



# SZIGNUM



Szignum Kéttannyelvű Egyházi Általános Iskola

2026. augusztus - szeptember

havilapja

XXII. évfolyam 8-9. szám

## 2026/2027: A FORRÁS ÉVE

A **forrás** egyszerre jelképezi:

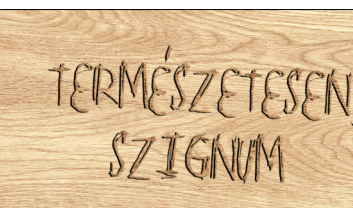
- a tudás eredetét,
- a megújulást,
- az inspirációt
- a belső erőt, ami mindannyiunkban megvan.

Jelenthet hűsítő erdei vizet, valaminek a kezdetét, vagy akár egy titokzatos információhalmazt is.

Ez a tanév olyan lesz, mint egy patak útja. Lesznek napok, amikor minden könnyen megy, és tele leszünk energiával. De jönnek majd nehezebb időszakok is, amikor úgy érezzük, „kiszáradtunk”, és nincs kedvünk semmihez.

A mottó arra emlékeztet minket, hogy ilyenkor nem szabad feladni. **Mindenkiben van egy belső forrás:** a kíváncsiság, a kitartás és a fejlődni akarás forrása. Ha a felszínen nehéznek is tűnnek a dolgok, le kell ásnunk a mélyre, mert a tudás és az akarat forrása kifogyhatatlan.

„A tudás a jövő forrása.”





### CSALÁDI



**2026. szeptember 26.**



**A VÍZ, melynek minden cseppje kincs**

**8:30-8:55** ebédjegyek átvétele, osztályonként gyülekező

**8:55** Megnyitó - faültetés

**9:10-9:50 & 11:00-12:00** Kincskereső csapatjáték

**12:00 és 12:20** Ebéd

**ELŐADÁSOK**

Praktikus ötletek a klímaváltozás megfékezésére  
**10:00-10:45**

Okos vízgazdálkodás  
**Nagy Tamás - Szegedi Vízőrzők (tornaterem)**

Mit tehetünk az éghajlatváltozás ellen?  
**Ábrahám Krisztián, Kör-Te Egyesület (templom)**

**Büfé; Göncölda; Jótékonyági vásár az új játszótérért; Ebéd készül szabadtűzőn**



**9:10 "Kincs, ami nincs" Kincskereső kalandra fel!**

Kincskereső csapatjáték 6-11 fős csoportokban

**Szülő - gyerek élő csocsó a focipályán**

Nevezés **08:30 és 9:30 között** a főbejáratnál!!!

„Ahová a folyó eljut, ott minden élni fog” Iz 47,9



## FÓKUSZ - BECSENGETÉS



### ELKEZDTÜK A 2026/2027-ES TANÉVET

Tavalyi „Alapos” esztendőnk után most a Forrás évét hirdettünk meg; ez a mondanivaló hatja át majd a Szignum idei életét, különösen fókuszálva erőforrásainkra, a precíz és hiteles válaszainkra, amelyekkel történéseinkre reagálunk.

A 2026/2027-es esztendő Természetesen, Szignum! jelmondat-tal folytatódik, emlékeztetve az öko-iskolaként és teremtvédő intézményként képviselt zöld tartalomra is.

Intézményünk 36. tanéve kezdődött el a mostani becsengetéssel. Nagy öröm számunkra, hogy ismét két osztálynyi első kisdiákkal bővült intézményünk létszáma.

Őket augusztus 31-én délután köszöntöttük ünnepélyes keretek között tanulóink sorában.



### MEGÁLDOTT ISKOLATÁSKÁKKAL KEZDTÉK A TANÉVET DIÁKJAINK Együtt imádkozott közösségünk az idén is a sikeres munkáért

A szeptember 20-ai, vasárnap délelőtti szentmisén került sor a hagyományos tanévkezdő ceremóniára, ezzel kértük a Jóisten vezetését a gyermekek tanulmányaira.

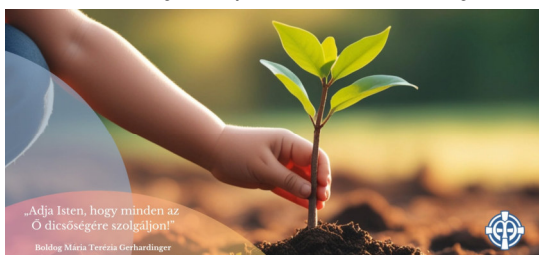


### SZEPTEMBER 1.: EGY IGAZÁN KÜLÖNLEGES NAP

Nem csupán az iskolakezdés napja és a Veni Sancte ünnepe, hanem a Teremtésért való Világi-mádság Napja is 2015 óta.

Az iskolásokért elmondott imán túl álljunk meg egy pillanatra, és próbáljunk meg meghallani a teremtés hangját! Ha igazán figyelünk, kettősséget vehetünk észre benne: egyrészt egy édes dallamot, amely dicséri a mi Teremtőnket; másrészt egy keserű kiáltást, egy felkiáltást az emberiség által a teremtéssel szemben elkövetett visszaélések miatt. Mindezen elmélkedve észrevehetjük, hogy ez a disszonancia cselekvésre szólít fel minket: arra, hogy megváltoztassuk életmódunkat – még ha csak apró lépésekben is –, tördöljünk másokkal és a teremtéssel.

(A kép és a szöveg forrása:  
Boldogasszony Iskolanővérek közösségi oldala)



„Adj Isten, hogy minden az  
O dicsőségére szolgáljon!”

Balogh Mária Terézia Gorbardinger



### Szakkörök a SZIGNUMBAN a 2026-27-es tanévben

1. **Önvédelmi szakkör** - Máté bácsival **hétfő 15:00**  
(jelentkezhetsz 2-5. évfolyamos diák)
2. **Foci szakkör 1.** - Ádám bácsival **csütörtök 14:30**  
(jelentkezhetsz 5-8. évfolyamos diák)
3. **Foci szakkör 2.** - Ádám bácsival **csütörtök 15:15**  
(jelentkezhetsz 3-4. évfolyamos diák)
4. **Rajz szakkör** - Marek tanárral **szerda 14:30**  
(jelentkezhetsz 2-8. évfolyamos diák)
5. **Orosz szakkör** - Ildikó nénivel **péntek 15:00**  
(jelentkezhetsz 5-8. évfolyamos diák)
6. **Misszó** - Fidelis nővérral **péntek 15:00**  
(jelentkezhetsz 1-8. évfolyamos diák)
7. **Kortárs Mediáció** - Kinga nővérral **szerda 15:00**  
(jelentkezhetsz 4-8. évfolyamos diák)
8. **Ókori mesék szakkör** - Máté bácsival **péntek 15:00**  
(jelentkezhetsz 2-5. évfolyamos diák)
9. **Sustainability - Fenntarthatósági szakkör** (angol nyelven) -  
Ms. Melanie-vel és Kinga nővérral **kedd 15:00**  
(jelentkezhetsz 2-8. évfolyamos diák)
10. **Énekar** - Anna nénivel és Piroška nénivel **hétfő 14:30**  
(jelentkezhetsz 3-8. évfolyamos diák)

Fontos, hogy a szakkörökre úgy jelentkezessz, hogy egész évben kitartsz a lelkesedésed, illetve ne menj a tanulás rovására! Igyekezz, a szakköri férőhelyek korlátozottak!

Jelentkezési lap leadása az osztályfőnököknél! Határidő: 2026. szeptember 7. (hétfő)

NÉV-OSZTÁLY: \_\_\_\_\_

Választott szakkör/szakkörök (maximum 3 lehet):  
\_\_\_\_\_

### A SZIGNUM TEREMTVÉDŐ INTÉZMÉNY CÍMET VISEL A 2025-2028 KÖZÖTTI IDŐSZAKBAN.

Az iskolában a teremtett világ iránti felelősség tudatában születnek meg a mindennapi döntések.





**MAJOROSNÉ RÁCZ KRISZTINA IGAZGATÓ ASSZONY  
ÉVNYITÓ BESZÉDE  
2026. augusztus 31.**

**Tisztelettel köszöntöm a kedves megjelent szülőket,  
családtagokat és a most első osztályba lépő  
gyermeket!**

Ahogy hallottuk, hogy az idei tanévünk mottója: „**A forrás éve**”.

A forrás – kezdete mindennek. A kíváncsiság egy olyan velünk született belső erőforrás, amely ott lapul mindegyikünkben. A gondolkodásunk forrása a nyitottság a világra, a lelkünk pedig szomjazik a tudásra, amit az iskolában, mint tiszta forrásból meríthetünk nap, mint nap. Gondoljatok bele: minden hatalmas, hömpölygő folyó egy apró, csendes forrásból indul el. Ugyanígy indul most a ti nagy utazásotok is.

Nézzétek meg ezt a gyönyörű logót, amit Marek tanár úr tervezett nekünk! Láthatjuk, hogyan kanyarog a víz, tele apró halacskákkal. A kis halak együtt úsznak, egy irányba tartanak, védik és segítik egymást, és közben felépítik a mi közös házunkat, a Szignumot.

Ehhez hoztam egy rövid mesét:

### A kis patak és az óceán

Hol volt, hol nem volt, a hegyek sűrűjében, egy hűvös szikla tövében kibukkant a földből egy icike-picike forrás. Olyan kicsi volt, hogy alig pár cseppből állt, de tele volt kíváncsisággal és lelkesedéssel.

Ahogy elindult lefelé a hegyoldalon, kis patakká cseperedett. Útja során találkozott kövekkel, kidőlt fákkal, de nem ijedt meg. Megtanult figyelni a tájra, finoman megkerülte az akadályokat, és szeretettel kapcsolódott a körülötte lévő világhoz.

Az erdő fáit, a szomszagos kisállatok mind örömmel köszöntötték, a patak pedig átölelte őket: friss, tiszta vízzel táplált mindenkit.

Ahogy haladt előre, újabb és újabb apró erdei erecskék csatlakoztak hozzá. Érezte, hogy együtt egyre erősebbek lesznek.

A folyamatos fejlődés és tanulás útján a kis patakból széles, hömpölygő folyó vált. Már nem egyedül utazott: a sok kis csepp egy összetartó közösséggé kovácsolódott, akik mind **egy** közös cél felé áramlottak, míg végül elérték a végtelen óceánt.



Kedves Elsősök!

A kis patak története nekünk is fontos üzenetet hordoz:

**Őrizétek meg kíváncsiságotokat és lelkesedéseteket:** Merjétek kérdezni, csodálkozni, felfedezni!

**A figyelem a fejlődés egyik legfontosabb titka:** Figyeljétek egymásra és a tanítóitokra, építsetek igaz barátságokat!

**Támogatnunk kell egymást, mert a siker ebből születik:** Segítsétek azt a társatokat, aki épp elfáradt vagy elakadt.

**Tanuljatok és fejlődjétek:** Ne féljétek a kihívásoktól, minden nap egy kicsivel többek és okosabbak lesztek.

**Ne feledjétek,** a Szignumban nem vagytok egyedül. Együtt úszunk, mint a logónkon a kis halak, és együtt alkotunk egy nagy, biztonságos családot.

Kedves Gyerekek! Ma ti vagytok a tiszta, kíváncsi kis források. Mi pedig itt vagyunk – a tanítóitok és a szüleitok –, hogy kísérjünk, támogassunk titeket, és vigyázzunk a lépteitekre.

**Isten hozott titeket a Szignumban, kezdődjön a 2026/2027-es tanév, amely „A forrás éve”!**

### AZ ÖSSZETARTOZÁS AJÁNDÉKÁT ÉLTÉK MEG

A temesvári közösség két tagja: Renáta és Carmen nővér, valamint a tartomány németországi gazdasági felelőse, Gabriella nővér látogatott szeptember első napjaiban Makóra.

- Mindannyiunknak hasonló is, ugyanakkor kicsit más a feladata a mindennapokban, más nyelven beszélünk, mégis jó volt leülni egy asztal köré és megbeszézni az összetartozás ajándékát - tudtuk meg Fidelis nővértől.





## „A NEVE IS TETSIK – THANKGOD: HÁLÁS LENNI ISTENNEK”

Mintegy két hetet töltött vendégségben Makón a Szent István Király Plébánia és Negyela Zoltán plébános atya vendégszeretettel élvezve egy nigériai kispap, Thankgod. A Szignum Iskola órákat biztosított számára, amelyek lehetőséget adtak arra, hogy bepillantasson a magyar oktatási rendszer működésébe.

Én két módon segítettem itteni tartózkodását: többször is fogadtam óraimon, valamint két alkalommal túrát vezettem, amelyen egyszer a plébános atya társaságában Makovecz-épületeket mutattam meg, másodszer pedig egy kerékpártúrára hívtam: a földéaki Szomszédok piaca – Őszköszöntő kézműves vásár és Vigadalom keretei között meghallgattuk a helyi Szivárvány Népdalkör délalföldi népdalcsokrát, majd átbicikliztünk a szomszédos Óföldéákra. Öröm volt látni, ahogyan felragyogott a kis templom láttán az ifjú atya arca! Felismerte a helyszínt: már járt itt szentmisén a püspök atya társaságában.

Visszabiciklizve Óföldéákra őt Ürögdi Ábel bűvész előadására kísértem el, én pedig meghallgattam a Kerekasztal-beszélgetést az aszály kezeléséről.

Odafelé igen lassan, néhol leszállva tettük meg az utat a szörnyű szembeszélben, haza viszont szinte repültünk: a hátszél (és a kerékpár váltójának beállítása – hála Horváth János igh. úrnak) sokat segített.

A fenti címmel zárta gondolatait egy hatodikos kislány, amikor friss emlékeiről kérdeztem a 6.a-s gyerekeket. A diákok örömmel írtak reflexiót az együtt töltött órák élményeiről. Mindenki kiemelte Thankgod kedvességét, többen megemlézték mosolyát, derűjét, valamint a többség elismerte törekvését: már egész jól tud magyarul. Közvetlensége megérintette a gyerekeket: örömmel számoltak be a közös metázásról és arról, hogy az ő kedvelt magyar étele is a rántott hús, csokival töltve szereti a palacsintát, valamint a kedvenc állata a kutya.

A gyerekek közül voltak, akik gyorsan lejegyezték a

frissen tanult szókinccset, hiszen életükben most találkoztak először törzsi nyelvvel, az igboval [ejtsd: ibo].

Igen jól vették a kölcsönösséget: „tanulhattunk nigériaiul és ő is tőlünk magyarul”. „Igyekezett minden kérdést magyarul megválaszolni, szerintem neki ez egy elég nagy kihívás”. „Örültem, hogy értette a kérdéseket és hogy jó kérdéseket tett fel nekünk.” „Nagyon sokat neveltünk.”

Többen kiemelték, hogy igazi élmény volt számukra a befogadás: „nagyon jó, hogy más országokból jöhetnek hozzánk, így meg tudjuk szokni a más országokból jövő embereket, és ha mi megyünk, máshogy éljük meg”.

A lányok közül többen megjegyezték, hogy jó volt halni a családjáról: ő a legkisebb, édesanyja és két nővére szakácsnő...

Igazi eseményként élték meg diákjaink a látogatást: „jó, hogy itt volt, mert nem történt semmi különleges az előző pár évben. [...] Remélem, hogy többet is tudunk majd beszélni. Hogyha tanulhatunk más nyelven, az már eléggé sok nyelv lesz itt az iskolában.”

Búcsúzásként többen is sok boldogságot kívántak neki és a Jóisten áldását kérték papi hivatására.

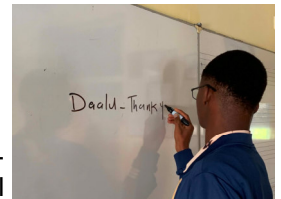
Thankgod tanított nekünk néhány szót. Az igbo nyelv elég nehéznek látszik, de tetszik ez a nyelv nekem. A kedves érdeklődésre válaszolva most megosztunk egy pár szót (betűhív átírással) a széles közönséggel.

Szia!: [nídéio]

Hogy vagy?: [kedukaímo]

Jó reggelt!: [ututuóma]

Köszönöm: [dóálu]



Az atya írt egy rövid visszatekintést is, amelynek megértésével az alsó tagozatos diákok is könnyedén boldogulnak:

„On the weekend, I went on a bicycle trip to Óföldéák. In the afternoon, I left home with my bicycle. The weather was very nice, and I saw many beautiful places on the way, I stopped to rest and drink water. I had a very good time and would like to cycle another time.”

Gyűjtötte, közreadja: Mészáros Ildikó tanárnő

## BICIKLIS TÁBOR 2026. JÚLIUS 20-24.

Makóról Szegedre biciklivel indultunk, majd laza 30 km bemelegítés után Szegeden felpattantunk a vonatra és irány Budapest! Ott átszálltunk, és Esztergomból tovább bicikliztünk Komáromba. Kissé fáradtan kerestük meg a szállásunkat.

A következő napokban rengeteget túráztunk biciklivel: műemlékeket és templomokat kerestünk fel. A második napon eltekertünk a csodás lebegő faluba, amelynek a nevében is benne van: a vízen lebeg. Az orosz lányi ebéd után a majki kamalduli remeteség környékén bringáztunk.

A következő nap: irány a szlovákiai Komárom! A Duna mellékfolyója, a Vág mellett haladtunk tovább, majd folytattuk utunkat Gútára. Itt megnéztünk egy templomot, amelynek a falán egy emléktábla állt, miszerint Palkovich Viktor a gútai nemzet Széchenyiye. A templom római katolikus, és csodálatos freskókkal volt tele. Utunk során Révkomáromban megtaláltuk Jókai szobrát.

Napi 70-80 km-t tettünk meg, útközben gyönyörködtünk a szép tájakban. A tábort nagyon élveztük, de rendkívül elfáradtunk. A kirándulás során olvastunk még kőbe vésett régi térképet, felfedeztük a komáromi várat. Végezetül tekerés és vonatozás haza – szuper volt, és bicajoztunk egy jót! Mindenkinnek ajánljuk ezt az élménydús és látnivalókban gazdag tábor! Fedezzük fel Magyarországot két keréken!



Hadár Merse és Hosszú Nimród 6.b



## VELÜNK TÖRTÉNT



### TANULÁS, KULTÚRA ÉS DOLCE VITA – ERASMUS+ PADOVÁBAN

Július elején Olaszországba utaztam, hogy részt vegyek egy Erasmus+ tanártovábbképzésen. A kurzus középpontjában az innovatív tanítási módszerek álltak. A képzésre tíz különböző európai országból érkeztek résztvevők, és hamar egy összetartó, jó hangulatú nemzetközi csapat alakult ki.

Padova Olaszország északi részén található, Velencétől mindössze fél óra autó és vonat útra. A város nagyon büszke a több, mint 800 éves egyetemére, ami Bologna után a második legrégebbi egyetem Európában. Híres tudósok tanítottak itt hosszabb-rövidebb ideig, mint például Kopernikusz és Galileo Galilei, itt készült el az első növényrendszertani könyv és már a középkorban bonctermük volt, hogy megismerjék emberi test felépítését és működését. A botanikus kertet is azért hozták létre, hogy megismerhessék a növényvilágot, és a Föld minden szegletéből gyűjtöttek példányokat. A város másik legfontosabb nevezetessége a Szent Antal bazilika, ahol a szent ereklyéit őrzik. A bazilikát Giotto, Tiziano és Donatello műalkotásai díszítik. Kihagyhatatlan látnivaló a Scrovegni kápolna, amelynek összes freskóját Giotto készítette, és lenyűgöző látványt nyújt. A továbbképzés része volt a bazilika, a botanikus kert, a városi múzeum és a zsidó negyed meglátogatása is, és a trénerünk izgalmas, sokszor pikáns történetekkel ismertetett meg minket a várossal kapcsolatban, és ötleteket kaptunk, hogyan építhetjük be a helyi nevezetességek meglátogatását a tanításba, így a kulturális élmények pedagógiai szempontból is hasznossá váltak.

Padova nagyszerű úti célnak bizonyult, hiszen tele van érdekes látnivalókkal, és igazi olasz hangulatú hely. Nem jellemzi a nagy turistatömeg, így nyugodtabban ismerhettük meg a város hangulatát. Nagyon finom a pizza, a fagyalt és a kávé, és egy hétig igazi olasz életérzésben lehetett részünk.

Polgárdiné Lengyel Orsolya tanárnő



### SÖR, VILLAMOS, MACSKAKŐ

Hogy mi kapcsolja össze a címben említett szavakat? Nem más, mint Prága, Csehország fővárosa, ahol a 2025-1-HU01-KA121-SCH-000334267 Erasmus+ pályázatnak köszönhetően egyhetes továbbképzésen vehettem részt ez év júliusában. Életemben nem láttam annyi villamost, mint ebben a városban. A szerelvények némelyike egészen régi típusú, de a legmodernebb változat is látható. Voltak olyan csomópontok, ahol a sínek annyira sűrűn szelték egymást, hogy első ránézésre az egész terület egy labirintusnak látszott. Buszokat nem is láttam, de a villamosokkal bármikor, bárhová könnyedén el tudtam jutni.

A macskakövek tekintetében is élen jár Prága. Mint sok más, európai történelmi városban, itt is néhány nap elteltével már természetesnek tűnt, hogy macskakövön gurulnak az autók, azon gyalognak a járókelők, de még a villamos sínek között is macskakövek vannak lerakva. Ami talán különlegesnek tűnt számomra, hogy a különböző méreteknek, színeknek köszönhetően sok helyen egészen változatos mintákat, mozaikokat raktak ki a kövekből. S igaz, hogy a bőröndöm kereke nem igazán örült ennek a burkolatnak, cserébe igazán hangulatos kis városkép maradt meg az emlékeimben.

S mi a helyzet a sörrel? Talán ezt kell legkevésbé bemutatni, elég ha arra gondolunk, hogy a világ egyik legismertebb sör típusa, a pilseni sör szülővárosa, Pilsen is Csehországban található. Az ország évtizedek óta világszínvonalú az egy főre jutó sör fogyasztását illetően, ami köszönhető a remek minőségnek, a kedvező áraknak, s talán legfőképp a komoly történelmi hagyományoknak.

Ami pedig az „Advanced Artificial Intelligence for Education” című továbbképzésemről, továbbra is az az

érzésem, hogy a mesterséges intelligenciából soha nem elég! No, nem a használatából, azt jobb volna csökkenteni, sokkal inkább annak megismeréséből. Jól lehet a képzésen számos új alkalmazást ismertem meg, másban is fejlődtem. Nem szabad megfeledkeznünk arról, hogy nem azért van az „AI”, a sok különféle alkalmazás, hogy mindet használjuk, hanem, hogy legyen miből válogatnunk. Azt is könnyen beláthatjuk, hogy ha például egy diák AI-t használva megír egy fogalmazást, amit a tanár ugyanilyen módon kijavít, kár is visszaküldenie az „észrevételeit”. Ki fog abból tanulni??

A mesterséges intelligencia szuper dolog, de csak addig, amíg tudatában vagyunk, mikor, miért és hogyan használjuk. Amíg szem előtt tartjuk, hogy mindez azért van, hogy segítse egyrészt a mi tanári munkánkat, másrészt a diákok tanulási folyamatát. Higgyük el, az AI fejlődik magától is – gyorsabban, mint gondolnánk -, a diákoknak azonban a fejlődéshez még mindig szükségük van a „személyes” segítségre, útmutatásra...😊

Gulyásné Auffenberg Noémi tanárnő



Az úgynevezett „Cseh-Svájc” egyik legismertebb látványossága a Pravčická brána, Európa legnagyobb természetes homokkő sziklaíve



Szent Vítus-székesegyház, a Prágai Vár komplexumának legjelentősebb épülete, előtte macskakövek ☺



## STRESSZKEZELÉS DÁN MÓDRA – NYÁRI KURZUS AZ ERASMUS+ SZÜLŐVÁROSÁBAN, KOPPENHÁGÁBAN

Július 27. és augusztus 1. között Dánia fővárosában, Koppenhágában volt szerencsém eltölteni egy hetet Erasmus+ mobilitási program keretében, ahol egy 5 napos kurzuson vehettem részt.

A Body Mind Academy által szervezett „Stress Management and Recognition: Key Strategies for Teachers” elnevezésű 30 órás képzésen hatékony stresszkezelési stratégiákkal, például az érzelmi intelligenciát és az önszabályozást fókuszba helyező relaxációs technikákkal ismerkedhettünk meg.

Családias, összesen 11 főt számláló kis csoportunk rendkívül változatos összetételű volt, a kurzus résztvevői Spanyolország, Németország, Csehország, Olaszország, Kanada és természetesen Magyarország területéről is képviseltették magukat. Karizmatikus oktatónk, Mette Junker vezetésével hamar közösséggé kovácsolódtunk.

A képzés során számos érdekes és hasznos, a legújabb kutatásokon alapuló információkat és tudást sajátíthattunk el. Ezek közé tartozik pl. a belső egyensúly megtalálása. Megtudhattuk, hogy naponta átlagosan 60–80 ezer gondolat száguld át agyunkon. Gondolataink jelentős hányada azonban valamiféle aggodalommal kapcsolatos, amelyek negatív érzelmekeket keltenek bennünk, s frusztrációhoz, végső soron pedig kiégéshez vezetnek. Ahhoz, hogy 1 negatív gondolatot és annak hatását kellőképpen ellensúlyozni tudjunk, 3 pozitív gondolatra van szükségünk, gondolatainkat tehát képesek vagyunk irányítani. Gyakorlatilag ez az egyetlen olyan dolog az életünkben, amelyet ellenőrzésünk alá vonhatunk. Hogyan? Az emberek túlnyomó többsége nem törődik azzal, milyen gondolatok foglalkoztatják napközben. Itt jön képbe a „Miért?” fontossága. Ha nem tudjuk, hogyan csináljunk valamit, először fel kell tennünk magunkban a kérdést, hogy „Miért?”, ami a „Hogyan?” kulcsa. A „Miért?” gondolkodásra készítet munkát adva ezzel az agynak: a megoldáskeresés által motiváltakká válunk.

Az önreflexió egyik hatékony technikája az ún. belly-breathing (hasi légzés). A kurzuson nagy hangsúlyt kapott a helyes légzés fontossága. A napi rohanás közepette általában csak a felületesebb, mellkasi légzést alkalmazzuk, ez átlagosan 23.000 légzésszámot jelent naponta, ami jóval több a kelleténél. Percenként átlagosan 6 lélegzetvétel lenne optimális. Mennyiség helyett a minőségi légzés kapott hangsúlyt: mélyebb és hosszabb időtartamú levegővételek szükségesek. Tudományos kutatások által is alátámasztott tény, hogy a minőségi, helyes légzés technika alkalmazásával akár 7 évvel is meghosszabbíthatjuk élettartamunkat. A hasi légzés tehát egy öngyógyító folyamat, a mélyebb, hosszabb ideig benntartott levegővétel során ugyanis a rekeszizom egyfajta masszázst ad a bélrendszernek, gyógyítja belülről, amely az immunrendszerünk és ezzel együtt az egész idegrendszerünk kiegyensúlyozását szolgálja.

Életünk során pozitív és negatív stresszhatások egyaránt érnek bennünket, amelyek egyensúlyban tartása

nélkülözhetetlen ahhoz, hogy testünk megfelelően funkcionáljon, és sikeresen megküzdjünk a mindennapok során szembejövő kihívásokkal. A technika maga egyszerű, elsajátítása, napi rutinná tétele azonban nehéz és hosszadalmas: folyamatos önreflexiót és munkát igényel. Napi 6 perc hasi légzés, amelynek során légzésünkre és a pozitív gondolatokra irányítjuk figyelmünket már jelentős mértékben képes tölteni az energiaszintünket. Mindezt a hatékonyság növelése érdekében összekapcsolhatjuk egy széken ülve végzett gyakorlatsorozattal is. A 'chair-yoga' (székjóga) gyakorlat során alapvetően a helyes légzés technikára fókuszálunk, amelyet a tradicionális jógából kölcsönzött különböző lazító, nyújtó mozdulatok segítségével tehetünk még hatékonyabbá. A gyakorlatot több alkalommal is elvégeztük, ill. levezetését mi magunk is elsajátítottuk.

Összegezve tehát a 3 faktor, amely szükséges az általános jóllét (wellbeing) megvalósításához: a gondolatok (thoughts), az érzések (feelings) és a cselekvések (actions) összehangolása. A képzés során megismerkedtünk ezen 3 faktorhoz kapcsolódó technikai repertoárral, amelyek segítségével képesek vagyunk eredményesen megbirkózni a bennünket érő stresszhatásokkal, ahogyan ezen új eszköztár birtokában képesekké váltunk arra is, hogy ezekkel a módszerekkel iskolánk diákjaink stressz-szintjét is csökkenthessük.

A tanulás mellett természetesen jutott idő egyéb közösségi programokon való részvételre is. Többek között részesei lehettünk egy meglehetősen színvonalas, a szervezők által vezetett városnéző túrának, amelynek keretében kicsit közelebből is megismerkedhettünk

Koppenhágával és annak nevezetességeivel. Megcsodálhattuk pl. az Amalienborg palotát, a dán királyi család rezidenciáját; a dán származású, híres mesemondó, Hans Christian Andersen szobrát és szülőházát; a kikötőben található, színes épületekből álló, egykor kereskedők által lakott Nyhavn nevű városrészt; valamint az Andersen meséje által ihletett Kis hableány szobrot is, amely a koppenhágai kikötőben található és a város egyik nevezetes szimbóluma. *(folytatás a következő oldalon)*



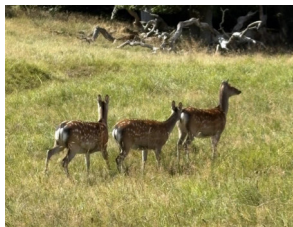


Fárasztó, de rendkívül informatív kirándulásunk végén egy közös vacsorára is meghívtak minket, ahol a hagyományos dán konyhaművészetből kaptunk ízelítőt.

A képzést követően a fennmaradó néhány nap során meglátogattuk többek között a Dyrehavenben található, UNESCO Világörökség részét képező szarvasparkot. Egy közel 14 km-es túraútvonalon csodálhattuk meg az ott vadon élő, kb. 2000 egyedet számláló szarvasállomány tagjait. A hely különlegessége, hogy a park közvetlen szomszédságában található a világ legrégebb óta működő vidámparkja is. És ha már Dánia, akkor természetesen nem maradhatott ki az ország egyik legnagyobb attrakciója: a Billund városa mellett található világhírű LEGOLAND, ami Koppenhága után a második leglátogatottabb hely Dániában.

A Dániában eltöltött rendkívül tartalmas 8 nap után rengeteg élménnyel, tudással és új ismeretekkel gazdagodva térhettem haza.

Majeros Máté tanár úr



## JOCÓ BÁCSI EGYEDI MÓDSZEREI – A TANULÁS ÉLMÉNYE

2026. július 19. és 25. között Horvátországban, Rovinjban kaptam lehetőséget részt venni magyar nyelvű, az Erasmus+ program keretében megvalósuló pedagógus képzésen. Számtalan érdekes kurzus közül a történelem tanár, Balatoni József által kínált témát választottam. A különböző iskolai szinteken tanító, más-más szakos tucatnyi pedagógus hamar megtalált egymással és a képzővel a közös hangot.

A Magyarország határain túlról érkező kollégákkal megosztva tapasztalatainkat jó gyakorlatokkal gazdagodhattunk. Megállapíthattuk, hogy a kamaszok hazánkban és külföldön is hasonló problémákkal küzdenek, a pedagógusoknak és a szülőknek komoly kihívásokkal kell szembenézniük.

A csoport az első napon összegyűjtötte az elvárásait, vállalásait. Az együttműködő, nyílt-szívű, motivált, aktív kollégákkal fergeteges csapatmunkát végeztünk. A képzés egy héten át szolgálta mind a szakmai gazdagodásunkat, mind a mentális jóllétünket.

A képzőnk tanítási módszere meglepetésként ért. A módszertani sokszínűséget a gyakorlatok alkalmazása során élhettük át. Sokszor voltunk mozgásban, együtt végeztük a feladatokat, mindenki számára mindig szükség volt. Közös örömtől a sikereinknek és elfogadtuk, ha valamin javítanunk kellett. A nehéz helyzetekben, feladatokban mindig volt valaki, akire támaszkodhattunk. Fontos része volt a napnak, amikor megosztottuk egymással, hogyan éreztük magunkat egy-egy szituációban, szerepben.

Az elméleti tananyagok közül a négy szín teszt/DISC volt rám nagy hatással. A személyiségértípusok elemzése során gyakran kerestem a megfelelőket a tanítványaim, kollégáim, ismerőseim, családtagjaim között. Sokan kaptak piros, sárga, zöld és kék alapszínt vagy árnyalatot. Mélyebb megvilágításba került az, hogy miért szól egy tanítványom, ha mindjárt kicsengetnek, vagy letelt a feladatra szánt idő; ha felháborodik a bejelentés nélkül megírandó dolgozat miatt; ha stresszeli, hogy nem őt szólítom, miközben régóta jelentkezik; ha gyakran belevág társai szavába...

Magammal viszem a képző által ajánlott, a kamaszokról írt könyvét, melynek címe: „Kamaszkór”. Jó szívvel ajánlom mindazoknak, akik kamaszokkal találkoznak, velük foglalkoznak. Jocó bácsi a könyvben meghallgatásra ajánlott olyan zeneszámokat, melyeket ez a korosztály hallgat. Próbáljunk meg oly módon is kapcsolódni a kamaszokhoz, jobban megérteni őket, hogy meghallgatjuk a kedvenc zeneszámaikat.

Balatoni József, Jocó bácsi egy igazi híd a generációk és a különböző tudományágak között, aki fáradhatatlanul dolgozik azon, hogy a tudás megszerzése örömteli és inspiráló folyamat legyen. Ő egy ismert pedagógus, influenszer, a Felelős Szülők Iskolájának vezető szakértője, aki a szülői nevelés kérdéseiben, a kamaszok megértésében nyújt gyakorlati segítséget. A fiatalok jövőjének formálásában pályaaorientációs konzulensként vállal szerepet, míg tanulás- és tanítástechnikai trénerként a hatékonyabb ismeretszerzési és átadási módszereket tanítja. Köszönöm a Szignum Kéttannyelvű Egyházi Általános Iskolának, hogy támogatta a részvételemet ezen a képzésen.

Kulcsár Judit tanárnő





## ERASMUS+: JOURNEY TO COPENHAGEN, DENMARK

This summer, from July 27 through August 1, I had the incredible opportunity to participate in an Erasmus+ teacher training course in Copenhagen, Denmark, called "The Danish Model: Environmental, Social and Economic Sustainability in Practice." This course gave educators the opportunity to see how sustainability is incorporated into everyday life, education, and public policy in Denmark.

One of my favorite parts of the experience was connecting with teachers from Hungary, Greece, Germany, Austria, and other European countries. We shared ideas about education and discussed how sustainability is approached in our different countries. It was refreshing to hear different perspectives and discover new ways to bring sustainability into our own schools.

During a walking tour of Copenhagen, we saw sustainability in action throughout the city. We visited famous landmarks such as Nyhavn, with its colorful buildings along the canals, The Little Mermaid statue, the Marble Church, and the Church of Our Saviour with its famous spiral tower. One of the most memorable stops was CopenHill, a waste-to-energy facility that has been transformed into a recreational space. The top of the building has a ski slope and areas for hiking and running, while the side of the building features an impressive 85-meter climbing wall. Instead of hiding a waste facility, Copenhagen turned it into a place for people to enjoy. It was a great example of how creative thinking can turn an environmental challenge into something positive for the community.

We also visited stores that sell surplus food that might otherwise be thrown away, as well as a Red Cross secondhand store where people can purchase everything from clothing and toys to furniture. These experiences made me think about how many useful things are discarded simply because they are no longer wanted or are considered old. Reusing and giving items a second life can make a real difference.

Another memorable visit was to Freetown Christiania, a unique community in Copenhagen known for its alternative approach to living. We saw community gardens, creative reuse of materials, recycling, artistic shops, and community events. It was fascinating to see how creativity and community can play such an important role in sustainability.

We also visited a Copenhagen school with a very different approach to education. Students were encouraged to think freely, work on projects that could benefit society, and learn through hands-on experiences. The school had gardens and placed an emphasis on creativity and student independence, with very little homework. Seeing this approach made me reflect on my own classroom and how important it is to give students opportunities to solve real-world problems rather than simply learn about them.

Another Danish concept that made an impression on me was hygge. Hygge translates to "coziness," but it's really about slowing down, enjoying simple experiences, spending time with others, and creating a warm and welcoming environment. While I was in Denmark, I tried to experi-

ence my own version of hygge. One of my favorite moments was simply being in a park with my son and playing Frisbee. It was nothing complicated, but we were outside, laughing, enjoying the surroundings, and spending time together. It reminded me that some of the best experiences in life are also the simplest.

Hygge was present everywhere in Copenhagen society. During a Danish "heatwave" we went swimming with the locals in the Copenhagen harbor. The city has constructed docks with swimming holes along the harbor for recreational swimming. It included a large cliff-like ledge, about 5 meters above the water, for brave souls to jump into the water. I had to give it a try! The water was not what I would consider "cozy" but the experience of seeing the community enjoying life and nature together was a first-hand observation of hygge in action. Hygge is a feeling I hope to bring more of into my own life and classroom.

After the course, we continued exploring Denmark. We visited three amusement parks in three days, including Tivoli Gardens, Legoland Billund, and Bakken, the world's oldest amusement park, located in a beautiful deer park where deer roam freely. Tivoli Gardens was particularly interesting because its atmosphere and design helped inspire Walt Disney when he was developing Disneyland. After visiting three different amusement parks it's easy to figure out why Denmark is considered the 3<sup>rd</sup> happiest country in the world!

As an American, I feel incredibly lucky and grateful to have had this Erasmus+ opportunity. I learned much more than simply how Denmark approaches sustainability. I learned about community, creativity, education, well-being, and the power of international collaboration. Connecting with other Europeans and viewing the united mindset of Europe was transformational for me.

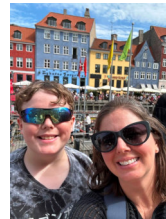
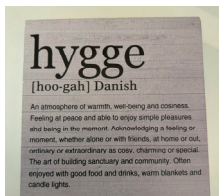
(continued on the next page)





Most importantly, I came home inspired to put what I learned into practice. This year, with Sister Kinga, we will be starting a Permaculture and Sustainability club. This club will include activities such as: caring for our school garden, organizing secondhand sales, creating book-sharing and recycling projects, and finding creative ways to reduce waste and reuse materials.

My Erasmus+ experience showed me that sustainability can be practical, inventive, social, and even fun. Denmark gave me many ideas to bring home, but perhaps the most important lesson was simple: creating a better future starts with the small choices we make every day.



Melanie Laughlin

### IZLAND 2026.07.11. - 07.21.

"Iceland: Nature and Sustainability Everywhere", vagyis Izland: Természet és Fenntarthatóság Mindenhol. Ez volt az Erasmus+ képzésünk címe.

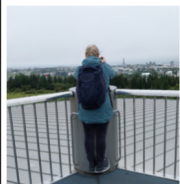
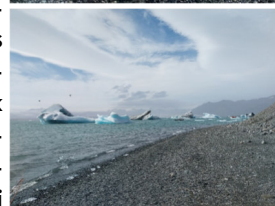
A program keretében megismerhettük az izlandi fenntarthatósági gyakorlatokat, a természet alapú tanulás módszereit, valamint a környezeti nevelés innovatív megközelítéseit. A képzés része volt a résztvevő intézmények bemutatása, a szakmai tapasztalatcsere és a nemzetközi együttműködés lehetőségeinek feltérképezése.

A képzés jelentős része terepi foglalkozásokból állt, amelyek során a fenntarthatóságot a gyakorlatban tanulmányoztuk. Szakmai látogatást tettünk a Hellsheiði geotermikus erőműben, a Seltún geotermikus területen, a Reykjadalur termálfolyónál, valamint egész napos tanulmányutakon vettünk részt Izland déli partvidékén és a Westman-szigeteken. Ezek a programok lehetőséget biztosítottak a megújuló energiaforrások, a vulkáni működés, a geotermikus energia hasznosítása, a természetvédelem és a fenntartható turizmus jó gyakorlatainak megismerésére. A mobilitás során átfogó ismereteket szereztünk a fenntarthatóság oktatásának izlandi megközelítéséről, valamint a természet alapú tanulás gyakorlati alkalmazásáról. Megismerhettük, hogy a természeti környezet miként használható tanulási térként, és hogyan építhetők be a környezeti nevelés, a klímavédelem és a fenntartható fejlődés témái a mindennapi pedagógiai munkába. Olyan ötleteket gyűjthettünk, amelyek támogatják az élmény alapú, szabadtéri és projekt alapú tanulást.

S mindezen túl életreszóló élményeket gyűjtöttünk, amelyek a fenti tényeket csak megerősítették. Izland vadregényes, olykor holdbéli tájai, a csend hangjai, a természet érintetlensége, masszív ereje a szabadság érzetét keltették fel az emberben, s megfogalmazódott bennünk, hogy élni jól! S a teremtett világ gyönyörű! Vigyázni rá legfőbb kötelességünk, hogy az utánunk jövő generációk is csodálhassák ezt a szépséget! Átadni ezt az üzenetet nagy küldetésünk!

Hálás a szívünk, hogy ezernyi páratlan pillanatban átélhettük a mindenséget!

Kerekesné Dócs Nikolett és Nagy Tímea tanárnők



### 2026/2027.: A FORRÁS ÉVE



„A jövő nem a semmiből bukkan elő, hanem a múltból és a jelenből táplálkozik, mint folyó a forrásából.”

(Antoine de Saint-Exupéry gondolata nyomán)





## TENERIFE 2026.06.27. - 07.07.

A következő kurzuson sikerült a nyár folyamán részt venni Tenerifén, a Kanári-szigetek egyik gyöngyszemén: Experimental Learning Through Nature and History, vagyis Tapasztalati Tanulás a Természet és a Történelem Által. Mivel ez egy úgynevezett 'outdoor' vagyis szabadban történő kurzus volt, ezért igazából egy napot töltöttünk az iskola falai között, a továbbiakban a sziget maga volt a tanítónk!

S igazán jó tanítónak bizonyult! Mivel Tenerife vulkanikus eredetű, így a természetudomány ezen ágát sikerült behatóbban megismerni: például a látványosok s azok felismerése a természetben, a vulkáni működés további részletei s azok hatásai a környezetre, az adott terület növény- és állatvilága, az emberi tevékenység hatása a tájra, s a fenntarthatóság megvalósíthatósága. Guimar láva folyamán sétálni valóban közel hozta ezeket a témákat hozzánk, s minden élővé és megfoghatóvá vált.

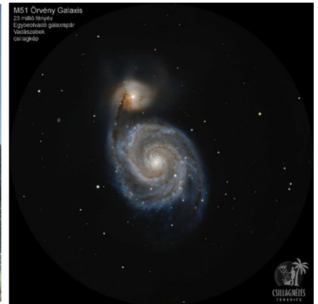
Egy másik aspektus a helyi piramisok megtekintése kapcsán vált személyes megélésé, vagyis Thor Heyerdahl, norvég tudós feltételezése, hogy az ősi civilizációk képesek voltak nagy távolságokat is megtenni a tengereken, óceánokon, s a piramis építés tudománya akár így is elterjedhetett az egyenlítő mentén. Egy múzeumlátogatás során pedig újabb felfedezés: az őslakos guancsoknak az egyiptomiaktól eltérő mumifikálási technikája is sok érdekességet tartogatott.

Vagyis a természet és a történelem Tenerifén tanítómesterünké vált, s oly élvezetes volt a tanulás! Bejártuk keresztül-kasul a szigetet: túráztunk az Anaga-hegység Tábor hegyénél, meglátogattuk a 3714 m magas Teide vulkánt, delfinek vidám táncában gyönyörködtünk Los Cristianos óceánpartja mentén, csillagokat vizsgáltunk Farkasréti György, magyar csillagász hatalmas teleszkópja segítségével, orkákat csodáltunk a Loro-parkban.... Csodák mindenütt!

Hálásak vagyunk, hogy eljuthattunk Tenerifére és tanulhattunk ezen az elbűvölő szigeten!



Nagy Dóra és Nagy Tímea tanítónők



## KALANDOS MISSZIÓS TÁBOR



Idén a makói csapat a Bükkben táborozott. Kalandos volt az utazásunk oda s vissza, mert tömegközlekedtünk. Sokan közülünk most ültek életükben először vonaton, most jártak életükben először a fővárosban, s most láttak életükben először hegyet közletről.

A szállásunk egy ici-pici kis faluban volt, nagyon egyszerű, éppen ezért klassz. Az ételünkéről mi magunk gondoskodtunk - egy önkéntes apuka volt a szakácsunk, s mi a segítők. Minden nap részt vehettünk Szentmisén, Bélapátfalván a gyönyörűen felújított apátságban bemutatott Szentmise kivételes élménye lett a csapatunknak. Sokat kirándultunk a természetben - kisvasutaztunk, betértünk az ősember barlangjába, patakban hűsítettük magunkat, bobaiztunk - rengeteget játszottunk, fociztunk. Esténként a foci vb-t nézhettük televízión, együtt szurkolhattunk a különböző csapatoknak. A reggeleket, estéket közös imádsággal kezdtük, zártuk.

A hétfőre hazatértünk Makóra, s ott megrendeztük a szokásos parasztolimpiát - jó hangulatban játszhattunk a régi egyszerű játékokkal. Este vendégünk volt Remis atya, aki felavatta az új kis missziósokat. Vasárnap pedig az Újvárosi Szent László búcsúval zártuk a tábort.

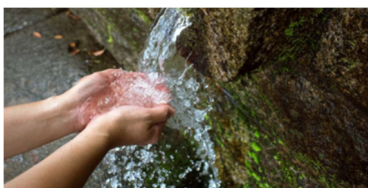
Fidelis nővér



## FÜRKÉSZ rovatba - válogatta az IDB -

GONDOLAT-forrás: szeptember

„De aki abból a vízből iszik, amelyet én adok neki, soha többé meg nem szomjazik, hanem a víz, amelyet adok neki, örök életre buzgó víz forrásává lesz benne.”



(Jn 4,14)

Egy perc humor:



**Sosem tudom kialudni magam...  
...vagy az éjjelek túl rövidek,  
vagy én alszom túl gyorsan...**

Motiváló mondatok: őszi természetjáráshoz

- ✓ Kirándulni, túrázni, természetet járni elkezdni sosem késő.
- ✓ A lehető legkevesebb felszerelést vidd magaddal, de azt a lehető legnagyobb gonddal válaszd ki.
- ✓ Valójában nem a hegy az, amit meghódítunk, hanem saját magunk.
- ✓ Egy séta a természetben lecsendesíti a lelket.
- ✓ Nézz a természet működésének mélyére és minden sokkal világosabb lesz előtted.



Olvass velünk!:

Könyvajánló: **Lackfi János: A papagájhal titka**



Lackfi János író teremtésmeséinek gyűjteménye, mely a teremtésvédelem témaköreit járja körül a gyerekek szemüvegén keresztül. Egy-egy szórakoztató és reményteli cselekvésre buzdító mesekönyv.

A kötet 12 humoros, szellemes történeten keresztül mutatja be a

teremtett világ védelmét a gyerekek szemüvegén keresztül. Arra tanít, hogy a Föld iránti felelősségvállalásban a legkisebb egyéni tett is számít. Humor, érzelem és életbölcsség keveredik benne, miközben a szerző sajátos, színes világot tár elénk - akárcsak maga a papagájhal, amelynek neve is a sokszínűséget jelképezi.

Havi érdekes: Az első hazai védett növényfaj

Magyarország legritkább és leginkább veszélyeztetett növényritkaságát, ami nem mellesleg gyönyörű is, 1971-ben nyilvánították védetté.



A volgamenti hérics, mert hogy ez hazánk első hatóságilag védetté nyilvánított növényfaja, 1935-ben fedezte fel egy vasúti mérnök, aki a vonaton utazva figyelt fel a szép sárga virágokra a Békés megyében található Csorvás határában.

1936-ban Csorvás határában még 483 tövet, 1961-ben már csak 155, 1963-ban pedig 93 tövet számolt Kiss István botanikus, aki már 1961-ben felhívta a figyelmet a faj fogyatkozására, és javaslatot tett a növény védetté nyilvánítására. Fogyatkozásához a termőhelyek beszántása és a túlzott vegyszeres növényvédelem mellett a növény gyökerének gyűjtése is hozzájárult, amit tálgyógyó néven állatgyógyászatban használtak.

A volgamenti hérics ma már fokozottan védett faj, természetvédelmi értéke tövenként 250 ezer forint.

## HIT-ÉLET

### FIDELIS NŐVÉR FELHÍVÁSAI:

#### 1. Szentségi felkészítők

Elsőáldozás:

Ennek legkorábbi ideje harmadikban van. Iskolai hitoktatásban részesülnek diákjaink – vagyis a legfontosabb ismereteket megkapják. Emellett nagyon fontos a gyakorlat, ezért havonta egy vasárnapi Szentmisére, s utána egy rövid találkozásra várjuk azokat, akik szeretnének elsőáldozók lenni. Első alkalom október 4. vasárnap 9 óra – Szent István Király Templom – Belváros. A részleteket ott megbeszéljük. Bármilyen felmerülő kérdés esetén keressenek nyugodtan.

Ha bárki nagyobb gyermek szeretne elsőáldozó lenni, őket is szeretettel hívjuk, várjuk!

Ha felölt szeretne szentségekben részesülni, elérhetőségüket megadva jelentkezzenek a plébánián vagy Fidelis nővérnél (vagy valamelyik hitoktatónál)!

Bérmálási felkészítő majd januártól indul – legalább 13. életévüket betöltötték számára

#### 2. Gyermekmisszió

A korábbi évekhez hasonlóan péntekenként 3 órától jövőnk össze imára az iskola kápolnájában. Szeretettel hívok s várok mindenkit, aki szívesen csatlakozik hozzánk.

Ezen kívül lesznek az év során egyéb programok, amikre megyünk – az első ilyen október 3-án Kis Szent Teréz nap – Újvároson a Szent László templomban. A részleteket később küldöm.

## KIRÁNDULJUNK A TERMÉSZETBEN!

Friss levegő, madárdal, gyönyörű panoráma! Ezt kínálja Makó és Apátfalva között a közkedvelt kirándulóhely, a tavakhoz vezető tanösvény.

A nyári szünet alatt én magam sem jutottam ki, pedig pár évvel ezelőtt szinte kétnapon-ta megfordultam a gyönyörű zöldben... Azóta sok minden történt... Egyre többet beszélnek az aszályról, a kiszáradó fákról és a mindenütt látható vízhiányról. Most azt tapasztaljuk, hogy a növények a tóvidéken is küzdenek a túlélésért: a tóparton mindenütt magasra nőtt a gyalogakác, a Maros szigetein pedig egyre zöldőbbek a növekedő homokpartok. És ami számomra is meglepő volt: az egyik tavon szemmel láthatóan megfigyelhető a feltöltődés folyamata.

Hattyúból ugyan egyre kevesebb van, de ha figyelmesen járunk, megfigyelhetünk olyan különleges madarakat is, mint a zöld küllő, a kormorán és a már jól ismert nagy kócsag, szürke gém, tőkés réce...

Örömmel látom, hogy kollégáim és tanítványaink körében is kedvelt ez a vidék: a legutóbbi túram során találkoztam egy hetedikes fiúval is, aki kutyát sétáltatva családi körben időzött a testet-lelket felüdítő környezetben. Erre biztatok mindenkit, aki a szabadidejét szép környezetben szeretné tölteni és lelkét megtisztítani a stressztől, a digitális hatásoktól, vagy a zajtól, sétáljon vagy biciklizzen el a tavakhoz! Nem fog csalódnia!

Mészáros Ildikó tanárnő



## „TÚÚDOM, TÚÚDOM!” – A VADGALAMB FÉSZEKRAKÓ MESTERSÉGE

A vadgalamb és a szarka meséje sokunk számára ismerős, de kedves, mély, bűgő hangjuk mellett megfigyelhető még a vadgalamb pár egymásról való gondoskodása: ma már a 'turbékolás' kifejezés átragadt a szerelmespárokra is. Talán kevesen tudják, hogy a vadgalamb egy életre választ párt. Szívesen telepsznek meg csapatostul parkokban, s kijárnak a mezőgazdasági területekre, állattartó telepek köré táplálkozni. A balkáni gerle állandó madarunk, a madáretetők gyakori látogatója.



A balkáni gerle felnőtt hímje és tojója hasonló kinézetűek. A felsőtest szürkés homokszerű, az alsótest rózsaszínes árnyalatú szürke, a torok és az áll olykor fehér. A szárnyak szürkék, az elsőrendű evezők feketék. A farktollak középpüth szürkék: a külsők a tövüknél szürkék, a hegyüknél fehérek. Nyakukon oldalt és hátul összefüggő, fehérrel szegett fekete örv található. Láruk és szívárványhártyájuk vörös, csőrük fekete.

A madár elsőéves korban lesz ivaréretté, de a születési évben, 2,5-4 hónappal a kelés után már költöhet. Közép-Európában a párzási időszak február-augusztus között jellemző. A territóriumot vagy csak a hím, vagy már a pár együtt foglalja el a tél végén, amikor a téli balkáni gerle-csapatok felbomlanak. A hímek jelzőrepülése és jellegzetes hívó hangja figyelemfelkeltő.

A fészkek helyét a tojó választja ki a hím által kínált fészkelőhelyek közül. A meséből megismert, kusza fészket főként fákra építi a tojó, azokból az anyagokból, amiket a hím gyűjtöget. A szaporodási időszak 10 hónapja alatt 4-5 fészkekaljat is felnevelhet. A tojások ovális vagy ellipszis alakúak, színük fehér, felszínük finoman szemcsézett, enyhén fényes. A kotlás az első tojás lerakása után kezdődik. Mindkét szülő kotlik, a fiókák 14-16 nap alatt kelnek ki. A szülők közösen etetik őket, azok gyorsan fejlődnek, s a 3. héten elhagyják a fészket. Az első 5-10 napban a fészkek környékén tartózkodnak, de éjszakázni visszatérnek a fészkekbe.

Forrás: <https://www.tiszatoelovilaga.hu/balkani-gerle/>

Mészáros Ildikó tanárnő

**Angol ovi a Szignumban**  
30 perc a gyerekeknek  
+ 30 perc a szülőknek

Elindult a Szignum facebook oldala!  
Kövessd híreinket a közösségi médiában is!



**Szignum**  
Boldogasszony Iskolánövér

**SZIGNUM KÉTTANNYELVŰ EGYHÁZI  
ÁLTALÁNOS ISKOLA**

**Kiadja: Szignum Kéttannyelvű Egyházi  
Általános Iskola**

**6900 Makó, Szent István tér 14 - 16.**

**Telefon: 20/298 8388, 30/643 0310**

**e-mail: [szignum@szignum.hu](mailto:szignum@szignum.hu) web: [www.szignum.hu](http://www.szignum.hu)**

**Felelős kiadó: Majorosné Rácz Krisztina**

**Szerkesztő: Szabó Anita**

**Tördelés: Hudák Szabolcs Korrektúra: Horváth János**