



## „Gazdálkodj okosan – lépésről lépésre!”

### Háztáji klubok megalakítása Jász-Nagykun-Szolnok megyében – 2013” Az ötlettől a megvalósításig

#### Előzmények

Közel egy évtizede foglalkoztat, hogy rohanó életünket hogyan lehetne lelassítani, s hogyan lehetne abba az egyszerű és élhető mederbe terelni, melyben a gyermek- és fiatalkoromat töltöttem. Ezzel párhuzamosan olyan – általam eddig nem ismert – emberek, szervezetek társaságát kerestem, akik szeretnének önmagukon és környezetükön is segíteni, ezért megalakítottam a Tudatos Vásárlók Egyesülete segítségével a szolnoki Öko-kört.

Az évek alatt összegyűjtött gondolatokat, tapasztalatokat sűrítettem össze a Nemzeti Művelődési Intézet feladatfinanszírozása adta lehetőséggel élve, s 2013-ban megterveztem a „Gazdálkodj okosan – lépésről lépésre! Háztáji klubok megalakítása megyeszerte” elnevezésű projektet, melyet nemcsak koordináltam, hanem egy csoporttal magam is kipróbáltam, hogy lássam működik-e? Ezek után megyei módszertani referensként kötelességemnek éreztem közzétenni és megosztani tapasztalataimat minden kedves érdeklődővel.

*Hogy mitől más ez a klub, mint a többi? Az egyszerűségében rejlik a nagyszerűsége. Azoknak a felnőtteknek javaslom, akik szeretnének takarékoskodni a vízzel, árammal; fűtéssel, tehát az otthoni energiával; szeretnének kevesebb hulladékot felhalmozni, illetve azt újrahasznosítani; akik szeretnének saját maguknak termelni, vagy ha erre nincs lehetőségük, akkor 30-50 kilométeres körzetből az östermelőtől vásárolni. Végső soron arra gondoltam, hogy – mint régen – a saját háztáji kialakítása (veteményes kertek művelése, haszonállatok tartása) lehetne a jövedelem kiegészítés, hosszú távon akár a megélhetés egyik forrása. Az elgondolás hamarosan nemcsak a szerényebb sorban, hanem a tudatosan élők programja is lehet, hiszen az emberek kezdenek rájönni, hogy hiába van télen primőr a multiknál, ha abban semmilyen használható tápanyag nincs, esetleg még a szervezetet károsító anyagot is tartalmaz úgy, mint a sok tartósítószerrel készült befőtt, félkész termék, pékáru és sorolhatnám.*

#### Klubvezetők képzése

Klubvezető képzéssel indult 2013 őszén a „Gazdálkodj okosan – lépésről lépésre! Háztáji klubok megalakítása megyeszerte” elnevezésű program, mely egynapos felkészítést jelentett azoknak, akik éreztek magukban a téma iránti elkötelezettséget. A felkészítés előképzettséget nem igényelt. Olyanok jelentkezését vártuk, akik rendelkeztek szabadidővel és képesek voltak egy kisebb csoportot időről-időre összehívni és összetartani. Két tréner vezette a foglalkozást, akik a jelenlévőknek azt mutatták meg, hogy hogyan tegyék érdekessé, vonzóvá a megalakítani kívánt klubok foglalkozásait. Csoportmunkában plakátkészítést, közösségformáló játékokat tanultak, miközben egymással is megismerkedtek. A tréningre a résztvevők maguk által készített süteményeket, ételeket, üdítő italokat hozhattak. Erről a találkozóról előtt egy héttel értesítettük a jelentkezőket. Megoldotta az étkezést, és a receptcsere kapcsán közelebb is kerültek egymáshoz a résztvevők. (Javaslat: a vezetőképző késő ősssel, a klubfoglalkozások egy hónappal később télen legyenek!)



Klubvezetők képzése, Szolnok

## Klubok megalakulása

A képzés után a klubvezetők 10-10 db – már előre elkészített – munkafüzetrel tértek haza. A füzetet írásban átvettük, hogy a résztvevők már ezzel is elköteleződjenek a program iránt. Aki az egynapos tréning alatt megmondta magát – s úgy döntött, hogy nem indít csoportot –, az csak egy füzetet vitt magával, a sajátját. Az újdonsült csoportvezetők hazatérve, településükön meghírdették a háztáji klubok alakulását, melyhez a klubvezető képzéshez megtervezett plakát formáját, logóját igény szerint alkalmazhatták. A bírói plakátot a képzés napján előre kinyomtatva osztottuk ki, illetve e-mailben is elküldtük. Készíthettek saját ötlet alapján is plakátot, szórólapot, melyhez – a tréningen tanultak szerint – feltüntették az alakulás napját, helyszínét, a témaköröket. Javasoltuk a tíz alkalomra szóló időhátár feltüntetését, mert így a jelentkezők rögtön láthatták, hogy belátható időre kötelezik el magukat.

## Klubok működtetése

A klubok működésének segítségét szolgálta a munkafüzet, melyet a klubok alakulásánál a bemutatkozások, címek begyűjtése után a csoportvezetők osztottak ki a tagok között. A munkafüzetben lévő témakörök is felosztásra kerültek, illetve mindenki választott egy-egy, a habitusához közel álló témát, melyről előadást tartott a többieknek. A csoport az első foglalkozáson meghatározta, hogy milyen időközönként akar találkozni. A csoportvezető lehetőség szerint ragaszkodott a heti találkozókhoz, melyek mindig ugyanazon a napon, időpontban voltak. Jász-Nagykun-Szolnok megye csoportjai közintézményekben (művelődési házakban, tájházban) találkoztak. A foglalkozásokra hívhattak külső előadót, látogatást tehettek pl. a vízműveknél vagy a szemétfeldolgozással foglalkozó üzemből, illetve filmet is vetíthettek az adott témakörhöz. A foglalkozások írott anyagát a csoportvezetőktől elkértük, hogy tovább tudjuk küldeni más csoportoknak. Készítettünk kör e-mailt,

hogy az egyes klubokban gyűjtött tapasztalat máshova is eljusson.

Ha ünnepkörhöz közel esett a foglalkozás, egyszerű, kézműves lakásdekorációt, Mikulás és Karácsony közeledtével ajándékot készíthettek – természetesen hulladékból, a háztartásban fellelhető anyagokból. A téma saját tapasztalat alapján történő feldolgozása fontos, ám az együtt eltöltött idő, egymás megismerése még ennél is fontosabb. Ezért az idő kellemesebb, kötetlenebb eltöltéséhez javasoltuk, hogy minden alkalommal vigyen valaki házi készítésű süteményt vagy üdítőt! Ha a csoportvezető megismerte, s jól irányította csoportját, úgymond kinevelhette utódait, akikkel 2014 őszén új klubok indulhatnak. Zagyvarékasról már ketten jelentkeztek a november 22-i vezetőképzőre.

## Munkafüzet

A klubokat 28 oldalas, A/4-es méretű, fénymásolásra alkalmas – tíz témát magában foglaló – munkafüzet segítette. A munkafüzet egy egyszerű, hétköznapi ötletek, történetek, pénztárcánkat kímélő energiatakarékosági tippek gyűjteménye, mely köré azok is összegyűlhetnek, akik a takarékoság, egészséges életmód mellett „csak” társaságot, értelmes elfoglaltságot kerestek. Héjáné Béres Margit környezetgazdálkodási agrármérnök és a társzervező Veresné Péter Judit szociológus – két háziasszony, anyuka – segítségével egyszerűen megfogalmazott munkafüzet témáit javasoltuk egymásnak előadni, majd megvitatni, a tapasztalatokat megbeszélni, hiszen például áramot, vizet, gázt mindenki fogyaszt, háztartása mindenkinek van, így a leírtakon túl egyéb tapasztalathoz is juthattak a klubtagok.

### Tematika:

1. Otthon használható ismeretek; életvezetés, környezetbarát életmód, életünk zöldítése, mások tippjei, tapasztalatai.

2. Háztartásgazdálkodás: gazdálkodjunk abból, amink van.

3. Lakásunk költségeinek csökkentése: kevesebb víz, gáz, áramfogyasztás.

4. Gazdaságos és környezetkímélő háztartás; hulladékkezelés, komposztálás.

5. Hulladékból használati tárgy készítése; bútorfelújítás.

6. Egészséges fürdés, tisztálkodás. Szappan és tisztítószer készítés. Takarítás: Vegyszerből csak keveset!

7. Élelmiszer tartósítószer nélkül: kenyérsütés, tésztakészítés; sajt készítés.

8. Segíts magadon, termelj magadnak! Családi gazdálkodás kicsiben. Saját kertből mit, mikor, hogyan? Ha nincs kerted... de van az idős szomszédodnak.

9. A fölösleget add el másnak! Bevásárló körök, szívességi körök alakítása. Ne vegyél, cserélj! Ruha, használati tárgy börze.

10. Értékrend váltó életmód.

## Eredmény

2013-ban öt településen – Szolnokon, Zagyvarékason, Jászboldogházán, Rákóczi falván, Jászárokszálláson – alakult és működik azóta is háztáji klub. Eredményességüket talán legjobban a saját maguk által megfogalmazott vélemények tükrözik.

## A klubvezetők összefoglalójából

*Zagyvarékas, Kurucz Gyula klubvezető:* „Nagyszerűnek és életképesnek találtam az ötletet! Nagyon sok az idős ember és a munkanélküli a faluban, ugyanakkor rengeteg kert elhanyagolt állapotú. Miután magam is hasonlóan gondolkodom, mint amit a klubunk megalakítása után tolmácsolnom kellett a klubtagoknak, természetesen tartottam a csatlakozást. A klubfoglalkozásokon arra helyeztem a hangsúlyt, hogy a résztvevők a foglalkozások végére eljussanak odáig, hogy maguk is alkalmazzák a munkafüzet tartalmát, s a végén ők is hozzanak létre maguk köré hasonlóan gondolkodó embereket. Már két csoportvezető lesz az őszi klubvezetők képzésén Zagyvarékasról!”

*Rákóczi falva, Csikós Andrea klubvezető:* „Októberben alakítottuk meg a háztáji klubot. A tematika felhasználása mellett célunk volt, hogy együtt tanuljunk meg, hogy lehet egy személynek minél kisebb „ökolábnyma”, valamint a régen településünkön működő szociális bolt újraindítása is foglalkoztat bennünket.”

*Jászboldogháza, Berkó-Fejes Györgyi klubvezető:* „A fenntartható fejlődés, a környezettudatos életmód foglalkoztat, s ezért vállaltam el a klubvezetést. Az összejöveteleink célja bővebb ismeretek megszerzése életünk zöldítésének lehetőségeiről. A tudatosság a vásárlás, hulladékkezelés, háztartásgazdálkodás terén, valamint olyan módszerek használata, amelyekkel kivédhetjük a tisztálkodásra használt szerekből, esetenként bizonyos élelmiszerekből ránk leselkedő mérgező anyagok hatását.”

*Jászárokszállás, Tamba Zoltánné Marika:* „Nehezen jöttem el a klubvezetők képzésre, mert az iskolában nagyon sok feladat hárul rám. A tagok biztatására végeztem el azzal a feltétellel, hogy mindenben segítenek. Ez azt is jelenti, hogy nekem már meglévő csoportom volt, akikkel valamilyen irányba el akartunk indulni, így kapóra jött a téma. Mind a tíz foglalkozást végigvettük, tapasztalatot cseréltünk, földházat, biodinamikus kertet látogattunk, recepteket cseréltünk. A ta-

gok tényleg megszervezték mindent, nagyon aktívak, s remélik a folytatást.”

*Szolnok, Bukor Irén klubvezető:* „Kísérleti jelleggel indult a szolnoki klub azért, hogy a módszereket – melyeket alkalmazni szerettünk volna a többi klubnál – kipróbáljuk. Az Öko-köröm átalakulása tűnt a legegyszerűbbnek, ám a tagok a végére teljesen kicserélődtek. Mi is haladtunk a tematika szerint, de mint a többi klub ki-kiléptünk a mederből, s próbáltuk sajátunkká alakítani. A nagyvárosi lét eleve más tartalmat adott sok mindennek, hiszen a tagok jó része nem kertés házban él. Talán emiatt, egy bevásárló kör kialakításának a gondolata fogalmazódott meg bennünk, melyhez mindegyik klubban felleltük lehetséges partnereinket.”

## Összegzés

A „Gazdálkodj okosan – lépésről lépésre! Háztáji klubok megalakítása Jász-Nagykun-Szolnok megyében” el-



Klubfoglalkozás Zagyvarékason





Klubfoglalkozás Rákóczi falván



Klubfoglalkozás Jászárokszálláson. Gyógynövényismeret



Klubfoglalkozás Szolnokon. Húsvéti díszek készítése hulladékból

nevezésű kísérlet sikerült, hiszen egyszerű módszerekkel, értékrend váltó, mindennapi ismeretek gyűjteményével alkalmassá tette a kistelepüléseken élőkötől a nagyvárosban élő résztvevőket arra, hogy klubfoglalkozások alkalmával megbeszéljék, alkalmazzák, továbbadják ismereteiket, s ezen közben megismerkedjenek egymással.

Gazdaságfejlesztő, hiszen a résztvevők megtanultak takarékoskodni, gazdálkodni az idővel, pénzzel, energiával. A környezetkímélő háztartás kialakításával, kevesebb vásárlással, saját vagy más háztáji kertjének művelésével nemcsak példát mutattak másoknak, de az egészséges zöldségekből, gyümölcsökből a téli raktározást is megoldották. Preventív, hiszen gyógyszerek helyett gyógynövények, adalékmentes, saját készítésű kozmetikumok, élelmiszerek, a szabadban – hasznos munkával, a családdal – eltöltött idő óvta szervezetüket, valamint ezekkel a kis lépésekkel mindnyájan hozzájárultak valamit a nagy egészhez, földünk védelméhez.

## Folytatás

A „Gazdálkodj okosan – lépésről lépésre! Háztáji klubok megalakítása megyeszerte” programot minden évben szeretnénk megújítani, újabb és újabb klubokat alakítani és működtetni a fent leírtak szerint. Jász-Nagykun-Szolnok megyében 2014. november 22-ére tervezzük a csoportvezetők képzését a Nemzeti Művelődési Intézet Jász-Nagykun-Szolnok Megyei Irodájának székhelyén, Szolnokon.

Célunk még, hogy a 2013-ban már megalakult klubokat megerősítsük a

közösségfejlesztés eszközeivel, hiszen a háztáji klub összejövetelénél is komolyabb munkát végezni, elköteleződni – pl. bevásárló kört, szociális szövetkezetet, szociális boltot alakítani – csak megbízható légkörben, közösségben lehet. Ezért 2014-ben azt próbáljuk ki különböző módszerekkel, hogy ki hogyan, s miben tud a másik segítségére lenni annak érdekében, hogy az elgondolások eljussanak a megvalósításig. Hosszú távú célunk a családi gazdálkodás kialakítása mellett a foglalkoztatás, a települési, közösségi, szociális vállalkozások tervezésének, kialakításának generálása.

A program megvalósításában segítségünkre volt Scheitz Kata – pszichológus, a csoportvezető képzés tréner. A munkafüzetet Héjáné Béres Margit – környezetgazdálkodási agrármérnök és Veresné Péter Judit – szociológus írta.

BUKOR IRÉN a nyíregyházai Bessenyei György Tanárképző Főiskola művelődési menedzser – tömegkommunikátor szakán végzett, majd évekkal később a Debreceni Egyetem Bölcsészettudományi Kar Művelődési és Felnőttképzési Menedzser Szakán egészítette ki tudását. Az élethosszig tartó tanulás jegyében a Civil Kollégium Alapítvány közösségfejlesztő képzését, a Minőségfejlesztés a közművelődésben I-II. modulját, a közművelődési intézményvezető képzést végezte el sok más kisebb-nagyobb tanfolyam mellett. Kulturális területen 1982 óta dolgozik. Pályáját könyvtárosként kezdte. A Megyei Művelődési és Ifjúsági Központba 1989-ban került, ahol előbb az ismeretterjesztő, végül a megyei módszertani csoportban végezte munkáját. 2013. január 1-jétől a Nemzeti Művelődési Intézet Jász-Nagykun-Szolnok Megyei Irodájának munkatársa.