

Cikkajánló

Baklanov Szandra: Elkerülhető az elsivatagosodás?

A klímaváltozás hatásai egyre látványosabban jelentkeznek a Homokhátságon, ahol a súlyosbodó elsivatagosodás és a vízhiány már a mezőgazdasági termelés alapjait veszélyezteti. A kihívások kezelésére a Green Transition through Cooperation Models (GreenCoop) nemzetközi projekt hazai csapata szakmai fórumot szervezett, amelyen gazdálkodók és szaktanácsadók közösen kerestek gyakorlati megoldásokat.

A cikk elérhető az alábbi oldalon: <https://magyarmezogazdasag.hu/2026/05/04/elkerulhető-az-elsivatagosodas/>

Könyvajánló

Michaletzky Luca: Zöld lélekkel: kapcsolódj újra az ököpszichológia segítségével

A szerző nem pusztán problémákat tár fel, hanem lehetséges utakat is kínál: megmutatja, hogyan alakíthatjuk át az ökoszorongást cselekvő reménnyé, és miként mélyíthetjük kapcsolatunkat a bennünket körülvevő élő világgal. Az ökoterápiás gyakorlatokon keresztül egy gazdagabb, tudatosabb élet lehetősége rajzolódik ki, amelyben a természet többé nem erőforrás vagy akadály, hanem otthon és közösség. Ez a könyv azoknak szól, akik szeretnék újra kapcsolódni a több mint emberi világhoz – a tájhoz, az élőlényekhez, a természet ritmusaihoz –, és ezen keresztül önmagukhoz és másokhoz is, hogy megtapasztalják ennek a teljességnek a megtartó erejét.

<https://www.magyarmentedek.com/products/21418/Zold-lelekkel-Michaletzky-Luca.htm>

Programok:

35. Országos Zöld Civil Találkozó

Időpont: 2026. május 28-31.

Helyszín: Szentendre

A találkozót négy napja négy gondolat, cél- és célcsoport köré épül (Fiatalokkal a megújulásért, Kékeszöld közösségek, Nyitott tér a Duna parton, Zölden terepen), amelyek keretet adnak a programoknak. Természetesen a végső események várhatóan egymásba karolnak, így a pénteki szakmai napon is lesznek közösségi programok, és szombaton a közösségi események mellett pedig szakmai rendezvények is.

<https://greenfo.hu/programok/zold-civil-orszagos-talalkozo-2026/>

VII. GreenTech Zöld Energia és Fenntarthatóság Szakkiállítás és Konferencia

Időpont: 2026. május 28-29.

Helyszín: **ZalaZONE Járműipari Tesztpálya**, Zalaegerszeg.

A 2026-os GreenTech Zalaegerszeg középpontjában a mesterséges intelligencia lehetőségei és kockázatai, az energia, a vízgazdálkodás, a körforgásos gazdaság, a fenntartható városi és közösségi közlekedés, a mobilitás, valamint az innováció és digitalizáció fenntarthatósági hatásai állnak. Kiemelt figyelmet fordítanak arra is, hogy miként lehet finanszírozni és társadalmilag elfogadottá tenni a szükséges átmenetet.

<https://greentechzalaegerszeg.hu/>

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

100 éves lett David Attenborough: mit tanulhatunk az életmódjából?

https://pulzus.hvg.hu/tarsadalom/20260508_100-eves-david-attenborough-életmodja-longevity-titkai-hosszu-élet

Történelmi környezetvédelmi siker Tanzániában: 95 százalékkal esett vissza a műanyag zacskók szennyezése

<https://dontwasteit.hu/tortenelmi-kornyezetvedelmi-siker-tanzaniaban/>

Zöld Könyvtári Esték 2026. 03.

2026. május 5-én a József Attila Városi Tagkönyvtárban a Zöld Könyvtári esték programsorozat keretében mutatkozott be a **Vöcköndi Íriszkert**.

A Vöcköndi Íriszkertet Patyi Antal és Patyi-Németh Beáta alapították több mint húsz éve, és mára egy 2500, valamint egy 4000 négyzetméteres területen nevelik a világ minden tájáról származó virágaikat. A közel 3000 féle írisz május elejétől június közepéig nyílnak. Az előadás során megismerkedhettünk a különböző fajta virágokkal (csoki illatú írisz!), a kártevőkkel és a gondozásukkal is.

A következő előadással **2026 őszén találkozhatunk.**

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. MÁJUS témája: a **VÍZI VILÁG** hónapja!

Az ajánlott könyveket keresse könyvtárunkban!

<https://moly.hu/polcok/allatbarat-olvaso-kihivas-majus-honap-temaja-vizi-vilag-honapja>

Májusi szezonális zöldségek és gyümölcsök

Miért fontos a szezonális étkezés?

Május a tavasz igazi ünnepe, amikor a természet végre bőségesen megajándékoz minket friss, színes és tápanyagokban gazdag zöldségekkel és gyümölcsökkel. Ez az időszak nemcsak a kerti munkák, hanem a gasztronómiai élvezetek szempontjából is izgalmas: elérhetővé válnak a tavasz ikonikus terményei, mint az eper, a spárga, a rebarbara, a karalábé, a zöldborsó, a cukkini és a spenót.

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

Zöldségek	Gyümölcsök	Egyéb
Burgonya, zöldborsó, brokkoli, karalábé, karfiol, kelkáposzta, kínai kel, cékla, édeskáposzta, rukkola, fejes saláta, madársaláta, jégsaláta, mángold, spenót, rebarbara, vörös cikória (radicchio), fekete retek, hónapos retek, lilahagyma, metélőhagyma (snidling), vöröshagyma, fokhagyma, újhagyma, petrezselyem, spárga, sárgarépa	Cseresznye, meggy, alma, dió, egres, köszméte, málna, mandula, ribizli, szamóca	Kapor, turbolya, kakukkfű, rozmaring

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



A kép forrása: <https://maradeknelkul.hu/wp-content/uploads/2022/12/maj-724x1024.jpg>

Receptek májusra a szezon zöldségeiből és gyümölcseiből

A májusi szezonális frissesség és a megújulás igazi ünnepe a konyhában, hiszen ekkor váltják fel a téli tárolt zöldségeket a szabadföldi, zsenge tavaszi finomságok. A hazai eper, a roppanós retek és a zöldborsó ebben az időszakban a legízletesebb, ráadásul vitamin- és tápanyagtartalmuk is ekkor a legmagasabb. A helyi, szezonális alapanyagok választásával nemcsak zamatosabb ételeket készíthetünk, hanem a környezetet is óvjuk a hosszú szállítási utak elkerülésével.

1. Karalábé krémleves



A karalábé alacsony kalóriatartalmú, mégis laktató zöldség.

Kiváló C-vitamin forrás, de tartalmaz B-vitaminokat, foszfort, káliumot és magnéziumot is. Nyersen és főzve is sokoldalúan felhasználható.

<https://www.mindmegette.hu/recept/karalabe-kremleves-egyszeruen>

2. Borsókrémes, rukkolás szarvacska

A friss zöldborsó május végén jelenik meg a piacokon. Nagyon jó növényi fehérjeforrás, gazdag C- és K-vitaminban, rostban, folsavban és antioxidánsokban. Szénhidrátartalma magasabb, de lassan felszívódó, így nem emeli meg gyorsan a vércukorszintet.

<https://cookpad.com/hu/receptek/25537463>



3. Balzsamecetes snidlinges retksaláta



A hónapos retek friss, enyhén csípős ízével igazi tavaszi kedvenc. Magas a C-vitamin-tartalma, így támogatja az immunrendszert, emellett B-vitaminokat, káliumot, kalciumot és foszfort is tartalmaz. Alacsony kalóriatartalmú (mindössze kb. 16 kcal / 100 g), vízben gazdag, ezért kiváló választás könnyed tavaszi étrendhez is.

<https://cookpad.com/hu/receptek/25560829>

4. Csokis-cseresznyés rétes

A cseresznye egy alacsony kalóriatartalmú, vitaminokban és rostokban gazdag gyümölcs, amely hatékonyan támogatja az emésztést és az immunrendszert. Magas antioxidáns-tartalmának köszönhetően erős gyulladáscsökkentő hatással bír, így védi a szívet és segíti az izmok regenerációját. Természetes melatonintartalma szabályozza az alvási ciklust, ezáltal hozzájárul a pihentetőbb és mélyebb alváshoz.

<https://sobors.hu/receptek/csokis-cseresznyes-retes-recept/>



A képek AI által generáltak.