

Zalai Kapocs

ZALAI NÉPFOISKOLAI EGYESÜLET LAPJA

2000. 3. SZÁM



ÚJÉVI KÖSZÖNTŐ



Vajon mit hoz az új esztendő? Kétségtelenül egy új évszázad, s egyben új évezred kezdetét!

Vannak akiknek az élet kezdetét az ifjúkor, a pályaválasztás, vagy a pályakezdés éveit, a felnőttkort, szerelmet, házasságot vagy éppen a nyugdíjaskor éveit.

Számomra: aki túl vagyok a Dante-i „Az emberélet útjának felén” és kétségtelenül már „fél lábbal beleragadtam a múltba” (Jeszenyin) bőven van már mire visszatekintennem. Gyermekkoromat a háború által lerombolt és szétszabdalt országban kezdtem. Elemi iskolai tanulmányaimat „bölcs vezérünk” „legtehetségesebb tanítványa” útmutatásai alapján végeztem.

A középiskolában még a micsurini – liszenkoi- tyimirjázevi biológia alapján tanultam az örökléstant. Az egyetemen visszatértünk az általuk idealistának mondott Weismann – Mendel- Morgan féle genetikához. Pályakezdésünk még jócskán belenyúlott „a fortélyos félelem igazgat” -ta (József A.) korbá. Üdítő színfolt minden kis és nagyobb település életében a 80-as évek közepétől amikor már

nemcsak a munkásmozgalom és felszabadítónk nagy ünnepein jöhetett össze a falu népe, hanem a népfőiskolák esti rendezvényein is. A résztvevők hallhattak lakóhelyük múltjáról, más népek kultúrájáról, egészségügyről, mezőgazdaságról, iparról, közgazdaságról és szabadabban beszélhettek időszerű kérdésekről is. Ez a mozgalom előkészítette a társadalmat az első demokratikus választásokra amitől sokat vártunk...

Most több mint tíz év után úgy tűnik „egy nagy sötét mély erdőbe jutottunk”, S a kiút?

A harmadik évezredben talán az élethosszig tartó tanulás Life Long Learning, a hosszabb képzés és a többszöri átképzés jelentheti a boldogulást az egyes ember számára az új évezredben. Ehhez adhat segítséget a népfőiskola.

„Jobb polgárt, jobb hazafit s jobb embert nevelni ez a népfőiskola célja”, Ezzel a gondolattal kívánok olvasóinknak, kellemes ünnepeket, jó egészséget és boldogságot az új évezredben.

Dr. Szinku Mihály

A Zalai Népfőiskolai Egyesület elnöke

IFJÚSÁG ÉS IDENTITÁS

A Magyar Népfőiskolai Társaság 2000. november 10-12 között konferenciát szervezett „Ifjúság és identitás” címmel Dobogókőn. A konferenciára a Magyarországon működő népfőiskolák képviselőin kívül a határon túli magyar népfőiskolai társaságok képviselői is hivatalosak voltak. A burgenlandi, újvidéki, erdélyi, felvidéki, kárpátaljai népfőiskolai társaságok képviselői szép számban vettek részt a háromnapos konferencián. A konferencia célja az ifjúság magyarságtudatának megőrzése, annak erősítése.



(folytatjuk az 5. oldalon)

Tartalmunkból

- Népfőiskola eredete és rövid történelme (4. oldal)
- A mérleg mindkét oldalán (7. oldal)
- A Zalai Közművelődésért Egyesület képzési napjai (9. oldal)

- Pályázatok (3 - 6 oldal)
- Ifjúság és identitás (5. oldal)
- Biogazda alaptanfolyam (2. oldal)
- Ötletek karácsonyra (11. oldal)

- Bioméhész tanfolyam (18. oldal)
- Lelkünk egészsége = Testünk egészsége (13. oldal)
- Kérdőív (14. oldal)
- Megújult honlapunk

Ökológiai termelés Biogazda Alaptanfolyam Pókaszepetken

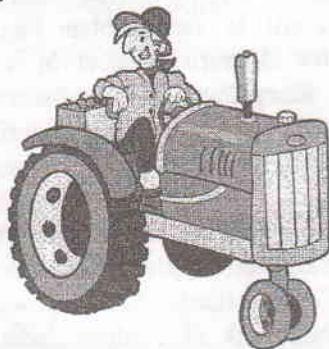
Sok éven keresztül tisztázatlan volt, hogy mit nevezünk tulajdonképpen bioterméknek. A köztudatban a biotermék még ma is gyakran egyet jelent a kukacos almával, más esetekben a manapság igen népszerű bioboltok „egészséges” termékeit nevezzük automatikusan bio-nak.

Az idén január 18-án megjelent 2./2000. FVM-KöM rendelet tisztázza a biotermékek és biotermelés (a rendelet óta ökológiai termelés) körül kialakult félreértéseket:

Ökológiai termelés: a környezeti adottságok harmonikus használatán alapuló termék-előállítási műveletek összessége a vonatkozó szabályoknak megfelelően végrehajtva. A rendelet ez évtől biztosítja a biotermék elnevezés használatának törvényi háttérét. Ennek értelmében bioterméknek csak az **ellenőrzött ökológiai termelésből származó, minősített termék** nevezhető, és melyről a törvény által elismert ellenőrző szervezet tanúsítványt ad ki. Magyarországon pillanatnyilag két elismert ellenőrző szervezet működik. A biotermékek nagy részét a Biokultúra Egyesület által létrehozott Biokontroll Hungária Kht. ellenőrzi és minősíti, ezen kívül egy kisebb hányaddal már a holland SKAL is képviselteti magát.

Fontos tudni, hogy a Biokontroll Kht.-t az IFOAM (a biogazdálkodók nemzetközi világszervezete) is akkreditálta, 2./ 2000. rendelet pedig az

ökológiai gazdálkodás EU szabályaival összhangban, a 2092./ 91. EKG rendelet átvételével készült. Az EU a világon öt ország önálló ellenőrző-minősítési rendszerét fogadja el (Ausztria, Argentína, Izrael, Svájc és Magyarország); a Biokontroll Kht. által tanúsított termékek szabad pályát kapnak az EU tagállamaiban.



A ökológiai termelést bárki folytathat, aki a törvényben elismert szervezet által támogatott követelményeknek eleget tesz. A feltételeket szerződés rögzíti, a gazdaság 2 illetve 3 éves átállási idő után minősíthető ökológiai gazdaságnak. Kivételes esetben a termelő korosbítást kérhet, ilyenkor az átállási időszak 1 évre is csökkenhet. A termelés helyszínét és a betakarítás után a terméket is szakképzett ellenőrök szemlézik, csak ezután kaphat a termék „ellenőrzött ökológiai gazdálkodásból származó termék” védjegyet. Az átállási időszak alatt a termék „átállási termék” néven forgalmazható.

A 2./2000 rendelet értelmében a nem ellenőrzött termék biotermékként való eladása szabálysértésnek számít, és

szankcionálható. A rendelet ezzel a biotermelőket és a fogyasztókat védi.

Az ökológiai termeléshez szükséges ismeretek elsajátításához a Biokultúra Egyesület szaktanácsadói hálózatot hozott létre. A szaktanácsadás alapozása a Biogazda Alaptanfolyamokon történik.

Legutóbb az Ökorégió Alapítvány A Fenntartható Fejlődésért közreműködésével indult biogazda képzés a Zala-KAR Kistérség gazdálkodói számára Pókaszepetken a Faluházban, ahol a Biokultúra Egyesület szakemberei tartanak előadásokat az ökológiai termelés igen széles témakörében: ökológiai gazdálkodás fogalma és helyzete; méhészet és gyógynövénytermesztés; a biotermékek iránti fogyasztói és piaci igények; élelmiszerfeldolgozás és tartósítás; talajerőgazdálkodás; zöldségtermesztés; gyümölcstermesztés; Biokultúra mozgalom; szántóföldi növénytermesztés; gyomgyérítés, növényvédelem; átállás, ellenőrzés; jogszabályok, támogatás, pályázati lehetőségek.

A tanfolyam 40 órás, Acélja: „Az ökológiai gondolkodásmód és gazdálkodás értékeinek széles körű megismertetése a régió fogyasztóival és termelőivel, a környezeti terhelés csökkentése és az egészségesebb életmód kialakításának érdekében.”

(folytatás a következő oldalon)

A Zala-KAR Kistérségben ez azért is különleges jelentőségű, mivel az ökológiai gazdálkodás nagy hangsúllyal szerepel a kistérség SAPARD stratégiai programjában. A tanfolyam végén a hallgatók teszt-vizsgát tehetnek, sikeres vizsga esetén a Biokultúra Egyesület a tanfolyam elvégzését oklevéllel igazolja.

A tanfolyam előadói elmondták, hogy az Európai Unió mezőgazdasági politikájának fontos része az ökológiai termelés, a belőle származó termékek iránti piaci kereslet mind Magyarországon, mind Nyugat-Európában évek óta óriási mértékben fokozódik, s emiatt a biotermékek előállítása és eladása a magyar mezőgazdaság egyik fő kitörési pontja lehet. Az ellenőrzött ökológiai gazdálkodásból származó termékeket jóval kedvezőbb áron veszik fel, így azok előállítása jobb megélhetést is biztosít.



Magyarországon pillanatnyilag 34.000 ha ellenőrzött terület van, ahol

ökológiai gazdálkodást folytatnak. A belőle származó termelési érték tavaly 4,6 milliárd Ft volt, a termékek nagy részét exportálták. Az ellenőrzött területeken a szintetikus vegyszerek és műtrágyák használata tilos, az engedélyezett kemikáliák listája megtalálható a 2./ 2000. rendeletben, illetve a Biokultúrától beszerezhető „Az ökológiai gazdálkodás feltételrendszere”, amely a fentiekén túl még a minősítés rendszerét is ismerteti. Az ökológiai termelésre a jövőben várhatóan igen kedvező támogatások lesznek elérhetők (pl.: Nemzeti Agrár-környezetvédelmi Program), akár már az átállás időszaka alatt is, a pályázatok benyújtásához azonban nagy valószínűség szerint a Biogazda Alaptanfolyam elvégzését kell majd igazolni. Mindezek szellemében az Ökorégió Alapítvány a Biokultúrával közösen további tanfolyamokat tervez, melyek között már speciális témakörök is szerepelnek (pl.: bioméhészeti tanfolyam).

További információ az Ökorégió Alapítványnál

Cím: Ökorégió Alapítvány A Fenntartható Fejlődésért

8900 Zalaegerszeg, Kinizsi út 78./F.

Tel.: 92/311-010/202, 92/348-337

Fax: 92/311-010/202

Pályázat

„Diákok a tudományért” szakalapítvány

Célja: a felsőoktatásban kiemelkedő tudományos teljesítményt elért fiatalok alkotó, tudományos tevékenységének segítése.

Pályázatok: kizárólag a már eredményekkel (TDK-konferenciákon és más szakmai fórumokon elnyert díjakkal, tudományos publikációkkal, megvalósult egyéb alkotásokkal stb..) dokumentált

① egyéni és csoportos hallgatói kutatómunka, valamint ② az ahhoz kapcsolódó bel- és külföldi tanulmányutakon, konferenciákon való aktív részvétel forringszármazékjainak (részvételi díj, utazás, szállás) fedezésére.

③ továbbá kivételes esetben és egyszeri alkalommal diáktudományos tevékenységhez kapcsolódó, hallgatók közreműködésével készült tudományos publikációk megjelentetésének támogatására fogadunk el.

A szakkuratórium csak a www.prof.iif.hu/prc alatt, vagy a Pro Cultura Alapítványnál beszerezhető pályázati segédlet alapján készült pályázatokat fogadja el.

A pályázat benyújtásának határideje: 2001. március 30. és október 15.

A NÉPFŐISKOLA EREDETE ÉS RÖVID TÖRTÉNELME



A népfőiskolák történelme, már több mint száz éves múltra tekint vissza. Szülőhazája ennek a felnőttképzési, ismeretszerzési formának Dánia, ahol is Nikolaj Frederik Severin Grundtvig evangélikus lelkész, költő, történész polihisztor fogalmazta meg ezen újszerű nevelési programot. Magyarországon a dán modell volt a követett példa, amelynek hatására kialakult hazánkban is a népfőiskolai mozgalom. Amelynek története több szakaszra osztható fel. Az első szakasz az 1920-as évek elejétől körülbelül 1925-ig tartott, majd a következő szakasz a harmincas évek vége, negyvenes évek elejére tehető, bár élesen nem határolható el az előzőtől. Jellemzője, hogy a mozgalom jelentős támogatást élvezett a népi írók, valamint az egyház részéről is.

A népfőiskolák két háború közötti tevékenységét röviden összefoglalva, akkoriban ez a nevelési forma a széleskörű valláserkölcsi alapokon nyugvó, általános és

nemzeti nevelés mellett közvetlen gazdasági képzést is folytatott.

A második világháború után a politikai rendszer "egyesületmegszüntető" tevékenységének áldozatául esett a népfőiskolai mozgalom is, közel negyven évi hallgatásra kényszerülve. A mozgalom újraélesztésében legnagyobb szerepe talán a '70-es évek végétől Sárospatakon gyakorta megrendezésre került népfőiskolák találkozónak volt.

A '80-as évek elejétől hosszú időnek kellett eltelnie sorozatos akadályozással és üldözéssel, amíg a pártállami bürokrácia és az akkori kulturális kormányzat ráébredt, hogy a népfőiskolák betölthetik a közösségi művelődésben keletkezett több évtizedes űrt.

Az 1997. évi CXL. törvény a következőképpen fogalmazza meg a népfőiskola fogalmát: "olyan felnőttoktatási célú, tanfolyamokat szervező helyi önszerveződés alapján létrejött szervezet, amelynek pedagógiai programja a szakismeretek átadásán

túl személyiségfejlesztő (állampolgári, közéleti) elemet is tartalmaz, s melynek lebonyolítási, oktatási rendszerét, módszereit a résztvevők maguk is alakíthatják."

A népfőiskola bármely a törvényben leírt közművelődési-felnőttoktatási feladat ellátására alkalmas átfogó tevékenységi forma akár az iskolán kívüli szakképzésről, a szokások gondozásáról, ismeretszerző, vagy alkotóművészeti tevékenységről, a helyi társadalom közösségi érdekérvényesítésének elősegítéséről, vagy a szabadidő kulturált eltöltéséről van szó.

ILLÉS IDA

*A Szent István Egyetem
Jászberényi Főiskolai karának
hallgatója*



Pályázat

Találd fel magad!

Kiíró: Magyar Innovációs Szövetség (MISZ)

Pályázat címe: X. Országos ifjúsági tudományos és innovációs verseny (2000/2001-es tanév)

Pályázhatnak: 15 és 20 év közötti fiatalok.

Kik indulhatnak? - Egyénileg vagy legfeljebb három fős csoportban, végzettségre való tekintet nélkül pályázhat minden 15 és 20 év közötti (1981. január 1. és 1986. december 31. között született) fiatal. Egyetemisták, főiskolások közül csak az elsőévesek vehetnek részt a versenyen. Pályázhatnak határon túli magyar fiatalok is, de az európai döntőn Magyarországot nem képviselhetik.

Mit lehet nyerni?

I. díj: (összesen három) pályaművenként 200 000 Ft,

II. díj: (összesen három) pályaművenként 100 000 Ft,

III. díj: (összesen négy) pályaművenként 60 000 Ft.

A díjazottak felvételi vizsga nélkül tanulhatnak tovább az ELTE TTK fizikusi, fizika tanári, technika szakán; a Pécsi Tudományegyetem Természettudományi Karán, a Szegedi Egyetem Általános Orvostudományi és Természettudományi Karán (kivéve: matematikus és közgazdasági programozó matematikus), ill. egyéni pályázóként a BMGE-n és további 16 műszaki felsőoktatási karon.

Beérkezési határidő: 2001. január 8. 15 óra.

Hová kell küldeni?

A nevezések beérkezési helye a verseny titkársága: Magyar Innovációs Szövetség, 1117 Budapest XI., Október huszonharmadika u. 16., tel.: 386-9615, fax: 385-2181; innovacio@matavnet.hu.

FIJUSÁG ÉS IDENTITÁS

A magyarságtudat az Európai Unió felé tartva igencsak aktuális kérdés. Az Európai Unióról, szuverenitásról, az európai politikai helyzetünkről meghívott előadóktól hallhattunk, majd szekcióbeszélgetések keretén belül a magyarságtudat jelentőségéről és kérdéseiről, valamint a határon túli népfőiskolai társaságokkal való kapcsolattartás jelentőségéről és lehetőségeiről beszélgettünk.

A beszélgetések végén beszámolót tartottunk a másik csoport számára, melyekben ismertettük egymással a felvetett problémákat és megoldási javaslatainkat. Egységes kívánságként fogalmazódott meg a konferencián elhangzottak összefoglalása, és annak terjeszthető formában való közreadása. A kérdésekről az egyes népfőiskolai társaságok képviselői saját régiójuk speciális problémáiról számoltak be külön-külön. Itt összefoglaló jelleggel szeretnénk a problémákat megfogalmazni:

A magyarságtudat jelentősége és kérdései a 2000. évben:

- I. Alapvető gondként fogalmazódott meg a magyarságtudatra való nevelés hiánya, melynek alapja több tényezőben keresendő:
 1. egységes történelmi alapok hiánya,
 2. helytörténeti ismeretek hiánya,
 3. határon túli és anyaországi magyarok közötti ellentét feloldatlan volta.
- II. A nevelés hiányosságai további problémákat vetnek fel:
 1. nehéz vállalni annak a határontúli magyarnak magyarságát, ha az anyaországi magyar társa nem érzi őt magyarnak, s nem magyarként, hanem szlovákként, románként, ukránként stb. bánt vele,
 2. egyre határozottabb problémaként jelentkezik az elvagyódás jelensége, mely a magyar fiatalokat idegen országba szólítja, s tendenciaként

figyelhető meg, hogy az - akár rövid ideig külföldön élő - fiatalok nem térnek vissza Magyarországra,

3. az egyéni érvényesülés az identitástudat kárára válik,
4. megjelenik a generációk közötti elszigeteltség,
5. önbizalomhiány, mely magas munkanélküliségi rátát eredményez.

III. Valószínűleg nemcsak a nevelés hiányának köszönhető, mégis erőteljesen jelentkezik a

1. magyarságtudat iránti közömbösség, tunyaság,
2. tettek hiánya (a Magyar Kormány részéről),
3. a csak politikai elitnek járó támogatás.

A szekcióbeszélgetéseken megadott javaslatokat is kerestünk, melyek a következőkben foglalhatók össze:

1. Szükség van az egységes magyar történelem szervezett módon történő továbbadására.
 - Egységes magyar történelmen a Kárpát-medence történelmét értjük, mely nem feltétlenül tankönyv, hanem egyéb illusztrált kiadvány, számítógépes program, vagy más, a fiatalság érdeklődését felkeltő módon kerülne kiadásra, s mely minden határon innen és azon túl élő magyar számára hozzáférhetővé válna.
2. A nevelés adhat választ az elvagyódás, a határon túli és anyaországi magyarok közötti ellentét, az önbizalomhiány, a magyarságtudat iránti közömbösség, tunyaság problémájának megoldására.

(FOLYTATÁS AZ KÖVETKEZŐ OLDALON)

- A nevelés feladata megtanítani a fiatalot, hogy: - az utazásain szerzett tapasztalatokat töké-ként hasznosítsa saját közegében,
- ne megszokásból legyen csupán magyar,
- a magyarság ünnepeit ne pusztán kötelező voltak miatt ünnepelje meg, s
- határon túli magyar társa ugyanolyan magyar, mint ő, csak mesterséges határok választják el őket.

3. *A Magyar Kormány részéről pedig szükség volna némi empátiára és a határon túli magyarok megkérdezésére és hozzájárulásuk kérésére, mikor az ő fejük fölött, róluk döntenek (ld. alapszerződések megkötése), illetve annak biztosítására, hogy a támogatások ne csak a politikai elit számára váljanak hozzáférhetővé.*

4. *Igény mutatkozik:*

- rendszeres képzési, továbbképzési találkozásokra,
- iskolai előadásokra
- nyári programokra

- téli előadásokra, konferenciákra
- posztgraduális képzésre, melyek által a nemzeti öntudat kialakulása, erősödése fejlődne.

A határon túli népfőiskolai társaságokkal való kapcsolattartás lehetőségeire számos javaslat látott napvilágot:

1. ifjúsági világtalálkozó lebonyolítása (Burgenlandban, Magyarországon)
2. népfőiskolák egyes tagjai illetve vezetői, képviselői meghívása más népfőiskolai társaságok által szervezett rendezvényre
3. csereprogramok szervezése
4. interneten keresztül történő kapcsolattartás.
5. A konferencia résztvevői egyöntetűen gyümölcsözőnek találták a háromnapos együttléte, s igyekeznek a továbbiakban mindent megtenni az általuk megfogalmazott kívánalmak valóra válása érdekében, egyben köszönetüket fejezik ki a Magyar Népfőiskolai Társaságnak, mely lehetőséget nyújtott a konferencia létrejöttéhez.

A konferencia résztvevői

Pályázati felhívás a HiNet program kommunikációs szolgáltatásainak igénybevételére

Kiíró: Hálózat az Ifjúságért Kht.

Pályázhatnak: Társadalmi szervezetek, alapítványok, közhasznú társaságok, intézmények és azok önálló egységei.

Beadási határidő: **Folyamatos**

A Hálózat az Ifjúságért Kht. a HiNet kommunikációs és informatikai hálózati fejlesztési programjának keretében nyilvános pályázatot hirdet Internet-alapú, valamint egyéb hálózati kapacitásának ingyenes, illetve költségtérítéssel használatára.

Pályázható szolgáltatások:

A pályázható szolgáltatások ingyenesek, illetve - a pályázatot kiíró Hi Kht. és partnerei támogatásával - a piaci árat messze alulmúló költségtérítés ellenében vehetőek igénybe.

Pályázati űrlap:

Pályázati űrlapok elérhetők a Hálózat az Ifjúságért Kht.-nál, az ifjúsági információs és tanácsadó irodákban (címek: www.hayico.mgx.hu), letölthetők az Internetről (www.hi.mgx.hu). Utóbbi helyen a pályázók az online módon kitölthető űrlapot is megtalálhatják.

A pályázatok elbírálása:

Pályázati határidő nincs, az igények postai vagy elektronikus úton folyamatosan benyújthatók

Hálózat az Ifjúságért Kht.

1145 Budapest, Amerikai út 96.

Tel.: 251-8645 Fax: 251-3537

E-mail: hi@mgx.hu

Webhely: <http://www.hi.mgx.hu/>

A mérleg mindkét oldalán



Emlékszem, nyár volt. Nagypapám ismét lesújtott kapájával a szikkadt, szomjazó földre mikor tekintete rám szegeződött.

„Ideje lenne hazamenned kiterelni az állatokat.” Cserzett bőré keze a kemény tölgyfa nyelet szorongatta és fejét az ég felé emelve kémlelte a messzeséget. „Vajon mikor lesz eső?”- kimondatlan gondolatai átjárták testemet. Kezemből eleresztve megfáradt szerszámom tompa huppanással érte a hantokat, indulásra készen. Igyekeztem kellett mert már kezdett egyre hosszabb árnyékot vetni a gesztenyefa, és a jószágok is toporzékolhattak, érzik a „hőtét”, követelik a napi járandóságukat: a szabadságot. Lábammat a nyakamba véve szaladtam a portól sivataggá vált perzselő hegyi úton a védelmet és megbúvást rejtő erdei lombok alá, ahol friss, hűvös levegő csapta meg izzadt, túlhevült bőrömet. Fiatal, hajlékony testem amely már tíz éve erősödött a paraszti munkában, fűgén osonva hagyta maga mögött a kilométereket az erdei útvesztőkön. Az ösvény vége felé közeledve az erdei nyílásnál átgázoltam a lombokon áttörő fénynyalábok legelső hírvivőin.

Tüdőm enyhén zihált de lelkem már örült, mert törhetetlen akarattal haladtam a cél felé amely már majdnem beteljesedett. Már csak egy lejtő amely a homokfejtő mellett halad el és ahonnan panorama kilátás nyílik az egész falura. Pattogó, panaszkodó kavicsok seregét magam mögött hagyva végre megláttam a várva-várt első házat ahonnan már csak pár méter volt a nagyszüleim zöld puspánggal övezett, a század első felében épült tömés házáig. Portánkon végigszaladva egész az istállóig elkísért, az örömben körém csavarodó „Szinész” névre épphogy hallgató utcai keverék kutyánk. Nagypapám esküdött rá, hogy ő a legjobb mert már pár hetesen úgy ugatott mint egy megveszett komondor. Az istálló bejáratához érve az állatok örvendezve fogadtak és türelmetlenül, tolongva próbáltak szabadulni az őket rabságban tartó marhakötéltől. A legelőig náluk jobban senki nem ismerte a járást. Komótosan de kellő iramban megindultak kifelé a friss és üde fűvet adó rét irányába, ahol dongók repülőhadai próbáltak megtanokolni a vörösen izzó marhavérből. A Csillag, Bimbó, Virág és Nefelejcs névre oly jámboran hallgató barátaim azon a napon túl rafináltak bizonyultak. Az is lehet, hogy összebeszéltek a hátam mögött és eltervezték, hogy túljárnak az eszemen.

Tudni illik, hogy a legelő környéke körös-körül tele volt ültetve finomabbnál finomabb

takarmánnyal és az én hön szeretett barátaim nagyon fentek is rá a fogukat! Egyszer csak mintha a villám csapott volna közéjük, úgy megiramodtak mind a négyen a lejtőnek lefelé egyenesen az ínycsiklandozó falatok irányába. Ez pánikra nem is adott volna okot mert hamar eléjük tudtam volna kerülni, a baj csak ott kezdődött, hogy négy különböző irányba futottak.

Azt hiszem ezeknek a gondolatoknak és tetteknek a megélése segített hozzá, hogy kicsírázzon bennem a mozgás iránti vágy, a szabadság szeretete. Az évek múlásával ehhez párosult egy sporttagozatos általános iskola amely úgy éreztem, hogy túl sok határt szab számomra és túl sok kötöttséget okoz, nem utolsó sorban pedig sérülést. Ezért nem is maradtam a sportolás egyesületi formájánál. Önállósulva, saját magam egyensúlyát megtalálva álltam neki futni, úszni, fallabdázni, biciklizni. Összintén bevallom, hogy a lelki problémák főképpen közbenjártak a plusz energia levezetésében. Igen, nekem is van káros szenvedélyem. Nem sűrűn de néha rágyújtok egy cigarettára. Ezek mellett pedig én is szeretem Édesanyám finom étkeit.

(folytatás a köv. oldalon)

Úgy gondolom, hogy a mindennapi elvárások, követelmények nehéz terhet elviselve mindenkinek joga van a nap végén csillapítani fáradságait. Persze mindennek meg van a határa. Nem szabad megfélemlíteni róla, hogy a mi testünk is olyan mint a termőföld. Nem lehet mindig csak elvenni tőle, hivatkozva a legkülönbözőbb kifogásokra amely az emberi gyengeségből fakad. Mert ha így van, akkor ez a föld egyszer csak terméketlen lesz és teljesen elapad. Az ilyen talajon pedig csak a harasztok vetik meg a lábukat. Törekedni kell az egyensúly megtartására, arra, hogy amit elvettünk azt pótoljuk is. Tudom, hogy mindez nehéz mert időbe és pénzbe kerül és sokan nem tehetik meg, de ha mindenki egy pillanatra megpróbál számot vetni a gondolataival akkor sokunknak rá kell döbbeni, hogy lusták és önzőek vagyunk – saját magunkkal szemben -. Sosem szabad figyelmen kívül hagyni, hogy lesznek akik minket akarnak példaként követni: a gyermekeink. Nekik is ezt akarjuk megtanítani? Ugye azt szeretnénk, hogy a hibáinkat ne folytassák! Akkor tegyük érte! Ne csak követeljünk, hanem

mutassunk példát. Megtalálva az egyensúlyt, az élet minden terén sokkal könnyebb lesz megállni a talpunkon.

Egondolkodás gyümölcse lett az idei nyár sporteseményein való részvétel. Életem során először jelentkeztem a szombathelyi Elvira



futófesztiválra barátommal Jánossal együtt. Barátaink, barátnőink is figyelemmel kísérték versenyünket, közöttük Orsi, Szilvi és Norbi. János 42 km-es maratoni futáson 3:46 perccel élete első maratoniját teljesítette, bizonyítva saját

magának és környezetének, hogy akaratának érvényt tud szerezni. Ez manapság nagy szó. Én a 14 km-es távon teljesítettem 1:00 óra alatt. A célnál lévő fogadtatás felejthetetlenül fergetegesre sikerült. Az eufórikus hangulat amely a táv teljesítéséből, a fogadtatásból és a többi ember önzetlen elismeréséből kialakult ben-nem, az semmihez nem fogható. A nyár folyamán még részt vettünk a Balatonalmádiban megrendezésre került esti félmaratonin, ahol 360 emberből Kutasi János barátom 56. lett 1:27 perccel, én pedig 72. lettem 1:30 perccel. Végül a nyár utolsó kiemelkedő sporteseménye a Balaton átúszás volt amelyen sikerrel szerepeltem immár másodszor. Az 5,2 km-es távot 2:04 perc alatt úsztam le.

Soraimat a következő gondolatokkal zárom: Mindig csak annyit és olyant kérjünk és ha lehet, ne követeljünk

barátainktól, szeretteinktől és az élettől, amit saját magunk meg tudunk adni és teremteni. Ne mindig azt nézzük, hogy mit kaptunk, hanem inkább tartsuk szem előtt, hogy mit adtunk.

„Ki amennyit változtat a világon annyit ér az élete.”

*Pintér Jácint
szervező*

Az egyesület október 17-19-én rendezte meg hagyományos megyei képzési programját, döntően a Nemzeti Kulturális Alapprogram támogatásával. Az első két napon Bázakerettyén szerveződtek a programok. **Mankó Mária**, a szombathelyi Berzsényi Főiskola tanszékvezetője tartalmas, élvezetes előadást tartott a felsőfokú képzés és a gyakorlat kapcsolódásáról, az új lehetőségekről, a népművelői pályaképről. **Varga László**, a Megyei Önkormányzat elnöke a megye szellemi és fizikai állapotáról, a régiós törekvések helyzetéről, az esélyekről beszélt közvetlen, kötetlen stílusban a mintegy 30 résztvevő körében. **Óváry István**, az NKÖM Közművelődési Főosztályának vezetője a közművelődést érintő aktuális kérdésekről, a jogi környezet tervezett változtatásairól adott tájékoztatást, valamint összegezte az új szakfelügyeleti rendszer tapasztalatait. **Vadász János**, a KKDSZ elnöke miután reggel még Budapesten pert nyert a magyar állam ellen az érdekegyeztetési kötelezettségek elmulasztása miatt, s igyekezett vissza a fővárosba a délutáni költségvetési egyeztető tárgyalás soros fordulójára a szakszervezet törekvéseiről beszélt, s azokról a kedvezőtlen folyamatokról, amelyek szerint a kulturális közművelődési szaktörvényben rögzített állami kötelezettségek garanciális elemeit a kormányzat a törvény módosításával meg kívánja szüntetni. A képzés harmadik napján a résztvevők - a letenyei kollégák előkészítő munkája révén - ellátogattak a horvátországi Csáktornyára és Varasdra. Csáktornyán a városi művelődési központ igazgatója,



Ladislav Varga fogadta a küldöttséget, s adott tájékoztatást a közművelődés helyzetéről, rendszeréről. A 17 ezres kisváros 600 férőhelyes színháztermében a hét egy napján fogadnak nagyszínházi előadásokat, a többi napon pedig mozi vetítések folynak. Rendszeresen szerveznek koncerteket, kiállításokat. Több tárgyalóközséget, szakkört működtetnek. Nincsenek viszont amatőr előadóművészeti közösségek, mivel ezek kivétel nélkül egyesületi keretben szerveződnek meg, s rendelkeznek vagy saját épülettel, vagy a város által biztosított civil szervezetek házában dolgoznak (produkcióik bemutatásához természetesen teret ad a művelődési központ).

Az újonnan megszerveződő egyesületek indulási támogatást kapnak a várostól, majd 1-2 év "bizonyítás" után alanyi jogú városi támogatásra válnak jogosultakká. A közművelődésre fordított pénzeszközök több forrásból tevődnek össze:

állami támogatásból (közművelődési törvény alapján), megyei, járási, városi támogatásból, valamint saját intézményi szervezeti bevételekből. Varasd a megye 119 ezer lakosú központja, ahová a megye főispánjának meghívására jutott el a magyar szakmai küldöttség. A város alpolgármestere, a megyei művelődési osztály vezetője, a városi közművelődési referens és kulturális egyesületek vezetői fogadták rendkívül szívélyes és baráti légkörben a ZKE tagjait, valamint adtak fogadást tiszteletükre. E magas szintű, meg-tisztelő fogadtatás abból a koncepcióból vezethető le, amely Varasdöt messzire kisugárzó kulturális centrummá kívánja tenni, illetve már tette is; amely "kis Bécsként" láttatja a várost; s amely elindította azt a folyamatot, hogy Varasd a világörökség részévé válhasson. A megye nem intézményfönntartó, viszont támogatást ad a helyi, települési kulturális folyamatok szervezéséhez. A város 6 kulturális intézménnyel rendelkezik (pl. színház, múzeum, könyvtár, művelődési központ), s 30 körüli

(folytatás a köv. oldalon)

kulturális egyesülettel. Mindezek támogatására az állami, megyei, járási támogatáson felül a város a költségvetése 12 %-át fordítja (vagyis 2-3 millió német márka közötti összeget). A reneszánsz és barokk belvárosi épületek, a várkastély gyönyörűen felújítottak, igényességet és határozott közkiadási politikát, elveket sugallnak.

Jelentős alapot különítettek el a világörökség-program feladataira. Érdeklenség, hogy mivel a 12 közép-fokú oktatási intézmény működtetéséhez, a képzést igénylő diáklétszámhoz nincs elegendő épülete, infrastruktúrája a városnak, az oktatás "két műszakban" folyik, egy délelőtti és egy délutáni műszakban. A horvát és magyar felek kinyilvánították a kapcsolat további folytatására irányuló szándékukat. A képzési napok folyamán került sor az egyesület tisztújító közgyűlésére is. A vezetőség be-számolt az eltelt időszak tartalmi munkájáról és az egyesület

pénzügyi helyzetéről. A közgyűlés megválasztotta a következő 2 évre az elnökséget és az ellenőrző bizottságot.

Az új Elnökség:

Elnök: Jagasics Béla - Zalaegerszeg
Alelnök: Felházi György - Zalaegerszeg
Titkár: Horváthné Gerencsér Edit - Nagykanizsa

Tagok: Besze Rudolfné - Zalaapáti,
 Dömök József - Letenye,
 Kálmánné Bodó Edit - Keszthely,
 Kelemen Gyula - Zalaegerszeg,
 Vadvári Péterné - Zalaegerszeg

Az ellenőrző bizottság:

Elnöke: Somogyi Piroška, Zalaegerszeg
Tagjai: Farkas Tibor - Nagykanizsa,
 Novák Ferenc - Zalakaros

PÁLYÁZAT

"DIÁKCSERE MOZGALOMÉRT" SZAKALAPÍTVÁNY

Kiíró: Pro Renovanda Cultura Hungariae Alapítvány

Pályázhatnak:

1. Egyetemek és főiskolák graduális képzésében résztvevő, nappali tagozatos hallgatói.
2. Felsőoktatási intézmények intézeti, tanszékei.

Beadási határidő: 1. 2001. február 15. 2. 2001. január 31. és május 4.

1. Pályázat egyéni külföldi tanulmányút támogatására.

Egyetemek és főiskolák graduális képzésében résztvevő, nappali tagozatos hallgatói pályázhatnak felsőfokú tanulmányaikon túlmutató, szakmai, tudományos munkájukba illeszkedő, azt segítő külföldi tanulmányútjuk támogatására. A Szakalapítvány azon - graduális tanulmányaik legalább felét sikeresen teljesítő, és a tervezett kiutazás időtartama alatt hallgatói jogviszonyban lévő - egyetemi és főiskolai hallgatók pályázatát várja, akik kiemelkedő tanulmányi eredményt értek el, kiugró szakmai tudományos tevékenységet végeznek, és akik külföldi tanulmányútjának megvalósításához feltétlen szükséges a megpályázott támogatás. A megpályázható legmagasabb összeg 250 000 Ft, amit egy hallgató csak egyszer nyerhet el. A kuratórium olyan tanulmányutakat támogat, amelyek a pályázó számára hosszú távon ható szakmai, tudományos perspektívát nyitnak.

Pályázati űrlap igényelhető a Pro Renovanda Cultura Hungariae Alapítvány Titkárságán (1146 Bp., Ajtósi Dürer sor 19-21.), személyesen a recepción vagy postai úton, nagy alakú (A4-es) felbélyegzett válaszboríték küldésével. A felhívásokat az interneten www.prof.iif.hu/prc alatt is közzéteszük, ahonnan a szükséges pályázati űrlapok is letölthetők.





Ötletek Karácsonyra



Bár az adventi koszorúnak már el kellett készülnie, de az un. kopogtató elkészítésével még nem késtünk el. Ezzel feldobhatjuk egyhangú lakótelepi ajtónkat, de szépen mutat a drága tömör faajtón is. A díszítési lehetőségek száma, csak a kéznél lévő kellékektől, anyagtól és fantáziánktól függ.

Eszköz és anyagigény:

- 1 db szalma, hungarocell stb. koszorú alap (kb. 25 cm átmérőjű)
- fenyőgallyak (kapható olyan alap is, melyet már bevontak fenyővel), legjobb a tuja vagy a boróka, mert ezek nem hullanak, hanem rászáradnak a keretre.
- Kb. 1 m szalag
- 1db. „gyorsmasni”
- vékony virágkötöző drót
- apró tobozok
- termények pl.: csipkebogyó, magyal levél, babérmeggy, dió, levelek.
- Karikára vágott szárított narancs, citrom, alma stb..

Első lépésként bevonjuk az alapot a fenyőgallyakkal. A gallyat rátesszük körbe az alapra, majd a

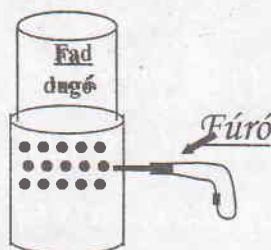


dróttal körbetekerjük. Utána már csak ízlés szerint díszíteni kell. A koszorúnak arra a felére amelyik felül lesz,

kössük rá a szalagot, ezzel akasztjuk az ajtóra a koszorút. Vele szemben V alakúra hajlított dróttal rögzítjük a masnit. Majd ugyanígy V alakú dróttal rögzítjük a szalag környékén a szabad helyeken az egyéb díszítő kellékeket. A tobozt így tudjuk rögzíteni, hogy a toboz alsó „pikely” sorára tekerjük a drótot, úgy bökjük bele az alapba.

Mécses (I.): hozzávalók:

- Erősebb konzerv doboz (pl.: kutya vagy macska konzerv)
- Ecset



- Zománcfesték
- Fúró teamécses

1. A konzervdobozokat tisztára mossuk kívül-belül, majd a felső 1/3 vagy 1/2 részét nekünk tetsző szimmetriában vagy aszimmetriában kifúrjuk (ehhez a dobozba dugjunk egy fadarabot, elkerülve a doboz deformálódását). Kb. 10 mm-es fúrófejet használunk.
2. Ha kifúrtuk a lyukakat, széleit vasreszelővel lecsi-

szoljuk, hogy a későbbiekben ne sértse meg a kezünket, majd a színűre (esetleg mintájúra) festjük a doboz külső oldalát.

3. Teljes száradás után az aljára helyezünk egy teamécses.

Mécses (II.):

– Kis cserép (kb. 5 cm-es felső átmérőjű)

- Tempera (pl.: arany, ezüst, piros, kék)
- Lakk
- Színes tömzsi gyertya
- „oázis” tűzőhab vagy gipsz
- apró (pl.: fekete fenyő) tobozok, termések, termények. Pl.: magyar levél, madárberkenye, bogyó.

Apró, a cserepekhez illő méretű sablonokat készíték (pl.: csillag, fenyő), majd ezek segítségével megfestem a cserepeket. (Lehet az egész cserép pl.: arany színű, a minták pedig ezüstszerűek). Teljes száradás után lakkozom. Ha un. „repszto” lakkot használunk, amit a művész ellátó boltokban vásárolhatunk, cserép régebbinek, antikabbnak hat.

Száradás után középre állítom a cserépben a gyertyát, körberakom az oázishabbal, vagy körbeöntöm gipsszel és (folytatás a következő oldalon)

beleböködöm a kellék anyagai-
mat úgy, hogy a hab vagy a
gipsz ne látsszon. A leveleket,
tobozokat virágkötöző dróttal
rögzítem.

Összeállította:
Lorencsics Krisztina

KÉSZÍTSÜNK MÉZESKALÁCSOT

Karácsonyfánkat ma-
gunk készítette mé-
zeskalács sütemé-
nyekkel is díszíthetjük. A mézes
tészták finomak, kiadósak, nem

drágák, ráadásul sokáig eláll-
nak, s nemcsak frissen élvezhe-
tők. Nagyanyáink korából való
kipróbált receptet adunk
Önöknek.

76 dkg lisztet, 34 dkg porcukrot,
2 evőkanál szóda-bikarbónát,
kevéske őrölt fahéjat, 10 szem
porrá tört szegfűszeget
összekeverünk. Hozzáadunk 5
dkg margarint, 4 egész tojást, 4
evőkanál mézet és az egészet jól
összedolgozzuk. A tésztát kis
pihentetés után 3 mm vastagra
nyújtjuk. A süteményeket
kiszúró-formákkal szaggatjuk
ki, vagy a kinyújtott tésztára
vastagabb kartonból kivágott
formákat helyezünk és éles

késsel körbevágjuk. Megkenjük
felvert tojással, kizsírozott és
liszttel meghintett tepsiben, kö-
zepesen meleg sütőben világos
barnára sütjük.

Adíszítéshez használt
diót, mandulát, mogyo-
rót, mazsolát sütés előtt
rátehetjük a tésztára, a drázsé és
cukorféleségeket sütés után
cukormázzal ragasztjuk fel.
Különböző nagyságú csillagokat
mázzal egymásra ragasztva,
havas fenyőfát is készíthetünk,
ami karácsonyi asztalunkat
díszítheti.

Ács Sarolta

TÁJÉKOZTATÓ

A ZALAI NÉPFŐISKOLAI EGYESÜLET 2000-ben a felajánlott
személyi jövedelemadó 1%-ból 25.540 Ft támogatást kapott.
Ezt az összeget a Zalai Kapocs c. újság kiadására használtuk fel.

Köszönjük a támogatást !



LELKÜNK EGÉSZSÉGE = TESTÜNK EGÉSZSÉGE



A következőkben szeretnék elindítani egy olyat (reményeim szerint) cikksorozatot, rovatot, amely ezután rendszeresen jelentkezne a Zalai Kapocs hasábjain.

Bár közhelynek hangzik, de sajnos igaz, hogy mai felgyorsult, rohanóvilágunkat egyre kevesebben viselik el kisebb nagyobb lelki megrázkódások nélkül. Fő állású munkahelyemen (Zalai Megyei Kórház Pszichiatria) szinte soha nincs szabad ágy, illetve a gondozásra bejárók köre is veszedelmesen gyorsan nő. Bár a hozzánk forduló emberek közül a nem szervi és visszafordíthatatlan beteg emberek kivételével, nagy részüknek csupán egy kis pihenésre, odafigyelésre volna szükség.

Ezek a problémák késztettek minket arra, hogy minél szélesebb körben foglalkozzunk a mentálhigiéniával (lelki egészséggel), és a vele kapcsolatban felmerülő problémákkal.

A mentálhigiéncia tulajdonképpen a sikertelen fejlődés és a

sikertelen alkalmazkodás megelőzése, illetve szükség esetén segítségnyújtás nevelés, tanácsadás formájában.

Annak érdekében, hogy ez a rovat tényleg hasznos legyen, időnként találnak egy-egy kérdőívet a lapban, amely segítségével még inkább az igényeknek megfelelően lehet alakítani egy-egy cikk tartalmát.

Előszörként egy általános, a témához kapcsolódó alapkérdéseket, és egyfajta pszichológiai kultúráltságot vizslató kérdőívet találnak, az elengedhetetlenül szükséges statisztikai adatokat. Ennek segítségével árnyaltabb képet kaphatunk arról, miként vélekednek ma szűkebb hazánkban a témáról, milyen nem szakmai segítséget kaphat embertársaiktól az arra rászoruló, valamint, hogy jelenleg milyen ismeretekkel rendelkeznek a kívülállók a pszichológiáról, mentálhigiénéről.

Kérem, minél többen küldjék vissza a Zalai Népfőiskolai Egyesület címére a kérdőíveket, és természetesen észrevételeiket is várjuk.

Mielőtt rátérnék a tervezett témákra, pár mondat erejéig utalnék a címre. (Lelkünk egészsége = testünk egészsége). Az az ember, akinek bármilyen meg nem oldott, fel nem dolgozott lelki problémája,

bánata, betegsége van, szükség-szerűen előbb-utóbb testileg is beteggé válik, azaz testi betegségek, betegségtünetek lépnek fel pszichológiai okok következtében. A szaknyelv ezt pszichomatikus betegségeknek nevezi, amely sürgős beavatkozást és gyógyszeres általában kórházi kezelést igényel. Nem gondolom, hogy e cikk, és az ehhez hasonló cikkek megoldják a problémákat, de legalább felhívják rá a figyelmet és némi segítséget is adhatnak.

A tervezett témák:

A jövőben foglalkozunk a kulturális pszichológiával, a pszichológiai kultúráltsággal, különböző stressz helyzetekkel, szenvedélybetegségekkel (pl.: gyógyszer, drog, alkohol), az ellenük való védekezés formáival, jellemzőikkel, és néhány általánosan alkalmazható tippet, tanácsot is megpróbálunk adni.

*Lorencsics Krisztina
szocioterepeuta*



Kedves Olvasó!

Szeretnénk a társadalom pszichológiai kultúráltságáról átfogó képet kapni, ehhez szeretnénk az Ön segítségét kérni. Kérjük töltsse ki – természetesen név nélkül – meggyőződése, ill. ismeretei szerint az alábbi kérdőívet. Némely kérdés több válaszlehetőséget tartalmaz, így lehetősége nyílik egy-egy kérdésnél több választ megjelölni. Amennyiben a megadott lehetőség nem tetszik Önnek, úgy az egyéb rovatban jelezze a megfelelő választ.

Ha látja, hogy valaki nagyon levert, lehangolt a környezetében, mit javasol neki?

- | | |
|--|--|
| ☐ Nem foglalkozom vele, az ő baja. | ☐ Szakemberhez küldöm |
| ☐ Meghívom egy italra. | ☐ Egyéb: |
| ☐ Elküldöm szórakozni, az majd felvidítja. | |
| ☐ Beszélgetek vele egy kicsit, próbálom rajta segíteni. | |

Milyen a kapcsolata más emberekkel?

- | | |
|---|---|
| ☐ Nincsen, utálom az embereket. | ☐ Általában szeretnek az emberek, jól kijövök velük. |
| ☐ Nincsen, elkerülnek az emberek | |
| ☐ Mindig a hangulatomtól függ. | ☐ Egyéb: |
| ☐ Csak érdekből barátkozom. | |
| ☐ Sok ismerősöm és barátom van. | |

Hogyan oldja meg konfliktusait?

- | | |
|---|---|
| ☐ Nem foglalkozom vele. | ☐ Jól kidühögöm magam. |
| ☐ Megpróbálom másra áthárítani. | ☐ Megbeszélem valakivel a dolgot. |
| ☐ Üvöltözök. | ☐ Ott helyben elrendezem az illetővel. |
| ☐ Elodázom. | ☐ Egyéb: |
| ☐ Magamba fojtom, sokat rágódok rajta. | |

Fontos-e Önnek a béke, a harmónia?

- | | |
|--|---|
| ☐ Van ilyen? | ☐ Nem tudom, hogyan érhetném el. |
| ☐ Nem fontos. | ☐ Igen, fontos. |
| ☐ Kevésbé fontos. | ☐ Egyéb: |

Ön szerint mit kell tenni egy alkohol, drog hatása alatt álló emberrel?

- | | |
|--|--|
| ☐ Közömbösen elmegyek mellette. | ☐ Megpróbálom a lelkére beszélni. |
| ☐ Megszidom. | ☐ Gondoskodom róla. |
| ☐ Mentőt hívok. | ☐ Egyéb: |

Vannak-e Önnek hasonló problémái?**(drog, alkohol)**

- | | |
|--|--|
| ☐ Nekem? Á, dehogy! | ☐ Vannak, de nem voltam szakembernél. |
| ☐ Nincsenek problémáim. | ☐ Bármikor abba tudom hagyni. |
| ☐ Az ital / drogok körül forog az életem. | ☐ Vannak, voltam szakembernél. |
| ☐ Úgysem tudnak rajtam segíteni. | ☐ Egyéb: |

Önnek mit jelent az a szó, hogy mentálhigiéné?

- | | |
|--|--|
| ☐ Nem tudom, de nem is érdekel. | ☐ Valami pszichológiával kapcsolatos lehet. |
| ☐ Valamilyen betegség? | ☐ Léleki egészségről szól. |
| ☐ Nem tudom, de érdekelne. | ☐ Egyéb: |

Tudja-e mivel foglalkozik a pszichológia?

- | | |
|---|--|
| ☐ Nem tudom. | ☐ Léleki problémákkal. |
| ☐ Komolytalan dolog, csak hókuszpókusz az egész. | ☐ Problémás emberekkel. |
| ☐ Lélekturkálás. | ☐ Egyéb: |

Szokott-e olvasni a témáról?

- | | |
|---|---------------------------------------|
| ☐ Soha | ☐ Ritkán. |
| ☐ Nem érdekel. | ☐ Igen. |
| ☐ Érdekel, de nincs rá időm. | ☐ Egyéb: |

Ön szerint szégyen pszichiáterhez / pszichológushoz járni?

- | | |
|---|--|
| ☐ Igen, mert aki oda jár az elmebeteg. | ☐ Nem. Még én is, vagy bármelyik hozzátartozóm is szorulhat segítségre. |
| ☐ Igen, mert aki pszichológushoz jár, az nem képes egyedül megoldani a problémáit. | ☐ Nem, én is járok / jártam. |
| ☐ Nem, nincs benne semmi különös. | ☐ Egyéb: |
| ☐ Nem, Amerikában a cipőpucolónak is van pszichiátora. | |

Mi a véleménye a pszichológusnál / pszichiáternél kezelt emberekről?

- | | |
|---|---|
| ☐ Nem valók a társadalomba. | ☐ Szégyen, hogy ilyen emberek is vannak. |
| ☐ Szerintem kezelhetetlenek. | ☐ Véleményem szerint gyógyíthatók. |
| ☐ Csak szimulálnak. | ☐ Szívesen segítenék nekik. |
| ☐ Félek tőlük. | ☐ A környezetemben is van ilyen. |
| ☐ Elkerülöm őket. | ☐ Egyéb: |
| ☐ Szánalmasak. | |

Kapcsolódó információként szeretnénk – szintén név nélkül – néhány adatot megtudni Önről. Ezek az adatok csupán statisztikai célokat szolgálnak a megkérdezettek életkoráról, iskolai végzettségéről és életkörülményeiről.

Életkora szerint melyik korcsoportba tartozik?

- | | | | |
|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ 16 – 20 év | ☐ 31 – 35 év | ☐ 46 – 50 év | ☐ 60 év felett |
| ☐ 21 – 25 év | ☐ 36 – 40 év | ☐ 51 – 55 év | |
| ☐ 26 – 30 év | ☐ 41 – 45 év | ☐ 56 – 60 év | |

Legmagasabb iskolai végzettsége?

- | | |
|--|--|
| ☐ Általános iskola osztálya | ☐ Technikum |
| ☐ 8 általános | ☐ Felsőfokú tanfolyam |
| ☐ Szakmunkás bizonyítvány | ☐ Főiskola |
| ☐ Szakközépiskolai érettségi | ☐ Egyetem |
| ☐ Gimnáziumi érettségi | |

Munkaköre?

- | | |
|--|---|
| ☐ Betanított munkás | ☐ Vezető beosztású |
| ☐ Segédmunkás | ☐ Vállalkozó |
| ☐ Alkalmazott | ☐ Munkanélküli |
| ☐ Közalkalmazott | ☐ Egyéb: |
| ☐ Köztisztviselő | |

Életkörülményei?

- | | |
|---|---------------------------------------|
| ☐ Önkormányzati szükséglakás | ☐ Panellakás |
| ☐ Önkormányzati bérlakás | ☐ Családi ház |
| ☐ Közös lakás a szülőkkel | ☐ Társasház |
| ☐ Albérlet | ☐ Egyéb: |

Lakóhelye?

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------|
| ☐ Város | ☐ Falu |
| ☐ Nagyközség | ☐ Tanya |

Családi állapota?

- | | | | |
|----------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------|
| ☐ Nőtlen | ☐ Elvált nő | ☐ Özvegy nő | ☐ Férjezett |
| ☐ Hajadon | ☐ Elvált férfi | ☐ Özvegy férfi | ☐ Nős |

Gyermekek száma?

- | | |
|---------------------------------------|-------------------------------------|
| ☐ Gyermektelen | ☐ 3 |
| ☐ 1 | ☐ 4 |
| ☐ 2 | ☐ 4-nél több |

Köszönjük, hogy válaszaival segítette munkánkat! A kérdőívet összeállította és feldolgozza:

Lorencsics Krisztina
szocioterepeuta

Köszönjük, hogy válaszaival segítette munkánkat! A kérdőívet összeállította és feldolgozza: Lorencsics Krisztina szocioterepeuta

Honlapunkról

A Zalai Népfőiskolai Egyesület a 2000. esztendő őszétől megnyitotta honlapját az interneten, a

www.nepfoiskola.hu

[/zala/kezdo.html](http://zala/kezdo.html)

cím alatt. A kedves érdeklődőt egy keretek által egyszerűen és átláthatóan kezelhető weboldal fogadja. A baloldali keretben van felvonultatva honlapunk tartalma. Ahhoz, hogy teljes mértékben meg tudja tekinteni, a gördítősávot igénybe kell vennie. A honlap megtekintéséhez ajánlott az 1024*768-as képernyő

felbontás, mert a képernyő méretéhez viszonyítva a megjelenő tartalom mérete ebben a beállításban a legoptimálisabb. Egy jótanács ahhoz, hogy kiszélesítse az ablak méreteit: nyomja meg az F11 funkció billentyűt. Mindig a jobb oldali keretben tekintheti meg az adott tartalomcímszóhoz kapcsolódó tájékoztatást. Ennek köszönhetően a weboldalak megjelenése kevés várakozást igényel. Bár előfordul, hogy a sárospataki népfőiskola szervere túlterhelt, ebben az esetben szíves türelmüket kérjük. Hon-

lapunkon bőséges és részletes információkhoz juthat hozzá az aktuális és már megszervezésre került képzéseinkről, ezekről és egyéb a népfőiskoláról készült fotókat is megtekintheti, ha van egy kis lehetősége a hálón való barangoláshoz.

Közkinccsé tettük a Zalai Hírlapban rólunk megjelent sajtó híreket és a Zalai Kapocs saját kiadású újságunk cikkeit is. Aktuális pályázatokat lehet megtekinteni és jelentkezési lapokat is lehetőség van letölteni az adott képzési tevékeny-

séget megjelenítő oldal alján. Minden oldal nézettségi forgalmát nyilvántartjuk és ezáltal rugalmasan alkalmazkodni tudunk az irántunk érdeklődők igényeit szem előtt tartva. Címeink és elérhetőségi adataink teljes forrását megtekintheti egy kellemes, nyári hangulatot idéző web oldalon.

Kellemes böngészést!

Várjuk jelentkezésüket!

Pintér Jácint

ZALAI
NÉPFŐISKOLAI
EGYESÜLET



1988

Home Page

Tevékenységek

Képzések:

- Bioméhész Új!
- Méhész
- Népi Kismesterségek Népfőiskolája
- Önismereti tréning
- Nyelvtanfolyam
- Népi Kismesterségek Műhelye

Alapszabály

Sok szeretettel üdvözljük
Honlapunkon!



1988

Ön a WebTracker - dik
látogató december 07-a óta.
Frissítve: 2000. december 07-én.
A megtekintés időtartama:
1024*768 képernyőfelbontás.

Honlapunk: www.nepfoiskola.hu/zala/kezdo.html

Bioméhész!

A Zalai Népfőiskolai Egyesület bentlakásos népfőiskolai kurzust szervez a bioméhészet iránt érdeklődőknek.

A kurzus időpontja: 2001. Február. 8-9-10.

helye: Zalaegerszeg
Tudomány és Technika Háza, Dísz tér 7.

Előadók: Dr. Szalay Tamás, Dr. Szalay László, Vass János, Czédulás István.

Április hónapban szakmai kirándulást szervezünk egy bioméhészhez.

A képzés befejeztével a résztvevők vizsgát tesznek, a sikeres eredménnyel végző hallgatók a Biokultúra Egyesület bioméhész oklevelét vehetik át.

Részvételi díj: 15.000 Ft (mely a szakmai kirándulás költségét magába foglalja).

Jelentkezési és tanfolyamdíj fizetési határidő: 2001. január 15.

Információ:

Zalai Népfőiskolai Egyesület irodájában

Telefon: 92/311-010/204, 92/324-117

Fax: 92/324-117

www.nepfoiskola.hu/zala/kezd.html

Jelentkezési lap

Bioméhész tanfolyamra

Név: _____

Lakcím: _____

Telefon: _____

Születési hely, idő: _____

Anyja neve: _____

Szállást: kérek nem kérek

Február 08 ☐ ☐

Február 09 ☐ ☐

Dátum: _____

aláírás

SÁJÉKEZTATÓ

A Zalai Népfőiskolai Egyesület a Megyeháza földszint 13-as irodájába költözött.

Továbbra is várunk minden érdeklődőt.

Telefon: 92/311-010/204

06-30/227-6662

Telefax: 92/324-117

Zalai Kaphos

A Zalai Népfőiskolai Egyesület Lapja

Kiadja a Zalai Népfőiskolai Egyesület

Szerkesztő: Ács Sarolta

Szerkesztőség címe:

8900 Zalaegerszeg, Kosztolányi D. út 10.

Tel./fax: (92) 324-117, tel.: (92) 311-010/204

Felelős kiadó: dr. Színku Mihály

Számítógépes munka: Pintér Jácint

Nyomdai munkák: ZM. Önkormányzat

Közzététel házi nyomdája

ISSN: 1417-2283