

# Heti Waldorf

ESEMÉNYEK  
MÁRTON NAP  
ÉTLAP

Kedves Szülők és  
Pedagógusok!

Az e heti hírlevél Márton  
napi hangulatba öltözött,  
olvassátok szeretettel!



## Tartalom

A "Heti Waldorf"-ban olvashattok a  
heti aktuális eseményekről,  
iskolai életről,  
közösségi életről,  
az év ritmusáról, ünnepekről,  
és a gyerekek heti étlapját is megtalálhatjátok majd itt.

# Heti események

## Nyílt nap - Gimnázium

**November 15. szerda**

Szeretettel várunk benneteket a nyílt napunkra! Regisztráció: [ITT](#)

**8:00 – 9:45**

9. osztály – történelem

10. osztály – matematika

11. osztály – biológia

10:00 – 10:45

9. osztály – angol

10. osztály – matematika

## Martin Keizer - Művészeti műhely

**November 18. szombat**

**10:00 - 17:00**

Szeretettel várunk minden érdeklődőt!

## Iskolába hívogató II.

**November 16. csütörtök**

**17:00 - 18:00**

A számolás és matematika tanítása a Waldorf-iskolában. Regisztráció: [ITT](#)

## Előretékinő

**Bazári Készülődés**

November 25. szombat 14:00

**Mesterházy Mária előadása**

**“Ha élet zengi be az iskolát”**

November 23. csütörtök 17:30

Nyíregyházi Waldorf Gimnáziumi

**NYÍLT NAP**

2023. november 15. szerda

Nyíregyháza, Kölcsey u. 8.



# Köszönet!

## Óvoda

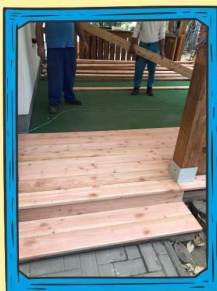


### Hálásan köszönjük

a Michelin Hungaria Kft.-nak 300.000 ft-os támogatását  
melyből óvodánk terasz padló burkolatát felújítottuk, ami azért  
nagyon fontos mert waldorf pedagógiánkban központi szerepet  
kap a szabadban történő játék és foglalkozás.



ilyen volt



ilyen lett

# Visszatekintés - Márton nap

Az előkészületek során sorban teltek a tálcák különféle zsíroskenyerekkel a 7. osztály jóvoltából, akik egyedi tökházakat is faragtak a 8. osztállyal és a felső tagozattal. A szeretet sütik készítése a 6. osztály adománya volt, míg a helyszínről és a lakoma asztalokról a pedagógusok, a nyolcadikos lányok és az alsós szülők közösen gondoskodtak. Szerető kezeik által, a 4. osztály ünnepi előadása és a nyolcadikosok ünnepet kísérő éneke révén egy csodás Márton ünnep született pénteken. Köszönjük minden segítőnek és résztvevőnek, hogy méltó módon élhettük meg idén is a Márton napot!

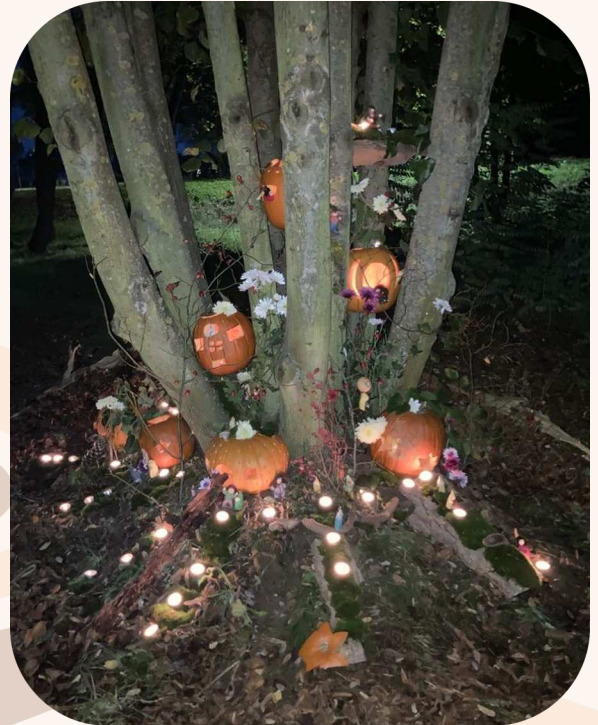


# Visszatekintés - Márton nap

## Előkészület



# Visszatekintés - Márton nap



# Visszatekintés - Márton nap

Benediktné Ricz Réka - óvodapedagógus

## Óvoda

### November 11. szombat

A gyermeki lélek varázslata, hogy a jelenben él és a jót keresi, bármilyen is a körülötte lévő idő. A szakadó eső ellenére a gyermekek örömmel keresték és fedezték fel a manók varázslatos birodalmát.



# Visszatekintés - Márton nap

## Szeretet szendvics

**November 6. hétfő - Szeretetszendvics készítése a Labor Cafében**

Hétfőnként a felsőseinkből és a 8. osztályosokból álló, 10-12 fős kis csoport a Labor Cafében tölt egy-egy órát, hogy igazán megélhessék a Márton-impulzust. Íme a felhívás erről a lehetőségről, melyhez bárki csatlakozhat





# Visszatekintés - Márton nap

## Szeretet szendvics

### **Szeretetszendvics készítése a Labor Cafében**

*Tarts velünk és legyél te is a Szeretetszendvics csapat tagja!*

Találkozunk novembertől minden hétfőn 9-kor a Labor Cafében!

Alapítványunk közösségi tere az első pillanattól fontos feladatának tartja az utcán élők és a leginkább rászorulóknak segítségét és a többségi társadalom érzékenyítését, a feljűk mutatott szolidaritás felébresztését. Ennek a munkának egyik kezdő lépéseként 2017 különösen hideg telén nappali melegedőként nyitottuk meg közösségi terünket hajléktalan embertársaink előtt. Ebből indult újtára a Szeretetszendvics program, mely heti rendszerességgel vonja be a város lakóit önkéntesként 100 szeretettel készült szendvics elkészítésébe.

A program során a lakosság felajánlásaiból vásárolunk, vagy mentett élelmiszerekből készítünk ételt, melyet a Periféria Egyesület utcai ellátottjai kapnak meg. A programba osztályközösségek is bekapcsolódnak rendhagyó óra keretében, mely az érzékenyítés nagyon hatásos eszköze.



Adományokat folyamatosan várunk "Szeretetszendvics" hivatkozással, illetve az események napján alapanyagokat is szívesen fogadunk.

Számlaszámunk:

Tabulapláza Alapítvány

MBH 68800099-11052087

Amit még várunk a szendvicsekhez:

- szeletelt kenyér, vagy zsemle
- szeletelt, vákuumcsomagolt száraz szalámi, kolbász
- dobozos margarin
- szezonális zöldség, gyümölcs
- snack, aprósütemény
- alufólia

# Betekintés - Felső tagozat

## 10. osztály

Az Egészségfejlesztési Iroda munkatársa tartott osztályfőnöki óra keretében előadást a 10. osztályban az egészséges életmódról, és az egészségre ártalmas szerek (energitalok, dohányzás, snüssz, alkohol, drogok) használatáról. A 8.-9.-11. és 13. osztályban is vendégünk lesz a későbbiekben az előadó ezzel a témával.



# Betekintés - Felső tagozat

## Nyíregyházi Szociális Gondozási Központ

A Nyíregyházi Szociális Gondozási Központ 30. születésnapján ünnepelték Nyíregyházán ebben az évben a szociális munka napját. A 10. és 11. osztályosaink adták ennek tiszteletére az ünnepi műsort versmondással, énekkel és zongorajátékkal. Nagyon szépek voltak az előadásaik, büszkék vagyunk rájuk!



# Kalendárium - Márton nap

„Lelki tekintetünket vessük a téltre! Külsőleg a jég és hó borítja a Földet, a földi lények, a növényi csírák visszahúzódnak a Földbe. A Föld éppen azt vonja vissza a belsejébe, ami csírázva összefügg vele (itt eltekinthetünk az állatok és emberek világától). A tavasz és nyár sarjadó, rügyező életéhez télen hozzáfűzzük az elhaló élet megismerését. Mit jelent azonban a szellemi vonatkozásban a tél elhaló élete? Azt jelenti, hogy az elementáris lényeknek nevezhető szellemi lények, akik valójában főként a növények éltetői, visszahúzódnak magába a Földbe, bensőségesen kapcsolódva hozzá. Ez télen a Föld imaginatív képe: mintegy felveszi testébe az elementáris szellemi lényeket, testébe rejti őket. A Föld télen a „legszellemibb”, vagyis elementáris szellemi lényei ilyenkor hatják át leginkább.”

„...arra gondoljunk tehát, hogy ahol a hótakaró elterül, ott úgy takarja el a Föld testét, hogy maguk a földi lét elementáris szellemi lények laknak benne. Ha eljön a tavasz, akkor az elementáris szellemi lények Földhöz fűződő rokonsága a kozmikus környezethez fűződő rokonsággá alakul át. Ami a tél folyamán a lényeknek a Földhöz fűződő mélységes rokonságát hozta létre, az tavasszal a kozmikus környezettel rokon: az elementáris lények kifelé törekszenek a Földből.

A tavasz nem más, minthogy a Föld szétárasztja elementáris lényeit a mindenség iránti odaadásból. Az elementáris lényeknek télen a Föld ölében kell pihenniük, tavasszal a levegőn, az atmoszférán át való kiáramlásra van szükségük, hogy a bolygórendszer szellemi erői a szellemi Merkúr- Mars- Jupiter-erők határozzák meg őket. Télen nem érvényesül a bolygórendszerek Föld-szellemekre való hatása, ez csak tavasszal kezd el hatni.”

„ A Föld télen egész szellemiségét „belélegzi”, a tavasz érkezésével ismét elkezd „kilélegezni” a kozmoszba. ... Az ember a földi lét igazi mivoltát a téli napforduló idején éli át, Karácsony ünnepén. Amikor a Föld a legszellemibb, akkor tartogathatja számára a karácsonyi ünnep titkát. A Megváltó csak olyan Földhöz kötődhet, amely felvette ölébe az egész szellemiségét. A feltámadás ünnepére viszont annak az érzésnek kell fellángolnia, hogy az ember nemcsak a Földhöz, Hanem az egész világmindenséghez tartozik, és a Föld polgáraként lelkével a mindenségben ébredhet eszméltre. Erre csak az az időszak alkalmas, amely minden földi szellemiséget kivezet a kozmoszba.”

- Rudolf Steiner -

## Rudolf Steiner: Léleknaptár

32.

Ich fühle fruchtend eigne Kraft	Érzem, gyümölcsözőn saját erő
Sich stärkend mich der Welt verleihn;	megerősödvé a világnak ajándékoz engem;
Mein Eigenwesen fühle ich kraftend	saját-lényem érzem erősödön
Zur Klarheit sich zu wenden	a világosság felé fordulni
Im Lebensschicksalsweben.	az élet-sors-szövődésben.

# Étlap 2023.11.13 - 17.

Hétfő

Zöldbableves

Bolognai spagetti

Kedd

Bakonyi  
Bettyárleves

Ananászos  
csirkemell  
Párolt rizs

Szerda

Daragaluska-  
leves

Zöldborsófőzelék  
Főtt kemény tojás

Csütörtök

Köménymag-  
leves

Rántott  
sertésszelet  
Burgonyapüré  
Káposztasaláta

Péntek

Tarhonyaleves

Rántott sajt  
Párolt rizs  
Majonézes  
kukoricasaláta

*Kérünk benneteket, hogy gyermekeitek betegsége esetén mielőbb jelezzétek a titkarságon az ebédlemondást is! A napi lejelentett létszámok és ebédrendelések egyezése fontos a hivatalos ebéd támogatás elszámolásakor. Köszönjük!*

Ebédrendelés/lemondás adott napot megelőző nap reggel 9 óráig!

**SMS:** 06 20/619-5222, 06 30/518-3135

**Messenger:** Gyarmatiné Tugya Tímea

**Email:** titkarsag@nyiregyhaziwaldorf.hu