

Kirándulás a Gyadai-rétre

2025. május 3-án a Környezettudatos nevelés színterei kurzus 1. csoportjának hallgatói a Gyadai-réti tanösvényen terepi programon vettek részt.

Összeállította: Megyeriné dr. Runyó Anna, a kurzus oktatója

A hallgatók a helymeghatározás után vizsgálták – többek között – a környéket felépítő kőzeteket, a Lósi-patak élővilágát, a rét fajgazdag növényvilágát; megismerkedhettek a mocsaras rész fűzligetével, a Naszály északi oldalának hűvösebb mikroklímáján előforduló bükkal és más növényfajokkal; a táblák segítségével a hely állatvilágával is.

7. Csipke

Teljesen aszalt - EHEŐ TERMÉSEK az erdőn-réten

A természet nemcsak a madarakról és vadakról gondoskodik, hanem nekünk is sokféle ízletes és hasznos csemegét nyújt. Tele az éleškamrá! Vegyük számba, mi minden ehető itt, az „Őriások pihenője” környékén!

Kóstoláskor, gyűjtéskor szem előtt kell tartani két fontos szabályt

- csak azt, amit **biztosan ismerünk** és
- csak annyit, hogy **másoknak is maradjon!**

Erdői szamóca, Egyfokú galagonya, Gyepűrózsa, Kőkény, Vadkörte

A gyümölcsök közül tavasszal gyűjthetünk ízletes **szamócát**. Nyáron érik a **galagonya** apró, almára emlékeztető, ehető, piros termése, ami egyik legfontosabb szívgyógyszerünk. Ősszel érik az kicsi, sárga **vadkörte**. A kissé már megbarnult, szottyosodott termésből jóízű palinka főzhető. A **kőkény** fanyar szilvácskaja déresipetten a legfinomabb, a belőle főzött lekvár kiváló hasmenés ellen. A gyepűrózsa (vadrózsa) pirosuló termése, a **csipkebogyó** közismerten gazdag C-vitamin forrás. Nyersen késő ősztől fogyasszuk, miután megcsipte az első dőr. Főzés után hessdelilekvár készíthető belőle.

Salátanövényekben is bővelkedik a rét, az erdő. Az úde-erdőkben élő **salátaboglárka** levele kora tavaszi virágzása előtt ízletes, a bimbók felpattanása után már keserű. A réten élő **vadsóska** nyersen vagy főzelékként egyaránt fogyasztható. Hasonlóan jó a **pongolya pityang** fiatal levele és bimbós virágzata. Kevéssé ismert, hogy a **bükkfa szenge levele** is ehető salátaként.

Ropogtatni való terméseket is találhatunk az erdőn-réten! Ha **mogyorót** szeretnénk enni, igencsak sietni kell, mert ez az erdei rágesálók egyik kedvenc csemegéje. Erdőjárás során ma már csak kevesen rágesálnak **bik-makot** a bükkfa makkjából. Egykoron közkedvelt ropogtatni való volt, és olajat is ütöttek belőle.

Fűben, fában az orvosság

„Fűben, fában az orvosság” tartja a régi, bölcs és igaz mondás. A **kakukkfűvet** főzve, köhögés és légsőhurut ellen használható tea kapunk. Emellett a növény a zöldsálaták és húskételek egyik alapvető ízesítő fűszere.

Az **útfű** levelét kötszer híján kötözik a kisebb sebekre: hűsítő, vérzés- és fájdalomcsillapító hatású. A **pityang** egésze, még a gyökere is „gyógyszer”! Serkenti az emésztést, erősítő hatású, keserűanyagai serkentőleg hatnak a májra, valamint az epehólyag és hasnyálmirigy működésére. A **cickafark** latin neve - *Achillea millefolium* - a monda-beli Akhilleuszról származik, aki a sebesült katonák vérzését cickafark leveleinek nedvével állította el. A tudomány azóta kísérletekkel igazolta a növény vérzés-, gyulladá- és fájdalomcsillapító hatását. A gyógyszertárakban drága pénzén vásárolható készítmények helyett bátran forduljunk a természet patikájához!

Ehető és mérges gombák

Esős napok után sok ehető gombát, például csiperkéket, nagy őzlábgombát, vargányákat, rókagombát találhatunk. De vigyázzunk, mert itt is megterem a halálosan mérgező gyilkos galóca és a hányató légzőlő galóca! A gombák gyűjtésekor minden fajt külön-külön szedjük, és fogyasztás előtt feltétlenül vizsgáltassuk meg gombabizsgálóval!

Nagy őzlábgomba, Sárga rókagomba, Rőt csiperke, Izletes tinóru (vargánya), Gyilkos galóca, Légzőlő galóca

Erdői mellékhaszonvételek

A fán, mint főterméken kívül az erdőnek sok egyéb hasznosítható „terméke” van. Az erdei mellékhaszonvételek közül a Naszályban a **méhészet** a legjellemzőbb.

Biztosan kóstoltat már a **mézet**, amely az egyik legegészségesebb erdei melléktermék. A méhek a **virágok nektárjából** és **virágporából** képesek annyi lépesmézet készíteni, hogy a méhes család szükségletén túl, a **méhészek** és így általa nekünk is jut bőven. A hazai erdőkben gyűjtött akác-, gesztenye- és hársmez világhírű. Az ezen a környéken dolgozó méhészek is jó minőségű **mézet** állítanak elő.

Hol is járunk?

A kiindulópont távolságai: 2,1 km
A hátralévő út szakasz hossza: 2,8 km
A hátralévő szintkülönbség: 230 m

Az útfű és a kakukkfű a Vas Gyadai Városi program keretében, a Gyadai Környezet-Értékelési Kisebbségi Környezetvédelmi Bizottság közreműködésével készült.

GYADAI TANÖSVÉNY

Az alábbiakban néhány hallgatói beszámolóból idézünk:

“A Gyadai-réten való élményséta nem csupán egy egyszerű túra, hanem egy igazi felfedező kaland. A természet közvetlen közelsége, a gazdag élővilág és a nyugodt környezet lehetőséget biztosít arra, hogy feltöltődjünk, miközben megismerjük a természet titkait.

A terület a változatos táj és élővilág révén nemcsak felfrissíti a testet és lelket, hanem segít a természet közvetlen megismerésében is. A virágok élénk színei és illatai különleges élményt adnak. A madárcsicsergés kellemes háttérzenét ad a séta közben. Az erdő illata nyugtatólag hatott rám. A gyerekek számára a természetes környezet remek lehetőséget ad arra, hogy felfedezzék a növényeket, állatokat, és közben megtanulják a természet tiszteletét.”

(Ádámné Egyed Ágnes, 2. évf. óvodapedagógus szak, levelező tagozat)

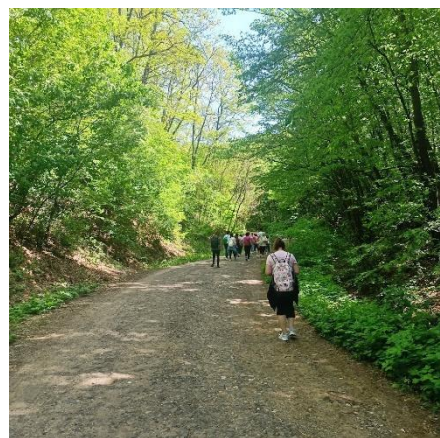
“A Gyadai-rét mesés szép környezetével kiváló kirándulóhely mind óvodások, mind iskolások számára. A Hangya Dani kisvasút igazán izgalmassá teszi a kirándulást, a gyermekek játékos élményszerzés közben jutnak új ismeretekhez. A tanösvény nem csak fizikálisan, hanem mentálisan is pozitívan hat mind a gyermekekre, mind a felnőttekre, hiszen a mai digitális eszközökkel túlterhelt világban igazán jótékony a természetben eltöltött idő.”

(Kolonics Brigitta Mária, 2. évf. óvodapedagógus szak, levelező tagozat)

“A Gyadai-réten tett kirándulás számomra nemcsak élményt, hanem szemléletformálást is jelentett. A tanösvény játékos, természetközeli állomásai, a változatos élőhelyek (patak, kaszálórét, erdő) és a megfigyelhető növény- és állatvilág mind olyan tapasztalatokat adtak, amelyeket a későbbi óvodapedagógusi munkámban is hasznosítani tudok.

Úgy érzem, ez a hely tökéletes terepe a gyerekek természet iránti érzékenyítésének és élményalapú tanulásának.”

(Képes-Lévai Gabriella, 2. évf. óvodapedagógus szak, levelező tagozat)



Fotó: Megyeriné dr. Runyó Anna, Répás Zsuzsanna Erzsébet