

# Dr. Kondacs Ilona katonaeorvos

A Budakeszi Hírmondó májusi címlapjának anyák napi fotóján a nagycsaládos Harasztosi házaspárt és öt gyermeküket láthattuk. Ezúttal az édesanyját, **Dr. Kondacs Ilona** katonaeorvost kereste meg szerkesztőségünk. Beszélgetésünket egyéves ikreinek bájos gügyögése szakította meg egyszer-egyszer, mely odailő kísérezzenének hatott az ott eltöltött fél órában. Nagycsaládos életükről, a gyermekáldás gyönyörűségéről és hivatásáról faggattuk őt.

■ **Katonaorvosként öt gyermek édesanyja. Nem mindennapi történet!**

– Mikor megkaptam az orvosi diplomát – bármennyire is meglepő – sem a családalapítás, sem az anyaság nem volt a terveim között. Az életemben az orvoslás, a hivatásom szerepelt az első helyen. Aztán találkoztam az akkor még leendő férjemmel, aki nagyon szeretett volna gyereket, és ez mindent megváltoztatott! Első gyermekünk, *Harasztosi Anna* megszületése után tudtam meg igazán, hogy milyen anyának lenni! Utána pedig már nem volt leállás, jött a következő testvér, *Harasztosi Ilona*. Az ő világra jötte után pedig úgy gondoltuk, hogy van még hely egy harmadik és negyedik kisbaba fogadására is az életünkben.

Így érkezett meg közénk előbb *ifj. Harasztosi Zoltán* és a negyedik várva várt gyermek helyett kettő, egy ikerpár, *Harasztosi Katalin* és *Harasztosi Réka*. Így lettem öt gyermek édesanyja. Ez az utolsó szülésem azonban kockázatos volt, veszélyeztetett terhes lettem, mert az első három szülésem császármetszéssel történt és ez egy ikerszüléskor problémákat okozhat. Sokan aggódtak értünk a kihordás idején. Férjem azonban biztatott: „Ha Isten adja, meg is tartja!” Fokozott figyelemmel csináltuk végig ezt a kilenc hónapot, és végül is különösebb gond nélkül sikerült megszülnöm őket.

■ **Hány évesek a gyerekek?**

– 10, 6 és fél, 3 és fél, az ikrek pedig egyévesek. Gyorsan múlnak az évek!

■ **Tíz évvel ezelőtt született meg első gyermekük. Ezalatt is volt lehetősége arra, hogy az orvosi hivatását folytassa két szülés között?**

– Szerencsésnek mondhatom magam, mert férjem édesanyjának, gyermekeink nagymamájának, *Harasztosi Katalinnak* családi napközije van Budakeszin, így könnyűszerrel engedem oda a gyereket. Most is tervezzük, hogy mire eléri az ikrek a másfél évet, visszamegyek dolgozni, ugyanúgy, mint azt idősebb gyerekeinknél is megtettem.

Amúgy itthonlétem alatt is tartottam a kapcsolatot az orvos kollégáimmal, nem egyszer kikérték a véleményemet szakmai kérdésekben. Nem estem ki a hivatásomból. A netes világban ez már megoldható.

■ **Milyen szakterületen dolgozik?**

– Foglalkozás-egészségügyi szakorvos vagyok, őrnagyi rendfokozattal. Orvosi alkalmassági vizsgálatot végzek és alapellátást is nyújtok – mint egy házi orvos – a körzetemhez tartozó katonáknak és adott esetben a civil állományoknak is. Ez az alapellátás egy speciális helyzet a honvédségnél, ahol a katonáknak nem kell a lakóhelyük szerinti házi orvost felkeresni, ha egészségügyi problémáik vannak.

■ **Minden arra utal, hogy sikerült megtalálni az egyensúlyt a család és a munka között.**

– Mint azt korábban is említettem, szerencsésnek mondhatom magamat, mert egyfelől a családi körülményeink, másfelől a munkahelyemmel folyamatosan fenntartott kapcsolataim adták meg a lehetőséget ennek az egyensúlynak és annak, hogy öt gyermek nevelése mellett folytathatom a munkámat is, melyet hivatásomnak is érzek. És sokat segít nekünk pl. az is, hogy az élelmiszert és minden mást házhoz szállíttatjuk, élve a kor lehetőségeivel. Ezzel is rengeteg időt takarítunk meg.

■ **Nemrégiben elsétáltam a házuk előtt, ahol láttam, hogy a nagyobb gyerkőcök serénykedtek az édesapjuk és nagypapájuk mellett a házkörüli munkában.**



– Arra tanítjuk őket, hogy lássák meg a munkát maguk körül. Semiből sem zárjuk ki őket. A nagyobbakat rendszeresen bevonjuk a kertész és felújítási munkákba, a napi feladatok elvégzésébe, de sütni is nagyon szeretnek, főleg a 3 és fél éves Zoltán. Mindezeket játékként élik meg és örömmel végzik el.

■ **Gondolom, sokan megkérdezik önöktől, hogy mennyire nehéz ma öt gyereket nevelni...**

– A dédszüleink és elődeik nem csináltak ebből ekkora problémát!

Amúgy Budakeszin sok nagycsaládos él. Gyermekünk óvodai és iskolai társai közül sok él három vagy ennél is nagyobb családokban. Nagyon szeretjük Budakeszit, ahonnan szinte el sem kell mennünk távolabbra, hisz itt van nekünk a Vadaspark, a mamutfenyők, a makkosi erdő, közel a Normafa. Bárhová nézünk, mindenhol erdő vesz minket körül.

■ **Ha összefoglalhatná, hogy miért jó nagycsaládosnak lenni, mit tudna mondani a kétkedőknek, nagycsaládos tapasztalatai alapján?**

– Én tudom, hogy ez csak a mi példánk, csak a saját tapasztalatainkból indulok ki, de ennek a nagycsaládos létnek a megélése alapján szeretnék biztatást adni, mert többen könnyebb! Közösség szintjén működünk, nagy összefogással! A gyerekeink soha nem unatkoznak, néha összevesznek, de mindig segítik egymást. Rengeteget kapunk a gyerekeinktől, és ezt az érzést semmi más nem pótolhatja. Ne féljenek az anyukák a nagycsaládos létől!

**Horváth Jenő**

# A Mozgolódó Kuckóban iskolára készülünk

Budakeszin, a Nagyszénászugban 2021 januárjában nyitotta meg kapuját a **Mozgolódó, Mozgás- és képességfejlesztő Kuckó**, amit **Szűcsné Teperics Eszter** álmodott meg, mikor két évvel ezelőtt Budakeszire költöztek.

Alapdiplomám szociálpedagógus. A gyermekvédelemben dolgoztam éveken keresztül, egy ottani kedves, kiváló kolléganóm által találgattam a fejlesztés sokrétűségével. Ezt követően szereztem meg fejlesztőpedagógusi diplomámat is, majd kezdtem el egyéni, és csoportos fejlesztéseket tartani.

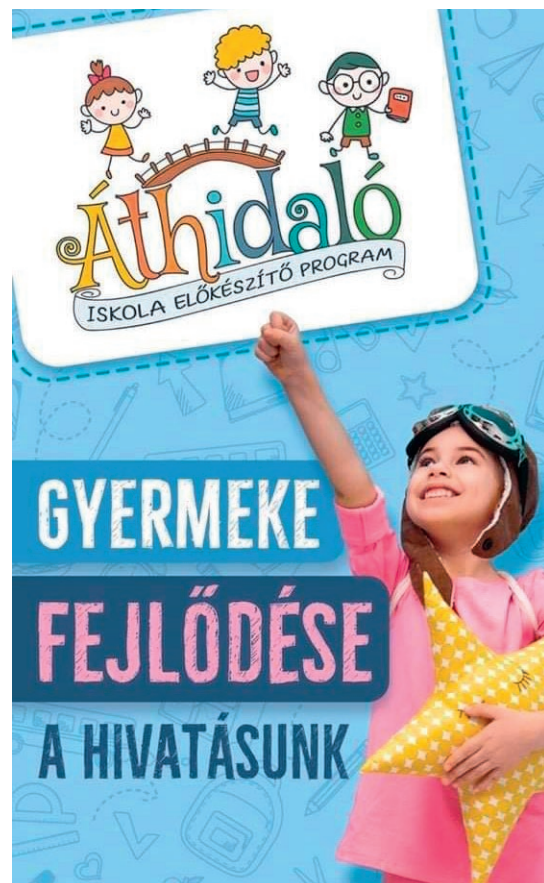
Mikor családommal átköltöztünk a második kerületből, a ház kiválasztásánál fontos szempont volt, hogy a majdani Kuckónak megfelelően a helye.

A Mozgolódóban jelenleg a gyermekek felmérése mellett többféle fejlesztés történik, egyéni és csoportos formában egyaránt. Nagyon fontosnak tartom, hogy az esetleges részképességbeli elmaradások minél hamarabb a felszínre kerüljenek,

mert így tud segítséghez jutni a gyermek, így tud majd jól boldogulni a maga életében.

A januári nyitással egyidőben elindult az Áthidaló Iskola Előkészítő Program. Az Áthidaló Program egy országos hálózat, amiben mi, szakemberek egységes tematikával segítjük az óvodás, nagycsoportos gyermekeket felkészülni az iskolakezdesre. Azt gondolom, hogy az óvodai élet után nagy váltás elkezdni az iskolát. Megváltoznak a mindennapok, már nem a játéké a főszerep, hosszú percekkel kell egy helyben ülve eltölteni, akár 6×45 percet. Az óvodapedagógusok a legnagyobb figyelemmel és odaállással készítik a gyerekeket az iskolára, ám az ő kapacitásuk is véges 20-25 fős csoportokban. Az Áthidaló Programmal 4-5 fős csoportos foglalkozás keretében egészítjük ki az óvodai felkészítést, ekkora létszámmal tudunk differenciáltan dolgozni a gyerekekkel.

A Program Budakeszi oktatójaként 17 nagy ovissal dolgozunk együtt január óta. A foglalkozásokon játékos és mozgásos formában sajátítanak el a gyerekek olyan ismereteket,



amik hozzásegítik őket a sikeres iskolakezdeshez.

Nálam a 6 hónapos fél intenzív foglalkozás sorozat tart még. Ennyi idő alatt megismerem a gyerekeket, észrevehető, ha valamilyen képességbeli nehezítettség adódik. Ez esetben mindenképpen jelzem a szülőnek, hogy milyen szakemberhez érdemes fordulniuk, legyen az szemészet, logopédia, esetleg pszichológiai meg támogatás.

A foglalkozások alkalmával a sikerélmény a fő szempontom, hogy jól

