



2023. Tavaszi kiadás

34.szám



Sárga csoportos faliújság



Tisztelt Szülők!

Kérem, hogy **adójuk 1 %-át ebben az évben is** ajánlják fel a Napsugár Óvoda részére, hogy a **Játékos Világ Alapítványunk** az óvodás gyermekek fejlesztését támogathassa.

Amennyiben családtagjaik, ismerőseik még nem kötelezték el magukat más szervezet felé, kérjük, ajánlják figyelmükbe óvodánk alapítványát.

A rendelkező nyilatkozatba írják a következőt:

A kezdeményezett neve: **Játékos Világ Alapítvány**

Alapítvány adószáma: **18178481-1-42**

Alapítvány számlaszáma: **11716008-20167402**

Köszönöm szépen a szülői szervezet tagjaiból álló alapítvány kuratórium munkáját.

Megtisztelő támogatásukat köszönöm a gyermekek nevében.

Tisztelettel: Skrek Dóra
intézményvezető





Nyelvtörők

A jó kommunikációs készség alapjaiban határozza meg a gyermek és a környezete közötti viszonyt. A nyelvi játékok elősegítik a nyelvi tudatosság fejlődését. Meghatározó a szülők mintaadó beszéde, hiszen a beszéden keresztül neveljük gyermekeinket. A szókincs bővítésében nagyon fontos szerepe van a verseknek, daloknak és mondókáknak. A mondókáink különleges csoportját alkotják a nyelvtörők. A szavak vélt vagy már ismert jelentése és a zenei hangzás olyan egységet alkot, mely egy varázslatos világ kapuit nyitja ki gyermekeink előtt. A gyermek örömet leli a nyelvi játékokban. A beszéd dallama; hangsúlya; és ritmusa segít kialakítani a gyermek saját beszédritmusát, valamint javítja a figyelmet és a koncentrációt.

A szép kiejtés nagyon fontos, sokat elárul rólunk, hogy hogyan beszélünk. A nyelvtörökkel játékosan gyakorolhatják a szülők gyermekükkel a különböző beszédhangokat. Szánjunk naponta néhány percet arra, hogy gyermekünk szépen, artikuláltan beszéljen!

A nyelvtörő beszédgyakorlatok általában tréfás rövid szövegek, mondókák, versikék, amelyben nagyon hasonló hangzású szavak követik egymást. Egymás után gyorsan kimondva könnyen eltéveszthetők és „beletörik” a nyelvünk. Így lesz belőle játék és nagy-nagy nevetések. De a nyelvtörők mellett, hogy nagyon szórakoztatóak tudnak lenni, fontos szerepet töltenek be a helyes és tiszta beszéd elsajátításában.

A nyelvtörők gyakorlásával remekül fejleszthető az artikulációs készség. A nyelvtörők, gyorsan egymás után és helyesen kimondva válnak a játékos tanulás és a gyakorlás legszórakoztatóbb eszközévé.

„Használati utasítás”

Fontos, hogy minden hangot már önmagában tisztán ejtsünk (mondjuk végig az ábécét lassan, egyenként kiejtve a hangokat; ha bármilyen pontatlanságot észlelünk, akkor csiszoljunk a hang megformálásán).





Az arc, az ajak és a nyelvgyakorlatok segítik a bemelegítést, könnyebben rááll a szánk az egyes hangokra, mondókákra.

A mély hasi légzés kialakítása után következhet a megszólalás:

1. Két pék két szép kék képet kér.
2. Fogszakorvos és szájszabész...
3. Jó nyár jár rája.
4. Sárga cinkcsészében cukros csirkecomb.
5. A moszkvics slusszkules szinte luxusszükséglet.
6. Strasszos strucc sztreccs cucc.
7. Cserszömörccés sört szürcsöl Csörsz.
8. Öt ördög görget görbe úton görgő gömbbé gömbölyödött öt görögdinnyét.
9. Gyere Gyuri Győrbe, győri gyufagyárba, gyufát gyújtogatni.
10. A szecsuanai síncsiszoló sánt csiszol Szecsuanban.
11. Mit sütsz kis szűcs, tán sós szusi szószos sült húst sütsz kiszűcs.
12. Fekete bikapata kopog a patika pepita kockás kövén.
13. Egy tucat kupac kopasz kukac, meg még egy tucat kupac kopasz kukac az két tucat kupac kopasz kukac.
14. Csetneki csikós itat a Tiszán,
sárga csüngős csengő cseng
a csetneki csikós csengős
csikaja nyakán.





15. Egy icike-picike pocok pocakon pöckölt egy másik icike-picike pockot,
mire a pocakon pöckölt icike-picike pocok is jól pocakon pöckölte az őt pocakon
pöckölő icike-picike pockot.

16. Láttam szőrös hörcsögöt.
Szirup szörpöt szörcsögött.
Ha a szőrös hörcsög szörpöt szörcsög,
rátörnek a hörcsög görcsök.

17. Csóré csiga csalán csúcsán cselleng,
csalán csúcsát csipegetve fent leng,
de a csalán nem tűri,
csóré csiga csupasz csápját megcsípi.

18. A szamárnál szomorúbb Szemere sem szerzett hamarabb szamárfi szamarat
szomorú samara számára, ezért sok szomorú samárkönyy szemerkélt a
szamárnál szomorúbb Szemere szomorú samara szeméből.

Ha az összes mondókát sikerült tisztán és gyorsan kiejteni, gratulálok ez igazán nagy teljesítmény!

Csécsei Edit logopédus



Kék csoportos faliújság





„Túl” érzékeny a gyermekem?

Az érzékeny gyerekek másként reagálnak bizonyos helyzetekben, érzelmi és fizikai ingerekkel vannak elárasztva, különböző élethelyzeteket sokkal intenzívebben élnek meg. A túlérzékenység felgyorsult légzésben, gyomorpanaszokban, egyéb fiziológiai, illetve szorongásos tünetekben nyilvánulhat meg. Azonban a pozitív oldala, hogy empátiához, önismerethez és kreativitáshoz vezet. Mielőtt azonban a gyermek eljut arra a szintre, hogy az érzékenységet ajándékként értékeli, hosszú út áll előtte, amelyen szülei segítségére és támogatására lesz szüksége.

Hogyan tudja a szülő segíteni túlérzékeny gyermekét átvészelni a nehéz időket, megbirkózni az érzéseivel és előnyére fordítani ezt a tulajdonságát ?

1. Vegye komolyan gyermeke érzéseit

Az érzékeny gyerekek gyakran úgy érzik, hogy érzelmi reakcióik nem megfelelőek. Ennek háttérében a szülők, barátok, pedagógusok elutasító hozzáállása, hibás értelmezése állhat. Az érzékeny gyermek szempontjából a legfontosabb a szülői elfogadás. Nem kell mindenáron megoldani a zavaró problémát, sok esetben elég nyíltan megbeszélni a gyerekekkel, min mennek keresztül.

Ahelyett, hogy kérdésekkel lepné el gyermekét (Miért félsz? Miért gondolod, hogy senki sem szeret? Mi történt, hogy a mai napod nem járt sikerrel?) fogadja el és nevezze meg érzéseit (Ma bizonyára nehéz napod volt. Szomorú, hogy az ovistársad ezt mondta. Nem szégyen a félelem, néha én is félek.). Ez a technika megalapozza náluk a nehéz helyzetekkel való megbirkózás képességét, egy közös beszélgetés nyugalommal tölti őket el, és fokozatosan az érzékenységet előnyként fogják kezelni.





Különösen fontos, hogy ne hagyjuk figyelmen kívül a gyerekek érzéseit, és ne vegyük félvállról őket. Ha a gyerekek már kicsi korukban nem sajátítják el a nehéz helyzetek kezelésének alapjait, serdülő- és felnőttkorban kevésbé egészséges és nem kívánatos megoldásokhoz folyamodhatnak. Tudassa gyermekével, hogy a nehéz időkben is mellette áll, bármikor Önhöz fordulhat, és mint szülő mutassa ki érzéseit.

2. Nevezze meg az érzéseit

Az érzések azonosítása és megnevezése jelentősen segítheti a gyerekeket érzelmeinek szabályozását. Próbálják az érzelmeket szavakkal leírni, gyakoroljanak modellhelyzeteken. Ha gyermeke visszahúzódó, nem kommunikál, próbálja átgondolni, mi állhat viselkedése mögött. A gyermek bármilyen apróságot, például a rutinváltást is nehezen élheti meg. Kenyér helyett kiflit kapott reggelire? Ez is túlérzékeny reakcióhoz vezethet, ilyenkor közvetlenül kérdezze meg gyermekét, ez okozza-e a problémát.

A kisebb gyerekek szégyellhetik magukat, vagy nem képesek verbálisan kifejezni érzelmeiket. Az ő esetükben non-verbális kommunikációs eszközöket használhat, például illusztrált érzelmekártyákat, gyerekkönyveket vagy alapvető arckifejezéseket megjelenítő rajzokat. Megfelelően feltett egyszerű kérdésekkel „igen-nem-talán-nem tudom” válaszokat kaphat. Ezek alapján azonosíthatja a probléma lényegét.

3. Készüljön fel mindenre

Az érzékeny gyerekek számára fontos a rutin, mert akkor pontosan tudják, mire számíthatnak. Ők nem szívesen ismerkednek kortársaikkal, mivel félnek a másik fél reakciójától, véleményétől. Az ilyen típusú szorongás a felnőtteket is lebéníthatja. Ilyenkor légzőgyakorlatok vagy finom motoros mozdulatok, például a gyurmával való játék vagy egy puha hablabda nyomkodása segíthetnek oldani a feszültséget. Persze napi szinten szembesülünk mások nézeteivel, ám ha közvetlenül minket, illetve gyermekünket érintik, mélyebb nyomot hagynak. Próbálja megtanítani gyermekét, hogy az számít, ami, nem pedig az, amit mások gondolnak róla.





(Szeptemberben iskolakezdőknek: kisiskolása fél az első naptól az iskolában és képtelen őt megnyugtatni? Lépjen kapcsolatba leendő tanárával, és kérje meg, hogy járja be vele azokat a területeket, ahol a kisdíák ideje nagy részét tölti majd. Vagy ha van rá lehetőség, menjenek el a nyílt napra. A gyerkőc így megismerkedik az új környezettel és már az iskolakezdés előtt felkészül arra, ami vár rá.)

4. Teremtsen biztonságos környezetet és határokat

Az érzékeny gyerekek hajlamosak több információt begyűjteni környezetükből (akár az online térből) és részletesebben dolgozzák fel azokat. Emiatt fontos a gyermek számára szűrni a tartalmakat, amelyekhez hozzájuthat. Nem javasolt ilyen kis korban bármilyen képernyőidő, de ha mégis, akkor mindenképp szűrőprogramokkal ellátva, vagy igazából a legjobb a személyes felügyelet a szülő részéről.

A túlérzékeny gyermek intenzívebben reagál a környezetből érkező ingerekre is, ezért ne tervezzen számára túl sok tevékenységet egy napra, mert az a nap végén alvászavarokat, elalvási problémákat okozhat. Ha tudja, hogy gyermekét napközben edzés/foglalkozás várja, ne tervezzen az estére családi összejövetelt. A gyerekeknek pihenésre van szükségük, amely során feltöltődnek és feldolgozzák érzéseiket. Ha a gyerekektől napközben 110%-os teljesítményt várunk, nem marad idejük tisztázni az érzelmeiket és azok végül átveszik felettük az uralmat.

5. Fontos a fegyelem

A túlérzékeny emberek intenzívebben reagálnak a képmutatásra, igazságtalanságra, ez felkavarhatja belső világukat és önkritikához vezethet, ami nem mindig helyénvaló és a szülő szemszögéből túlzott lehet. Az esetleges büntetéseket is az önkritikához kell igazítani, és szem előtt tartani, hogy az érzékeny gyermek saját magát bünteti hibáiért, kudarcaiért. Minden kritika, büntetés vagy negatív megjegyzés sokkal mélyebben érinti a túlérzékeny gyermeket, és évekig megmarad az emlékezetében. Különösen veszélyes a szégyenérzet, amely blokkot okozhat és elriasztja őt számos olyan tevékenységtől, amelyben sikeres volt. Beszéljen vele, és adjon neki esélyt a jóvátételre.





A túlérzékenység nem negatív tulajdonság, csak gyakran félreértett. Tanítsa meg gyermekét kezelni érzelmeit, legyen támasza a nehéz időkben. Ennek köszönhetően olyan embert nevelhet belőle, aki érzékeny természeténél fogva segíteni fog másokon.

-Koltai Kinga-óvodapszichológus



piros csoportos faliújság





"Gyógypedagógiai betekintő"

A tavalyi év kiemelt célja a covidban járulékos veszteség okán meggyengült gyógypedagógiai ellátás biztosításának újra stabilizálása volt a BTMN ellátásban résztvevő Gyermek és Családjaik számára. Ennek mentén első lépésként szakértelemmel nyújtható segítség elfogadásának alapjait igyekeztem biztosítani, mind az Óvodapedagógusok, mind a családok felé.

A tavalyi év kezdeti időszakában óvodapedagógusokkal és szülőkkel konzultációk keretein belül lehetőséget igyekeztem teremteni a Pedagógusoknak és Családoknak az általuk megélt nehézségek biztonságos térben történő megosztására, valamint a covid alatt és után Gyermekkel intézményes keretekben és otthon töltött időszakokban a személyes interakciók hiányából fakadó esetleges nehézségeik és sikertelenségeik újrakeretezésére.

A kezdeti szakaszban sikeresen kiépítettük a szükség esetén megvalósítható gyógypedagógiai megfigyelések ismételt alkalmazását, illetve a szakmai támogatás használatával is bátran éljenek gondolkodást, melynek eredményeként hatékony és egymást támogató híd tudott alakulni az Intézmény és a Családok között, a Gyermek érdekében.

Ebben az évben a kezdeti időszak után, a Gyermek egyéni szükségleteire már a gyógypedagógiai ellátó rendszer stabilitásával tudtuk a hangsúlyt elhelyezni. Gyógypedagógusként kiemelt célom a Szülők megerősítése abban, hogy Ők is hatékonyan tudják segíteni Gyermeküket az otthoni környezetben is, ezért edukációs konzultációk keretein belül a Gyermek számára kiválasztott és elkészített fejlesztő eszközöket a szülők számára érthető kommunikációval igény szerint átadom, azok használatának módját bemutatom és az eszközök használatával megélt tapasztalataikat, esetleges elakadásait velem több fórumon megoszthatják.





Alapvető hipotézisem stabil, miszerint a Családok Gyermekével a sikeresen kialakított otthoni fejlesztő közeget folyamatos erőforrásnak élhetik meg, és nem titkolt célom, az otthoni erőforrások mozgósítása a Gyermekkel való foglalkozások teljesebbé tételéhez.

Azoknak a Családok, akik a covid után is még fennálló nehézségeiket kevesebb energiaforrással tudják megoldani, egy, otthon, bármikor alkalmazható fejlesztő füzetet készítettem (Félix Játszik), mely a részképességek fejlesztése mellett megtartja a mágikus tér elemeit, a mágikus teret súlyozva alkalmazza, ezzel pedig erősíti a Gyermekkel történő kapcsolódás játékos formájának megtartásának fontosságát.

A könyv ingyenesen letölthető az alábbi linken: <https://www.szakicskahaz.hu>

Üdvözlettel:
Szilajné Bárdos Mária
Gyógypedagógus



kék csoportos faliújság





<https://papasmamasmagazin.hu/gyerek/gyerek-2-3-ev/gyereknevel-es-pszichologia/a-babozas-szorongast-old-egyuttmukodesre-tanit-illemre-nevel-hogyan-babozz-otthon-a-gyerekkel/>

A bábozás szorongást old, együttműködésre tanít, illemre nevel - Hogyan bábozz otthon a gyerekekkel?

2020 Február 05. •
Szerző: Licsár Szilvia

A félénk, visszahúzódó gyerekek többnyire nehezen nyílnak meg. Ebben segíthet a bábozás. Mire ügyeljünk bábozás közben? Hogyan csalogassuk elő gyermekünkben az elfojtott érzelmeit? Mit tehetünk, ha a gyerek még nem beszél? Pedagógus szakértő tanácsai.

A félénk, visszahúzódó gyerekek többnyire nehezen nyílnak meg. Sok esetben a szülők számára is fejtörést okoz, hogyan kerüljenek közelebb hozzájuk, hogyan ismerhetnék meg azt, hogy mi foglalkoztatja gyermeküket, esetleg mi nyomja a lelküket. A bábozás ebben nagyon sokat tud segíteni.

„Ilyenkor a gyermek a báb „bőrébe bújhat”, így nem közvetlenül vele, hanem a bábbal kommunikálunk játékosan, a báb-baráttal beszélgetünk a napi eseményekről. Az is segíthet gyermekünket jobban megismerni, ha csak megfigyeljük, meghallgatjuk a bábokkal folytatott játékát. A bábjátékban ugyanis sok esemény, érzelem, szereplő megjelenik a valós életből, sok konfliktust tud így feldolgozni vagy örömet újra átélni” - mondja **Licsár Szilvia pedagógus, a jatekliget.hu szakértője.**

Mit fejleszt a bábozás?

A visszahúzódó gyerekeknél fontos az önbizalmukat is erősíteni, erre pedig remek lehetőség, ha egyes képességeiket fejlesztjük, így sikerélményeket szerezhetnek, amiktől magabiztosabbá válnak.

- A bábok mozgatása a **finommotorikus képességeket és a szem-kéz koordinációt** is fejleszti. Ezekre a képességekre az íráshoz, olvasáshoz, rajzoláshoz és a labdaelkapáshoz is szükségünk van.





- A bábjáték közben begyakorolhatja azokat az **etiketthez vonatkozó szabályokat**, amiket sokszor a félénksége okán nem tart be. Amikor új báb tűnik fel a színen, akkor hangosan köszön a többieknek. Jó étvágyat kíván, tüsszentésnél mondja, egészségedre és így tovább.
- Ahogyan bábozás közben beszél a többiek előtt, úgy mer majd egyre inkább a való életben is megszólalni, **nyelvi készségei javulnak**. Így pedig egyre inkább meg meri mutatni a képességeit: hangosan olvas, jelentkezik, beszél az osztály előtt.
- A bábjáték több szereplős, így idővel már nem csak egyedül vagy a családtagokkal, hanem a barátokkal is lehet közös játékokat szervezni. Itt már **a többiekkel is meg kell tanulni együtt működni, közösen megegyezni**, hogyan alakuljon a történet, ki melyik szerepet játssza. Eközben észrevétlenül megtanul együttműködni, empátiát mutatni és kiállni magáért.

Hogyan bábozzunk otthon a gyerekekkel?

Ez a sok pozitív hatás azonban mit sem ér, ha gyermekünk nem érdeklődik a bábozás iránt, nem tudjuk bevonni a játékba. Hiába találunk ki különböző meséket és játsszuk el a bábokkal, ha ő csak meghallgatja, de nem szeretne részt venni benne. Ilyenkor érdemes más módon próbálkozni.

1. Készítsünk saját bábót, **bízzuk rá, hogy kialakítsa a saját báb-barátja karakterét**. Sok báb-alapanyag létezik: akár régi zokni, papírzacskó, műanyag pohár, fakanál is használható hozzá. Sok esetben szívesebben játszik a saját elképzelései szerint, maga által készített bábbal. Egy nagyobb papírdobozból kartonpapírok vagy festék segítségével színház is készülhet.
2. A készen kapható bábok közül is több típus és karakter létezik. Érdemes szétnézni a kínálatban és **rábízni a döntést**. Lehet, hogy egy állat vagy emberformát mintázó vagy épp ujjbábra esik a választása.
3. Ha megvan a saját báb, kezdeményezzünk vele beszélgetést. **Mutatkozzunk be** – ha van saját bábunk, akár azzal -, majd kérdezzük meg a nevét. Köszönjük meg, hogy érthetően és hangosan bemutatkozott.
4. Segítsük ismerkedni, barátságokat kialakítani! A bábokkal gyakoroljuk, **a köszönés után kérdezzük meg, mit szeret csinálni, mi a kedvenc játéka/színe/étele**. Ezzel megtanítjuk beszélgetéseket kezdeményezni, a félénk gyermeket nyitni a többiek felé. Ezután kérjük, hogy ő is érdeklődjön és mi is mondjuk el, hogy mik a kedvenceink.





5. Kérjünk segítséget tőle! Ha a bábunk nem boldogul például az építőjátékkal, kérjük meg, hogy segítsen. **Segítséget kérni és segítséget nyújtani** – egyformán gyakoroljunk ilyen szituációkat. Jó ötlet például, ha észrevesszük, hogy melyik darabot keresi a kirakós játékban és odaadjuk neki. Közben gyakoroljuk a kérem-köszönöm-örömmel segíték, ilyenkor szokásos szóváltást.

6. **Az érzelmeink megosztása és a másik érzéseinek megértése.** Játsszuk el, hogy a bábunk nagyon szomorú valami miatt, mert például nem megy neki a biciklizés. Biztassuk gyermekünket, például súghatunk a fülébe tanácsokat arról, hogy szerintünk mitől lenne jobb kedve - hogy vigasztalja meg a bábót, próbálja meg jobb kedvre deríteni.



A megfelelő kérdésekkel sok információt kaphatunk

"Léteznek speciális érzelem bábok, melyek segítségével a gyermek kiválasztja, hogy például az adott szituációban melyik szereplő hogyan érezheti magát, hogy viselkedik. Az adott érzelmenél vagy bármely bábfiguránál játszhatjuk, hogy **én akkor érzem így magam, vagy a mackó attól lehet most szomorú, mert...** Odafigyelve, értő fülekkel hallgatva a gyermek belső érzésvilágából, esetleges társas kapcsolatairól, konfliktushelyzeteiről, mindennapi megéléseiről sok információt kaphatunk és hasznosíthatunk célzott kérdések segítségével. **Például: vajon a mackót hogy lehetne megvigasztalni? Minek örülne szerinted? Mitől érezné, hogy a többi állat szereti?**" - tanácsolja a szakértő.

Ha kisgyerek szókinccse még nem elegendő a bábozáshoz

Ha az adott szituáció megoldásához még hiányzik a gyermek szókinccse, vagy nem meri kifejezni magát, biztassuk arra, hogy más módon, szavak nélkül reagáljon a helyzetre. **Ha a kérdésre nem mondja meg a nevét, kérdezzük meg, kezet rázna-e a bábbal. Ha nem vigasztalja meg szóban, kérdezzük meg, megsimogatja-e, hogy jobb kedve legyen. Fejezzük ki örömmel a bábbal a reakciójára.** Fontos, hogy ne sürgessük, hagyjuk a maga ütemében kibontakozni, kezdetben a lényeg, hogy megszeresse, örömét lelje a játékban.

Fotó: Freepik, Forrás: jatekliget.hu





Programsoroló

Kedves Szülők!

A következő listán összesítve láthatják a félév már lezajlott és még soron következő programjait. (A „zöld” jeles napokat, melyeket zöld óvodaként intézményünkben szokásainkhoz híven idén is megtartunk, kiemelten zöld színnel jelöltük.)

Az alábbiakban felsoroljuk az összes általunk betervezett idej programot, de **kérjük vegyék figyelembe, hogy hosszú távon kell előre terveznünk, így sajnos előfordulhat, hogy a betervezett program rajtunk kívülálló okokból elmarad vagy a szokásostól eltérő módon valósul meg!**

Hogy mindig friss információjuk legyen a következő óvodai programról, kérjük a továbbiakban is rendszeresen kövessék figyelemmel a szülői e-mail rendszert, melyen keresztül a programokról igyekszünk kb. **2 héttel** korábban tájékoztatást adni.

Kérdés esetén forduljanak bizalommal a csoportos óvó nénikhez személyesen, telefonon, vagy a központi email rendszeren keresztül.

❖ Medve nap: Február 2.- zárt délelőtti program

- ❖ Gyertyaszentelő Boldogasszony napja, azaz február 2-a jeles nap a népi időjósítások között. A néphagyomány szerint a medve ezen a napon kijön a barlangjából, és a viselkedéséből következtetni lehet arra, hogy hosszú lesz-e még a tél. Ha ugyanis szép, napos idő van, és meglátja az árnyékát, akkor "megijed", és visszamegy a barlangjába, folytatni a téli álmát - azaz még messze van a tél vége. Amennyiben viszont a borult idő miatt nem látja meg az árnyékát, akkor kint marad, ez pedig azt jelenti, hogy közeleg a tavasz.
- ❖ Ezt a néphagyományt, óvodánkban idén is rendhagyó módon a csoportokban fogjuk megünnepelni. Idén a hagyományos mackó kiállítását a csoportokban szervezzük meg.

❖ Farsangi mulatság: Február 17. **zárt délelőtti program**

- ❖ Ezen a napon „Elkergetjük a Telet!”. A gyermekek reggel már a jelmezben érkeznek be a csoportba, és egészen ebédig tart a móka és kacagás.





- ❖ Az óvoda költségvetési keretéből mikor a gyerekek elfáradtak a sok táncról és játékos feladattól, a szokásos gyümölcs mellé nasi és szörp is kerül az asztalokra.
- ❖ Kérjük ne felejtsek el, hogy a mulatság lezárása után visszatérünk a gyerekek szokásos napirendjéhez. Ennek értelmében ebéd és csendes pihenő következik, ezért kérjük a gyermekeik kényelme érdekében mindenki készítsen be gyermeke számára benti váltóruhát, melyben kényelmesen tudja kipihenni majd a délelőtti izgalmait és fáradalmait.

❖ Nevelés nélküli munkanap: Március 6 (hétfő)

❖ Március 15. Nemzeti Ünnepe: március 14.

- ❖ Erre az alkalomra idén minden csoportot feldíszítünk, és a felkért idősebb gyerekek ünnepi kötényben, büszkén segítenek az asztaluknál ülőknek. Az ünnepi reggeli elfogyasztása után mindenki a saját csoportjában vesz részt a megemlékezésen, amelynek részeként ünneplő ruhában, kokárdával elszavalják a verset amivel erre az alkalomra készültünk, és végezetül a folyosón közösen meghallgatjuk a Himnuszt is.

❖ Víz világnapja: március 22 :

- Ezen zöld jeles nap alkalmából a csoportokban lesz lehetőségük a gyerekeknek a hagyományos interaktív játszótér egyes játékainak kipróbálására; valamint megrendezzük a már hagyománynak tekinthető barkács kiállítást is.
- A kreatív kiállításra várunk minden otthon készített újrahasznosított illetve természetes anyagból készült vízzel kapcsolatos munkát. (A kiállítási darabokon kérjük ne felejtsek el feltüntetni gyermekük jelét és óvodai csoportját.)

❖ Húsvét: április 11-14. (az iskolai tavaszi szünet függvényében választjuk majd ki a napot)

- A rendezvény zártkörű, csoportonként zajlik.
- A kisfiúk kölnivel (vagy kölnis üvegben csapvízzel) és kiskosárral (amiben a kapott nassolnivalót hazavihetik), a lányok pedig apró édességgel, csokitojással készülhetnek erre a napra.

❖ Óvodaváró családi délután: április 18 délután

- Hagyományainkhoz hűen idén is megrendezzük óvodánkban a szokásos óvodaváró családi délutánt a Sarkad-Udvar közreműködésével, melyre szeretettel várunk minden jelenlegi és leendő óvodást a családjával együtt.





❖ Föld napja: április 21. (zárt délelőtti program)

➤ A nap mottója: „Hozz egy palántát!”

Ezen a napon hagyományosan a hozott palántákat a gyerekekkel közösen ültetjük el az óvoda kertjében. A virágpalántákat és a fűszernövény palántákat minden gyermek a saját csoportja kiskertjébe ülteti el, míg a termést hozó palántákat a közös magaságásokba ültetjük így az év hátralévő részében közösen gondozhatjuk. A gyermekek minden csoportból megfigyelhetik fejlődésüket, és ha termés is akad, azt is közösen fogyasztják el.

❖ Anyák napja: április 28-május 6.

➤ Az anyák-napi ünnepségek szervezése csoportonként eltérő, így kérjük, kísérik figyelemmel az óvó nénik e-mail-es tájékoztatását valamint a csoportos faliújságokat.

❖ Madarak és fák napja: május 10 .

➤ A gyerekek idén zárt délelőtti program keretében a saját csoportjukban adhatnak számot eddigi tudásukról, mérhetik össze ügyességüket különböző játékokba ágyazott tevékenységek, feladatok során.

❖ Évzáró és ballagás:

➤ Csoportonként zajlik.

➤ A program megszervezése a gyermekcsoportok létszámának és összetételének figyelembe vételével a csoportos óvonénik hatásköre és feladata, ezért figyeljék az email-es tájékoztatási rendszert, valamint a csoportos faliújságokat.

❖ Gyermeknap: május 26-június 15.

➤ Óvodánkban zárt program keretében, csoportonként ünnepeljük meg a gyereknapot.

➤ Szokásainkhoz híven ez a nap sok vidámságot és meglepetést tartogat a gyerekek számára.

❖ Nemzeti összetartozás napja : Június 4.

❖ Környezetvédelmi világnap: Június 5.

❖ Nevelés nélküli munkanap: Június 19. (hétfő)

❖ Nevelés nélküli munkanap: Augusztus 25. (péntek)

A tervezett óvodai nyári zárás időpontja:

2023. Június 26- Július 21.





Olvasó sarok

<https://minimatine.hu/uj-gyerekkonyvek-piciknek-ovisoknak-2020-osz/>

GYEREKKÖNYVEK PICIKNEK ÉS OVISOKNAK

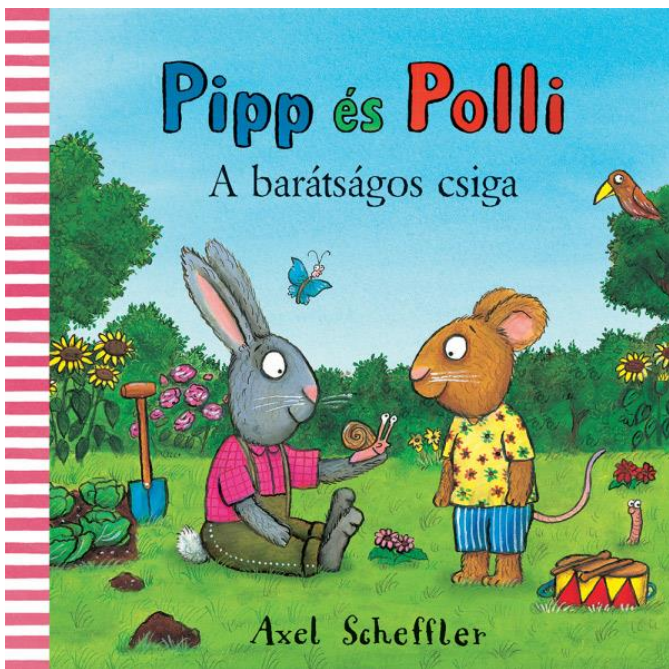


Íme néhány szuper újdonság, amelyet a legkisebbeknek és az ovis korosztálynak ajánlunk. Lapozók, mesék és meseregények, verseskötetek ovisoknak, szimfonikus „nyomozás” és még sok minden más.





Pipp és Polli – A barátságos csiga (Pagony)



Pipp és Polli – csak úgy, mint bármelyik gyerek – sokszor összekap kisebb apróságokon, amelyek az adott pillanatban elképesztő súlyú konfliktushoz vezetnek, ám szerencsére mindig hamar kiderül, hogy mindenre van megoldás. Amilyen hirtelen merülnek fel ezek a problémák, Axel Scheffler remek meglátásainak és okos ötleteinek köszönhetően épp olyan gyorsan sikerül is elsimítani ezeket. Az új kötetben Polli olyan hangosan játszik, hogy Pipp kis csigája ijedten bújik a házába. Pipp nagyon dühös lesz. Pedig hangoskodni néha igazán hasznos! Polli megvédi a kis csigát a bajban, és a barátok kibékülnek. Hiszen a barátság a legfontosabb! 0-3 éveseknek ajánlott.

Óriási kerekek, kicsi kerekek (Scolar Kiadó)



A járművek világával ismerkedő kicsiket el fogja bűvölni, hogy a kerekek méretének változásait eltérő méretű kukucskáló lyukakkal érzékelteti a lapozó. A kötetet 1 éves kortól ajánljuk.





Diridongó – Válogatott versek óvodásoknak (Móra Kiadó)



„Ez a város meseváros, / senkiföldjével határos.” A versek világában összeér a valóság és a képzelet. Van, aki piciklin száguld, más falevélből készít nyuszit, vagy épp gesztenyéből embert. Az elmúlt 70 év gyerekirodalmának klasszikusaiból és a kortársak legizgalmasabb verseiből válogat ez a kötet, hogy az óvodásoknak kedvet csináljon az olvasáshoz. Megjelent Láng Anna illusztrációival.

Babaróka kistestvére (Pagony)



Kiss Judit Ágnes Babaróka sorozatában minden problémához kedvességgel, megértéssel, türelemmel közelít – Egri Mónika rajzai pedig most is, mint mindig, bájosak, érzékenyek, otthonosak. Igazi összebújós, családi mesekönyv! A rókacsalád történetei nem egy elérhetetlenül tökéletes és harmonikus család életének hamis képét mutatják. Felszabadító mesék, amikben senki sem hibátlan és tévedhetetlen, mégis megkérdőjelezhetetlen a köztük lévő szeretet. 3-6 éveseknek ajánlott.



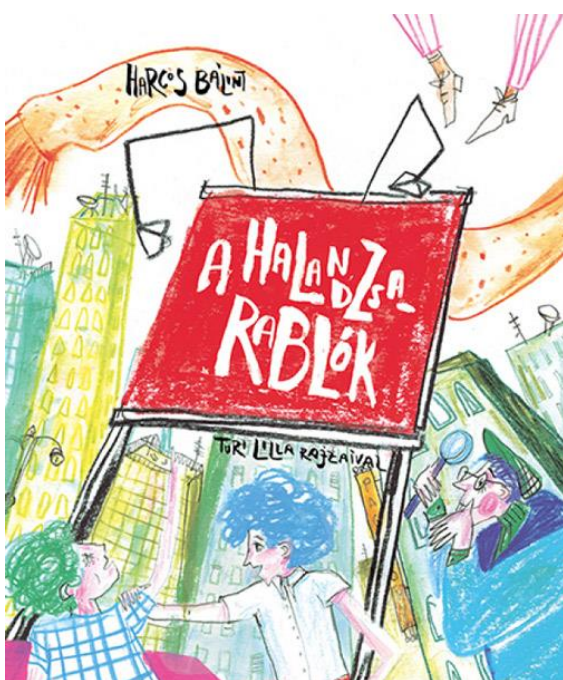


Négy kerék Autóklinika 2. – Még húsz kerék (*Cerkabella*)



A kötet öt meséjében a három Zoli, azaz Hózi, Lezo és Nemzoli újabb eseteket old meg, vannak bennük félős és sértődős autók, mákos rétesek, trüffeltorták, egy őszöreg Sputnyik és még egy falánk nyest is. A kötetet minden meseszerető kisgyerekeknek ajánljuk 4 éves kortól, de járműrajongóknak kötelező!

A halandzsarablók (Pagony)

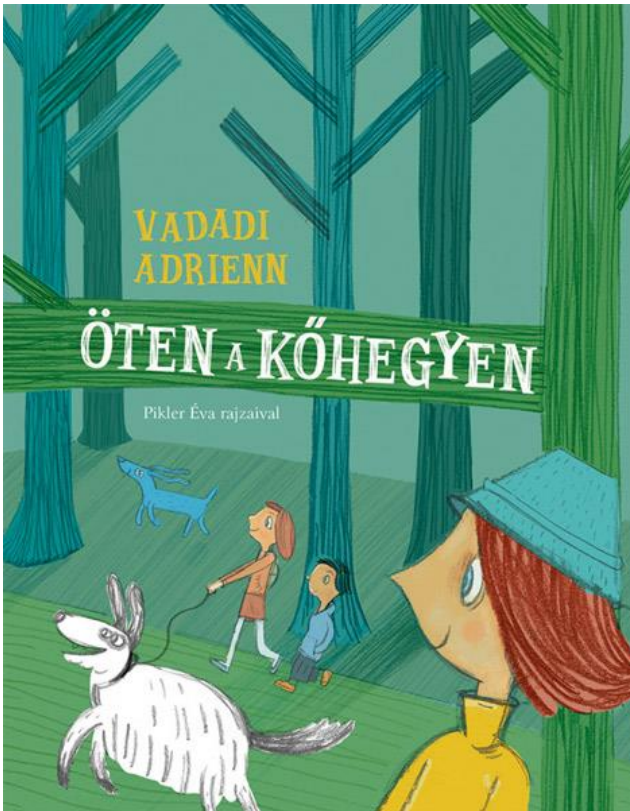


Harcos Bálint tizenkét rövid mesét tartalmazó, vicces, érzékeny és különleges mesegyűjteményéből Turi Lilla készített ugyanennyire érzékeny, vicces és különleges rajzokat. Szeretnétek tudni, milyen az, amikor Cipcirip CSAKAZÉRTSEM rak rendet? Hogy milyen képtelenségeket nyomoz ki Gibrász Fickándor detektív? Hogy miért nem akar repülni Ninta papírsárkánya – ellenben Korracsek néni hogyhogy repül? 3-6 éveseknek ajánlott.



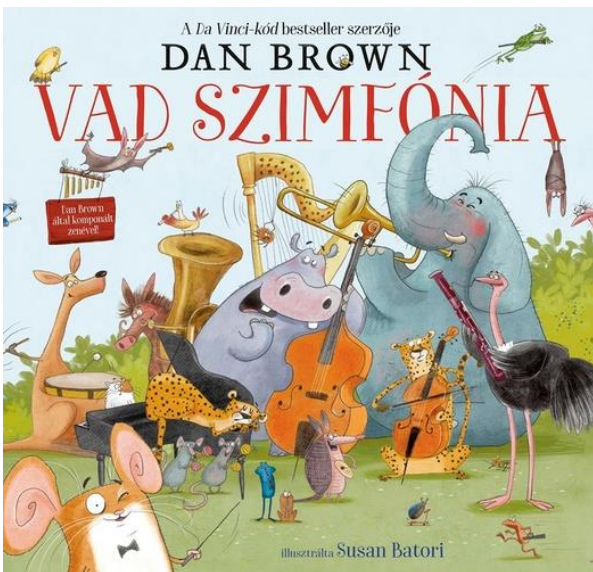


Öten a Kőhegyen (Pagony)



Vadadi Adrienn az ovisok után most a nagyobbaknak írt meseregényével jelentkezik! Három gyerek és két kutya baktat a lassan alkonyodó erdőben... Vajon hogy kerülnek a gyerekek egyedül a Kőhegyre, és mi a céljuk? Mi lehet az a Fontos Dolog, amit keresnek, amit végre akarnak hajtani? Miért nem szóltak róla a szüleiknek? Bozó, Julka és Zsiga segíteni akarnak egy barátjuknak, de nem szeretnék, ha a felnőttek beleszólnának a dolgukba. 5-8 éveseknek ajánlott.

Vad Szimfónia (GABO Kiadó)



Dan Brown, a New York Times többszörös bestseller írója első gyerekkönyvével debütál, amely tele van vidámsággal, zenével és szórakozással. Egér maestro fergeteges szimfonikus meglepetésre készül! Kitaláld, mihez hangol? Kövesd a kalandjait és keresd meg a hátrahagyott nyomokat! A könyv ingyenes applikációt és a szerző zeneművét is tartalmazza! 3-7 éveseknek ajánlott.



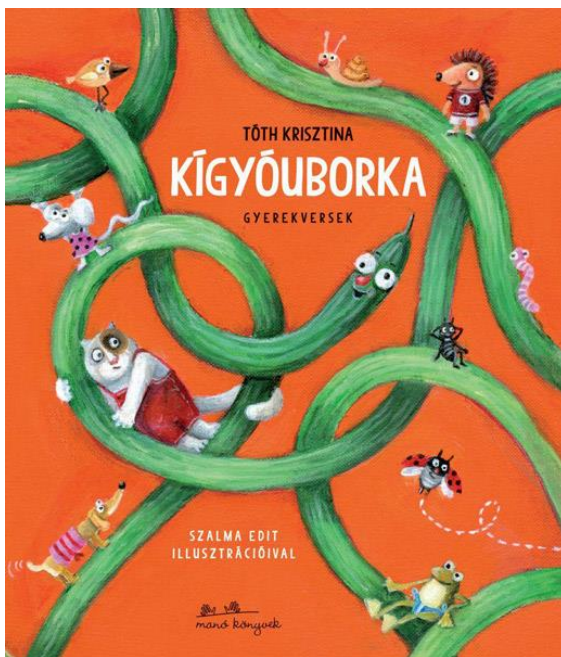


Miért nem a tengerben élnek a tengerimalacok? (Pagony)



Folytatódik a hiánypotló, mesés ismeretterjesztő sorozat, a Történetek kíváncsi gyerekeknek. Ti tudjátok, miért nem esnek le a csillagok az égről, és miért van annyi homok a sivatagban? Elgondolkoztatok már azon, hogy miért nem a tengerben élnek a tengerimalacok? Újabb izgalmas kérdések, újabb mesés válaszok kerülnek elő a könyvben. 3-6 éves kor között ajánlott.

Kígyóuborka (Manó Könyvek)



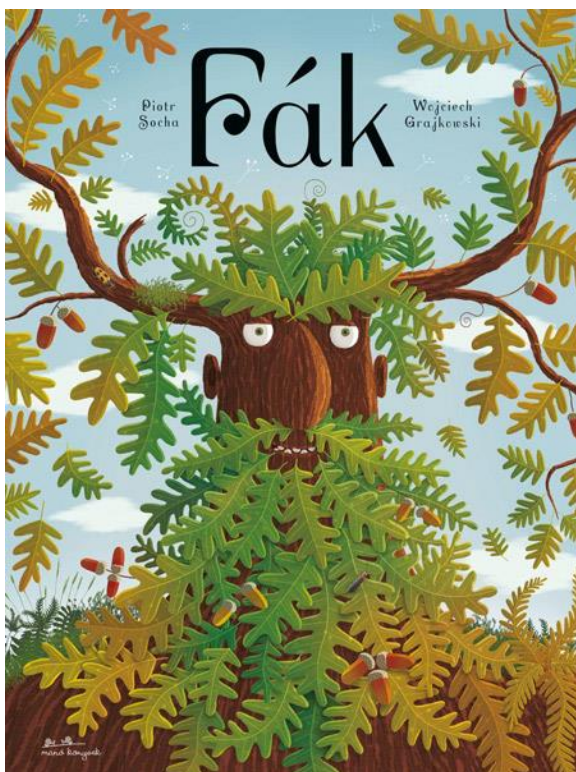
„Egy ládában hasalok, uborkának becézve, pedig felnőtt ubor vagyok, kígyósággal tetézve.” Ünnepnapok és hétköznapok, tipikus és különleges élethelyzetek tekerednek végig ezen a kötetben – pont, mint egy kígyóuborka. Legyen születésnap, karácsony vagy húsvét, anyák napja vagy gyereknap, egy családi kempingezés, esetleg a tejfog kipottyanása – mindegyik nagyon fontos esemény egy

gyermek életében. Tóth Krisztina titka abban is rejlik, hogy valódi gyerekhangon szólaltat meg valódi gyermeki gondolatokat és érzelmeket, felnőtt profizmussal és sok-sok bájjal, humorral. A verseket Szalma Edit gyönyörű illusztrációi hozzák még közelebb a fiatal és már kevésbé fiatal szívekhez.





Fák (Manó Könyvek)



Látogass el a fák különleges világába! Nézd meg, melyik a legmagasabb, a legöregebb és legvastagabb közöttük! Találkozz az entekkel, Ádámmal és Évával, Robin Hooddal és Buddhával! Ismerd meg a favágó munkáját, és figyeld meg, milyen épületeket, hangszereket és járműveket lehet fából készíteni! Ismerkedj meg az életfával, az emberevő fával és a szent fügefával! Ne késlekedj, vár az erdő! A szerző méhekről szóló könyvét is nagyon szerettük, és ezt is ajánljuk figyelmetekbe!

Vízcsepp mesék (Centrál Kiadó)

„Szerettem esténként mesélni a gyerekeimnek. Legjobban fejből, csak mondani,



ahogy jön. Ezek a mesék aztán többször is előkerültek, alakultak, véglegesedtek. Itt van most közülük kettő. Az elsőt a fiamnak mesélgettem, a másodikat a lányomnak. De rég volt! Örömmel idézem fel őket, hátha nektek is tetszenek majd. És persze hogy a természetről szólnak, mi másról? Az egyik egy vízcsepp, a másik egy felhő

története. Fogadjátok szeretettel!” – Gyryllus Vilmos legújabb kötetét Megyeri Annamária illusztrálta. Óvodásoknak ajánlott.

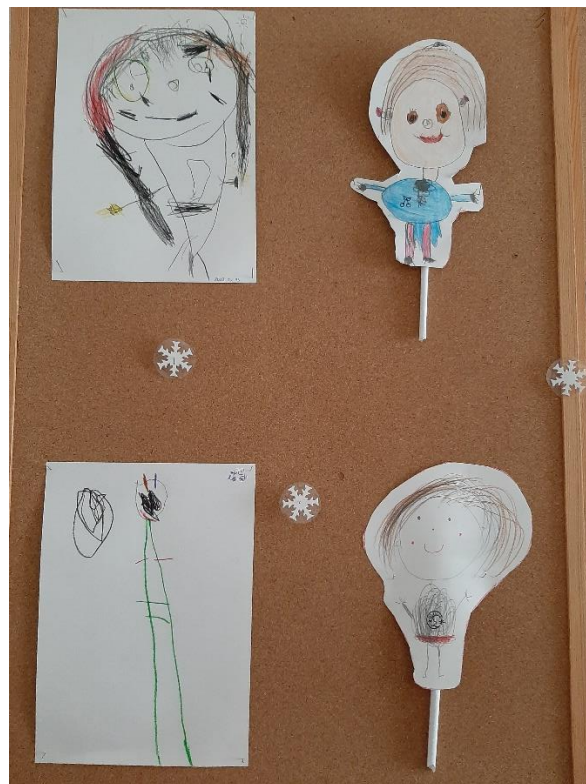




3-5-8 perces mesék a barátságról (Pagony)



A népszerű 3-5-8 perces mesék sorozat legfrissebb kötete igazi aduász: a barátság mindenkit foglalkoztat, a legkisebbek életének is meghatározó része. Rengeteg szuper beszélgetésre is lehetőséget adnak nektek ezek a kis sztorik. Megmutatják, hogyan lehet konfliktusokat elsimítani, félreértéseket megbeszélni vagy éppen legyőzni a barátkozással kapcsolatos félelmeket – ugyanakkor cseppet sem didaktikusak. A mesék mind-mind viccesek, szórakoztatóak és a szívhez szóló üzenetük biztosan megérinti a kis olvasókat is. 4-8 éveseknek ajánlott.



zöld csoportos faliújság





<https://www.hegylakomagazin.hu/zold-kornyezet/331-kincsunk--a-csodálatos-viz>

Kincsünk, a csodálatos víz



A Duna vagy a magyar tenger, a Balaton partján sétálva jó, ha az is eszünkbe jut, hogy a víz az egyik legfontosabb, fogyóban lévő természeti kincsünk. Minden élőlénynek, az emberek mellett a növényeknek éppúgy, mint az állatoknak szüksége van rá.

Amikor a múlt század második felében az ember feljutott a világűrbe, az első kozmonauták és asztronauták a visszatérésük után beszámoltak arról, milyen csodálatos látvány tárult a szemük elé a magasból. Űrhajójuk parányi ablakán kinézve egy drágakőként ragyogó kék bolygót láthattak. A naprendszerben nincs még egy olyan égitest, mint a Föld.

Szülőbolygónk páratlan kék színét a felszínének kétharmadát borító víztől kapja. Az óceánokban látszólag kimeríthetetlen mennyiségű víztömeg rejlik, ám a valóság az, hogy bolygónk ivóvíz készletei végesek. A hatalmas víztömeg alig kettő-három százaléka édesvíz. Minden élőlény, így az ember közös érdeke, hogy megőrizzük e kincs tisztaságát.

Veszélyben az élet bölcsője

A vizet jó okkal nevezik az élet bölcsőjének és forrásának. A legősibb időkben az első kezdetleges élőlények a hatalmas óceánokban fejlődtek ki, és csak onnan kiindulva hódították meg a szárazföldet. A tengerekben évmilliókon át





fajok elképesztő tömkelege talált bőséges életteret. A szárazföldön az élőlények elterjedésének a víz hiánya szabott gátat. Ez jól tetten érhető mind a mai napig, ha például Kairóban a Nílus partjától elindulunk a nyílt sivatag felé. Nem sokkal az után, hogy túljutunk a nagy piramis és a szfinx árnyékán, azt tapasztaljuk, hogy **ahol nincs víz, ott élet sincs**. Szinte teljesen kihalt pusztaság, a nagy semmi vesz körbe.

Itthon, Európa szívében könnyű volna azt gondolni, hogy minket nem fenyeget a vízhiány. Büszkén gondolhatunk a Balatonra vagy más tavainkra, valamint a Dunára, a Tiszára és a Kárpát-medence számtalan kisebb-nagyobb folyójára.

Hazánk gazdagsága azonban ne tegyen elbizakodottá minket. Szomorú, de **Európában a természetes vizek jelentő részét komoly veszély fenyegeti a meggondolatlan emberi beavatkozás miatt.**

A víz a jövő záloga



Afrikában és Ázsiában egyre nagyobb területeket fenyeget a szörnyűséges aszály, és elképzelhető, hogy a vízhiányt követő éhínségek miatt földönfutók milliói kelnek útra. Politológusok és stratégiai elemzők attól tartanak, hogy már a közeli jövőben is háborúk törhetnek ki a megcsappanó édesvízkészletek miatt.

Világméretű feladat az édesvízkészletek megóvása. Hazánkban is fontos gondoskodni a megfelelő minőségű ivóvízről és vizeink élővilágának megóvásáról. Ha ügyelünk erre, akkor tavainkban és folyóinkban megmarad az állat- és növényfajok sokszínűsége.

Lokálisan, helyi szinten és globálisan, vagyis világméretű összefogással is tehetünk valamit a víz érdekében. Alternatív energiaforrásokat felhasználva hátat fordíthatunk a leginkább környezetszennyező technológiáknak, fenntartható életmódra törekedve pedig megakadályozhatjuk, hogy elöntse vizeinket a szemét.





Mit tehetünk mi magunk?

Egy átlagos ember rengeteg vizet használ fel a mindennapjai során. Sokan vagyunk, ezért itt **tényleg igaz a mondás, hogy sok kicsi sokra megy.**

Ha mindenki naponta csak egy liter vízzel kevesebbet fogyaszt vagy szennyez be, azzal együttesen elképesztő mennyiségű édesvizet takaríthatunk meg. Akinek fontos a természet, az mindenképpen takarékoskodik az édesvízzel.

A háztartásokban ma már szinte kizárólag ivóvizet használunk, de nem csak ivásra, hanem ezzel mosogatjuk el az edényeinket, és a vécét is ezzel öblítjük le. Mindenről nem kell lemondani, ha átgondoljuk napi tevékenységeinket és tudatosan viselkedünk. Ne indítsuk be a mosogatógépet, ha félig még üres! A mosógépek is nagy vízfelhasználók; csak akkor használjuk, ha összegyűlt elegendő szennyes ruha egy teljes adaghoz. Egyetlen kosárnyi szennyes megtisztításához száz-százhusz liter víz kell. A vécé egyszeri lehúzása pedig a tartály nagyságától függően tíz-huszonöt liter ivóvizet zúdít le a szennyvízcsatornába.

Csak egy bolygónk van:



A kertes házakban a növények miatt használunk fel sok vizet. Egy gondos gazda rendszeresen öntözi őket, nehogy kiszáradjanak. Azonban vizet és pénzt is megspórolhatunk, ha összegyűjtjük az esővizet, és azzal locsolunk. Nyári melegben napközben nem érdemes öntözni, mivel a víz túl gyorsan elpárolog, így a növényeink nem tudják felhasználni. Ha viszont reggel vagy este „itatjuk meg” őket, akkor az életető nedvesség eljut a gyökereikhez.

A víz mindennapi életünk elengedhetetlen része. Egyetlen más anyaggal sem lehet helyettesíteni. Körülbelül egymilliárd olyan ember él a Földön, akik nem jutnak tiszta, jó minőségű ivóvízhez.

A fentieket áttekintve egyértelmű, milyen nagy kincs mindannyiunk számára a víz. Fontosságára hívjuk fel a gyermekeink figyelmét, hogy ők is tegyenek meg minden tőlük telhetőt a minket körülvevő anyatermészet megőrzése érdekében.





15 EMELETTEL MÉLYEBBEN VAN ITTHON A VÍZ, MINT NÉHÁNY ÉVE, ÉS EZ MINDENKIT ÉRINT

2021. szeptember 21., kedd

„Tragikus a helyzet ezen a magyar településen: feladták a harcot a helyi gazdák” – olvasom az elsőre hatásadásznak tűnő szalagcímet. A konkrét település neve aztán a következő bekezdésben derül ki, akár meg is nyugodhatnék, rendesen messze van tőlünk, az ő bajuk nem az enyém, de mivel jóbarátok élnek azon a vidéken, mégis továbbolvasok. A döbbenet viszont csak ezután következik: a cikket akár rólunk is írhatták volna.

Pottyondy Ákos

„Rossz idő lesz a hétvégén, végig esni fog az eső” – hallottam a minap. Adná Isten, hogy így legyen! – dörmögtem az orrom alatt. Mert mit is jelent ma a „rossz idő”? Nagyjából azt, hogy esik az eső, minden lucskos, párás, fröcskölnek az autók és a BKV, no meg szabadtéri programjainkat sem tudjuk úgy és akkor megtartani, ahogyan elterveztük. Mennyivel kellemesebb fénylő napsütésben párás oldalú üveg pohárból fröccsöt kortyolni a szőlőhegy oldalában! Kétségtelen. Csak közben már a szőlő is haldoklik...

A klímaváltozásról és a nálunk is egyre inkább érzékelhető vízhiányról szóló hírek Magyarországon talán még mindig nem érték el a nagyközönség ingerküszöbét – akkor sem, ha a fent idézett cikk a mi valóságunk. Mert a klímaváltozás már régen nemcsak a bálnákról meg a sarkkörökön túl olvadó jégsapkákról szól, **a dráma nem tőlünk sokezer kilométerre zajlik.**

Az idézett cikkben említett településen, Bugacpusztaházán élő barátom kútja kikapadt, **a talajvíz a kilencvenes évek végétől napjainkig 45 méterrel süllyedt, ami nagyjából egy 15 emeletes ház magasságával (ez esetben mélységével) egyenértékű.**





Visszás ez az egész: miközben a hírek egy része a gátak magasításának elengedhetetlen szükségességéről szól, a mezőgazdaságból élők számára az egyre mélyebb kutak fúrását javasolják... Hiába szólt már jóelőre a világ rendjét ismerő Matula, a nádas takarásában felelőtlenül horgászó pesti ifjak csak a napsütötte világról vettek tudomást, nyakon is vágta őket aztán a számukra váratlan fergeteg.

„Bugac mindentől messze van, meg aztán az ott különben is alföld” – legyinhetnénk. De helytelen lenne, már csak azért is, mert az extrém aszály által sújtott települések listája sajnos sokkal hosszabb, mint gondolnánk.

A Bakony és a Duna közt félúton található gazdaságunk, az Ürmös Porta kútja 25 méter mély, aljából azonban víz helyett csak két hatalmas varangyot tudtunk felhúzni, mikor leereszkedtünk bele. (Reméltük, hogy azok ültek a forráson, de ezidáig sajnos csalatkoznunk kellett...) Szigetközi vidékek alatt pedig még a Duna teljes elterelésének idején is magasabban volt a talajvíz, mint az elmúlt években. Bugacpuszta tragédiája sajnos nem egyedülálló...

Évekkel ezelőtt úgy döntöttünk, hogy az alkalmazotti létet magunk mögött hagyva egy saját gazdaságot hozunk létre, amely biztosítani tudja családunk boldogulását. A gyógynövényekre és ősi tájfajta gyümölcsökre alapozott gazdaságban a víz alapvető és meghatározó fontossággal bír, mivel ma már a legtermészetközeli gazdálkodás is csak nehezen képzelhető el tudatos vízgazdálkodás, vagy éppen öntözés nélkül. A csapadék hektikusságát föld alatti tározók kialakításával, valamint a lefolyást lassító folyamatos növényborítással igyekszünk ellensúlyozni. Nagyon fontos továbbá, hogy növényeink parcelláit is szénával, szalmával takarjuk, 70-80 (!) százalékkal csökkentve ezáltal a víz talajból való kipárolgását.

A kút szárazsága a fizikai nehézség mellett egyfajta kiszolgáltatott helyzetet is teremt.

Miközben életvitelünket az esetleges áramszünetek a fatüzelésre alapozott konyhai és fűtési lehetőségeink okán gyakorlatilag nem is érintik, a központi vízvezetéktől való kizárólagos függőség egyre sürgetőbb megoldást kíván.

Aki nem mező- vagy erdőgazdasággal, esetleg egyéb természetben végzett munkával foglalkozik, ma talán még nem érzi ennek a témának a fontosságát, életbevágó jelentőségét. **A csapadék szűkössége azonban – hasonlóan a méhek esetleges eltűnéséhez – akár már rövid távon is az egész társadalomra nézve jelentős hatással lehet.** Az alapvető élelmiszerek előállításának öntözés miatti





költségnövekedése, az alapanyagok szárazság miatti esetleges szűkösége már jelenleg is érezteti hatását az élelmiszerek áraiban. A vízhasználat (pl. medencék feltöltése, díszkertek locsolása, stb.) korlátozása hazánkban ma még csak rendkívüli esetekben fordult elő, azonban feltehetően ehhez is egyre gyakrabban alkalmazkodnunk kell. Épített környezetben élve, klímás munkahelyen dolgozva érthető módon jóval kevésbé tűnnek fel azok a jelek, amelyek a Kárpát-medencében is egyre feszítőbb vízhiányt mutatják.

Mit tehetünk?

Talán a legfontosabb, hogy igenis vegyünk tudomást a problémáról! Immáron nem távoli földrészek ügyesen komponált filmjét, hanem saját életterünk képkockáit látjuk, már nemcsak a trópusi esőerdők és a jégsapkák, hanem a mi teljesen hétköznapi környezetünk megmaradásáról van szó!

Az egyre ritkábban hulló csapadékot igyekezzünk amennyire lehet saját területünkön tartani, a hirtelen és gyors lefolyást folyamatos növényborítással vagy egyéb fizikai módon is lelassítani.

Ha van mód, alakítsunk ki föld alatti vagy föld feletti csapadéktározókat, tartályokat, amikből később igény szerint öntözni tudjuk területeinket.

Nagyon fontos az is, hogy az öntözés módját és gyakoriságát is helyesen válasszuk meg. Ne feledjük, az öntözéssel túlságosan elkényeztetett növényeink egy esetleges szárazabb időszakot – pl. mikor hosszabb szabadságra megy gazdájuk – sokkal nehezebben vészelnek át, mint a ridegebben tartott társaik!

Az öntözést lehetőleg egészen kora reggel, vagy napnyugtát követően végezzük.

Vége a nyárnak, megoldódott a kérdés – gondolhatnánk. A szárazság azonban nem ismeri az évszakokat. Az őszi és téli csapadék megléte a növények és a talajban lévő vízkészlet megőrzése érdekében ugyanis legalább annyira fontos, mint az amúgy valóban intenzív kipárolgással együtt járó nyári hőség-időszak.

Egy biztos. Eddig sosem éltek nálunk bálnák. Most már azonban lassan esélyük sem volna rá...







AMIKOR TÚL SOK AZ ESŐ – HOGYAN VEZESSÜK EL, HOGYAN GYŰJTSÜK ÖSSZE?

2023. január 26., csütörtök

Eső nélkül nincs élet. Az eső kell, és az esőnek örülni kell. De! Egy örök klasszikussal élve: jóból is megárt a sok... Nincs ez másként a csapadék esetében sem, ugyanis bármennyire örülünk egy kiadós talajáztató esőnek, ha sosem akar vége lenni, akkor az bizony se a talajnak, se a benne élőknak, se nekünk nem hoz örömet... De egy kevés előrelátással, egy kis emberi fifikával könnyen elejét vehetjük a nagyobb bajnak. Ahogy a dolgok mai állása mutatja: szükségünk is lesz rá, talán egyre gyakrabban...

Amrein Tamásné Miskolczi Boglárka

Az elmúlt héten közel 60 milliméter eső esett mifelénk, de az OMSZ adatait bogarászva olyan megyét is találtam, ahol ez megütötte a 100 millimétert is. Hogy legyen mihez viszonyítanunk: az 1991 és 2020 közötti időszakban mért átlagos januári csapadékösszeg alig valamivel 30 mm feletti volt. Ehhez képest az egy hét alatt ránk zúduló 50-60 vagy épp 100 milliméter egyértelműen tetemes mennyiséget jelent.

Az első napokban a legtöbben még örültünk, mert az esőre nagy szüksége van a növényeknek, azonban a harmadik átázott nap után fel-felbukkanó vízfoltok, áradások és „esőtavak” már közel sem voltak annyira barátságosak. Az országot járva szinte nem volt olyan település, ahol ne láttam volna az elvezető árkokban egyre csak feljebb szökő, vagy a szántók nagy részét beborító, elakadt vizet.

A talaj ugyanis nem bír el mindennel – legalábbis adott időn belül, adott mennyiségen túl már nem... Az a kép, amit a jól megmunkált, áztatott földeken láthatunk, nem más, mint a „túlterhelés” egy példája, az a jelenség, amikor a csapadék intenzitása meghaladja a talaj beszivárgási kapacitását. Ilyenkor a korlátozott beszivárgás miatt a talaj felszínén megjelenik a víz, és belvízkár illetve talajerózió jelentkezik. De talán még ennél is kellemetlenebb, amikor az altalajban van a probléma, ha ennek tömörödöttsége miatt a feltalaj telítődik, oldalirányú





vízmozgás alakul ki, többletvíz jelenik meg a talajban vagy közvetlenül a talajfelszínen. Sajnos volt szerencsém tapasztalni az ebből adódó kellemetlenségeket: tipikus esete a nem megfelelően kialakított kiskerti, terasz melletti rézsűknek.

Talajtípustól, szerkezettől függően 1-3 nap kell ahhoz, hogy az összes gravitációs víz a mélyebb talajrétegekbe szivároгjon, így nem nehéz kitalálni, hogy abban az esetben, ha a csapadékutánpótlás folyamatos, kialakul a „nincs hova folyni” állapot, ez pedig komoly problémát okoz nemcsak a gazdáknak, hanem a hobbikert-tulajdonosoknak is.

Mit lehet ilyenkor tenni?

Az első és legfontosabb a tervezés. Egy jól kitalált, átgondoltan összeállított terület, kert vagy udvar garancia lehet a túlzott csapadékmennyiség okozta problémák kivédésére. Gazdálkodók esetében a megfelelő talajműveléssel, szervesanyag-utánpótlással, meszezéssel (a stabil talajaggregátumok kialakulása érdekében), a tömör talajrétegek megszüntetésével és egyéb agrotechnikai eljárással (például mélyen gyökerező vagy a pórusteret növelő gyökérzetű növények vetésforgóba történő beillesztésével) befolyásolni lehet a talaj szabadföldi vízkapacitását – azaz nagymértékben tudjuk javítani a talaj vízelvezető és befogadó képességét. Hosszú távon rendkívül fontos tényezők ezek!

A tudomány megoldásai: drénrendszerek

Az egyik legtöbbször alkalmazott módszer a drénrendszerek kiépítése. Ezeknek az a funkciója, hogy a káros vízfelesleget gyorsan elvezetik a talajból, így megelőzik a túl nedves talajállapot tartós fennállását. Elsősorban a művelt rétegben megjelenő többlet víz elvezetésére használják: megelőzhető vele a gyökérzónában felhalmozódó víz. Ha nem vezetjük el a felesleget, akkor tavasszal a talaj lassan szárad ki, aminek egyenes következménye lehet az elvetett magok rosszabb csírázása vagy a kifejlődő növényállomány állapotának nagymértékű romlása.

A napjainkban használt elsődleges drénrendszerek 50 centiméternél mélyebben, a talajban lefektetett perforált, műanyag (PVC) csövekből állnak. A másodlagos drénrendszerek 1-2 méteres távolságban lévő csöveit az egymástól sokkal távolabbra, 20-30 méterre lévő, elsődleges dréncsövekre merőlegesen alakítják ki. Az úgynevezett vakonddrénezésnél pedig egy kúpos forgástestnek, a vakondekének a talajban való vízszintes irányú vontatásával magából a talajból alakítják ki az 5-8 cm átmérőjű cső alakú vízvezetőt.





Amikor a ház is bajban van

Az új házakban élők most valószínűleg mosolyognak egyet, hiszen ma már az építésügyi szabályok is előírják a biztonságos paramétereket, azonban nem mindig volt ez így. Szép számmal akad még olyan ház, ahol nem volt túl alapos a tervezés, de csak halkan súgom meg: még ma is történnek érdekes bakik... Az egyik ilyen a nem megfelelő lejtések kialakítása. A háztól kifelé ugyanis legalább 2 százalékos, azaz méterenkénti 2 centiméteres lejtést kell biztosítanunk. Ennek fő funkciója, hogy ha a teraszra bevág az eső, akkor az kifelé menjen tovább, ne a ház felé. Ha a nyílászáróknál megáll a víz, az nemcsak esztétikai, hanem szerkezeti problémákat is okozhat. A lejtés az udvarban is egyszerű megoldás: a burkolt sávok csapadékvíz elvezetését legegyszerűbben úgy oldhatjuk meg, ha egyik oldalra, vagy középről mindkét oldalra lejtést alakítunk ki, aminek következtében lefolyik róla a víz.

Gyakori hiba, hogy a házfal mellől nincs megfelelően elvezetve a lefolyó esővíz.

A koncentráltan lezúduló víz miatt megsüllyedhet a ház sarka, megrepedhetnek a falak. A legegyszerűbb, amit tehetünk, hogy egy folyókával a földfelszín felett elvezetjük az esővizet a ház falától körülbelül 2-3 méteres távolságra.

Sokan a kavicsos megoldáshoz nyúlnak: ilyenkor a lefolyók a talajszint alatt összekötésre kerülnek egy csővel, az összegyűjtött esővíz egy épülettől távolabb eső részre áramlik tovább: a szikkasztóba. A szikkasztó egy olyan gödör, ami áttöri a talaj vízzáró rétegét, geotextil bélelést kap, ebbe osztályozott kulé kavics kerül, lehetőleg minél nagyobb szemcseméretben (32-64 pl). A kulé kavics a terepszint alatti 30 centiméterig tart, tetejére újra geotextil kerül, végül egy takaró termőföldréteg. De ma már kapható a kulé kavics helyett műanyag elemekből gyártott szikkasztó is, ami modulárisan bővíthető, a szükséges méretek megfelelően.

A szikkasztó blokk egyre kedveltebb módja a tetőről lezúduló csapadék befogadásának. Alkalmas csatornán keresztül levezett és egyéb burkolt területeken összegyűlt esővíz befogadására is, túlfolyók vizének elvezetésére és szikkasztására szintén megfelelő választás lehet. Általában nagy befogadóképességűek és egymásba építhetőek. Gyakorlatilag ugyanezt tudja a szikkasztó alagút is, talán valamivel kisebb befogadóképességgel.





Klasszikus megoldás az esővízgyűjtő ciszterna építése is, amit régebben tömör téglából készítettek, ma már azonban inkább zsalukőből építik beton aljzattal és földemmel, vízzáró vakolattal. Egyre kedveltebb a műanyag esővízgyűjtő tartály telepítése, ami készen érkezik, csak el kell helyezni a gödörben és szükség esetén lehorgonyozni.

Az esővíz összegyűjtése esetében be kell látnunk: itt tényleg a méret a lényeg...

Ugyanis egy kisebb tároló hamar telítődik, a víz a túlfolyón távozik, ahonnan a szikkasztóba, rosszabb esetben az utcára kerül... És azt se felejtsük el, hogy az összegyűjtött esővíz hasznosítható a locsoláson kívül sok másra is: a WC öblítése, a mosás, a kerti tó feltöltése is megoldható ezzel a módszerrel, ezért érdemes hosszú távon gondolkodni, és nemcsak a környezetet, de a pénztárcánkat is kímélni. Egyszeri kiadásnak valóban húzós lehet egy nagyobb tartály beszerzése, de adott esetben hamar vissza is hozhatja az árát.

De érdemes kisebb léptékben is gondolkodni. Az eresz alá helyezett hordó vagy más mobil esővízgyűjtő tartály is sokat jelenthet mind a felfogás, mind a költséghatékonyság szempontjából. Ma már a legkülönbözőbb színekben, méretekben és funkciókban gondolkodhatunk.

Az esővíz elvezetése is szabályozva van...

Az egyik legfontosabb [betartandó alapelv](#), hogy „A telek, terület csapadékvíz-elvezetési rendszerét úgy kell kialakítani, hogy a víz a terepen és az építményekben, továbbá a szomszédos telkeken és építményekben, valamint a közterületen kárt (átázást, kimosást, korróziót stb.) ne okozzon, és a rendeltetésszerű használatot ne akadályozza”. A csapadékvíz a telken belül elszivárogtatható, ha ez nem veszélyezteti a környező területeket és építményeket. Szabályozzák, hogy területen belül vagy kívül kell elvezetni, és a helyi önkormányzat is hozhat saját, közigazgatási területére vonatkozó előírásokat. Érdemes tehát tájékozódni, mielőtt belevágunk, mert a bírságok összege igen fájdalmas lehet...

S egyre több a hirtelen lezúduló esővíz...

Be kell látnunk: a termőtalaj védelme, az épületünk biztonsága és a felesleges kiadások megelőzése érdekében komolyan el kell gondolkoznunk a megfelelő vízelvezetési technikák alkalmazásán, méghozzá úgy, hogy felkészüljünk az egyre





szélsőségesebb, és ebből adódóan egyre többször előforduló nagy mennyiségű csapadék „lezúdulására”. A hatalmas pocsolyák feletti ugrálás és a sáros cipőtalp a legkisebb gond, amit a hirtelen érkező nagy mennyiségű eső okozhat – ennél sokkal komolyabb akadályokat kell leküzdenünk.

Ha építkezés előtt állunk, akkor legyünk nagyon szigorúak a lejtések, szerkezeti elemek és területszintek kialakításában. Akkor sincs gond, ha ezeken már túl vagyunk, és nem minden volt kellően átgondolt az építéskor, hiszen a fenti módszerek közül a legtöbbet utólag is alkalmazhatjuk.

Annak sem kell aggódnia, akinek nem fér bele egy ciszterna vagy egy komolyabb szikkasztó rendszer, hiszen mint mindig, ez esetben is

itt van nekünk a természet ereje: ültessünk sok-sok növényt, hogy gyökérzetükkel megköthessék a talajt,

és figyeljünk a talajkímélő kertművelés betartására, hogy a lábunk alatt elterülő hatalmas élő szőnyeg önmaga is megbirkózhasson a nagy feladattal!





HOL POCSÉKOLUNK EL SOK VIZET?

A víztakarékosság tíz parancsolata

Minden csepp víznek ára van!

1. Ne mosogass folyó vízben.
2. Ne fürödj kádban, hanem inkább zuhanyozz.
3. A zuhanyzás ne tartson tovább 5 percnél.
4. Fogmosáskor használj poharat, ne folyasd mindvégig a vizet.
5. Kézmosáskor légy gyors, vagy szappanozás alatt zárd el a csapot.
6. Használj víztakarékos WC-tartályt és kis dolgoknál használd a kis öblítést.
7. Ha csöpög a csap, javítsd meg azonnal.
8. Ha folyik a WC, javítsd meg azonnal.
9. Használj víztakarékos adagolókat.
10. Mosogass mosogatógéppel.

Törekedj rá, hogy minél több pontnak feleljen meg háztartásod!
Természetesen mindenki lehetőségeihez mérten alkalmazza a fenti tanácsokat.

Jöjjön a matek, melyik parancsolat mennyit ér?

1. Ne mosogass folyó vízben.

10 perc mosogatás folyóvízben 150-200 liter víz felhasználását jelenti, ráadásul meleg vízből. 650 forintos víz-csatorna díjjal számolva ez 97,5-130 Ft + a melegítésre felhasznált energia ára. Gáz esetében ez további kb. 105-140 Ft. Tehát minden 10 perc folyóvízes mosogatás kb. 200-270 Ft kiadást jelent. Szerintem ez elég sok ahhoz, hogy VÉGRE változtassunk valamin.

2. Ne fürödj kádban, hanem inkább zuhanyozz.

Kádban fürdés = 2-400 liter meleg víz. Az 1-es pontban levezetett számítások alapján ez 270-540 Ft / alkalom. Szerintem ez elég sok ahhoz, hogy VÉGRE változtassunk valamin.





3. A zuhanyzás ne tartson tovább 5 percnél.

Percenként egy átlagos zuhanyfej 12-15 liter vizet fogyaszt. 5 perccel számolva ez 60-75 litert jelent, ami az 1-es pontban számoltak alapján 81-101 Ft-ot jelent. Ugye mennyivel olcsóbb? Ez még jelentősen csökkenthető, de erről majd a 9. pontban írok.

4. Fogmosáskor használj poharat, ne folyasd mindvégig a vizet.

1 liter meleg víz 1,35 Ft (650 Ft víz és csatorna díj mellett, gázzal melegítve.

Villannyal jóval drágább!) Mennyi fér egy 3 dl-es pohárba? 40 fillérnyi! Ha folytatjuk a vizet, akkor ennek sokszorosa. Ugye nem kérdés, hogy eztán csak pohár használatával mosunk fogat!

5. Kézmosáskor légy gyors, vagy szappanozás alatt zárd el a csapot.

A kézmosást 30 másodperccel számolva a meleg víz ára 7-10 Ft! Itt sem elhanyagolható, mekkora vízszugár mellett mennyi ideig mossuk a kezünket. Ez az összeg is jelentősen csökkenthető, a 9-es pontban visszatérünk még erre.

6. Használj víztakarékos WC-tartályt és kis dolgoknál használd a kis öblítést.

A WC-tartályban szerencsére csak hideg vizet használunk. Így 1 liter ára a víz és csatornadíj m³ árának az ezrede, 650 Ft-nál ez 65 fillér / liter. Egy öblítés 6-10 liter (3,9-6,5 Ft), míg egy kis öblítés 2-3 liter (1,3-1,8 Ft). Minden WC-tartályban állítható az úszószint, amivel elérhető, hogy teljes lehúzáskor 6-7 liternél ne menjen el több víz.

Egy ember naponta átlagosan 4x használja a vécét, évente 365 x 4 = 1460-szor. Ha csak 1 literrel tudjuk csökkenteni a teljes lehúzáskor az öblítéshez használt vízmennyiséget, akkor ez már is személyenként nagyjából 1,5 m³ víz / év. Ha használjuk a kisöblítés funkciót, és ezt napi háromszor tesszük, akkor sokkal nagyobb a megtakarított vízmennyiség évente, fejenként 5,8-6,2 m³!!! Ez forintosítva 3770-4030 Ft/fő / év 650 Ft / m³ vízdíj és napi 16-17 liter vízmegtakarítás mellett.

Érdemes tehát rászánni 10 percet, és beállítani az úszószintet, valamint rászokni a kis öblítés használatára. (Ha nem ilyen a tartályunk, az első évben megtérül az ára már két személlyel számolva is!)

7. Ha csöpög a csap, javítsd meg azonnal.

Egy csöpögő csap havonta akár 1 m³ vizet is elpazarolhat! Ez évente így akár 7800 Ft veszteségbe is kerülhet!

8. Ha folyik a WC, javítsd meg azonnal.

Egy csurgó, csöpögő WC-tartály havonta akár 2 m³ vizet is elfolyathat, anélkül hogy ezt jelentősnek éreznénk. Ez évi 7800-15600 Ft értékű vízvesztés is okozhat!

9. Használj víztakarékos adagolókat.





Az első 8 pont csak az odafigyelésről és a vízhasználati szokásokról szól. Nem kerül igazán pénzbe.

Ha hajlandó vagy valamit áldozni is arra, hogy nagyjából további 20-25-30% vízmegtakarítást érj el háztartásodban az összes vízfelhasználásból, akkor érdemes megnézni mit tudnak a víztakarékos adagolók. Ezen a weblapon bemutatjuk hogyan működik a víztakarékos adagoló, illetve mi érhető el egy víztakarékos zuhanyadagoló segítségével.

A vízcsapokon 50-75%-kal, míg a zuhanyzásnál 30-70%-kal csökkenthető az elfolyó vízmennyiség komfortérzet csökkenése nélkül!

10. Mosogass mosogatógéppel.

A mosogatógép már rég nem luxus, csak egy gép, amivel sok pénzt és időt tudunk megtakarítani. Régen ilyen volt a színes TV, vagy az automata mosógép. Ma ezek már szinte minden háztartásban jelen vannak, a mosogatógéppel sem lesz másként. Csak idő kérdése.

Miért mondom ezt? Egy mosogatás mosogatógéppel 15 liter vizet, 1 kw villamos energiát, 1 mosogató tablettát jelent. 12 terítéket lehet elmosogattatni egyszerre, ami rengeteg. Kézzel mosogatva legalább 15 perc, ha nem több. Mibe kerül mindez? 15 liter hidegvíz = 10Ft, 1 kw áram = 50 Ft, 1 mosogató tablettá 23 Ft. (felesleges a 70 Ft-os!!!) Ez mindössze 83 Ft. Ez az összeg folyóvízes mosogatás esetén 4 perc alatt folyik el! Tuti, hogy nem végzel ennyi idő alatt, ezen felül úgy jönnek ki a tányérok, poharak a mosogatógépből, mintha originál újak lennének.



zöld csoportos faliújság





Kedves olvasó!

Rohanó, elektornikailag egyre fejlettebb világunkban teljesen háttérbe szorult az otthoni barkácsolás. Véleményünk szerint az otthoni kreatív tevékenység kiemelten fontos lenne, mert nyugtatja a lelket, fejleszti a finommotorikát, éndiőt biztosít a, és teret a kreativitásnak.

Mint azt a fenti „bábos” cikkünkben is olvashatták kiemelten fontos lenne a bábozás szerepe a gyermekek életében, éppen ezért az alábbiakban otthon, egyszerűen elkészíthető báb ötleteket gyűjtöttünk, melyeket könnyen meg tudnak valósítani, és használni egy egy közös játék során gyermekükkel.

Kellemes barkácsolást és jó bábozást kívánunk!



sárga csoportos faliújság





Papírbábok: -Színes papír, olló, ragasztó és hurkapálca/spatula segítségével a bábok végtelen tárháza életre kelthető. Használják bátran az internetet forrásként, ötletek után kutatva.
-Ha rendelkezésükre áll, díszíthetik a bábokat rezgő szemmel, szalaggal, zsenília dróttal, de ezek nélkül is tökéletes bábok készíthetők.





Zokni bábok: -Bizonyára mindenkinél akad otthon néhány fél pár zokni. Ezeket a szemetesbe dobás helyett inkább barkácsolásra használjuk fel.
-Ha valaki nem tud, illetve nem szeretne varrni, azoknak javasoljuk a bábok készítéséhez a ragasztópisztolyt. A textilek és kiegészítők biztonsággal és tartósan ragazhatóak vele.
-Ne aggódjanak, ha nem lesznek tökéletesek, a bábok funkciója, a velük való játék sokkal hangsúlyosabb, mint a külső megjelenésük.







Fakanál bábok: - A fakanál bábokat készíthetjük festéssel, textillel illetve dekor gumival díszítve.

- Ez a bábtípus kifejezetten tartós, így érdemes minőségi anyagokat használni az elkészítésükhöz.
- Ezekhez a bábokhoz tartónak egy szép kaspót választva nem csak bábok lesznek, hanem dekorációs eszközökké is válhatnak.







Jó barkácsolást, és kellemes időtöltést kívánunk!

