



Szent János Apostol Katolikus Általános Iskola

1043-Budapest, IV. ker.; Tanoda tér 6. ■ Tel, fax: (06-1) 369 2148

Bank: 10700457-68810696-51100005 ■ Adó: 18096181-2-41

Web: www.szentjanos.hu E-mail: a.apostol1@upcmail.hu

OM azonosító: 101 464

H Í R L E V É L 2015/04. március 12.

Tisztelt Szülők!

A 2015. áprilisi ebédbefizetés időpontjai a következők lesznek:

Március 17 kedd: 13-17 ó.

Március 18. szerda: 7,30-11,30 ó.

Pótbfizetés: Március 24. kedd: 8-12 ó.

AZ UTALÁSOS FIZETÉSHEZ A GYERMEK NEVÉRE SZÓLÓ SZÁMLÁKAT A HÉTEN KAPJÁK MEG! A HATÁRIDŐK AZONOSAK A KÉSZPÉNZES FIZETÉSI HATÁRIDŐKKEL!

Április hónapban 18 napra a következők:

	100%	50%
Napközi (710/355 Ft.)	12.780,- Ft.	7.390,- Ft.
Ebéd (490/245 Ft.)	8.820,- Ft.	4.410,- Ft.
Ebéd+tízórai vagy uzsonna (600/300 Ft.)	10.800,- Ft.	5.400,- Ft.
Személyre szabott diétás ebéd (1.040/520 Ft) DrSÉF.	18.720,- Ft.	9.360,- Ft.
Személyre szabott diétás ebéd (1.150/575 Ft) DrSÉF.C1	20.700,- Ft.	10.350,- Ft.

Március 20.-án pénteken, az iskolában rövidített tanítás, ezen belül szabadtéri keresztúti ájtatosság is lesz, ezért erre a napra gyermekek részére étkezést nem rendeltünk, kérjük 10,30 órakor jöjjenek a gyermekekért, illetve a nagyok ebben az időpontban mehetnek haza.

Itt hívom fel a figyelmet arra, hogy ezen a napon délelőtt részleges – 60%-os napfogyatkozás lesz látható Budapestről. Pontosan a hazamenetel idejében lesz a legjobb a láthatóság, ez különös figyelmet igényel a napot nézők részéről! Mellékelek két ismertetőt ezzel kapcsolatban, az iskola épületéből a kisebb gyermekeket csak szülői felügyelettel engedjük ki, a nagyobbakat pedig közösen készítsük fel a veszélyekre. Az iskola 10,30 óra után nem vállal felelősséget a tanulókat a hazamenetel közben érő természeti hatások következményeiért!

Április 1-e, szerda a húsvéti szünet előtti utolsó tanítási nap, ekkor lelki nap lesz a tanulók számára, melyről osztályonként fognak értesítést kapni a családok. Ezen a napon 14 óra után lehet hazamenni, de a normális rend szerint lesz délutáni ügyelet is. A szünet utáni első tanítási nap: április 8. szerda lesz.

Április 13-án hétfőn, 16,30-18 óra között fogadónap lesz az iskolában. Ezt megelőzően, 16 órakor megbeszélést tartunk a május 6-12 közötti gyergyói csereutazáson résztvevők szülei számára. Mindenképpen várjuk a jelentkezők szülőjének megjelenését!

Dicsértessék a Jézus Krisztus!

Käfer György
igazgató

Napfogyatkozás 2015. március 20-án

Napfogyatkozást látni igazi élmény! Ahhoz azonban, hogy ezt az élményt szemünk, látásunk károsodása nélkül, biztonságosan élhessük át, szemünket megfelelően védenünk kell a napsugarak kártétele ellen. Az óvó rendszabályok egyszerűek, de feltétlen betartandók:

- A Napba általában, de különösen napfogyatkozáskor csak megfelelő védőszemüvegen vagy szűrőüvegen át nézzünk!
Ilyenek a kifejezetten napba nézésre szolgáló szemüvegek és az ívhegesztéshez használatos szűrőüvegek, illetve hegesztőpajzsok. Az előbbieket távcsőboltokban és optikai szaküzletekben szerezhetők be, az utóbbiak pedig szerszámszaküzletekben.
- Nem adnak elegendő védelmet a napszemüvegek, a fényre sötétedő szemüvegek és az egyéb fényt gyengítő tárgyak, mint a floppy lemez, a CD, a megfeketedett film, a kormozott vagy festett üveg és a különféle színes üvegek vagy fóliák.
- Az optikai megfigyelő eszközöket (foto- vagy filmkamera, távcső, látcső stb.) az objektív elé erősített napbanéző védőfóliával kell ellátni, ideértve a kamerák optikai keresőjét is.
Ilyen védelem nélkül egy pillanatra se nézzünk a Napra irányított távcsőbe vagy keresőbe!
(Kellő védelem nélkül persze a megfigyelő eszközünk is károsodhat)
- Biztonságosan nézhetjük a napfogyatkozást a Nap kivetített képén. Lencsékkel, tükrökkel távcsővel létre hozhatjuk egy fehér felületen (asztallap, papír, vászon stb.) a Nap vetített képét, és ennek a nézéséhez nem kell semmilyen egyéb szemvédő eszköz.
- Nem elég a gyermekeknek odaadni a védőszemüveget és elmagyarázni a használatát, de állandóan felügyelni kell, hogy betartják-e a rendszabályokat!
(A gyerek virtusból mindent ki szeret próbálni, amit tiltanak neki.)
- Ne dőljünk be semmilyen mesének, babonának vagy csábításnak, ami a fenti védőeszközök nélkül is a biztonságos napbanézést sugallja!

A napfogyatkozásban tehát bátran gyönyörködhetünk, de használnunk kell hatékony védőfelszerelést, legegyszerűbb esetben a „napbanéző” szemüveget! Reméljük, hogy március 20-án tiszta lesz az ég!

Budapestről a napfogyatkozás 20-án de. 9:39-kor kezdődik (a Hold belesíp a Napba), 10:48-kor éri el a maximumot (58% fedettség), és 11:59-kor ér véget.

(A fenti óvórendszabályok miérettől az érdeklődők számára a csatolt mellékletben foglaljuk össze. Az okok ismerete talán hozzásegít ahhoz, hogy az egyébként egyszerűen betartható rendszabályokat komolyan vegyük.)

Napfogyatkozás 2015. március 20-án Miért és hogyan óvjuk meg szemünket.

Napfogyatkozást látni igazi élmény, de a szemünk világra veszélyes lehet.
A szemünkbe jutó erős napfény két módon is károsítja a szemet, és akár vakságot is okozhat.

- A szemlencse a nagyítóüveghez hasonlóan egy pontra fókuszálja a napfényt, és ezen a ponton vagy folton kitéti a retinát, ahol pedig a szemünk fényérzékelő sejtjei vannak.
- A napfény nem csak látható fényt, hanem infravörös fényt és ultraibolya (UV) fényt is tartalmaz. A Nap egyebek mellett olyan hullámhosszú UV-fényt is sugároz, ami a szem egyes szerveiben látásromlást vagy vakságot okozó elváltozásokat hoz létre.

Szemünk hétköznapi körülmények között védekezik a napbanezés ellen: az erős fény hatására a pupillánk beszűkül, és még így is csak hunyorogva, pillanatokig tudunk a napba nézni. Ez általában nem okoz tartós látásromlást. Extrém körülményeket (pl. magas hegyek) kivéve a vörösen kelő és lenyugvó Nap nézése sem okoz látásromlást, mert ilyenkor a napsugár útjába eső vastag légréteg mind a látható napfényt, mind pedig a láthatatlan, de káros napsugarakat egyaránt erősen gyengíti.

Más a helyzet napfogyatkozás idején, és távcsövek, kamerák használatakor!

Napfogyatkozáskor annak mértékétől függően tág maradhat a pupillánk, a gyengébb látható fény mellett tág pupillákkal is hosszan bele tudunk nézni a részben eltakart Napba, és csak megkésve vesszük észre, hogy a gyengébb, de a szemünkben jól fókuszált napfény így is kitéheti a retinát, és a szemet károsító UV sugarak is akadálytalanul jutnak a szembe és rombolják látásunkat.

Fontos! Napfogyatkozáskor sohase engedjük a könnyű napbanezés csábításának! Kellő szemvédelem nélkül sohase nézzünk szabad szemmel a Napba!

A szemet kellően védik az erre a célra készült fémbevonatú fóliák, a „napbanező” szemüvegek és a hegesztő üvegek. Az előbbieket optikai- és távcsőszaküzletekben, az utóbbi pedig szerszámszaküzletekben beszerezhető.

Nem adnak kellő védelmet azonban sem a napszemüvegek, sem a lánghegesztéshez használt szemüvegek, sem a háztartásban található egyéb fóliák (pl. floppy lemez, megfeketedett fényképészfilm, CD, kormozott üveg stb.) Ezek is becsapják a szemünket, mert a látható fényt talán igen, de a káros UV sugarakat nem szűrik eléggé. **Csak napbanezésre vagy ívhegesztéshez készült szűrőt (fóliát, üveget, szemüveget) használjunk!**

Távcsöveket és kamerákat is csak kellő szemvédelem mellett használhatunk!

A távcsövek, ezek keresőtávcsövei, a binokulárok (messzelátók), valamint a kamerák optikai keresői tízszer-százszor vagy akár sokezerszer több napfényt fókuszálnak a szemünkbe, mint a szabad szemünk lencséje.

Ha védőfelszerelés nélkül nézünk távcsövön vagy optikai keresőn át a Napba, azonnal megvakulunk! (Emellett a Napba irányított kameránk is tönkremehet.)

Szemünket (és az eszközünket) úgy védhetjük meg a károsodástól, hogy a távcsövünk (keresőtávcsövünk, optikai keresőnk) objektívje, illetve a tükröstávcső bemeneti nyílása elé egy erre a célra készült fémbevonatú védőfóliát vagy védőüveget erősítünk. Ilyen fólia a távcsőboltokban kapható, de a takarandó mérettől függően a rátétet elkészíthetjük „napbanező” szemüvegből vagy hegesztőüvegből is. **Ami fontos:**

- a védőfólia (védőüveg) ne eshessen le, mert megvakulunk!
- Ne az okulárra helyezzük a védelmet, mert itt a már kis helyre fókuszált napenergia a fóliát elolvashatja, az üveget eltörheti, és jön a vakulás!

A tévhitek nem mentenek meg a látáskárosodástól!

Számos oldal foglalkozik az interneten annak taglalásával, hogy milyen egészséges dolog a szabadszemes napbanezés. Ez olyan téveszme, mint a pi-víz, vagy a különféle csodakarkötők, vagy az ajtó fölé szegezett lópatkó. A nagy különbség, hogy ez utóbbiak a fejünkben keltett zavartól eltekintve ártalmatlanok, az szabadszemes napbanezés fizikailag is károsítja a látásunkat. Ugyancsak veszélyes tévhít, hogy ha nem érezzük rögtön az UV sugárzás szemromboló hatását, semmi problémát nem észlelünk a gyenge védőüveggel történő napbanezéskor, akkor az nem is káros.

A gyermekek felügyelete fontos a napfogyatkozás nézésekor.

A gyermek nem rosszaságból, hanem saját képességeinek próbája, bizonyítása céljából hajlamos minden tilalmat megszegni. Ezzel bizonyítani akarja, hogy pl. hármassával is le tud jönni a lépcsőn, vagy két méter magasból is le tud ugrani sérülés nélkül. Biztosak lehetünk benne, hogy ki szeretné próbálni a direkt napbanezést is, különösen akkor, ha ennek az első pillanatban semmi akadályát vagy kárát nem tapasztalja. **Ne engedjük!**

A kivetített napképet minden egyéb védőfelszerelés nélkül nézhetjük.

Gondoljunk csak a nagyítóüveggel meggyújtott papírdarabra. Lehet, hogy tüzet csináltunk vele, de sohasem vakított meg senkit a fénylő, majd füstölgő, végül lángkapó papír látványa.

A kivetítés nagy előnye még, hogy egyszerre sokan gyönyörködhetnek benne.

A kivetítés történhet távcsővel, az okulás mögé 20-30 cm-re elhelyezett papírlapra is.

A kivetítésnek is lehetnek veszélyei, de nem a szemünk világára:

- Ha nem távcsövön át vetítünk, hanem pl. egyszerű nagyítóval próbálkozunk, tüzet okozhatunk.
- A Napba irányított távcső rengeteg fényt gyűjt az okulárba, és a felmelegedő okulár -különösen, ha ragasztott- károsodhat.

Ezeket a veszélyeket eleve csökkenti maga a napfogyatkozás, de tovább javíthatjuk a helyzetet, ha nem nézzük a fogyatkozást két órán keresztül folyamatosan, hanem a folyamat nagy részében eltakarjuk a távcsövet.

Tiszta égboltot, jó szórakozást!