



Duna–Tisza Közi Falugondnoki Hírlevél

XVIII. évfolyam, 92. szám

MELLÉKLET

2015/4.

Hogyan ápoljuk a szőlőt?

Az első évi munkák

Tavasszal, amikor a talaj már tartósan felmelegedett ($+10\text{ }^{\circ}\text{C}$ feletti a hőmérséklete) -ez március vége-április közepe-, lebontjuk a földkupacokat. Ezt a munkát, ha túl korán végezzük, akkor még esélyt adunk a késői fagyok pusztításának, mert elfagyhatnak a kitakart rügyek. Ha pedig túl későn bontjuk le a kupacokat, akkor a rügyek bepállhatnak, jobbik esetben a föld alatt kihajthatnak. Ezek a hajtások fehérek, etioláltak. Ha megkéstünk a nyitással és már a földkupac alatt kihajtottak a rügyek, akkor ne egyszerre, hanem több alkalommal bontsuk le a kupacot, így az etiolált hajtások folyamatosan bezöldülnek és nem fognak megperzselődni a hirtelen napsütéstől. Amennyiben lehet, ezt az állapotot ne várjuk meg. A tőkék kinyitása után csak egy vesszőt és a legerősebbet hagyjuk meg, amit 2 rügyre visszametszünk. A többi vesszőt többször eltávolítjuk. A meghagyott két rügyből legalább

2 hajtás de, több is kihajthat. Ezeket egész évben nőni hagyjuk, amelyek segíteni fogják a gyökérzet megerősödését. A 30-40 cm-es hajtásokat a tőke mellé levert karóhoz kötözzük. A vegetációban mindig gondoskodjunk a kapálásról, hogy a tőkék környéke gyommentes legyen. A gombabetegségekkel szemben legalább 3-4 szer permetezzük be a növényeket május közepétől kezdődően 3 hetente egyszer. Ha nagy a szárazság, akkor hetente egyszer 10 liter vizet öntsünk a tőkékhez. Az öntözéshez egy kis tányért készítsünk a tőke köré, ami megtartja a vizet. Augusztustól már nem kell öntözni. November végén ajánlatos a tőkét földdel újra felkupacolni.

A második évi munkák

Tavasszal kinyitjuk a tőkét, azaz a földkupacokat lebontjuk. A nyitás után a vesszők felülete megszárad. A kinyitott tőkénél mindig figyeljük a vessző alatt, annak közelében a talaj felszínén

kifejlődött ún. harmat gyökereket. Ha ezek kifejlődtek, akkor mindet az eredésénél vágjuk el. Nem szabad, hogy a tőkék ezekre a felső rétegben kifejlődött gyökerekre alapozzák életüket. A harmat gyökerek eltávolításával az alsó gyökerek fejlődését serkentjük. Ekkor már csak egy vesszőt hagyunk minden tőkén, amit újra 2 rügyre visszavágunk, mint az első évben. A többi vesszőt többször lemetszük. A vesszőket valóban többször kell levágni, mert ha rügyet hagyunk a levágott vessző tövi részén, akkor az kihajt és a kelleténél több hajtás fog fejlődni. Ez szükséges, s amennyiben mégis kihajtanak a feleslegesen otthagyott rügyek, akkor azokat később törjük ki vagy metszük le. A meghagyott 2 rügyből két hajtást nevelünk. Ezeket a hajtásokat a karóhoz kötjük legalább 4 helyen (20-30 cm-ént) a növekedésüknek megfelelően. A kötözéskor ügyeljünk arra, hogy a hajtások egyenesen fejlődjenek, mert ebből alakítjuk ki a törzset, aminek egyenesnek kell lennie. Az egyenes törzs szép, szakszerű és teherhordó. Az ápolási munkáknál fontos a hónaljhajtások kitörése, amelyek a levelek hónaljából fejlődnek. Ezek eltávolításával segítjük a megfelelő vastagságú hajtások/vesszők kifejlődését. Ha a hajtások túlnőnek a karó magasságát, akkor azokat a karó felett kb. 30 cm hosszúra vágjuk vissza. Ezt a munkát minél később végezzük. A hajtások visszavágásának ideális ideje július eleje-közepe. A túl korán visszavágott hajtásnál direkt stimuláljuk a hónaljhajtások fejlődését, és általuk a lombsátor besűrítését. Az év során gyommentesen tartjuk a tőkék környékét. Az előző évhez hasonlóan május közepétől 3-4 szer permetezzünk. Szárazság esetén öntözhetjük a tőkéinket május közepétől augusztusig.

(Folytatás a 2. és 3. oldalon!)



Palatina



(Folytatás az 1. oldalról!)

sig hetente egy alkalommal. Az öntözéshez kialakított tányérnál vágjuk le újra az esetleges harmat gyökereket. Ősszel (november végén) érdemes a tőkék töve részét felkupacolni a téli fagyok elleni védelem miatt.

A harmadik évi munkák

A harmadik évre –ha addig szakszerűen végeztük az elültetett szőlővel kapcsolatos munkákat-, megkezdhetjük a tőkék művelésmódjának kialakítását. Ennek megfelelően legkésőbb a harmadik évben kell kiépíteni a támbereendezést is. A támbereendezés kiépítése fontos, mert a szőlő kúszó (lián) növény, s támaszt igényel. A csemegeszőlő vitálisan növekszik. A nagy tőke a terméssel együtt nagy súlyt is jelent, amit a támbereendezésnek kell megtartania. A nagy tőkeforma jó víz- és tápanyagellátás mellett alakítható ki. Vannak olyan lugas tőkék, amelyek képesek egy tőkén 200-300 kg szőlőt teremni. Ennek megtartásához erős támbereendezésre van szükség. A ház körüli csemegeszőlő neveléséhez három művelésmód ajánlatos: a lugas, a tendone és az ernyő.

Ezek kialakítását lsd. a következő fejezetben. A csemegeszőlőket mindeképpen magas művelési formákon érdemes termesztetni. Miután eldöntöttük, hogy melyik művelésmód tetszik, akkor annak megfelelő támbereendezésre lesz szükség. A kiépített támbereendezéshez alakítjuk metszéssel a tőkét. A támbereendezés oszlopokból és huzalokból áll. Az oszlopok anyaga lehet fa, beton vagy vas, esetleg rozsdamentes acél. E célra jól használhatók a már felszámolt fóliasátrak bordái. A beérett, legalább ceruza vastagságú vesszőket meghagyjuk törzsnek, majd a következő évben visszük tovább az abból kinőtt vesszőket. Ezek hozzák a termést. A tőkét az előző évekhez hasonlóan ápoljuk, gyommentesen tartjuk és gondoskodunk növényvédelmükről. Előfordulhat, hogy a tőkék már a harmadik évben megmutatják termésüket. Ebben az évben még sok termést ne hagyunk, mert az nehezíti a tőkék formálását, s elveszik a tápanyagokat a vesszőktől.

A termő évek munkái

A kialakított tőkét erősségüknek megfelelően metszük. Ha a hajtás-



A fiatal szőlőt védő műanyag doboz

növekedés gyenge, akkor rövid (1-2 rügyes) csapokat, erőteljes növekedésnél hosszú (3-5 rügyes) csapokat hagyunk vagy a szálvesszős metszést alkalmazzunk. De itt fontos, hogy a szálvesszőket (8-12 rügyes vessző) egyenesen és ne íveltlen kössük a huzalhoz. A leívelt szál-

Főszerepben a megelőzés

A magas vérnyomás kezelésében nagyon nagy szerepe van a megelőzésnek. Igen fontos a megfelelő táplálkozás, hiszen a mai feldolgozott, finomított félkész ételek helyett friss, tápanyag dús, egészséges ételekkel sokat segíthetünk testünknek a védekező képesség növelésében.

- ▶ Lehetőleg sportoljunk, mivel az edzettség segít visszaállítani a normál értékeket, és feldolgozni a mindennapi stressz-helyzetet.
- ▶ Minden nap legalább 2-3 liter tiszta vizet kell inni, hogy hígabb legyen a vér, és kisebb munkával járjon a továbbítása.
- ▶ Növelnünk kell a zöltségek, gyümölcsök fogyasztását, ezáltal javítva a vitamin és rost bevitelt. A rostok megkötik a vérben található zsírokat, ezzel pedig segítik azok kiürülését, megelőzik a lerakódásokat.





Ikerhajtások

vesszőkön sok, de nem szép fürtök fejlődnek, ezért a csememeszőlő termesztéshez ez a metszési mód nem ajánlatos. A hibás metszés egyik példája, amikor a levágott vesszők töve egy rügyes csapként a tőkén marad. Az ilyen csonkokat mindig többször kell eltávolítani. Ha meghagyjuk ezeket

a rügyes csonkokat, rengeteg hajtás fejlődik rajtuk és megnő a zöldmunka, ugyanakkor a rovaroknak bújóhelyet és étletteret hagyunk. A lombátor kialakításánál a hajtásokat lehetőleg vízszintesen, a rajtuk fejlődött fürtöket árnyékban a levegőbe lógva neveljük. Ehhez alakítjuk a támbereendezést is. Így a naptól nem fognak perzselődni és a levegőbe lógó fürtöket a gombabetegségek sem fertőzik meg könnyen. A fürtzáródás után a rezisztens fajtákat normális évjáratban már nem kell permetezni.

A zöldmunkák a termő években fontosak, melyeket mindig időben végezzük el, amíg a hajtások pattanva törnek. Így gyorsan és szakszerűen elvégezhetők.

Ha ugyanabból a rügzből ikerhajtás fejlődik, egyiket (lehetőleg a meddőt, azaz a fürt nélkülit) törjük ki. A hajtásokat 15-20 cm távolságra hagyjuk meg. Amennyiben ennél sűrűbben vannak a hajtások, a feleslegeseket ki kell törni. Ha túl sok a hónaljajtás, akkor azokat csak a fürtzónából kell kitörni. A csonkázást júliusban végezzük, ne korábban. A kilógó hajtások hosszában lentről a fürtök felett legalább 8-10 levelet hagyjuk meg.

Különleges munka a gyűrűzés. Ezzel az eljárással a tőkén metszőkor meghagyott csapok vagy szálvesszők alsó részénél a vesszőn lévő hánccsból körbe kivágunk egy 5 mm-es szélességű gyűrűt egészen be a fás részig. Ezzel tápanyagtorlódást idézünk elő a gyűrűzés feletti vesszőrészben, melynek következtében a bogyók és a fürtök is megnagyobbodnak. A gyűrűzés által okozott sebést a sebhegesztő szövet (kalusz) benövi. Ez a rész a következő tavasszal a gyűrűzés alatt lemetészsre kerül.

Amikor a szőlő megérett, leszüreteljük. Szüretkor a szőlőfürtöket a kocsányuknál fogjuk meg, mert akkor a bogyókról, azokat szépítő hamvaságot nem fogjuk letörölni és a fürtök tetszetősebbek, gusztusosak maradnak. A másik különleges munka a fürtválogatás és fürtfarkalás. A csememeszőlőfajták, ha igen nagy fürtűek, akkor érdemes a fürtöket leválogatni hajtásonként egy maximum két fürtre. Ha a fürtök túl hosszúak, akkor a fürt alsó harmadát a fürtzáródás előtti héten ajánlatos levágni. Ez a farkalás. Ezáltal a fürtben kevesebb, de nagyobb bogyók fejlődnek.

Dr. Hajdu Edit

- Ezzel egy időben csökkentenünk kell a hús és állati fehérje, zsiradék, illetve fehérkenyér fogyasztást, de le kell mondanunk a dohányzásról és a kávézásról is!
- Fűszerezésnél figyelniünk kell a cayen bors és az őrölt pirospaprika mennyiségére. Természetesen a minimálisra kell csökkentenie a só fogyasztását, de a legjobb, ha sikerül véglegesen elhagynia.
- Ugyanakkor bizonyos ételek fogyasztásával célzottan tudunk segíteni testünknek. A fokhagyma jótékony hatásait évezredek óta ismerik világszerte. Természetes értágító, csökkenti a vér káros LDL-koleszterin szintjét, véralvadás gátló és vérnyomáscsökkentő hatása is közzismert. Vérnyomás csökkentő hatása van még a citromfűnek, víz-hajtó hatása miatt a lestyánnak és a mustárnak, ami egyébként csökkenti az érlelmeszesedést is. A rozmarin javítja a vérkeringést, a zeller pedig szintén erős víz-hajtó.

Forrás: www.vitalland.hu

Hatásos gyógynövény

A magasvérnyomás-betegségek kialakulásának oka több mint 80 százalékban a stressz és az idegeskedő életvitelünk. Ráadásul a legtöbb betegség kiváltó okaként is a stresszt tehetjük felelőssé. A stressz reakciók közül – hipertónia betegség szempontjából nézve – az egyik legfontosabb folyamat, hogy stressz hatására a vese növeli a nátrium újra felszívódását, és serkenti a kálium kiválasztását. A káliumvesztés és a nátrium-visszatartás egyesült hatása növeli a folyadék mennyiséget, és emeli a vérnyomást.

Az adaptogén gyógynövények közé tartozó *Rhodiola rosea* (illatos varjúháj) tudományosan dokumentált hatásai közé tartozik az is, hogy normalizálja a mellékvesekéreg által termelt stressz hormon szintet, így megakadályozza a tartós vérnyomás-emelkedést. De ezen kívül erősíti a szívizomzatot, szabályozza a szívritmust, optimalizálja a vércukor szabályozást és erős antioxidáns hatást is kifejt.





Erőpróba négy keréken

A TÁMOP-6.1.5-14-2015-003 Egészséges Bács-Kiskunért elnevezésű pályázati programban konzorciumi partnerként vesz részt egyesületünk, melynek égisze alatt idén hatodik alkalommal zajlott le a Falugondnok négy keréken elnevezésű közlekedéssmereti vetélkedő. A rendezvény a Bács-Kiskun Megyei Rendőr-főkapitányság, a Bács-Kiskun Megyei Baleset-megelőzési Bizottság szervezésében, valamint a Falugondnokok Duna-Tisza Közi Egyesülete közreműködésével valósult meg. A közlekedéssmereti vetélkedőnek idén is a bajai Duna Wellness Hotel adott otthont. Az „erőpróba” célja a KRESZ-t már jól ismerő, rendszeresen gépjárművel közlekedő tanya- és falugondnokok számára magasabb szintű megmérettetés lehetőségének megteremtése, balesetmentes közlekedésük elősegítése, valamint olyan ismeretanyag átadása, mely a falugondnok hasznára lehet a helyes és jogkövető közlekedési magatartás kialakításában.

A versenyen tizenegy háromfős csapat indult. A korábbi évekhez hasonlóan minden résztvevőnek ki kellett töltenie egy B kategóriás tesztlapot, ezután pedig gyakorlatban mérték össze tudásukat a csapatok. Újítás volt, hogy a kerékpáros ügyességi feladatokat, valamint az ittasságot szimuláló szemüvegben történő vezetést csapatonként két-két személynek kellett végrehajtani. A hagyományos feladatok kiegészültek logikai és közlekedési rejtvényekkel, melyet a csapattagoknak együtt kellett megoldaniuk. Nagy sikernek örvendett egy ismert televíziós vetélkedőből átvett „bombázó” nevű játék, melyben a közlekedési ismereteken túl általános műveltségi és beugratós kérdések is helyet kaptak.

A Bács-Kiskun Megyei Rendőr-főkapitányság, a Bács-Kiskun Megyei Baleset-megelőzési Bizottság értékes ajándékokkal jutalmazta a helyezetteket. Sebők Márta zánkányszéki tanyagondnok a legjobban sikerült KRESZ-teszt kitöltőjeként különdíjban részesült. Azonban a többi résztvevő sem maradtak meglepetés nélkül, hiszen mindenki



kapott fényvisszaverő mellényt és biciklis lámpa szettet a még biztonságosabb közlekedés megteremtéséhez. A helyezést elért csapatoknak ezúton is gratulálunk. Köszönjük, hogy ilyen sokan összegyűltetek Baján, és egy vidám nap keretében velünk együtt elevenítettétek fel a biztonságos, balesetmentes közlekedéshez szükséges alapvető tudnivalókat. Reméljük jövőre is találkozunk.

Kovács Edit

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

DUNA-TISZA KÖZI FALUGONDNOKI HÍRLEVÉL MELLÉKLETE

Kiadja:

a Falugondnokok

Duna-Tisza Közi Egyesülete

e-mail: info@falugondnoksag.hu

honlap: www.falugondnoksag.hu

iroda: 6000 Kecskemét, Irinyi u. 17.

Telefonszám:

06-76/507-543

Fax: 06-76/507-544

Szerkeszti:

Borzák Tibor, Csörszén Zelenák Katalin

Sümeiginé Ország Edit, Moiskó Csilla,

Tördelő: **Almási László**

Rajz: **Vida Ágnes**

Engedélyszám: 2.9/776-1/2006

Nyomda: Print 2000, Kecskemét