

# I D Ő R D É R K E R T

- ÁLDOTT, BÉKÉS KARÁCSONY! -



## Kalendárium

- Az élő karácsonyfa

## Zöld mozaik

- Téli erdőn, mezőn

## Mese

- Dsida Jenő verse

## Ügyeskedj!

- Gondolkozz! Oldd meg!

## Barangolás

- Totó

## Egészség-ábécé

- Téli egészségmegőrzés





## Kedves Olvasó!

Hamarosan eljön az esztendő legszebb ünnepe, amikor a Szentestén a feldíszített karácsonyfát mindannyian körbeállhatjuk.

A **karácsonyfa** a születés, az élet s egyben a tavasz eljövetelének jelképe. Miért ne ünnepeletnénk ezt a csodálatos karácsonyt élő, töves fenyőfával?

Évente sok százezer fát vágnak ki csak azért, hogy otthon karácsonyfát állíthassunk. Szerencsére évek óta elérhetőek azok az árusítóhelyek, ahol élő fenyőfát vásárolhatunk.

(A visszaváltható, földlabdás fenyőket többek között a Rügyecske Alapítvány árusítja idén is.) Ha máshol vesszük a fánkat, győződjünk meg róla, hogy a fa ép és egészséges.

Fogjunk meg egy ágat és húzzuk végig az ujjunkat az ágon magunk felé. Ha sok tülevél marad a kezünkben, nézzünk másik fa után. Fontos azt is tudnunk, hogy egy nagyobb fa sokkal nehezebben viseli az átültetést a kisebb méretű fákhoz képest. (Az optimális karácsonyfa mérete 150-180 cm.)

A fenyőfánk gondozásáról, későbbi kiültetéséről bővebben (többek között) a Rügyecske Alapítvány honlapján olvashatunk. Az ünnepek elmúltával ültethetjük saját kertünkbe, de akár vissza is válthatjuk a fenyőnket.

Bízunk abban, hogy egyre többen választják az élő karácsonyfát, mely nagy mértékben hozzájárulhat saját környezetünk védelméhez.

**Kívánok minden kedves olvasónknak megihitt Szentestét és kegyelemteljes, békés karácsonyt!**

### Vallási ünnepek:

december 3.: Advent 1. vasárnapja

december 8.: A Szeplőtelen fogantatás ünnepe

december 10.: Advent 2. vasárnapja

december 17.: Advent 3. vasárnapja

december 24.: Advent 4. vasárnapja, Szenteste

december 25.: Karácsony, Jézus Krisztus születése

december 26.: Karácsony másnapja

december 28.: Aprószentek emléknapja

december 30.: Szent Család ünnepe

### Jeles napok:

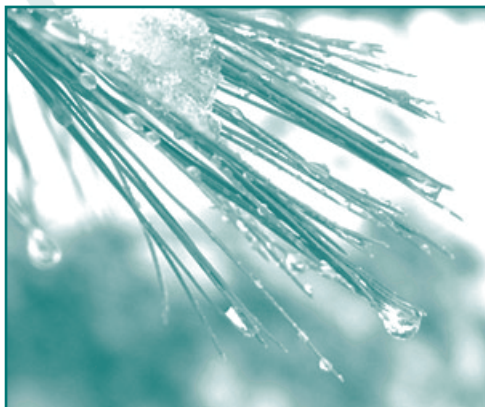
december 1.: Az AIDS világnapja

december 3.: A Fogyatékkal Élő Emberek Nemzetközi Napja

december 10.: Az Emberi Jogok Napja

december 31.: Szilveszter Napja

Márti



Kiadja a Magyar Máltai Szeretetszolgálat Közép-Magyarországi Régiója

Szerkesztő: Till Csaba ■ A lapot irták: Král Zsuzsa, Mészáros Márta, Taródiné Kardos Ágnes, Varga Zsuzsanna, Zsóri Anikó  
 ■ Tördelő: Farkas Péter ■ Felelős kiadó: Győri-Dani Lajos ■ A NYOMDAI MUNKÁKAT A FOLYRINT GYORSNYOMDA VÉGEZTE

Levelezési cím: 1033 Budapest 111. ker., Miklós u. 32.  
 Telefon: 388 - 87 - 60, 388 - 89 - 20  
 Fax: 368 - 42 - 83  
 E - mail: tunderkert@mmszbp.hu  
 Website: <http://www.mmszbp.hu>

**Dsida Jenő:**

## *Itt van a szép Karácsony*

*Itt van a szép, vig Karácsony,  
Élünk dión, friss kalácson:  
mennyi finom csemege!  
Kicsi szíved remeg-e?*

*Karácsonyfa minden ága  
csillog-villog: csupa drága,  
szép mennyei üzenet:  
Kis Jézuska született.*

*Jó gyermekek mind örülnek,  
kályha mellett körben ülnek,  
aranyese, áhitat  
minden szívet átítat.*

*Pásztorjátások be-bejönnek  
és kántálva ráköszönnek  
a családra. Fura nép,  
de énekük csudaszép.*

*Tiszta öröm tüze átég  
a szemeken, a harangjáték  
szól, éjjeli üzenet:  
Kis Jézuska született!*



*Király Dominika, 8 éves*



*Dotter Klaudia, 8 éves*



*Szöllős Levente, 8 éves*



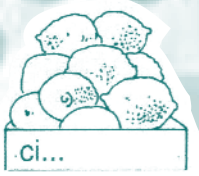
*Bánki Bianka, 8 éves*



## Egészség-ábécé – téli egészségmegőrzés –

Télen a hideg időjárás miatt gyakoribbak a megfázásos, meghűléses betegségek. Ilyenkor (is) nagyon jó, ha minél több magas C-vitamin tartalmú gyümölcsöt fogyasztunk megelőzőképpen.

Miután felismerted a gyümölcsöket, írd a nevüket a láda szélére. A kedvencedet ki is színezheted.



ci...



ma...



na...



ana...



gr...

A következő állításokat húz a megfelelő gyümölcsös ládához.

a, Körbevevő héja vékony, könnyen hámozható.

b, Zsírégető hatása is van.

c, Magjából készített kivonat épp olyan hatásos, mint az antibiotikum.

d, Elsősorban frissen fogyasztják, de népszerű üdítőitalként és lekvárként is.

e, Régi bevált gyógymód, levét kis mézzel elkeverve (teával) fogyasztani nátha ellen.

Ági

Ügyeskedj!

1. Kösd össze a pontokat és megtudod, mit tart a Mikulás a kezében!





2. Segíts a Mikulásnak megtalálni a hazavezető utat!  
Találd ki azt is, hogy merre vezet a nyíl!



3. Keresd meg a különbségeket a két kép között!  
Ha van kedved ki, is színezheted őket!





## Téli erdőn, mezőn

Aki járt már télen is az erdőben, kint a természetben, az tudja, hogy akkor is gyönyörű látványt nyújt. Ha leesett a várva várt első hó, a csupasz fákat, a földön az elszürkült faleveleket fehér lepel borítja be, az addig komor táj tündéri helyszínné változik.

Egy-egy enyhébb nap után, ha fagy, a fákon csillogó jégcsapok jelennek meg. A fák is – a hideg ellen védekezve hullajtják le ősszel a lombjaikat –, „téli álmat alszanak”.

De ilyenkor is van ám élet az erdőben, bár költő madaraink délen várják a tavaszt. Már nem halljuk a fülemüle és a sárgarigó hangját, helyettük azonban megjelennek a szajkók és a léprigók.

Ha beljebb megyünk az erdőben, a sima hótakarón nagy, barna foltokat találva, megállapíthatjuk, hogy vaddisznó járt arra, s orrával feltúrta a havat, földet, hogy makkot, a földben melegedő földigilisztát, csigát találjon. Itt később megjelennek a cinégek is, hátha a feltúrt talajban rovarokra bukkanak. Az őzek, szarvasok a fakérget is megeszik ilyenkor.

A mezőkön a kisrágcsálók (pockok, egerek) a hóban készített járatokon közlekednek, ezzel megnehezítve a velük táplálkozó rókák, rétihéjak, baglyok táplálékszerzését.



Egy téli kirándulás során a hópaplanon könnyen megláthatjuk a fácánt, mezőn futó rókát, őzet, mert a hófehér tájon cserbenhagyja őket kültakarójuk rejtőszíne, ami hómentes időben biztosítja a rejtőzködést. A hótakarón jól tanulmányozhatók az állatok lábnyomai,

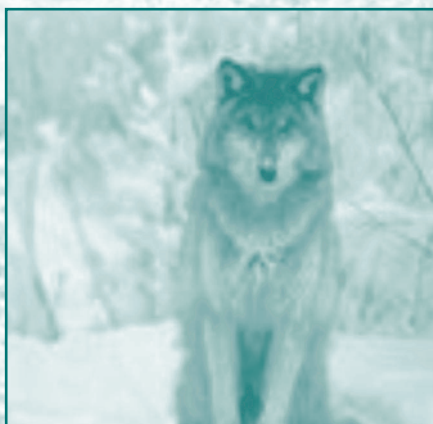
pl.: a róka nyomai jellegzetes vonalon húzódnak, megkülönböztethetjük az őz kicsi és a vaddisznó nagyobb patáinak a nyomait.



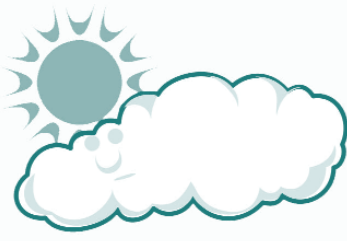
Télen a tavak befagynak, de a Duna, Tisza erős sodrása miatt csak ritkán jegesedik el, ezért a récék átköltöznek a Dunára, vagy délebbre repülnek. De láthatunk bütykös hattyút, sirályokat is a folyón. Vannak madarak, amelyek északabbról jönnek ilyenkor hozzánk, mint pl.: a jeges récék, ők is a

Dunánál töltik a telet.

A meleg szobából se feledkezzünk meg az állatokról, a madáretetőkben mindig legyen finom eleség a cinégeknek, meggyvágóknak, verebeknek.



V. Zsuzsa



# Barangolás Magyarországon



*Kedves Gyerekek!*

*Karikázzátok be a választ a feltett kérdésekre és küldjétek el nekünk a helyes válasz betűjelét!*

*Megfejtéseiteket az alábbi címre várjuk:*

*Magyar Máltai Szeretetszolgálat Hangyaboly program*

*1033 Budapest, Miklós utca 32.*

- Hogy hívták a honfoglaló magyarok vezérét?*  
1. Géza                      2. Árpád                      x. Lajos
- Hány vezér kötött vérszerződést a honfoglalás idején?*  
1. hét                      2. tíz                      x. tizenkettő
- Melyik királyunkat nevezzük „igazságosnak”?*  
1. István király                      2. László király                      x. Mátyás király
- Kik támadták meg sok-sok évvel ezelőtt Magyarországot?*  
1. indiánok                      2. törökök                      x. eszkimók
- Az alábbi folyók közül melyik folyik Magyarországon?*  
1. Amazonas                      2. Nílus                      x. Dráva
- Járt-e magyar úrhajós a világűrben?*  
1. nem                      2. nemsokára fog                      x. igen, Farkas Bertalan
- Hány ember él Magyarországon?*  
1. kb. 10 millió                      2. kb. 7 millió                      x. kb. 16 millió

Összeállította:

Zsuzsa



## Információk

### LAJOS U.:

*Buborék játszóház: keddenként 9.30-tól 11.00-ig*

*Kézműves foglalkozás: december 4., 13., 16.00-tól 17.30-ig*

*Mikulás-várás: december 5. (kedd) 16.00-tól*

*Karácsonyfa-díszítés: december 24. (vasárnap) 11.00-tól*

### HUSZTI ÚT:

*Origamizó foglalkozás: csütörtökönként 16.00-17.30-ig*

*Kézimunka szakkör: szerdánként 16.00-17.30-ig*

*Filmklub: december 16. (szombat) 16.00-tól*

*Mikulás-várás: december 6. (szerda) 16.00-tól*

*Karácsonyi vásár: december 22. (péntek) 10.00-tól 12.00-ig*

*Karácsonyi készülődés fadíszítéssel, felolvasással: december 22. (péntek) 16.00-tól*

### KERÉK U.:

*Kézműves foglalkozás: hétfőnként 16.00-17.30-ig*

*Táncház: péntekenként 16.00-17.00-ig*

*Mikulás-várás: december 5. (kedd) 16.00-tól*

*Karácsonyfa-díszítés: december 24. (vasárnap) 11.00-tól*

*Karácsonyi vásár: december 11-17., délelőttönként a játszóházban*

*Az idegen lány c. bábelőadás: december 16. (szombat) 15.00-tól (A Palánta Misszió előadásában.)*

### ZEMPLEÉN U.:

*Kézműves foglalkozás: szombatonként 15.00-tól*

*Mikulás-várás: december 6. (szerda) 16.00-tól*

*Karácsonyi díszkészítés: december 17. (vasárnap) 15.00-tól*

*Karácsonyfa-díszítés: december 23. (szombat) 15.00-tól*

### GYŰRŰ U.:

*Kézműves foglalkozás: december 4., 11., 18. (hétfőnként) 15.00-tól*

*Mikulás-ünnepség: december 6. (szerda) 16.00-tól*

*Unobajnokság: december 14. (csütörtök) 16.00-tól*

*Csocsóbjajknokság: december 21. (csütörtök) 15.00-tól*

*Karácsonyfa-díszítés: december 24. (vasárnap) 11.00-tól*

*Szilveszteri mulatozás: december 31. (vasárnap) 11.00-tól*

### SILVANUS SÉTYÁNY:

*Kézműves foglalkozás: péntekenként 16.00-tól*

*Énekes-mondókás foglalkozás: keddenként, szerdánként 10.30-tól*

*Diafilmvetítés: szerdánként 17.00-tól*

*Babamasszázs: hétfőnként 10.00-tól 11.00-ig*

*Mikulás-ünnepség: december 6. (szerda) 16.00-tól*

*Karácsonyfa-díszítés: december 24. (vasárnap) 11.00-tól*



## *Kedves Gyerekek!*

*Bizonyára többször próbáltatok már meglesni a Mikulást, amikor az ajándékot a csizmákba rejti. Most egy olyan Mikulást készíthettek, aki a kéményen keresztül bújik be a házba.*

*Előbb színezzétek ki a Mikulást és a kéményt, majd vágjátok ki a két darabot! A kéményt hajtsátok meg a szaggatott vonalak mentén és ragasszátok össze a pontokkal jelölt résznél. Csúsztassátok be a Téliapót, s már játszhatjátok is, hogy hol előbújik, hol meg eltűnik a kéményben.*

*A melléklet másik részéből üdvözlőkártyát készíthettek, ha kiszíneezitek és kivágjátok a lapokat.*

*Boldog Karácsonyt kívánok!*

*Zsuzsa*

