



LOVÉTEI KIÁLTÓ

XXV. évfolyam, 3. szám

Ára: 3 lej

2024. MÁRCIUS



Pilinszky János: HARMADNAPON

És fölzúgnak a hamuszín egek,
hajnalfele a ravensbrücki fák.
És megérik a fényt a gyökerek.
És szél támad. És fölzeng a világ.

Mert megölhették hitvány zsoldosok,
és megszünhetett dobogni szive -
Harmadnapra legyőzte a halált.
Et resurrexit tertia die.

**Lövete Önkormányzata kegyel-
mekben gazdag húsvéti ünnepeket
kíván minden lövéteinek itthon és
a nagyvilágban!**

"Feltámadtam, és újból veled vagyok, alleluja"

"Feltámadtam, és újból veled vagyok, alleluja" - kezdődik a húsvét vasárnapi szentmise kezdő éneke. Micsoda fenséges kijelentés, és micsoda fenséges történet: feltámadás. Egy igazán nehezen körülírható szó, s talán még egyetlen nyelv sem talált olyan kifejezést, mely kimerítené azt a tulajdonképpeni történetet, ami akkor Jézus testén megmutatkozott, és az egész világnak egy "új életet" mutatott. Olyan életet, melyet Isten a kezdetektől szán az embernek. De az ember az üdvtörténet folyamán mindig a gyengébb láncszemnek mutatkozott a szövetségek megkötői között. Isten ezért megtette a végső lépést, hogy a sötétségben járó emberiség világosságra találjon, s a bűneikből szabadulást váró emberek üdvösségre leljenek a feltámadás valóságából.

"Újból veled vagyok" - kinek szól a kijelentés második része? Jézus feltámadásának nem volt közvetlen tanúja. Senki sem látta, hogy hogyan is történt. Az első híradások a Feltámadással való találkozások mély tapasztalatait az evangéliumokból, hogy Annak arcát láthatják dicsőségesen, Akinek arcát látták már bemocskolva, meggyötörve, véresen. Tehát amit az Úr Jézus akkor mondott a tanítványainak: "Békesség nektek, én vagyok", nemzedékeken át hirdeti, hogy Isten szeretete békességes üdvöt hozó, s minden kor emberét arra emlékezteti, hogy újból veled van. Nekem is, neked is és mindannyiunknak mondja húsvétkor az Úr: "Feltámadtam, és újból veled vagyok, alleluja"!

Lázár Hunor

Kedves Olvasó!

Ünnepek előtt nagytakarítunk. Kint is... bent is... Ilyenkor vesszük észre, mennyi fölöslegeset felhalmoztunk. Kint is... bent is... Próbálunk valahogy rendet teremteni. Kint is... bent is...

Ami az otthonunkat illeti, könnyen gyakorlatba ültethető tanácsokat találhatunk már egy kis internetes böngészés során is. Az otthon-szervezési módszertan kidolgozója, a japán Marie Kondo a Rend a lelke mindennek című könyvében a minimalizmusra hívja fel a figyelmet.

Fogyasztói társadalomban élünk- mindenhol azt látjuk, halljuk, hogy akkor lehetünk igazán elégedettek, boldogok, ha minél több, minél jobb, minél újabb, márkásabb tárgyat birtoklunk. Ezért aztán látástól vakulásig, ünneptelenül, sokszor már lélektelenül pénzhalmozásba, valóságos hajszába kezdünk, hogy mindenünk is meglegyen. Pillanatnyilag örömeinket leljük, aztán pakolgatjuk, kerülgetjük. Ismerősen csenghet: mindenünk van, csak nyugtunk nincs.

Pedig nem olyan rég még nagyapáink gyerekként a

bükkfa zsenge leveleit tavaszi csemegeként fogyasztották, s szó nélkül osztottak a hármuknak jutó egyetlen pár lábbelin, melyre akkora gondjuk volt, hogy Szent György napja után inkább mezítlábra váltottak, nehogy időnap előtt elrongyolódjon az az egy cipő. Ma még az is gondot okoz, hogy szétválogassuk a ruhákat mosás után, fel se ismerjük, hogy melyik a miénk, csak gépiesen pakolgatjuk, s sópánkodunk, hogy még mindig mennyi szennyes van.

A minimalizmus szabályait megalkotók szlogenje: így lehetsz gazdagabb "szegényebben". A szabályokat a fenntarthatósági piramisra építik, melynek legalsó szintjén a "használd azt, amid van" foglal helyet. Ha körülnézünk, rengeteg olyan dologgal rendelkezünk, melyeket új megvilágításba helyezve több mindenre használhatunk, vagy más helyre téve újnak hatnak. Például nem muszáj a bútorzatot cserélni, elég átrendezni kicsit a szobát- máris új világba csöppenünk. Vagy egy régi játék előkerülése ugyanazt az örömet válthatja ki, mint egy új, melyet pár nap után már úgymint a gyerek. A piramis legtetetjén a

folytatás a 6. oldalon

Meghívó

Lövéte Közbirtokosság megtartja rendes tavaszi közgyűlését 2024. április 22-én, hétfőn 10 órai kezdettel a helyi Népházban, melyre a vezetőség tisztelettel várja tagsági könyvével és személyazonossági igazolványával a közbirtokosság minden tagját a sikeres megtartás érdekében.

Napirendi pontok:

- A közbirtokosság 2023. évi pénzügyi beszámolója és elfogadás
- Ellenőrző-bizottsági beszámoló
- A földalapú támogatás felhasználására vonatkozó határozathozás
- Különfélék
- Vezetőtanácsi tisztújítás

Amennyiben a közgyűlés nem lesz határozatképes, úgy 2024. április 28-án (vasárnap) 12 órakor folytatódik ugyanott.

Lövéte, 2024. 03.20.

Lövéte Közbirtokosság Vezetőtanácsa kellemes húsvéti ünnepeket kíván minden közbirtokossági tagnak és Kiáltó-olvasónak!

Rongyosan az Isten előtt - Bemutatták Lövétén a Györgypál Albert vértanú papról szóló könyvet

Március 21-én a lövétei Kisboldogasszony templomban mutatták be Serfőző Levente, a Szeged-Csanádi Egyházmegye oktatási helynöke Györgypál Albertről, a nagyváradi egyházmegye mártírsorsú papjáról szóló könyvét. A Rongyosan az Isten előtt című kötetét és a lövétei felmenőkkel rendelkező Györgypál Albert vértanú pap életét maga a szerző mutatta be a nagyszámú közönségnek, majd a rendezvény végén dedikálta a könyvét, és elbeszélgetett a résztvevőkkel. (Szöveg és kép: Mihály János)



PÁLYÁZATI FELHÍVÁS EGYESÜLETEK RÉSZÉRE

A 2005/350-es számú Törvény előírásainak megfelelően **Lövéte Község Önkormányzata pályázatot hirdet** vissza nem térítendő támogatások odaítélésére a 2024-es évre.

A program költségvetése **44.000,00 lej**, amely az alábbiak szerint oszlik meg:

- Sport tevékenységek: 15.000,00 lej
- Ifjúsági tevékenységek: 12.000,00 lej
- Kulturális tevékenységek: 17.000,00 lej

A pályázatok benyújtása: **Lövéte Polgármesteri Hivatal - Márton Noémi**

A pályázatok benyújtási határideje: **2024. április 19., 12:00 óra**

Ezen dátum után benyújtott pályázatokat nincs módunkban elfogadni.

Benyújtási határidő hosszabbítás nem lehetséges.

A támogatási kérelem, valamint a pályázati útmutató megtalálható a Polgármesteri Hivatal székhelyén, Lövéte, 397. szám, valamint a hivatal honlapján: www.lovetekozseg.ro

A támogatási program Románia Hivatalos Közlönye 26/2024.02.09. számában lett közzétéve.

Polgármester,
Mihály Dénes

Értesítés

Aki bélyegeztetni szeretne a magánkaszárlóján vagy erdős területein, az legkésőbb 2024. április 15-ig iratkozzon a Lövétei Polgármesteri Hivatal titkárságán. Telefon: 0366 401788.

MEGHÍVÓ

Szeretettel várunk mindenkit
2024. március 31-én este 9⁰⁰ órától
a hagyományos

HÚSVÉTI BÁLRA
a lövétei Népházba.

Belépődíj: 20,00 lej.

ZENÉL A LÁZZ BAND ZENEKAR.

**ÁLDOTT HÚSVÉTI ÜNNEPEKET
KÍVÁNUNK MINDENKINEK A
FELTÁMADT KRISZTUSTÓL!**

Az idei év tétje!

A lehetőségek éve. Ez kevésszer hangzik el a 2024-ről, pedig, ha jól megvizsgáljuk, és értelmezési keretünket hozzá igazítjuk, akkor nagyon is igaz. Nézzük meg előbb, hogy miért van az, hogy többnyire először a nehézségeket látjuk meg az előttünk álló történelemekben. Mindannyiunknak van olyan személyes élménye, amikor kitűztünk egy célt, legyen az egy vizsgán való átmenés, egy munkahelyre való jelentkezés, vagy éppen egy vásárnak a tető alá hozása, és rögtön utána azzal viccelt meg a tudatunk, hogy a lehetséges legrosszabb forgatókönyveket kezdte lejátszani a fejünkben. Végül már el sem mentünk vizsgázni, vagy az interjúra, vagy tényleg nem jött össze a vásár. Lám, jól éreztük - erősítettük meg magunkban a tévképzetet. Azt már csak ritkán vizsgáltuk meg, hogy vajon mi magunk megtettünk-e mindent azért, hogy sikerrel járjunk? Mielőtt a kedves olvasó felhördülne, hogy miért bántom ilyesmivel, hadd mondjam el, hogy ez nem a mi közösségünk sajátos viszonyulási módja, ez egy teljesen természetes és általános emberi viselkedés. Természetes és általános, de ettől még nem jó. Épp olyan, mint júliusban az általános hőségriadó. Általános és természetes, de akadályozza az életünket. A tudatunk is inkább szeret vagy a múlttal vagy pedig a jövővel foglalkozni, mint a jelennel. Ebben a pillanatban is, amikor Ön olvassa ezeket a sorokat, azon kaphatja a tudatát, hogy elkalandozik, arra gondol, hogy milyen teendői lesznek később, vagy valami derűs vagy éppen bosszantó történés jut eszébe a közelmúltból.

Az élet mindig a mostban zajlik. A jelenben van lehetőségünk cselekedni, alakítani az életünket, felkészülni egy vizsgára, megtenni mindent azért, hogy, amikor eljön az a bizonyos pillanat, a lehető legnagyobb esélyünk legyen a sikerre. Nem csak rajtunk múlik, hogy jön-e a siker, és meg kell tennünk mindent, hogy rajtunk ne múljon.

Bármennyire is a múlt rossz tapasztalatai vagy a jövő történéseitől való félelmek próbálnak bennünket mozdulatlanságra kényszeríteni, van megoldás ezekről megszabadulni. A megoldás a reményteli hozzáállás. A reményben az a csodálatos, hogy az egyetlen olyan pozitív érzés, ami negatív gyökérből eredeztethető. A gondok, a problémák, a nehéz körülmények közepette is hisszük, hogy tehetünk azért, hogy mindez jó irányba változzon. A jövő velünk és miattunk lesz jobb.

Ezért dolgozunk a hétköznapiakban. Édesanyám könyvelő, és emlékszem, gyermekkoromban, miután hazajött a munkából, elővette a papírokat, a radírt, a ceruzát és a számológépet, és késő estig folytatta a munkát. Nekem pedig csendben kellett lennem, ami nem mindig ment könnyen. Amikor kitoró gyermeki dühvel kérdeztem, hogy miért dolgozik olyan sokat, mosolyogva annyit válaszolt: Érted. Ezt igazán csak

felnőtként érti meg az ember. Azért vállalnak a szülők kemény munkát, terheket és nélkülözést, hogy a gyerekeiknek megkönnyítsék az életet. Ez a remény. Vállalni a nehézséget és cselekedni, mert hisszük, hogy szebbé tesszük ezzel szeretteink számára a jövőt.

2024 nem a politikusokról szól. Hiába lesznek helyenként hangos kampányok, egymás torkának ugró jelöltek, vészmadarak és hordószónokok. Az idei év annak a lehetőségéről szól, hogy a jelenben megtegyünk mindent, ami rajtunk múlik és tőlünk függ, a gyermekekért. Hogy ők is magyarként és magyar földön élhessenek itthon. A jövő akkor van biztonságban, ha a közösségünknek helyi szinten, Bukarestben és Brüsszelben is egységes és erős jelenléte lesz.

Ha visszatekintenek az elmúlt harmincnégy évre, látják, mekkora utat tettünk meg. Hibák és hiányosságok vannak és lesznek is, hiszen a tökéletesség isteni kiváltság. Minden hiányosság ellenére közösen jobbat és szebbé tettük szülőföldünket. Építkeztünk és védekeztünk. Ha lebontották, újraépítettük. Ha megtámadták, visszavertük. Ha leszedették, visszatettük. Mi szavak nélkül is értjük egymást, de akik a nyelvünket sem beszélnek, soha nem fognak közösségeinkért dolgozni. Ezért kell ott legyünk Bukarestben és Brüsszelben is. Hanem gyorsan beigazolódik az a félelmünk, hogy a dolgok rossz fordulatot vesznek. Mert látjuk, hogy azok, akik betörték a temetőnkbe, és meggyalázták a holtak emlékét, akik véres szájjal támadják a magyar feliratokat a településeinken, nemzeti szimbólumainkat porba tiporják, akik szerint Székelyföld nem létezik, azok megerősödtek Bukarestben, és Brüsszelben is ott lesznek.

2024 a lehetőségek éve, amikor kifejezzük reményünket a magyar jövő iránt, megerősítjük közösségünk egységét, és legyőzzük a magyarellenés nacionalistákat, hogy tovább építsük Székelyföldet. Ami volt, van és lesz! Mert a magyarok 2024-ben is győznek.

Bíró Barna Botond



Fotó: Bíró Barna Botond

Márciusi gyógynövények

Az évezredek óta széles körben használt gyógynövények között fontos helyet foglal el a kora tavasszal megjelenő martilapu és csalán.

MARTILAPU

Előfordulása: növény, Európa, Ázsia, Észak-Afrika nedves talajú élőhelyein honos. Magányos, élénksárga fészkes virágait február-márciusban hozza, pikelyleveles száron. Nagy, szív alakú levelei később fejlődnek. Ezek képezik a drogot. Hatása: elsősorban légzőszervi betegségeknel veszik igénybe, mivel csillapítja a légutak irritációját és a köhögést, de egyéb belső gyulladások esetén is szóba jöhet mint adalék. Magas C-vitamin- és cinktartalma révén serkenti az anyagcsere-folyamatokat és a szervezet védekezését. Elősegíti az inzulin, valamint az ivarsejtek termelődését. Külsőleg kelések, pattanásos bőr, szájnyalvák-hártya-gyulladások kezelésére alkalmazzák. Kis mennyiségben tartalmazza a májkárosító pirrolizidin alkaloidot, amely ugyan a vizsgálatok szerint főzés-kor elbomlik, de azért nem árt az óvatosság.

CSALÁN

Előfordulása: északi féltekén mindenütt honos, lágyszárú növény. Levele és gyöktörzse a drog. Erdőszeleken, parlagokon, nitrogéndús talajon tömegesen él. Hatásai: vértisztító, vizelethajtó, keringésjavító, erősítő, roboráló. Méregtelenítő, valamint húgyúti bántalmak, köszvény, reuma és ödéma elleni keverékekben mindig helyt kap. Remek vitamin- és ásványianyag-pótló, ezért immunerősítésre, vérképzés elősegítésére, betegség utáni lábadozás gyorsítására is jól alkalmazható. Serkenti a tejválasztást. Cukorbetegség számára is kedvező. A gyöktörzs kivonattal fejproblémákat és prosztatabetegségeket kezelnek. Újabb kutatási eredmény szerint a csalánkivonat az afrikai szilvafa kivonattal összekeverve gátolja azokat a hormonális változásokat, amelyek nagy valószínűséggel a prostata-megnagyobbodás kialakulásában szerepet játszanak. A csalán a szénanátha tüneteinek is egyik jól bevált ellenszere. A pollenre és más allergénekre reagálva az allergiás szervezet egy gyulladást okozó vegyületet, hisztamint termel, amelynek hatására orrdugulás és könnyezés lép fel. A csalánban viszont egy olyan flavonoid van, a quercetin, amely képes meggátolni a hisztamin termelődését. Terhesség esetén a magzatot erősíti, de vigyázni kell az adagolásával, mert nagy adagban méhösszehúzóhatást okozhat. Áprilisban indul be igazán a gyógynövénygyűjtés, mikor elérkezik a tavasz, és az áprilisi jó időnek köszönhetően kezdődhet a gyógynövénygyűjtés. Lássuk tehát, mi mindent érdemes és hasznos tudni akkor, amikor igazán beindul a gyógynövénygyűjtés. Hol zajlik a gyógynövénygyűjtés? Az igazán szerencsésnek nem nagyon kell kimozdulni: amennyiben van kertje, akkor már most lesheti,

mikor jelenik meg a fűszálak között a százszorszép vagy a pitypang (gyermekláncfű), amely természetes vértisztító, vizelethajtó és emésztésjavító. Annak viszont, aki elhivatott a gyógynövénygyűjtés iránt, ez az alkalom remek lehetőség egy kiadós, de ugyanakkor hasznos kirándulásra. De indulás előtt még lássuk, mire kell odafigyelni! A gyógynövénygyűjtés 5 szabálya • Természetvédelmi területen tilos gyűjteni! • Védett növényt mindenhol tilos leszedni! • Poros, szemetes területen, forgalmas utak mentén nem ajánlott gyógynövényt gyűjteni. • A gyógynövénygyűjtésnek megfelelő napszakban menjenek szüretelni: leveleket délelőtt, a harmat felszáradása után ajánlott gyűjteni; virágot napsütésben, teljesen kinyílt állapotban; magot és termést pedig egész nap lehet szedni, kivétel a déli forróság. • Csak azt a részét gyűjtse a növénynek, amelyre szüksége van! Órizve ezáltal a természetet, és ne termeljen felesleges növényi hulladékot!

Áprilisi gyógynövények

GYERMEKLÁNCFŰ

Előfordulása: mindenfelé nyílik, kifejezetten gyakori növény, a legtöbb réten és kertben megtalálható. Hatása: étvágygerjesztő, emésztést javító, vizelethajtó és vértisztító. Gyűjtési ideje: április-június (levél), ősztavas (gyökér). Gyógyteaként fogyasztható mind a levele, mind a gyökere, sőt gyökeréből kávét is készítenek. Levele káliumot, B- és C-vitamint tartalmaz. Továbbá friss, zsenge leveleit használható akár egy frissítő tavaszi salátához is!

PÁSZTORTÁSKA

Előfordulása: utak és rétek mentén, töltéseken. Hatása: belső vérzés eseti gyógyítására alkalmas, gyulladáscsökkentő. Gyűjtési ideje: április-június. Orrvérzés esetén a növény teájába mártott tampon az orrlyukba helyezve csillapítja a vérzést. Teája menstruációs panaszok ellen használatos, ezen kívül erősíti a méh kötőszövetét, és pszichét erősítő hatással is bír. Terhesség, szoptatás idején azonban nem javallott!

KANKALIN

Előfordulása: erdők, cserjések. Hatása: köhögés ellen kiváló, köptető, hurutoldó, szédülés, álmatlanság esetén is ajánlott. Gyűjtési ideje: április (virág), szeptember-március (gyökér). A kankalin gyökeréteája és a virágteája köhögés elleni csodaszer nyákoldó hatása miatt. Ideg- és szívgyengeség esetén is alkalmazzák. Boros főzetét vesekő ellen isszák. Bedörzsölő szer vagy ülőfürdő formájában pedig csökkenti a reumatikus fájdalmakat.

Március 21. a Down-szindróma világnapja, Isten éltesse a falunk Down-szindrómás kisgyerekeit és felnőttjeit!

Benedek Renáta gyógyszerész

Tudatos határállítás gyerekeknél

Azok a gyerekek, akik olyan családokban nőnek fel, ahol nincsenek határok, felnőttként sokféle nehézséget is megélhetnek. Sőt, ha szinte felnőtt a gyerek, mire eljutunk oda, hogy határokat kellene felállítani, az már biztosan nagyobb kihívásokat tartogat. Akik így nőnek fel, nem tudják például indulataikat megfelelő módon kontrollálni, feszültségeiket jól levezetni, ezért könnyen beleszúszhatnak később akár a szenvedélybetegségek fogságába is, vagy pedig könnyen manipulálhatóvá válnak, és olyan terheket is magukra vesznek, amit nem kellene.

Ennek tudatában kijelenthetjük, hogy a határok a gyerek születése után már az első években is nagyon fontosak, és természetesen nem jelentik azt, hogy nem hangolódunk rá a gyermek szükségleteire, vagy nem elégítjük ki azokat. Az óvodások számára az például egy határ, hogy megszábot az udvaron töltött idő mennyisége, az étkezések és/ vagy az alvás időpontja. Ez nem is kérdés számukra, hanem valami olyan magától értetődő dolog, amihez alkalmazkodni kell - mert ez a szabály. Ahogy pedig egyre idősebbek lesznek, a határok száma is nő. Az otthon határok nélkül élő gyermek később az iskolában sokféle konfliktusba keveredhet. Gyakran szegül szembe a tekintéllyel, feszíti az iskolai határokat (hiszen megszokta, hogy azt tehet, amit akar), jellemző lehet rá a feladatok halogatása vagy be nem fejezése, ahogy az agresszió is.

Fontos feladata a felnőttnek ugyanakkor az, hogy *egyensúlyt* teremtsen a szabadság és a korlátozás között. Valahogy úgy kell ezt elképzelni, mintha adna egy kerítést a gyermek tevékenységéhez azzal az instrukcióval, hogy a kerítésen belül bármivel játszhat, amihez hozzáfér, és ami életkorának megfelel, de a kerítésen túl nem lehet. Ez megadja a szükséges szabadságot, döntéseket engedélyez, de kimondja azt is, hogy van egy határ, amin túl már nincs mozgástere a gyermeknek. Természetesen a határátlépés következményekkel jár, ezek tisztázása (előre!) szintén nagyon fontos feladat. A szülő egyúttal menedzser is, ő felel azért, hogy a gyermek célokat tűzzön ki maga elé, elvégezze a feladatokat, amik rá vannak bízva, és eleget tegyen kötelességeinek, valamint a felé irányuló elvárásoknak egyaránt. Ez már egy több határral, korlattal járó szerep, de fontos ebbe is energiát fektetni.

Ugyanakkor pedig a szülő *minden lehetséges jó forrása*. Tőle jön a szeretet, a gondoskodás, a kedvesség, a melegség, az étel, a bátorítás, a ruhák, a zsebpénz, az ajándékok. Csupa fontos dolog, de persze érdemes ezt is határokkal csinálni! Nem attól lesz jó szülő senki, hogy korlátlanul ad magából és az egyéb forrásokból. Hosszú távon sokkal többet ad a gyermekének azzal, ha

megtanítja, hogyan érdemes gazdálkodni azzal, amit kap. Hogy a készlet nem kifogyhatatlan, hogy az önmagunkról való gondoskodás felelőségekkel járó feladat. Jobb, ha ezt "kicsiben" a szülői házban próbálgatja, ahol még kisebb következményekkel jár egy-egy túlkapás, mint akkor, ha felnőttként kell megtapasztalnia, hogy a havi fizetése túl hamar elfogy, mert nem tanulta meg beosztani azt. Kapjon esélyt, hogy kipróbálja magát, még akkor is, ha ott van a lehetősége annak is, hogy nem jár sikerrel. Nem kell és nem is lehet mindentől megmenteni. Ha szülőként egyértelműen látjuk, hogy gyermekünk egyes döntései inkább a bukás, mint a siker felé visznek, megpróbálhatunk szólni, de néha - kisebb kérdésekben - célravezetőbb, ha hagyjuk, hogy végigvigye, amit eltervezett. Ha pedig ő maga is szembesül a sikertelenséggel, legyünk mellette, támogassuk őt, biztosítsuk a szeretetünkről, és biztassuk, hogy építse be ezt a fontos tapasztalatot a jövőre nézve. Amikor felnőtt, akkor is ezt fogjuk tudni nyújtani neki, a "mindenki a saját hibájából tanul" elv pedig itt is jól érvényesül. Előfordul, hogy fáj, szomorúvá teszi, ami történik, de ez is az élet része. Megtanítja arra, hogyan álljon fel belőle, és vigye magával a tanulságokat az adott helyzetből. Ha mindig megmentjük, nem fogja megtanulni azt, hogy még a döntés meghozatala előtt mérlegelje a következményeket. Ez pedig határozottan nem szolgálja majd felnőttként az érdekeit. Szülőként pedig biztosan mi sem ezt akarjuk.

Nézzünk most néhány konkrétumot arról, hogy szülőként, nagyszülőként a fentebb leírtakat hogyan kezdheted el tudatosan alkalmazni! Mindenekelőtt szeretném felhívni a figyelmet arra, hogy a gyerekek nagyobb eséllyel fogadják el kérésünket, ha az arra vonatkozik, hogy MIT TEGYENEK, mintsem arra, hogy MIT NE tegyenek, mert ezzel elültetjük a helyes viselkedés magját a fejükben. Vagyis:

EZEK HELYETT

Ne szaladj el!

Ne dobáld az ennivalót!

Hagyd abba! Ne rángass!

Ne légy ilyen undok!

PRÓBÁLD INKÁBB EZT!

☞ Kérlek, fogd a kezem, amíg átke-lünk az úton!

☞ Kérlek, maradjon az étel a tányé-rodon!

☞ Úgy örülnék, ha ideülnél mellém!

☞ Kérlek, kedvesebben szólj hozzám!

Hogyan csináld? Nézzünk meg egy példát arra vonatkozólag, hogy az esti lefekvést elodázní szerető gyermeki viselkedésre hogy reagálhatunk határok tudatos felállításával.

1. Állíts fel egyértelmű szabályokat! *"E játék után a fogmosás fog következni."*

2. Mondd el neki azt, hogy mit csináljon (vagy mit csinálhat)! *"Ha szeretnéd, egyedül elpakolhatod a játékokat, de én is szívesen segítek."*

3. Indítsd el a folyamatot, és támogasd, ha igényli! *"Én már indulok is a fürdőbe, hogy megnézzem, milyen szépek lesznek a fogacskaid."*

4. Fogadd el, és mondd ki hangosan az érzéseit! Légy együttérző! *"Megértem, hogy szeretnél még tovább játszani, biztos nehéz lehet félbehagyni azt, amit szeretsz."*

A következő lapszámomban majd még kicsit jobban kibontom a lefekvés előtti rutin szerepét, fontosságát, de addig is tudatos határfelállítást, sikeres nevelést kívánok!

(Forrás: pszicholive.hu; Dr. Henry Cloud & Dr. John Townsend: Gyerekhatárok)

folytatás az 1. oldalról

Kedves Olvasó!

legvégső esetben jelenik meg a "vásárolj" -ezt mind megelőzi a kérj kölcsön, cseréld és készítsd el magad. Milyen ismerős is mindez. Ma elméleteket gyártanak arról, ami ezelőtt a felmenőink valósága volt. Abból éltek és annak örültek, amijük volt, s ezt meg is osztották azokkal, akiknek épp nem volt, kölcsön adtak és kölcsönöztek, cseréltek vagy épp közösen újat alkottak. S mindeközben együtt voltak. Az egyszerűség visszatanulható.

Vásárlásaink, ünnepi előkészületeink során se feledjük: az egyszerű = nagyszerű. A kevesebb néha több címmel jelent meg C. Szabó Helga időkalauza elfoglalt nők számára. A rendrakásról, takarításról eszünkbe juthat Kosztolányi Dezső Édes Annája- hányszor csinálunk magunkból cselédet ünnepek közeledtével, vagy a hétköznapiakban: néha vidám házitündéreként sürgölődünk, néha áldozatként megélve, azt érezzük, feláldozzuk magunkat a háziasszonyi szerep oltárán. Ahogy egy kedves barátom összefoglalta: beleloholjuk magunkat a készülékbe, csillognia- villognia kell mindennek, főleg az utcára néző ablaknak- nem baj, ha a lelkünk ablakán ki

se lehet látni. De ki is akarna azon átnézni az ünnepeltet, Krisztust leszámítva?!

Ezért fontos a belső nagytakarítás, rendrakás, melyre itt az újabb alkalom. Mennyi fölösleges haragot, irigységet, sértődést, rossz szokást, elvárást és még sorolhatnánk tovább, hogy mi mindent felhalmoztunk, gyűjtögetünk, nagy becsben örzünk. A nagyheti szertartások alkalmat adnak a lelki lomtalanításra és újjászületésre, hogy Dsida Jenő kívánsága valóra váljon életünkben:

"s azt gondolom: be jó is lenne már, ha nem gunnyadnék többé pörlekedve, **szívemnek sánta lába meggyógyulna** s tüzes-piros nagyszombat alkonyán mehetnék egyszer én is körmenetre."

M.A.

Nők napja

" A nők semmiben sem kételkednek; ha velük vagy, a világ hihetetlenül egyszerű. Mindent a maga helyére tesznek, valódi jelentősége szerint osztályoznak. Igen jól tudják, hogy az ő nagymosásuk olyan fontos, mint a német császárság megalapítása. Velük biztonságos az élet." - Pierre-Auguste Renoir -

" A nők olyanok, mint a jó bor: az idő csak tökéletesíti őket." - James Follett -

" Egy ház alapja nem a földben, hanem az asszonyban van." - Gyilkos elmék c. film -

" Csodálatos az, amit egy nő megbír! - Egy nő, aki anya; - egy anya, aki szeret." - Jókai Mór -

" Az igazi Nőt a férfi engedi élni. Mert a Nő ugyanúgy ember. És Társ. A férfi társa. Mindenben. Mindent megtehet érte: moshat, főzhet, takaríthat - de nem azért, mert ez a dolga. Hanem szeretetből. Szeretetből, amit a férfi észrevesz, és viszonz. Talán mos, főz, takarít - vele együtt. Vagy csak egyszerűen nem vár el mindent tőle. Nem teszi szóvá, ha nincs kész időre az ebéd, vagy kicsit gyűrött az ing. Mert nem ez a legfontosabb számára. Nem az ebéd, nem a tárgyak, nem a külsőség. Hanem a Társ. A NŐ. Az igazi." - Csitáry-Hock Tamás -

" Azt mondom: asszonynak lenni ugyanolyan nagy dolog, mint férfinak lenni. Azt mondom: semmi sem nagyobb dolog, mint anyának lenni." - Walt Whitman -

Mi is ünnepeltük a nőket, az édesanyákat a napközis "Mókus" csoportban 2024. március 11-én délután egy kis előadással és kézműves foglalkozással: Anyagyermek közreműködéssel.

András Emilia óvó néni



Kézilabda

Nagyon szeretünk kézilabdázni, heti kétszer járunk edzésre, mi vagyunk a legkisebbek. Most voltunk Zetelakán barátságos mérkőzésen, ahol nagyon jól éreztük magunkat. Most már tudjuk, hogy milyen idegenekkel játszani. Sok tudást és bátorítást kapunk a tanárnőtől.

György Kitti, I. A osztály

Minihandball - Lövéte legkisebb kézilabdásai. 🐾

Fotó: György Kata



NŐNAP az osztályban

Apolka: Nagyon tetszett a Pogácsaszív meséje, a sok szép vers, utána kicsit még bújócskázunk.

Zolika: Jó volt verset mondani édesanyámnak, utána fogócskázunk, elkészítettünk a tanító nénitől, és hazamentünk.

Szilu: Olyan jó volt, de nekem mégis az tetszett, amikor elmondtam a verset, édesanyám nagyon büszke volt rám.

Emőke: Anyukám nagyon megörvendett, mert mindkét jelenetben szerepeltem, és verset is mondtam.

Lilla: Először kicsit izgultam, de hamar belejöttem. A szereplés után ettünk, ittunk, otthon anya és mamáim is megdicséretet.

Nóra: Nekem az volt a legjobb, hogy Niki is eljött. Szerintem minden jól sikerült. Ez volt a legeslegjobb nőnapunk!

Kincső: A nőnap szereplés csodálatos volt. Anya, Angi mama meg Hajni mama örült, hogy ilyen szépen szavaltam. De az volt a legviccesebb, hogy a mamák táncoltak.

Józsika: Erősen jó volt, egy hosszú verset megtanultam, és édesanyámnak, édesapámnak nagyon tetszett.

Kristóf: Jó volt, mert táncoltunk, szavaltunk, a mesében én voltam az elárúsító bácsi a piacon.

Lajoska: A nőnapon felolvastam egy jó hosszú, vicces verset: Nem tehetek róla, amely a szorzótábla nehézségeiről szól, mindenki jót kacagott! S még a mesében is szerepeltem.

Zalán: Anyukám azóta is nagyon büszke rám, mert tetszett neki a versem, megdicsért, hogy bátran szavaltam.

Bence: Boldog voltam, mert láttam, hogy anyukám is boldog, mert tudja, hogy szégyenlős vagyok, de szerintem minden jól sikerült.

Gergely: Képzeljétek, ez volt a legjobb nőnap, szépen megtanultam a verseket, mert elég sok szerepem volt, s kicsit sem izgultam, sokat mosolyogtam, főleg anyának.

Szabi: Hát ezen a nőnapon jól szórakoztunk, utána játszottunk, a jelenetet le is videózta anyukám.

Dorottya: Délben a padokat körberaktuk, átrendeztük az osztályt. Utána 5 órakor jöhettünk a bulira, mulattunk, táncoltunk, a meséket eljátszottuk.

Szilvike: Én imádtam, jól éreztem magam, anyukám nagyon büszke volt rám, a beváltható, meglepi kupon nagyon tetszett neki, este be is váltotta.

II. B osztály



Szavalóverseny

Március 18-án volt a megszokott Kányádi Sándor szavalóverseny körzeti szakasza Szentegyházán.

A zsűri is a megszokott 3 fő volt. Elkezdődött a verseny. A zsűrik szerint nagyon szoros volt a mezőny. Volt három lövétei dobogós: András Ákos III. díj, Szikszai Eszter II. díj, András Zsófia II. díj. A lövétei csapatban még részt vett: András Anett, Mihály Dorotty, Sata Kristóf.

Nagyon jó volt az esemény.

András Anett és András Zsófia, IV. osztály

Vizes napunk

Március 22. a víz világnapja

Ez a nap úgy kezdődött, hogy matek órán vízzel kapcsolatos feladatokat oldottunk, majd óra után a lányok meg a fiúk pattogós zacskókra folyót festettek, miután megszáradt, kipróbálhattuk az átkelést a folyón, csupa móka volt, mert szökdécseltünk, "úszkáltunk". Környezet órán pedig fólia akváriumot festegettünk, vízi állatokkal, növényekkel töltöttük meg. Nagyon élvezte mindenki, még Edit néni is nagyon tetszett. Főképp Józsikát és Zolikát dicsérete meg.

Jól sikerült ez a nap.

Szikszai Nóra, Márton Kincső II. B osztály



Fotók: Szikszai Berta

ANYAKÖNYVI HÍREK - 2024. február

az anyakönyvi híreket a Polgármesteri Hivatal közli

Születések száma: 3

FAZAKAS KRISZTIÁN, Fazakas Rezső és Fazakas Emilia szülők gyermeke

PÉTER ANDRÁS, Péter András és Péter Tünde szülők gyermeke

KOLOZSI TAMÁS, Kolozsi Csaba és Kolozsi Rita szülők gyermeke

Házasságkötések száma: 1

LÁZÁR IGNÁCZ és KOCSIS CSILLA-ÁGNES

Őszinte részvétünket fejezzük ki a februárban elhunytak hozzátartozóinak:

EGYED GÁBOR, született 1947-ben

GÁBOS (DEGHI) KATALIN, született 1947-ben

BENCZE LAJOS, született 1956-ban

DEMETER (ANDRÁS) TERÉZ, született 1967-ben

Hibaigazítás a februári lapszámhoz:

LÁZÁR DÁNIEL, Lázár Béla és Lázár Noémi szülők gyermeke. Elnézést kérünk az érintettektől.

György Emőke

Üres sír

Némán, üresen áll a sír,
A sok asszony hiába sír.
Összefogott a gyolcslepel,
-Jézusunk, hová tűntél el?
Drága tested már nem leljük,
Nevedet halkan leheljük.
Utunkon szólít valaki,
Nem merjük hinni, az, aki:
Halálából föltámadott...
-Ne keresd, ki már nem halott!
Szól Jézus - a hírt vigyék,
Férfiakat ébressztek!
Felvirradt húsvét hajnala,
Krisztusunk él, alleluja!

Régi arcok sárgult fényképeken**Állatvásáron.**

Péter Ignác, Lázár János (Antal), Lázár Árpád (Béni), Mihály János (Kúti), Ladó János

A képet beküldte Ladó János.

**Székely humor****Ígéret**

Pásztort keresett juhái mellé a gazda. Egy ígérte, hogy eljön, csak jó legelőt adjon neki.

- Te, én mindent megadok... Akkorát adok, amekkorát a szemeddel belátsz! Csak ne nézz nagyon messze!

A Lövétei Kiáltó szerkesztősége áldott húsvéti ünnepeket kíván minden kedves olvasójának!

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, Lövétei Római Katolikus Plebánia,
Select Metleplast Kft., Nyko Kft.

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