

Cikkajánló

Az Erdők Hete

Az **Erdők Hete** egy 1997-ben indult, évente megrendezett országos programsorozat, amelynek célja az erdők jelentőségének népszerűsítése, az erdészek munkájának bemutatása és az erdőhöz fűződő pozitív kapcsolatok erősítése.

Az Erdők Hete fontos szerepet tölt be az erdő védelmében és népszerűsítésében, valamint az erdészet és a társadalom közötti kapcsolatok erősítésében.

Tudjon meg többet az Erdők Hetéről az alábbi oldalon: <https://www.erdokhete.hu/>

Használt étolaj visszagyűjtés

A legtöbb háztartásban problémát okoz a használt étolaj kezelése. Az olaj egy veszélyes anyag, mely a külvilágba kerülve komoly fenyegetést jelent, különösképpen élővizeinkre és az ivóvízre nézve.

Tudjon meg többet a Coop olajpontokról az alábbi oldalon: <https://www.coop.hu/olajpont/>

Állati hírek: Egy óriás, békés lény a mélyben



A **tengeri tehén** egy igazán különleges és lenyűgöző állat. A tengeri emlősök közé tartozik, és első ránézésre egy hatalmas, kerekded testű fókára emlékeztet. Átlagosan 3-4 méter hosszúak és akár 500 kilogrammot is nyomhatnak.

A meleg, sekély vizeket kedvelik, így főleg a Karib-térségben, a Mexikói-öbölben és a nyugat-afrikai partvidéken találkozhatunk velük. Lassan mozognak és főként a tengerfenéken legelésznek, ahol tengeri fűvel és egyéb vízinövényekkel táplálkoznak.

Különlegességeik:

A tengeri tehéneknek közös őseik voltak az elefántokkal, így a legközelebbi élő rokonaik közé tartoznak.

Általában nagyon félénk, de barátságos állatok.

A hajóbalesetek, a környezetszennyezés és az élőhelyük csökkenése miatt a számuk sajnos drasztikusan csökkent, és több alfajuk is veszélyeztetett.

Érdekességek:

Nincs hátsó lábuk, de két uszonyuk van, amelyek segítenek a mozgásban.

A bőrük vastag és ráncos, és gyakran tele van kagylókkal és más tengeri élőlényekkel.

A nőstények általában egyetlen borjút hoznak világra, amelyet akár egy évig is szoptatnak.

Védelmük:

A tengeri tehének védelmében számos szervezet és kormányzat dolgozik. A tengeri nemzeti parkok létrehozása, a hajózási szabályok szigorítása és a környezetvédelmi programok mind hozzájárulnak ahhoz, hogy ezek a különleges állatok megmaradjanak utódaink számára.

Forrás: https://hu.wikipedia.org/wiki/Karibi_man%C3%A1tusz

Töltsük fel közösen a Magkönyvtárat!



TÖLTSÜK FEL KÖZÖSEN A MAGKÖNYVTÁRAT

HA VAN FELESLEGES MAGOD,
HOZZ BELŐLE
A MAGKÖNYVTÁRBA

MONDD EL,
MI A TEENDŐ AZ ADOTT MAGGAL,
HOGY FELTŰNTETHESÜK A
NÖVÉNY ADATAIT A CSOMAGOLÁSON

VEGYÉL RÉSZT TE IS
A MAGKÖNYVTÁR FELTÖLTÉSÉBEN!

A MAGOKAT TAGKÖNYVTÁRAINKBAN IS LEADHATOD.

jvntk JÓZSEF ATTILAVÁROSI TAGKÖNYVTÁR
dfmfvk DEÁK FERENC MEGYEI ÉS VÁROSI KÖNYVTÁR
acsjtk APÁCZAI CSAPÁS JÁNOS TAGKÖNYVTÁR

EZ A PLAKÁT/SZÓRÓANYAG ÚJRÁHASZNOSÍTOTT PAPIRRA LETT NYOMTATVA.

2023 augusztusától egy új szolgáltatást készítettünk elő, amelyet 2024. március 11-től vezettünk be első helyszínként a Deák Ferenc Megyei és Városi Könyvtárban.

Töltsük fel közösen a Magkönyvtárat!

Célunk a helyi közösségekre, a vonzaskörzet lakosaira alapozva a tájfajta növényvilág megőrzése, a magok adományozásának és cseréjének segítése, az otthon természetett haszon-, dísnövény és a hobbikertészkedési kedv erősítése, a növénynevelés lépéseinek támogatása, valamint a közösségépítés.

A magcserére épülő könyvtári szolgáltatás a helyi, honos növényfajták megbízható forrásból származó készletét bocsátja a kölcsönzők rendelkezésére. Csak vegyszermentes, saját kertből származó magokat gyűjtünk.

A honlapon olvasható a magkönyvtár használati szabályzata, ill. a kölcsönözhető magok listája is.

<https://dfmk.dfmvk.hu/szolgáltatások/magkovnyvtar>

Állatbarát könyvtár program



Könyvtárunk mindhárom részlege csatlakozott az Állatbarát Könyvtár Programhoz!

Könyvtárunk stratégiai tervében is fontos szerepet kapott a fenntarthatóság.

Könyvtárunk elkötelezett híve a felelős állattartással és állatvédelemmel kapcsolatos információk minél szélesebb körű terjesztésének.

A kihívás keretében 12 hónap alatt 12 állattal vagy állatvédelemmel

kapcsolatos könyvet olvashatnak el az érdeklődők. A kihívás aktuális könyvének népszerűsítése mellett, az állatokról és állatvédelemről szóló könyvekből készült könyvajánlóval is várjuk olvasóinkat, továbbá a jövőben állatbarát programokkal várjuk a téma iránt érdeklődőket.

Állatbarát Olvasó Kihívás 2024. OKTÓBER témája: az ÁLLATKERT!

Az ajánlott könyveket keresse könyvtárunkban!

Októberben szezonális gyümölcsök és zöldségek

Októberben a levelek sárgulnak, a szezonális alapanyagok között viszont rengeteg a zöld, amit érdemes kihasználni, mert ezeknek az ára ilyenkor kedvezőbb, illetve a legmagasabb a tápanyagtartalmuk.

Ősszel szervezetünket célszerű felkészíteni a téli, hidegebb időszakra, hogy vitaminokkal, tápanyagokkal feltöltsük álljon a kihívások elébe.

Miért érdemes a szezonális termékeket választani?

A szezonális zöldségek és gyümölcsök nemcsak frissek és ízletesek, hanem környezetbarát választás is. Általában alacsonyabb szénlábnyommal bírnak, mivel nem kell őket hosszú távolságokon szállítani. Ezen kívül tápanyagokban gazdagabbak és általában kedvezőbb áron is beszerezhetők.



A homoktövis jótékony hatásai:

A homoktövis egy igazi vitaminbomba, tele antioxidánsokkal, amelyek segítenek megvédeni sejtjeinket a káros szabad gyököktől.



Immunrendszer erősítése: A magas C-vitamin tartalomnak köszönhetően kiválóan erősíti az immunrendszert, így segít megelőzni a megfázást és az influenzát.

Bőr egészsége: Az A- és E-vitaminok, valamint a karotinoidok hozzájárulnak a bőr regenerálásához, és védik az UV-sugárzás káros hatásaitól.

Emésztés támogatása: A homoktövis segítheti az emésztési problémák enyhítését, és jótékony hatással lehet a bélflóra egyensúlyára.

Szív- és érrendszer védelme: Az antioxidánsoknak köszönhetően csökkenti a szív- és érrendszeri betegségek kockázatát.

Rákmegelőzés: Egyes tanulmányok szerint a homoktövis bizonyos rákos megbetegedések kialakulásának kockázatát is csökkentheti.

A kép és a cikk forrása: <https://homoktovisvelo.hu/homoktovis-jotekony-hatasai>

A füge jótékony hatásai:

A füge nemcsak ízletes, de számos egészségügyi előnnyel is rendelkezik.



Emésztés: A magas rosttartalomnak köszönhetően elősegíti az emésztést, és segíthet megelőzni a székrekedést.

Szív egészsége: A kálium és a magnézium tartalma miatt jótékony hatással van a szív egészségére.

Csontok erősítése: A kalcium és a K-vitamin segít erősíteni a csontokat, és csökkenti az osteoporosis kockázatát.

Rákmegelőzés: Az antioxidánsoknak köszönhetően egyes rákos megbetegedések kialakulásának kockázatát is csökkentheti.

Vércukorszint szabályozása: A füge lassítja a szénhidrátok felszívódását, így segíthet a vércukorszint stabilan tartásában.

A kép és a cikk forrása: <https://naturportal.hu/erdekesssegek/a-fuge-gyogyhatasa-mire-hasznalható/>