valóságba? A Hulladékvadász nevű alkalmazás segítségével lefényképezhetjük a szemetet, és az automatikusan hozzáadódó pontos helyadattal az önkéntes hulladékvadászok értesítik a felelős önkormányzatot. A rendezett és tiszta környezet mindannyiunk érdeke, az alkalmazás segítségével pedig nagy változást érhetünk el.



Dohányzásról leszokás

A Smoke Free magyarosított változata a Dohányzásról leszokás nevű applikáció nem meglepő módon a dohányzásról való leszokásban segít. Az alkalmazás titka a számokban rejlik, ugyanis a cigaretta letételének pillanatától kezdve számolni kezdi, például, hogy hány másodperce nem dohányzol, ezáltal hány szálát nem szívta el és hány forintot spórolta meg. A dohányzással és leszokással kapcsolatos számtalan érdekes információ mellett leszokási tippeket is kaphatunk, a mobilkészüléket megrázza pedig minden alkalommal egy-egy motiváló idézet ugrik elő. Ha hibázol, egyszerűen csak újraindítod a számlálót, az alkalmazás pedig dorgálás helyett tovább biztat, hogy ne add fel!

Naviki

A Naviki alkalmazásban mindent megtalálunk, ami egy kerékpáros szívét megdobogtatja. Útvonaltervező és navigáló funkciója segítségével a világ bármely országában is járunk, bátran juthatunk el A-ból B-be akár biciklire pattanva is. Kiválaszthatjuk a biciklink típusát, valamint hogy milyen célból szeretnénk tekerni, például napi ingázáshoz keresünk útvonalat, esetleg versenyeznénk vagy kikapcsolódásképpen tennénk egy kört – a Naviki garantáltan megtalálja a számunkra legmegfelelőbb útvonalat.

Tanyát álmodtunk

„Mit ér úgy az élet, ha csendességünk nincs?
Mit ér az elégség nélkül akármilyen kincs?
Boldogság? – Az ember kevéssel megéri,
Mihelyt kívánságát szükségéhez méri.”

Csokonai Vitéz Mihály (1773–1805)

Bemutakozás



Rendek Lászlóné Olgi vagyok, családommal tanyán élünk immár 32 éve. Én itt is születtem, csak az élet úgy hozta, hogy férjemmel városba kerültünk, ott dolgoztunk egy nemzetközi vállalatnál 12 évig. Ez idő alatt 3 leányunk született. Családunknak szerettünk volna egészséges ételmezt, tiszta környezetet, s látva az egyre nagyobb városi forgalmat, rohanást, csendet is biztosítani.

Úgy döntöttünk, hogy 1989-ben elhagyjuk a várost, Budapestet, visszahúztuk a gyökereink szülőföldünkre, őseink földjére, Kunpusztára, csodálatos környezetbe, a tanyavilágba. Itt teljeskörű ökológiai gazdálkodást művelünk a népi kultúra megtartásával. A környékbeliek számára akkor érthetetlen volt, hogy 3 gyerekkel tanyára költöztünk, ugyanis nem volt víz, villany is csak a minimális, leggyengébb áram. Természetesen, szüleink sokat segítettek, noha aggódtak, mert a tanyai élet sosem volt könnyű.

Mi tudtuk csak a férjemmel, hogy mit akarunk, kitartottunk ősi tudásunkat alkalmazva, amit nagyszüleinktől, szüleinktől tanultunk.

Mi két szomszédos faluból származunk, de egy bábaasszonynál születtünk, ahogy anyukám, anyósom, férjem és én is. Valahogy ez is megérinti az embert a mai kórházi egyenszülések megtapasztalása után.

A Pusztának külön temetője van, ahol őseink nyugszanak, külön templom, amelyet az ő adományaikból is építettek 1901-ben.

Tanyavilág

Ezt a szót ilyen formában már nem nagyon használják, pedig el lehet rajta gondolkodni. Távol mindentől, sokszor minden infrastruktúrától, ahol mindent a lakóknak maguknak kell megteremteniük. A minden szó szerint értendő, mert régen magát a lakóépületet is a családdal, barátokkal kalákában építették, helyi építőanyagból, agyagból, amit ott helyben bányásztak ki. Az ilyen agyagépületek nyáron hűvösek, télen melegek, tehát klímára, külön áramfogyasztásra nincs szükség. Könnyen utána lehet számolni, hogy ez mennyire olcsó és elérhető megoldás volt. A kút, a víz ugyancsak lételem, amit helyben kellett és kell most is előteremteni. A kút volt a hűtő is, amelybe leengedték a kanna tejet vagy a dinnyét. Élelemszükségletük megtermelése embernek, állatnak a napi elfoglaltságot jelentette.

Szinte semmit nem kellett odaszállítani, vásárolni a több száz vagy ezer kilométereket utaztatott építőanyagot és egyéb szükségleteket. Helyben megteremtették a maguk világát. Ahhoz, hogy termeljenek, kellett a mag, ami szintén saját termelésből származó, génmanipulációtól mentes volt.

Ez az igazi fenntarthatóság, ami manapság is működhet nagy elszántsággal, akaraterővel, kitartással.

A mi TANYÁNK ilyen!

130 éves őseink keze munkájával épített agyagépület, amit mi a két kezünk munkájával – ugyancsak helyi anyagokból – a szükségleteinknek megfelelően bővítettünk ki.





RENDEK LÁSZLÓNÉ

Ezzel a módszerrel nem keletkezik szemét, óvjuk saját és tágabb környezetünket. Meg tudjuk tartani a biológiai sokféleséget és az egyensúlyt. Az egyensúlyra nagy hangsúlyt helyeznénk, mert egyre kevesebb a madár, közülük is a fecske, mert ők igazán sok kártevőt elpusztítanak.

Mindent megteszünk a környezet megővéseért,

így hirdetjük ezt a fajta gondolkodást és életszemléletet. Aki hasonlóképpen dönt mint mi, láthatja, hogy tanyán ma már nem kell teljesen zárt életet élni, mert vannak informatikai eszközök, van autó, így modern eszközöket is lehet használni pl. a tanya védelmi rendszerére vagy talajművelő gépeket.

Ki kell használni a kor adta lehetőségeket, kombinálva az ősi technikákkal.

Túlélő és ismeretterjesztő foglalkozásokat, táborokat szervezünk úgy, hogy az érdeklődők a gyakorlatban elsajátíthassák ezt a fajta életmódot a termeléstől a feldolgozásig.

Igaz, hogy a gasztronómiai szaknyelv „szegényételnek” nevezi a paraszti ételeket, pedig azok igazán gazdagok tartalommal, választékban, nagyon is egészségesek voltak és azok ma is.

Ha belegondolunk, hogy minden helyben terem meg, az állatok legeltetve vannak, így az eredeti ízek kerülnek asztalra a legrövidebb idő alatt, semmilyen szállítás nem szükséges. Az pedig fontos, hogy a hagyományos tartósítási eljárásokat, mint sózás, füstölés, aszalás, szárítás, hőkezelés, ismerje a gazda vagy gazdasszony.

A teljes biológiai körforgás kialakítása hosszú távon megkönnyíti és élhetővé teszi a tanyatulajdonos életét, amelynek alapvető feltétele, hogy saját termelésű magokat vet el az ember, ami hosszútávon a legbiztonságosabb és fenntartható.

Eredmények

A legnagyobb eredmény, hogy a három gyermekünk ebben a csodás környezetben nőhetett fel, megtapasztalva a természetkímélő gazdálkodás fortélyait, a családi összefogást.

Manapság is a tanya a családi fészek mindannyiuk számára. Nagy öröm, hogy középső leányunk átveszi a stafétabotot a gazdaságban



és a népi kultúra továbbvitelében is.

Nemzetközi és hazai elismertségünk bizonyítja, hogy országunkban elsőként elvetett „magvaink”, ami a szellemiségre is vonatkozik, termékeny talajra találtak. Öröm látni, hogy akik már nálunk sajátították el a fennmaradás tapasztalatait, megállnak a lábukon úgy, hogy örömet szereznek családjuknak és tágabb körüknek.

Nálunk alapvető fontosságú a gyermekeink és időseink segítése is, itt a tanyán gondoztuk már 3 idős családtagunkat, akik boldogan élhettek családi körben.

A világ változik, amihez alkalmazkodnunk kell, de a magunk elképzeléseit saját magunknak kell felmérnünk és megvalósítanunk mindannyiunk javára.

Szólások, mondások:

- Addig nyújtózkodj, ameddig a takaró ér
- Józan paraszti ésszel gondolkozz!
- Ki korán kel, aranyat lel

Szakirodalom a tanyasi élettel és környezettel kapcsolatosan:

- Dr. Csatári Bálint geográfus, tanár az MTA RKK Alföldi Tudományos Intézetének volt igazgatója, aki számtalan publikációban mutatja be és értékeli az Alföldi tanyavilágot.
- Dr. Molnár Zsolt botanikus, etnoökológus
- Pásztorok és más gazdálkodók hagyományos és helyi kutatással foglalkozó művei
- Rendek László ökögazda
- BIOfüzetek sorozat „Jó lenne egy kemence”
- Rendek Lászlóné ökögazda
- BIOfüzetek sorozat „Boldog disznók tartása



Király Csenge: A családi kriptá

Amit megtudtam a családomról – Családtörténetek vírushelyzetben című szépirodalmi pályázat: 3. helyezett



Éjfélkor megnyikordult az óra, csak az elektromos pittyegés hallatszott és az árnyékok csendje. Hirtelen az összes ágyneműtartó – belükben az ártalmatlan paplanokkal – egyszerre kivágódott. A szünyogok se zizegtek és az esti megkönnyebbülés-hormonok szaga a reggeli erőfeszítés-hormonok illatával keveredett. Ott feküdtünk mi, mind az öten. Ébresztetlenül, de öntudatlanul. Hangtalanul belefordultunk az ágyneműtartókba, halk puffanással estünk a dunyhák közé. Az ágyak bezárultak és elnyeltek minket. Mi pedig némán vetjük tudomásul, hogy megérkeztünk a karanténba. Ami ettől kezdve történik, az csak közös tapasztalat lehet. Nincs céltalan ösvény, nem lesz. Csak örület.

Próbáltuk a legkényelmesebben felfogni, mintha semmi sem történt volna. (...)

Apám csak tőszavakban beszél a munkáról. Ő a munkahelyén van karanténban. Amikor hazajön, vagy a veszekedéseinkben mediál, vagy a szomszédokkal együtt ás a kertépítéshez, segítségből. Amikor utalunk rá, hogy szerintünk túlhajtja magát, hümmög. Nagyon szeret komoly témáról hosszan beszélni, de a mi bevonásunkkal.

– Arra szeretnék kérni titeket gyerekek, hogy ne használjátok a közösségi közlekedést – mondta áprilisban. – Most, hogy fokozódik a járványhelyzet, vigyáznunk kell az öcsétekre is, ő veszélyeztetett.

Az öcsémnek kiskorában szívűtője volt. Egy éves koráig gyógyszerket szedett, a helyükre varrt erek fölött ma is ott a heg.

– De ezt nem szabad elmondani Tihamérnek, mert titok. Tihamér az öcsém.

Mária bólogat. Mária a húgom, és olyan erős és puha, ki nem fakuló hajat örökölt, mint az apám. A kis mázlista. Három év van köztünk.

(...)

Amikor megtartották az online-ballagásomat, az étkezőasztalra raktuk a gépet, amin most írok, és négy széket húztunk mögé. Meghallgattuk a ballagási beszédeket és hangosan kibeszéltük a tanárokat. Apuval koccintottunk, aztán magamra hagytak az osztály-skype alatt, az ofőm sírt, a többiek némán ültek és néztük egymást. Végül megszólaltam, hogy

– Mégis csak jó volt veletek egy osztályba járni. De az egyik népszerű osztálytársam a szavamba vágott, hogy

– Ne most, ezt majd a végén! –

Az első hónap alatt apu hetente leült sörözni. Általában én is vele tartottam. (Tudtommal nincs a családukban alkoholista.) Anyu inkább a fehérbort bírja. A kávétól és a kakaótól is migrénje lesz. A jeges teától is. Apu vett több jó minőségű rövidítalt, aztán megengedte, hogy napközben én is éljek velük. Háromig lehetett kávézni és öttől lehetett inni. Ha minden héten ittam, egy leszokási ciklus kezdődött el.

Úgy kezdődött a karantén második hetében a pánikrohamom, hogy a húgom benyitott hozzám fürdés közben és agresszívan követelte, hogy szálljak ki a kádból, mert most ő jön. Kiküldtem, de nem értette, mi a gond, ezért – mivel ő web-grafikusnak készül – megrajoltam neki egy néma szereplőt, ahogy a kádban ülve takarja magát és azt mondja, fölötte a felirattal, hogy ne beszélj így velem, amikor meztelen vagyok.



Mária kirakta a szobám előtti folyosóra a földre. Anyu elkezdte elemezni, hogy aki ilyen képet csinál, annak muszáj elviselnie a következményeket vagy ne csináljon egyáltalán ilyen képet. Soha. Minden vasárnap leültünk egy kávéval és megbeszéltük, hogy hogyan tovább. Ez lett volna az ideális legalábbis, de apának nem volt szándéka megnyílni, Máriát kikészítette a bezártság, ezért folyton mindenki megsértődött, Tihamér egész végig csak tévézni akart, anyu (nyíltan) feleslegesnek tartotta az egészet.

Írtam egy novellát egy emberről, aki egy tükörben szörnnyé változik, egy kamaszról, aki igazából szellem és egy nőről és egy vízilóvá változott általános iskolásról egy kútban. Írtam egy szerelmesverset az összes családtagomnak. Amikor sikeresen leérettségiztem, apuval választottunk egy nagyon drága gint.

Anyu pedig eltörte a lábát a karantén harmadik hónapja végén, májusban, amikor felmászott egy fára és leesett róla, egy héttel az öcsém születésnapja után. A kórházban azt mondták, hogy semmit sem tehet, sétálni is alig, ő befeküdt a családi duplaágyra, mi mosogattunk, takarítottunk, mostunk napközben és menedzseltek az öcsémet. Nem mertünk többet tornázni a nappaliban. Nagypapa mindenre hisztisen reagált és nem lehetett a jelenlétében kihagyni sem semmilyen beszélgetésből. Vagy a kommunisták, vagy a kádár-kori koreográfus-szakma hímsovinizmusa tört elő.

Amikor bemutattam otthon az első szerelmemet, apunak kivételesen szimpatikus volt. Anyuval meg rögtön elkezdett rivalizálni, majd megnyerterve velem a csapat-társasjátékot, a fiú nagyon büszkének tűnt. Egyikük sem mondott soha egy rossz szót a másikra, anyuval mégis fújtak egymásra. Amikor szakítottunk, apu megvédte a srácot. Nagykika néha küldött süttivel teli tepsiket, mivel unatkozott a karantén alatt. Az nem biztos, hogy megfordult a nemesi nagyszüleim fejében, hogy nálunk három nő van és vélhetően mind a hárman fogókúrázunk. Nem tudván a két életmód metszeteiről, érthető volt a naivitásuk. Édesanyám a stresszel fogott, édes húgom a tornával, én meg váltogattam a kettőt. Az apám meg az öcsém ezen a ponton már elhatározták, hogy őket ez nem érdekli. Aput mégis hallottam a saját anyjával alakformáló tippekről beszélni, ami mélységesen megrendített. Napi két étkezés – mondta. Azóta én is követem a tanácsait. (...)



A májusban kezdődött karantén úgy múlt el, mint egy tényleges betegség. Miután kifogyott minden energiánk és nem maradhattunk tovább ágyban, későnfekvésben, mintha enyhülésre fordult volna az idő. Kánikulára elutaztam a barátnőimmal a Balatonhoz, ahol burkoltan mindannyian a helyzetünket szidtuk, kevésbé burkoltan pedig végre felengedtünk. A szüleim elkezdtek szervezni a családi nyaralást. Drukkoltunk, hogy Horvátország ne kerüljön sárga tartományba vírusügyileg és boldogan szégyelltük, hogy Horvátországba megyünk nyaralni. Ott szénsavas italokat ittunk és sört meg bort, miközben



telefonon írogattam a pakisztáni szerelmemnek. Hangosan hallgatunk discozenét lehajtott ablakkal a szélben. Türelmesebbek lettünk, mert már kevesebbet kellett túrnunk.

A nappaliban hajnalodott és a színek is kezdtek visszavilágosodni. Az óra kattogása biztonságos egyhangúsággá változott, mint a szoba légzésének a ritmusa. Három óra volt. Hasgörcsöm volt. Aput felébresztettem, amikor visszafele botorkáltam a mosdóból. A horvát hajóúton felszolgált chilis bab gyomorrontást okozhatott. Apu a hátmra tette a kezét, hideg volt a keze, de a hasam égetett. Oda-szorítottam egy párnát. Anyu ájtott és a szemben fekvő vendégágyra feküdt. Nem segített, hogy ott van, szégyelltem előtte szenvedni. Dühös voltam rá, legalább eltereli a dühöm a figyelmemet, gondoltam. Nem moccant a szemközti ágyról, csak annyit kérdezett szaggatott

hangon, hogy nagyon fáj-e, igen, gondoltam, igen, mondtam. És akkor elaludtam. Másnap tudtam, hogy fel fogok ébredni. Tudtam, hogy haza fogok jönni, tudtam, hogy lesz egy hajnal, amikor kinyílnak majd az ágyneműtartók és olyan váratlanul ébredünk fel a saját összeizzadt paplanunkba fúródva, mintha nem is mi lettünk volna. Tudtam, hogy meg fogok neki bocsátani és tudtam, hogy újra őt fogom hibáztatni mindenért. Tudtam, hogy fel fognak venni az egyetemre, tudtam, hogy a fájdalomtól nem szabad félni és az unalomtól sem szabad. Tudtam, hogy van egy ország mindig valahol, ahol éppen hajnal van.

Ahogy a kassai napsugár szövődik az őseim hajába vagy a másik ágon ülők elmélázva nézik a barackfát. Vagy ahogy a nagymamám egy új zoknit választ magának, mert a régit kinőtte és nem szeretne fázni. Vagy ahogy Mama bekapcsolja a török szappanoperát, aminek a történetét már öt részre előre tudja. Vagy ahogy Papa az életben tartott növényekre néz. Vagy a másik nagypapám, ahogy mosolyog, amikor megtudja, hogy Gyulai Pál és Zelk Zoltán rokonok voltak. Apám arca, amikor az öcsémre sandít. A húgom cikkcakkos vonalú festményei. Tudni, hogy mindezt maguktól el se mesélhették volna ezalatt. De el tudták.

(A pályázat teljes terjedelmében a www.noe.hu oldalon olvasható.)

Komposztbarát kezdeményezések

MAGYARORSZÁG ELSŐ KOMPOSZTTELEPÉT A FŐKERT NYITOTTA MEG A KERESZTÚRI ÚT 130. SZÁM ALATT LÉVŐ TELEPHELYÉN, HOGY A FŐVÁROS ÉS AZ AGGLOMERÁCIÓ PARKFENNTARTÁSA SORÁN KELETKEZETT SZERVES NÖVÉNYI HULLADÉKAIT KOMPOSZTÁLHASSA. A FŐKERT AZ ITT KÉSZÜLT KOMPOSZT EGY RÉSZÉT VISSZAJUTTATJA AZ ÁLTALA GONDOZOTT TERÜLETEKRE, A FENN-MARADÓ MENNYISÉGET PEDIG A KOMPOSZTTELEPEN ÁRUSÍTJA.



A komposztálásra alkalmas szerves, növényi zöldhulladékot lakosok is rendszeresen szállítanak a telephelyre.

A számadatok azt mutatják, hogy az idei évben a FŐKERT-nek átlagon felüli, több mint tízezer köbméter komposztot sikerült előállítania, amit a fővárosi területekre forgatnak vissza.

A fővárosi cég következő, újító lépése közösségi komposztálólhelyek létrehozása volt, amelyben civilek is fontos szerepet kapnak.

A közösségi komposztálás elve, hogy a háztartás körül keletkezett komposztálható, szerves hulladékot egy közösségi komposztárolóban gyűjtik össze és az ebből készült tápanyagokban gazdag komposztot helyben használják fel. A közösségi komposztálás ott működik hatékonyan, ahol a helyi közösség képes felelősséget és aktív szerepet vállalni a komposztálás folyamatos működtetésében. A közösségen belül is kiemelt felelősség hárul a közösség által kinevezett komposztmesterre, aki figyelemmel kíséri és koordinálja a folyamatot.



Budapesten az első közösségi komposztálólhely a Tabánban valósult meg 2020 novemberében a FŐKERT és a Zöld Tabánért csoport együttműködésével. A komposztároló egyszerű raklapokból áll, az oldalára pedig tájékoztatóként, a Humusz Szövetség (HuMuSz) Komposztálás közösségben című kiadványának kivonata került.

Az első közösségi komposztáló híre pozitív fogadtatásnak örvendett, civilek és kerületek több további komposztáló-tároló létesítésének ötletével keresték meg a FŐKERT-et.

A második közösségi komposztáló - civil megkeresés útján - a Szent István Parkban épült meg, ahol létrejött a Szent István parki komposztbarátok csoportja és rövid időn belül összejött az a létszám, amellyel már érdemes nekilátni a közösségi komposztálásnak. A kis csapat a komposztárolót jó hangulatú, valódi közösségi munkában tökéletesítette: a raklapokat lefestették és geotextíliával borították, saját készítésű információs táblákkal látták el.



A Facebookon közösségi komposztbarát csoportok alakultak, továbbá közös platformként megalakult a Budapesti komposztbarátok csoportja is. Budapesten jelenleg összesen 5 közösségi komposztáló működik a FŐKERT-tel együttműködésben: az előzőeken túl csoport alakult a Városmajorban, a XI. kerületi Fenekeetlen-tónál, illetve az Óbudai (Hajógyári) szigeten.

A komposztálás egyik pozitív hatása a szerves hulladék felhasználása, a közösségi komposztálásnak pedig közvetett hatása, hogy segíti a közösségeket, a családokat a környezettudatos szemlélet kialakításában.

FŐKERT NONPROFIT ZRT.

Tanácsok, hasznos információk:

HuMuSz honlapján: www.komposztalj.hu

#pózoljkomposztárolóval #komposzt_poszt #Főkert

#közösségikomposztálás #közösségikert

#hajracivilek#közösségikert#közösségikomposztot

Könyvajánló

KOCSIS CSABA: MEGRAJZOLOM AZ EBÉDET



Lehet-e gyermeki módon látni, gondolkodni és verselni? A legjobb alkotások akkor születnek, amikor alá tudjuk rendelni a „tanult én”-t az alkotásnak és az ösztönös kifejezés vezeti a kezünket. Bátran, ahogyan egy gyerek rajzol, fest. Rajztanárként pedig arra törekszünk, hogy megőrizve a gyermeki véleményt a világról, tanítsuk a vizuális hatáskeltés eszközeinek

használatát. Ebben a gyermeki látásmód megőrzése a legnagyobb kihívás.

MIKLYA LUZSÁNYI MÓNICA: ROZMARING ÉS TARACK VISELKEDNI TANUL



Horkaéknál mindig történik valami galiba... A kissé öntörvényű Horka papa és a kifinomult Luána mama a legnagyobb szeretettel és odafigyeléssel neveli két vadmalackáját, Rozmaringot és Tarackot. Az ikerpár azonban, mint minden igazi óvodás, imád játszani és rosszkodni.

Az Ovis Okosító sorozat első részében

a legalapvetőbb illemszabályokkal ismerkedhetünk meg: így például a köszönések fajtáival, a kérem és a köszönöm szavak varázserejével, illetve azt is megtanulhatjuk, hogyan is viselkedik egy jól nevelt vadmalac az asztalnál.

NAGY RÉKA: ÖKOANYU – EGYSZERŰEN ZÖLD

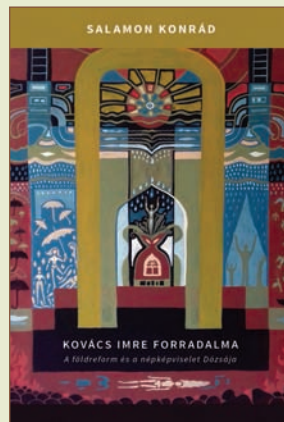


Anyukaként lőtünk-futunk, bevásárolunk, főzünk, takarítunk, gyereket nevelünk, dolgozunk. Miközben a lehető legjobbat akarjuk családtagjaink és a környezetünk számára, az élet bármely területén nap mint nap fontos kérdésekkel kerülünk szembe.

Mivel fürdjék a család? Hogyan teremtsünk otthon tisztaságot? Miként kerüljön az asztalra finom és egészséges étel? Olyan könnyű lenne, ha egyértelmű válaszok lennének. De nem ússzuk meg az

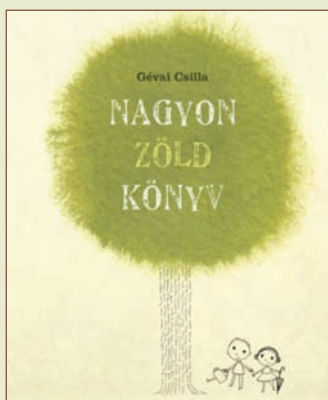
utánajárást és a dilemmákat. Segítséget viszont kaphatunk. Például Ökoanyutól és az ő könyvétől.

SALAMON KONRÁD: KOVÁCS IMRE FORRADALMA



Új kötetében Salamon Konrád a történelmes tárgyilagosságával és dokumentarista alaposággal tárja az olvasók elé Kovács Imre (1913–1980) parasztpárti politikus, író életútját, a népi mozgalomban játszott kiemelkedő szerepét, politikai pályáját, emigrációs tevékenységét, falukutatói-irodalmi munkásságát és személyes szféráját.

GÉVAI CSILLA: NAGYON ZÖLD KÖNYV



Ez a könyv igazi hiánypótló mű: tanítva mesél a Földön működő kölcsönhatásokról, a világ működéséről, és mesélve tanítja meg mindazt, ami a gyerekek számára személyes üggyé teszi a környezetvédelmet. Minden gyerek-szobában és iskolai könyvtárban ott a helye – nem is a polcon, hanem a gyerekek kezében!

TOM SZAKY: HULLADÉK OKOSAN



Végtelen nagyságú szeméttlerakók, óceáni áramlatok tetején lebegő műanyag massa, veszélyben lévő vadvilág. Szemetünk a modern társadalom legkomolyabb, exponenciálisan növekvő problémájává vált. Az ökokapitalista Terracycle alapító Tom Szaky rájött mi okozza ezt a válságot, és elmagyarázza miként tudjuk megoldani azáltal, hogy megszüntetjük a szemét fogalmát. Ahhoz, hogy hulladéktudatosak legyünk – mondja – először meg kell értenünk a hulladék „létét”, majd változtatnunk kell azon, ahogyan létrehozzuk? Végül pedig újra kell gondolnunk, mihez kezdünk vele. Érthető, hihető, lelkesítő.

Fenntarthatóság és környezetvédelem

SOKAK SZÁMÁRA IJESZTŐNEK, MEGOLDHATATLANNAK TÚNHET A FELADAT. ELSŐRE GY GONDOLHATJUK, HOGY HA NEM TUDJUK TÖKÉLETESEN MEGOLDANI EZT A KIHÍVÁST, AKKOR INKÁBB HAGYJUK IS. A KÖRNYEZETVÉDELEMBEN AZONBAN AZ A JÓ, HOGY BIZONY NEM LEHET ROSSZUL CSINÁLNI, HA MÁR APRÓSÁGOKON VÁLTOZTATUNK, KISEBB DOLGOKRA FIGYELÜNK, MÁRIS TETTÜNK VALAMIT A KÖRNYEZETÜNKÉRT. NE HELYEZZÜK MAGUNKAT NYOMÁS ALÁ, MERT KÖNNYEN LEHET, HOGY MŰKÖDÉSKÉPTELEN KONYHÁT HOZUNK LÉTRE, AMI BÁR KÖRNYEZETTUDATOS, DE NEM ILLIK BELE A MINDENNAPJAINKBA. EHELYETT PRÓBÁLJUNK MEG APRÓ LÉPÉSEKET TENNI A KÖRNYEZETTUDATOSSÁG FELÉ, EGY KIS TUDATOSSÁGGAL MÁR NAGY SIKEREKET ÉRHETÜNK EL. HOL IS KEZDHEJTÜK PÉLDÁUL?

Törekedjünk arra, hogy mindig szezonális, Magyarországon termelt alapanyagokat használjunk. Tervezzük meg előre a heti menüt és célzottan ahhoz vásároljunk be, így elkerülhető az élelmiszerpazarlás. Próbáljuk meg a maradékot kreatívan beépíteni a másnapi menübe, hogy tényleg semmit se kelljen kidobni.

Konyhakert és komposzt nem mindenütt megvalósítható, de kicsiben is lehet gondolkodni, néhány fűszernövényt balkonon/ablakpárkányon is lehet nevelgetni, és ha frissen be tudunk szerezni nagyobb mennyiséget, azt le is tudjuk fagyasztani későbbre.

Alább néhány ötletet szeretnénk adni, hogy milyen változatos ételeket tudunk készíteni a most szezonális piacon / termelőtől beszerezhető ezerarcú újkrumpliból. Ezen kívül eláruljuk nektek, nálunk hol végzik a maradékok (pizzán) és a gyerekek nagy örömére mit kezdünk a szezonális gyümölcsökkel.

MENTSD A MARADÉKOT

Pizza

Hozzávalók: 375 g fehér tönkölylisztet | 1 cs. szárított élesztőt | 1,5 kk. sőt | 1,5 kk. cukrot elkeverünk. Ehhez jön 190 g langyos víz és 3 ek. olívaolaj.

Összegyúrjuk, dagasztjuk. 50 fokos sütőben 20 perc alatt megkel. Ennyi tésztából egy tepsi méretű lesz. A feltét lehet paradicsomos-tejfölös, mehet rá mindenféle maradék :) 250 fokos sütőben 10-13 perc alatt megsül.



KÉSZÍTSD HÁZILAG

Jégkrém



Ehhez nincs másra szükségünk, csak valami szezonális gyümölcsre (például eperre, meggyre, barackra) és joghurtra. A gyümölcsöket megtisztítjuk, leturmixoljuk és joghurttal elkeverjük. Édesszájúaknak szükségük lehet hozzá még egy kis mézre is. Újrahasznosítható jégkrémformákba öntjük, és fagyasztóba téve hagyjuk teljesen megdermedni. Jégkrémforma hiányában kiűrt joghurtos pohár is megteszi, ez esetben a pálcát kiskanállal tudjuk helyettesíteni.

a konyhában is?



GÁSPÁRNÉ SÜTTŐ
ANNA



SZABÓ-ZSOMBÓK
MAGDI



BEKETOV NÓRA

MENJ A SZEZONÁLISRA – fókuszban az újkrumpli

Majonézes burgonyasaláta

Hozzávalók: 800 g újburgonya | só, bors | 200 g majonéz | 100 g tejföl | 1 ek. porcukor (ennek megfelelő mennyiségű édesítőszerrel) | 1 - 1 ½ ek. fehérborecet | 200 g savanyú uborka | 1 kis csokor kapor

A krumplit, ha szükséges, megtisztítjuk, majd kettévágjuk – a nagyobbakat felkarikázzuk –, sós vízben közepesen puhára főzzük. Le-szűrjük, félretesszük hűlni.

A majonézt összekeverjük a tejföllel, egy-két csipet sóval, a borssal és a porcukorral (édesítőszerrel), majd egy kis ecettel ízlés szerint.

A savanyú uborkát hosszában elnegyedeljük, majd a negyedeket felkockázzuk, és a majonézbe keverjük.

A kaprot összeaprítjuk, és szintén az alapba keverjük, majd az egészet összeforgatjuk a kihűlt krumplival.



Töltött krumpli

Hozzávalók: 4 db krumpli (nagy) | só, bors | olívaolaj | 1 csokor friss snidling | 6 szelet bacon | kb. 500 g szűzérme | só, bors | 2-3 ek. olívaolaj | 1-2 ek. fehérborecet | 1 gerezd fokhagyma | jégsaláta csíkokra vágva

A sajtszószhoz: | 200 g Cheddar sajt | 3 tk. keményítő | 200 ml habtejszín

A krumplikat mikróban megpuhítjuk, négy darabba vágjuk, de nem vágjuk teljesen át, kicsit összenyomjuk, a belsejét sózzuk, borsozzuk, olívaolajat öntünk rá. Alufóliából kis fészkeket csinálunk, belerakjuk a krumplikat és betesszük a sütőbe. Közben a szűzérmet felkockázzuk, grill fűszerrel megsütjük.

A sajtszószhoz a reszelt sajtot összekeverjük a keményítővel, majd a tejszínnel és addig kevergetjük, míg kicsit besűrűsödik.

A bacont megpirítjuk és darabokra vágjuk. A krumpli aljára teszünk egy kis sajtmártást, erre jöhet a szűzérme majd a bacon, jégsaláta, újra egy kevés sajtmártás és aprított snidling a végén spoiler.



Sütőben sült újburgonya

Nagyobb darabokra vágjuk, lekenjük olajjal, megszórjuk sóval és alufóliával lefedve 200 fokon majdnem készre sütjük, utána, fólia nélkül is sütjük, ettől kap még méz színt. Fűszerekkel szabadon variálható.

A három katicabogár

A heves nyári vihar után a lenyugodni készülő nap bearanyozta a hegytetőt. A felhők eloszlottak, a füvek, virágok lerázták magukról az esőcseppeket és jólesően nyújtózkodtak a simogató napsugarak felé. A bokorból halk csivitelés hallatszott. Madármama éjszakára rendezgette az ázott fészket, madárpapa gyorsan elröppent vacsoraszervező körútra. Már azt hitték, vacsora nélkül kell lefektetni fiókáikat, de szerencsére, a zápor még napszállta előtt elállt. Az apamadar sietett kihasználni a búcsúzó napsugarak aranyos fényét, hogy éhes fiókái teli beggyel térhessenek nyugovóra.

A szomszéd bokorban hevenyészett fészken vadgalamb bűgött. Az egyik faágon mókus végezte nyaktörő mutatványait. A zivatar alatt az odújából kukucskált kifelé, most sietett kiugrálni magából a fölös energiát. Pár ággal odébb pacsirta énekelte esti énekét. Minden élt, mozgott, a föld illatozott, gőzölgött. A hosszú szárazság után érkezett zápor felüdítette a természetet.

A hegy oldalán apró erecskék indultak a völgy felé. A hegy lábánál szép kis patak futott délnek, ide igyekeztek a vízerek. A teljes sötétség beállta előtt a patak már összegyűjtötte és vitte őket magával. Összekeveredtek a vízcseppek, boldogan fecsegték, mesélték élményeiket. Mind el akarták mondani, hol születtek, merről jöttek. Fáradhatatlan locsi-fecsi népség volt.

Az éjszaka beálltával mégis elhalkultak. A távolból az erdő fái integettek, és a patak eltűnt a fák között. Sűrű lombú, öreg fák álltak őrt a két parton. Bokrok borultak a habok fölé. A legtöbb állat pihenőre tért, csak a borz, a róka és más éjszakai ragadozók indultak zsákmányszerző körútra. Az éjszaka órái csak lassan vánszorogtak. A keleti égbolton végre megjelent valami szürkesség és lassan-lassan kivilágosodott a táj. Az állatok fölneszeltek, mozgolódtak, és amikor az első napsugár behatolt a lombok közé, egyszerre megzendült az erdő. A madárkák mind reggeli imájukat zengték, köszöntötték az új napot; a bogarak, a repülő, mászó rovarok, hernyók mind megélnékültek és nekiláttak napi munkájuknak.

hogy a katicákban milyen hálás hallgatóságra találtak, tovább sem akartak folyni, ott kavargtak a part mentén, csakhogy minél tovább csevegessenek. A katicák az izgalmas történetek hatására alig tudtak elaludni. Sok mindent megtudtak a távoli világról, amelyről eddig sejtelmük sem volt.



Ők a nagy természetnek szorgalmas kis munkásai voltak. A káros tetveket, atkákat irtották, tisztogatták a fák, bokrok leveleit, sőt, az erdő közelében levő gyümölcsösöket is rendszeresen látogatták. Ahányszor odaérkeztek, a gyümölcsfák és a bokrok egymással versengve kedveskedtek nekik, olyan jól esett megszabadulniuk az élősködőktől. A szívélyes fogadtatás nagy örömmel töltötte el őket. A három testvérke büszke és elégedett volt. Tudták, hogy hasznos munkát végeznek és mindenütt szeretik, becsülik őket.

Ám ebbe a békébe lassan kis elégedetlenség vegyült. A sok történet a távoli, szépséges tájakról, izgalmas kalandokról megzavarta a fejcskőjükét. Kezdték szürkénék, egyhangúnak érezni életük csendes folyását, izgalmas eseményekre, rendkívüli élményekre vágytak, otthonukat már unalmasnak tartották, távoli, ismeretlen vidékek felé epekedtek. Esténként fülüikkel szinte itták a vízcseppek elbeszéléseit, napközben pedig egymás közt is csak ezekről beszélgettek. Végül már semmi más nem érdekelte őket, csak az utazás, a messzeség és a kalandok.

Eljött a nap, amikor mindhárman úgy vélték, el kell menniük innen világot látni. Katinka mondta ki először a nagy szót. Katica és Katka egyszerre kiáltottak föl boldogan:

– Igen, igen, el kell utaznunk!

Ettől kezdve szövögették a terveket, hogyan valósíthatnák meg vágyukat. Tudták, hogy a szárnyuk kicsi és gyöngye, ezért saját erejükre nem támaszkodhatnak, valamilyen járműre lesz szükségük. Hamar kitalálták, hogy legjobb lesz a patak hátán elindulni, egy csónakot majd csak szereznek, azzal pedig messzire eljuthatnak.

A lapulevél akarva-akaratlanul is meghallotta beszélgetésüket és óva intette őket:

– Jól hallottam, kis katicák, el akartok utazni? Ne tegyétek! Kicsik vagytok, gyöngye a szárnyatok, nem bírtok nagy útra kelni. Legjobb nektek itthon, ahol mindenki szeret benneteket és vigyáz rátok. Nézzétek, milyen szép az erdő, mennyi madár dalol a fákon, itt ugrálnak a mókusok, mindenki a barátotok.

Azonban hiába volt minden beszéd, a katicák egyre csak vágyakoztak,



A patak partján nőtt lapulevél ölében három kis katicabogár nyújtózkodott. Minden este idejártak éjszakai pihenőre. Odaröppentek a lapulevélre, mint egy nagy tenyérre, és kényelmesen elhelyezkedtek, az pedig betakarta őket visszahajtott levelével, mintegy hálósákot készített számukra a leveléből. A testvérek, Katica, Katinka és Katka nagyon szerették ezt a védett helyet. Miközben a lapulevél lágyan ringatta őket, hallgatták a patak csobogását. Ez pedig nagyon érdekes és szórakoztató volt. A patak mindennap új mesét mondott. A beszédes vízcseppek mind el akarták mondani a történetüket, és amikor észrevették,

tervezgettek. Egy gyíkcscsa egyszer meghallotta szavaikat. Zöld háta egybefolyt az erdő színeivel, a katicák nem is vették észre, hogy a közelükben van. Így a gyíkcscsa váratlanul toppant közéjük:

– Ne menjetek, kis katicák, sok veszély leselkedik rátok a messzi világban!

Megharagudtak a katicák. Miért ellenkezik velük mindenki? A parton álló öreg tölgyfa is rosszalóan csóválta lombkoronáját:

– Nem helyeslem, nem helyeslem... – suttozták levelei.

– Ki kérdezett? – feleltek nevetlenül a katicák. – Mindenki okosabbnak képzei magát nálunk?

Az öreg tölgy megbántódva hallgatott el. A katicák pedig dúltak-fúltak, régi kedvességük, udvariasságuk eltűnt. Korábbi barátaikra görbe szemmel néztek, mintha csak ellenségeik lettek volna. Elvakultan mondogatták egymásnak:

– Azért beszélnek így, mert gyávák, ők maguk félnek nekiindulni a nagyvilágnak, ezért irigykednek ránk!

Elhatározásuk megérett, elérkezett a megvalósítás ideje. Az indulást másnap reggelre tűzték ki. Ám hamar rájöttek, hogy mégiscsak rászorulnak mások segítségére, és így újra kedvesebbek lettek környezetükhöz. A tölgyfát kellett megkérniük, hogy dobjon le nekik egy levelet, ezt akarták csónaként használni. A patakkal is jóban kellett lenni, hiszen az ő hátán akartak utazni. Így az utolsó napokban mégiscsak enyhítettek tüskés modorukon, udvariasabbak lettek. De csak számításból, és bizony mindenki érezte, hogy ez nem a régi, őszinte kedvességük. Az indulásuk előtti estén, amikor az erdő már elcsendesedett, a mókuska bebújt az odújába, a madárkák a fészükön pihentek, az őzike is elvackolt éjszákára a szokott helyén, és még a lapulevél is abbahagyta a ringatást, mert elaludt, ekkor a három katica nagy titokban leszárt a locsi-fecsi patakhoz:

– Kedves patak, vigyél el bennünket a hátadon! Szeretnénk veled menni!

A patak egy pillanatra megtorpan, aztán azt kérdezte:

– Jól meggondoltátok?

– Meggondoltuk, meggondoltuk!

– Jó, én elvihetlek benneteket, de vigyázni nem tudok rátok. Nagyon ügyeseknek kell lennetek. Az erdőn túl van egy pár szikla, amelyek utamat állják. Ott veszélyes forgók vannak, az ilyen apró utasokat könnyen bepörgetik és elnyelik. Később egyre dagad a vízem, nem maradok ám ilyen kis patak! Mindig nagyobb vizekhez csatlakozom, folyó leszek, majd folyam, végül elérek a tengerhez. Nem is mondtátok, meddig akartok velem jönni. Talán elég lenne egy-két kilométerre utaznotok!

– Vigyázni fogunk, ügyesek vagyunk! – fölényeskedtek a katicák, majd halkán hozzátették: – Beszélj csak, folytasd!

Mikor sikerült megállapodni a patakkal, elaludtak. De álmuk nyugtalan volt és már kora reggel felébredtek. Még hátra volt egy kellemetlen feladat. Tölgyanyótól kellett kérniük egy falevelet csónak céljára. De mivel utoljára nagyon nevetlenül voltak vele szemben, ez bizony nehezükre esett, mégis meg kellett tenniük. Az öreg tölgy nem mutatott nehezítést, de újra intette őket suttozó hangján:

– Nagyon veszélyes, nagyon veszélyes...

A katicákat ismét elfogta a bosszúság és türelmetlenül kiabálták:

– Ne félj semmit, ha mi nem félünk! – maguk között halkán hozzátették: – Szörnyű ezekkel az öregekkel! Folyton akadékoskodnak.

Az erdő lakói meghallották és aggódva állták körül őket.

– Na tessék! – bosszankodott Katica. – Most meg idecsődíti az összes erdőlakót. Pedig mi szerettünk volna észrevétlenül távozni. Nagyon meguntuk a sok jótanácsot!

Végül a tölgyfa látva, hogy hiába minden figyelmeztetés, ledobott egy levelet. Éppen a patak partjára esett, a katicák – hipp-hopp – rajta is termettek. Egy mozdulattal eltasztották a levelet a parttól, és a kis csónak már táncolt is a habokon.

– Isten veletek! Viszontlátásra! – kiabálták vígan. Maguk között halkán nevetgéltek: – No, ezektől a gyáváktól könnyen megszabadultunk.

Az erdőlakók bámulva álltak ott, ők indulás előtt hosszabb búcsúzkodásra, beszélgetésre számítottak, de már csak arra volt idejük, hogy istenhozzádot intsenek, és a kis csónak el is tűnt a gyors sodrású patak kanyarulatában.

– Szerencsés utat! Viszontlátásra! – kiáltották utánuk remélve, hogy meghallják a köszöntésüket. Majd lehangoltan oszoltak szét és ment ki-ki napi munkája után.

Ezalatt a katicák vígan utaztak a szelíd hullámokon. Gyönyörködtek az erdőben és örültek a hajózásnak. Aombok között átszűrődött a nap-sugár, a habok locsogtak-fecsegték, a csónak ringatózott a vízen.

– Milyen más innen nézve az erdő! Mintha nem is ugyanaz lenne, amit megszoktunk.

Vidám dalra fakadtak, alig tudtak örömben nyugton megülni a csónakban. Megkezdődött a nagy út!

Nemsokára kibukkantak az erdőből, ahol ragyogó napsugár öntötte el a tájat. Hamarosan hullámozó, sárga búza-föld mellett vitte őket a víz. Itt-ott piros pipacs, kék búzavirág díszítette a búzatengert. Igaz, hogy gyomnövény, de szebb lesz tőle a határ. A sárga tengert virágos rét váltotta fel. Színes pillangók röpködtek a napfényben, méhek döngicséltek. Távolról furulyaszó hallatszott. Pásztorfiú őrizte báránykait. Egyszer egy falun futottak keresztül. Piros tetejű, fehérre meszelt házak sorakoztak a patak partján. Fából ácsolt hidacska kapcsolta össze a két partot. A hídon gyerekek állodogáltak, apró papírcsónakokat dobáltak a

vízbe és átfutva a túlsó oldalra figyelték, hogyan bukkannak elő a híd alól. Hangosan sikoltoztak örömben, amikor meglátták diadalmasan előbukkanó egyszerű játékaikat. Libák, kacsák tocsogtak a sekély vízben nagy gágogással, hápogással. A katicák összehúzták magukat, nem szerették volna utazásukat egy kacságyomrában végezni! Miután elhagyták a falut, gyümölcsösök következtek. A gyümölcsfák körül méhek zümmögtek, énekesmadarak tisztogatták a fákat és viték fiókaiknak az eleséget. A ribiszke- és málnabokrokra katicabogarak serege szorgoskodott. Ámulva nézték vízen utazó társaikat. A mi kis katicáink fölényesen szóltak ki:

– Dolgozzatok csak, mi szabadságon vagyunk!

Ez még mind ismerős volt, idáig régebben is elmerészkedtek élelem-szerző útjaikon, ez még a vadászterületük szélső határa volt.

– Ezután jön a nagy ismeretlen! – bíztatták egymást.

És csakugyan, zúgva csatlakozott a patakhoz egy csermely. Így meg erősödve együttesen egy furcsa tákolmányok estek, amely a partról nyúlt a víz fölé. A parton takaros házacska állt, belőle hatalmas, lapátokkal ellátott kerék kavarta a vizet. A katicák ámulva nézték a forgó kereket, a sodró vizet, megkapaszkodtak csónakjuk szélében, mert bizony attól tartottak, hogy felfordulnak.

– Ez a malom, ez a malom – fecsegték a habocskák. – Itt őrlik az emberek a búzát. Liszt lesz belőle, abból sütik a kenyeret.



A katicák kicsit féltek a malom forgó lapátjától, de bátorították egymást:

– Ugye máris tanultunk valamit? Ha otthon maradtunk volna, erről sejtelmünk sem lenne.

Egyre szélesebb, mélyebb víz hátán táncolt a csónak, minden bátorságukra szükségük volt. A legközelebbi barátságos habocskához fordultak hát:

– Mondd, Habocska, messze van még a tenger?

– Ó, a tenger! Az még nagyon-nagyon messze van. Hiszen most vá-lunk csak folyóvá!

A vízben valami ezüstösen csillámlott és a csónak megremegett.

– Jaj, mi volt ez?

– Semmi, semmi – kacagott fel Habocska. – Egy tréfás kedvű halacska hintáztat benneteket.

Katicáéknak nem nagyon tetszett ez a fajta tréfa.

– Még beleesünk a vízbe – aggódtak. – Próbáljunk ettől a bolondtól távolabb maradni.

De a halacska folyton utánuk úszott, tetszett neki a játék. Végül a katicák könnyőrgőre fogták a dolgot:

– Halacska, menj máshová játszani! Mi ezt nem szeretjük, félünk.

A halacska megvetően végigmérte őket és új szórakozást keresve úszott el. A katicák megkönnyebbültek, ugyanakkor kutatva néztek körül, nem leselkedik-e rájuk másik veszély. Dehogyan, de-hogyisnem!

– Jaj, mi van a vízen? – ijedeztek.

– Ne féljete, az csak egy csónak. Vidám kirándulók eveznek benne. A túlsó partra igyekeznek.

– Ó, de érdekes... – rebegették a katicák, holott egyáltalán nem találták érdekesnek, inkább ijesztőnek, de ezt szégyellték bevallani. Hát hogyan! A csónak evezői nagy hullámzást indítottak el a vízen.

– Vigyázzatok! – kiáltotta a jólelkű habocska. – Maradjatok távol a hullámveréstől.

Hiszen minden vágyuk ez volt, csak nem tudták, hogyan kellene elérni. Őket soha senki nem tanította evezni, az ő életük eddig védetten telt az erdő csendjében. Most már a tűző nap is kifárasztotta őket, meg az állandó éberség, hogy ki ne essenek a csónakból, pedig de jó lenne egyet szundítani! Fogalmuk sem volt, hogy sikerült, de kikerültek a hullámverésből, csendesebb vízre értek. A fáradságtól el-elnyomta őket az álom. Előfordult, hogy a csónak megremegett, ilyenkor felriadtak és egymásba kapaszkodtak.

– Vigyáznunk kell, nem alhatunk egyszerre mindhárman, egyikünknek őrködni kell.

Ebben megegyeztek. Katinka őrködött először. Egy ideig kíváncsian nézelődött, majd egyre erősödő zúgás keltette fel figyelmét. Mi lehet ez? Egy hullám felvilágosította:

– Folyótestvér közeledik. Ha egyesülünk vele, folyammá válnunk.

A nagy zúgásra fölébredt Katica és Katka. Egyre erősebb lett a hullámverés, alig értették egymás szavát. A csónak vadul himbálózott. Most már a torkukban dobogott a szívük. A mellettük elfutó hullámokat kérlélték:

– Vegyetek a hátatokra, vigyetek a part felé, ott sekélyebb a víz. Nagyon félünk, hogy elsüllyedünk.

De az ismeretlen hullámok részvét nélkül rohantak el mellettük:

– Minek jöttetek ide, ha féltek! Nem érünk rá veletek törődni, dolgunk van!

A folyó zúgásán túl még valami különös zajt is hallottak. A két parton nagy kőházak sorakoztak, autók futottak, emberek járkáltak az utcákon. A folyó fölött hatalmas híd ívelt, azon is járművek és emberek sokasága. Nagyvárosba értek. Ámulva nézték a forgalmat, de itt is nagyon kellett vigyázniuk, mert a hídlábaknál sebesen forgó tölcsek

alakultak ki. A part mentén hajók álltak, ki-berakodtak belőlük. Amit láttak, nem nyugtatta meg őket.

Félelmük csak növekedett, amikor egy hatalmas, sötét testet pillantottak meg a folyam hátán. Nagy zakatolással széles nyomvonalat húzott maga után. Réműletük tetőfokra hágott, amikor elérte őket a hullámverés. Tarajos hullámok dobálták a csónakot, a vízpermet teljesen belepte őket. Átáztatta szárnyaikat, és már egyensúlyozni sem tudtak, miközben a víz kényére-kedvére dobálta a gyenge alkotmányt.

Most már vége szakadt bátorságuknak. Sikoltozva harcoltak az elemekkel, fuldokolva kapaszkodtak a felboruló csónakba, ám a következő percben lehúzta őket az örvény, elsötétült körülöttük a világ.

Pár perc múlva homokos parton eszméltek fel. Ott feküdtek kimerülten, átázva, de a napsugár melengette, száríttatta ruháskájukat. Mellettük kedves, ismerős hang szólalt meg:

– Hogy vagytok, Katókák? Nincs semmi bajotok?

Boldogan ismertek Habocska hangjára.

– Ó, te itt vagy? Hol vagyunk, hogyan kerültünk ide?

Habocska fontoskodva mesélte:

– Éppen jókor bukkantam rátok, akkor értem ide, amikor befordultatok a vízbe. Hátamra vettek benneteket és óvatosan kihoztalak a partra. Az áldott napsugár azonnal elsősegélyt nyújtott, hozzálátott

az élesztéshez, és úgy látom, már nincs is semmi bajotok. Sietek tovább, ti pedig szárítkozzatok, azután térjete haza. Isten veletek!

Azzal tovairamodott. A katicák szepegeve szárógatták szárnyaikat és próbáltak felroppenni. Nagyon szégyellték magukat a kudarcért. Irultak-pirultak, alig mertek egymásra nézni. Mire megszáradtak, már csak egy vágyuk volt: mielőbb hazatérni!

Katka el is sírta magát:

– Haza akarok menni, bruhahaha...

Erre aztán Katica és Katinka is rákezdte:

– Nem akarok világkörüli útra menni, csak haza, haza...

– Nem akarom látni a tengert, ha már a folyó is ilyen félelmetes!

Így aztán megint szépen egyetértettek és elindultak hazafelé. Nagy feladat volt ez apró szárnyacskáiknak, de nem adták fel. Végül egy csendes estén megérkeztek az erdőbe.

Először a harkály vette észre őket és rögtön ki is kopácsolta a hírt egy vastag fatörzsön. Összefutottak a jóbarátok, mind a lapulevél mellett, a patakparton várták őket. Jó szívük már régen megbocsátotta, hogy a katicák elutazásuk előtt olyan barátságtalanul viselkedtek velük. Ott volt az őzike, a nyuszi, a róka, a gyík, a sündisznó, a madarak; a mókusok pedig a lombok közt foglaltak helyet.

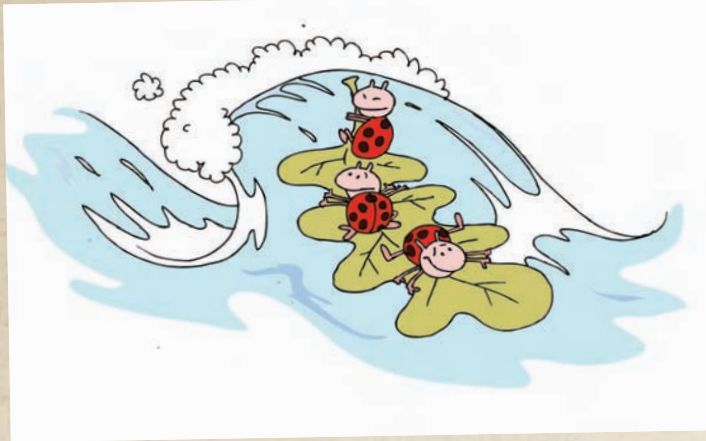
A fáradt vándorokat háromszoros hurrával fogadták, nagy lelkesedéssel ünnepelték őket. Ám a lapulevél bölcsen így szólt:

– Későre jár. Ki-ki térjen nyugovóra. Katicák, ti is bújjatok ágyba. Holnap elmesélhetitek összes kalandotokat.

A katicák fáradtan foglalták el régi ágyacskájukat. Lapulevél anyó betakarta őket. Az erdő elcsendesedett. Csak imitt-amott hallatszott egy-egy madárgyerek csipogása, szellő rezdülése, aztán az is elhallgatott. A patak csobogása álomba ringatta az erdőlakókat.

Katica, Katinka és Katka megnyugodva ölelték át egymást és álmosan dűnnyögték:

– Nagyon szép a patak meséje, de mások életéről szól, nem a miénk-ről. Többé nem kívánczunk messze idegenbe. Sok érdekeset láttunk, de legszebb mégis a mi erdők, hiszen ez az otthonunk...





KUNCZT ORSOLYA

Nádas Manufaktúra

Cím: 8430 Bakonyszentkirály, Nádas u. 12.

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

Kedvezmény mértéke: 10% termékeink árából



Naturica Group

A természetes, környezetbarát hőszigetelések első számú forrása

Cím: 5700 Gyula, Temesvári út 57.

Érdeklődni: +36703639868, Weboldal: <https://naturicagroup.hu/>

Kedvezmény mértéke: 5%

Megjegyzés: A tagkártya érvényesítése a

naturicagroup@gmail.com e-mail címen keresztül történik.

Keressenek minket bizalommal!

Biobaushop

„Természetes építőanyagok az egészséges otthonokért!”

Cím: 5700 Gyula, Temesvári út 57.

Weboldal: <https://valyogvakolat.hu/>

Kedvezmény mértéke: 5% A kedvezmény érvényesítése

biobaushop@gmail.com e-mail címen történik,

az érvényes tagkártya másolatának elküldésével.

Napsugaram Natúrpatika

Cím: 2131 Göd, Pesti út 42/a

Érdeklődni: +36704516706

Weboldal: <http://www.napsugaramnp.unas.hu>

Kedvezmény mértéke: NOE5 kuponkóddal 5% kedvezmény minden webshopunkban található natúrkozmetikumra és natúrszappanra (megjegyzésben NOE kártyaszámot kérünk)

Bemutakozás: A Napsugaram Natúrpatika egy natúr kozmetikumokat gyártó, kézműves műhely Pest megyében, Gödön. Gyógyszerész és biomérnök végzettséggel hatékony, megbízható finomkozmetikumot készítünk.

Ruhacuka.hu

Cím: 6725 Szeged, Szent Ferenc u.18.

Weboldal: <https://ruhacuka.hu/>

Kedvezmény mértéke: 5%

Bemutakozás: Ruhacuka.hu egy gyerekuha webáruház. Magas minőségű angol használt gyerekuhák olcsón, gyors kiszállítással. A NOE klubtag lefotózza a tagkártyát és elküldi email-ben, ami után beállítunk egy 5%-os állandó kedvezményt a részére.

Gremese

Cím: 2363 Felsőpakony, Géza Fejedelem u. 12.

Weboldal: <https://www.gremese.hu/>

Kedvezmény mértéke: 10% kedvezményt adunk a babahordozók és kiegészítők árából.

Mátyás Rövidáru bolt

Cím: 2120 Dunakeszi, Kossuth L. u. 1.

Weboldal: <https://www.facebook.com/d.matyasrovidaru>

Kedvezmény mértéke: Nagycsaládosoknak 10 % kedvezmény a boltban található ÖSSZES árura, ajándékre és szolgáltatásra.

Bemutakozás: Szeretettel várom minden kedves varrni, kötni, horgolni vágyó vevőmet a Mátyás Rövidáru boltban hétfőtől péntekig 13 órától 18 óráig. Nagycsaládosoknak az amúgy is kedvező áraimból további 10% kedvezményt adok. A kedvezmény nem csak az árukra, de a szolgáltatásokra is vonatkozik (pl. nadrágfelvarrás, cipzár csere, szegés stb.).

Bringaörs kerékpárkölszöngő

Cím: 8226 Alsóörs, Strandsétány

Weboldal: <https://bringaors.hu/>

Kedvezmény mértéke: 20%

A kedvezmény egész napos bérleléstől érvényes.

Bemutakozás: Szeretettel várjuk a nagycsaládosokat a Balaton északi oldalán Alsóörsön, különböző méretű gyerek és felnőtt bringákkal, gyerekülésekkel. Tel: 06209111009

Gasztro Bivaly

Cím: 3064 Szurdokpuszti, Szabadság út 229.

Weboldal: <http://www.gasztrobivaly.hu>

Kedvezmény mértéke: 5%

Webshopunkon keresztül házhozszállítással Nógrád, Heves és Pest megyébe tudunk rendeléseket fogadni.

A kedvezmény NOE tagkártyával rendelkező vásárlók esetében érvényes, amennyiben leadáskor jelzik a megjegyzés rovatban, és átvételkor tagságukat a kártya felmutatásával igazolják.

Fontos, hogy szelektív módon gyűjtsük szemetünket. A szelektált hulladék ne legyen szennyezett. A flakonokat, fémdobozokat préseljük össze. A kupakokat vegyük le az üvegekről és a flakonokról.

Hová kell bedobni az alábbi hulladékokat? Kösd össze!



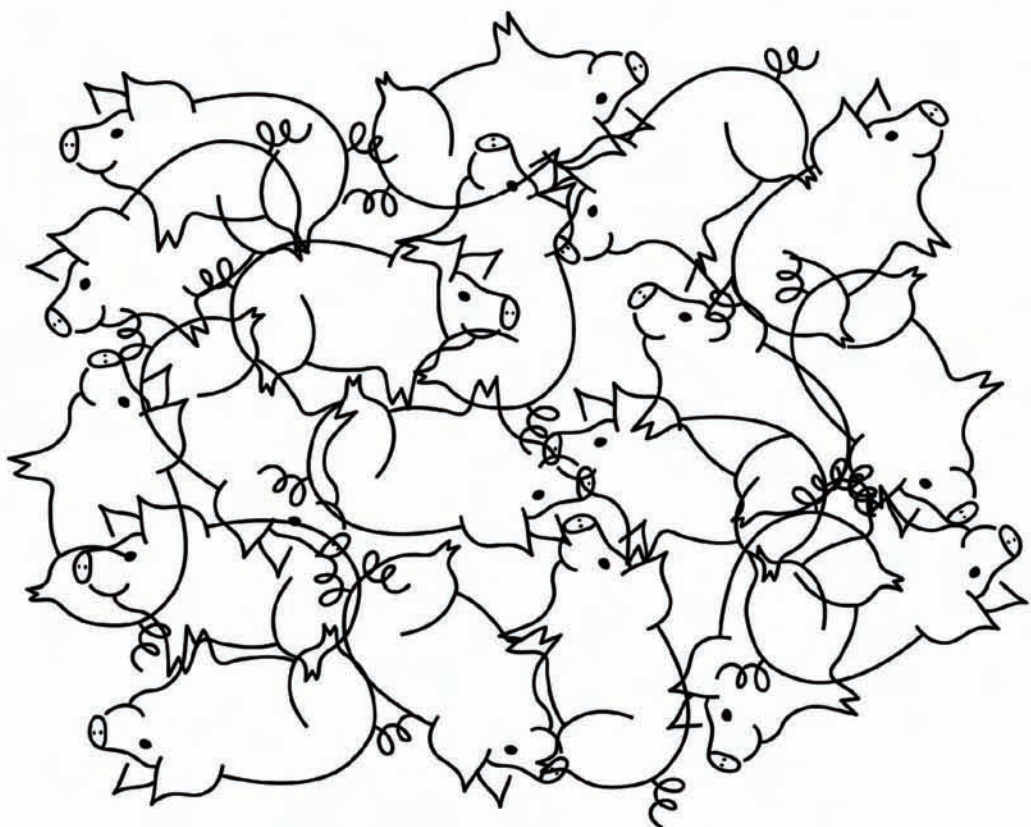
Komposztáláskor szerves növényi hulladékokból talajjavításra alkalmas anyagot nyerhetünk. A folyamat során természetes lebomlás történik, melynek során növényeink számára sok értékes tápanyag keletkezik. Érdekes komposztálnunk, hiszen így 30-50%-kal csökken háztartási hulladékunk mennyisége.

Rajzold a komposztálóba a bele való hulladékot!



A trágyázás ősidők óta a talajvédelem legfőbb módja. Szerves trágyázásnál állatok – elsősorban sertés és szarvasmarha – ürülékét használják, műtrágyázásnál pedig vegyi anyagokat juttatnak a talajba.

Hány malacot látsz a képen?



A víz a földi élet alapfeltétele. Földünk 2/3 részét víz borítja, melynek 97%-a tengervíz, vagyis sós, így ivásra és öntözésre nem alkalmas. A víz értékes ipari termék. Környezetkímélő megoldásokkal és víztakarékossággal óvhatjuk vízkészleteinket.

Karikázd be a környezettudatos szokásokat! Színezd ki, hogy melyik kislány a környezettudatosabb!



Zsófi



Az ajtóban mindig leveszem a cipőmet.

Esténként kádban szoktam fürdeni.



Esténként zuhanyozni szoktunk.



Fogmosáskor a fogmosópoharamba töltött vízzel öblögetek.



A kerti medencénk vizét víztisztítóval tartjuk tisztán.



A medencénk vizét az algásodás miatt sűrűn cseréljük.

A virágainkat a kerti esővízes hordóból locsoljuk.



Nem szoktuk levenni a cipőnket, így gyakran mossuk fel a padlót.



Fogmosáskor hagyom csurogni a vizet.

A kertben a locsolótömlővel öntözzük a virágainkat.

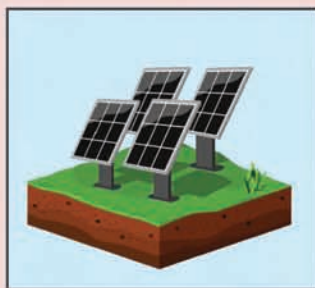
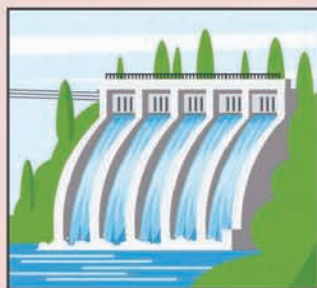
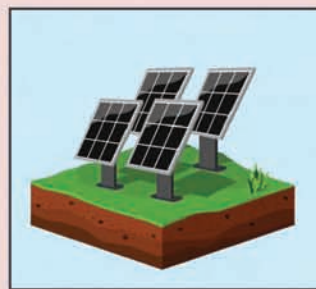
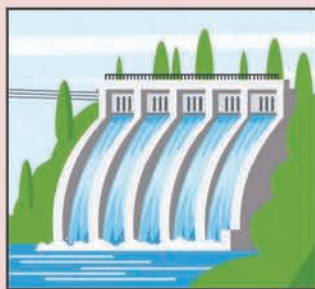
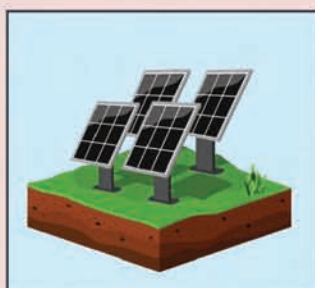


Panni

Megújuló energia-
forrásaink
kimeríthetetlenek
és nem szennyezik
környezetünket.
A három legfontosabb
megújuló energiaforrás
a víz, a nap és a szél.

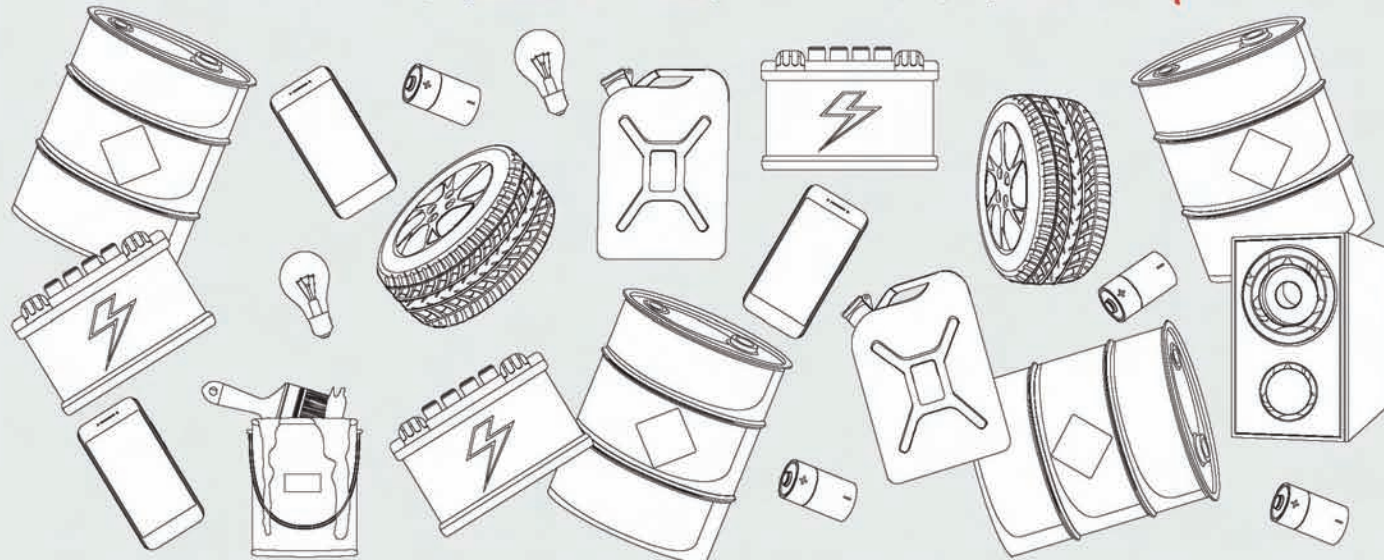
A képeken vízerőmű,
napkollektor és
szélturbina látható.
Melyik kerül az üres
négyzetbe?

Rajzold le és
színezd ki!



Vannak olyan hulladékok, melyek veszélyt jelentenek környezetünkre, a hulladékudvarokban viszont díjtalanul
átveszik őket, és gondoskodnak megfelelő felhasználásukról.

Melyik veszélyes hulladékból hány darabot látsz a képen? Színezd ki őket a megfelelő
színnel: **4 darab - kék**; **3 darab - zöld**; **2 darab - fekete**; **1 darab - piros**.



3K, azaz Környezetünk

EZ LEHETNE A KREATÍV ROVAT JÖVŐBENI JELMONDATA. KREATÍV KIHÍVÁSAINK KÖRNYEZETTUDATOS MEGVALÓSÍTÁSA MÁSRÓL SEM SZÓL, MINT ELEVE MEGLELVŐ VAGY A TERMÉSZETBEN TALÁLHATÓ ANYAGOK (ÚJRA)HASZNOSÍTÁSÁRÓL, NO MEG PERSZE CSODÁLATOSAN GAZDAG VILÁGUNK TISZTELETÉRŐL. PRÓBÁLTAM ENNEK A JEGYÉBEN ÖTLETEKET HOZNI, ÉS KÖZBEN A SZÍNES NYÁRI HANGULATRÓL SEM MEGFELEDKEZNI. PIHENTETŐ, FELHŐTLEN NYARAT KÍVÁNOK MINDENKINEK!

ÖTLETEK KISEBBEKNEK

SZÉLZSÁK

Vágjuk félbe a palackot (a vágásokat és a lyukasztásokat felnőtt végezze), majd vágjunk 25-30 cm hosszú darabokat a szalagokból. A palack alját lyukasztuk át két helyen a vágókés hegyével – ide lehet fűzni a damilt a felfüggesztéshez. A palack belsejét akril festékkel, a külsejét filccel díszíthetjük. Szúrunk lyukakat körbe a palack oldalán, s fűzzünk színes szalagokat a lyukakba. Ha szeretjük a lágy csengő hangokat a szélben, akár csengettyűt is akaszthatunk az egyik szalag végére.

- műanyag palack – bármely méret
- szalagok vagy színes textil csíkok
- lyukasztó, akril festék
- damil vagy spárga
- folyékony ragasztó, vágókés

Forrás: <https://www.bowdabra.com/blog/2021/03/26/how-kids-can-make-a-recycled-creative-windsock/>



SZENTJÁNOSBOGÁR



A vízes palackokat tetszés szerinti méretben válasszuk ki. Kerti partihoz a nagyobb, beltérre a kisebb palack tökéletes.

- vízes palackok
- selyempapír, olló
- világító fényrúd
- mozgó szemek
- habszivacs lap
- ragasztópisztoly
- barkácsragasztó, széles ecset
- zsenília drót

A készítés menete:

1. Vágunk 2,5 cm-es csíkokat a selyempapírból.
2. Ragasztózzuk be a palack közepét barkácsragasztóval.
3. A selyempapír csíkokat illesszük a ragasztós felületre.
4. Száradás után erősítsünk 3 zsenília szalagot a palackra, majd kössük át őket az alján, hogy lábakat formázzanak.
5. Vágunk 2 szárnyformát a habszivacs lapból. Ragasztópisztollyal rögzítsük őket a palack tetején.
6. Tegyük a világító fényrudat a palack belsejébe.
7. Ragasszuk fel a szentjánosbogár szemét a palack kupakjára, majd egy újabb zsenília szalaggal formázzuk meg a bogárka tapogatóit.
8. Kész a világító szentjánosbogár!

Forrás: <https://onelittleproject.com/pop-bottle-firefly/>



LEGYEZŐ

Öt fa pálcikát használunk egy legyező elkészítéséhez. A pálcikákat fessük színesre, majd a végüket szúrjuk át, és rögzítsük Milton kapoccsal. Fekteszük le nyitott állapotban a pálcikákat a papírlapra, majd rajzoljuk elő a legyezőt. Ügyeljünk arra, hogy ne kerüljön túl mélyre a papír, nehogy a legyező összehajtását akadályozza. Vágjuk és fessük ki a legyezőt, majd kiterített állapotban ragasszuk fel a fapálcikák végére. Akár két legyezőt is össze lehet kapcsolni, így még nagyobb lesz a hűsítő legyezőnk.

- fa pálcikák
- vízfesték v. tempera
- fűró / szűrő ár / kés hegye
- papírlap
- Milton kapocs

Forrás: <https://www.theidearoom.net/diy-fruit-fans-kids-craft>





LÓDI VIKTÓRIA

Kreatívan Kezelve

ÖTLETEK NAGYOBBAKNAK

BOJTOS FÜLBEVALÓ



A ruhánkhoz illő színű fülbevalóval feldobhatjuk a napunkat és a megjelenésünket, sőt barátainkat is meglephetjük vele. Egyszerű, mutatós, viszont függőséget okoz a „gyártása”.

- hímzőfonál
- fonott réz karika (ezüstözött)
- fülbevaló akasztó
- lágy réz drót (ezüstözött)
- olló, fogó



1. Fogjuk a mutató- és középső ujjunk közé a fonalat.
2. Tekerjük fel 15-ször a fonalat két ujjunkra (hosszabb fülbevalóhoz 3-4 ujjunkat fogjuk össze).
3. Toljuk le ujjunkról a fonalat úgy, hogy az első szál a helyén marad.
4. Kössünk erős csomót középre, majd a másik véget ollóval vágjuk át.
5. Vágjunk le egy fonáldarabot, majd összefogva a fonalak két ágát kössünk egy dupla csomót a bojtra.
6. Végezzünk „hajvágást” a fonalakon, hogy egyforma hosszúságúak legyenek a szálak.
7. Készítsünk egy másik bojtot, ugyanolyan hosszúságban és vastagságban.

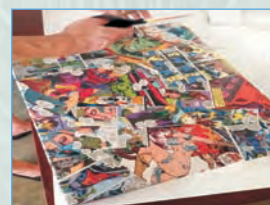
8. Ha drótot és karikát használunk, egyszerűen csavarjuk vele körbe a fonálbojtot, és erősítsük fel a karikát a bojtot összefogó fonálra.
9. A végén nincs más hátra, mint büszkén viselni az ékszert.

Forrás: <https://www.momsandcrafters.com/diy-tassel-earrings/>

KÉPREGÉNY FALIKÉP

A képregény ihlette falikép igazán trendi ki egészítője a szobának. Fiúknak vagy a képregény műfaj szerelmeseinek is ajándékozhatjuk a művet.

- vásznak (1 nagy és 3 kicsi, a méretek: 40-50 cm, 12,5-17,5 cm)
- polisztirol vagy fa dekorbetűk
- barkács ragasztó
- akrilfesték (fekete, sárga, piros, kék)
- képregénylapok
- olló, fekete szigetelő szalag



Fessük a betűket a kívánt színekre (pl. sárga, kék, piros). Miközben szárad a festék, próbálgassuk, milyen elrendezésben mutatnak legjobban a képregény oldalak. A képek átfedhetik egymást. Ragasszuk fel őket a vásznakra, majd simítsuk le az éleket. 15-20 percig hagyjuk száradni. Nagyon mutatós megoldás, ha a vásznak élét fekete szigetelő szalaggal leragasztjuk, majd feketével átfestjük a vászon oldalát. Ha megszáradt a festék, barkács ragasztóval ragasszuk a kis vásznakat a nagyra. Használjunk elég ragasztót, hogy jól megtapjanak a felületen. Kész is a menő mestermű!

Forrás: <https://modpodgerocksblog.com/comic-wall-art/>



TENGERI CSILLAGOK

A tengeri csillagos girland elhozza teraszunkra vagy otthonunkba a tenger közelségét és hangulatát. Hasonló trendi díszeket borsos áron vehetünk, míg ez a girland fillérekért előállítható.

- 2 csésze finomliszt
- 1 csésze só
- ¾-1 csésze víz
- fogpiszkáló
- juta fonal vagy erős zsinór

A kész tésztát enyhén lisztes felületen nyújtjuk ki. Vágunk ki köröket, majd fogpiszkálóval jelöljük be a csillag körvonalait. Készítsünk csillagokat, majd díszítsük őket a fogpiszkáló segítségével. Kézzel tovább formázhatjuk. Vágunk lyukat az egyik tapogatóra. A tengeri csillagokat hagyjuk egy napon át száradni, vagy tegyük be 200 fokra a sütőbe, míg meg nem szilárdulnak (figyeljük, hogy sülnék - akár több órán át készül). Ha kihűltek, fessük át akril tömítővel (elhagyható). Kössünk egy kis hurkot minden egyes csillagra, hogy ne forduljanak el fel-függesztéskor. Erősítsük a tengeri csillagokat egy erős zsinórra, hogy együtt egy csodás tengerparti girlandot alkossanak.

Forrás: <https://blog.chickabug.com/starfish-salt-dough-garland>



Kívánok szívemengető alkotó perceket!

LÓDI VIKTÓRIA

Örömhír

Nagy örömünkre, legkisebb fiaméknak 2021. január 25-én megszületett a harmadik gyermekük, **Szabó Dóra Alíz**. Két nagyobb testvére, Rebeka és Bence, valamint szülei, Szabó László és Szabó Nikoletta is már nagyon várták. Everling Judit, nagymama



A Csepeli Csoport örömmel mutatja be két legifjabb tagját, **Tóth-Kiss Vilmos és Tóth-Kiss Lukácsot**, akik 2021. április 30-án negyedik és ötödik gyermekként érkeztek a családba szülei és testvéreik nagy öröme. Jó egészséget és sok boldogságot kívánunk az egész családnak!



Bondár Panna Iringó 2021. március 6-án érkezett családja negyedik gyermekeként. Isten éltesse az egész családot!



Örömmel adjuk hírül, hogy 2020. július 1-jén megszületett harmadik gyermekünk, **András Fülöp** (3460 g, 54 cm). Testvérei, Julcsi és Matyi már nagyon várták a kisöcsit. Kaánné Finy Heidi és Kaán Gergely



Új taggal bővült a szentesi Együtt Nagycsaládosok Egyesülete. Kecse-Nagy Zoltán és Szabó Susza első gyermekeként érkezett **Kecse-Nagy Nóra** 2021. március 8-án. Isten éltesse a családot!



A nevem **Szabó Richárd Ádám** és 2020. augusztus 21-én születtem. Szüleim, Szabóné Mogyorósi Tímea és Szabó Richárd, valamint két testvérem már nagyon vártak.



Nagy boldogsággal tudatjuk, hogy megszületett elnök asszonyunk, **Kissné Böröcz Nikoletta és férje, Kiss Gábor** hatodik gyermeke. **Kiss Borbála** (3280 g, 50 cm) 2021. május 11-én, 9 óra 40 perckor egészségesen jött világra. A NAKE elnöksége



Nagy örömmel adjuk hírül, hogy 2020. december 1-jén a Seres családba ismét ikerbabák érkeztek. **Seres Ervinnel és Seres Erikkal** hét tagúra bővült a család. Isten éltesse őket!

A mi gyönyörű kisfiunk, **Bodnár Zétény** (3400 g, 55 cm) 2021. március 16-án született Miskolcon. Nővére és három bátyja nagyon várta már.

