

FÓKUSZBAN A PÉNZ

NOE TEVÉLEK

2025. TÉL



A CSALÁD MINDEN TAGJA SZÁMÁRA
383-384. SZÁM

BEKÖSZÖNŐ	3
VEZETŐ TESTÜLETEINK MUNKÁJÁBÓL	4-5
KIEMELT HÍREK	6
FELHÍVÁS	7
Tagdíj befizetés	7
ELMÚLT IDŐSZAK ESEMÉNYEI	8-9
CBA adománygyűjtés	8
Fordulópont minikonferencia	9
HELYI EGYESÜLETEINK ÉLETÉBŐL	10-19
BESZÉLGETÉS / NEMZETKÖZI HÍREK	20-22
A családok a társadalom immunrendszere	20-22
NOE	23
Miért jó a NOE tagja lenni?	23
BESZÉLGETÉS	24-25
Okosan vásárolni, örömet ajándékozni	24-25
CSALÁDI ÉLET	26-28
A pénz tudatos(abb) kezelése fiatalokban	26-27
Tudatosság a szeretet ünnepén	28
NOE ÉVES TERVEZŐNAPTÁR 2026	29-32
KEDVEZMÉNYEK	33
Élményekkel teli kedvezmények	33
ÉLETMÓD	34-42
Pénz és párkapcsolat – ajándék vagy próbatétel?	34-35
Biztonságérzet és kapcsolódás	36-37
A szeretet, mely pénzért nem kapható	38-39
Így fizetünk kedvenc online szolgáltatásainkért	40-41
Mi a legnagyobb ajándék? (NOE tagok beszámolója)	42
HITÉLET	43
NŐRI	44
Magyar Nemzeti Múzeum	44
CSALÁDI ÉLET	45
Ismeritek Elf manót?	45
PARFINÉRIA	46-48
Kényeztető karácsonyi receptek	46-48
FILMAJÁNLÓ	49
A LIBRI KÖNYVESBOLTOK KÖNYVAJÁNLÓJA	50
Könyvek pénzről, emberségről és ünnepről	50
GYERMEKKUCKÓ	52-59
Téli bakancslista családoknak	52
Karácsonyi kvíz	54
Gyerek foglalkoztatók	53-55
Mese – Az örökkön-örökzöld fenyő	56-57
Karácsonyi kreatív ötletek	58-59
ÖRÖMHÍR	60

Készült a Miniszterelnöki Kabinetiroda támogatásával.

Felelős kiadó: Herbert Gábor, a NOE elnöke
Főszerkesztő: Kovács Ildikó
Tipográfia: Székelyhidi Zsolt
Grafika: Szalay Éva, Reményhal Kft.
1056 Budapest, Március 15. tér 8.
Tel./fax: 235-0945, 317-4909, 317-4563,
NOE-FON 70/606-2566
NKÖM nyilvt. szám: 2.2/6811/2000
ISSN 1788-9103
Honlap: www.noe.hu
E-mail: noe@noe.hu
Félfogadás: szerda 10–16
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 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

RÉGIÓKÖZPONTOK ELÉRHETŐSÉGEI

Al-Duna Régiós Iroda
regio.alduna@noe.hu

Balaton Régiós Iroda
DUKAY-MAKÓVI ANIKÓ
70/337-2264
dukay.aniko@noe.hu

Budapest és Közép-Magyarország Régiós Iroda
RENDEK ILDIKÓ
70/934-3340
rendek.ildiko@noe.hu

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

Észak-Magyarország Régiós Iroda
PAPPNÉ KOVÁCS EDIT
70/421-3090
papp.edit@noe.hu

Felső-Duna Régiós Iroda
HORVÁTH HAJNALKA
70/776-0011
horvath.hajnalka@noe.hu

Felső-Tisza Régiós Iroda
HAJZER ESZTER
20/280-7007
hajzer.eszter@noe.hu

A 383-384. sz. NOE Levelek címlapképének forrása:
shutterstock.com

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 következő, 385-386. számának lapzártája:
2026. február 9.



Kedves Karácsonyváró Tagtársaim!



A mögöttünk hagyott évben tevékenységeinket és rendezvényeinket az „Összetartozunk, ezért együttműködünk” gondolata hatotta át. Ez a szemlélet kísért végig bennünket és erősítette, amit a NOE közössége immár közel négy évtizede képvisel. Az előttünk álló évre jelmondatként a *Hála és köszönet* üzenetét választottuk, tisztelegve mindaz előtt, amit együtt hoztunk létre.

Ahogy az ünnepek közelednek, az adventi időszak mindannyiunkat várakozással tölt el. Hogy pontosan mire is készülünk, mit várunk a karácsonytól, azt mindenkinek magának kell végiggondolnia. Én csak arról tudok beszámolni, amit én várok: a nyugalmat, a közös időt, azt, amikor végre mindenki hazaérkezik. A gyerekeknek iskolai szünetük van, a kollégisták is hazalátogatnak, és ilyenkor össze tud jönni a nagy család.

Arra buzdítanék mindenkit, hogy használjátok ki ezeket a közös pillanatokat. Szervezzetek közös étkezéseket, mert ilyenkor – az asztalnál ülve – olyan beszélgetések indulnak el, amelyek hosszú távra szólnak. Ne sajnáljuk az időt egymásra. Ezekből a meghitt alkalmakból tudjuk igazán megismerni szereteteinket, és így találjuk el azt is, aminek valóban örülnének.

Egy ismerős család története jut eszembe: a nagymama tél közeledtével két leányunkájának fülmelegítő hajpántot kötött. Amikor a kisöccs meghallotta, mit kapnak a nővérei, rögtön jelezte, hogy ő is szeretne egy sálát. Pedig a szekrénye tele volt sálakkal, de ő nem a sálát akarta igazán, hanem azt a szeretetet, amit a nagymama keze munkája jelentett. Számomra ez is azt üzeni: nem az ajándék értéke számít, hanem az, hogy szívből, személyes ajándékként adjuk.

Ezért bíztatlak benneteket, hogy készítsetek Ti is valamit saját kézzel, egy apró figyelmeséget, amelyben benne van a gondoskodásotok, az odafigyelésetek és a szeretetetek.

Áldott, örömeiben és kegyelemben gazdag karácsonyi ünnepeket kívánok minden kedves tagtársamnak és családjának!

HERBERT GÁBOR
A NOE ELNÖKE

Vezető testületeink munkájából

Májusban történt

Május 7.

Az elnökség a májusi ülésén 53 egyéni tagcsaládot, 42 tagegyesületi tagcsaládot és 23 pártoló tagcsaládot vett fel, elfogadta a NOE 2024. évi egyszerűsített éves beszámolóját, amit a NOE 2024. évi közhasznúsági mellékletével együtt a közgyűlés elé terjesztett és elfogadásra javasolt. Megszavazta egy belső pályázat kiírását a tagszervezetek számára a NOE saját forrásából 12 millió Ft értékben, valamint elfogadásra javasolta az Alapszabály módosításának tervezetét a közgyűlésnek. Megválasztotta a NOE új tagnyilvántartó programja fejlesztésére beérkezett ajánlatokat értékelő csapat tagjait, valamint megszavazta a hét és több gyermekes családok tagdíjmentességét.

Május 10.

Tatán rendezték meg a KINCS által megszervezett Családbarát Települések Expóját. Az Expón a családbarát önkormányzatok és a családok ügyei iránt elkötelezett szakmai és civil szervezetek mutatkoztak be. Az eseményen Egyesületünket Herbert Gábor elnök képviselte.



Május 30.

Ünnepség keretében átadták az Egyszülős Központ által alapított Páratlan Szülő Díjat, amely az egyedülálló szülők fáradhatatlan és példamutató munkáját ismeri el. A Nagycsaládos kategória különdíjában Ebedli Annamária részesült. A díjátadó ünnepségen dr. Kutassy Jenő elnökhelyettes vett részt.



Júniusban történt

Június 4.

Az „Élet – Szolgálat” című Tihanyi Konferencián dr. Kutassy Jenő elnökhelyettes képviselte a Nagycsaládosok Országos Egyesületét. A konferencián a résztvevők a családpolitika és demográfia szempontjából érdekes, fontos kutatási anyagokat ismerhettek meg.



Június 11.

Az elnökség a júniusi ülésén 43 egyéni tagcsaládot, 36 tagegyesületi tagcsaládot és 19 pártoló tagcsaládot vett fel, továbbá megbízta Herbert Gábor elnököt, hogy a rendszergazdai tevékenységre beérkezett ajánlatok értékelése alapján kössön szerződést a rendszergazdai feladatok ellátására az InfoComplex Kft.-vel. Egyhangúan megválasztotta a Jelölő Bizottság tagjának Ságody Nórát, Komjátiné Bartos Nórát, Orbán Józsefnét, Simon Lászlót és Radnainé Filep Ildikót.

Június 12.

Az Igazságügyi Minisztérium a Joggyenlőségért és a Gyermek Jogaiért Felelős TMCS együttes ülésén a NOE képviseletében Benedek Anna elnökhelyettes vett részt. Az ülésen bemutatták az Áldozatsegítő Központok hálózatát és annak feladatait, valamint ismertették az új jogszabályokat a kiskorúak védelmének továbbfejlesztése a digitális térben témában és az örökbefogadási eredményeket.



EGYED ÉVA

Június 13.

A NOE és a Hetvenkét Tanítvány Mozgalom szervezésében megvalósult Család Fórumon civil és egyházi családszervezetek képviselői Budapesten gyűltek össze. A jelenlévő képviselők egyenként bemutatták szervezetüket, majd kiscsoportos beszélgetések keretében keresték az együttműködési lehetőségeket. Az eseményt megtisztelte jelenlétével és előadásával Soltész Miklós, a Miniszterelnökség egyházi és nemzetiségi kapcsolatokért felelős államtitkára, valamint dr. Beneda Attila a Kulturális és Innovációs Minisztérium családügyekért felelős helyettes államtitkára.



Június 27.

Az előző évekhez hasonlóan a ProFili Alapítvány idén nyáron is több mint 200 nehéz helyzetben élő család térítésmentes üdülését biztosította. A programról szóló sajtóeseményen Egyesületünket Herbert Gábor elnök képviselte.



Júliusban történt

Július 1.

A Kulturális és Innovációs Minisztérium kezdeményezésére megalakult a Családügyi Kerekasztal, melynek tagjai a családokat érintő területekért felelős minisztériumok, valamint állami, szakmai és civil szervezetek. Az alakuló ülésen a NOE részéről Herbert Gábor elnök vett részt.

Július 2.

Az elnökség a júliusi ülésén 16 egyéni tagcsaládot, 77 tagegyesületi tagcsaládot, 26 pártoló tagcsaládot és a Szilasmente Nagycsaládosok Egyesületet vette fel. Elfogadta a belső pályázat elbírálásához figyelembe veendő szempontrendszert: ahol a tagdíjak 80 %-át befizették, ott a kért összeg 100 %-át, amely pályázó esetén a tagdíjfizetés 50 % feletti, az a kért összeg 75 %-át kapja támogatásként. Az 50 % alatt befizetett tagdíjú pályázók pedig arányosan részesülnek támogatásban. A megmaradó keretből az a pályázó, aki késve küldte meg a beszámolóját, 50 %, illetve méltánylást érdemlő esetben 75 % támogatásban részesülhet.

Augusztusban történt

Az elnökség arról döntött, hogy a NOE Fülepné Gabriellát pénzügyi munkatárs munkakörben 3 hónap próbaidővel alkalmazza.

Szeptemberben történt

Szeptember 9.

A KINCS „Gyermek(léle)kvédelem új útjain” címmel szakmai műhelykonferenciát rendezett. Az eseményen bemutatták a KINCS nek az iskolai mobiltelefon-korlátozás hatékonyságát vizsgáló legfrissebb kutatását, ill. bejelentették a fiatalok mentális egészségét támogató Nemzeti Mentál Pajzs Program elindítását. A rendezvényen Egyesületünket Benedek Anna elnökhelyettes képviselte.

Szeptember 10.

Az elnökség a szeptemberi ülésén 194 egyéni tagcsaládot, 67 tagegyesületi tagcsaládot és 35 pártoló tagcsaládot vett fel és egyhangú igen szavazattal a Jelölő Bizottság elnökének megválasztotta Komjátiné Bartos Nórárt.

Októberben történt

Október 1.

Az elnökség az októberi ülésén 43 egyéni tagcsaládot, 41 tagegyesületi tagcsaládot és 5 pártoló tagcsaládot vett fel, valamint döntött arról, hogy 2025. október 6-tól a NOE 3 hónap próbaidővel Kovács Ildikót mint kommunikációs munkatársat alkalmazza.

ÖSSZEÁLLÍTOTTA: EGYED ÉVA



HERBERT GÁBOR

KÖZLEMÉNY

NOE a háromgyermekes édesanyák szja-mentességéről

A Nagycsaládosok Országos Egyesületénél örömmel fogadtuk a háromgyermekes édesanyák személyi jövedelemadó mentességének bevezetését. Ez az intézkedés nemcsak jelentős anyagi könnyebbséget jelent a nagycsaládok számára, hanem fontos üzenetet is hordoz: a gyermekvállalás és a családi felelősségvállalás társadalmi érték.

A NOE tagcsaládjainak egy része, a négy, ill. az ennél több gyermeket nevelő anyák a munkajövedelmük után már 2020. január 1-je óta mentesülnek a jelenlegi 15%-os személyi jövedelemadó megfizetése alól. 2025. október 1-jétől viszont már minden dolgozó háromgyermekes anyát megilleti az szja-mentesség, így mind a 150 000, Magyarországon élő nagycsaládos édesanya életkorától függetlenül jogosult az adókedvezményre.

Különösen nagyra értékeljük, hogy a gyermekes, különösen a többgyermekes családokat támogató kormányzati intézkedések között egyre több az olyan hosszú távú és kiszámítható támogatás, amely az anyák munkáját és szerepvállalását ismeri el. Ez számunkra annak a mindennapi helytállásnak a megbecsülése, amelyet ezek az édesanyák a családjukért tesznek.

A NOE továbbra is elkötelezett abban, hogy tagcsaládjai- és az ország valamennyi nagycsaládjának érdekeit képviselje, és minden olyan kezdeményezést támogasson, amely a magyar családok megerősítését, a gyermeknevelés anyagi és erkölcsi megbecsülését szolgálja.

HERBERT GÁBOR
A NOE ELNÖKE

Az újság megjelenése és adatellenőrzés

Kedves Tagcsaládjaink!

Ezúton szeretnénk tájékoztatni Benneteket a NOE Levelek újság jövőjével kapcsolatban. Tavasszal kiküldtünk egy kérdőívet, amelyben arról érdeklődtünk, szeretnétek-e továbbra is nyomtatott formában kézhez kapni az újságot. A kérdőívet online lehetett kitölteni és kb. 1500 család jelzett vissza, akiknek nagy része úgy nyilatkozott, hogy szívesen áttérnének az online olvasásra. Ezt figyelembe véve az őszi számot kizárólag elektronikus formában jelentettük meg.

A tagnyilvántartót ezen a címen éritek el: **tny.noe.hu**
Felhasználó név: a tagsorszámotok,
melyet a tagkártyán találtok meg.

Az elmúlt hetekben azonban sok visszajelzés érkezett hozzánk, miszerint hiányolták a nyomtatott újságot, keresték a postaládákban, és továbbra is igényt tartanak a kézbe vehető lapszámokra. Mivel számunkra elsődleges, hogy a NOE tagjait első kézből tájékoztassuk,

úgy döntöttünk, a jövőben is lesz **nyomtatott kiadás**. A jövő évi megjelenésről az elnökség a decemberi ülésén fog dönteni.

Fontos tudnotok, hogy **Ti magatok is beállíthatjátok**, milyen formában szeretnétek megkapni a NOE Leveleket. Ha valaki nem kér nyomtatott példányt, elég a tagnyilvántartóban **kivenni a pipát** a „NOE levél postán” opció mellől. Ezzel környezettudatos döntést is hoztok és segítetek is nekünk, hogy felelősen gazdálkodhassunk az erőforrásainkkal.

Arra is kérünk Benneteket, hogy **ellenőrizzék a tagnyilvántartóban adataikatok helyességét**. Gyakran tapasztalunk név-, cím- vagy egyéb változást, és ezek könnyen okozhatják, hogy az újság vagy az egyesület hírei nem jutnak el Hozzátok. Amennyiben bármilyen okból nem tudtok belépni a tagnyilvántartóba, kérjük, írjatok a felületen megadott e-mail-címre, hogy segíthessünk!

Bízunk benne, hogy minden tagcsaládunk a számára legkényelmesebb módon követheti Egyesületünk életét és tevékenységét, akár nyomtatott, akár online formában.

HERBERT GÁBOR
A NOE ELNÖKE

Kedves Olvasók!

Az első „magazinomat” 10 évesen készítettem. Ez a gyerekeknek szóló, kézzel készített kiadvány a Kubu nevet viselte, apukám a munkahelyén sokszorosította, én pedig lelkesen osztogattam a családban. Akkor még nem sejtettem, hogy másfél évtizeddel később a NOE-hoz kerülve egy komoly, három évtizedes múlttal rendelkező magazin szerkesztésére kapok majd lehetőséget, de így lett.

Öt éven át szerkeszthettem a NOE Leveleket, ebből négy évig főszerkesztőként. Köszönöm Nektek, hogy szeretettel fogadtátok az újításokat, köszönöm a kedves visszajelzéseiteket, megerősítő üzeneteiteket, köszönöm, hogy mindig mögöttem álltatok és rendíthetetlenül küldtetek a cikkeket és beszámolókat! Ha valamit igazán megtanultam ez idő alatt, az az, hogy a NOE közösségében az ember sosem marad magára, épp úgy, ahogyan egy nagycsaládban

is mindig akad egy segítő kéz vagy egy bátorító szó, amikor arra éppen szükség van.

Januártól az életemnek egy új rovata kezdődik, melyet a férjemmel és a születendő kifiúnkkal közösen szerkesztünk majd. A NOE Leveleket stafétáját nyugodt szívvel adom át, hiszen biztos vagyok benne, hogy az új főszerkesztő, Kovács Ildikó kezében a lehető legjobb helyen lesz.

Végezetül szeretném még egyszer megköszönni azt a mérhetetlen szeretetet és támogatást, melyet Tőletek, Olvasóktól kaptam az elmúlt évek során. Vigyázzatok továbbra is magatokra, egymásra és a NOE-ra!

Szeretettel,
FORGÁCS LAURA



Kedves Egyesületi Tagtársunk!

Az év vége közeledtével tervezzük az új esztendő teendőit. Reméljük, hogy a családok erősítését szolgáló számos programot és lehetőséget tudunk kínálni.

Az éves tagdíjjal Te és családot is hozzájárul egyesületünk fenntartásához, a családok érdekében végzett közös munkánkhoz, amit ezúton is nagyon köszönünk!

Egyesületünk 2026. évi tagdíja változatlanul **8 000 Ft**, amit, ha még nem tetted volna meg, kérjük, legkésőbb 2026. január 31-ig fizessetek be. A tagdíj beérkezése után postázzuk az érvényesítő matricát. Az üdülési lehetőségekkel, a kultúralistánk ajánlataival és a honlapunkon megtalálható számos kedvezménnyel csak rendezett tagdíjjal tudtok élni.

Amennyiben elmaradásotok van, az összeadódik a jövő évi tagdíjjal. Kérjük, hogy rendezzék a hátralékot, mert csak így őrizhetitek meg a tagságotokat.

A tagdíjfizetés módja

Egyéni tagjaink átutalással a 11705008-20474210 számlaszámra a közlemény rovatban a tagsorszám feltüntetésével tudják rendezni (a tagsorszám a kártyán szereplő egy betű és négy szám kombinációja pl: A0001,B0001,C0001,D001).

Tagegyesülethez tartozó tagcsaládjaink, akiknek E betűvel kezdődik a tagsorszáma, az adott tagegyesülethez tudnak utalni.

A tagsag.noe.hu oldalon már bankkártyával is tudtok fizetni. A belépéshez a tagsorszámra és jelszóra van szükségetek. Az ehhez szükséges kezdeti jelszót már korábban elküldtük. Arra kérünk, hogy éljetez ezzel a lehetőséggel. Ha a jelszó mégsem lenne meg, a **nagy.erika@noe.hu** címen kaptok segítséget.

A tagsághoz kapcsolódó lehetőségek

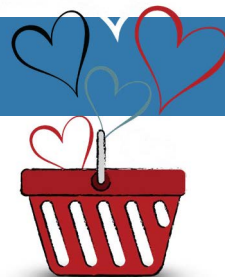
Érvényes tagsági igazolvánnyal számos termékhez, szolgáltatáshoz kedvezményesen juthatok hozzá, valamint jogosultak vagytok a kulturális és üdülési ajánlataink igénybevételére is.

Ezeket a **www.noe.hu** és a **www.edc.hu** oldalon, illetve esetenként a NOE Levelekben találjátok meg. (A kulturális listára és ajánlatokra jelentkezni e-mail útján a tagsorszám megadásával lehet a **kultura.noe@gmail.com** címen.)

A családi adó- és járulékkedvezmények, valamint az szja-mentesség miatt tagjaink többsége már nem tud 1%-os felajánlást tenni, ezért nagy örömmel fogadunk anyagi támogatást (<http://www.noe.hu>).

Biztatunk, hogy legyetek Ti is aktív részesei a NOE életének!

Családod minden tagjának örömeiben gazdag, békés karácsonyt és boldog új évet kívánunk!



Egy kosárnyi szeretet

8,5 tonna adományt gyűjtöttünk a családoknak

Új néven hirdettük meg idén a CBA, a Príma és a Privát boltláncokkal közös adománygyűjtő akciónkat, ami most is csodálatos eredménnyel zárult. Idén az **„Egy kosárnyi szeretet”** (az előző években *Fiatalok a kisgyermekes családokért*) nevet viselő adománygyűjtés november 7. és 9. között országsszerte 25 helyszínen több mint száz nagycsaládos önkéntes közreműködésével zajlott le. Az immár 11. alkalommal megszervezett gyűjtés ezúttal csak három napig tartott, a vásárlók nagylelkűségének köszönhetően mégis 8,5 tonna adományt sikerült összegyűjtenünk. A felajánlásokból összeállított csomagokkal az ünnepek közeledtével közel 400 család mindennapjait tudjuk segíteni.

Az esemény november 6-ai sajtótájékoztatóján jelen volt Herbert Gábor, a NOE elnöke, Fodor Attila, a CBA kommunikációs igazgatója, valamint dr. Beneda Attila családokért felelős helyettes államtitkár, aki beszédében így fogalmazott: *„Advent közeledtével másokra, a rászorulókra gondolni, őket megsegíteni az egyik legnemesebb dolog.”*

A NOE elnöke a gyűjtés eredménye kapcsán elmondta: *„Önkénteseinkkel minden évben reménykedve vágunk bele az adománygyűjtésbe, bízva az emberek felebaráti szeretetében. Most is beigazolódt, hogy érdemes bízni: az emberek segítőkészsége most 8,5 tonna adományban mutatkozott meg.”* – összegezte.

Fodor Attila, a CBA kommunikációs igazgatója ugyancsak nagyrabecsülését kifejezte ki az önkénteseknek az általuk végzett áldozatos munkájukért, majd köszönetet mondott azoknak a vásárlóknak, akik nagylelkűségükről tanúbizonyságot téve felajánlásukkal támogatták a rászoruló nagycsaládokat.

A NOE nevében is hálásan köszönjük mindazoknak, akik hozzájárultak a gyűjtés sikeréhez! Külön köszönet illeti a gyűjtésben résztvevő önkénteseket, akik szívvel-lélekkel dolgoztak azért, hogy minél több rászoruló családnak juthasson segítség.



Fordulópont

Országos minikonferencia-sorozat indult a kamaszokat nevelő szülőknek



2025. szeptemberétől 2026. márciusáig tizennégy helyszínen valósul meg a Fordulópont minikonferencia-sorozat, amelyet a Családjainkért Alapítvány szervez a helyi családok közösségeivel és a Nagycsaládosok Országos Egyesületének régióvezetőivel együttműködve, a Nemzeti Együttműködési Alap és a Bethlen Gábor Alapkezelő Zrt. támogatásával.

A program célja, hogy gyakorlati segítséget nyújtson a kamaszokat nevelő szülőknek abban, hogyan érthetnek szót gyermekükkel a mindennapi helyzetekben, családon belül miként kezelhetők a konfliktusok, hogyan erősíthető a bizalom, a meghallgatás és az elfogadás légköre.

7 órás interaktív program, valódi megértés szituációkon keresztül

A konferencia nem csupán előadás, hanem egész napos, hét-órás interaktív tréning, ahol a résztvevők játékos és szituációs feladatokban dolgozzák fel a kamaszok kihívásait. A tréner vezetésével a szülők saját élményeiken keresztül tapasztalják meg, hogyan lehet hatékonyabban kommunikálni, kezelni az indulatokat és valóban megérteni a kamaszokat.

A program során kulcsszavakat, konkrét mondatokat és működő stratégiákat kapnak, amelyek segítenek eligazodni a kamaszok érzelmi és viselkedési útvesztőiben. A cél nem a tanítás, hanem a közös gondolkodás és gyakorlás, hogy a szülők ne csak halljanak róla, hanem át is éljék, mit jelent jól reagálni egy-egy nehéz helyzetben.

Témák, amelyek minden családot érintenek

- Hogyan értsük meg jobban a kamaszainkat?
- Hogyan hallgassuk meg őket úgy, hogy valóban meg is értsük, amit mondanak – és amit nem mondanak ki?
- Mit tegyünk düh és indulat esetén – az övé és a miénk esetében is?
- Hogyan működjünk együtt és oldjunk meg különféle konfliktusokat?

Közösség és vendégszeretet

A rendezvények különleges hangulatát erősíti a batyus vendéglátás. A résztvevők saját készítésű harapnivalókkal kínálják egymást a szünetekben, ezzel is elősegítve a beszélgetések kötetlenségét és a közösségi élményt.

Ingyenes, mégis értékes

A Fordulópont konferenciák ingyenesen látogathatók, országsszerte nagy érdeklődés kíséri őket. Volt, aki Érdről Sárvarra utazott, hogy részt vehessen a programon. A visszajelzések szerint a rendezvények nemcsak hasznosak, hanem felszabadítóak is: segítenek új nézőpontokat találni, megérteni a kamaszok világát és megerősítik a szülői szerepben való biztonságát.

„Nagyon jó volt a téma és jól körbejártuk annak köszönhetően, hogy elég nyitott volt a csapat. Fontos jelzéseket kaptunk, hogyan tudnánk jobban kommunikálni a gyerekeinkkel, vagy akár más emberekkel. Azt is megértettük, hogy a változtatás a kezünkben van, csak nekünk kell megtennünk az első lépést.”

„A kommunikáció nagyon fontos és a konfliktus-megelőzés és -megoldás alapvető eszköze. Ebben nyújtott nekünk Anikó nagyon jól hasznosítható ötleteket. Tehát praktikus volt. Az különösen tetszett, hogy a saját példáit is felhozta a helyzetgyakorlatokon és mert a nap interaktív volt, felismerhettük, hogy sokféle élethelyzet van, de a lényeg egy. Szeretetre, türelemre és megértésre tanított és ezt hatékonyan.”

„Szinte elrepült az idő, nem fáradtam el, és itthon máris érződik a hatása. Működik, hogy ha a viszonyulásomat megváltoztatom, a többiek is változnak.”

„A sok gyakorlati példa és az segített, hogy őszintén tudtunk beszélgetni a sorstársakkal. Éreztük, hogy nem vagyunk egyedül a problémáinkkal.”

A résztvevők visszajelzései is azt mutatják, hogy a Fordulópont valóban eléri célját: párbeszédet indít el, hidakat épít generációk között, és segít, hogy a szülők újra felfedezzék a kapcsolódás örömeit.

A Fordulópont legmélyebb célja, hogy segítsen kialakítani és megerősíteni a bizalmas, szeretetteljes kapcsolatot a szülők és kamasz gyermekeik között, ebben a mindenki számára kihívásokkal teli, érzékeny életszakaszban. Ehhez kapunk segítséget e fantasztikus trénerrel, aki nemcsak szakmai tudásával, hanem emberségével és humorával is támogatja a szülőket.

2026-ban folytatódik a FORDULÓPONT MINIKONFERENCIA. Az alábbi időpontokban és helyszíneken várjuk az érdeklődőket:

2026. január 25. – Nagymaros

2026. január 31. – Balatonalmádi

2026. február 01. – Kalocsa

2026. március 28. – Miskolc

Észak-Magyarország régió

Aszód

Szüreti mulatság Aszódon

A szeptember 20-án megrendezett Szüreti bál és kavalád rendezvényünk már igazi hagyománnyá vált, amellyel a régi szüreti hagyományokat szeretnénk feleleveníteni, megőrizni és továbbadni generációról generációra.

A program színes, változatos és tartalmas volt, miközben egész családokat mozgatott meg. A szürethez kapcsolódó kézműves foglalkozások (mint például agyagozás, csuhébabakészítés), ügyességi játékok (mint zoknicsata, kido-bós, kötélhúzás, ugrókötelezés), valamint a régi idők társasjátékait idéző helyi népi játékok várták a kisebbeket. A gyerekek egy helyi hagyományőrző segítségével régi eszközökkel darálták és préselték a szőlőt, amit a gyöngyösi Mátrai Gyöngyszem Nagycsaládos Egyesület tett lehetővé.

A hagyományörzéshez hozzátartozik a népzene és a néptánc is. Ifjú népzeneészek tanárjukkal együtt húzták a talpalávalót kicsiknek és nagyoknak.

A nap során a frissen préselt must, a gulyásleves, a helyben kelesztett és sült lángos, illetve a családok által készített házi sütemények és az aszalt alma is gyorsan elfogyott.

Minden résztvevő örömmel és vidáman vett részt az eseményen. Kívánjuk, hogy a jövőben is minden programunk hasonló lelkesedéssel, jókedvvel és összetartással valósuljon meg, amihez elengedhetetlen volt a Nagycsaládos Országos Egyesületének támogatása. Köszönjük!

MAYER ZSUZSANNA



Csomád

„Csónak” az Őszi találkozón

2025. szeptember 13-án Szombathelyen, a Vasi Skanzen területén rendeztük meg az idei nagycsaládos országos Őszi Találkozót. Egyesületünkben 11 családdal látogattunk a helyszínre. A nagy távolság miatt két éjszakát töltöttünk Szombathelyen. A szállást és az étkezést pályázat útján nyert összegből finanszíroztuk.

Az időjárás már a reggeli óráktól kedvezett nekünk. Több településről is érkeztek új emberek a találkozóra, ahol a szervezők nagy szeretettel vártak bennünket. A Skanzen egész területét bejárhattuk, ahol rengeteg színes programmal készültek a családok számára. Minden korosztály talált kedvére való elfoglaltságot. Ezen kívül kedvezményes jeggyel lehetőség volt a helyi múzeumok megtekintésére is. Rengeteg új élménnyel gazdagodtunk!

BOBJÁKNÉ VÁNYI MÁRTA



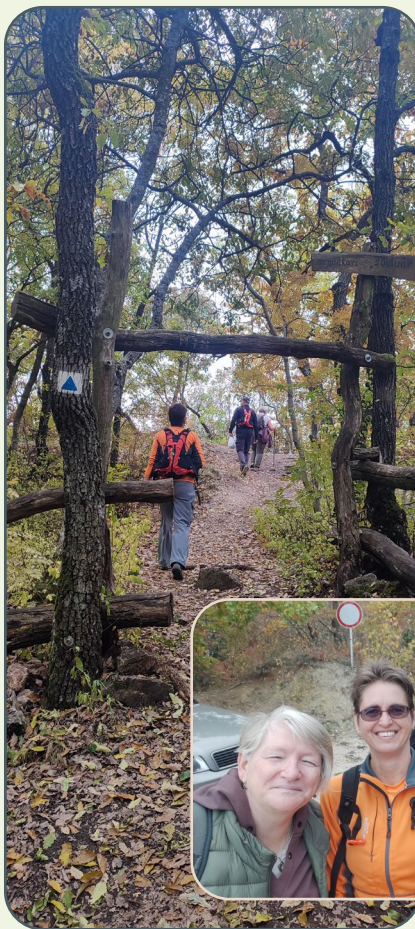
Vác**Őszi kirándulás a Naszály-hegyre**

Október 23-án gyönyörű őszi időben indultunk útnak a Nagycsaládosok Váci Egyesülete kis csapatával, hogy együtt fedezzük fel a Naszály-hegy kincseit. A túra remek alkalom volt a hegy rejtelseinek megismerésére.

A kaptatózás kezdés után igazi őszi csoda várt ránk: színes erdő, friss levegő és számos felfedeznivaló – Árpád-kori földvár, Látó-hegyi kilátó, Naszály-kilátó, és a titokzatos Násznép-barlang, ahol még denevérekkel is találkoztunk. A visszaúton egy kedves, 81 éves nyugdíjas geológussal, **Szenthe Istvánnal** hozott össze bennünket a sors. Elmesélte, mennyi történetet rejt ez a hegy, és örömmel vállalta, hogy tavasszal a következő túránkat majd ő vezeti.

Köszönjük mindenkinek, aki velünk tartott! Reméljük, legközelebb még több család csatlakozik, hogy ismét egy vidám, közösségi napot tölthessünk együtt a természetben.

POLICSÁNYI-GÁL EDINA



Balaton régió

**Keszthely****Családi nap és közös túra**

A Nagycsaládosok Keszthelyi Egyesületénél szeptember 27-én a Georgikon Majormúzeumban tartottuk meg őszi családi napunkat. Az elmúlt napok esős időjárása után, szerencsére, kellemes időben több mint 80 résztvevővel együtt tölthettük el ezt a napot. Volt közös ebéd-készítés, sok finomság, kordézás, kocsikázás, népi játékok, felfújható kosárpalánkra dobás, viking sakk, finn teke, és tartalmas beszélgetések jellemezték ezt a vidám szombatot.

Október 11-én, a Kéktúrázás napján egy maroknyi csapattal mi is felkerekedtünk, hogy felfedezzük az úrkúti őskarszt különleges világát. Kellemes őszi időben jártuk körbe a helyszínt, amely túrának ugyan rövid volt, természeti kincsekben viszont annál gazdagabb.

KISSNÉ B. NIKOLETTA

Budapest és Közép-Magyarország régió

Csepel

A csepelieket köszöntöttük

Nagy öröm volt részt venni a NOE Csepeli csoportjának 35. születésnapján! Jó hangulatú délutánt töltöttünk együtt: volt kézműveskedés, asztali játékok, finom süтик, büfé, tombola és a csoport programjairól totó is. A polgármester úr köszöntője után én is mondtam néhány gondolatot, majd megnéztük a *Babszem Jankó* című előadást.

Jó volt találkozni a szolnoki, hegyvidéki és ferencvárosi nagycsaládosokkal is, akik közül sokan eljöttek, és mindenki nagyon kedves volt. Hazafelé apró ajándék is jutott mindenkinek.

Köszönöm, hogy ott lehettem! Vidám, barátságos csapatot ismerhettem meg!

KISNÉ SZIRTES ANDREA



Dunaharaszti

Töklopó buli Harasztiin

Október utolsó két hetében az őszhöz és halloween témakörhöz kapcsolódóan jelmez- és tökfaragó versenyt hirdettünk, valamint Dunaharaszti három pontján elhelyeztünk halloweeni szélzsákokat is. A kéthetes szabadtéri próbatételt október 25-én az immár hagyományosnak mondható Töklopó Halloween Buli zárta, ami idén különösen sok látogatót vonzott.

Egyesületünk lelkes tagjai a rendezvény előtti órákban a művelődési ház nagytermét az alkalomhoz illő dekorációval díszítették fel, így a gyerekek és a kísérőik rögtön viccesen rémisztő világba érkezhettek. A rendezvénytérbe belépve csodás mézeskalács illat hívogatott az asztalokhoz, ahol a betérők maguk is elkészíthették a finomságokat. A kézműves asztaloknál denevérek, gyöngyből fűzött szellemek és kőszellemek születtek. A lelkes szülők, nagyszülők és gyerekek közel 60 darab „tökfejet” faragtak ki. A jelmezes felvonuláson ötletes megoldásokkal elkészített jelmezeket is láthattunk. A B.B. Balance Gyermekek Táncsoprt alkalomhoz illő táncelőadását az érdeklődők nemcsak megnézhatték, hanem meg is tanulhatták, hiszen a jelmezes felvonulást ösztánc zárta. A rendezvényzáró attrakció a *Mátyás király és az uzsorás* c. zenés, tanulságos, élőszereplős mesejáték volt. Az óvodás és kisiskolás korú gyerekeket egy olyan világba kalauzoltuk, ahol aktív részesei lehettek a történetnek, közösen legyőzve a nehézségeket, hogy a végén győzzön az igazság.

KISSNÉ GÁL ÁGNES



Felső-Duna régió

Érd

Kertészkedős családi nap

Az Ága-Boga Nagycsaládosok Érdi Egyesülete családjai évente két-három alkalommal gyűlnek össze családi napra. Október közepén sem volt ez másként: a családok aktív közreműködésével alapos kertrendezés folyt, ahol kicsik és nagyok együtt vették ki a részüket a munkából.

A kertrendezés mellett finom raguleves főtt a bográcsban, a „Szeretet ízére” készülés lendületet adott, és nagy lelkesedéssel

készült el a csalamádé is. A megmaradt zöldségekből kreatív alkotások születtek, majd a jól végzett munka után az ebéd következett, amit palacsintaevés koronázott meg. A nap végén még ruhaválogatásra is volt lehetőségünk.

A Családi nap mindig remek alkalom arra, hogy jó társaságban legyünk, jobban megismerjük egymást, és együtt építsük nagycsaládos közösségünket.

RÁBA MÓNIKA



Tét

Családi napunk Téten

A Téti Gyermekünkért Nagycsaládosok Csoportja szeptember 20-án Téten a sportpályán tartotta meg nyárázó családi napját. Kicsik és nagyok egyaránt találtak maguknak kedves programot: a jó hangulatról rendőrkutyás és tűzoltós bemutató, majorette-produkció, Füzi Rozi mesemondó előadása, kézműves foglalkozások és a Téti Fúvósok Kis Zenekarának műsora gondoskodott. A családok, méltó búcsút véve a nyártól, élményekben gazdag, tartalmas napot töltöttek együtt.

DOKTOR ATTILA MIHÁLYNÉ



Al-Duna régió

Kaposvár

Őszi kirándulás a Gemenci erdőbe

Szeptember végén 50 fős csapatunk útnak indult, hogy felfedezze a Gemenci erdő őszi, színpompás világát. A Pörboly határában található Ökoturisztikai Központból erdei vasúttal vágtunk neki a természetnek. Odafelé vonattal, visszafelé pedig gyalog tettük meg a kalandos utat. A Malomtelelő végállomás mellől induló Molnárka tanösvényen a gyerekek interaktív módon ismerkedhettek meg az ártéri erdő élővilágával. A tóparti madármegfigyelő toronyba is felkapaszkodtunk. A következő megállónk Lassi volt, az egykor fontos dunai átkelőhely, ma gyermekbarát erdei pihenőpark, ahol közösen megebedeltünk és játszottunk. A Rezáti-Duna partjáról gyönyörű kilátás nyílt a legnagyobb gemenci mellékágra, végül lesétáltunk a vízpartra is. A nap egyik legizgalmasabb állomása a Nagyrezéti Vadmegfigyelő volt, ahol – szerencsénkre – gímszarvasokat és vaddisznókat is láthattunk. A közel hét kilométeres út néhol sáros ösvényeken vezetett, de ez csak fokozta az élményt. Testben és lélekben feltöltődve tértünk haza.



Szellemes kalandok és édes varázslatok

Október végén a Nagycsaládosok Kaposvári Egyesületének klubhelyisége igazi halloweeni birodalomná változott. Fényfűzerek, villogó szellemek, mosolygó tökök és sok-sok kreatív részlet tette hangulatossá a délutánt.

A gyerekek menetlevéllel a kezükben járták végig az állomásokat, ahol néha ijesztő, de inkább mókás feladatok várták őket. A szellemlábnym-vadászat során rejtélyes üzenetet fejtettek meg, emellett fotó-, kézműves- és süti-sarkot is berendeztünk.

A nap fénypontja a zseblámpás kincskeresés volt: a gyerekek fénycsóvával pásztázták a termet és az udvart, hogy megtalálják a sötétben a rejtett kincseket, vagyis az aprólékosan kidekorált gesztenyéket. A program végén mindenki ajándékkal tért haza.

A délután igazi közösségi élmény volt. Jó volt látni, hogy a sok nevetés és vidámság mennyire összehozza a családokat.

TÓTH KRISZTA



Dombóvár

Hóbortos halloween

A dombóvári Életfa Nagycsaládos Egyesület idén először szervezett programot a halloweenhez kapcsolódóan. Célunk az volt, hogy a kisgyermekes családoknak izgalmas és szórakoztató időtöltést kínáljunk úgy, hogy az kicsit se legyen ijesztő, inkább vicces, élményekkel teli. Arra kértük a Szigeterdőbe kilátogató gyerekeket és felnőtteket, hogy öltsenek jelmezt, így teljesítsék a feladatokat. Rengeteg család érkezett, és nagy örömmel vették át a jelmezes megjelenésért járó apró finomságokat.



A parkban számos megoldandó rejtély várta a látogatókat. A legtöbbben sikerrel jártak, amiért finomságokat kaptak. A helyszínen csillogó szemű, vidám embereket lehetett látni, akik örömmel töltötték velünk ezt a csodás délutánt. Elmondhatjuk, hogy célunk megvalósult, sőt, a résztvevők magas száma minden várakozásunkat felülmúlta. Köszönjük, hogy ilyen sokan eljöttek! Találkozzunk legközelebb is, hasonlóan izgalmas programot tervezünk!

ÁGI & ZSUZSANNA

Szekszárd

35 éve a nagycsaládokért

A Szekszárdi Nagycsaládosok Egyesülete idén novemberben tartotta meg jubileumi jótékonyági bálját a Szekszárdi Kolping Iskola tornatermében. Az ünnepi alkalom nem csupán a közös mulatságról szólt, hanem arról is, hogy a közösség tagjai együtt emlékezzenek meg az alapító tagokról, akiknek elhivatottsága és kitartása nélkül az egyesület ma nem lenne az, ami.

A rendezvényen tagok és meghívott vendégek vettek részt. Az est házigazdái köszöntötték a jelenlévőket, majd felidéztek az egyesület elmúlt éveinek legszebb pillanatait és eredményeit.



A Bartina Néptánc Egyesület lelkes táncosai „ördögös füzesi” férfitáncokkal, míg a Mesz Dance látványos modern táncprodukcióval kápráztatta el a nézőket. A táncművészet mellett a zene is fontos szerepet kapott: Csicsó Nadja táncolt, Gyöngyösi Lili és Soklói Panna pedig citerán játszott és énekelt.

A jótékonyági est bevételét az egyesület közösségi programjainak és rászoruló családok támogatására fordítja, ezzel is folytatva azt a munkát, amely a közösség erejében, a családok összetartásában és a segítség örömeiben gyökerezik.

MELEGNÉ WUGRIK IZABELLA

Fotók: Kisné Szirtes Andrea

Tolna

Nagycsaládosok a csillagos ég alatt

A Nagycsaládosok Tolnai Egyesülete szeptember 5-én a Magház melletti füves területen tartotta nyárzáró kerti mozizását. Bár az időjárás többször is közbeszólt, végül sikerült egy igazán különleges napot eltöltenünk. Úgy éreztük, hogy a családok inkább kulturális programra vágnak, és igazunk lett! Legyen szó gyermekről, családkról, fiatalokról, idősekről, ez a program mindenkinek új impulzust adott. A kerti mozi nem csak a családokon belül, hanem az összes résztvevő között olyan innovatív közösségépítő pillanatot teremtett, amelyről csak a résztvevők tudnak mesélni.

A pokrócok, párnák, takarók, nyugágyak és rágcsálnivalók, a gyönyörű égbolt és a remek hangulat együtt megteremtette azt a minőségi időt, amit oly régóta keresünk ebben a rohanó világban.



Kirándulás Vas megyében

A Nagycsaládosok Tolnai Egyesülete szeptember közepén kétnapos kirándulást tervezett Vas vármegyébe. Száz fős csapatunk első programpontként Szombathelyre érkezett, ahol részt vettünk a Nagycsaládosok Országos Egyesületének őszi találkozóján a Vasi Skanzenben. Meglátogattuk emellett a Palotát, a Székesegyházat és a Kalandvárost is. Vacsora előtt a gyermekekkel egy kis játszótérzés is belefért az időbe, közben a szülők beszélgetésbe elegyedtek egymással. A közös utazások igazi erejét ezek a pillanatok adják, amikor több generáció együtt élhet át maradandó élményeket. Vasárnap a finom útravaló elfogyasztása után megmártóztunk a Sárvári fürdőben. Kiázott kezekkel, mosollyal az arcunkon indultunk haza, a gyermekek élményekkel telve pihentek a hosszú út alatt. Kirándulásunkat a Bethlen Gábor Alapkezelő Zrt. Városi Civil Alap programja tette lehetővé.

VÁCZI-ANTAL JUDIT



Dél-Alföld régió

Orosháza

Szórakoztató tökös napunk

Mint minden évben, idén is megrendeztük hagyományos tökös napunkat az Orosházi Nagycsaládosok Egyesülete házában, ahol színes programokkal vártuk családjainkat. Segítő tagjaink most is nagy lelkesedéssel készültek, és – a kellemes, tavaszi időnek hála – udvarunk megtelt gyerekszavijal.

A családok minden tagja kivette a részét a tökfárgaszból, aminek csak a képzelet szabhatott határt. Igazán kreatív töklámpások készültek. Családi vetélkedőnk résztvevői remekül helyt álltak, és ahogy mindig, a végén most is ajándékot kaptak.



Kreatív csapatunk minden eseményre ki-fejezetten az alkalomhoz illő foglalkozással készül, hogy a család minden tagja ki-élhesse alkotóvágyát.

A konyhában segítők a családoknak frissen sült süteményeket, teát és zsíros kenyeret készítettek. Emellett ingyenes vércukorszint-mérés is rendelkezésre állt. A gyerekek jókedvűen Marcy, a farkas és barátai gondoskodtak, a nap végén pedig közös, jó hangulatú tornával búcsúztunk el egymástól.

SZÉP ADRIENN

Szappanfőző workshop Orosházán

November 8-án a Dél-Alföld régió érdeklődői vegyszermentes mosószer és deo stift készítő tanfolyamon vettek részt. Az esős időben nem is lehetett volna jobb délelőtti program, mint jó hangulatban, közösen szappant reszelni, shea vajat olvasztani, illatos cseppeket csepegtetni, majd kavarni, melegíteni, főzni... míg végül mindenki magával vihetett egy kis mintadarabot, és természetesen, a recepteket, hogy a továbbiakban saját magának is el tudja készíteni a természetes összetevőket tartalmazó termékeket.

Amíg vártuk, hogy a víz gyöngyözni, forrni kezdjen, bodza- és akácfavirágból főzött



teát kortyolgattunk és hozzá házi jellegű sütitet falatoztunk. Közben gyógynövények felhasználásáról beszélgettünk, könyveket lapozgattunk.

A délelőtti nagyon jó hangulatban telt el, sok hasznos ismeretet kaptunk, és mindehhez a „boszorkánykonyha” illatai adtak háttérrel.

BENEDEK
SZILVIA



Újkígyós

Jótekonysági bál a gyerekek örömeért

A 2025. október 18-án megtartott Nagycsaládos Jótekonysági Bál alkalmából Újkígyóson negyedik alkalommal telt meg a Soproni Söröző és Étterem. A rendezvényen megemlékeztünk az egyesület alapítása óta eltelt 35 évről, hasznos munkáról, segítő együttműködésekről, szép emlékeket idéztünk fel. Virággal köszöntöttük Popol Mihályné Marikát, korábbi elnökünket és néma főhajtással emlékeztünk meg elhunyt korábbi elnökeinkről, Oláh Józsefről és Békési Attiláról.

A bálon zene, tánc, finom ételek, desszertek, valamint tombolahúzás és vidám más programok várták a vendégeket. Örülünk, hogy kitűzött célunkat idén is sikerült elérnünk: az est során 1 750 105 forint gyűlt össze, amit az újkígyósi Szent Imre parkban a játszótér melletti drótkötélpálya kialakítására fordítunk. Sőt, talán még más játékra is jutni fog, ami az ide járó gyerekek legnagyobb örömeire szolgál majd. Ez a nagyszerű eredmény az ügy támogatóinak köszönhető, hálásan köszönjük mindenkinek!

NAGYNÉ RAJECZKI KRISZTINA



Ruzsa

Izgalmas családi délután

A Ruzsai Nagycsaládos Egyesület szeptember 12-én második alkalommal rendezte meg nyílt családi délutánját. A napsütéses idő sok érdeklődőt vonzott, udvarunk megtelt étellel. A gyerekeket három légvár, kézműves asztal, színező, csillám- és hennatetoválás várta. A családoknak lehetőségük volt lovaskocsikázni a faluban, de a kisebbek körében a lovaglás is nagyon népszerű volt. Ruhabörzén válogathattunk a rengeteg ruha, cipő, játék és mesekönyv között. Szomjunkat finom citromos teával csillapítottuk, jótékonyági gasztroasztalunkon a családokat zsíros kenyér, sütemények és különböző ízű palacsinták várták. A ruzsai művelődési ház udvarát hangos nevetés és tánc töltötte meg. Nagyon jó hangulatú délutánt töltöttünk együtt, ahol mindannyian kizökkenhettünk a hétköznapiakból és egy jót beszélgethettünk.



Közös kirándulás a Safari Parkban

Október 12-én ellátogattunk a nagykőrösi autós Safari Parkba. Nagy élmény volt autóval és kisvonattal végighaladni az állatok között és kézből etetni őket. Megnéztük a látványos elefánttréninget, majd néhányan külön járművel még az oroszlánokhoz és a majmokhoz is bemelegszkedtek. Színvonalas cirkuszi előadást nézhettünk végig: olykor meglepődve, máskor csodálkozva figyeltük, mi is történik a színpadon, és volt, amikor hangos nevetéstől zengett a sátor. Az állatsimogatóban a gyerekek nagyon jól érezték magukat, majd többen kipróbálták a gokartozást is. Mindent igyekeztünk körbejárni, a nap végére mindenki kelloképpen el is fáradt.



Együtt tekertünk az őszi szünetben

Az őszi szünetben kis csapatunk – a gyönyörű időt kihasználva – 22 kilométeres kerékpártúrra indult el. Öttömös felé vettük az irányt, ahol megálltunk az erdei pihenőnél, hogy gyönyörködjünk a szép tájban. Felmentünk a kilátó tetejére is, hogy a magasból is láthassuk az őszi tájat. Majd folytattuk utunkat Pusztamérgesre, ahol rövid pihenő után a foci pályán a gyerekek között meccs kerekedett. Otthon várt bennünket a finom pizza, majd amikor már mindenki jóllakott, nekiláttunk a tökfaragásnak. A gyerekek dús fantáziájának köszönhetően szebbnél szebb világító csodák születtek. Remek, mozgalmas napot töltöttünk együtt.

HAMBALKÓNÉ FARKAS HAJNALKA ANDREA



Üllés

Őszi családi nap

Az üllési „Remény” Nagycsaládosok Egyesülete október 30-án tartotta meg Nagycsaládos Halloween Partiját az Alkotóház udvarában. A változékony idő ellenére már 15 órakor megjelentek az első jelmezes gyerekek, akiket sok érdekes program várt. Gyóni Erzsébet vezetésével finom „kókuszgolyó-pókokat” készítettek kókuszgolyóból, ropiból és dekorgyöngyökből. Vendégünk volt a kézműves szakkör is: Csótiné Marika és Nagy Valéria a gyerekekkel közösen színes fonalakból pomponokat alkotott. A Greenyshop tornazsákdíszítő asztalánál nagyon sok kisgyerek megfordult. Köszönjük Tokajiné Tajti Anitának a közreműködést.

Idén sem maradhatott el az arcfestés, Alíz és Viola minden gyermek kívánságát teljesítette.



A tökffaragás az udvaron kapott helyet, ahol a délután végére Szolnoki Elvira és Ocskó Annamária terményeiből közel 50 remekmű készült el. A Gyöngyösi Csaba által felajánlott ropogós répa pedig nasi-ként került az asztalokra.

Napnyugtával a hátsó udvarban kezdett vette a cukorkavadászat. A kosarak gyorsan megteltek, miközben Hajdú Laci bácsi és Kati finom kenyérlángost készített uzsonnára, amihez meleg teát szolgáltunk fel. Sötétedéskor a faragott tökökben felgyúltak a mécsek, és őszi családi napunk kellemes beszélgetéssel, eszegetéssel és iszogatással ért véget.

GYÖNGYÖSINÉ SIMON MARIANN

Felső-Tisza régió

Debrecen

Felejtethetlen volt a NADE 25. születésnapi bálja

A Mosolyvirág Nagycsaládosok Debreceni Egyesülete a fennállásának 25. évfordulóját születésnapi bállal ünnepelte meg. A rendezvényen tagok, barátok, támogatók és vendégek közösen idézték fel az elmúlt évek közösségi élményeit, vidám, meghitt estét töltöttek el együtt.

Az est elején az egyesület a meghívott vendégeit üdvözölte – köztük önkormányzati, karitatív és NOE-szervezetek képviselőit –, valamint több együttműködő partnerét is. A Debreceni Karitatív Testület virággal köszöntötte az egyesületet, a NOE részéről Bak László vezetőségi tag, a Miskolci Nagycsaládos Egyesület vezetője és Hajzer Eszter, a NOE Felső-Tisza régió vezetője oklevelet és egy csodaszép virágot adott át, elismerve a közösség elmúlt 25 évnyi áldozatos munkáját. A tagság nevében egy személyes ajándék átadása az est egyik meghatározó pillanata volt.

A kulturális műsorban a jó hangulatról a Valcer Táncstúdió és a Piruett Táncegyüttes fellépői gondoskodtak, majd átadták a NADE-díjakat azoknak az önkénteseknek, akik az elmúlt években kiemelkedően támogatták az egyesület munkáját.

A svédasztalos vacsora alatt a résztvevők finom ételek mellett beszélgethettek, nosztalgizhathattak, majd a táncparkett is vidám családokkal telt meg. Az est fénypontja az izgalmas tombolasorsolás volt, amelyet számos felajánlás és támogatói ajándék tett még színesebbé. Köszönjük mindenkinek, aki velünk ünnepelt!

BEKE MARGIT



Tiszavasvári

Nagycsaládosok a Mákfesztiválon

A szeptember 13-i Mákfesztiválon a NOE Tiszavasvári Nagycsaládosok Egyesülete is képviseltette magát. Ügyes önkénteseink már a rendezvény előtt elkészítették mákos süteményeiket, amelyeket előre kis sütiboxokba csomagoltunk. Így legalább húszféle süteményből összeállított kis válogatás várta a szombati rendezvény résztvevőit, akik kóstolójegyek ellenében fogyaszthatták azokat. Nagy sikere volt a nagycsaládos süteményeknek, de az ebéddőre elkészült, szilvalekvárral töltött, vaníliásodós mákos gőzgombócainknak is.

Köszönjük szépen mindazon tagcsaládok munkáját, akik e nemes cél érdekében otthon készült süteményüket ajánlották fel. Hálás szívvel köszönjük Tóthné Nácsa Irén, Tóth Dominika, Veréb Andrea, Aranyi Hanga, Kovács Istvánné, Kovács Szilvia, Losoncziné Kéki Judit, Mészáros Józsefné, Köblös Katalin, Nyánku Levente, Kuik Imre, Kuik Lilla, Ignácz Balázs önkénteseinknek a rendezvény napján a gőzgombócok elkészítésében, a pakolásban, a sütik szállításában, az árusításban nyújtott segítséget, és mindenkinek szívből köszönjük a felajánlásokat! Egyesületünk a süteményekből keletkezett összeget adományként kezeli és jövőbeni rendezvényeinek megvalósítására fordítja.



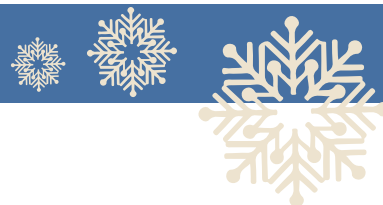
Őszi Találkozó Szombathelyen

Mi, tiszavasvári nagycsaládosok tíz fővel vettünk részt a NOE idei Őszi Találkozásán szeptember 12. és 14. között Szombathelyen. A rendezvény szombaton volt, de e gyönyörű városba kis csapatunk már péntek délután megérkezett. Jó volt találkozni régi barátainkkal szombat reggel a Vasi Skanzenben és együtt részt venni a találkozó programjain. A megnyitó után helyismereti totókkal bejártuk a skanzen területét, megismerve a helyi népi kultúra örökségét. Minden kérdésre sikerült jól válaszolnunk, így értékes ajándékokkal lehettünk gazdagabbak. Részt vettünk még kutyás bemutatóon, egy fergeteges bűvész előadáson, népzenei koncerteken is. A finom ebéd után Szombathely

belvárosában idegenvezetéssel egybekötött városnézésen láthattunk és hallhattunk érdekességeket. Köszönjük a NOE-nak, a szombathelyi nagycsaládosoknak, közöttük is elnökünknek, Göröcz Gyula Csabának a színvonalas programokat, azok megszervezését, lebonyolítását. Köszönjük az Alvég panzióknak a szállásunk és az ízletes vacsorák biztosítását. Kedves Tiszavasvári kis csapat! Hálásak vagyunk nektek, hogy olyan messzire elutaztatok és képviseltétek az országos találkozón a NOE Tiszavasvári Nagycsaládosok Egyesületét.

LÉVAI ANDREA





A családok a társadalom immunrendszere

A NOE nemzetközi jelenléte fontosabb, mint valaha, hiszen az európai családokat érintő döntések meghozatalakor csak így tudjuk hallatni a hangunkat. Erről a folyamatról kérdeztük Joó Kingát, a NOE nemzetközi kapcsolatokért felelős szakértőjét, hajdani elnökhelyettesét, aki az Európai Nagycsaládosok Szövetségének alelnökeként beszél a nagycsaládok képviseletéről, a NOE és az ELFAC európai szerepéről, valamint a családok jövőjéről.



Milyen nemzetközi családszervezetekkel működik együtt a Nagycsaládosok Országos Egyesülete?

A NOE több nemzetközi családszervezet tagja, így jelen van az Európai Nagycsaládosok Szövetsége (ELFAC), a Szülők és Gondozók Európai Szövetsége (FEFAF) és a COFACE – Európai Családszervezet testületeiben is.

Az ELFAC vezetősége igazi európai csapat: a lengyel elnöktől a spanyol főtitkáron át olasz alelnök társamig, valamint a görög, román, lett, német és portugál szervezetek képviselőiig szinte az egész kontinenst lefedi. A NOE az alapítás óta meghatározó szereplője a Szövetségnek – Márki László személyében elnököt is adott (2014–2018 között) –, és rendszeresen nyújt otthont idehaza a szervezet európai kongresszusainak is, legutóbb 2021-ben Keszthelyen.

Fontos megemlíteni még az Európai Gazdasági és Szociális Bizottságot (EGSZB), ami egy 329 tagú uniós intézmény, ahol a munkáltatói, munkavállalói és civil szervezetek képviselői együtt formálják az uniós szakpolitikákat.

Ezek közül melyik szervezetekben képviseli Ön a magyar nagycsaládok érdekeit?

2024-ben választottak meg az Európai Nagycsaládosok Szövetsége alelnökévé, így már két éve töltöm be ezt a pozíciót. Idén októberben pedig átvehettem a megújított mandátumomat az Európai Gazdasági és Szociális Bizottságban is, ahol a tizenkét tagú magyar delegációban a magyar kormány felterjesztésére két szervezet – a NOE és a Nemzeti Együttműködés

dési Alap – képviseletében dolgozom. Továbbra is folytatni szeretném a családok érdekeinek és a családbarát szempontoknak a megjelenítését az uniós dokumentumokban és döntéshozatalban. Erre a feladatra a következő években különösen jó lehetőségem nyílik, mivel az első plenáris ülésen a hat szakbizottság közül a „Foglalkoztatás- és szociálpolitika, uniós polgárság” (SOC) elnökségi tagjává is megválasztottak.

Milyen kihívásokkal és lehetőségekkel találkozik munkája során a nemzetközi fórumokon?

2014–2022 között a NOE elnökségi tagjaként és elnökhelyetteseként, most pedig nemzetközi kapcsolatokért felelős tanácsadóként azon dolgozom, hogy az európai fórumokon is láthatóvá váljanak azok az értékek és erőforrások, amelyeket a nagycsaládok jelentenek a társadalom számára. Ez a szemlélet sok országban, valamint a nemzetközi térben még mindig nem magától értetődő. Gyakran magyarázni kell, miért fontos társadalmi-gazdasági szereplők a családok, és miért van szükség a családbarát szempontok beemelésére a döntéshozatalba.

Miközben az uniós konzultációkon és érdekegyeztető tanácskozásokon az ifjúsági, a nőjogi vagy a nyugdíjas szervezetek természetes módon kapnak helyet, a családszervezetek képviselete sokszor háttérbe szorul. Szemléletes példa erre maga az EGSZB is: az új mandátummal a 27 tagállam közül csak Magyarország és Franciaország kormánya delegált családszervezeti képviselőt, és kimondottan nagycsaládos érdekeket pedig kizárólag én jelenítek meg a testületben. Ez, persze, kihívás, de egyben nagy lehetőség is. Igyekszem koalíciókat és együttműködéseket kialakítani olyan tagokkal, akiknek fontosak a családi értékek, mint például a generációk közötti szolidaritás vagy a családbarát szemlélet a munka világában.

Hangsúlyozom: azért is fontos a nemzetközi jelenlét, mert az Európai Unió szintjén meghozott döntések közvetlenül hatnak a családokra is. Ha mi nem szólalunk meg, más fog helyettünk – a fejünk felett – dönteni a családokat érintő kérdésekben.

Mennyire erős a NOE szerepe az európai családszervezetek között?

A NOE nemzetközileg is elismert szervezet, az alapítása óta több nemzetközi díjat is elnyert. Ezek közül kiemelném



KOVÁCS ILDIKÓ



a 2018-ban az Európai Parlament által adományozott Európai Polgár Díjat, amely széles körű elismertséget hozott a NOE közösségépítő munkájának.

2024 májusában különleges megtiszteltetés ért minket, személyesen engem is: az ENSZ meghívására New Yorkban a NOE képviselhette Magyarországot a család nemzetközi évének 30. évfordulója alkalmából megrendezett családszervezeti fórumon. Itt bemutathattam a „Családok és a klímaváltozás” témájában írt tanulmányomat, valamint átadhattam a NOE nemzetközi díját az ENSZ családdügi kapcsolattartójának.

Ez a stabil nemzetközi hírnév sokat segít abban, hogy erősítsük a NOE vezető szerepét a családszervezetek között. Számos kisebb vagy újonnan megalakult nagycsaládos szervezet tekint ránk mintaként, és mi igyekszünk is segíteni nekik. Rendszeresen fogadunk külföldi látogatókat tanulmányútra: legutóbb a lengyel nagycsaládos szervezet képviselői töltötték nálunk állásfigyelésüket (job shadowing) az Erasmus+ programjuk keretében.

Milyen konkrét családdügi intézkedésekre tudott hatással lenni az elmúlt években?

Kettőt emelnék ki közülük. Az egyik az Európai Gondozási Stratégia, amely a kisgyermekkorú ellátások – például a bölcsődék és óvodák – számára határoz meg új célszámokat és javaslatokat tesz a tartós ápolás-gondozás területén is. A NOE nevében felhívtam a figyelmet arra, hogy az egyes országokban nagyon eltérő a kulturális és társadalmi háttér, valamint a családtámogatási rendszer, ezért az ellátások igénybevétele aránya, különösen a bölcsődéé, országonként más és más.

Mi abban hiszünk, hogy azok a rendszerek szolgálják legjobban a családokat, ahol valódi választási lehetőségük van, vagyis minden ellátási forma – történjen az a családban a szülők vagy

nagyszülők gondoskodásával, vagy intézményi keretben –, elfogadott és támogatott.

A másik fontos téma a rugalmas munkafeltételek vizsgálata volt. A 2024-es magyar EU-elnökség felkérésére írtam szakmai véleményt az Európai Gazdasági és Szociális Bizottság számára, amelynek fő megállapításai bekerültek a Tanácsi következtetések közé is. Ebben olyan javaslatokat fogalmaztam meg, amelyek segítik a családokat gyerekvállalási terveik megvalósításában, például a munka és a magánélet egyensúlyát erősítő intézkedésekkel. Fontosnak tartottam hangsúlyozni, hogy a munka-magánélet irányelv átültetése során csökkenjen a fizetetlen „láthatatlan munka” egyenlőtlen eloszlása a családon belül. Továbbá ösztönözzék a férfiak nagyobb szerepvállalását és támogassák a nők magasabb arányú részvételét a fizetett munkaerőpiacon.

Munkám során mindig igyekszem beépíteni a NOE elnökének és elnökségének álláspontját, hogy az általam képviselt ügyek valóban összhangban legyenek tagcsaládjaink mindennapi tapasztalataival és igényeivel.

Milyen konkrét példák mutatják, hogy a határokon átívelő együttműködések támogatják a családbarát szemlélet elterjedését?

Ilyen a Családbarát Önkormányzatok Európai Hálózatának létrehozása, ami az ELFAC egyik legnagyobb és legismertebb eredménye. Ez a hálózat jelenleg tíz országban működik és már 162 önkormányzatot tömörít. Magyarországról hét település a tagja. A hálózat célja, hogy a családbarát települések egymástól tanuljanak, közös projekteket valósítsanak meg és közösen induljanak európai pályázatokon. A sikeres közös pályázat egyik szép gyakorlati példája a „Jobb jövő fesztivál”, amely testvérvárosi együttműködés keretében zajlik és különböző országok családbarát városainak fiataljait és önkormányzati képviselőit hozza össze.





A hálózat sikerén felbátorodva idén elindult a Családbarát Vállalatok Európai Hálózata megszervezése is. Bár a működési keretek még formálódnak, az előkészítő munkába már most számos érdeklődő cég kapcsolódott be. Célunk, hogy ez a vállalati hálózat is elősegítse a családbarát szemlélet elterjedését a munkahelyeken.

Az európai parlamenti választások idején az ELFAC kiadott egy nyilatkozatot, amelyhez több képviselőjelölt is csatlakozott. Idén szeptemberben pedig a nagycsaládokért végzett tevékenységünket az Európai Parlament demográfiával foglalkozó frakcióközi csoportja előtt mutathattuk be, és konkrét példákon keresztül rámutattunk azokra az esetekre is, amikor a nagycsaládokat hátrányos megkülönböztetés érte.

Hogyan látja a családok jelenlegi helyzetét és jövőjét Európában?

Európa népesedési mutatói egyértelműen jelzik, hogy a családok helyzete és jövője kihívásokkal teli.

Míg 2011-ben az Európai Unióban közel 4,5 millió gyermek született, 2022-re ez a szám 4 millió alá csökkent, és a 2024-es előzetes adatok szerint alig 3,5 millió körül van. A trend világos: egyre nagyobb jelentőségük van az olyan szervezeteknek, mint a NOE, amelyek a gyermekvállalást és a sokgyermekes életformát értéként kezelik.

Konkrét intézkedések alapján is látom a jövőt. Az új uniós pénzügyi keretből jelentős összegeket különítenek el a lakhatás támogatására. Azon leszünk, hogy a lakáshoz jutás és a megfizethető lakhatási formák (például bérletprogramok) kialakítása során ne legyenek figyelmen kívül hagyhatók a gyermeket tervezők, a családjuk bővítésére készülő, valamint a többgenerációs és nagycsaládok igényei. Ugyancsak figyelemre méltó a fenntartható turizmus készülő uniós stratégiája. Itt érdemes vizsgálni, hogy a családbarát szempontok – például testvérkedvezmények, gyermek-kedvezmények, nagycsaládos szálláslehetőségek – hogyan épülnek be, és a turizmus hogyan válik elérhetővé valóban minden család számára.

Mit üzen a NOE családjainak és a döntéshozóknak?

Hiszem, hogy a családok a társadalom immunrendszere. Ahogyan a testünk is ellenállóbb, ha vigyázunk rá és ápoljuk, úgy a társadalom is erősebb, ha odafigyelünk a családokra. Ezért sem maradhatnak ki az európai támogatásokból és igényeik nem szorulhatnak háttérbe a szakmapolitikák alakításánál.

KOVÁCS ILDIKÓ





TIBORCZ ALEXA

Miért jó a NOE tagjának lenni?

Amikor 2002-ben, harmadik gyermekem születése után beléptem a Nagycsaládosok Országos Egyesületébe, még nem sejtettem, hogy ez a közösség mennyi támogatást és élményt fog adni számomra. Ma azonban már biztosan állítom: ez jó döntés volt.

Azért csatlakoztam a NOE-hoz, mert olyan értékeket képvisel, amelyek számomra is fontosak: küzd a családok és a gyermekeink érdekeiért, a jobb szociális ellátásért, a megfelelő lakhatásért, az iskolai esélyegyenlőségért és mindenért, ami könnyebbé teheti a családok mindennapjait. Tagként azt tapasztaltam, hogy itt valóban számít az ember... nemcsak papíron, hanem a hétköznapiakban is.

A Nagycsaládosok Országos Egyesületéhez való tartozás sokkal több, mint egy tagsági kártya kiváltása. Általa valódi közösséghez, támogató hálózathoz és értékrendhez kapcsolódik az ember. A NOE tagjaként az egyik legnagyobb előny, hogy olyan emberekkel találkozhatunk, akik hasonló élethelyzetben élnek, ugyanazokat az örömeket és kihívásokat élik meg, mint mi. Egy ilyen közösség biztonságot, megértést és sokszor gyakorlati segítséget is nyújt. A tagság olyan lehetőségeket is megnyit előttünk, amelyekre enélkül kevésbé volna lehetőségünk. Számos helyre olcsóbban juthatunk el, kedvezményesen is látogathatunk kulturális programokat, kedvezményesen vásárolhatunk és olyan nyaralásokra is eljuthatunk a gyerekekkel, amelyek korábban elérhetetlennek tűntek. És ami talán mindennél többet ér: a NOE közösségére még megoldhatatlannak tűnő ügyekben is számítani lehet.

A belépésem után tíz évig az óbudai nagycsaládos csoport aktív tagja voltam, ahol szívvel-lélekkel vettem bele magam a közösségi munkába. 2014 decemberében megtisztelő felkérés és bizalom után megválasztottak az Óbuda-Békásmegyeri Csoport vezetőjének, és azóta is örömmel, lelkesedéssel és felelősséggel végzem ezt a

munkát. Úgy érzem, hogy ezzel a nagy közösségért és a kis csoport mindennapi életéért egyaránt tehetek.

A Nagycsaládosok Országos Egyesülete azonban nemcsak nekünk, aktív tagoknak nyitott, hanem mindenki számára, akiben van megértés és szeretet mások iránt, akkor is, ha nincs saját családja. Várja azokat, akik már megtapasztalták a nagycsalád örömeit és terheit, és szívesen megosztanák tapasztalataikat másokkal. Azokat is, akik gyermekeik számára keresnek hasonló szellemű társaságot, vagy akik egyedül hordozzák a szülői felelősséget és szükségük van támogató közösségre. A NOE ajtaja nyitva áll azok előtt is, akiknek már kirepültek a gyermekeik, de hiányzik nekik a gyerekzsivaj és a közösségi élet, illetve azok előtt, akik tanácsot, bátorítást, tapasztalatot tudnak adni másoknak. Helye van itt annak is, aki szeret szervezni, aki nem riad vissza a kétkezi munkától, vagy aki jó szakmai, üzleti vagy baráti kapcsolatain keresztül másoknak is tud segíteni. És persze, azoknak, akik harcos alkatúak, nem ijednek meg attól, ha a családok érdekeiért hatóságokkal, önkormányzatokkal vagy intézményekkel kell tárgyalni.

Összességében a NOE-tagság nem csupán előnyöket jelent, hanem valódi összetartozást. Olyan közegbe léphetünk be, ahol jó megélni a nagycsaládos lét szépségeit, ahol támogatást kapunk, de ahol közösen tehetünk is azért, hogy a jövőben is érték legyen a család. Számomra a NOE nemcsak egy szervezet, hanem olyan hely, ahová jó tartozni, ahol az ember érzi, hogy nincs egyedül, ahol számít a hangja, és ahol együtt sokkal többre vagyunk képesek, mint külön-külön. Ezért vagyok én is hűségesen és örömmel része ennek a közösségnek immár több mint két évtizede.

TIBORCZ ALEXA



Okosan vásárolni, örömet ajándékozni

Karácsony közeledtével szinte mindenhol ajánlatok, kedvezmények és akciók vesznek körül bennünket. Erős a fogyasztói nyomás, lépten-nyomon hatnak ránk a meggyőzés eszközei, amik sokszor észrevétlenül befolyásolják a döntéseinket. Dr. Újszászi Bogár László a meggyőzéstechnika területének egyik legismertebb hazai szakértője, kutatásai és tréningjei főként az értékesítés és a marketing világára fókuszálnak. Vele beszélgettünk arról, hogyan lehet tudatosabban dönteni, és milyen trükkökkel kerülhetjük el, hogy az ünnepi készülődést vásárlási impulzusok irányítsák.

Miért tartja izgalmasnak ezt a témát és miért érdemes nekünk is jobban értenünk hozzá?

A meggyőzés – legyen szó reklámról, értékesítésről vagy akár családi döntésekről – valójában nem „trükk”, hanem az emberi viselkedés tükré. A vásárlási döntéseink 80–90%-át a tudatalattink hozza meg, még mielőtt az észérveink egyáltalán bekapcsolnának. Ha értjük, mi befolyásol bennünket, akkor nem csak védekezni tudunk a manipuláció ellen, hanem tudatosabban és felelősebben is döntünk. Ez pedig különösen fontos a karácsonyi időszakban, amikor az érzelmek és az akciók egyszerre hatnak ránk.

Mesélne kicsit a döntéshozatal tudatalatti folyamatairól?

A döntéshozatal biológiailag is megalapozott folyamat. Amikor egy terméket látunk, az agyunk dopamint szabadít fel. Ez az úgynevezett „vágyhormon”, ami már a vásárlás gondolatára is örömezzeteket kelt. A kutatások szerint például a nucleus accumbens területe *(ez az agykéregnek a függőségeikért felelős központja – szerk.)* már az előtt aktiválódik, hogy tudatosan eldöntenénk, megvesszük-e a terméket.

Ezzel párhuzamosan az amygdala *(a félelem, a büntetés központja – szerk.)* érzelmi reakciókat generál, és csak ezután kapcsol be a racionális, elemző rendszer, a prefrontális kéreg. Magyarul: először érzünk, csak utána gondolkodunk. Ezért tűnik sok döntésünk utólag impulzívnak, pedig valójában agyunk természetes működésének következménye.

Hogyan ismerhetjük fel, ha egy reklám vagy egy eladó „meggyőzni” próbál, és nem mi irányítjuk a döntésünket?

Ha valamilyen üzenet sürgetést, hiányérzetet vagy különleges lehetőséget sugall („csak ma”, „utolsó darab”), akkor szinte biztos, hogy pszichológiai „triggerrel” van dolgunk. A



Cialdini-féle hat elv közül ez az úgynevezett szűkösség elve: ha valami ritka, értékesebbnek tűnik. Az ilyen helyzetekben érdemes tudatosítani magunkban: vajon tényleg szükségem van-e erre, vagy csak attól félek, hogy lemaradok? Ez más néven a FOMO, azaz a „fear of missing out” mechanizmusa, amit a marketing tudatosan használ.

Miért olyan nehéz tudatosan dönteni?

Mert az agyunk energiatakarékos. A tudatos, jól átgondolt döntéshozatal rengeteg mentális energiát igényel, ezért legtöbbször a gyors, érzelmi útvonalat választjuk. Ezt hívja a kognitív pszichológia heurisztikának, olyan gondolkodási rövidítéseknek, amelyek megkönnyítik, de torzítják is az ítéletalkotást. A karácsonyi vásárlás tipikus terepe ennek: fáradtak vagyunk, sok inger ér minket, és ilyenkor a legegyszerűbb döntési szabályt követjük, például *„ha sokan veszik, biztosan jó”*.





KOVÁCS ILDIKÓ

Miért dőlünk be gyakran az „utolsó darab”, vagy a „csak ma” típusú üzeneteknek, és hogyan lehet ezeket tudatosan kezelni?

Az „utolsó darab” üzenet aktiválja a veszteségkerülés nevű pszichológiai mechanizmust. Kahneman és Tversky kísérletei bebizonyították, hogy az emberek kétszer annyira félnek valamit elveszíteni, mint amennyire vágnak ugyanannak a dolognak a megszerzésére. Egy egyszerű kérdés feltevése segíthet a tudatos vásárlásban: *Megvenném-e ezt holnap is, ha nem lenne akció?* Ha a válasz nem, akkor valószínűleg nem a termékre, hanem az érzésre vágyunk, amit a reklám keltett bennünk.

Milyen más bevált módszerek, eszközök vannak még?

A marketing gyakran él a kontraszt elvével, tehát ha valamit egy drágább termék mellett mutatnak, automatikusan olcsóbbnak tűnik. Ugyanígy működik a következetesség elve is: ha egyszer már kimondtunk valamit („mert karácsonykor megérdemlem”), akkor a viselkedésünket hozzá igazítjuk, még akkor is, ha a döntés később nem tűnik racionálisnak. Ezeket úgy kezelhetjük, ha a vásárlás előtt lefagyasztjuk az automatikus döntéshozást, például várunk 24 órát. Ezt hívják „cooling-off” technikának, ami bizonyítottan csökkenti az impulzusvásárlást.

A meggyőzési stratégiák mindenkinél egyformán működnek, vagy van, akire jobban, van, akire kevésbé hatnak?

Nem hatnak egyformán. Az egyének érzelmi érzékenysége, a stressz-szintje és a családi minták mind befolyásolják, mennyire reagálunk ezekre a hatásokra. A kutatások szerint fáradt, túlhajszolt emberek 40%-kal hajlamosabbak impulzusvásárlásra. Nagycsaládos szülőknél például a döntéshozatali terhelés eleve magas, így az agy automatikus rendszere gyakrabban veszi át az irányítást. Ezért különösen fontos a tudatosítás.

Kutatásaiban gyakran említi, hogy nem feltétlenül a tartalom, hanem inkább a forma dönti el, mennyire hat ránk egy üzenet. Mit ért ez alatt?

A forma, azaz a hangneme, a vizuális környezet, a sorrendiség gyakran erősebben hat, mint maga az üzenet tartalma. Egy 2018-as Stanford-kísérlet például kimutatta, hogy ha ugyanazt a statisztikát történetként mondják el, 22-szer jobban megmarad az emberek emlékezetében. A retorika és a marketing közös pontja éppen ez: az üzenet formája az, ami aktiválja az érzelmi agyat. A jó kommunikáció tehát nem információt közöl, hanem élményt nyújt.

Mikor válik a meggyőzés manipulációvá, hol a határ?

A határ ott húzódik, amikor a befolyásoló fél már nem a másik, hanem kizárólag a saját érdekeit szolgálja, miközben fontos információt eltorzít vagy elhallgat. A meggyőzés önmagában nem negatív, hiszen minden tanár, szülő, orvos, sőt, minden



vezető is csak befolyásol. A kérdés az, hogy átláthatóan, igaz információval, kölcsönös előny alapján teszi-e? A manipuláció ezzel szemben a szabadság illúzióját kelti. Úgy érezzük, mi döntünk, pedig a döntést már előkészítették helyettünk.

Mit tehetünk, ha az ünnepek előtt szeretnénk okosan vásárolni? Van valamilyen egyszerű módszer, amit alkalmazhatunk, mielőtt valamit a kosarunkba teszünk?

Igen. „Ez a vásárlás megold-e egy valós problémát, vagy csak egy pillanatnyi érzés?” Ha a válasz az utóbbi, érdemes várni, ahogy már korábban említettem. Praktikus lehet még az is, ha előre leírjuk a vásárlási listát, és ragaszkodunk hozzá. Ez segít a döntési fáradtság ellen, ami az ünnepi forgatagban az egyik legnagyobb ellenségünk. És a végére még egy tipp: ha adni szeretnénk, tárgyak helyett próbáljunk élményt adni. Az agyban ugyanis az élmények hosszabb ideig aktiválják az örömet felelős idegpályákat, nekünk pedig épp ez lenne a célunk.

Hogyan tudunk gyermekeinknek példát mutatni abban, hogy ne a reklám, hanem valódi szükségleteik alapján döntsenek?

A gyerekek döntéseit modellkövetéssel tanulják, vagyis nem azt teszik, amit mondunk, hanem amit tapasztalnak. Ha azt látják, hogy a szülő tudatosan mérlegel, ők is megkérdézik maguktól, „tényleg szükségem van erre?”, akkor ugyanezt a belső párbeszédet ők is megtanulják. Az is hatékony, ha a reklámokat közösen „szétszedjük”, vagyis megkérdézzük tőlük, szerintük miért pont így próbálnak meggyőzni? Ezzel nemcsak kritikai gondolkodást tanulnak, hanem a későbbi manipulációval szemben is ellenállóbbak lesznek.

A reklámok tehát nem az ellenségeink...

A tudatosság nem a tiltásról, hanem a szabadságról szól. Nem az a cél, hogy elzárkózzunk a reklámoktól, hanem hogy megértsük, mi miért hat ránk. Ha felismerjük a működésüket, akkor a döntés örömet nem elveszünk magunktól, hanem épp ellenkezőleg: visszaszerezük az irányítást.

KOVÁCS ILDIKÓ





A pénz tudatos(abb) kezelése fiatalokban

A pénz témája a legtöbb családban érzékeny témának számít. Kamaszkorban pedig különösen, hiszen a fiatal már önálló döntéseket is hoz annak felhasználásáról gyakran impulzívan, érzelmi alapon. Mit tehet a szülő, hogy ne a tiltás, hanem a tudatosság, a felelősség és az önreflexió legyen a pénzkézelés alapja? Ahhoz, hogy megértsük a kamaszkori költsékezés hátterét, érdemes több szempontból is ránézni arra, mi történik ilyenkor a serdülő fejében, valamint a családi rendszerben.

A pénzügyi tudatosság megeremtése

A pénzügyi tudatosság nem pusztán a számokról szól, hanem arról, hogyan viszonyulunk a biztonsághoz, a szükségleteinkhez, a vágyainkhoz. Gyakori az a gondolkodás, hogy a tudatos pénzkézelés tanulható készség, valójában azonban komolyabb önismereti folyamatot is magában foglal.

A pszichológia szerint döntéseink nagy része érzelmi alapon születik meg és csak utólag indokoljuk őket racionálisan. A pénzhasználat ebből kifolyólag gyakran érzelmi kompenzációként működik, például az unalom, stressz, szorongás, önértékelés javítására, csillapítására. Amikor vásárolunk, nemcsak termékeket veszünk, hanem érzelmileg is költünk magunkra. Megnyugvást, státuszt, megerősítést vagy épp pillanatnyi örömet veszünk. Ezért a tudatosság első lépése nem maga a költségvetés kiszámítása, hanem az önreflexió:

Pénzügyi szocializáció, vagyis mit hozunk otthonról?

A pénzügyekkel való bánásmód nem kamaszkorban kezdődik. A fejlődő gyermek már egészen kiskorától fogva megfigyeli, hogyan reagálnak a szülei a pénzre: stresszforrás-e, vagy természetes része a mindennapoknak. Milyen szempontok alapján vásárolunk? Milyen szabályok és korlátok vonatkoznak a költsézésre? Ki dönt a pénzügyekről? Hogyan kezeljük a megvett termékeket? Milyen értékek alapján használjuk a pénzt?

Albert Bandura szociális tanulásmélete szerint a gyerekek utánzással, modellkövetéssel tanulnak. Vagyis a kamasz pénzhez való viszonyát nagy mértékben meghatározza, hogy mit lát(ott) otthon:

- Ha a szülő gyakran panaszkodik a pénz miatt, a gyerekben rögzülhet a hiánytudat.
- Ha a pénz tabu, a gyerek nem tanul meg tudatosan, felelősen dönteni.
- Ha a pénzről nyíltan, érték alapon beszélünk, vagyis a pénz eszköz a céljainkhoz, egészségesebb viszony alakulhat ki a pénzkézelés kapcsán.

„Miért akarom ezt megvenni? Mit ad ez nekem? Mit pótol ez bennem?”

Aki képes felismerni saját pénzügyi mintáit, hogy a pénz a számára biztonságot, szabadságot vagy kontrollt jelent, az lassan, tudatosan elsajátítja, hogyan tudja a saját igényei szerint a legjobban felhasználni a rendelkezésére álló összeget. A valódi pénzügyi tudatosság akkor kezdődik, amikor a pénzköltés többségében nem érzelmi oldalról fakad, hanem eszközzé válik céljaink szolgálatában.

Szülőként ezt a belső folyamatot modellezni is tudjuk. Amikor átgondolt döntéseket hozunk, és merünk beszélni a pénzhez fűződő érzéseinkről, azt tanítjuk, hogy a pénz nem ellenség és nem is mindenható, hanem tükör is, amely megmutatja, mennyire ismerjük önmagunkat.

A kamaszkor és a pénz

A kamaszkor a függetlenedés, a szülőkről való leválás, a saját identitás kialakításának időszaka, miközben a fiatal keresi, ki is ő valójában, és hogyan illeszkedik a világba. A pénz ebben a folyamatban gyakran az önkifejezés eszközévé válik. A márkás ruha, a legújabb telefon vagy a trendi program nem csupán tárgyak, hanem konkrét üzenet a társas közeg számára: „ilyennek szeretném, ha látnátok engem.” A fogyasztás, a termékek így az önértékelés egyik rejtett formájává válnak. Erikson fejlődésmélete szerint a serdülő ebben a korban az identitás és a szerepkonfúzió határán mozog, és ha nincs belső stabilitása, hajlamosabb külső, anyagi jelekből építeni önmagát.

A szülő feladata az lehet, hogy segítsen a fiatalnak megkülönböztetni az önkifejezést az önigazolástól. Amennyiben a fiatal megtapasztalhatja, hogy az értéke nem a birtokolt tárgyakban, hanem a kapcsolataiban, képességeiben és döntéseiben rejlik, akkor a pénz és annak tárgyakbani megtestesülése nem az önértékelés alapja lesz, hanem az önállóság, a felelősség, az érettség kifejeződése.

A frontális lebeny, ami a hosszú távú tervezésért és döntésekért is felelős agyi terület, kamaszkorban még nem teljesen érett, míg az érzelmi központ, vagyis a limbikus rendszer pedig éppen túlműködik – ez magyarázza az impulzív költéseket és a „most azonnal akarom” hozzáállást.

A pénzzel kapcsolatos döntések

Segítsük a kamaszt átgondolni a döntéseit, amikor azt vesszük észre, hogy inkább impulzív, rövid távú gondolkodással hozná meg a döntését, próbáljuk meg néhány jó kérdéssel előhívni belőle a racionális, hosszabb távú mérlegelést. „Szerinted ez a vásárlás miben segít téged hosszú távon?”, „Miért szeretnéd, hogy a tiéd legyen, inkább csak akarod vagy szükséged van rá?”

A kamaszoknak szükségük van valós döntési helyzetekre. Amennyire lehet kerüljük a szélsőségeket: hiszen, ha mindent a szülő kontrollál vagy ha semmilyen korlát sincs, akkor nem fejlődik az önállóság, a felelősségtudat, a tudatos pénzkezelés.

Szülőként egy roppant nehéz időszakot élhetünk meg a serdülő kamasszal, azonban ne felejtjük el, hogy a hibák, a nem adekvát vagy kevésbé jó döntéseknek jelentőségteljes szerepük van. Adjunk teret a hibázásnak, hiszen a hibázás



nem kudarc, hanem tanulási helyzet. A serdülő saját tapasztalatai alapján rengeteget tud fejlődni, tanulni, főleg, ha segítünk tudatosítani, reflektálni arra, hogy mi történt.

Néhány elgondolkodtató kérdés, amivel segíthetünk a kamasznak abban, hogy válaszokat keressen és találjon is a döntési folyamatai működésére: „Mit éreztél, amikor elköltötted a zsebpénzed?”. „Szerinted miért éri meg ez a döntés? És miért nem?”. „Ha újra dönthetnél, hogyan csinálnád?”. „Mi az, ami számodra értékes, amiért megéri pénzt adni?”

Ez a fajta kommunikáció a reflektív gondolkodást és az önismeretet is fejleszti, ami hosszú távon a tudatos pénzkezelés alapja.

„A pénz végső soron nem más, mint egy tükör: azt mutatja, hogyan viszonyulunk önmagunkhoz, a vágyainkhoz és a határainkhoz.”

A pénz hatásmechanizmusa a digitális térben

A digitális tér a kamaszok számára nemcsak kommunikációs, hanem identitásformáló közeg is. Az online világ folyamatos összehasonlításra készítet: influenszerek, reklámok és tökéletesnek látszó életek képei azt sugallják, hogy a boldogság, a siker megvásárolható. Ez a látszat torzíthatja az önértékelést, erősítheti azt az érzetet, hogyha megveszek valamit, akkor jobb leszek, ezáltal többre értékelnek majd engem.

A kamasz agya különösen érzékeny a szociális visszajelzésekre, ezért a lájkok, trendek és státuszszimbólumok aktiválják a jutalmazó rendszert, ami rövid távon örömet, hosszú távon viszont szorongást és pénzügyi impulzivitást eredményezhet. Szülőként különösen fontos, hogy segítsünk a fiatalnak kritikus gondolkodást kialakítani: beszéljük meg, hogyan működik egy-egy reklám, mit sugall egy-egy influenszer, mi a valóság. A cél annak a megtanulása, hogyan lehet tudatos, autonóm fogyasztóként élni, ahol a pénzünket az értékeink mentén, a céljaink, jólétünk érdekében jól használjuk fel.

A kamasz pénzkezelése nemcsak gazdasági, hanem pszichológiai és érzelmi kérdés is. A cél az, hogy a fiatal megtanuljon felelősen, a saját céljai elérése érdekében dönteni. Ha a szülő példát mutat, kérdez, kísér, nem ítélkezik, akkor a pénzkezelés az érettség és önállóság egyik szimbóluma lesz.



A karácsony igazi arca

Tudatosság a szeretet ünnepén

Két hónappal az ünnep előtt már minden arról szól, mit és mennyiért vegyünk szeretteinknek. A reklámok szerint a boldogság dobozban érkezik, de vajon tényleg így van? Idén fedezzük fel újra a karácsony igazi arcát: a szeretetet, ami nem csomagban, hanem bennünk rejlik.

Egyre közelebb az ünnep. A boltok polcain már felragyogtak a karácsonyi díszek. A kirakatokban feldíszített fák, integető mikulások, rénszarvasok és diótörők állnak. A levegőben fahéj illata lebeg és vele együtt az a különös várakozás, amit a karácsony hoz magával.

Az ünnep közeledtével a jól ismert üzenet is egyre erősebben hallatszik: „Itt a karácsony, vásárolj!” Az online hirdetések, plakátok és televíziós reklámok mind ugyanazt az üzenetet közvetítik: „Vedd meg most, nehogy lemaradj!” A szeretet látszólag mértéket kapott: forintban, darabszámban, csomagolópapírban mérjük. Mintha az ünnep értékét az határozná meg, hogy mennyit vásárolunk.

De mi is a karácsony igazi jelentése?

Vannak, akiknél az ünnep nem a bevásárlóközpontokban kezdődik, hanem a konyhaasztal körül. Amikor a készülődés nemcsak a kedvezmények hajszolásáról szól, hanem a mézeskalács illatáról, a közös nevetésről és a beszélgetésekről egy jó forralt bor vagy tea társaságában. Ha nem vigyázunk, a tökéletes ajándék keresése közben elveszíthetjük a legfontosabbat: a közös időt. A figyelmet, a törődést és a szeretetet nem lehet becsomagolt tárgyakban pótolni.

Pedig a karácsony üzenete nem változott. Csak mi gyakran elfelejtjük meghallani.

A tudatos vásárlás nem az ajándékok megtagadását jelenti. Inkább azt, hogy átgondoljuk, mi az, ami valóban örömet ad, és mi az, ami csak pillanatnyi hiányt tölt be. A reklámok elhitetik velünk, hogy a boldogság megvásárolható, holott az igazi ajándék legtöbbször nem kerül sokba. Egy fényképalbum a közös emlékről, egy együtt töltött nap, vagy valami pici, de annál személyesebb ajándék. Ezek azok, amelyek évekkel később is megmaradnak, miközben a divatos eszközök már rég a fiók mélyén hevernek.



Tudatosnak lenni karácsonykor nemcsak pénzügyi döntés. A mértékletesség nemcsak spórolás, hanem odafigyelés is. Figyelem arra, hogy mire és kire költünk. Amikor a vásárlás helyett a kapcsolódás kerül a középpontba, a karácsony viszonyeri eredeti fényét. Lehet, hogy idén nem a legnagyobb ajándék kerül a fa alá, de talán most először tesszük oda azt, amire mindannyian a legjobban

vágyunk: az időnket, a törődésünket, a valódi jelenlétünket.

A tudatos karácsony nem kevesebbéről, hanem többről szól. Több figyelemről, több valódi kapcsolatról, több szívből jövő pillanatról. Ezek a döntések nem csupán a pénzről szólnak, hanem az értékrendről is. Arról, hogy számunkra mi az igazán fontos, mire szeretnénk fordítani az időnket, energiánkat és erőforrásainkat. Minden ajándék, minden vásárlás egyben választás is, amely hosszú távon a pénzügyi biztonságunkat és a családunk életminőségét is befolyásolja.

A pénzügyeink tudatos kezelése már csak ezért is kiemelten fontos az ünnep közeledtével. A Magyar Pénzmúzeum és Látogatóközpont programjai és állandó kiállítása sok segítséget adhat abban, hogy kiadásaink kezelése során elsősorban mire figyeljünk. A gyakorlati tanácsok között élen áll a családi költségvetés használata. Ez mindig fontos, de az ünnepre készülve az előre tervezett költségkeret és lista felállítása különösen ajánlatos. Válasszunk átgondoltan és tudatosan ajándéktárgyakat, hogy azok valóban örömet szerezzenek, és hogy döntéseink ne a pillanatnyi hatások és impulzusok alapján szülessenek meg.

NÁNÁSI-KÉZDY TAMÁS



ÉZŐNAPTÁR

2026

OKTÓBER

01	CS
02	P
03	SZO
04	V
05	H
06	K
07	SZ
08	CS
09	P
10	SZO A SZERETET ÍZEI
11	V
12	H
13	K
14	SZ
15	CS
16	P
17	SZO
18	V
19	H
20	K
21	SZ
22	CS
23	P NEMZETI ÜNNEP
24	SZO ŐSZI SZÜNET KEZDETE
25	V
26	H
27	K
28	SZ
29	CS
30	P
31	SZO

NOVEMBER

01	V MINDENSZENTEK
02	H ŐSZI SZÜNET VÉGE
03	K
04	SZ
05	CS
06	P
07	SZO
08	V
09	H
10	K
11	SZ
12	CS
13	P
14	SZO
15	V
16	H
17	K
18	SZ
19	CS
20	P
21	SZO
22	V
23	H
24	K
25	SZ
26	CS
27	P
28	SZO VÁLASZTMÁNYI ÜLÉS
29	V
30	H

DECEMBER

01	K
02	SZ
03	CS
04	P
05	SZO
06	V
07	H
08	K
09	SZ
10	CS
11	P
12	SZO ÁTHELYEZETT MUNKANAP
13	V
14	H
15	K
16	SZ
17	CS
18	P
19	SZO
20	V
21	H
22	K
23	SZ
24	CS PIHENŐNAP
25	P KARÁCSONY
26	SZO KARÁCSONY
27	V
28	H
29	K
30	SZ
31	CS



ÉVES TERV

JANUÁR

01	CS	ÚJÉV NAPJA
02	P	PIHENŐNAP
03	SZO	
04	V	TÉLI SZÜNET VÉGE
05	H	
06	K	
07	SZ	
08	CS	
09	P	
10	SZO	ÁTHELYEZETT MUNKANAP
11	V	
12	H	
13	K	
14	SZ	
15	CS	
16	P	
17	SZO	
18	V	
19	H	
20	K	
21	SZ	
22	CS	
23	P	I. TANÍTÁSI FÉLÉV VÉGE
24	SZO	VÁLASZTMÁNYI ÜLÉS
25	V	
26	H	
27	K	
28	SZ	
29	CS	
30	P	
31	SZO	

FEBRUÁR

01	V	
02	H	
03	K	
04	SZ	
05	CS	
06	P	
07	SZO	HÁZASSÁG VILÁGNAPJA
08	V	
09	H	
10	K	
11	SZ	
12	CS	
13	P	
14	SZO	
15	V	
16	H	
17	K	
18	SZ	
19	CS	
20	P	
21	SZO	
22	V	
23	H	
24	K	
25	SZ	
26	CS	
27	P	
28	SZO	

MÁRCIUS

01	V	
02	H	
03	K	
04	SZ	
05	CS	
06	P	
07	SZO	
08	V	
09	H	
10	K	
11	SZ	
12	CS	
13	P	
14	SZO	
15	V	NEMZETI ÜNNEP
16	H	
17	K	
18	SZ	
19	CS	
20	P	
21	SZO	
22	V	
23	H	
24	K	
25	SZ	
26	CS	
27	P	
28	SZO	
29	V	
30	H	
31	K	

ÉZŐNAPTÁR

2026

ÁPRILIS

01	SZ
02	CS TAVASZI SZÜNET KEZDETE
03	P NAGYPÉNTEK
04	SZO
05	V HÚSVÉTVASÁRNAP
06	H HÚSVÉTHÉTFŐ
07	K
08	SZ
09	CS
10	P
11	SZO
12	V TAVASZI SZÜNET VÉGE
13	H
14	K
15	SZ
16	CS
17	P
18	SZO
19	V
20	H
21	K
22	SZ
23	CS ÁLT. ISKOLAI BEIRATKOZÁS
24	P ÁLT. ISKOLAI BEIRATKOZÁS
25	SZO KÖZGYŰLÉS + VÁL. ÜLÉS
26	V
27	H
28	K
29	SZ
30	CS

MÁJUS

01	P MUNKA ÜNNEPE
02	SZO
03	V ANYÁK NAPJA
04	H
05	K
06	SZ
07	CS
08	P
09	SZO BABAKÖSZÖNTŐ
10	V
11	H
12	K
13	SZ
14	CS
15	P CSALÁD NEMZETKÖZI NAPJA
16	SZO NAGYCSALÁDOSOK NAPJA AZ ÁLLATKERTBEN
17	V
18	H
19	K
20	SZ
21	CS
22	P
23	SZO
24	V
25	H PÜNKÖSDHÉTFŐ
26	K
27	SZ
28	CS
29	P
30	SZO
31	V GYEREKNAP

JÚNIUS

01	H
02	K
03	SZ
04	CS
05	P
06	SZO
07	V
08	H
09	K
10	SZ
11	CS
12	P
13	SZO
14	V
15	H
16	K
17	SZ
18	CS
19	P UTOLSÓ TANÍTÁSI NAP
20	SZO
21	V APÁK NAPJA
22	H
23	K
24	SZ
25	CS
26	P
27	SZO
28	V
29	H
30	K



ÉVES TERV

JÚLIUS

01	SZ
02	CS
03	P
04	SZO
05	V
06	H
07	K
08	SZ
09	CS
10	P
11	SZO
12	V
13	H
14	K
15	SZ
16	CS
17	P
18	SZO
19	V
20	H
21	K
22	SZ
23	CS
24	P
25	SZO
26	V
27	H
28	K
29	SZ
30	CS
31	P

AUGUSZTUS

01	SZO
02	V
03	H
04	K
05	SZ
06	CS
07	P
08	SZO ÁTTELJEZETT MUNKANAP
09	V
10	H
11	K
12	SZ
13	CS
14	P
15	SZO
16	V
17	H
18	K
19	SZ
20	CS NEMZETI ÜNNEP
21	P PIHENŐNAP
22	SZO
23	V
24	H
25	K
26	SZ
27	CS
28	P
29	SZO
30	V
31	H

SZEPTEMBER

01	K ELSŐ TANÍTÁSI NAP
02	SZ
03	CS
04	P
05	SZO
06	V
07	H
08	K
09	SZ
10	CS
11	P
12	SZO
13	V
14	H
15	K
16	SZ
17	CS
18	P
19	SZO ŐSZI TALÁLKOZÓ
20	V
21	H
22	K
23	SZ
24	CS
25	P
26	SZO VÁLASZTMÁNYI ÜLÉS
27	V
28	H
29	K
30	SZ



Élményekkel teli kedvezmények



FUTURA Interaktív Természettudományi Élményközpont

Cím: 9200 Mosonmagyaróvár, Szent István király u. 142.

Érdeklődni: +36 96 566 280

Weboldal:

www.futuramoson.hu/

Kedvezmény: Érvényes NOE igazolvánnyal a nagycsaládok a kiállítást 1 db családi jegy megvásárlásával látogathatják. (Amennyiben a gyermek 18. életévét betöltötte, rendelkezzen érvényes diákigazolvánnyal)

Bemutakozás: Fedezd fel a Futurát, Magyarország legnagyobb tudományos játszóházát, hozd el a családot Mosonmagyaróvárra, szereztek életre szóló közös élményeket!



Bükki Csillagda

Cím: 3559 Répáshuta külterület, hrsz. 016/5

Érdeklődni: +36 30 965 1874

Weboldal:

www.bukkicsillagda.hu/hu

Kedvezmény: NOE tagsági igazolvánnyal rendelkezőknek családi jegy (2 felnőtt+2 gyermek) - kettőnél több gyerek esetén minden további gyermeknek 200 Ft/fő regisztrációs jegy lehet belépni.

Bemutakozás: A Bükki Csillagda a Bükki Nemzeti Park szívében rengeteg érdekes látnivalóval és interaktív élménnyel várja az érdeklődőket: ilyen például a Nap megfigyelésére is alkalmas, világ színvonalú távcső, planetárium, megtapogatható meteoritok, izgalmas virtuális űrutazások, és mindemellett egy tanösvény is várja a látogatókat.



Csupakaland Családi Élménypark Fót

Cím: 2151 Fót, Fehérkő utca 1.

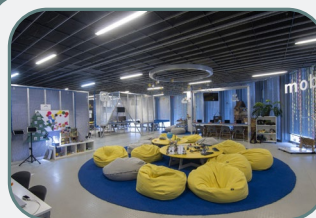
Érdeklődni: +36 70 4181980

Weboldal:

<https://csupakaland.hu>

Kedvezmény mértéke: 10%, a kedvezmény az egyéni szolgáltatásokra vehető igénybe (születésnap ajándékokra, büfé szolgáltatásra nem érvényes)

Bemutakozás: Családi Élményparkunk kellemes hétvégi kikapcsolódást kínál nagycsaládok számára, több korosztályban is. Szabadulósobáink elmét megmozgató, ügyességi és logikai játékokkal várnak, szivacslovó pályáinkon pedig az aktív mozgás a főszerep. Amíg a nagytesók felszabadultan játszanak, addig a legkisebbeknek ingyenes játszószarok áll a rendelkezésükre.



Mobilis Interaktív Élményközpont

Cím: 9026 Győr, Vásárhelyi Pál u. 66.

Érdeklődni: +36 96 618 118

Weboldal:

<https://mobilis-gyor.hu/>

Kedvezmény mértéke: a 3. gyermektől minden gyermeknek ingyenes

Bemutakozás: A győri Mobilis Interaktív Élményközpont küldetése, hogy játékos formában közelebb hozza a természettudományok érdekességeit, interaktív eszközökkel bemutatva a digitális világ rejtelseit, mindezt közérthető formában, élményszerű alkotópedagógiai módszerekkel. A tanév során iskoláknak, hétvégenként családoknak, egyéni látogatóknak nyújt izgalmas kikapcsolódási lehetőséget.



Gyulai Várfürdő

Cím: 5700 Gyula, Maróthy tér 2.

Érdeklődni: +36 66 561 350

Weboldal: www.varfurdo.hu

Kedvezmény mértéke: 20% a napijegyek, a szaunapark belépő árából

Bemutakozás: Lépjen be a gyógyvíz és a wellness világába, ahol minden korosztály megtalálja a számára ideális pihenés lehetőségét. Számos wellness szolgáltatásunk gondoskodik a teljes kikapcsolódásról és a stresszoldásról, télen a gőzölgő gyulai termálvíz nyújt felüdülést. A jó szórakozást csúszdák, élménymedencék és változatos programok garantálják.



Pécs Városi Műjégpálya

Cím: 7633 Pécs, Dr. Veress Endre utca 8.

Érdeklődni: +36 72 254923

Weboldal:

www.psnzrt.hu/mujegpalya/

Kedvezmény mértéke: felnőtt- és diákjegyet egyaránt 1 200 forintos egységáron biztosítunk (ez felnőttjegynél 1 000 Ft, diáknál 400 Ft kedvezményt jelent).

Bemutakozás: A Pécs Városi Műjégpályát a Pécsi Sport Non-profit Zrt. üzemelteti. Fontos információk (nyitvatartás, belépőjegy árak, korcsolyakölcsönzés) honlapunkon olvashatók.





Pénz és párkapcsolat

- ajándék vagy próbatétel?

Az ismert mondás szerint a háborúhoz három dolog kell: pénz, pénz és pénz. Némi áthallással élve, a nagycsalád működtetéséhez is rengeteg pénz szükséges, különösen ünnepek idején, amikor egy-egy különleges fogás is asztalra kerül, ajándékot is vásárolunk, vagy éppen nagyobb összeggel is támogatunk másokat. Természetesen tudjuk, hogy az ünnepek értékét nem a pénz adja, mégis érdemes elgondolkodnunk rajta, hiszen sok családban éppen a pénz körüli feszültségek okoznak konfliktust. Ha jobban megértjük, hogyan hat ránk és kapcsolatainkra a pénz, talán közelebb kerülünk a békésebb, örömtelibb együttléthez.

Címkézés helyett megértés

Vajon hogyan beszélgetsenek a párok a pénzről, hogy az ne ártson a kapcsolatuknak? A legfontosabb talán az, hogy ne skatulyázzák be egymást a két könnyen adódó szerepbe: a költekező (pazarló, tékozló...) vagy éppen a kuporgató (fösvény, zsugori...) szerepébe.

Egymás efféle címkézése nem segít abban, hogy a pénzzel kapcsolatos konfliktusainkat megoldjuk. Erre megoldási kísérlet lehet, hogy részben külön kasszán legyünk, mint ahogyan azt a 36 éves Anitától hallottam: „Nem akarom, hogy a férjem azon bosszankodjon – és nemcsak ünnepi időben –, hogy mennyi pénzt vagyok képes kiadni például egy cipőre.” A párok persze maguk választják meg, hogy számukra melyik megoldás a legjobb: a külön kassza, a közös kassza vagy a kettő ötvözése, és mindegyik tud jól működni a pénz kezelésében. A pénzzel kapcsolatos konfliktusok csökkentésének viszont sokkal hatékonyabb módszere, ha – megértve párunk igényeinek okát is – megismerjük egymás pénzhez való viszonyulását, egymás családjának pénzügyi történetét, nem utolsósorban a pénzzel kapcsolatos érzéseinket.

Hiszen nemcsak a pénzt örököljük ősinktől, de a pénzhez való viszonyunkat is, úgy, hogy nem is tudunk róla. Mint az a középkorú férfi, aki nem is értette, miért érzi úgy, mintha gyomorszájón ütnék, amikor alkalmanként nagyobb váratlan kiadással szembesült. Az élettörténetének áttekintésekor derült ki, hogy a dédszüleinek elemi tapasztalata volt az a sokk, hogy mindenüket elvették tőlük.

Tudtad? Egy kutatás szerint az öt leggyakoribb konfliktusforrás a párok között a szex, a rokonság, az alkohol, a gyermeknevelés – és a pénz.

Számodra mit jelent a pénz?

Mindenképpen érdemes beszélgetni arról, hogy a pár két tagja számára mit jelent a pénz. Függetlenséget? Azt, hogy nem vagy ráutalva senkire? Biztonságot és stabilitást? Lehetőséget, hogy másoknak adhass? Kontrollt, hatalmat, erőt? Azt, hogy sikeres felnőtt ember vagy? Munkád megérdemelt gyümölcsét? A luxus lehetőségét? Felelősségvállalást?

Története van annak, hogy mit jelent számunkra a pénz, amelyhez hasznos dolog akár több nemzedékig is visszanyúlni. A karácsonyi, újévi ünnepek időszakában annak is érdemes utánamenni, hogy például kaptál-e ajándékot ünnepekkor, és ez mit jelentett számodra gyermekként. Fontos volt vagy kevésbé fontos? És vajon volt-e zsebpénzed? Vettél-e, készítettél-e belőle karácsonyi ajándékot szeretteidnek? Mint Karola, aki középiskolás korában maga kötött az édesapjának mellényt, még most is fel tudja idézni a fonal tapintását, színeit... A szüleid, nagyszüleid beszéltek egyáltalán a pénzről? És a párod szülei, nagyszülei, illetve ő maga? És vajon ismered-e a házastársadnak a pénzzel kapcsolatos legfájdalmasabb és legboldogabb élményét, illetve Te ezt a két élményedet megosztottad-e már övele?





VIDA-BARÁTH MÁRTA

Látható pénz, láthatatlan házimunka

A pénzzel kapcsolatos élmények, érzések és történetek megosztása közelebb hozhatja a párokat egymáshoz, és segíthet a pénzügyi konfliktusok feloldásában is. A párkapcsolatokban azonban nemcsak az érzelmi közelség fontos, hanem az egyenlőség, a szimmetria is, ez azonban könnyen felborulhat, különösen a kisgyermekes időszakban. A gyermek mellett otthon maradó, „röghöz kötött” nő gyakran észrevétlenül hátrább kerül a párkapcsolati hierarchiában: bár a szavak szintjén egyenlőek, a férfi „egyenlőbbé” válik, főként a jövedelme és a munkájának jobb láthatósága miatt.

A gyermekvállalási időszak során sok pár a munkamegosztásban hosszabb-rövidebb időre visszacsúszik a hagyományos szereposztásba: a férfi hozza a pénzt – és gyakran a döntéseket is –, míg a nő végzi az otthoni, láthatatlan munkát: főz, mos, takarít, gyermeket nevel. Mivel ez a munka nem fizetett, gyakran tűnik kevésbé értékesnek, és maga a nő is úgy érezheti, hogy nem végez „hasznos” munkát. Ez az érzés tovább mélyülhet, ha például költségoptimalizálás címmén (minek fizessünk két számlavezetési díjat?) megszüntetik a nő saját bankszámláját, és a férfi számlájához kap bankkártyát. Ezzel a pénzügyi függés láthatóvá válik, és az önálló döntések lehetősége is beszűkülhet.

A házimunka megosztása tehát sokkal kényesebb kérdés, mint azt első ránézésre gondolnánk. Fontos, hogy a férj elismerje és értékelje felesége „láthatatlan” munkáját – ebben segíthet a gyerekek körüli és háztartási-háztartásvezetési munkák piaci értékének megismerése is –, és közösen törekedjenek az egyensúlyra. Ha a szimmetriában beálló változások kimondhatóak, a belül rekedt rossz érzések felszínre kerülhetnek, akkor nem rombolják alattomosan a kapcsolat más területeit, például a szexuális intimitást.

Az ünnepek ezúttal is gyorsan el fognak múlni, de a pénzhez és az egymáshoz való viszonyunk velünk marad, a házimunkáról nem is beszélve. Talán az új esztendő egyik legfontosabb

Tudtad? Egy felmérés szerint a jó házassághoz a párok a hűséget, a jó szexuális életet és a házimunka megosztását tartják a legfontosabbnak. A megfelelő jövedelem, a közös vallás, a hasonló érdeklődés, a jó lakás vagy éppen a közös gyermekek csak ezután jönnek a sorban.

közös fogadalma lehetne, hogy ne címkéssel, hanem kíváncsisággal és a megértés vágyával forduljunk egymás felé; hogy ne csak ajándékokat, hanem történeteket és érzéseket is megosszunk egymással – köztük akár a pénzhez fűződőket is. Így a pénz többé nem konfliktusforrás lesz, hanem csupán közös életünk egyik eszköze.

VIDA-BARÁTH MÁRTA
CSALÁD-RENDSZER TERAPEUTA,
KOMMUNIKÁCIÓS SZAKEMBER

Forrás és ajánlott irodalom: John M. Gottman et al.: 8 randi. Beszélgetések az életre szóló párkapcsolatért, Kulcslyuk Kiadó, Budapest, 2020, A szerelem ára. Munka és pénz c. fejezet; TÁRKI: A gyermeknevelés költsége és a társadalmi kompenzió, Budapest, 2007 [online] <https://tarki.hu/adatbank-h/kutjel/pdf/b003.pdf>

A legszegényebb és a leggazdagabb karácsony

Éva és Balázs számára máig emlékezetes az egyik régi karácsonyuk, amely egyszerre volt a leggazdagabb és a legszegényebb is.

Leggazdagabb, mert közel tíz év lakásbérlet után végre meg tudták venni első kis lakásukat, de ez minden pénzüket elvitte. Olyannyira, hogy ha a hitelt nyújtó bank bármire kért volna még további, akárcsak 100 000 forintot is, azt már nem tudták volna kifizetni. Így aztán a legszegényebb karácsonyuk is ez volt, mert annyira sovány karácsonyi költségvetésből gazdálkodtak, hogy ebben az évben ajándékra sem telt, s úgy tűnt, karácsonyfa sem lesz.

Valójában magát a lakást tekintették mindketten a legnagyobb karácsonyi ajándéknak, amelyet tavasszal megvásárolhattak. Erre gondolt Éva, amikor az ünnepi fényekkel hívogató kirakatok mellett elhaladva a délutáni sétából hazafelé tolt a babakocsiban három hónapos kisfiát. December 24-e volt, az alkonyatban sietősen jöttek-mentek az emberek. Ekkor egy szedelőzködő fenyőárus megszólította Évát: odaadná neki a két megmaradt kis fenyőfa egyikét, hadd ne vigye már haza a fát, nem kér érte pénzt...

Úgyhogy karácsonykor a csöppnyi lakásban mégiscsak állt egy kis karácsonyfa, melyen a csúcsdíszt egy piros bársonymasni volt, és miközben Balázs a karjában ringatta kisbabájukat, Éva gömbök helyett apró sóspeceket helyezett az illatos, tűleveles ágak végére.





Biztonságérzet és kapcsolódás

A pénz és az anyagi javak rendelkezésre állása sok szempontból megkönnyíti az életünket, hiszen a mindennapok viteléhez megfelelő anyagi háttérrel kell rendelkezünk. A jó egzisztenciának köszönhetően az életben sok mindent el lehet érni és meg lehet tapasztalni, de vannak olyan dolgok, amelyeket nem lehet pénzért megvenni. Cikkünkben két olyan dolog – a saját magunkhoz és a másokhoz való kapcsolódás – fontosságát járjuk körül, amelyek az alapvető lelki szükségleteink elengedhetetlen részei, de hozzájuk nem az anyagi javakon keresztül vezet az út.

A saját magunkhoz és a másokhoz való kapcsolódás a lelki egyensúlyunk alapkövei. Ezekhez pénzért nem lehet hozzájutni, és hiányukat semmilyen vagyon nem tudja pótolni.

Az ünnepi időszak közeledése jó alkalom lehet a lelassulásra, a befelé figyelésre és a szeretteinkhez való kapcsolódásra. Azonban nagyon gyakran az évnek ebben a részében – sajnos – inkább túlterhelődünk programokkal és teendőkkel, ahelyett, hogy megállnánk egy kicsit, hogy élvezzük az itt-és-most örömeit.

Természetes, hogy az ünnepekhez kapcsolódóan vannak családi és baráti összejövetelek, és ezek mind olyan programok, amelyek tervezést, előkészületet igényelnek. A főzés, az ajándékok megvásárlása, elkészítése is része ennek az időszaknak, amit színessé és élvezetessé is tudnak tenni, ha megfelelő módon állunk hozzájuk. Ebben az időszakban nagyon gyakran azonban túl nagy jelentőséget tulajdonítunk az anyagi kérdéseknek, és az kerülhet például előtérbe, hogy milyen értékű ajándékot vásároljunk, hány fogásos menüt készítsünk, milyen drága italokat fogyasszunk, vagy milyen márkás ruhát vegyünk fel egy-egy programra. Pedig elsősorban nem ezeken múlik, hogy mennyire tudunk kikapcsolódni és feltöltődni az ünnepek alatt.

A lelki egyensúlyunk szempontjából sokkal inkább annak van jelentősége, hogy mennyire tudunk a jelenben lenni, mennyire tudunk saját magunkhoz és a környezetünkhöz kapcsolódni. Ehhez azonban nem pénzre, hanem arra van szükségünk, hogy elegendő mennyiségű időt adjunk magunknak és másoknak is.



KOVÁCS PETRA

A kapcsolódásra való igényünk velünk született. Minden embernek szüksége van arra, hogy másokkal érzelmileg jelentős kapcsolatot alakítson ki, és ez csecsemő korunktól kezdve, egészen halálunkig végigkísér bennünket. A kapcsolódásaink sokat hozzátesznek az életünkhöz, színesebbé, szebbé és sokoldalúbbá teszik az élményeinket és a mindennapokat.

A lényegünkhöz hozzátartozik, hogy másokkal meg tudjuk osztani a jót és a rosszat egyaránt. Az élet értelmének megtalálásában és megélésében is elengedhetetlenek a kapcsolataink másokkal. Erre azonban időre van szükség, teret kell adnunk annak, hogy megélhessük a másokhoz való kapcsolódást anélkül, hogy a figyelmünket más kösse le (például okostelefonok). Manapság oly sok inger ér bennünket, hogy szinte alig találunk időt arra, hogy magunkra és másokra valóban odafigyeljünk, pedig ennek több szempontból is nagyon pozitív hatása van a mentális egészségünkre.

Nagyon fontos lenne, hogy a rengeteg munkahelyi és családi kötelezettségünk mellett tudatosan szánjunk időt saját magunkra úgy, hogy akkor valóban saját magunkkal legyünk. Önmagunk megismerése nagyon szép, de egyúttal nehéz folyamat is, pedig azért is nagyon fontos, mert saját magunkon keresztül vezet az út másokhoz, vagyis akkor tudunk igazán jól kapcsolódni más emberekhez, ha saját magunkat ismerjük, és elég jól érezzük magunkat a bőrünkben.

Az önismeretünk bővítésére és ezáltal a saját magunkhoz való kapcsolódásra számos lehetőség áll rendelkezésünkre. Napjainkban számos csatornán keresztül hozzá lehet jutni olyan tartalmakhoz, amelyek abban segíthetnek bennünket, hogy megtudjunk magunkról olyan dolgokat, amelyek segítik a lelki egyensúlyunkat és a világban való eligazodásunkat.

Könyvek, podcastek, előadások vagy szakemberek által vezetett önismereti csoportok és egyéni folyamatok is elérhetők. De már önmagában az is saját magunkra szánt tartalmas idő lehet sok tanulsággal és tapasztalattal, ha például egy film megtekintése után átgondoljuk, hogy az a film hogyan hatott ránk, miért érintett meg vagy miért nem, és erről akár családtagjainkkal vagy barátainkkal is beszélgethetünk. Az utóbbi esetben pedig már nemcsak magunkról tudunk meg dolgokat, hanem másokhoz is kapcsolódunk. Ezek pedig olyan élmények és tapasztalások, amelyeknek az értéke pénzben nem fejezhető ki.



Ahhoz, hogy magunkra és ezáltal másokra is időt tudjunk szánni, gyakorolni kell a jelenben levést, az itt-és-most-ra való ráhangolódást.

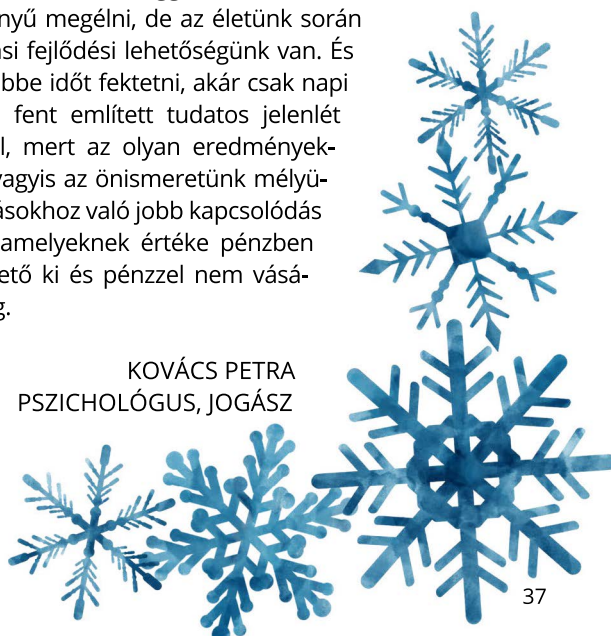
A sok teendőnk és a rengeteg ránk zúduló információ mellett tudatos erőfeszítést igényel a jelenben lenni, vagyis az itt-és-most-hoz kapcsolódni anélkül, hogy a múlton töprengenénk és a jövőn aggódnánk. Ezt a

képességünket különböző relaxációs módszerek is segítik (például autogén tréning, progresszív izom-

relaxáció), de fejleszthetjük csupán azzal is, hogy minden nap pár percre félretesszük a telefonunkat és minden más zavaró ingert, és megfigyelünk például egy tárgyat, és ha a figyelmünk elkalandozik vagy bekúsznak zavaró gondolatok, akkor egyszerűen csak visszafordítjuk a figyelmünket arra a tárgyra. Ha mindezt a természetben tudjuk megtenni, például úgy, hogy egy virágot vagy egy fát figyelünk meg, akkor az talán még inkább fel tud bennünket tölteni. Egy ilyen tevékenység csak napi pár perces időráfordítást igényel, ám cserébe nagyon sokat ad.

Minél inkább megismerjük magunkat, annál jobban tudunk másokra is ráhangolódni. Ez pedig nagyon sokat segít abban, hogy biztonságban érezzük magunkat a bőrünkben, és elég biztonságosan tudunk másokhoz is kapcsolódni. Fontos azonban az, hogy a biztonságérzetünk döntő része saját magunkból fakadjon, vagyis, hogy másoktól függetlenül is lelkiileg biztonságban érezzük magunkat, mert ebben az esetben tudunk igazán jól kötődni másokhoz, anélkül, hogy a lelki egyensúlyunk túlságosan más emberektől függne. Mindezt nem mindig könnyű megélni, de az életünk során e téren óriási fejlődési lehetőségünk van. És meg is éri ebbe időt fektetni, akár csak napi pár perces, fent említett tudatos jelenlét gyakorlással, mert az olyan eredményekhez vezet (vagyis az önismeretünk mélyülése és a másokhoz való jobb kapcsolódás megélése), amelyeknek értéke pénzben nem fejezhető ki és pénzzel nem vásárolható meg.

KOVÁCS PETRA
PSZICHOLÓGUS, JOGÁSZ





A szeretet, mely pénzért nem kapható



Nemzeti
Művelődési
Intézet

Az ünnepek közeledtével már nap mint nap azon gondolkozunk, hogy mivel lepjük meg családtagjainkat, barátainkat vagy épp azokat, akik valamilyen módon szívünkhöz közel állnak. Itt viszont – akarva, akaratlanul – mindig az anyagi helyzetünk kerül előtérbe. De kell-e nagy dolgokra gondolnunk? Hisz' dédszüleink, nagyszüleink sem tudtak hatalmas vagyonból gazdálkodni, mégis önmagukat, erejüket, idejüket nem sajnálva a háztartásból hiányzó alapanyagok beszerzése után ünnepekre csodás dolgokkal lepték meg családjaikat.



A minap egy fantasztikus kiránduláson vettem részt, ahol megismerhettem egy 91 éves aktív nénit, aki 3 gyermek édesanyja és 4 unoka, valamint 7 dédunoka boldog mamája. Az utazás során többször láttam, hogy szemüveget vesz, és valamit elővéve a táskájából alkot. Közelebb ültem hozzá, majd ámulva néztem, ahogy az ujjai a horgolótűvel valami csodás dolgot hoznak létre. A horgolás, ami minden szabad idejét kitölti, anyai ágon öröklődött a családjukban. Időigényes ez a

Ahogy haladtunk a korban, és jött egy-egy „új világ”, egyre inkább változtak a dolgok körülöttünk. Míg régen az asszonyok sűrögtek-forogtak a konyhában, és készültek a finomabbnál finomabb falatok, ma már a gyorséttermek, cukrászdák kiszolgálására hagyatkozva kerül az ünnepi ebéd vagy vacsora jó néhány család asztalára. Ám ugyanezt elmondhatjuk az ajándékokról is, amelyek sok helyen nem az ügyes kezek és szívek szeretetével készülnek, hanem a pénztárcákhoz mérve kerülnek a kosárba a boltok polcairól. Nincs bennük semmi egyedi vagy személyes, és végképp nincs mögötte az az érzés, hogy szeretettel készültek számunkra. A pénz tehát mindinkább az érzelmek mellé, vagy éppen a helyükre tolakszik. Ebből a szemszögből nézve nem csoda, hogy a kereskedelem és a vállalkozások egyre inkább az ünnepekre épülnek, a legtöbb bevételt ezen alkalmaktól várják. A közelgő karácsony ünnepe is idestova a körülbelül egy hónapos vásárlási kényszerrel azonosul, a régi hagyományok pedig háttérbe szorulnak. Ám mindig nagy öröm, ha olyan emberrel találkozunk, aki még őrzi azt a lángot, amit őseink hagytak ránk.

munka, de a 7 dédunokának egy-egy állatfigurát tesz majd a karácsonyfa alá. Ahogy az ünnep szoba került, hirtelen visszamentünk az időben, és az ő gyerekkoráról kezdtünk beszélgetni. Azt mondta, náluk az ünnep még úgy vált ki a hétköznapiakból, hogy valami különleges étel került az asztalra, mert másra nem jutott. Ahogy felnőtt és saját családja lett, ő már a gyerekeinek a helyi fafaragó mesterrel készített játékokat, melyeket vagy csekélyke pénzzel vagy megtermelt zöldséggel, esetleg füstölt szalonnával fizetett meg. Itt még hatalmas értéke volt akár csak egy forintnak is. Ebben az időben, akik tehetősebbek voltak, a gyerekeiknek már Pestről vagy nagyobb városokból hozattak játékokat, ruhákat, cipőket. Ők azonban ezeket mind maguk készítették el, és a gyerekeik ugyanúgy felnőttek. Aztán ismét eltelt húsz év, és az unokái korában már modern világ jött, a pénz egyre nagyobb szerepet kapott, és szinte minden megvásárolható lett. Nem volt olyan játék, amit közösen a családdal ne vettek volna meg az unokáknak. Ezek a játékok erős műanyagból készültek, de a népi fajtékoknak már a közelébe sem értek. Most pedig dédunokái a digitális



világban még ezt a kézzel fogható játékot sem élhetik meg igazán, minden nap találkoznak a pénzzel, hol többel, hol kevesebbel. Mert a pénz jön és megy, de az emberek többsége keményen megdolgozik érte, ezért is tud fájdó lenni a hiánya. A néni viszont minden évben valami kézzel foghatót, valami személyeset készít unokáinak, dédunokáinak, ami mögött ott van a hagyomány, az alkotás öröme és a szeretet, ami nélkül nem múlhat el az ünnep. Büszke arra, amit kezűgyességének köszönhetően készít, mert nagy ajándékokra amúgy sem lenne pénze ekkora család számára. A pénz romlását egy életen át tapasztalta, néha nem is értette, hogy a régi kézműves mesterségek miért szorulnak háttérbe. Aztán mikor újra felbukkantak a népi iparművészek által készített alkotások, már e tárgyak ára is az egekbe szökött. Az élet folyamatosan azt bizonyította a számára, hogy elég a szívből jövő szeretet és a tárgyi ajándékoknál többet érnek azok az esték, amikor együtt lehetnek.

Minden évben minden újra és újra ismétlődik. Nemcsak a születésnapok, névnapok, hanem a húsvét vagy a karácsony ünnepe is. Mindig újra esélyt kapunk rá, hogy másképp csináljunk valamit, amit az előző években elrontottunk vagy épp nem valósítottunk meg. Napjainkban sok családban az ajándékvásárlás igencsak megterhelő lehet. Sohasem szabadott volna megtörténnie, hogy a pénz határozza meg ünnepeinket, családi eseményeinket, mert a közösen töltött minőségi idő vagy a szeretet pénzben nem kifejezhető, pénzért nem kapható. Jöjjön bármilyen kor, a szeretet örökké bennünk marad, amit tovább adhatunk, és ezzel mindig új esélyt kapunk.

HORVÁTH MARIANNA



Kép forrása: Fortepan – Lissák Tivadar

Elhunyt Dombai Lászlóné Marcsika

Nehéz leírni, hogy Marcsi 2025. november 9-én itt hagyott bennünket. Talán legrövidebben én ismertem, hiszen együtt végeztük az egyetemet, családjaink évtizedekig meleg barátságban voltak, majd 25 évig együtt dolgoztunk a családokért, a NOE-ért. A két építész közös munkája volt a „lakhatás-munkacsoport, az építési tanácsadás”, mindkettőnk nagy öröme és reméljük, a nagycsaládosok hasznára is! A NOE levelekben Marcsi készítette a havonta megjelenő építési tanácsadást az egyes új rendeletek ismertetésével, értelmezésével. Személyes kapcsolattartásra törekedett, tanácsot kérő családjaink hozzá akár személyesen, akár telefonon vagy papíralapú levélben is fordulhattak. Marcsihoz évenként közel ezer tanácskérő levél érkezett, és ő vette fel a sikeres kapcsolatot az illetékes önkormányzatokkal, OTP-vel stb. A mindenkori kormányzat értékelte a NOE szakértelmét, amit sikeresen ötvöztünk a nagycsaládos-életben szükséges szociális látásmóddal. Tagjai, illetve tárgyalópartnerei lettünk a szerveződő szakmai testületeknek és az illetékes hatóságoknak.

Marcsi maga volt „az ügy iránti elkötelezettség”! Ahogy mondta: „Nem munkadarabokkal, hanem emberekkel van dolgunk, a NOE nem munkahely, hanem maga az élet, amit élni kell.”

Így élt köztünk Ő, a megértő, megnyugtató, igazi emberségével!
Köszönjük, nagyon fogsz hiányozni!

CSER ÉVA



Dombai Lászlónétól 2025. november 28-án búcsúztunk a Zugligeti Szent Család Plébánián, ahol két fia, hat unokája, három dédunokája, menyei, rokonai és barátai kísérték őt utolsó útjára.

KLIKK, LIKE, ADAT – ÍGY FIZETÜNK KEDVENC ONLINE SZOLGÁLTATÁSAINKÉRT



Szerző: Varga Árpád
gyermekvédelmi szakértő,
NMHH



Talán nem túlzás azt állítani, hogy legtöbbünk mindennap használ okostelefonján navigációs alkalmazásokat, átpörgeti közösségimédia-profilja üzenőfalát, le-tölt egy-egy szórakoztató játékot, vagy egy jó kedvezményért igénybe veszi az online üzletek lehetőségeit. Viszont ezen platformok használóiként abba már csak kevesen gondolunk bele, hogy mivel és hogyan fizetünk az „ingyen” kapott szolgáltatásokért. A fizetség általában a figyelmünk, amely célja végső soron, hogy valamilyen termék vagy szolgáltatás megvásárlására ösztönözzön. Emellett pedig vannak olyan jogszerűtlen gyakorlatok is, amelyek már közvetlenül pénztárcánk mélyére kívánnak nyúlni.

A FIGYELEM MINT FIZETSÉG ÉS AZ ABBÓL SZÁRMAZÓ KÖLTÉSEK

Fontos tudnunk, hogy minden online szolgáltatás üzleti alapon működik. Annak ellenére, hogy igénybevételük a regisztrációkor ingyenes, valamilyen ellenszolgáltatással mindig tartozunk a tartalmakért. Legtöbb esetben az általános szerződési feltételek jóváhagyásával hozzájárulunk ahhoz, hogy számunkra személyre szabott, célzott hirdetéseket, ajánlatokat, vagy akár más szolgáltatásokat jelenítsenek meg, amelyek javarészt a felhasznált és elemzett adatainkból táplálkoznak. Az ajánlások jórészt valamilyen vásárlást ösztönző céllal készülnek, a hirdetők ezekért fizetnek a közösségi oldalaknak, keresőfelületeknek, videómegosztóknak. Ezáltal, bár kifejezetten nem vásárlási céllal böngésszük kedvenc felületeinket, ha nem vagyunk eléggé tudatosak, olyan termékek megvásárlására sarkallhatnak, amelyekre egyáltalán nincs is szükségünk. Az online tér kiválóan alkalmas az adataink gyűjtésére, így csupán saját önmérsékletünkre, tudatosságunkra hagyatkozhatunk, ha egy-egy „kihagyhatatlan” ajánlattal találkozunk. Annak érdekében pedig, hogy csökkentsük a minket érő ingereket, érdemes a használt felületek beállításait átböngészni és minimalizálni a reklámoknak való kitettségünket.

A GYERMEKEK FIGYELME ÉS A SZÜLŐK PÉNZTÁRCÁJA

Feladataink közé tartozik a gyermekek online pénzügyi tudatosságának fejlesztése és mederben tartása is. A gyermekeket célzó hirdetések túlzott nyomást helyeznek az ő mindennapjaikra is. A számukra kedves influenszerek tartalmi gyakran rejtett módon mutatnak be olyan termékeket, amelyek népszerűsítéséért a készítőik pénzt kapnak. A fiatalok egyre több időt töltenek továbbá olyan online videójátékokkal, amelyek a gyorsabb előrejutáshoz előfizetési csomagokat, alkalmazáson belüli vásárlási lehetőségeket kínálnak. Ezek mindegyike kockázatot jelent hosszútávon a különböző függőségek kialakulása szempontjából, valamint a gyerekek pénzügyi tudatosságának torzulását eredményezhetik.

VISSZAÉLÉSEK ÉS PÉNZÜGYI VESZÉLYEK AZ ONLINE TÉRBEN

A piaci logikán alapuló, vásárlásra ösztönző gyakorlatok mellett az online tér tele van olyan csalási módszerekkel, amelyek célja a bankkártyaadatok, jelszavak megszerzése. Egyre több olyan kiforrott átverés, jónak tűnő lehetőség vagy álweboldal kínálkozik, amelyek felismerése ma

már embert próbáló feladat. A gyermekeket leginkább valamilyen népszerű, feltűnően olcsó termékkel, rövid ideig tartó „kihagyhatatlan” ajánlattal, vagy nyereményjuttatással próbálják rávenni saját vagy szüleik pénzügyi adatainak megadására. Ezek elkerüléséhez fontos láttatnunk gyermekeinkkel, hogy az online tér sajátos dinamikája teret enged a befolyásolásnak és a megtévesztő gyakorlatoknak. Abban az esetben pedig, ha már megtörtént a baj, ne felejtünk el bizonyítékokat gyűjteni és mindenképp jelezni a történeteket a hatóságok felé. A gyermekek felkészítésében segítséget nyújt az NMHH által üzemeltetett www.onlinehosok.hu weboldal, amely számos információt tartalmaz a csalásokkal szembeni küzdelemhez.

ONLINE KOCKÁZATOK ÉS PÉNZÜGYI BIZTONSÁG – MIT TEHETNEK A SZÜLŐK?

Választás

Igyekezzünk olyan szolgáltatásokat választani, amelyek lehetővé teszik a hirdetések csökkentését, az adatgyűjtés korlátozását.

Életkor

A reklámokkal teletűzdelt és költségeket lehetővé tevő szolgáltatások, videójátékok esetében mindig állítsuk be gyermekünk valós életkorát.

Számoljunk együtt

Vásárlás előtt vitassuk meg gyermekünkkel a digitális reklámok mögöttes célját, számoljuk ki együtt, hogy több termék megvásárlása hogyan érinti hosszútávon a zsebpénzt.

Zsebpénz

Ha gyermekünk ragaszkodik valamilyen szolgáltatáshoz vagy a játékon belüli vásárláshoz, akkor érdemes felvetni, hogy (legalább) a felét fizesse saját zsebpénzből.

Vélemények

Egy termék megvásárlása előtt ellenőrizzük a weboldal hátterét, hitelességét és az arról alkotott fogyasztói véleményeket. Ne dőlünk be a látványos reklámnak, ezek mögött sokszor nincs érdemi tartalom!

Óvatosság

Ahol lehetőség van vásárlásra, ott ne rögzítsük tartósan bankkártya-adatainkat. Használjunk virtuális kártyát és fizessünk alkalmanként.

Mértékletesség

Ne váljunk az akciók rabjává! Érdemes odafigyelni a mértékletességre és a gyermeket fokozatos és átgondolt pénzköltésre tanítani. Töltsük le az NMHH digitális házirendjét, amely lehetőséget biztosít a családi szabályok megalkotására is. (https://nmhh.hu/cikk/252807/Elesitsd_a_csaladi_akciotervet)

LEGYÉL TE IS ONLINE HŐS!

LÉPJ A DIGITÁLIS VÉDELEM
KÖVETKEZŐ SZINTJÉRE!

ISMERD MEG
A SZÜLŐI FELÜGYELTI
ALKALMAZÁSOKAT ÉS
SZŰRŐSZOFTVEREKET
AZ ONLINE VESZÉLYEK
MEGELŐZÉSÉRE!

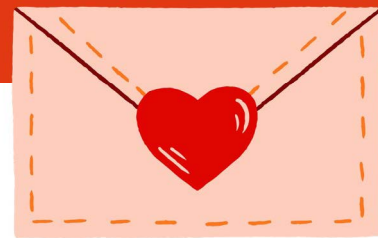
TÖLTSETEK LE
DIGITÁLIS HÁZIREND-
SABLONUNKAT, ÉS
TERVEZZÉTEK MEG EGYÜTT
A CSALÁDI OKOSESZKÖZ-
HASZNÁLATOT!

TÁJÉKOZÓDJATOK EGYÜTT, KIHEZ
FORDULHATOK ONLINE VISSZAÉLÉS ESETÉN!

INTERNETHOTLINE.HU

ISMERJÉTEK MEG
A MESTERSÉGES
INTELLIGENCIÁBAN
REJLŐ LEHETŐSÉGEKET
ÉS HASZNÁLJÁTKOK
FELELŐSEN, TUDATOSAN!

ISMERJÉTEK MEG
EGYÜTT A LEGGYAKORIBB
ONLINE TRÜKKÖKET,
ÉS TANULJÁTKOK MEG,
HOGYAN VÉDEKEZHETEK
ELLENÜK!



A legnagyobb ajándék



2014-ben, amikor összeköltöztünk, nem volt semmink. Csak egy fél zsák ruhánk... és egymás.

A semmiből építettük fel az életünket, hitből, szeretetből és reményből. Nem volt könnyű, de mindig együtt voltunk és szerintem ennél többet senki sem kívánhat.

Aztán elérkezett az idő, amikor a legmélyebb próbát kaptuk. Évek küzdelme után azt mondták: nem lehet gyermekünk.

Minden összetört bennünk. De Ő nem engedte, hogy elveszsek a fájdalomban. Ott volt mellettem minden műtét után, fogta a kezem, és az ő szemeiben láttam meg először a reményt, amikor már én magam nem hittem benne.

Együtt sírtunk, együtt gyászoltunk minden elvesztett kis életet. Minden alkalommal mintha a lelkünk egy darabját vitték volna magukkal ..., mégis maradt bennünk valami, amit semmi sem tudott elvenni: a hit egymásban.

És amikor már azt hittük, minden erőnk elfogyott, megtörtént a csoda. Nem is egyszer, hanem háromszor. Egymás után három kis csoda, három apró szívverés, három élet, amely mindennek új értelmet adott.

Ma már tudom: a legnagyobb ajándék nem fér a fa alá, nem csomagolható szalagos dobozba. A legnagyobb ajándék az a férfi, aki mellettem állt, amikor minden darabokra hullott, és aki velem együtt rakta össze újra az életünket. A társam, a lelkem másik fele, a három fiunk édesapja.

Ő az én (karácsonyi) csodám. És a legnagyobb ajándék, amit az élet adhatott.

VENCZELNÉ MIKLOVICZ ALEXANDRA

Ki vagy mi az igazi ajándék?

Karácsonyfa, csengettyűszó, csillagszórók... elől bevonulunk a gyerekekkel a nagyszobába. A karácsonyfa a zongorán áll, a fa alatt a jászolban ott fekszik a Kisjézus, mellette gyertya ég. Imádkozunk, énekelni próbálunk, de a gyerekek figyelmét teljesen leköti a zongora alá felhalmozott, szépen becsomagolt sok ajándék. Még be sem fejeztük a *Mennyből az angyalt*, már hangosan kérdezzgetik, vajon melyik csomagot kinek hozta a Jézuska. Még nem fogják fel ésszel, hogy a legnagyobb ajándék maga a földre szállt Kisded. Sebaj, talán majd jövőre...

A következő évben koncepciót váltottam. A szokásos helyre, a zongorára került a plafonig érő karácsonyfa a betlehemmel, az ajándékcsomagokat pedig jól eldugtam a szoba átellenes oldalán álló kanapé alá. – No, most kénytelenek lesznek a jászolban fekvő Kisjézusra figyelni – gondoltam elégedetten és meggyújtottam a csillagszórókat. Az anyuka megrázta a csengőt, az előszoba ajtaja kitárult, és a gyerekek szépen, libasorban jöttek befelé.

Kezdtük volna az imát, de a gyerekek nem találták a helyüket, tétován forgolódtak, nézegettek ide-oda, arcukon mély csalódás: – Hol vannak az ajándékok? – Az éneklés sem ment igazán és a nagy pillanat átélése most is elmaradt. Utána persze az ajándékok is előkerültek, visszajött a jókedvük,

izgatottan bontogatták, próbálgatták, csereberélték a játékokat. Én pedig elgondolkodtam a tanulságon.

Mi, lelkiekben érettek, tudjuk, ki a legnagyobb ajándék. És hogy a gyerekek öröme is teljes legyen, meglepjük őket apró ajándékokkal. Nem, baj, ha egyelőre annak örülnek, hiszen még a Kisjézus is kapott ajándékot a pásztortoktól meg a három királyoktól. Karácsonytól karácsonyig pedig fohászkodjunk, hogy gyermekeink lassacskán megsejtsék és a szívükbe vessék, mi vagy ki is az igazi



ASBÓTNÉ POSGAY MÁRIA

Lelkészek az ünnepről

Ölelő karokban



A Jézusban hívő emberek karácsonykor Jézus születésnapját ünneplik, azt az eseményt, amikor az Isten emberré lett. Az ünnepre készülve elgondolkodtam, hogy számomra miért is fontos a karácsony és a karácsonyi eseménysor. Nagyon emberi gondolat-ra jutottam.

Ebben a nagyon gyorsan változó, fejlődő, alakuló világban, amiben élünk, ha kimondom azt a szót, hogy Isten, valami nagyon távoli, személytelen és egyre jelentéktelenebb dologra gondolunk. Amikor azonban meghallom a karácsony üzenetét: „Íme, a szűz fogan méhében, fiút szül, akit Immánuélnak neveznek” – ami azt jelenti: **Velünk az Isten** –, akkor ma már Jézus személyes hangját hallom. Ő ezt mondja nekem: *Itt vagyok! Veled vagyok!* Ez a hang legbelül szólal meg, kisé kizárva a világban hallható sokszor felszínes, lényegtelen hangzavart.

A keresztyénségnek és az én személyes hitemnek is az a lényege, hogy az Úr jelen van. Valaki így fogalmazott: ha Istent másként akarnánk megnevezni, akkor a jelenlét szót használnánk. Így mutatkozott be ugyanis Mózesnek: „*Vagyok, aki Vagyok*”, ami valójában azt jelenti: veletek vagyok. Ha pedig Isten jelen van, akkor életem során már nem is az a kérdés, hol van az Isten, hanem az, hogy én hol vagyok hozzá képest.

Jézusnak kétezer évvel ezelőtt mindössze három évet tartott a szolgálata, három évet töltött tanítással, gyógyítással. Ebben a három esztendőben mindent át kellett adnia a tanítványainak. Jézusról mégsem olvasunk olyasmit, hogy futott vagy kapkodott volna. Mindig volt ideje arra, hogy megálljon egy-egy ember mellett, akkor is, ha az beteg volt, vagy éppen vigasztalni kellett. Törődött velük. Ezeknek az embereknek így lett karácsonyuk, függetlenül mindenféle születésnaptól.

A karácsony lényege, tartalma azóta sem változott. Mi is át akarjuk élni a gyógyulást, a törődést, a megbékélést az életünkkel. A karácsony üzenete legyen az, hogy át lehet élni a gazdagságot úgy, hogy nem csak kenyérrel, anyagi javakkal és javakból él az ember – a modern ember sem –, hanem Igével. Az Ige magát Jézust, a jelenlétét, az erejét, a törődését, az általa felénk áradó életet jelenti. Ennek átélése teszi a karácsonyt ma is karácsonnyá.

CSOMA ÁRON
REFORMÁTUS LEKÉSZ, TINNYE

A név kötelez



Mert egy gyermek születik nekünk, fiú adatik nekünk. Az uralom az ő vállán lesz, és így fogják nevezni: Csodálatos Tanácsos, Erős Isten, Örök-kévaló Atya, Békesség Fejedelme! (Ézs 9,5)

Miközben ezek a sorok íródnak, gyermekszületésre készülünk. Első unokánk két héten belül ennek a világnak a lakójává válik. Különös volt végig kísérni a fiamat és menyemet ezen az időszakon: a várandósság áldásának megosztásától a mai napig, a várakozás beteljesülésének határához közeledve. Nem írhatom le a nevét, mivel ők sem nevezik nevén az anyai szív alatt fejlődő magzatot. Csak egy beceneve van, amelyet az első vizsgálat után találtak ki.

Mi lesz a gyermek neve? Az ószövetségben a nyolcadik napon történt a csecsemő bemutatása a templomban, a háladás, a zsidóság esetében a fiúk körülmétélése, a szövetség jegyének megejtése. Ott és akkor hangzott el először a választott név is, amelynek köze van az elődök nevéhez, amely többnyire öröklődik. A keresztyén világba ugyanez történik a megkeresztelés alkalmával, amikor is a lelkész megkérdezi, hogy mi a gyermek neve? Ki kell mondani a gyermek nevét, hogy Isten és a jelenlevők előtt ismertté váljon.

Ézsaiás próféta nem tudta, hogy mi fog történni a betlehemi pusztaiban, a sziklába vájt istállóban. Ő olyan távolba láthatott, ahova Isten hívta el. Nem azt jövendőli meg, hogy milyen aranyos lesz a baba, rendeztek-e neki kelengye-partit vagy a férfiaknak tejfakasztó bulit. Az ő látása, víziója segít megérteni az evangélisták későbbi beszámolóját. Jézus bemutatásakor nem a szem vagy haj színe, a magasság volt a fontos, hanem az, hogy ki Ő. A világ minden nyűgje-baja a születendő gyermek vállára fog roskadni, de neki nincs másra szüksége, mint a szerető áldozat fájára, a keresztfára. Egy történet szerint amelyik fából faragták a bölcsőjét, később abból ácsolták a keresztyét.

Karácsonyra készülve ne csak nevén szólítsuk gyermekünket, hanem tudatosan készítsük fel arra a kötelezésre, amelyre a neve kötelezi, azaz Isten szeretetének hirdetésére.

JAKAB BÉLA
EVANGÉLIKUS LEKÉSZ, ÓBUDA

A NÖRI bemutatja...

A Magyar Nemzeti Múzeum kiállítása

A Nemzeti Örökség Intézete (NÖRI) a Nagycsaládosok Országos Egyesületével (NOE) együttműködve azt a célt tűzte ki, hogy múltunk és nemzeti emlékezetünk jelentős helyszínei a családok számára is minél könnyebben elérhetőek legyenek. Jelenleg 85 nemzeti és történelmi emlékhelyünk van, amelyeket ezúton ajánljuk a nagycsaládosok figyelmébe.

A pénz szükséges eszköz az életünkben. Gyermekeinknek már kis koruktól taníthatjuk, hogyan bánjanak a pénzzel. Figyelik a szülői példát, zsebpénzzel gazdálkodhatnak, eldönthetik, hogy a nagyszülőktől kapott „fagyipénzt” rögtön elköltik vagy elteszik a perselyükbe. Megtanítjuk őket arra is, hogy mindig gondoljanak a nálunk szerényebb helyzetben lévő társaikra. Társasjátékok sora vezeti be őket a pénz világába: Gazdálkodj okosan, Monopoly, Hotel és sorolhatnánk tovább.

Ahogy mindennek, a pénznek is van története – hétvégén vagy tanítási szünetben, amikor egy kicsit ki tudunk lépni a mindennapok sodrásából, jó szívvel ajánljuk a családok figyelmébe a Magyar Nemzeti Múzeum kiállítását. Gróf Széchenyi Ferenc 1802-ben 2675 érmevel alapította meg a gyűjteményt. Az éremtár ma már csaknem 400 000 tárgyat őriz: az anyag egy része a Magyar Nemzeti Múzeum állandó régészeti, és történelmi kiállításán, illetve különböző időszaki kiállításokon látható.

A magyar történelem áttekintése közben az állandó kiállítások termeiben ízelítőt kaphatunk abból, hogy – a legkorábbi időktől kezdve – mikor milyen fizetőeszközt használtak. Talán még a család idősebb generációinak is új információ,



A Magyar Nemzeti Múzeum „Kincset Éró Közösség” tárlatának egyik kiállítási darabja.

hogy mik voltak a kezdetleges pénzként használt tárgyak (kauri csiga, bronz karperecek, ezüströggök) és a különleges formájú, elsősorban keleti fizetési eszközök (kés- és ásópénzek, porcelánpénzek), illetve betekintést kaphatunk a pénzveréshez használt eszközök világába is.

A Magyar Nemzeti Múzeum a 21 nemzeti emlékhely egyike, a 19. századi magyar nemzetépítés szimbolikus intézménye és helyszíne, a Kárpát-medence történelmének egyik leggazdagabb és legfontosabb gyűjteménye. A múzeum épülete jelentős szerepet játszott az 1848-as forradalomban, az Országház felépítése előtt itt ülésezett a felsőház, sőt, nemzeti gyásztérként is funkcionált – innen kísérték utolsó útjára többek között Kossuth Lajost és Ady Endrét is.

A kiállítás meglátogatása után még időzzünk el egy kicsit a szabadtéri szoborparknak is beillő múzeumkertben: sétáljunk el a múzeumalapító gróf Széchenyi Ferenc és a természettudós Herman Ottó szobra mellett, járjuk körbe Arany János ülőszobrát, ahol Toldi Miklóst is megnézhetjük közelebbről – és ki tudja, hátha éppen a szobrot látva érinti meg gyermekeinket az irodalomóráról ismerős Toldi alakja!

PÉTERFI ESZTER
(fotók: mnm.hu)

Az első magyar pénzt I. István király (1000–1038) verette koronázása alkalmából a nyugat-európai denárrendszerhez csatlakozva. Az előlapon kiemelt szerepet kapott az ország szuverenitásának jelképe, az uralkodó kezében lévő királyi lándzsa, amelyet a körirat – *Lancea regis* (A király lándzsája) – egyértelműen azonosít. A hátlapi körirat – *Regia civitas* (Királyi város) – átvitt értelemben az István által létrehozott keresztény Magyar Királyságra utal. Az első magyar pénzből jelenleg mintegy félszáz példány ismert a világon, ebből negyven darabot a Magyar Nemzeti Múzeum Éremtára őriz.



Ismeritek Elf manót?

December közeledtével sok családhoz érkezik egy apró, titokzatos vendég, egy kedves kis figura, aki a Mikulás küldöttjeként tölti nálunk az adventi időszakot. Reggelente a gyerekek izgatottan keresik, hiszen mindig új helyen bukkan fel, a szülők pedig minden este titkos küldetésre indulnak, hogy életre keltsék a varázslatot. Az alábbiakban az Elf manó történetét meséljük el, szigorúan csak szülőknek!

Egyre több családnál bukkan fel egy apró, piros sapkás kis látogató, aki december elején beköltözik az otthonunkba és egészen karácsonyig velünk lakik. Ő Elf manó, a Mikulás titkos kis segédje, aki minden nap mozdulatlanul figyel a gyerekeket, majd esténként visszatér az Északi-sarkra, hogy beszámoljon a Mikulásnak arról, mi minden történt aznap.

Miről is szól a történet? A „the Elf on the Shelf”, azaz „a polcon ülő manó” meséje Amerikából érkezett hozzánk, de ez a kedves ünnepi hagyomány már nálunk is egyre elterjedtebb. Nem csoda, hiszen a karácsonyi készülődés tele van varázslattal, a gyerekek képzelőereje pedig határtalan. A manó napközben „megfigyel”, esténként útra kel, reggelente pedig mindig más helyen bukkan fel, és persze gyakran hagy maga után egy kis felfordulást vagy tréfát: kiborult kakaóport, lisztben készült angyalkát, zsebkendőből gyúrt „hógolyókat”, vagy szemekkel dekorált gyümölcsöket... csak a szülők fantáziája szab határt a csínyeknek. Van egy nagyon fontos szabály, amit érdemes már az érkezéskor tisztázni a gyerekekkel: **Elf manót nem szabad megérinteni**, különben elveszíti varázserejét, emiatt aznap elmaradhatnak a csínyek. Természetesen néha a kis kezek mégis felé nyúlnak, amire egy kis üvegcsé „varázspor” lehet a gyógyír.

A manózás nemcsak a gyerekeknek, hanem a szülőknek is élmény, még ha esténként néha törni is kell a fejünket, milyen új tréfával rukkoljon elő a család kis vendége. A szülők sokszor már hetekkel korábban listát készítenek a csínyekről, kisebb kiegészítőket halmoznak fel, vagy saját „manó-készletet” állítanak össze a kalandokhoz. A közös élmény azonban mindent megér, hiszen így izgalmas és vidám reggelek várnak ránk.

Mitől ennyire népszerű? Minden család a saját képére formálhatja a történetet.



Van, ahol a manó kedves kis üzeneteket hagy, máshol „feladatokat” ad, megint máshol inkább vicces felfordulást teremt. Ha hitünk és a gyerekeknek elmesélt karácsonyi történeteink úgy kívánják, a manó éjszaka az angyalkákhoz és a kis Jézushoz is elrepülhet, de akár játszópajtás is lehet, csakis rajtunk múlik, milyen történetet szövünk a manó köré. Mindemellett a mindennapokat is pozitívan alakíthatja: mivel a gyerekek izgatottan várják az új csínyeket, gyakran már az ébresztő előtt talpon vannak. Így a reggelek is könnyebben indulhatnak.

A kezdéshez nincs másra szükség, mint egy manóra, egy jó nagy adag képzelőerőre, és néha egy kis csillámporra. Az elfek ma már sok helyen elérhetők – különböző színekben, stílusokban, ruhákban, fiú és lány változatban is –, így minden család megtalálhatja a saját kis ünnepi manóját. Akik pedig inspirációt keresnek a csínyekhez, számos online közösség és Facebook-oldal áll rendelkezésre, ahol szülők osztják meg egymással a legjobb, legviccesebb manós kalandokat.

Elf manóval az adventi várakozás minden nap tartogat valami apró meglepetést, mert a varázslat nem a díszekben vagy az ajándékokban rejlik, hanem abban, ahogy együtt, családként megéljük.

KOVÁCS ILDIKÓ

(fotók: facebook, pinterest)



Kényeztető karácsony

Ünnepi lapszámunkban most olyan süteményeket mutatunk nektek, amelyek nem az „olcsón megúszós” kategóriába tartoznak, de minden morzsájuk megéri az árát: a pisztácia illata, a dió és mák harmóniája, vagy épp a citrom frissessége olyan élményt nyújt majd szeretteinknek, amely minden fáradságot megér. Ha néha megengedünk magunknak egy kis plusz kényeztetést, az ilyenkor, karácsonykor legyen.

PISZTÁCIÁS-MÁLNÁS LINZER

Hozzávalók (20-22 darabhoz):

- Tészta:
- 25 dkg liszt
- 20 dkg vaj
- 10 dkg porcukor
- 5 dkg darált pisztácia
- 1 tojássárgája

Kétféle töltelék is ajánlunk hozzá: Málnadzsem:

- 230 g málna
- 75 g kristálycukor
- 5 g pektin
- 1 kk porcukor

Pisztáciás krém:

- 150 ml habtejszín
- 100 g pisztáciakrém
- 100 g fehér csoki

Díszítés:

- fehércsoki
- darált pisztácia
- liofilizált málnadarabok

Elkészítés:

A liszthez hozzáadom a darált pisztáciát, a porcukrot, összemorzsolom a vajjal, hozzáadom a tojássárgáját, majd gyors mozdulatokkal összegyúrom. Fopackba csomagolom, 1 óra hosszára hűtőbe teszem. Lisztezett felületen kiszúrom, előmelegített sütőben 180 fokon, 10-12 percig sütöm. Ha kihűlt, a tetejüket fehércsokival, pisztáciával és liofilizált málnával díszítem, 1 teáskanál málnalekvárral töltöm be. 1-2 nap múlva szépen megpuhul.

Forrás: Instagram / Tamara süti birodalma



CSOKISZALÁMI HÁROM ÍZBEN

Hozzávalók 3 alap rúdhoz:

- 2 dl víz
- 25 dkg teavaj
- 18 dkg cukor
- 10 dkg étcsokoládé
- 5 dkg kakaópor
- 25 dkg háztartási keksz
- 25 dkg darált keksz

A bevonáshoz:

- 15 dkg étcsokoládé
- 15 dkg porcukor

A rumoshoz:

- 2 ek. rum

A whiskyshez:

- 2 ek. whisky
- 3 dkg mazsola
- 3 dkg pekándió

A narancsoshoz:

- 1 ek. vaníliakivonat (vagy narancslé)
- 5 dkg pirított dió
- 2 ek. kandírozott narancshéj

Elkészítés:

A vizet feltesszük melegedni a vajjal, amikor elolvad, keverjük bele a cukrot és a csokit. Kevergessük 2-3 percig majd keverjük bele a kakaóport is. Közben a kekszet törjük nagyobb darabokra, tegyük tálbá. Öntsük rá a forró csokis keveréket és keverjük át. Több részletben keverjük bele a darált kekszet is.

A kész masszát osszuk 3 részre és külön-külön ízesítsük. Vagy csinálhatunk egy nagy adagot is, akkor az ízesítéshez használt alapanyagokat növeljük háromszorosukra. A whiskyhez vágjuk durvára a mazsolt, a pekándiót és keverjük bele. A vaníliához pirított diót és kandírozott narancshéjat vágunk durvára.

Fontos, hogy azonnal dolgozzunk vele, amíg még meleg, hogy könnyen tudjuk formázni.

Terítsünk magunk elé egy nagy darab fóliát. Szedjük rá az első bekevert masszát és nyomkodjuk hengerré. Csavarjuk bele a fóliába, hengergessük meg az asztalon, hogy szép formája legyen. Kicsomagoljuk, megigazítjuk a két végét, majd fóliába tekerve tegyük a hűtőbe minimum 1 órára. Ugyanígy készítsük el a másik kettőt is. A csokoládét mikróban megolvasztjuk. A lehűlt rudat kicsomagoljuk, lekenjük az olvadt csokival, alaposan porcukorba hempergetjük és félretesszük.



Az javaslatom, hogy készítsd el minimum 12 órával korábban, hogy az ízeknek legyen idejük összeérni és szebben tudsz szeletelni. Fóliába csomagolva minimum 2 hétig eltartható.

Forrás: annuskam.hu

FLÓDNI

Hozzávalók a tésztához:

- 500 g finomliszt
- 250 g vaj
- 100 g porcukor
- 100 g fehérbor vagy víz
- 40 g tojássárga (2 db L-es tojásból)
- 7 g instant élesztő
- 1 csipet só
- 400 g szilvalekvár
- 1 tojásfehérje

Hozzávalók a diós töltelékhez:

- 500 g dió
- 200 g víz
- 200 g kristálycukor
- 100 g méz
- 1 kezeletlen narancs reszelt héja

Hozzávalók a mákos töltelékhez:

- 400 g mák
- 200 g víz
- 200 g kristálycukor

- 100 g méz
- 1 kezeletlen citrom héja

Hozzávalók az almás töltelékhez:

- 1,3 – 1,5 kg alma
- 200 g kristálycukor
- 100 g fehérbor vagy víz
- 1,5 tk. fahéj
- 2 ek. zsemlemorzsa



Elkészítés:

Szitáljuk nagy tálba a lisztet, a porcukrot és a sót, majd morzsoljuk össze a hideg, kockákra vágott vajjal. Egy kis edényben oldjuk fel az élesztőt a fehérborban vagy a vízben, majd adjuk a lisztes keverékhez a tojássárgával együtt. Gyors mozdulatokkal gyúrunk homogén, rugalmas tésztát. Folpackban pihentessük a hűtőszekrényben legalább 1 órán át, közben készítsük el a töltelékeket.

Diós töltelék: a diót daráljuk finomra, a vizet forraljuk fel a kristálycukorral és a mézzel. Adjuk hozzá a reszelt narancshéjat, majd keverjük bele a darált diót. Hagyjuk kihűlni.

Mákos töltelék: a mákot daráljuk le, forraljuk fel a vizet a cukorral és a mézzel, majd keverjük bele a mákot és a reszelt citromhéjat. Ezt is hagyjuk kihűlni.

(A töltelékekhez szükséges cukorszirupot egyszerre is felfőzhetjük, a végén pedig az egyik felét a dióra, a másikat a mákra öntjük.)

Almás töltelék: az almákat hámozzuk meg, távolítsuk el a magházukat, reszeljük le, keverjük össze a cukorral, a fehérborral (vagy vízzel) és a fahéjjal. Lassú tűzön pároljuk,

TUDDAD?

A flódniban található különböző töltelékek a közösségek számára elérhető alapanyagokból és az ünnepi szokásokból erednek. Mindegyik réteg külön jelentéssel bír: a mák a jólétet, a dió az egészséget, az alma az újjászületést, míg a szilvalekvár a hagyományos ízek megőrzését jelképezi.

amíg az alma megpuhul és a leve elpárolog, alkalmanként keverjük meg (kb. 15 perc). Végül keverjük hozzá a zsemlemorzst, hogy felszívja a maradék nedvességet.

A tésztát osszuk öt egyenlő részre. Nyújtsuk ki az első három adagot, az egyiket tegyük sütőpapírral bélelt tepsire. Szurkáljuk meg villával, majd 170 °C-on 6 perc alatt félig süssük meg. Nyújtsunk ki még egy lapot, tegyük a tepsire, szurkáljuk meg villával. Egyenletesen oszlassuk el rajta a diós tölteléket. Fedjük be a második réteg tésztával, majd simítsuk rá a mákos tölteléket. Jöhet a harmadik tészta réteg és az almás töltelék. Erre kerül az utolsó félig kisütött tészta, amit a szilvalekvárral kenünk meg. Végül ötödik réteggént nyers tésztával zárjuk le a süteményt. A felső tészta tetejét kenjük meg tojásfehérjével, villával szurkáljuk meg. Előmelegített sütőben 165 °C-on, kb. 50-60 perc alatt süssük aranybarnára. Ha az első 30 perc után már barnul a teteje, akkor vegyük le a hőfokot 160 °C fokra, és úgy süssük tovább 30 percig. Szeletelés előtt hagyjuk a flódnit teljesen kihűlni.

Forrás: dizko.hu

CITROMOS DESSZERT



Hozzávalók:

Piskóta:

- 3 tojás
- 1 cs. vaníliás cukor
- 10 dkg rétesliszt
- 9 dkg porcukor
- 1 kiskanál sütőpor

A tojásokat a cukorral habbá verjük, majd hozzáadjuk a lisztet a sütőporral, és óvatosan összedolgozzuk. 200 fokban, sütőpapíros tepsiben pár perc alatt aranybarnára sütjük.

Krém 1:

- 4 citromos joghurt
- 1 cs. Dr. Oetker Express zselatin fix
- 100 ml víz

A habfixálót elkészítjük a csomagolás alapján, majd hozzáadjuk a joghurthoz. Összekeverjük, majd 10 percre hűtőbe tesszük, hogy lehűljön.

Krém 2:

- 2 db natúr vajkrém
- 400 ml habtejszín
- porcukor ízlés szerint

A tejszínt kemény habbá verjük. Közben egy tálban habosra keverjük a vajat és a cukrot. Amikor a tejszín felverődött, vegyük ki az 1/3-át és óvatosan forgassuk a vajhoz. Ezután tegyük a keveréket a tejszínhabba, és verjük további fél percre, amíg sima krémet nem kapunk.

Végül:

- 2 csomag kerek babapiskóta
- eperdzsem
- vékony citromkarikák
- mentalevél
- csokoládé

FEHÉR CSOKOLÁDÉS-MÁLNÁS KOSÁRKÁK

Hozzávalók:

- 200 g darált keksz
- 100 g mandulaliszt
- 250 g fehér csokoládé
- 100 ml tejszín
- 50 g kókuszreszelék
- 100 g málnalekvár
- 100 g fehér csokoládé (díszítéshez)

Elkészítés:

Egy nagyobb tálban keverd össze a darált kekszet és a mandulalisztet. Olvaszd fel a fehér csokoládét a tejszínrel alacsony hőfokon. Öntsd a felolvasztott csokoládét a száraz keverékhez, és dolgozd össze egységes masszává. Formázz a masszából dió nagyságú golyókat. A golyókat hempergesd meg kókuszreszelékben, majd tedd hűtőbe 15 percre, hogy megdermedjenek. Amikor a golyók lehűltek, egy pálcikával vagy az ujjaddal alakíts ki mélyedést a közepükben. A mélyedésbe tegyél egy kis kanál (vagy habzsákkal) málnalekvárt, majd egy kis olvasztott fehér csokoládét. Tedd vissza a kosárkákat a hűtőbe még 10 percre, hogy teljesen megdermedjenek.

Forrás: Instagram (elenadoskovic)



Csokoládé díszek:

Sütőpapírra felolvasztott étcsokoládéból különböző formákat rajzolunk, hagyjuk megkeményedni, majd óvatosan leszedjük a papírról.

A kihűlt tésztát megkenjük az eperdzsemmel, majd szorosan rárakjuk a babapiskótákat. Erre kenjük rá óvatosan a citromos krémet, majd 10 percre betesszük a hűtőbe megdermedni. A végén rákenjük a másik krémet, lehűtjük és hagyjuk puhulni másnapig. Kockákra szeleteljük, minden szeletet citromkarikával és mentalevéllel vagy csokoládédíszrel dekorálunk.

Forrás: raduzyrecepty.com
/ Radka Znorová

TÉLI FILMAJÁNLÓ

Ezzel a pár filmmel kívánunk a NOE nagycsaládjainak meghitt, téli bekuckózós estéket!



Polar Expressz (2004)

Főhősünk még csak tízéves, de már majdnem biztos benne, hogy a Mikulás nem létezik, és a karácsony csak a szülők trükkje, amikor az éjszaka közepén hatalmas robajjal egy csillogó fekete vonat áll meg közvetlenül a házuk előtt. Így veszi kezdetét egy varázslatos utazás a Mikulás városába. A szívhez szóló történet a karácsony igazi üzenetét idézi fel.



Téli szünet (2023)

A történet három össze nem illő szereplőre fókuszál, akiket a téli szünet két hétre összezárt egy főiskolába. Egyik figura élete sem úgy alakult, ahogy eltervezték, bármennyire is leplezni próbálják sorsukat és döntéseiket. Azonban a szeretet ünnepe a kisebb hazugságok, ferdítések és elhallgatások nem tudnak rejtve maradni.



Karácsonyi ének (2009)

Az 1800-as évek Londonja, karácsony idején. Az ünnep iránt semmilyen kötődést sem érez Ebenezer Scrooge, a kapzsi és szívtelen öregember. Egész életében csak a pénz érdekelte, az érzelmekre, az emberi kapcsolatokra nem pazarolt időt. Ám ez a karácsony más, mint a többi. Három szellem látogatása ráébreszti az élet igazi értékeire, akik lehetőséget adnak neki a változásra.



Kutyahideg (2006)

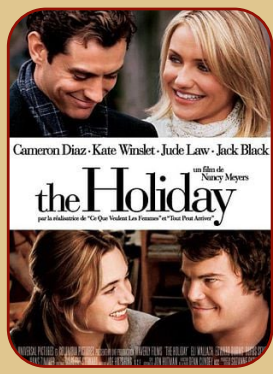
Jerry egy tudóscsoport túravezetője az Antarktiszon. Nyolc szánhúzó kutyájával a legkeményebb hidegben is teljesíti a küldetést. Ám amikor az évszázad vihara közeledik, a bázist evakuálják. Abban a hitben, hogy a kutyákért még visszajönnek, Jerry kiköti a nyolc ebet. A visszatérést azonban a vihar megghiúsítja. Jerry képtelen beletörődni a helyzetbe és

minden követ megmozgat, hogy visszamehessen a kutyáért.



Klaus - A karácsony titkos története (2019)

Egy önző postás és egy zárkózott játékkészítő meghökkenítő barátsága örömet hoz a hideg, sötét városba, amelynek erre igen nagy szüksége van. Kapcsolatuk lassan megváltoztatja nemcsak őket, hanem az egész közösséget, miközben felfedezik a karácsony igazi erejét.



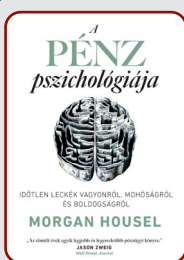
Holiday (2006)

Két fiatal nő, két összetört szív. Iris szerelme viszonzatlan, ráadásul a férfi eljegyzi kolléganőjüket, Amanda pedig rájön, hogy a barátja megcsalja. A lányok a neten találkoznak és úgy döntenek, kipihenik bánatukat: otthont cserélnek London és Los Angeles között, de a pasimentes vakáció nem a terv szerint alakul.

Pénzről, emberségről és ünnepről

A Libri könyvajánlója

Ahogy közelednek az ünnepek, érdemes olyan olvasmányokat választani, amelyek egyszerre adnak útravalót a mindennapokra és meghitt kikapcsolódást a téli estékre. A pénzhez, gazdasághoz és emberi értékekhez kapcsolódó kötetek mellett válogatásunkban karácsonyi mesék és egy izgalmas krimi is helyet kapott.



Morgan Housel: A pénz pszichológiája – Időtlen leckék vagyonról, mohóságról és boldogságról

Morgan Housel *A pénz pszichológiája – Időtlen leckék vagyonról, mohóságról és boldogságról* című könyvében arra mutat rá, hogy a pénzzel való bánásmód nem elsősorban tudás, hanem viselkedés kérdése. A pénzügyi döntéseinket nem képletek és adatok, hanem személyes tapasztalataink, érzelmeink és társas környezetünk alakítják. Housel rövid, tanulságos történeteken keresztül vezet rá az olvasót arra, hogy a pénzügyi siker nem egzakt tudomány, hanem egyfajta szociális készség, ahol az emberi tényező a legfontosabb. Könyve időtlen tanításokat kínál a vagyon, a mohóság, a boldogság és a pénz valódi természetéről.



Baritz Sarolta Laura OP: Summa oeconomiae – Értekezések és beszélgetések az emberközpontú gazdaságról

Baritz Sarolta Laura domonkos szerzetes *Summa oeconomiae – Értekezések és beszélgetések az emberközpontú gazdaságról* című könyve az emberi méltóságon, közösségi felelősségen és fenntarthatóságon alapuló gazdasági szemléletet mutatja be. A szerző szerint a gazdaság célja nem a profitmaximalizálás, hanem az emberi jóllét és a közjó szolgálata. A tudomány, az üzlet és a hit párbeszédére építve arra hív, hogy a gazdasági rendszert újra emberközpontúan, érték alapon és szolidárisan gondoljuk el.



Jókat eszünk és jól gazdálkodunk – 83 recept, amelyekkel időt és pénzt spórolhatunk

A *Jókat eszünk és jól gazdálkodunk* című szakácskönyv 83 egyszerű, pénztárcabarát és egészséges receptet kínál mindazoknak, akik drága alapanyagok nélkül szeretnének finom ételeket főzni. A négy fejezetben – levelek, főételek, gyors uzsonnák és nassolnivalók – közérthető leírások, praktikus tippek és tárolási tanácsok segítik az olvasót abban, hogy időt és pénzt spóroljon meg, miközben változatosan és tudatosan étkezik.



Gerry Baily - Felicia Law: A pénz és én – Hogyan tudod megkeresni és elkölteni

Gerry Baily és Felicia Law *A pénz és én – Hogyan tudod megkeresni és elkölteni* című könyve a fiatal olvasókat játékosan és érthetően vezeti be a pénzügyi tudatosság alapjaiba. Megmagyarázza, mit jelent a kamat, miért érdemes költségvetést készíteni, hogyan működnek a bankok és a virtuális pénzek, valamint miért fontos a megtakarítás. A kötet nemcsak a pénz kezelését tanítja, hanem a felelős gondolkodást és a társadalmi érzékenységet is, így segít megalapozni a tudatos, értékvezérelt pénzügyi szemléletet egészen gyerekkortól kezdve.



Benedek Elek: Benedek Elek karácsonya

A *Benedek Elek karácsonya* című kötet a magyar meseirodalom nagy mesterének két arcát idézi meg: a mesegyűjtőét és az íróét. A könyv első felében személyes hangú írásai olvashatók, amelyekben gyermekkorai karácsonyait, a székelyföldi ünnepek meghittségét és a nagyvárosi élet ellentmondásait idézi fel. A második részben a *Magyar mese- és mondavilág* kevésbé ismert történeteiből válogatott mesék kaptak helyet, melyekben Krisztus emberközeli, székely góbé alakban jelenik meg. A kötet egyszerre nosztalgikus és időtlen, humorral és bölcsességgel átszőtt ünnepi olvasmány.



Benjamin Stevenson: Karácsonykor mindenki gyilkos

Benjamin Stevenson *Idén karácsonykor mindenki gyilkos* című regényében visszatér Ernest Cunningham, az ausztrál detektív, aki ezúttal egy karácsonyi bűvészleoladás során történő különös gyilkosság ügyébe keveredik. A humorral és feszültséggel teli történetben huszonhárom nyom vezet a tetteshez, miközben mindenki gyanús és mindenkinek megvan a maga indítéka. Stevenson karácsonyi krimije egyedi hangon ötvözi a klasszikus rejtélyek izgalmát az ünnepi hangulat groteszk oldalával, garantáltan szórakoztató olvasmányt kínálva a műfaj kedvelőinek.



Libri *mini*

Minden könyvespolc **EGY JÓ MESÉVEL KEZDŐDIK**

MEGNYÍLT A LIBRI MINI A CAMPONÁBAN!

Mesék, játékok, varázslatok – egy bolt, ahol minden gyerek álma valóra válik.

Mindez azért jött létre, hogy a gondosan válogatott mesék örömét minél több családhoz eljuttassa.



További részletek:
libri.hu/mini





TÉLI BAKANCSLISTA



családoknak

- Írjatok levelet a Jézuskának
- Sétáljatok az erdőben
- Nézzetek meg egy karácsonyi filmet
- Adjatok fel karácsonyi képeslapot
- Találkozzatok a Mikulással
- Építsetek hóembert
- Tartsatok pizsamanapot
- Szárítsatok narancskarikákat
- Vegyetek részt egy ünnepi koncerten
- Menjetek el korcsolyázni
- Sétáljatok hóesésben
- Süssetek mézeskalácsot
- Készítsetek házi forró csokoládét
- Énekeljetek karácsonyi dalokat
- Nézzetek meg egy betlehemet
- Gyűjtsetek tobozokat
- Sétáljatok minden nap
- Olvassatok karácsonyi történeteket
- Készítsetek karácsonyfadíszeket
- Tartsatok társasjáték estét
- Látogassatok ki egy vásárra
- Vegyetek rész az ünnepi szentmisén
- Készítsetek karácsonyi asztaldísz
- Díszítsétek fel a fenyőfát
- Süssetek együtt süteményt
- Szerezzetek be egy új hógömböt

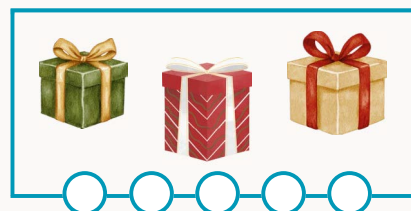
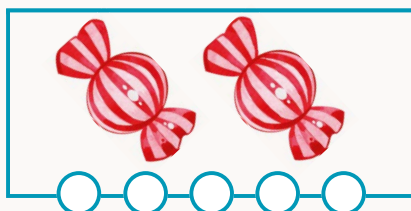




*Segíts Pingunak megkeresni az elveszett dolgokat.
Írd a számot a fehér körbe!*



Hány figurát számolsz? Színezz ki annyi pontot!

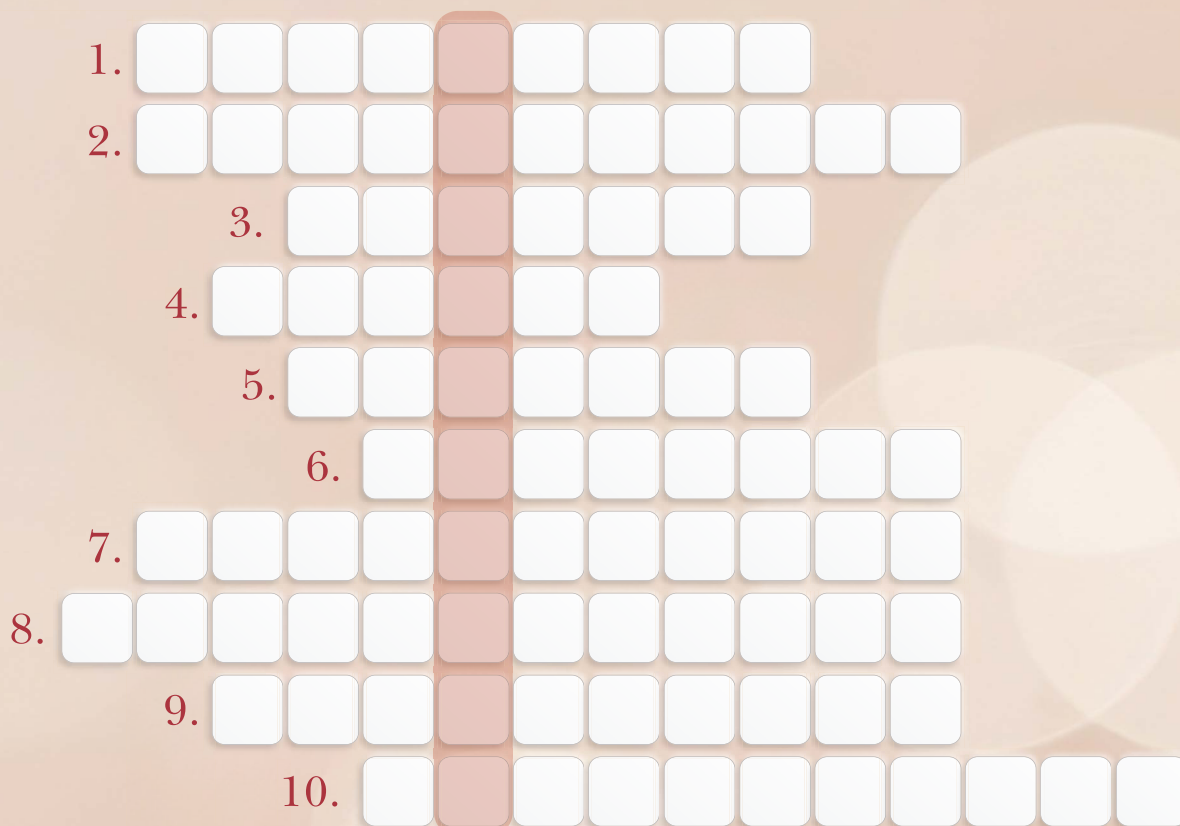


KARÁCSONYI KVÍZ



Nyerd meg a Libri meglepetés mesekönyvét!

Fejtsd meg ezt a rejtvényt, küldd el a megfejtést a nyeremenyjatek@noe.hu címre, és légy Te a szerencsés, aki megnyeri a Libri által felajánlott mesekönyvek egyikét.



1. A szeretet ünnepe
2. Finom, illatos sütemény
3. Hóból épül, répa az orra
4. A havon siklik
5. Ezzel vívunk hócsatát
6. Ebben a hónapban várjuk a Mikulást
7. Fény, ami ünnepi hangulatot varázsol a szobába
8. Esemény, ahol a karácsonyra hangolódunk
9. Élő karácsonyfa jellegzetes illata
10. A meleg kandallóból hallatszódó hang

Megtalálod a 10 különbséget a két kép között?



Az örökkön-örökzöld fenyő

Január első napjaiban még mindenhol érezhető volt az ünnepi hangulat. A fényárban úszó ablakok, a karácsonyi kopogtatók az ajtókon, a kivilágított boltok és házak mind-mind mesebeli-vé varázsolták a csendes utcákat.

Misiéknél sem volt ez másképp. A díszes asztalterítő közepén még ott volt az adventi koszorú félig leégett gyertyáival, mellette egy tányéron néhány szelet bejgli, a csillárokon pedig ide-oda himbálóztak a szilveszterről fent maradt lampionok. A nappaliban szanaszét hevertek az ajándékok, amelyekkel oly nagy lelkesedéssel játszott a hatéves Misi és hároméves kiscöccse, Máté.

Misi éppen a fából készült parkolóházon gurította le kedvenc kisautóit, míg Máté egy játékkonyha előtt guggolt. Az apró tányérokra pakolta a zöldségeket, gyümölcsöket, szerette volna megvendégetelni az egész családot.

A konyhában Anya komótosan mosogatta a tányérokat, majd egyszer csak bekialtolt a nappaliba:

– Apa, este leszedhetnénk a fát!

– Rendben – hangzott a gyors felelet.

Misi felkapta a fejét, és mindent félredobva odaszaladt Anyához.

– Mit jelent ez? Mi az, hogy leszeditek a fát?

Anya abbahagyta a pakolást, és Misi felé fordult:

– A karácsonyfáról le kell szednünk a díszeket, hogy kiteheszük a fát a házunk elé, az utcára.

– De miért? Miért teszitek ki? Miért nem maradhat itt? – fagatgózott Misi.

– Kicsim! Nem tarthatjuk tovább a nappaliban. Látod a karácsonyfa alatt a tűleveleket? Tudod, a fenyőfák a meleg lakásban hamar lehullajtják a leveleiket.

– De akkor sem! Nem! A fának itt kell maradnia! – kiabálta Misi, majd feldúltan beszaladt a szobájába, és becsapta maga mögött az ajtót.

Anya értetlenül Apára nézett.

– Megyek, beszéllek vele! – mondta, majd sietve fia után indult.

Misit az ágyán hasalva találta, az arcát teljesen belefúrta a párnájába.

Anya leült az ágy szélére, és kezével végigsimította kisfia hátát:

– Mi a baj, Kicsikém?

– Egyszerűen nem vihetitek el a fát! – beszélt továbbra is párnájába Misi.

– Már elmondtam, hogy a fenyők a szobában...

Ekkor Misi felugrott az ágyon, és Anya szavába vágott:

– Nem érted, hogy a fának itt kell maradnia?!

– De miért olyan fontos ez neked? – kérdezte Anya. – Hiszen minden évben ilyenkor szoktuk kitenni a fát, tudod jól!

– Mert Máté látja... A fát még látja! – kiáltotta. – Ő mondta tegnap! Amíg itt van a fa, ő látni fog! – És Misi arcán csorogni kezdtek a könnyek.

Máténak ugyanis különleges szemecskéi voltak. Már kisbaba korában észrevették a szülei, hogy túl közelről nézte a mesekönyveket, többször elejtette, amit felé nyújtottak, és a lépcsőn is bizonytalanul lépdelt lefelé. Anya és Apa ezért elvitték egy doktor nénihez, aki újra és újra megvizsgálta Máté szeméit. Egy márciusi napon aztán a doktor néni elmondta Anyáék-nak, hogy Máté sajnos hamarosan el fogja veszíteni a látását.

– Istenem... – ölelte magához Misit, aki olyan erővel kapaszkodott Édesanyjába, mintha soha többé nem akarná elengedni. Amikor kicsit megnyugodott, Anya lepuszilta az utolsó könyveket az arcáról, rámosolygott és így szólt:

– Tudod, hogy Nagymama már vár minket. Ne így köszöntsük őt a névnapján!

Misinek nehezebbre esett felöltözni, de minden erejét összeszedve mégis megtette. Édesanyjáért! Nem szerette volna tovább szomorítani a szívét. Egyre többször hallotta ugyanis, hogy Anya – amikor azt hitte, hogy senki sincs a közelben – a fürdőszobában sírdogál.

Nemsokára elindultak. Nagymamáék közel laktak, a szomszédos utcában. Máté kézen fogva, boldogan beszélgetett Apával, élvezte, ahogy ropog a hó a talpuk alatt. Misi azonban szótlanul sétált Anyukája mellett.

Amikor megérkeztek Mamáékhoz, és kinyílt az ajtó, a fiúk orrát azonnal megcsapta a finom süteményillat.

– Almás pite! – kurjantott Máté.

– Bizony, a kedvenceteket süttöttem – mosolyodott el Mama, majd szélesre tárta a bejárati ajtót.



– Mielőtt megkóstolnátok, azért köszönjétek! – dörgött kedélyesen a fiúkra Apa, és alaposan megölegette Nagymamát.

– Szia, Mama! Boldog névnapot kívánunk! – kiáltotta az egész család egyszerre.

– Köszönöm szépen! Gyertek beljebb, Papa is már nagyon vár benneteket!

A cserépkályha ropogása, Mama megnyugtató hangja és a meleg almáspite elterelte Misi gondolatait.

Uzsonna után Papa áthívta a fiúkat a dolgozószobájába, amit most is, mint mindig kitörő örömmel fogadtak. Papa szobája ugyanis mindig elvarázsolta őket! A hatalmas faragott íróasztal, a különös festmények a falon, a rengeteg könyv, melyeknek illatától mintha egy másik világba csöppentek volna. Na meg ott volt a sötétzöld bőr karosszék, amin megannyiszor körbeforgatta már őket Nagypapa.

– Ma egy nagyon érdekes dolgot fogok nektek mutatni! – keltette fel unokái érdeklődését, majd leült, és elővett az íróasztala felső fiókjából egy kulcsot. Máté aprócska kezébe dugta.

– Milyen kicsi! – mosolygott Máté. – Mit lehet vele kinyitni?

– Ezt az alsó szekrényt, ahol az érmegyűjteményemet őrzöm. Nagypapa két díszes dobozt tett az asztalra, amelyben különlegesebbnél különlegesebb pénzürmék voltak. A fiúk tátott szájjal hallgatták, ahogy Papa hosszasan mesélt mindegyikről. Sőt, még azt is megengedte nekik, hogy az érméket kézbe vegyék, és alaposan megtapogassák.

Kis idő múlva Nagymama dugta be a fejét az ajtón:

– Gyertek hamar, elkészült a vacsora!

A nappaliba lépve Misi megpillantotta a szüleit, akik kipirosodott arccal bújtak ki éppen a kabátjukból. Egy pillanatra megállt, de ekkor meglátta a terített asztal közepén a gőzölgő tálat, és már szaladt is, hogy elsőként foglalhassa el a helyét.

Mama húslevese, a frissen sült kalács és a fahéjas-almás tea mindenkinek mosolyt csalt az arcára. Misi élvezte, hogy ez a szereteteli hangulat átjárja minden porcikáját.

Búcsúzás után, a hazafelé vezető úton már ő is gondtalanul ugrándozott a hókupacokon, és dudorászta a Nagyiék recsegős lemezjátszóján hallott fülbemászó dallamokat.

Hazaérve azonban Anya és Apa furcsán kezdtek viselkedni. Sietősen levetkőztették a fiaikat, majd sejtelmes mosollyal az

arcukon a gyerekszoba felé terelgették őket. Misiék megtorpantak az ajtóban. A szobát valami ismeretlen világosság melegegítette át.

– Mi az a fény? – mutatott az ablak felé Máté.

– Hiszen ez... – szaladt az ablakukhoz Misi. – Ez a karácsonyfánk! Ideültettétek? – fordította tekintetét a szüleire.

– Igen! Pont az ablakotok alá! – guggolt le a gyerekekhez Anya.

– Velünk marad!

– De Anya, hogyan lehetséges ez? Ennek a fának nincs is...

– Psszt! – Anya Misi füléhez hajolt, és belesúgta: – Neki másfajta gyökerekre lesz szüksége...

Misi kérdőn Anyára pillantott, de abban a pillanatban kacagni és ugrándozni kezdett Máté:

– De jó! Itt van a kajácsonyfánk!

Mindannyian az ablakpárkányra könyököltek. Csak gyönyörködtek a feldíszített fában, és a hatalmas világító csillagban, amelyet Apa a csúcsára tűzött.

Egy kis idő után Misi felpattant:

– Máté, ott van a piros gomba, az arany gömbök, a hópehely és az ezüst harangok...

Máté tátott szájjal figyelte testvérét és miközben hallgatta, az arca ragyogott!

Misi látta ezt. Látta, és a szívébe égett!

Teltek a napok, a hetek, ő azonban mit sem veszítve lelkesedéséből mesélt Máténak. Mesélt az égőkről, a színes díszekről és a – valami földöntúli csoda folytán – továbbra is dús fáról.

Nem engedte, hogy kialudjon az a tündöklő csillag!

Mesélt, míg az örökkön-örökzöld fenyő gyökeret eresztett a szívükben!

SZILÁGYI-GÁRDIÁN RITA



Karácsonyi kreatív ötletek

3D-s hópelyhek

Amire szükséged lesz:

- vékony papír (pl. sütőpapír, selyempapír, rajzlap) vagy fehér papírzacskó
- olló
- ceruza
- stiftes vagy folyékony ragasztó
- zsineg vagy erős cérna a felfüggesztéshez

Az elkészítés menete:

Vegyél 8–12 darab azonos méretű papírzacskót vagy téglalap alakú papírlapot (a méretük attól függ, mekkora csillagot szeretnél készíteni). Ha papírból készíted, csinálj belőle hosszúka papírzacskót úgy, hogy csak a teteje legyen nyitott.

Rajzold rá a mintát, amit a kép bal alsó sarkában látsz (előre kivágott sablonnal könnyebb dolgozni). Vágd ki a mintát ollóval. Ha az összes kivágott lappal készen vagy, mindet ragaszd össze úgy, hogy középen húzol egy vékony ragasztócsíkot, majd egyenként egymásra rakod. Húzd szét a két szélső papírt, és azokat is ragaszd össze. Ha ügyesen dolgoztál, akkor körbe kinyílik, és gyönyörű hópihét formáz.

A sablon formáját variálva különböző méretű hópelyheket készíthetsz.

Ragassz vagy köss rá cérnát vagy madzagot, és akaszd fel az ablakba. Dekorálhatod fényfűzérrel, hogy az otthonotokba gyönyörű karácsonyi hangulatot árásson.



Legyezőből angyalka

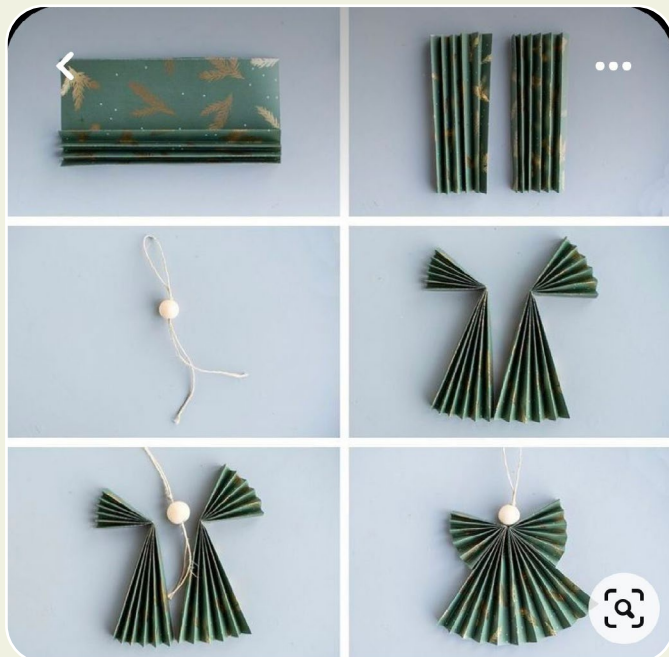
Tudsz hajtogatni legyezőt? Ha igen, akkor most angyalkát készítünk belőle!

Amire szükséged lesz:

- 2 db 20x20 cm-es bármilyen papír
- 30 cm-es madzag
- 1 db középen lyukas fa golyó
- folyékony ragasztó

Az elkészítés menete:

Hajtogass legyezőt mindkét papírból kb. 1 centiméter széles hajtásokkal. A papír 1/3 részénél mindkettőt ugyanott hajtsd ketté, a kisebb lesz a szárny, a nagyobb pedig a ruha. A madzagot hajtsd félbe, húzd rá a golyót, majd illeszd a madzagot a két papír közé. Végül ragaszd össze a papírokat. Így gyönyörű angyalkát kapsz, amit akár a karácsonyfára is felakaszthatsz, de ajándéokra is köthető, vagy az ablakba is fellógatható.



Fényképes ünnepi üdvözlőkártyák

Mi lehet jobb egy kézzel készült ajándéknál? Talán a saját fényképekből készített ajándék. Ezek a kreatív, saját fotóval dekorált képeslapok tökéletesek a távol élő családtagoknak és barátoknak, és gyönyörű ajándékok lehetnek a nagyszülőknek vagy óvónéniknek.

1. Az első egy játékos karácsonyi képeslap, amihez piros és fehér rajzlapra, pár fehér pomponra és egy kis ragasztóra van szükség. A fotó egészen addig rejtve marad, amíg fel nem húzod. Milyen ötletes!
2. Ez a hógömbös üdvözlőkártya rejtja majd a fényképet, apró kis dekoragyönggyel díszítve. Először hajtsd ketté a vastag rajzlapot, ez lesz maga a képeslap. Az elejére rajzold meg a hógömböt, majd vágd ki a kört, amiben látszani fog a fénykép. Belülről ragassz fel egy víztiszta, vastagabb fóliát a kivágott lyuk fölé, tedd rá a gyöngyöt vagy a csillámport, végül ragaszd rá a fényképet képpel lefelé. A képeslap elejét kiszínezheted és dekorálhatod masnival, hogy még ünnepibb legyen.
3. Ünnepeled a baba első karácsonyát ezzel a gyönyörű, karácsonyfás fotókártyával. A fénykép ebben az esetben csillag alakú, és csillámtollal van dekorálva.
4. Ez a karácsonyi képeslap az elsőhöz hasonlóan kihúzható. Csakhogy itt nem mikuláscsizmát, hanem ajándékdobozt készítünk. Egy nagy masni kimondottan jól mutat rajta, akár csak az igazi ajándékdobozokon. Ez egy nagyon kedves kis meglepetés szeretteink számára!
5. Végül egy huncut ki karácsonyfát mutatunk nektek, amin a gömbdíszek rejtik a fényképeket. Ehhez egy mozgó, kör alakú kis „ablakot” kell ráapplikálni, amihez Milton-kapcsot érdemes használni (hobby- vagy írószertboltokban beszerezhető). A fényfát díszítheted apró kis dekorációval, hogy igazi karácsonyfaként nézzen ki.



Hóemberes karácsonyfadísz

Egy nagyon különleges dísz mutatunk nektek, amit egészen kis gyerekekkel is elkészíthettek. Sőt, annyira olcsó, hogy akár minden családtag számára alkothattok egyet! Reméljük, élvezni fogjátok!

Amire szükséged lesz:



- egy pici kéz
- több, különböző színű festék (vízbázisú akril)
- egy kis ecset
- nagyobb méretű karácsonyfagömb
- zseníliadrót vagy filc
- szalag a felakasztáshoz

Az elkészítés menete:

A fehér festékből nyomj egy keveset a kicsi kezére, majd teljesen kend szét rajta. Gyorsan kell dolgozni, hogy a festék ne száradjon meg a kisgyerek kezén. Tedd a gömböt a gyermeked kezébe, szorítsa meg az ujjával néhány másodpercig, majd anélkül vedd ki, hogy a festék elmaszatólódna. A gömböt egy üres, tiszta üvegre érdemes rátenni vagy felakasztani, amíg a kézlenyomat teljesen meg nem szárad. Ezután fess fel az ujjbegyekre a hóember szemeit, száját, gombjait, répa orrát, végül a sapkát és sálát vágjuk ki filcből vagy zseníliadrótból, és ragasszuk rá. Bármilyen szín jó, azonban minél élénkebbek a színek, annál figyelemfelkeltőbb lesz a végeredmény. Várjunk néhány percet, míg ez is megszárad, végezetül az ecset segítségével fehér festékkel óvatosan fröcsköljük meg. Ettől havas lesz a hóemberkék körül. Miután a festék megszáradt, lefújhatjuk lakkal, hogy a karácsonyi gömbünk tartós maradjon.

Élményekkel teli közös alkotást és kellemes ünnepeket kívánunk mindenkinek!

(forrás: pinterest)

Örömhír



A nevem **Nagy Olívia**.
2025. június 10-én jöttem a világra a Nagy család negyedik gyermekeként.



Nagy örömmel adjuk hírül,
hogy 2025. július 18-án megszületett
Horváth Csaba (3800 g, 52 cm).
Isten éltesse az egész családot!



2025. augusztus 20-án
megszületett **Kovács Dorottya** (3740 g,
56 cm). Három bátyja után ő a család első
kislánya, a Hegyvidéki Nagycsaládos Csoport
legújabb tagja.



Örömmel tudat-
juk, hogy a Nagy család harmadik
gyermeke, **Bence** (3660 g, 52 cm) 2025.
augusztus 20-án látta meg a napvilágot szülei
és két nővére nagy örömeire.



A Pécsi Székesegyház
Nagycsaládos Egyesület legifjabb tagja,
Németh Gyöngyvirág, 2025. szeptember
28-án született Németh Csongor és Gadó
Julianna negyedik kislányaként. Isten
éltesse az egész családot!



A Gyulai Nagycsaládosok
Egyesülete szeretettel köszönti **Mátyási**
Maját, aki 2025. október 14-én született a csa-
lád harmadik gyermekeként. Szülei és bátyjai,
Márk és Milán már nagyon várták.



Megszületett **Teleki Lilla**,
aki 2025. október 22-én látta meg a napvi-
lágot három testvére és egész családjá örömeire.
A Nagycsaládosok Tolnai Egyesülete szeretettel
köszönti legfiatalabb tagját!



2025. október 22-én jött
a világra **Márki-Zay Csenge**, a család
harmadik gyermeke. Nővérei, Zora és Borka már
nagyon várták. Szívből köszöntjük új tagunkat a
Gyulai Nagycsaládosok Egyesületében!



Szeretettel adjuk hírül
a nagyvilágnak, hogy 2025. november
7-én 22.51 perckor megszületett hatodik fiú
unokánk, **Dániel** (4700 g, 54 cm), így már
a második fiunk is nagycsaládos lett.
Testvérei, Zoltán és Zalán már nagyon
várták a hazaérkezését.



Rácz Hajnalka unokája,
Hugó 2025. november 12-én született.
Erwin, a nagytesó és családjá már nagyon várta.
A Gyulai Nagycsaládosok Egyesülete szeretettel
köszönti legújabb tagját!