

T Ü N D É R K E R T

Boldog új évet kívánunk!



Kalendárium

- A konfliktuskezelésről

Mese

- A magányos hóember

Zöld mozaik

- Az európai hód

Ügyeskedj!

- Gondolkozz! Oldd meg!

Tudod-e?

- Érdekességek az állatvilágból

Információk

- Mit? Hol? Mikor?

Kedves Olvasók!

Az új esztendő megérkeztével mindannyian fogadkozunk, hogy egy jobb, szebb és minőségibb életet fogunk élni. Többet fogunk olvasni, kirándulni, gyakrabban hívjuk fel a szeretteinket, és még sorolhatnám.

Január 31-én ünnepeljük a **Béke Világnapját**. Ez az időpont is alkalmat ad arra, hogy kicsit elgondolkodjunk társas kapcsolataink minőségén. Hétköznapijainkat megmérgezik a gyakori viták, feszült helyzetek. Erre kínál megoldást többek között a „konfliktuskezelés művészete”.

Biztosan mindannyian kerületek már olyan helyzetbe, amikor a vita odáig fajult a másikkal, hogy reménytelenné vált a megegyezés. A felek indulatossága, értetlensége vagy ügyeskedése minduntalan mellékvágányra tereli a „beszélgetést”.

Előfordul ez az iskolában, munkahelyen és főként a családban, otthon.

A **mediáció** ezekre a problémákra ad megoldást. A szó (mediáció) közvetítést, békéltetést jelent. E kommunikációs módszer segíti a konfliktusban álló feleket kölcsönösen elfogadható megoldás kidolgozásában. A mediáció során a szemben álló felek egy mediátor (vagyis konfliktuskezelési technikákban jártas szakember) segítségével tisztázzák a megoldásra váró kérdéseket. Természetesen a cél itt is az, hogy végül megegyezésre jussanak a felek.

Felmérések szerint azok az emberek, akik a

mediáció segítségével jutottak egyezségre, sokkal nagyobb arányban tartják be a közösen kialakított megállapodást, mint azok a vitázók, akik nem keresik a közös megoldást viszályukban.

A fent írt módszer csak az egyik lehetőség arra, hogy megtanuljunk egymás mellett békében élni. A lényeg az, hogy mindig keressük a konszenzus lehetőségét.

Találjuk meg az embertársunkban, a kialakult vitás helyzet ellenére is, azokat a pontokat, tulajdonságokat, melyek összekötnek minket. Ha így teszünk, egy kiegyensúlyozottabb világot építünk – önmagunkban is.

Minden kedves olvasónak boldog új esztendőt kívánok!

Vallási ünnepek:

január 1.: Szűz Mária, Isten anyjának emlékezete
 január 6.: Vízkereszt, Urunk megjelenésének emléknapja
 január 18.: Árpád-házi Margit ünnepe

Jeles napok:

január 1.: Újév Napja
 január 22.: A Magyar Kultúra Napja
 január 31.: A Béke Világnapja

Márti





Az európai hód

Az európai vagy közönséges hód (*Castor fiber*) Eurázsia legnagyobb, jellegzetes rágcsálófaja.

Állománya a 19. században jelentősen megfogyatkozott, jelenleg Európában a védelmi intézkedéseknek köszönhetően állomány száma növekedésben van, az ázsiai populációk azonban továbbra is veszélynek vannak kitéve.

A faj kiválóan alkalmazkodott a vízi életmódhoz, élőhelye a fás vízpart. A Brit-szigetektől a 16. században kipusztult, populációja számos más helyen megritkult. Megmentése érdekében visszatelepítési programok folynak az Elba, a Duna és a Rhone vízgyűjtőjében, Skandinávia egyes részein, Bajorországban és Hollandiában. Kelet-Európában állománya továbbra is visszaszorulóban van.

Magyarország hódállománya a 19. század közepére a vadászatnak köszönhetően kipusztult, de a 20. század utolsó évtizedében az ausztriai és magyar WWF együttműködésének eredményeképpen visszatelepítés kezdődött. 1996 óta a Duna-Dráva és a Fertő-Hanság Nemzeti Park területén, illetve a Tisza középső és felső folyásához, 2006 őszén pedig Hódmezővásárhelyen történt telepítés. 2004 óta minden szabadon engedett példányt nyomkövető rendszerrel szerelnek fel. Spontán vándorlás révén már a Zagyva mentén is megjelent, ami a hazai, jelenleg kb. 500 példányból álló populáció megerősödését jelzi.

Eurázsia legnagyobb rágcsálójának testtömege 20-33 kilogrammos, testhossza pedig 78 centimétertől akár egy méterig terjedhet, amihez 30-37 centiméteres lapos, pikkelyes farok csatlakozik. Barna bundája selymes és vízhatlan, szemei és fülei kicsik. Hátsó lábain úszóhártya köti össze ujjait.

Az európai hód kanadai rokonával ellentétben nem épít hódvárakat és gátakat is csak ritkán emel,

vackját inkább a partfalban ássa ki. Az akár tizenegy méteres hosszúságot is elérő folyosórendszer bejárata a vízből nyílik.

A lakóüreg átmérője kb. 50-80 centiméteres, itt 5-8 állat (egy szülőpár, a tavalyi és az idei alom) él. A család kisebb állandó territóriumot tart fenn a vízpart mentén, melynek határait szagjelzésekkel jelölik ki. Vándorlásra táplálékszüke esetén kerülhet sor.

A faj kizárólag növényi eredetű táplálékot (lágyszárúakat, fakérget és leveleket) fogyaszt, rágásnyomai árulkodnak jelenlétéről. Rágásra metszőfogai folyamatos növekedése miatt is szükség van.

A hódok kiválóan úsznak. Bundájukat a végbélnyílás körül elhelyezkedő két szagmirigy váladékával teszik vízállóvá, farkukkal kormányoznak, úszóhártyás lábikkal pedig előrelokkik magukat a vízben. Hátsó lábik második karma speciális bundatisztító karommá módosult. Egymással füttyögéssel, szagjelzésekkel és farokcsapkodással kommunikálnak, ez utóbbival veszélyre hívják fel a figyelmet.

Az európai hód besorolása a Természetvédelmi Világszövetségnél rossz kilátású, mivel ázsiai populációi továbbra is visszaszorulóban vannak (pl. az 1969-ben leírt *Castor fiber turanicus* kihaltfélben van, az 1929-ben felfedezett, szintén oroszországi elterjedésű *Castor fiber pohlei* pedig sebezhető). Elsősorban a prémvadászat fenyegeti, régebben pézsmája is keresett cikk volt. Magyarországon 1988-óta védett, eszmei értéke 50 000 forint.

V. Zsuzsa



A magányos hóember

Egy hóember állt a játszótér közepén. Nagyon unatkozott, mert senki sem volt körülötte. Egyre csak sóhajtozott:

– Jó lenne, ha jönne már valaki! Olyan rossz egyedül!

Ekkor egy kismadár röppent a kalapjára. A hóember megijedt, hogy a madárka tönkreteszi a szép kalapját, ezért mérgesen rászólt:

– Hess, te kismadár! Ülj egy faágra, semmi keresnivalód az én kalapomon!

Így aztán a kismadár kénytelen volt továbbmenni. A hóember alig nyugodott meg, amikor neszezést hallott: egy nyuszi kuporodott le szorosan melléje. A hóember rászólt:

– Nyuszi, légy szíves, menj távolabb tőlem! Még megolvadok a szuszogásodtól!

Amikor pedig a seprűjére telepedett egy veréb, dühösen rárivallt:

– Azonnal hagyd el a seprűmet! A végén még letöröd! A kis veréb ijedten elmenekült. Hóemberünk megkönnyebbülten fújta ki magát.

– Végre, sikerült elűznöm az ellenséget! – sóhajtozta. Csak ne lennék ennyire egyedül!

Akkor a nyuszi visszaóvakodott, és tisztességes távolságban szembefordult vele:

– Sajnálak, hogy ilyen magányos vagy, de erről csakis te tehetsz! Ha hiúságból mindenkit elüldözöl magadtól, sohasem lesznek barátaid!

A közeli fa ágáról a madárkák is szemrehányóan bólogattak. A hóember szégyenkezve sütötte le a szemét:

– Igazad van, nyuszi! Most már én is belátom, többet ér, ha társasága van az embernek, mint ha tökéletesen áll a kalap a fején! Gyertek közelebb, és legyünk barátok!



Szabados Zsófia, 9 éves



Zsebő Ricsi, 9 éves

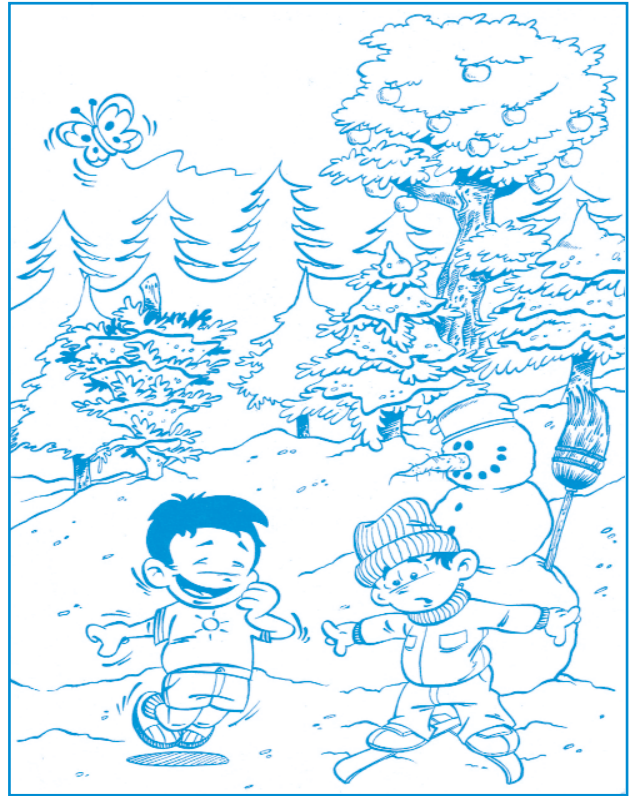


Bacskrisztián, 9 éves

Számold meg hány hóember bújik el a képen!



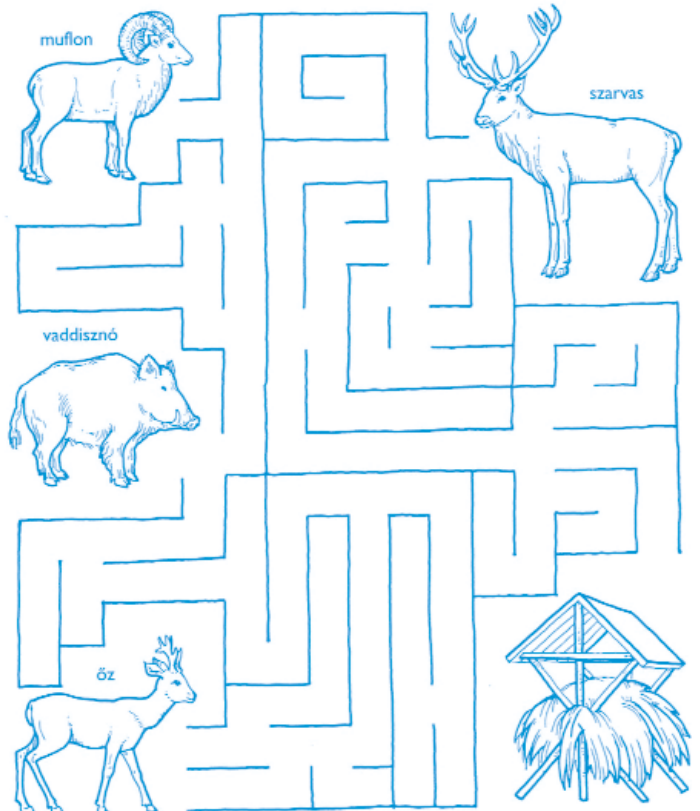
Keresd meg a furcsaságokat a képen!



Keresd meg a két kép között a különbségeket!



Melyik állat jut el az etetőig? Vezesd oda!



Egészség-ábécé

– Téli egészségvédelem –

A téli hónapokban szervezetünk fokozottabb igénybevételnek, fertőzésveszélynek van kitéve. Megfelelő táplálkozással és réteges öltözködéssel a megfázások, megfűlések nagy része megelőzhető.

Ebben az időszakban rendkívül fontos, hogy sok C-vitaminban gazdag zöldséget, gyümölcsöt fogyasszunk, mivel ezek erősítik az immunrendszert. A citrom, mandarin, narancs, grapefruit, valamint egyes zöldségfélék, pl. zöldborsó, káposzta, karalábé, kelbimbó, karfiol jelentős C-vitamin forrásaink. Télen a hideg levegő bőrünket kiszáritja, ami különösen az arcon és a kézfejen érezhető. Ahhoz, hogy bőrünk télen is szép maradjon, étrendünkben ne hagyjuk ki az A-vitamin forrásnak számító tejtermékeket, húsféléket, tojást, valamint a jelentős E-vitamin tartalmú olajos magvakat és száraz hüvelyeseket. Emellett ajánlott a napi 1,5-2 liter folyadék fogyasztása (víz, tea, natúr zöldség- vagy gyümölcslevek formájában).

A sapka viselése nemcsak a közvetlen védelem miatt fontos, hanem azért is, mert a fejbőrön keresztül történik az egész test hőleadásának csaknem harmada. Különösen a szabadtéri tevékenység idején fontos a réteges, főleg izzadást kiküszöbölő, mégis lehetőleg kívülről vízhatlan ruházat. Az izzadt bőrfelszín hőleadása sokkal nagyobb a szárazénál, és szélsőséges esetben könnyebben meg is fagy. A kesztyű is azért fontos, mert a kis testrészek nagy relatív felületükkel hamarabb megfagynak. A kötött kesztyű nem védi igazán az érzékeny bőrt a szélől. Ne horádjunk szűk lábbelit, ruházatot, kesztyűt, mert ez rontja a vérrellátást és nem hagy helyet a szigetelő levegőrétegnek a bőr és a ruházat között.

Ági

Gyerekszemmel

– Itt az új év: 2008! Új év, új élet...

– Nem tudom, de az biztos, hogy megint vége egy esztendőnek, tényleg jó gyorsan megy az idő. A mamám mondta mindig, hogy rohannak az évek; még a végén igaza lesz! Alig kezdődött el az iskola, máris itt a második félév!

– Fogadalmak?

– Igen, megfogadtam megint magamnak is és a szüleimnek is, hogy jobban fogok tanulni. Nem lógok annyit majd a haverokkal. Idáig nemigen tudtam betartani, hátha majd 2008 más lesz, hátha megszáll a tanulás ihlete! Egyébként még azt fogadom

meg, hogy nem fogok vitatkozni annyit a tésómmal. Az tényleg jó lenne!

– Milyen volt a szilveszteri mulatság?

Hogy telt az óévi búcsúztató?

– Jaj, szuper volt! Nagy partin voltam a barátaimmal egy házibuliban. Az összes haverom ott volt. Mindenki, aki számít, fiúk-lányok vegyesen, kb. húszan. Nagyon jól éreztük magunkat. Táncoltunk, kicsit pezsgőztünk (már középsulisok vagyunk!), meg egy kicsit hangoskodtunk. Szegény szomszédok! De szerintem ez ilyenkor belefér! Remélem, a következő szilveszter is legalább ilyen jól fog sikerülni.

Anikó

Tudod-e



Ne feledjétek, bújárákódatok ti is! Ha különleges adatra bukátok, írjátok meg a szerkesztőség címére, és az újságba is bekerülhet majd. Várom ötleteiteket!

Élnek-e medvék a trópusokon?

Bizony találhatunk néhány medvefajt a meleg égövi területeken is. Például Hátsó-India párás őserdeiben és az indonéz szigetvilág dzsungeljeiben brummog a maláj medve.

Dél-Amerikában, az Andok hegyláncai között pedig megtaláljuk a pápaszemes medvét.

Ott él, ahol régen az inká birodalom húzódtott. Teljesen fekete szőrű állat, csak éppen a szeme körül van világosabb, barnás színű gyűrű. Félnék, ártalmatlan növényevő.

Föl lehet-e ébreszteni téli álmából a medvét?

Igen, akárcsak bármelyik másik téli álmot alvó állatot – pl. sünn, mókus. A felébredés alatt azonban ne felrázást értsetek, hanem egy bizonyos anyag – pajzsmirigyhormon befecskendezésével érhetnének el, hogy az alvó állat teljesen éber állapotba kerüljön. Ez azonban a medve esetében nem lenne igazán tanácsos, hiszen utána gyorsan oltalmat kéne keresniük egy nagyon magas fenyőfa tetején. Amikor szokásos időben – a jó idő közeledtével – tényleg felébred az állat, a testében magától több pajzsmirigyhormon termelődik. Így lesz éberebb, aktívabb.

Szuhay-Havas Ervin: Meglepetések Enciklopédiája nyomán összeállította: Zsuzsa

Színezd ki a képet!



Információk

LAJOS U.:

Kézműves foglalkozás: január 19., 26. (szombat) 16.00-tól

Filmklub: január 26. (szombat) 16.00-tól

HUSZTI ÚT:

Kézimunka szakkör: szerdánként, 16.00-tól 17.30-ig

Filmklub: január 19. (szombat) 16.00-tól

KERÉK U.:

Kézműves foglalkozás: hétfőnként, 16.00-tól

Táncház: péntekenként, 16.00-tól

ZEMPLEN U.:

Kézműves foglalkozás: január 4., 9., 24., 29., 15.00-tól

Unóbajnokság: január 19., 15.00-tól

Baba-mama klub: Konkrét időpontról érdeklődjön az irodában!

GYŰRŰ U.:

Kézműves foglalkozás: január 9., 16., 23., 30. (szerda) 15.00-tól

Filmklub: január 3., 17. (csütörtök) 16.00-tól

Csocsóbjajokság: január 19. (szombat) 11.00-tól

Diafilmvetítés: január 4., 18. (péntek) 16.00-tól

SILVÁNUS SÉTÁNY:

Anyukák kézművese: január 7., 14., 21., 28., 31. (hétfő) 11.00-tól

Gyerekek kézművese: január 2., 9., 16., 23., 30. (szerda) 16.30-tól

Énekes-mondóka foglalkozás: keddenként és csütörtökönként, 10.30-tól

Babamasszázs: január 2., 9., 16., 23., 30. (szerda) 10.00-tól

Baba-mama klubról és a diafilmvetítésről érdeklődjön az irodában!

SOLYMÁR UTCA:

Kézműves foglalkozás: január 3., 10., 17., 24., 31. (csütörtök) 16.00-tól

Családi agyagozás: január 2., 9., 16., 23., 30. (szerda) 16.00-tól

Énekes-mondóka foglalkozás: január 3., 10., 17., 24., 31. (csütörtök) 11.00-tól

Diafilmvetítés: január 15., 29. (kedd) 16.30-tól

Baba-mama klub: Konkrét időpontról érdeklődjön az irodában!

A programváltoztatás jogát fenntartjuk!

Kedves Gyerekek!

Havas, téli tájat készíthettek magatoknak, ha kiszínezték, majd körbevágjátok a házakat, fenyőfákat. Hajtsátok félbe a téli háttérrel, majd ragasszátok be a „havas” előtérbe a (pontozott részeknél) beragasztózt tereptárgyakat! Készíthettek bele ti is kiegészítőket.

Jó munkát!

Zsuzsa

