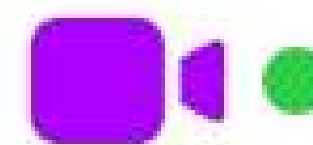


65%



Bolygóvé...



2021. Ápr. 13.

Réka



Sziasztok Csajok! Én annyira örülök, hogy ilyen jól állunk! Akármilyen is lesz a vége, muszáj ünnepelnünk majd! Meg nagyon vágyunk már társaságra... Hetek óta együtt tanul, dolgozik, játszik a család és már fogy mindenki türelme. Bevállalunk nyár elején egy "utó-csapatépítést"? Vinnénk a családot, olyan jó lenne már személyesen is találkozni veletek!



Timi



Remek ötlet, menjünk, menjünk, de hova? Nekünk júniusra még semmi tervünk 😊

Lejla



A számból vették ki a szót ❤️ és már van is egy ötletem. Van egy telkünk Leányfalun nagyon szívesen vendégül látnálak ott titeket. Képzeljétek nagyon szeretném öko-vendégházzá alakítani, áram még ugyan van, a vizet a szomszéd adja jelenleg, tele vagyok tervekkel, ha van kedvetek közösen is gondolkozhatnánk majd ezen a helyszínen. Az időpont nekünk is pont jó. Tibi is tud szabit kivenni júniusban. Többiek?



Ildi



Mi is benne lennénk! Amúgy is valami olyan nyaralást szerettem volna, ahol befolyással tudnánk lenni a karbon-lábnyomunkra. Kütyümentesen, természet közelben. Már nagyon ránc férne... Lejla, felkeltetted az érdeklődésemet, meséj még! Nem tudom, hány napra gondoltatok, mi egész hetes nyaralásra is kaphatók vagyunk!

Leányfalut nagyon szeretjük, mehetnénk vonattal és bicóval, van arra egy nagyon jó kis túraútvonal, amit a gyerekek is bírnanak. Sátrazhatnánk a kertben, ha nem férünk el a házban. Mi bármikor ráérünk júniusban!



Betti



De jóóóóó! Épp én is javasolni akartam már egy közös kirándulást. Hirtelen anyai gondolatom támadt, egy zöld nyaraláshoz :D A gyerekekkel készíthetnénk rovarhotelt, madáretetőt és Lejla, még a komposzt-wc elkészítésébe is besegíthetünk, úgy emlékszem, mondtad, hogy azt is szeretnétek. Az időpontot illetően mindenképpen szabaddá teszem magunkat! Mit kell tudni a házikóról?



Timi



Sétálhatnánk a Duna parton, bográcsozhatnánk. Nemrég olvastam, hogy sajnos már a Dunakanyarban is egyre több szemetet dobálnak el, mit szólnátok, ha kicsit tisztogatnánk Duna-partot? Lejla, meséj kicsit a telekről és a környékről!

Lejla



Képekben is jó? :) Küldök párat. Nem nagy, de sátorral elférünk.



Ildi



TÖKÉLETES! ❤️❤️❤️

Sziasztok! Én találtam egy ilyen, ha van kedvetek, nem olyan hosszú, gyerekekkel is végig tudjuk sétálni, nézzük meg, hová megyünk pihenni! :)

<http://www.leanyfaluanno.hu/home/helytoertenet-tanoesveny-2016>

Leányfalu anno >

Helytörténeti tanösvény 2016

Leányfalu sétára hívt!

Sétáljon végig Leányfalu helytörténeti tanösvényén, azon a 4 kilométer hosszú útvonalon, amely 15 kiemelt helyszínt érintésével vezet körbe a festői település központi területén! Az egyes állomások Leányfalu múltjáról, hely-, és kultúrtörténeti értékeiről nyújtanak hasznos ismereteket.



Leányfalu természetesen számos érdekességet rejt még ezeken túl is, melyekről további információkra lehet kihelyezett tájékoztató tábláinkon, illetve a www.leanyfalu.hu és a www.leanyfaluanno.hu oldalakon is.

A tanösvényt állította Leányfalu Önkormányzata 2016-ban, Leányfalu évében, tervezte Bedő Szilvia és Adorján András, grafikailag kivitelezte Kovács Kristóf. Támogatta a Nemzeti Kulturális Alap. Köszönjük mindazon lokálpatrióta lakók segítségét, akik fotókkal, információkkal, munkájukkal járultak hozzá a tanösvény létrejöttéhez.

Kedves Látogatók!

Kívánjuk, hogy Önök is megszeressék a számunkra oly kedves települést! Felhívjuk figyelmüket, hogy a jelölt ingatlanok ma magántulajdonban vannak, csak az utcáról megtekinthetők. Kérjük, ne zavarják tulajdonosaik nyugalma!

1. Római őrtorony és az Árpád-házi Szent Erzsébet park



Tulajdonképpen rengeteg jó program ötletet bedobtatok már, az elmúlt napokban, lassan vehetjük is a vonatjegyeket ;-). Bicajos gyerekülése vagy utánfutója mindenkinek van? Tudok kölcsönbe szerezni....



3

Még az jutott eszembe, hogy ha véletlenül rossz idő lenne, akkor lehet madáretetőt, madáritatót készíteni benn, Lejla, ehhez alap szerszámok vannak a telken? Meg a meseolvasás nálunk alap, és nagy csapatban biztos élveznék a gyerekek a mesedélutánokat! ;-)



3

Betti



@Lejla, komposztálót nem szeretnék az ökoházhoz? Mi hétfőig el kezdtem el készíteni a telken, ehhez nem kellene még raklapok sem. Nálunk elszaporodott nagyon az ostorfa, pont jó volt a vesszőfonáshoz:



2

Betti



Ildi



De jó! Ezt szívesen kipróbálnám, nekünk is jó lenne a telekre!

Lejla



Próbáljuk meg! Ehhez legalább nem kell raklapokat cipelni - bicajjal úgy is bajos lenne. Néhány válasszal elmaradtam: alap szerszámok vannak, és a bicajozáshoz is van mindenünk. És Rékáéknek meg Timiéknek is van gyerekülés. :)

Betti



Akkor beteszem ezt is a programba, már elkezdtem egy excelt ;-). És figyi, Lejla, hogy jutnánk oda el bicajjal?

Lejla



Bicajjal Pestszentlőrinc vasútállomásra, onnan vonattal a Nyugati-Pályaudvarig, aztán onnan végig bicajjal: Margit-sziget - Árpád híd - Római-part - Szentendre - Leányfalu



2

Timi



Én is elkezdtem rendszerezni az ötleteket, igaz másképpen, listaszerűen... akkor abból meg csinálhatunk egy "ZÖLD-RELAX bakancslistát. A kicsiknek beígérhetünk valamit annak, aki teljesíti. Mondjuk óriási adag fagyit? :)

Réka



A fagyit tökéletes - főleg ha jó idő lesz. Esetleg még matricákat lehetne, nekünk van itthon bőven, tudok vinni. Tudom, nem annyira "zero-waste" de még mindig teljesen kutymentes ;-)



3

Timi



Sziasztok! Egy ilyen zöld-bakancslista hogy tetszene? Fagyiért, meg saját örömeinkre :D Véglegesítjük a dátumot? Június második fele nektek jó lenne? Akkor már nem tanítok...



Timi

- **Töltsük az éjszakát függőágyban (szálláson)**
- **Gyűjtsünk vadon élő ehető növényeket**
- **Menjünk gyík- és sikló lesre**
- **Bivakoljunk, azaz aludjunk a szabad ég alatt sátor nélkül**
- **Nézzünk naplementét-napfelkeltét egy nyári réten**
- **Faragjunk valamit séta közben**
- **Etessünk kacsákat**
- **Mászunk meg egy meredekebb domb- vagy hegyoldalt ösvény nélkül**
- **Együnk csalánlevest**
- **Építsünk gátat egy patakra**
- **Keressünk vízesést**
- **Keressünk mókusokat**

Lejla



Juj, Timi, nagyon jóóó! Több helyre is mehetünk kisebb kirándulásokra és közben ezt mind meg lehet valósítani! Mindjárt küldök nektek egy térképet, hogy jobban el tudjátok képzelni mi, merre, így talán tervezni is jobban tudunk!



Betti



Dolgozom ám a programajánlón a háttérben, szerintem 1 hétre való meglesz ;-) Nekünk is jó a júni második fele, de ne hétvégén utazzunk, a vonat a bicajokkal meg a gyerekekkel nagyon húzós lenne hétvégén.

Réka



Nekünk is jó június vége. Mondjuk június 23. szerdától? A MÁV-ot is fell kell majd hívni a bicikli szállító kocsi miatt. Mert 12 bicaj, meg 3 utánfutó nem fér csak úgy fel szerintem... Intézem szívesen!

Lejla



Szerintem elég kompakt, a kicsikkel is eljutunk bárhová (mármint ami a kirándulásjavaslatokban van). Tahitótfalu és Szentendre is közel van, ha piac kell pl, akkor bármelyik felnőtt át tud ugrani bicajjal.



Betti



Oh, wow :D Látom, Lejla, komolyan gondolod az ökoendégházat... Ez a térkép, mintha a brossúrából jönne! Kösz amúgy, én tényleg nem ismerem Leányfalut... csak átutazóban voltam arrafelé....

Ildi



Na, úgy tűnik, közel van a Helytörténeti Tanösvény, tehát lehet, hogy még hurcizni sem kell, hanem sétával is bírják majd a picik ;-)



2021. Ápr, 30..

És mit fogunk enni? Szerintem tervezzük meg előre a menüt is, hogy ne ott tanácstalankodjunk a nyakig sáros gyerekekkel. No meg arra is figyelni kell, hogy ki mit eszik, nem eszik, vega, vegán, miegyéb.



👍 3

Lejla



Vegán menüben tudok segíteni, Ildi meg a lekvárok, befőttek és fermentálás nagyasszonya, igaz, Ildi? :)

Ildi



Vinnék a kicsiknek lekvárt, meg befőttet, nekünk pedig egy főzésre való savanyú káposztát, ha benne vagytok! Mind home-made :) Bográcshoz biztos találunk egy szuper receptet (Persze ehettek azért ti is lekvárt! :))

👍 3

Betti



Pár napra vihetnénk kenyeret (KOVÁSZOST! :D), de nem bírunk el bicajjal mindent, úgyhogy ott helyben is kell majd vásárolnunk. Van piac?

Réka



Én az egyik napra vállalom az ebéd elkészítését. Már beszéltünk valamikor a kölesgombócról. Sokszor csinálom a gyerekeknek túrógombóc helyett is kölesgombócot, nagyon finom.

Timi



Rakok fel egy Excelt a drive-ra, beleírjátok, hogy ki mit vállal, milyen menüt? Én sütök kovászos zsemleket szívesen, illetve itt nálunk a környéki házakban az idősök mindig szoktak eladásra kínálni a fölös terméseikből. Lejla, van ott a környéken ilyen?

Lejla



Persze! Friss zöldség és gyümölcs tuti lesz a két szomszédtól.

👍 3

2021. Máj 10..

Betti



Sziasztooooo! Küldöm végre amit ígértem, szerintem minden ötletet beletettem, de mondjátok, ha kimaradt valami! Persze rugalmasan kezeljük majd, a gyerekekhez igazítva, pl simán lehet lavórban pacsálás is bármelyik progi helyett :D

Betti

HURRA, ÖKO-NYARALUNK	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap	Hétfő	Kedd	Szerda
Reggeli		Ildi kenyere + maradék az otthoni hűtőből	Lejla kenyere, falusi tojás (rántotta, lágytojás, stb, vega kencék Timi jövőtől)	Napfelkelte nézés, vagy később kelőknek harmaton járás; ezután reggeli: csillagkrémes cipő, és saját magunk összeválogatta magvas müzli	Timi-féle reggeli: kovászos apró zsemleik előző éjjel kelesztve, hajnalban kisütve frissen, idény zöldségekkel és almával (a környéki szomszédok kertjéből vásárolt finomságokkal)	Zabkása (ezután szendvicskészítés, és nyers zöldségek és gyümölcsök darabolása egész napra)	zabkása friss és aszalt gyümölcsökkel	Ébredés után közös reggeli - minden maradék elfogyasztása
Délelőtti program	Otthon: szendvicskészítés, hűtőkipakolás, áramtalanítás	Fedezzük fel a környéket! Erdőlakók megfigyelése, ehető növények gyűjtése; felnőtteknek szemétszedéssel egybekötött séta a Duna-parton	Kirándulás a Vöröskőre, majd a Vörös-meteor -forráshoz és/vagy Rekktyés-forráshoz és a Rekktyés tóhoz - geoládás kincskeresés	Lovak, kecskék, kacsák, tyúkok - közeli gazda látogatása. Esőprogram: éneklés, meseszövés közösen + kézműveskedés a Duna-parton talált dolgokból.	Rovarhotel, komposzt-wc barkácsolás + keltészta bedagasztása	Evezés a Dunán Esőprogram: éneklés, meseszövés közösen kreatív kézműveskedés a Duna-parton talált dolgokból.	Hőség esetén a Leányfalui fürdő és strand meglátogatása. Kellemes idő esetén kirándulás: Nyerges-hegy, geoládás kincskeresés; Esőprogram - ami elmaradt a héten	Takarítás, hulladék eljuttatása a szelektív kukákba - közös program a gyerekekkel. Zöld bakancs-lista teljesítőinek jutalom: FAGYI!!! Indulás
Ebéd	Otthon: előző napi maradék	Tócsni az otthonról hozott maradék zöldségekből	szendvics, alma, tócsni-maradék, ha valaki édességre vágyik, séta a fagyizóba	Óriáspalacsinta boronatarcsán, sósi/édes töltelékkel	Vega-bogrács + kurtóskalács, kukorica sütés	reggel összekészített étkek saját, újrahasonított szalvétába csomagolva	strandoláskor büfés lángos és fagy, hegymászás vagy esőnap esetén szendvicsébéd zöldségekkel	vonaton a reggel összekészített batyuból
Délutáni program	UTAZÁS: bicaj-vonat-bicaj	Dunai fürdőzés + Vadkacsa Sporttelep felkeresése Esőprogram: madáretető, itató készítés	Komposzt-wc barkácsolás, komposztkeret -fonás	Biciklis túra Dömörkapu-vizesés és/vagy Lajos-forrás; Esőprogram: madáretető, madáritató készítés	Keress és találgatás: keress a kertben egy pókhálót, egy fehér virágot, egy csigát, egy bodobácsot, stb (listán lehet pipálni)	Evezés a Dunán	strandolás/kirándulás/otthoni ténykedés, beszélgetés	UTAZÁS: bicaj-vonat-bicaj
Vacsi	"Batyusbál" + tábortűznél sült alma	Bográcsos káposzta	Nyersvegán bőségtál	Csalánleves + kölesgombóc vegán tejföllel	Vajas zsemle Ildi féle fermentált zöldségekkel	Boronatarcsán sült zöldségek vagy hidegtál	szalonnasütés, zöldségnyers a piacról beszerzett zöldségekből, salátával, nyers zöldekkel.	
Esti program	Tábortűz, sátorállítás, másnapi ebéd előkészítése	Szabadjáték <3 homokozás, sarazás, ki mit szeretne. :)	Esti túra (19-21h-ig) Ha az idő engedi, akkor szabad ég alatt alvás a bevállalósoknak (bivak vagy függőágy)	Naplemente nézés a Duna-parton (+Montessori csendkör: elcsendesülünk, magunkba mélyedünk - gyerekek imádják pici kortól)	Dobble + agylenők (kis dobozos játékok, apró helyen elférnek, utazáshoz mindig visszük, praktikus)	Naplemente nézés, akinek bevált a kint alvás, az meglehet ma is	Éneklés, búcsúest, élményekről beszélgetés	

❤️👍 4

Lejla



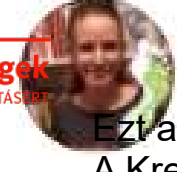
Hát szupi! Induljunk mááár :D

👍 3

Csajok, nagyon jó ötleteket adtatok! Van benne minden, de mégis vállalható a kicsikkel is! Kösziiiiiiii!



Timi



Ó, én már ma indulnék! Réka a MÁV-val sikerült beszélni? Lehet, hogy a vonatjegyeket is egyben kéne akkor venni.

Ezt a feladatot a Bolygóvédők 2.0 EnergiaKözösség készítette a GreenDependent Intézet E.ON EnergiaKözösségek programja keretében. A Kreatív Közjavak (Creative Commons) Nevezd meg!-Ne add el!-Ne változtasd! (CC-BY-NCND-4.0) licence vonatkozik használatára.

grIndependent
Intézet

2021. Máj, 25..

Ildi



Lányok, a versenynek ugyan vége, DE: Maradjunk hűek önmagunkhoz, itthon is legyen minden zöld majd, amíg nyaralunk :D Indulás előtt feltétlenül áramtalanítsatok mindent! Mondanám, hogy a főkapcsolót kapcsoljátok le, de nem akarunk leolvadt hűtőre és fagyasztóra hazaérni... A set-top box, és a router se maradjon ki!



3

OK, és ha maradna valami a hűtőben, pakoljátok be, sokan leszünk, megesszük a maradékokat, nem romlik meg semmi!



2

Betti



Betörésvédelem is létezik áram nélkül: ha tudtok szervezzetek valakit, aki megy locsolni, kiteszi a kukátokat, fel-le huzigálja a redőnyöket, ezt-azt átrak máshová naponta. Rokon, szomszéd, bárki, akiben megbíztok!



3

Ildi



Szuper ötlet Betti! @Stefanics Timi az jutott eszembe, hogy a nálatok kapható kenyeres zsákban a kenyér meddig bírja? Mert abban vihetnénk itthonról saját kovászos kenyeret. Ha pár napig bírja, az szuper lenne. Közeledik a június, mi már annyira várjuk!

Lejla



Ha már áramtalanítunk, függönyök, redőnyök is le, jó lesz hűvös lakásba hazaérni ebben a forróságban :)

Timi



@Ildi a zsákban napokig bírja a kenyér, jó ötlet, akkor azt is megmentjük, nem kell mindent felfalni indulás előtt! Látom alakul a zero-waste kajálás is :D

Ildi



Ja és még mindig van az őszi almából a pincében, abból is viszek pár kilót, teljesen bio, saját. Meg fogtok lepődni, a pincében mennyire jól kibírta a telet, és milyen szép még mindig!



2

Réka



Nekünk van egy ilyen listánk, kirándulásakor mindig használjuk, nehogy itthon maradjon valami fontos! Használjátok, és ha eszetekbe jut valami, szóljátok, nekem is jó, ha bővíthetem a listát!



4

Réka

túrazsák + övtáska
kulacs (karabinerrel), zsebkész + kanálgép
iratok, pénz
sebtapasz, kötszer, napégés és kullancs elleni szer, fájdalomcsillapító
szendvics csomagolók, textil zsákok
hálózsák, sátor
túracipő
bringa szerelő szett
papucs, törcsi
kendő (nap ellen, hordozott gyermek fejének megtámasztásához + ha templomot látogatunk)
fejsze, azt mi is viszünk mindig
textil zsebkendő
gyerekeknek kis helyen is elférő játékok, pl dobble, ki nevet a végén, felfújható strandlabda, frizbi
fejlámpa, ha van akkor dinamós zseblámpa
deszka, fatányér, vagy ha van összecsucskozható tányérszéklet (mint a kanálgép)
konyharuha
fogkefe + fogkrém



3

Réka



@ Timi, és mindenki:) Sikerült a MÁV-val egyeztetnem, nagyon készségesek voltak. Szerencsénk van, mert szerda (2021. június 23-án) reggel 2 kerékpárszállító vagon lesz, a vonat elején. Ha nektek is rendben van, lefoglalom a jegyeket. Jól számolom, hogy 12 felnőtt, 2 félárú (az ovisoknak nem kell) és 12 kerékpár jegy lesz? A gyerek járgányaiért úgy tudom nem kell külön fizetni.



4

Lejla



Konyhai dolgok nem kellenek, meg balta is van, felesleges bicajjal hozni :D Meg van bérletem, nekem jegy sem kell, de a többi oké. Mehet a foglalás, már nagyon izgatott vagyok!

Köszö, Réka! Mi is nagyon várjuk, HURRÁ, ÖKONYARALUNK!!!



E.ON EnergiaKözösségek
VERSENYBEN A KISEBB ENERGIATÁRSASÁGÉRT

Ezt a feladatot a Bolygóvédők 2.0 EnergiaKözösség készítette a GreenDependent Intézet E.ON EnergiaKözösségek programja keretében. A Kreatív Közjavak (Creative Commons) Nevezd meg!-Ne add el!-Ne változtasd! (CC-BY-NCND-4.0) licence vonatkozik használatára.

gr^{ee}nIndependent
Intézet