

GALGAHÉVÍZ

Galgahévíz község ingyenes közéleti havilapja

XXIX. évfolyam, 3. szám

2018. április



ÁPRILIS



1996. július 20.

A tartalomból: Nő vagyok • Terítsük meg Galgahévíz asztalát! •
Kemencés napi ajánló • Tiszta udvar, rendes ház



fotó: Darnyik Anikó, Pethőné Bali Barbara

2018. április

Nő vagyok

Nő vagyok. Testileg és lelkileg. Más, mint a férfiak. Másképp épül fel a testem. Másként gondolkodom. Más fontos számomra. Más vagyok. Nő vagyok.

Szeretem a lány zenét, a romantikus filmeket, a vásárlást, a magassarkút, a pöttyös regényeket, a lovakat, az utazást, a virágokat, az illatokat, a gyerekeket, az életet.

Szeretem a férfiakat is. A valódi, igazi férfias férfiakat. Nem az álmacsókat, nem a keményfiúkat, hanem az ösztönösen óvó, finoman uralkodó, de a nőt mindig minden helyzetben tisztelő férfiakat. Azokat, akiknek fontos a NŐ. Azért fontos, mert kiegészíti a saját hiányosságait. Mert együtt alkot a nővel egy egészet. Mert a Jóisten így teremtett minket. Férfi és nő. Egy egység. Együtt képesek csak arra, ami az

élet legnagyobb csodája. Kettőjük-ből születik egy. Meg még egy. És még egy. És így lesz igazán kerek a világ.

Nő vagyok. Szerető és szerethető. Olyan, akinek jól esik, ha gondolnak rá, ha fontosnak tartják, hogy megemlékezzenek róla, hogy kényeztessék, egyszerűen csak azért, mert tisztelik, becsülik, szeretik.

Nő vagyok és szerencsés, mert itt Galgahévízen minden évben átélhetem ezt az érzést. Igen, itt vannak férfiak, akiknek fontos, hogy megleljenek, megnevetessenek, ellágyítsanak, elgondolkodtassanak minket, nőket. Mert úgy érzik, megérdemljük. Mert ez a fontos számukra, és nem az, hogy mások mit gondolnak. Ettől minden évben elérékenyülök, sok nőtársammal együtt.

Tudják, sokszor gondolkodom rajta, hogy lehet, hogy nem tökéletesen csengnek a dalok, nem tűpontos a tánc, mégsem szeretnék jobban vadidegen emberektől profi produkciót látni, mert az nem a miénk, abban nincs benne a szív, a lélek. Az a plusz, amit csak ezektől a férfiktól kapunk meg. Amitől igazán érzem a tiszteletet, a megbecsülést, a szeretetet. Mert róluk ez sugárzik, és ez a legnagyobb ajándék, amit kaphatunk mi nők.

Köszönöm az élményt, az összetartást, a lelkesedést, a hitet és azt, hogy vagytok nekünk!

Darnyik Ágnes

Köszönjük Gódor Józsefnek, Nagy Sándornak és Vadkerti-Basa Bálintnak a projektortartó állványt.

Kistérségi versenyek

Ebben a hónapban a tanulmányi versenyek és a leány kézilabda zajlott.

Az angol nyelvi, biológia és földrajz versenyt Galgamácsán rendezték. Iskolánkat Mácsay Márton 6. osztályos tanuló angol nyelvből, Tóth Tódor 7. osztályos és Zséli Máttyás 8. osztályos földrajzból, Keserű Nóra 7. osztályos és Tolnai Diána 8. osztályos biológiából képviselte. Kilenc iskola diákjai mérték össze tudásukat, s ebben tanulónk a 4. helyen végeztek. Dicséret nekik!!

A kézilabdatornát hagyományosan a bagi tornacsarnokban rendezték. Izgalmas, jó hangulatú mérkőzéseken kéziseink az 5. helyen végeztek. Nagyon kiegyenlített volt a mezőny, s a szerencsével is kicsit hadilábon álltunk. A tornát a turai lányok nyerték, második a bagi iskola. Gratulálunk a csapatnak! A csapat tagjai: kapusok: Mrkva Zita, Pálóczi Odett, játékosok: Molnár Janka, Hajdu Rebeka, Csorba Noémi, Sára Júlia, Vladár Kira, Nagy Brigitta, Szűcs Tamara, Bobák Barbara, Szántó Rozália, Óvári Bianka és Czibolya Nóra.

Köszönet a szülőknek, akik mindig segítenek a gyerekek szállításában.

Balla Zsuzsa tanárnő

KÖZLEMÉNY

Értesítjük a Kedves Szülőket,
hogy a Galgahévízi II. Rákóczi Ferenc Általános Iskola
első osztályába a 2018/19-es tanévre

a tanulók beíratását

2018. április 12-én, (csütörtök) 8 - 19 óra és

2018. április 13-án (péntek) 8 – 18 óra között tartjuk.

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXCV. törvény 50. § (1) bekezdése értelmében az általános iskolába történő felvételtől vagy átvételtől az iskola igazgatója dönt. Döntését írásban közli a szülővel.

A beíratkozáshoz szükséges dokumentumok:

- A gyermek személyazonosítására alkalmas, a gyermek nevére kiállított lakcímet igazoló **hatósági igazolvány (lakcímkártya)**
- A gyermek **születési anyakönyvi kivonata**
- A gyermek TAJ kártyája
- Az iskolába lépéshez szükséges fejlettség elérését tanúsító **igazolás (óvodai szakvélemény)**
- Szülő (és ha van, a gyermeké is) személyi igazolványa, lakcímkártyája
- Nyilatkozat életvitelszerű lakcímről (az iskolában kell kitölteni)
- Nyilatkozat a közös szülői felügyelet gyakorlására (az iskolában kell kitölteni)

Hit- és erkölcsanoktatás intézményünkben:

- Római Katolikus Egyház
- Magyar Református Egyház
- Magyar Evangélikus Egyház

Szeretettel várjuk leendő elsőseinket szüleikkel együtt!

Vandornyikné Sára Ilona
intézményvezető

Márciusi hírmondó

Március 1-jén az Óvodai Szülői Szervezetünk fél éves gyűlését tartotta, ahol az elmúlt időszakban végzett munkáról, és az előttünk álló feladatokról volt szó. Köszönet munkájukért, hiszen a karácsonyi vásárt, a jó-tékonysági bált, a Dr. Pécsi Rita neveléskutató által tartott előadásokat mind ők szervezték és bonyolították le. Az elmúlt hónapokban közel félmillió forint került az Alapítvány számlájára e programok bevételei által, melyből két óvodai csoportszoba teljes felújítását tervezzük. Kevés óvoda mondhatja el magáról, hogy ilyen segítőkész és lelkes szülői munkaközösségre számíthat az év folyamán bármikor. Köszönjük mindnyájuknak az önzetlen munkát!

Köszönjük Vanó András polgármester úrnak a kedves napi megemlékezést, a Kiscsuki Étterem dolgozóinak a finom vacsorát és a kedves kiszolgálást!

Köszönjük Galgahévíz férfinépének a fergeteges műsort, amivel március 11-én vasárnap délután megajándékoztak minket!

Március 14-én óvodai szinten emlékeztünk meg a tavasz első ünnepéről. Minden csoport már napokkal ezt megelőzően készült dekorációval, nemzeti színű zászlók, virágok, szívecskék, kismadarak készítésével, amiket a szabadságharc emlékműjénél helyeztünk el a hivatal előtt.

Március 15-én a községi ünnepélyen a polgármester úr ünnepi beszéde után az ötödik osztályos tanulók Bankó Edit tanárnő irányításával egy nagyon szép és meghitt műsorral idézték fel az akkori történelmet. Köszönjük és szívből gratulálunk nekik!

Március 26-án a Kismadár csoport bepillantást nyert az iskolai életbe, ahol Kutiné Marika leendő elsős tanító néni óráján együtt tevékenykedtek a tanu-

lókkal. Köszönjük a lehetőséget!

Március 27-én Soósné Tóth Melinda és Gregus Viktorné egy pestszentlőrinci óvodában szakmai műhelymunkán vett részt. A téma: családi élményprogram szervezése a gyermekeknek és a felnőtteknek is izgalmas témák és projektek birodalmában - a „hagyományos óvodai évszóró” megújításaként. Innovatív törekvéseink szempontjából nagyon hasznos és érdekes nap volt, melynek tapasztalatait a következő értekezlet keretében átadjuk kollégáinknak.

Március harmadik hetében került sor a Tehetségműhelyek megrendezésére. A három műhelyben a Kismadár csoportosok tevékenykedhetnek, az óvodai programot kiegészítő, fejlesztő foglalkozásokon.

Darnyik Anikó
mb. óvodavezető

Ünnep az oviban

Az óvodások is méltóképpen megemlékeztek a tavasz első ünnepéről. Kedden reggel zeneszó várta az érkezőket. Dél előtt az Ovi-moziban a Himnusz elneklése után láthattuk a huszárokat, öltöztéküket, fegyvereiket, életmódjukat.

Az isaszegi csata forgatagába is bepillantottunk. Végül a Kőleves magyar népmesével zártuk ezt a programot, majd indulókra meneteltünk zászlókat lengetve. Az ünnep előtti napokban már díszbe öltözött az óvoda, az óvó nénik és dajka nénik ügyes kezei által. A gyerekek munkái a faliújságokon voltak láthatóak, a nemzeti zászlókat, virágokat, szíveket a hivatal előtti 1848-as emlékműnél helyeztük el, közben énekeltünk, verseltünk.

Óváriné Pannuci óvó néni



Minden kedves családnak áldott Húsvétot,
az ünnep alatt kellemes, együtt töltött napokat,
a lányoknak, asszonyoknak sok locsolót,
a fiúknak, férfiaknak piros és húmes tojásokat,
sok örömteli pillanatot kívánunk, szeretettel!

Az óvoda kollektívája nevében:

Darnyik Anikó
mb. óvodavezető

Tavaszi Vigasságok 2018

Szeretettel hívunk mindenkit,
aki egy kellemes télűző, tavaszköszöntő
vidám délután részese szeretne lenni.

2018 április 21-én 16 órakor

a Művelődési Házban a Csemetekert Óvoda
apraja és nagyja fergeteges élményben
részesíti a kedves vendégeket.

A csoportok bemutatkozása után lesz
zsákbamacska, zene, tánc,
a büfében finom házi sütemények és
limonádé kapható.

A program bevételét a Galgahévízi Csemetekert
Gyermekeiért Alapítványon keresztül jótékony célra
fordítjuk.

Várjuk a kedves családokat
és minden érdeklődőt!!!!

Terítsük meg Galgahévíz asztalát

-2. rész-

2018. február 28-án ismét találkoztunk, hogy a helyi termékek közül újabakkal ismerkedjünk.

Magcserebere - Temesvári Gabi mungóbabot, vöröslencsét és perui földicseresznye magokat hozott nekünk, Gabi korábban előadónk volt a természetgyógyászat terén. Magdi csíkos napraforgót, lopótököt, mangalica zsírt

érzi jól magát ez a csodanövény. A beérett bogyókat (ágastul levágják, rakoncába teszik) szüret után 8 órán belül hűtőházba kell juttatni. Aztán 1 hétig fagyasztás mínusz 20 fokon, majd a fagyott bogyókat leverik és tisztítás után zsákolják. Így várja a feldolgozást a bogyó. Sok energia és sok utánajárás, a termék előállítás-

egészen közel hozta számunkra a tavaszt, a friss termékeket. Saláták ezerféle formában és színben, primőrök kaphatóak náluk. Marika időrendbe szedve mondta el teendőiket a palántaneveléstől a kiültetésen át a növényvédelemig és a talaj tápanyagainak biztosításáig. A biotermesztés mellett fő üzenet volt, hogy legyen sok virágos növényünk (lepkekert, méhlegelő), etessük a madarakat télen és nagy segítőink lesznek a kertészdényben, illetve alakítsunk ki egy kis tavat az itatás (madár, méh) miatt, s készítsünk rovarhottelt a hasznos beporzók áttelelése és bújó helyeinek biztosítása végett. (Ha a kertünk biodiverzitása /sokfélesége/ nő, nagyobb eséllyel állnak ellen növényeink a károsító szervezeteknek.) Lehet, hogy ezekről egy későbbi alkalommal még kéne beszélgetni! Köszönjük a jó ötleteket, Marika.

Na és a kóstolók, azok fenségesek voltak. Zsíros kenyér Gódor Antalék díjnyertes vöröshagymájával, ajváros (hasonló mint a zakuska) kenyér, házi kenyér Marikától, a homoktövis lekváros linzer

illetve galagonya és pásztortáska gyógynövényt is kínált csereberére. Továbbá sokféle gyógynövény, virág magját vittem jómagam is, valamint Szécsényi Marika is. Így zavartalanul folyhatott az adományozás, cserebere.

A szenvedelmes kertész márciusa kész szenvedés – tudtuk meg Darnyik Ági felolvasásából -, mert soha nem lehet tudni, milyen is lesz az idő. Mintha épp a mi tavaszi időjárásunkról írta volna e sorokat Karel Capek!

Az előadások tartalmasak és nagyon érdekesek voltak.

Marinka Edit és Schultz Ádám a homoktövis-termesztés szépséges és munkás hétköznapijaiba avatott be minket. Munkájuk igen összetett, mondhatnám kihívásokkal teljes. Az ültetvénytelepítéssel képek bevezettek minket egy tövises birodalomba, s a képeken keresztül a szemünk láttára nőttek meg a cserjék ember – „kétéMBER” magasra. Az is kiderült, bizony szükséges az öntözés a bogyókéréséig, hiába, hogy homokos és kitett helyeken

ról nem is beszélve. Idén már a következő termékek elérhetőek: bio homoktövislé, kétféle szörp, homoktövisbogyó lekvár, homoktövislevél gyógytea, homoktövismag olaj. A bogyó leve kívá-



ló immunerősítő hatása mellett nyomelemek és ásványi anyagokat is pótol, rendkívül jól tesz a bőrnek, a magolaj az ekcémás kiütésekre is hatékony.

Molnárné Tóth Mária a biozöldség-termesztés fóliás változatába kalauzolt el bennünket. A képeivel

és a cake pop ínycség Edit keze munkája volt. Ja és a forró homoktövises, mézes szörp! Remek este volt, köszönjük a részvételt mindenkinek. Számításaim szerint 16 érdeklődőnk volt, csak a statisztika kedvéért.

S. Nagy Andrea

2018. április

Az Isteni Irgalmasság vasárnapja

Faustina Kowalska nővér a harmadik évezred első szentje, aki az Isteni Irgalmasság üzenetének közvetítését kapta feladatául. Faustina nővér egy szegény, tízgyermekes családban látta meg a napvilágot 1905-ben. Már hétéves korában érezte az Úr Jézus hívását, de csak húsz évesen lépett be az Irgalmasság Anyja Nővéreinek Kongregációjába. 13 évet élt látszólag egyszerű szakács, kertész és portás munkakörben szolgálva. Életét azonban végig kísérték misztikus élményei.

Egy elragadtatásában Faustina megpillantotta Krisztust fehér ruhában. Egyik kezét áldásra emelte, másikkal pedig megérintette mellét, melyből egy fehér és egy piros sugár lövellt ki. A fehér a vizet szimbolizálja, ami megtisztítja a lelket, míg a piros a vér, a lélek ereje. Ezt az utasítást kapta Jézustól:

„Fess egy képet annak alapján, amit látsz, ezzel az aláírással: 'Jézusom, bízom benned!'. Azt kívánom, hogy tiszteljék ezt a képet

először a kápolnáokban, aztán az egész világon!”

1938-ban bekövetkezett halála után az isteni irgalmasság üzenete az egész világon elterjedt. Szent II. János Pál pápa 2000-ben szentté avatta a lengyel nővért. Elrendelte az Isteni Irgalmasság ünnepét is, amit Húsvét 2. vasárnapján tartunk.

Az ünnepet kilenced készíti elő, amely az Isteni Irgalmasság rózsafüzérének elmondásából áll (9 napon át, Nagypéntektől kezdve). Faustina nővér Naplójában leíródott egy másik kilenced is, amelyet az Úr Jézus magánhasználatra diktált le Faustina nővérnek és az ő személyére vonatkozó ígéretet fűzött hozzá. Azonban a hívek vallássosságból elvégezhetik ezt a kilencedet is.

Miklusiak Kristóf
SDS plébános



ÁLLÁSAJÁNLAT

Önálló munkavégzésre alkalmas, dolgozni akaró munkatársakat keresünk klímaszerelő és segédmunkás munkakörökbe, teljes munkaidős munkaviszonyba, hétköznapi (H-P) munkavégzésre.

Feladatok:

Klíma és hűtésttechnikai berendezések telepítése, javítása, karbantartása

Elvárások:

Önálló munkavégzés
Jó munkabíró képesség
Felelősségteljes, tisztességes munkavégzés
Megbízhatóság, pontosság, rugalmasság
Hűtésttechnikában és/ vagy elektromos szerelésben való jártasság előny, de nem feltétel.



MINDENNAPOS TURAI MUNKAKEZDÉS, A BEJÁRÁST BIZTOSÍTJUK!

Jelentkezni az alábbi elérhetőségeken lehet:

E-mail: info@klima-hutestecnika.hu Telefon: 06-30/934-3689

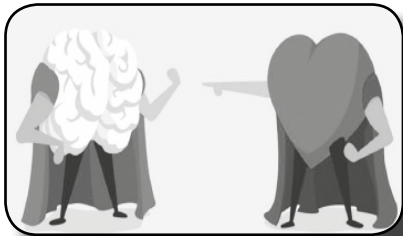
Klíma és Hűtésttechnikai Kft.
2100 Gödöllő, Bajcsy-Zsilinszky u. 21-25. fsz.2.
Tel.: 0630/ 934 3689
info@klima-hutestecnika.hu
www.klima-hutestecnika.hu

Mi az EQ, és hogyan fejleszthető?

Mikor intelligenciáról beszélünk, hallunk, hajlamosak vagyunk azonnal a logikai és ismeretalapú tudásra gondolni, pedig nem szabad elfelejteni, hogy a sikeres és elismert ember nem feltétlenül csak az, aki pillanatok alatt old meg matematikai és nyelvi feladatokat, hanem az is, aki egy adott területen kimagaslóan jól működik. Legyen szó praktikus képességekről, kreatív vagy logikai, analitikus gondolkodásról, van egy képesség, amely nélkül nagyon nehezen boldogulnánk az emberi kapcsolatokban, és elveszne éreznénk magunkat ismerkedéskor, együttéléskor vagy bármely nagyobb csoport, társaság részeként.

Ez pedig az érzelmi intelligencia. Annak ellenére, hogy ez a képességünk a népszerű, kiegyensúlyozott és olajozott, társas működésünk egyik alapköve, sőt, kutatások bizonyítják, hogy a sikeres és eredményes élethez fontosabb, mint a magas IQ, mégis sehol, senkit nem érdekel, ki, hogyan boldogul az érzelmek „katyvaszában”. Az IQ-val ellentétben sehol sem alapvető elvárás, senki sem foglalkozik vele, és az érzelmi intelligencia fejlesztése talán az emberek többségének fejében még csak meg sem fordult (eddig).

Mi tehát az EQ? Hogyan fejleszthető? Milyen előnyünk vagy akár hátrányunk lehet a nagyon magas vagy éppen nagyon alacsony érzelmi intelligencia miatt? És hogyan tudjuk mérni a sajátunkat? Az alábbi és a következő két cikkünk ezt a témát boncolgatja.



A mai, racionális világban leginkább úgy hisszük magunkról, hogy döntéseink mozgatórugója mindig valami logikára, ésszerűségekre való törekvés. Holott napjaink nagy részében automatikus üzemmódban működünk, és észre sem vesszük, mennyire befolyásol minket és döntéseinket má-



sok viselkedése és saját érzelmi reakciónk. Tehát közel sem vagyunk annyira ésszerűek és logikusak, mint azt hinnénk. Így nem árt, ha képesek vagyunk az érzelmek világában jól tájékozódni. A magas EQ-tól leszünk jó kapcsolatteremtők, jó társak, jó barátok, jó vezetők. Hatására tudunk jó problémamegoldóvá, jó stressz-megküzdőkké, jó csapatjátékosná válni akár a sportban, vagy bármely közösségben.

Az érzelmi intelligencia egy képesség, amely lehetővé teszi, hogy felismerjük és megfelelően kezeljük saját és más emberek érzelmi reakcióit. Egyszerűbben fogalmazva lényegében azt mutatja, hogy mások hogyan érzik magukat a társaságunkban. Ehhez arra van szükségünk, hogy át tudjuk érezni és meg tudjuk érteni mások érzéseit, és képesek legyünk rájuk jól reagálni. Jól látható, hogy mindehhez az is kell, hogy saját hangulatunkat is jól tudjuk észlelni, képesek legyünk felismerni, hogy azok az érzések, amiket megélünk, mivel indokolhatóak, és ha szükség van rá, akkor kontrollálni is tudjuk önmagunkat. Azok, akiknek magas az EQ-ja, könnyebben alakítanak ki kapcsolatokat, és mások nagyon szívesen töltenek velük időt, mert senkit sem fog meglepni az a tény, hogy az értő figyelem mindenkinek nagyon jól tud esni.

Fejleszthető?

Az érzelmi intelligencia részben velünk születik, de nagyrészt megtanuljuk, fejlődésünk során elsajátítjuk a képességet, hogy miként ismerhetjük fel mások reakcióit és saját érzelmeinket. A jó hír viszont az, hogy az EQ egy olyan képesség, amelyet megfelelő tudatossággal fejleszteni is tudunk.

Az első lépés ahhoz, hogy másokat értsünk, az az, ha először önmagunkat tanulmányozzuk. Figyeljük meg saját reakcióinkat, érzelmi ingadozásunkat. Azt, hogy mikor, milyen hatásra hogyan reagálunk, és próbáljuk magunknak verbalizálni is. Ha például valaki megbánt minket, foglalmazzuk meg magunkban: „Sértett vagyok, de miért is? Talán csalódottnak érzem magam, mert azt hittem, fontos vagyok neki, és most úgy érzem, nem törődik velem?” Talán egyértelműnek tűnhetnek ezek a belső beszélgetések, de rengeteget tanulhatunk belőlük.

Második lépésként fejezzük ki hangosan is az érzelmeinket, de a megfelelő önkontrollal. Tehát nem ömleszthetjük rá másokra az érzéseinket mindig, mindenhol, bármi áron. Itt persze senkit sem elfojtásra ösztönöznék, csupán saját érzelmeink és a másik fél érzelmi állapota ismeretének jelentőségét hangsúlyozom. Először vizsgáljuk meg saját reakciónkat, majd csak ezt követően tálaljuk a véleményünket. Ha megbántva érezzük magunkat, ne kezdjünk vádaskodásba, hanem saját szemszögből foglalmazzuk meg érzéseinket. Ha lehet, annyira letisztult formában, amennyire csak képesek vagyunk rá.



Végül, de nem utolsó sorban ott van az a bizonyos empátia, amely képessé tesz elképzelni és átérezni mások érzelmeit, hogy ezáltal jól tudj reagálni az érzéseire. És igen, ez is tanulható bizonyos határokon belül. Bátran meg lehet kérdezni a másikat, hogy mit érez, ha úgy látjuk, ideges, szomorú vagy elkeseredett. Maga a kérdés is azt mutatja, hogy a kérdezőt foglalkoztatja a másik személy állapota. Ezek az érdeklődések közelebb vihetnek minket mások érzelmeinek megértéséhez.

PÉ
Forrás: 7koznapi.blog.hu

2018. április

Mozgás és finommozgás

A gyermekek mindennapjainak egyik legfontosabb része a játék. Életkortól függően az izgalmas játék sokféle lehet, az azonban közös bennük, hogy a kihívás és öröm mellett azért is fontosak, mert általuk számos képesség gyakorolható és fejleszthető.

Mozgásfejlődés gyakorlással



Az egyik legtermészetesebben használt képességcsoportunk a mozgás. Oda sem figyelünk a járásra vagy az evésre, miközben társalgunk valakivel vagy épp körülnézünk. A legtöbb mozgás olyannyira magától értetődőnek tűnik számunkra, hogy csak akkor szembesülünk vele, hogy mennyire bonyolultak, ha megfigyeljük gyermekeink első botladozó lépteit vagy esetlen kísérleteit arra, hogy pontos mozgásokat végezzenek. A mozgást ugyanis el kell sajátítanunk, az elsajátítás legjobb módja pedig itt is a gyakorlás.

Bár az alapvető mozgásminták, mint amilyen a kúszás, a mászás vagy a járás maguktól is, viszonylag hamar kialakulnak, olykor-olykor nem árt egy kis biztatás és néhány olyan játék, mely ezeket fejleszti. Az olyan nagyfokúán összerendezett mozgások azonban, mint amilyenek az egyes sportok, az írás vagy a hangszeres játékok, kitartó gyakorlást és speciális fejlesztést igényelnek.

Finommozgások tizenkét hónapos korig

Az első két és fél hónap folyamán a csecsemőnél reflexes mozgások figyelhetők meg. Ezeknek a reflexeknek az a feladata, hogy a kisbaba ebben az időszakban is képes legyen például táplálékot magához venni vagy más létfontosságú szükségleteit kielégíteni.

Két és fél hónapos kor után, az érzékszervek, az idegrendszer és az iz-

mok fejlettsége lehetővé teszi, hogy a csecsemő önmaga által indított mozgásokat is tudjon végezni. Eleinte még csak a fejét fordítja vagy emeli fel, és abba az irányba tekint, ahol valamilyen számára érdekes dolog látható vagy hallható. A különböző babaágy fölé rögzíthető forgók például sokáig lekötik a baba figyelmét színükkal és mozgásukkal.

Három hónapos koruk után kezdik a csecsemők szabályozni azokat a mozgásaikat is, melyekkel egy tárgy kezükkel történő manipulálása lehetségessé válik. Az előbb is említett kiságy-forgók, a baba feje fölött mozgó játékok meg-

érintését, a kezek kinyújtását serkentik. Ugyanígy hasznosak a különböző látványt, tapintást és olykor hanghajtást adó tárgyak is. Ezek közül a mozgáskoordinációt legjobban fejlesztők a különféle csörgők, de hasonlóképp hasznosak az egyéb játékok is, pl. egy babalabda.

Az apróságok életük első éve alatt tanulják meg a tárgyak megfogásának módját, például fogás közben használni hüvelyujjukat, ezért nem mindegy, hogy milyen tárgyak és milyen játékok veszik körül őket.

A helyváltoztató mozgás fejlesztése az első tizenkét hónapban

Az első életév alatt persze nem csak a finom, szem-kéz koordinációt igénylő mozgások fejlődnek, hanem a helyváltoztató mozgások is. A kezdetleges kúszás nyolc-kilenc hónapos kor környékére már teljes értékű mászássá alakul, amiben a baba minden szükséges izmát együttesen és jól szabályozottan használja. Ezt az újonnan megjelenő képességet a környezet felfedezésében kamatoztatja, ami néhány fejlesztő hatású játékra is alkalmat ad a szülővel.

Gyermeünk megnövekedett mozgásigénye és kíváncsisága miatt biztosak lehetünk abban, hogy egy új játék, vagy az anyuka látványa miatt hajlandó lesz megtenni egy kis utat mászva, ezzel pedig serkenethetjük mozgásai összerendezettségének kialakulását. Néhány hónap múlva, az első bizonytalan lépések időszakában ugyan-

ezekkel a játékokkal vehetjük rá csemeténket arra, hogy egyre ügyesebben és ügyesebben járjon. Közben nem árt ügyelni a biztonságára sem, ezért érdemes megismerni a különböző bababiztonsági kellékeket.

Tizenöt hónapos kor után

A tizenötödik hónaptól kezdve a kisgyermek járásában már magabiztos, egyensúlyérzéke elég fejlett ahhoz, hogy a földre letett vagy a földre ejtett játékait anélkül vegye fel, hogy közben leülne. Ezért bátoríthatjuk is őt, ha látjuk, hogy erre készül.

Izgalmas kihívás és öröm lesz számára e feladat sikeres végrehajtása. Szem-kéz koordinációját és ügyességét is fejleszthetjük, ha papírt és zsírkrétát adunk kezébe, és hagyjuk hadd rajzolgasson kedvére. Hasonlóan jó szórakozás lehet az is nekik, ha megkérjük őket, hogy építőkockákból készítsenek tornyot. Ebben a korban már három-négy elemet egymásra tudnak majd helyezni anélkül, hogy a torony egyensúlyát veszítve felborulna.

Húsz hónapos kortól

A húsz hónapos kisgyermek mozgása már igen fejlett, például fel tud mászni különböző bútorokra, bár eleinte a székre még felhasalva érkezik meg, s csak aztán fordul ülő helyzetbe. Járása is magabiztosabb, amit azal fejleszthetünk tovább, ha valamilyen maga után húzható tárgyat adunk a kezébe, például egy fából készült kutyát vagy egy kisautót.

Ugyanebben az időszakban a pontosabb mozgást igénylő feladatok is szórakoztatóak lehetnek számára. Egy labdát adva kezébe megkérhetjük, hogy dobja azt oda nekünk. Még ha eleinte másfelé röpül is a játék, egy idő után gyermekünk egyre ügyesebbé és pontosabbá válik majd. Három-négy hónap elteltével újabb mozgásának összerendezettségét javító játékokat is kipróbálhatunk vele. Megkérhetjük például arra, hogy próbálja önállóan levenni némely ruháneműjét, zokniját vagy pólóját. Mivel érdeklődését ekkortájt már a különféle gyermekjárművek is felkeltik, megkísérelhetjük, hogy ilyet is kapjon tőlünk.

Fontos, hogy amennyiben pedálos

járművet kap csemeténk, azt képes legyen a pedálok nélkül, kizárólag lökve is hajtani, mivel eleinte csak így tud majd előre haladni vele.

Kétévesen már...

Kétéves korától kezdve a kisgyermek lábizmai elég erősek ahhoz, hogy páros lábbal el tudjon rugaszkodni a talajtól. Ilyenkor már bátran biztathatjuk őt, hogy próbálkozzon ezzel, s a sikerélmény kis idő múlva nem marad el. Adhatunk neki olyan kerek játékot is, amit nem húzni, hanem tolni kell. Ezzel megtanulja elkerülni a szoba berendezési tárgyait, ami tovább fejleszti mozgását és ügyességét.

Más úton, de szintén hasonló célt érnek el a különböző gyöngyfűző játékok és rajztáblák is, melyek használatára sokszor nem is kell külön kérni gyermekünket, hiszen maguktól is nagy élvezettel játszanak velük.

Három éves korára kisgyermekünk sok téren már a felnőttekéhez mérhető képességekkel rendelkezik. Ügyesen jár, fut és megy fel lépcsőre, kezeit és lábait összehangoltan használja, amit ki is próbálhat a különböző szabadtéri játékok felfedezésével, akár az otthoni kerti mászókán, akár pedig a játszótéren a többi gyermekkel együtt.

Összegzőként

A gyermekek számára a játék tehát új képességeik elsajátításának terét nyújtja, de nem szabad elfelejtenünk, hogy sosem a szülő vagy a szülők nélkül, hanem csak velük együtt, és addig, míg a gyermek örömmel vesz részt benne. Csak addig fejleszt és serkent a játék, míg boldogságot okoz, ehhez pedig szükséges a szülők jelenléte, esetleg kisebb vagy nagyobb bevonódása, valamint az is, hogy gyermekünk önmaga határozhassa meg, hogy mivel mennyit játszik, hiszen nála jobban senki nem tudja, hogy számára milyen a jó játék.

PopulArt - kulturális ajánló

Egri csillagok

Gárdonyi Géza - Zalán Tibor

A Nemzeti Színház és a Magyar Nemzeti Táncegyüttes közös produkciója
Vidnyánszky Attila

Hősökre, példaképekre ma is szükség van a fiataloknak. A nagy tettek, nagy érzelmek ma is megmozgatják a fantáziájukat. Úgy érzem, fontos, hogy a mindennapokból kiszakadva, a gyorsan változó, bizonytalanságokkal teli, igazodási pontokat nem nyújtó világunkban tiszta történeteket is el tudjunk mesélni.

Gárdonyi regénye igazi nagy történet: szerelemről, hűségről (és árulásokról), bátorságról, hazaszeretetről, hősiességről, a felnőtté válásról...

Nem a regény színpadi adaptációjára készülünk. Egy különleges nézőpontot keresünk, amelyből érvényesen mesélhetjük el a Gárdonyi Géza által megírtakat fiataloknak úgy, hogy azok az érzelmek, tettek és kalandok, amelyek a regényt olyan élvezetessé teszik, mind megjelenjenek. Egy csapat várbeli gyerek szemszögéből látjuk majd a történetet, akik egy biztonságos helyről figyelik az eseményeket (hová a felnőttek zárták őket, nehogy bajuk essen az ostrom során)... Az ő szemükkel látjuk a felnőttek – Bornemissza Gergő, Cecey Éva, Dobó, Jumurdzsák és többiek – történetét. És talán bele is avatkoznak majd a történelem folyásába...

Zalán Tibor

Előttem az Egri csillagok ronggyá olvasott kilencedik kiadása, vaskos Móra-könyv 1966-ból, Würtz Ádám szí-

nes-fekete rajzaival. Sára lányomé, aki kamaszkorában tizenhétszer (!) olvasta el a regényt. A vászonborító, melyen egy legény, valószínűleg Bornemissza Gergely, a Napba mártja a kardját, a legutóbbi két olvasáskor (ez már az én két bűnöm) félig leszakadva lifeg a viszonylag nagy alakú könyvön. Az oldalak teli olvashatatlan jegyzetfirkákkal, oldal-vonalakkal és bekarikázott szavakkal, részletekkel – egyszóval, az egykor olyannyira megbecsült könyv pocsékká van szét dolgozva általam.

A könyv – melyet elsősorban alapanyagként, és nem sorvezetőként kívánok felhasználni a színpadi műhöz – második olvasásakor tűnik fel egy alcím, rögtön a regény címe alatt, amelynek már rég ki kellett volna ütnie a szememet. EGRI CSILLAGOK – így a cím. Bornemissza Gergely élete – így az alcím. És szembe kell néznünk a közös emlékezet nagy átverésével! Valamennyien, akik egykor és valaha olvastuk a Gárdonyi-könyvet, arra emlékszünk, hogy a regény Eger várának az ostromáról, Dobó, Mekcsey, Bornemissza stb. hősiességéről szól. Pedig nem (csak)! Az öt részből álló könyvnek mindössze az utolsó két fejezete foglalkozik az ostrommal, az első három valójában Bornemissza Gergely gyermekkorát, ifjúságát, Török Bálint-mentő sztambuli kalandját tárgyalja. Mindennek föl kell kerülnie tehát valamilyen formában a színpadra, ami a könyvben fontos és megszólító.

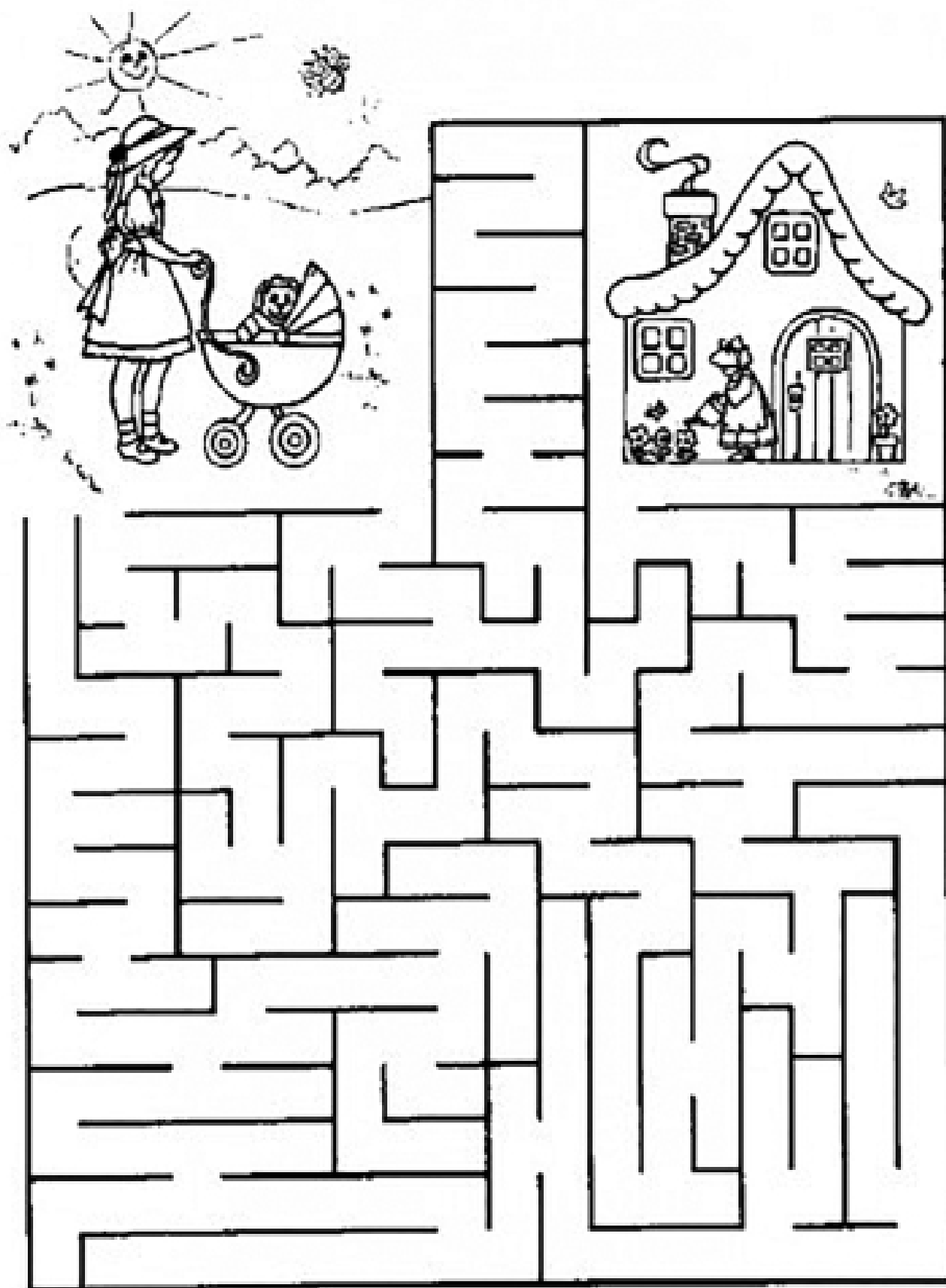
Amit eddig (már) tudok: az Egri csillagok ostroma feltétlenül központi része kell, hogy legyen az adaptációnak,

ponstósítva, minden történetet annak kell magába foglalnia. A fiatalok körében már teljes természetességgel elfogadott (és értett) flashback-technika segítségével könnyűszerrel fel tudom idézni, az ostrom „dramaturgiai szüneteiben” mindenféle erőszakoltság vagy szájbarágás nélkül meg tudom eleveníteni a múlt eseményeit, úgy Bornemissza Gergely életének fragmentumait, mint a magyar történelem törökorkorabeli eseményeit, lásd Buda török elfoglalása, illetve föl tudom villantani a kor jellegzetes és jelentős figuráit Török Bálinttól György barátig, Zrínyi Miklóstól a megözvegyült királynéig.

Nem fog hiányozni – az ostrom „mindennapi” izgalmait mellett az a fajta izgalom sem, mely nem feltétlenül kollektív érzelmnyilvánítást kíván meg a nézőtől. Jumurdzsák és talizmán-gyűrűje vörös (véres) vonalként húzódik végig a történeten. Természetesen a várat eláruló Hegedűs hadnagy a feloldozásban is elnyeri méltó büntetését, a bitófát. És szándékomban áll a színpadon a hős egri nők mellett a várban lévő, hol ostrom-tanúként, hol abban aktív résztvevőként jelen lévő gyerekeket-fiatalokat is a történet szolgálatába állítani, hogy egy távoli párhuzammal éljek, ők lesznek (voltak, lehetnek?) az „egri srácok”.

Kettős cél vezérel (és még sok más egyéb is, e kettőn túl...). Ne csalódjék a színpadi műben az, aki már olvasta a regényt! Aki pedig nem olvasta, kapjon kedvet az elolvasásához!

Rejtvény



Tájegységek, ízek, hagyományok



Palócföld ízei

Palócföldről a legtöbbünknek a kis nógrádi mesefalu, Hollókő jut eszébe. Talán ez az oka annak, hogy a köztudatban Palócföldnek ennyire autentikus képe rögzült be. A valóságban azonban egészen más oka van. Hollókő például kifejezetten modern falu – az eredeti település a XX. század legelején leégett, és ma ismert formájában építették újjá. A palócok erős hagyományörzésének pedig inkább az az oka, hogy gazdaságilag erősen elmaradt vidékről van szó, így a régi hagyományok sokkal tovább fennmaradtak, mint az ország többi részén. Palócföld a Mátrától és Bükkötől északra, Nógrád és az egykori Hont és Gömör vármegyében található. Bár a magyar tájegységeken belül radikálisan különböző ételeket találni nem egyszerű, minden tájegységnek megvoltak a maga erősen jellemző mindennapi és ünnepi fogásai. Palócföld mezőgazdasága a talaj és domborzati viszonyok miatt soha nem volt igazán erős. Sajátos, úgynevezett nagycsaládos társadalmi rendjében bár a legtöbben mezőgazdasággal foglalkoztak, nem volt jellemző, hogy fölösleget termeljenek és azt eladják – amit előállítottak, általában ők maguk fel is használták. Sőt, az olyan nélkülözhetetlen, általuk nem termelt alapanyagokat, mint a búza, általában az Alföldről vették.

Mákos laska-palóc krumplilángos édesen

Hozzávalók / 4 adag

A tésztához

- 1 kg lisztes burgonya

- 1 csipet só
 - 3 dkg vaj (vagy margarin)
 - 35 dkg finomliszt
- A szóráshoz
- 10 dkg darált mák
 - 5 dkg porcukor



Elkészítés

1. Az alap a krumplis tészta, amiből szilvágombócot vagy nudlit szoktunk készíteni.

2. A krumplit enyhén sós vízben, héjában megfőzzük. (Próbáljunk egyforma példányokat kiválasztani, hogy mindegyik egyszerre legyen puha. Ha kisebb is van benne, akkor elázik a krumpli, túl vizes lesz.)

3. Majd leszűrjük, még melegen meghámozzuk, áttörjük, lazán szétterítjük, és hagyjuk langyosra hűlni. Hozzáadjuk a vaját/ margarint, csipet sót,

aztán egyenletesen a tetejére szitáljuk a lisztet, és lágy, rugalmas tésztává gyúrjuk - a liszt pontos mennyisége attól függ, mennyire lisztes, illetve vizes maga a krumpli. Konyharuhával letakarjuk, és 10-15 percet pihentetjük.

4. A tésztából kis cipókat formázunk, amiket kör alakúra kinyújtunk.

5. Zsiradék nélküli palacsintasütőben kisütjük pár perc alatt.

6. Sütés után forró vízbe mártjuk, tányérra helyezzük, és meghintjük porcukros da-

rált mákkal. Ezekből a mákos „laposkákából” tornyot építünk: egymás tetejére rakosgatjuk, így alul-felül mákosak lesznek (kivéve persze az alsót).

7. Majd palacsintaszerűen feltekerve fogyaszthatjuk.

A ház körül termesztett zöldségek és gyümölcsök közül a burgonya, bab és káposzta voltak a leggyakoribbak. A palócok kifejezetten leveses nép voltak – az egyik leggyakoribb fogásuk hétköznapi és ünnepnap is a leves volt.

Mikszáth és az ő levese

A palócoknak nem sok köze van a róluk elnevezett leveshez. A környéken született Mikszáth Kálmán nagy ínyenc volt, és szívesen írt az ország különböző pontjainak gasztronómiájáról. A palóclevest Gundel Károly készítette el először, és a nagy palócról keresztelte el. Tény azonban, hogy a leves főbb alapjai, a zöldbab, a burgonya és az ürühús mind jellemzőek a palóc konyhára is.

Palócleves

Hozzávalók / 6 adag

- 1 kg juhhús (eredetileg ürü, de marhalábszárbból is nyugodtan elkészíthetjük)

- 2 nagy fej vöröshagyma

- 5 gerezd fokhagyma

- 1 kg zöldbab (lehet mirelit is)

- 60 dkg burgonya

- 3 db babérlevél

- 1 csokor kapor

- 2 kis db paradicsom

- 2 közepes db paprika

- 1 ek fűszerpaprika

- 2 dl tejföl

GALGAHÉVÍZ

- 2 dl habtejszín
- 1 evőkanál finomliszt
- 2 ek disznósír
- 4 l víz



Elkészítés

A hagymát apróra vágjuk, a zsíron üvegesre dinszteljük.

Pirospaprikát szórunk rá. Fontos, hogy sűrű pörköltet kapjunk, mert akkor lesz a leves megfelelően karakteres. Kicsit hagyjuk csak rajta, és közben rázogattuk, hogy oda ne égjen.

Rádobjuk a megtisztított, kockára vágott húst.

Közben a felkockázott krumplit fel tesszük sós vízben főni a babérlevelekkel, úgy, hogy a víz éppen ellepje. Nem kell teljesen puhára, mert együtt is kell még főnie a többi hozzávalóval.

Egy nagy, 5 literes lábasban majdnem készre főzzük a zöldbabot, a paradicsomot és a paprikákat.

Ha a pörkölt készen van, a krumpli és a zöldbab majdnem megpuhult, akkor minden hozzávalót átöntünk a zöldbabos fazékba (ezért van szükség az 5 literes úrtartalomra).

A tejfölt elkeverjük a liszttel, és ha a levesalap újraforrt, hozzáöntjük.

5 perc múlva beleöntjük a tejszínt, a finomra vágott kaprot és a fokhagymát.

Még 3-5 perccig főzzük alacsony lángon.

A levesek gyakori készítése azért is jellemző lehetett, a nagycsaládban gyakran 3-4 generáció élt együtt, ennyi embert olcsón jóllakítani pedig nagyon nehéz. Levest az összes kertben termő zöldségből és gyümölcsből főz-

tek, leggyakrabban savóval vagy tejjel habarták. A savanyú korpából készült cibere is gyakran került ezekbe az ételekbe, neve változott, volt ahol kisi,

kisze, vagy cibere néven emlegették. Nagyon takarékosak voltak – a krumpli vagy a tészta főzővizét is felhasználták levesalapnak. Reggelire általában kenyeret és tejterméket fogyasztottak, ebédre a mezőn dolgozók – és a legtöbbben azok vol-

tak – szalonnát és kenyeret. A nap nagy étkezése a vacsora volt. Külön érdekesség a palóc nagycsaládok étkezésében, hogy a nagy számú rokonság miatt meg sem próbáltak együtt asztalhoz ülni. A nők a saját férjük mögött állva, hosszú kanállal meregettek az asztal közepére állított nagy közös tálból.

A leves mellett szintén kedvelt ételük a tészta volt – leggyakrabban csíkra felvágva, vízben kifőzve vagy kisütve. Egyszerű napokon csak vajjal vagy mézzel csorgatták meg, ritkábban túróval. A sztrapacskához hasonló haluska itt is népszerű volt, párolt káposztával vagy tejföllel, túróval tálalták. Palóc specialitásnak számít a krumplis palacsinta vagy laska is – az alapot az otthoni készletektől függően dúsították mákkal, lekvárral, vagy ették sósan tejföllel, zsírral megkenve. Ünnepekkor került hús leginkább az asztalra – szárnyas, sertés vagy birka. Különleges alkalmakra készítettek kelt tésztákat is – akárcsak Zalában, itt is volt egy speciális, menyasszonynak szánt kalács a lakodalomra. Másik tipikus és kedvelt kelt tésztájuk a ferentő volt – ezt a csiga alakban feltekert kelt tésztát sütés után forró tejjel locsoltatták, majd mézzel és mákkal kengették. Ünnepen és hétköznapon is a leggyakrabban használt ételizesítő a sült hagyma, a töpörtyű és a tejtermékek voltak. Nagyon kevés fűszert ismertek, főzni pedig, bármilyen furcsa és a ma-

gyar konyhára kevésbé jellemző, leginkább vajjal főztek.

Jó étvágyat!

PÉ

Forrás: www.nosalty.hu

Lélektől lélekig

Klasszikus és kortárs versek a mindennapokra

Aranyosi Ervin: Hálás szívvel

Szeretetburokkal vettél körbe, s óvtál.
Szíved közelében, szíved alatt hordtál.
Születtem, mert szültél, létre hívtál engem,
talán egy szép álmot, jövőt láttál bennem.

Anyai szíved a lány dallamát verte,
dobogva, jöttömet, létem ünnepelte.
Karod körbefonta apró kis testemet,
szép madonna voltál, kit festők festenek.

Belsődből felém a szereteted áradt,
s történhetett bármi, bele sosem fáradt.
Adtál, amit tudtál. Tetted csak a dolgod!
Figyelted csemetéd, mitől lenne boldog?

Lelkem tanítottad jobbra, többé válni,
szeretet dallamot írni, komponálni.
Ma már úgy működik, mintha visszhang lenne,
s megértő szeretet köszön vissza benne!

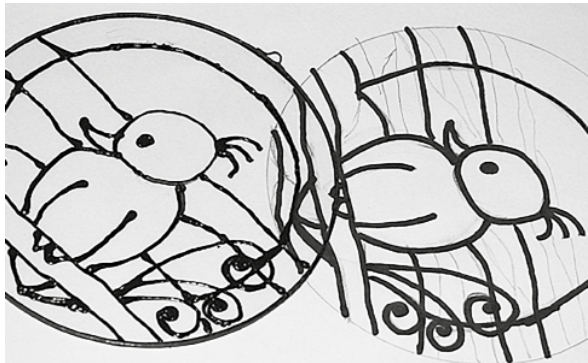
Hála muzsikája száll most feléd, tőlem,
szeretet dallama kibomlik belőlem.
Neked köszönöm, hogy megtanultam adni,
szeretnék örökre gyermeked maradni!



ÜVEGFESTÉS

Üvegfestéssel tulajdonképpen bármilyen üvegtárgyat lehet díszíteni: vázát, befőttesüveget, fűszeres üvegcsét, üveggömböt, üvegmécsest, üvegtálat, de akár tükröket, tükörcsompéket is. Az üvegfestés a mosogatást is bírja, ha a festéket a leírásának megfelelően ki-
 etjük.

Nagy gyakorlattal és tapasztalattal függőleges felületeket is lehet oldószeres üvegfestékekkel festeni, de igazán könnyű dolgunk akkor van, ha az üveglapot vízszintes felületre tudjuk fektetni. A legkönnyebb síküveg lapokkal dolgozni, amelyek 2.0-ás verzióját hobbiboltok árulják: az üveglap szélén rézkeret fut végig, apró akasztóval. Tanulásra bármilyen letisztított üveglap megfelel, egyetlen dologra kell figyelni, hogy minden zsíros szennyeződéstől megtisztítsuk. Szakemberek az üvegtisztítót nem javasolják az üvegfelület megtisztítására, így én azzal nem is kísérleteztem, hanem bő szappanos vízzel mostam le az üveget.



Készülődés

Az üvegfestéshez szükséges néhány „egyértelmű” és néhány hasznos kiegészítő:

- ami mindenképpen szükséges: különböző színű üvegfesték,
- ami legtöbbször elengedhetetlen: kontúrfesték,
- amit érdemes kézközelben tartani: oldószeres lemosó, nagy tekercs papírtörölő és jó sok fülpiszka.

Az oldószeres festéket vízzel nem lehet kimosni az ecsetből, így két szín között célszerű papírtörölővel kitörölni. A fülpiszka pedig akkor tesz jó szolgálatot, ha kiszaladtunk a kontúrból, vagy ha lecseppentettük a festéket, és vissza kell törölnünk.

Kontúrfestéket többféle kiszerezésben lehet vásárolni, viszont a fémtubusos, vékony hegyű kontúrkiszerezésekkel a legkönnyebb dolgozni. Mielőtt azonban megalkotnánk életünk fő művét, érdemes kicsit kísérletezni, főleg a kontúrozással. Síküveg alá válasszunk először egy egyenes vonalából álló mintát, és próbáljuk a vonalakat egyenletesen az üvegre másolni. Ezután csak az íveket kell megtanulnunk. Kontúrozásnál azonkívül, hogy egyenletes és lehetőleg vékony vonalakat húzunk, még arra kell ügyelni, hogy egy vonalrészlet egyetlen mozdulattal rajzoljunk meg. A legtöbb kontúrfesték vízzel oldható, így ha nagyon elrontottuk, akkor vízzel le tudjuk mosni és újrakezdeni.

A boldogság kék madara – üvegfestés 3 lépésben

1. lépés: Ki kell választani – roppant bonyolult feladat a bőség zavarában – vagy meg kell rajzolni az üvegfestéshez a mintát. Saját dolgunkat egyszerűsítjük, ha a neten fellet mintát kicsinyítéssel vagy nagyítással az üveglap méreteihez igazítjuk. Ha mi magunk rajzolunk vagy másolunk mintát, akkor a lapra először az üveglap formáját és méretét másoljuk át, ceruzával rajzoljuk meg a mintát, majd filccel húzzuk át a kontúrvonalakat.

2. lépés: A letisztított üveglapot helyezzük a mintára, és másoljuk át a kontúrvonalakat. Üvegfestéshez kontúrt többféle színben találhatunk. A legnépszerűbbek a fekete, a bronz-, az arany- és az ezüstszínek. A fekete kontúr előnye, hogy ha üvegfestéssel kicsit ráfestünk, a színe akkor sem változik meg. Kezdőknek inkább a fekete, haladóknak és profioknak inkább a színes kontúr javasolt. Ha átmásoltuk a mintát, a kontúrfestéknek legalább két óra száradást kell hagyni, különben elmaszatolhatjuk.

3. lépés: Színes üvegfestékekkel ki kell tölteni a kontúr hézagait. Kisebb felü-

leteket könnyebb egyenletesen befesteni, és általában a világosabb színekkel könnyebb festeni, mint a sötétekekkel. A kész művet csak egy nappal később tudjuk a fény felé fordítani, különben a festék megfolyhat, és ezzel ezernyi bosszúságot veszünk a nyakunkba. A száradó üvegfesték fölé érdemes szellőző burát emelni, mert az apró szöszmösök és porszemek a száradás folyamán beleszáradhatnak.



Fejtetőre állított szabályok

A klasszikus üvegfestést többféleképpen meg lehet bolondítani. Egyrészt festhetünk kontúr nélkül is, mintha „temperával festenénk”, másrészt érdekes és impozáns hatást érhetünk el, ha függőleges felületen festünk, és hagyjuk a festéket itt-ott megfolyni.

Ezenkívül még a festési sorrendet is felcserélhetjük: először befestjük az üvegtárgyat, majd száradás után kontúrral rajzolhatunk rá mintát. Sötét borosüvegre vagy tükrökre is festhetünk, de ilyenkor úgy kell bánnunk a kontúrfestékekkel, mintha ceruza volna, és szabad kézzel megrajzolni vagy átmásolni a mintát. Befőttesüvegekre nagyobb ügyesség nélkül úgy tudunk bonyolult kontúrmintát rajzolni, ha a befőttesüveg belső falához illesztjük – ha kell, ideiglenesen ragasztjuk a mintát –, és így rajzoljuk át.

Tipp: Üvegfestéssel mandalát is készíthetünk, amely alapja lehet rézkeretes üveglap, de egy nagyobb üvegezett képkeret is. Meglepő hatást érhetünk el, ha a keret hátlapját nem használjuk, csak az üveget erősítjük a kerethez.

A mezei nyúl és a sündisznó



Egyszer egy szép nyári napon künn a mezőn találkozott egy mezei nyúl egy südisznóval. A mezei nyúl bosszantani kezdte a südisznót. Azt mondta neki:

- Te südisznó, ezekkel a horgas lábakkal hogy mersz te megindulni, hogy is tudsz te menni?

A südisznó nem hagyta magát, visszavágott szóval:

- Én ezekkel a horgas lábaimmal jobban tudok futni, mint te azokkal az egyenesekkel!

Azt mondja a nyúl:

- Én azt nem hiszem.

- Na, ha nem hiszed, akkor fogadjuk le.

Hamar lefogadták. Csináltak egy nagy fogadást ketten. Mikor kész volt a fogadás, akkor azt kérdi a nyúl a südisznótól:

- Na, mikor futunk?

Azt mondja a südisznó:

- Holnap reggel, mikor a nyolcórás vonat megy.

Azt mondja a nyúl:

- Miért nem most?

- Azért, mert haza kell mennem, hogy egyek. Holnap reggel nyolc órakor ebbe a pontos helybe legyünk mind a ketten.

Na, a südisznó hazament. Ott-hon a felesége várta az étellel. Miután megvacsoráztak, hát elmesélte a feleségének, ami történt:

-Ni te, én fogadtam a nyúllal, hogy én jobban tudok futni, mint ő.

Azt mondja a felesége neki:

- Ne számárokodj, hát hogy tudnál te jobban futni, mint a nyúl?

- Hagyd csak el te, majd kiokoskodjuk!

Másnap reggel felkeltek, megreggeliztek, s kimentek a mezőre. De nem arra a föld végére mentek, ahol kellett, hogy találkozzanak a nyúllal, hanem a másik végére; ott a feleségét a südisznó beállította az egyik barázdába. Azt mondta neki:

- Amikor a nyúl a másik barázdán ideér, akkor te jó előre kiálts: „Én már itt vagyok!”

Akkor a südisznó elment a földnek a másik végére, a találkozott a nyúllal.

- Szervusz, nyúl koma!

- Szervusz, südisznó koma!

- Eljöttél?

- Eljöttem!

- Na, hát futunk?

- Futunk.

- Na de hogy futunk, hogy jobb legyen? - kérdezte a mezei nyúl.

Azt mondta a südisznó:

- Én futok az egyik barázdában s te a másikban, hogy ne akadályozza egyik a másikat a futásban.

- Helyes, jól van.



A nyúl megállott az egyik barázdában, a südisznó a másikban.

Akkor a südisznó azt mondta a nyúlnak:

- Én számolok egy-kettő-hármat, s mikor a hármat mondom, elrugaszodom.

S a südisznó olvasott:

- Egy, kettő, három!

Akkor mind a ketten nekirugaszkodtak, de a südisznó csak kettőt ugrott, s lebújt a barázdába. De a másik südisznó ott volt a másik végében a földnek, s mikor a nyúl odaérkezett, akkor rá-

kiáltott:

- Én már itt vagyok!

Akkor azt mondja a nyúl:

- Nem volt jó, még egyszer futunk!

Akkor visszafordultak, s kezdtek visszafelé futni, de az a südisznó is csak kettőt ugrott, s lebújt. A nyúl tőle telhetőleg futott, úgy, hogy annál jobban még nem futott soha. Mikor a föld végéhez érkezett, a másik südisznó azt kiáltja:

- Én már itt vagyok!

- Nincs jól, még egyszer futunk!

Visszafele is megfutamodtak. A südisznó lebújt, a nyúl pedig futott tőle telhetőleg. Mikor érkezett a másik végére a földnek, a másik südisznó szintén kiáltja:

- Én már itt vagyok!

- Nincs jól - mondja a nyúl -, még egyszer futunk, negyedszer.

Na de a nagy futásban megreszketősült a nyúl lába, és a föld közepénél elesett, nem bírt továbbmenni. A südisznók pedig lekacagták a nyulat, övék volt a nyereség. Hazamentek nagy kacagva, s máig is élnek, ha meg nem haltak.



Megújult arculattal és minden héten új galgahévízi és térségi témákkal várja Önöket a Régió Plusz Televízió közéleti magazinja a

Porta

Friss műsoraink minden szombaton 18 órától!
Ismétlés vasárnap, kedden, szerdán 18 órakor és minden reggel 7 órakor!

Galgahévízen a **Galgamenti** Kábeltelevízió hálózatán!

www.regioplustv.hu

„Tiszta udvar, rendes ház”

Tegyük szebbé környezetünket!

A Galgahévízi Önkormányzat pályázatot hirdet.

A „Tiszta udvar, rendes ház” 2018 címre azok a galgahévízi lakóingatlan tulajdonosok, vagy annak használói pályázhatnak, akiknek lakóingatlanuk, kertjük, udvaruk, az előtte lévő közterület megjelenésében, rendezetten, ápoltan, harmonikusan illeszkedik környezetébe.

Pályázni azoknak lehet:
akik a szelektív hulladékszállítást igénybe veszik
és helyi köztartozásuk nincs.

Pályázni 2018. május 31-ig lehet.

A jelentkezési lap a www.galgaheviz.hu honlapról letölthető, az újságból kivágható, valamint a Polgármesteri Hivatal titkárságán megtalálható.

A „Tiszta udvar, rendes ház 2018” cím adományozásáról egy szakmai munkacsoport dönt.

A díjakat a Szüreti napokon adjuk át.

A „Tiszta udvar, rendes ház” díjazottai egy 20 cm x 30 cm-es falra szerelhető kerámiatáblát és egyszeri 10.000 Ft-os jutalmat kapnak.

„Tiszta udvar, rendes ház 2018”

Beküldési cím: Galgahévíz Község Polgármesteri Hivatala
2193 Galgahévíz, Fő út 143.

Név:

Tulajdonos/Használó:.....

Cím:

Telefon:

Mikor tartózkodik leginkább otthon:

Dátum:

.....
Aláírás (Tulajdonos- Használó)



Ajánlás

Ha ismer a környezetében olyan rokont, barátot, szomszédot, aki szeretettel, gondosan ápolja udvarát, művel kertjét, akinek lakókörnyezete mintaként és követendő példaként szolgál, kérjük, ajánlja figyelmünkbe, hogy megjutalmazhassunk kitartó munkáját.

Ajánlott személy neve:

.....

Ajánlott személy címe:

.....

Ajánló neve:

.....

Dátum:

Aláírás:

KEMENCÉS NAP

2018. MÁJUS 12. SZOMBAT 14.00-18.00

KEMENCÉS HÁZ, DOBÓ UTCA

135+1=a jövő zenéje - bemutató

Kertészeti tanácsadás

Néptánc Népzene

Előadások - Börzsöny-Duna-Ipoly Vidékfejlesztési Egyesület

Lovaskocsizás Népi játékok Helyi termékek árusítása

A belépés díjtalan!

Lippentő

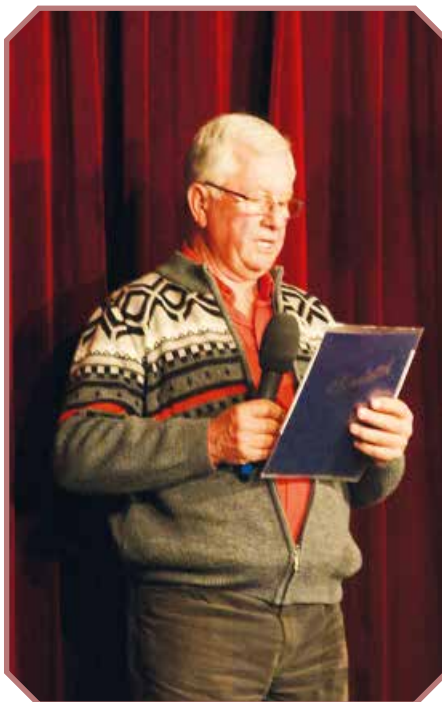
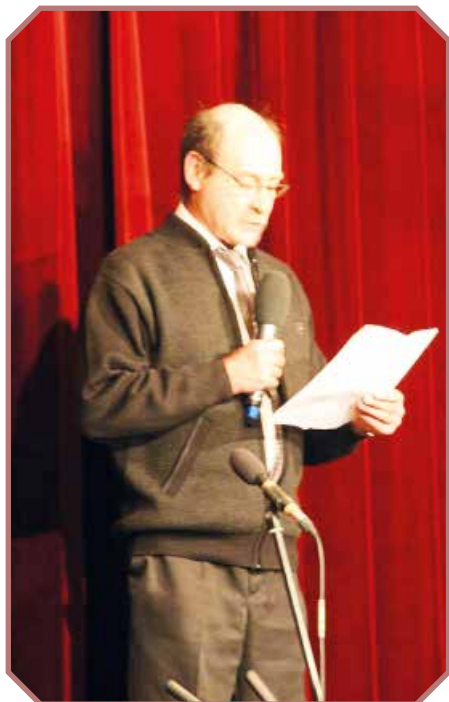
Táncház a legkisebbeknek élő muzsikával, kézműveskedéssel

Április 6-tól péntekenként 16-17 óráig

a Kodály Zoltán Művelődési Házban

A foglalkozást vezeti: Nagyné Matkovits Katalin

Muzsikál: Melinda és bandája



Fotó: Mrkva Attila



Fotó: Mrkva Attila

Galgahévíz

Galgahévíz Község havilapja • Kiadja Galgahévíz Önkormányzatának Polgármesteri Hivatala •
 Felelős szerkesztő: Darnyik Ágnes (tel.: 06/20 9851494, e-mail: agnesdarnyik@gmail.com) •
 Nyomdai munka: Mohalap Kft., 2145 Kerepes, Wéber Ede park 30., felelős vezető: Mohos Imre • ISSN 2060-5749