# FELSŐNYÉK HÍRMONDÓ

KÖZÖSSÉGI LAP

**2020. január-február.**
**63. szám.**

„Lám, jó: jónak lenni. Megemelni a kalapot annak is, aki elesett, annak is, aki kopott és megfáradt, mert mindent, de mindent visszakap az ember: az ütést és a simogatást is.” (Fekete István, író)

Szerkesztők: Felsőnyék Könyvtári Információs és Közösségi Hely: Pere Rudolfné, és Felsőnyék Község Önkormányzata

## FALUKARÁCSONY 2019

**Falukarácsonyi** ünnepségünket a Művelődési Házban a helyi óvodások, iskolások és a felnőttek műsorai tették színessé. Óvodásaink kedves verseikkel és a kezükben tartott gyertyák fényével fejezték ki az önzetlen szeretet értékét. Az iskolások verseket mondtak a karácsonyi szeretet üzenetéről. Hollósi Bence és Grúber Barbara énekben fejezték ki a szeretet melegének érintését. Kiss Mária karácsonyi dalokkal és versekkel fejezte ki a szeretet fontosságát kapcsolatainkban. Az ünnepi műsor zárásaként a néptáncosok és a felnőttek hoztak vidám műsort, mellyel láthatóvá tették a közösségi összefogás eredményét.

Köszönjük az óvónőknek, tanároknak, és a felnőtteknek, akik a szereplőket felkészítették az ünnepségre.

Ezután a könyvtár szervezésében meghirdetett „Karácsonyi_újrahasznosított_csináld magad_ alkotó pályázat” legkreatívabb alkotásai kerültek bemutatásra és díjazásra. Legkiemelkedőbbek voltak Németné Sztojka Enikő és gyermekei alkotásai és Kódiás Erika alkotása. Végül az Önkormányzat kertjében a már hagyománnyá vált adventi vásáron a helyiek kézműves termékeinek kínálatából lehetett vásárolni.

**Lelkesen készültek a karácsonyi meglepetések a könyvtári kézműves foglalkozásokon:**

Alsó és felső osztályos tanulók a pedagógusok és a könyvtár közreműködésével karácsonyi díszeket készítettek üvegből, konzervből, papírból, újrahasznosított anyagokból, és az előre kiöntött karácsonyi gipszformákból. Az elkészült ajándékokkal a gyerekek családtagjaikat és barátaikat lepték meg.

2020.02.06-án a **Léghajó Meseszínház** bemutatta A három kívánság című vidám, egyben tanulságos meséjét, amelyen az óvodások és alsós tanulók vettek részt.

## Könyvtári hírek:

Értesítem a könyvtár látogatókat, hogy a **lejárt kölcsönzési határidejű könyveket**
**március 31-ig térítés mentesen visszahozhatják!**

- **2020-ban** továbbra is az alábbi **folyóiratainkat** olvashatják az érdeklődők:

- **Nyitott Szemmel magazin** (Témakörök: Világjáró, Kultúra, Életmód, Biblia, Család, Létkérdések, „A legjobb védekezés a gondolkodás…"). Megjelenik minden harmadik hónap 15-én.
- **SZÍN Közösségi Művelődés** _Az NMI Művelődési Intézet folyóirata_Országos Közművelődési folyóirat. (Népfőiskolák, Falusi értékek, Tárgyalkotás - Kézművesek, Üzenő…) Megjelenik kéthavonta.
- **PRAKTIKA**_AZ ELSŐ MAGYAR DIY MAGAZIN (Kreatív ötletek tárháza mindazoknak, akik szeretnek alkotni.) Megjelenik havonta.
- MAGYAR KRÓNIKA (Hagyomány, Országépítés, Közügyeink, Gazdaság, Hazai tükör, Tudomány, Kultúra, Magyar múlt, Életünk, Portré) Megjelenik havonta.
- **BUCI MACI** (Mese, Labirintus, Rajzoló, Betűk, Számok, Barkácsolás, Színező, stb.) Megjelenik havonta.
- **CSODACERUZA**_IRODALMI ÉS MŰVÉSZETI FOLYÓIRAT GYEREKEKNEK. Megjelenik két havonta.

**Szeretettel várjuk továbbra is a családokat, fiatalokat és időseket kölcsönözni, olvasni, társasozni, internetezni!**

**Megváltozott könyvtári nyitva tartás: Kedden: 9:00 – 12:00-ig, Szerdától – Péntekig: 14:00 – 17:00-ig**

**Rövid beszámoló** a kulturális közfoglalkoztatottak szervezésének segítségével
2019 évben megvalósult könyvtári és önkormányzati programokról

| A program típusa, mely a helyi könyvtár, ill. az Önkormányzat szervezésében valósult meg | Lebonyolított programok száma | Résztvevők száma összesen (fő) |
|---|---|---|
| ***Könyvtári programok:*** | | |
| Könyvtári óra iskolai csoportoknak | 7 | 128 |
| Mese olvasás, játékos tevékenység, kézműves foglalkozás | 52 | 889 |
| Előadás iskolásoknak és felnőtteknek | 25 | 349 |
| Bábszínház óvodásoknak | 1 | 31 |
| Könyvtár- Mozi filmvetítés foglalkozással egybekötve | 17 | 345 |
| Olvasókör gyerekeknek | 8 | 80 |
| Programok, melyek egyéb szervezésben valósultak meg | 17 | 1096 |
| ***Programok a könyvtárban összesen:*** | ***127*** | ***2918*** |
| Önkormányzati események: | 12 | 1112 |
| Rendszeres klubok, körök: | 86 | 822 |
| **2019-ban események összesen:** | **225** | **4852** |

A fenti könyvtári programok az Illyés Gyula Megyei Könyvtár, a helyi Önkormányzat és a helyi Roma Nemzetiségi Önkormányzat támogatásával valósultak meg. Ezúton is köszönjük a különböző programok megvalósulásához az Óvoda és Iskola pedagógusainak aktív segítségét és együttműködését.
Az országos rendezvénysorozathoz Tolna megye összesen 278 programmal csatlakozott (melyek 93 településen kerültek megrendezésre). A legtöbb programot szervező kistelepülési könyvtáraink: Bogyiszló, Felsőnyék, Sárpilis, Szálka és Tengelic voltak.

Fenti együttműködésnek köszönhetően:

**TOLNA MEGYÉBEN AZ ÉV KISTELEPÜLÉSI KÖNYVTÁRA** elismerést kapta a felsőnyéki könyvtár is.

„Három kolléganő sokéves áldozatos, energiát nem kímélő munkáját ismertük el a fenti címmel:

– kölesdi könyvtáros

– felsőnyéki könyvtáros

– teveli könyvtáros

GRATULÁLUNK NEKIK!

Illyés Gyula Megyei Könyvtár"

## Tavaszi könyvtári programok:

- **Internet Fiesta a könyvtárakban_2020_OKOS VÁROS – OKOS KÖNYVTÁR**

A programsorozatra **2020. március 19-26**. között kerül sor. Célcsoport: felsős tanulók.

A programsorozat célja a mindennapjaink részévé vált digitális írástudás fejlesztése, terjesztése, az internet sokféle felhasználási lehetőségének bemutatása, a figyelem ráirányítása a digitális biztonság fontosságára.

- **„Okos"-an a fenntarthatóságért**
  **Ismeretterjesztő előadás a Zöldtárs Alapítványtól Gaál Zoltánné közreműködésével.**

Az előadás témája: Települési környezet és egészség – elszakadva a természetes környezettől – hogyan lehet élhetővé tenni egy települést.

- **Okos könyvtárak; digitális tudásfejlesztés_Biztonság a digitális térben**
  **Előadás az Iskola pedagógusai közreműködésével.**

Az előadás témája: Helyes internethasználat. Beszélgetés a közösségi oldalak használról, működéséről és benne lévő veszélyekről.

- **Április 11. A magyar költészet napja**

1964 óta minden évben József Attila születésnapján ünneplik a Magyar költészet napját. Ezen a napon ünnepeljünk együtt! Verseket hallgatni, gondolkodni, elmélkedni hívunk mindenkit… S hogy miről? ... Az élet nagy dolgairól, életről, halálról, békéről, szerelemről… melyeket nagy költőink is évszázadok óta próbálnak megfejteni.

**Meghívott vendégünk: Dóka Péter, író.**

Az író-olvasó találkozó tematikája:
Írói életmű bemutatása. Röviden az összes eddig megjelent regényeinek bemutatása. A könyvek: Az ellopott zsiráf, Betyárvilág, Szupermalac és Űrpatkány 1-2., A kék hajú lány, Lila királylány, Viharlovag. A foglalkozás részeként rajzfilmet is nézünk. Az író-olvasó végén a gyerekeknek lehetőségük van kérdezni, dedikáltatni, mindenki kap ajándékba egy könyvjelzőt, ha igény van rá, kedvezményesen lehet könyvet is vásárolni.
Célcsoport: 5-6 osztály tanulói és szülei.

- **Májusban meseelőadás óvodásoknak: Mese bábokkal**
  **Meghívott vendégünk: Boglári Tamás**

***A fenti programok az Illyés Gyula Megyei Könyvtár támogatásával valósulnak meg.***

## „A jövő fantasztikus állatai" ALKOTÓPÁLYÁZAT

Dániel András rajza

### Kistelepülésen élő alsó tagozatos diákoknak

Kedves Gyerekek! Az Illyés Gyula Megyei Könyvtár szervezésében indított alkotópályázatra hívunk benneteket!

**A feladat, hogy az alkotópályázat címe alapján készítsetek alkotást.**

Kérjük, hogy az elkészült alkotásokat **2020. május 10-ig** hozzátok be a könyvtárba!

**Ötletek, könyvajánló: Dániel András könyvei. Keressétek a könyvtárban!**
**Technikai tudnivalók: Szabadon választott technika, viszont előnyt jelent, ha nem rajztechnika!**

**Díjazás: A 20 legjobb alkotás készítője:**
**Egy kirándulást nyer június 10-én a Pörbölyi Ökotirisztikai Központba.**

**Tolna Megyei Illyés Gyula Könyvtár**

***Szeretettel meghívjuk Önt és kedves családját***
***AZ IGAZI KERESZTÉNYSÉG, AZ APOSTOLOK CSELEKEDETEI ALAPJÁN***
***Című előadássorozat előadásaira, melyeket csütörtökönként 18 órakor tartunk***

- **Március 12._Az első missziós körút**
- **Március 19._A második missziós út, az európai evangéliumhirdetés kezdete**
- **Március 26._A nagy görög városokban: Thessalonika, Athén, Korinthus**
- **Április 09._Harmadik missziós út**
- **Április 16._Pál fogsága és kihallgatásai, hajóút Rómába**

Előadó: Ottóné Bartalos Zsuzsanna, a Bibliaiskolák Közössége Egyesület előadója
Helyszín: Könyvtári Információs és Közösségi hely, Felsőnyék, Béke u. 1

**A Képviselő-testület februári ülései**

Felsőnyék Községi Önkormányzat Képviselő-testülete februárban Magyarkeszi Község Önkormányzattal közösen tartotta idei első ülését. A két önkormányzat 2008. november 1-je óta működteti közösen a Magyarkeszi Közös Önkormányzati Hivatalt. A Hivatal költségvetését minden évben együttes ülésen állapítja meg a két testület, és az a társ település költségvetésébe épül be. Ezt követően a képviselő-testület elfogadta az önkormányzat 2020. évi költségvetését, melynek főösszege meghaladja a 250 millió forintot. Néhány feladat esetében magasabb a település finanszírozása, így több pénz jut szociális támogatásokra, útfelújításra, zöld területek karbantartására, de a létszámcsökkenés miatt alacsonyabb az óvoda támogatása. A közmunkában a korábbi évekhez hasonlóan indultak a programok, bár ebben az évben már csak 21 fővel. A fő cél továbbra is az önkormányzat intézményeinek zavartalan működtetése.
A képviselők tárgyalták a település ez évi rendezvényeit. Ebben az évben május 30-án lesz falunap, de lesz szüreti felvonulás, és nem marad el az idősek napi és karácsonyi rendezvény sem.
Amint az várható volt, a megszokottnál több létfenntartási kérelem érkezett a hivatalba a januári és februári hónapban. A kilenc esetből 7 esetben állapított meg támogatást a testület és két kérelmet elutasított.

**Minden évben február 4. a rákellenes küzdelem világnapja.**

Európában élete folyamán minden harmadik embernél diagnosztizálnak daganatot. Ha ismersz ilyet, esetleg te magad jártál ebben a cipőben, bizonyára fontolóra vetted vitaminok, étrend-kiegészítők, gyógynövények és kivonatok fogyasztását, amelyek segíthetnek megerősíteni immunrendszeredet, illetve enyhíthetik a kemoterápia és a besugárzás mellékhatásait.
További információ: https://ganoexcel.hu/vitaminok-es-etrend-kiegeszitok-rakosoknak/

**Mit tegyünk a tavaszi fáradtság ellen?**

Nem a kávé a legjobb megoldás:)

A tavasz kezdetére szervezetünk az utolsó tartalékait éli fel. Ha híján vagyunk azoknak a tápanyagoknak, amikből energiát nyerhetünk, kedvetlennek, levertnek érezzük magunkat. Tápanyagraktáraink feltöltésével azonban sokat tehetünk a tavaszi fáradtság leküzdése érdekében, pontosabban gyorsan megszüntethetjük. Ne feledjük azonban, hogy a legtöbb vitamin csak akkor szívódik fel maradéktalanul, ha természetes formában vesszük magunkhoz. A ***szuperélelmiszerek*** tökéletesen megfelelnek erre a célra. Összetételüknél fogva, más ételekkel ellentétben kedvezőbb hatást gyakorolnak az egészségre, az általános közérzetre, és a szellemi frissességre. Számos olyan szuperélelmiszer létezik, amelynek fogyasztása egyrészt gyorsan megemeli az energiaszintet, másrészt rövid idő alatt megannyi, a tavaszi fáradtság elmulasztására alkalmas értékes tápanyagot szolgáltat.

Érdemes külön szólni a gyógygombákról, hiszen amellett, hogy remek immunerősítők, valódi energizálók.

A ***kínai hernyógomba*** remek megoldás lehet a fáradékonyság leküzdésére, mivel jelentősen javíthatja a szervezet oxigénellátását, úgy, hogy stimulálja az adenozin-trifoszfát (ATP) termelődését, ami a sejtek egyik legfontosabb energiaforrása. Fogyasztásával nem csak hangulatunk és fizikai erőnk javulhat, de redukálódhat a degeneratív betegségek kialakulásának esélye is, és lassulhat a korral járó sejtelöregedés.

A ***Spirulina alga*** kiváló multivitamin, és páratlan fehérjeforrás. Még a szuperélelmiszerek közül is kitűnik tápanyagainak sokféleségével, és a tápanyagraktáraink feltöltéséhez nélkülözhetetlen vitaminokat, nyomelemeket, antioxidánsokat, esszenciális aminosavakat, enzimeket és ásványi anyagokat tartalmaz. Ha beiktatjuk az étrendünkbe, jelentős mennyiségű antioxidáns vegyületet is bevihetünk a szervezetünkbe.

A táplálékkiegészítő használata nem helyettesíti a változatos, egészséges étrendet és a rendszeres testmozgást, hanem segíti!
Az eredmények egyénenként eltérőek lehetnek. További információ: https://ganoexcel.hu

**Ha mégis a kávénál maradsz☺:**

**Akkor legjobb megoldás az egészséges GANO EXCEL KÁVÉ, mert szuperélelmiszerrel gazdagítva!**

**Ha nem kávézol, választhatod a szuperélelmiszerrel gazdagított:**

**GANO EXCEL FORRÓ CSOKIT, GANO EXCEL ROYBOS TEÁT, GANO EXCEL SPIRULINÁS MŰZLIT!**

**A termékekről további információ elérhető a Helyi Könyvtárban.**