



INGYENES KIADVÁNY

SZŐLŐSKERT

TOKAJ ÉS KÖRNYÉKE KULTURÁLIS, MŰVÉSZETI ÉS KÖZÉLETI MAGAZINJA

2023 / I. évfolyam 1-2. szám

GYENGÉD VONALAK
ÚT A VOGUE FELÉ

TOKAJ NEM CSAK BOR
SÉTÁLJUNK SZEGEDI MÁRTÁVAI

TOKAJ
A 950 EVES VÁROS

MESELSZ NEKEM?
MESEK A GYERMEK ÉLETÉBEN

ÉLMÉNYÉPÍTŐ PÁLYÁZAT

Van ötleted, hogyan tehetnéd jobbá a közvetlen környezetet?

Akkor indulj a közösségi pályázaton, melynek keretében közösségépítő, környezetszépítő civil kezdeményezések kaphatnak támogatást.

A pályázat célja lehetőséget teremteni Tokaj és környéke településeinek élő polgárainak, hogy aktív formálói válgjanak környezetüknek és közösségük életének.

Összesen bruttó 1.000.000.-Ft áll rendelkezésre, ebből az egyes pályázatokra megítélhető támogatás minimális összege bruttó 50.000.-Ft, maximális összege bruttó 200.000.-Ft.

Az elbírálás szempontjai között szerepel, hogy a pályázott tevékenység valós helyi igényre, szükségletre reagáljon, segítse a lakók bevonódását a megoldási folyamatba és akár hosszú távon fenntartható legyen.

Milyen tevékenységre lehet pályázni?

Olyan közösségi programokra pályázhatnak, amelyek keretében találkozhatnak, beszélgethetnek egymással helyi kérdésekről, ügyes-bajos problémákról.

A pályázatba foglalható eddig nem, vagy kevésbé használt települési területek hasznosítási javaslata, parkok kialakítása, emlékhelyek létrehozása, közös kreatív felújítási munkák, közösségi rendezvények, ünnepek, közösségi élet fejlesztésére irányuló események szervezése.

Mi a pályázat hosszútávú jelentősége?

A világban azt látjuk és tapasztaljuk, hogy ahol támogatják a helyi közösségeket, az ott lakók elképzeléseit, ott jobb élni.

Motiválják a polgárokat, hogy gondolkodzanak együtt, aktívan vegyenek részt a helyi kezdeményezésekben, és ezáltal közösségi élményépítő munkában vesznek részt. A közösségi együttműködés erősíti az egymás közötti bizalmat, és az egymásra figyelést.

*„Nagy dolgokra nem mindenki képes.
De kis dolgokat nagy szeretettel
bármelyikünk megtehet.”
Teréz anya*



Pályázati űrlapot kérésre elektronikus úton megküldjük szoloskertmagazin@gmail.com e-mail címre történő jelzés után, illetve a Facebook oldalunkról letölthető.

**A pályázat beküldési határideje:
2023. május 31.**

Kedves Olvasó!

Egy kisváros a maga létét sokféle módon megélheti. Egyik módja a tényszerű létezés, belesimulni a nagy egészbe. Van más lehetőség is, történetesen az, amikor formálható a rejtett gazdag tudás, a polgárok büszkesége, érzései. Ilyenkor a helyhez való kötődés akarata alapján alapíthat egy város, s így formálja az arcát. Ez utóbbi jóval összetettebb, talán konfliktusra adhat alkalmat, de bizonyos, hogy a polgárok ekkor érzik, hogy szükség van öreájuk. Ebben a formálódási folyamatban nagy szerepe van a szellemiségnek, az összetartozás, együttműködés mozgatójára. Eszterházy Péter azt írja: „Az újság akkor jó, ha hangjában meghalljuk a magunkét is.” Egy város múltja és jelene, vagy egy emberi sors története is megannyi emlékből, eseményből, emlékezetes pillanattól tevődik össze. Meríthetünk a környező települések több évszázados tükreéből, mely bátran nevezhető kimeríthetetlennek, illetve az itt élő polgárok személyes hitvallásából, élményeiből, értékeiből, hiszen fontos alkotórészei a közösségnek. A 21. század elején lokálpatriótának lenni nem egyszerű, ám egy színes, megújulásra kész környezet óriási inspirációt adhat mindenki számára. Közvetlen környezetünk alakítói vagyunk, nyerjük bepillantást a múltba, a jelenbe, egy-egy érdekes helytörténeti leírásba, irodalomba, kultúrába, képzőművészetbe, mely reményeink szerint e lapok hasábjain kollázszerűen válnak eggyé. Kérem, fogadják szeretettel kiadványunkat, számos érdekes információt és érdekes történetet, programot ajánlunk figyelmükbe. Kívánom maradjanak továbbra is befogadók, értéktartók és nagyon szerethetők.



Alföldi Andrea

4 **950 éves Tokaj**
A 950 éves Tokaj

10 **Kertbarát**
Most van itt az ideje

5 **Tokaj nem csak bor**
Interjú Szegedi Mártával

11 **Baba és gyermek világ**
Mesevilág a gyermek életében

6 **Léleklevegítő**
Fogadalom-Tóth Mária írása

12 **Egészség, sport**
Válasszuk az egészséget- Mártonné Majoros Erika életmód tanácsadó

7 **Régi korok, elmúlt idők**
Emlékezés Dr. Engländer Tiborra,
A honvédek anyja- emlékezés dr. Balogh
Pálné Ágoston Amáliára

13 **Civil élet**
Programok, felhívások, beszélgetők

9 **Akikre büszkék lehetünk**
Gyengéd vonalak- interjú Rácz Edittel

14 **Mozaik**
Rejtvény, Farsangi reform fánk

Impresszum

Alföldi Andrea, **főszerkesztő** | Lehoczki-Tóth Marianna, **szerkesztő** | Angyal László, **grafika** | Tóth Mária, **munkatárs** | Zsuzsanna Szilvia, **munkatárs** | Email cím: szolokertmagazin@gmail.com | Telefonszám: 06-70-391-18-11 | Kiadó: A Vidék Szövetsége

Cím: 2040 Budaörs, Templom u. 19. | Adószáma: 19324788-1-13 | Felelős kiadó: Ósi L. Balcsó, elnök - Minden információt a rendelkezésünkre álló adatokból, a legjobb tudásunk szerint közöltünk. Tájékoztatjuk jogát fenntartva.

Hirdetéseikkel kapcsolatos információ: szolokertmagazin@gmail.com - Nyomda: Printheb Hungary Kft - Nyiregyháza

ISSN 2939-7774

Várjuk öleteket, saját cikkeiket, észrevételeiket, ajánlásait a szerkesztőség email címére: szolokertmagazin@gmail.com

A 950 éves Tokaj



Tokaj gazdag történelmi múltját, különösen egyedi élővilágát, számos tanulmány, írás, könyv tartalmazza. Szőlő- és bor kultúráját ismerik, a híres szállóigévé vált latin mondat a „vinum regum, rex vinorum”, világghíresen a város nevével összeforrt.

Tokaj nevével először 1073-ban találkozhatunk egy királyi oklevélben, ahol Tokaj „Tokota, Tocho, Tokolyd, Tucota” néven szerepel. 1074-ben Salamon király vívott csatát Tokaj alatt lázadó öccsével, Gézával, aki a vesztféi ütközet után Tokaj várában lett menedékre. A várat gyakran érte ostrom az évszázadok során, először 1241-ben, a kelet felől betörő tatárok rombolták szét. Kivonulásuk után IV. Béla olasz szőlőmunkásokat hívott az elhagyott vidékre, a várat azonban 150 évig nem építették újjá.

Czudar Péter bán 1388-ban a tiszai rév biztosítására erős körtornyot építtetett, majd Zsigmond király először Debről István kincstartónak, néhány év múlva pedig a szerb Brankovics Györgynek ajándékozta. Giskra cseh zsoldosai után Hunyadi János, majd Mátyás király birtoka volt. A Szapolyaiak birtoklása idején a politikai élet központja lett, vásártartási, itálmérési, vámszedési, rév- és pallosjogot nyert a város.

A XVII.-XVIII. század fordulójára mozgalmas volt: 1697-ben kirobbant a hegyaljai parasztszág felkelése, amelyet Tokaji Ferenc vezetett. A császári túlerő győzött. A régió területének nagy része a Rákócziak birtoka volt, a gazdasági erőforrások nagy részét a hegyaljai szőlők termései fedezték. A bort elsősorban a lengyelek és az oroszok vásárolták, de XIV. Lajos francia király rendszeresen kapott belőle. Rákóczi Ferenc a korszerűtlené vált várat leromboltatta, a szabadságharc leverése után pedig az uradalmat a bécsi udvar szétosztotta a császárhű földbirtokosai között.

Tokaj jelenlegi települési struktúrája az 1700-as évek végén kezdett kialakulni, épültek a barokk és klasszicista lakóházak. A század elején a törökök elől menekülő görög kereskedők letelepedtek, s rövid idő alatt országos hírnevet kaptak. Ez az évszázad a város kereskedelmének virágkora. Nemcsak bort, sőt, gyümölcsöt, hanem fát, építőkövet, gabonát is szállítottak a tütajok, dereglyék. A XVIII. században nagy Péter orosz cárnak, majd Katalin cárnőnek saját borpincéi és szőlői voltak Tokajban.

Petőfi Sándor, aki két esetben is járt Tokajban, így írt: „A tokaji hegy

magában áll, mint hadsereg előtt a vezér. Ott áll magas fejével, kék köpenyben, komoly méltósággal. Északra tőle a többi hegyaljai hegyek hosszú sorban. E hegyekben laknak az öröm istenei, innen küldik szét a világba apostolait, a palackba zárt aranyszínű lángokat, hogy prédikálják a népeknek, miszerint e föld nem a síralom völgye...”

Tokaj idén, 2023-ban ünnepli 950 éves jubileumát.

Huszonegyedik század polgáraiként legyünk büszkék anyaföldünkre, a hegy dűlőkre, minden egyes kopott kőre, szőlőtőkére, mert életünk valójában az istenek szőlőskertje.

Petőfi Sándor

DE MÁR NEM TUDOM, MIT CSINÁLJAK...

De már nem tudom, mit csináljak?
Meginnám borát az országnak.
S mentül több az, amit megiszom,
Annál iszonyóbban szomjazom.

Mért nem tesz az Isten most csodát?
Változtatná borrá a Tiszát.
Hadd lehetnék én meg a Duna:
Hogy a Tisza belém omlana!

Tokaj, 1844. február



„Tokaj nem csak bor” Interjú Szegedi Mártával

Egy szürke, hűvös decemberi napon találkoztam először Mártával, akinek közösségépítő sétáit pár nappal előtte fedeztem fel a neten. Történészként, nagyon kíváncsi voltam, hogy vajon milyen új érdekességeket hallok majd tőle Tokajról. A meghirdetett egy órás séta kicsit több lett, de a cudar hidegben megjelent tíz érdeklődő ezt nem bánta. Mivel számtalan kérdés velődött fel még bennem, így mi ketten folytattuk egy forró csoki mellett a beszélgetést.

Mi inspirált arra, hogy eredeti szakmádtól elfordulj a helytörténeti kutatások felé?

- A hosszú történet röviden: eredetileg közgazdász vagyok. Mindig frusztrált, amikor kiderült mások számára honnan származom, rögtön megkérdezték: „Egy kis jó tokaji bort nem hoztál?” Tanulmányaim alatt elvégeztem egy idegenvezetői képzést is, aztán az élet úgy hozta, hogy döntenem kellett a beosztottlét és az önállósodás között. A végső lökést egy budapesti tematikus séta adta. Úgy éreztem, ezt Tokajban is meg lehet csinálni, hiszen annyi érték van körülöttünk a boron kívül is, amit minél szélesebb körben meg kell ismertetni. Ezért lett a szlogenem is: „Tokaj nem csak bor”.

Mikor kezdted a vállalkozásodat, hogy fejlődött a mai szintre?

- 2018 áprilisában kezdtem, de a pandémia sajnos leállásra kényszerített. Ám ezt az időt kutatással, olvasással töltöttem. 2022-ben a sétálók száma már majdnem visszatért a járvány előtti szintre. Kb. 700 fő sétált velem.

Milyen tapasztalatod van? Helyi lakosok vagy turisták érdeklődése nagyobb?

- Az érdeklődők nagy többsége turista, sajnos kevés helyi lakos vett részt a sétákon, pedig számukra is sok új információt tarthat. Vannak visszatérő érdeklődők, akik az ország különböző településeiről jönnek, és mindig hoznak új barátokat, csoportokat magukkal.

A jövőben milyen terveid vannak?

- Hosszútávra tervezek. Szeretném, ha külföldi turisták is megjelenének a sétákon.

Minden séta program után készítesz fotót a résztvevőkkel, milyen megfontolásból?

- Emléke, illetve számomra visszajelzés, hogy van értelme a munkámnak.

Mi az, amit üzennél az olvasóknak?

- Mindenkit bátorítok, hogy legyen érdeklődése, tudása arról, hol is él, milyen történelmi utakon jár, milyen értékek veszik körbe mindennap. Mert Tokaj nem csak bor.

Aiföldi Andrea



Tudtad?

Február 1. (szerda): A köztársaság napja, a Tisza élővilágának emléknapja, továbbá a civilek napja Magyarországon

Fogadalom

Tóth Mária, pszichológus

Ha Újév, akkor fogadalom. Nem fogadom meg, hogy mit nem fogok tenni ebben az évben, s azt sem mit fogok tenni. Nincs akkora ereje ennek a napnak, nem hordozza az év háromszázhatvanöt napjának magvát, nem sarjadtat ebből az erőm. Bár nagyon nagy a kísértés, hogy megtervezzek előre mindent január másodiktól, szilveszterig. Kizicelláljak minden napot. Ez itt februárban mondjuk mosolygós lesz, ez a másik itt márciusban szomorkás, májusban meg legyen pár sírós is. Még azt is megtervezhetem, hogy milyen ruhát veszek fel, milyen könyvet fogok elolvasni, milyen parfümöt viselek. Mikor veszek ki szabadságot, hová utazom és mennyi időre. Mikor és mennyit futok, mikor engedek meg magamnak egy pohár bort. Nem kockázatok semmit, mindent gondosan átgondolok, megtervezek, kianalizálok. Meglepetéseknek kevéske helyet hagyok minden napon, talán két centiméter elég lesz egy lapon. Megtervezem előre az életem, menő dolog, elnevezem Éves tervezőnek, bekölletem szépen, polcomra felteszem és holnaptól minden nap reggel előveszem és elolvasom mit terveztem magamnak aznapra. S teszem a dolgom, ahogyan meg van írva. Teljes kontroll, nem lesz probléma. Ez lehetne a fogadalom. Átgondoltan, megfontoltan. Ennek van értelme. Nem csak úgy hebehumyán, fogadkozni ezt meg azt. Mint például, ebben az évben megtanulok hegedülni, végre lefestem a teraszt. Előveszem újra az orosz és felfrissitem a nyelvtudásom. Hűsvétra festek tojást. 2023 kilométert futok. Kidobom a kedvenc barna western csizmámat, amit már a hajléktalan sem visz el, annyira lepukkant, de nem volt erőm eddig kidobni. Most majd lesz. Lesz vagy nem lesz. Nem tudom. Ezért nem fogadkozom. Belátom, hogy nem tudok ilyen fogadalmakat tenni, mindent megtervezni, belátni, megcsinálni, megtanulni. Egyetlen egy Fogadalom van, amit szeretnék betartani. Megfogadom, hogy ebben az évben meggyógyítom a szívemet. Évek múltak már el azóta, hogy összetört és sebesült azóta is. Összedrölyöztem, ami összetartotta, de a remény-telenség és a szomorúság ott maradt benne, amitől folyton sebes lett és vérzett. Fehér golyókat tettem rá, de az is mindig átázott vörösré. Cserélgettem a golyókat, de a drót nem védte meg, újra átdölték. Nem volt más



választás páncélba vontam. A páncél nagyon nehéz, a mellkasomat nyomja, alig kapok levegőt. Megfogadom most, hogy kibontom a páncélt, leveszem a golyókat és a drótot. Meggyógyítom a szívem, nem kökierkedem rajta tovább dróttal, páncéllal. Nem tudom mi kell hozzá pontosan, olyanokra gondoltam, mint sok futás, sok mese-, vers-, novella-, esszéírás. Vagy akár egy egész regényt is megírhatnék. Könyvet olvasni, amennyi csak belefér. Ruhacsomag és kenyér a hajléktalannak, adományok. Sok szép pillanat, perc, óra, nap a barátokkal, családdal és sok-sok nevetéssel, kevés sirással és még minden más meglepetés, amit még el sem tudok most képzelni. S hiszem, hogy minden széppel-jóval kinyílik egy virág bennem, a gyökere, a levele, a szirmai körbefogják a szívemet, nem engedik többé szétesni, összetörni. S egyszer talán teljesen meggyógyul, s a beforrt sebek hegeit eltakarják a virágok szirmai. Fogadom.

Tudtad?

125 évvel ezelőtt, 1898. február 12-én, Budapesten hunyt el Barabás Miklós (szül. Márkasfalva, 1810. február 10.), a magyar festészet egyik legkiválóbb mestere.

1825. február 18-án született Jókai Mór író Komáromban.



A tokaji pszichológus

Emlékezés Dr. Engländer Tibor, a Mázsihsz elöljáróságának tagjára, az MTA Pszichológiai Intézet nyugalmazott tudományos igazgató-helyettesére.

Akik ismerték, tanítványai és munkatársai mindig jó érzéssel emlékeznek a szemüveges, mindig mosolygó professzoros külsejű és modorú, halk szavú, de határozott magatartású pszichológusra. 1932-ben Tokajban született. Ekkor több, mint ezer hagyományaihoz hű zsidó élt. Nagy tudású rabijukat Mose Jungreisnek hívták, akit később Auschwitzba hurcoltak. Hatalmas, impozáns zsinagóga, hédr, hatosztályos elemi iskola, egy kisebb épület (bét hamidrás) a hászidok részére, mikve (rituális fürdő) állt az egész közösség rendelkezésére. Még gyerek volt, amikor szüleivel Budapestre költözött. Nagyszüleit, rokonait persze gyakran meglátogatta; mély benyomást tett rá a kelet-európai típusú vallásos világ. 1944-ben az ország német megszállásakor szüleivel Budapesten lakott, a zsidó gimnáziumba járt. Apja és anyja kivételével teljes rokonsága Tokajban maradt, valamennyiüket elhurcolták. „A korombeli tizenkét év körüli egykori iskolatársaimat gázkamrákban ölték meg. Azóta is kinez a büntudat: milyen jogon lettem én kivétel?” – vallotta később. Mindig úgy érezte a túlélés ténye súlyos kötelezettséget jelent. Budapesten gettóba került, apját munkaszolgálatra hívták be, ahonnan sikeresen megszökött, megmenekültek. A háború után folytatta tanulmányait, Rákosi érában börtönbe került Talmud Tóra tanítása

miatt többet magával. A vallásos időszakában két emelet mélységben, kb. egyszer két méteres ablaktalan zárkába csukták, ahol magasan állt a szennyvíz. Négy év börtön, majd munkatábor várt rá. 1961-ben engedték meg egyetemi tanulmányait folytassa. Szavaival élve: „Alig hiszem el, hogy volt még az emberiség történetében egy olyan nemzedék, amely ennyire fiatalon vált volna politikailag éretté. A zsidóüldözés, a soá, a demokratikus próbálkozások, a cionista mozgalom, a kíméletlen szovjet hatalomátvitel, politikussá érlelt bennünket.”

1988-ban a Jewish Week c. folyóirat „a zsidó világ megénekeletlen hőse” címet adományozta számára, tüntette ki. A fiatalok táboroztatása, képzése, hagyományörző tudás átadása élete központi része volt. Jelölték a MAZSIHSZ elnökének is, a hírközlési munkáját mindig közmegeledésre méltón látta el. 1964-ben pszichológusi diplomát szerzett. 1972-ben a Tudományos Akadémia Pszichológiai Kutató Intézetének tudományos munkatársa lett, később főmunkatársa, majd tudományos igazgatója és a Pécsi Tudományegyetem professzora.

2012. május 22-én súlyos betegségben elhunyt. Emlékét megőrizzük. Legyen lelke beleszőve az örök élek kötegébe.

KÖNYVAJÁNLÓ

A sztálinista rezsim és a Szovjetunió cionista pereinek magyar kiadását tervezték, amikor 1953 elején börtönbe vetették néhány, a gyerekkort alig maga mögött hagyó, holokauszt túlélő fiatal. A nagyobb bajt csupán Sztálin halálának köszönhetően kerülhették el, aránylag enyhe ítéleteket kaptak a „cionista per” vádlottjai, köztük már elhunyt Engländer Tibor-nak. Neki állít emléket a Nemzeti Emlékezet Bizottsága (NEB) és munkatársa, Novák Attila egy okos és meghatározó, hiánypótló könyvben.

Tudtad?

350 évvel ezelőtt, 1673. február 17-én, Párizsban elhunyt Jean-Baptiste Poquelin, ismertebb nevén Molière (szül. Párizs, 1622. január 15.) francia drámaíró, rendező és színész, a modern komédia megteremtője.



A Honvédek Anyja – dr. Balogh Pálné Ágoston Amália emlékére

**„A derék nem fél az idők mohától
A koporsóból kitör eget kér,
Érdemét a jók, nemesek s jövőndő
Századok áldják.”**

(Berzsenyi Dániel)

Kevesen tudják talán, hogy Csobajon nyugszik a magyar 1848/49-es függetlenségi harc egyik legkiválóbb nőalakja Ágoston Amália, akire a francia nyelvű történelirodalom is a forradalom szereplőinek felsorolásában kiemelt helyen emlékezik, mint a magyar Florence Nightingale-t megemlítve. „Balogh Pálné az első között volt, ki hazája iránti kötelességét leróvni sietett, s különösen Buda ostroma alatt, a százként érkező sebesültek sebeit fáradhatatlan buzgalommal költöztette, s mert a kórházak a sebesültek befogadására, ellátására nem valának, az utcán sínlődőket földé alá gyűjtötte, enyhítő tápszerrel és mezzel látván el őket.” – emlékezik a Nefelejts című újság 1870. április 3-án áldozatos munkájára. Már az első katonai útközelek után kiderül, hogy a kórházi férőhelyek száma annyira kevés, hogy a magyar katonák tömegesen hevernek ellátatlanul Pest utcáin. Ezen szörnyű látvány indítja el a magyar nőket, így az egyik legönfeláldozóbb magatartással bíró Ágoston Amáliát is, nem csupán azért, mert orvos férjének van segítségére a harctéri sérültek ellátásában, hanem mert mindenütt megjelenik, ahol a szenvedés bízható és szelíd szavai szükségesek. Kossuth Lajos, mint kormányzó 1849-ben országos főápolónőnek nevezte ki, Gróf Guyon-Debaufre Richárd tábornok segítségével külön honvédkórházat létesít, ahol ki-nevezett önkéntes főápolónőként

éjjel-nappal a legsúlyosabb sérültek között végzi megfeszített munkáját. A szabadságharc leverése után több indítvánnyal fordult Pest városához és később Haynauhoz, hogy



Református templom-Csobaj

biztosítson épületet a sebesültek ellátására, hogy emberhez méltó bánásmódban részesüljenek a nyomorban sínlődő honvédek, ám kérése meghallgatásra nem talált. Ekkor saját otthonába gyűjtötte és ellátta a hozzáfutókat, ám a tömeges segélyezést vállalni egyedül hosszú ideig nem tudta, így gróf Andrásyné, özv. Batthyány Lajosné és Brunswick Teréz grófnővel összefogva litokban követelték lelkismeretük szavát és minden szigor dacára segítséget nyújtottak a szenvedők számára magánlakásaikban és vidéki birtokaikon. A haynau-i megtorlás kezdetétől fogva a bujdosók ügyét is pártfogásba ve-

szi, - hozzájárul például Horváth Mihály jeles történész meneküléséhez is, - mivel állandó zaklatásnak van kitéve a házában való ápolás miatt. Teleki Blanka grófnővel egy időben kerül a „bresciai hóhér” börtönébe egy áruló jóvóltából, a „magyar honvédek anyja”. A rémuralom kegyetlenségét tükrözi, hogy a börtön új épületébe bezárt nők ablakai alatt történtek a kivégzések. Családját állandóan zsarolják, lelketlenül követelik vagyonát, majd végre 1853-ban férje Balogh Pál közbejárására sikerült kiszabadulnia és visszatérhetett otthonába, vidéki birtokára. „A zsarnok uralom mégse éri el célját. Az elnyomás, a börtön elnémit-hatja, de ki nem őli a szabadságszeretetét, sőt minél durvább erőszak fojtogatja, annál fellelkesültebben kerül szembe a zsarnoksággal. A fogságból hazatér hitves és anya, a lelkében az elszennvedett győtrelmek keserűségével, a hazaszeretet varázsát árasztja maga körül, és féltő gond-
dal ápolja és fejleszti azt tovább.” Hazatérve dr. Balogh Pálné Ágoston Amália vagyonát megosztja a szegényekkel, jótékonykodik, segít, ápol, reményt ad. Addig a „honvédek anyjának” nevezték, aztán a „szegények anyja” lett, ide érve a szegény honvédek támogatását is. Siremléke a csobaji református templom mellett található, ezzel a felirattal: „Honvédaynánk! Kiálták oly sokan, Kiknek sebet csak harcokban nyer sebet, Elhunytadon vérzik hű gyermeked!”

Aiföldi Andrea, történész



Gyengéd vonalak – interjú Rácz Edittel

Vajon hogy jut el valaki egy fényképezőgéppel a kezében egy zempléni kisfaluból Prügytől a Vogue magazinig? Mikor kezdte el a fotóművészettel foglalkozni?

– Azt mondják az ember hét évente változik. Az én életem akkor változott meg igazán, a gyermekem megszületésével és amikor fényképezőgépet ragadtam. Nem bántam meg, hogy az anyaság mellett ilyen irányba sodort az élet a bankszektorból, ahol közgazdászként dolgoztam. Az első szakmai elismerést a Vogue Italia szerkesztőitől kaptam. Ezt egy mérföldkőnek élem meg, melyhez nagyon sok támogatást, biztatást és szeretetet kaptam kollégáimtól, barátaitómtól, és a családomtól.

Az élet számos szépségét ragadod meg a kamerádon keresztül, legtöbbször a nőket.

– Igen, a lányok, akik a képeken szerepelnek hétköznapi emberek, de mindnyájan közel állnak hozzám. Testük vonalainak szépségét egy hajszál választja el a természet alkotta ívektől. Ezt az összhangot igyekszem a képeken keresztül átadni.

Zsuzsanna Szilvia

”Testünk vonalainak szépségét egy hajszál választja el a természet alkotta ívektől.”



Fotó: rmc.dk

Most van itt az ideje!

Az év első két hónapján még körbe-körbe nézünk a kertben, és elgondolkodunk, hogy mit is csináljunk, mihez is fogjunk hozzá, hisz nem sok tennivaló van még ... márciustól viszont lesz kerti munka bőségesen.

Az év fő ültetési időszaka március

A szabad gyökérrel vásárolt fákat, cserjéket nagy körültekintéssel válasszuk ki, mert a díszfaiskola árudákban az őszről megmaradt, és ez idáig vermett egyedeket is ilyenkor adják el. Állapítsuk meg, hogy a vesszők életképesek-e. Ha kisebb hajlításra a vessző eltörik, és a belső szövetei barnák, szárazak, akkor az a vessző már elfagyott. Amennyiben az ág még nem törik, hanem rugalmas, akkor egy darab lemetszésével megállapítható a helyzet: ha a belső szövetek zöldek, akkor ki fog hajtani, ha barnák, akkor nem.

Vége a teleltetésnek

A pincében, verandán telelő dézsás növényeinket március végén lassan hozzászoktathatjuk a kinti időjáráshoz. A leanderek, a citrusfélék pár fokos fagyot még

elviselnek, de ha a talajszinttől magasabban tudjuk elhelyezni őket, akkor a talajmenti fagyoktól is megkíméljük a növényeinket. A napfényhez azonban óvatosan szoktassuk hozzá a hónapokig sötétben, félhomályban élő növényeket, mert könnyen perzselést okozhat még a márciusi nap is a leveleiken. A kertbe helyezés első napjaiban mindenképpen árnyékos helyet válasszunk számukra. A kertben betakart növényekről márciusban már levelehetjük a takarást, a földdel felkupaolt rózsatöveket is kibonthatjuk. A tavaszi ültetésű hagymások, gumósok is a legkésőbb a hónap végéig kikerülhetnek a kertbe.

A gyeep is életre kel lassan. Az ősszel ott hagyott fű, mulcs, és a gyepekre hulló és ott hagyott falevelek a tél folyamán mind fagyvédelmet biztosítottak távolítsuk el. Március első felében gereblyézzük át, aztán jöhet a gypesszellőztetés. Márciusban esedékes az első fűnyírás is. Ekkor még hagyjuk magasabban a fűvel, mint a következő hónapokban.

PROGRAMFELHÍVÁS

Keressük a környék legszebb konyhakertjeit!

Szeretnénk, ha minél többen beneveznének a „A legszebb konyhakertek” helyi versenybe, összegyűjtenék azokat a kertművelőket, akik gondosan, szeretettel művelik kertiüket, és még e tudáskincs birtokában vannak. Őrzik mindazt, amit nagyszülőiktől tanultak, vagy olyan saját módszereket alkalmaznak, amellyel egészséges zöldséget-gyümölcsöt termelnek.

Csatlakozásra hívunk tehát minden civil szervezetet vagy akár magánszemélyt, akik kedvet és erőt éreznek ahhoz, hogy részesei legyenek e programnak.

A programmal szeretnénk (elismerni és csatlakozni az országos programhoz)

- A kerteket étellel megőltetni, hogy ne legyen egyetlen elhagyatott, műveletlen kert sem
- A díszkertek ágáira visszavinni, bejuttatni a konyhakerti növényeket, gyümölcsöket
- A kertművelő ember munkáját megbecsülni, mindenki elé példaként állítani
- Konyhakertművelő kultúrákat megőrizni, azt minél több embernek átadni
- A birtokunkban lévő tudást összegyűjteni és megmutatni a fiataloknak, hogy
- Milyen a frissen szedett zöldség és gyümölcs zamata

A csatlakozást követően a helyi versenyt lebonyolítja: A Vidék Szövetsége

2023-ben szeretettel várjuk az Ön csatlakozását és Kertjeiknek nevezését!

Csatlakozási határidő: 2023. április 30.

Jelentkezni lehet emailen: szoloskertmagazin@gmail.com vagy telefonon: 0670-391-1811

Díjaink: kertészeti ajándékutalványok összesen 150.000,- Ft értékben.

LEGYEN ZÖLDSÉGENGYÜMÖLCSŐS KERT MAGYARORSZÁG MINDEN BALKONJÁN, UDVARÁN ÉS KERTJÉBEN!

Legyenek Önök is "A legszebb konyhakertek" csapat tagjai!

Mesevilág a gyermek életében

„A gyerek maga a tanulás, vagyis egész lényével veszi fel magába a világot, és formálja vele a szerveit és azokat a képességeit, amelyeket később maga, önállóan tud uralni, hogy életét alakítsa.”



Mesélj nekem?

Melyik kisgyermek ne kérdezte volna ezt meg egy szülőtől? És a felnőtteknek van-e ideje ereje és mindennek-előtti képessége a mesélésre? Ez esetben nem a gyerekek kedves időöltéséről van szó, hiszen ezek az élmények nagyon fontosak a belső fejlődése számára. Annál a gyermeknél, aki azt kérdezi: mesélj nekem? – eredendően nem is a történet, még kevésbé egy bizonyos történet a fontos. A gyermekek a felnőtt közelségét és odafigyelését keresik, azt szeretnék, hogy a felnőtt elfogadja és magához emelje őt.

Hogy mit tanulnak a gyerekek a mesehallgatáskor? Soha életében nem tanul többet az ember, mint első életéveiben. A gyerek maga a tanulás, vagyis egész lényével veszi fel magába a világot, és formálja vele a szerveit és azokat a képességeit, amelyeket később maga, önállóan tud uralni, hogy életét alakítsa. Mozgásban, járásban, játszásban tanulja a kisgyerek magát a világ törvényibe helyezni, egyensúlyt gyakorolni, érzékeit működtetni, ugyanakkor belső szerveit erősíteni, differenciálni.

Ha egy kisgyerek belemerül egy történetbe, vagy kedvesen elmondott verse, egy dalba, ugyanolyan intenzi-

tással mozog belső világában, mint azelőtt a játékban, és fejlesztő azokat a szerveit, melyekre lelki életében van szüksége: bizalmát a jó erejében, bátorságot, szomorúságot, félelmet, csodálkozást, a gyönyörűség örömet, fantáziát és moralitást, emberek és dolgok mértékét, ítélő- és megfigyelőképességeket. Ezek mellé az odaadás képessége nő ki az odafigyelni, hallgatni tudásból, és mindennek-előtti a képekben élni tudás, olyan képeken keresztül, amelyeket a nyelv hív elő. Ezért kell komolyan vennünk gyermekeink vágyát a mesék iránt. Természetesen, a mesélés közben nem elijeszteni, megretteníteni kell a gyermeket, hanem nekünk is gyermekké kell válnunk arra az időre, osztolni a csöppség örömeiben, aggodásában, feszültségében, nevetésében. A mesék képtermelő ereje nemcsak a gyerekek számára jelent izgalmat.

A meseértést ugyanúgy tanulni kell, mint minden mást. Boldizsár Anikó mesekutató, író szerint az a gyerek, akinek nem dúdolt az édesanyja, nem mondott neki kis mondókákat, rövid kis történeteket, az soha nem fogja megérteni az igazi népmese jelentését. A meseértésre fel kell készíteni a gyermeket.

Forrás: Baba-mama kalauz

Új lakóink

Szeretettel várjuk szerkesztőségünkbe városunkba született babákról készült fényképeket. A fotókat elektronikus formában a szofoskertmagazin@gmail.com e-mail címre kérjük.

Válasszuk az egészséget!

Az elhízás túl a tüdőben látott kevésbé letisztos vonalakon, önmagában komoly szív-érrendszeri rizikó tényezőnek tekinthető, mely komplex módon hat szervezetünkre.

Az életmód tényezők egyértelműen változtathatók, egészséges étrend, káros szenvedélyektől mentes életmód, az ideális testsúly megtartása, az elhízás csökkentésének kérdése – hangsúlyozza Mártonné Majoros Erika, életmód tanácsadó. Az elhízás koránt sem csupán esztétikai probléma, komoly fizikai, életani, valamint mentális következményekről is – folytatja.

-Ki ne hallott már az újévi fogadalmak visszatérő, mondhatni örök mondatáról: „Ebben az évben lefogyok”, aztán pár hét múlva csalódottan felel: „Vajon miért?”

-Igen, mert nem gondolták át, nem tervezték meg, hogy is valósítsák ezt meg. A legfontosabb a megfelelő étrend bevezetése, tartása, melyben diabetikus is segítséget nyújthat. A napi szintű testmozgás az anyagcsere javításán túl, javítja a keringést, valamint a lelki egyensúly megteremtésében is szerepet játszik. Továbbiakban az optimista szemlélet, kielégedő alvás sem árt.

-Rohanó mindennapjainkban a napi stresszoldást, hogy vezethetjük le stabil értékrenddel?

„En mindenkinek a saját életére szabott testedzést javaslom, melynek egyértelmű pozitív hatásai vannak, mindegy, hogy egyedül vág bele vagy szakember segítségével kéri. Megjegyzésem, hogy minden mozgással előlított perc előnyösebb, mintha tétlenül ülj, vagy fekvő lenne. Az egészséges életmód kialakításának első lépése a jelenlegi szokások feltérképezése, a kockázati tényezők feltárása. És ezután az elkötelezett tétl, cselekvés a változáshoz. Ehhez pedig nem egyetlen, segítség, támogatás kérése a családól, és szakemberektől.

Zacslavik Szilvia



Legyünk bátrak a változásban!

INGYENES ÉLETMENTŐ ADRENALIN INJEKCIÓ

A Magyar Népi Szövetség a Tiszaiak testvérrel való közeli
 6-12 éves gyermekek között
 - iskolai és iskolán kívüli körökben -
 a népi dalok, mesék, történetek, zene, tánc, gyűjtés, rendezés, műfaj
 és művészi értékek megőrzését és népszerűsítését célozza.

Jegyzetkészítő segédletek:
Tárgyak jelöléseinek magyarázatát az előadások során is megadjuk.

Intervista: marzo.

[illegible]

Az atomlín jelszó közbiztonság megteremtése gyermekeknek és az általános igazságtétel.

LÉGY IGAZI PATRIÓTA!

Állítsunk együtt méltó emléket a jövő nemzedék számára
Kölcsey Ferenc Himnusz című nemzeti imádságunk
születésének 200. évfordulója alkalmából!

A tokaji vasútállomásra vezető Baross Gábor út menti vasúti töltés oldalára
3 méter magas, fektetett 3D betűkből szeretnénk kb. 100 méter hosszan
méltó módon a történelem hasábjaira felírni a Himnusz Tokajt megemlítő sorait:

„TOKAJ SZŐLŐVESSZEIN NEKTÁRT CSEPEGTETÉL”

Ehhez várunk támogatókat (cégeket, vállalkozásokat, magánembereket) gyémánt (500e Ft-), platina (200-500e Ft),
arany (50-200e Ft), ezüst (20e – 50e Ft), illetve bronz (10-20e Ft) fokozatban,
mely adományokat a patrióták nevével egy-egy műtárgy mellett elhelyezett táblán örözzük majd meg az utókor számára,
s természetesen mindenki tanúsítványt is kap a nemes felajánlásért.

A támogatási szándékokat első körben e-mailben (tokajkincsei@gmail.com) várjuk 2023. február 28-ig, feltüntetve a felajánló nevét,
valamint a felajánlott összeget! Majd a későbbiekben küldjük a részleteket, amikor összejön a teljes összeg.

Ragadjuk meg az alkalmat, hogy anyagi lehetőségeinkhez mérten részt vegyünk egy világhíres, egyedi emlékmű megvalósításában!

„TOKAJ SZŐLŐVESSZEIN NEKTÁRT CSEPEGTETÉL”

Alkossunk maradandót közösen!

Özenjünk az utódainknak, hogy minden lehetséges, de csakis együtt, közösen!

„Hass, alkoss, gyarapíts:
s a haza fényre derül!”
Kölcsey Ferenc – Huszt



Farsangi reform fánk teljes kiörlésű lisztből

Talán kevesen tudják, de a farsangi szezon vízkészlettől, január 6-tól hamvazószerdáig, idén február 23-ig tart. A farsangi időszak elengedhetetlen desszertje a fánk.

A farsangi fánk diétás változata: finomított liszt helyett teljes kiőrlésű liszt, a finomított cukor helyett egészségesebb édesítőszerrel, kókuszvirág cukorral, valamint a tehen tej helyett növényivel készül.



Foto: Pinterest

RAJZVERS

Rajzversenykiértetünk a Magyar Kultúra Nagja díjjal jutalmaztuk a legjobbakat, gyerekek és 18 év alatti fiatalok között.

Téma: kachyňa v meste

A miniatűr különálló technikával készíthető!

Amin Huseynliyev:

069.03, szén, akadém, zsírsó, poszter, akril, deke, színesítés, kollázs technika
Képzési kategóriában a versenyszámokban is van!

Killingbirds:

övevény, mint az első tapasztalatok és következtetések

kuò fāncān fānyòngtǐ jīn cǐ zǎn zhuā.

Az előfizetést kérlek: szolcsartmagazin@gmail.com

Revised: 2023, March 31.

A bolgárországi pályaművekben általában a rendszertan jelölés 11-es a KÖMÉRT-nél megszokottól.

Formai követelmény: 1 db A4-es méretű állókész papírra

Az alkotások háttérjére kérjük felhívást!
beküldő neve, címe, elérhetőségi adatai (csoport, osztály, megnevezése)
a felkészítő pedagógus neve, a vers szerzője és címe

Tárnógárd
Mészáros Péter, Szilveszter

Tweeted?

Február 3. (péntek): A magyar rejtvényfejtők napja.

www.humac.hu



**MAGAS HUMINSAV TARTALMŰ
SZERVES ÁSVÁNYI ELEDEL KIEGÉSZÍTŐ
HÁZI KEDVENCEK SZÁMÁRA**

- + Biztosítja a szervezet mikro- és makro elem ellátását
- + Segíti az emésztőrendszer és a szervezet működését
- + Támogatja és optimalizálja az immunrendszert

FELHASZNÁLÓI TAPASZTALATOK

- + Allergiás tünetek csökkenése/megszűnése
- + Kiegyensúlyozottabb kedélyállapot
- + Egészségesebb emésztőrendszer
- + Bélgáz termelődés csökkenése
- + Sebb, fényesebb szőrzet



<https://www.facebook.com/groups/szeretnemaumacot>

**SZEDD TE IS
TOKAJ!**

TISZTÍTSUK MEG EGYÜTT A VÁROST!

Tisztítási terület, üzemeltetés (fogadás)
Tokaj-község, Tisza és Bodony Part, Órmosi és a Képtárolás kistérsége

2023.04.22. 10⁰⁰

GYŰLEKEZŐ: SZÉCHENYI SÉTÁNY 1.

TOKAJ NEMZETI ÁLLAT- ÉS KIRAKODÓVÁSÁR

MÉRLEGKÉPES KÖNYVELŐ VÁLLALJA
CÉGEK, EGYÉNI VÁLLALKOZÓK,
EGYESÜLETEK, ALAPÍTVÁNYOK
KÖNYVELÉSÉT, BÉRSZÁMFEJTÉSÉT.

ELÉRHETŐSÉGEM:

SOLTÉSZ ANDREA

E-MAIL: SOLTESZ.KFT@GMAIL.COM

TELEFONSZÁM: 06 20 318 78 72

CÍM: TOKAJ, TARCALI ÚT 26.



