

## Cikkajánló

### **A Balaton nem úszómedence – a klímaváltozás drasztikus változásokat indíthat be a tóban**

A Balaton jelenlegi ökológiai állapota alapvetően jó, de sekély tóként rendkívül kitett az éghajlatváltozás, illetve a felelőtlen emberi használat okozta fenyegetéseknek, vélekedik Vasas Gábor, a HUN-REN Balatoni Limnológiai Kutatóintézet főigazgatója.

A cikk elérhető az alábbi oldalon: <https://tinyurl.hu/U12H>

### **“A fenntarthatóság horizontján...” címmel jelent meg új tanulmánykötet**

A tanulmánygyűjtemény azt a nemes missziót tűzte ki célul, hogy a teremtett világ megóvását és az ökológiai rendszerek tisztelétét a pedagógia jövőformáló eszközévé tegye. A könyv alapvetése szerint a jövő fenntarthatósága nem a konferenciatermekben, hanem a gyermeki lelkekben dől el, hiszen az óvodáskorú gyermek még ösztönös harmóniában él a természettel, szenzoros csatornáit nyitottak, kíváncsisága pedig határtalan.

A cikk elérhető az alábbi oldalon: <https://tinyurl.hu/rloX>

## Programok:

### **Tavaszi természetles**

A Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesület (MME) Tavaszi természetles programja minden évben április 1 – június 30. között kínál újabb lehetőséget arra, hogy a lakosság is bekapcsolódhasson a környezetünkben található élőlények – ebben az esetben a madarak mellett a kételtűek, hüllők, lepkék és emlősök – megfigyelésébe, a védelmüket is segítő „közösségi tudomány” (citizenscience) jellegű adatgyűjtésbe. Ehhez nem kell mást tenni, mint a kertben vagy a közeli parkban látott madarak, gyakoribb kételtűek, hüllők, lepkék és emlősök megfigyelési adatait beküldeni a népszerű Turdus okostelefonos alkalmazáson vagy a [termeszetlesen.mme.hu](https://termeszetlesen.mme.hu) oldalon keresztül.

### **Föld napi vetélkedőt hirdettek Zalaegerszegen általános iskolásoknak**

A Föld napja alkalmából idén is környezetvédelmi vetélkedőt szervez a Zala-Müllex Kft. és a Zalaegerszegi Élménypark Kft. A program célja, hogy felhívja a figyelmet a természeti környezet megóvásának fontosságára, és erősítse a fiatalok környezettudatos szemléletét. A vetélkedőt április 22-én 10 és 12 óra között rendezik meg az Alsóerdei Sport- és Élménypark területén. A megmérettetésre felső tagozatos általános iskolásokból álló, legfeljebb öt fős csapatok jelentkezését várják. A résztvevők különböző, környezetvédelemmel kapcsolatos feladatokban mérhetik össze tudásukat, a szünetekben pedig az élménypark programjain vehetnek részt.

<https://www.egerszegihirek.hu/helyi-hirek/fold-napi-vetelkedot-hirdettek-zalaegerszegen-altalanos-iskolasoknak>

### **A város, ami megtart – II. Fővárosi Föld napja konferencia**

Helyszín: Merlin Színház (bejárat a Károly krt. felől, a Városháza Parkon keresztül)

Időpont: 2026. április 22. (szerda) 9 óra

„A város, ami megtart” címet viselő konferencián hazai és nemzetközi szakértők mutatják be a főváros klímaalkalmazkodási irányait, zöldinfrastruktúra-fejlesztéseit, valamint azokat a megoldásokat, amelyek hozzájárulnak egy élhetőbb és ellenállóbb városhoz.

<https://budapest.hu/hirek/2026/04/07/a-varos-ami-megtart-iden-ismet-fold-napja-konferencia>

## Zöld Infó a könyvtár honlapján!

Az alábbi linken megtalálja mindhárom intézményegységünk zöldkönyvtári tevékenységét:

<https://javk.dfmvk.hu/konyvtarunk/zold-info>

**A korábbi hírleveleinket itt találja:**

Zöld Könyvtári Hírlevél (Zöld cikkek, könyvajánlók, podcast ajánló, érdekességek, receptek.)

<https://javk.dfmvk.hu/hirek/zold-konyvtari-hirlevel>

## Zöld hírek a nagyvilágból

Újra megnyílik Bécs egyik legszebb kertje

<https://greenfo.hu/hir/ujra-megnyilik-becs-egyik-legszebb-kertje/>

Határtalan finomság, fenntarthatóan – sikeresen újraminősített Green Brand márka a Fino Vegajó!

<https://green-brands.hu/2026/02/03/hatartalan-finomsag-fenntarthatoan-sikeresen-ujraminositett-green-brand-marka-a-fino-vegajo/>

## Zöld Könyvtári Esték 2026. 02.

2026. március 23-án az Apáczai Csere János Tagkönyvtárban a Zöld Könyvtári esték programsorozat keretében mutatkozott be a **Gyógynövények Völgye** ökológiai gazdaság.

A program során Bakos Zsuzsanna termékfejlesztő osztotta meg velünk tapasztalatait és tudását a gyógynövények világáról, az ökológiai gazdálkodásról, valamint a természetközeli életmód lehetőségeiről. Az est folyamán nemcsak hasznos és inspiráló ismeretekkel gazdagodhattunk, hanem lehetőség nyílt a termékek megköstölésére is, így még közelebb kerülhettünk a gyógynövények sokszínű felhasználásához.

## Zöld Könyvtári Esték 2026. 03.

A következő előadás **2026. május 5-én, kedden** 17.00 órakor a DFMVK **József Attila Városi Tagkönyvtárban** lesz.

Bemutatkozik a Vöcköndi Íriszkert. Vendégünk Patyi-Németh Beáta. A rendezvényen lehetőség lesz növény vásárlására is.

## Állatbarát könyvtár program



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, továbbá a jövőben állatbarát programokkal várjuk a téma iránt érdeklődőket.

Állatbarát Olvasó Kihívás 2026. ÁPRILIS témája: a **VÖRÖS LISTA** hónapja!

Az ajánlott könyveket keresse könyvtárunkban!

<https://moly.hu/polcok/allatbarat-olvaso-kihivas-aprilis-honap-temaja-voros-lista>

## Április szezonális zöldségek és gyümölcsök

### Miért fontos a szezonális étkezés?

Az április nagyon izgalmas hónap a kerti szezon szempontjából: nemcsak a zöldségek és gyümölcsök, de már a fűszerek között is találunk szezonális fajtákat. Áprilisban a friss tavaszi zöldségek dominálnak: a retek, újhagyma, spenót, sóska, salátafélék, rukkola és a zsenge spárga a legfőbb szezonális választék.

A gyümölcsök közül a rebarbara és a szezon végi alma, míg a kamrából a tárolt sárgarépa és cékla érhető el. Ezek a növények vitamindúsak, frissek és tápértékükben is.

Lássuk, milyen idényszerű finomságok kerülhetnek az asztalra ebben a hónapban!

Zöldségek	Gyümölcsök	Fűszerek
Bordás kel (pak choi), kínai kel, karalábé, zeller, endíviasaláta, fejes saláta, madársaláta, rukkola, vörös cikória (radicchio), spenót, sóska, snidling (metélőhagyma), újhagyma, fokhagyma, vöröshagyma, hónapos retek, petrezselyem, sárgarépa, burgonya, bab, zöldborsó	Alma, körte, dió	Lestyan, bazsalikom

Forrás: <https://agroforum.hu/hazikert-2/haz-taj-blog/fogyasszunk-szezonalis-zoldsegeket-es-gyumolcsokat-aprilis/>



A kép forrása: <https://maradeknelkul.hu/wp-content/uploads/2024/01/UJ-szezonalis-294-x-420-mm-3.png>

## Receptek áprilisra a szezon zöldségeiből és gyümölcseiből

Az áprilisi receptek a tavaszi szezon frissességére építenek, fókuszban a medvehagyma, spárga, rebarbara és az újhagyma áll. Népszerűek a könnyű tavaszi karajok, a zöldséges ételek, a szaftos krémlevesek, valamint a húsvéti menübe illő fogások, mint a töltött bárány vagy a sós kalácsok.



### 1. Currys spárgakrémleves

A spárga zsírtartalma jelentéktelen, nem tartalmaz koleszterint. Sok értékes aminosavat, köztük aszparaginsavat is tartalmaz, kalóriatartalma azonban csekély.

Elsősorban vízajtó és vesekő-eltávolító hatása ismert, vízajtóként áttételesen a szívet tehermentesítve a keringésre is jótékony hatással van. Ugyancsak vízajtó tulajdonságával van összefüggésben, hogy segíti a szervezet méregtelenítését.

<https://www.nosalty.hu/recept/curry-s-spargakremleves>

### 2. Spenót- és gombatöltelikes baconbe tekert pulykamell

A spenót az egyik legmagasabb K-vitamin tartalmú zöldségünk. Sokan azért fogyasztják, mert a gyomor-működést serkenti. A spenót sok luteint, természetes karotinoidot tartalmaz, de gazdag flavonoidokban, karotinoidokban, klorofillban és folsavban is.

<https://www.nosalty.hu/recept/spenot-gombatoltelekes-baconbe-tekert-pulykamell>



### 3. Epres-rebarbarás rácsos pite

A rebarbara már csak vitamintartalmánál fogva is nagyon egészséges: B-vitamin forrás, magas az A-, C-, E-,K-vitamin tartalma, gazdag olyan ásványi anyagokban, mint a kalcium, kálium, cink és a vas.

Bővelkedik antioxidánsokban, valamint élelmirostforrás is. Magas a víztartalma, így szuper szomjoltó. A rebarbarának nagyon alacsony a kalória- és a szénhidrátartalma, így fogyókúrázóknak is ideális.

<https://www.nosalty.hu/recept/epres-rebarbaras-racsos-pite>

### 4. Medvehagyma smoothie

A medvehagyma a tavaszi detox egyik legismertebb alapanyaga. Fokhagymához hasonló hatóanyagokat tartalmaz.

Kedvezően hat a gyomorra, a bélrendszerre, krónikus hasmenés és szorulás ellen jó hatású, a szédülést, fejfájást enyhíti, a magas vérnyomást csökkenti, tisztítja a vesét és a húgyhólyagot, elősegíti a vizelet ürítését, tisztítja a vért. Természetes antibiotikum.

<https://www.nosalty.hu/recept/medvehagyma-smoothie>



*A képek AI által generáltak.*