

ÜNDÉRKER

- Áldott karácsonyt mindenkinek! -



Kalendárium

- December - Karácsony hava

Ügyeskedj!

- Gondolkozz! Oldd meg!

Természetráaj

- Vörös róka, magyal

Információ

- Mit? Hol? Mikor?

Mese

- Karácsony az erdőben

- Virgonc Peti

Óperencián is túl

- Újabb forduló

A címlapot illusztrálta:
Milló Martin Alex, 8 éves

December - Télelő, Karácsony hava

December harmadika a Fogytékossággal Élők Napja. Vajon ki gondolná, hogy az Európai Unióban a sérült emberek száma (a tíz új csatlakozó országban élőkkel együtt) eléri az 50 milliót. Hazánkban pedig 580 ezer ember él valamilyen fogyatékossgal.

A legnagyobb a mozgássérültek aránya, és minden 5. sérült társunk halmozottan hátrányos helyzetű. A fent írt adatok nyomán feltehetjük magunkban a kérdést: Mit tesz a társadalom, és mit tehetünk mi sérült embertársainkért?

Az akadálymentes világ minden fogyatékossgal élőknek nélkülözhetetlen. Ezért jó látni, hogy egyre több közintézményben (pl. a Természettudományi Múzeumban) és közhivatalban (pl. a 111. kerületi Polgármesteri Hivatalban) már akadálymentesen közlekedhetnek a rászorulóok. Ráadásul rendelet írja elő, hogy 2005-ig minden középület akadálymentes legyen. Így a példa követendő.

Európa számos városában már régóta rámpák és berregő jelzőlámpák segítik a gyalogátkelőknel sérült társainkat. A közlekedési eszközök is akadálymentesek. Reméljük, hamarosan itthon is megvalósulhat mindez. Sokunk öröme az új áruházak parkolóiban már kialakították a mozgássérültek kocsibeállóit. Sajnos még mindig sok az olyan intoleráns autóvezető, aki gátlástalanul elfoglalja sérült társai elől a helyet.

Talán nekik is érdemes lenne ellátogatniuk a Millenárison lévő Ability Parkba. Ez egy olyan Csodaváros, ahol mindenki kipróbálhatja a fogyatékossgal élők világát. Aki tudja, nézze meg, érdemes. (December 5-ig látogatható.)

Bizonyára sokan emlékeztek a Lajos utcai játszóterünkön megrendezett integrált napunkra. A kerekesszékes táncsoport produkciója mindenkit ámulatba ejtett. Ők és a többi szereplő (egészséges és sérült egyaránt) tanúságot tettek arról, hogy ha külön-

bözőek is vagyunk, csak együtt, egymást elfogadva és segítve juthatunk előrébb.

Áldott, békés karácsonyt és boldog új esztendőt kívánok minden kedves olvasónak.

Vallási ünnepek:

December 5.: Advent 2. vasárnapja

December 8.: Szeptőtelen fogantatás ünnepe

December 12.: Advent 3. vasárnapja

December 14.: Keresztes Szent János emlékezete

December 19.: Advent 4. vasárnapja

December 25.: Karácsony, Jézus Krisztus születése

December 26.: Karácsony másnapja, Szentcsalád vasárnapja

December 28.: Aprószentek ünnepe

Jeles napok:

December 1.: A Békéért Bebörtönzöttek Nemzetközi Napja

Az AIDS Elleni Világnap

December 3.: A Fogyatékossgal Élők Napja

December 10.: Az Emberi Jogok Napja

December 11.: Az Asztmások Világnapja

December 29.: A Biodiverzitás Védelmének Világnapja

KARÁCSONYFA

Szobám

sarkában a

békesség fája

zöld ruháján sok

ezernyi szén, alatta fénylő

melegségben a gyermeki világ

játszani hív. Játszani, játszani,

békében játszani gyermekem veled

hagy játsszam még, körül táncolom veled

a világot most, mikor mindenki érzelme ég.

Nézem a fát és egyre jobban érzem a fényő
illatát, töprengem azon, hogy milyen jó lenne, ha
örök maradna ez éjszakám. Csillagszórók a gallyak
csúcán szórják a karácsony csillagát, béke csillagok

röpődő fényei

szobámból

szálljatok

mind tovább.

Gyenes István verse

A hónap állata és növénye

December hideggel, nemritkán hóval köszönt ránk. Ez ugyancsak megnehezíti az állatok táplálkozását.

A róka tömött téli bundáját viseli már, és igencsak meg kell dolgoznia neki is a mindennapi pecsenyéjéért. Főként rágcsalókkal él, de az egereken, pockokon kívül sokféle nagyobb állatot és gyümölcsöt is eszik. A téli vadászatokon megsörétezett és sebzetten elmenekült nyulakat, fácánokat is összeszedi. A megmaradt táplálékot gondosan elásza a hóba vagy a lomb alá.

Havas időben a nyomokból is kiolvashatjuk, merre járt éjszaka a róka. Csapása zsinorra emlékeztető, nyoma határozott léptű, nem olyan kanyargó és meg-megálló, mint a kutyáé. Ha követjük a nyomokat, megfigyelhetjük, milyen óvatosan vizsgál meg a róka minden eléje kerülő ismeretlen tárgyat.

A kifejlett vörös rókák egyedül járnak, de nincsenek egymástól teljesen elszigetelve, szag-

jelekkel vannak kapcsolatban egymással.

Télen a felnőtt rókák csak ritkán húzódnak a katorékukba. Alváskor összegömbölyödnek és hagyják, hogy behavazódjanak.

Ismeritek a magyalt? A magyal tömött, kúpos koronájú örökzöld cserje/fa. Törzse világoszürke, fényes, kemény, szúrós levelei fogasak, levéltövisesek. Az idős fák koronáján azonban az épszerű időskori levelek is megjelennek.

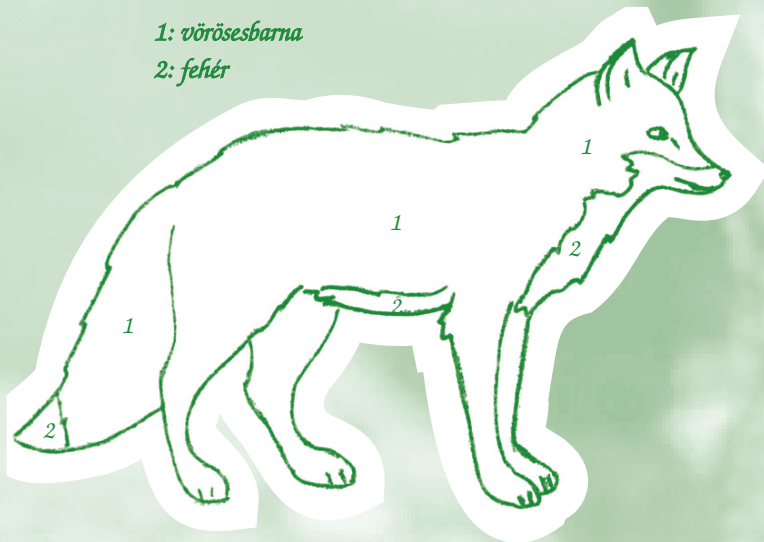
A magyal kétlaki növény. Mit is jelent ez? Azt, hogy a virágai vagy csak porzósak, vagy csak termősek; külön fán jelennek meg a porzós és a termős virágok. Gömbölyű termései kezdetben zöldek, majd őszre élénkpirosra érnek. Ha a madarak vagy a kemény fagyok el nem viszik, tavaszig fán maradnak.

Bruce Pearson - John A. Burton: Emlősállatok, David More - Alastair Fitter: Fák c. könyve, az Emlősök - Túlélési stratégiák (Dr. Julianne Diller és mások) c. könyv és Schmidt Egon nyomán.

Összeállította:
Kriszti

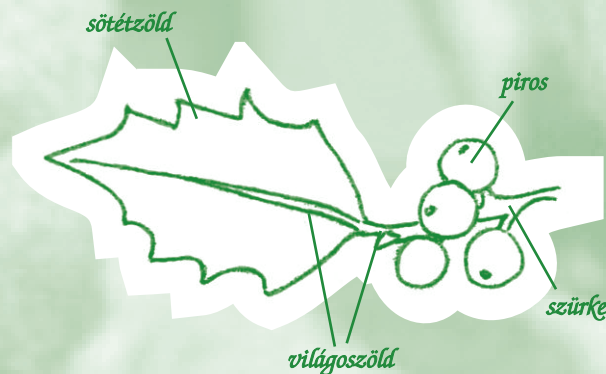
Vörös róka

- 1: vörösesbarna
2: fehér



Lábain az ujjakat fekete szőrzet borítja.

A magyal levele és termése



Schmidt Egon: Karácsony az erdőben

A legszebben feldíszített karácsonyfa sem vetekedhet a fehér hósapkával borított fenyőfákkal! Ágaikon a lefelé csüngő tobozok mintha csak díszek lennének, ha pedig az ólomszürke fellegek mögül néhány percre kibukkan a nap mosolygó arca, úgy csillognak, villognak az apró jégkristályok, hogy akár ezer csilagszóróval is versenyre kelhetnének.

Az erdei tisztás közepén egy kisebb fenyőfa állt, alacsony ágait még a gyerekek is elérték. Kati és Laci térdig érő hóban törtetett odáig. Letették a magukkal hozott nagy kosarat és sorra szedték elő az erdei állatoknak szánt ajándékokat. Volt ott vékony drótra fűzött fél dió, magokkal teli napraforgótányér, piros alma, aztán madárkalács, amit a gyerekek maguk készítettek olvasztott fagygyúból és napraforgóból. Kati adogatta, Laci pedig, mert ő volt a nagyobb, már hatodikos, egyenként akasztgatta az ágakra őket. Jutott a sok ajándékból a fa minden oldalára.

Amikor már teljesen kiürült a kosár, Katinak eszébe jutott valami.

– Írjunk üzenetet a hóba! – kiáltotta hidegtől kipirult arccal. Laci egy száraz ágacskát keresett, és csupa nagybetűvel a hóba írta **BOLDOG KARÁCSONYT AZ ERDEI ÁLLATOKNAK!**



Bodroghalmi Brigitta, 10 éves

és ki győzné felsorolni valamennyit.

Kati először megkereste a hóba hullott almát, és feltette a fára, aztán újabb ajándékokat aggattak az ágakra.

A két mókus odafent olyan izgatott lett a sok csemege láttán, hogy nagyokat koppantottak és lompos farkukat a fejük fölé kunkorították.

Közben nagy pelyhekben hullott a hó. A gyerekek úgy érezték, még soha nem volt ilyen szép a karácsony.

Virgonc Peti

Peti egyszer azt álmodta, hogy a Mikulás az égből nézi őt, és nagyon szomorú azért, mert ő mindig rosszalkodik. Bántja az állatokat, gonoszodik az osztálytársaival és nem vigyáz a játékaira.

Peti miután felébredt álmából, elgondolkodott, és megígérte a Mikulásnak, hogy ezután jól fog viselkedni.

Következő évben már Petit nem virgoncnak csúfolták, hanem Csudajó Petinek hívták.

Írta: Liza, 8 éves; Lilla, 8 éves; Dóri, 10 éves

Egészség-abc



- Karácsonyi étkünkre, a dió -



A dió nemcsak értékes tápanyagunk, hanem az ünnep hangulatát is felidézi.

December 24-én este régi szokás volt, hogy mézes diót ettek, melynek gonoszűző jelentést tulajdonítottak, jövendöltek belőle, és a karácsonyi asztal is elképzelhetetlen lett volna nélkülik.

Mit tartalmaz a dió?

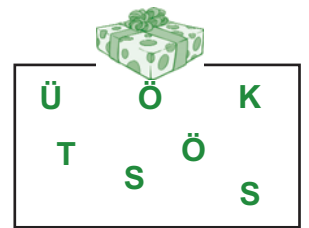
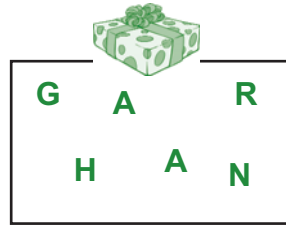
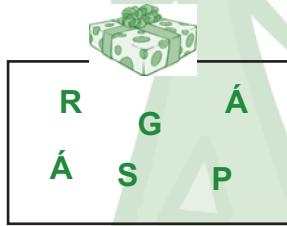
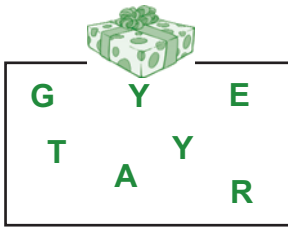
A dióban nagyon sok értékes tápanyag található (pl.: kalcium, magnézium, vas, B1-, B6-, E- és A-vitamin). Energiatartalma igen magas, ezért mértékkel való fogyasztása javasolt.

Tudtad, hogy a dió fehérjetartalma vetekszik a húsokban található fehérje mennyiséggel?!

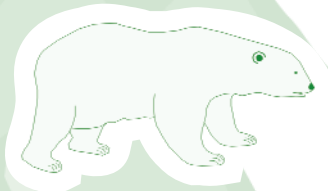
Próbáld ki a mézbe mártogatott diót, nagyon finom karácsonyi csemege.

Ügyeskedj!

1. Milyen karácsonnyal kapcsolatos kifejezések bújtak el a dobozokban?



11. A képek első betűjét írd le, s ezt összeolvasva egy közelművi esemény nevét kapod megfejtésül!



111. Párosítsd össze a karácsonyi történeteket írójukkal!

A kis gyufaáruslány
Betlehemi királyok
Karácsonyi ének
A fenyőfa

Charles Dickens
Andersen
Weöres Sándor
József Attila

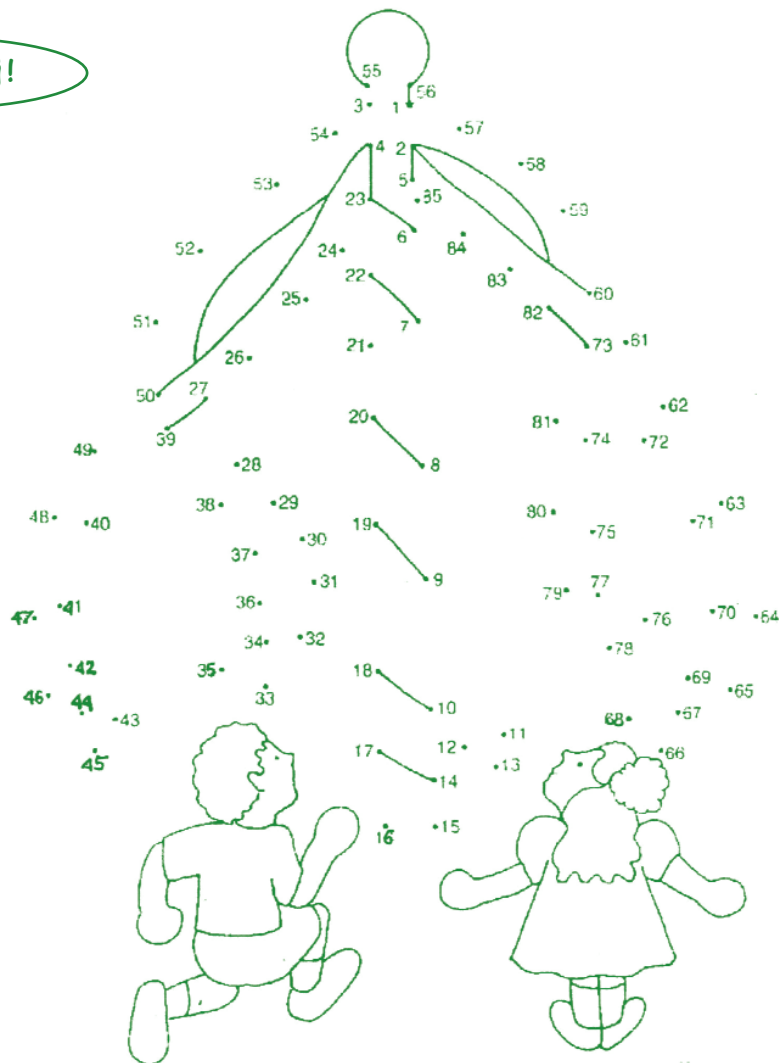
IV. Keresd meg a felsorolt karácsonyi fogalmakat!

S	L	I	M	S	K	U	G	L	I	B	A
J	Ó	R	É	P	A	J	Á	N	D	É	K
K	O	S	Z	O	R	Ú	S	Z	I	B	A
G	Y	E	R	T	Á	I	P	L	Ó	E	D
A	K	A	L	Á	C	S	Á	B	I	J	V
F	E	N	Y	C	S	I	L	L	A	G	E
B	E	T	L	E	O	H	E	M	T	L	N
A	H	A	R	A	N	G	Y	A	L	I	T
L	E	F	E	N	Y	Ő	M	H	A	R	A

A keresendő szavak:
KALÁCS, DIÓ, BEJGLI,
KARÁCSONYFA,
FENYŐ, CSILLAG,
KOSZORÚ, ANGYAL,
AJÁNDÉK, HARANG,
ADVENT

Ügyeskedj!

5. Kösd össze a pontokat 1-85-ig!



Összeállította: Zsuzsa

Gyerekszemmel

1. Közeleg a Karácsony! Várod már?

– Jaj, nagyon. Már elkészítettem azt a listát, amire felírtam, mit szeretnék kapni. Ruhát, cipőt, walkmant, könyveket, és szeretnék még egy ezüst bokaláncot is. Azt már ki is néztem. Remélem, sok mindent fogok kapni, mert „jó kislány” voltam.

2. Hogyan ünnepeltek?

– Nagy a család, úgyhogy mindenki be tud segíteni, így hamarabb elkészülünk a sütés-főzéssel. A menü mindig ugyanaz: halászlé, töltött káposzta, kacsasült, és persze bejgli. A mákos a kedvencem. Karácsonykor mindig olyan jókat eszünk, ezért is szeretem. Másnap a nagyszülőkhöz szoktunk utazni vidékre. Ott találkozunk a család többi részével. Ilyenkor végre láthatom az unokatestvéreimet is.

3. Szoktál ajándékokat készíteni?

– Igen. A zsebpénzemet összegyűjtöm, s abból veszek 1-2 dolgot anyuéknak és a tesóméknak. Mamáéknak rajzolni szoktam. Anyukámnak már ki is néztem egy nagyon szép ékszerdobozt, apunak pedig egy cigarettatartót. A tesóm még nem tudom, mit kap.

4. Szereted ezt az ünnepet?

– Igen. Ilyenkor mindig együtt van a család. Eszünk-iszunk jókat. Énekelünk és nagyokat nevetünk. A karácsonyfa csillog-villog, a picik tátott szájjal nézik. Sok ajándékot is kapunk. És persze iskolába se kell menni.

Zsani



Kedves Gyerekek!

*Nagyon sok helyes megfejtés szelte át a tengerek és óceánok vizét és jutott el hozzám.
Íme itt vannak az újabb kérdések.*

1. Melyik állat védekezik olyan anyaggal, amelyet írásra is használtak régen? (1 pont)

a, tintahal

b, cápa

c, ponty

2. Miért pusztul el a partra vetett hal? (10 pont)

3. Mivel szaporodnak a halak? (1 pont)

a, ikrával

b, petével

c, tojással

4. Miért van szükség növényekre a vízben? (4 pont)

a, mert megszínezik a vizet

b, búvóhelyet nyújtanak a kisebb halaknak a ragadozók elől

c, nincsen jelentősége a növényeknek a vízben

d, a növények oxigént adnak le a vízbe, és a halaknak vízben oldott oxigén kell az életben maradáshoz

5. Hogyan fújódik fel a gömbhal? (5 pont)

a, sokat eszik

b, vizet szív magába

c, nagy levegőt vesz

6. Igazán repül-e a repülőhal? (2 pont)

a, igen

b, nem

c, csak kiugranak a vízből és mellúszóikkal siklanak a levegőben

7. Van-e a halaknak fülük? (1 pont)

a, igen, belső fülük van

b, igen, külső fülük van

c, nem nincsen fülük

Várom a helyes megfejtéseket!

**Cím: MMSz Egyesület Módszertan (Ubul Kapitány)
1033 Budapest, Miklós u. 32.**

Összeállította: Gizus

LAJOS U.:

- Mini manók kézművese: decemeber 1., 8., 15. (szerdánként) 10.30-tól
 Kézműves foglalkozás nagyoknak: december 6., 13. (hétfőnként) 16.30-tól
 „UNIKAT” kézműves foglalkozások: december 8. (szerda) 10.30-tól
 december 13. (hétfő) 16.30-tól
 (Az UNIKAT kézműves újság támogatásával.)
 Sakk-kör műkedvelőknek: december 7. (kedd) 17.00-tól
 Baba-mama klub: december 2., 16. (csütörtökönként) 10.30-tól
 (Az Obuda-Békásmegyer Védőnői Szolgálat támogatásával.)
 Babamasszázs: december 3., 10., 17. (péntekenként) 11.00-tól (Csics Edit védőnő vezetésével)
 Mikulásvárás: december 4. (szombat) 16.00-tól
 Karácsonyfa díszítés: december 24. (péntek) 10.00-tól

HUSZTI ÚT:

- Kézműves foglalkozás kicsiknek: december 1., 8., 15. (szerdánként) 16.00-tól
 „UNIKAT” kézműves foglalkozások: december 15. (szerda) 16.00-tól
 december 16. (csütörtök) 16.00-tól
 (Az UNIKAT kézműves újság támogatásával.)
 Filmklub: december 11. (szombat) 16.00-tól
 Agyagozás: december 2., 9., 16. (csütörtökönként) 16.00-tól
 Állatok nyomában: december 28. (kedd) 15.00-tól
 Baba-mama klub: december 13. (hétfő) 10.00-tól
 (A Pethe Ferenc téri Védőnői Szolgálat támogatásával.)
 Mikulásvárás: december 5. (vasárnap) 16.00-tól
 Karácsonyfa díszítés: december 22. (szerda) 10.00-tól
 Karácsonyi vásár: december 22. (szerda) 14.00-tól

KERÉK U.:

- Kézműves foglalkozás kicsiknek: december 1., 8., 15. (szerdánként) 10.00-tól
 Óvodások kézművese: decemeber 1., 8., 15. (szerdánként) 16.30-tól
 Kézműves foglalkozás nagyoknak: december 3., 10. (péntekenként) 16.00-tól
 „UNIKAT” kézműves foglalkozások: december 10. (péntek) 16.00-tól
 december 15. (szerda) 16.30-tól
 (Az UNIKAT kézműves újság támogatásával.)
 Agyagozás: december 2., 9., 16. (csütörtökönként) 15.30-tól
 Baba-mama klub: december 6., 20. (hétfőnként) 10.00-tól
 (A Vörösvári úti Védőnői Szolgálat támogatásával.)
 Mikulásvárás: december 4. (szombat) 16.00-tól
 Karácsonyi vásár: december 15. (szerda) egész nap
 Karácsonyfa díszítés: december 23. (csütörtök) 10.00-tól

ZEMPLEN U.:

- Kézműves foglalkozás: szerdánként 16.00-tól
 szombatonként 15.00-tól
 „UNIKAT” kézműves foglalkozások: december 4., 18. (szombatonként) 15.00-tól
 (Az UNIKAT kézműves újság támogatásával.)
 Baba-mama klub: december 1., 15., 29. (szerdánként) 10.30-tól
 Baba-mama torna: hétfőnként és csütörtökönként 9.00-10.00-ig
 Pingpong klub: december 3., 17. (szerdánként) 16.00-tól
 Beszélgetős klub: szerdánként 16.30-tól
 Mikulás-ünnepség: december 6. (hétfő) 16.00-tól

GYŰRŰ U.:

- Kézműves foglalkozás: szerdánként 15.00-tól
 „UNIKAT” kézműves foglalkozások: december 8., 15. (szerdánként) 15.00-tól
 (Az UNIKAT kézműves újság támogatásával.)
 Baba-mama klub: december 10. (péntek) 10.00-tól
 Filmklub: csütörtökönként 15.00-tól
 Önismereti klub: december 4., 18. (szombat) 15.00-tól
 Mikulás-ünnepség: december 6. (hétfő) 15.00-tól

SILVÁNUS SÉTÁNY:

- Kézműves foglalkozás: hétfőnként 16.00-tól
 „UNIKAT” kézműves foglalkozások: december 13., 20. (hétfő) 16.00-tól
 (Az UNIKAT kézműves újság támogatásával.)
 Énekes-mondókás foglalkozás: kétdenként és csütörtökönként 10.30-tól
 Diavetítés: december 2., 16. (csütörtökönként) 17.00-tól
 Agyagozás: december 9. (csütörtökön) 17.00-tól
 Baba-mama klub: december 8. (szerda) 10.00-tól
 Mikulás-ünnepség: december 6. (hétfő) 16.00-tól

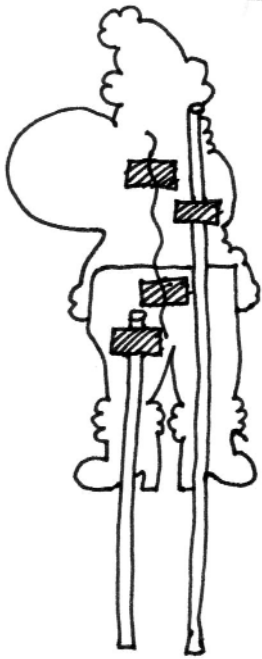
A kiadványt támogatják: Gyermek-, Ifjúsági és Sportminisztérium és a
 „Budapest Bank Budapestért” Alapítvány

Kedves Gyerekek!

Szerintetek szokott a Mikulás táncolni?

Mozogni biztosan nagyon szeret.

Színezzétek ki, majd vágjátok körbe a kép alsó és felső részét. Ragasszátok össze fonal és hurkapálca segítségével az alábbi rajznak megfelelően a Mikulás testét!



A minta hátoldalán dolgozz!



Fogd a két kezedbe a hurkapálcákat, s ha a felső testrészt jobbra-balra mozgatod, már táncol is a Mikulásod!
Jó munkát!

Kedves Gyerekek!

Karácsonyi asztaldíszként betlehemet készíthettek úgy, hogy kiszínezték, majd kivágták a képet s középen félbehajtották. Az alsó részen lévő figurákat vágd körbe a vastagabb vonal mentén, majd állítsd fel őket! A könyvjelzőt, ha szintén kiszínezték és írtok rá pár üdvözlő sort, ajándékba is adhatjátok!

Jó munkát kívánok!

Rajzolta:

Zsuzsa

KÖNYVJELZŐ

