TANKER HÍR

V. ÉVF. 13. SZÁM

2017. szeptember 26

TeSzedd! a Tankerületben

A TeSzedd! – Önkéntesen a tiszta Magyarországért akció ma hazánk legnagyobb önkéntes mozgalma, amely idén immár hetedik alkalommal valósult meg. Tankerületünk számtalan intézménye vett részt a szeptember 15. és 17. között megrendezett akción.

A Földművelésügyi Minisztérium által meghirdetett szemétgyűjtési akció keretében Óbuda-Békásmegyer és Újpest szerte „nagytakarítottak" a tankerületünkhöz tartozó intézmények TeSzedd! önkéntesei, hogy közösen tisztítsák meg szűkebb-tágabb lakókörnyezetünket. Lakótelepi utcákat, tereket, parkokat takarították ki tanáraink, diákjaink, és rokonaik, számtalan zsák szeméttől megszabadítva a környezetet. Az akció során nem csak megtisztultak a közterek és iskoláink környéke, de diákjaink értékes tapasztalattal is gyarapodtak a környezetvédelem fontossága kapcsán.

Iskoláink akcióiról az 5-6. oldalakon olvashatnak.

Határtalanul a Felvidéken

A Határtalanul! című pályázat lehetővé tette, hogy az idei erdei iskolát a Felvidéken töltse az Óbudai Harrer Pál Általános Iskola 25 hetedik évfolyamos tanulója június 6-8. között. Minderről Kiss Eszter Krisztina, az iskola tanulója és Ruzicska Judit tanárnő beszámolóját olvashatják.

A busz először Bény felé vette az irányt. Az idegenvezetőnk már az úton mesélni kezdett a községről. Megnéztünk egy katolikus körtemplomot, amely az Árpád korba, a 10-11. században épült. Mellette egy román stílusú, ugyancsak katolikus templom helyezkedett el, amit körbejártunk. Ez a templom a 13. században épült. A kertben egy Szentháromság szobrot is megcsodálhattunk. A hagyomány szerint itt kapta meg Szent István királyunk első felnőtt kardját. **Cikkünk a 11. oldalon folytatódik**

Hol volt, hol nem volt, Csíkszentgyörgyi, Pottyandi mese volt

Hol volt, hol nem volt Újpesten innen, Csíkszentgyörgyön túl, volt két gyerek csapat. A két csapat már megkezdte az ismerkedést Újpesten a Polgármesteri Hivatalban és a Tarzan parkban június végén.

Ez az idő elég rövidnek mutatkozott, hogy jól megismerjék egymást, ezért úgy gondolták az Lázár Ervin Általános Iskola diákjai, hogy meglátogatják a csíkszentgyörgyieket Pottyandon, mely hét kilométerre esik Csíkszentgyörgytől.

Cikkünk a 9-10. oldalon folytatódik

Egy boldog nap

Ellestem egy mondatot. Alig nyíltak ki az állatkert kapui, amikor a fogyatékkal élő gyerekek, felnőttek és kísérőik „özönlöttek" be a bejáraton. Egy kerekes székben lehajtott fejjel várakozó fiatalember, amikor végre begördült a belső térre, felnézett, szétt tárta a kezét, elmosolyodott és halkan csak annyit mondott: „Megjöttem!"

Az Értelmi Fogyatékossággal Élők és Segítőik Országos Érdekvédelmi Szövetsége és a Fővárosi Állat- és Növénykert immár huszonhatodik alkalommal látta vendégül az ország szinte minden szegletéből érkező csoportokat, köztük a Szellő EGYMI diákjait is.

Cikkünk a 2. oldalon folytatódik

Egy boldog nap

Minden szeptember elején van egy olyan nap, ami csak az övék. Ennyi mosolygós, érdeklődő arcot ritkán lehet egy helyen találni, bármilyen eseményről is legyen szó. A gyors regisztráció után szétszéledtek a fiatalok a szélrózsa minden irányába.

Akik, nem először jártak itt azok már tudták, hogy az érdeklődésüknek legjobban tetsző állatokat merre találják és üdvözölhetik őket, mint régen látott barátokat. Akik, először jártak az állatkertben leginkább a térképeken próbáltak eligazodni, tervezve a napot. Persze volt ünnepélyes megnyitó ceremónia is és egymást követték az alkalmi színpadon a gyerekek számára legnépszerűbb művészek. Táncolásra, éneklésre mindig volt alakalom, legyen az az Alma együttes, Szandi vagy éppen Nótár Mary produkciója.

A főszereplők azonban ezen a napon a majmok, a tigrisek, az elefántok, a fókák, a zsiráfok és ezernyi társuk voltak. Gyorsan megteltek a padok is, ahol az uzsonnát lehetett elfogyasztani a természetben. Egy dolog bizton felfedezhető volt minden látogató arcán, az elégedettség és a boldogság.

Olyan emlék marad ez a nap minden fogyatékkal élő ember számára, amelyből a hétköznapokon is lehet majd egy kis mosolyt csalni az arcokra, felidézve a szeptember 18-át.

Rekord létszámot ünnepeltek a szervezők, hiszen az évek során soha nem jöttek el még egyszer sem közel tízezren. Nem kis előszervezést és odafigyelést igényelt mindez a nap megálmodóitól, de szemmel láthatóan mindannyian örömmel fogadták ezt a kihívást. Köszönjük és reméljük, a lendület megmarad a következő évre is.

forrás: nagylatoszog.hu; Koncz Dezső

Művészek a Miklós Házért

A Szent Miklós Általános Iskola enyhén értelmi fogyatékos tanulók, integráltan középsúlyos értelmi fogyatékos és autista tanulók számára biztosít teljes körű ellátást.

Ebben a tanévben is folytatódik a Miklós Téri Gyermekekért Alapítvány javára rendezett, Művészek a Miklós Házért című beszélgetéssorozat, melynek következő vendége maga a házigazda, **Papp János**.

A Vándorszínész mesél

Útinapló – válogatás

címmel.

Helyszín:
Szent Miklós Általános Iskola
1033 Budapest, Miklós tér 5.

Időpont:
2017. október 5., 19 órától

A támogatói jegyeket a helyszínen lehet megvásárolni 1000, 2000, 3000 vagy 5000 forintért.

A támogatásból a Miklós téri Gyermekekért Alapítvány céljait segítjük megvalósítani.

Szigetközi barangolás Dunakilititől Ásványráróig

Július 16-21. között szervezte a Lázár Ervin Általános Iskola az intézmény hagyományos nyári evezős táborát, amellyel 10 év után ismét a Szigetközben barangoltak a résztvevők. A táborról Bódy Zsuzsanna táborvezető számolt be.

2004 nyarán kezdtük a gyerekek táboroztatását a Duna valamelyik szakaszán. Táboraink általában vándortáborok, túrakenukkal evezünk, sátrakban alszunk és teljes mértékben önellátók vagyunk. Kezdetben csak az iskolánk tanulói vettek részt ezeken a nyári programokon, majd egyre gyakrabban fordult elő, hogy a szüleik is csatlakoztak és most már szép számmal vannak családok táborainkban. Tíz éve volt utoljára, hogy a Duna ezen varázslatos, és egyben legizgalmasabb szakaszán eveztünk, így idén, az előző túrához képest meghosszabbítva, de kalandokra felkészülve vágtunk neki az útnak. Kalandos azért, mert a Szigetközi Duna ág szabályozása zúgókkal és hidakkal megoldott, ahol a hajókat át kellett emelni illetve a hidak alatti zúgókon átevezni.

Július 16-án indult iskolánk a táborba. Hajóink kisbusszal érkeztek Dunakilitibe, ahol mi már vártuk őket. Mi oda vonattal, busszal és gyalogosan érkeztünk. A délutánt sátorállítással, egymás megismerésével, fürdéssel töltöttük. Másnap a reggeli táborbontás után, több zúgón való kalandos átevezés után Cikolaszigeten táboroztunk le a parton. Este tábortüzet gyújtottunk és énekeltünk.

Kedden többségben volt hidakkal lezárt vízrész. Itt a hidak melletti beton részeken kellett átemelnünk a hajóinkat. Aznap a kisbodaki kempingben táboroztunk és strandröplabda bajnokságot szerveztünk a gyerekeknek.

A következő napunk volt a pihenőnap. Délelőtt gyakorolhatták a gyerekek a kormányzást, fürödtünk, majd következtek a versenyek. Az itteni víz járása miatt ezen a vízszakaszon csak a kormányos versenyt tudtuk megrendezni. Szigetet, bedőlt fát kellett kerülniük a versenyzőknek, és a víz gyorsaságával is meg kellett küzdeniük. Délután beeveztünk az ártéri erdőbe, ahol csodavilág tárult elénk. Kristálytiszta, átlátszó víz, csend, a víz színén táncoló vízipókok, az erdő közepén álló tóban visszatükröződő fák. Kicsit felbolygattuk a csendet, mert itt volt alkalmas arra, hogy a csapat gyorsasági versenyeket és a lufiszedő versenyt megrendezzük.

Csütörtökön közvetlenül az indulás után átpakolással kezdtük az evezést. Többször tettük ezt meg ezen a napon. Az éjszakát Ásványrárón töltöttük.

Pénteken elérkezett a táborzárás ideje. Délelőtt összepakoltunk, a hajókat felraktuk a trélerre, majd mi is buszra és vonatra szálltunk, hogy hazaérkezzünk Budapestre.

Ez az evezős túra inkább a természettel, a vízzel való megküzdésről szólt. Naponta rövid távokat tettünk meg, de azok annál nehezebbek és kalandosabbak voltak. Szükség volt az erőnkre, kitartásunkra, együttműködésünkre, egymás iránti figyelemre.

Nép-Tánc-Ház

A Göncöl Néptáncegyüttes lép fel a Csillaghegyi Közösségi Házban Csiki Katalin és Csiki Gergely vezetésével.

A táncház elején tánctanítás, a végén szabadtánc zárja az estét. A műsor ideje alatt Csernók Klára és barátai kísérik a táncosokat.

Szeptember 30. szombat
Szent Mihály-nap
16:00 – A Bajai Halászléfőző Bajnokok Klubjának bemutatása, halászléfőzés az udvaron
16:30 – Családi táncház
17:30 – Az őszi ünnepkör dalai – játékos daltanulás Paár Julcsival
18:30-21:00 – Szent Mihály-napi táncház
Helyszín:
Csillaghegyi Közösségi Ház
1039 Budapest, Mátyás Király út 11-15.
Időpont:
2017. szeptember 30., 16:00-21:00
A belépés díjtalan.

Bütykölő a Civil Házban

A Bütykölő következő alkalmán különféle kötési technikákat tanulhatnak meg, és ha már a kötési alapokat tudják, készíthetnek akár sálat, sapkát, zoknit is a kedves vendégek.

Helyszín:
Civil Ház
1035 Budapest, Kolosy tér 2.
Időpont:
2017. október 4., 16:00 órától
A belépés díjtalan.

Díszoklevelek átadása

2017. szeptember 4-én díszokleveleket adott át a Régi Zeneakadémián Dr. Vígh Andrea a Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem rektora, aki a Pécsi Sebestyén Ének-Zenei Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola volt tanárait is elismerésben részesítette.

50 éve kapott diplomát, ezért **Arany Oklevelet** vehetett át iskolánk nyugalmazott igazgatónője, **Dr. Locsmándi Miklósné**, Klári néni középiskolai énektanár és karvezető.

60 éve kapott diplomát, ezért **Gyémánt Oklevelet** vehetett át **Háray Ferencné** középiskolai ének-zene tanár és karvezető, iskolánk egykori énektanára.

Sok szeretettel gratulálunk!

Elismerés a Csillagház munkatársának

A Csillagház Általános Iskola munkatársa rangos szakmai elismerésben részesült, amelyről Horváthné Illés Barbara intézményvezető írt újságunknak.

Csongorné Rézsó Eszter gyógypedagógus 2017. szeptember 6-án Gordosné Szabó Anna-díjat vehetett át az Eötvös Loránd Tudományegyetem Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Karának dékánjától. A díj célja, hogy elismerje a Kar gyakorlati képzésében huzamosan és kiemelkedő módon résztvevő személyek munkáját. A díj olyan gyakorlatvezetőknek, a gyakorlati képzésben résztvevő személyeknek ítélhető oda, akik a leendő gyógypedagógusok gyakorlati képzését a tudomány és a kutatás legfrissebb elméleti eredményeinek felhasználásával reflektív és innovatív módon gazdagították.

Minden régi és jelenlegi Csillagházas kolléga nevében szívből gratulálunk!

Gólyaóra az ötödikeseknek

Régi hagyomány a Fodros Általános Iskolában, hogy az alsó tagozatból a felsőbe lépő ötödikes tanulókat a nyolcadikosok közös vidám összejövetelen vezetik be a felsősök világába. Az idei eseményről Takács Késa nyolcadikos diák beszámolóját olvashatják.

Elérkezett szeptember 8-a, péntek *(Kisasszony napja)*, ami az 5. évfolyam számára reméljük, érdekes és hasznos mulatság volt. Legalábbis tanáraink és mi nyolcadikosok igyekeztünk azzá tenni.

Becsengetés után 4-5 fős csapatokat alkotva kivonultunk a folyosóra, ahol az ötödikesek már vártak bennünket. Rövid ismerkedés után együtt láttunk hozzá a mókás feladatok „kibogozásához".

Célunk az volt, hogy beavassuk a leendő „nagyokat" a tanárok és az iskola rejtelmeibe. Hiszen felsősként már nem csak egy tanárhoz kell alkalmazkodni, jó tudni szokásaikat, rigolyáikat, netán családi helyzetüket, hiszen egy nagy családként működünk tanárok és tanulók…*(és persze a mihez tartás végett)*, de az iskola épületét is illik ismerni minden zegzugával együtt.

Riportalanyom Sipos Petra 5.b osztályos tanuló így nyilatkozott: *Szerintem nagyon vidáman telt ez az együtt eltöltött óra, sok hasznos információval lettem gazdagabb.*

Én is úgy gondolom, hogy megérte!

TeSzedd! és őszi kertészkedés a Medgyessyben

Az idei évben is sikeresen vettek részt a Medgyessy Ferenc Német Nemzetiségi Nyelvoktató Általános Iskola tanulói és tanárai a „TeSzedd! Önkéntesen a tiszta Magyarországért – 2017" programban.

Iskolánk nagy gondot fordít arra, hogy tanulóinkban kialakítsa a természet és az épített környezet védelmét. Számos programot és előadást szervezünk részükre, ahol lehetőségük van az elméleti ismereteket a gyakorlatban is alkalmazni. A TeSzedd mozgalomban való részvétellel is az a célunk évről-évre, hogy tudatos környezetvédő és környezetbarát gondolkodást alakítsunk ki diákjainkban.

Ebben az évben az őszi szemétszedést szeptember 15-16-17-re szervezték meg az országban. Iskolánk szeptember 16-án kapcsolódott a programhoz. Felső tagozaton minden osztály részt vett, alsó tagozaton bekapcsolódtak a 3. és a 4. évfolyamosok is. Nemcsak az iskola melletti területekről, hanem a közeli utcákról is felszedtük az eldobált, oda nem illő hulladékokat. A Juhász Gyula, a Pünkösdfürdő, a Hímző, a Hatvany Lajos, a Boglár utcákat is megtisztítottuk. Osztályonként 2-4 tanuló vitte a zsákokat, melybe a többiek kesztyűt húzva szedték az eldobott papír zsebkendőket, papírzacskókat, dobozokat, különböző műanyag flakonokat, tárgyakat, elhasznált, elkopott ruhadarabokat. A szeméttel teli zsákokat az iskola melletti gyűjtőpontra vittük.

Az iskola többi diákja szülőkkel, testvérekkel együtt az iskola udvarát és közvetlen környezetét szépítette. Az udvari kiskertekben gyomláltak, gazoltak és pozsgás növényeket ültettek. Az iskola előtti területen elpusztult tujákat pótoltak. Átrendezték a régi sziklakertet, termőfölddel borították, növényekkel szépítették. Míg a kertszépítők dolgoztak, két kolléga készítette az ebédet, melyet a munka után örömmel fogyasztottak felnőttek és gyerekek egyaránt. Ebéd után öröm volt körbe sétálni a rendezett és gondozott udvart. Megbeszéltük a szülőkkel, hogy tavasszal ismét találkozunk és folytatjuk a munkát.

Az Első Óbudaisok is szedték

Szeptember 16-án az Első Óbudai Német Nyelvoktató Nemzetiségi Általános Iskola is részt vett a „Teszedd! Önkéntesen a tiszta Magyarországért!" kampányban.

Az akció keretében az Óbudai-szigetet próbáltuk megtisztítani a kommunális hulladéktól. A kezdeti rossz idő csak jóra fordult, sok szemetet gyűjtöttünk, de játékra is volt idő...

TeSzedd! - akció a Bárcziban

A Földművelésügyi Minisztérium nemzetközi mintára 2011-ben indította útjára a TeSzedd! mozgalmat, mely mára hazánk legnagyobb önkéntes mozgalmává vált. Az akcióhoz a Bárczi Géza Általános Iskola is csatlakozott.

A mozgalom mottója: Önkéntesen a tiszta Magyarországért. Idén iskolánk is csatlakozott az akcióhoz. A felső tagozat osztályai szeptember 15-én az iskola és a Gőtés-tó környékét tisztították meg, zsákokba gyűjtve az eldobált PET-palackokat, aludobozokat, műanyag- és papírszemetet. A gyűjtés során használt zsákokat és kesztyűket a Földművelésügyi Minisztérium juttatta el számunkra. Nekünk a szorgos kezeket és a jókedvet kellett biztosítani. Egyikben sem volt hiány! Kissé borús időben sok-sok zsák szemetet szedtünk össze, melyeket az iskola mellett halmoztunk fel. Innen fogják azt a szervezők elszállítani. Az akció során tanulóink gyakorlatban ismerkedhettek meg az önkéntesség fogalmával, és bizonyíthatták, hogy számukra fontos a környezetért való aktív cselekvés.

TeSzedd akciózott a Pais

Idén is csatlakozott a TeSzedd! 2017 országos programhoz a Pais Dezső Általános Iskola.

Szeptember 16-án diákjaink, pedagógusaink és iskolánk dolgozói lelkesen álltak a feladathoz. Megtapasztalták, hogy egy kis összefogással milyen látványosan szebbé, tisztábbá, élhetőbbé tudják tenni lakóhelyüket, környezetüket.

Örökös Ökoiskola révén diákjainkban már kialakult a környezettudatos magatartás, de ilyen országos méretű összefogással még hatékonyabbá és hitelesebbé válik az ökoszemléletű nevelésünk.

Te szedd a Fodrosban

A Fodros Általános Iskola is csatlakozott a Te szedd – Önkéntesen a tiszta Magyarországért! országos akcióhoz.

Szeptember 16-án, szombaton a fodros diákjai az iskolában gyülekeztek a nagy feladathoz. Terveink szerint minden osztály az iskola környékének bizonyos részeit takarította volna tanáraink irányításával. Sajnos, az időjárás közbeszólt... esett az eső.

Ezért csak a közeli utcákban tettünk egy kis sétát szemétszedéssel egybekötve. Néhány zsák szemetet sikerült így is begyűjtenünk.

A délelőtt további részében az osztályok osztályfőnökeikkel az tantermekben beszélgettek a környezetvédelem fontosságáról, természeti értékeink megbecsüléséről, megóvásáról. Tehát hasznos elfoglaltsággal telt ez a szombat délelőtt.

Megtisztítottuk Újpestet

Szeptember 15-én az Újpesti Szigeti József Utcai Általános Iskola is részt vett a TeSzedd országos közösségi környezetvédelmi akcióban.

Iskolánk idén az intézményt körülölelő lakóterületet tisztította meg az elszórt hulladékoktól. Diákok, kollégák, kicsik s nagyok serény munkája nyomán élvezhetjük majd a környezetünk tisztaságát. Az akciónk a Te szedd! mozgalomhoz kapcsolódott, amely a környezetvédelem erősítését szolgálja.

Óvjátok, védjétek továbbra is!

Állatkerti élmények az Újpesti Cseritivel

Szeptember 15-én nagyon kedves ajándékkal lepte meg a Lázár Ervin Általános Iskola tanulóinak egy részét az Újpesti Cseriti egy kerületi cég jóvoltából.

Kilenc alsó tagozatos kisdiákunk vehetett részt egy egész napos programon a Budapesti Állatkertben több más iskolából érkezett társukkal együtt. Már a reggeli készülődés is nagy izgalommal telt. Külön busszal vittek el bennünket az Állatkerthez, ahol kezdetnek mindjárt egy kis meglepetés csomag várta a gyerekeket. Kaptak egy kis hátizsákot, amely tele volt mindenféle jóval. Boldogan bontogatták, felfedezve a sok finomságot és a könyvet, valamint a pólót.

Az Állatkertben kísérő várt ránk, aki végig kalauzolta a gyerekeket a parkon bemutatva az állatokat. Külön élmény volt, hogy nem csupán a kifutókon kívülről szemlélhettük meg a kert lakóit, hanem be is mehettünk hozzájuk. Részt vettünk a gyűrűs farkú makik reggeli etetésén, simogattunk rájákat, láttunk állatbemutatókat, ahol meg is foghatták a gyerekek a kígyót, csótányt, megsimogathatták a görényt, a kecskéket. A Varázshegyen is sok új dolgot ismerhettünk meg az állatokkal kapcsolatban. A kirándulás megkoronázása pedig az ebéd utáni játék, a kürtöskalács és a fagyizás volt. Délután kissé fáradtan, de annál több élménnyel gazdagodva indultunk haza a buszunkkal Újpestre.

Nagyon köszönjük ezt a gyönyörű napot az Újpesti Cseritinek, és a számunkra ismeretlen cégnek, aki mindezt lehetővé tette számunkra!

Tanévkezdő piknik

Szülői kezdeményezésre az Aquincum Angol-Magyar Két Tanítási Nyelvű Általános Iskola 3.b osztálya egy Platán-ligeti piknikkel kezdte az új tanévet. Erről Molnár Erzsébet osztályfőnök írását olvashatják.

Szeptember 8-án a Platán lakóparkban batyus bulit tartottunk. Néhány, az osztályban tanító tanárral, valamint szülőkkel, testvérekkel közösen eltöltöttünk pár kellemes órát. Nagyon jó volt néhány órára kikapcsolni a tanévkezdő teendőkből. Mindenki hozott valami finomságot. Az asztalok roskadásig teltek étellel, itallal, süteménnyel, de lehetőség volt a helyszínen a sütögetésre is.

A gyerekek fociztak, hintáztak, játszottak, fára másztak, míg a szülők beszélgettek, sütögettek. Kötetlenül, vidám hangulatban telt el a délután. Élveztük a jó időt. Fél 9 körül indultunk haza. Olyan jól sikerült ez az este, hogy elhatároztuk, lesz még folytatás.

Köszönjük a szervezést és a lehetőséget!

Mintakertben jártunk

A Pais Dezső Általános Iskola Örökös Ökoiskolaként elkötelezett a tanulói környezeti nevelésében, így az intézmény rendszeresen szervez olyan programokat, amelyek a gyermekek és a környezetünk közti kapcsolatot erősítik.

2017. szeptember 18-án intézményünk 2.b osztálya látogatást tett az Ófalu Közösségi Mintakertben.

A látogatáson megtudhattuk, hogy a kert nem csak lehetőséget ad a kertészkedésre, hanem egy közös tanulási fórumként is szolgál a kertészkedés, gyümölcsészet, gasztronómia iránt érdeklődőknek. Így a tananyaghoz kapcsolódóan diákjainkkal lelkesen tanulmányoztuk az őszi konyhakert terméseit, és magát a szép közösségi kertet.

Hortobágyi Ökotáborban jártak a Megyeris diákok

Június végén öt napot töltöttek a Megyeri Úti Általános Iskola diákjai a Hortobágyon az Ökotúra Vendégház és kempingben. Nagyon tartalmas programokban volt részük, amelyről Óvári Enikő osztályfőnök és a 7.a osztály számolt be.

Megnéztük a híres Kilenclyukú hidat és motorcsónakoztunk a Hortobágy folyón. A Vadasparkban megnéztük az egykoron Hortobágyon élt vadállatokat, előadást hallgattunk a darvak vonulásáról és csillagászatról. Kisvasúttal közelítettük meg a Halastavat, ahol távcsövekkel leshettük meg az ott élő madárvilágot.

Gyalogtúránk célpontja Máta volt, amely méneséről híres. Nagyon élvezték a gyerekek a szekértúrát. Igazi pásztor mutatta be nekünk a pásztorok viseletét és eszközeit – karikás ostor, juhász kampó és gulyásbot – amiket ki is próbálhattunk. A pásztorok ételét, a slambucot mi is megkóstoltuk.

A táborozás során szerzett ismeretek kapcsolódtak a természetismeret *(földrajz, biológia)* valamint hon- és népismeret tantárgyakhoz.

Babitsosok az űrkiállításon

A Babits Mihály Gimnázium 7.a osztályos diákjainak egy része néhány nagyobb tanulóval, Marton Sándor tanár úr és Martonné Czemmel Katalin tanárnő felügyeletével mentek el a Millenárison megnyílt Gateway to Space nevezetű űrkiállításra, amelyről Mázsa Marcell 7.a osztályos tanuló írt beszámolót.

A kiállításon többek közt láthattuk a holdjáró élethű mását, a NASA különleges küldetései során használt szkafandereket, illetve rakéták és űrkapszulák kicsinyített mását. Ezen kívül megismerhettük az űrhajózás történetét és a legnevezetesebb személyeket, akik űrhajótervezéssel foglalkoztak. Bemehettünk a MIR űrállomásra, láthattuk az űrhajósok személyes tárgyait.

Több helyen filmeken magyaráztak el az egyes eszközök működését. Népszerűek voltak a szimulátorok is, ahol például az űrrepülőgépek landolásáról bizonyosodott be, hogy nem is olyan egyszerű.

A kiállításon töltött élvezetes órák után sok élménnyel gazdagodtunk.

Egészséges reggeli a testvérosztállyal

A hétfői osztályfőnöki óra a Fodros Általános Iskolában különlegesre sikeredett, témája ugyanis az egészséges reggeli volt. Erről Füzi Réka 8.c osztályos tanuló írását olvashatják.

Ellátogattunk testvérosztályunkhoz, a 4.b osztályhoz, hogy mindannyian finom, egészséges reggelit együnk.

Osztályfőnökünk, Merkó Ági néni érdekes kis előadást tartott a reggeli fontosságáról, majd várt bennünket a terülj-terülj asztalkám… Müzli, joghurt, gyümölcs és 100 %-os gyümölcslé került az asztalokra. Ilyen jóízű és egészséges reggeli után vidámabban telt a nap, még az agyunk is jobban fogott…

Iskolai könyvtári szaktanácsadói műhelyfoglalkozás a Károlyiban

Könyvtárszakkör – a tehetséggondozástól a lemorzsolódó tanulókig – szervezés, tervezés, tapasztalatok és jó gyakorlatok megosztása volt a téma a Újpesti Károlyi István Általános Iskola és Gimnáziumban, amelyről Örményiné Farkas Andrea az intézmény könyvtáros-tanára, iskolai könyvtári szaktanácsadója számolt be újságunknak.

A Budapesti Pedagógiai Oktatási Központ szervezésében hirdettem meg könyvtáros-tanárok számára szakmai műhelyfoglalkozásunkat.

2017. szeptember 19-én iskolánk Virág utcai könyvtára zsúfolásig megtelt érdeklődő kollégákkal, akik aktívan vettek részt a majd két órás foglalkozáson.

A bemutatott prezentáció tartalmazta a könyvtárszakkörökkel kapcsolatos elméleti ismereteket és ezek saját gyakorlatomban megvalósuló elemeit. Több dia foglalkozott a tehetséggondozás, tehetséggazdagítás lehetőségeivel, módszereivel, illetve a könyvtárszakkör, mint a tanulói előrehaladást támogató tevékenységek egyik színtere, eszköze, miként vállalhat szerepet a lemorzsolódás, korai iskolaelhagyás elleni tevékenységrendszerben.

Műhelyfoglalkozásomat gondolatébresztőnek, útravalónak szántam. Remélem, a közös munka kollégáim saját gyakorlatát is gazdagítja.

Hol volt, hol nem volt, Csíkszentgyörgyi, Pottyandi mese volt

El is indultak július 15-én hajnali 5:30-kor a Polgármesteri Hivatal elől huszonnyolcan, négy pedagógussal. Ők képviselték Újpestet, illetve a huszonnyolcból, ketten-ketten saját iskolájukat. Június 15-én nagyon hosszú volt az út, közel tizennégy órán keresztül tartott. Három kisebb megálló beiktatásával este kilencre meg is érkeztek Pottyandra, ahol már nagy szeretettel várták a csoportot. Természetesen mielőtt megérkeztek volna Edward bácsi, Ildikó néni *(iskolaigazgatók Csíkszentgyörgyön és Bánfalván)*, valamint Laci bácsi *(az erdei iskola vezetője)* várták a csoportot a székelykapu előtt, ahol egy közös fotóval megörökítették a várva-várt megérkezést.

Matild néni finom vacsorával készült a már jócskán megéhezett és elcsigázott csoport számára. Választottak asztalfelelősöket, minden napra négyet. Az ő feladatuk volt a terítés, elpakolás és az ebédlő rendben hagyása. A szobák gyors elosztásával és fürdéssel véget is ért az első nap. Senkit nem kellett elringatni.

Másnap reggel hétkor volt az ébresztő *(majd egész héten ez lett a szokás)* és az elmaradhatatlan szobaszemlével folytatódott a napjuk. A reggeli elfogyasztása után rövid megbeszélés a napi teendőkről, aztán a csapat nagy része visszahúzódott a saját szobájába pihenni. Edward bácsi és Ildikó néni eljöttek és a tanárokkal egyeztették az egész heti programot. A fiúk nem voltak fáradtak, mert egyből focit és kosarat ragadtak, véget nem érő labdázásba kezdtek.

Ebéd után meglátogatta a csoportot Veronka néni, aki végig vezette őket Pottyandon és Csíkmenaságon. Felmásztak a Haranglábhoz, meghallgatták, hogy milyen fontos volt ennek használata, sőt még egy példát is mondott Veronka néni, hogy pár nappal érkezésünk előtt is megkongatták a harangot a hatalmas viharra figyelmeztetve. A néprajzi gyűjteményben rengeteg érdekes történetet hallottak, sőt nyírfakéregre írt első világháborús levelet is olvashattak. Megtudták, hogy régen a diákoknak, milyen *„házirendjük”* volt, elmondta, hogy a népviseletben a színeknek milyen jelentősége volt és nagyon sok érdekes dolgot még. Innen a Menasági erőd templomba vezetett az útjuk. Veronka néni elmesélte a templom történetét, az építkezéseket és a kutatásokat. Fantasztikus élményben volt részük, emlékezetes marad a sok *„mese”*.

Hétfőn kirándulni mentek. Reggel kilencre jött értük Zsombor bácsi, a sofőrjük, a busszal. Ildikó néni és a férje Miklós bácsi voltak az idegenvezetők. Miklós bácsi és Zsombor bácsi folyamatosan meséltek a vidékről, a szokásokról, településekről. Hamarosan Csíksomlyóra értek a Kegytemplomhoz. Miklós bácsi elmesélte a templom történetét, aztán elindult a kis csapat a Kálvária domb legmeredekebb oldalán a kápolnához. Izzadt és kifáradt a csoport, mire felértek a hegytetőre, de a látvány részben a panoráma, a hegyek, és a kápolnák elfeledtették a fáradságot. Gyönyörű volt! Körbe néztek-körbejártak és elindultak a Kegytemplomhoz, ahol várta a csoportot már Edward bácsi. A Gyimesekbe vették az utat a Deáki András panzióhoz. András bácsi finom ebéddel várta a csoportot és mesélni kezdett az ő küldetéséről, a csángók viszontagságos életéről, küzdelméről. Úgy tudott beszélni, hogy még a gyermekszem sem maradt szárazon. Végezetül elénekelték a Székely Himnuszt, majd a Magyar Himnuszt. András bácsi vezetésével elmentek az 1000 éves határhoz és megnézték a Rákóczi vár romjait, melynek felújításához az egyik tanítvány téglajegyet is vásárolt. Az ő neve már biztosan ott lesz a vár falán. Csodálatos dolgokat láttak csodálatos emberek között. Hazafelé Csíkszeredán megnézték a Makovecz Imre tervei alapján épített templomot is. Rengeteg élménnyel gazdagodtak a mai napon is a csoport tagjai. Matild néni ismét finom vacsorával és pótvacsorával várta a csoportot.

A keddi nap végre közösen indult a csíkszentgyörgyi gyerekekkel. Jött Laci bácsi a dobozkájával és a hálójával, és neki indult apraja-nagyja a hegyoldalnak és erdőnek. Laci bácsi növénytől-növényig ment, és mindennek elmondta a jelentőségét, hasznát. Ezt követte a hegymászás, mely kicsit lefárasztotta a csoport magyar tagjait, bezzeg a csíki gyerekek jelezték, hogy ez csak egy dombocska és vígan szaladtak fel rajta.

A hegyen ismét készült egy közös csoportkép, megörökítve a csapat kiváló teljesítményét. Délután is izgalmasnak ígérkezett. Matild néni és Barna bácsi előkészítették a kürtőskalács és a miccs sütését. A csoport végig segédkezett a munkálatokban. Nem is olyan könnyű a kalács sütése, de az íze az csodálatos volt.

Szerda ismét a kirándulásnak kedvezett. Jött Zsombor bácsi a jól megszokott kilenc órára, és már indultak is Szejkefürdőre. Megnézték a székelykapukat, valamint Orbán Balázs síremlékét, és hallottak Orbán Balázs munkásságáról is. Szejkefürdőről Parajdra vitte a csoportot Zsombor bácsi.

A következő oldalon folytatódik

Hol volt, hol nem volt, Csíkszentgyörgyi, Pottyandi mese volt

Sietni is kellett, hiszen a Sószurdokban várta a csapatot az idegenvezető, aki nagyon humorosan mesélte el a sószakadék, sóvölgy kialakulását. Látták, és ki is próbálhatták a gyógyító sósiszap alkalmazását. Közel két órás program volt, mely után a sóbányába is lementek. Ez volt csak az izgalmas, mert egy csuklós buszra kellett felszállni, mely levitte az embereket a bányába. Ott aztán rengeteg lépcsőn mentek tova a mélybe, míg nem leértek egy hatalmas terembe, ahol láttak kápolnát, kalandparkot, játszóteret, büféket és sok-sok embert, akik gyógyulás végett mentek le a bányában. Rövid ott tartózkodás után volt lehetőség egy kis só vásárlására, közben mindenki elnyalhatott egy hűsítő fagylaltot. Hazafele úton megálltak Farkaslakán, Tamási Áron síremlékénél. Edward bácsi mesélt a kopjafákról és azok jelentéséről. Ismét sokat láttak és halottak a csoport tagjai nagyon mozgalmas volt a nap.

Csütörtökön is képviselték magukat a lóerők, de most három szekér elé kötve két-két paripa képében. Szekérre ültek, dinnyéstül, gyerekestül, tanárostul és irány Csíkbánfalva. Várta a csoportot sok csíki gyermek és pedagógus. Összemérték tudásukat métában. Négy csapatot alkottak és körmérkőzést játszottak. Pihenőidőben dinnyét falatoztak, majd egy hatalmas kosár fánk érkezett, melyet az utolsó morzsáig elpusztítottak. Hatalmasat játszottak és jókedvűen indultak vissza a szekereken a magyar gyerekek. Hosszú volt az út és meleg is de nagyon, így egy kis locsolkodás belefért a szekéren a hőség elűzésére. Ebéd után egy jó kis kvíz vetélkedőre került sor. Négy fős csapatokat szerveztek és összemérték tudásukat, ki mire emlékezett a hét történéseiből. Este alig várták a tanárok, hogy jó sötét legyen. Ekkor sok-sok *„medvét”* rejtettek el az udvaron papiros formában, melyet a csapatoknak meg kellett keresniük, ezekért is pontok jártak. Izgalmas volt a feladat, mert még *(ál)*medvebőgést is hallottak hozzá.

Gyorsan repültek a napok és már megint vége felé közeledett a hét. Pénteken jött Zsombor bácsi és vitte a csapatot a Mikó várához, Mádéfalvára, Gyilkos tóhoz és a Békás szoroshoz. Mikó várában megismerkedhettek egy kisfilm segítségével a vár történetével, benne a csodálatos kút jelentőségével. Egy újabb kisfilm segített elképzelni a régi lakomákat. Izgalmas volt, amikor mindenki lehetőséget kapott, hogy korhű öltözéket vegyen magára. A vár után egy történelmi esemény színhelyére mentek Mádéfalvára. Itt ismét Edward bácsi mesélt a *Mádéfalvi „veszedelemről”* az emlékműnél. Kicsit hosszabb, kacskaringósabb, de romantikusabb út következett a Gyilkos tóig. A szerpentineken lélegzet visszafojtva figyelték a tájat és természetesen sofőrjük Zsombor bácsi ügyes manőverezéseit. Körbejárták a tavat, Edward bácsi mesélt a kialakulásáról, majd Dóri felolvasta a mondáját. Innen a szorosba mentek, ahol nagy volt a tömeg. A buszból kiszállva az út mentén haladtak egyik ámulatból a másikba esett a csapat a látványtól, a hatalmas szikláktól és a dübörgő pataktól. A hegy megmutatta zordabbik oldalát is, mert egyik pillanatról a másikra vihar keveredett. Buszra szálltak és oda lett a beígért lángosozásnak, így indultak vissza a táborba. A nap nagy tapssal zárult, melyet Zsombor bácsi érdemelt ki, nyugodt, ügyes vezetéséért.

A szombatot meglepetésként Edward bácsi szervezte. Délelőtt elmentek Tusnádfürdőre, megnézték a kis tavat a település központjában. Mesélt Edward bácsi a fürdő régi szépségéről, jelentőségéről, aztán bementek a fesztivál területére. Előző nap megígérte Edward bácsi, hogy ma lehet lángost enni, így mindenki lángosozott, körbejárt és indultak is vissza. Nagy volt a tömeg, mert most volt a szabadegyetem programja. Délután ismét eljött Laci bácsi és megvizsgálták a ház melletti patak vizét, aztán a kenderáztató tavak vizét és egy pocsolyát. A mikroszkóp alatt megelevenedett a vízi világ. Hazafelé pedig medve lábnyomot is láttak.

Mire visszaértek a táborba, már ott voltak a zenészek és a néptánc oktató, hogy mindenkivel elsajátítassa a csárdás és néhány játékos tánc alaplépéseit. Eleinte nem nagyon akarózott a tánc, de aztán mindenki ropta összeesésig. Fantasztikus élményt kaptak a zenekar és az táncoktató programjától és előadásától. Az este nem zárulhatott tábortűz nélkül. Eljött Zsuzsa néni és a férje Laci bácsi. Az ő segítségükkel, és persze Laci bácsi gitárja is kellett hozzá, végig énekelték az éjszakát. Megtanulták a *„Pottyandi kisharang”* nótát az újpesti csapat tagjai is. Mindenki fáradtan, de remek hangulatban tért nyugovóra az utolsó éjszakára.

Hajnali ötkor ébredtek és buszra szálltak a kis csapat tagjai. Rengeteg élménnyel, szeretettel, barátsággal gazdagodva tértek haza. Itt a vége, mese vége, aki nem hiszi, járjon utána! Köszönjük a lehetőséget és a támogatást!

Határtalanul a Felvidéken

Ezután Oroszka következett. Itt eredetileg egy bácsi magángyűjteményét néztük volna meg a II. világháborúból, de ez sajnos a gyűjtő elfoglaltsága miatt elmaradt. Helyette elfoglaltuk a kiállított II. világháborús tankot, és a lövészárkokat néztük meg. Erről épp most tanultuk történelem órán.

Következő állomásunk Bajmóc vára volt. Gyönyörű lovagvár. A vár a 13. században épült a Nyitra folyó partján. A vezetés során először az első szinten a képtárba léptünk be, ahol a vár egykori tulajdonosainak a portréi voltak kiállítva. A Nádasdy teremben található a vár legrégibb bútora, az olasz komód. Az aranyterem mindenkit elkápráztatott, mert a plafonját több, mint 100 arany angyalka díszítette. Mátyás király is megfordult a falak között.

Az első nap utolsó állomása Selmecbánya volt. Az első éjszakát is itt töltöttük. Egy rövid városnézés után elmentünk vacsorázni. Találkoztunk helyi fiatalokkal, mivel a csapat egy része egy régebbi pályázat során már régóta jó kapcsolatot ápol velük. Az esti program a látottak leírása, rendszerezése volt.

Másnap a korai reggeli után indultunk Besztercebányára, ahol egy Óratornyot, meg két templomot, egy szlovákot és egy németet láttunk. A Fő téren egy csodaszép Mária oszlop fogadott bennünket. Sok Benyovszky- és Thurzó-ház is van ebben a városban eszünkbe jutott Mikszáth is, no meg a Szent Péter esernyője.

Miután ittunk egy kis hűsítőt, tovább buszoztunk Késmárkra. Először egy várkastélyba mentünk, ahol Thököly Imre született. A város terén egy szégyenketrec is állt, ahova befértünk 20-an. A városban 2 evangélikus templom is állt. A régebbit szögek nélkül készítették el, és 1500 ember fér el benne. A másik az már nagyobb pompában volt. Türkiz és vörös színben pompázott, és díszes volt a belseje is. Ebben a szent házban találhattuk meg Thököly Imre szarkofágját is.

Következő városunk Lőcse volt. Itt azonban épp egy bicikliversenyt rendeztek, ennek ellenére a Városházát és a mellette levő szégyenketrecet sikerült megnézünk. A Városházában kaptunk egy magnós tájékoztatást a város történetéről. Az épület emeletén betekinthettünk a Szepesi Múzeumba, ahol Lőcsei Pál kovácsoltvas műveiből láthattunk párat.

Ezen a napon már csak Igló városa fért a programba, ahol a Felvidék legmagasabb tornyú templomát néztük meg, majd elfoglaltuk a második szállásunkat, ami az erdő szélén volt. Bár fáradtak voltunk, azért az esti kvízjáték nagyon jó kedvre derített minket.

Némi alvás után csütörtök reggel elindultunk Rozsnyó felé, ahol egy rövid városnézésre álltunk meg. Felmentünk az óratoronyba, ahol nagyon szép kilátás fogadott minket, sétáltunk a város központjában, olvastuk a magyar feliratokat. Megtaláltuk a Városháza kapujában II. Rákóczi Ferenc emléktábláját is.

Végül a gömörhorkai magyar tannyelvű alapiskola diákjaival találkoztunk, akiknek magyar nyelvű könyveket vittünk. Szeretettel fogadtak minket az alsósok, még saját készítésű karkötőkkel is megajándékoztak minket. Budapestet és Óbudát szétvágott képek segítségével mutattuk be nekik, amit gyorsan összeraktak, majd megbeszéltük, mit is látnak rajtuk. Rövid közös játék és iskolájuk megnézése után indultunk haza.

Bár kimerítő volt az utazás, de nagyon örültünk a lehetőségnek, hogy ezeket az élményeket átélhettük.

Zánkai Erzsébet-tábor

Alig fejeződött be a tanítás a Lázár Ervin Általános Iskolában, és máris tanárok és diákok várakoztak az István téren a Polgármesteri Hivatal előtt, hogy mind a 110-en elindulhassanak Zánkára.

Napok óta izgatottan hallgattuk az időjárás-jelentéseket, hogy vajon június 25-ére mit is jósolnak a hosszú meleg időszak után. Mindenki örömére további jó meleget ígértek a meteorológusok.

Délelőtt 10 órakor indultunk el a három autóbusszal. Kicsit hosszú volt az út, de mégis gyorsan elrepült az idő a jó beszélgetésekkel. Gyorsan megtaláltuk barátnőinket, barátainkat a tavalyi táborból, avagy az iskolából. A pedagógusok is ismerősként köszöntek nekünk. Természetesen most is voltak sokan első táborozók, mint ahogy az elmúlt évben mi is. Az első nap az érkezéssel, adatok egyeztetésével és a szobák kiosztásával elég sok idő ment el *(az idén is kicsit lassúnak tűnt)*, de aztán minden megoldódott. Az egyes számú piros ház első emeletét kaptuk meg. Megismerkedhettünk egyből az altáborvezetőnkkel, Rolcsival.

A szobák elfoglalása után futottunk „ebédelni", fél három lett addigra. Megéheztünk, bár itthon mindenkit rendesen elláttak szendvicsekkel. Kicsomagolás és elrendezkedés után mehettünk is vacsorázni hat órakor. Vacsora után bőrig áztunk, mert hirtelen leszakadt az ég, pedig csak néhány száz métert kellett megtennünk a szobákig.

Este nyolctól a saját házunknál zászlófelvonás és házirend ismertetés volt, majd ezt követően a központi tér helyett *(nagy felhők jöttek, erősen esőre állt ismét az idő)* a sportcsarnokban történt meg a tábornyitás. Nagyon jó hangulat kerekedett, mindenki énekelt és táncolt. Ami még színesebbé tette az ünnepséget, minden ház más színű pólót és sapkát kapott. A program végeztével ismét eláztunk. Ezután nehezen ment este az elalvás, mert sok mindent kellett megbeszélnünk egymással.

Másnap reggel, mint majd ezt követően mindig 6:50-kor volt az ébresztő, aztán jött Rolcsi és levezényelt egy reggeli tornát. Ő sem és mi sem bírtuk három napnál tovább a korai tornázást. Szobarendezés következett, mert jöttek tanáraink szemlézni, mindennap más. Nagyok voltak az elvárások nem is sikerült minden esetben teljesíteni. A renddel volt a legnagyobb probléma, állandóan akadtak kóbor üdítős üvegek, zoknik, pólók, a vizes törölközőkről már nem is beszélek.

A szemle után futás volt reggelizni. A csoportunknak fél nyolcra kellett odaérni minden reggel. Alig nyíltak ki a szemeink, de már szaladtunk is felpakolva, mert a reggeli után irány a part. Szerencsések voltunk, mert elsőként hajózhattunk ki századmagunkkal az eső utáni Balatonra. Gyönyörű tiszta idő volt és sima volt a víz, mint a tükör. Nagyon élveztük fent a fedélzeten a látványt és a jó levegőt. Sajnos csak egy órácskát himbálóztunk a vízen. A hajókázás után csoportokra oszlottunk, és elindult a kincsvadászat. Érdekes feladatokat kaptunk. Egy térkép és versecskék alapján kellett tájékozódnunk és megtalálni a betűket, melyeket összeolvasva *„élménytábor"* kifejezést kaptuk. Sok pecsétet kaptunk a helyes és gyors megoldásért. Elfelejtettem mondani, hogy minden programon való részvételért pecsétet lehetet kapni, melyet tábor végén beválthattunk, illetve a házak közötti versenyhez volt szükség rájuk.

A kincsvadászat után irány az ebédvadászat. Gyorsan megettük még az uzsit is, melyet az ebédhez megkaptunk. Rövid csendes pihenőt rendeltek el tanáraink főleg a meleg miatt.

Felszerelkezve a pihenő után elindultunk a strandra. Meglepődtünk, mert a tájház mentén kerítéssel, biztonsági őrrel és beléptető kapuval találkoztunk. Tanáraink lebeszélték, hogy nyissák ki a kaput, mert száz ember az csak száz ember, így egész hamar eljutottunk a strandra. Fantasztikusan éreztük magunkat, remek volt a víz, jókat játszottunk, csak nem engedtek tanáraink messzire bemenni a vízbe, igaz nem is lehetett volna, mert a vízimentők folyamatosan figyeltek bennünket. Gyorsan elszaladt a délután és már mentünk is a vacsira.

Esti program is volt nyolc órától a *Nemadomfel együttest* láttuk és hallottuk. Mindenkinek nagyon megrázó, de egyben szép élmény volt, ahogy a fogyatékos emberek zenéltek, énekeltek. Nagyon jó hangulatot varázsoltak a sátorba.

Kedden a csapatunk több csoportra oszlott. Délelőtt kieveztünk a sárkányhajókon, fantasztikus élmény volt. Felváltva jöttek csoportjaink egész délelőtt. A többiek addig pancsoltak nagyokat a Balcsiban. A *TESÓK* jó vízi programokat is szerveztek annak, aki csatlakozni akart hozzájuk. Ezen a délelőttön vízimentést láttunk hivatásos kutyus segítségével. Nagyon izgalmas volt. Egy diákot jelöltek ki a tömegből és őt húzta ki a kutyus. Elmondták a fürdőzés szabályait is. Sok mindenre kell figyelnünk miközben strandolunk!

A következő oldalon folytatódik

Zánkai Erzsébet-tábor

Ebéd és a csendes pihenő után ismét lementünk a Balcsira, de most a Dotto vonattal. Folyamatosan hozta-vitte a gyerekeket a part és a tábor között, de sajnos csak ritkán fértünk fel rá. Egyszerre nem is tudtunk utazni, mert nem volt rajta száz férőhely, pedig nagyon összehúztuk magunkat.

A fiúk beneveztek a focira, de sajnos nem sikerült helyezést elérni, majd talán jövőre. A fürdőzés közepette, meglepetésben volt részünk, mert mindenki kapott egy hatalmas tejfölös-sajtos-fokhagymás lángost. Jó is volt, mert már megéheztünk ebéd óta. Lángosozás után még egy csapatunk szállt vízre a sárkányhajókkal. Délutánra már megerősödött a szél, így a nyílt vízre nem mehettünk ki, csak az öbölben lehetett evezni. Ennek is örültünk. Már megint véget ért a pancsolás, mentünk vacsorázni.

Nagy volt a készülődés és az izgalom, mert este 22 órától bátorságpróbára mentünk. Itt is csapatokra oszlottunk volt, aki kisebb kört járt be, volt, aki nagyobbat. Minden állomáson valamilyen játékos feladatot oldottunk meg, és kaptuk a pecsétet. Az volt a legjobb, hogy jó későn fekhettünk le, igaz ennek másnap reggel láttuk kárát. Alig bírtunk felkelni, de a strandolás lehetősége, mindenkit felébresztett.

Egész napot a strandon töltöttük, persze mentünk ebédelni és pihenni is, de a strandolásé volt a főszerep. Délután ismét meglepit kaptunk, egy hatalmas hamburger formájában. Fincsi volt.

Este egy remek előadást hallhattunk a Talamba ütős együttestől. Fantasztikus hangszerek, fantasztikus hangulat. Nagyon sokan voltunk a sátorban és sajnos voltak olyanok is, akik végig beszélték az egészet. Kellemetlen volt, mert a mi „kis" csapatunk érdeklődve figyelte a zenészeket és a produkciójukat. Egy órás műsor volt. Nagyon élveztem.

Az utolsó napra ébredtünk. Nagy szél fújt, de azért lementünk ismét a partra. Sajnos nem engedtek be minket a vízbe, mert másodfokú volt a viharjelzés. A parton a TESÓk ismét szerveztek játékokat, így gyorsan eltelt az idő.

Vártuk a délutánt, mert a Kalandparkba ment a csoport két részletben. Nem mehetett mindenki, csak az, aki már kijárta az ötödik osztályt. A második csoportnak nem volt szerencséje, mert ismét jött a vihar és lezavart mindenkit a pályáról. Helyette moziba mentünk. Ez is jó volt, de nem az igazi. Lassan elérkezett a záróbuli. Mindenki felvonult a központi térre, és értékelték a házak teljesítményét. Mi az *Agymenők* címet kaptuk! Nagy volt az ováció ismét. Zárásként egy órán keresztül ment a tánc és az ének. Jó hangulat volt újra.

Pénteken rendet raktunk, ágyat húztunk és már jött is a busz értünk! Nagyon jól éreztük magunkat, remélem ismét lehetőséget kapok jövőre is, mert nagyon szeretnék ismét eljönni a táborba. Köszönjük a lehetőséget!

Szivacskézilabda tábor

A Medgyessy Ferenc Német Nemzetiségi Nyelvoktató Általános Iskola idei szivacskézilabda táborát június 26-tól június 30-ig tartotta. A táborról Papp Gábor és Palotásné Horváth Melinda, a tábor szervezői számoltak be újságunknak.

Június végén került megrendezésre a Medgyessys szivacskézilabda tábor. A táborban napi 2 edzés volt, ebéd után csendes pihenő és kiegészítő programok színesítették a napjainkat.

Egyik nap a ROKK – *Rendészeti Szervek Központjába* látogattunk, ami óriási élmény volt, a medencékben fürödtünk, a tornacsarnokban nagyon jó meccseket játszottunk. A támogatóknak köszönhetően a diákokat jutalmazni is tudtuk, így érmek, csokoládék, fagyik várták a gyerekeket és nem utolsó sorban a szervezett programokon is ingyenesen vehettek részt.

Örülünk, hogy a felkínált lehetőséggel sok tanulónk élt, hiszen 31 gyermek volt jelen a táborunkban, és töltötte sportolással a szünidő első napjait.

A tábort az Észak Budapesti Tankerületi Központ, a Fürkésző – Tudás Közhasznú Alapítvány és a ROKK – *Rendészeti Szervek Központja* támogatta.

Köszönjük nekik!

Felsőtárkány nyári tábor

Izgatottan várták a Lázár Ervin Általános Iskola diákjai a július 9-ét, hogy ismételten találkozhassanak a tavalyi barátaikkal, akikkel Felsőtárkányban ismerkedtek meg és alakítottak ki jó kapcsolatokat. A táborról az iskola egy „öreg diákja" írt beszámolót.

Nagy öröm volt számomra, hogy még kilencedikesen is elmehettem, igaz kicsit *„tanársegédként"*, de ott lehettem és jól érezhettem magam.

Hatalmas csomagokkal várakoztunk az István téren az indulásig. Mint ahogy lenni szokott, most is volt egy-két későn érkező tanuló, de még így is elindultunk időben, természetesen a csoportkép elkészülte után. Megtörtént az elengedhetetlen névsorolvasás és már indultunk is, 10 óra volt.

A táborba vezető út mindig nagyon hosszú, mert alig várjuk, hogy végre kiszabaduljunk és megbeszéljük az egy év alatt történteket. A három busz egyszerre ért a táborba, ahol gyorsan kipakoltunk, majd egy nagy terembe bepakoltunk, mert a házakat még nem lehetett átvenni. Előttünk is egy nagy csoport táborozott. Gyorsan megebédeltünk és útnak indultunk a felsőtárkányi kisvasúthoz. Szerencsénk volt, mert a buszok levittek bennünket a faluba, így nem kellett sokat gyalogolni. Vártak már minket a kisvasúton, ahogy felszálltunk, már indultunk is. Az út a végállomásig a Steimecz házig húsz perc volt, de nagyon élveztük. Énekeltünk, közben megcsodáltuk a tájat és az állatsimogatót. Kellemes út volt. A végállomáson nem sok időt töltöttünk, de mi azt is kihasználtuk, mert természetesen oda is vittük a focit.

Ismét vasútra szálltunk és visszazötyögtünk a faluba. Kaptunk egy kis szabadidőt a tó körül. Sajnos lemaradtunk a vízialkatmatlanságok versenyéről, pedig biztosan izgalmas lett volna. Tavaly is sok fura alkotmányt láttunk, volt, amit ki is lehetett próbálni. Rövidesen gyülekezőt fújtak és nekivágtunk a másfél-két kilométeres

visszaútnak. Pont vacsorára értünk vissza. Csak mi voltunk a táborban, de így is sokáig tartott a 110 ember kiszolgálása.

Vacsora után jött a következő izgalom, hogyan osztják el a szobákat a tanáraink, kivel fogunk egy szobába kerülni; minden jó, ha jó a vége. Remek helyem lett, és a szobatársakat is kiválaszthattuk. Takarodó előtt megkaptuk az eligazítást. Sajnos a takarodó idejét, mindig 22 órára tették.

A reggel nagyon gyorsan bekövetkezett és eljött a szobaszemle is. Tanáraink minden kis zugba benéztek, hogy rend legyen mindenhol. Aztán felhangzott a nélkülözhetetlen sípszó, mely mindig valamilyen sorakozót jelzett. Nagyon nagy a tábor csak így halljuk meg a gyülekezőt. Reggeli után megkaptuk a hidegcsomagjainkat, mert egész napos kirándulásra mentünk Egerbe. Jöttek a buszok értünk, most csak innen a városból, de a sofőr bácsikat is jól ismertük már, nagyon humorosak voltak.

Az első állomás a várban volt. Itt is egy régi ismerőst köszönthettük Laci bácsi, az idegenvezető személyében. A Hősök termében kezdtük látogatásunkat még együtt, aztán két csoportra váltunk. Az egyik csoport szemlélődhetett a Panoptikumban, a várbörtön is adott izgalmakat és végül egy 3D-s filmet láthattunk az egri vár kialakulásáról. A másik csoport a kazamatákat járta végig és szinte megelevenedett az *Egri Csillagok* története a szemünk előtt. Hamarosan cseréltünk színhelyeket. Laci bácsi fantasztikusan tudott mesélni a várról, a történelemről, Gárdonyi Gézáról és mindenről, ami csak érdekelt bennünket. A várból átmentünk Gárdonyi Géza házába. Megtudtuk, hogy az író hogyan szeretett alkotni, hogyan élt, és mi mindenhez értett. Remek délelőtt kerekedett ki. Megtapsoltuk Laci bácsit búcsúzóul és megígértük neki, hogy jövőre ismét eljövünk.

A várból átsétáltunk a strandra, már nagyon vártuk, mert rettenetes meleg volt. Letáboroztunk a *„megszokott"* hatalmas platánfa alá, aztán rövid útbaigazítás, majd uzsgyi a finom hideg vízbe. Pihentetésként a délután folyamán mindenki kapott egy jó nagy adag fagyit, aztán ismét mehettünk pancsolni. A buszok fél hatra jöttek értünk. Jól elfáradtunk. Vacsora után azért volt még energia kosarazni és focizni is.

Kedden a tábor területén tartózkodtunk egész nap. Több programra lehetett feliratkozni. Kosárra dobó verseny, zsinórlabda, foci, túra, úszóverseny közül lehetett választani. Délelőtt viszont számháborúra került sor. Nekünk kellett a zászlót elkészíteni, de a csapattagok nagyon ügyesek voltak, és pólóból megszerkesztettük a zászlónkat. Szuper jól sikerült a háború, visszavágó is volt, így egy-egy lett a végeredmény. Ebéd után csendes pihenő volt, egyben felkészülés a választott programokra. Nagyon jól éreztük magunkat valamennyi versenyen, kiránduláson. Este várt még bennünket egy remek program. Tíz fős csapatokban Egy perc és nyersz játékot játszottunk tíz állomáson. Fantasztikusan jót szórakoztunk.

A következő oldalon folytatódik

Esztergomi tábor

2017. június 26. és 29. között négy felhőtlen, „csupa vidámság” napot töltöttek a Megyeri Úti Általános Iskola 3.b, 5.a és 5.b osztályos tanulói Esztergomban, a Rugby Club Hotelben. A tábori élményekről Makráné Várjon Katalin, és Benkőné Szabó Krisztina a Megyeri Úti Általános Iskola tanárai számoltak be újságunknak.

A tábor jó hangulatban telt. A szálláshely és az ellátás nagyon jó volt. Elhelyezkedése is nagyon kedvező volt, rövid sétával megközelíthető volt a belváros és a strand. Sportolásra, focizásra alkalmas pályák is a rendelkezésünkre álltak. A Duna közvetlen látványában is gyönyörködhettünk! Változatos programokat állítottunk össze a gyerekeknek, minden nap sok-sok élménnyel lettek gazdagabbak, estére mindenki kellemesen elfáradt.

A programban szerepelt párkányi pékség-látogatás, ahol nemcsak finom pizzával vártak ebédre bennünket, de a kenyérkészítés, a pékmesterség rejtelmeibe is bepillanthattunk. Az esztergomi várhoz és a bazilikához is felsétáltunk. A vármúzeumban történelmi játszóházi foglalkozáson vettünk részt, lovagi próbatételekkel. Sok történelmi érdekességgel találkozhattak a gyerekek. Korabeli ruhákba bújhattak, és „lovagi” játékokban mérhették össze erejüket.

A Duna Múzeumot is jó szívvel ajánljuk mindenkinek. Az interaktív kiállításon megismerkedtünk a víz fizikai és kémiai tulajdonságaival, a vízszabályozásokkal, az árvizek pusztító hatásaival, árvízvédelemmel, a magyar térképészet históriájával, a vízellátás-csatornázás történetével, egyetemes és magyar technikai és vízügyi kronológiával.

Az izgalmak sem maradhattak ki: éjszakai, zseblámpás sétát is tettünk a belvárosban. Először a Macskalépcsőn *(190 lépcsőfok)* felmásztunk a várba, majd megcsodáltuk az esti fényekben fürdő várost. A sok-sok program mellett jutott idő kézműves foglalkozásra – *mandalakészítésre, gyöngyfűzésre* –, a fiúk pedig természetesen focizhattak is.

Az utolsó este Leg-leg-legvetélkedőt és záró BULI szerveztünk. Jó hangulatban, sok-sok nevetéssel telt az este.

A gyerekek nagyon élvezték a kulturális, és a szabadidős programokat is. Mindkét múzeumban gazdag, izgalmas, interaktív módszerekkel bemutatott kiállítási anyag, felkészült tárlatvezető várt bennünket. Az idővel is szerencsénk volt: délutánonként a melegben nagyon jól esett a strandolás a sok-sok élményelemmel ellátott fürdőben.

Sok hasonló tábort kívánunk minden gyereknek és pedagógusnak.

Felsőtárkány nyári tábor

Ennek a napnak a végén két táborlakónkat köszöntöttük fel tortával, nagy tapssal, és általunk alkotott kapu alatt kellett átjönniük szülinapjuk tiszteletére. Megható jelenet volt és a torták is nagyon finomak voltak. Nehezen tudtunk elaludni ezek után. Éjszaka jó nagy vihar is kerekedett, csak úgy csattogtak a villámok a fejünk felett. Nehezen, de sikerült elaludnunk.

Utolsó programos napunkra ébredtünk. Ismét jöttek a buszok értünk és Bélapátfalvára vittek először bennünket. A ciszterci apátságban vártak minket kincskereséssel, filmvetítéssel és idegenvezetéssel. Megkóstoltuk az örök fiatalság vizét, mert sokáig szeretnénk táborokba járni. Sok érdekes dolgot megtudtunk a szerzetesek életéről, tehetségéről, tudásáról. Mindenki kapott egy kis ismertetőt is az Apátságról. Innen Szilvásváradra mentünk a Szalajka völgybe. Vonatra szálltunk és a Fátyolvízesésig vonatoztunk. Megdöbbentő volt látni, hogy a téli viharok, milyen pusztítást végeztek itt is. Gyönyörű volt a táj ettől függetlenül. Alattunk hatalmas mélységben nézelődtek az emberek! Sajnos az Erdészeti Szabadtéri múzeumot nem tudtuk megnézni, mert még itt is folytak a helyreállítások. Végig sétáltunk a völgyön, láttuk a Szikla-forrást, a pisztrángos tavakat és a keltetőket, valamint a dám szarvasokat is. Kellemesen elfáradtunk mire leértünk Szilvásváradra. Itt kaptunk ismét egy kicsi szabadidőt a nézelődésre és vásárlásra.

A táborban elkezdtük a készülődést az esti KI MIT Tud-ra és a tábortűzre. Minden csoport felolvasta versét, melyet még kedden kellett megalkotni. Nagyon jókat derültünk egymás gondolatain. Tanáraink értékelték a versenyeket és a tábori életet. Mindenki kapott valamilyen apró édességet zárásként.

Csütörtök reggel már csak a pakolás és a tábor területének rendbe rakása maradt hátra. Fájó szívvel vettünk búcsút egymástól, a tábortól, de bizakodunk, hogy jövőre ismét eljöhetünk Felsőtárkányba!
Köszönjük a lehetőséget!

Jó tanuló, jó sportoló pályázat a III. kerületben

A III. kerületi alap- és középfokú oktatási intézményeiben jól tanuló és jól sportoló diákok 2017/2018. tanévben történő támogatására írt ki pályázatot a III. kerületi Önkormányzat.

A pályázat kiírója és bonyolítója az Óbudai Sport és Szabadidő Nonprofit Kft. Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata megbízásából.

A pályázat célja:

Segíteni, támogatni azokat a diákokat, akik a tanulás és az egészséges életmód, sportolás összhangját kiemelkedő módon gyakorolják, így példaképekké válhatnak tanuló társaik részére, ösztönözve őket hasonló célok elérésére.

Támogatásra az a diák pályázhat, aki együttesen megfelel az alábbi feltételeknek:

- 7., 8., 9., 10., 11., 12., osztályba beiratkozott a III. kerület valamely oktatási intézményébe és III. kerületi lakos
- 2016/2017. tanévben tanulmányi eredménye elérte a 4.00 átlagot, vagy a fölöttit,
- 2016. szeptember 1. - 2017. augusztus 31. közötti időben rendszeres sportolás mellett elért sporteredménnyel rendelkezik.

A benyújtott pályázatban kizárólag a Nemzetközi Olimpiai Bizottság által elismert olimpiai és paralimpiai programon lévő egyéni (egyes és páros) és csapat sportágakban (20 fő), valamint a World Games programján lévő, nem olimpiai sportágakban (maximum 5 fő – sportáganként 1 fő) elért eredmény értékelhető az alábbi sporteseményeken:

- Felnőtt és Ifjúsági Olimpia, Paralimpia, World Games, Korosztályos Világ és Európa bajnokság,
- Országos korosztályos bajnokság, Világkupa*, nemzetközi verseny**
- Országos Diákolimpiai döntő
- Budapest bajnokság
- Kerületi bajnokság

A sporteredményt a közzétett értékelési metódus pontértékei szerint rangsoroljuk.

Elnyerhető pályázati támogatás összege: 10 hónapon keresztül 10.000 Ft/fő/hó. Pályázati támogatást elnyerhetők száma minimum 25 fő, melyből 5 fő a World Games programján lévő *(sportáganként maximum 1 fő)*, nem olimpiai sportágakban elért eredmények alapján támogatható. Továbbá az arra érdemesek elismerő oklevélben részesülnek az Óbudai Sport Nonprofit Kft. Sportszakmai Elbíráló Bizottságának külön döntése alapján, maximum 20 fő.

**A világkupa esetén kritérium, hogy az adott verseny szerepeljen az adott évben a Nemzetközi Sportági Szakszövetség versenynaptárában. **A nemzetközi verseny esetén kritérium, hogy az adott verseny az adott ország sportági szakszövetségének versenynaptárában szerepeljen 2.*

A pályázati támogatás időpontja:

2017. november 1. - 2018. augusztus 31. közötti időszak

A pályázat beérkezési határideje:

2017. október 2. (hétfő)

A pályázatot a pályázati lap pontos kitöltésével *(a lap a tájékoztató értékelési számítási módot is tartalmazza)*, az azon megjelöltek együttes aláírásával, pecsétjével ellátva igazoltan és a mellékletekkel együtt kell postára adni úgy, hogy a határidőig beérkezzen *(ajánlva, elsőbbségi levélként)* 2 példányban az Óbudai Sport és Szabadidő Nonprofit Kft.-hez *(1037 Budapest, Laborc utca 2).*

A pályázat kiírója hiánypótlásra nem biztosít lehetőséget. A pályázat elbírálását követően az Óbudai Sport Nonprofit Kft. Sportszakmai Elbíráló Bizottsága a döntésről írásban értesíti a nyertes pályázót az érintett oktatási intézményen keresztül.

A pályázattal kapcsolatban információ kérhető: **Gálházi Tündétől**, az Óbudai Sport Nonprofit Kft. munkatársától telefonon: +36 (1) 250-1346/13 mellék

Letölthető dokumentumok:

Pályázati lap 2017

Pályázati felhívás 2017

forrás: obudasport.hu

Még lehet jelentkezni az Újpesti diákösztöndíjra

Szeptember 30-ig pályázhatnak diákösztöndíjra a sportban, tanulmányaikban, az alkotó és előadóművészetekben kiemelkedő eredményeket felmutató újpesti diákok.

Az **Ugró Gyula Tanulmányi Diákösztöndíjat** az iskolai tanulmányok során elért eredmények, a **Bene Ferenc Sport Diákösztöndíjat** a sportban nyújtott teljesítmény, a **Szőnyi István Alkotóművészeti Diákösztöndíjat** és a **Házy Erzsébet Előadó-művészeti Diákösztöndíjat** pedig a művészetek terén aratott sikerek alapján lehet elnyerni.

A részletes pályázati feltételek, a kiírás és az űrlapok beszerezhetők az Újpesti Önkormányzat Ügyfélszolgálati Irodáján vagy letölthetők az Újpest.hu oldalról, a Pályázatok menüpont alatt, a *„Pályázati felhívás Újpesti Diákösztöndíjak elnyerésére a 2017/2018. tanévre”* linkre kattintva.

A kérelmeket **2017. szeptember 30-ig** fogadja be a Polgármesteri Hivatal Ifjúsági, Sport, Művelődési és Oktatási Osztálya.

Az ösztöndíj alsó korhatára a tanulmányi ösztöndíj esetén a középiskola tizenegyedik osztálya, a többi kiírásban a középiskolai kilencedik évfolyam. Pályázhatnak felsőoktatási intézmények nappali tagozatos hallgatói is, amennyiben az első képesítésüket szerzik meg tanulmányaik során. A kiválasztott középiskolásoknak a tanév tíz hónapja alatt havi 25 500 forintot, felsőoktatási intézmény hallgatójának pedig 51 ezer forintot biztosít az önkormányzat.

forrás: ujpest.hu

Sportot választottunk!

2017. szeptember 14-én került megrendezésre a megújult III. kerületi TVE sportpályán a már hagyományosan minden évben jelentkező Sportágbörze. Ebben az évben rendhagyóan egy hétköznapon, csütörtökön, az iskolák közreműködésével célzottan tanítási időben 9-től 15 óráig várták a csoportokat az Óbudai Sport és Szabadidő Nonprofit Kft. szervezői.

A gyermekek szép zöld környezetben, az iskolapadból kimozdulva a friss levegőn lehettek aktív részesei a programoknak, kipróbálták a sporteszközöket, a sportágakat, így pozitív sportélményeket szereztek. A jelenlévő 35 sportegyesület 37 szakosztálya mellett szívesen vettek részt azok a kerületben működő szervezetek is, akik ugyan nem egyesületi formában, de mégis a szabadidő hasznos és sportos eltöltésére kínálnak lehetőséget.

Az élmények mellett ez alkalommal ismét lehetőséget biztosítottunk az iskoláknak, hogy elnyerjék a Legsportosabb Óbudai Iskola Díját és az azzal járó nagy értékű sportszerfelajánlást. A már előre meghirdetett öt állomáson részt vett tanulók számát délután összegeztük és 1., 2., valamint 3. helyezettet hirdettünk. Gratulálunk még egyszer az iskoláknak és köszönjük részvételüket:

1. **helyezett Medgyessy Ferenc Általános Iskola** – 100.000 Ft értékű általuk választott sportszerdíj
2. **helyezett Bárczi Géza Általános Iskola** – 50.000 Ft értékű általuk választott sportszerdíj
3. **helyezett Aquincum Angol-Magyar Két Tanítási Nyelvű Általános Iskola** – 30.000 Ft értékű általuk választott sportszerdíj

Tiszteletbeli negyedik helyezettnek választottuk a Krúdy Gyula Angol-Magyar Két Tanítási Nyelvű Általános Iskolát, hiszen testnevelés óra keretében egész nap jelen volt 1-1 osztályuk. Az ő nyereményük egy Béres ajándékcsomag volt, mely tartalmazott többek között Actival Kid Gumivitamin gumitablettát, Actival Kid+Acerola rágótablettát, Béres C-vitamin gyerek rágótablettát, Vitalin pezsgőtablettát.

Aki kilátogatott, biztosan nem csalódott és pozitív sportélményekkel gazdagon tért haza.

Az esemény főtámogatója Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata volt.

forrás: obudasport.hu

Az Óbudai Sportágbörzén jártunk és mozogtunk

Az Óbudai Sportágbörze szeptember 14-én, csütörtökön került megrendezésre a felújított III. kerületi TVE sportpályán, amelyen a Bárczi Géza Általános Iskola tanulói is ott voltak.

Iskolánk 5. évfolyamának 3 osztálya a csütörtök délelőttöt a sportágválasztó rendezvényen töltötte. Három testnevelő kíséretében a gyerekek számukra ismeretlen sportágakkal ismerkedtek meg, melyeket a kerületben működő egyesületek mutattak be játékos formában. Diákjaink kipróbálhatták a baseballt, vívást, jégkorongot, taekwondot, techballt, vagy éppen a judot is.

Öt egyesület közreműködésével választottak ki a kerület iskolái közötti versenyben a legjobban szereplő iskolákat. Iskolánk a 2. legsportosabb iskola címet nyerte el a rendezvényen, mely sportszerekre költendő pénzjutalommal is járt.

Óbudai Terepfutó és Túrafesztivál

2017 új eseménye az október 7-ére meghirdetett Óbudai Terepfutó és Túrafesztivál. De mi is motiválta az Óbudai Sport és Szabadidő Nonprofit Kft. csapatát, hogy létrehozzák ezt az eseményt?

A nap a két legnépszerűbb rendezvényünk a futás és a természetjárás köré épül fel. Sokan az őszi események közül is hiányolták mindkettőt. Most a kettőt ötvöztük, helyszínnek a Budai-hegyek Panoráma futókörét választjuk. Keretein belül lehetőséget adunk a futásra, túrázásra és a nordic walkingra. A Hármashatárhegy egyes részei illetve a Budai-hegyekben végighaladó Teljesítménytúra jól bejáratott útvonalai remek lehetőséget és helyszínt biztosítanak az eseménynek.

Résztvevői észrevételek alapján az elmúlt években felmerült a kérdés, hogy a gyalogtúra mellett: *Futva is megtehetem a távot?* Ez az igény hívta életre és adott ötletet számunkra, hogy a futást és természetjárást szeretőknek erre szervezett keretekben adjunk lehetőséget. Minden sportnak vannak válfajai, ahogy a természetjárás egyik lendületesebb formája a napjainkban egyre népszerűbbé váló terepfutás. A terepfutók is hasonlóképpen a túraútvonalat gyalogszerrel megtevőkhöz megélik, érzékelik a természet szépségeit, figyelnek környezetükre. A természet ezen intenzív megélése az egyik magyarázata annak, hogy hazánkban is egyre többen kezdenek el terepen futni, sőt a gyalogló túrázók közül is egyre többen kezdik futva szaporázni lépteiket.

A szervezés során mindkét módon túrázó közönség részére igyekszünk kellemes és akadálymentes útvonalat biztosítani. Indításkor is figyelünk arra, hogy a gyaloglók és futók ne keresztezzék egymás útját, noha vannak közös frissítő – igazoló pontok. A térképeken kijelölt frissítőpontokon minden túrázót, tehát a gyaloglókat és a futókat is bőséges választékkal várjuk. Az útvonal leírások és térképek letölthető formában elérhetőek.

Nevezési határidő: október 6. 9.00 óráig! A nevezéseket korlátozott számban *(1.300 főig)*, érkezési sorrendben tudjuk fogadni. A rendezvény az óbudaiaknak ingyenes, a nem kerületi 14 év felettiek 1000 forintos helyszíni térítés ellenében indulhatnak.

A nevezési díj tartalmazza: indulási lehetőséget, frissítést, orvosi ügyeletet 17 óráig, egy adag levest, gyalogtúránál kitűzőt, terepfutást teljesítőknek befutóérmet.

Kedves Terepfutók! Felmerült igényetek a csomagszállításra, mi pedig megoldjuk! A rajtnál *(Fenyőgyöngye)* lehetőség lesz leadni csomagotokat *(pl. hátizsák, benne váltóruha)* melyet a célban *(Csúcshegy)* tudtok ismét átvenni. **A csomagszállítás díjmentes.**

Rajt időpontok:

- 20 km gyalogtúra: folyamatos indulás 8:00-9:00 között a túralap átvételét követően
- 16 km és 7,7 km terepfutás menetlap átvétel 8:30-tól, rajt 9 órakor
- 7,7 km gyalogtúra: folyamatos indulás 9:30-10:30 között a túralap átvételét követően

Öltözők a rajtnál nem lesznek, átöltözési lehetőséget a célban, a Csúcshegyi Menedékházban biztosítunk. Mobil wc a rajtnál és a célnál lesz kihelyezve.

Köszönjük az érdeklődést és támogatást! Várunk minden kedves résztvevőt.

forrás: obudasport.hu

Fuss az iskoládért

Idén is részt vett az Első Óbudai Általános Iskola a tavaly is népszerű, közösségépítő programon, a Szívünk Napja „Fuss az iskoládért" akción, amely segítségével 500 Ft-ot kereshettünk személyenként az iskolának, amit sporteszközökre költhetünk.

Szeptember 24-én, vasárnap sok Első Óbudais, szüleik és barátaik jöttek el a Millenáris Park B épületéhez, hogy iskolánkért fussunk.

Regisztráltunk, fotózkodtunk, majd futottunk egy kört a kijelölt startvonaltól. Tavalyról már tudtuk, minél többen futunk az Első Óbudaiért, annál több pénzt gyűjtünk a sulinak, és még az egészségünkért is teszünk valamit! A futás után mindenki örömmel vetette be magát a családi programok forgatagába.

Nagyon örülünk, hogy idén is ennyien részt vettek az iskolából.