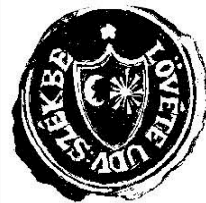




# LOVÉTEI KIÁLTÓ



XXV. évfolyam, 6. szám

Ára: 3 lej

2024. JÚNIUS

Elbúcsúztak iskolánk nyolcadikosai. Az alábbiakban a ballagáson elhangzott beszédet közöljük:

## Kedves tanáraink, diáktársaink és kedves vendégeink!

9 évvel ezelőtt, amikor először jöttünk az évnnyitó-ra, nem gondoltuk volna, hogy ilyen hamar elrepül ez a 9 év. Micsoda szorongással és félelemmel tettük meg az első lépéseket az általános iskolába. A tanító néni szava, amely törvény volt, messze hangzóan sokáig kísért bennünket. Ez a hatás persze az évek során veszített erejéből, különösen most, a kamaszkorba érve.

Ezért kell köszönetet mondanom a magam és a társaim nevében a tanárainknak ezért a sok türelemért és fáradozásért, amit értünk tettek. Rengeteg sok emléket őrzünk majd meg szívünkben az osztálykirándulásokról, a közös órákról és minden együtt töltött szünetről. Arra kérem őket, hogyha egyszer eszükbe jutunk, ne a csintalanságainkra, hanem csak a szépre és jóra emlékezzenek. Szinte hihetetlen, hogy ma szól utoljára a csengő, és az utolsó tanóránkon az utolsó osztálymeccset játszottuk le. Hogy az új tanévet már

egy másik épületben más gyerekek közt, az ismeretlenben kezdjük. Eddig talán bele sem gondoltunk, hogy ez mit jelent. Hiszen a gyermekkort a maga gondtalan boldogságával elhagytuk. Búcsúzunk iskolatársainktól is, elsősorban tőletek, hetedikesek. Ti most, amikor átveszitek iskolánk zászlaját, bizonyára arra gondoltok, hogy végre milyen jó, hiszen ti lesztek a nagyok. A nagyok, akikre mindenki felnéz, de higgyétek el, hamar elrepül az egy év. Reméljük, jó példa voltunk számotokra, és az együtt töltött élményeket nem felejtitek el.

Utoljára szüleinkhez szólok. Hogy nekik mennyi mindenért tartozunk köszönettel, azt felsorolni lehetetlen. Igyekszünk szorgalmunkkal és a becsületes életünkkel meghálálni mindazt, amit értünk tettek és tesznek ezután is. Ezt megígérjük. Mi pedig indulunk megkeresni azt az utat, amelyet választottunk, Isten veletek!

A nyolcadik osztály nevében, Ioncica Mag Eszter



Fotó: Görbe György

*"Lehet, hogy gyenge néha még a hangunk, / Lehet, hogy léptünk még bizonytalan,  
De indulunk: a szépet, jót akarjuk / S érezzük, hogy hitünknek szárnya van!"*

Juhász Gyula

## Kányádi Sándor Kánikula

Kutyameleg, kánikula,  
nyelvét kiveti a kutya,  
budákol, a tűző, heves  
nap elől árnyékot keres.

De alighogy hűvösre lel  
s leheverne, költözni kell:  
falja az árnyékot a nap,  
s az ebbe is beleharap.

Pillognak a récék, libák,  
nem csinálnak most galibát;  
kiapadt a kicsi patak,  
mint a cérna, kettészakadt.

Itt-ott ha még van is, ami  
víznek mondható valami,  
odamennek a bivalyok,  
s kimártják a kis patakot.

Egyedül egy árva csacsi  
hangját lehet csak hallani,  
megereszt egy bátor iá-t,  
esőért az égre kiált.

## Választási eredmények

2024 a választások éve, hisz 4 választás van tervezve erre az évre. Költség-megtakarításra hivatkozva, de ugyanakkor komoly számításokkal mögötte, 2024. június 9-én összevontak 2 választást: a Helyhatóságit meg az Európai parlamentit. Ez viszont megnehezítette legfőképpen a választók dolgát, így nem kell csodálkozni a sok érvénytelen szavazat miatt.

Községünkben nem volt tétje a Helyhatósági választásnak, mivel a jelenlegi polgármesternek nem akadt ellenfele, kihívója a polgármesteri tisztségért. Ezért kicsit félő volt, hogy emiatt a jelenlét nem lesz magas a községben. A kötelességtudó embereknek, no meg a mozgósítóknak köszönhetően 1346 szavazópolgár jelent meg az urnák előtt, ami a 3015 szavazatra jogos személy 44,64 %-át jelenti. Százalékokat nézve a megye települései között a rangsor hátsó felében helyezkedik el Lövete.

Nagyobb tétje az Európai parlamenti választásnak volt, hogy a magyar párt elérje az 5% bejutási küszöböt. Mint tudják, ez sikerült is, ezért elmondhatjuk, hogy sikeres választásokat tudunk magunk mögött.

A számok tükrében nézzük a választások eredményeit:

### Polgármester:

Mihály Dénes	1290 szavazat
Érvénytelen szavazatok	56

### Helyi Tanács:

RMDSZ lista	1202 szavazat
Bencze Arnold független	102 szavazat
Érvénytelen szavazatok	41

### Megyei Tanácselnök:

Biró Barna Botond	1290 szavazat
Tőkés Lehel	41 szavazat
A többi 3 jelölt összesen	8 szavazat
Érvénytelen szavazatok	56

### Megyei Tanács:

RMDSZ	1138 szavazat
PSD	36 szavazat
EMSZ	29 szavazat
PNL	22 szavazat
USR+PMP	17 szavazat
AUR	16 szavazat
Simó Zoltán független	7 szavazat

### Európai Parlament:

RMDSZ	1294 szavazat
PSD + PNL	10 szavazat
USR+PMP	2 szavazat
AUR	7 szavazat
Romania Socialista	3 szavazat
Független jelöltek	12 szavazat

Köszönjük, hogy részt vettek a választásokon, teljesítették állampolgársági kötelességüket, és szavazataikkal felruházták, megbízták a választottakat a község, a megye és a magyarság fejlődésének érdekében.

Mihály Dénes polgármester  
Györgylőrincz Ernő alpolgármester

**Az év folyamán restaurálják a lövétei Kisboldogasszony Plébániatemplom mindkét mellékoltárának festményeit.** A templom hajójának déli oldalán elhelyezett Nepomuki Szent Jánost ábrázoló festményt falunk szülöttje, Márton Ferenc, a székelyudvarhelyi Haáz Rezső Múzeum restaurátor munkatársa újítja meg. Köszönjük a munkafolyamatról készült fényképeket. (Mihály János)



## Június - nyárelő hava (Szent Iván hava)

Juno római istennő hónapja.  
Így Június nevet kapja  
Hívják Szent Iván havának  
Szőkül a színe hajának.

Érik a zöld búzagalász,  
Isten a jó emberhalász.  
Virágos lesz a tarka rét,  
Nyílik nefelejcs, margarét'

Zöldség, gyümölcs lesz a kertben,  
Sok, szép madár csicseregnek  
A fűben tücsök muzsikál,  
Világít szentjánosbogár.

Lerövidül éji óra,  
A nyári napfordulóra.  
Szent Ivánkor fény és sötét:  
Ki a győztes? Az lesz a tét!

A napsugár aranyostor,  
Tüzesen sújt olykor-olykor  
Búzagalász arany fonat  
Mit szellő keze simogat.

Júniusban a nap heve  
Forró, és én égek vele!  
Amíg írom e sorokat  
Látok felhő bárányokat.

György Emőke

## Mitől család egy család? És mitől harmonikus?

Egyrészt az elköteleződéssel, másrészt a gyermekvállalással válik egy pár családdá, mondja L. Stipkovits Erika klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta. Innen azonban hosszú út vezethet a harmonikus család kialakításáig.

A klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta szerint a család megtartásához olyan készségekre van szükség, mint az érzelmi intelligencia vagy az önismeret.

Ugyanakkor felhívja a figyelmet arra is, hogy ezeket nem az iskolában, hanem jó esetben családi körben tanuljuk meg.

**Szabadság a családban**

A családi élet állandó együttműködést igényel, ahol sokszor partnerünk és gyermekeink igényeit a sajátjaink elé kell helyeznünk. A családdal kapcsolatban felmerülő legfontosabb kérdések, hogy vajon képesek vagyunk-e meghagyni egymás szabadságát, megértjük-e, mire van szüksége a családtagunknak, és hajlandóak vagyunk-e ezt megadni neki.

A családon belül többféle szerepben vagyunk jelen: ilyen például szülői vagy házastársi szerepünk.

A klinikai szakpszichológus szerint a legfontosabb a családon belüli harmónia és egyensúly, a felek elégedettsége. Ez azt jelenti, hogy mindenki fel meri vállalni, mire van igénye és szüksége, a másik fél pedig kész befogadni mindezt.

Az önmagunkkal és családdal töltött idő mellett nagyon fontos, hogy a szülők párként, szerelmesekként is töltsenek együtt időt, hogy meg tudják élni azt is, hogy ők elsősorban egy párkapcsolat részesei, nem kizárólag szülők.

L. Stipkovits Erika véleménye szerint a szeretet igenis tanulható, ehhez azonban szükségünk van önmagunk elfogadására és őszinte szeretetére. Emellett nagyon fontos, hogy képesek legyünk megbocsátani szüleinknek, és bízni tudjunk abban, hogy minden helyzetben azt kaptuk tőlük, amit ők a legjobb tudásuk szerint adni tudtak.

Ehhez kapcsolódik a HÁLA érzése, ami nagyban hozzájárulhat ahhoz, hogy képesek legyünk egy szeretettel teli életre.

Nekem szerencsém volt. Csodás szülőket; szerető, gondoskodó nagyszülőket kaptam, s testvért is, hogy ne legyek egyedül. Hála értük!



Felmenőim .👉

András Emilia óvó néni

## Őrangyal tábor 2024

Idén is, mint ahogy megszokhattuk már az évek során, Szelterszben táboroztunk a Szent Gellért szervezésében. Június 17.-20. között. Az Őrangyal táborban csapatunkat színesítették a vásárhelyi Ügyes Kezek Alapítvány nappali foglalkoztató tagjai, akikkel igazán nagy csapatot alkotva éltünk meg sok, szép és változatos programot, élményt! Az idei főszereplőnk, akiről tanultunk, Boldog Gizella volt, akinek az életét misztériumjáték formájában is eljátszhattuk. Voltak érdekes kézműves foglalkozások, mint batikolás, ékszerdoboz készítése, festése. Kirándultunk a Mikó várba, ami Csíkszeredában immár múzeumként működik, és a székelység történetét mutatja be. Volt szülő's délután sok finomsággal, és persze tűzijáték, buli is! A tevékenységek között elcsendesedés, hálaadás, közös ének és ima volt, ami még meghittebbé varázsolta a szép együttlétet! Mindig öröm része lenni egy ilyen építő, tanulságos, jókedvet, kikapcsolódást nyújtó programnak, mint a Szent Gellért Őrangyal tábora, ahol érezni lehet Isten jelenlétét! Mindannyiunk nevében, akik részt vettünk benne, mondhatom: élmény volt! Köszönjük a lehetőséget!

György Emőke

## Hogyan cselekedjünk jól mással/másnak?

Erre röviden annyi lenne a válasz: úgy, hogy az a másoknak - akinek segíteni akarunk - legyen jó.

Na, de itt jön be a képbe az a gond, hogy tudjuk-e azt, miképpen is jó, mi is lenne jó a másik embernek, akinek mi a saját jó szándékunkból jól szeretnénk tenni... És ez azon felül, hogy nem könnyű feladat, hiába tűnik elsőre annak, még számos más kérdést is felvet abban az emberben, aki némi gondolkodásra is képes, nemcsak úgy cselekszik, ahogy mifelénk is jellemzik... hübelebalázs módjára.

Azt hisszük, azt gondoljuk emberként, segítőként, gondoskodóként, szponzorként stb., (elvetemültebbek - ahol az ego dirigál - egyenesen tudják is), hogy ami ötlet a saját fejünkéből kipattan, az kiváltképpen helyes lehet. Az is. NEKÜNK. Nekünk helyes, számunkra megfelelő, remek, pompás. De ez NEM mindig MINDENKINEK fedi le a valóságot, és sajnos nem mindig szolgál annak az illetőnek a javára, aki felé igyekezünk szándékunk szerint jól tenni.

Magunkból indulunk ki mindnyájan, és valamelyest értelmes emberként már szert tettünk egy világképre, egy szokás-, hitrendszerre, felszívtuk, mint egy szivacs mindazt, amit a környezetünk felénk kivetített, elsősorban a szülők, tanítók, nevelők, rokonok által, aztán minden, ami velünk szembejött, vagy mi mentünk szembe, még hozzátett az alaphoz valamit, ezt is, azt is: hibásan, jól, vegyesen. Ebből alakult ki az egyén világképe, amivel remélhetőleg optimális esetben nincs olyan nagy baj (kisebb bajok persze akadhatnak a halmazban, nem optimális esetben óriási gubancok is), viszont azt már kevesen tudatosítjuk, hogy az egy ember útja. Nem mindenkié. Egy ember világképe. Nem húzható rá sablonként a föld összes emberére, sőt senki másra sem.

Tehát a másik ember ugyanarról a dolgról, témáról nem biztos, hogy ugyanúgy vélekedik, mint én, mint te. És nem biztos, hogy ugyanarra vágyik, ugyanazt ugyanúgy akarja, sőt, az a biztosabb, hogy inkább másképp. Lehetnek árnyalatok, metszések, találkozási pontok a halmazokban, de mindenki tudásgömbje különböző (lufi), két teljesen egyforma nincs. Még az egyiptéjű ikrek sem egyformák mindenben, sem külsőre, sem belsőben...

Elsősorban a segítségben az lenne az alap, hogy aki bajban van, az kérjen segítséget. Ne restellje. És egy adott szintig bátran válogassa meg azt is, kitől kér segítséget. Ne forduljon éppen fűhöz-fához. Elég egy inggomb(a) is. Olykor. Persze, aki nem tud beszélni, vagy pici baba stb., az megint más kategória.

Van olyan ember, kinek számára fontos, hogy önkénteskedjen, támogasson másokat, s ez szuper dolog. Ilyenkor csupán arra illik figyelni, hogy úgy tegyünk mindazt, hogy annak legyen jó, akit felkarolni szeretnénk.

És ez a nagy kérdés, hogy ezt miképpen valósítsuk meg.

Nyilván, ha tűz-, víz-, tornádókárosult valaki, ott lehet anyagilag is támogatni a bajbajutottat. A nagyon szegényeket is, ha van miből, ha van fölöslegünk... Vagy ha képesek vagyunk lemondani egy-egy cigi, a századik cipő/nadrág áráról, és ha megtanulunk az önzőségen túljutni.

Sokadikra tapasztalom amúgy, hogy egy kisnyugdíjas, egy kevesebb jövedelmű ember önzetlenebbül tud adakozni, mint az, aki dúskál a javakban... Van hová még fejlődni.

És persze létezik olyan gazdagabb ember is, aki úgy adakozik, hogy nem teszi kirakatba, nem veri nagydobra - nekik is köszönet.

Véssük az eszünkbe azért mélyen: az adakozás, a segítség valójában csak akkor igazi, ha őszinte, szívből-lélekből árad, és nem dicsekedünk vele. Aki feszt ki posztolja nyilvánosan, az önmagát szeretné jobbítani, és kb. olyan, annyit ér, mintha hetekig lábat nem mosna, de felhúzna rá egy márkás cipőt, s azzal menne egy lakodalomba. A cipő csillog, ő maga meg rohadtul büzlik. A külsőség, a szereplésvágy nem fedi el az alapkoszt... "Ne tudja a bal kezéd, mit tesz a jobb."

És akkor hogyan segítsünk? Egyszerű a válasz. Ha nagyon segítési viszketegségben szenvedünk, akkor kérdezzük meg a kiválasztott "szervedő" alanyt, hogy ő mit szeretne, mit akar, mire vágyik, mik a céljai. És, ha a válasz nekünk nem tetszik, nincs egészen ínyünkre, akkor se a mi ízlésünknek megfelelően segítsünk neki.

Példák:

Ha valaki éppen csak ebédet szeretne, mert arra se jut, ne vigyünk neki töltött káposztát, ha az illető vegetáriánus. (Azaz, ha van arra mód, puhatóljuk ki az ő óhaját, életmódját, szokásait, és az szerint támogassuk.)

Ha segítséget ajánlunk fel valakinek, egy idős, csomagot cipelő néinek pl., ne rárontsunk, s ne kirántunk a kezéből a cipelt szatyrokat, hogy kapjon a szerencsétlen ott egy infarktust esetleg, vagy tolvajt kiabáljon szerteszt, s aztán még bilincsben sztárognak utána. Tévedésből. Tudatlanságunkból kifolyólag.

A lányunk, menyünk helyett ne döntsük el azt, hogy szerintünk mit kéne feladjon a júliusi cudar ötvenfokos melegben a kicsire, miért ad nyúlbundát, síbakancsot stb. rá, hadd oldja meg a helyzetet... (Mindен gyerek a szülőé, az ő dolguk, feladatuk ezt ellátni, nem a nagyiké.) ☺ A segítséget felajánlhatjuk, s ha kérnek rá, segíthetünk, de: fogadjuk el a döntéseket...

Anyósként próbáljuk meg elfogadni menyünk, ve-jünk, mert, ahogy elfogadjuk, s ahogy bánunk velük, az arról is tesz tanúbizonyságot, hogy mennyire szeretjük, tiszteljük a gyerekeink. Ha a saját gyerekeink

*folytatás a 4. oldalról*

szeretjük, akkor nem teszünk keresztbe a párjának. Ha mégis, szándékosan, sokszor, ott a velemmel nagy a baj. Nekik se segítsünk úgy, ahogy szerintünk jó.

Ne adjunk ajándékba olyant senkinek sem, ami nekünk tetszik. Nekem lehet kedvenc színem a lila rakott bögre, de az ajándékozott fél azt lehet, hogy a látogatásunk után úgy b..., izé vágja a kukába, hogy egy hirosimai felhő keletkezik utána...

Sok esetben elviselhetetlenül nehéz feladat az is, ha egy közeli rokon, szülő, unokatestvér, szomszéd pl. lelki problémákkal küzd, alkoholista stb. A Szent Teréz-lelkületűek mindenkit is megmentenének. Sajnos, nem lehet mindenkit - saját magától - megváltani... Aki nem akar jobbulni, azt nem erőszakolhatjuk jobbra. Azon lehet segíteni, csakis azon, aki kéri (tőlünk), aki akarja, s aki elfogadja. (Azt, amit mi neki nyújtani tudunk.)

Az emberektől ráadásul a tapasztalásokat se vehetjük el, nem szedhetünk fel minden követ a gyerekeink elől sem, mert akkor egy kis kavicsban is lapraesnek. Nem tanulják meg azt, hogy ők kell kikerüljék, felszedjék a köveket. Vagy hogy házat is építeni lehet a kőből...

Mazochistaként viszont gyakorolhatjuk a segítségadást végtelenszer, és lehet az falra hányt korsó is, ami a kútig sose ér el... Ebbe bele is pusztulhatunk. Akár...

Igen, iszonyatosan nehéz nézni, ahogy egy számunkra kedves ember leamortizálja magát, de ismétlem, segíteni azon lehet, aki kéri, hagyja, elfogadja. A többit el kéne fogadjuk úgy, ahogy. Sok megértéssel és/vagy továbblépéssel.

Tehát segíteni hogyan kéne? Csakis úgy, ahogy a másiknak jó. (Ne feledjük el, hogy alkoholistának is jó lenni (a delíriumban nem érdeklí a világ, a saját gondja, baja, a függőség oka meg egy egészen más téma), s a szarban is jó dagonyázni (lásd a disznókat, előszoretettel túrják, s höngörödnek belé...))

Tehát összegzésképpen: a mi szerepünk akkor jut egyenes vonalba, ha a segített fél visszajelzései alapján leszűrjük, hogy boldog attól, amit általunk kap, örül. Ha ez nem így van, akkor, ha van egy csepp sütnivalónk, agyaljunk el azon, hogy mit mondjunk, cselekedjünk másképp. Ha meg a fejünk csak azért van, hogy a nyakat díszítse, akkor helyesebb, ha Tölgyes felé egyet kirándulunk...

Péter Éva Erika

## Július és augusztusban gyűjthető növények

**Diófalevél:** mikor sötétzöld, de még rozsdafoltoktól mentes, akkor gyűjtsük! Kúraszerű használata ajánlott 6-8 hétig, aztán legalább ugyanannyi szünet. Hatása: gyulladáscsökkentő, emésztés-elősegítő, nyirokrendszer-tisztító, anyagcsere-szabályzó, daganattellenes. Vigyázat: vérhígító kezelés alatt állóknak nem javallott! Külsőleg arctisztító, rovarcsípésre, sérülésre, fekélyek kezelésére.

**Mezei katáng:** virágzaskor gyűjtjük, kúraszerűen 3 hétig első hét napi 1 csészével, 2. héten minden második nap, harmadik héten csak 2 teát. Máj, epehólyagműködés-javító, emésztés-elősegítő, léptisztító, puffadáscsökkentő. Epeköveseknek nem javallott!!!

**Erdei menta (lómenta):** virágzaskor gyűjtjük, biztonságos már 4 éves kortól, immunerősítő, allergiás tünet csökkentő, emésztésjavító, köhögés-, hányinger-csillapító, baktériumölő. Külsőleg zsíros bőrre lemosóként használható.

**Cickafark:** a virágos részt gyűjtjük, a rózsaszínűek nem jók. Kúraszerű használata javallott 6 hétig, utána legalább ennyi szünet. Ösztrogén tartalma miatt inkább nők használják, étvágyjavító, görcsoldó, gyulladáscsökkentő. Ülőfürdő húgyúti fertőzésekre, sérülésekre, égésre is alkalmas.

**Tejoltó galaj:** a citromsínű virágzatú növényt gyűjtjük, mézes illata van. Napi 1-2 tea kíméletes vízhajtó, máj, epe támogató, húgyúti gyulladást csökkentő, epeköves is fogyaszthatja. Mirigy tisztító, lemosóként pikkelysömör, ekcéma és nehezen gyógyuló sebekre alkalmas.

**Apróbojtorján:** virágos hatását gyűjtjük, 6 éves kortól használható, ízjavító teakeverékekben, gyulladáscsökkentő, máj, epe, lép szabályzó, mandula, száj gyulladásra, rekedtségre, hangszálgyulladásra használjuk, húgyhólyag-erősítő vizelettartási panaszoknál. Külsőleg pattanásos bőrre, sebre.

**Kisvirágú füzike:** a teljes növényt gyűjtjük, vigyázni, sok a hasonmás, főleg férfiak számára prosztata problémák megelőzésére és kezelésére használjuk, húgyhólyag-erősítő.

**Erdei szederlevél:** inzulinrezisztenciára, méregtelenítő, immunerősítő, köszvény megelőző, ízületi fájdalmakra, vészesegénységre is alkalmazzák. Külsőleg pigmentfoltokra, hámlasztásra, aftára.

**Aranyvessző:** virágos hajtást gyűjtjük, kúraszerűen 3 hétig, 1. héten napi egy, 2. héten kétnaponta, 3. héten csak 2 tea. Vesehólyag bántalmakra, enyhe hasmenésre, máj-, epebántalomra, epeköveseknek nem ajánlott. Reuma és ízületi gyulladásra, külsőleg sebekre, fekélyre.

Benedek Renáta gyógyszerész

## Mi lesz, ha ... mit szól a falu ...

Már régebb olvastam azt a vicces bejegyzést, hogy *Tisztelettel kérdezném azoktól, akik úgy élték le az életüket, hogy "mit szól majd a falu népe", hogy végül is mit szóltak?*

Ennek hatására elkezdtem figyelni, hogy milyen gyakran hangzik el ez az aggodalom, ez a félelem. Meglepő, hogy milyen sok helyzetben ez az első gondolatunk. Már gyerekkorunkban elkezdődik a "viselkedj rendesen, normálisan", "ne lássa mindenki, hogy milyen vagy". Ez a külvilágnak való megfelelési kényszer gátat szab az önmagunk felvállalásának, elképzeléseink megvalósításának.

A külső nyomás hatására, magunkkal szemben, belső elvárásokat állítunk, amely folyamatos maximalizmusra készítet, amitől kevésbé érezzük azt, hogy elég jók, szorgalmasak, okosak, csinosak, értékesek vagyunk. Ahogy telik az idő, a lányok esetében, asszonnyá válnak... Na de milyen a jó háziasszony? Lesi férje minden óhaját, jól tud főzni, mos, mosogat, takarít, illedelmes - okos gyerekeket nevel, szép virágokkal teli a csillogó ablaka, az udvar is virágoktól tarka, nem gyomos a veteménye, és ő maga is mindig rendezett, mosolygós, nőies a megjelenése!

Itt lép érvénybe, hogy "egyszerre mind nem nézhetünk ki jól. Vagy én, vagy a gyerek, vagy a lakás."

Az unatkozó emberek kreativitása határtalan, és ők nem csak rajtad "küszürülik nyelvüket", hanem bárkin, akiről hallották, vagy épp látták, hogy "hiba csúszott a tökéletes rendszerbe". De ez nem az egész falu, csak pár ember, akit ez boldoggá tesz, akit ez megnyugtat, hogy más sem robot, más sem hibátlan, és azzal, hogy másról beszélnek, a sajátjukat enyhébbnek, elnézhetőbbnek érzik.

Sokunkat elkísérhet életünk végéig ez a gondolat, de szerintem el lehet hessegetni, ha elgondolkodunk azon, milyenek szeretnénk lenni idős néniként? Hogyan fogunk élni, kik vesznek majd körül? Időskori énünk sorsa nagyban függ attól, hogyan élünk most, milyen döntéseket hozunk, hogyan viszonyulunk embertársainkhoz.

*"Képzeld el, hogyan szeretnél élni 40-50 év múlva, és gondold végig, mit kell tenned ezért most.*

*Néhány ötlet:*

- *Ha mozgékony, aktív életet szeretnél élni, már most helyezz hangsúlyt a testmozgásra. Erősítsd az izmaidat, tartsd karban a tested, hogy évtizedek múlva is szolgáljon téged, ne pedig korlátozzon a vágyaidban.*

- *Ha szellemi fittségre vágysz, tartsd edzésben az agyad: tanulj valami újat, például egy idegen nyelvet, olvass, fejts rejtvényt, társasjátékozz a barátaiddal.*

- *Ha arra vágysz, hogy szerető kapcsolatok vegyenek körül, becsüld meg azt, amid már van: a családodat, a párod, a barátaidat, és felnőttként is légy nyitott új kapcsolatok kialakítására. megfelelési kényszer*

*Lehet, hogy lesz, aki furcsán néz majd rád azért, mert negyvenévesen is tanulsz, kézműveskedsz vagy lemondasz egy-két programot, és nem követed a legutolsó divatot, hogy beleférj a havi költségvetésedbe, de, ha tudod, hogy ezt miért teszed, magabiztosan ki tudsz tartani a véleményed mellett." (mental garden/Szabina)*

Lázár Izabella

## Gyermekkori hazugságok

Hazudni nem szép dolog - ezt felnőttként tudjuk, és fontos célunk megtanítani a gyermekünknek, hogy ő se tegye. Gyakran mondogatjuk közmondásként is az intést: "A hazug embert hamarabb utoléri, mint a sánta kutyát!" A kisgyerekek mégis néha meglepő történetekkel állhatnak elő: képzeletbeli barátokról, valódi személyekről, akik különös dolgokat tettek, vagy éppen saját magukról, akik mesebeli dolgokat csináltak. És ott vannak az olyan kétségbeejtő esetek, amikor a kicsi tudja, hogy rosszat tett, de letagadja. Ilyenkor hogyan kell reagálnunk?

Fontos tudni, hogy **kisgyermekkorban** még nem válik el egymástól teljesen a fantázia és a valóság. Maga a fantázia is érdekes dolog: nagyjából 2 éves korig a kicsi számára minden, amit hall, valóságos, nem kérdőjelezi meg a dolgokat. Ekkor azonban elkezdi saját gondolatokat, magyarázatokat hozzátenni a tényekhez.

**2-3 éves kor között** már sok minden jár a fejében, mesebeli lényekről, képzeletbeli barátokról mesélhet, de sok kisgyerek csak 3-4 éves kor között kezdi ezt. Ez valójában nem hazugság, hanem mese, amelyben a fantázia és a valós események összemósódnak. Sok fontos üzenetet is hordoz magában a gyermekünk lelkéről, élményeiről, a világhoz való hozzáállásáról. Nem kell mindenáron tudatosítani benne, hogy ez nem valóság, és semmiképp sem szabad azt mondani neki ilyenkor, hogy hazudik. Ő most, ebben az életkorban így tapasztalja, éli meg a dolgokat, amit mond, az számára maga a valóság.

**3-4 éves korban** kezdik el érdekelni a szabályok, a szélesebb társadalmi értékek (pl. kik a tolvajok, miért nem szabad lopni stb.), de a hazugság fogalmát csak később érti meg. Egészen 6 éves korig nem tud tudatosan mást mondani, mint a valóság, azaz odáig az ő esetében nem beszélgetünk hazugságról. De még ezt követően sem mindig egyértelmű, mikor van szó tudatos füllentésről, és mikor nem. 5 évesen a gyermek már tudja, hogy hazudni nem szép dolog, de 9 éves koráig úgy gondolja, a felnőtteknek nem szabad hazudni, a gyerekeknek azonban nyugodtan lehet. Csak ezután kezdi felismerni, mi a különbség az ártatlan füllentés és a másoknak kárt okozó hazugság között.

*folytatás a 7. oldalon*

folytatás a 6. oldalról

**Az óvodáskorú gyerekek** tehát nem akarnak tudatosan becsapni minket, szimplán csak a következményeket akarják elkerülni. Néha kitalálnak történeteket, amelyek nem fedik a valóságot, vagy eltúloznak valamit, ami alapjában véve igaz. A gyerekeknek ebben a korban nagyon élénk a fantáziájuk, és épp ekkor tanulják megkülönböztetni a mesét (fantázia, képzelet) a valóságtól. Amikor az óvodáskorú gyerekek kitalálnak különféle történeteket, talán azért is lehet, mert azt kívánják, hogy bárcsak igaz lenne. A szülők vagy meghallgatják ezeket a történeteket és nem mondanak semmit, vagy lehetőségként használják arra, hogy egy kis igazságot is belevigyenek abba, amit a gyerek mondott. Egy példa az utóbbi esetre, amikor a gyerek azt mondja, hogy *"meg tudok enni akár száz szeletet is ebből a finom tortából"*, azt felelhetjük rá, hogy *"azt kívánod, hogy bárcsak meg tudnál enni százat belőle, ugye?!"* Később mindenképpen fontos elmondanunk egyszerűen és röviden a kisgyerekeknek, hogy rossz dolog hazudni, és mindig az a legjobb, ha elmondjuk az igazságot. Mondjuk azt is el neki, hogy milyen boldoggá tesz minket azzal, ha elmondja az igazat, és hogy milyen nehéz bizalommal lenni iránta, ha nem ezt teszi.

Amikor a gyerekek elérik az **iskoláskort**, szép lassan elkezdik megérteni, hogy a hazugság rossz. Fontos tudatosítanunk, hogy a hazugságnak számtalan oka lehet. A teljesség igénye nélkül, íme, néhány szempont, ami segít megérteni, hogy **mi rejtőzhet a hazugság mögött**. A gyerekek azért is hazudhatnak, mert félnek, vagy meg akarnak védeni valakit, vagy épp meg akarnak kapni valamit, amire nagyon vágnak, vagy túl nagy a képzelőerejük és az igazság unalmas, esetleg el akarják kerülni a büntetést vagy egy kellemetlen feladatot (*"Megmostad a fogad?" - "Igen, anya."*), netán növelni szeretnék az önbizalmukat. A hazugság oka lehet még a szeretet, az elismerés és a figyelem utáni vágy is. A gyerekek szeretnek gyorsan és hatásosan "lenyűgözni" másokat. Dicséretért, pozitív visszajelzésért áhítoznak. Néha a hazugság egyáltalán nem szándékos, csak kicsúszik a gyerek száján, főként akkor, amikor rajtakapták egy csínytevésen. (*"Ki törte el a játékot?" "Nem én voltam."*)

**Mit tegyünk szülőként, ha a gyerekünk hazudik?** Vida Ágnes és Medveczky Kata pszichológusok ajánlásaiból válogattam néhány hasznos tippet:

- Nem tudjuk megóvni a gyermekünket a hazudozástól, de sokat tehetünk azért, hogy arra **bátorítsuk, hogy elmondja az igazat**, és a hazugságnak ne legyen egy félreértelmezett jutalmazó értéke. Amint láthattuk, a legtöbb hazugság önvédelemből származik. Segíthetünk a gyerekeinknek azzal, hogy nem teremtünk olyan helyzetet számukra, amelyben nyomás alatt érzik magukat, hogy hazudjanak vagy szenvednek a következményektől.

- Fontos, hogy elmondjuk a gyerekeknek azt, hogy, ha igazat mond, a többiek **bízni fognak benne**, és hogy a hazugság nem becsületes dolog, ha valaki nem becsületes, annak következményei vannak.

- Mindig dicsérjük meg a gyereket, ha igazat mond.** ("Ezt biztosan nem lehetett könnyű elmondani, hogy valóban mi történt. Tisztellek a bátorságodért, hogy elmondtad az igazat.") Ha figyelmet fordítunk arra, hogy megerősítsük a helyes viselkedést, a gyerek sokkal valószínűbb, hogy meg fogja ismételni. **Azután foglalkozunk a történetekkel** úgy, hogy lehetősége legyen a jóvátételre (bocsánatot kérni a sértettektől stb.) és a belátásra, hogy mi volt abban a nem jó, amit tett. Csak ilyen módon erősíthetjük benne, hogy vállalja a felelősséget azért, amit tesz, és ezáltal kevesebb hasonló dolog történjen a jövőben.

- Ne büntessük meg** a hazugságért, inkább tegyünk erőfeszítéseket azért, hogy jobban megértsük az ő szempontjait. Ha a gyerekeket megbüntetik a hazudozásért, sokkal kisebb lesz a valószínűsége, hogy legközelebb elmondják az igazat. A büntetés olyan eredményt szül, ami pontosan az ellentéte annak, amit szeretnénk. Ha a gyerek amiatt szorong, hogy büntetést kap, vagy kiabálni fognak vele, nem érzi magát biztonságban, hogy elmondja az igazat.

- Mielőtt beszélünk a gyerekekkel a hazugságról, **bizonyosodjunk meg róla, hogy valóban hazudott-e**. Ha tévesen vádoljuk, vagy ha nem hiszünk a gyerekeknek, amikor elmondja az igazat, pusztító lehet, és óriási károkat okozhat.

- Folyamatosan fejezzük ki és erősítsük meg a **feltétel nélküli szeretetünket** a gyerekünk iránt. Mondjuk el a gyerekünknek, hogy lehet, hogy néha nem szeretjük azt, ahogyan viselkedik, vagy netalán hazudik, de őt magát ettől még ugyanúgy szeretjük.

- Ha gyakrabban előfordul, hogy a gyerek hazudik, **találjunk ki egy külön szabályt**, hogy mi történjen ezekben az esetekben. Nagyon sokat segíthet, ha **előre megbeszéljük közösen a gyerekekkel**, hogy mi legyen az "eljárás" hazugság esetén. Ebben az esetben a gyerek előre tudni fogja a következményeket, ha a hazugságot választja.

- Figyeljünk oda a saját "kegyes hazugságainkra"**. A gyerekek mindig fülelnek, és ne feledjük, a mi viselkedésünk példaértékű számukra.

Minden szülő azt szeretné, hogy őszinte legyen vele a gyermeke, hogy ne hallgasson el semmit, hogy merjen őszintén beszélni arról, amit tett, vállalja a felelősséget a tetteiért. Ahhoz azonban, hogy ezt elérjük, nem hegyibeszédre és csupán magyarázatokra van szükség, hanem leginkább példamutatásra. Ha a családban ott van a félrebeszélés, a titkolózás, az őszintétlenség légköre, akkor bizony a gyermek is hajlamosabb lesz a füllentésre, hazugságokra. Őszinte kapcsolatokat kívánok tehát mindannyiunknak! :)

## ANYAKÖNYVI HÍREK 2024. május

az anyakönyvi híreket a Polgármesteri Hivatal közli

### Születések száma: 3

GÁBOR BIANKA, Gábor Imre és Gábor Renáta szülők gyermeke

MÁRTON BENEDEK, Márton Zsolt és Márton Emőke szülők gyermeke

GÁBOR BENCE, Gábor Áron és Gábor Beáta szülők gyermeke

### Házasságkötések száma: 2

BULZAN CSABA és ANDRÁS TÜNDE  
MIHÁLY ZSOLT és TIMARU EDINA

### Őszinte részvétünket fejezzük ki a májusban elhunytak hozzátartozóinak:

EGYED JÓZSEF, született 1939-ben

SORBÁN JULIANNA, született 1939-ben

TOKOS PÉTER, született 1933-ban

**Vásárolnék** 4 darab kerek, idéni, mezei széna- vagy sarjúbálát.  
Telefonszám: 0745831225.

**Eladó** felújított Samsung mosógép. Telefonszám: 0751328699.

**Eladó** a Gál utca, 1082. szám alatti bennvaló. Érdeklődni a következő telefonszámokon lehet: 0740260916, 0749409236.

### Humor

#### A koldusok és a menyecske

Két koldust enged be házába a korondi menyecske.

- Van itt egy tányér leves - szól -, melyikük enné meg?

- Hát én! - mondja az egyik koldus, s már kanalazza is a levest.

Amikor üres a tányér, megkérdi az asszony.

- Van még egy kis sült hús is, melyikük vállalná?

- Hát én! - mondja ismét az első, s be is falja hamar.

- Meg egy kis málé is van. Melyikük enné meg?

- Hát én! - mondja megint az első.

Mikor befejezi az evést, azt kérdi a menyecske:

- Van itt néhány fatuskó, melyikük hasogatná föl?

Mire az első a társához fordul:

- Szólj már egyszer te is valamit!

Tájékoztatjuk a kedves lakosokat, illetve az elszármazottakat, hogy az idei falunapok augusztus első hétféjén lesznek megszervezve. A részletes programot a következő lapszámban közöljük.



Régi arcok sárgult fényképeken

Kiöntött a Kövespatak; árvíz utáni takarítás kalákában Miklós Déneséknél, 1956. A képen előtérben: Mihály Albert (Gróf), Lázár János (Sós), Demeter Péter (Szőke). A képet Ladó János küldte be.

### LÖVÉTEI KIÁLTÓ

Megjelenik havonta, kiadja a LÖVÉTEI KIÁLTÓ EGYESÜLET

Főszerkesztő: Tódor Lóránd, tördelés és szerkesztés: András Kinga, korrektúra: Egyed Emilia

Munkatársak: András Mónika, Egyed Tünde, Györgylőrincz Ernő, Lázár Béla, Lázár László, Mag Ottilia, Mihály János, Pál Erzsébet, Szikszai Berta, Tódor Attila, Török Enikő

Támogatók: Lövete Község Helyi Tanácsa, Lövete Közbirtokossága, Lövetei Római Katolikus Plebánia, Select Metleplast Kft., Nyko Kft.

A szerkesztőség elérhetősége: Lövete Községi Könyvtár, tel.: 0784-298853, e-mail: loveteikialto@freemail.hu