

■ **A rejtvényfejtés az elme játéka, szórakozás, kreativitáson és elméleti tudáson alapuló fejtörés, amely kikapcsol a mindennapi gondokból, eltávolít a külvilágtól, ugyanakkor egyfajta önbizalomnövelő, pozitív visszajelzés.**

Népszerű hobbi a rejtvényfejtés, igazából nem is kell hozzá más, csak egy ceruza, egy radír, na meg persze egy jó rejtvény. Skandináv vagy hagyományos, olasz vagy sudoku, labirintus vagy grafilogika. Megannyi rejtvényfejtési lehetőség, ki-ki ízlése szerint találhat számára megfelelőt. *Sárdi Tibor* Mensa-tag, sakkoktató, rejtvénykészítő azt vallja, számára a rejtvény játék, szórakoztató feladvány, fejtörő feladat, elmepróbáló kikapcsolódás, az agy rágógumija. Emberi kíváncsiságunk miatt állunk neki a fejtésnek, képességeinket igazoljuk a megoldás keresésével, kihívásnak tekintjük. Van, aki „orvosi” okból, akár a demencia megelőzése végett, van, aki önfejlesztő céllal fejt, van, aki csak játszik. *Sárdi Tibor* úgy véli, a rejtvényfejtés az elme játéka, szórakozás, tudáson alapuló időtöltés.

# A rejtvény az agy rágógumija



*A rejtvényfejtés az elme játéka, ami kikapcsol és eltávolít a napi problémáktól.*

## Szándék kérdése

A rejtvényfejtés valójában nem képesség, hanem szándék kérdése. A „gyakorlat teszi a mestert” örök érvényű bölcsesség itt is érvényes. A műveltség alapú rejtvények nyelvfüggők. A szám- (kép) - alapú játékok sokkal univerzálisabbak. Egy labirintus, egy Keresd a különbséget! rejtvény minden külön nyelvi magyarázat nélkül érthető. Ugyanez igaz a számalapú játékokra. „Van angol, német, olasz, román, francia, japán, orosz, török

nyelvű sudokumagazinom, és valamennyit élvezet fejteni” – magyarázza a rejtvények további különlegességét a rejtvénykészítő.

## Hobbi, ami beszippan

*Tóth Irma* külkereskedőnek évtizedek óta kedvenc hobija a rejtvényfejtés, édesapjától és két fivérével leste el az alapokat még kislánykorában. A keresztrejtvény lett a „hasznos” és kikapcsoló időtöltése az olvasás mellett utazáskor, kiránduláskor, a

hagyományos és a skandináv volt a kedvenc, majd egy nyaralás alkalmával – mivel ezek már gyorsan „elfogytak” –, az újságokat továbblapozva kipróbálta az olasz típusú rejtvényt, ami aztán a kedvence lett.

## Kezdőknek és haladóknak versenyzési lehetőség is

A rejtvényfejtő klubok és versenyek egy magasabb szintjét képviselik a rejtvényfejtésnek. Itt főként az érettebb korosztály képviselteti magát. A gyerekeknek, a fiataloknak a rejtvények világába belépők a találós kérdések, az egymásnak mesélhető logisztika. Aztán jön a sudoku. Előbb telefonon, aztán újságban. Ceruzával fejtve jöhet a labirintus, a keresd az eltérést, a grafilogika. A hagyományos keresztrejtvényekhez jó kezdetet a plusz egy vicc, a szókereső. A legnépszerűbb típus a skandináv, az olasz módig (ezek a legnehezebbek) csak kevesen jutnak el.

**Szabó Csilla, csilla.szabo.pankerne@mediaworks.hu**

■ **Nem csak a kert és balkon növényeit teszi próbára a tél, a lakásban nevelt szobavirágokat is megviseli a hideg vagy éppenséggel túlfűtött, fénytelen időszak, ezért fokozottan kell figyelniük a gondozásukra, ápolásukra.**

**Ujhelyi Károly**  
hobbikertész



A kerti munkákban most a pihenés ideje van inkább, de már a tavaszra felkészülés, tervezgetés is foglalkoztathat bennünket. Ténnyelője azonban ilyenkor is akad azoknak, akik a lakásban is tartanak növényeket, amelyek a téli időszakban még több törődést igényelnek. *Ujhelyi Károly* hobbikertész, a Kertszövetség országos elnökségének tagja szerint a leggyakoribb növényápolási hibák, amelyek a szobanövények téli gondozása során előfordulnak, könnyedén orvosolhatók, ha néhány jó tanácsot elfogadunk és betartunk.

## Fényt nekik!

A fényszegény időszakban a benti virágok fényforráshoz jutását nem egyszerű megoldani. Ilyenkor a növények

kevesebb új hajtást hoznak, a sötétebb időszak nem kedvez nekik. Ha van arra lehetőségünk és nem helyhiánnyal küzdünk, akkor tegyük a nagy fényigényű növényeket déli fekvésű helyiségbe, főleg a télen virágzó növények számára fontos ez.

## Párásítás a száraz levegő ellen

A száraz levegő a fűtés miatt a páratartalom csökkenését is magával hozza, egyes szobanövények igen érzékenyen reagálhatnak erre. Ezért tegyük a fűtőtestre párologtatót, amivel pótoljuk a lakás nedvességtartalmát. Érdemes esetleg szobai permetezővel a növények leveleit hetente-kéthetente megfűjni, ajánlott tiszta, forralt és szobahőmérsékletűre hűtött vízzel. A túlzott párásítás azonban elősegíti a gombás és baktériumos betegségek megjelenését, ezért ha a párásító permetezést kamillateával végezzük, az megakadályozza a gombás fertőzés kialakulását. Viszont ezt semmiképpen ne alkalmazzuk például a begóniánál, fokföldi ibolyánál, mimózánál!

## Huzattól megfázás

A huzat alattomos kis „növénygyilkos”, nem azonnal szedi áldozatát. A lakás szellőztetése télen is fontos. A

# Téli növénygondozás



friss levegő nemcsak az ember számára frissítő, hanem a szobai virágoknak is. A növények is élőlények, ha rájuk nyitjuk a hideget, ők is megfáznak, nemcsak mi, ezért ha szellőztetünk, előtte vigyük a cserepeket védett helyre, vagy takarjuk el őket kartonnal, hungarocellel.

## Egy kis portörítés

A por a virágok levelein is lerakódik, ami káros lehet, ezért érdemes a nagyobb leveleket havonta-kéthavonta tiszta vizes ruhával letörölni, a kisebb cserepeket pedig gyenge, enyhén langyos vízsugárral zuhanyozni.

## Öntözés, de mikor?

Ha tehetjük, a délelőtti órákban locsoljuk meg őket, és az öntözővíz szobahőmérsékletű legyen. *Ujhelyi Károly* azt javasolja továbbá, hogy a párásító permetezést az öntözéssel egy időben végezzük, mert akkor a levelek fonákján lévő légzőnyílások nyitva vannak, jobban felveszik a rá permetezett nedvességet. Mindig ellenőrizzük a földjük nedvességi állapotát, majd döntjük el, kell-e vizet adnunk, vagy várjunk még.

**Szabó Csilla, csilla.szabo.pankerne@mediaworks.hu**