



### „Régi nyár” 2017-ben ☺

30 évvel ezelőtt is volt nyár, volt nyári szünet, de nem volt tablet, laptop, jutyub, élményfürdő, ugrálóvár, menőjátsszótér, és ötszázféle – nem két fillér – napközis tábor sem... Volt viszont napsütés, szabadság, barátok, nagyiék, szabad levegő, könyv, társas, kártya, tópart és pecabot, szóval valahogy túléltek a gyerekek a szünidőt, programok és állandó szórakoztatás nélkül.

Kóstoljunk bele idén egy szabad, stressz mentes "retró" nyárba, amiben nem az elektromos eszközök, hanem a gyerekek fantáziája a főszereplő, amiben a szülők is lazíthatnak, mert nem kell esténként azon törniük a fejüket, hogy mi legyen a másnapi élményprogram.

Hogyan csináljuk? Emlékezzünk vissza a gyerekkori nyarainkra! Nem volt szükségünk különleges vagy izgalmas helyszínekre, se extra felszerelésre ahhoz, hogy remekül érezzük magunkat! Íme néhány pénztárca-, ideg-, és környezetkímélő ötlet ☺

**Unatkozni (is) szabad** – Emlékszünk még azokra a nyári reggelekre, amikor előttünk volt az egész végtelen nap, és rajtunk állt, mivel foglaljuk el magunkat? Nem volt eltervezve semmi, és ez óriási szabadságot adott. Hetente egyszer persze eljutottunk rokonlátogatóba, vagy lángosozni a piacra, de ennyi volt a kötött program. Az idő többi részében szabadon tettünk-vettünk, amihez kedvünk volt, reggeltől-estig játszottunk, fürödtünk, barátkoztunk, pecáztunk, hintáztunk – vagy néztük a felhőket az égen.

**A szülő nem játszótárs** – Az igazi játszótársak a testvérek, az unokatesók és a szomszéd gyerekek! Velünk se ültek a homokban a szüleink, és felfedezőst se velük játszottunk, mindenki intézte a maga – nyaralós – dolgát. Azaz nekünk szülőknél is kutya kötelességünk kipihenni a tanévet egy jó jegeskávéval a függőágyban, és ha mégis közelít valaki egy játéköttel, kedvesen köszönjük meg a lehetőséget. Természetesen sérülések kötözését azért vállaljuk!

**Ne aggódjunk a lakás/ház állapota miatt** – Persze, tele lesz az előszoba homokkal, levelekkel, kavicsokkal, a mosásba is kerül egy kiló homok, de ha valamit, ezt elég nehéz elkerülni. A koszos gyereknél nincs boldogabb, és a nyár nem takarításra lett kitalálva.

**Legyünk a szabadban** – Kizárni azért nem kell a gyerekeket a házból, de ha kicsit korábban szeretnének bejönni, mint gondoltuk, nyugodtan hessegessük őket a dolgukra. Előbb-utóbb belefutnak egy hangyabolyba, kedvet kapnak még egy fát megmászni, hintázni, földet túrni, homokvárat vagy bunkert építeni.

**Bármivel lehet játszani** – Dobozok, fadarabok, kalapács, szögek, fűrészek, vödörök, kötelek, botok, de akár cérnaspulnik is megteszik – a megfelelő óvintézkedések mellett! Persze az említett „játékok” nem a legkisebbek kezébe valók, de nekik mindig ott a sár és kavics, mint megunhatatlan opció ☺

**Rágcsálnivalók minden mennyiségben** – A nyár a lazításé, és mindenki nyugalma érdekében ilyenkor az étkezési szokásokon is lehet lazítani: játékszünetekre készítsünk nassolnivalót, gyümölcsöt/aprósütit/csipszet/pogit/stb., na és persze innivalót a konyhaasztalra, hogy a gyerekek ki tudják szolgálni magukat és ne minket ugráltassanak ☺ De süthetünk együtt pattogatott kukoricát is a tűzön, nagy élmény!

Persze belefér bőven a nyárba egy-egy kiruccanás, múzeum- és várnézés, talán még egy játszóházazás is, sőt, kempingezésre is valószínű sor kerül, de fentieket észben tartva a nyár remélhetőleg arról szól majd, hogy szabad levegőn, a programtervezés gyötrelmei nélkül, spontán alakul minden egyes nap, és így is tele lesz kalanddal és játékkal a szünidő.

**Forrás:** <https://www.treehugger.com/family/praise-old-fashioned-summer.html>

**A tipp forrása a Kislábnym Hírlevél 98. száma.**



## Hasznos információk, kapcsolat

Szerkeszti: Vadovics Edina  
Közreműködött: Antal Orsolya, Király Andrea

**Szerkesztőség:**  
GreenDependent Egyesület  
2100 Gödöllő, Éva u. 4.  
Telefon: 06-20/386-0922  
E-mail: [info@greendependent.org](mailto:info@greendependent.org)  
Honlap: [www.kislabnyom.hu](http://www.kislabnyom.hu)  
[www.greendependent.org](http://www.greendependent.org)



**A GreenDependent Egyesület a következő szakmai szervezet tagja:**

Resource Cap Coalition  
(Európai Koalíció az Erőforrás Használat Csökkentéséért)

resourcecapcoalition

