

FÓKUSZBAN A NOE

NOE

LEVÉLEK

2023/4.



A CSALÁD MINDEN TAGJA SZÁMÁRA
359-360. SZÁM

BEKÖSZÖNŐ	3
JÖVŐKÉP	4-5
Tükörben a jövőképünk	4
Boldogító igen az Őszi Találkozón	5
VEZETŐ TESTÜLETEINK MUNKÁJÁBÓL	6-7
Vezető testületeink munkájából	6-7
KIEMELT HÍR	8-11
Felejtethetetlen családi hétvégék Zánkán	8-9
Ismét önfeledten nyaralhattak a családok	10-11
HELYI EGYESÜLETEINK ÉLETÉBŐL	12-17
A NOE MŰKÖDÉSE	18-29
NOE gyorstalpaló	18-19
Bemutatjuk a régiókat	20-22
A NOE határainkon átívelő munkássága	23
NOE-FON	24-25
Bemutatkozik a NOE ifi tagozata	26
Az önkéntesség erősebbé teszi a közösséget	27
Tagnyilvántartó Q&A	28
Támogatóink	29
BESZÉLGETÉS	30-31
A keresztény értékrend nem csak követendő példa, hanem a mindennapokban megvalósítandó feladat is	30-31
SZÉPIRODALOM	32-33
Vers	32
Könyvajánló	33
CSALÁDI ÉLET	34-42
Nagycsaládban élni jó!	34-35
Kamaszok a nagycsaládban, avagy nagycsaládosok kamaszokkal	36-37
A közösséghez tartozás fontossága	38-39
Egyszer volt, hol nem volt, volt egyszer egy... esti rituálé	40-42
ÉLETMÓD	43-47
A NŐRI bemutatja...	43
Paraszi önszerveződési formák a 19-20. században	44-45
Komatólat hoztam...	46-47
PARFINÉRIA	48-50
Egytálételek rendezvényekre	48-49
Édes különlegességek	50
KEDVEZMÉNYEK	51
1000 kedvezmény a NOE tagoknak	51
GYERMEKKUCKÓ	52-54
Baktai Varga Csilla: Csillaggyerekek	52-53
Rejtvény	54-57
Rendhagyó kézműves ötletek rendezvényekre	58-59
ÖRÖMHÍR	60



Készült a Kulturális és Innovációs Minisztérium és a Családbarát Magyarország támogatásával.

Felelős kiadó: Kardosné Gyurkó Katalin, a NOE elnöke
Főszerkesztő: Forgács Laura
Felelős szerkesztő: Nemes Attila
Szerkesztő: Széles-Csányi Réka
Tipográfia: Székelyhidi Zsolt
Grafika: Szalay Éva, Reményhal Kft.
1056 Budapest, Március 15. tér 8.
Tel./fax: 235-0945, 317-4909, 317-4563,
NOE-FON 70/771-6565
NKÖM nyilvt. szám: 2.2/6811/2000
ISSN 1788-9103
Honlap: www.noe.hu
E-mail: noe@noe.hu
Félfogadás: szerda 10-16, péntek: 10-13.30
Ebédszünet: 12.30-13.00

A NOE számlaszáma:
11705008-20109369 (OTP Bp., V. kerületi fiók)
NOE tagdíj alszámla száma: 11705008-20474210
NOE adószáma: 19024471-1-41
A Családjainkért Alapítvány számlaszáma:
11705008-20427799 (OTP Bp., V. kerületi fiók)

A Nagycsaládosok Országos Egyesülete, a Családjainkért Alapítvány és az Otthon Segítünk Alapítvány közhasznú.

A Családjainkért Alapítvány számlaszáma:
OTP Bp., V. kerületi fiók 11705008-20427799

Az Otthon Segítünk Alapítvány adószáma: 18468414-1-42
számlaszáma: MKB Bank 10300002-20131045-00003285

Nyomta: Korrekt Nyomdaipari Kft.

RÉGIÓKÖZPONTOK ELÉRHETŐSÉGEI

Al-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 REDEK 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 359-360. sz. NOE Levelek címlapján
Vadócz Dávid fényképe

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 361–362. számának lapzártája:
2023. augusztus 31.

Kedves Olvasó!

A NOE Leveleknek ez a száma az Egyesületet és annak életéből néhány dolgot mutat be, részben kedvcsinálónak is.

A Nagycsaládosok Országos Egyesülete 1987-ben alakult meg. Alapításakor a következő célokat rögzítették: az élet és az anyaság tiszteletére nevelés, a házasságért és a jövő generációért érzett felelősség erősítése, a nagycsaládok sajátos érdekeinek képviselete és szolgálata, a nagycsaládok egymást ismerő és segítő közösségekké szervezése. Azóta nagyot változott körülöttünk a világ, de egyesületünk céljai változatlanok maradtak. Érdemes megemlíteni, hogy a jövő generációért érzett felelősség abban is megmutatkozik, hogy a NOE mindig igyekezett a fiatal családok érdekeit is képviselni.

A rendszerváltozás óta a társadalom erősen individualizálódott, az összetartozás érzése érezhetően gyengült, annak megnyilvánulásai ritkábbak. Ilyen körülmények között különösen fontos a közösségépítés. Sok esetben tapasztalhattuk, hogy ha egy tagcsaládunkból valaki a saját családjától távol nehéz helyzetbe kerül, akkor a tartózkodási helyén vagy ahhoz közel élő NOE tagok igyekeznek segíteni neki. Ennek egy kirívó példája volt, amikor 2002-ben a pécsi családkongresszuson egy fiatal sportolás közben olyan súlyosan megsérült, hogy hosszú hónapokig kellett Pécsen kórházban kezelni, hazaszállítani nem lehetett, a családja az ország másik végében élt, pécsi nagycsaládosok viszont példamutatóan, nap mint nap törődtek vele. Örömmel látom, hogy ebben a számban több cikk ír a kölcsönös segítségnyújtásról, annak igazi szellemében: nem az a fontos, hogy akitől valami jót kapunk, azt öneki viszonzozzuk, sokkal inkább az, hogy merjünk segítséget elfogadni, és mi is segítsünk annak, akinek tudunk.

A NOE tagjai azok lehetnek, akik háztartásukban legalább három gyermeket nevelnek vagy neveltek fel, az egyesület céljaival és feladataival egyetértenek, és lehetőségeik szerint részt vesznek azok megvalósításában. Az egyesület tagsága vallási felfogás, pártszimpátia, képzettség, érdeklődés, társadalmi helyzet szempontjából különböző emberekből/családokból áll, egyedül a család szeretete, a nagycsaládos élet köt össze bennünket – ez az eltelt 35 év alatt igen nagy összetartó erőnek bizonyult. Andorka Rudolf, a múlt század neves szociológus professzora szerint a NOE hungaricum, mert ilyen szociológiailag összetett társaság nincs, vagy nemigen van.

Nagycsaládban élni jó, és jó a nagycsaládosok valós közösségéhez tartozni!



MÁRKI LÁSZLÓ
A NOE EGY KORÁBBI ELNÖKE



KADOSNÉ GYURKÓ KATALIN

Tükörben a jövőképünk

A harmincadik születésnapunkra kiadott könyvünkben azzal a merész kijelentéssel kezdtem az egyesület jövőképéről beszélni, hogy „...a NOE által képviselt értékek és példák felértékelődése, azaz a NOE fontosságának további növekedése várható”. Ideje megnézzük hogyan is állunk ennek a jövőképnek a megvalósításával.



Azt feltételeztük, hogy a demográfiai kérdések társadalmi és politikai fontossága növekedni fog, s ezért erősítenünk kell jelenlétünket, növelnünk láthatóságunkat, mert várható, hogy a korábbinál is több nagycsaládot meg kell tudnunk szólítani, hogy minél többen merjék vállalni a harmadik, negyedik és sokadik gyermeket is. Ehhez kapcsolódóan a taglétszám növekedését is célul tűztük ki, mindig szem előtt tartva, hogy az „nem egyszerűen mennyiségi kérdés”. Immár 16 ezer tagcsaláddal elmondhatjuk, hogy várakozásaink teljesültek, s nőtt társadalmi megbecsülésünk, ahogy jelenlétünk is, a taglétszámról már nem is beszélve. Ez utóbbi kapcsán persze tudjuk, hogy vannak, akik csak rövid időre, valamilyen számukra fontos cél, vagy kedvezmény elérése miatt csatlakoznak, de ne felejtsük el, hogy a lemorzsolódókkal együtt gyarapodtunk.

Terveztük azt is, hogy növeljük azon alkalmak és rendezvények számát, amely egyrészt erősíti kapcsolatainkat, személyes találkozási lehetőséget biztosítanak, másrészt azokon keresztül azoknak is kézzelfogható mintát adhatunk, akik nem tagjaink, vagy még döntés előtt állnak. Elég, ha a Babaváróra gondolunk, de azt hiszem, A szeretet ízei-programot is ide sorolhatjuk. Egyre több alkalommal vagyunk jelen más rendezvényein, fesztiválokon, kiállításokon, így egyre szélesebb körben tudunk bemutatkozni, s felmutatni értékeinket. Az online és a közösségi médiában is létrehoztunk új platformokat, s ezek mindegyike jól funkcionál,

nagyon sokan követik és vesznek részt benne. Mindezt arra a tényre alapoztuk, hogy „a mi erőnk a tartalom”. S ez a mai napig így van, olyan témákat vállalunk fel, s mutatunk akár megújult honlapunkon, akár más felületeinken, amelyek ténylegesen sok ember érdeklődésére tartanak számot.

Szélesítettük kapcsolatainkat a társszervezetekkel is, a Családszervezetek Konferenciája egy olyan eseménnyé vált, amelyen a legtöbb családszervezet részt vesz, s valóban egymás életének részeivé válhattunk. Egyfajta ernyőszervezetként kezdtünk el e tekintetben működni, amely az egyes társadalmi ügyek kapcsán a közös fellépés alapját is képezte. S már el is jutottunk az érdekvédelem kérdéséhez,

amelyben azt a célt tűztük ki, hogy ne csupán az egyes családbarát elemek megőrzéséért, de újabbak létrejöttéért is küzdjünk. Még sokan emlékezhetnek az egyik ilyen sikerünkre, a nagycsaládos gépkocsivásárlási programra, amellyel a NOE egy régi álma vált valóra. És bizony a pandémia és a háború miatt a rezsvédelem területén is alakítani tudtuk a döntéseket, s így sok család számára értünk el kedvezőbb feltételeket. És sikerült azt is tettekkel megmutatnunk, hogy mi nagycsaládosok nem csupán kérni, de adni és segíteni is tudunk másoknak.

Komoly célunk volt a forrásbővítés is, amelynek részeként, köszönhetően a jelentősen megnövekedett létszámnak, a tagdíjbevételeink is megnövekedtek. Emellett egyre nagyobb számban tudtunk bevonni piaci szereplőket, így az adományok és a szponzoráció területén is előre tudtunk lépni. Elég, ha az Auchan, a CBA, vagy a Henkel támogatásaira gondoltok. Az állami forrásokat is sikerült magasabb szintre emelnünk, s proaktívan fellépve, új utakat feltérképezve és bejárva, a forrásbővítés egyre nagyobb szabadságot adott a helyi- regionális programok támogatására is.

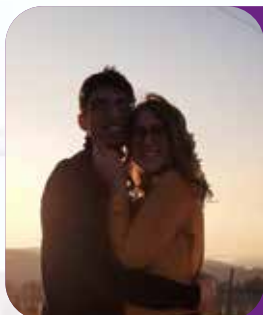
Úgy gondolom, hogy mindezekért elsősorban titeket illet az elismerés: az önkénteseket, a vezetőket, az ifiket, a választmány és az elnökség tagjait. Jó érzés látni, hogy amit a nagycsaládosok elhatároznak, azt meg is valósítják.

KADOSNÉ GYURKÓ KATALIN



Boldogító igen az Őszi Találkozón

Bemutatjuk Annát és Benedeket



A Nagycsaládosok Országos Egyesülete immár negyedik alkalommal hirdetett pályázatot „Nagycsaládos esküvő” címmel az Alapszabályban foglalt feladata – az élet és az anyaság tiszteletére nevelés, a házasságért és a jövő generációjáért érzett felelősség erősítése – megvalósítása céljából. A kiválasztás megtörtént, így 2023. szeptember 16-án, a kalocsai Őszi Találkozón örök hűséget fogad egymásnak Mezey Anna és Pótz-Nagy Benedek. Ebben a cikkben szeretnénk megismertetni veletek ezt a csodálatos jegyespárt, akik boldogan és odaadással készülnek életük nagy napjára.

Benedek

Melyik a legkedvesebb közös élményed Annával?

Nagyon sok közös élményünk van, ezért nehéz egyet kiválasztani. Számomra az egyik legkedvesebb emlék az az érettségi után volt, amikor kettesben körbeutaztuk Németországot. Nagyon sokat megtudtunk akkor egymásról, rengeteg élményt szereztünk és még ma is felelősegetünk jó néhány akkori pillanatot, általában a tájékozódással kapcsolatban. Dehát ki nem tévedhet el esőben macskakövön rollerrel?

Mikor döntötted el, hogy megkéred Anna kezét?

Egyetlen konkrét dátumot nem tudok mondani, mert már régóta érett bennem a lánykérés gondolata, de igazából az előző nyáron döntöttem el, hogy az azt követő egy évben megkérem a kezét.

Mit gondolsz, mi teszi majd Annát igazán jó feleséggé?

Nagyon figyelmes és megértő, így igazából bármit könnyen meg tudunk beszélni és el tudunk dönteni. Természetesen, az, hogy szeret, elképesztően fontos, enélkül elég nehezen menne. És még a kedvességét emelném ki, ahogy nemcsak hozzám, hanem másokhoz is hozzááll.

Anna

Melyik a legkedvesebb közös élményed Benedekkel?

Sok kedves emlékünk van, nehéz választanom. De talán a legkedvesebb az első közös korcsolyázásunk. Benedek minden indokot kitalált, hogy megfoghassa a kezemet.

Mikor tudatosult benned, hogy szeretnél Benedek felesége lenni?

2019 májusának végén egy szervezett zárandoklattal Csíksomlyóra mentünk a pápalátogatásra. Ott lettem Benedekben biztos. Természetesen, kellettek az évek, hogy kiforrjon bennem az érzés, és felelős döntést tudjak hozni.

Mit gondolsz, mi teszi majd Benedeket igazán jó férjjé?

Az, hogy engem szeret. Illetve egymásért, a kapcsolatunkért rengeteg mindent akarunk és képesek is vagyunk megtenni. De ami még igazán jó és figyelemre méltó benne, az a kitartása.

SZÉLES-CSÁNYI RÉKA



Vezető testületeink munkájából

Az elnökség a májusi ülésén

- 26 egyéni és 48 taggyesületi tagcsalád felvételéről döntött
- elfogadta a NOE 2022. évi egyszerűsített éves beszámolóját, amit a közgyűlés elé terjeszt és elfogadásra javasolta a NOE 2022. évi közhasznúsági mellékletével
- egyhangúlag megszavazta Szaller Emőke Mária alkalmazását 2023. május 15-től pénzügyi csoportvezető pozícióra, 40 órás heti munkarendbe, 3 hónap próbaidővel
- döntött arról, hogy a NOE 2023. évi esküvő pályázatának nyertese: Mezey Anna és Pótz-Nagy Benedek
- megszavazta, hogy az Egyszülős Központ által kiírt Páratlan szülő díj – Nagycsaládos kategória különdíjában részesíti Fazekas Katalint. A laudáció, amely alapján az elnökség Fazekas Katalint választotta:



Anyukám, Kata 5 gyerekes egyedülálló anyuka. 16 éves volt, mikor elvesztette édesapját, édesanyjával pedig sajnos mindig is gondterhelt volt a kapcsolata, így nem rendelkezett ideális szülői háttérrel. Én, a leg-

idősebb lánya, 18 évesen, 2022 novemberében kórházba kerültem, ahol 16 napig voltam lélegeztetőgépen, kómában. Anyukám minden egyes nap ott állt az ágyam mellett, és hitt benne, hogy fel fogok ébredni, mikor abban még az orvosok is bizonytalanok voltak. Amikor felébredtem, nem tudtam, hogy hol vagyok, hogy miért nincs hangom, mit keres egy cső a nyakamban, miért nem tudok mozogni, az álmaimat pedig sokáig még valóságnak hittem. De azt tudtam, hogy anyukám újra és újra meglátogat majd, ő biztos pontot jelentett számomra. Segített újra járni tanulni, finom ételeket főzött-sütött nekem, hogy legyen mit ennem a nem túl változatos kórházi koszt mellett is. Ápolta a felfekvéseimet, tornáztatta a lebénult lábfejemet. A 3 hónap alatt, amit kórházban töltöttem, egy napot sem mulasztott el, hogy meglátogasson. Pedig igen megterhelő volt minden nap több órát rászánnia a látogatásomra, úgy, hogy mellette dolgoznia is kellett, a kistestvéreimet iskolába vinni, majd onnan hazahozni, illetve a mindennapi teendőket végezni, hiszen nem állt meg az élet. Karácsonykor egy kicsi karácsonyfát és égősort hozott be nekem a kórházba, szilveszterkor kölyökpezsgőt. A 12 éves öcsémet pedig mindeközben a gimnáziumi felvételre készítette fel. Anyukám igen sokoldalú, egy uszodatechnikai cégnél dolgozik szerteágazó munkakörben, pénzügyekkel, adminisztrációval, értékesítéssel foglalkozik, munkája mellett elvégezte a coach képzést, most a hospice önkéntes képzésre megy, később gyász kíséréssel szeretne foglalkozni. A Budapest Jazz Club résztulajdonosa. Főz, mos, takarít, a gyerekeket segíti a tanulásban, amennyiben szükséges, magántanárt biztosít a számunkra, finanszírozza a különórákat, ösztönöz minket a hangszer tanulásra, sportolásra. Esténként mesét olvas a kicsiknek.

Támogatja azt a célmot, hogy orvosnak tanuljak. Minden megpróbáltatás ellenére én és a testvéreim, hála anyukánknak, egy szerető család részesei lehetünk.

Május 6. – A születés

hete nyitányaként ismét megtartottuk Fehérvárcsurgón, a Károlyi kastélyban a NOE legszeretettebb, hagyományos rendezvényét, a Babaköszöntőt. 2022-ben a NOE tagcsaládjaiban 415 gyermek született. Az őket köszöntő rendezvényünkön közel 100 babát ünnepelhetünk.



Május 9. – Kardosné Gyurkó Katalin, a NOE elnöke és dr. Kutassy Jenő elnökhelyettes megbeszélést folytatott az Igazságügyi Minisztériumban, ahol a NOE javaslatait tárgyalták meg. A javaslatok a családok visszajelzései alapján az egyes szabályozások módosítására vonatkoztak:

- legfontosabb azon tartalmak szűrése, amelyek károsak a gyermekekre
- fontos továbbá, hogy mi magunk is minél tudatosabb fogyasztókká váljunk, és a családok tudják, hogy hova fordulhatnak, ha gondjuk adódik
- a cél, hogy minél kevésbé váljanak a családok kiszolgáltatottá



Május 10. – Megalakult a NOE Tiszaroffi csoportja. Szeretettel köszönjük az új csoportunkat.

Május 20. – Az Egyszülős Központ által negyedik alkalommal kiírt Páratlan Szülő Díj átadó ünnepsége. A különdíjat Kardosné Gyurkó Katalin adta át a díjazottnak, Fazekas Katalinnak.



EGYED ÉVA

Május 26. – Gyereknapi megjelent a leújabb mesekönyvünk, a Nagycsaládosok meséi 2., melyet Kardosné Gyurkó Katalin a NOE elnöke mutatott be a kiskunhalasi városi gyereknapon.

Június 3. – Kardosné Gyurkó Katalin a hajdúnánási polgármester meghívására faültetésen vett részt az Újszülöttek Kertjében.

Június 9-10. – Egyesületünk elnöke, Kardosné Gyurkó Katalin látogatást tett a Tulipán Tanoda Magyar Népművészeti Iskolában, ahol a magyar nyelv, a magyar kultúra, a közösségi élmény megélése, továbbörökítése, a gyermekek iránti odafigyelés a legfontosabb küldetése a szülőknek, pedagógusoknak egyaránt. Másnap tartotta a Kárpátaljai Magyar Nagycsaládosok Egyesülete a gyermeknapját.

Június 10. – Hollókőn az Észak-Magyarország Régió Családi napján egy jó hangulatú tartalmas napot tölthettek el a résztvevő családok. Helyi népdalok színesítették a polgármester által tartott rövid település bemutatót. Az eseményen dr. Kutassy Jenő, elnökhelyettes és Rendek Ildikó, régióvezető vett részt.

Június 13. – A „Visz a vérem” véradó kampányhoz csatlakozott egyesületünk elnöke, Kardosné Gyurkó Katalin, aki vállalta, hogy hírét viszi: vért adni jó, életmentő és pótolhatatlan.

Június 14. – Kardosné Gyurkó Katalin vendégségben a Köztársasági elnök asszonyánál.

Június 16-18. – Európa szinte minden pontjáról képviseltették magukat a családszervezetek a Lengyel Nagycsaládos Egyesület családkongresszusán, ahol egyben az az ELFAC közgyűlését is megtartották, valamint bemutakoztak a lengyel családbarát önkormányzatok. Résztvevők: Kardosné Gyurkó Katalin, a NOE elnöke, Joó Kinga, elnöki tanácsadó, Márki László, a NOE alapítótagja

Június 16. – A NOE startégiai partnerként vett részt Nyíregyházán a „Helyben-Rendben” című rendezvényen,



melynek elsődleges célja az volt, hogy bemutassa azokat a humán fejlesztési tevékenységeket, jó gyakorlatokat, amelyek jelentősen hozzájárulhatnak a térség, a fiatal munkaerő helyben tartásához és a jövő nemzedékének gazdaságfejlesztéséhez, helyben boldogulásához. A rendezvényen a Felső-Tisza Régióból a Cserehádi Nagycsaládosok Egyesülete, a Mosolyvirág Nagycsaládosok Debreceni Egyesülete, és a nagykállói NOE Családi Kör Egyesület képviseltette magát. Az eseményen részt vett Deliné Szolancs Zsuzsanna, régióvezető

Június 18. – A Nagycsaládosok Komlói Egyesületének meghívására az egyesület Családi Napján, csodálatos környezetben találkoztak az Al-Duna régió vezetői a Sikondai Pihenőparkban. Miközben zajlott a vezetőségi ülés, a családtagjaik változatos programokon vehettek részt a családi nap keretében. A találkozón részt vett Kisné Szirtes Andrea, elnökségi tag és Vargáné Kunczt Orsolya, régióvezető.

Június 21. – Beszélgetések a Sándor Palotában

Beszélgetések a Sándor-palotában (SP Talks) rendezvény-sorozat keretében Novák Katalin, köztársasági elnök Lubics Szilvia, ultramaratonistával beszélgetett családról, kihívásokról, és a futásról, ahol Kardosné Gyurkó Katalin, a NOE elnöke képviselte Egyesületünket.

Június 28. – Idén több mint 200 nagycsaládunknak van lehetősége nyaralni a Pro Filii Alapítvány támogatásának köszönhetően. Kardosné Gyurkó Katalin, a NOE elnöke, Tóth Krisztina, a Pro Filii Alapítvány bírálóbizottságának elnöke, Nagy Anna, az Egyszülős Központ alapítója és vezetője, valamint Mészáros Lőrinc, a Mészáros Csoport ügyvezetője találkozott a nyaraláson részt vevő családokkal.



Június 30. – Kardosné Gyurkó Katalin, a NOE elnöke látogatást tett Szentesen a Geofish Kft.-nél. A nagycsaládosok számára fontos a minőségi iskolai étkeztetés. Az afrikai harcsa hazai tenyésztése munkahelyeket teremt és biztosítja a kiváló ételminőséget gyermekeink számára.

Felejthetetlen családi hétvégék Zánkán

Zánka idén is a megújult, a mai kornak megfelelő külsővel fogadta tagcsaládjainkat. A Nagycsaládosok Országos Egyesülete közreműködésével egész családok (szülőkkel, gyermekekkel nagyszülőkkel és akár dédszülőkkel együtt) kaptak lehetőséget a kikapcsolódásra péntektől vasárnapig a zánkai üdülőfaluban, nyolc hétvégén keresztül. E hétvégéken könnyűzenei előadások, népzenei formációk, látványszínház, kézműves foglalkozások, fotófalak, táblás játékok, vetélkedők, csocsóasztal, asztalitenisz és több egyéb program segíti a kikapcsolódást, így is erősítve a generációk közötti szoros kötődést. Bár a családi hétvégék egészen szeptemberig tartanak, az első beszámoló és fényképek már megérkeztek hozzánk, az alábbiakban ezekből szemezgettünk. Reméljük, egyesületünk a továbbiakban is kap majd lehetőséget Erzsébet Táborozásra, és így minél több tagcsaládunk lehet részese az önfeledt kikapcsolódásnak.

A Kiss család élménybeszámolója

Június 30. és július 2. között egy családi hétvégét tölthettünk el Zánkán az Erzsébet Táborban. A keszthelyi egyesületből már több család és gyerek is táborozott itt az elmúlt években, akik egytől egyig csak pozitívan meséltek a helyről, így hatgyermekes család lévén mi is megpályáztuk és nagy örömminkre meg is nyertük a lehetőséget.



Ugyan Balaton-partiak vagyunk, mégis teljesen új élmény volt egy másik szemszögből szemlélni a tájat, már maga ez felüdülés volt. Szerencsére nekünk nem kellett átszelni az országot, így egy péntek délutáni indulással hamar a helyszínre értünk. A hosszú regisztrációs sort látva kicsit elállt a szavunk, azonban gyermekeink meglepő türelemmel várták ki, hogy sorra kerüljük, s így lega-

lább nekünk is volt időnk átböngészni a programokat. Ezután megkerestük a szobánkat, berendezkedtünk, a gyerekek kisorsolták az ágyak emeleti részét maguk között, fújtunk egyet és már mehettünk is vacsorázni, ugyanis „narancssárga karszalagosként”, minden program, így az étkezések is korábban kezdődtek számunkra. Az ízletes pörkölt vacsorát követően kicsit pihegve játszottunk pár csocsó-, ping-pong- és léghoki meccset, majd izgatottan vártuk, hogy elkezdődjön a péntek esti Animal Cannibals koncert. Habár a fél órás koncertet valójában inkább mi szülők élveztük, nosztalgiaiával



gondolva a korábbi éveinkre, gyermekeink is bekapcsolódtak a tapsba és a táncba, sőt a hétvége folyamán egy-egy dalukat dúdolva sétálgattak a tábor hatalmas területén.

A szombati napunk egy korai reggelivel indult, ahol bőszeges tízórait és uzsonnát is kaptunk a napra, gyümölccsel, péksüteményekkel, frissítőkkel. Sajnos a kötélpályára nem tudtunk már beregisztrálni pénteken, így helyette felfedeztük a központban lévő programokat. Én a kicsikkel légvárazni mentem, és az arcfestésre is beneveztünk, valamint a két éves kislányommal kipróbálta a babajátzóteret is. Eközben Apa a három nagyobb fiúval a különleges bicikliket próbálgatták több-kevesebb sikerrel, de nagyon kitartóan. Nagyon élvezték!





Ebéd előtt még belefért az időnkbe, hogy megtekintsük a hadiparkot, mely szintén nagyon izgalmasnak és érdekesnek bizonyult. A kiadós és finom ebéd után, beváltottuk fagyikuponjainkat, majd a szobánkban ejtőztünk egy keveset. Ezután a nagyobbak ismét kerekettek egy kicsit, míg a kisebbek a trambulinokat próbálták ki. Egy kis közös társasozás és játéktérmi meccsezés után, már el is érkezett a vacsora ideje, mely nagy meglepetésünkre szintén meleg étel, spagetti volt.

Az est fénypontja a cirkuszi előadás volt, amelyhez peracet is kaptunk. Hatalmas élmény volt látni az artistákat, tornászokat, idomított papagájokat és minden egyes szereplőt, köztük egy személyes ismerősünket is. Velük izgultunk és tapsolva ujjongtunk a sikeres produkciókat látva. Nagyon hamar eltelt ez az egy óra, azonban este még sokat beszélgettünk a gyerekekkel az előadásról és a cirkuszi életről.



A vasárnap reggel a pakolással telt. Egy családi program miatt 10 órakor valóban el kellett indulnunk, így a katolikus szentmisén sajnos nem tudtunk részt venni (bár hallottuk, hogy nagyon hangulatos és gyermekbarát volt). A reggelinél kapott hideg úticsomagból és a tábor napjai során félretett ételekből még itthon is tudtunk gazdálkodni, másnapra sem kellett azon gondolkodni, hogy mi legyen a reggeli vagy a desszert, ugyanis a sok megmaradt kifliből mákosguba készült.

Összeségében egy nagyon tartalmas, élményekben gazdag és aktív hétvégén vagyunk túl. Hála és köszönet érte a NOE-nak és az Erzsébet Tábor minden dolgozójának, hiszen ember feletti munkát végeznek.

A NAGYCSALÁDOSOK KESZTHELYI
EGYESÜLETÉBŐL: KISS CSALÁD 8 FŐVEL
(ez fontos megkülönböztetés volt számunkra, ugyanis a
táborban volt még egy Kiss család 4 fővel)



Ismét önfeledten nyaralhattak a családok

A Mészáros Csoport karitatív tevékenységét koordináló Pro Filii Alapítvány idén is folytatta a nehéz helyzetben lévő nagycsaládok térítésmentes nyaraltatását. A sokszoros túljelentkezés bizonyítja, hogy ezúttal is hatalmas volt az érdeklődés a pihenés lehetőségére. Az utazó családokat idén is több szempont figyelembevételével választottuk ki, de most is nehézséget okozott a döntés, hiszen legszívesebben mindenki számára biztosítottuk volna a nyaralás lehetőségét.

Régióvezetőink napi szinten egyeztettek, telefonáltak, adatokat kértek be és táblázatokat töltöttek ki, kapcsolatot tartva a családokkal, illetve a nyaralások helyszínéül szolgáló hotelekkel. Összesen közel 200 családból több, mint 1.000 főnek sikerült örömmel és élményekkel teli napokat szerezni. Bár sok munka és szervezés van mögöttünk, mégis rengeteg felemelő pillanatban lehetett részünk, és a nyaralásból hazatért tagcsaládjainktól kapott hálás leveleket olvasva ismét nyugtázhattuk, hogy rendkívül szép célért dolgoztunk.



A Nagy család élménybeszámolója

Két héttel az indulás előtt már az útitervet készítettük, a gyerekek pedig számolták a napokat. Az indulásunk előtti este, már az utolsó simításokat végeztük, amikor a bőröndünk két fele úgy döntött, külön szeretnék folytatni a pályafutásukat. Sebaj, kicsit viharvert, óriás bőrönd elő, és bár a holmijaink nem töltötték meg teljesen, de az első akadályt sikeresen megugrottuk.

Másnap reggel Székesfehérvár felé indultunk, kicsit sokat kellett várni az átszállásnál, de simán eljutottunk Zalakomárig, ahol egy nagyon kedves zalakárosi lakos felajánlotta, hogy átvisz minket autóval a Hotel Freyaba, mert higgyük el, jobb, ha nem várakozunk ott buszra. Mindent egybe véve nagyon szerencsésen megérkeztünk nyaralásunk helyszínére.

A Hotel Freyában mindenkit mosolyogva fogadnak, minden szükséges információval elláttak bennünket és a fürdőbelépőinket is megkaptuk a szobakulcs mellé. Elfoglaltuk a



szobát, kiosztottuk az ágyakat, kicsit felfrissítettük magunkat és közös megegyezés alapján, ahogy kisfiam mondta, „kila-zultunk” az út után, amiben fura mód a televízió segített a lányom egyik kedvenc filmjével. Még vacsora előtt kipróbáltuk a felújított játszóteret és pár lépésről figyeltük meg az okos asztaloknál játszó gyerekeket. Ezután mindkét program napi szintű elfoglaltságunkká vált.

Az étterem csodálatos volt, tágas és barátságos mind a helyszín, mind az ott dolgozó személyzet. Külön oldalt tudnék szentelni az ételek mennyiségéről és minőségéről szóló





dicséretnek. Korábban soha nem volt lehetőségünk eljutni ilyen helyre, így most olyan ételeket is tudunk kóstolni, amiket talán sosem ettünk még. Nagyszerű volt a kínálat mind a gyerekeknek, mind a felnőtteknek.

A strandolás a második naptól kezdve napi 4-5 órát is elvitt. Bár az első napon nem tudtunk mindent felfedezni, a harmadik napon már rutinosan közlekedtünk. A lábaim egészségi állapota miatt mi nem mentünk a környéken kirándulni, de szerencsére kaptunk élménybeszámolót más, ott nyaraló nagycsaládosoktól. Gyorsan kötődtek a barátságok a gyerekek közt és mi felnőttek is könnyen tudtunk beszélgetni. Tüsi, a hotel kabalája minden étkezéskor körbejárt, kis és nagy gyerekeknek is kedves lett. A gyerekcuckó szinte mindig nyitva állt és lelkes animátorok vicces és hasznos programokkal kötötték le kicsiket és nagyokat egyaránt. Remek hozomány, hogy három lufiállat hajtogatását jómagam is megtanultam.

Persze azért mi is tettünk egy kisebb sétát Zalakaroson, a helyi egyesületünk pólójában, megemlékezve az otthoniakra, akik éppen aznap ünnepelték egyesületünk fennállásának 35. évfordulóját.



Szombat reggelre már kellemesen elfáradtunk, de ez a nap is mozgalmasan telt Tüsiel, új barátokkal, strandolással. Vasárnap, mikor leadtuk a kulcsot, csak egy dolgot felejtettem el megkérdezni: Hogy hol vették a párnákat, mert szerintem évek óta nem aludtam ilyen jól, s nem ébredtem nyak- és hátfájás nélkül. A gyerekek azt mondták, hogy nekik az okosasztal fog a legjobban hiányozni. A hazautunk is izgalmasan indult, mert nem tudtuk, hogy a Népligetbe tartó buszra előre kellett volna helyet foglalni. Egy idős házaspár nagyon szurkolt nekünk és végül szerencsére lett is szabad hely.

Köszönjük ezt a csodálatos, élményekben gazdag hetet! Nagyon hálásak vagyunk ezért a lehetőségért!

A NAGY CSALÁD SZOLNOKRÓL



FELSŐ-DUNA RÉGIÓ

Mosonmagyaróvár

Családi Nap Mosonmagyaróváron

Jól sikerült a Családi Napunk június 10-én. Az 1818-ban megalkotott, történelmi nevezetességű Wittmann park kiváló helyszínnek bizonyult. Az újonnan megnyílt Park Büfé tulajdonosai megengedték, hogy használjuk a területüket, berendezéseiket.



Sült szalonnával vártuk a korán érkezőket, majd közösen indultunk a tervezett Tanösvényi sétára. Jó volt sétálni és a park fái árnyékában szerezni új ismereteket, hallgatni a felmérések, kutatások eredményét. Örültünk annak is, hogy az egyetem és a város pályázatok segítségével mindent megtesz a park élővilágának megóvásáért. Közben szemetet is

szedtünk a gyerekek segítségével. Visszaérkezésünk után elfogyaszthattuk a szakácsaink által készített bagdulyást. Sütiztünk, beszélgettünk, a gyerekek pedig vidáman szaladgáltak, játszottak. Igazi pihentető nap volt ez a munkás hétköznapi között.

ORBÁNNÉ PANNI

Sárvár

Élelmiszer gyűjtés és rendhagyó anyák napi köszöntés

A Sárvári Nagycsaládosok Egyesülete is csatlakozott a Magyar Élelmiszerbank Egyesület országos tartósélelmiszer-gyűjtő akciójához, és az egyik sárvári nagyáruházban gyűjtöttük két napon át a tartós élelmiszert.



Egyesületünk fontosnak tartja az édesanyák köszöntését. Idén szerettem volna rendhagyó módon tenni ezt. A sárvári könyvtárban találkoztunk és egy könyvtárbejárásban volt részünk. Mindenkinék nagyon tetszett, hiszen

még a padláson is jártunk. A program utolsó pontja az édesanyák köszöntése volt. Örülök, hogy élményekkel gazdagon telt ez a nap.

SÁNDOR KATALIN

Pilisszentiván

Gyermeknap a Pilislen Nagycsaládos Egyesületnél

Színes programokkal vártuk a gyermekeket a Pilislen Nagycsaládos Egyesület gyermeknapján, melyet a Villa Negránál tartottunk június 10-én. Az eseményt P. Révay Gyöngyi polgármester nyitotta meg ünnepi beszédével. Az egyesületünk mindent megtett azért, hogy a gyerekek jól érezzék magukat:



egész nap volt ugrálóvár, kosárhinta, arcfestés, kézműveskedés, nemezelés. Lehetett állatokat simogatni, sőt megismerhették az Ürömi Állatotthon munkásságát is. A bevállalások hullőkkel ismerkedhettek,

a csigáktól kezdve a gekkókra és különféle kígyókra át egészen a skorpióig mindenféle állatot meg lehetett nézni és némelyiket meg is lehetett simogatni. A focipályán a Pilisszentiváni Sportegyesület legfiatalabb korosztálya játszott első kupáját, délután tűzoltó bemutató következett, a színpadon pedig táncos koreográfiákat mutattak be. Egész nap kézműves árusoknál lehetett nézelődni, vásárolni. Gyermeknapunkat helyi cégektől, egyesületektől és alapítványoktól kapott támogatással tudtuk megszervezni.



MAGYARI CSILLA

Tatabánya

4. Barátkozó Találkozó

Idén tartottuk a 4. Barátkozó Találkozót Tatabányán, a Nomád Campingben. Ez alkalommal a Várpalotai Gyermekmosoly Nagycsaládos Egyesület volt a vendégünk. Színes programokkal vártuk a vendégeket. A hagyományos reggeli zumba óra mellett Juhász Tímea, keramikus tartott foglalkozást. Volt bohóc, ismerkedő játékok és vendégünk volt két motoros egyesület is, akik a gyerekeket motoroztatták. A Környei Önkéntes Tűzoltó Egyesület is nagyon érdekes bemutatóval készült nekünk. Várjuk a jövő évi vendégek jelentkezését!

NYÍRÓ FERENCNÉ MELINDA



BALATON RÉGIÓ

Keszthely

Tavaszi túra a Tátikára



Április 22-én, a Föld napján tartottuk szokásos tavaszi túránkat a Tátikára. Csofálatos időnk volt, ennek hála közel 50-en vágtunk neki, hogy meghódítsuk a vár romjait. A kirándulók fele kisgyermek volt, akik felnőtteket lepi-

pálva szinte elsőként érték fel a vár romjaihoz. A kilátásban gyönyörködve ebédeltünk, majd játék és egy kis vártörténeti előadás és a hozzá tartozó legenda meghallgatása után ballagtunk vissza az autókhoz.



Jótekonysági futás a koraszülöttekért



Egyesületünk csapata a „Másodszor is célba érünk” jótekonysági váltófutás a koraszülöttekért 2023 eseményen vett részt május 21-én vasárnap. Immár harmadik alkalommal képviseltük egyesületünket ezen a nemes eseményen. A táv összesen 66 km, melyet csapatokban kb. 9-10 fővel, hosszabb-rövidebb szakaszokra osztva futottak

le a jelentkezők, akik Zalaegerszegről indultak, majd érintve a zalai dombság gyönyörű panorámával rendelkező településeit érkeztek Keszthelyre. A NAKE csapata 9 futóval, – 6 óra 58 perc alatt teljesítette a távot. Ez szuper teljesítmény! Minden befutó érmet és csapatonként egy kis csomagot vehetett át. Fontosnak tartjuk, hogy egyesületünk részt vegyen egy ilyen nemes kezdeményezésben, mellyel a Koraszülöttmentő és Gyermekeintenzív Alapítványt támogattuk. Mellesleg a futóink között volt olyan apuka, akinek gyermeke koraszülött volt, így még inkább átérezhette ennek súlyát és jótekonyságát. Büszkék vagyunk minden résztvevőre!

KISSNÉ BÖRCZI NIKOLETTA

FELSŐ-TISZA RÉGIÓ



Felsőzsolca

Házasság hete Felsőzsolcán

2023. február 13-án mi is megtartottuk a Házasság hete ünnepségünket Felsőzsolcán. A Nagycsaládosok Egyesülete az egyházakkal közösen rendezte meg ezt a nyitőünnepséget, melyen 11 évfordulós házaspárt köszöntöttünk. A rendezvényen fellépett a Don't Forget duó, akik egy templomi koncerttel járultak hozzá a rendezvényünk sikeréhez.

LÁSZKA BÉLÁNÉ VALIKA



Debrecen

A NADE hírei

Május elején összefogással megszépítették a Thomas Mann utcai Idősek Klubjának udvarát. Családjaink is segítő kezet nyújtottak a munkálatok során. Május 15-én megtartottuk közgyűlésünket, melyen el lett fogadva a tartalmi, pénzügyi és a közhasznúsági jelentés, illetve az ez évi további tervek is egyhangúlag elfogadásra kerültek. Május 22-én a Magyar Természet Napja alkalmából megtartott rendhagyó előadáson nemcsak az év madaráról-, fájáról hallottunk érdekességeket, hanem megtudhattuk, hogy miért hasznos és védett a vakond, mi a különbség a lepkék és a pillangók között, milyen a Disznófülgomba. Ez a nap azért is különleges volt, mert mi így emlékeztünk Tarr Évára, aki 2021-ben hagyott itt minket. A hónap végén komatát vittünk az Oláh családhoz, hogy újszülött kisbabát köszöntsünk a tagjaink között. Oláh Attilánéhoz és családjához mentünk



el, akiknél a negyedik kisgyermekük született meg, Bianka.

A Debreceni Országos Színházi Találkozó „Papír-kenu” kiállításán kiállított tárgyakra önkénteseink vigyáztak.

A Nemzeti Összetartozás Napján, 2023. június 4-én, budapesti idő szerint 20:23-kor az összetartozásunkat is szimbolizáló lángok gyúltak. Egyesületünk is csatlakozott ehhez a felhíváshoz. A Széchenyi kerti református templom udvarán tartott megemlékezésünkön örömmel vettük a Rákóczi Szövetséget képviselő tagokat is.

A június 12-i gyűlésünkön „Gyógyulj ingyen és természetesen!” címmel Nagy-Fábián Dóra, az Isten patikája misszió nagyköveteként tartott előadást. A nagycsaládosok az alapvető gyógynövények gyűjtéséről, terápiás alkalmazásáról, tartósításáról éppúgy hallhattak, mint a ma emberének ajánlott alapvető egészségügyi tanácsokról.

Június 30-án tartottuk az ÉLET-MESE írói pályázat díjátadó ünnepségét.

Tiszavasvári

Júniusi tiszavasvári programok



A NOE Tiszavasvári egyesülete június 3-án családi napot rendezett, mintegy 100 résztvevővel. A program egy vidám, interaktív családi kincskereső vetélkedővel kezdődött. Az időjárás kedvezett nekünk, így a gyerekek délután önfeláldozóan csúszdázhattak a hatalmas légváron, kipróbálhatták aszfaltkrétázásban kreativitásukat, asztaliteniszben, csocsóban, kosárlabdában pedig ügyességüket. A Nemzeti Együttműködési Alap pályázatunk eszközbeszerzése során megvásárolt új csocsóasztalt most próbálhatták ki legelőször a résztvevők. A délután folyamán volt arcfestés, csillámtetoválás, a cukoragyúból pedig két alkalommal löttünk ki a gyerekek számára

aprócukorkákat. A „felnőttmegőrzőben” a szülők finom házi sütik kóstolása közben kötetlenül beszélgethettek. A rendezvény az összetartozás tüzeinek meggyújtásával, közös énekkel, majd szalonnasütéssel zárult.

Június 19-28-ig tartott a NOE Tiszavasvári Nagycsaládosok Egyesülete idei nagycsaládos úszótanfolyama 19 gyermek részvételével. Ügyes, tapasztalt oktató irányításával kezdő és haladó csoportban sajátíthatták el nebulóink a különféle úszásnemek fortélyait.

Június 22-én délután éves közgyűlést tartottak a tiszavasvári nagycsaládosok a Civil Házban. Az önkéntes elismerések, a 2022-es beszámoló és a 2023-as tervek ismertetése után tisztújításra is sor került.

LÉVAI ANDREA



ÉSZAK-MAGYARORSZÁG RÉGIÓ

Vác

Családi nap a Nagycsaládosok Váci Egyesületénél

Napsütéses reggelre ébredtünk, így a családi napunkat semmi nem zavarhatta meg. Finom sütemények, szörpök, és friss zöldhagymás zsíros kenyér fogadta a résztvevőket. A kiskacsáink kissé lustán csobogta le a Gombás patak vizén, de lelkesítésünkre mind befutottak. Az Egyesületi TOTO-ban 5 család is maximális pontszámot ért el, így végül a szerencsére bíztuk a dolgot, hogy ki részesüljön nyereményben. A sütikészítő verseny eredményhirdetése sem volt egyszerű, hiszen ott is holtverseny alakult ki, de az abszolút favorit a muffin volt. Támogatóinknak (NÉBIH, Gardena, és a DDC) köszönhetően mindenkinek jutott egy-egy apró ajándék.

POLICSÁNYI-GÁL EDINA



KÖZÉP-MAGYARORSZÁG RÉGIÓ

Szolnok

35. születésnap

A Cserkészházban és annak udvarán ünnepelte fennállásának harmincötödik évfordulóját a Szolnoki Nagycsaládosok Egyesülete. A programok szombat délelőtt a megnyitóval kezdődtek, majd dr. Kállai Mária országgyűlési képviselő tortával köszöntötte a születésnapi rendezvény résztvevőit. Ezután Kutyás bemutató, de még rejtvényfejtés is színesítette a programot.



„Hozd magaddal a nagyit!” Családi napközi Szolnok belvárosában

Első alkalommal került megszervezésre 2023. július 3-7. között alsó tagozatos nagycsaládos gyermekeknek az egyhetes napközis tábor. A kicsik a közös játékok, kézműves foglalkozások, sportolás és mozizás mellett a Levéltárba, Reptárba, Verseyhy Ferenc Könyvtárba és a Damjanich János Múzeumba is ellátogattak és kaptak sok érdekes és hasznos tudnivalót játékos formában. Mind ezek megvalósításában a lelkes nagymamák és az ifi tagozat segített. „Generációk együtt” élménye volt ez az egy hét.



Gyermekek és nagyik a levéltárban

2023. július 5-én a Nagycsaládban élő gyermekek tábora szervezett levéltárlátogatást, melyhez a „Hozd el a nagyit” felhívásnak köszönhetően nagymamák is csatlakoztak. A korai íráshordozók történetét érdeklődéssel hallgatták végig gyermekek és felnőttek egyaránt. A papírmerítés mesterségének kipróbálása már inkább az ifjakat vonzotta, akik a foglalkozás végén elégedetten távoztak az emlékebe kapott merített újrapiórral.

VERSEGI MÓNIKA

Újpalota

Gyermeknap a Vasúttörténeti Parkban

A Nagycsaládosok Újpalotai Egyesülete képviselhetett a NOE-t a Vasúttörténeti Múzeum gyermeknapján. Szombaton és vasárnap több száz gyermeket láttunk vendégül a standunknál. Csodálatos családokkal, gyerekekkel találkoztunk. Megtiszteltetés volt, amikor megnyíltak nekünk. Olyan sok szeretetet láttunk, olyan sok örömet lehetünk tanúi. Egyéniségüket megmutatni vágyókat csillámtetoválás várta tucatnyi mintával a szivárvány minden színében. Az arcfestésnek pedig csak a képzelet szabott határt! Annyira nagy volt a sikere a színes csodáknak, hogy a csillámtetoválás és arcfestés asztaloknál voltak szülők, akik 2 órát is sorba álltak. Játékból sem volt hiány, a gyermekek élet-nagyságú társasjátékban vehettek részt, a bábuk ők maguk voltak. Egyik asztalunknál gyöngyök ezrei fogadták az érdeklődőket, de mindenféle más hozzávalókból önkénteseink koordinálásával mókás műalkotások is születtek, így kacagásból



sem volt hiány a standunknál. Amíg gyerekek alkottak és szórakoztak jó volt a szülőkkel beszélgetni, elmélyülni egy-egy témában, meghallgatni nehézségeiket, örömeiket.

Fontos számunkra, hogy ne csak az adományokból, hanem a teendőkben is kivegyük részünket, így természetes, hogy ha segíteni kell más egyesületeknek vagy az országos szervezeteknek, ránk számíthatnak. A Nagycsaládosok Újpalotai Egyesülete lelkes önkéntesei voltak a gyermeknapon:

Pintér-Virág Andrea, Schrödl Lászlóné Erika, Vasziné Murányi Ildikó, Edőcs Edina, Edőcs Jázmin, Edőcs Noel, Edőcs Marcell, Edőcs Sebásztian, Pintér Petra, Pintér Panka, Németh Panna, László Elizabet, Timi, Szófi, Perczel Timi, Rósenczveig-Éliás Zsuzsanna, Rósenczveig Attila, Pintér Zoltán, Pintér Patrik, Karácsonyi Kadosa, Szolnok-Tóth Tímea, Suha Ramóna, Suha Leila, Suha Böbi, Salánki Dominik

PERCZEL TÍMEA

AL-DUNA RÉGIÓ

Ivácsa Itthon tábor



Már harmadik éve, hogy a Községi Önkormányzat ingyenes táborát szervez az iskolás és óvodás korú gyermekek részére. Civil összefogással valósul meg ez a program. Mi csütörtök délután foglaltunk le 53 iskolás gyermeket. Népi játékokkal kezdtük a délutánt, jól megmozgattuk, az amúgy is energiával telt gyerkőcöket. Pi-

henésképpen agyagozhattak, képet festhettek, és színes papírokból pávát készíthettek. Nagyon ügyes dolgok készültek. Öröm volt nézni a szorgos kezeket. Zárásként három anyuka otthon készített dekorgumis szívecskéjébe rejtett cukorkával kedveskedtünk.

Vidám, kellemes nap volt!

Kirándulás Kiskörösre

A Magyar Faluprogram, Magyarország Kormánya és a Bethlen Gábor Alapkezelő támogatásának köszönhetően eljutottunk Kiskörösre, Petőfi Sándor szülőhelyére. Megnéztük nagy költőnk szülőházát, a múzeumot, a szlovák tájházat. A múzeum modern kialakítású, érdekes, és figyelemfelkeltő. A múzeum és tájház bemutatta az 1800-as idők épületét, berendezését, használati eszközeit, nemes egyszerűségét. A János vitéz Látogatóközpont egyszerűen csodálatos, megfogó, érdekes volt. Felnőttek és gyermekek feltöltődve, mosolyogva jöttek ki az épületből és kivétel nélkül mindenki elmondta, hogy kár lett volna kihagyni.

Kiskörös központja Petőfi Sándor köré összpontosul. Verseit padok őrzik, a sétány róla lett elnevezve, a szobor park Petőfihez köthető híres embereket örökíti meg. Egyszerűen jó érzés volt ott lenni. Zárásként, Petőfitől eltávolodva megnéztük az Old Car kiállítást. Minden korosztály számára élmény volt. Ajánlani tudjuk mindenkinek Kisköröst!

HAJDU ZOLTÁNNÉ



Tolna

Családi boldogság és szórakozás

A Nagycsaládosok Tolnai Egyesülete csodálatos sport és családi napot tartott 2023. május 13-án szombaton Tolnában. A rendezvény minden évben a tolnai Duna parton kerül megrendezésre. Idén azonban a rossz időjárás csaknem megghiúsította a tervezett eseményt. Hála a jószándékú segítő embereknek és a Szekszárdi Tankerületi Központ gyors reagálásának, megtarthattuk ezt a szép napot a Lehel utcai sportcsarnokban.

Volt ott aztán minden! A Baráth család idén is két hatalmas ugrólóvással üdvözölte meg a közel 120 gyereket, akik egész nap kedvükre ugrálhattak. Reggeli beemelegítés után az utcán versenyt futottunk, korcsoportonként és nemenként. Büszkén mondhatom: Második lettem!

Ezután következett a sorverseny, ahol 6 tíztagú csapat mérte össze



a gyorsaságát és ügyességét. Mindközben békésen rottyogott az udvaron a két nagy üstben a vegyes pörkölt, melynek elfogyasztása után a rókavadászatból szerzett fejecskéket, palacsintára lehetett beváltani.

Ebéd után sem volt pihenés, gyerekek zumba, majd tíz állomásból álló feladatsorozat várta a gyerkőcöket, ahol az összegyűjtött pecsétet végül ajándékokra lehetett váltani. Egész nap arcfestés, hajfonás, karkötő készítés, az udvaron pedig íjászat színesítette a programot.

Délutánra a napocska is előbújt, így önfeledt kacagás kísérhette a bolondozást, amikor Tolnai Tűzoltók habpartyt varázsoltak az udvaron. Késő délután megfáradva, élményekkel telve indultak haza a családok. Természetesen szemetet összeszedve, padlót felsöpörve, elpakolva, ahogy azt illik, és ahogy azt a gyerekeknek is továbbadni szeretnénk.

HERCZIG VIKTÓRIA

NOE gyorstalpaló

A Nagycsaládosok Országos Egyesülete (NOE) 1987-ben alakult. Az Alapszabályban rögzített célok azóta is érvényesek:

- az élet és az anyaság tiszteletére nevelés,
- a házasságért és a jövő generációért érzett felelősség erősítése,
- a nagycsaládok sajátos érdekeinek képviselése és szolgálata,
- a nagycsaládok egymást ismerő és segítő közösségekké szervezése.

A NOE tagjai azok lehetnek, akik háztartásukban legalább három gyermeket nevelnek vagy neveltek fel, az egyesület céljaival és feladataival egyetértenek, és lehetőségeik szerint részt vesznek azok megvalósításában.

A NOE pártoktól, felekezettől, ideológiáktól mentesen tevékenykedik. A sokszínű tagságot összetartó közös érték a család. Az egyesületnek jelenleg több, mint 15.000 család a tagja, akik közvetlenül vagy tagegyesületen keresztül tartoznak a NOE-hoz. Szerte az országban több mint 250 helyi közösségünk tevékenykedik. Hét regionális központunk működik: Al-Duna (Pécs), Balaton (Nyírad), Dél-Alföld (Orosháza), Észak-Magyarország (Gödöllő), Felső-Duna (Győr), Felső-Tisza (Debrecen), Közép-Magyarország (Monor). Egyesületeinkben folyamatosan kb. 1500 önkéntes dolgozik.

Szemtől szembe önmagunkkal – Kikből is áll a NOE?

Sokfélék vagyunk, más-más indokok, várankozások hoztak minket az Egyesületbe. A NOE ereje alapján függ attól, hogy tagjai mennyire érzik sajátjuknak az Egyesületet, mennyire fogadják el a NOE célkitűzéseit, mennyiben segítik a célok elérését. Nagyon fontos, hogy mindannyian tisztán lássuk saját szerepünket, tagsági viszonyunk jelentőségét, de tudjuk becsülni tagtársaink szerepét, hozzájárulását még akkor is, ha adottságaik, hivatásuk más mint a miénk és esetleg a tagság tényén kívül másra nem vállalkozhatnak.

A NOE egységét és erejét az alapszabályban megfogalmazott célokkal való eszmei azonosulás biztosítja a leghatásosabban.

Már a NOE gondolatának felvetődésénél két különböző elgondolás alapján kezdett az Egyesület alakot ölteni.

Az egyik elgondolás az önszegélyező, néhány, egymást ismerő családból álló közösséget tartotta szem előtt.

A másik elgondolás az érdekvédelem lehetőségét részesítette előnyben, és ezt az országos egyesületben látta megvalósíthatónak. Ennek az elgondolásnak egy változatát képviselték azok, akiknek szeme előtt a Nagycsaládosok Országos Egyesülete helyett az Országos Egyesület a Nagy-

családokért formáció lebegett. Ők nem is voltak feltétlenül nagycsaládosok, vagy ha igen, már jórészt túl voltak a nagycsaládos gondokon, nyugdíjasok voltak, de indíttatást éreztek, hogy a nagycsaládosok érdekében tevékenykedjenek.

Sokan látták a nagycsaládos életformában, a nagycsaládosok eszme világában általában is az élet, a család és az anyaság tiszteletét, a jövőbe vetett bizalom megnyilvánulását. Ez a megközelítés minden várankozást felülmúlóan jelent meg az 1988. évi közgyűlésen. Erről a tőről fakadt a családkongresszus és részben az Országos Családszövetség szervezése.

A NOE megalakulása óta eltelt időben nyilvánvalóvá vált, hogy a tagság számára az Egyesület különböző támogatásokat képes nyújtani.

Érthető, hogy a mind súlyosabb anyagi és egyéb gondokkal küszködő nagycsaládok pusztán gondoljaik enyhítése érdekében is jelentkeztek az Egyesületbe. Köztük sokan olyanok is voltak, akik bár egyetértenek az Egyesület célkitűzéseivel, aktív tevékenységet nem kívánnak, vagy nem tudnak folytatni, éppen azért, mert családjuknak kell idejüket szentelni.

Jelenleg tehát mind az öt indíték illetve elvárás jelen van a NOE tagságában, s az indokok sokfélesége adja a NOE céljainak sokrétűségét. Kár lenne a célokat uniformizálni, hiszen





ezek a célok mindegyike a tagság más-más részét vonzza, vonzhatja.

Fel kell ismernünk ezt mindannyiunknak, és egy lépéssel tovább menve el kell ismernünk a célok egyenlő értékét még akkor is, ha a NOE célkitűzései közül egyik vagy másik számunkra személy szerint nem is különösen vonzó.

Fontos az, hogy legalább a célok egyikének elérése érdekében minden NOE tag – lehetőségeihez mérten – tevékenykedjék. Ennél is fontosabb azonban az, hogy ne riaszson el senkit az Egyesületbe lépéstől, hogy nem tud aktív tevékenységet folytatni. Nap mint nap tapasztaljuk, hogy milyen nagy jelentősége van a különböző egyesületek, szervezetek taglétszámának. A NOE társadalmi súlyát nem kis részben köszönheti azoknak a tagoknak, akik „csupán” tagjai az Egyesületnek.

Mindamellettszükség van arra, hogy az egyes indítékok alapján a tagok egymásra találjanak és így közösen munkálkodjanak az általuk vonzónak talált cél érdekében.

Fontos feladat a célok összhangjának biztosítása, hogy egyes célok ne jussanak túlsúlyra másokkal szemben. Ennek – megfelelő szervezés mellett – legfőbb biztosítéka az, ha a NOE tagjai összességében is elismerik és vállalják az Egyesület céljait, még akkor is, ha ezek közül csak néhány megvalósulása érdekében tesznek valamit. Az Egyesület számára kárt okozhat az, ha tagjai egyik-másik célkitűzéssel egyet nem értve gátolják annak érvényre juttatását.

BITTSÁNSZKY GÉZA
(NOE LEVELEK 13. SZÁM. 1990. MÁRCIUS 14.)

TAVASZI SZÉL VIZET ÁRASZT

Allegretto

1. Tá - va - szí szél vi - zet á - raszt,
2. Hát én im - már kit vá - lasz - szak,
vi - rá - gom, vi - rá - gom,
vi - rá - gom, vi - rá - gom,
Mín - den ma - dár tár - sat vá - laszt,
Te en - ge - met, én té - ge - det,
vi - rá - gom, vi - rá - gom,
vi - rá - gom, vi - rá - gom.

Népes fészek, boldog fészek,
virágom, virágom,
Fiókái vígan élnek,
virágom, virágom.

Áldott napfény süss le rájuk,
virágom, virágom,
Csillagtenger őrizd álmuk,
virágom, virágom.

Bemutatjuk a régiókat

Kezdjük azzal: mi is ez a „régiónás” itt a NOE-n belül? A NOE fénykorában – amit én szubjektív alapon a 90-es évek végére, az ezredfordulóra teszek – mintegy 330 helyi csoporttal és egyesülettel büszkélkedhetett. Az elnökségnek és a titkárságnak ennyi vezetővel és társasággal közvetlenül kapcsolatot tartani lényegében már lehetetlen volt, ezért szükségesnek látszott néhány kommunikációs csomópont kialakítása, hogy a nagyszámú tagszervezettel könnyebb és élőbb, személyesebb legyen a kapcsolat. Különösen a személyesség megőrzése, illetve kialakítása bizonyult fontosnak, hiszen az információcserét viszonylag jól meg lehet oldani például levelezőlistákon is, viszont az értékátadás, a közös szemlélet kialakítása találkozások és beszélgetések igényel. További szempont volt, hogy kialakuljon egy ésszerű munkamegosztás a központi titkárság tehermentesítésére. Szóval ezen gondolatok: az egység és szellemiség erősítése, a belső kommunikáció elősegítése és titkársági feladatok kihelyezése céljából jöttek létre az első régióközpontok a régiós titkárokkal. Mindez a 2000-es évek legelején történt.

DABÓCZI FERENC



A DÉL-ALFÖLD RÉGIÓ BENEDEK SZILVIA, RÉGIÓVEZETŐ SZEMÉVEL

területi elhelyezkedés: Bács-Kiskun,
Csongrád, Békés Vármegye



Hány aktívan működő egyesület/csoport tartozik a Dél-Alföld régióhoz?

30 egyesület és 1 csoport.

Ez kb. hány családot jelent?

2000.

Mióta vezeted a régiót?

2006 óta.

Megosztanál egy számodra kedves emléket a régióddal?

Számomra a régiós családi napok mindig a legkedvesebb rendezvények közé tartoznak. A családok szép számmal

jönnek ezekre az alkalmakra, és öröm látni, hogy a sok gyermek együtt játszik, a felnőttek beszélgetnek, barátságok születnek, vagy rég látott ismerősök találkoznak. Az egyesületi vezetők rögtönzött kupaktanácsot tartanak, élményeket osztanak meg egymással és jól bevált tapasztalatok, gyakorlati tanácsok cserélnek gazdát. A vendéglátó egyesület pedig méltán büszke lehet mindig arra, hogy a több száz fős vendégsereg felhőtlenül szórakozhat a jól megszervezett napon.

Mik a terveid a régióddal?

Több helyszínen szerveződnek önfenntartást segítő tanfolyamok. Minden évet az önkéntesek köszöntésével kezdünk, idén sem volt ez másképp. Családi napunk ezúttal Ásotthalmon volt július 29-én. Látogatást teszek a szervezetek saját rendezvényeire is. Jól bevált nálunk a zoom-on keresztüli megbeszélés, általában kéthavonta összeülünk pár órára átbeszélni az aktuális feladatokat.

Van még bármi, amit megosztanál a Dél-Alföld régióról?

A régióban minden egyesület jól szervezett, aktív és kreatív. A vezetők felelősséggel irányítják a csapatukat, helyi szinten több fontos eseményt nem csak saját tagcsaládjaiknak, de a település más családjainak nyitottá tesznek. Elkötelezett és szociálisan érzékeny emberek. Szeretem Őket.



A FELSŐ-DUNA RÉGIÓ HORVÁTH HAJNALKA, RÉGIÓVEZETŐ SZEMÉVEL

területi elhelyezkedés: Szombathely
- Szentendre között a Dunántúl felső
része



Hány aktívan működő egyesület/csoport tartozik a Felső-Duna régióhoz?

13 egyesület és 18 csoport.

Ez kb. hány családot jelent?

1500.

Mióta vezeted a régiót?

2008 óta.

Megosztanál egy számodra kedves emléket a régióddal?

Minden személyes találkozás nagy öröm a vezetőkkel, tagcsaládokkal. Jó megtapasztalni, hogy szükség esetén számíthatunk egymásra.

Mik a terveid a régióddal?

Idén év végén ismét lesz önkéntes köszöntésünk. A tanfolyamok ősszel indulnának, magasságyás készítése, kertészeti ismeretek; gyógynövények használata; kenyérsütés; sajtkészítés; befőzés, tartósítás témakörben találtunk szakembereket.



AZ AL-DUNA RÉGIÓ VARGÁNÉ KUNCZT ORSOLYA, RÉGIÓVEZETŐ SZEMÉVEL

területi elhelyezkedés: Baranya-, Somogy-, Tolna-, Bács-Kiskun-, Fejér-vármegye, Végpontjai : Iváncsa, Pécs, Kaposvár, Kiskunhalas, Kalocsa, 180 km-es átló



Hány aktívan működő egyesület/csoport tartozik az Al-Duna régióhoz?

18 egyesület és 2 csoport.

Ez kb. hány családot jelent?

1000-1100.

Mióta vezetted a régiót?

2016 óta.

Megosztanál egy számodra kedves emléket a régióddal?

A régióval kapcsolatban csak kedves emlékeim vannak. Ha ki kell választanom egyet, akkor talán a legizgalmasabb: **Régiós Családi Nap, 2018.június 23. Katica tanya, Patca**

Ezen a csodálatos, helyszínen és verőfényes családi napon egy élőkép megvalósítását terveztük. A helyszín és a terep is alkalmas volt arra, hogy a családokkal élő képként megformázzuk a NOE betűit. Minden összeállt a nagy napon. Szalaggal kijelöltük a betűk helyét. Minden vendég időben megérkezett és a megnyitó után elkezdődött a NOE betűinek meglevelezése. Mindenki a helyén, teljes az élő logó! A drón felszáll, ráfordul a

képre, ám ekkor egy szélhökés miatt fennakad az egyetlen fán, ami a közelben van. Az emberek állnak a képben, a drónos szalad a fához. Túl magasan van, nem lehet leszedni. Közben a családok türelmetlenek. A fényképész már az ott lévő vár tornyának legmagasabb pontján életét is kockáztatva fényképezné a képet. Jön az infó, hogy nem látszik jól a betű. A feszültség tetőpontján kezd megbomlani az E betű alsó szára. Ekkor jön a mentő ötlet! „Guggoljatok le! - szakad fel az Orsiból. Hát így született meg a NOE élőkép, amire nagyon büszkék vagyunk, még így bomlott E-vel is. No persze a drón is lekerült a fáról, valahogy, valamikor, de az már kit érdekelt...

Mik a terveid a régióddal?

Szeptember 16. Őszi találkozó - Kalocsa, mely egyben a régió családi napja is

Október vége- november eleje (pontos dátum egyeztetés alatt) Tudásbörze, Bonyhád PSEG

November 5. Önkéntes köszöntés, Dombóvár

Van még bármi, amit megosztanál az Al-Duna régióról?

A régió többször adott példát az összefogásról, akár rendezvényszervezés tekintetében, akár egy rendezvény támogatásában vagy adományozásban, amikor vezetőtársuk vagy tagcsaládjuk valamiben hiányt szenvedett. A régióban elmaradhatatlan az Önkéntes Köszöntés, mely 2016 óta minden évben megrendezésre kerül. A házigazda mindig más egyesület: Pécs, Bátaszék, Mezőfalva, Iváncsa, Várdomb, Gerjen. Régiós családi napjainkon is szívesen, nagy számmal vesznek részt a családok. Bicalon 800 fővel, Patcán 600 fővel, Kalocsán 600 fővel, Kiskunhalason 550 fővel tartottuk a családi napot. A régiós családi nap vagy az Önkéntes köszöntés szervezése minden helyi szervezet számára nagy kihívás és fontos közösségkovácsoló erő. Szerepével és minden lehetőséget megmutatva szervezzük egymásnak a programokat. 2021 óta hagyományteremtő jelleggel köszöntjük az Al-Duna régió elsőszülött babáját.



A BALATON RÉGIÓ MOLNÁRNÉ BUDAI ANGELIKA, RÉGIÓVEZETŐ SZEMÉVEL

területi elhelyezkedés: Veszprém-, Fejér-, Somogy-, Zala vármegye



Hány aktívan működő egyesület/csoport tartozik a Balaton régióhoz?

14.

Ez kb. hány családot jelent?

Körülbelül 1000 családot.

Mióta vezetted a régiót?

2008 óta.

Megosztanál egy számodra kedves emléket a régióddal?

A régióban rendezett országos rendezvények: Család Kongresszus Veszprémben és Keszthelyen, Őszi Találkozó a Sobri kalandparkban.

Mik a terveid a régióddal?

„Kinga kamrája” részvételével képzéseket tervezünk élelmiszerek előállításának témában.

Önkéntes köszöntésünket november végén - december elején tartjuk.

Régiós családi napunk októberben kerül megrendezésre Barnagon.



**A FELSŐ-TISZA RÉGIÓ
DELINÉ SZOLANICS
ZSUZSANNA, RÉGIÓVEZETŐ
SZEMÉVEL**

területi elhelyezkedés: Hajdú-Bihar-, Szabolcs-Szatmár-Bereg-, Borsod-Abaúj-Zemplén vármegye



Hány aktívan működő egyesület/csoport tartozik a Felső-Tisza régióhoz?

25.

Ez kb. hány családot jelent?

1100.

Mióta vezeted a régiót?

6 éve.

Megosztanál egy számodra kedves emléket a régióddal?

A régió belül sok szervezet rendezvényén voltam, szülinapokon, családi napokon, megalakuláson, farsangon, gyermeknapon, Mikulás ünnepségen, adventi ünnepségen. Az ország e három megyéjében szebbnél szebb helyek vannak, ahol őrzik a hagyományokat, az értékeket. A régió szervezeteinek elnökei, és vezetői szívvel-lélekkel munkálkodnak azért, hogy a családok mindennapjait megkönnyítsék. Nekem minden emlék, ami a régió családjaihoz kapcsolódik, felbecsülhetetlen kincs.

Mik a terveid a régióddal?

Debrecenben már volt gyógynövényes előadás június elején, amit szeretnék más szervezetekhez is elvinni. Sajtókészítést tanulhatnak az érdeklődők Egyeken, egy családi gazdaságban augusztus folyamán. Tervben van kenyérsütés, mézeskalács készítés, és szárasztésza készítés is. Önkéntes köszöntésünk novemberben lesz, a helyszín még alakulóban van. A régiós családi nap is szervezés alatt áll, mivel igen zsúfolt a szervezetek programja, és a NOE-nál is sűrű lesz az év második fele.



**A BUDAPEST ÉS KÖZÉP-MAGYARORSZÁG-, VALAMINT AZ ÉSZAK-MAGYARORSZÁG RÉGIÓ BEMUTATÁSA RENDEK
ILDIKÓ, RÉGIÓVEZETŐ SZEMÉVEL**

területi elhelyezkedés: Budapesttől Észak felé haladva: Nagymaros, Kelet felé Eger, Törökszentmiklós, Kecskemét, Ráckeve, Szigetszentmiklós, Budapest és Székesfehérvár



Hány aktívan működő egyesület/csoport tartozik a két régióhoz?

A Budapest és Közép-Magyarország régióban 29 egyesület és 22 csoport.

Az Észak-Magyarország régióban 12 egyesület és 3 csoport.

Ez kb. hány családot jelent?

Összesen körülbelül 3600 tagcsaládot.

Mióta vezeted a régiót?

2016 óta.

Megosztanál egy számodra kedves emléket a régióddal?

Minden közös esemény, program kedves emlék, mert a helyi szervezetek vezetői és tagjai mindig szeretettel fogadnak. Mindig nagyon nagy öröm és megható, ha azt látjuk, hogy egy közösség összefog és megvalósít egy közös célt. Köszönettel tartozom minden vezetőmnek, aki azon dolgozik, hogy a helyi közösségek, családok élete még könnyebb, színesebb és programokkal telibb legyen.

Egyik friss élményem a hollóházi családi nap, amelynek előestéjén hirtelen felindulásból, a szeszélyes időjárást látva kiküldtem még egy utolsó e-mailt a beregisztrált családoknak, melyben arra bízattam őket, hogy másnap bármilyen időt is tapasztalnak, mindenképpen induljanak útnak, hiszen Hollóházára megrendeltem a napsütést. Másnap, a családi napon odajött hozzám egy édesapa, és elmesélte, hogy mennyire bizonytalanok voltak, és végül ennek az üzenetnek köszönhetően jöttek el. Ezek a semmiségnek tűnő, ugyanakkor végtelenül emberi történetek a kedvenceim. Szerencsére rengeteg van belőlük.

Mik a terveid a régióddal?

Önkéntes köszöntést és Régiós családi napot évente tartunk, legutóbb Gyöngyösön volt az Önkéntes köszöntés, Hollókőn pedig a Családi nap.

A NOE határainkon átívelő munkássága

A Nagycsaládosok Országos Egyesülete szinte a kezdetek óta kapcsolatban áll számos külföldi szervezettel, és mind hálózatok tagjaként, mind kétoldalú kapcsolataink nyomán jelentős nemzetközi elismertségre tettünk szert. Magyarország csatlakozása az Európai Unióhoz nemzetközi tevékenységünkben is változásokat hozott: amellett, hogy mi magunk is igyekeztünk továbbfejleszteni korábbi kapcsolatainkat, európai szervezetek is keresték, illetve keresik velünk az együttműködés lehetőségét.

ELFAC együttműködésünk

A portugál és spanyol nagycsaládosok kezdeményezésére 2004 elején *Európai Nagycsaládos Szövetség* (European Large Families Confederation – ELFAC) alakult. Az alapító szervezeteknek több mint a fele a régiókból, a NOE-val meglévő kapcsolata révén lépett be.

Kiemelkedő eseménynek számított, hogy 2013-ban tizenhét ország részvételével Budapesten tartotta éves szakmai rendezvényét és közgyűlését az Európai Nagycsaládos Szövetség.

A Nemzetközi Projekt sikere

2015-ben indult útjára az azóta is sikerrel működő „Nemzetközi Projekt” a KCSSZ és a NOE gondozásában. Dr Szabó Endre – korábbi NOE elnök – ötletgazdát, valamint a projektben az indulása óta közreműködő Mihálffy Andreát és Márki Lászlót kell megemlíteni. A célzott finanszírozásból megvalósuló projekt több új terület felé tette lehetővé a nyitást. Először vált elérhetővé NOE-s fiatalok számára, hogy közvetlenül jelentkezzenek gyakornoknak az Európai Parlamentbe. Két kiemelkedő jelentőségű szakmai konferenciára is sor került Brüsszelben, ahol szép számmal voltak jelen NOE-s vezetők és önkéntesek.

A Nemzetközi Bizottság munkája

Sok megkeresés, szakmai anyag érkezik, hogy a NOE véleményezze azokat. Az Európai Bizottság nyilvános és meghívásos konzultációin (pl. munka-magánélet egyensúlya, szociális pillér, oktatás) rendszeresen részt veszünk, de már az ENSZ számára is készítettünk ún. árnyékjelentést gyerekjogi témában. A kis létszámú, de tapasztalt NOE Nemzetközi Bizottság önkénteseire épül ez a szakértői munka, ők azok, akik megalapozták és a mai napig biztosítják a NOE nemzetközi hírnevét. A Nemzetközi Bizottság munkáját Joó Kinga vezeti.

COFACE – Families Europe tagságunk

A több évtizedre visszatekintő nemzetközi és határon túli kapcsolatok mellett, a természetes szövetségből adódó partnerségek kiegészítéseként, megjelent az igény a nagycsaládos eszmeiség képviselésére egyéb fórumokon és szervezetekben is. A nyitás jegyében új tagságságot is vállaltunk. 2016-ban beléptünk a COFACE – Families Europe nevű ernyőszervezetbe, amely az EU hivatalos családugyi partnerszervezete. Ezzel a lépéssel formalizáltuk a már évtizedek óta meglévő kapcsolatunkat a COFACE-val és állandó szereplőjévé váltunk a szervezet eseményeinek.

FEFAF (Fédération Européenne de Femmes Actives au Foyer) szerepvállalásunk

A háztartásbeli nők szervezeteinek szövetségének, a FEFAF-nak (Fédération Européenne de Femmes Actives au Foyer) célja a háztartásban, családban aktív, de munkaerő-piaci jelenlétük híján az Európai Unióban rendkívül hátrányos helyzetben lévő nők (és férfiak) érdekeinek képviselete. A háztartásban végzett aktív tevékenység nemcsak a gyermekek ellátását, hanem idős, beteg vagy fogyatékos hozzátartozó gondozását is jelenti. A FEFAF tagszervezetei, illetve vezetői rendre részt vesznek magyarországi rendezvényeken, előadóként is hallatják a hangjukat azoknak a – főként női – rétegeknek az érdekében, akik az EU-ban nehezen tudják érvényesíteni az érdekeiket. A FEFAF elnökhelyettese Balla Katalin, a NOE zuglói csoportjának vezetője.

Nemzetközi NOE-Díj alapítása

Első alkalommal 2016-ban adományozott a NOE Nemzetközi Díjat, amely Egyesületünk legmagasabb nemzetközi kitüntetése a családpolitika területén. Olyan személyek vagy szervezetek részesülnek ebben az Elnökségünk által adományozott elismerésben, akik Egyesületünkért vagy a családokért sok éves, kiemelkedő, rendkívüli és áldozatos munkát végeztek.

Amennyiben úgy érzed, szívesen részt vennél az egyesület nemzetközi tevékenységében, vedd fel a kapcsolatot Széles-Csányi Rékával, a csanyi.reka@noe.hu e-mail címen!

NOE-FON

Nagyon sokan tudtok róla, de részleteiben is érdemes megismerni a NOE ingyenes jogsegély szolgálatát. A NOE-FON azért jött létre, hogy naprakész tájékoztatást adjon a mindannyiunk életét meghatározó jogszabályi változásokról, illetve egyedi ügyekben segítséget és útmutatást nyújtson, mindezt érthetően és emberi hangon. A NOE-FON munkatársa minden hétköznap 8 órától 16 óráig áll rendelkezésükre a **06-70/606-2566**-os telefonszámon.

A NOE-FON története

Annak idején, amikor a Nagycsaládosok Országos Egyesülete megalakult, az átlagember számára nem létezett olyan, hogy mobiltelefon. Emiatt az „ősidők” ismerete is szükséges ahhoz, hogy a mai helyzetet megértsük. A NOE megalakulása során természetes volt, hogy az egyesület feladatainak részét kell, hogy képezze az egyesületi tagok különféle személyes és egyéb (akár magánjellegű) problémáinak megoldása, illetve az egyesületi tagok tapasztalatainak megosztása egymás között. E gondolat mentén jött létre a jogsegélyszolgálat, amely egyébként az egyesületünk alapszabályában megfogalmazott feladatok közé tartozik. Egyesületünk ugyanis bár alapvetően érdekképviselői szervezet, olyan feladatokat is felvállaltunk, amely a tagság életében szükségessé váló jogi segítségnyújtást jelenti.

Azt hiszem, nem kell részletesen kifejtenem, hogy milyen hihetetlenül széles azoknak az ügyeknek a skálája, amelyekkel egyszerű állampolgárokként, családtagként, dolgozóként – és

most nem sorolom fel a mindennapi élet teljes terjedelmét – bármikor találkozhatunk, és amiben esetleg bizonytalanok vagyunk döntéseink meghozatala során. Ezen túlmenően az élet hozhat olyan tragikus eseményeket, mint a betegség, a válás, esetleges balesetek, károk vagy éppenséggel szélsőséges esetben valamely büntetőeljárás (pl. egy súlyos közlekedési szabálysértés) tényállása.

Jómagam és családom nem sokkal az országos egyesület alapítását követően léptünk a tagok sorába, és mivel jogászként dolgoztam, természetes volt számomra, hogy jogi tudásomat és tapasztalatomat az egyesület szolgálatába szereztném állítani. Felajánlásommal nem voltam egyedül, több jogász kollégám vett részt ebben a feladatban. Beosztottuk egymás között a munkát úgy, hogy minden héten más látta el az ügyeletet, a budapesti irodában, személyesen.

Ahogy az egyesület taglétszáma növekedett, illetve a különféle régiós tagszervezetek is csatlakoztak hozzánk, egyre nagyobb igény merült fel arra, hogy ne legyen területi korlátja





ennek a szolgáltatnak. Nehéz volt ugyanis megoldani adott esetben egy távoli országrészben élő személynek, hogy Budapestre utazzon jogi tanács érdekében. Így jött létre a telefonos szolgáltat, amely gyakorlatilag teljes, országos lefedettséget biztosít. Az ősi időkhöz képest a telekommunikáció, az internet és az elektronikus levelezés nyilvánvalóan egészen más távlatokat nyitott számunkra.

Ki veheti igénybe a szolgáltatást?

Miután a Nagycsaládosok Országos Egyesülete kiemelten közhasznú szervezet, a jogsegélyszolgálat bárki számára rendelkezésre áll teljesen függetlenül attól, hogy az adott személy nagycsaládos vagy egyedülálló. Sőt, sem lakóhely sem állampolgárság sem bármi más szempont szerint nem teszünk különbséget, mivel alapszabályuk szerint ezt a szolgáltatást bárki igénybe veheti. Természetes ugyanakkor, hogy alapvetően a tagságunk körében ismert a jogsegélyszolgálat elérhetősége, legtöbbször tagjaink kérnek segítséget különféle ügyekben.

Hogyan segít a NOE-FON?

A jogsegély szolgálat legfontosabb tevékenysége az adott probléma átbeszélése megértése, illetve a megoldási lehetőségek kidolgozása. A NOE-FON munkatársai – magamat is beleértve – jogi képviselőt nem vállalnak, nem vesznek részt konkrét peres eljárásokban, vagy olyan igazgatási és egyéb ügyekben sem járnak el, melyek adott esetben társainkat érintik. Ugyanakkor rendkívül fontos szerepet vállalnak abban a kérdésben, hogy egy adott problémához hogyan viszonyuljunk, milyen megoldási lehetőségek kínálóznak, melyek azok a dolgok, amikkel érdemes, és melyek azok, amikkel nem érdemes foglalkozni.

Milyen kérdésekkel szokták keresni a NOE-FON munkatársait?

A megoldásra váró ügyek az élet minden területét felölelik. Tanácsot kér az, aki használt gépjárművet vásárolt, de az néhány napon belül meghibásodott. Tanácsot kér az, aki nem kapja meg a különélő házastársától a gyermektartásdíjat. Van, aki arra kíváncsi, hogy munkaviszonyának megszüntetésére törvényesen került-e sor, illetve sokan fordulnak hozzánk anyagi segítséget kérve. A legutolsó kérésre sajnos

minden esetben szomorú elutasítással kell számolni, hiszen konkrét segélyezésre szánt forrásaink nincsenek. Azonban még ebben az esetben is meg tudjuk mutatni, melyek azok a szervezetek állami, illetve alapítványi szinten, akik esetleg adott körben segíteni tudnak. Kaptunk kérést különféle pénzügyi konstrukciók összehasonlításával kapcsolatban, de pályázatokról és programokról is érdeklődnek.

A segítségnyújtás menete

Először általában telefonon történik kapcsolatfelvétel, és néhány esetben már önmagában ez a beszélgetés alkalmas arra, hogy egy adott problémát elrendezzem. Sok olyan ügy van, amiben a kérdező már rendelkezik megoldással, meg is próbált elindulni, de elbizonytalanodott és támpontot igényel abban a kérdésben, hogy jó irányba megy-e az ügy szempontjából. Ilyen esetben nagyon sokat számít az átgondolás, a megbeszélés és a biztatás. Ha a probléma nagyon bonyolult, vagy mellékletekre, papírokra, határozatokra van szükség, úgy az elektronikus kapcsolattartás más formáit, leginkább e-mail küldését részesítjük előnyben, és ennek alapján teszünk javaslatot arra, hogy mit érdemes tenni a jövőben. Ez esetben, hogyha nagyon komoly, nehéz és várhatólag kizárólag komoly peres úton megoldható ügyről szerzünk tudomást, úgy javaslatot teszünk az ügyvédi közreműködésre és ez ügyben is kellő tanácsokkal látjuk el az ügyfeleket, segítve őket abban, hogy mire figyeljenek ügyvédi meghatalmazás során.

Az ügyek utóélete

Bár szoktam kérni az érdeklődőket, hogy tájékoztassanak az ügy megoldásáról, ez ritkán történik meg. Ennek ellenére úgy gondolom, hogy működésünk hatékony és célravezető. Önmagában az a tény, hogyha esetleg valaki jelentkezik újra azt is jelentheti – és legtöbbször így is van, hogy a problémát sikerült megoldani a vízben a mi segítségünkkel.

Egyesületünk ezt a szolgáltatását, illetve szolgálatát nagyon lényegesnek, talán a legfontosabbnak és társadalmilag kiemelkedően hasznosnak tartom.

SZOLNOKI JÁNOS
JOGSEGÉLYSZOLGÁLAT, NOE-FON MUNKATÁRS

Bemutatkozik a NOE ifi tagozata

19 éves voltam, amikor megindult a NOE Ifjúsági Tagozata, rögtön jelentkeztem rá, kíváncsi voltam, hogy mi is ez, és nagyon örültem, hogy egy kicsit részese lehetek valaminek, amivel jobbat teszünk a világot. Én legalábbis mindig úgy gondolok a NOE-ra, hogy a családokért dolgozik, egy kicsit jobbat teszi azt a világot, amelyben mi is felnőtünk és amelyben már a mi gyerekeink is növekednek. Jó volt olyan társaságban lenni, ahol másnak is több testvére van, sőt, nemcsak kettő, mint nekem, hanem még több is. Látni, ahogy a testvérek összetartanak, közös barátokat szereznek és közben segítenek a rendezvényeken. Imádtam minden rendezvényt. Épp' olyan suliba jártam, ami mellett egészen sok szabadidőm volt, így amire csak tudtam, elmentem, és vittem két barátnőmet is. Szép emlékeim vannak a Család Kongresszusokról, az Őszi Találkozókról, a játékonysági árverésről, a közgyűlésekről, az adománygyűjtésekről. Nagyon szerettem, hogy a felnőttek mindig odafigyeltek ránk, tanítottak minket, akár egy jó szóval bátorítottak vagy vigasztaltak, ha kellett. Bíztak bennünk, és sok olyan feladatot kaptunk, amiért mi voltunk a felelősek. Emlékszem, amikor meséltem az ismerőseimnek, hogy miket csináltam egy-egy rendezvényen, csodálkozva hallgatták.

Mivel mindenkinek különböző korú testvérei voltak, így akár fiatalabbal vagy idősebbel is fontos témákról tudtunk úgy beszélgetni, hogy más-más szemszögből mutattuk meg egymásnak az adott témát, tudtunk tapasztalatot cserélni.

Jó érzés volt a barátnőmmel is megosztani ezt a csoda világot, vannak, akiknek az életét a mai napig követjük a fizikai távolság ellenére is a facebookon, együtt sírunk és nevetünk az anyaság rögös, de semmihez sem fogható boldog útján, neveljük a következő nemzedéket. A gyerekeim most még kicsik, de ha nagyobbak lesznek, szeretném, ha ők is megtapasztalhatnák, hogy milyen is az önkénteskedés és milyen jó dolog nagycsaládban élni, milyen jó dolog tenni a családját - a miénkért és mások családjáért is.

SZITÁR-VAJÓ DÓRA
(A NOE IFI KORÁBBI TAGJA)

Amikor az irodában kezdtem dolgozni és azt a feladatot kaptam, hogy az ifitagozatnak szervezzek programot, egy kicsit tartottam tőle. A munkatársaim azzal bíztattak, hogy a nagycsaládos fiatalok egy külön „kategória”, akkor még nem értettem pontosan, hogy ez mit is takar. Nagyon jó érzés volt megtapasztalni, hogy egyesületünk fiataljai – tényleg a nagycsaládban nevelkedésnek köszönhetően – másképp látják a világot. Nyitottabbak, közvetlenebbek, rugalmasabbak annál, mint ahogyan vártam. Tapasztalataim szerint olyan láthatatlan egység van közöttük, amelyet a közös alap biztosít, hogy mindegyiküknek legalább két testvére van, hogy egy-egy programon pillanatok alatt közösséggé tudnak kovácsolódni.

Az ifivel vezetőképző hétvégén, a nyári vízivándor táborban, illetve más rendezvényeken is tudunk találkozni, ahol rengeteg segítséget nyújtanak. Amennyiben kedvet kaptál, hogy ennek a nem mindennapi csapatnak a tagja legyél, örömmel várjuk jelentkezésedet a csanyi.reka@noe.hu e-mail címen.

SZÉLES-CSÁNYI RÉKA
(A NOE IFI VEZETŐJE)



A NOE-ifi közösséget 16-20 éves társaimmal alkotjuk, akikkel rendszeresen részt veszünk különböző rendezvényeken. Mi ezekre a programokra nem szimpla munkaként tekintünk, hanem szórakozásnak, kikapcsolódásnak is fogjuk fel, mivel együtt „bandázhatunk” a feladataink elvégzése mellett. Itt mindenki ismer mindenkit, s ha valakinek segítségre van szüksége, mindig akad 1-2 ember, aki önzetlenül segít. Összetartó közösség vagyunk, együtt nevetünk, együtt látunk munkához. Mivel a korkülönbség szinte elhanyagolható, jól megértjük egymást és a fejlődésünk mentálisan is hasonló fázisban tart, éppen ezért tudunk a legkülönbözőbb témákban értelmesen és higgadtan eszmét cserélni. Mivel nagycsaládosokról van szó, ezért mindannyian tudjuk, milyen testvérnek lenni, osztozkodni, együttműködni. Szerencsére, mi is „dagadunk”, egyre több diák szeretne csatlakozni az ifi csoporthoz, aminek nagyon örülünk, hiszen akárcsak egy nagycsaládban, úgy itt is minél többen vagyunk, annál jobb. Fontosnak tartom, hogy megismerjük korosztályunk gondolkodásmódját, viselkedését és szokásait, erre pedig nem találhatnánk jobb közösséget, mint a Nagycsaládosok Országos Egyesületének ificsoportja. És ha már az előző mondat ilyen komolyra sikeredett, a másik fő indok, amiért ez a közösséget választottam, az a hajnalig tartó beszélgetések, hülyéskedés, az éjszakai fürdőzés a csapattal és korán reggel a habos kakaóra várva egy gyermekdal szövegének megtanulása.

PROKOPIUS GERGELY
(A NOE IFI TAGJA)





FORGÁCS LAURA

Az önkéntesség erősebbé teszi a közösséget

„Mindannyian mások vagyunk, más dolgok motiválnak az életben és ezzel együtt az önkénteskedésben is. Mindemellett a közösségi munkának vannak általánosságban is tapasztalható pozitív hatásai az életünkre. Elemi érdekünk, hogy ahol élünk, olyan közösség alakuljon ki, amelynek a tagjai számíthatnak egymásra, mert ez egyfajta biztonságot és megnyugvást ad még most is, amikor a világ tele van feszültséggel, bizonytalansággal.” – vallja Tengyer Minea, a Szilasmente Nagycsaládos Csoport vezetője, akit az önkéntességről kérdeztünk.

– Téged személy szerint mi motivál arra, hogy csoportvezetőként önkéntes munkát végezz?

Nekem az önkéntesség az életem részévé vált. Emlékszem az időre, amikor a XVI. Kerületi Nagycsaládosok Egyesületéhez csatlakoztam, nagyon sokat kaptam az egyesülettől és az akkori vezetőségtől. Akkor azt éreztem alaphelyzetnek, amikor jött egy felkérés, amiben önkéntest kerestek, hogy jelentkezsem, mert a magam módján vissza szerettem volna adni valamit. Aztán felgyorsultak az események, igen hamar elnökségi tag, majd elnök lettem. Tele voltam lendülettel, tenni akarással, sok segítséget kaptam, rengeteget tanultam az ottani csapattól. Nem mondom, hogy mindig minden rózsaszín volt, voltak dolgok, amik felkészületlenül értek, sokszor éreztem, hogy összezecsapnak a fejem felett a hullámok, de akkor mindig ott volt valaki a csapatból, aki segített. Sokat tanultam munka közben és sokat tapasztaltam. Aztán elköltöztünk, és láttam, hogy itt, Nagytarcsa környékén nincs nagycsaládos közösség, hát gondoltam egy nagyot... Hogy mi motivál csoportvezetőként? Talán azt szeretném továbbadni a csapatomnak, amit egy-egy sikeres program után érzek. Nagyon szeretem látni, ahogy formálódik a közösség, ahogy eddig egymásnak idegen emberek a közös munkák során egyre közelebb kerülnek egymáshoz. Jó érzés egy ilyen közösség tagjának lenni.

– Mik a tapasztalataid, hogyan lehet megtalálni és bevonni a munkába az önkéntességre nyitott embereket?

Tapasztalataim szerint inkább a nyitott emberek találják meg a lehetőséget az önkéntességre. Nekik kell teret adnunk, biztosítanunk a kellemes, befogadó légkört, hogy ha már nekünk adná a szabadidejét, közben érezze jól magát.

– Amikor az ember vezetőként önkéntesekkel dolgozik, mi az, amire különösen fontos odafigyelnie?

Elég szerteágazó, amire vezetőként figyelniünk kell. Nem is tudok kiemelni egy legfontosabbat.

- Fontos, hogy a csoporton belül igyekezzünk fenntartani a jó hangulatot, hogy mindenki kikapcsolódásnak, „bandázásnak” élje meg a közös munkát.
- Nagyon fontos, hogy bízzunk az önkénteseinkben. NE EGYEDÜL akarjunk mindent megcsinálni. Még ha



nem is olyan gyakorlott és profi az új önkéntes, ugyanúgy feltalálja majd magát, mint mi annak idején. Elég, ha elmondjuk, hogy mit szeretnénk végeredménynek, és hagyjuk a saját módszereivel megvalósítani azt.

• Fontos, hogy ne törjük le a lelkesedést még akkor se, ha olyan dolgot szeretne megvalósítani, amibe mi, vagy más tagja a csapatnak már belefogtunk és nem hozott megfelelő eredményt. Magam is láttam rá példát, hogy

egy-két év alatt mennyire változik a tagság hozzáállása és érdeklődési köre.

Természetesen, ezen kívül még a mindennapokban adódó rengeteg dologra oda kell figyelni. Ehhez elengedhetetlen, hogy a vezető szerves része legyen a csoportnak/egyesületnek. Figyeljen és avatkozzon be, ha szükségesének látja. Nem utolsó sorban: soha ne felejtse el a visszacsatolás fontosságát. Az önkéntesek sokszor hangoztatják, hogy nem várnak köszönetet, nem azért csinálják, de azért mindenkinek jól esik.

– Mi a titok? Hogyan lehet a munka és a nagycsalád mellett időt szakítani önkénteskedésre?

Jó tűrőképességű családdal! Amennyiben az önkénteskedés kiemelt helyet foglal el az értékrendünkben és a család is támogat ebben, már csak megfelelő logisztika és időgazdálkodás kérdése. Ez meg, úgy gondolom, minden nagycsaládos szülőnek legfőbb erőssége. Ezért lehet, hogy a nagycsaládos egyesületek, csoportok több önkéntessel büszkélkedhetnek, mint más civil szervezet.

– Mit taníthat nekünk az önkéntesség?

Az önkéntesség arra tanít bennünket, hogy egyetlen cselekedet is képes hozzájárulni a szükséges változáshoz, inspirálhat másokat, hatalmas hatással lehet a közösségre. Az önkéntesség erőteljesen ellentmond az „egy fecske nem csinál nyarat” mondásnak, mert rámutat, hogy egyetlen önkéntes tevékenység is képes nagy változásokat elindítani és pozitív hatást gyakorolni a világra.

FORGÁCS LAURA

Tagnyilvántartó Q&A

Ki és hogyan léphet be az egyesületi felületre?

Szervezetenként egy hozzáférési jelszót tudunk kiadni, ezt akár az elnök, akár valamelyik elnökségi tag, de az egyesület tagügyeit intéző személy is kérheti. Az adatvédelmi nyilatkozat kitöltése után a tagnyilvántartó linkjét, a felhasználónevet és a jelszót e-mailben küldjük el.

Van-e a kettős tagoknak (tagegyesületen keresztül NOE tagsággal is rendelkező tagcsaládok) hozzáférése a tagnyilvántartóhoz?

Igen, 2018 júniusában minden régebbi tagcsalád megkapta a hozzáférési adatait, hogy láthassa a tagnyilvántartó felületén a családjáról nyilvántartott adatokat és változások esetén azt módosíthassa. Azóta minden új belépő számára automatikusan generált e-mailen keresztül érkezik a tájékoztató levél a belépési kódokkal, mikor az adatai bekerülnek a tagnyilvántartásba.

Szükségem lenne egy másik szervezet, vezető elérhetőségére, segítenél?

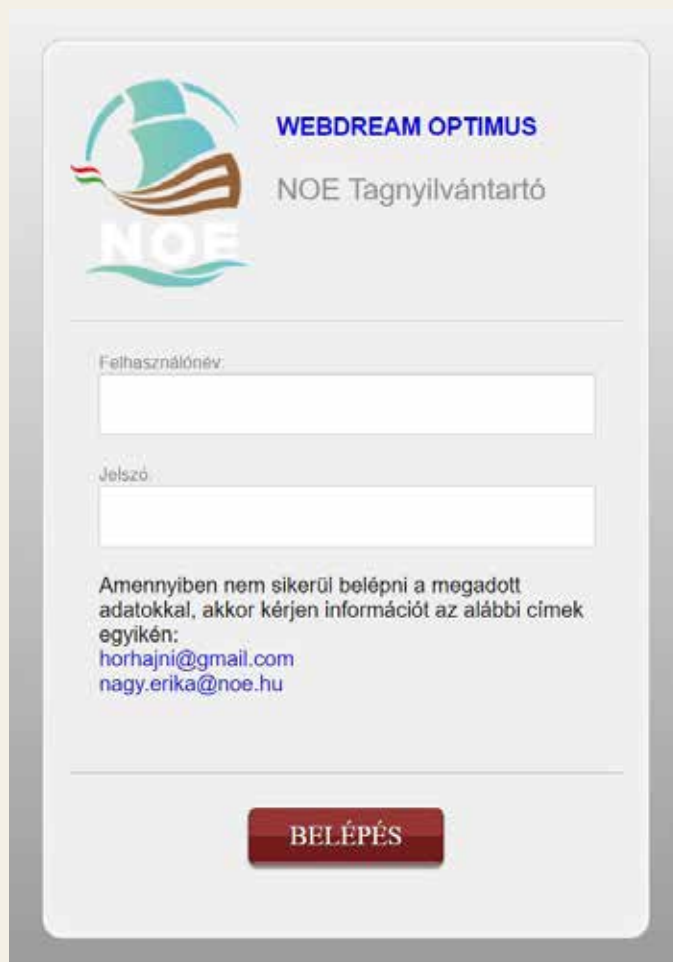
A NOE tagegyesületei részére minden NOE tagszervezet adata elérhető, a tagnyilvántartó felületen ez is megtalálható. Illetve a noe weboldalon a „tag leszek” fül alatt is megtalálható az egyesület- és csoportvezetők elérhetősége.

A tagcsaládok adatait hogyan módosíthatom?

A család tagsorszáma kattintva a személyi adatokat, a módosítás gombra kattintva az elérhetőségeket lehet változtatni.

Egy tagcsalád tagdíjának befizetését nem tudom rögzíteni, miért?

A tagdíj fizetésének rögzítése mindig a soron következő évre lehet. Nincs arra lehetőség, hogy egy évet kihagyva a tárgyév befizetését rögzítsük. A tagdíj fizetésének folyamatosnak kell lennie, az előző év hátralékának megfizetése után lehet csak az idei év tagdíját rögzíteni.



Kell-e a 18 év feletti gyerekek adatait is rögzíteni?

Igen, minden gyermek adatainak rögzítése szükséges, a gyerekszám határozza meg, hogy rendes vagy pártoló státuszú-e a család.

HORVÁTH HAJNALKA



Támogatóink

A Nagycsaládosok Országos Egyesülete abban a szerencsés helyzetben van, hogy igazán sok támogató ember, támogató szervezet veszi körül. Támogatóink a NOE berkein belülről és a NOE berkein kívülről egyaránt érkeznek, hogy adományaikkal és/vagy munkájukkal egyesületünkön keresztül segítsék a családokat. Kedvességüket és önzetlenségüket díjátadó ünnepségünkön köszönjük meg nekik minden évben. A díjazottak száma, legnagyobb örömünkre, évről-évre növekszik. Azonban a tapasztalataink azt mutatják, hogy támogatásból sosem elég, legyen szó pénzbeli, tárgybeli, időbeli vagy egyéb felajánlásról. Egyesületünkhez több, mint 16.000 tagcsalád tartozik. Ez kellően nagy merítés ahhoz, hogy mindig, minden felajánlás esetén akad olyan család a tagjaink között, akinek pontosan a felajánlott segítségre van szüksége. Éppen ezért nem tudunk elég hálásak lenni támogatóinknak és önkénteseinknek. Reméljük, hogy sokszorosan visszakapják azt a jót, melyet a nagycsaládokért tesznek.

Bemutakozik a Henkel Magyarország Kft.



A Henkelnél nagy hagyománya van a társadalmi felelősségvállalásnak. Munkatársainkkal, vásárlóinkkal és partnereinkkel együttműködve számtalan olyan kezdeményezést finanszírozunk, ahol a gyermekek, családok és a nehezebb körülmények között élők vannak a középpontban. Napjaink kihívásai nagy próba elé állítanak mindenkit, ezért elkötelezett vállalként még fontosabbnak érezzük a segítségnyújtást.

A Henkel Magyarország és a Nagycsaládosok Országos Egyesülete között szoros az együttműködés. Számos alkalommal nyújtottunk mosó, tisztítószer, és kozmetika-adományokat. Emellett Kállay Helén, Henkel Consumer Brands Supply Chain vezető munkatársunk több esetben pályázott a Henkel dolgozói önkéntes programján, és nyert el több raklapnyi adományt, hozzájárulva ezzel több száz család támogatásához. A közkedvelt Tomi márkánk is már harmadik éve veszi ki a részét a segítségnyújtásból, fogyasztói kampányaival a Tomi termékek vásárlói is hozzájárulnak a családok számára nyújtott adománygyűjtéshez.

Ha a támogatásainkat mind számszerűsítanánk, akkor elmondható, hogy a Henkel Magyarország a partnerség fennállása óta már több, mint 50 millió forint értékű adományt nyújtott a Nagycsaládosok Országos Egyesülete és tagcsaládjai részére. Nagyon büszkék vagyunk rá, hogy a családok érdekében kimagasló tevékenység elismeréseként az egyesület Bölcső-Díjának Arany fokozatában részesültünk.

NOE Hűség-díjat kapott Dr. Horváth András

Örömmel tájékoztatunk benneteket, hogy Dr. Horváth András is Hűség-díjat vehetett át a NOE díjátadó ünnepségén.

András nagyon aktív egyéni tagja a NOE-nak. Hosszú évekig vezette a Celldömölki csoportot. A mai napig önzetlenül segíti a rászorulókat nem csak munkájával, hanem magán felajánlásaival is. Támogatására mindig ott számíthatunk, ahol szükség van rá (élelmiszer és anyagi támogatás).

Ezúton is köszönjük András odaadó munkáját és gratulálunk neki a díjhoz!



Búcsúzunk



A NOE hőskorának tanújára, alapító tagunkra, dr. Ávakumovits Györgyre emlékezünk hálás szeretettel. Tanúja volt az alapító közgyűlés felemelő pillanatainak, az egyesület születésének.

A NOE életében sok fontos feladatot látott el, hosszú időn át odaadón szolgálva a közösséget.

Jogi tudásával a kezdetektől segített a családok ügyes-bajos dolgaiban a NOE önkéntes, ingyenes jogsegélyszolgálat révén. Sok éven át volt tagja az Alapszabály Bizottságnak, elnöke a Fegyelmi és Etikai Bizottságnak, valamint a regionális szerveződés kérdéseivel foglalkozó bizottságnak. Megfontolt tanácsaival eredményesen segített több taggyeületünk nehéz helyzetében. 2000-2008 között elnökségi tagként szolgált. Munkáját az egyesület 2014-ben NOE díjjal, 2016-ban Hűség díjjal köszönte meg.

Hűséges, mindig elérhető, csendes munkatársa volt közösségünknek. Bizton számíthattunk rá. Szerette a NOE-t. Nyolc éven át volt közvetlen munkatársam különböző bizottságokat vezetve. Derűs ember volt, jó volt vele beszélgetni. Mindig örömmel mesélt az unokákról. Köszönöm, hogy munkatársak lehettünk. Nyugodj békében, Gyuri!

BENKŐ ÁGOTA

„A keresztény értékrend nem csak követendő példa, hanem a mindennapokban megvalósítandó feladat is”

Gyógyszerész család sarjaként, Hankó Balázs karrierje is gyógyszerészként indult, mára pedig a Kulturális és Innovációs Minisztérium innovációért és felsőoktatásért felelős államtitkára. Feleségével négy gyermeket nevelnek, így első kézből ismeri a nagycsaládos lét szépségeit és nehézségeit. Beszélgettünk vele családi mintákról, továbbtanulásról, mesterséges intelligenciáról és a munka-magánélet egyensúlyáról is. Mit keres egy gimnazista fiú minden délután a patikában? Hogyan támogassuk gyermekeinket a pályaválasztásban? Idén nyáron sikerült-e pihennie Államtitkár úrnak? Olvassátok el az interjút és minden kérdésre választ kaphattok.



– Milyen családból származik? Vannak olyan alapértékek, melyeket otthonról hoz?

A család az alapértékek megőrzésének és átadásának helye. Kivételes lehetőség egy gyermeknek, ha szülei mellett esetleg nagyszülei, dédszülei is tudják formálni. Különösen igaz ez itt, a Kárpát-medencében, ahol a XX. század történelme is jelentősen formálta családjainkat. Hálás vagyok a családomnak azért, hogy történelmünket

nemcsak a tankönyvekből ismerhettem meg. A hazaszereget mellett életvitelükkel is megmutatták, hogy a keresztény értékrend nemcsak követendő példa, hanem a mindennapokban megvalósítandó feladat is. Feleségemmel arra törekszünk, hogy ezt továbbörökítsük négy gyermekünknek. Ebben a család mellett jelentős támasz az a gödöllői közösség is, amely szigetként létezik.

– Ön 2005-ben gyógyszerészként szerzett PhD-fokozatot, mára pedig a Kulturális és Innovációs Minisztérium innovációért és felsőoktatásért felelős államtitkára. Csak külső szemlélőként tűnik úgy, hogy 18 év alatt hatalmas fordulatot vett az élete, vagy az irány mindig is ez volt?

A gyógyszerészet családi minta, hiszen Édesanyám és Édesapám is gyógyszerészek. Mielőtt bárki azt gondolná, fontos kiemelni, hogy nem azért választottam ezt a hivatást, mert kényszernek éreztem, hanem azért, mert ebben is jó példát láttam tőlük. A '90-es évek elején megalapított családi patika tényleg családi volt: az informatikai program használatát például én tanítottam meg Édesanyámnak, a gimiből minden nap a patikába mentem segíteni. Így adta magát, hogy gyógyszerész legyek a Semmelweisen. Az egyetemi évek alatt megtapasztaltam, hogy az oktatás és a gyakorlat nagyobb harmonizációjára lenne szükség; ezt a víziót szeretném most megvalósítani

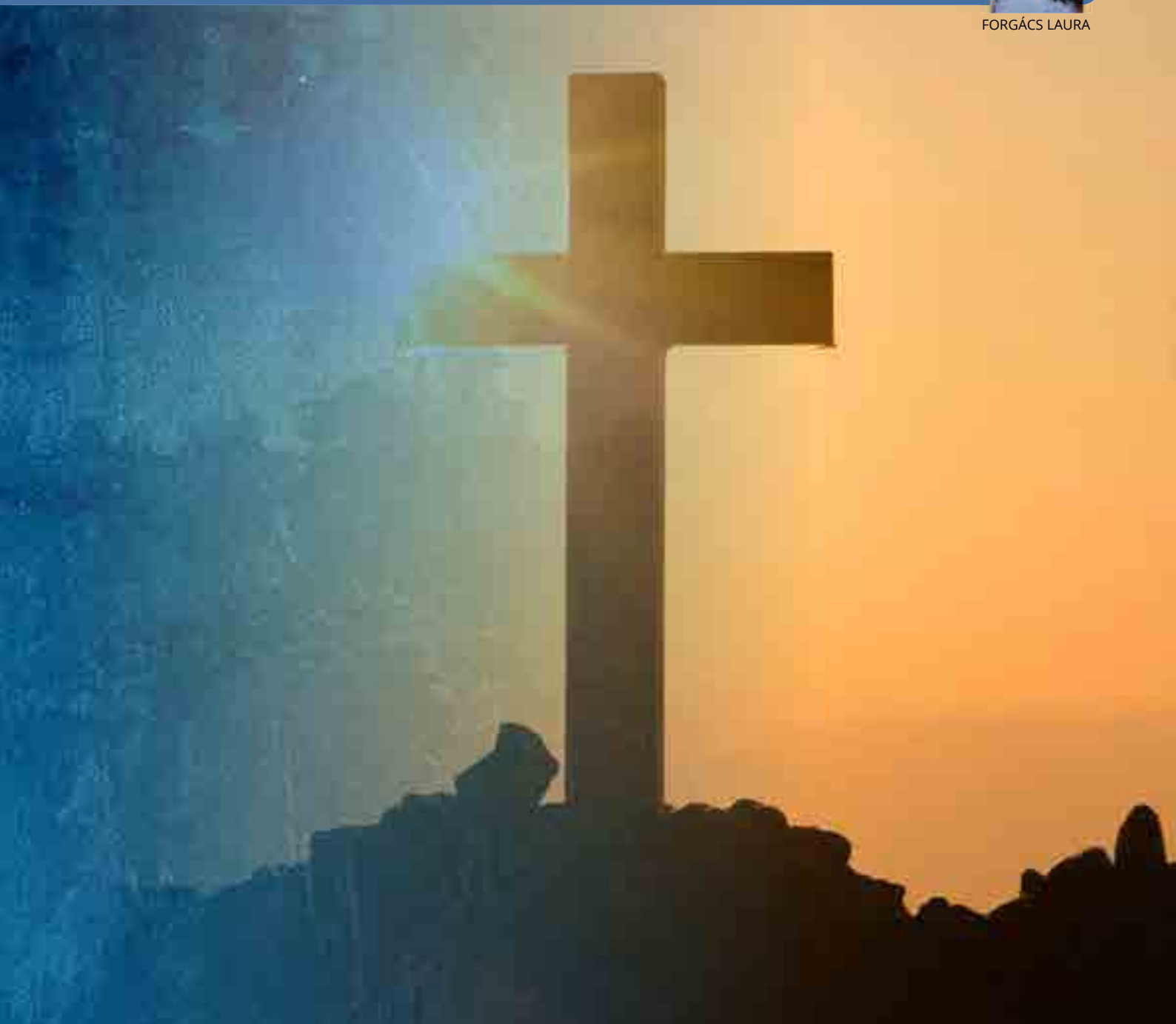
a felsőoktatásban. Miután megszereztem a diplomámat, az Egyetemi Gyógyszertárban dolgoztam, ahol kutatással, oktatással és gyógyszerellátással foglalkoztam, ami a gyakorlat, oktatás, kutatás metszete. Az itt eltöltött időm meghatározó volt, hiszen nem csak a doktori fokozatot szereztem meg, hanem részt vehettem az egyetem gyógyszerészeti ügyeivel kapcsolatos és más fontos döntések meghozatalában is. Emellett elvégeztem egy egészségügyi menedzser mesterképzést is. Ennek eredményeként 2010-ben lehetőségem nyílt az egészségügyi területen az akkori államtitkár mellett dolgozni. Ezután fokozatosan közelebb kerültem a felsőoktatáshoz mint az orvosegyetemek fejlesztéséért felelős miniszteri biztos, közben pedig stratégiai rektorhelyettes lettem a Semmelweis Egyetemen. Végül 2020 nyarán kaptam felkérést a helyettes államtitkári pozícióra, 2022 decembere óta pedig államtitkárként felelek a magyar innovációért, tudománypolitikáért, felsőoktatásért, szakképzésért és felnőttképzésért.

– Feleségével négy gyermeket nevelnek. Saját gyermekei inspirálják-e a munkájában?

Nevelünk, de a gyermekeinek is nevelnek bennünket. Legidősebb gyermekünk, Csenge, már egyetemre jár, rajta keresztül is látom az egyetemi világot. Levente lassan a felvételre készül, így különösen érdekes volt az új felvételi rendszert vele megismertetni. Bence és Zente pedig egy gimnazista, valamint egy általános iskolás szemével nézik az oktatást, és őszintén elmondják véleményüket.

– Úgy gondolom, örök a dilemma, hogy gyermekünk szakmát tanuljon-e vagy diplomát szerezzen. Ön mit tanácsolna az e kérdésben bizonytalanoknak?

Korábban ez valóban dilemma volt a családokban, de az utóbbi évek szakképzési és felsőoktatási rendszereinek megújítása megkönnyíti ezt a helyzetet; nem kell választani a szakma és a diploma között. A technikumokból egyenes út vezet a felsőoktatásba, számos előnyt biztosítva ezzel a szakképzésből érkezőknek. De az a tanácsom azoknak, akik ennek ellenére bizonytalanok a kérdésben, hogy olyan tevékenységet válasszon a gyermekük, amit szeret. Ha valamit szeretnek, akkor azt teljes odaadással fogják végezni, ezáltal a későbbiekben azok az alapképességek és készségek tudnak kiteljesedni, amelyek a gyermekük hasznára válnak az életük során.



- A világsajtó hetek óta hangos a mesterséges intelligencia fejlesztésében elért újabb és újabb áttörésektől és egyúttal a rémhírektől is, miszerint az AI belátható időn belül elveszi az emberek jelentős részének munkáját. Ön egyszerre felelős államtitkára az innovációnak és a szakképzésnek, felnőttképzésnek és felsőoktatásnak. Lehetséges-e egy emberként üdvözölni az innovatív MI fejlesztéseket és támogatni az egyéneket a továbbtanulásban, szakképzésben?

A kulcskérdés az, hogy a mesterséges intelligencia irányít minket, vagy mi használjuk a mesterséges intelligenciát. Az oktatás és a kutatás terén a célunk az, hogy olyan diákokat, hallgatókat és kutatókat képezzünk, akik rendelkeznek a szükséges készségekkel és tudással ahhoz, hogy hatékonyan használják a mesterséges intelligenciát. Az innovatív MI fejlesztések üdvözlése és

az egyének támogatása a továbbtanulásban és a szakképzésben tehát teljesen összeegyeztethető.

- A nyári szünidő Önnek is a pihenés, a kikapcsolódás és a feltöltődés időszaka vagy ilyenkor is akad munka bőven?

Idén az elmúlt évek nyarához képest több időt tudtam a családdal együtt lenni és sikerült egyensúlyt teremtenem a munka és a pihenés között. Be kell valljam, hogy ez eddig nem igazán sikerült, így nagyon hálás vagyok a családomnak, amiért ezt jól viselik.

Az elmúlt években gyakran volt úgy, hogy még a nyaralásra szánt időm is munkával telt. Idén igyekeztem kicsit másképp tervezni, hogy több időt tudjak szentelni a családommal való együttlétre és a pihenésre.

A most közölt verset Papp Róbert négygyermekes édesapa, a Kalocsai Sokszínűvirág Nagycsaládos Egyesület tagja írta a NOE 30. születésnapjára. Habár azóta eltelt öt év, a vers továbbra is aktuális, az új cím akár lehetne *35 éve kéz a kézben*.

30 éve kéz a kézben

Nagycsaládok nagy családja,
Egyszóval a NOE
Harminc éves napjainkban,
Te dönts el, hogy sok-e!

Túl van már a tini koron,
Azért mégsem öreg,
Taglétszáma mostanra már
Nagyvárosnyi tömeg.

Nagycsaládban legjobb élni,
Tudják mind a titkot.
Ahol van, vagy három gyerek,
Ott bánatra nincs ok.

Olyan sok jut szeretetből
Kicsinek és nagynak,
Földi lélek amennyit csak
Kevés helyen kaphat.

Harminc éve kéz a kézben
Kölykök, bácsik, nénik,
Kívánom, hogy így maradjon
Még, vagy százhusz évig.

Papp Róbert

Könyvajánló



Martin Gardner: Szórakoztató matematikai fejtörők

„Ha három macska három perc alatt három egeret tud megfogni, hány macska fog meg száz perc alatt száz egeret?” (A válasz: a kérdés nem egyértelmű.) Martin Gardner a 20. század második felének egyik legnagyobb hatású tudomány-népszerűsítője, a szórakoztató matematika műfajának egyik megteremtője. Az itt összegyűjtött feladványok közös jellemzője, hogy megoldásuk nem feltételez magasabb szintű matematikai jártasságot, csupán logikus gondolkodást, találékonyságot és a szokatlan nézőpontokra, a rejtett tényezők felismerésére való nyitottságot kíván. Kötetünk mulattató és tanulságos olvasmány, amely rámutat az élet legkülönbözőbb területein jelen lévő matematikai kihívásokra. Nemcsak a matematikát kedvelő fiatalok, de a szórakoztató matematika iránt érdeklődő minden korosztály számára bizvást ajánlható.



Kovács-Mihócza Orsolya: Klub-délelőtt – Történetek és kézikönyv anyaközösségeknek anyaközösségekről

Senki sem születik nagycsaládos édesanyának. Senki sem születik baba-mama klubvezetőnek. Én mindkettő lettem. Ebben a könyvben a folyamatot írom le: a klub létrejöttéhez vezető utat, az örömet, ami a klubvezetéssel járt, és azt a rengeteg ötletet, ami időközben felmerült és be is vált. De nem titkolom el a küzdelmeket és a nehézségeket sem. Egy különleges kézikönyvet tartasz a kezdedben, amely közösségépítésről és közösség-működtetésről szól. Személyes történeteken keresztül mesélem el mindazt, amit édesanyaként, baba-mama klubtagként és klubvezetőként megtapasztaltam. Mégsem csupán női közösségek vezetőinek ajánlom ezt a könyvet.



Böszörményi Gyula: Ambrózy báró esetei I. – Leányrablás Budapesten

1896-ban, a milleniumi ünnepségek forgatagában nyoma vész Hangay Emánának, a Marosvásárhelyről érkezett 16 éves leánynak. Négy évvel később titokzatos távirat érkezik tőle, amit jóval az elrablása után adott fel. Húga, a 17 éves Mili kisasszony azonnal a fővárosba utazik, ahol kezdetét veszi a rémálom, melyben egyetlen támasza a jó hírű, ám igen zord természetű mesterdetektív, Ambrózy Richárd báró.



Kim John Payne: Melegszívű fegyelmezés – Kisgyerekkortól kamaszkorig

A gyereknevelésben ugyanúgy vannak korszakok és divatok, mint a kultúra minden más területén. Volt idő, amikor a szülők túlzásba vitték a fegyelmezést, és a merev hozzáállással kikényszerített engedelmesség sok nemkívánatos következményhez vezetett. Ezzel szemben ma sok szülő még a fegyelmezés gondolatát is elutasítja, mert attól félnek, hogy ezzel eltaposnák gyerekük akarát, és nem adnának teret egyénisége kibontakozásához. Kim John Payne az egyik legismertebb ma is élő gyermekpszichológus az új könyvében a melegszívű fegyelmezés filozófiájával és gyakorlatával ismeret meg, melyek segítségével a kényes nevelési helyzetekben is jól reagálhatunk, hatékonyan kezelve az ellenszegülő, provokatív, követelőző és más módon problematikus megnyilvánulásokat.



Felicita Sala: Mit főznek a Gránátalma utca 10.-ben?

Valaminek jó illata van a Gránátalma utca 10.-ben. Sőt, mennyei! Mindegyik lakásban valami különleges étel készül, amit a lakók szeretnének megosztani egymással a ház közös ebédjén. Ez a gyerekeknek szóló szakácskönyv varázslatos rajzokkal és egyszerű leírásokkal mutatja be különböző kultúrák egy-egy jellegzetes ételét, amiket a kis séfek könnyen elkészíthetnek.



Nagy Ádám - Trencsényi László - Veszprémi Attila: A Pál utcai küldetés – Mentsük meg Ernőt!

Szerezzük vissza a Pál utcaiak zászlaját! Óvjuk meg a grundot! És mindekelőtt: mentsük meg Ernőt! Itt Te alakítod a történetet, Te választhatsz meg az utad. A Molnár Ferenc regénye nyomán készült interaktív történetben minden jelentős fordulópontonál döntés előtt állsz, és ez a döntés határozza meg, melyik oldalon folytatod az olvasást. Hogy ne keveredj el, ajándékba adunk két könyvjelzőt, amelyeket a könyv oldalhajtásából téphetsz le. A játékban segítségére van három térkép és egy minilexikon, a Pufipédia is.

Nagycsaládban élni jó!

A család a társadalom alapja. Egy nemzet jóléte az egyes családok jólététől függ. Számos tényező teheti boldoggá a családokat, de számunkra, nagycsaládosok számára, a sok – az átlagosnál több – gyermek az egyik legfontosabb tényező. Gyermkeink pedig olyan értékeket teremtenek, amikből nap mint nap töltődhetünk.



Csapatpszellelem

Minden családnak megvannak a maga írott és íratlan szabályai. Ahhoz, hogy egy közösség jól tudjon működni, a közösség minden tagjának meg kell találnia a szerepét és tudnia kell alkalmazkodnia a szabályokhoz. A csapatban való együttműködési készség ma már szinte az élet minden területén alapkövetelmény. Viszont egy nagycsaládban, ahol sok gyerek él együtt és nem túl nagy a kor különbség, egy kis szülői segítséggel nagyon jó kis közösség kovácsolódhat össze. Ebben a családi közösségben igazi csapattá érhet a család, ahol sajátos játékokat, rituálékat alakíthatnak ki együtt, amelyekben mindenkinek megvan a maga

Sok gyermekkel egy családban élni gyakorta kihívás, de még többször öröm. Nagycsaládosként olyan élményekkel, tapasztalattal gazdagodhatnak kicsik és nagyok egyaránt, amiket sehogyan másképp nem tudnának ennyire esszenciálisan megélni. De mik azok a legfőbb értékek, amelyek a nagycsaládok legnagyobb erőforrásai?

Érzelmi biztonság

A család alapvető feladata az érzelmi biztonság megteremtése a gyermekek számára. Az érzelmi biztonság azt jelenti, hogy a gyermekek már nagyon kicsi koruktól felnőttkorukig megélhetik azt, hogy a szülő, a család egy olyan közeg, ahol mindig támogatásra, segítségre számíthatnak, ahol a problémáikat bármikor megbeszélhetik és jó tanácsot, segítséget kaphatnak. Az érzelmi biztonság a nevelésnek, illetve a személyiségfejlődésnek alfája és omegája. A gyerekek számára – a szülők mellett – leginkább a testvérek alapozzák meg a biztonságérzetet. Kis családban, ha a gyerek összeveszik az egyetlen testvérével, vagy összeszólalkozik a szüleivel, bánatával, fájdalmával gyakran magára marad. Nagy családban a sok testvér közül, legalább egy biztosan mellette marad és támogatja a szomorkodó testvérét. Kutatások is bizonyítják, hogy aki érzelmi biztonságban, testi-lelki jólétben nőhet fel, akit szeretet és ölelés vesz körül, az nem csak gyerekként, de felnőtt korba érve is sokkal sikeresebben veszi az akadályokat és könnyebben jut túl az élet nehézségein.

szerepe. Az ilyen házaknál nem ritka, hogy olyan vonzó a csapatszellem és az állandó jókedv, hogy a sok gyerekhez rendszeresen hozzácsapódik még néhány osztálytárs vagy barát, így a jó hangulat és a nyüzsgés folyamatosan garantált. Akár egy cégér is lóghatna az ajtó fölött: Egy csapat, egy család!





VINICZAI ANDREA



Egyediség a közösségben

Ritkán adódik lehetőség olyan intenzíven megélni, mennyire különbözőek és egyediek egy közösség tagjai, mint egy nagycsaládban. Éppen ezért egy nagycsaládban elengedhetetlen, hogy minden családtag szerepét és feladatát megtaláljuk, hogy mindenki fontosnak és különlegesnek érezhesse magát a csapatban. Ha a gyerekeink tudják, miben jók, miben lehetnek ők egyediek a családban és ebben támogatjuk őket ott és úgy, ahogy csak lehet, akkor a lehető legtöbb adjuk nekik ahhoz, hogy egészséges önértékeléssel nőjenek fel és boldog, kiegyensúlyozott felnőtté váljon belőlük. Az egyediség megélése a közösségben igazi nagycsaládos tapasztalás, amit kár kihagyni.

Minden nap egy-egy készségfejlesztő tréning

Nagycsaládban élni olyan, mintha a családtagok folyamatosan készségfejlesztő tréningen vennének részt. A testvérek már első éveikben megtanulnak egymáshoz alkalmazkodni. Emiatt később könnyebben be tudnak illeszkedni a közösségbe és komolyabb lelki válság nélkül el tudják fogadni, hogy bizonyos dolgokon osztozniuk kell másokkal, és nem pottyán az ölükbe minden azonnal. Többgyermekes szülőként megtanuljuk elmélyíteni az önismeretünket és meg tapasztaljuk, hogyan tudunk projektmenedzserek lenni, hogyan oldjuk meg a mindennapi logisztikát és hogyan tudunk kellőképp rugalmasak lenni és visszanyerni a rezilienciánkat, ha borul minden korábbi tervünk. A nagycsaládos élettel járó helyzet kifejezetten pozitív hatással lehet az önfejlesztésünkre. A nagycsalád kiváló szocializációs közeg, amelyben a felnőtt élethez szükséges készségek szinte mindegyikét elsajátíthatjuk: kiváló társas készségeket alakít ki, jártassá tesz a konfliktuskezelésben, hozzásegít az aszertív kommunikáció elsajátításához, és felkészít a bármely közösségben való működésre. Röviden, a nagycsaládban élés egyik legfőbb értéke, hogy az igazi életre nevel, ahol megtanulunk alkalmazkodni, lemondani, a változásokat elfogadni, illetve elérni, de felismerni azt is, mekkora boldogság örülni a másik örömének is.



A nagycsaládból adódó apró örömök

Rengeteg értéket és érvet sorakoztathatnánk még fel, hogy alátámasszuk, miért is jó nagycsaládban élni. De megvannak azok a mindennapi apró örömök, amik igazán meggyőzően igazolják, miért választottuk oly sokan ezt az életformát.

- **Nagycsaládban sosem unatkozunk.** Mindig történik valami, ami figyelmet vagy megoldási képességet igényel, ezért folyamatosan koncentrálnunk kell, így lehetőségünk sincs arra, hogy unatkozunk.
- **Tovább érezzük fiatalnak magunkat.** Lehet, hogy már eltelt majdnem húsz év a legnagyobb gyermekünk születése óta, de ha még mindig van egy totyogó a házban, úgy érezhetjük, hogy felettünk megállt az idő, még mindig fiatal szülők vagyunk.
- **Gyakorlatilag folyamatos ünneplésről szól az életünk.** A karácsony és a húsvét elbújhat a rengeteg névnap és születésnap mellett, mert szinte minden hónapban van egy virágcsokor vagy egy torta az asztalon.
- **Mindig akad egy segítő kéz.** Legyen szó vasárnapi süteménykészítésről, egy nehéz kémiaházifeladról vagy egy megjavításra váró garázsajtóról, a nagycsaládban mindig számíthatunk arra, hogy valaki a segítségünkre lesz.
- **Körülölel a szeretet.** Ha túl vagyunk egy nehéz napon, elfáradtunk és nincs erőnk semmihez, a családukból, gyermekeinkből áradó szeretet képes minden gondunkat, nehézségünket elfeledtetni. A nagycsalád körülölelő szeretete olyan, mint egy akkumulátor, bármikor képes feltölteni bennünket.

VINICZAI ANDREA
COACH ÉS TRÉNER

Kamaszok a nagycsaládban, avagy nagycsaládosok kamaszokkal

Nagycsaládos szülőként a mindennapok működtetése elképesztő energiát, figyelmet, tudatosságot, türelmet igényel. A háztartás üzemeltetése, a határidők és a programok fejbentartása, a folyamatos jelenlét, a családtagok kéréseinek és igényeinek megvalósítása mind-mind igénybe veszi az embert testileg, mentálisan és érzelmileg is. Mindezek mellett a nagycsaládos lét egyik örök kihívása lehet az is, amikor a családi egységet a kamasszá cserepedett fiatalok megbolygatják. Hogyan tudjuk szülőként támogatni a családi dinamikát a serdülők integrálásával? Milyen hatással lehet egy kamasz a családi egységre? A cikkben erre keressük a válaszokat.

Erik H. Erikson pszichológus szerint a serdülőkor időszaka az identitáskeresésről, önmaguk megismeréséről szól. Ebben a fejlődési periódusban a kamaszokat a következő kérdések foglalkoztatják: „*Ki vagyok én?, Hogyan vagyok jelen a világban?, Milyen ember válhat belőlem?, Mit tudok elérni, mit érek én önmagamban?*”. Ahhoz, hogy megtalálják a számukra megfelelő és megnyugtató válaszokat, a megszokottól eltérő viselkedésformákat vehetnek fel, próbálhatnak ki. A kísérletezés tapasztalat- és élményszerzéssel jár, amivel formálódik és megerősödik az értékrendszerük, viselkedésük, attitűdjük. Mindezt az adott szociokulturális közeg, a család, a barátok erőteljesen befolyásolják. A válaszkérés hosszú útján próbára teszik a saját és a család tagjainak határait is.

A pubertáskor mindemellett a szülőkről való érzelmi leválást, a szeparációs hatásokat, valamint az önállóság terén a szárnypróbálgatásokat is magába foglalja. Eszerint azt tapasztalhatjuk, hogy a kamasznak a családban megszokott szerepei, a családtagjaival fennálló kapcsolatai megváltoznak, az eddigi családi dinamika átalakul, a családban való jelenléte megújul.

A családi egyensúly megteremtése

Ahhoz, hogy a serdülő fiatalok felnőttkorukra szociálisan kompetens, érett, felelősségteljes személyiségekké váljanak, fontos, hogy a biztonságos családi közeg támogatása mellett felfedezhessék és megérthessék önmagukat családon belül és kívül is.

A szülőknél nem könnyű azt átélniük, hogy véleményük egyre kevésbé számít, az lehet a benyomásuk, hogy gyermekük mások nézetét értékesebbnek találja, hogy nem számít neki a családtagok boldogsága, jólléte. A leválási folyamat fájdalmas lehet a szülők számára, sőt, a testvéreknek is okozhat rossz érzéseket, gondolatokat. Azonban fontos lehet észben tartani, hogy a fiatal nem szándékosan bántja a családtagjait, a legtöbb esetben nincs is tudatában, hogy mit vált ki, mit okoz a viselkedésével. Ennek pszichológiai szempontból az a háttere, hogy a kamasz érzelmileg eltávolodik a családtól, leválik a szülőkről, önálló egyénként próbálja ki önmagát. Mindez annak érdekében történik, hogy a fiatal nyitni tudjon és bizalmas kapcsolatot tudjon kialakítani kortársaival a jövőben, hogy hosszútávon biztonságosan, szeretetteljesen, egészségesen tudjon kötődni.

Szülőként nehéz megélni azt, hogy az eddig „jól neveltnek” ismert gyermekünk elkezd megkérdőjelezni, nem fogadja el a segítségünket, meglátásainkat, sőt, előfordulhat, hogy konfliktust provokál. Amit eddig saját magától, örömmel, élvezettel vállalt el és csinált meg, azt most nemhogy kérésre nem teszi meg, de azt sem lehet nála elérni, hogy az alapvető „kötelességeinek” eleget tegyen. A kamasz megváltozó hozzáállása az eddig kialakult családi, testvéri kapcsolatokat is próbára teheti.

A családi egység, béke megteremtése és fenntartása a család minden tagja számára feladatot adhat, amit közös erőfeszítéssel és szeretettel teli odafordulással lehet megvalósítani.



Mit tehetünk szülőként a családi egység fenntartása érdekében?

Szülőként fontos tudatosítanunk, hogy új időszak következik a család életében, amiben másfajta családi dinamikát kell megteremteni. Fókuszálhatunk annak elfogadására, hogy a családi egység néhány ponton megváltozik, hogy egy kicsit másképp fog a család működni, de az új felállás ugyanolyan jó lehet, ha együtt tudjuk megteremteni a harmóniát. Az egyensúly kialakításában fontos, hogy a fiatal felnőtt az alapvető családi értékek elfogadásával és határok megtartásával lehetőséget kapjon az önmaga felnőtt énjének előkészítéséhez, gyakorlásához. Tekinthetjük ezt gyakorló időszaknak, amikor lassan már a felnőtt működés normáit tudja elsajátítani, aminek a szülői támogatás, nyitottság és türelem a fundamentuma.



Ehhez az szükséges, hogy a család minden tagja elfogadással, szeretettel legyen a változás iránt. Így a családi egység megszilárdításához fontos lehet, hogy a szülők a gyermekekkel külön-külön beszélgessenek, hogy mindenki a saját életkorának megfelelő interpretációt kapja meg. Így a testvérek megismerhetik annak a menetét, hogy mi történik a nagylányokkal, nagyfiúkkal, hogy mi zajlik ilyenkor az ő testükben, fejükben. Fontos arról beszélnünk, hogy miben kérjük az ő megértésüket, hogy ők hogyan tudnak hozzájárulni a nagytesó családon belüli békésebb működéséhez, valamint magyarázatot adjunk arra, hogy a kamasz tesó miért nem a megszokott módon és mértékben játszik, foglalkozik, törődik a testvérekkel. Ezzel meg tudjuk teremteni azt az összetartó, elfogadással, szeretettel teli közeget, ami stabilitást, kiszámíthatóságot, biztonságot jelent a kamasz számára is.

A serdülővel való beszélgetés során figyeljünk arra, hogy miként reagálunk a hozzáállására, gondolataira. Segítség lehet, ha arra gondolunk, hogy mi a célunk (tanítani, biztonságot nyújtani neki ahhoz, hogy minél zökkenőmentesebben tudjon végig menni ezen a fejlődési szakaszon, elfogadtatni vele más véleményét is...). A célhoz vezető utat pedig alakítsuk úgy, hogy a serdülő velünk tudjon maradni az úton. Persze, ebben lesznek megállók, ahol a vélemények nem fognak egyezni, azonban a kamasz számára meghatározó lesz, hogy a szülő miként érvel. Ezért jó taktika lehet, ha a kamasz érvelési technikájára reagálva érvelünk, így partnerként kezelve, felnőtt-felnőtt párbeszédben tudunk eljutni a kompromisszumig. Hiszen ebben az időszakban a kamasz azt próbálja elsajátítani, hogy felnőtt emberként miként is lehet jelen az interperszonális kapcsolatokban.

Ilyen kompromisszumkeresés lehet a családdal, testvérekkel, szülőkkel való együttműködés is. Érdemes lehet átbeszélni a kereteket, egymás elvárásait, elakadásait. Gyakorlati példaként szóba jöhet például, hogy milyen háztartásbeli feladatokat kell, milyen határidőre elvégeznie, mik azok, amik kevésbé fontosak, mik azok, amikben ő hozhat döntést. A testvérekkel való kapcsolódás, program, hozzáállás is beszélgetés tárgya

lehet. Ilyenkor igyekezzünk egészen gyakorlatiasan, szemléletesen, a konkrétumok szintjén kompromisszumra jutni. A kompromisszum alapját képezi, hogy a serdülővel együtt történik ezek meghatározása, így a fiatal felnőttnek tartania kell magát ahhoz, amibe beleegyezett. Ezt érdemes rendszeresen, meghatározott időközönként átbeszélni, értékelni. Mindazonáltal fontos, hogy amiben megegyeztünk, ahhoz mi is tartani tudjuk magunkat és hogy az elismerés, a jutalmazás, a folyamatos és kölcsönös visszajelzés is szerepet kapjon.

A beszélgetés mellett a minőség, együtt töltött idő is meghatározó lehet. Persze, ezt nem könnyű megvalósítani, hiszen meglehet, hogy nem a családi program lesz a legcsábítóbb lehetőség, azonban tudunk tenni azért, hogy azzá váljon. Vannak családok, ahol nagyon jó eredményekkel az előre kialakított

családi programnaptár-tervezést alkalmazzák. Ennek lényege az, hogy a családtagok már az év elején, vagy a következő évre összegyűjtenek programokat, amiket együtt szívesen kipróbálnának. Ezek alapján az évre havi vagy negyedéves szinten előre beterveznek programokat, amelyeknek az időpontját előre le is foglalják, hogy a legkevésbé se lehessen kibújni alóluk.

Miként válhat ez a család és a kamasz hasznára?

A kamasznak a felnőttkor küszöbén így méltányos, felelősségteljes, partneri kommunikációban, együttműködésben lesz része. Ez nagyon hasznos tanulási és tapasztalatszerzési folyamat lehet számára későbbre is. Egyrészt azzal, hogy a saját vállalásai és célkitűzései szerint kell haladnia, másrészt azzal, hogy saját magával kapcsolatban állít elvárásokat, így tudatosabbá válik saját működésére, kompetenciáira, mindamelllett, hogy sikerélményei lesznek és a családtagokkal való interakciók is pozitív élményeket hozhatnak a számára. Az emberekkel való bánásmód, együttműködés is sokkal közelebb tud hozzá kerülni, még olyan kritikus periódusban is, amikor a serdülés során az egocentrizmus kap szerepet. Ezenkívül erősödik a szülők, testvérek közti kapcsolat, a bizalom is. Nagyon szoros családi kötelékek alakulhatnak ki annak hatására, hogy a családtagok megtapasztalhatják, hogy a család összefog és együtt oldják meg a nehézségeket, együtt találnak megoldást, és hogy szeretettel, odafigyeléssel, szinte végtelen türelemmel vannak egymás iránt.

Serdülő fiatalunk kapcsán fontos emlékeztetni magunkat arra, hogy milyen érzékeny és sebezhető időszakot élnek meg. A családtagok átmenetileg szerethetetlen viselkedésminták sorát tapasztalhatják meg. Felismerni és tudomásul venni a felnőtté váló gyermek változó szükségleteit, ingadozó érzelmi világát, kaotikusnak tűnő gondolatait, kitalálni, hogy mi az együttélésnek az aktuálisan elég jó formája - minden családtagtól őszinte beszélgetéseket, rugalmasságot, elfogadást, türelmet és szeretetet igényel.

KISFALUDY LILLA
PSZICHOLÓGUS

A közösséghez tartozás fontossága

Az életünk során szinte elkerülhetetlen, hogy közösségek részévé váljunk. Egészen gyermekkorunktól kezdve – amikor a szűk családi közegből kilépve – a bölcsődében és az óvodában elkezdjük megtanulni a társas érintkezés szabályait, a felnőtt éveinkben is mindvégig szorosabb vagy lazább kapcsolatba kerülünk közösségekkel, legyenek azok munkahelyi, szakmai, szabadidős vagy magánszerveződések. Mindezen nagyon sok szempontból gazdagít bennünket érzelmileg emellett, hogy számos praktikus hozadéka is van. Cikkünkben körül járjuk, hogy a csoporthoz tartozásnak milyen előnyei vannak, és az miként járul hozzá a pszichés jóllétünkhöz.

Mindnyájunk alapvető igénye a más emberekhez való kapcsolódás. Az evolúció során az ember a túlélése érdekében megtanulta, hogy a másokkal való együttműködés elengedhetetlen a talpon maradáshoz, és a szűk családon kívül, nagyobb csoportokban is megtapasztalta egymás kölcsönös támogatásának fontosságát.

A közösséghez való tartozásra azonban nemcsak az evolúció által támasztott kihívásokkal való megküzdés praktikus okai, hanem a pszichológiai fejlődése szempontjából is szüksége volt az embernek.

Számos kutatás igazolta, hogy a társas kapcsolatok hozzájárulnak a mentális és testi egészségünk fenntartásához, a szociális háló hiánya pedig rendkívül sérülékennyé tesz bennünket. Ezért is óriási jelentősége van annak, hogy egészen kisgyermekkorunktól kezdve megtanuljunk a családi közegnél tágabb közösségekben is élni, és kapcsolódni másokhoz.

A közösségek, amelyekhez tartozunk, befolyásolják az identitásunkat, azt, ahogyan megéljük saját magunkat. A mások által tartott tükrökből sok mindent megtudhatunk saját magunkról és arról, hogy milyenek is vagyunk mások társaságában. A környezetünktől kapott visszajelzések valamilyen módon mind hozzájárulnak az énképünkhöz, legyenek azok pozitív, bennünket építő javaslatok, vagy akár kritikák. Ez utóbbiaknak is nagy értékük van, ha megtanuljuk a javunkra

fordítani. A negatív visszajelzésekből is rendkívül sokat lehet tanulni, amennyiben ki tudunk alakítani egy olyan „szűrőt”, amelyen azokat a negatív visszajelzéseket engedjük magunkhoz, amelyekből valóban építkezni lehet. Miután megvizsgáltuk a másoktól kapott üzeneteket, eldönthetjük, hogy a jövőben szeretnénk-e élni azokkal, mert segítenek bennünket, vagy pedig nem tekintjük őket magunkra nézve érvényeseknek. Ha úgy tudunk tekinteni a kritikai jellegű észrevételekre, hogy azokat nem tartjuk automatikusan és teljes egészükben magunkra nézve igazaknak, akkor sokkal bátrabban bele tudjuk magunkat engedni az emberi kapcsolatainkba, és nem kell attól tartanunk, hogy a különböző értékelő helyzetekben nehéz érzéseket kell majd megélnünk. Ilyen módon pedig a hozzánk közel állóktól vagy az egy közösségen belüli hasonló érdeklődésű emberektől kapott visszajelzések értéke megnő, hiszen a személyiségünk fejlődése szempontjából nagyon értékes visszajelzéseket kaphatunk tőlük és csak rajtunk múlik, hogy azokkal hogyan élünk.

Egyébként arra is fontos kitérni, hogy a pozitív visszajelzéseket is tudnunk kell elfogadni és magunkba építeni. Gyakran előfordul, hogy nehézségekbe ütközik a dicséret fogadása, hiszen gyerekkorunkban sokan megkapjuk azt az üzenetet, amely szerint a túl sok pozitív visszajelzés veszélyes lehet, mert elbizhatjuk magunkat azok hatására. De akkor sem egyértelmű, hogy megengedjük magunknak a kedvező jelzések okozta örömet, ha azok nem egyeznek azzal az énképpel, amelyet a korai éveinkben a bennünket ért hatások alapján kialakítottunk magunkról. Egy támogató közösség azonban kiváló lehetőségeket nyújt arra, hogy gyakoroljuk a pozitív visszajelzések fogadását és természetesen azoknak az adását is, hiszen ez utóbbi bennünk is jó érzéseket kelt és ez is hozzátartozik egy közösségben való részvételhez.

A közösségnek az identitásunkra gyakorolt hatása mellett fontos arra is kitérni, hogy az én-tudat mellett szükségünk van arra is, hogy az egyes emberi közösségekhez tartozva legyen mi-tudatunk is. A közös normákon és célokon kívül a mi-tudatot





KOVÁCS PETRA



és az összetartozást hivatottak erősíteni a közösség jelképei, szimbólumai (például egy logó) és a szokások (például közös rendezvények) is.

Az énképünket gazdagítják a különböző közösségekben betöltött szerepeink és az ott gyakorolt kompetenciáink. Gondoljunk csak arra, hogy az, ahogy például családi közegben megéljük magunkat, mennyire eltérhet attól, ahogyan a munkahelyen látjuk el a feladatainkat, vagy, hogy a szurkolócsapatunk tagjaként mennyire különböző érzésekkel vagyunk jelen egy edzésen ahhoz képest, ahogyan egy szakmai konferencián a kollégáinkkal együtt veszünk részt.

Ahogy ezekben a közegekben megéljük magunkat, az hozzájárul az identitásunkhoz, és igen gyakran előfordulhat az is, hogy az életünk valamely területén fellépő krízissel való megküzdésben vagy veszteség feldolgozásában olyan lelki erőforrásainkat tudjuk mobilizálni, amelyek egyébként az életünk másik területén betöltött szerepünkből vagy éppen valamely közösségi tagságunkból fakadnak. Amikor például egy hobbi túracsoport tagjaként megtapasztaljuk, hogy milyen érzés megtámogatni egy társunkat a túra egy fizikailag megterhelő szakaszán (vagy éppen fordítva, mi magunk kerülünk nehéz helyzetbe és segítséget kapunk valakitől), az fejlesztheti azt a képességünket, hogy a munkahelyen is bele tudjuk magunkat élni egy olyan kollégánk nehézségeibe, akivel egyébként mindaddig nem találtuk meg a közös hangot.

Egy közösséghez való tartozás érdekében ugyanakkor szükségserűen meg kell tanulnunk másokhoz alkalmazkodni, ami mindenképpen valamilyen szintű önfeladással is jár, hiszen a csoportnormák betartása érdekében időnként le kell mondanunk a saját törekvéseink egy részéről. A közösség ilyen értelemben el is vesz tőlünk, ugyanakkor nagyon sok mindent ad is, és szerencsés esetben az, amivel gazdagodunk, meghaladja a lemondások okozta frusztrációt.

A társas kapcsolódás egyik legnagyobb értéke, hogy erőt ad és bátrabbak tudunk lenni egy csoport tagjaként, a közös

értékek és célok egyúttal védeltséget is adnak, ami erősítheti a biztonságérzetünket. Ez utóbbinak természetesen a közösséghez tartozás csak az egyik eleme, hiszen a hozzánk legközelebb állókkal való kapcsolat, de legfőképpen a saját magunkból fakadó belső erőforrásaink azok, amelyeken a biztonságérzetünk alapul. Ugyanakkor a közös célok és az azok elérése érdekében tett erőfeszítéseink fontos szerepet játszhatnak az érzelmi stabilitásunk megteremtésében.

A közösséghez való tartozás másik nagyon fontos hozadéka, hogy a közösen megélt pozitív élmények által kiváltott öröm intenzitását megsokszorozza az, hogy az adott történetekben közösen vagyunk benne és meg tudjuk osztani másokkal a kellemes érzéseinket. Amikor másokkal együtt élünk meg örömet és felszabadultságot, annak sokkal nagyobb ereje tud lenni, mintha egyedül lennénk benne a boldog pillanatokban. Az érzelmi feltöltődés hatványozottan intenzívebb lehet, amikor megosztozunk a kellemes élményeken. Gondoljunk például arra, amikor például egy évfordulót vagy ünnepet egy egyesület tagjai közösen élnek meg, és lehetőségük van arra, hogy együtt éljék át a közös történetüket, az addig együtt megtett utat, vonják le a tanulságokat, összegezzék a tapasztalataikat és együtt tervezhessék a közösségük jövőjét, és akár azt is, hogy mivel tudják még jobbra tenni a közösségüket.



A közösen megélt élmények, az összetartozás érzése energiát, erőt ad a közösség tagjainak. Nagyon fontos, hogy a közösségnek legyenek céljai, hiszen a célok adnak értelmet az életnek és a közösen kitűzött irányok energetizálják a tagokat, túl azon, hogy a korábbi említett módon a biztonságérzet erősítésében is szerepet játszanak.

A boldog pillanatokon kívül azonban az összetartozás érzése életünk nehezebb szakaszain is átsegíthet bennünket, gondoljunk csak arra, hogy milyen sokat segít egy közösség támogatása például egy veszteség feldolgozásában.

A fentieket is is figyelembe véve, a közösségekhez való tartozás egy nagyon értékes mindannyiunk számára, hiszen a kapcsolódás másokhoz egy kimeríthetetlen erőforrás ez ember számára.

Egyszer volt, hol nem volt, volt egyszer egy... esti rituálé

Akár nyár van, akár tél; akár hétköznap, akár ünnepnap; akár nyugodt időszak, akár nagyobb változás; a kisebb-nagyobb rituálék ott vannak velünk, s megkönnyítik, megszépítik, segítik kicsik és nagyok mindennapjait. Most, amikor a szabadabb, könnyedebb nyári időszakból lassan átlépünk az őszebe, amikor újra iskolába, óvodába járnak gyermekeink, mi magunk pedig felvesszük a munka fonalát, vegyük szemügyre hétköznapi apró szokásainkat, ezeken belül néhány esti rituálénkat.



Közös étkezés – közös öröm

A nyugodt estét napközben tudjuk a leginkább megalapozni:

- szép és változatos szokásokkal, amelyek segítik a reggel nyugodt indulását;
- majd az elválást, újratalálkozást segítő apró rítusokkal a nap folyamán,
- sok mozgással a levegőn délután
- s egy nem túl kései vacsorával este.

Sok családnál az esti étkezés az, amikor valamennyi családtag együtt ül az asztalhoz, amikor egymás társaságában kikapcsolódunk, beszélgetünk, feltöltődünk. Az élvezetes és nyugodt közös étkezést elősegíthetjük apró szokásainkkal: hogy a szűkebb családnak is szépen terítünk nemcsak vasárnap vagy ünnepnapon, hogy nem fogadunk telefonhívásokat vacsora közben, hogy a megszokott helyünkre ülünk, hogy közösen készítjük el az ételt és szedjük le az asztalt, hogy az évszaknak megfelelő asztali dekorációt készítünk, hogy kinek-kinek a kedvenc bögréjét tesszük a tányérja mellé, hogy áldást mondunk, – és még sok más olyan módon, ami örömet szerez a család tagjainak.

Nem egy családnál a szülők egyike, általában az apa hétköznap esetenként nem ér haza vacsoraidőre, itt – ha megoldható – megfordulhat a menetrend, s a reggeli lehet az a biztos pont, amikor együtt lehetnek a gyermekek az apával is, amikor közösen meg lehet beszélni, hogy mire vár aznap. Jót tesz a családtagoknak, különösen a gyerekeknek, ha reggelente elmondhatják, hogy aludtak, ki mit álmodott, legyen

Tipp kisgyermekeseknek:

a megfelelő viselkedés elsajátítása az asztalnál nem megy egyik napról a másikra. Ilyenkor segíthet a „malacnap”, amikor havonta egyszer mindenki úgy eszik, ahogyan akar: kézzel, csámcsogva, röhögve... A rossz szokásait azonban mindenkinek erre a napra kell fenntartania. Még az is lehet, hogy egy idő után feleslegessé válik a malacnap, hiszen amit szabad, ami megtűrt, annak hamar elveszik a varázsa.

az egy rossz álom vagy éppen egy különlegesen jó, mint például amikor egy kis ovis álmában a villanykapcsolók mind fehér-csokivá váltak, s kedvenc plüss dinoszauruszai is életre keltek a gyerekszobában. Ha nehéz napja lesz valamelyik gyereknek, például dolgozatírás vár rá, akkor irányítsuk a figyelmét valamilyen örömteli eseményre, például dönthesse el ő, mi legyen aznap a vacsora. Az apás reggelt megkoronázhatja, ha iskolába/munkahelyre apa és gyerekek időben indulnak el, s az első sarokig akár együtt is el tudnak sétálni.

Az esti tisztálkodás szertartása

A fürdés ellazít, elálmosít, éppen ezért jó helyen van az esti alvás előtt. A csecsemők és kisgyermekek számára különösen fontos az érintés, a testi kontaktus, amelynek





VIDA-BARÁTH MÁRTA

Tipp serdülőket nevelő fiús apáknak:

Serdülőkorban elérkezik az idő, amikor a fiúk édesapjuk segítségével felfedezik az apák, nagyapák borotválkozó rituáléit kezdetben havonta, később gyakrabban. Egy hagyományos borotva és hozzá való szappan igényes pamaccsal vagy inkább villanyborotva a jól bevált gyártótól? Apa és fia együtt biztosan a legmegfelelőbbet választja ki.

teret adhat az esti fürdetés is, utána pedig akár egy kis babamasszázs, ölbe bújás. De lassan-lassan az önállóság is kibontakozhat az esti szokások során: a kicsit nagyobbaknál például a fogmosásban, a kétperces homokórával való versenyzésben, a felöltözésben, hiszen a rituálék a családdal együtt nőnek, változnak. Ugyanígy a kreativitásnak is helyet biztosíthatunk az ismétlődő tevékenységekkel akár együtt játszva a gyerekekkel: a habból képet festve a csempére vagy hajmosás közben hajszobrokat alkotva.

A kiskamaszoknál tovább változnak a fürdéshez kapcsolódó rituálék, s eközben a határok képzését is gyakorolhatja mind a szülő, mind a gyermek. Már nem megyünk be serdülő fiunkhoz, lányunkhoz, ha ő éppen fürdik vagy zuhanyozik, egyre inkább átengedve nekik a kontrollt a testük, testápolásuk felett is. Napjainkban, amikor nem egy lány küzd evészavarral, fontos, hogy nap mint nap kifejezzük az elfogadásunkat nemcsak a gyermekeink testével és személyével kapcsolatban, hanem a saját testünkkel és énünkkel kapcsolatban is. Mert a szép sokkal szebb, mint a tökéletes. Tanuljuk meg átkeretezni, amit látunk: egy orr, egy fül, egy testalkat sosem csúnya, hanem mindig egyedi, különleges, azaz szép. Ezt segíti, ha lányainknak fogyókúra, önsanyargató rituálék helyett a testünket elfogadó, a testünkkel jól bántó, szerető-kényeztető rituálékát adunk tovább, s azt a testtudatos szemléletet, amely segítségével nem félünk eltérni az aktuális szépségideáltól.

Mi a családi rituálé?

A kommunikáció szimbolikus formája, amely szisztematikusan, időről időre azonos módon játszódik le. Jelentősen hozzájárul a családi közösségi érzés fenntartásához. Ezt a közösségi érzést családi identitásnak hívjuk.

A rituálék tisztázzák a szerepelvárásokat, kijelölik a kapcsolatok helyét a családon belül és kívül, meghatároznak bizonyos szabályokat, melyekhez tartva magát minden családtag tudja, hogy „a mi családunk ilyen”. A rituálé emlékeztet bennünket arra, hogy a kommunikáció lehet szimbolikus, hogy az ismétlés előmozdítja a tanulást, s hogy a múlt a jelenbe van beágyazva.

Klasszikus mesék kontra rövidített változatok

Napjainkban a könyvesboltokban egyre gyakrabban találkozunk olyan kötetekkel, amelyek a meséket az elmesélésükhöz szükséges idő alapján csoportosítják. A jelenség kapcsán felmerül a kérdés, hogy a mesék a sűrítés és rövidítés során megőrzik-e eredeti funkciójukat, képesek-e a gyermekek fejlődésében az eredeti változataikkal megegyező fontos szerepet betölteni. Egy 2022-es magyar tanulmányban ennek jártak utána a kutatók. 34 mesét hasonlítottak össze szereplők és szereplőfunkciók mentén. Eredményeik azt mutatják, hogy a sűrítés hatására a mesék nem tudják betölteni azt a fejlődéslélektani szerepet a gyermek lelki életében, amelyet a klasszikus változataik. Izgalmas meglátásaik közül kettőt idézünk:

„A varázseszköz elnyerésének funkciója a bizalom megerősítése, ami azt az üzenetet rejt magában, hogy ha útnak indul a hős és bajba kerül, akkor lesz, aki segítsen. Míg a klasszikus mesékben megjelenő varázseszköz elnyerésének funkciója minden esetben valamilyen próbatételhez kötött, addig a rövidített mesékben ennek a funkciónak a hiánya a megmérettetés hiányát is maga után vonja. Ebből következően a rövidített mesékben a varázseszközt nem megszerzi a hős, hanem az eleve rendelkezésére áll az út során. Így megoldandó probléma hiányában a mese hőse nem tud motivált lenni azok megoldásában, az akadályok leküzdésében. Ezáltal pedig a gyermek számára is elvész a történetekből nyert azon tapasztalás, hogy a javakért (például boldogság, siker) tenni kell és tenni érdemes, továbbá hogy a problémák és akadályok megoldhatók, leküzdhetők. [...] A rövidített mesék ritkán zárulnak esküvével, az élet a probléma előtti kerékvágásban folyik tovább, így a hős nem találja meg bennük az érzelmi biztonságot, mellyel legyőzheti a szeparációs szorongását, és ezáltal igazi jutalmat nyer tetteiért.”

(Forrás: Paczur Hanna – Orbán Rebeka – Vincze Orsolya – Péley Bernadette: A proppi szereplőkörök és szereplőfunkciók klasszikus mesékben és azok rövidített változataiban, Magyar Pszichológiai Szemle 77 [2022/2] 231–244.)

Beszélgetés, mese, jóéjtpuszi...

A meghitt estéhez a nap lezárásaként hozzátartozik egy kis beszélgetés, egy mese, egy jóéjtpuszi, hála a nap eseményeire, egyszerre az érzelmi feltöltődés néhány apró, de nélkülözhetetlen szertartása. Ha ezt megpróbáljuk megspórolni, mi magunk is szegényebbek leszünk, s kerülő úton gyermekeink is jelzik majd hiányérzetüket: harmadszor is vizet kérve, újra meg újra kiszaladva a mosdóba.

A mese szinte minden családban elmaradhatatlan része az esti rituálénak. Kutatások szerint a mese nemcsak a gyermekek,



Több családi rituálé, nagyobb biztonság a makrogazdasági kihívások közepette is

Számos kutatás rávilágított már a rituálék védő hatására. A családi rituálék szerepe különösen megnő azokban az időszakokban, amikor a családok valamilyen szempontból nehezebb helyzetbe kerülnek. Egy portugál kutatásban, amelyet néhány évvel a 2008-as globális gazdasági válság után végeztek el 334 portugál család részvételével, azt találták, hogy azok a családok, amelyeknek élete rituálékban gazdagabb volt, a rituálék hatékony védő mechanizmust jelentettek a gazdasági válság hatásaival való megküzdésben, mintegy pufferelték a gazdasági feszültség életminőségre gyakorolt hatását. Fontos megállapítása a tanulmánynak, hogy nem találtak generációs különbséget, azaz mind az idősebbek, mind a gyermekek hasonló módon profitáltak a családi rituálékból annak stabilitást és belső folytonosságot elősegítő hatása révén. Vagyis amikor instabilitást és bizonytalanságot élünk át – mint akár napjainkban is –, akkor a rituálék, pl. a reggeli és az esti kis szertartások, a közös vacsora, az esti mese; vagy a tágabb családdal való kapcsolatfelvétel, pl. egy születésnap vagy éves ünnepeink megünnélése elősegíti az összetartozás és a kölcsönös támogatás érzését. Általuk megélhető a biztonság azon makrogazdasági kihívások közepette is, amelyek negatívan befolyásolják a családok életét.

(Forrás: Gabriela Fonseca – Bruno de Sousa – Carla Crespo – Ana Paula Relvas: *Economic strain and quality of life among families with emerging adult children: The contributions of family rituals and family problem-solving communication*, *Family Process* 62 [2023/1] 1–17.)

hanem a felnőttek életében is fontos szerepet tölt be: segítséget nyújt az identitás megelégedésében, reflektál a személyiség mélyebb rétegeire. A gyermekek pedig azért szeretik ezeket az eredetileg felnőtteknek szóló történeteket, mert fontos tapasztalatokat, életmintákat és viselkedési modelleket közvetítenek számukra. Az esti mese, a történetmesélés ezen felül fejleszti a képzeletet, a kommunikációs készségeket, az érzelmek kifejezését, s nem utolsósorban a szülő-gyerek kapcsolatot is pozitív irányba befolyásolja.

Akár fejből mesélünk mindennapjaink eseményeit beleszöve a mesébe, akár klasszikusokat vagy népmeséket olvassunk, az nagy örömet, érzelmi gazdagodást jelent mind a mesemondónak, mind a hallgatóságnak. De még a serdülők is szívesen veszik, ha esténként egy-egy fejezetet felolvas nekik esténként a szülő vagy az egyik nagyobb testvér a számos remek ifjúsági regény valamelyikéből. A lényeg, hogy ne legyünk szűkmarkúak az esti mesére szánt percekkel, s lehetőleg ne a két-háromperces meséket kínáló köteteket válasszunk, inkább olvassuk fel több részletben a hosszabb népmeséket és klasszikusokat, vagy válogassunk a NOE igényes, mai meséiből. A *Nagycsaládosok meséi* 2. kötetének díjnyertes meséje – *Ábel és a Mikvagyonok* – mintha éppen a mi témánkat illusztrálná, mert nemcsak az identitás megelégedésének útjáról mesél, hanem arról is, hogy milyen jó, ha vannak jól bevált családi szokásaink kezdve a szombati bundáskenyérsütéstől egészen az elmaradhatatlan lusta fókázás rituáléjáig.

VIDA-BARÁTH MÁRTA
KOMMUNIKÁCIÓS SZAKEMBER,
KÉPZÉSBEN LÉVŐ CSALÁDTERAPEUTA

Felhasznált irodalom

Petra Kunze – Catharina Salamander: *A legszebb gyerekkori szertartások*, Móra, Bp., 2013.



A NÖRI bemutatja...

A déli országrészen kirándulva kihagyhatatlan úti cél a Szigetvári Vár, ahol szempillantás alatt a török korba repülhetünk, együtt harcolhatunk Zrínyi Miklóssal és csapatával. Zrínyi Miklós, a várvédő kapitány, amikor 1566-ban I. (Nagy) Szulejmán szultán vezetésével az Oszmán Birodalom serege 1566-ban megtámadta Szigetvárt, egyhónapos szívós védekezés után, helyzete reménytelenségét látva maradék vitézeivel kitört a várból és hősi halált halt. Az ostrom történetének, azonos nevű dédunokája állított irodalmi emléket Szigeti veszedelem című eposzában. A vár a 21 Nemzeti Emlékhely egyike, amely gazdag programkínálata miatt 2023-ban elnyerte az Év Emlékhelye Díjat is.



A vár helyén eredetileg vizenyős, ingoványos terület volt, az Almás-patak mocsaras árterülete, amelynek egyik kiemelkedő részén építették fel az első kisebb erődítményt a 15. század elején.

A további évszáz-

dok során ebből alakult ki Szigetvár erődítményrendszere, amely idővel a Garai, majd 1471-ben az enyingi Török család birtokába került. A 16. század közepi Magyarország rendi társadalmának a Szapolyai János és Habsburg Ferdinánd között dúló belviszály mellett a törökellenes harc formálta a mindennapjait. Ugyan már a 15. században súlyos fenyegetést jelentettek a törökök az országra nézve, ám ekkor még sikerült biztosítani a határokat. Az 1526-os mohácsi csatavesztéssel viszont megnyílt az út az ország belseje és Bécs felé. A Buda török elfoglalásával 1541-ben három részre szakadt Magyarország csatamezővé, az iszlám és a keresztény világ ütközőzónájává vált.

Mohács után Szigetvár is fontos szerepet kapott a végvári harcokban. Az erődítési munkálatokhoz már a század harmincas éveiben hozzáfogott a vár gazdája, enyingi Török Bálint egykori nándorfehérvári bán, akinek udvarában Tinódi Lantos Sebestyén históriás énekszerző is megfordult. Az első szigeti ostrom megghiúsítása részben Zrínyi Miklós akkori horvát bánnak volt köszönhető.

Bár I. Szulejmán 1566 januárjában már betöltötte a 72. életévét, mégis személyesen akarta vezetni seregeit. A hadműveletek irányítását Szokollu Mehmed nagyvezérre bízta, aki május hónapban kelt útra százezres seregével Magyarországra. A cél eredetileg Eger meghódítása volt a nevezetes 1552. évi sikertelen ostrom után. Miután azonban a szultán Nándorfehérvárnál találkozott vazallusával, János Zsigmond erdélyi fejedelemmel, máshogy döntött. Elképzelhető, hogy Szulejmán Bécs bevételere készült, miként 1532-ben, a nyugati hadműveletekhez viszont szükség volt a dunántúli erősség, Szigetvár elfoglalására. A török főszereg közeledtével azonban Zrínyi kénytelen volt megszervezni a vár védelmét, amely a korban viszonylag korszerűnek és felszereltnek számított. A híres „kirohanás” a védők csekély létszáma ellenére

is zavart keltett az oszmánok soraiban, akik hosszas küzdelem és Zrínyi Miklós halála árán jutottak végül az erődbe, ám a védők még itt is az utolsó emberig harcoltak.

Az agg Szulejmán szultán nem érte meg győzelmét, mert ismeretlen betegségben még szeptember 7-én elhunyt. Az ostrom történetének, a várvédő Zrínyi Miklós azonos nevű dédunokája állított irodalmi emléket Szigeti veszedelem című eposzában.

A rommá lőtt, három részből álló várat a török hódítók elbontották, és létrehozták az erődítmény ma is látható egységes, négybástyás arculatát. Az épületet a második világháború után műemlékké nyilvánították, és múzeumi bemutatóteremnek használták. A vár és a dzsámi modern fogadóépületének átadásával megkezdődhetett a dzsámi kibontása a másik épületből. Immár a különálló, szalagszerű, újonnan emelt épületrészben kezdődik a *Civitas Invicta* – A leghősiesebb város című, Szigetvár legjelentősebb történelmi eseményét, Zrínyi és katonái hősiességi küzdelmét, valamint a török hódoltság korát bemutató kiállítás, amely a legújabb kutatási eredmények beépítésével, multimédiás eszközökkel, több nyelven várja a látogatókat. A legújabb fejlesztések 2023 májusában készültek el. Ekkor adták át a felújított várkertet, a várfalsétányt és az új interaktív kiállítást. A korábban használaton kívüli kazamata épületébe új múzeumi funkciókat telepítettek, ahol a gyerekek és az interaktív elfoglaltságot kedvelő látogatók garantáltan sok időt tölthetnek el az izgalmas játékokkal és a modern eszközökkel.

A várépületek körüli területet kellemes fekvésű park foglalja el. A vár 6 méter magas sáncairól szép kilátás nyílik a környékre. Vármúzeum célja, hogy a várba érkező látogató úgy érezze, mintha visszacsöppent volna a 16–17. századi végekre, és a kapun belépve nyomban az „élő vár” élményének hatása alá kerüljön. Ezt szolgálják a korabeli vitézeket idéző viseletekbe és fegyverekbe öltözött vendéglátók, az íjászat, a dárдавetés, a szablyavívás, de a puska- vagy az ágyútűz bemutatása is.



Paraszti önszerveződési formák a 19-20. században

Két civil szervezeti típus vált tömegessé, társadalmi, gazdasági és közösségi értelemben is meghatározóvá a magyarországi parasztság körében. Egyrészt a gazdálkodási feladatokat koordináló szervezetek, azaz az erdőközirtokosságok, legeltetési társaságok, hegyközségek; másrészt a polgárosodó parasztság körében nagy népszerűségnek örvendő olvasókörok és gazdakörök. E szervezetek meghatározó intézményei lettek a paraszti közéletnek és a vidéki társadalom polgárosodásának az 1860-1950 közötti időszakban.



A rendi gyakorlatban, a tradicionális jog időszakában a községek sajátos autonómiával bírtak, mely keretében maguk rendezhették belső ügyeiket. A földesúri fennhatóság alatt lévő jobbágy-

falvak öngazgatásának nem volt egységes szabályozása, hatáskörüket a jogszokás és a földesúrral való egyezség szabta meg, így az autonómia mértéke, a falu önkormányzata által végrehajtott feladatok igen különbözőek lehetettek. Feladatuk volt mindenekelőtt a falu javainak gondozása és megtartása, ami a határok, határjelek, utak, vizek, árkok, hidak rendben tartását és gondozását jelentette. Ez a faluközösség tagjainak együttes érdeke volt. Öngazgató tevékenységüknek legnagyobb teret a gazdasági élet szervezése engedett, mert a „nyomósos művelési rend” állandó önkormányzó szervezetet kívánt meg. Az előjáróság, a falusi bíró feladata volt a földesúr részére teljesítendő pénz és természetbeni szolgáltatások kivetése, beszédése és megszervezése (robot, fuvar, katonák elszállásolása, etc.). Végezetül bizonyos fokú falusi bíraskodást láttak el (faluszéke) a rend és a béke fenntartása érdekében.

Jól kitapintható, hogy ebben a 13-19. századig tartó időszakban a gazdasági, bíraskodási és közigazgatási funkciók összekapcsolódva jelentkeztek a falvak öngazgatási gyakorlatában. A polgári átalakulás és az új jogi szabályozás azonban szétválasztotta ezt az egységet. Az 1871. és 1886. évi. községi törvények ugyan megteremtették a modern, politikai értelemben vett községet, azonban a monarchia erősen centralizált államigazgatási szemléletének jegyében azok korábbi belső autonómiája háttérbe szorult, s közigazgatási feladatai váltak meghatározóvá.

A korábbi közösségi feladatok egy részét a 19. századtól civil szervezetek vették át, melyek autonómia szempontjából kiegészítették az immár kiüresedett községi önkormányzatok működését. A középkori eredetű közirtokosságok a 19. században egyesületi formákban működtek tovább, beépítve ezzel a tradicionális népi önkormányzatok egyes szokásjogi elemeit a modern polgári jogba. E természetes módon



létrejött paraszti tömörülések a faluközösség egyes csoportjait rendszeren és tartósan működtették.

A korábbi közös gazdálkodási funkciókat átvevő agrárközösségek, mint az erdőközirtokosságok vagy legeltetési társaságok mellett a helyi községek életében kiemelkedő szerepet játszottak a rendkívüli népszerűségnek örvendő gazdakörök, olvasókörok és népfőiskolák. Hogy

e szervezetek szoros kapcsolatban álltak a korábbi öngazgatással, azt az is mutatja, hogy szervezeti struktúrájukhoz és működésükhöz a községi önkormányzat intézményeit vették mintaként. A tagok saját köreiből évente választottak vezetőiséget (elnök, „gazda”, pénztáros, jegyző, egyéb választmányi tagok).

Az elnökök és tisztségviselők választásánál az egyéni alkalmasság, a személyes képességek és kvalitások mellett fontos szempont volt a szociális érzékenység, a példamutató életmód, a közösség iránti elkötelezettség, a tagság összefogását és eredményes együttműködését biztosító személyes presztízs. Nagy Gyula így írt a vásárhelyi puszták olvasóköreinek vezetőiről: „Az elnöknek ügyesnek, talpraesettnek kellett lenni. Nem tehetett kivételt senkivel. Elvárták, hogy barátságos legyen mindenkiel szemben. Kedvében kellett járni a tagságnak. A népszerű elnök társasvacsora alkalmával... a legszegényebbekkel is - váltott néhány barátságos szót...nemcsak a gazdagokhoz húzott, a kisebb portájú emberekkel is szóba állt. Fontos, hogy kissé tréfálkozó természettel megáldott ember legyen. Nem szabad hirtelennek lenni, nem szabad „tetejibe szaladni a dolgoknak”. A jó megjelenés kíváncsi volt. A közönség szerette, ha jól ki tudta magát fejteni. A jó elnök még a magánéletével is példát mutatott. Minden téren meg kellett állnia a helyét; a tagoknál is, a városházán is...” (Nagy: 1975, 385.p. idézte Szabó: 1994 251.p.)





KURUCZ ILDIKÓ



Annak ellenére, hogy a 19. századi agrárközösségeket egységesen törvény szabályozta, nagyon változatos formában, több-kevesebb feladatot vállalva működtek a helyi közösségek életében. Bárh János kutatásai szerint a kalocsai szállásokon például a gazdaközösségek ingó és ingatlan vagyona, továbbá feladatköre feltűnően kiterjedt volt. Az általános

gazdálkodási feladatokon túl nemcsak közös pásztorházat tartottak fenn, hanem közös kovácsgazdaságot is a tagok számára, az ekevasak és lókapák élesítésére stb. Sőt, egyéb gondviselő szervezet híján a harangfenntartás és a harangoztatás feladatát is a legeltetési társulat vállalta magára. Más agrárszervezetek beszámolójában szociális szerepvállalásra utaló adatokat találunk a községbeli árvák, özvegyek és nincstelenek pénzbeli vagy természetbeni támogatásáról.

Az olvasó- és gazdakörök jelentős szerepet játszottak a közösségépítésben, a helyi lakosság megszervezésében, összefogásában és a parasztpolgári mentalitás kialakításában. Tagságuknál jóval szélesebb körben befolyásolták a parasztság életmódját, normáit, mentalitását, társadalmi és kulturális szokásait. Kiemelkedő jelentőségű kultúrákövetítő szerepet tölthettek be a 19. század végére, 20. század elejére művelődési vákuumhelyzetbe került (kis)községek és a parasztság életében. E szervezetek elterjedésének csúcspontja az 1930-as évekre tehető. Talán nem véletlen, hogy a két világháború közti időszak és a Horthy korszak tovább erősödő politikai és államigazgatási centralizációjának időszakában lettek a legnépszerűbbek. Jól illeszkedtek a parasztság ön-

szerveződési és autonómia igényeihez. Véleményem szerint jelentős űrt töltöttek be a helyi társadalmak életében, s hozzájárultak a két világháború közötti társadalmi és gazdasági konszolidációhoz.

E szervezeteknek köszönhető, hogy Magyarországon a második világháború utáni hatalmi berendezkedést követően egy helyi közösségeiben és értékrendjében rendkívül erős vidéki társadalmat örökölt. Az 1949-1950-ben kiépülő pártállami diktatúra azonban feloszlatta

a parasztságot addig összetartó szervezeteket. „Ezzel az agrártársadalom nagy csoportjait fosztották meg az önálló közösségszervezés és helyhez kötődő csoportos identitás nyilvános kifejezésének, átélésének lehetőségétől”. (Szóró: 2015 330.p.) Meg kell jegyezni, hogy a paraszti társadalmat nem csak közösségi szinten érték mélyre ható atrocitások. Csak az 1980-as évek társadalmi változásai hozták meg ismét az ön-szerveződés lehetőségét, melynek következtében ismét formálódni kezdtek a helyi közösségek. Több vidéki településen újjáalakultak a korábbi mintákra támaszkodó gazdakörök. A kárpótlás során visszaigényelt erdők és szőlőhegyek közös használatához újra létrejöttek a közbirtokosságok, a hegyközségek. Sőt, az 1990-nel létrejött modern önkormányzatiság helyi vezetőválasztási kritériumaiban is megelevenedtek a korábbi közösségi elvárások, normák.

KURUCZ ILDIKÓ

Felhasznált irodalom

MÁRKUS ISTVÁN (1988): Paraszti önkormányzat a magyar rendi társadalomban és a kapitalizmus kiépülése idején. In Köles Sándor-Varga Csaba (szerk.): *A helyi cselekvés. AJK Füzetek* 38. Magvető Könyvkiadó 5-47.

NAGY JANKA TEODÓRA (2000): A tradicionális népi önkormányzatok jogtörténeti vizsgálata a Dél-Dunántúlon - különös tekintettel a föld- és faluközösségek felbomlásának időszakára. Doktori disszertáció PTE.

SZABÓ ISTVÁN (1994): A jobbágyfelszabadítás utáni falusi öngazgatás In: Rendi társadalom - polgári társadalom 5. Paraszti kiszolgáltatottság - Paraszti érdekvédelem, öngazgatás. A Hajnal István Kör gyulai konferenciája 1991. augusztus 29-31. Gyula, Békés Megyei Levéltár 246-253.p.

SZILÁGYI MIKLÓS (2009): Bevezetés az utóparaszti hagyományok értelmezésébe, in TURAI TÜNDE (szerk.): *Paraszti hagyomány és kényszermodernizáció. Közéletések a néprajzi változásvizsgálathoz*, Budapest, Magyar Tudományos Akadémia Néprajzi Kutatóintézete, 155-162.

SZÓRÓ ILONA (2015): Olvasókörök, gazdakörök közösségszervező szerepe a helyi társadalomban, in KESZEI ANDRÁS - BÖGRE ZSUZSANNA (szerk.): *Hely, identitás, emlékezet*, Budapest, L'Harmattan, 317-341.

Falusi olvasókör

Estók János: Boldog békeidők. Új Képes Történelem. Magyar Könyvklub-Helikon Kiadó, Budapest, 1998, 55. oldal. <https://mek.oszk.hu/01900/01905/html/index389.html>

További levéltári fotók

Baranya Megyei Levéltár dokumentumai

Kurucz Ildikó etnográfus, táncpedagógus, közművelődési szakember, a PTE BTK Interdiszciplináris Doktori Iskolájának hallgatója, a Nemzeti Művelődési Intézet Baranya Vármegyei Igazgatóságának vezetője.

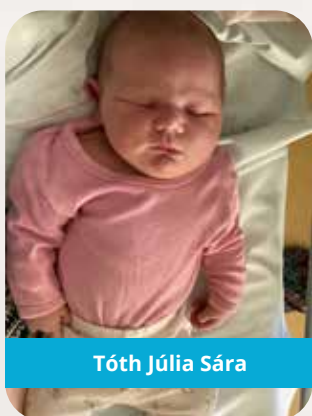


Komatátlat hoztam...

A Pécsi Székesegyház Nagycsaládos Egyesület Farkasné Székely Kamilla bábáskodásával harmadik éve szervez komatátlat azon családok számára, amelyekbe újszülött baba érkezik. Ez egy olyan kezdeményezés, amelyet bármelyik helyi egyesület vagy csoport meg tud honosítani, legyen az ország bármely szegletében. Az alábbiakban Székely Kamilla ad ehhez néhány gyakorlati tippet, megosztja velünk, hogyan történik a komatál megszervezése. Ezután Kisida Kata személyes élményeit olvashatjuk, aki mindkét oldalt megtapasztalta: kapott és adott is már komatátlat. Reméljük, minél többen kedvet kaptok ehhez a kezdeményezéshez és így összefogva, egymást segítve helyi szinten is tovább erősödhetnek közösségeink.

KUNCZT ORSOLYA

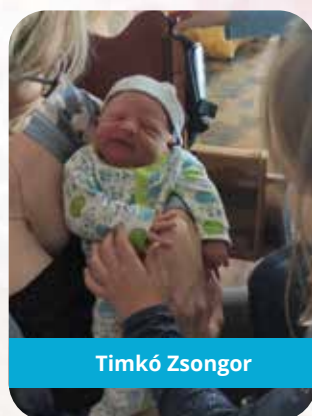
Komatálás babáink:



Tóth Júlia Sára



Vincze Máté Benjamin



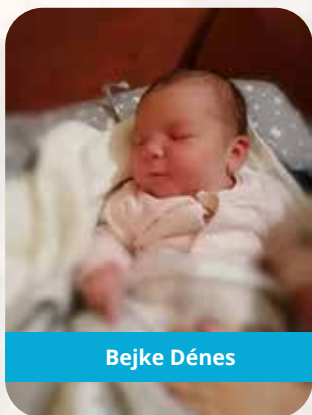
Timkó Zsongor



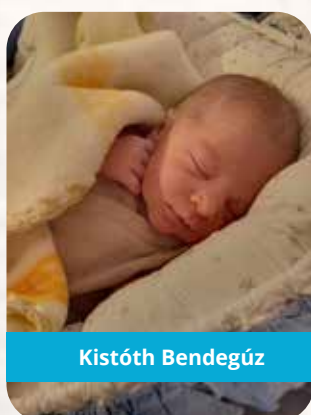
Tóth Brúnó



Horváth Júlia



Bejke Dénes



Kistóth Bendegúz

Édes Komám

Mi az?

„Hozom szeretetemet és étkezem, Köszönteni az új életet.”

(KOMATÁL)

Milyen tál a komatál?

Olyan, amilyent jó kapni és adni.

Engem már a név játékos melegsége is mindig megszólít. Ki is a komám? Erdélyben a keresztszülőt hívják így, mi is mondjuk egymásnak viccesen: „édes komám...”

A komatál hagyománya azt jelenti, hogy az újszülött világra jöttét követő időszakban a kismama környezetében élők - barátok, ismerősök, rokonok - naponta friss főtt étellel gondoskodnak az anyukáról és családjáról. Ez óriási segítség a gyerekágyas anyukának, főleg, ha az újszülött mellett nagycsaládosként ott nyüzsgő még néhány apróság körülötte! **Különösen, ha ez a segítség egy másik nagycsaládostól jön, aki átérezve a család örömet, nehézségeit, a szeretetet is az ebéd mellé csomagolja. S kicsoda öröm minden nap valamilyen finom meglepetést várni! De annak sem kevesebb, aki az örömet szerezheti egy családnak!**

Egyesületünk évek óta újszülöttjeinket apró ajándékkal és vándorbölcsovel köszöntötte otthonukban. Harmadik éve ezt komatálazásra váltottuk fel. Ez nem babalátogatás, fotózgatás, hanem az öröm és szeretet egyszerű kifejezése. A gyakorlatban igen egyszerűen kivitelezhető. Megkérdezzük a kismamát, mikortól szeretne komatátlat, hány főre, s melyek azok az ételek, összetevők, amelyeket nem fogyaszthatnak. Ezután a Google Drive-ban készítünk egy táblázatot, ahova mindenki feliratkozhat a megfelelő dátum mellé s esetleg odairhatja, hogy mit fog készíteni. Az táblázat linkjét megosztjuk a tagsággal, s már írhatják is vállalásaikat a következő napokra.

Hogy ebből mi haszna van az egyesületnek? A közösség a közös munka, ünneplés és program következtében épül és erősödik. Itt mindhárom jelen van, sőt, a személyes barátságok is kivirágoznak.

SZÉKELY KAMILLA



A szerető, önzetlen gondoskodás érték, mely táplálékot és életet ad

„Örömrzetünk, szeretetünk, beteljesülésünk és életcélunk abból fakad, miként vagyunk képesek szolgálni egy másik embert.”

Amikor megérkezik az elsőszülött a családba, a kizárólagos figyelem és gondoskodás életre szóló köteléket alakít ki szülő és gyermek között. Ez a szeretetből fakadó emberi kötődés megalapozza a gyermek jellemét, megerősíti őt, egészségesé teszi és még felnőtt korában is kíséri. A többeddig családtag érkezésekor már nem feltétlenül optimálisak a körülmények ahhoz, hogy az édesanya és a gyermek egymásba forrva, egymást gyógyítva erősítsék a köztük alakuló köteléket, hiszen a szülőknek a többi gyermekük igényeit is figyelembe kell venniük. Sok a teendő, feladatok tömkelege borítja el az újra „friss” szülőket és gyakran nem képesek sem magukra, sem a csecsemőre annyi figyelmet fordítani, amennyire mindannyiuknak szüksége lenne.

Ilyenkor ad segítséget és nyújt egyszerre támogató gondoskodást a közösség, mely vigyáz ránk. A Pécsi Nagycsaládos Egyesületben mindenki fontos, és sokunknak fontos a tagtársunk egészsége. A KOMATÁL egy önzetlen felajánlás, támogató segítségnyújtás a gyermekágyas édesanya és családja számára. A Község tagjai heteken keresztül felváltva ebédet visznek a családnak, ezzel tehermentesítve az édesanyát és megadva számára azt az időt, lehetőséget, amelyet csakis önmagára és gyermekére fordíthat. De ennél még sokkal többet is adnak a felajánlók. **A KOMATÁL révén a szülők megtapasztalhatják azt a szerető gondoskodást, melyet ők is igyekeznek gyermekeik számára biztosítani.**



Ez az önzetlen gondoskodás testet, lelket építő erő, mely minden résztvevő számára megismételhetetlen élmény, olyan kötelék, mely az étel díszcsomagolásán keresztül is erőt ad, egészségessé tesz.

Számomra felemelő, megtisztelő és egyben megható élmény volt, mikor harmadik gyermekünk születésekor az Egyesületben tevékenykedő tagtársak elhalmaztak bennünket. Olyanok is, akikkel szorosabb kapcsolatot ápoltam, olyanok is, akikkel rég találkoztam, de azelőtt közelebb álltunk egymáshoz, és voltak köztük olyan tagtársak, akiket azelőtt csak névről vagy arcról ismertem. Mélyen megható érzés járt át, mikor olyan személy hozott nekünk ebédet, akivel a találkozást megelőzően teljesen idegenek voltunk egymás számára. De csak voltunk. **Mert attól a pillanattól kezdve, hogy megfogant benne a gondolat, ő is szeretne önzetlenül tenni értünk, már kötődött hozzánk, ahogy én is kötődtem hozzá, mikor elolvastam a nevét a listában, mely a felajánlók elérhetőségét tartalmazta.** És ez a kötődés a találkozásunk időpontjáig egyre szorosabbá és szorosabbá vált. Volt, amikor a torkomban dobogott a szívem, mikor megszólalt a csengő, és a gyermekkoromra emlékeztető várakozás izgalma járt át, vajon ki állhat a kapu túloldalán, hogy néz ki, milyen a hangszíne, milyen élelemmel készült? És a kötődés ismét szorosabbá vált abban a pillanatban, mikor őszinte mosollyal és végtelen szeretettel átadta az ebédet, „Jó étvágyat!” kívánt, esetleg alkalma nyílt rá, és megcsodálta újszülött gyermekünket, így a végleges elköteleződés csomója kötöttet e kapcsolatra. A KOMATÁL adta élmény köteléke immáron szétválaszthatatlanul összekapcsol minket. **Úgy érzem, nem vagyok képes többé elfogulatlanul viszonyulni azokhoz a személyekhez, akik önzetlenül tettek érünk. Elköteleződöttem irántuk és ebben az elköteleződésben én is többé váltam.**

Alkalmam nyílt megélni azt az élményt is, amikor én adhatam önzetlenül, nyújtottam segítséget és készítettem gondoskodással az életre szóló kapcsolat táplálékát. Sorra az járt a fejembe, vajon, hogy van az édesanya, kire hasonlíthat a baba, mekkora lehet e pillanatban? És amíg az étel készült, a lelkemet béke, szeretet járta át. A készülődés öröme izgatottá tett, a találkozás pillanata, megismételhetetlen élmény volt számomra. Boldog voltam, tele élettel, energiával, úgy éreztem, gyógyulok e pillanatban. Az önzetlenség köteléke ismét összekapcsol két családot és még többet is ad. ÉLETET!

Egytálételek rendezvényekre

A Mosonmagyaróvári Nagycsaládosok Életfa Egyesülete évente több alkalommal is tart olyan közösségépítő rendezvényt, ahol az egyesület tagjai közösen főznek. A szükséges eszközöket megvásároltuk. Most már más civil rendezvényekre is hívnak bennünk jótekonysági főzésre.

A „főszakácsunk” Csutak István kohómérnök (e cikk szerkesztője), fő segítője Szakály János, közreműködnek még az egyesület tagjai.

Általánosságok a nagyobb mennyiségű főzéshez

- Általában 50 adag ételt főzünk, néha nagyobb adagokat is, ilyenkor csak az arányokat növeljük.

- Mivel az emberek ízlése eltérő, de a gyerekek miatt is, óvatosan bánunk a fűszerezéssel. Inkább utólag, egyénileg fűszerezünk. Főleg a sóval kell vigyázni, az alapízeket nem szabad elnyomni.

- Csípős fűszereket nem használunk, utólag chili cseppekkel, erős paprikával egyénileg lehet „megbolondítani” az ételt.

- A főzést mindig kenyérszalonna sütéssel kezdjük. A „kakastaréj” elmaradhatatlan a főzés során (ez az előétkezésünk), így már lesz elég zsírunk is a főzéshez (a felesleget ki kell meríteni fémedénybe), személyenként ~ 7-8 dkg kenyérszalonnát számolunk.

SÚRÚ BABGULYÁS, CSIPETKÉVEL 50 FŐRE

Főzési idő: ~ 2 óra



Hozzávalók

A babgulyáshoz

- 10 dkg száraz fehér vagy tarkabab/fő, melyet előzőleg otthon félig előfőzünk. Ne használjunk fagyasztott babot, sajnos, nem fő meg egyenletesen.
- 15 dkg hús/fő. Nagyon jó a lapocka, összekockázás (kb. 3 cm) előtt a vágjuk le a zsírosabb részeket.
- 7-8 fej nagyobb vörshagyma
- 1 nagyobb fej fokhagyma, nyomón átpasszírozva adjuk az ételhez
- 10-12 szál nagyobb sárgarépa karikára vágva
- 5-6 szál nagyobb fehérrépa karikára vágva
- 1 nagyobb fej zeller felkockázva (bőven használható)
- só, csak annyi, hogy ne legyen sőtlan (ne a legsósabban főzővel állítsassuk be)
- 1 kisebb csomag őrölt fekete bors (kóstolni kell, hogy ne vigye el az ízt)

- 4-5 paprika és paradicsom felaprítva
- 1 kisebb csomag babérlevél
- 5-6 evőkanálnyi pirospaprika (egy része lehet füstölt pirospaprika is, de nem szabad csak ezt beletenni)
- 3-4 szál zellerlevél, 2 csokor petrezselyemzöld, a zellerlevél egyben mehet bele, tálalás előtt kiszedjük, a petrezselyemzöld ízlés szerint, lehet aprítva, vagy összekötve és tálaláskor kiszedve,
- 1 nagy tubus gulyáskrém (sózásnál figyelembe kell venni).

A csipetkéhez

- 1 kg liszt
- 1 csapott evőkanál só
- 8-10 db tojás (mérettől függően)

A babgulyás elkészítése

A főzést a „kakastaréj” elkészítésével kezdjük. A felesleges zsírt kimerjük, a hagymát megpirítjuk az edényben meghagyott zsírban. Ha megpirult, mehet bele a kockára vágott hús, amelyet közepes tűzön kifehéredésig pirítunk.

Felöntjük annyi vízzel, hogy ellepje. Ha a hús már jó félig megfőtt, hozzáadjuk a zöldségeket, majd az előfőzött babot. Ekkor kell megízesíteni a fűszerekkel, gulyáskrémrel. Annyi vizet öntünk rá, hogy az egész anyagot ellepje, „leveses” legyen. Készre főzzük.

Nem kell gyorsan főzni, ne rotyogjon az étel.

A csipetke elkészítése

A lisztet a sóval és a tojással összegyúrjuk. Rövid pihentetés után a lelapított tészta széleit lisztbe mártva lecsipkedjük, és az ujjbegyünket összedörzsölve kicsit összenyomjuk, majd egy deszkára vagy tányérra gyűjtjük. A csipetke főzési ideje kb. 7-8 perc, együtt főzzük a legvégén a gulyással.

A tálaláshoz tehetünk ki tejfölt, aki kéri, tehet magának bele. A friss kenyér elmaradhatatlan.



PAPRIKÁS KRUMPLI „A LA EDINA” 50 FŐRE

Főzési idő: ~ 1,5 óra

Hozzávalók

- 20 dkg burgonya/fő
- 10 dkg csirkecomb/fő. Külön alsó és felsőrészt teszünk bele (ha egyben vesszük, felvágjuk, lehet farrészes is), ha van, mehet bele csirkeszárny is
- 8-10 nagyobb fej vöröshagyma, amelyet aprítógéppel vágunk össze
- 4-5 paprika és paradicsom felaprítva
- jó ízt ad az ételnek 4-5 zellerlevél,
- só, csak annyi, hogy ne legyen sótlan
- 10 dkg pirospaprika (egy része lehet füstölt pirospaprika)
- 1 kis csomag őrölt fekete bors
- 1 nagy tubus gulyáskrém, esetleg „Piros Arany”

Elkészítés

A főzést a „kakastaréj” elkészítésével kezdjük. A felesleges zsírt kimerjük, a hagymát megpirítjuk az edényben meghegyott zsírban. Ha megpirult, mehet bele a csirkehús, amelyet fehéredésig pirítunk, majd annyi vízzel öntjük fel, hogy éppen ellepje. A csirkehús viszonylag gyorsan megfő. Ha már kezd puhulni, tegyük bele a burgonyát és a fűszereket. Annyi vizet tegyünk rá, hogy még éppen ellepje, nem kell levesesnek lennie.

Figyeljünk rá, mert a csirkehús is és a burgonya is hamar megfő, vigyázzunk, nehogy szétfőzzük az egészet! Tálaláskor mindig „Edina-féle” savanyúságot adunk hozzá, finom vegyes savanyúságot, savanyú uborkát, savanyított erőspaprikát és friss kenyeret.



Édes különlegességek

KÜRTŐSKALÁCS



Balogh Zoltánné vagyok, négy gyermek édesanyja. Tiszaroffon élek. Nagyon sokat segíték a helyi általános iskolának. Több éven keresztül voltam a szülői munkaközösség tagja. Egy-egy főzőnapon mindig valami új dologgal álltam elő, ilyen volt a kürtőskalács. Nagyon szeretem készíteni, már csak az illata miatt is, az íze meg leírhatatlan. Amikor sokat kell készíteni, van, hogy 6 kg lisztet is felhasználok, de nem egyszerre dagasztom be, mivel hamar megkel. A remek kürtőskalács titka a faszén, forró parázs fölött kell forgatni, akkor jó, ha a cukor szinte sima rajta. Próbáltam már sütőben is, de össze sem hasonlítható a parázson sütéssel.

Hozzávalók (kb. 5-6 darabhoz)

- 150 dkg liszt
- 3 dkg élesztő
- 6 dkg cukor
- 1 kk. só
- 2,5 dl tej
- 6 dkg olvasztott vaj

Elkészítés

A tésztát megdagasztom, majd hagyom jól megkelni. Ezután kinyújtom és 1-2 cm-es csíkokat vágok belőle, amiket a beolajozott fa hengeremre tekerlek. A fára tekerve is nyújtok még rajta, majd bekenem olajjal, meghempergetem cukorban és mehet sülni. Folyamatosan forgatom, akkor kész, ha szép színe van. Ha megsült, addig nem veszem le a fáról, míg meg nem forgatom a kiválasztott ízben. Ez lehet fahéjas cukor, darált diós cukor, kakaós cukor, vaníliás cukor, kókusz, darált mogoró.



BOLDOGI RÓZSAFÁNK

Amit még nagyon szeretnek a gyerekek, az a boldogi rózsafánk. A boldogi rózsafánk sütése olyan technológiával történik, amelyet máshol nem látni, az elkészítése pedig igazán trükkös. Régebben lakodalmakra, születésnapra, házassági évfordulókra, egyéb ünnepekre készítették. Nagy gyakorlat kell az elkészítéséhez, mivel nem egyszerű, a kész rózsafánk könnyű roppanós, az íze és állaga fánkhoz és ostyához hasonlít.

Hozzávalók (kb. 30 darabhoz)

- 0,5 l tej
- 3 ek. cukor
- 1 kk. szódabikarbóna
- 5 db tojás
- 1 csipet só
- 40 dkg liszt
- 2 ek. porcukor a szóráshoz
- 5 dl olaj a sütéshez
- rózsafánk sütő forma (az interneten többen is kínálnak)



Elkészítés

A tojásokat a cukorral összekeverem, aztán hozzáadom a tejet és annyi lisztet, hogy palacsintatészta állagú legyen. Végül hozzáadom a sót és a szódabikarbónát. Lábasban vagy egy nagyobb serpenyőben bő olajat forrósítok, majd belemártom a rózsafánk sütő formát. Ha a forma kellően átforrósodott, megmártom a masszában, lecsepegtetem (közben vigyázok, ne merüljön bele túl hosszán, mert akkor a tészta nem jön le a formáról), majd a forró olajban enyhén rázogattva kb. fél perc alatt aranybarnára sütöm. A végén megszórom porcukorral, ami nemcsak ízt ad a süteménynek, hanem ettől lesz mutatós is - szépen kidomborítja a nagyrózsa szirmait és rétegeit. A rózsafánk megfelelő formával kis méretben is elkészíthető.



1000 kedvezmény a NOE tagoknak

Ugyan ki ne szeretné a kedvezményeket? Amerikában, a kuponok paradicsomában egy külön társadalmi csoportot képeznek azok az emberek, akik megszállottan keresik és váltják be a kedvezményeket. Nálunk, Magyarországon a kuponozásnak nincs ekkora hagyománya. Azt, hogy ennek örülhetünk-e, mindenki döntse el maga. Mindettől függetlenül, bennünk, magyarokban is nagyon mélyen gyökeredzik a spórolás szeretete. És míg az egyszerű kupon-akciók ereje a FOMO-ban (a lemaradástól/kimaradástól való félelemben) rejlik, addig a NOE állandó kedvezményeket biztosít tagjainak, melyek az év bármely napján igénybe vehetők. Ezzel szeretnénk az átgondolt és tudatos vásárlást ösztönözni, a gyors, impulzív és meggondolatlan pénzköltéssel szemben. Amennyiben NOE tag vagy, több, mint 1000 kedvezményre vagy jogosult az év 365 napján. A kedvezmények listáját megtalálod a www.noe.hu oldalon a „kedvezmények” menüpont alatt.

Hogyan válhat valaki kedvezményt kínáló partnerré?

A NOE a nagycsaládosoknak nyújtott kedvezménybővítés céljából szerződést köt minden, olyan kedvezményt nyújtó partnerrel, akinek tevékenységi köre nem sérti a NOE célkitűzéseit és mindenkor hatályos alapszabályát. A honlapon keresztül egy egyszerű űrlap kitöltésével partnerünkkel válik a kedvezmény felajánlója. Azoknak a partnereknek, akik 20%-os vagy ennél nagyobb kedvezményt kínálnak, egyszeri, ingyenes hirdetési lehetőséget biztosítunk facebook oldalunkon és csoportunkban. A kedvezményt adó helyekről a kéthetente elektronikus formában megjelenő tagsági hírlevélben, valamint a NOE Levelekben tájékoztatjuk tagságunkat.

Szeretnénk biztatni benneteket, hogy amennyiben van a környezetetekben olyan cég vagy vállalkozás, amely nyitott lehet az együttműködésre, meséljete nek a NOE-ról! Bővítjük közösen a kedvezményt kínáló csoportját!

Kedvezmények új keresési felülettel!

Megváltozott világunk egyre inkább az online jelenlétre ösztönöz bennünket. Egyre több minden intézzünk az okoseszközeinken. Ennek a változásnak és fejlődési kihívásnak tesz eleget a NOE megújult kedvezmény-keresési felülete. Az elmúlt évben fejlesztettük, mind a kedvezmény keresésének, mind a kedvezmény kínálatának felületét. A megújult kedvezményoldal legfontosabb eredménye, hogy sokkal gyorsabban képes kiszolgálni a felhasználói igényeket. A szűrési feltételek könnyen átlátható rendszerben jelennek meg. Lehet szűrni megyékre, településekre és szolgáltatásokra is, így, ha valaki például nyaral a Balaton-felvidéken és egy jó éttermet szeretne találni, akkor a megye/település és az étterem szűrésével gyorsan megtalálhatja azokat a nagycsaládos kedvezményt kínáló helyeket.

Újítás továbbá, hogy a kedvezményt adó helyeket képekkel is meg lehet jeleníteni, így sokkal szívesebbre, látványosabbá vált ez a szolgáltatása az oldalnak, melyet mind számítógépről, mind mobil eszközről kényelmesen lehet használni.

TAGKÁRTYA KEDVEZMÉNYT KERESÉK

Itt tud tájékozódni, hogy a lakóhelye közelében, illetve országosan milyen kedvezményeket tud igénybe venni a NOE tagjaként.

KERESÉK

TAGKÁRTYA KEDVEZMÉNYT KÍNÁLOK

Amennyiben cég termékeit és/vagy szolgáltatásait kedvezményesen szeretné kínálni a nagycsaládosok számára, itt tud csatlakozni a kedvezményrendszerhez. Köszönjük, hogy így is támogatja egyesületünket és a magyar nagycsaládokat!

KÍNÁLOK

SZÉCHÉNYI

Balaton-felvidéki Nemzeti Park Igazgatóság

Magyar Turizmusért Alapítvány

EUROPA

Csillaggyerekek

Az öreg Gregor kora szerint már nyugdíjas lehetett volna, de a falu iskolájában rajta kívül nem volt más tanító, ezért még mindig dolgozott. Nem akarta cserben hagyni maroknyi kis osztályát, hiszen ha ő visszavonul, a falu iskoláját be kell, hogy zárják, az apróságoknak pedig a szomszéd faluba kellene átjárniuk minden reggel.

Az öreg tanító minden tantárgyban otthonosan mozgott. Türelmes volt, és remekül értett a gyerekek nyelvén. A kötelező tanterven túl azonban még valamit át szeretett volna adni a gyerekeknek: a csillagászat tudományát, amit az öreg Gregor rajongásig szeretett. Kimondhatatlanul boldog volt, ha valamelyik diákja érdeklődést mutatott az világminőség titkai iránt. Ő maga, amikor csak tehetett, a csillagok között barangolt. Csekélyke kis tanítói fizetéséből sok éven át gyűjtött egy csillagászati távcsőre. A falubeliek szerették és nagyra becsülték az öregot, ezért közösen építettek neki egy apró csillagvizsgáló szobát az iskola tetejére.

Gregor elégedett volt az életével. Sohasem vágyott nagy dolgokra. Boldog volt, hogy tudással táplálhatta a gyerekeket, és cserébe szerény megélhetést biztosítottak neki, ami elég volt ahhoz, hogy minden napját a tudománynak szentelhesse. Mindenki csöndes, szerény öregemberként ismerte.

Egyetlen titkos vágya volt csak, amiről nem is tudott senki, de az olyan hatalmas volt, hogy minden éjjel a csillagos égbolttal kellett megosztania, mert nem fért el a lelkében. Az öreg Gregor ugyanis arról álmodott, hogy egyszer ő is a legnagyobb csillagászok halhatatlan társaságának tagja lesz. Szeretett volna felfedezni valamit az égbolton. Nem egyszerűen arra vágyott, hogy tankönyvekben szerepeljen a neve, hanem arra, hogy a végtelen sok titok közül legyen egyetlen egy, ami neki tárja fel magát. Időnként elcsüggedt, ha arra gondolt, hogy ő mégiscsak egy apró falu apró csillagdájának aprócska távcsővével próbál szenzációs felfedezésre jutni. A kutatóintézetek tudósai biztosan kinevetnék, és bugris vénevernek tartanák. Mit nem adott volna érte, ha az ő műszereikkel dolgozhatott volna!

De az öreg Gregor nem adta fel. Kitartóan fürkészte a csillagokat, és kutatót az után az egy titok után, ami csak rá várt. Tiszta szívéből hitt benne, hogy fel fogja fedezni.

Nem tudhatta az öreg tanító, hogy valaki éppen őt figyelte ugyanolyan kíváncsisággal. Jobban mondva: valakik. Egy erősebb távcsővel talán láthatta volna, hogy vele átellenben a Göncölszekérről egy földvizsgáló távcsővel három kis csillaggyerek érdeklődve figyelte őt. Néha nevettek a tanító nagyravágásán, máskor meg szánakozva szorítottak neki, hogy találjon végre valamit.

Egy este elhatározták, hogy segítenek rajta. A három csillaggyerek kézen fogva ugrott le a Göncölszekérről, hogy meglátogassa Gregort.

Tiszta volt az égbolt, a levegő pedig langyos. Gregor úgy tervezte, hogy az egész éjszakát a csillagdában fogja tölteni. A tanító öreg alakja egy régi iskolai széken görnyedt a távcső fölé, de lelke messze fent járt. Ilyenkor volt a legboldogabb.

– Találtál már valamit?

Gregor ültő helyéből felugrott a hirtelen szóra. Biztos volt benne, hogy nem hallotta kinyílni az ajtót. Figyelme azonnal

visszaröppent a csillagok közül, és rémülten tekintett szét a szobában. Három szőke kisfiú állt előtte mosolyogva. A hajuk és a bőrük ragyogott, halvány fényt árasztottak maguk körül.

– Találtál már valamit, öreg Gregor? – ismételte meg a kérdést a legmagasabb fiú.

– Kik vagytok? – kérdezte rekedten a tanító.

A csillaggyerekek elmesélték Gregornak honnan jöttek, és hogy régóta figyelik, hogy halad a kutatásaival.

Gregor annyira megörült ennek a váratlan látogatásnak, hogy azt se bánta volna, ha csak álmodik. De ha úgy is van, remélte, hogy még nem kell felébrednie. Végre választ kaphat a NAGY kérdésekre! Egyetlen szót sem akart elmulasztani, ezért fogta a jegyzetfüzetét és ceruzáját, majd szorgalmasan írni kezdte a válaszokat. Legalábbis az első

tíz-húsz kérdésére adott választ, mert hamarosan úgy ömlöttek belőle a kérdések, hogy maga sem győzte jegyzetelni, de még a csillaggyerekek is alig győzték szusszal a magyarázatot, pedig ők hárman voltak.



Amikor az egyik csillaggyerek egyre gyakrabban pillantott ki az ablakon, Gregor észrevette, hogy megváltozott az ég színe. Hajnalodott. Késébeesetten kérte őket, hogy maradjanak még, de ők mosolyogva ingatták a fejüket: hiszen az öreg Gregor is jól tudja, hogy menniük kell. Pedig Gregor-nak annyi kérdése lett volna még!

Megsajnálta a csillaggyereket. Elmondta neki, hogy nem véletlenül jöttek el hozzá éppen ma éjjel. Igaz, a törvények ezt az egy alkalmat is tiltják, így voltaképpen megszőktek. De miért választották éppen ezt az éjszakát?

Holnaptól többé nem jöhetnek el hozzá, még csak nem is figyelhetik többet az öreg Gregort a földvizsgálójukkal. Pedig ez volt a kedvenc szórakozásuk éjszakánként a Göncölszekéren ülve. A három csillagtestvér ugyanis megérett arra, hogy pályát válasszon. A csillagoknál ezt szó szerint is lehetett érteni. Ugyanis pár millió évnyi gyermekkor után a csillagok eldönthették, mivé szeretnének válni. A legkíváncsiabb természetűek például általában azt választották, hogy hullócsillagként száguldván világgá menjenek. A testvéreket ez nem vonzotta. Sem az, hogy egymástól messze kerülve magányosan járja-

mással. Bolondnak nézné mindenki, ha elmondaná, hogy három csillaggyerek avatta be a világmindenség titkaiba.

Miután a csillaggyerekek elbúcsúztak, az öreg tanító túl izgatott volt ahhoz, hogy lefeküdjön aludni. Leült az íróasztalához, és gondosan lejegyzett mindent, amire emlékezett. Talán soha nem fogja elolvasni senki. Vagy ha mégis, fantasztikumnak minősítenék, és legfeljebb mesekönyvként jelentethetné meg. Be kellett vallania magának, hogy se kutatások, se számítások nincsenek a kezében, amivel alátámaszthatná mindazt, amit közre akar adni. Keserű örömet érzett, hiszen egyetlen éjszaka alatt megtudott mindent, amit egész életében keresett, mégsem oszthatja meg senkivel.

Írás közben nyomta el az álom. Sötét éjszaka volt már, amikor felébredt. Első gondolata a csillaggyerekek látogatása volt. Talán csak álmodta az egészet? De ahogy az előtte fekvő papírhalmazra pillantott, tudta, hogy nem álom volt. Ott volt előtte minden.

A távcsőhöz sietett, hátha sikerül még utoljára meglátnia a Göncölszekéren ülő három csillaggyereket, talán még azt is látni fogja, hogy integetnek neki. De ahogy közelebb lépett,



nak be külön-külön pályákat. Szerettek volna együtt maradni. Hosszas tanácskozás után abban is egyetértettek, hogy megajándékozzák Gregort. Ki érdemelhetné meg jobban, mint az öreg tanító, aki egész életét a tudománynak szentelte? Mindig adott, kapni legfeljebb csak remélt. Látták, milyen szeretettel néz fel rájuk az égre, milyen odaadó kitartással igyekszik megérteni őket. Ugyanúgy nézett rájuk, ahogyan a kicsi gyerekek a miközben megtanította arra, amit ő tudott.

Gregor megértette, mekkora szerencse érte. Olyan titkok és összefüggések tárultak fel előtte, amelyek senki más előtt nem mutatkoztak meg. Csak azt sajnálta, hogy nem oszthatja meg

csodálkozva látta, hogy a távcső nem úgy áll, ahogyan ő hagyta előző este. Óvatosan, hogy ne mozdítsa el egy hajszálnyival se, belenézett.

Hát ez volt a csillaggyerekek ajándéka! Nem csak a világmindenség törvényeibe avatták be előző nap. Egy új csillagkép! A három testvér mostanra összeállt, és megalkottak egy új csillagképet. A három fénylő égitest pontosan középen állt. Úgy állították be neki a távcsövet, hogy ő lehessen az első, aki látja őket.

Az öreg Gregor felfedezett egy új csillagképet.

BAKTAI VARGA CSILLA

*Kitalálod, melyik magyar név
betűi keveredtek össze? Írd a vonalra!*

SÁMTA
.....

IKRAE
.....

ORBIT
.....

ÁLKAR
.....

NAATI
.....

EENBC
.....

ÚJALI
.....

BROÁG
.....

Kösd össze az állatokat az árnyékukkal!



15 afrikai állat nevét rejtettük el a táblázatban.

Megtalálod mindet?

A táblázatban találhatsz egy 16. állatot is, amely azonban nem Afrikában él.

Melyik ez az állat?



Melyik szám kerül a kérdőjel helyére?

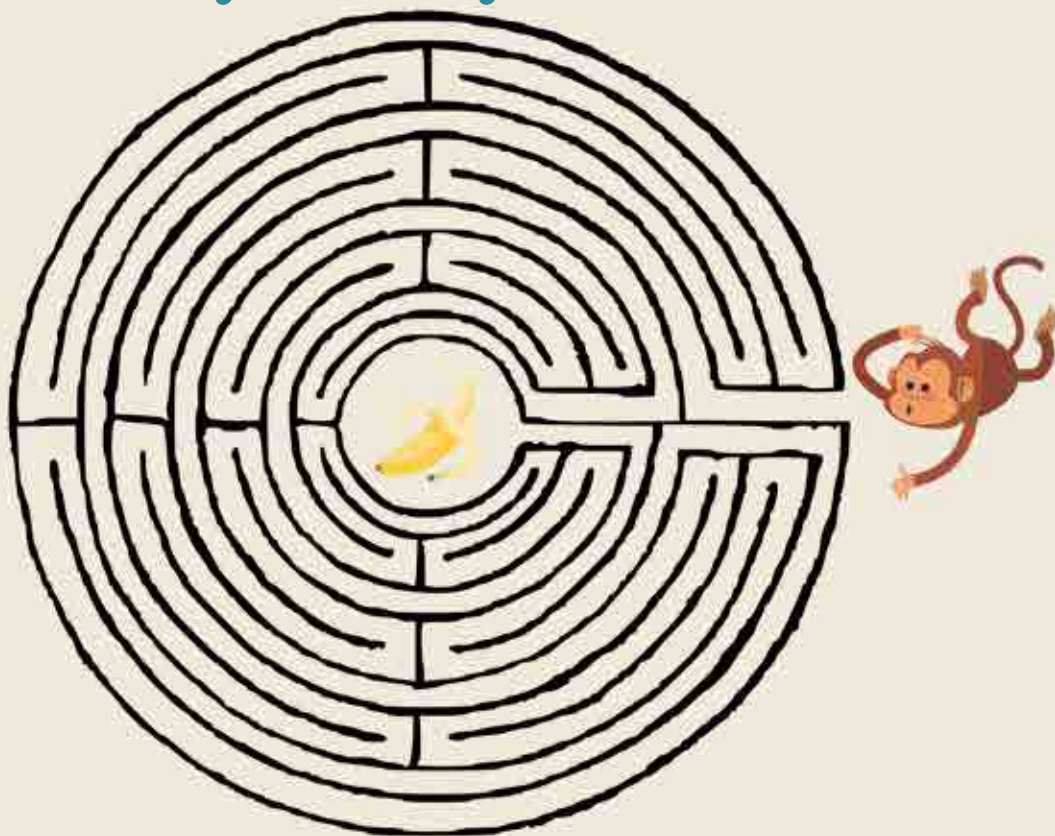
$$\begin{array}{ccccccc} \text{girafe} & + & \text{girafe} & + & \text{majom} & + & \text{majom} & = & 20 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{ccccccc} \text{girafe} & + & \text{majom} & + & \text{majom} & + & \text{majom} & = & 17 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{ccccccc} \text{majom} & + & \text{girafe} & + & \text{majom} & + & \text{majom} & = & 16 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{ccccccc} \text{majom} & + & \text{majom} & + & \text{girafe} & = & ? \\ \hline \end{array}$$

Segíts a majomnak eljutni a banánhoz!



Keresd meg a 10 különbséget a két kép között!



Rendhagyó kézműves ötletek rendezvényekre

Pattogós gumilabda házilag

Nagyon egyszerű, nagyon gyors, azonban az elkészítése folyamatos felnőtt felügyeletet igényel, és mivel kissé maszatolós tevékenység, inkább beltéri rendezvényeken javasoljuk az elkészítését. Nem mellesleg, burkolt talajon a labdák is jobban pattognak, mint fűben.

Hozzávalók:

- 0,5 csésze meleg víz
- 1 evőkanál borax
- 1-2 evőkanál slime ragasztó
- gumikesztyű

Elkészítés:

Első lépésként készítsük el a borax oldatot. Mivel a borax nem megfelelő használata, bőrirritációt, súlyosabb esetben égési sérülést okozhat, nagyon fontos, hogy megfelelő oldatot készítsünk és közben viseljünk gumikesztyűt. Fél csésze meleg (semmiképpen sem forró) vízben keverjünk el egy evőkanál boraxot, ha nem oldódna fel, adjunk hozzá még egy kis vizet. Erősen ajánljuk, hogy az oldatot felnőtt készítse el, minden másban veszélytelenül részt vehetnek a gyermekek. Ezután adjuk hozzá a ragasztót. 1-2 evőkanál ajánlunk, de minél több ragasztót adunk hozzá, annál nagyobb lesz a labdánk. Amint a ragasztó reakcióba lép a borax oldattal, elkezd megkeményedni. Óvatosan kevergessük, nyomkodjuk össze a ragasztót, egészen addig, amíg elég keménnyé nem válik, és már nem ragad. Ekkor vegyük ki az oldatból és tenyerünkkel formázzunk belőle labdát, majd indulhat is a pattogás. (Ha szétesik, vagy úgy érezzük túl ragadós, nyugodtan mártjuk vissza az oldatba néhány másodpercre.)

A megmaradt borax oldatban további labdákat készíthetünk, illetve bátran adjunk a ragasztóhoz színezéket vagy csillámot, hogy igazán egyedi labdák készülhessenek.



Rakéta

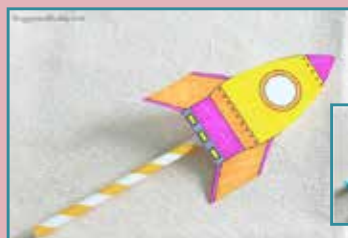
Ez a rakéta tökéletes választás, amennyiben olyan kézműves foglalkozást keresünk, amely a kézműveskedésre kevésbé nyitott fiúk érdeklődését is felkelti. Amennyiben előre kinyomtatott sablonokkal dolgozunk, nem igényel különösebb kézügyességet sem. Kevés alapanyagból, gyorsan elkészíthető, az elkészült rakétákkal pedig játszani, versenyezni tudnak a gyerekek.

Hozzávalók:

- kinyomtatott rakéta sablon
- színes ceruza/filctoll/zsírkréta
- olló
- ragasztószalag
- szívószál egy vastagabb és egy vékonyabb szál

Elkészítés:

A rakéta sablonokat színezzük, majd olló segítségével vágjuk ki (az ügyesebbek, rajzolhatnak saját rakétát). Ezután a vastagabb szívószálból vágjunk le egy akkora darabot, mint az űrhajónk és az egyik felén ragasztószalag segítségével ragasszuk be a lyukat, majd rögzítsük az űrhajót az oldalához. Végül a vékonyabb szívószálát csúsztassuk az űrhajóhoz rögzített vastagabb szívószálba. A vékony szívószál aljába fújva, az űrhajónk kilő.





Origami korona

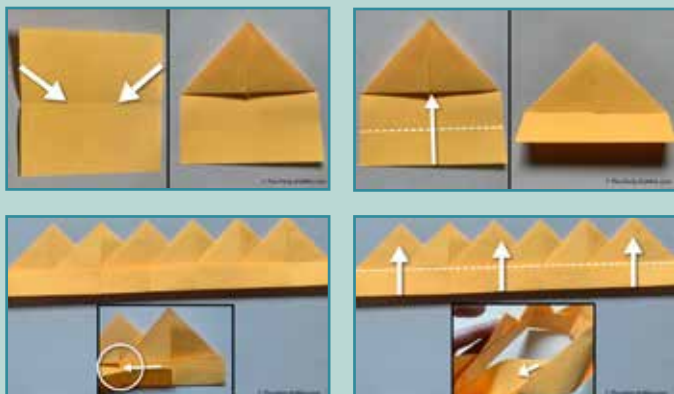
Ennek a koronának az egyszerűségében rejlik a nagyszerűsége. Itt mi most az egyszerű alapkorona elkészítését mutatjuk be, azonban mind a fiúk, mind a lányok számára izgalmassá tehetők, egy-két különleges papírral, matricával vagy egyéb dísszel. Így mindenki a saját ízlésének megfelelő koronát készíthet. Mivel pedig ez egy kicsit több időt és munkát igényel, mint az egyszerűbb papírkorona, biztosan büszkén viselik majd a készítőik.

Hozzávalók:

- színes papír (négyzet alakú)
- olló
- ragasztó
- színes ceruza/filctoll/festék
- csillámpor, nyomda, matrica, gyöngy vagy egyéb díszítő elem

Elkészítés:

1. Vízszintesen hajtsuk félbe a papírt, majd nyissuk szét
2. A két felső sarkát hajtsuk be középre a hajtásvonalhoz
3. A papír alját is hajtsuk fel a középső hajtásvonalhoz
4. Az 1-3 lépést ismételjük meg legalább 4 papírral és díszítsük őket kedvünk szerint
5. A meghajtogatott papírokat csúsztassuk össze a képen látható módon, kört formálva
6. Végül a képen látható módon hajtsuk fel a korona alját, ezzel is stabilitást adva neki



Fagylalt fűzér

A fagylalt fűzér nem csupán egy végtelenül vidám dísz, de igazán különleges közösségkovácsoló ereje is lehet, amennyiben közösen készítjük el. Ha mindenki csak egy-egy darab fagyit készít, végeredményben egy pont olyan különleges és sokszínű fűzért kapunk, mint amilyen különleges és sokszínű a közösségünk.

Hozzávalók:

- színes fonál
- olló
- papír
- filctoll
- ragasztó vagy ragasztópisztoly
- zsineg

Elkészítés:

Vágjunk le egy kb. 10 cm-es fonaldarabot (erre csak később lesz szükség, de addigra az egyik kezünk foglalt lesz, így jobb, ha már most levágjuk). Ezt követően tekerjük a körbe a tenyerünket a fonállal minél többször. Ha készen vagyunk, óvatosan bújtasuk ki a kezünket, majd a korábban levágott fonáldarabbal jó erősen kössük össze a fonalgűrűt, mindkét oldalról megcsomózva. Ezután ollóval vágjuk szét a hurkokat és formázzuk meg a pompont. Egy barnás színű papírdarabot filctoll segítségével kockázzunk be, majd tölcsér-alakot tekerve belőle, ragasszuk össze. Mikor a ragasztás megkötött, ragasszuk bele a pompont is. Az elkészült fagylaltokat egy hosszú zsinegre kötözve véglegesíthetjük a fűzért.



Örömhír



A nevem **Tóth Zádor** és 2023. június 26-án érkeztem meg szüleim első gyermekeként.



Örömmel tudatjuk mindenkivel, hogy 2023. június 12-én megszületett **Németh Zoltán Jenő** (3600 g, 54 cm). Nővérei Kíra és Kamilla már nagy izgalommal várták!



Örömmel adjuk hírül, hogy 2023 január 27-én megszületett **Timár Zoé**, testvére és családja nagy öröme.



A Várpalotai Gyermeke-soly Nagycsaládos Egyesület nagy örömmel adja hírül, hogy megszületett **Lakatos Ázra Denisza** (2550 g, 51 cm).



Nagy örömmel tudatjuk, hogy 2022. november 1-jén megérkezett **Sztankura Dániel**. Szülei és négy testvére már nagyon várták az érkezését.



Új taggal bővült a Szekszárdi Nagycsaládosok Egyesülete. Farkas Bence Loránd mellé 2023. május 5-én megérkezett a család új tagja, egy kislány: **Farkas Alina Zorka** (2650 g, 47 cm). Sok boldogságot kívánunk a családnak!



Ez úton értesítünk Benne-tek, hogy 2023. július 10-én megszületett ötödik csemeténk, **Éliás Boróka**. Testvérei Tamás, Levente, Örs és Emese most próbálnak mindenben a kedvében járni.



2023. július 2-án, Kecskeméten megszületett **Gubisi Bendegúz**, a kiskunfélegyházi Gubisi család negyedik gyermekeként. Szülei és testvérei (Lara, Zalán és Noé) izgatottan várták az érkezését.



Örömmel mutatjuk be a Pécsi Székesegyház Nagycsaládos Egyesület legifjabb tagját, Tóth Domokos és Szefcsik Renáta hatodik gyermekét, **Júlia Sára** (4930 g, 54 cm) 2023. június 22-én született. Isten éltesse az egész nagycsaládot!



Örömmel adjuk hírül, hogy 2023. július 17-én, a család negyedik gyermekeként megszületett **Kelemen Elina Viktória** (3950 g, 55 cm). Nővére és két bátyja várta haza.



2022. augusztus 24-én a család negyedik gyermekeként megszületett **Varga Dávid**. Szülei és három testvér, Flóra, Villő és Gellért nagy öröme.