tól. Hosszabb távon a tudatformálás, a potenciális hulladékok megszüntetése, egyszóval a megelőzés lenne feladatunk ezen a téren is.
Mindenesetre a mostani akció is megmutatta, elérkezett a cselekvés órája, nem nézhetjük tovább ölbe tett kézzel természetes környezetünk pusztulását. Bárhol, bármikor, bármit, még ha olykor kilátástalannak tűnik is, de tenni kell!

- . -

Győrösy Józsefné:

Egészséges környezet - egészséges életmód
A télről - kisiskolásoknak.
(forgatókönyv)

Hűvös téli reggelen Péter és Tamás álmosan dörzsölgette szemét. 1/2 6. A szomszéd rádiója bömbölve ontja pörgő ritmusait.
Nem terveztek ilyen korai ébredést, hiszen szombat van.
Körülbelül 70 decibel - mondja Péter.
- Mi az a decibel? - kérdezi Tamás testvérétől.
A zajszint mértékegysége. Bellről, a telefon feltalálójáról kapta nevét. A 60 decibel erősségű zajok már károsítják az egészséget:
- Keringési zavarokat, fejfájást, testhőmérséklet csökkenést okoznak.
- Csökkentik a szellemi munka intenzitását, idegrendszeri problémákat, hallási zavarokat váltanak ki.

A tartós zaj 5-10 évvel megrövidíti az élettartamot.
120 decibel az a kritikus zajszint, mely felett már a legrövidebb ideig tartó zaj is süketséghez vezet.
A ZAJÁRTALOM KOMOLY KÖRNYEZETVÉDELMI PROBLÉMA!

Soroljatok zajforrásokat!

Mit tennétek a megszüntetéséért?

Péter a partvis nyelével néhányat koppant a mennyezeten, így igyekszik a szomszéd tudomására hozni figyelmetlenségét.
A hangerő csökken, de álom már nem jön a gyerekek szemére.

Édesanyjuk derűs jóreggelt kívánva igyekszik feloldani a bosszús hangulatot.
Használjuk ki a korai ébredést, - mondja. Tegyünk egy kirándulást Józsi bácsiékhoz az erdészházba.

Nézzétek, milyen szép fehér az utca! A meleg szobában nem lehet igazán megismerni a tél örömeit.

Csanádi Imre: Doromboló

Mondjatok ti is verset a télről!

Fagy kinn, fagy,
hó van nagy, -
most ideje,
most fagyjon,
akár beleszakadjon
csak a kályha mormoljon...

Az erdő igen pompás ilyenkor. Épp ideje, hogy megnézzük.

Csanádi Imre: Farkas üvölt

Tél, tél, zúg a szél,
havat kavar kinn a szél,
éjek éjén, erdők mélyén
őzike tib-láb,-
jaj, hogy fél!

Ágak durrognak,
vad árnyékok forognak
Holdas hegyélen
farkas üvölt kevélyen.

A réggeli készülődés után ízlésesen terített asztal kínálta a finom falatokat, - majd meleg öltözékbe bújva útnak indult a család.

Vegyünk egyet mi is a gőzölgő virsliből, nehogy reggeli nélkül marad-

junk, mert az igen egészségtelen!

A mama ellenőrízte a ruházatot, - nehogy a meleg kabát, sapka, sál, kesztyű, vízhatlan, szőrmebélésű csizma, a vastag orkán külsejű nadrág lemaradjon a gyerekekről.

A város széléig autóbusszal közlekedtek, onnan pedig gyalog. A kemény hideg szinte csípte arcukat, - de a gyaloglás, az élmények hamar elfeledtették ezt a kis kellemetlenséget.

Édesapa az erdőn át vezette a családot. Belementek a legnagyobb hóba. A fiúk még bukfenceztek is egyet, majd néhány hógolyóval mozgásra serkentették a fázó anyukát.

A következőkben diaképek segítik a szemléltetést.
Az összes következő madarat mutassuk be dián.

A vidám játék közben a papa csöndet intett.
Fölemelte nyakában lógó távcsövét és a távoli fenyők irányába nézett. A fák hegyén piros hasú, fekete fejű madarakat látott. Ott vannak a süvöltők! Milyen jól észrevehetők a havas ágakon. Igazán pompás látvány! Távcsövét átnyújtotta Péternek. Ott nézd, az erdei fenyők ágain! - és segített beállítani az irányt.

Ugye ti is ismeritek az erdei fenyőt? Melynek tűi igen hosszúak és párosával illeszkednek az ághoz. Törzse pedig vörös.

Az erdő bizonyosan tele van szebbnél szebb madarakkal. Figyeljük meg őket! Ha csöndesen járunk, nem riadnak el.
- Gyertek utánam, szólt édesapjuk és vigyázzatok, óvatosan lépkedjetek, - ne csapjatok zajt.
Figyeljetek! Ott egy pintycsapat száll. Milyen hullámos röptük van.
Amott a zöldikék szedegetik a disznó-

paréj magvait. Élénksárga szárny- és farokfoltjuk jól megfigyelhető.

Amíg halkan szemlélődtek, megzörrent mellettük a bozót. Egy aprócska vörösbegy rebbent a bodza ágaira, majd félénken tovatűnt. Édesapa tarisznyájából egy almát vett elő. Kettévágta és a bokor kiálló ágára tűzte. Segítsük őket táplálékkal! Szívesen veszik a téli hónapokban.
A mami jókora szalonnát vett ki tarisznyájából. Én is gondoltam a madarakra, mondta - és egy magasabb ágra akasztotta. A cinegék bizonyára örülnek majd neki.
Peti pedig napraforgót szórt nekik.

Ti mivel etetnétek még a madarakat?

Távolabbra húzódva figyelték a fejleményeket. Rövid időn belül megjelent egy kéksapkás, aprócska cinege és birtokába vette az ajándékot, - majd a fekete sapkás, sárga hasú széncinege vette át a helyét. Jött még sok madár: csuszka, meggyvágó, harkály, feketerigó. Még egy ökörszem is arra kíváncsiskodott.
Valami megzavarta a madarak örömét. A magasban egy széles szárnyú, kerek farkú, rövid nyakú madár suhant.
Egy sas, - suttogta Tomi. A papa csöndesen kijavította, - ez egerészölyv. A sasok kiterjesztett szárnyának felső éle mindig egyenes, nem ilyen elhajló mint ennek az ölyvnek.
A madár semmi érdeklődést nem mutatott a kirakott táplálék iránt. Mozdulatlan szárnyakon keringett néhányat, majd tovasiklott az erdő felett.
A réten lecsapott és eltűnt szem elől.

Cickányokkal, pockokkal, egerekkel táplálkozik, mondta édesapa. Biztosan most is zsákmányolt belőlük.
A riadalom elmúltával a madarak folytatták táplálkozásukat.
A család a közeli tó felé vette útját.
Láttak egy csapat varjút és egy csókát.

Mi a különbség a sas és az ölyv között?

Kányási Sándor: Csóka

Kazettáról, megzenésített vers, a Kaláka együttes műsorából: Címe: Nálatok laknak-e állatok?

Ághegyről a csóka
pislog a hóra,
ott üldögél már órák óta.
Nincs egyéb dolga,
mert ha lett volna,
valami dolga,
elrepült volna.

Tudod-e, hogy a csóka védett madár? Olyan fekete, mint a varjú, csak a tarkója szürke.

A réten áthaladva figyelték a cickányokat, egereket, de sehol nem láttak egyet sem. Pedig labirintusszerű járataik ott kanyarogtak a hó felszínén.

Jacques Gaucheron: Az egér

Megzenésített vers az előbbi kazettáról.

Pici lábak kaparásznak,
apró fül és szürke orr,
hangját hallod, sose látod,
keresed és nincs sehol-
fürge fickó az egér!...

Közben az előrefutó gyerekek már megérkeztek a tóhoz.

Szilágyi Domokos: Nádiverebek

Tóban nádszál,
nádon verebek,
nádiverebekre
napfény csepereg.

Napfény csepereg,
nevetik a verebek,
szellő támad,
lengeti a nádat.

A nádiveréb a nádisármány népies neve. Nézd meg jól, miben különbözik a verébtől!

A kirándulók a nád felől jól hallhatták a barkós és függőcinegék jellegzetes hangját. A gyerekek a tó befagyott jegére léptek. Kemény volt és sima. Jól csúszott. Erről álmodtak már induláskor is. A papa és az anya is beálltak csúszkálni, hiszen így nem érezték a kemény hideget.
- Jaj de kellemes itt, - örvendezett Tamás.
- Szép, egészséges színetek lett, - mondta édesanya.
- Jó, hogy eljöttünk, - jegyezte meg apa is. Edződtök legalább, - meg a tüdőtöket is kitisztítja a friss levegő.

Jócskán elidőztek, majd tovább vették útjukat. Már előttük volt az erdő, ahol Józsi bácsi lakott.
A fákon barnás sárga gombákat pillantottak meg. Téli fülőke, - örült meg édesanya és tarisznyájába szedte azokat. Hazavisszük, mert ehető, de előtte beszaladunk a gombavizsgálóhoz. Nyugodtabban fogyaszthatjuk, ha ellenőrzi.

Szakkönyvekben nézzetek utána, milyen gombák teremnek télen!

Tamás felkúszott egy közeli fára, hogy visszatekintsen a mögöttük hagyott tájra.

Távolban egy osonó vaddisznót pillantott meg. Gyorsan lemászott és jelezte a veszélyt.
A papa elmosolyodott. Nem kell félni tőle, csak akkor támad, ha bántalmazzuk. Hagyjuk nyugodtan elmenni.

Már közel voltak az erdészházhoz. Csikasz már jelezte a vendégek érkezését. Józsi bácsi és Éva néni örömmel fogadta látogatásunkat.
A gyerekek ragyogó arccal meséltek az út élményeiről.

Hol olvastál már Csikaszról?

Kívánok nektek is sok hasonló kellemes és egészségi szempontból is igen hasznos hétvégét!
Ismerkedjetek az oly sok élményt rejtegető természettel és szeressétek, védjétek azt!

Búcsúzóul egy megzenésített vers az előbbi kazettáról.

Kányási Sándor: Feketerigó

Ablakomban - nagy a hó, halihó! -
ott sétálgat egy feketerigó.
Jár a szeme: oda néz, ide néz,
sétálgat, mint egy igazi zenész.

De most nekünk - nagy a hó, halihó! -
nem fuvolázik a feketerigó.
Egyet-kettőt csitteget, csetteget,
kifizeti ennyivel a telet.

- . -