

II. szám

2012. december

# **@nyazin** a m a g a z i n

*A ny á k t ó l , n e m c s a k a n y á k n a k*



# **Anyazin** a magazin

Anyáktól, nem csak anyáknak

## **Szeretettel köszöntünk az Anyazin, a magazin II. karácsonyi számában!**

Már a Karácsonyra készülődünk – furcsa, feszült vágyakozás ez. Mert amíg elérkezik a közös, meghitt családi ünnep, még nagyon sok mindent meg kell tennünk, hogy mindent úgy tudjunk megvalósítani, ahogy igazán szeretnénk.

Próbálunk lelkileg is ráhangolódni, és izgulunk amiatt is vajon minden ajándék megfelelő lesz-e. Nagyon sok feladat hárul ilyenkor egy Anyukára, de épp ez az odafigyelés, törődés, az együtt töltött idő, az apró örömeinkben megtalált boldogság adja a karácsony igazi varázsát, és leginkább rajtunk múlik, hogy mennyire tudjuk ezt átélni.

Ebben szeretnénk segíteni ezzel a karácsonyi számunkkal, hogy

- egyszerűbb legyen az ajándékozás,
- hogy bevásárló központok helyett akár otthonról meg tudd rendelni az ajándékokat,
- hogy rá tudj hangolódni az ünnepekre,
- hogy készíts valami egyedit,
- hogy szívvel-lélekkel készült ajándékokat adhass...

Arra törekedtünk, hogy minél több érdekes cikkel jó ötletet és választási lehetőséget adjunk, amik közül kiválaszthatod azt, ami a leginkább megfelelő számodra. Minden olvasónknak van legalább egy személyre szóló jó ötletünk, de ez(eke)t megtalálni, már Neked kell! Ha időben kezded a karácsonyi készülődést, ki tudod élvezni minden percét, így meg tudod találni az igazán megfelelő ajándékokat, ami a legtöbb esetben nem is az, ami sokba kerül. A cikkek szívvel-lélekkel íródtak, arról szólnak, amit igazán szeretünk és élvezünk csinálni, és az adott terület szakértői vagyunk. Ebben a csapatban igazi összetartás van. Egymást segítve, és egymást támogatva szeretnénk olyan termékkel és szolgáltatásokkal segítséget nyújtani és örömet okozni Nektek, amivel szebbé, egyszerűbbé, örömtelibbé tehetitek az ünnepeket vagy különlegesebbé a hétköznapokat.

### **Külön köszönet:**

- **Vida Áginak** (gazdagmami.hu), aki segít bennünket az internet világában, az online marketingben, motivációban, és abban, hogy egymásra találtunk.
- **Takács Katinkának**, aki az Anyazin Magazin megálmodója és főszerkesztője, [lakinta.kft@gmail.com](mailto:lakinta.kft@gmail.com)
- **Veress Évának**, a magazin dizájnjáért és a szerkesztésért. [veress.eva.veronika@gmail.com](mailto:veress.eva.veronika@gmail.com)

Köszönet minden résztvevőnek, és cikkírónak az összefogásért, a közös munkáért!

**Köszönet Neked kedves olvasó,** hogy elolvasod és értékeled munkákat.

Oszd meg bátran mindazokkal, akiknek számítanak a valódi értékek!

**Boldog Karácsonyt és szeretetben, sikerekben gazdag, boldog, újévet kívánunk Nektek!**

**Az Anyazin, a magazin csapata**

### **Impresszum**

**Szerkesztők:** Veress Éva • Takács Katinka [info@lakinta.hu](mailto:info@lakinta.hu)

**Grafika:** Veress Éva

**Borítókép:** Szöllősi-Kiss Orsi <http://www.mamarazzafoto.hu/>

Minden jog fenntartva!

A cikkek a szerzőik szellemi tulajdonát képezik! Másolásuk, részben vagy egészben, kizárólag a cikkek szerzőinek hozzájárulásával lehetséges.

2012.12.15



# tartalom

- *Karácsonyi kézműveskedés gyerekekkel* 4-6.o.
- *Békés karácsony* 7.o.
- *Karácsony négy lábon...gondolatok egy kutya naplójából* 8-9.o.
- *Meri vagy nem meri?* 10-11.o.  
(avagy marry vagy nem marry?)
- *Tervezd meg a karácsonyt!* 12.o
- *Gyógyító karácsonyi fűszerek* 13.o.
- *A karácsonyfa szoknyája* 14-15.o.
- *Karácsony – szeretetünnep, vagy anyagi csőd?* 16.o.
- *Egy fazék színeváltozása – avagy öreg fazék nem vén „fazék”!* Ötletes újrahasznosítás!!! 17.o.
- *Wellness otthon vagy kreatív ajándék karácsonyra* 18-19.o
- *Le a sablonos, uncsi képeslapokkal – Alkoss egyedit!* 20-21.o.
- *Fess egy képet ajándékba!* 22-23.o.
- *Két ötlet decemberi esküvőre* 24-25.o.
- *Karácsonyi desszert asztaldíszbe rejtve* 26-27.o.
- *Karácsonyi tervezgetés Emerenciával.* 28-29.o.
- *Újra hódít az üvegfestés* 30-31.o.
- *Horgolok, tehát vagyok!* 32-33.o.
- *Baba angol a karácsonyfa tövében?* 34-35.o.
- *Karácsonyi nagytakarítás vegyszerek nélkül* 36.o.
- *Különleges szilveszter* 37.o.
- *A személyes ajándékok titka* 38-39.o.
- *Beregszász, ahol a magyarságod volt a tét* 40-41.o.
- *Női egyenjogúság az életbiztosításokban* 42-43.o.
- *Új év, új élet természetesen? – Természetesen!!!  
... avagy ne feledkezzünk meg a természet ajándékairól sem!* 44-45.o.
- *Az „örökké tartó” mézeskalács házikó* 46-47.o.
- *Készíts angyali fülbevalót!* 48-49.o.
- *Kávé valódi tartalommal* 50-51.o.
- *Képességfejlesztés anya módra...* 52.o.
- *Ünnepi Rendteremt-„Ő”* 53.o.
- *Neked is gondot jelent a megfelelő méretű melltartó megtalálása? Szúr, nyom, kényelmetlen?* 54-55.o.
- *A gyógyító csokoládé* 56-57.o.
- *Pénztárcakímélő játékötlet Törpmanó játszófüzeteivel* 58-59.o.
- *Hitelt Karácsonyra?* 60-61.o.





# Karácsonyi kézműveskedés gyerekekkel

*...avagy hogyan készítsünk olcsó és gyorsan elkészíthető díszeket otthon gyermekünkkel közösen.*

Már csak pár nap van hátra Karácsonyig. A karácsonyt a *szeretet ünnepeként* szokás emlegetni, szellemisége nem a drága ajándékokban rejlik, hanem, hogy végre együtt a család szeretetben, békében, s jobban odafigyelünk egymásra, mint az év többi napján. *Együtt készülődünk az ünnepre, együtt találjuk ki a részleteket, együtt alkotunk.* Bevallom őszintén, a tavalyi évet kivéve, nálunk mindig stresszesen indultak az előkészületek, s sokszor kapkodtunk. (Ehhez valószínűleg az is hozzájárult, hogy gyermekeim októberi és decemberi születésűek – tehát a karácsonyi előkészületekbe még a születésnapokat is be kellett szorítani.) De tavaly végre sikerült már szeptemberben elkezdni a készülődést, így nyugodt légkörben telt a karácsony: jó előre megvettük az ajándékokat, s időben becsomagoltuk, mézes puszdit készítettünk a gyerekekkel közösen, új díszeket alkottunk a karácsonyfára, s közben élveztük egymás társaságát, s jókat beszélgettünk.

Ha most ezt a cikket olvasod Kedves Olvasó, akkor Te is azon szülők táborába tartozol, akik szeretnek a gyermekeikkel együtt lenni, közösen alkotni. Neked kínálok most 2 otthon is gyorsan elkészíthető ajándékot vagy díszet a karácsonyfára. Én személy szerint sokkal jobban szeretek személyre szóló ajándékokat adni (és kapni is), mint haszontalan használati tárgyakat.

## Gyöngyből fűzött karácsonyi díszek



[www.baniko.hu](http://www.baniko.hu)

### Elkészítés menete:

**1.lépés:** Fűzzük fel egy gyöngyöt a drótra, majd hajlítsuk vissza a végét.



[www.baniko.hu](http://www.baniko.hu)

Elsőként egy gyöngyből készült, nagyon egyszerű karácsonyi dísz mutatok be, melyet kis- és nagycsoportos gyerekekkel is gyorsan elkészíthetünk. A képen látható nagyobbik nyalóka formát teljes egészében a 6 éves nagyfiam, míg a szívecskét a 4 éves lányom fűzte (itt a formázásba besegítettem). Ráadásul a fiam magától kitalálta hogyan rögzítse a kezdő- és zárógyöngyöt.

### Szükséges hozzávalók:

- színes, nagy lyukú gyöngyök (piros, fehér),
- színben harmonizáló zsenília drótok (fehér és piros),
- organza szalagok vagy hímzőfonal akasztónak.

**2.lépés:** Rögzítsük a kezdő gyöngyöt úgy, hogy a drót rövidebb végét rátekerjük a drót hosszabb végére.



[www.baniko.hu](http://www.baniko.hu)

**3. lépés:** Majd húzzunk rá egy újabb gyöngyöt, hogy eltakarja a csavarást.



**4. lépés:** Fűzzük fel a gyöngyöket. A mennyiség az adott mintától és a drót hosszától függ.



**5. lépés:** Az utolsó felfűzött gyöngy után még lógjon ki kb. 2-3 cm a drótból, hogy le tudjuk zárni az utolsó gyöngyöt is. Ezt megint csavarással végezzük: visszahajtjuk a drótot, s az utolsó és az utolsó előtti gyöngy között megcsavarjuk a drótot, majd elvágjuk.

**6. lépés:** Utolsó lépésben formára igazítjuk a dróra felfűzött gyöngyöket.

**TIPP:** Természetesen, ha egy zárt formát, pl. egy szívet készítünk, akkor nem kell sem az elején, sem a végén lezárni a gyöngyöt, hanem előbb alakítsuk ki a formát, s utána kereszteljük alul a drótot.

### Filc karácsonyfadísz



Nagyon könnyen elkészíthető ez a filcből készült karácsonyfadísz is. A sablon körülrajzolásában, ill. a kivágásában a kisebb gyerekek is segíthetnek, míg a díszek felvarrásában a nagyobbak is részt vehetnek, persze szülői segítséggel. A bemutatott dísz mérete (akasztó nélkül): 9x11 cm.

#### Szükséges hozzávalók:

- fenyőfasablon,
- vastagabb zöld filc (3 mm-es),
- fehér, piros és aranyhoz hasonló színű hímzőfonal,
- pár arany flitter,
- néhány piros kásagyöngy,
- egy nagyobb fehér gyöngy az akasztó díszítéséhez,
- piros organza szalag az akasztójának.

Ezen kívül ollóra és (kis és nagy lyukú) tűre lesz még szükségünk.

#### Elkészítés menete:

1. A zöld filc hátára rárajzoljuk a fenyőfasablont, majd kivágjuk.
2. Ezután feldíszítjük a fenyőfánkat: megvarrjuk a hópelyheket fehér hímzőfonallal, majd felvarrjuk az arany színű flittereket, ill. a piros kásagyöngyöket (akár egyesével is rávarrhatjuk, akár hármassal is, ill. még virágokat is készíthetünk 5-7 gyöngyből).
3. Ezután már csak az akasztó elkészítése maradt hátra: vágjunk le egy tetszőleges hosszúságú piros organza szalagot, s egy nagy lyukú tű segítségével húzzuk át a fenyőfa tetején. Mielőtt megcsomóznánk, fűzzük fel rá a fehér gyöngyöt, s már készen is vagyunk. Ugye, hogy nem volt bonyolult?



Remélem a bemutatott ötletek Neked is meghozták az ihletet, hogy kipróbáljátok otthon a gyerekekkel a fenti díszek elkészítését.

Amennyiben további ötleteket szeretnél kapni karácsonyi (és egyéb) kézműveskedés témában, gyere és látogass el [oldalamra](#). Ráadásul, ha most feliratkozol a hírlevelemre, akkor máris a Tiéd lehet egy ingyen letölthető eBook, melyben további 7 könnyen elkészíthető dísz mutatok be lépésről lépésre.



*Békés, boldog karácsonyt, és alkotásban gazdag együttléte kívánok!*

*Bakonyi Anikó*  
[www.baniko.hu](http://www.baniko.hu)  
[www.facebook.com/BanikoMuhelye](https://www.facebook.com/BanikoMuhelye)



## Békés karácsony

*A Karácsony a szeretet ünnepe, mégis sokszor kapjuk azon magunkat, hogy a készülődés zaklatottságában megbántjuk egymást. Hogyan készülhetünk el időre, jó hangulatban?*

### Tervezzünk!

Még elég idő van megtervezni a Karácsonyi menüt és a tennivalókat. Tervezzünk visszafelé: minek, mikorra kell készen lennie, és mennyi idő szükséges hozzá. Mi készülhet el előre? Tervezzünk együtt! Tervezzünk be tartalék időket, és ötleteket. Rendszerben könnyebb!

### Játsszunk!

A készülődést szerepjátékként is átélhetjük. A családi fantázia segítő lényeit kelthetjük életre, személyesíthetjük meg. Neveket adhatunk egymásnak, és sajátos beszédmódot használhatunk. Váratlan történések esetén is maradjunk a szerepünkben!



### Lépjünk ki a játszókörből!

Akkor érezzük, hogy kézen tartjuk a dolgokat, ha minden az elképzelésünk szerint történik. Az élet sokszor hoz váratlan helyzeteket, másképp történik valami, mint ahogy elterveztük. **Ellenállunk a valóságnak**, ha az elképzeléseinket szeretnénk ráerőltetni az életre. Gondolatban lépjünk egy lépést hátrébb, tekintsünk rá az új helyzetre. Az új helyzetet tekintsük egyfajta gondolkodtató játéknak, megoldandó feladatnak. Induljunk el onnan, hogy a **legfőbb cél az Ünnep átélése**.

Keressük meg a jót a váratlan helyzetben! Semmi sem teljesen fekete, semmi sem teljesen fehér. A legnehezebb helyzetekben is lehet jót találni, ha arra irányítjuk a figyelmünket. Ez eleinte nehéz, ezért érdemes az első időben játékosan gyakorolni, "Ebben az a jó" játékkal... mert annyira könnyű elkeseredni, **ha** kiborul a liszt, eltörik a tányér, vagy odaég a sütemény. Az csak egy kis liszt. Az **csak** egy tányér. Az csak kárbavesztett munka - és érték.

*Az nem az Ünnep - ami tönkrement.* Az Ünnep attól mehet tönkre, ha a bajt tetézzük: avval, hogy hibást keresünk, hibáztatunk, bántjuk egymást. Mentsük, ami menthető, és csak a tanulságot keressük benne: **ezután** tegyük a lisztes zacskót az asztal szélétől beljebb, **ezután** fogjuk két kézzel a tányért, **ezután** használjunk konyhai jelző órát, hogy időben kivegyük a süteményt. Szabályokat alkotunk, amivel a jövőben elkerülhetjük a bajt. "Ebben az a jó"-t játszani igazán jó móka lehet, a gyerekek is hamar ráéreznek az ízére! Kiborult a liszt? - **Ebben az a jó**, hogy maradt elég a rántáshoz...; vagy hogy elmehetünk sétálni, venni másikat, vagy nem kell este porszívózni, mert most megcsináltuk... és így tovább... Eltört a tányér? **Ebben az a jó**, hogy nem a nagy tál tört el...; hogy van másik tányér...; hogy senki sem sérült meg... Odaégett a sütemény? Ebben az a jó, hogy a közepe még használható, csinálhatunk csokibombát..., nem kell eltenni az ünnepekig, nyomban ehetünk a jó részből..., a madaraknak is jut egy kis ünnepi kalács...

Ha rászánjuk magunkat, hogy baj esetén is a jóra, a tanulságra figyelünk, nem csak az Ünnep hangulatát menthetjük meg. Viselkedésünkkel olyan gyakorlati példát mutatunk gyermekeinknek, mellyel **egy életre megalapozhatjuk sikereiket**, ők majd kudarc esetén nem omlanak össze, kezelni tudják dühüket - mert annak energiáját a kárenyhítésre, és az elkövetkező bajok megelőzésére tudják fordítani.

S nem az ő boldogulásuk **a legszebb ajándék**, amit csak kívánhatunk magunknak?

**Bogár Zsuzsanna**

<http://megoldo-kommunikacio.blogspot.hu/>







## ***Karácsony négy lábon...gondolatok egy kutya naplójából***

***Elgondokdátál már azon, hogy kedvenced hogy éli meg a Karácsonyt?***

*Sokan azt hiszik, egy kutya, cica, vagy akár egy kis papagáj nem tudja, mi a Karácsony. Valóban, ők nem értik, mi ez az egész, de rájuk is hat a sok izgalom, készülődés az Ünneppel kapcsolatban. Most egy kedves csahos barátom sorait teszem itt közzé, hátha más gazdik is tanulnak belőle, és megértik, milyen lehet a Karácsony – négy lábon.*

December. Hahó! Kérem a gyönyörű, világoskék eget, és a képeslapokon látható, havon szikrázó napsugaraimat! A hosszú órákig tartó sétámmal és az önfeledt, hóban való játékos hempergéssel mi lesz? Mi ez a nagy rohanás folyton? Ma kimaradt a napközbeni sétám... Az esti meg a szokásos nagy kör helyett csak egy gyors látogatás volt a sarokig, ahol elvégeztem a dolgom. De hát még el sem „olvastam”, mit üzent a németjuhász a szomszéd utcából, és máris irány haza!



Gazdi már vagy egy hete meg van kergülve. Nem értem. Talán el kéne vinnem orvoshoz. Igaz, az orvos kényes téma, inkább nem feszegetem, mert a végén még engem is elvisznek állatorvoshoz, csak mert olyan hevesen nyalogatom a mancsaimat. Jaj, Gazdi!!!! Nem érted, hogy ez nem allergia?! Csak a francos só az utcán... Én nem cipőben járok, mint Te! Ráadásul a hidegben pár napja a hó beragadt az ujjaim közé a szőrre, és mire hazaértünk, megfagyott és felsértette a bőrömet. Hát mit tudnék ilyenkor csinálni? Lenyalom! Úgyis viszket, meg idegesít is, most mit zavar Téged, hogy én csendben lafattyolok a mancsomon? Még szerencse, hogy ez a kergeség elvonja a figyelmedet, és nincs időd engem dokihoz vinni...

Meg aztán, már emlékszem, tavaly is ez volt. Egyre kevésbé van időd, egyre feszültebb leszel, én meg inkább odébb somfordálok, majd valahogy kihúzom januárig a szokásos esti dögönyözés meg szeretgetés nélkül. Ha meg nagyon hiányzol már, majd óvatosan megbököm az orrommal a kezed, hátha szórakozottan megsimogatsz...

Hű, és lassan itt az ideje a lopott csemegéknek. Tudom, hogy diétáznom kéne, de hát nem mozgok annyit, mint jó lenne, és folyton éhes vagyok, mert próbálsz kevesebbet adni a tápomból. Azért érthető, hogy ilyen körülmények közt kénytelen vagyok néha megenni párat azokból a szép, színes cukrokból... szaloncukor, vagy hogy hívjátok. Igenis, csak párat! Jó, két éve egyszer előfordult, hogy fél dobozzal megettem, de hát akkor még kölyök voltam, és ti meg előlhagytátok az asztalon. Úúúú, nem is emlékszem szívesen arra az időszakra! Rohanás az állatorvoshoz, az a szuri, utána meg a rókázás...

Na jó, de azért valld be, még mindig Cirmi viszi a pálmát azzal a csillogó hosszú ízével, aminek az egyik vége a nyelve köré tekeredett, a másikat meg lenyelte, és meg kellett műteni – december 25-én! Hehe! Milyen viccesen nézett ki azzal a lámpabúrával a fején utána! Tudom, csak én mulattam rajta. Cirmi kétségbeesetten próbálta leszedni magáról, Te meg nem voltál oda, amikor megkaptad a számlát a műtétről!

De azért nem panaszkodhatsz, Fifi, az a bolognese az ötödikről megugatta nekem, hogy ő meg lerántotta azt a díszes fenyőfát. Csak sajnos olyan fényes, bűdös, füstölő izék voltak rajta, és emiatt kigyulladt a lakásuk... És azóta Fifi nem mehet be a szobába! Hát nem felháborító? Pedig ő csak játszani akart az érdekes, színes, csillogó labdákkal...





De...van még egy emlékem decemberről. Tavaly, Szilveszterkor. Emlékszel? Sok barátod jött, és nagyon hangosak voltatok. Én elbújtam az asztal alá, de aztán a barátaid megtaláltak, és adtak nekem abból a szúrós, érdekes szagú vízből, ami után nagyon rosszul éreztem magam és szédültem egész másnap...Brrr! Nem szívesen emlékszem rá! No meg szegény Bundi...Akkor tűnt el. Soha többet nem jött haza. Pedig előre ugatta már nekünk, hogy nagyon fél attól a színes, fényes ropogótól. Csak a szomszéd foxi szerint a gazdája elfelejtette időben beszerezni a nyugtatót. És hát náluk elég alacsony a kerítés...  
Na, inkább nem gondolok ilyen szomorú dolgokra, hanem várom a szép januári sétákat!



*Morzsá*

További adalékok a kellemes ünnepek érdekében itt: <http://vitapet.hu/karacsony2012/>  
Áldott, békés Karácsonyt kívánok minden kedves két- és négylábúnak, valamint egy barátom mondásával élve azt is, hogy ne az Új Év legyen boldog, hanem Ti!

*Dr. Demjén Zsófia*  
állatorvos



## *Meri vagy nem meri? (avagy marry vagy nem marry?)*

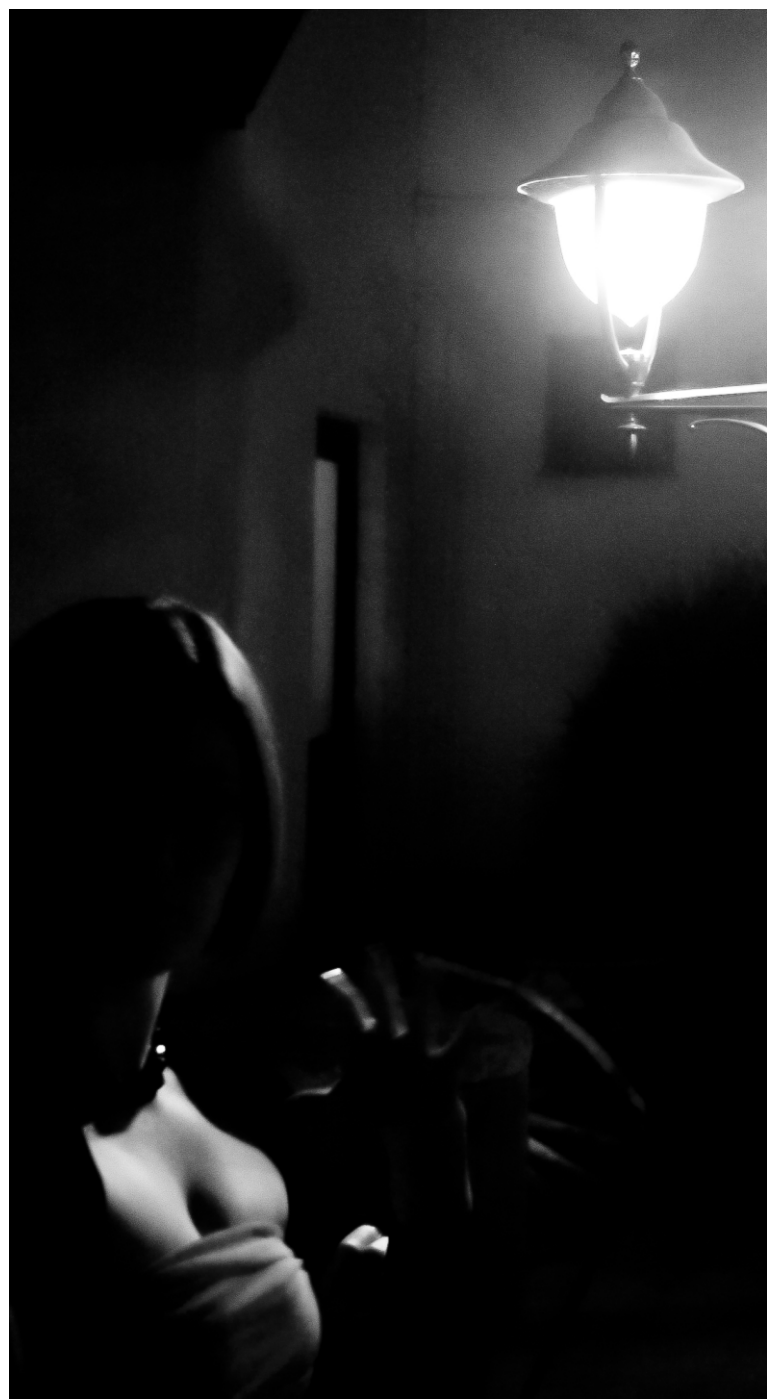


*Egy sokat látott esküvői fotós gondolatai a lánykérésről, és arról, amikor barátból és barátnőből menyasszony és vőlegény lesz.*



A Karácsony a Szeretet ünnepe. Talán ezért is van az, hogy sokan ilyenkor kérik meg kedvesük kezét. Vagy mert egyes férfiak úgy gondolják, hogy a karácsonyfa alatt biztosra mehetnek: hiszen melyik lány kockáztatná, hogy az egész ünnepet elrontsa egy kosárral?! A másik táborban viszont sokan türelmetlenül várják, sőt, szinte elvárják a kérdést, amelyre elrebegetik a boldogító „Igen”-t. Ez viszont azért rizikós, mert ha a szeretett férfi mégsem gondolja úgy, hogy itt az idő erre a lépésre, akkor szegény nem is fogja érteni, miért vált szerelme a Szenteste közeledtével egyre izgatottabbá, majd jól/rosszul leplezve csalódottá. Szegény fiúban talán fel sem merült, hogy imádottja esküvőről álmodozik...

Lányok, ha ezt olvassátok: még nincs késő! Ne tegyétek tönkre az ünnepeket! Mert a meglepetésben az a szép, hogy meglepetés!





Ha elvárják, még ha teljesül is, az már nem ugyanaz. És egy kierőszakolt lánykérés sosem lesz olyan romantikus, mint amiről talán mindig is álmodtatok. Nem számít, hány barátnőtöknek kérték meg a kezét, vagy hány rokonotok érdeklődik évről-évre, „Na, hogy álltok? Mikor mehetünk táncolni a lagzira???”.

Ez a Ti életetek. És ha nem ért még meg rá az idő, akkor hiába próbáljátok embereteket az ékszerboltok kirakata elé tuszkolni célzásféleképpen, csak a ti lelkesedésetek fog nőni...



Vadoczfoto

Persze van példa az ellenkezőjére is. Ismerek párt, ahol a lány ultimátumot adott barátjának: ha nincs esküvő, nincs miről beszélni tovább. A fiú észbe kapott, feltette a lány válaszára a kérdést, összeházasodtak, és boldogan élnek, amíg... Na, de ez tényleg elég mesébe illő, ilyet csak egyet ismerek.



Olyan párt viszont számtalant, akiknél az erősebbik nemhez tartozó fél erősebben ragaszkodott a „Nem”-hez, és így már az Óperencián túl jár – hogy a mesék analógiájánál maradjunk.

Szóval, kedves menyasszonyjelöltek, nem könnyítettem meg a dolgokat, ugye? Mindenki döntse el maga, hogy kedvesének csak el kéne ültetni a bogarat a fülébe, vagy olyan típus, hogy hétágú korbáccsal kéne az oltár elé hajtani, mert különben sosem járna arrafelé önszántából, esetleg egyszerűen

csak elég békénhagyni, mert „jön az majd magától!”. Mindenesetre egy biztos: NE Karácsonyra időzítsetek az izgalom tetőfokát, mert abból jól nem lehet kijönni. Akkor már inkább a Szilveszter: Új Év, új élet. Vagy így, vagy úgy...

De szóljatok már rám, hogy ne filozofálgassak ennyit a negatív oldalról, amikor az esetek nagy részében a lánykérés ünnepélyes, és meglepetés, és mindkét fél örül neki! Az az öröm semmihez nem hasonlítható, amikor egy lányból menyasszony lesz!



Vadoczfoto

Az első mámor után aztán kezdődik az örömteli tervezgetés, a gondolatok kavarnak: „Mihez kapjunk? Hol kezdjük? Hány vendéget hívunk? Legyen templomi is? Csak újházi tyúkhúsleves ne legyen! Ismersz jó zenekart? Ó, a lakodalmas kizárt! Édesem, olyan boldog vagyok! Legszívesebben az egész világot meghívnám!”

Igen, egy esküvő megszervezése nagy és örömteli feladat. Aki megteheti, szánjon legalább fél évet (de inkább egyet) a szervezésre - megéri. Rengeteg apró dolgot kell kitalálni, megtalálni a megfelelő szolgáltatókat, és nem utolsósorban összegyűjteni a rávalót. Ha már az esküvőtök szervezésénél tartotok, hadd adjak én is egy „ajándékot”! Iratkozzatok fel az oldalamon az ingyenes e-mailtanfolyamra, amelynek címe: 13+1 dolog, amit az esküvő szervezésénél könnyű elrontani. Te ne rontsd el!

Fiúk - ha eddig elolvastátok, ti forgattok valamit a fejetekben! (Vállalok eljegyzésfotózást is, illetve segíthetek a meglepetés megszervezésében!)

Boldog, szeretetteli Ünnepeket és Új Évet kívánok!

Vadócz Dávid

[www.vadoczfoto.hu](http://www.vadoczfoto.hu)





## Tervezd meg a karácsonyt!

*Gondtál már arra, milyen jó lenne, egy kevésbé stresszes karácsonyi készülődés, hogy ne hulla fáradtan ülj az asztalnál Szent Este? Ennek egy egyszerű titka van, a tervezés.*

Már csak itt, az Anyazinban is rengeteg ötletet találhatsz, mindet nem tudod megvalósítani, de ha sokat szeretnél belőle, akkor ehhez tervre van szükséged!

Először is írd fel az itt vagy máshol fellelt ötleteket, csoportonként például így:

- étel ötletek: előételek, levesek, főétel, desszert...
- ajándék ötletek: saját készítésű, vásárolt...
- dekorációs ötletek: adventre, mikulásra, karácsonyra...
- program ötletek: gyerekekkel, felnőtteknek..
- jótékonsági lehetőségek

Így már könnyebben meg tudod nézni, hogy melyik valósulhat meg. Ha felkerült a listára hat leves, és csak három családi étkezés lesz nálatok, akkor a listán finomítani kell. Nézd meg azt is, hogy milyen alapanyagok szükségesek, és mennyibe fog kerülni egy-egy étel elkészítése, a családokat létszámához igazítva.

Ajándék ötleteknél is, készíts anyagszükségletet és keress hozzá árat az interneten, lehet, hogy az ötletet azért kell elvetni, mert valamelyik alapanyag csak túl nagy kiszerelesben kapható, vagy csak a világ végéről tudod beszerezni, és a posta költséggel már nem éri meg.

A dekorációnál, ha saját magad szeretnéd elkészíteni, vedd figyelembe azt, mennyi szabad idő van a megvalósításra. Gondolj arra is, ha gyerekekkel csinálod minimum kétszer annyi időbe telik, de ez nem baj, csak tervezd vele.

Karácsony tájékán, sok-sok ingyenes program is elérhető. Nézz körül, kérdezd meg a barátnőidet, akinek hasonló korú vagy nagyobb gyermeke van, hogy nekik mi vált be, mit értékelték a legtöbbször.

Lehet, hogy úgy érzed az idei karácsony nálatok is szerényebb lesz, de ez nem jelenti azt, hogy ne tudnátok Ti is segíteni. Válogassátok át a gyerekek játékait, mit nem használ már, pedig valamikor nagyon örült neki. Ezeket bátran ajándékozzátok tovább!

Ezek csak mind-mind kiragadott példák, az egészet, még rendszerbe kell foglalni, amire itt nincs

lehetőség. A rendszer alapja legyen a pénzügyi tervezés. De úgy, hogy az idén az örömforrásokra fókuszálj, nem a pénzből megvehető ajándékokra.

Ehhez csak néhány lépést kell végig gondolni:

- mi okozza a legnagyobb boldogságot
- most még tiszta fejjel, mennyit költhetsz
- fókuszál az élményekre
- tiltott dolgok leírása: pl. hitelkártyára ajándék vásárlás
- kiadások vezetése, hogy lásd fekete-fehéren, hol tartasz
- Tartsd magad a tervhez!

Töltsd le az ingyenes e-bookom a pénzügyi tervezésről, melynek címe: [Pénzügyi alapszabályok Karácsonyra](#). A tervezés minden, a megvalósítás már egyszerű!

**Boldog, békés, kegyelemteljes karácsonyi ünnepeket kívánok!**  
**Kinga a Pénzügyi Órangyal**







## Gyógyító karácsonyi fűszerek

### **Tudtad, hogy a karácsonyi vajas süti gyógyít?**

Na jó, nem kell mindent szó szerint venni, de az biztos, hogy a benne lévő fűszerek gyógyhatással rendelkeznek. Lássuk hát a Mi karácsonyi vajas süti receptünket egy kicsit más szemszögből!

Két féleképpen készítjük ezt a kekszet: az egyikbe gyömbért, vaníliát és szerecsendiót teszünk; a másik változat pedig fahéjjal, narancs- és citromhéjjal, valamint szegfűszeggel van fűszerezve.

### **Gyömbéres süti fűszerei:**

A gyömbér a keleti konyha elmaradhatatlan összetevője, és nem csak a süteményekben. Teát főznek belőle émelygés ellen, szárítják és porrá őrlik ételek fűszerezéséhez, és savanyítják. Meghűlés és légúti fertőzések esetén kiváló segítő, és még a lázat is csillapítja. Fogyaszthatjuk nyersen, vagy teát készíthetünk belőle. Teája serkenti az emésztést, szélhajtó hatású. Csípős utóíze miatt kevesen kedvelik, de a sütiben isteni!

A **vanília** emésztést javító, és élénkítő hatású. Ez az egyik legrégebbi fűszernövény, már az aztékok is használták kedvelt üdítőjük, a sokolat elkészítéséhez, melyben nem volt más, mint kakaó és vanília. A vanília egy orchidea, akár saját otthonunkban is nevelhetünk egyet. A szerecsendió fokozza az alkohol bódító hatását, és a gyömbérhez hasonlóan émelygés ellen nyújt segítséget.

**Így készítsd:** 250 g lágy vaj, 250 g porcukor, 2 tojás, vanília kivonat (vagy vaníliás cukor), 500 g liszt, 1 ek. őrölt gyömbér, 1 tk. szerecsendió. Minden hozzávalót gyúrd össze előző este, és tedd a hűtőbe éjszakára a tésztát. Másnap nyújtsd 4 mm vastagságúra és szaggasd ki karácsonyi formákkal. Mehet a sütőbe 200 fokra, kb. 10-15 perc alatt sült meg, miközben karácsonyi illattal tölti meg a lakást.

### **Fahéjas süti fűszerei:**

A fahéjfa belső kérge adja az értékes fűszert, melyet a kínai orvoslásban is használnak. A kérget elsősorban ételek, italok ízesítésére használják; levélből, kéregből és gyökérből pedig illóolajat állítanak elő, melyet étkezésre és illatszerek fűszerezésére használnak. A levél olaja antiszeptikus, élénkítő, keringés javító. Émelygés és magas vérnyomás kezelésére használják.



**Narancs és szegfűszeg:** Jó párosítás, kiválóan kiegészítik egymást az illatanyagaik, ezért közkedvelt dísz a narancsba szúrkált szegfűszeg a lakás különböző szegleteiben. De nem csak az illatuk jó! A narancs illóolaja enyhíti a depresszió és szorongás tüneteit, a magvak olaja pedig a vér koleszterin szintjét csökkenti. A narancslevél kedvelt fűszer a keleti konyhában, csak úgy, mint a virágokból készített narancsvirágvíz. A szegfűszeg főzete enyhíti az émelygést, a szegfűszeg-olaj pedig fogfájás esetén nyújt gyógyírt. A virágok kivonatával a fájó, gyulladt szemeket borogathatjuk.

**Így készítsd a sütit:** 500 g liszt, 250 g lágy vaj, 1 ek. őrölt fahéj, 250 g porcukor, 1 citrom és 1 narancs héja, 3 tojás. Ugyanúgy készül, mint a másik süti, akár egyszerre is lehet belőlük sütni. A tetejüket dekorálhatjuk tojáshabbal, vagy cukormázzal. További karácsonyhoz kapcsolódó növényvel, és belőlük készíthető csemegével, vagy testápoló szerrel ismerkedhetsz meg a következő oldalon:

<http://viragvagyfuzser.blogspot.com>

**Mindenkinek nagyon boldog Karácsonyt kívánok!  
Haraszti Rózsa**





## A karácsonyfa szoknyája

*Idén karácsonykor ne csak Te bújj trendi cuccokba. Öltöztess fel karácsonyfádat is tetőtől talpig, aztán zsebed be a dicséreteket érte.*

Karácsony közeledtével egyre többet foglalkozunk otthonunk feldíszítésének gondolatával. Adventi koszorút, gyertyákat, girlandokat, festett, fűjt, vagy világító ablakdíszeket, ajtó- és asztaldíszeket készítünk. A nagy készülődést pedig a karácsonyfa feldíszítése zárja le Szenteste napján.

Ezt eddig csak a karácsonyfadíszek vásárlása, vagy elkészítése előzte meg, de most mutatok egy otthon is elkészíthető dekorációt, hogy idén ne merüljön ki az utolsó – és legfontosabb – mozzanat a karácsonyfadíszek és izzósorok fára akasztgatásával. Már a fa alja sem maradhat ki a dekorálásból, hiszen akármilyen szépen fel lehet díszítve, ha alatta csak a csupasz padló és a karácsonyfatalp látszik.

Az igazi összhatás eléréséhez készítsük el együtt a fád szoknyáját.

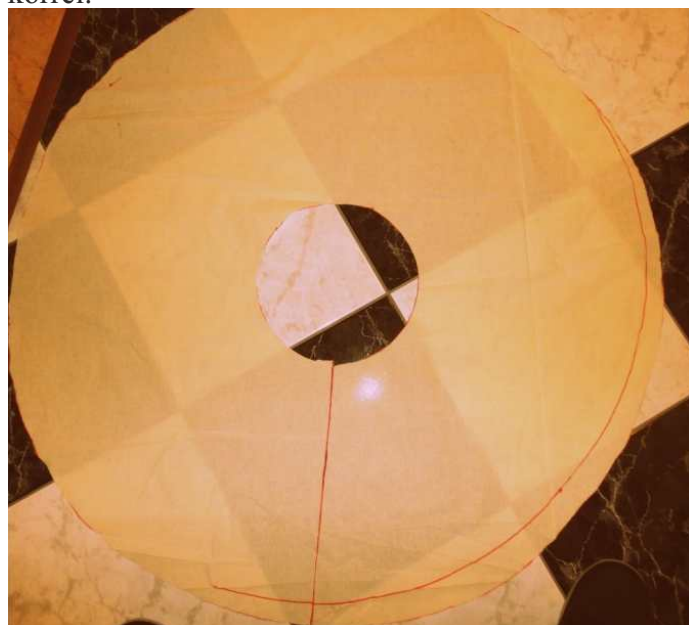


A hozzávalók (kb. 1,8-2 m magas fához):

- 1 m natúr színű pamutvászon,
- 2 m zsákvászon,
- 2 m kongré,
- 6 m csipke,
- 2-3 m szatén szalag,
- olló, tű, cérna, gombostű és egy működő varrógép.

(Ha úgy tervezed, hogy a fád az aktuális trendnek megfelelő színekben fog pompázni, választhatsz a natúr helyett színes textileket is.)

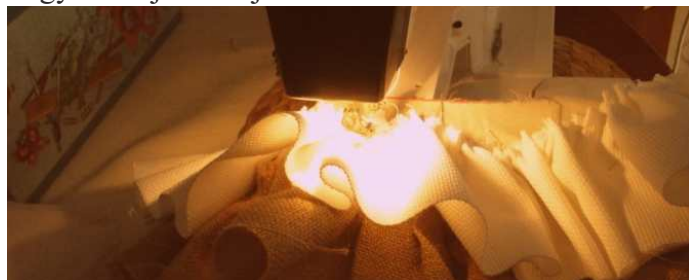
Elsőként a natúr színű pamutvászonból kivágtam a szoknya alapját. Nem baj, ha a mérete kisebb, mint amekkora átmérőjű szoknyát szeretnénk készíteni, hiszen ennek nem kell látszódnia, erre csak a rétegeket kell felvarrni egyesével. Én 1 méter átmérőjű kört vágtam ki, a közepén 20 cm átmérőjű körrel.



A zsákvásznat és a kongrét 10-12 cm széles csíkokra vágtam, majd összevarrtam a kör szélétől befelé haladva az alábbiak szerint:

- 1. réteg: 5,5 m zsákvászon
- 2. réteg: 5 m kongré
- 3. réteg: 4 m csipke
- 4. réteg: 3,5 m zsákvászon
- 5. réteg: 3 m kongré
- 6. réteg: 2 m csipke

Ezután a csíkok egyik szélét összeráncoltam, majd gombostűvel rögzítettem az alapra, és soronként rávarrtam. A 6. réteg csipkére szatén szalagot varrtam, hogy ne tűnjön befejezetlennek a munkám.





*Íme, az eredmény*



*A megmaradt anyagokból készíthetsz girlandokat a fára, így az összkép még szebb lesz.*

*Jó készülődést és boldog karácsonyt kívánok!*

[Eredeti ötlet: <http://www.doityourselfdivas.blogspot.hu/2011/11/diy-burlap-and-lace-christmas-tree.html>]

*Jámbor-Czifra Ildikó*  
[www.i-komod.hu](http://www.i-komod.hu)



## ***Karácsony – szeretetünnep, vagy anyagi csőd?***

*A karácsony egy holisztikus pénzügyi coach szemével*

***A karácsony mindenki számára egyetlen hatalmas vággyal ér fel: végre együtt lenni a családdal, pihenni, meghitt szeretetben élvezni az ünnepet. Ehhez képest pénzügyi coachként állíthatom: soha annyi veszekedés nincs egész évben, mint karácsonykor, illetve az azt megelőző készülődési időszakban – és mindez többnyire a pénz miatt. Mi ennek az oka? Tényleg a pénz, vagy valami egészen más?***

Egészen lenyűgöző és ugyanakkor egy kicsit ijesztő is, hogy a családi veszekedések száma mennyire megugrik az adventi időszakban, és ahogy beindul a karácsonyi dilihenger, úgy válik egyre rendszeresebbé a párok között. Persze a karácsonyi stressz elsősorban a nőket érinti, hiszen a karácsony nekik egyet jelent egy komplett hadművelet megszervezésével: kezdve onnan, hogy ki kell találni, kinek mi legyen az ajándék, mi legyen a menü, hogyan legyen feldíszítve a lakás, és legfőképpen azt, hogy mindezt miből, egészen addig, hogy el kell takarítani a romokat az ünnepi családi vacsora után. Mindezt természetesen a tökéletességig fokozva, különben már nem is igazi karácsony a karácsony.

Aki netán azt hiszi, hogy a karácsonyi dilihenger csak a nőket gyűri maga alá, annak ajánlom figyelmébe egy családós férfi decemberi hónapját, aki csak számolgatja, hogy mennyi pénz folyik ki a családi kasszából, aki hallgatja, hogy a gyerekek mennyit nyaggatják a legújabb és persze legdrágább játékokért, miközben küzd a munkahelyén az évvégi hajrá nevű jelenséggel, illetve azzal, hogy ezután az ünnepi szezon után milyen tartalékai maradnak a családnak az új év kezdetére, ami garantáltan újabb áremelésekkel köszön be... Plusz a sivár ötlettelenség, hogy mégis kinek mit vegyen.

Bár az anyagiak körül szoktak kicsúcsosodni a viták, tapasztalatból állíthatom, hogy a legtöbbször a pénz vagy csak az utolsó lökést adja a már amúgy is meglévő konfliktus kitöréséhez, vagy csak kijelzi a már létező bajt. Így is, úgy is vita lesz a dolog vége.

***Ha viszont nem a pénz a gond, akkor mi a csoda rontja el rendszeresen a karácsonyi csodát?***

Csak az, hogy egészen másképpen gondolkodik a férfi és másképpen a nő. A férfi a maga racionális gondolkodásával mindent észrevesz, amit esetleg jobban, hatékonyabban, gyorsabban lehetne megoldani, ami kimaradt, hiányzik. (Érdekes módon az esztétikai kérdések nem tartoznak ebbe a körbe.) Ha ezt még meg is meri jegyezni a nőnek, aki egész nap mást sem csinált, mint a házat takarította, díszítette, akkor kész a katasztrófa, hogy “Neked semmi sem jó, az sem, ha kiteszem a lelkem!”.

Hasonlóképpen ha a nő elmondja terveit, nem arra vágyik, hogy azt kitárgyalják, hanem arra, hogy meghallgassák – pedig a pasi az örökké megoldásokban gondolkodó agyával azt hiszi. A nő kritikának érzi a férfi minden megnyilvánulását, a pasi meg mind elképzelésben, mind anyagilag elszálltnak a nőt.

### ***Mit lehet tenni?***

Megtervezni a karácsonyt! Ha lehet, közösen. Ilyenkor a nő türelmesen meghallgatja a férfi hatékonyságra, takarékosagra vonatkozó érveit, a pasi pedig hagyja a nőt a felhők felett repkedni. Ha ezt rendszeresen gyakorolják, idővel eltanulják a partnerek egymástól is a módszereket.

És itt van még egy kis segítség tőlem egy pénzügyileg intelligens módon megtervezett karácsonyhoz [az én adventi kalendáriumom](http://eznemjatek.com) képében.

***Himer Csilla***

<http://eznemjatek.com>

<http://eletdesign.hu>





## Egy fazék színeváltozása – avagy öreg fazék nem vén „fazék”! Ötletes újrahasznosítás!!!

*Régi, ütött-kopott fazékból kevés munkával nagyszerű ülőkét vagy lábzsámolyt készíthetünk. Lássuk, hogyan, lépésről lépésre!*

Végy egy rossz fazekat. Mosd el jó alaposan, hogy ne legyen zsíros és töröld szárazra. Végy egy vagy több színes öntapadós fóliát, matricát. Rajzolj a fólia, matrica hátára mintákat: ez lehet csík, pötty, forma, figura – Tőled függ. Vágd ki és ragaszd körbe a fazékra.

Végy egy régi, rossz kabátot, pulcsit, amid van. Én éppen egy rissz-rossz öreg kabátot vettem, ebből kijött két fazékra való is. Vágjál ki belőle egy akkora darabot, hogy feltekerve beleszoruljon a fazekadba és kb. 5-10 cm magasan lógjon ki az edényedből. Ha belepróbáltad, utána összefércelheted. Vágj le egy akkora darabot a rissz-rossz ruhából még, amekkora a fazékba állított és összehengergetett anyagodat bőven lefedi és ezt is férceld az eddigi munkádhoz. Végül keress egy maradék, szebb anyagot vagy megint csak egy régi, kinőtt ruhát, aminek tetszetős a mintája, abból is vágj ki egy akkora darabot, hogy lefedje a teljes, fazékból kilógó részt és még a fazék szája alá is nyúljon. Néhány öltéssel tűzd a hengergetett anyagkomplexumhoz. Majd tedd be a fazekadba és mutasd meg új tulajdonosának! **Voilà!**

Tipp 1.: Ha nincs épp kéznél rissz-rossz régi ruha, egy darab szivaccsal is meg lehet csinálni. Ugyanúgy szorosan fel kell tekerni, össze kell kötni, majd egy darab, a tekercsen túlnyúló szivacsot is hozzáragasztani. A maradék szivacsra teríts egy a szivacson is bőven túlnyúló tarka anyagot, majd ezt is kösd vagy férceld hozzá.

Tipp 2.: Ha gondold és félted a parkettát, lehet még a fazék aljára egy akkora filcanyagot is ragasztani, amekkora a fazék alja, de a bútorok lábai alá használt öntapadós filckorongokat is tehetsz rá, ha nincs filced.

Tipp 3.: Ha nincs fazekad vagy csemetéd már jóval idősebb, hogy ilyenre üljön, egy szélesebb szájú, alacsonyabb lábából is elkészítheted, ez esetben lábzsámoly lesz.

**És mutatok egy szöszölősebb darabot is:**



**Mutatok képekkel is, ez egy egyszerűbb változat:**



Ha felkeltettem az érdeklődésed, nézz be a [www.rapiddesign.hu](http://www.rapiddesign.hu) oldalamra!

Ha tetszett ez az ötlet és szeretnél még több látványos, de könnyen és rövid idő alatt elkészíthető ötletet is látni, ami még olcsó is, nézd meg a blogom: <http://www.rapiddesign.hu/rapid-design-blog>

A Facebook oldalamon is szívesen látlak, ahol ötletekkel, derűvel próbálom meg feldobni a csatlakozók mindennapjait, illetve feltüntetem, ha új ötlet, bejegyzés került fel a blogba.

<http://www.facebook.com/Designmester>

**Jó alkotást Mindenkinek!  
Kádár Ildikó a Rapid Design alapítója**



## Wellness otthon vagy kreatív ajándék karácsonyra

*Mikor foglalkoztál magaddal utoljára? Tedd selymessé és egészségessé bőrödöt ezzel az egyszerű megoldással vagy készíts kreatív és tartalmas karácsonyi ajándékot olcsón.*

Sokan azt gondolják, hogy a **Luffa** a tengeri uborka, de ez nem így van. A Luffa egy mediterrán növény és a föld fölött nő. Termése hasonlít a cukkinire és amit kozmetikai célokra használnak belőle az a rostja. Tartós darab a fürdőszobában. De zsenge formájában ehető is.



Azért értékes, mert kiválóan alkalmas arra, hogy eltávolítsd a felső elhalt hámréteget a bőrödről. Mielőtt használsz, be kell áztatni langyos vízbe, így puhává válik és nem sérti fel a bőrt. Zuhanyzás vagy fürdés alkalmával jól átörzsölheted magad vele. Ha valaki testápoló masszázsról érkezik hozzám, én is le szoktam radírozni a bőrfelületet. Különösen figyelek olyan területekre, amiket te nem érsz el, mint például a hátad. Azt tapasztalom, hogy nagyon jól tesz a hát bőrén egy kis ledörzsölés. Sokszor alakul ki a hátunkon pattanás, miteszer, stb., amit nem látunk és nem tudunk eltávolítani. A rendszeres ledörzsöléssel, azonban tisztábbá tehetjük a bőrfelületet.

Milyen hatása van még a Luffával történő radírozásnak? Ha alaposan végezzük a masszírozást, akkor felpozzíti a bőrben a vérkeringést, ezáltal javítja a bőr anyagcseréjét és ha tisztálkodás után bekenjük magunkat testápolóval, akkor az sokkal hatékonyabb lesz, hiszen az elhalt hámréteg nem akadályozza a krém felszívódását.

Használhatjuk a cellulit elleni küzdelemben is. A használat lényege, hogy alulról felfelé, a szív irányába dörzsöljük az érintett területeket, addig, amíg bőrünk jól kipirul. Ezzel elősegítjük a méreganyagok elszállítását a kritikus területekről. Ezután bekenhetjük magunkat valamilyen cellulit elleni krémmel.

Ehhez a ledörzsöléshez kiváló kiegészítő a **shea vaj** **hab**, amit magad is elkészíthetsz. Elkészítése rendkívül egyszerű:

A Shea vaj a bőrt természetes antioxidáns tartalma által táplálja, ráncatlanítja és hidratálja, gazdag A-, E- és F- vitaminban, amik bőrfiatalító hatással bírnak. Alkalmas még bőrbetegséges, pl. ekcéma kezelésére, kiszáradt, kirepedezett bőr, ajak, kéz, könyök, sarok ápolására, babáknak popsikenőcsként, masszázskrémként. Gyulladáscsökkentő, így a pattanások eltűnését is gyorsíthatja, de jó csípéseknél, horzsolásnál, kisebb égési sérüléseknél is. Akár borotválkozásnál is használható, ha megviseli a bőrt vagy apró vágás keletkezik az arcon.

Hozzávalók: 50 % shea vaj, 50 % olívaolaj (A mennyiséget te döntöd el.)

Azt javaslom, először kisebb mennyiséget készíts. Inkább tapasztald ki, hogy te hogyan szereted. Más olajokkal és vajakkal is készítheted ízlésed szerint. Van, aki erősnek érzi a shea vaj illatát. Például a mangó vaj semlegesebb illatú, azzal is helyettesítheted.







Ez egy nagyon tartalmas krémet ad, ezért például esti testpakolásnak kiválóan lehet alkalmazni. Fürdés után leitatod magadról a vizet (nem kell nagyon megtörölközni) és bekened magad. Pizsi és lefekvés, hadd dolgozzon a krém éjszaka. Ha a fürdés alkalmával leradírozod magad Luffával, még hatékonyabban dolgozhat a pakolás. Ebből még egy kreatív ajándék összeállítást is készíthetsz: Luffa szivacs és saját készítésű shea vajas hab.

**Kökény Réka**  
[www.alelekillata.hu](http://www.alelekillata.hu)

Nagyon kellemes a bőrnek még a kókuszolaj is, ami azonban szobahőmérsékleten még szilárd. Szóval légy kreatív, nézz körül, hogy milyen vajak és olajok tetszenek neked és készítsd el saját keverékedet ezzel a módszerrel. Gazdagíthatod még vitaminokkal, pl. E-vitaminnal vagy 100%-os tisztaságú illóolajokkal is.

Az olajoknál azonban figyelj oda, hogy hidegen sajtolt olajokat használj! Természetesen a natúr vagy bio minőség hatóanyagtartalma a magasabb.

Az elkészítése egyszerű: egy tálban villával összetöröd a shea vajat, hozzáarakod az olajat és addig kevered habverővel, amíg habossá nem válik. Ha más állagot szeretnél elérni, akkor hozzáarkhatsz még vajat vagy olajat, attól függően, hogy folyósabbra vagy keményebbre szeretnéd csinálni. Ezt kis tégelybe teszed és már kész is a különleges ajándék. :-) Nagyon ügyelj az edények és eszközök makulátlan tisztaságára!





## Le a sablonos, uncsi képeslapokkal – Alkoss egyedit!

*Minden karácsony előtt megvásároltam az „egyen” képeslapokat, amikből aztán szeretteim tucatszám kaptak a többi rokontól is. Ebből lett elegendő és elhatároztam, hogy saját magam készítek egyedi üdvözlőket és meghívókat.*

A karácsony közeledtével mindannyian egyre többet gondolunk a szeretteinkre. Azokra is akik távol ünnepelik tőlünk a karácsonyt. Szeretnénk nekik is emlékezetes perceket szerezni az ünnepek alkalmával. Erre a legjobb megoldás, ha egy kedves karácsonyi üdvözlőlapot küldünk részükre.

Nekem is vannak távoli rokonaim és évről évre a postán beszerezhető sablonos angyalkás, vagy éppen a nagy áruházakban megvásárolható nyomtatott egészes kinézetű lapokat kaptam és küldtem.

Ebből lett elegendő és úgy döntöttem, hogy magam fogok képeslapokat készíteni, nemcsak karácsonyra, hanem minden alkalomra.

A karácsony egyik legismertebb motívuma a mikulásvirág. Ezzel a virággal díszítettem néhány üdvözlőlapotot. A virágszirmok elkészítése sablon segítségével nem ördögös dolog. A piros színű papírlapból kivágott darabok a szirmokat szimbolizálják, míg a zöld papírból vágottak a leveleket. Három méretben kell elkészíteni a szirmokat, a legkisebb méret a középső lesz, az ennél kicsivel nagyobb méretű a virág második szirmrétege, míg a legnagyobb a hátulra kerülő zöld levél. A kivágott papírszirmokat és leveleket további dekorálás nélkül is felhasználhatjuk, de akár színes filctollal, vagy csillámló porral tehetjük hangulatosabbá az elkészült darabokat.

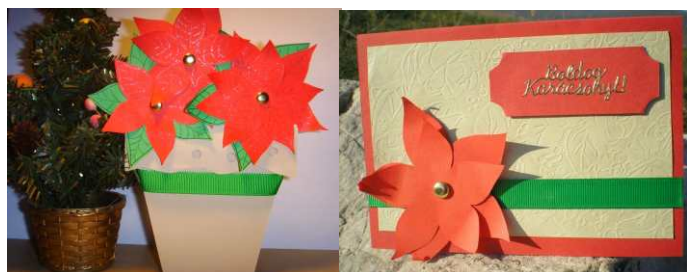


Én minden virág szirmát és levelét egy olló élének segítségével felpenderítem, a virágszirom és levél belsejétől kiindulva, az olló egyik szarát végig húzzuk a papíron, ezáltal még életűbb hatása lesz

virágunknak. Az elkészült két virágszirmot és a zöld levelet miltonkapoccsal rögzítem egymáshoz, de az ünnepélyesebb hangulat elérése érdekében lehet csillogó gombbal, strassz kövel is díszíteni.

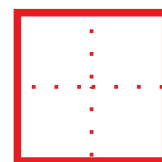
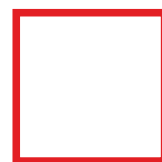


Ezeken a fotókon az általam készített képeslapokat látjátok, melyek ennek a virágmotívumnak a felhasználásával készültek.



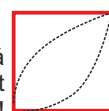
Ha egyszerűbb formát szeretnél, akkor elegendő egy négyszirmú alapvirágot kivágnod több méretben. Ehhez itt láthatod a mintát:

Négyzet alakú lap

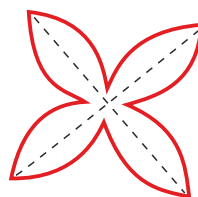


Hajtsuk 2x félbe a lapot

Rajzoljuk rá a szirmot és vágjuk ki!



Ügyeljünk rá hogy a hajtott részt ne vágjuk teljesen át, mert szétesik a virág



A kész virágszirmot több méretben kell elkészíteni és ezeket a szirmokat egy gombbal, vagy gyöngyvel összefűzni.

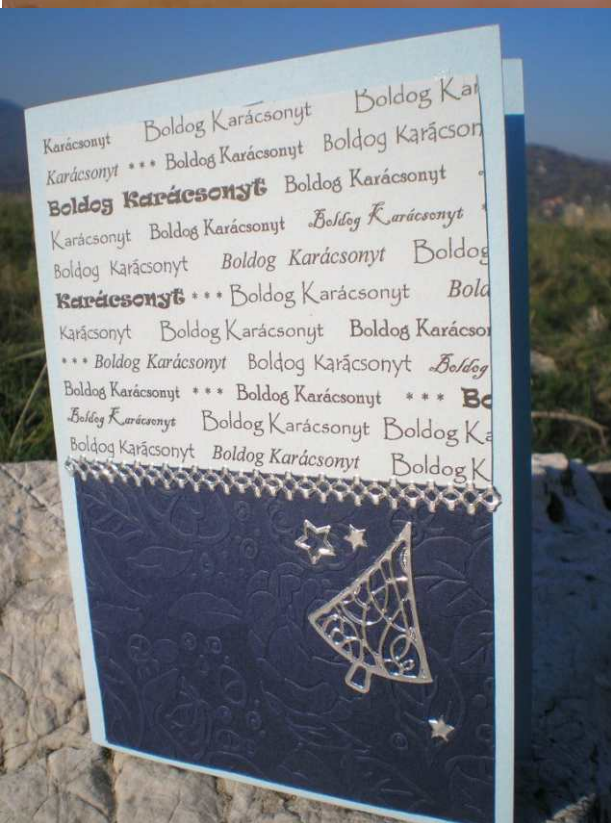




Nemcsak papírból készíthetjük a díszítést egy üdvözlőlapra, hanem más anyagok variálásával is igazán dekoratív és egyedi képeslap készülhet. Az itt látható horgolt mikulásvirág motívum elkészítése egy gyakorlott kézimunkázónak percek kérdése.

Látogass el a weboldalamra, ahol a képeslap és meghívókészítés különböző technikáit fogom neked bemutatni. Köszönöm, hogy végigolvastad az írásomat és sok sikert és Boldog Karácsonyt kívánok!

Krisztián Anikó  
[www.megjottem.hu](http://www.megjottem.hu)







## Fess egy képet ajándékba!

*De hogyan vázold fel a képet, ha nincs kézügyességed? Találj egy Neked tetsző mintát, és megmutatom!*

Sokszor kérnek tőlünk szülők tanácsot, hogy hogyan tudnák átvinni a mintát falra vagy vászonra, mert szabad kézzel nem merik felvázolni. Pedig szívesen készítenének valamilyen dekorációt akár a gyerekszobába, akár a lakás más helyiségeibe. Többféle módszerrel lehet felvázolni a kívánt képet. Most ennek egy nagyon egyszerű és olcsó módját osztom meg Veled. Nem ördögösség, meglátod! Falra és vászonra is alkalmazhatod.

### **Ezekre lesz szükséged:**

- kinyomtatott kép, amit szeretnél megfesteni (a sablonunk [innen](#) van)
- farosra kasírozott alapozott vászon vagy fesztített vászon
- B típusú grafitceruza
- golyóstoll
- akrilfesték
- olló
- cellux
- ecset
- képakasztó



### **Néhány jó tanács:**

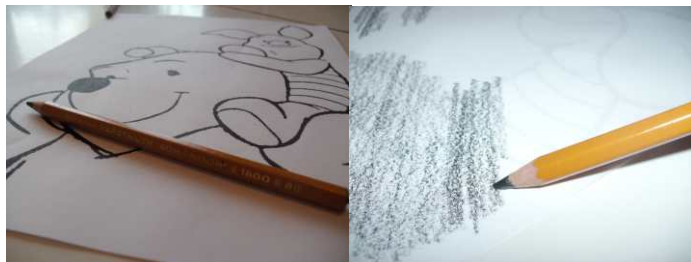
- Az akril festék nagyon gyorsan szárad, ezért egyszerre sosem szabad sokat kinyomni, mert megszárad a festék
- Lehet venni az akrilhoz száradás lassítót, de ha egyszerre kis adagokat használsz, akkor nincs rá szükség
- A körvonal felfestésénél nem is kell kinyomni

a festéket, csak letekerni a kupakot, és a tubusba mártani az ecsetet.

- Ne vigyél túl sok festéket az ecsetre a körvonalnál! Az ecset is legyen minél vékonyabb, különben vastag lesz a körvonal, és az nem szép.
- Ha világosabb árnyalatra van szükséged, használd hozzá a fehéret. Ha sötétebb árnyalat kell, akkor a feketét. De először mindig csak egy picit adj hozzá az eredeti színhez!
- Ha színt váltasz, és ugyanazt az ecsetet használsz, akkor mindig mosd ki belőle a festéket!

### **Lépésről-lépésre**

- I. Először nyomtasd ki a mintát. Mi egy Micimackós kifestő képet választottunk hozzá. A kinyomtatott papír hátulját satírozd be a B-s grafit ceruzával. Mi 8B-t használtunk. A HB-s ceruza nem jó, mert nem elég puha.

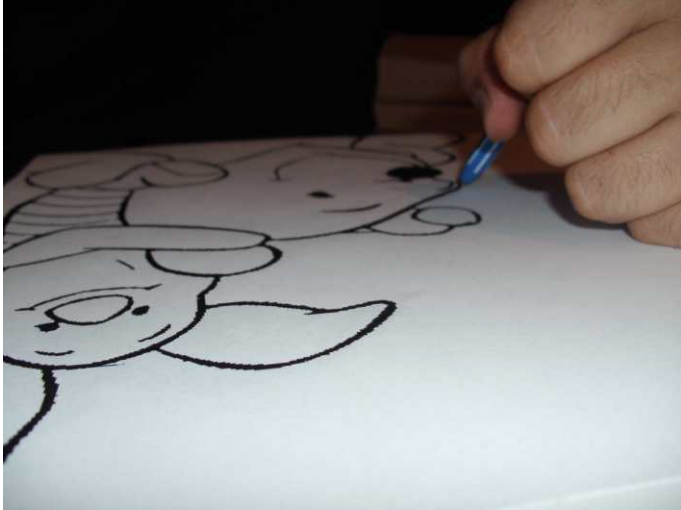


- II. Ha készen vagy a satírozással, akkor fektesd rá a kinyomtatott mintát a táblára a satírozott oldalával lefelé. Hogy ne mozduljon el, érdemes rögzíteni ragasztószalaggal.





III. Ezután a körvonalakon húzd végig a golyóstollat. Ha ezzel megvagy, látni fogod, hogy a satírozás miatt a körvonalak látszódnak a táblán. Mintha indigót használtál volna.



IV. Nagyon vékony ecsetet használj, és húzd át akrillal a körvonalakat. Mi feketével húztuk meg a figurák körvonalát.



V. Ezután fess ki a képet a megfelelő színekkel. A Micimackót és Malackát ábrázoló képhez nem kellett sokféle színt használni csak sárga, piros, fekete, fehér és kék festéket. Malacka színeit a piros és a fehér festék segítségével kevertük ki. Mivel a képen még volt szabad hely, szabad kézzel felvázoltunk három léggömböt.



Ilyen egyszerűen készíthetsz sablon után dekorációt vászonra vagy akár a falra.

Császár-Sallai Adrienn  
<http://kreativ-faldekoracio.hu>  
 info@kreativ-faldekoracio.hu



## Két ötlet decemberi esküvőre

*Amikor az év utolsó hónapjára gondolunk, legtöbbször nem az esküvő jut eszünkbe. Ha a Ti vágyatok mégis egy csodaszép téli esküvő, íme két lehetőség!*

*Csillogó, elegáns téli esküvő vs meghitt, mézeskalácsos karácsonyi esküvő.*

Strasszok, gyöngyök, drágakő – minden menyasszony vágya, hogy elkápráztassa a vendégeket, és lenyűgözze élete leendő párját ezen a napon. Ezek a kellékek egész biztosan hatással lesznek minden résztvevőre!

*A ruha, az ékszerek és a csokor csak a kezdet:*





A karácsonyi bűvölet folytatódik az esküvői szertartás és a vacsora helyszínén is:



Végül minderre az esküvői torta teszi fel a pontot!  
Mintha frissen hullott hó takarná...



De bevallom, hozzám közelebb áll a meghitt hangulatú, családi légkörű esküvő.



**A hozzávalók:**

- jó meleg esküvői cipő,
- angyali asztal és szék dekoráció
- hangulatos mécsesek az esküvőiasztalokon, szerelmespár hóesésben.
- végül a pompás sütik koronázzák meg az estét
- és a jópofa esküvői torta.



Csillogás és elegancia vagy angyalszárnyak, mézeskalács és fahéjillat? Bármelyiket is választjátok, varázslatos és felejthetetlen lesz az esküvőtök!

Szaniszló Anita – Nitta  
[www.kektorta.hu](http://www.kektorta.hu)





## Karácsonyi desszert asztaldíszbe rejtve

Bizton állíthatom, hogy az örök kreatívkodóknak, alkotóknak ez a karácsonyi ünnepek előtti időszak a kedvencük. Ekkor „büntetlenül” lehet alkotni, a lakás minden szegletét feldíszíteni. Nem hiába nekem is ez az időszak a szívem csücske. Az egész évben begyűjtögetett alapanyagoknak ilyenkor jön el az idejük arra, hogy elnyerjék méltó feldolgozásukat és helyüket.

Mostani alkotásomban egy rég beszerzett papírmasé házikó került a karácsonyi asztaldíszem középpontjába (alkotásom különleges elemét, ha mondhatom így: csattanóját képezi!). Szeretek több technikát alkalmazni egy alkotáson belül, mellyel igazán egyedivé válik a kész mű. Ez történt a papírmasé házikó és a karácsonyi asztaldísz esetén is.

Bemutatom lépésről lépésre a készítés menetét, melyet nem kell feltétlenül "szóról-szóra" követni, inkább inspirációként szolgáljon, kapjon szárnyra mindenki kreativitása több technika együttes alkalmazására.

Első lépésként a gyertyát a pálmalevél bal oldalára ragasztjuk, majd körbedíszítjük fenyővel, amit ragasztással rögzítünk.



A díszítéshez a nagyobb terméseket, anyagokat használjuk a gyertya tövében. Az azonos termésekből kis csoportokat alkotunk, ezek jól mutatnak a díszben.



### Hozzávalók:

- pálmalevél alap (első gondolatom a fakéreg lett volna, de amikor megláttam ezt a pálmalevelet, szerelem volt első látásra);
- fenyő, termések (különböző fajtájú tobozok, ánizs);
- kövirózsa;
- fahéjrúd, szárított narancs, zúzmó; szizál, gyöngy, gyertya.





Amikor úgy érezzük, hogy a termékek mennyisége elegendő, néhány gyönggyel, csillámporral, esetleg anygalkával megfűszerezhetjük alkotásunkat.



Így mutat a kész művünk díszített asztalon:



A papírmásé házikót kidekoráljuk, melynek részletei megtekinthető itt:

<http://kreativkupon.hu/blog/karacsony/karacsonyi-desszert-asztaldiszbe-rejtve>.

A házikó kerül a pálmalevél jobb oldalára. Száraz oázis alapra ültetjük a házikót, melyet hópasztával fedünk el. A lépcsőt szintén száraz oázisból vágjuk ki, majd kis zúzmókat ragasztunk a ház köré.

Amikor vendégünk már kigyönyörködte magát nem mindennapi asztaldíszünkben, akkor megemeljük a házikó tetejét és megkínáljuk desszertünkkel.



A díszített asztal egyéb dekorációinak részletes leírása az oldalunkon érhető el, ahol további hasznos ötleteket mutatunk be olvasóinknak. Örömteli, alkotásban gazdag karácsonyi ünnepeket kíván a Kreatívplacc csapata:

*Haklik Beatrix és Radics Eszter*  
[www.kreativkupon.hu](http://www.kreativkupon.hu)





## Karácsonyi tervezgetés Emerenciával.

*Szeretném ha te is megismernéd a webvitaminbolt varázslatos világát, ezért elmesélem, mit találtunk ki Emerenciával az adventi időszakra.*

Többször említettem már, hogy mennyire szeretem a vevőimet, mennyivel több a kapcsolatunk, mint vásárló – eladó viszony. Ezért azt találtam ki, hogy az ideai advent időszakot emlékeztetésére, meghitté varázslom mindannyiunk számára.

Kavarogtak bennem a különböző ötletek, és nem tudtam eldönteni, hogy mi is lenne a legjobb, ezért megkértem Emerenciát, öreg barátnémat, látogasson meg egyik délután, és egy finom tea mellett segítsen a tervezgetésben. Ez nagyon jó döntésnek bizonyult, mert ő a szokott, zsémbesnek tűnő modorával egy – kettőre ésszerű rendet tett az én kusza ábrándos gondolataim közt, és megszületett a titkos terv.

Egy- egy hét valamilyen egészséges, téli finomság jegyében. És ez a drága, pótolhatatlan ember segít is nekem a kivitelezésben.

**Az első héten sütőtök illata fogja belengeni a boltot.** Ez szerintem már önmagában is a meghitt, otthonosságot sugározza. Ezen kívül nagyon finom és egészséges, és miután igen alacsony a kalóriatartalma, az éppen diétázók sem utasíthatják majd vissza. Bár én finomságnak szánom, jó ismerni a következőket. Nagyon hatékony segítség megfázásos betegségek, tüdőgyulladás kiegészítő kezeléseként. Enyhíti az allergikus köhögést, még az asztma rohamok is csökkenhetnek általa. Serkenti a máj működését, a szív koszorúér problémák, és a szürkületi vakság kialakulásának kockázatát is csökkenti. A népi gyógyászat hashajtóként, béltisztítóként használták. Vagyis emésztési gondokkal küszködőknek ideális.

**A második héten puncssal kényeztetem a vásárlókat.** Természetesen alkoholmentes, egészséges változattal. Találtam is egy remek receptet.

Mennyi egészséges finomság! A C-vitamin bomba, immunerősítő citrom. A fahéj és méz, melyek együttesen megfázásra, immunerősítésre, gyomorbántalmak enyhítésére, és még mennyi mindenre alkalmasak. / itt írtam már róla: <http://webvitaminbolt.com/egeszseges-letmod/fahejillat-lengte-be-a-lakast/>. A szegfűszeg, mely kiváló görcsoldó és hasfájás elmulasztó, fertőtlenítő, és gyulladáscsökkentő. Persze a puncsba

### Hozzávalók:

- 1 db citrom
- 1 db narancs
- 1/2 liter vörös szőlőlé/ 100%-os/
- 1/2 liter almalé/100 %-os/
- 4 db szegfűszeg
- 1 rúd fahéj
- 1 csipet szerecsendió
- 1/2 citrom reszelt héjja
- méz

### Elkészítés:

A citromot, narancsot facsard ki, majd a szőlő- és almalével, a fűszerekkel és a citromhéjjal főzd fel, és még kb. 10 percig forrald.

Az így elkészített puncsot szűrd le és ízlés szerint édesítsd mézzel.

összefőve ez a sok finomság az íze miatt lesz kedves a vevőknek, de nekem jó érzés, hogy az alapanyagok ilyen egészségesek.

Az utolsó előtti héten újra az illatokkal fogok mindenkit a boltba csábítani. Ugyanis Emerencia segítségével gesztenyét sütünk, amit én, ahogyan azt kell, stanicliba téve fogok felszolgálni. A közelmúltig nem is voltam tisztában azzal, hogy a szelídgesztenye mennyi jót tartogat az emberi szervezetnek. Csak pár példa. Görcsoldó, antioxidáns, erősíti és javítja az érfalak rugalmasságát és tonizálja a visszereket, köptető és mikroba elleni hatású. És nagyon- nagyon finom.

Az utolsó hétre olyat találtunk ki, ami előre elkészíthető. Mégse vehetem igénybe barátnémat a karácsony előtti héten. Akkor ő már otthon fog szorgoskodni, takarítani, sütni, főzni. De előtte megsütünk egy jó nagy adag gyömbéres kekszet. Azt hiszem ennek a receptnek az alapján. Azt még ki kell találnom, hány adagból készüljön, mert egy adag körülbelül 35 db kekszet ad ki.



Fűszerkeverékhez:

2 pápos kávéskanál őrölt gyömbér  
1 kávéskanál őrölt fahéj  
1 késhegynyi őrölt szegfűszeg  
1 késhegynyi őrölt fehérbors

A tésztához:

20 dkg finomliszt ¼ kávéskanál szódabikarbónával, és egy nagy csipet sütőporral összevegyítve  
10 dkg cukor  
10 dkg puha vaj  
5 evőkanál méz

A kenéshez 1 tojásfehérje.

Melegítsd elő a sütőt. 190 fokra, (gázsütő 5 fokozata), és készíts elő sütőpapírral két 30 x 40-es tepsit. A fűszereket is keverd össze, legyenek a kezud ügyében.

A tésztához a sütőporral és szódabikarbónával összekevert lisztet keverd össze a fűszerkeverékkel, és 2 kávéskanál híján az egész cukorral. A maradék cukor majd a kekszek tetejére lesz szórva. Ezután apró darabokban forgácsold bele a puha vaját, és morzsold össze az egészet. Ezután kanalazd bele a mézet, és tempós mozdulatokkal gyúrd össze a tésztát.

A kész tésztát felezd el, és kb. 2 cm átmérőjű gombócokat formázz mindkét részből. Egyik adagot az egyik, a másikat a másik tepsibe, egymástól kb. 4 cm távolságra helyezd el. Ezután egy pohár aljával lapítsd a golyókat kb. 1 cm vastagságúvá.

A villával felvert tojásfehérjével kend meg őket, és arányosan szórd rájuk a félretett cukrot. Ezután 8-12 perc alatt süsd meg, egyik tepsit a másik után.

Nagyon sok karácsonyi aprósütemény receptem van, ezt most a gyömbér miatt választottam, ami az egyik legősibb gyógynövény. A gyömbéres mézes teát használják mind megfázásra, koleszterinszint csökkentésre, magas vérnyomás csökkentésére, vérrög képződés megelőzésére, mivel hatásos növényi véralvadástgátló van benne. Nagyon jó memória-javító, kiélesíti az érzékeinket is. Hogy kekszbe sütv ebből mennyi érvényesül, nem tudom.

Óh! Most már csak a titkos karácsonyi terv megvalósítását várom.

A gyömbéres keksz receptjét itt találtam [http://stahl.hu/hu/recept/desszert/Sved\\_gyomberes\\_keksz](http://stahl.hu/hu/recept/desszert/Sved_gyomberes_keksz)

Radogna Edit, Online boltos kisasszony <http://webvitaminbolt.com/>





## Újra hódít az üvegfestés

*Egyszerű DIY lakásdekoráció vagy igazi Művészet?*

Rohanó világunkban a kikapcsolódást, megpihenést nyújtó **alkotó tevékenységekre** nagyobb szükség van mint valaha.

Sokan hajlamosak vagyunk azt feltételezni, hogy mivel **nincs különösebb kézügyességünk**, térlátásunk vagy érzékünk a festéshez, rajzoláshoz, eleve kizárt, hogy alkotókedvünket ilyen területen kamatoztassuk.



Létezik egy technika, ami ezt merőben megcáfolni látszik: nem véletlen, hogy manapság még a legkisebb gyermek is üvegmaticázik, matricafestékekkel díszítgeti az ablakát.

De azt vajon hányan tudják, hogy a matricafestés merőben más mint az üvegfestés? Hogy rokonával a hideg síküvegfestéssel valami egészen eredeti, ötletes és minőségben kivitelezett, már-már a művészet határát súroló mestertechnikát is elsajátíthatunk? A szélesebb felhasználási körről nem is beszélve.

<http://www.uvegrekattanva.hu/uevgestes/szokvanyo-s-es-kevesbe-szokvanyos-megoldasok-uevgestessel>



### Hogy miért jó üvegre festeni?

- Mert **megnyugtat** és kikapcsol,
- Mert az üveg **varázslatos csillogást** ad a festéknek
- Mert **hihetetlen szín- és fényjátékot** produkál,
- Mert **kurióznak** számít,
- Mert **időtálló** felületet kapsz, nem fakul ki, nem kopik, ne halványodik el,
- Mert nagyon **sokrétű felhasználási területe** van,
- Mert **izgalmas alkotó folyamat**.





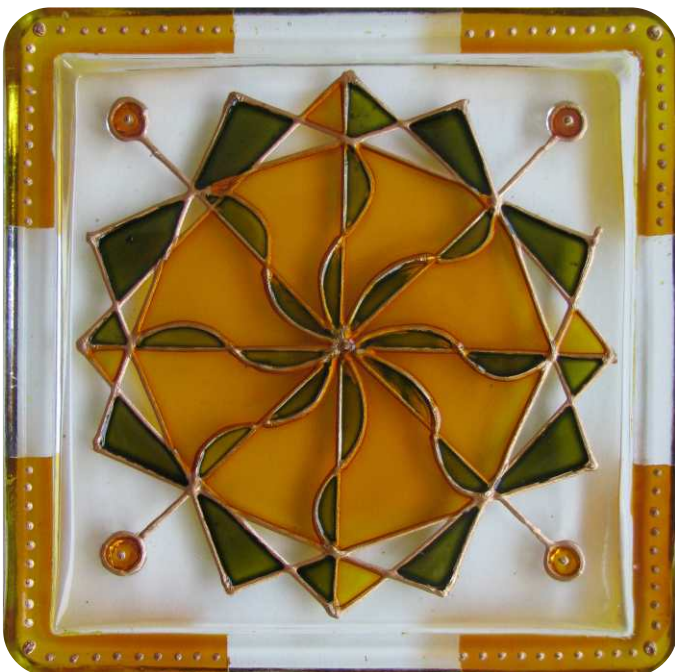
Nekem több mint 10 évem ment rá, hogy megismerjem a művészi üvegfestés minden csínját-bínját, ezeket a tapasztalataimat most mind megosztom Veled, hogy ezzel a részével már ne legyen gondod, zavartalanul alkothass, alkothass, alkothass...! Gyere és nézd meg, hogyan színezheted ki *Te is az életed!* <http://www.uvegrekattanva.hu/tudasanyag>

*Burján Eszter*  
az „Üvegre kattant” üvegfestő és üvegszeker  
designer

[www.uvegrekattanva.hu](http://www.uvegrekattanva.hu)  
[www.asterglass.eoldal.hu](http://www.asterglass.eoldal.hu)

*Neked mennyit ér egy olyan hobbi, ami:*

- a szenvedélyeddé válhat,
- ami önbizalmat ad,
- amiből több évre előre elegendő *ajándékötletet merítesz*, potom pénzért,
- ráadásul mindezt a saját magad képezi munkájával, a saját alkotó fantáziád szerint **MEG IS TUDOD** valósítani?







## Horgolok, tehát vagyok!

*Hiszem, ha megtalálod a kezedhez és lelkedhez közel álló kézimunkát, hobbit, elfoglaltságot, többé már nem tudsz létezni nélküle...*

Hát így állunk mi, a horgolás és én... Pedig a dolog kettőnk közt nem is olyan régen kezdődött. A kisfiam még pici baba volt, amikor az interneten megláttam egy gyönyörű, horgolt takarót, szerelem volt első látásra. Tudtam, hogy AKAROK olyat készíteni neki, és MEG FOGOM TANULNI a technikáját. Tapasztalatból mondom, sokan hasonló módon találtunk rá a horgolásra, az internet hatalmas tárháza a látni- és megkívánnivalóknak.

Szerencsés vagy, ha édesanyád, nagymamád, kedves ismerősöd a tudás birtokában van, és szívesen meg is osztja veled, de akkor se ess kétségbe, ha hasonló cipőben jársz, mint én, és nincsenek ilyen lehetőségeid. Több városban az élelmes fonalbolt-tulajdonosok a teljesen kezdőknek (sőt kétbalkezeseknek!) is szerveznek tanfolyamokat, illetve az interneten vannak magyar és angol leírások, az inkább vizuális típusúaknak pedig jól követhető videók. Én is így sajátítottam el a horgolás fortélyait, és lettem a rabja rövid idő alatt.

Most biztosan azt kérdezed tőlem, TE miért horgolj?



### *Néhány ok a sok közül:*

- Könnyebb megtanulni, mint az autózést... (Vagy neked nem volt gondod vele? Szerencse lánya...)
- Ha XY elhagyja a sapkáját, sálját, kesztyűjét, nem azon fogsz gondolkodni, honnan a csudából keríts neki gyorsan másikat, de ugyanolyan színben és mintával ám! (XY tetszőlegesen behelyettesíthető a gyermekeddel, férjeddal, családotd egyéb tagjaival, és igen, még egyes állatok is viselnek ruhaneműt.)
- Mindenki mindig tudni fogja, mit szeretnél ajándékba: fonalat, fonalat és fonalat, végső esetben vásárlási utalványt egy fonalboltba.
- Nem esel kétségbe, ha egy esküvőre készülve a kedvenc ruhádhoz nem találsz méretben és színben is megfelelő bolerót vagy kendőt. (Mert így együtt azért ritka kombináció, nem igaz?)
- Nem lógnak a kezeid folyton a kekszes zacskóba, mert a fonalat és a horgolótűt azért csak tartani kell valamivel.
- Nem töröd a fejed, ugyan mit kellene a lányod barátnőjének a születésnapjára vened, ha pont előző nap láttál egy szép babamintát valamelyik honlapon.
- Az orvosnál vagy a gyerek edzésén, várakozás közben nem a többieket ütöd agyon, hanem az időt egy éppen folyamatban lévő, táskából előkapott munkáddal, amivel még némi elismerést is bezsebelhetsz.
- Sokáig friss leszel szellemileg, így hosszabb ideig szépítheted majd anyósként a menyed és vejed mindennapjait.
- És borzasztóan jól érzed magad, amikor a gyermeked büszkén mutatja magán mindenkinek az aktuális művedet: „Anya ógóta!”

Ha a felsoroltak alapján kedvet kapsz egy kis fonallal való foglalatossághoz, az alábbi karácsonyfadíszeket horgolótű nélkül is elkészítheted.





Amire szükséged lesz: több színű fonal, szalag, műanyag karika (én függönykarikát használtam), olló, ragasztópisztoly vagy kétoldalú ragasztó.

Hogyan készítsd: kétféle fonalból vágj le egy-egy akkora szálát, amennyivel úgy látod, hogy teljesen körbe tudod tekerni a karikát. A két fonalat fogd össze, és az elejét kevés ragasztóval rögzítsd a karikához, majd tekerd teljesen körbe az alapot. Ha a végére értél, pici ragasztóval rögzítsd a fonalvégeket. Vágj le valamelyik fonalból újabb szálát, és kötdz rá a karikára, készíts belőle akasztót. A szalagból köss masnit, és pici ragasztóval rögzítsd a karikára, de az akasztóra is rákötheted, ahogyan én készítettem.

(Az eredeti ötlet lelőhelye:)

<http://www.smilelikeyoumeanit.net/2011/11/orname-nt-1-mini-wreath-tutorial.html>

A karácsonyi készülődéshez további fonalas ötleteket találsz a blogomon:

<http://pinktulipmom.blogspot.com>



*Faragó Nóri* - PinkTulipMom  
kézműves, aki mosolyra horgol  
<http://pinktulipmom.blogspot.com>







## Baba angol a karácsonyfa tövében?

*Szeretnéd gyermeked csodálkozó szemén keresztül átélni az idei karácsonyi készülődést és az ünnepek varázsát? Szeretnél valami különlegeset adni neki, amit csak Tőled kaphat meg, ami Veled lehet a legjobb?*



A karácsonyi készülődés az év legszebb, legmeghittebb időszaka. Rengeteg izgalmas eseményről, élményekkel teli várakozásról szól, amit a kicsik valódi csodavárásként élnek meg. Mi lenne, ha az idei karácsonyt még csodásabbá, még izgalmasabbá tennéd, és közben bevezetnéd Őt abba a világba, ahol csupa móka és kacagás az angoltanulás? Jól hangzik, de nem tudod, hogyan kezdj hozzá? Sok-sok ötletem van, hogyan készülhettek együtt, szemezgesd bátran a karácsonyváró ötletekből, és kapszold össze a készülődést a játékos angolozással!

Adventi naptárak. Gondoltad volna, hogy az adventi naptár mennyi játéklehetőséget rejt magában? Beszerezhetsz egy csokis változatot is. Szuperül lehet vele gyakorolni a számolást, a színeket és a karácsonnyal kapcsolatos szavakat. Én a saját készítésű adventi naptárat szeretem. Ez például egy papírtörő gurigából és egy darab organza anyagból készült. Erre erősítettem fel 24 darab arany szalaggal átkötött piros zsákocskát. Mit rejtene? Angyalkákat, kisvonalot, csengőt, hóembert, Kinder tojásból "kikelt" Mikulás sapkás Micimackót, Malackát, Baglyot. A karácsonyi díszekkel együtt ezek is fel fognak kerülni majd a fára. Ez a "csomagolás" kalendárium kiváló lehetőséget teremt egy kis angolozásra, minden napra egy (új) szó játékra. Gyűjtsétek kis dobozba őket, és minden nap ismételjétek át az összes addigi szót! Ha kitartó és következetes vagy, december 24-re gyermeked már rengeteg angol szót fog ismerni.



### Tanuljatok karácsonyi gyerekdalokat!

Az angol gyerekdalok nyelvtanulás szempontjából is fontos szerepet játszanak. Amellett, hogy jó hangulatot teremtenek, hozzászoktatják kicsid fülét az angol nyelvhez, dallamuknak köszönhetően könnyen bevesődik a szöveg, és segítik a helyes kiejtés elsajátítását is. Ti is várjátok az öreg nagyszakállút? Szeretettel ajánlom a Santa,

where are you? vagy a Rudolf, the red-nosed reindeer című dalt!

### Készítsetek együtt ajándékokat!

Nincs jobb annál, mint amikor játékos angolozás közben együtt készítenek valami szépet a nagyszülőknek vagy a család többi tagjának. Még az izgó-mozgó apróságok is lecövekelnek ilyenkor. Hogyan készült ez a rénszarvas? Körberajzoltam a kisfiam talpát és mindkét kezét. Színes papírból kivágtam, és együtt felragasztottuk egy kartonra. Már csak a nagy piros orr és két nagy szem hiányzott. Ezzel a feladattal játékosan gyakorolhatjátok a testrészeket, a színeket és a számokat.





### *.Sütés, főzés?*

Miért ne csempészheted be a baba angolozást egy vidám sütisütésbe? A legkisebbek is szívesen tüsténkednek a konyhában. Biztos a Te babád is kipakolta már párszor az edényeket a konyhaszekrényből, követelte már visítva a fakanalaid egyikét, és boldogan kavarta a levegőt a lábában, amit sikerült kikönyörögnie, és lelkesen utánozta a mozdulataidat sütés, főzés közben. Gyermeked akár baba, bölcsis vagy ovis korú, mindketten profitálhattok egy játékos angolozással összekötött sütikészítésből. Luca pogácsa, mézeskalács? Játék, szórakozás, élmény, észrevétlen gyakorlás és tudás. Izgalmasan hangzik? Működik! Próbáljátok ki!

### *Többet szeretnél?*

Szeretnél Te magad is magabiztosabban használni az angoltudásod? Nem tudod, hogyan kezdjétek el az otthoni játékos nyelvtanulást? Szeretnél minőségi időt tölteni gyermekeddel, hogy kapcsolatotok még bensőségesebbé váljon, miközben szívesen megismertetné az angol nyelvvel?



Akkor tarts velünk az idei Baba és gyerek angol online „főzőtanfolyamon”! Egy nem mindennapi „szakácskönyv” sok-sok színes, vidám játékokkal, elméleti és gyakorlati tudással!

Bővebben:

[www.babaangolonline.com/telitrening2012.html](http://www.babaangolonline.com/telitrening2012.html)

Tartsatok velünk a blogon és a Facebook oldalunkon is! Készüljünk együtt az év legszebb ünnepére! Élvezzétek Ti is az észrevétlenül könnyű, játékosan egyszerű, élményekkel teli nyelvtanulás varázsát!

**Juhász-Fodor Tímea**

[www.babaangolonline.com](http://www.babaangolonline.com)



## Karácsonyi nagytakarítás vegyszerek nélkül

Szeretnéd, hogy karácsonyra gyönyörű tiszta legyen a lakásod és mindezt vegyszermentesen és olcsón megoldani?

Ehhez szeretnék most tanácsokat adni.

A reklámokból tudjuk, hogy mennyi féle tisztítószeret kell vásárolnunk.

Kell egy fürdőszoba tisztító, vízkőoldó, WC tisztító, konyhába külön tisztítószer és persze a tűzhelyet sem tisztíthatjuk ugyanazzal a szerrel, amivel a konyhapultot. Kell még a felmosáshoz is egy újabb flakon, az ablakpucoláshoz is, ja és persze a bútorok és parketták ápolásához is mást kell használni. Ezzel egy vagyont el is költhet az ember (direkt nem azt írtam, hogy költhetünk, mert ugye mi nem költünk ennyi felesleges vegyianyagra).

### **Akár egy szerrel is végig takaríthatod a lakást.**

Kezdjük a mosószódával, ami egy igazán univerzális tisztítószer, ugyanis takarításra és mosásra is használható.

**Takarításhoz:** egy szórófejes flakonba öntsünk ½ liter vizet és tegyünk hozzá két evőkanál mosószódát (többet nem érdemes, mert nem oldódik fel), majd jól rázzuk össze. Ezzel a keveréssel takaríthatjuk a tűzhelyet, konyhapultot, csempét, fürdőszobát, kádat, mosdót, WC-ét. Felmosószert is készíthetünk belőle, egy vödör vízhez adjunk 3-4 evőkanál mosószódát, fertőtlenítéshez tehetünk hozzá háztartási ezüstkolloidot.

**Mosáshoz:** használhatjuk a mosódióhoz is, de magában is használható. Mindenképpen hígított formában öntsük a mosógép tartályába. Mosódió mellé egy evőkanál mosószódát oldjunk fel kis vízben. Magában használva két evőkanálnyi oldjunk fel és ezt öntsük a gépbe.

### **Szódabikarbóna**

Ez is egy univerzális szer, ő is alkalmas az egész lakás tisztántartására.

Folyékony súrolószert készíthetünk belőle, úgy, hogy két-három evőkanál szódabikarbónát egy tálban összekeverünk annyi vízzel, hogy folyékony masszát kapjunk. Ezzel a szerrel takaríthatjuk a konyhát, tűzhelyet, mosdót, kádat, WC-ét. Ha eldugul a lefolyó, akkor sem kell a méreg drága mérgekhez

nyúlni, hiszen a szódabikarbóna és ecet keveréke kiválóan oldja a lerakódásokat a lefolyóban. Egy tálba tegyünk szódabikarbónát és öntsünk rá ecetet, keverjük össze. Ezt a pezsgő folyadékot öntsük a lefolyóba és hagyjuk hatni pár órán keresztül, majd forró vízzel öblítsük le.

A szódabikarbóna mosáshoz is használható, mégpedig fehérítésre. Karácsony előtt a függönyöket áztassuk be szódabikarbónás vízbe (két kanál szódabikarbóna egy lavór víz), utána tegyük a mosógépbe és mossuk, ahogyan szoktuk, gyönyörű fehér lesz.

Vízkőoldáshoz használhatunk ecetet, egy szórófejes flakont töltsünk félig vízzel és félig ecettel. Minden felületre használhatjuk.

Ha nem szereted az ecet szagát, akkor használhatsz citromsavat is, mellyel ugyanezt a hatást éred el.

Térjünk át a szobába, itt sem kell megvinnünk a drága vegyszereket. Port törölni mikroszálás ronggyal is elég, ez magába szívja a port és nehezebben porosodik utána a bútor. A mikroszálás törölkendő ablakpucolásra is alkalmas. Bármilyen tiszta vizes ronggyal mossuk le az ablakot, majd töröljük át a mikroszálás kendővel. Gyönyörű csíkmentes lesz tőle az üveg. Az ablakkereteket lemoshatjuk mosószódás vagy szódabikarbónás vízzel.

Remélem tetszettek az ötleteim. Ezekből a szerekből készítettem egy Öko takarítási csomagot amelyet megvásárolhatsz a <http://dynaboltja.hu> webáruházban.

*Verécziné Földvári Edit*





## Különleges szilveszter

Ha nem akartok otthon szilveszterezni, akkor sem kell feltétlenül egy vagyont költenetek a szállásra. A világ zajától eldugott, stílusos kis vendégházak elfogadható áron kivehetőek kisebb-nagyobb család, társaság számára. Két ilyen hangulatos szállást mutatok be szilveszterre, de ha beteltek, vagy más érdekel, akkor személyre szabott tanácsot is szívesen adok: [szallasmaskepp@gmail.com](mailto:szallasmaskepp@gmail.com), [www.szallasmaskepp.hu](http://www.szallasmaskepp.hu)



Présház a Szőlő-hegyen. Forrás: Aggteleki Nemzeti Park

### Hangulatos vendégház az Aggteleki Nemzeti Parkban.

A parasztház a kis zsákfalu egyik legszebb és legcsendesebb utcájában található, nyugodt, biztonságos környezetben. Az udvart, bármire nézünk is, magas hegyek veszik körül, innen is jól láthatóak Szádvár romjai. Olykor szarvasokat, őzeket is láthatunk, amint a hegy oldalán ballagnak, ősszel pedig még szarvasbögés is hallható. A házban két szoba található, fűthetőek, így akár télre – karácsonyra, szilveszterre – is kivehető. A vendégház konyhája jól felszerelt. Ugyanebben az utcában található a Potács vendégház is és Pista bácsi Tájház is, így akár nagyobb társaság, család is lefoglalhatja, és egymás közelében tudnak megszállni. Egy éjszaka 3000 Ft felnőtteknek, gyereknek 1500 Ft, szilveszterre az egész ház 50.000 Ft 3 éjszakára. Kapcsolat: <http://nagyani-szallas.mindenkilapja.hu>

### Felújított parasztház a Tisza-tónál

A Tisza-tó szívében, a hortobágyi pusztától nem messze, tágas környezetben, egy mintegy 4.000



négyszáz méteres parkban újítottak fel szerető gonddal 3 régi parasztházat. A teljes felújítással az öreg, tipikus magyar parasztházak eredeti bája nem veszett oda. A házak megőrizték a hagyományos rusztikus stílust, de ma már nem nélkülözhetik a legmodernebb lakáskomfortot sem. A 100-200 éves házak nádtetősek, a búboskemence és a központi fűtés (részben padlófűtés) jól megférnek egymással. Minden házban jól felszerelt minikonyha van hűtővel, mikrohullámú sütővel és kávéfőzővel, valamint teljesen új vizesblokk. A 2-4-6 fős házikókat igényesen és ízlésesen rendezték be antik bútorokkal. Olyan, mintha egy skanzenben lalnánk, miközben a 21. század komfortjáról sem kell lemondanunk. A kertet gyönyörűen parkosították, gyerekek számára is biztonságos. A kicsiknek egyébként babaágyat, kádat és etetőszéket is adnak. Egy ház ára 5 főig 17.000 forint főszezonban.

<http://www.pusztahaz.hu/>

*Kádár Tímea*





## A személyes ajándékok titka

*Egy ideális ajándék ismertetője, hogy szép, hasznos, gyorsan beszerezhető, megfizethető és személyre szabott, egyedi. Nem könnyű ilyen paramétereknek megfelelő meglepetést beszerezni. De van rá megoldás.*

A személyre szabott ajándék kiválasztásához először csupán egy kis figyelmességre és éberségre van szükség. Egyszerűen csak meg kell figyelni az ünnepelt tulajdonságait és szokásait. Azt sem árt tudni, hogy mivel tölti legszívesebben a szabadidejét. Olyan apróságokra is érdemes odafigyelni, mint például, hogy mivel jár dolgozni, hová jár vásárolni, melyek a kedvenc ételei, milyen témájú könyveket olvas vagy mit visel szívesen. Igen, ez olyan, mint egy magánnyomozás. Ám az együtt töltött időben, ha valóban odafigyelünk barátunkra, partnerünkre vagy bármely családtagunkra, akkor biztosan kiderül mire lenne szüksége életének bármely területén vagy mi lenne az, aminek örülne. Csak meg kell hallani. Plusz energiát igényel, de megéri, amikor az ajándék kibontása után felragyog az arca és azt mondja: „Pont erre vágytam!”



### Csak egy pici plusz

Bármilyen ajándékot személyessé lehet tenni. Csak egy pici figyelmesség és a megajándékozott máris azt érzi, hogy valóban rá gondoltak a vásárlásnál. És ez itt a titok! Érezze az ünnepelt azt, hogy csak neki szól az ajándék. Ilyen kis figyelmesség lehet például egy ajándékkísérő kártya, amelyre jókívánásokat, bölcs vagy mulatságos idézeteket lehet írni. De már a csomagolást is lehet úgy megválasztani, hogy kapcsolódjon az ünnepelt szokásához vagy hobbijához. Például egy zeneszeretőnek hangjegyekkel díszített papírba csomagoljuk az ajándékát. A kézzel készült ajándékokkal pedig semmi nem veszi fel a versenyt egydiességben. Például egy házi készítésű likőr, lekvár, sütemény, csokoládé vagy fűszerkeverék biztos siker lehet.

### Miért könyv?





Az egyik legegyszerűbb megoldás, karácsonykor különösen, ha könyvet vásárolunk. Az üzletek kínálata szinte végtelen és árban kifoghatunk megfelelőt az akciók áradatában. Ha odafigyeltünk a megajándékozottra, akkor gyerekjáték bárkinek az érdeklődési körébe tartozó könyvet találni, akkor is, ha nem éppen könyvmoly. Arra, hogy még ennél is személyre szabottabb legyen a kötet, több egyszerű megoldás is létezik. Egy saját kézzel a könybe írt ajánlás, saját készítésű könyvjelző és a már említett csomagolás mind azt sugallja a megajándékozottnak, hogy a meglepetés csak neki szól.

### *Az egyik legszemélyesebb meglepetés - te is lehetsz főszereplő!*

Bárki lehet főszereplő, akár egy regényben is. Hogyan lehetséges és miként lesz belőle az átlagnál is személyre szólóbb, különleges és egyedi könyv az ünnepletnek? Megtudható a [www.konyved.hu](http://www.konyved.hu) oldalon, ahol garantáltan rátalálsz a tökéletes és egyedi meglepetésre. Itt további ötletek és jótanácsok is találhatóak a személyes ajándékok kiválasztásához.

*Kovács Barbara*





## Beregszász, ahol a magyarságod volt a tét

*A sors részekre szakította a Magyarságot. Ezen szomorú esemény végigkísérte Erzsike egész életét. Idegen hatalmak elnyomása mellett kellett megélnie magyarságát.*

### Történelmi utazás

Most egy kis időutazásra indulunk. 1920. június 4-et írunk, aláírták a trianoni békeszerződést. Béke lett a világban, de ez egyben az akkori Magyarország végét is jelentette. Szétszakították és területének több mint kétharmada került idegen kézre. Hiába ért véget az I. világháború, a magyarság hányattatása és küzdelme csak ekkor kezdődött.

Kárpátalja is az elcsatoltak területek között volt. A terület egy újonnan létrejött ország: Cseh-Szlovákország (Csehszlovákia) fennhatósága alá került. Az új hatalom első intézkedései között volt, Beregszász város címerétől való megfosztása és az önkormányzat megszüntetése.

Beregszász az elnyomott időszak alatt is igyekezett megtartani a „Kárpátalja magyar kulturális központja” címet.

1938. november 2-ig tartott a cseh-szlovák uralom. Ekkor írták alá az I. bécsi döntést, így Kárpátalja újra magyar föld lett.



Két évvel később született Erzsike nagycsaládba, ahogy abban az időben a magyaroknál szokás volt. Sajnos ötödik születésnapját már egy idegen országban kellett ünnepelnie, hisz Kárpátalja szovjet terület lett. Ebben az érásban kellett felnőnie, férjhez mennie, gyereket nevelnie és megtartania magyarságát. Nem volt egyszerű, de igyekezett megbirkózni eme nemes feladattal. Férje nem magyar nemzetiségű volt, de a gyerekeinek megtanította a magyar nyelvet, a magyar értékeket.

### Tiltott gyümölcs

Mire unokái lettek, addigra már a független Ukrajna része volt Beregszász. Igen, jól számolsz, ez már a harmadik ország, de nem ő költözött. Igyekezett, hogy az unokái is megtanulják a magyar nyelvet. Nem engedte, hogy a rendszer a belső családi értékeket is

elnyomja. Titokban kereszteltette meg a gyerekeit és az unokáit is, mivel a rendszer ezt is tiltotta.

Beregszász az elnyomott időszak alatt is igyekezett megtartani a „Kárpátalja magyar kulturális központja” címet.

Amikor az unokák nagyobbak lettek, a karácsonyi időszakban mindig megkérdezték tőle: „Akkor mi most magyarok vagyunk? Itt a karácsony, de van orosz karácsony is. Melyiket kell ünnepelnünk?” Ezeket a kérdéseket egyszerűen oldotta meg Erzsike, a vegyes házasság miatt mindkét ünnepet megtartották, de a legnagyobb ajándékokat a gyerekek magyar karácsonykor kapták. Náluk mindig a magyar Mikulás járt.

### A magyar Karácsony szelleme

Erzsike minden karácsonyra nagy gonddal készült. Ez az ünnep volt a családi összejövetelek koronája. Unokáit azzal kényeztette, hogy ilyenkor sütötte meg a hagyományos mákos, diós és túros bejgliket. A sütést már napokkal korábban elkezdte, hogy minden kész legyen időben.

Amíg Erzsike a konyhában ügyeskedett, addig az unokák (természetesen szülői felügyelet mellett) a fát díszítették. Amikor még kisebbek voltak, akkor Erzsike is segített nekik. Megtanította, hogy a tervezés az egyik legfontosabb része a sikeres munkának. Ennek köszönhetően az unokák is tudták, hogy a karácsonyfadíszeket napokkal, sőt akár hetekkel korábban, el kell kezdeni készíteni. Így, mire a nagy nap eljön, akkor már csak az apróbb simítások maradnak.

*Okszimec Krisztina,*

a Beregszász Vendégház vendég szakértője







## Karácsonyi gondolatok – alternatív Karácsony

Az  
 ünnepeket  
 megelőzi a  
 készülődés  
 izgalmával  
 fűszerezett  
 várakozás.  
 Miért és  
 hogyan?

**Valahogy decemberben**  
 ennek a várakozásnak **más**  
 íze van és az illatáról már  
 nem is beszélve. Sok sztori,  
 mese és monda, legenda és  
 történet forog közszájon arról,  
 hogy mit ünneplünk, miért

**fontosabb ünnepünk** - nekünk – embereknek.

A Karácsony – talán már nem is lepődik meg ezen  
 senki – szintén a kereszténység elterjesztésével,  
 elterjedésével lett azzá, amit ma képvisel.

**Kezdetben** – a téli napfordulóhoz kapcsolódó **pogány**  
**ünnep volt.** Az ókori Rómában – Szaturnuszt – a földművelés  
 istenét igyekeztek jókedvre deríteni, a következő év jó termésének  
 reményében.

Ezért zenés, táncos multságokat rendeztek a tiszteletére,  
 december 17 és 25 között. Egy pápai rendelet következtében iktatták az  
 egyházi ünnepek sorába a téli napfordulót, 354-ben. **Az egyház** december 25-én  
 – a szaturnália ünnepének utolsó napján - kezdte **ünnepelni Jézus születését.**

A római császár pedig eredményesebben tudta áttéríteni a pogányokat azáltal, hogy jeles  
 napjaik, szertartásaik és szimbólumaik, hagyományaik – az életük - új vallási tartalmat  
 kaptak. A reformáció új tartalmat adott a Karácsonynak. Az istentisztelet, más szóval a  
 liturgia **beköltözött az otthonokba** és az emberek új karácsonyi szokásokat alakítottak  
 ki maguknak. Ilyen új szokás lett **a karácsonyfa állítása** és az édességekkel, gyümölcsökkel  
 történő **díszítése. Mára már** – vallástól függetlenül – szinte mindenkit érintő ünneppé vált, de a vallásos  
 keresztényi rítusok egy része is megmaradt. A nem vallásos családok körében is **a szeretet, a béke** ünnepe.  
 Olyan ünnep, amikor bármi megtörténhet. Igazi csodaváró ünnep, amely mindenki számára mást és mást jelent.  
 Igen ám, **de ez a csoda Benned van**, és attól függően valósul meg, hogy mennyire vagy gazdag. Nem a  
 pénztárca vagy a bankszámla vastagságától, nem a vagyontól függ ez a gazdagság, hanem a szív, a lélek, a  
 szeretet, az adni jó bőségéről beszélek.

Tehát az alternatíva Benned lakozik. **Magadban keresd! Meg fogod találni**, ha elfogadod, hogy az  
 Univerzumban mindennek megvan a maga ideje. Használd ki az adventet, a várakozás idejét. Készíts  
 ütemtervet! Tartsd magadat hozzá, mert kezdetben vannak az álmok, aztán utolér a valóság. Ha ez lesz az első  
 önálló Karácsonyod, akkor azért fontos a tervezés, mert el sem tudod képzelni, mennyi mindenre oda kell  
 figyelni. A lakás, az ajándékok, a csomagolás, kinek küldesz üdvözlőt, az ünnepi menü és a bevásárlás,  
 mindegyik lehet stressz forrása. Aki levezényelt már akárcsak egyetlen alkalommal is egy ilyen ünnepet, az  
 tudja, mennyire fontos, a jó stratégia. Hiszen az utolsó pillanatban mindig történhet valami. Így leszel nyugodt,  
 kiegyensúlyozott és elégedett a szikrázó csillagszórók fényében.

**Legyen a Te alternatívád a békés, boldog Karácsony, amelyet a nyugalom és harmónia ölel körül!**

Mády Éva

www.biborkalaposok.hu



## Női egyenjogúság az életbiztosításokban

*Már csupán néhány hétig köthetnek a férfiaknál kedvezőbb díjú életbiztosítást a nők, az egységes tarifákat ugyanis Európai előírásoknak megfelelően rövidesen bevezetik a biztosítók. Az új díjak a nőknél 5-90 %-os drágulást is jelenthet. A hölgyeknek tehát még most érdemes szerződést kötniük.*

**Nemek közötti különbség a biztosításoknál ezután nem számít**



A nemek közötti különbséget nem csak biológiailag, hanem statisztikailag is egyértelműen ki lehet mutatni.

A nők Európa minden országában jó pár évvel tovább élnek, mint a férfiak. Magyarországon a KSH adatai szerint a születéskor várható élettartam 7-8 év a nők javára. Ezért biztosítási szempontból sokkal kisebb kockázatot jelent egy azonos korú női ügyfél, mint egy férfi. A kisebb rizikót eddig egyértelműen mutatták az alacsonyabb biztosítási díjak. Viszont 2012. december 21. után a biztosítók nem tehetnek különbséget nők és férfiak tarifái között. A férfiak díját egy picit csökkentik, a hölgyekét pedig emelik és a jelenlegi árazások között lesz az egységes díj.

### Miért kell változtatni?

Az Európai Bíróság egy asszony és az őt támogató belga fogyasztóvédelmi csoport beadványát hagyta jóvá, és éppen a nők vélelmezett hátrányát próbálta orvosolni, amikor tavaly tavasszal meghozta diszkriminációellenes ítéletét, és kimondta, hogy a biztosítóknak egységesíteniük kell a tarifáikat. A döntéssel végeredményben éppen a nőkkel szűrtak ki az egyenjogúsítás hívei, és ezért kell december 21. után többet fizetni a hölgyeknek.



### Milyen mértékű emelkedésre lehet számítani?

Mielőtt erre választ adnék, nézzük meg, milyen részekből áll az ügyfél által fizetett biztosítási díj, ez azért érdekes, mivel ezek közül csak egyiket érinti az emelés.

### Biztosítási díj részei:

- Vállalkozói díjrész: a biztosító költségeit, nyereségét, üzletkötő jutalékát tartalmazó rész
- Kockázati díjrész: A kockázatotért fizetett rész. **EDDIG EZ VOLT DIFFERENCIÁLVA NEMENKÉNT, ÉS EZT ÉRINTI A VÁLTOZÁS**
- Befektetési díjrész: a befektetésre kerülő összeg - Kockázati életbiztosításnál nincs ilyen rész

Ezek hozzávetőleges arányát az alábbi grafikon tartalmazza. A pontos arányok biztosítónként eltérőek és a társaságok üzletpolitikai titokként kezelik.



Érdekes az alábbi életbiztosítási fajtákat külön vizsgálni, hiszen a várható emelkedés mértéke jelentősen eltérő lesz a két típusoknál.



1. Kockázati életbiztosítás. Biztosítási esemény a halál. Ha bekövetkezik, akkor a biztosító kifizeti a biztosítási összeget a kedvezményezett részére. Ha lejáratot az ügyfél megéri, akkor ez egy biztonsági költség volt, hiszen lejáratkor nem fizet semmit a biztosító.

Vegyünk erre egy példát (\*). 40 éves egészséges, nem dohányzó ügyfél köt 20 évre 15.000.000.-Ft-os kockázati életbiztosítást. Ennek havi díja, ha hölgyről van szó 5.160.-Ft és 9.480.-Ft ha férfiről. Ennek díja a változást követően, valahol 8-9.000 Ft között várható.

2. Megtakarításos életbiztosítás. Jelentős befektetési elemet tartalmaz. Biztosítási esemény bekövetkezése esetén és lejáratkor is nyújt szolgáltatást.

Példa (\*). Ügyfél és a futamidő a fenti példával azonos. 3.000.000.-Ft-os életbiztosítás, mely tragédia esetén vagy 20 év lejárat elérése esetén is garantáltan kifizeti a 3 millió Ft-ot és a befektetésen elért nyereséget. Havi díja hölgy esetén 14.434.-Ft, és 15.200.-Ft férfi esetén.

(\*A példák kiragadottak, az árazások biztosító társaságoként eltérőek.

Ezek alapján megállapíthatjuk, hogy a Kockázati életbiztosításoknál komoly mértékű emelkedés lesz, ami akár 90%-ot is elérheti. A megtakarításos életbiztosításoknál az emelkedés mértéke, csupán néhány %

Tehát aki kockázati életbiztosításban gondolkodik, annak még a változás bevezetése előtt érdemes megkötnie. Ez kiemelten fontos, mivel a díj a teljes futamidőre érvényes. Ezért egyáltalán nem mindegy, hogy 20 éven keresztül alacsony díjat fizet valaki a szolgáltatásért, vagy a 90%-kal magasabb díjat. Személyre szabott ajánlat [itt kérhető >>](#)

Minden család boldogságához hozzátartozik a biztonság, ami Karácsony előtt még kedvezményes áron megköthető.

*Áldott boldog Karácsonyt kívánok.  
Petrányi Lajos*





## ***Új év, új élet természetesen? – Természetesen!!! ... avagy ne feledkezzünk meg a természet ajándékairól sem!***

Közeledik az év vége. Ilyenkor van, akinek az élete lelassul, aki számot vet az elmúlt évvel, magára figyel és befelé fordul. De van olyan is, akinek ilyenkor pörögnek fel a napjai, hiszen ilyenkor jön rá, hogy még mennyi mindent meg kellett volna tennie ebben az évben. Mennyi terv, cél és kívánság van még, amire nem jutott ideje.

Én úgy látom, hogy egyre többen vannak olyanok, akik a második csoportba tartoznak. A családi ünnepek szervezését, az ajándékok tervezését össze kell hangolni a munkahelyen az év lezárásával. És akkor az ünnepek előtti nagytakarításról még nem is beszéltünk. Azt hiszem, hogy a listát ki tudnánk még egészíteni jó néhány ponttal.

### ***De hol jut idő ebben a rohanásban Magadra? Az egészségedre?***

Te is megfogadtad idén januárban, hogy tudatosabban fogsz élni és jobban odafigyelsz az egészségedre?

Neked sikerült? Ha igen, akkor legyél büszke magadra és tartsd meg ezt a jó szokásodat az új esztendőben is.

Ha azonban azok táborába tartozol, akinek az egészségesebb élet csak egy újévi fogadalom maradt, akkor itt az ideje, hogy cselekedj!

Jól gondolom, hogy most azon tűnődsz, hogy hogyan is fogj hozzá? Sok helyről hallani, hogy az egészséges élet két alappillére a mozgás és az egészséges táplálkozás. Ez így is van. Ha azonban az étkezésed nem gazdag vitaminokban és ásványi anyagokban, akkor hiába változtat, még nem lesz elegendő.

### ***Hogy mi a megoldás? Segítek!***

Iktasd be étkezéseidbe a 100%-ban természetes hidegen sajtolt növényi olajakat. Igen, ilyen egyszerű. Ezek az olajok nagyszerű alapanyagai, vagy kiegészítői lehetnek az ünnepi ételeidnek, de ne feledkezz el róluk a hétköznapiakban sem. Ha bátrabb vagy, akkor nyugodtan fogyaszsd őket tisztán és élvezd azt az íz kavalkádot, melyet nyújtani tudnak számodra.



### ***De hogyan dönts el, hogy melyik olaj a legmegfelelőbb számodra? Ebben is segítek!***

Előljáróban azt azonban tudnod kell, hogy mindegyik olaj vitamin és ásványi anyag tartalma egyedi, így mindegyik olaj más és más problémára adhat megoldást. Nehéz ezt röviden összefoglalni, de had mondjak pár példát Neked!

- Ha előfordul, hogy stresszes időszakot élsz, vagy gyermeked óvoda/iskolakezdése nem zökkenőmentes, akkor nyugodtan használd a dióolajat, hiszen magas Omega-3 zsírsavtartalma miatt nagyon jó eredményeket érhetsz el vele a megváltozott élethelyzetek okozta stressz kezelésében.

- Ha szeretnéd, hogy bőröd ápolt, rugalmasan puha és selymes legyen, akkor ne a méregdrága kozmetikumokhoz, hanem a mandulaolajhoz fordulj. Készíthetsz belőle tejes-mandulaolajos fürdőt, ahogy Kleopátra is tette, de használhatod saját szemápoló készítéséhez, de még sminklemosáshoz is.

- Ha Nálad, vagy esetleg valamelyik hozzátartozódnál daganatos betegséget diagnosztizálnak, akkor a sok gyógyszer és kezelés mellett jótékony hatású lehet a barackmagolaj fogyasztása is. Kutatások szerint a megelőzésben is nagy szerepe van.



· De ne feledkezzünk meg a tökmagolajról sem, mely a prosztatata jóindulatú megnagyobbodása által okozott panaszokat enyhíti. Bár csak halkán jegyzem meg, olvastam már olyan cikket is, ahol a tökmagolajat zöld viagraként emlegetik.

Mindezekon felül tudnod kell azt is, hogy a növényi olajoknak nem csupán a betegségek legyőzésében van szerepük, hanem sokat segítenek neked abban, hogy erősítsd az immunrendszered és elkerüld a betegségeket. Ebben lehet segítségedre az olajrágás, mely a méregtelenítés egyik leghatékonyabb és legtermészetesebb módja. Ha tudni szeretnéd, hogy mit is jelent pontosan olajat

rágni, vagy azt, hogy a problémádra, panaszodra melyik növényi olaj nyújthat megoldást, illetve azt, hogy hogyan tudod mindezeket beiktatni a mindennapjaidba, akkor látogasd meg az oldalam, vagy írd bátran e-mailt nekünk!

*Martincsevicsné Jenei Gizella*

[www.facebook.com/Gastrolaj](http://www.facebook.com/Gastrolaj)

[www.gastrolaj.blogspot.hu](http://www.gastrolaj.blogspot.hu)

[gastrolaj@inframat.hu](mailto:gastrolaj@inframat.hu)





## Az „örökké tartó” mézeskalács házikó

*Ki hallott még olyan mézeskalácsról, amit vagy a gyerekek meg nem esznek, vagy a következő évre más kis apró élőlények meg ne rágcsálnának?!...pedig azt gondosan kisütöttük és összeraktuk!*

Jó hírem van! A megoldás a fűszerekkel illatossá és mézeskalács színűvé varázsolt só-lisz gyurma keverék! Sőt továbbfejlesztettem azzal, hogy szét is lehet szedni (így nagyon kevés helyet foglal) és a díszítést is át lehet alakítani.



### Ahozzávalók:

2 csésze liszt, 1 csésze só, 1 csésze langyos víz, 2 evőkanál olaj, 1 csomag Mézessütemény fűszerkeverék, 1 csomag őrölt fahéj, vonalzó, raffia, süteményszaggató.

### Az elkészítés roppant egyszerű!

1. A hozzávalókat összegyűrni (én a kenyérsütőbe raktam Dagasztás funkcióra kapcsolva), majd a vonalzó segítségével a kinyújtott tésztát formákra vágni. A képeken látható módon egy üres tollal vagy bármivel lyukakat szúrhatunk a tésztába, hogy össze lehessen kötni az oldalakat (a későbbi könnyebb tárolás miatt). Illetve további figurákat, formákat szaggathatunk a só-lisz gyurmából, én fenyőfa formát választottam. És hogy 3D-s legyen, egyet egyben hagytam, a másikat kettévágtam és a fenyőfa 3 részét szintén kilyukasztottam.



### A formák méretezése a következő:

- 2 db egyben hagyott 5×5 cm-es négyzet + egy 2,5 cm magas háromszög, kb. 3 cm-es szárákkal (a házikó eleje és hátulja)
- 2 db 5×10 cm-es téglalap (a házikó 2 oldala)
- 2 db 4×15 cm-es téglalap (a házikó teteje)

2. Nincs más dolgunk, mint a formákat sütőpapírozott tepsire tenni, és betolni a sütőbe. A sütés alacsony lángon kb. 30-40 perc. Ez idő alatt szépen megkeményedik.



3. A kisütött formákat már csak össze kell kötni a képen látható módon.







4. És Voilá! Még egy kis „körítés, vagy akár kerítés, egy kis vatta-csík (hó imitálás ), egy kis fű (az illata miatt szeretem használni), a Szent Család, a 3 napkeleti bölcs, akár angyalkák és báránycsók, csillagok, gyertyák ..... és amit még kihagytam.

*Áldott karácsonyt kívánok!  
Moldváné Kovács Réka*



*„Tudod, karácsonykor az ember mindig  
hisz egy kissé a csodában, nemcsak te és én,  
hanem az egész világ, az emberiség, amint mondják,  
hiszen ezért van az ünnep, mert nem lehet a csoda nélkül élni.”*

*Márai Sándor*



## Készíts angyali fülbevalót!

*Mi illene jobban az ünnephez, mint egy angyalszárnyas, csillogó fülbevaló? Kápráztasd el barátnőidet, de vigyázz: ők is kérni fognak!*



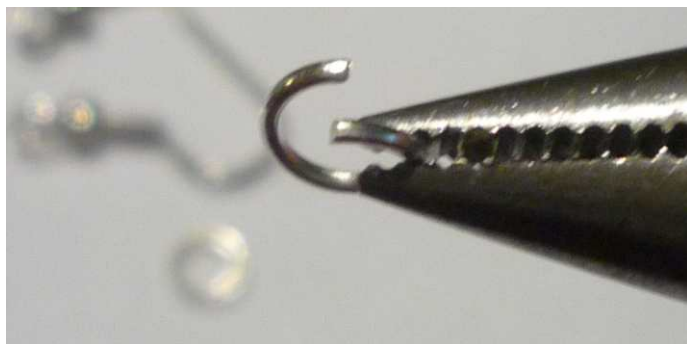
### Hozzávalók

- golyós fülbevaló alap, 1 pár
- lánc
- talpas szerelőpálca
- egy pár fém angyalszárny
- 4mm és 6mm átmérőjű gyöngyök
- 2db szerelőkarika (szimpla, nem dupla)
- kisméretű kúposfogó
- csípőfogó vagy kombinált fogó

A hozzávalók beszerezhetőek gyöngyösboltokban, pl <http://tiszigyongy.hu>



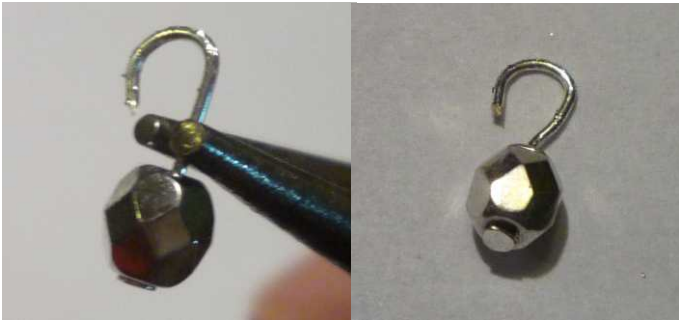
- 1) A láncot kellő méretre vágjuk, a csípőfogó segítségével.
- 2) A fogó segítségével nyissuk meg a fém karikát oldalirányba, tegyük bele az angyalszárnyat, és a lánc egyik végét. Hajtsuk vissza a karikát, ügyeljünk, hogy teljesen zárjon.
- 3) A fülbevaló alap hurkát ugyanígy nyissuk meg, tegyük bele a lánc másik végét, majd zárjuk be.



- 4) Az egyik gyöngyöt húzzuk rá a talpas szerelőpálcára, majd a képen látható távolságra vágjuk le a felesleges részt. Ha elsőre nem sikerül a megfelelő méretet eltalálni, ne aggódj, kis gyakorlással menni fog!
- 5) A kúposfogóval elkezdjük behajlítani a szerelőpálca végét.







6) Ha behajlítottuk a végét, a kúposfogó hegyével ellenkező irányba hajtsuk vissza a drótot, közvetlenül a gyöngy felett. Így egy helyes kampót kapunk, amit a lánc bármely szemébe akaszthatunk.



7) A többi gyönggyel hasonlóképpen járunk el, tetszőleges mennyiségben és elrendezésben díszítjük fel a láncot.

Tipp: ha szimmetrikusra szeretnénk, egy-egy gyöngyöt rögtön mindkét fülbevalóláncre tegyük fel, így könnyebb követni, melyiket hová tettük!

**Kereki Krisztina**  
 egyedi, kézműves gyöngyékszerek  
<http://manogyongy.hu>





## Kávé valódi tartalommal

*Egészséges élvezet a mindennapokra és különleges ajándék karácsonyra*

**Gondolkodtál már azon, hogy milyen jó lenne egyszerűen tenni az egészségedért?**

**Ismerd meg ezt a kávékülönlegességet, amitől végre egész nap energikus lehetsz, nem ég a gyomrod, nem akar kiugrani a szíved a helyéről, este pedig jól és mélyen alszol, és kipihenten ébredhetsz. Van még más kívánságod? Lehet, hogy arra is megoldás lesz!**

A DXN ganodermás kávéi kiváló minőségű, instant brazil arabica kávé és bio természetű ganoderma tartalmaznak, így egy olyan élvezeti cikk válik elérhetővé, mely a ganoderma gomba jótékony hatásának köszönhetően nem csak ízében, hanem a szervezetre gyakorolt pozitív tulajdonságaiban is egyedi. A DXN ganoderma tartalmú kávéi nem tartalmaznak mesterséges színezéket, tartósítószer és ízfokozókat. (A ganoderma gomba semmilyen mellékízt nem okoz, csak a minőségi kávé ízét lehet érezni.)



### **Egyszerű elkészítés:**

Egy zacskó kávéhoz öntsünk két dl max. 80°C-os vizet. (Az adagok felezhetők, harmadolhatók). Minden doboz kávé 20 tasak kávé tartalmaz. Így ízlés szerint egy dobozból, akár 20-40-60 adag kávé is készíthető.

Általános tapasztalat, hogy aki korábban több csésze hagyományos kávé fogyasztott nap, mint nap, az le tudja csökkenteni a kávé adagját napi 1-2 csésze ganodermás kávéra - hosszantartó pozitív hatásának köszönhetően.

### **Próbáld ki kedvezménnyel:**

1000 Ft-os kupont kaphatsz, ha a honlap első megnyitásakor a felugró ablakban feliratkozol a

hírlevélre. A bón felhasználható az első vásárláskor, és az egyszeri 1000 Ft kedvezmény a fogyasztói árból vonható le. Ez a kedvezmény, csak a budapesti központi irodában, vagy a GLS futárszolgálattal történő kiszállítás esetén érvényesíthető.

A DXN által gyártott kávék közül jelenleg hét féle kerül forgalomba Magyarországon.

[Tekintsd meg termékválasztékunk itt.](#)



### **Saját tapasztalataim:**

Azt vettem észre, hogy amióta ezt a kávé iszom, amikor reggel 6 óra előtt megszólal az ébresztő, nem nyomok rá 3 szundit hanem zökkenőmentesen felkelek. Egész nap energikusan végzem a dolgom, a munkahelyemen jól tudok koncentrálni. Este végre a családommal lehetek, de miután elalszanak a gyerekek, utána még általában nagyon sok tennivalóm van, és sokszor még 23-24 óráig is fenn vagyok. Összességében kb. 6 órát alszom egy nap, de mióta DXN kávé iszom, ennyi alvás sokszor elegendő is.

Adventhez közeledve mindent beleng a készülődés, a karácsony "szelleme". Ajándék ötleteken gondolkozunk, és azon mivel szerezhetünk igazán örömet Szeretteinknek.



**Különleges ajándék karácsonyra:**



**5 ok, amiért jó ganodermás kávét adni és kapni:**

1. A kávé univerzális ajándék, de ez valami különleges – mind ízében, mind jótékony hatásában egy új élmény.
2. Könnyű csomagolni, mert dobozban van. De önmagában is olyan jól néz ki, hogy egy masni is elég rá. De ha igazán exkluzív szeretnél, akkor választhatod a kávéválogatásokat tartalmazó DXN Gift Box-ot vagy a DXN Gift Box Extra-t.
3. Mindenki ihatja, ehhez nem kell kávéfőző, és a magas vérnyomásos, vagy gyomorsav túltengéses rokon vagy ismerős is fogyaszthatja.

4. Ez nem csak egy kávé, annál több - egy nyugodt pillanat, egy apró öröm, valódi gondoskodás, hosszantartó hatás. Egy finom kávé, amivel minden nap megvan ez a különleges élmény, így lesz minden nap Karácsony.
5. Gondolj Te is családod és saját egészségedre! Fejezd ki irántuk érzett szeretetedet, ezzel a gondoskodó ajándékkal! Éljetek át meghitt pillanatokot együtt, a karácsonyi ebéd elfogyasztása után ezzel a finom és egészséges kávéval.

[http://www.sikerkavezo.dxn.hu/blog-2012-12-03-Karacsonyra\\_szeretettel](http://www.sikerkavezo.dxn.hu/blog-2012-12-03-Karacsonyra_szeretettel)

További kérdés, kérés esetén fordulj hozzám bizalommal:

***Trikkal-Nováki Nikolett***  
[www.sikerkavezo.dxn.hu](http://www.sikerkavezo.dxn.hu)





## *Képességfejlesztés anyamódra...*

A minap a lányom, aki idén szeptemberben kezdte a gimnázium első osztályát, méghozzá rajz tagozaton (igen, tudom, ezt úgy hívják, hogy 9. osztály, csak valahogy nem áll a számra az Istennek sem) a következő szavakkal fogadott: **”Anyam, ma kiosztották a töri doagát! Ötös fölé!...már annyira jó vagyok, hogy majdnem hatost adott!”** Csillingelő tündércacajban törtünk ki mindketten, ott a konyhaasztalnál ülve...Annyira mókás volt látni a kalapos ötöst, a nem mindennapi érdemjegyet lányom történelem dolgozatán, és legalább annyira megható volt belegondolni abba, ami még számomra is majdnem hihetetlen, hogy: **Valóban ennyit jelent az időben elkezdett képességfejlesztés? Létezik, hogy még évekkel utána is ennyit tudunk profitálni belőle???**

Mielőtt mérgesen ráznád a képernyőt, gyorsan megnyugtatlak, hogy nem hencegni akarok....

### *Ez már történelem....*

Aki valamennyire már ismer, vagy régebb óta olvassa a honlapomat azt tudja, hogy ezeket a szavakat ugyanaz a gyerek mondta, aki egy agyvérzés kíséretében jött a világra...akinek a 7. életnapon a karjaimban állt le a légzése...és aki az anyjától szigorúan elzárva a miskolci Perinatális Intenzív Centrumban töltötte kezdődő élete második és harmadik hetét (ezer hála az ott dolgozó orvosnőknek és nővéreknek így 15 év távlatából is, hiszen anyja helyett anyjuk voltak a lányomnak 2 hétig)... A 22. születésnapomra, 1997. november 3-án kaptam vissza...



Onnan kezdve az anyai ösztöneimre hagyatkozva fejlesztgettem, mint ahogyan tenné azt bármelyik másik édesanya is hasonló helyzetben...Ugye most már érted, miért emlegetem én annyit az “anyai öl” iskolájának a varázsát és gyógyító erejét?

Két és fél éves volt Noémi amikor a tanárképző főiskolát kezdtem, és az első előadások egyikén elhangzott az a rettenetes mondat, miszerint: “A születés körül agyvérzést és oxigénhiányt elszenvedettek közül kerül ki a legtöbb diszlexiás és tanulási zavarokkal küszködő gyermek.”

Majd' kiugrott a szívem a helyéről...tudtam, hogy mihelyst' szakosodhatunk a fejlesztő pedagógiát fogom választani, de addig is, féltudással is, diploma nélkül is, próba-szerencse alapon is fejleszteni fogom!! ...Mert nincs más választásom!...Mindent meg kell tennem érte!



15 év távlatából, nyugodt szívvel mondhatom, megérte! A munka megtérült...méghozzá busásan! Az általános iskola első osztályától kezdve kitűnő tanuló, tudja milyen az ha valaki sikeres a tanulásban. Nagyszerű iskolai eredményeket ér el könnyen (persze azért tanulnia neki is kell), de mindezt gördülékenyen és örömmel teszi...

Azt szeretném, ha a Te gyermekednek is legalább ilyen könnyen menne a tanulás, és legalább ilyen szép eredményeket érhetne el, mint az én lányom! 15 év gyermekfejlesztési munkájának az esszenciáját, a legjavát teszem bele mindig a honlapom bejegyzéseibe és az online képességfejlesztő kurzusok anyagába...Örömmel látlak Téged is, gyere segítek, fogom a kezéd!

**V. Orosz Edina** /TündérTanárnéni/

[www.tundertanoda.hu](http://www.tundertanoda.hu)





## Ünnepi Rendteremt-,Ő”

*Egyre hűlik az idő, éjjelenként már repkednek a mínuszok. Előkerülnek a kiskabátok, kesztyűk és a sapik, napról napra sokkal korábban sötétedik, de panaszra még sincs okunk, hiszen az év talán legmeghittőbb, legvarázslatosabb időszakának kapujában állunk! Az üzletek, kirakatok, a terek és utcák, lakások, ablakok lassan díszbe burkolóznak. Betlehemi életképek, a tucatarút kínáló áruházak mellett kellemes és Lacikonyhától illatozó vásári terek épülnek országszerte; melyek gyermekien izgalmassá, teljesebbé teszik a decemberi hangulatot.*

*Egymást követik az események és feladatok; az akár másfél hónapra is elnyúló tervezés, szervezés, díszítés, ajándékozás, vendégeskedés ünnepeles sokak számára örömet hoz, és jóleső érzelmekkel jár; míg másoknak bajlódást és (főleg) kellemetlen élményeket okoz. Egy azonban biztos, az érzések mindkét esetben hétről hétre egyre fokozódnak bennünk, Szentestén pedig kicsúcsosodnak, és maradandó emlékeket szülnek. Hogy jókat-e vagy rosszakat? Hogy kivesz-e ez a pár hét belőlünk vagy hozzánk ad? Csak is rajtunk áll!*



*Készültem számodra egy karácsonyi gondúzó ajándékkal. Ez egy három részes ünnepi Rendteremt-,Ő” sorozat, amelyben az „Ő” téged jelöl. Gyakorlati menetrend. A múlt évben vettem „papírra” azt, hogy hogyan haladok a teendővel, de már jó ideje készülődök így, semmit sem veszített az aktualitásából. A kolyokparti.hu oldalon olvashatod*

Évről évre újra kifulladásig versenyt futsz az idővel, és így is egy csomó minden az utolsó napokra marad. Ismerős? Lelked és a tested éppen, hogy lassításra, nyugalomra és meghittsége vágyik, miközben a bokros tenni valók között sokszor azt sem tudod, hogy hol áll a fejed. Fogadtad már meg magadnak a szépen terített asztalnál ülve, hogy jövőre biztosan másképpen, összeszedettebben és békésebben csinálod, de a következő év Karácsonyán mégis minden maradt a régiben?



**ITT** Az első két bejegyzésben háziasszonyként szólok ( persze nem csak ) háziasszonyokhoz. Az előttünk álló hetek teendőit szedjük egy csokorba lépésről lépésre. A harmadik írásban pedig szervezőként cégvezető – vállalkozó nők, lányok, anyukák számára szolgáló praktikus megoldásokkal. Kattints értük a címekre!

[„Rendteremt-Ő” november](#)



[„Rendteremt-Ő” december](#)



[Főnök-Ő vagy vezet-Ő?](#)



Nem rendkívüli újdonságokat fogsz találni a három bejegyzésben. Mégis így sorba rendezve és összehangolva a teendőket időt kapsz, amit az ünnepi készülődés közben magadra, töltődésre fordíthatsz; kipróbált kulcsot ahhoz, hogy minden kilegyen pipálva és a rád váró hetekben, főleg az ünnepek alatt boldog nyugalom és az elégedettség érzése töltsön el Téged és családot.

Nagyon kíváncsi lennék, hogy nálatok hogyan telnek az ünnepek?! Szerintem Neked is van egy jó ötleted, véleményed, akár egy bevált recepted. Megírod nekem?

Szeretettel várom ezen az oldalon: [www.facebook.com/partizona](http://www.facebook.com/partizona)

Varga Gabi



## Neked is gondot jelent a megfelelő méretű melltartó megtalálása? Szúr, nyom, kényelmetlen?

**Tudtad, hogy a nők 80%-a nem a számára megfelelő méretű melltartót hordja? Te inkább tartozz a kivételes 20%-ba! Töltsd le az ingyenes Melltartó Méret Keresőt, felejtsd el a centit! Most megmutatom neked, hogyan tudod megtalálni tökéletes méret pofonegyszerűen.**

Terveztem egy eszközt, aminek a segítségével könnyen megállapíthatod a helyes melltartóméretedet egy adott melltartó modellből. Rengeteg nőnek segítettem már megtalálni a tökéletes melltartó méretet. A szerzett tapasztalataim gyümölcse ez a szuper kis eszköz, így most neked is tudok segíteni. A Melltartó Méret Keresőt ide kattintva tudod letölteni teljesen ingyenesen!

<http://angelinafehernemu.hu/melltarto-meret>

Csak ki kell nyomtatnod 2 oldalt, és az útmutató szerint kivágnod a melltartó méret keresőt, és már indulhatsz is a megfelelő méretű melltartót beszerezni!!

Amikor legközelebb melltartót mész vásárolni, mindenképpen vidd magaddal ezt a melltartó méret táblázatot és a melltartó méret keresőt. Ez az eszköz többet fog neked segíteni, mint bármelyik eladó a fehérnemű boltban.

### Így használd a melltartó méret kereső eszközt:

Az eszköz két részből áll, ezeket megtalálod a majd a linken, amit küldünk neked, ha kitöltötted az adatlapot:

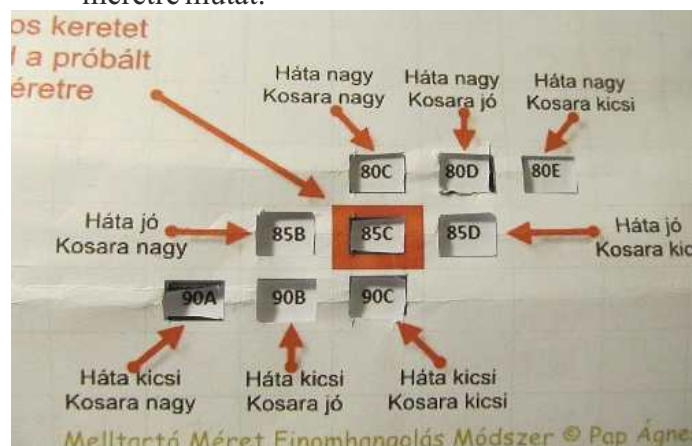
- Melltartó méret skála (Ezt csak ki kell nyomtatnod)
- Melltartó méret kereső (Ezt is nyomtasd ki és vágd ki a megadott utasítások szerint)



**A tökéletes méretű melltartó megtalálásnak egyszerű lépései:**

- 1.) Próbáld fel egy olyan méretű melltartót, amit általában hordani szoktál. Ez lesz a kiinduló méreted.
- 2.) Állapítsd meg, hogy a melltartó kosara:
  - Pont jó
  - Kicsi (nincs benne az egész melled a kosárban, itt-ott kibuggyanak a kosárból, a merevítő a melleidbe fúródik)
  - Nagy (ráncolódik az anyag, még egy csomó hely van a kosárban, pedig benne vannak a melleid)
- 3.) Állapítsd meg, hogy a melltartó hátpántja:
  - Pont jó
  - Kicsi (nagyon szorít, nagyon kényelmetlen, nem kapsz levegőt)
  - Nagy (több min 4 ujjnyira el lehet húzni a hátadtól, felcsúszik, a vállaid cipelik a melleid súlyát)
- 4.) Ha a kosár és a hátpánt is pont jó, akkor szuper, megvan a tökéletes méret. :)
- 5.) Ha vagy a kosár vagy a hátpánt vagy egyik sem stimmel, akkor a kereső segítségével állapítsd meg, hogy milyen másik méret próbáld

Ezt úgy tudod megtenni, hogy kivágtott „Kereső” piros keretű nyílását ráállítod a felpróbált méretre a „Méret skálán”. Majd megkeresed a melltartó kosaránál és hátánál tapasztalt problémák alapján a nyíl melyik melltartó méretre mutat.





Ennél az új méretű melltartónál ugyanúgy járj el, mint az első melltartónál. A próba során külön-külön állapítsd meg, hogy a melltartó kosara és a háta jó-e.

Ha nem jó méretű ez a melltartó sem, akkor állítsd a keresőt a most próbált méretre, és keresd meg, melyik méret kell legközelebb felpróbálnod. :)

Remélem, sikerült megtalálnod a tökéletes melltartót! Ha bárhol elakadtál, keress meg nyugodtan, segítünk!

*Pap Ágnes*, melltartó méret szakértő

[www.angelinafehernemu.hu/melltarto-meret](http://www.angelinafehernemu.hu/melltarto-meret)



## A gyógyító csokoládé

**A cikkben a kakaó gyógyhatásairól olvashattok. Bemutatjuk a csokoládé készítés több egészséges változatát is!**



Hamarosan itt van a Karácsony! Sokan ilyenkor különféle csokoládé készítményekkel (Mikulás figurákkal, szaloncukorral, csoki karácsonyfa díszekkel) ajándékozzuk meg a kisebbeket és egymást. Tudtátok, hogy a kakaó valójában egy gyógynövény?

Mielőtt megnyugtatónánk a lelkiismeretünket, hogy tömhetjük gyermekünket különféle cukros és etilvanillin tartalmú édességipari készítményekkel, szögezzük le, hogy a nyers és minél kevésbé feldolgozott kakaó az, aminek gyógyhatása van. A kakaó keserű növény és nem édes. Egyes kutatások kimutatták, hogy a többszörösen feldolgozott és adalékanyagokkal növelt kakaópor gyakorlatilag elveszti gyógyhatását, e mellett a különféle ipari adalékok és a cukor tartalma miatt az egészséget hosszú távon károsan is befolyásolhatja.

Olyan figurákat vegyünk tehát gyermekünknek, amelyek minél több kakaó tartalommal rendelkeznek és minél kevesebb mesterséges adalékanyagot tartalmaznak. Ezek drágább készítmények, viszont valóban kakaót, kakaóvaját és ipari vanillin készítmények helyett vanília rudat (Bourbon vaníliát) tartalmaznak. Inkább vegyünk kevesebbet, de az jó minőségű legyen.

Jó ötlet a saját készítésű Mikulás, csillag, vagy más figura. Csak egy öntőforma kell hozzá (a gugliban: "csokoládé öntőforma" címszó alatt találhatunk ilyet) és egy jó csokirecept. A csomagolást

is mi magunk végezhetjük, így még személyesebb lesz az ajándék.

Extra tippek: Karácsonyfadíszet is készíthetünk, ebben az esetben azonban ne felejtünk el szép vékony szalagot fűzni a formába, mielőtt teletöltenénk. Üreges csokoládét úgy tudunk készíteni, ha az öntőformát hideg helyen forgatjuk, így az oldalára ragad az olvadék csokoládé, és úgy szilárdul meg!

**A csokoládé masszát az alábbi különféle módokon készíthetjük:**

**Bio csokoládé pasztilla:** sok helyett vehetünk már ilyet, akár az Interneten is. A lényeg, hogy magas minőségű, lehetőleg organikus, minél magasabb kakaótartalmú pasztillát vegyünk. Számos mives csokoládét készítenek ebből nagy nevű és múltú manufaktúrák, bátran használjuk hát mi is! Olyan csoki pasztillákat is vehetünk már, amelyek bár nem organikus minőségűek, azonban glutén, tej, tojás, szója és mogyoró mentesek. Érdemes egy kis időt szánni rá, hogy jobban körülnézzünk kedvenc bio boltunkban, vagy Internetes áruházunkban.

**Jó minőségű fekete csokoládé:** óvatosan olvaszd meg, és öntsd formákba (ha egy kicsit megszeretnéd bolondítani, akkor kesudió-, mogyoró-, vagy mandula lisztet is adhatsz hozzá, így az ízén lehet javítani). Cukrot nem érdemes többet hozzá rakni, hiszen a gyógyértékén rontunk! Az ízjavító csonthéjas liszteknél figyeljünk arra, hogy extra finomra legyen őrölve!





**Extra recept.** Ha kakaó és a nyers koszt (ún. élő édesség) gyógyhatását együttesen szeretnénk élvezni, akkor az alábbi cukor-, laktóz-, glutén- és tojásmentes receptet is érdemes kipróbálnunk:



**Hozzávalók kb. 24 db trüffelhez**

- 2 csésze nyers [dió](#) (azaz nem pörkölt)
- 1 csésze jó minőségű magozott datolya (magokkal is vehetjük így olcsóbb, ilyenkor figyeljünk arra, hogy a magon kívül a szár ízesülését is vegyük ki).
- 4-6 evőkanál organikus (lehetőleg nyers, azaz nem pörkölt) [kakaópor](#)
- organikus (bio) kókuszreszelék

**Elkészítés:**

A [diót](#) darált finomra.

Adjuk hozzá finomra vágott datolyát és a [kakaóport](#). Ha nem elég édes adj hozzá még több datolyát. (Vigyázat! A datolya olyan édes, mint a cukor, bánjunk vele csínján!) Kézzel gyúrd össze, mintha tésztát dagasztanál (kb. 10 percig). Ha nem áll össze eléggé kevés (1/2 dl) langyos vízzel gyúrd tovább.

Formázz kis golyókat belőle, és a golyókat egyenként forgasd meg kókuszreszelékben. Ezután helyezd egy tálcára, és tedd be hűtőbe!

Ezt az egészséges édességet a nap bármely szakaszában fogyaszthatjuk a főétkezések között. Fogyasztásig érdemes hűtőszekrényben tartani.

Egészséges karácsonyi készülődést kívánunk Mindenkinek!

A kakaóról, mint gyógynövényről ITT olvashattok:

[KAKAÓ](#)

A kakaó további gyógyhatásairól itt olvashatsz egy cikket:

[http://naturportal.hu/életmod/kakao\\_mint\\_gyogynoveny](http://naturportal.hu/életmod/kakao_mint_gyogynoveny)

Iratkozz fel a Naturportál Magazinra, hogy mindig értesülhess a legfrissebb hírekről a természetes gyógyulás témakörében: <http://naturportal.hu>







## Pénztárcakímélő játékkötlet Törpmanó játzófüzeteivel

*Tudod már mivel fogod lekötni az ovisod figyelmét miközben Karácsonyra készülödsz? Unod már, hogy a törpgyerek kifestősei és foglalkoztatófüzetei félig kitöltve porosodnak a polcon?*



Szeretnél másfél óra csendet és nyugalmat?  
Alább bemutatom, hogy mit lehet kihozni Törpmanó játzófüzeteiből!

Kiváló játéklehetőséget rejt testvérpároknak (kis korkülönbségű testvérpároknak), óvodai csoportnak, valamint nagycsaládos és sokgyerekes tevékenységként!

Rendet nem ígérek, mert az nem lesz!

### Szükséges kellékek:

- Törpmanó játzófüzete (a blogról vagy [innen](#) megrendelhető)
- kalandravágyó törpgyerek
- törpgyerek kalandhségét csillapítani vágyó szülő
- színes ceruza, zsírkréta
- vízfesték
- olló, ragasztó
- vastagabb lap, karton
- üvegfesték (olyan fajta, ami leválik az üvegről)

Hagyományos felállásban kezdünk mindig. Előkapjuk a zsírkrétát, ceruzát és elindítjuk a játék folyamatát. Ha olyan a kedvünk, versenyzünk ki találja meg a párját, ki köti össze, ki köti egybe hamarabb, ki oldja meg szebben a gyakorlatokat.

Ha nincs kedvünk versengeni (erre vigyázni kell, mert elfajulhat és "sírás lesz a vége"), akkor csak szimplán a magunk örömeire gondolkodunk, firkálunk, színezzük...

Gyakran előkerül a vízfesték is, mert *Törpmanó játzófüzeteinek a lapjai megbírják a vízfestékezést!*  
S ha elfáradunk a ceruzás tevékenységekben, akkor ollóval vágjuk ki a nekünk tetsző figurát.



Készülhet belőle szimpla karácsonyi gyertyás képeslap...



... vagy kollázstechnikát felhasználó képeslap.



Ha úgy látod, lankad a purecek érdeklődése a téma iránt, akkor hagyd "a mosott ruhákat másra" (én épp a pizzatészta gyúrását hagytam félbe) és végy elő egy már nem használt Törpmanó füzetet és keresz belőle ablakmatricának alkalmas figurát.

Nálam ilyenkor beugrik valami szokatlan ötlet és máris **egy egész mesét** szeretnék az ablakra festeni a gyerekek örömére.



Miközben a purecek az utolsó simításokat végzik, én keresgélem a fejemben összeállt mese képeit.



Kicsit tésztás a kezem, de hiszed, hogy a kölyköknek ez fel sem tűnt???



A már megrajzolt és enyhén megszáradt kontúrrajzokat átadtam az illetékesnek, hogy fesse ki.



Törpmanó házikója...

A szülők 86%-a nem tudja, hogyan kösse le csemetéje figyelmét arra az időre, míg a szükséges házimunkát végzi el, ezért gyakran bekapcsolja a tévét figyelemelterelő hadműveletként. Ám az általuk jótékonynak hitt hatások nem azt az eredményt fejtik ki, mint szeretnék. A tévé a gyermek fantáziáját kifejezetten háttérbe szorítja.

Törpmanó játszófüzetével egy olyan szórakozási-fejlesztési lehetőséget kínálok, ami teljesen eltér az eddig megszokott munka-fejlesztő füzetektől.

#### Miért? Mert:

- fejleszti a szókinccset és a szövegalkotási képességet.
- hasznosan és játékosan tölti az időt.
- fejleszti a gyerek kreatív problémamegoldó-képességét.
- nincs sikertelenül elvégzett feladat, nő a sikerélmény.
- térí orientációt és lateralitást fejleszt. A diszlexia (olvasási nehézség) és a diszgrafia (írási nehézség) kialakulásának megelőzésében is szerepet játszik.

Miért ne tartozhatnál az irigyelt 14%-ba?

Rendeld meg most [innen](#) vagy keresd az erdélyi magyar könyvesboltokban!

Nagyobb tétel esetén lépj kapcsolatba velem! kreativtorpmano kukac gmail pont com

[Katt a linkre!](#)

Önfeledt játszást és örömtől csillogó szemű gyermekeket kívánok!

**Kosztánci Tímea, Törpanyu**  
<http://torpmano.blogspot.com>



## Hitelt Karácsonyra?

*Érdemes-e kihasználni a karácsonyi hitelakciókat? Ha igen, hogyan?*

Néhány évvel ezelőtt a karácsonyi szezonban éppúgy „fogytak” az áruhiteltek, mint az áruk. Sokan vettek fel úgy hitelt, hogy mire elérkezett a következő karácsony kifizették, és újat vettek fel. Az áruhiteltekhez könnyen hozzá lehetett jutni, a bankok versengtek az ügyfelekért.

Az elmúlt 3 évben azonban a magyarországi gazdasági válság már oda vezetett, hogy a karácsonyi vásárlás dömpingje megszűnt. A hitelekkel is óvatosabbak vagyunk, de a bankok is. Ma valamelyest törvények védik a fogyasztókat, például a teljes hiteldíj mutató (THM) maximalizálásával. Ez az áruhiteltek esetén jegybanki alapkamat + 39 %. Ha ennek utánagondolunk, akkor ez a maximum egy nagyon drága hitel! Ha lehetőség van rá, érdemes inkább 6-12 hónapon keresztül spórolni a vágyott termékre, mint hitelt felvenni rá.

Igazából az egyéb áruhitel akciók nem különböznek a karácsonyiaktól, csak a karácsonyi hangulat „rátesz még egy lapáttal” a marketingre. **Ilyenkor könnyebb hirtelen felindulásból hitelt bevállalni.** Főleg a könnyen-gyorsan- helyben megszerezhető hitelek a veszélyesek. Hitelt felvenni csak átgondoltan lenne szabad!



Ha egy terméket szeretnénk megvásárolni, összehasonlítjuk az árakat, és a számunkra megfelelő választjuk ki. Ha ugyanezt hitelből szeretnénk finanszírozni, **nem elég az árak összehasonlítását megtenni, minden esetben hozzá kell számolni a hitelfelvétellel járó plusz kiadásokat is.** Csak a termék árát és a hitel árát összeadva kaphatunk összehasonlítható eredményt. Lehet, hogy a termék ára olcsóbb az egyik helyen, de drágább a hitel, így végül pontos számítások nélkül, lehet, hogy a drágább megoldást választjuk.

Bár már egyre kevesebben vesznek igénybe áruhitelt, azért a marketing trükkök megmaradtak. Általában egy-egy kedvezményes tényezőt reklámoznak kiemelten, miközben a többi feltételt kis betűkkel vagy sehogy sem tüntetik fel. Ilyenek például: „0 % kamat”, „kezelési költség nélkül”, „halasztott törlesztés”, THM=0%”.

A hitel konstrukciók száma végtelen, de végeredményüket tekintve egy a fontos: mekkora összeget fizetünk ki a végére összesen? Ezt kell minden esetben kiszámolni, mert a 0 %-os THM-el hitelre kapható áru (ha tényleg 0 % a THM) ára valószínűleg magasabb, mint ahol valamiféle díjat felszámolnak a hitelre.

Milyen hitel díjak merülnek fel általában az áruhitelknél? Kamat, kezelési költség, hitelbírálati díj. Van, ahol önrészt is kérnek, de ez nem tartozik a



hitel költségei közé, mert a termék árának egy részét kell kifizetni, erre az összegre nem szól a hitel. Ezzel nincs gond, minél többet tudunk befizetni annál jobb, mert így kevesebb törlesztendő marad, kisebbek lehetnek a részletek, vagy rövidebb idő alatt tudjuk visszafizetni.

A 0 % kamat sok helyen csak reklámfogás, megfizettetik a költségét, csak nem kamatnak hívják, hanem például kezelési költségnek. A kezelési költséget pedig ez esetben általában előre kérik!

A halasztott törlesztés - amikor az első törlesztő részletet csak 2-3 hónap múlva kérik – megint nem jó, mert így összegében több lesz a kamat, ráadásul könnyű is elfelejteni az első törlesztési kötelezettséget. Így mindjárt késedelmi kamatot is tehetnek rá...

Soha nem szabad csak a reklámot nézni! Azok azért vannak, hogy elcsábuljunk, nem tartalmazznak minden információt. Minden esetben érdemes a hitelt kínáló kereskedőtől elkérni, vagy a bank honlapján megkeresni az erre vonatkozó hirdetményt. Abban

szerepelnie kell minden díjnak, költségnek, bármi nevű felszámítandó összegnek. Ennek lennie kell! A fogyasztónak joga van előre elkérni és elolvasni a kölcsönszerződést is!

Számolás nélkül és a pillanat hevében felvett hitel egy nagyon kockázatos dolog!

További hasznos tanácsokat olvashatsz nemcsak a hitelezésről, hanem a megtakarításokról, a számlavezetésről, a hitel behajtási folyamatokról és a pénzügyi fogyasztóvédelemről is, itt:

Pénzügyi útvaló honlap: <http://penzugyiutvalo.hu>

*Wimmer Éva*





**Bakonyi Anikónak** hívnak, és két eleven, örökmozgó kisgyermek (4 és 6 évesek) anyukája vagyok. Gyerekkorom óta szeretek kreatívoskodni, szeretem az egyedi, kézműves tárgyakat. Gyakran alkottunk anyukámmal közösen, ill. tőle tanultam meg kötni és varrni is. Huszonevésen sokféle technikát kipróbáltam (dekupázs, keresztszemes hímzés, szatinálás, articsóka technika stb.), ill. igyekeztem barátaimat, ismerőseimet egyénre szabott, saját készítésű ajándékokkal meglepni. Az oldalamon szeretném olvasóimmal megosztani ezeket, ill. a bemutatott ötletekkel minden anyukát arra buzdítani, hogy alkossanak együtt gyermekeikkel, mert alkotni jó!



Életem első felében vegyész üzemmérnökként rövid ideig textilkémiával, majd elektrokémiával, 15 évig kutatóintézetben élelmiszerkémiával foglalkoztam. 20 éve informatikai területen dolgozom, a professzionális adatcsere megoldások területén, az általános adminisztrációért vagyok felelős, és az ügyfelekkel tartok kapcsolatot. Tizenéves korom óta foglalkoztat, hogyan működik a Világ láthatatlan oldala, és benne az Ember, hogyan érhető el a Test-Lélek-Szellem harmóniája, az EGÉSZ-ség. Arra jöttem rá, hogy a különféle eszközök és módszerek akkor hatásosak, ha sikerül azokat a belső, mély meggyőződéseinket átalakítanunk, amelyek a szeretet természetes áramlásának útjában állnak. Beszélgetéseinken a Megoldó Kommunikáció segítségével látunk szokásaink, tudatos gondolataink és érzéseink mögé. Képesé válunk, új szokások kialakítására, őszinte és hiteles megnyilvánulásra, érzéseink felismerésére és átalakítására, kapcsolataink megértésére és rendbetételére.

**Bogár Zsuzsanna**

<http://megoldo-kommunikacio.blogspot.hu/>



**Burján Eszter** - az „Üvegre kattant” üvegfestő és üvegszer készítő: [www.uvegrekattanva.hu](http://www.uvegrekattanva.hu) oldalamon (nem csak) kézbalkezesekből faragok művészi szinten alkotó üvegfestőket. [www.asterglass.eoldal.hu](http://www.asterglass.eoldal.hu) oldalamon az ajándékozás gondját veszem le a válladról és közös szívvel-lélekkel tervezéssel valódi személyre szóló ajándékkal örvendeztetjük meg szeretteidet, mindezt ráadásul kuriózum technikával, egyedi, kézzel készült művészi alkotással. [www.kreapalya.blogspot.com](http://www.kreapalya.blogspot.com) oldalon kézműveseknek, alkotóművészeknek, amatőr képző- és iparművészeknek segítek, hogy sikeressé „kreálhassák” magukat, hobbijukból komoly megélhetést biztosító vállalkozásba kezdhessenek.



**Császár-Sallai Adrienn** vagyok, az ötletes gyerekszoba szakértője. Szülőknek gyűjtöm a hasznos tippeket, tanácsokat, csináld magad ötleteket, amiktől igazi kuckó lesz a gyerekszoba. Ha dekorációs falfestéssel kapcsolatban kérdésed merül fel, tanácsra van szükséged. vagy szeretnél egy profit megbízni, keresd fel bátran az oldalt!

<http://kreativ-faldekoracio.hu>  
info@kreativ-faldekoracio.hu



**Dr. Demjén Zsófia** állatorvos vagyok. Közel 20 éve dolgozom kisállatpraxisban – kezdetben asszisztensként, majd 2000 óta állatorvosként. Jelenleg otthon vagyok két kisgyerekemmel (3 és 1 évesek), de hiányoznak kis pácienseim, ezért elhatároztam, hogy otthonról is írok róluk és segítem gazdáikat, hogy egészségesek lehessenek. Webáruházam, a [www.vitapet.hu](http://www.vitapet.hu) januárban nyitja virtuális kapuit, de aki már előbb is szeretne olvasni kisállatok egészségvédelméről, etetéséről, az ideális kisállat kiválasztásáról, az lépjen be a VitaPet Klubba most: <http://vitapet.hu/klubtagsag>, és ajándékolj ingyen letölthető A kutya elsősegély és A macska elsősegély e-bookjaimat! Állatos történeteket pedig a [www.kutyabaja.blog.hu](http://www.kutyabaja.blog.hu) oldalamon lehet olvasni.





### **Fa Kinga Pénzügyi Órangyal**

A hétköznapok apró pénzügyi titkait osztom meg a weboldalamon és a személyes találkozások alkalmával. Az elméleti tudásommal, igyekszek mindent a gyakorlati feladatokra lefordítani, hogy mindenki számára érthető legyen.

Kedvenc témáim:

- zsebpénz
- háztartásban rejlő megtakarítási lehetőségek
- olcsó programok
- és elesni, másoktól, hogy Ők hogyan csinálják



**Faragó Nóri – PinkTulipMom** vagyok, kézműves, aki mosolyra horgol. A <http://pinktulipmom.blogspot.com> blog szerzőjeként a horgolás örömeit igyekszem megosztani az olvasóimmal. Ezen túl pedig a kézimunkát értékelő, egyedi stílust kedvelő szülők (nemcsak) ovis gyermekeinek készítek jeleket, tarisznyákat és kiegészítőket.



Szia, **Varga Gabinak** hívnak. Három gyerkőc anyukája, feleség, kicsit spirituális, nagyon kíváncsi, sokat gondolkodó, vidám, nyitott lány, asszony vagyok. Imádom beszélgetni, társaságban lenni, kidolgozni és kerek egészzé formálni. Nyilván ezek folyományaként kezdtem el rendezvényszervezéssel foglalkozni – anno. Közben tollat is ragadtam és megírtam életem első könyvét. Köszönöm, hogy gondolataim most e magazin hasábjain is megoszthatom Veled!



**Haklik Beatrix és Radics Eszter** - mi vagyunk a Kreatívplacc Kft.

Kreatív blogunkban otthon megvalósítható dekorációk, ajándékok elkészítését mutatjuk be lépésről lépésre, melynek címe: [www.kreativkupon.hu](http://www.kreativkupon.hu).

Szintén a kézműveskedés terjedését szeretnénk elősegíteni hamarosan elinduló akciós vásárlási ajánlatunkkal, a "Kreativkupon"-nal, mellyel kedvezményes áron kínálunk különböző kézműves termékeket kupon formában.

Itt a vásárlók különböző, a kézműves kategóriába tartozó tevékenységet folytató vállalkozások termékeit találják meg, legyen az kerámia- vagy üvegtárgy, grafikai tervezés vagy cégtáblák kivitelezése, esetleg gyöngyfűző vagy patchwork tanfolyamok szervezése.



**Haraszti Rózsa** vagyok, a <http://viragvagufuszer.blogspot.com> oldal kitalálója és szerkesztője. Idén nyáron kezdtem írni a blogom, melynek célja, hogy felnyissam az emberek szemét, mennyire fontos is a minket körülvevő világ óvása. Ezen belül is a legfontosabbnak a növények iránti tiszteletet tartom, hiszen ők adják számunkra a friss levegőt; ételeket, italokat készíthetünk belőlük és nem utolsó sorban gyógyírt nyújtanak megannyi bajunkra. Ezúton két egyszerű karácsonyi süti receptjével szeretném megmutatni, hogy szinte észrevétlenül jelen vannak a mindennapjainkban és támogatják egészségünket.



## **Himer Csilla**

Pézipedagógus, pénzügyi és vállalkozási coach vagyok. Vagyis minden olyan területtel foglalkozom a pénzzel kapcsolatban, ahol csak felbukkanhat:

- a gyerekek pénzügyi nevelését játékos eszközökkel segítem
- a felnőttek pénzügyi gondolkodásmódbeli problémáit a coaching eszközeivel támogatom
- a vállalkozásokat pedig vállalkozáspszichológiában szerzett tudásommal segítem.

Problémák a pénzzel? Nem léteznek többé! Gyere, és tegyél egy próbát!

<http://eznemjatek.com>

<http://eletdesign.hu>



## **Jámbor-Czifra Ildikó** vagyok, édesanya és lakberendező. És egy kicsit későn érő típus.

Az elmúlt 10 évben sokféle utat jártam be, végül 2 évvel ezelőtt, kislányommal szinte egy időben érkezett a nagy elhatározás, hogy mivel is akarok foglalkozni a jövőben. Szeretek rajzolni, tervezni, szervezni és berendezni, minden szabadidőmet a tanulásnak és a blogomnak ([www.ikomod.hu](http://www.ikomod.hu)) szentelem. Magánlakások mellett üzletek berendezését is vállalom.



## **Juhász-Fodor Tímea** vagyok, diplomás angoltanár és baba angol oktató, anya és nyelvátadó, a Baba Angol Online.

Amikor a kisfiam megszületett, még nem sejtettem, hogy a kétnyelvű nevelés ennyire bearanyozza majd a közös életünket. Szívügyem a baba angolozás, és minden nap teszek azért, hogy minél több kisgyermek megtapasztalhassa az észrevétlenül könnyű, játékosan egyszerű nyelvtanulást. Hadd idézzem egy kedves blogolvasóm sorait:

„Puzsér kritikus szavait lopva mondhatom, hogy szinte kultúrmissziót végzel azzal, hogy ilyen módon ösztönözöd a bátortalan magyar szülőket arra, hogy csepegtessék csöppsegeiknek az angol nyelv esszenciáját!!!”

Hiszem, hogy Te, mint szülő vagy a korai nyelvtanulás legjobb forrása, hiszen gyermekedhez Te állsz a legközelebb, Te segítheted Őt a legjobban és az első éveiben Te töltöd vele a legtöbb időt. Ha úgy érzed, a nyelvtudásod túl kevés ahhoz, hogy ilyen nagy fába vágd a fejszédet, akkor miért ne üthetnél két legyet egy csapásra, és fejleszthetnéd saját magadat is?



**Kádár Tímea**, a [www.szallasmakkepp.hu](http://www.szallasmakkepp.hu) főszerkesztője ([szallasmakkepp@gmail.com](mailto:szallasmakkepp@gmail.com)), szenvedélyes utazó, idegenvezető, útikönyvíró, utazási tanácsadó. Budapesten született majd idegenvezetőnek tanult, hogy minél több embernek megmutathassa a szülővárosát. Rengeteget utazott a munkái során és szabadidejében. Aludt kolostorban Rómában, holland műteremlakásban Hágában, tradicionális longhouse-ban Borneó szigetén. Amikor Madridról írt útikönyvet, a város majd' összes szálláshelyét, éttermét, látnivalóját felkereste, hogy a legjobbakat a könyvben is ajánlhassa. A kiadó Párizs útikönyvének olvasószerkesztésekor is hasonlóan járt el. Természetesen nem járt a világ minden szállásán, de nagy tapasztalata van abban, hogy felismerje az érdekes, megbízható és ajánlható helyeket, és ezt az a többszáz utazó is bizonyíthatja, akik tőle kértek tanácsot utazásukhoz. Mindezt teljesen ingyenesen neked is meg tudja tanítani, hogy a legjobbat hozhasd ki bármilyen utazásból.





**Kádár Ildikó** vagyok, a Rapid Design alapítója. Vonzanak és foglalkoztatnak bizonyos dolgok, témák, helyek és gyakran támadnak meg ötletek rohamszerűen. Sokat közülük megvalósítottam már, de sajnos sok feledésbe merült. Ennek vettem most véget azzal, hogy megalkottam és alkotom folyamatosan a mai napig, a [www.rapiddesign.hu](http://www.rapiddesign.hu) oldalt, ahol megosztom az ötleteim, megmutatom, hogy lehet egyszerűen nagyszerűt kreálni és bebizonyítom, hogy nincs olyan ember, akinek két balkeze van! Csak olyan, aki azt hiszi magáról, hogy két balkeze van...

Vonzódásom a designhoz, a dekorációhoz és egyáltalán a vizuális kultúrához mélyen gyökerezik és kis túlzással totyogós korom óta kísér. Tanulmányaim is ezt vonalat erősítették: vizuális kultúra, színdinamika, színesztétika. A kézműveskedés, a tárgyak, anyagok, funkciók újragondolása természetességgel és észrevétlenül váltak az életem részévé.

Foglalkoztam már online stratégiai játék arculatával, fotóstúdió arculatával, szintén stratégiai társasjáték komplett vizuális megjelenésével, gyógynövény üzlet belső design kialakításával ... -egyszóval úgy tűnik, ez a végzetem!

Budapesten élek férjemmel, 3 éves kislányommal és 3 hónapos kisfiammal.



2008. nyarán kezdtem gyöngyfüzéssel foglalkozni, ám a hobbiból hamarosan több lett. 2010. óta hivatásszerűen készítek saját tervezésű ékszereket, változatos stílusban: gyermek ékszerektől a swarovskin át az esküvői nyakévig.



Gyermekkorom óta foglalkozom spirituális kérdésekkel és olvasok természetgyógyászati témakörökben, de igazán komolyan 2004-ben kezdtem foglalkozni és tanulni a természetgyógyász, lélekgyógyász módszereket. Eredetileg közgazdász végzettségem van, sokáig képeztem magam, nyelveket tanultam, igyekeztem minél több munkatapasztalatot szerezni, de úgy éreztem, az én utam nem erre vezet. Közben megszületett kislányom, akinek a születése még több emberi tapasztalattal és felismeréssel, élménnyel tett gazdagabbá. Ezek a felismerések vezettek abba az irányba, hogy felhagyjak eddigi munkámmal és keressem azt az utat, ahol tudásomat és tapasztalataimat embertársaim szolgálatába állíthatom.

A lélekgyógyászat és energiagyógyászat területén tanultam színterápiát, Belső-utazást, Bach-virágterápiát, metafizikát és metafizikai gyógyítást, kvantumgyógyászatot. A természetgyógyászatban az alternatív masszázssterápiák érdekelnek, így megtanultam az összes Thai masszázs formációt és a Lomi-Lomi masszázst. Ezek a masszázsok ugyanis nem csak a test izomzatára hatnak, hanem a nyirokrendszerre, az energiavonalakra is, általános egészségmegőrző és betegség megelőző hatásuk van. Illetve bekapcsolható a munka folyamán az energiagyógyászat és a lélekgyógyászat is, ami jelentős mértékben csökkenti a stresszt. Ez adja munkamódszerem komplexitását, ami lélek és test együttes gyógyulásán alapul. Külföldön ezt bodywork-nek, azaz testmunkának hívják.

A természetes anyagokkal történő testápolás, a natúrkozmetika, az aromaterápia a hobbiim is egyben, ami igazán jó kiegészítője a masszázs kezeléseimnek. Így a hobbiim a munkámmá is vált.

Küldetésemnek tekintem, hogy másokat segítsek az önmagukhoz, a boldogsághoz és egészséghez vezető úton, hogy rátaláljanak Lelkük valódi útjára. Célom, hogy pozitív, biztató, elfogadó és biztonságos légkört teremtek a hozzám fordulóknak, hiszen a változtatás nem könnyű folyamat, de a lelkesedés és pozitív támogatás lényegesen megkönnyíti ezt az utat. Sok szeretettel fogadlak a boldog önmagadhoz vezető ösvényen!

**Kökény Réka**

[www.alelekillata.hu](http://www.alelekillata.hu)



Született pedagógus.  
Miközben feleség, anya, nyelvtanár, korrektor és fordító egyben.  
Kicsit szeles, kicsit öntörvényű és fuzsitus.  
Kreatív és zelegor.  
Ez Törpanyu. **Kosztándi Tímea**



### **Kovács Barbara**

Különlegesen jó érzés az, amikor egy ajándék kibontásánál azt érzem, hogy valóban nekem szól. De nem csak kapni, hanem adni is úgy szeretek, hogy érezze az ünnepeket, ezt csak neki szántam. Ennek fortélyait osztom meg honlapomon. Termékeim közt pedig egydi és személyre szóló könyveket, naplót kínálok.



**Krisztián Anikó** vagyok, kétgyermekes anyuka. A munkám és családom mellett felszabaduló nagyon kevés szabadidőmben hobbijaimnak élek. Az egyik az internet (blog készítés, online marketing). Saját weboldalaim szerkesztése [www.kolyokzsur.fw.hu](http://www.kolyokzsur.fw.hu) és [www.megjottem.hu](http://www.megjottem.hu). Másik időtöltésem pedig az egyedi, kézzel készült papír meghívók, üdvözlőkártyák, képeslapok készítése. Az eddig elkészült, személyre szabott darabokat a Facebook oldalamon tudod megnézni, keresd a Kölyökzsúr oldalát.

Ha kezembe veszek egy különleges anyagú vagy mintázatú papírt az számomra örömet jelent, sokszor napokig csak nézegetem és várom, hogy megszólítson, elmondja milyen formában szeretne tovább fennmaradni, létezni.

Remélem, hogy egyszer csak a papír és a belőle készült alkotások jelentik számomra a dolgos mindennapokat.

[www.megjottem.hu](http://www.megjottem.hu)  
[www.kolyokzsur.fw.hu](http://www.kolyokzsur.fw.hu)



### **Petrányi Lajos**

*pénzügyi tanácsadó, első gyermek megtakarítási szakértő.*

A Gyermek-megtakarítások keretein belül tanácsokat és megoldásokat kínálok gondoskodó szülőknek, akik gyermekük jövőjét szeretnék lehetőségeikhez mérten a legjobb eredménnyel megalapozni.

Szolgáltatásomat azért specializáltam a gyermek megtakarításokra, mert pontosan tudom és ismerem, hogy milyen feladat előtt állunk Mi szülők, ha azt akarjuk, hogy gyermekeink sikeresek és boldog felnőttek legyenek.

Bővebb információ és a link  
<http://gyermek-megtakaritasok.hu/kapcsolat/>



A nevem: **Mády Éva**, a [www.biborkalaposok.hu](http://www.biborkalaposok.hu) és a [www.bionline.hu](http://www.bionline.hu) oldalaknak a szerkesztését én követem el.

Közgazdász végzettségem van, ezzel kerestem a kenyeremet, és a rávalót. Közben természetgyógyászatot és egyéb hozzákapcsolódó dolgokat tanultam.

Milyen is vagyok valójában?





**Martincsevicsné Jenei Gizella** vagyok, férjemmel 2 kislányt nevelgetünk, Dórit és Petrát. Az itthon töltött éveim alatt kezdtem el komolyabban foglalkozni a hidegen sajtolt növényi olajok egészségre gyakorolt jótékony hatásaival. Neked szól az oldalam, ha szeretnél:

- hasznos és használható információkat kapni a növényi olajokról,
- ha szeretnél érdekes és egészséges recepteket kipróbálni, illetve
- ha még csak most ismerkedsz az egészségmegőrzés és a betegségmegelőzés természetes módszereivel

[www.gastrolaj.blogspot.hu](http://www.gastrolaj.blogspot.hu)



Köszöntelek kedves Olvasó!

**Moldvänné Kovács Réka** vagyok, a Hobb Gyár megálmodója.

A [Hobb Gyár](#) létrehozásával egy régi vágyam teljesült, mert valahogy adni akartam az embereknek. Nem vagyok tapasztalt, nem vagyok bölcs, de annál inkább tettekre és friss lelkületű. A már korábban elkezdett [blogomban](#) azokról a hobbitevékenységekről adtam számot, amit akár bárki elkészíthet. Mindenki kreatív, csak sokan még ki sem próbálták, hogy miben.

Ebben nyújtok én segítséget, hogy merjenek elindulni azon az úton, amelyet még csak fontolgatnak. Megadom nekik azt a tudást, amit - fiatal korom ellenére – elsajátítottam akár a hobbi akár a saját lábra állás terén.

Kipróbáltam számtalan kreatív dolgot, ismerem a lehetőségeit és buktatóit. Voltam vállalkozó, tudom milyen nehéz manapság pénz nélkül elindulni. Viszont tudom azt, hogy mely tevékenységek azok, amelyekkel akár 0,- Ft-al, vagy az otthon fellelhető dolgokból termékeket lehet alkotni, és apránként összegyűjteni a kezdő tőkét.

Erre adok majd lehetőséget a Hobb Gyár oldalán, hogy egy Online Piacon értékesíthessék az alkotásaikat a lelkes hobbizók!



**Okszimec Krisztina** vagyok, a Beregszász Vendégház vendég szakértője és a <http://beregszasz-vendeghaz.org/> főszerkesztője. A vendégház honlapján hasznos információkat olvashatsz a város történelméről, mindennapjairól. Benned is él a vágy, hogy találkoznod kell a régi magyar területeken élő magyarokkal? Talán már elkezdted a barangolást, megismerést? Akkor tedd be Beregszászt is az útcélok közé, mivel ez Kárpátalja magyar fővárosa.

Ha szállásra lenne szükséged, akkor nyugodtan keresd a Beregszász Vendégház csapatát: <http://beregszasz-vendeghaz.org/>



**V. Orosz Edina** /fejlesztő pedagógus/ szereti ha a tanmesék boldog véget érnek. TündérTanárnéniként azért tevékenykedik online a [www.tundertanoda.hu](http://www.tundertanoda.hu) oldalon és offline a Miskolci FejlesztőKuckóban, hogy minél több gyermek számára problémamentes legyen az iskolakezdés és örömteli a tanulás. Fejlesztő foglalkozásain a gyerekek játszva sajátíthatják el az iskolaérettséghez szükséges alapkészségeket, online képességfejlesztő kurzusain pedig az „anyai öl iskolájának” biztonságában otthonról, távtanfolyam keretein belül szerezhetik meg a gyermekek azokat a képességeket és ismereteket, amelyek a sikeres iskolakezdéshez nélkülözhetetlenek. Fontosnak tartja tanítványai lelkének ápolását, önbizalmuk erősítését és tündérhez illően, ha szükségesnek látja, akkor virágcseppek ajánlásával is igyekszik segíteni a fejlődést, és a problémák, elakadások lelki szintű feloldását.

[www.miskolcitunder.moksaelixir.hu](http://www.miskolcitunder.moksaelixir.hu)



**Pap Ágnes** vagyok, melltartó méret szakértő, az ExtraMelltarto.hu blog szerzője és az AngelinaFehernemu.hu webáruház tulajdonosa  
A melltartó méretem 85F. Saját káromon tapasztaltam meg, hogy mennyire nehéz melltartót vásárolni nagy mellekre, pláne szépet. A webáruházamban így kifejezetten a nagy mellű nőknek kínálok melltartókat, fürdőruhákat.  
Emellett szívügyem, hogy minden nő a számára megfelelő méretű melltartót hordja, így nyugodtan fordulhatsz hozzám tanácsért mellmérettől függetlenül.



A <http://naturportal.hu> természetes gyógyítással és gyógymódokkal foglalkozó oldal. Van az oldalunkon gyógynövény-kereső, mézgyógyászat, vitamin-kereső, hagyományos kínai orvoslás, biopiac-kereső, egészségüggyel, egészséges életmóddal kapcsolatos jogszabályok gyűjteménye (mindig a legfrissebb, hatályosított változat szerepel a honlapon). Minden nap jelentetünk meg cikkeket a természetes gyógyulás témakörében. Kétfelente jelentkezünk a hírlevelünkkel (Naturportal Magazin), melyre a <http://naturportal.hu> oldalon lehet feliratkozni. A magazin ingyenes (és az is marad). Jó böngészést kívánunk!



**Radogna Edit** vagyok. Vitamin webáruházat üzemeltetek, ahol online tudod megvásárolni a termékeket, de ha szükséged van rá, régimódi boltos kisasszonyként segítek neked a választásban. <http://webvitaminbolt.com/yis/> Egészséggel kapcsolatos tippet, híreket, gondolatokat a varázslatos naplóbejegyzésekben osztok meg. Varázslatosak, mert a képzeletem szülte helyszínen és szereplőkön keresztül valós dolgokról informálok. <http://webvitaminbolt.com/>



Üdvözöllek!

Családommal a Balaton közelében élek és rendezvényszervezéssel foglalkozom a Balaton mellett, valamint a Dunántúl nyugati részén. Személyem a szervezés, az esküvők és a sütik. Tapasztalataim alapján egyre több esküvőre készülő pár maga szeretné megszervezni az esküvőjét. Nekik segítek a világháló adta lehetőségeket igénybe véve egy egyedi szolgáltatással, mint online esküvői asszisztens. A család, a sütik, az esküvők: nekem így kerek a világ!

*Szaniszló Anita*



**Trikkal-Nováki Nikolett** vagyok, 2 éves ikerlányok Anyukája. 2012. januárban visszatértem dolgozni, és sajnos a saját bőrömön kellett tapasztalnom mit is jelent napi 8 órát dolgozni, ehhez napi 2,5 órát utazni, majd a családomat ellátni, és háztartást vezetni egyszerre. Egész nap sok energiára van szükségem, hogy megfelelően helyt álljak minden területen, és rájöttem, hogy mennyire fontos az egészség, és erről Anyaként leginkább én gondoskodhatok. Ha jól belegondolunk, valójában nem a megelőzés kerül sokba, hanem a gyógyszerek és a táppénzen töltött idő miatti jövedelem kiesés.





**Vadócz Dávid** vagyok, pillanatrabló. :) Többszörösen elítéltek – arra, hogy én örökítsem meg életük Nagy Napját az utókor számára (no meg saját maguk örömeire. 2006 óta foglalkozom komolyan az esküvői fotózással, így módom volt (és lesz) látni több, mint száz esküvőt – kívülről, belülről, azok minden szépségével és nehézségével együtt. Arra gondoltam, nem hagyom veszni ezt a „tudásanyagot”, hanem ezzel is segítek a friss jegyespároknak esküvőjük szervezésében. Itt megtaláltok, ha szeretnétek okosodni, vagy kérdésetek van: [www.pillanatrablas.hu](http://www.pillanatrablas.hu).



**Wimmer Éva** 14 éves szakmai múltja során széleskörű pénzügyi ismeretekre tett szert két hitelintézetben szerzett vezetői tapasztalatai és banki tanácsadói végzettsége révén. Honlapját azért indította, hogy csökkentse a lakosságnak azt a kiszolgáltatottságát, ami a pénzügyi ismeretek hiányából ered. Éveken keresztül foglalkozott fogyasztóvédelemmel, panaszok kezelésével, melyet ma is szívügyének tekint. Magánéletében sokoldalú személyiség, legfontosabb szereplő az életében két gyermeke, akik jelenleg a felnőttkor küszöbén állnak, így különösen szívén viseli e korosztály problémáit.

# Anyazin

a m a g a z i n

Anyáktól, nem csak anyáknak



