

rossz eredménnyel áll elő, akkor a többi felülbírája. Másrészt pedig a program több különböző lehetséges magyarázatot ad a diagnózisában, és jelöli azt is, hogy közülük melyiket tartja valószínűbbnek a többinél, és így tulajdonképpen az orvosra bízta a döntést, de leegyszerűsíti annak dolgát. Végül pedig azt is érdemes megemlíteni, hogy a program annak eldöntésében is sokat segíthet az orvosoknak, hogy mely betegeknek van szükségük a lehető leghamarabb kezelésre. És végső soron ebben az egészben a gyorsaság a legfontosabb, valamint az orvosok tehermentesítése. Hiába kiváló eszköz ugyanis az OCT-vizsgálat, ha nincs, aki megfelelő tempóban értelmezze azokat. „Egyre több szemvizsgálatot végzünk ezzel az eszközzel, a mennyiség pedig sokkal gyorsabban nő, mint ahogy az emberi szakértők ezeket elemezni tudnák. Ezért fennáll az a veszély, hogy késik a diagnózis, és így a látást veszélyeztető betegség mielőbbi kezelése” – összegezte a kutatásban részt vevő dr. Pearse Keane.

<http://www.origo.hu/hirmondo/techbazis/20180817-nagyon-hatekonyan-diagnosztizalja-a-szembetegsegeket-a-mesterseges-intelligencia.html>

---

## Tuti tippek, rövid hírek

---

### Vöröshagyma másként

Napjainkban alig van, ki könnyeden emészti meg a cellulóz tartalmú élelmiszereket. A vöröshagyma, paprika és paradicsom héjak azok, amik gondot okoznak. Módszer, amivel kiküszöbölhető az epegörcs a cellulóz héjak miatt:

1. Tisztítsunk meg 1-2 kg vöröshagymát, attól függően, hogy mennyit használunk fel 2-3 hét alatt a főzéshez.

2. Vágjuk salátára és egy fazékban tegyük fel főni kevés vizet öntve hozzá. Fedő alatt, kis lángon akár 1-2 órát is főhet.

3. Kaptunk egy pépet, amiből az emészthetetlen nyolont (cellulóz) el kell távolítanunk.

4. Fogjunk egy sűrű szövésű teaszűrőt és kanalazzuk át a hagymapépet úgy, hogy a nehezen emészthető cellulóz ne menjen át a szűrőn, azt majd dobjuk a szemétkébe.

5. Tegyük az ehető hagymavelőt egy csavaros üvegbe és 1 ek olajat öntsünk rá. Ez lezárja a levegőtől, és tároljuk hűtőszekrényben.

6. Amikor szükségünk van hagymára a főzéshez, döntsük meg az üveget kicsit és kanalanként szedjük ki annyi hagymavelőt, amennyire szükségünk van.

7. Nyomkodjuk le az üvegben maradt pépet, hogy az olaj legyen a felületen és tegyük a hűtőbe vissza.

A módszerrel nem kell megsíratni a hagyma tisztítását, és a lakást sem árasztja el az illat naponta, nem beszélve arról, hogy az emésztésünk is sokkal könnyedebbé válik.

*Á. J. dietetikus*

## **Mi köze az online hangoskönyvtárnak a tagnyilvántartóhoz?**

Az online hangoskönyvtár megjelenése óta számos kérdés érkezett az MVGYOSZ-hez és tagegyesületeihez, illetve több nem valós és ellentmondásos hír kering a látássérültek körében a hozzáférés módjáról és az igénybevevők személyes adatainak nyilvántartásáról. A félreértések elkerülése és a téves információk tisztázása érdekében alább olvashatják dr. Nagy Sándor elnök tájékoztatóját az MVGYOSZ egységes tagnyilvántartó rendszeréről és annak az online hangoskönyvtárral való kapcsolatáról.

A szövetség tagegyesületei 2018-ig különböző tagnyilvántartó rendszereket használtak az egyesületi tagok adatainak nyilvántartása érdekében. 2018 márciusában tárgyalta meg az Egyesületi Elnökök Tanácsa az egységes tagnyilvántartó program fejlesztését és bevezetését, amely szeptemberre elkészült. Az új és korszerű tagnyilvántartás lehetővé teszi a különböző szolgáltatások online biztosítását is, ami fontos fejlesztési irány a következő évekre.

Miért van szükség egységes tagnyilvántartásra? Az MVGYOSZ érdekképviseleti feladatainak ellátása érdekében eddig is rendszeresen kért adatszolgáltatást a tagegyesületeitől például arról, hogy tagságuk körében hány fő közlekedik fehérbottal, hány fő használ számítógépet, hány fő dolgozik, hány fő tanul, stb. Erről a tagegyesületek levélben szolgáltatott statisztikai adatot a konkrét személyek beazonosításának lehetőségét kizáró módon. Az új, egységes online tagnyilvántartás segítségével ezek az adatok pillanatok alatt leszűrhetőek lesznek úgy, hogy az érintettek személyes adatai továbbra is védettek maradnak. Tehát a jövőben lényegesen egyszerűbben, a tagegyesületek kapacitásának igénybe vétele nélkül, rövid idő alatt jutunk statisztikai adatokhoz egy-egy sürgető érdekképviseleti téma alátámasztása céljából. Továbbá az egységes és online tagnyilvántartás lehetővé teszi olyan szolgáltatások fejlesztését, melyek egy egyszerű regisztrációval hozzáférhetővé válnak valamennyi tagegyesület látássérült tagsága számára.

Hogyan készült a tagnyilvántartó adatbázisa? A fejlesztés kezdeti fázisában levélben kerestük meg valamennyi tagegyesületünk vezetőjét, amelyben

kértük, írják meg, milyen adatokat kezeljen az egységes tagnyilvántartó. Ezeket összerendezve alakítottuk ki az adatbázis struktúráját.

Milyen adatokat kell megadni a tagnyilvántartóban? A tagegyesületek jelenleg nem egységesek a tekintetben, hogy a tagok mely adatait tartják nyilván. Viszont az egységes tagnyilvántartáshoz szükséges volt a tagegyesületek által kért rovatokat beépíteni az adatbázisba, ugyanis minden szervezet önállóan használja azt, így továbbra is nyilván tudja tartani a korábban felvett és általa felhasznált adatokat. A többitől lehet kevesebbet rögzíteni, de az adatbázist megyei szinten bővíteni nem lehetséges. Ezért külön jelöltük azokat az adatokat, amelyeket a szövetség szükségesnek tart, és így kitöltését mindenképpen kéri.

Az egységes tagnyilvántartó – ahogy a legtöbb korábbi egyesületi tagnyilvántartás - személyes és demográfiai adatokat, valamint a látássérült személy életvitelére és rehabilitációjára vonatkozó információkat tartalmaz. Ezen adatok nem csupán statisztikai célból fontosak a tagegyesületek és a szövetség számára, hanem azért is, mert ezek ismeretében a szervezetek valóban releváns információkkal tudják ellátni a tagságot például tanfolyami és munkalehetőségekről vagy rehabilitációs programokról.

Ki láthatja a tagok nyilvántartott adatait? A nyilvántartott személyes adatokat csak és kizárólag azok a tagegyesületek láthatják, amelyeknél az adott személy tagsági jogviszonyt létesített, azaz tag. A szövetség csak és kizárólag statisztikai információkat kérhet le az adatbázisokból, a személyek beazonosítása nélkül.

Milyen szolgáltatások igénybe vételéhez szükséges az egységes tagnyilvántartó? Az első ilyen szolgáltatás az online hangoskönyvtár. A későbbiekben ilyen lesz többek között a 2019-ben elinduló Távszem és a szintén tervben lévő segédeszköz webshop is.

Milyen adatokat ellenőriz az online hangoskönyvtár alkalmazás? Az olvasó e-mail címét, törzsszámát, a tagdíj befizetését, vagyis a tagsági jogviszony érvényességét.

Miért van erre szükség? Az olvasási képességet érintő fogyatékkal élő kedvezményezett személyek javára végezhető szabad felhasználás részletes szabályairól szóló 198/2018. (X. 25.) Korm. rendelet 2. § (1) bekezdése az alábbiak szerint rendelkezik: „A jogosított szervezet a szerzői jogról szóló 1999. évi LXXVI. törvény 41. § (1)-(1f) bekezdéseiben foglalt szabad felhasználás keretében megteszi az ilyen szervezettől az adott helyzetben általában elvárható intézkedéseket annak érdekében, hogy hozzáférhető formátumú példányt kizárólag kedvezményezett személy vagy más jogosított szervezet használhasson fel, és megakadályozza a hozzáférhető formátumú

példánynak a szerzői jogról szóló törvényben meghatározott szabad felhasználás körét meghaladó jogellenes felhasználását. Ennek érdekében kétség esetén a kedvezményezett személytől kérheti, hogy az olvasási képességet érintő fogyatékossgal élő személy állapotát okirattal - így különösen a vakok személyi járadékát megállapító határozattal, fogyatékossgai támogatást megállapító határozattal, szakvéleménnyel, szakorvosi igazolással vagy egyéb hatósági bizonyítvánnyal vagy igazolvánnyal - igazolja.” Ez a tény az egységes tagnyilvántartó használatával ellenőrizhető legegyszerűbben és leggyorsabban, hisz a tagegyesületek tagjai felvételüket a fenti okiratok valamelyikének birtokában kérték.

Mikor vehetik igénybe az online hangoskönyvtárat azok az olvasók, akik nem tagjai az MVGYOSZ valamely tagegyesületének? A tagegyesületeknél tagsági jogviszonnnyal nem rendelkező látássérült személyek regisztrációja a Távszem szolgáltatáshoz kapcsolódó portál fejlesztésének része, így az a Távszem szolgáltatás nyilvános tesztidőszakának kezdetével egy időben válik elérhetővé.

Hol olvasható részletes tájékoztató a szövetség egységes tagnyilvántartó adatbázisáról? A szövetség honlapján. *Dr. Nagy Sándor elnök*

## **2019-ben is várja az érdeklődőket az Okosklub**

Az MVGYOSZ Okosklub szolgáltatása 2019-ben is várja azokat a látássérülteket, akik szeretnék megtanulni az érintőképernyős okostelefon használatot gyengénlátóként, vakon, vagy akik a látás hiányát bizonyos területen pótolni képes alkalmazások használatát sajátítanák el.

Lehetőség van a MacOS operációs rendszer, valamint különböző informatikai kommunikációs kiegészítő eszközök, mint pl. Braille-kijelzők megismerésére is. Igény esetén Windows, Jaws, NVDA és BeLin oktatás is lehetséges.

Az oktatás kis csoportokban (2-3 fő), vagy magánórák keretében zajlik.

Az Okosklub szolgáltatás díja 5000 Ft a befizetéstől számított 6 hónapra, ami legfeljebb 10 db 90 perces (2x45 perces tanóra) oktatást tartalmaz.

Jelentkezni e-mailben az okosklub@mvgyosz.hu címre küldött levélben, vagy a +36(1)384-8440 telefonszámon lehet. *Berkó Norbert*

## **Mi történt a kutyaiskolában?**

Büszkék vagyunk teljesítményünkre, mert 2018-ban 19 kiképzett vakvezetőkutyaát adtunk át látássérült személyek részére.

Sikeres Közlekedésbiztonsági vizsgát tett Mészáros Jánosné Babika és Rafi vakvezetőkutya. Köszönjük Szabó Tünde kölyöknevelő, valamint Veres Éva és Mikola Gyöngyvér tiflopedagógusok munkáját! Vizsgabíróink: Juhászné Mályi Edit, Hajdu Mária, Rózsa Kata. A program a Fogyatékos Személyek Esélyegyenlőségéért Közhasznú Nonprofit Kft. és az Emberi Erőforrások Minisztériumának támogatásával valósult meg.

Kitűnő kettős Közlekedésbiztonsági vizsgát ünnepeltünk: dr. Lengyel Júlia Zoéval, Sáfrányné Kobli Írisz pedig Bravoval vizsgázott. Zoét nevelte Hegedűs Gábor, Bravot pedig Reinhardt Emese és Péter, valamint Füredi Mária. Bíróink: Juhászné Mályi Edit, Komondi Piroska, Bajnóczy Enikő. Zoé kiképzésének támogatója a Fogyatékos Személyek Esélyegyenlőségéért Közhasznú Nonprofit Kft. és az Emberi Erőforrások Minisztériuma. Bravo egészségügyi támogatója az Intervet kft.. Zoé kiképzője: Németh Ágnes. Bravo kiképzője: Rózsa Kata.

Szenzációs Közlekedésbiztonsági vizsgát tett - jobb oldalra képezve - Mirka vakvezetőkutya gazdijával, Milánkovics Zsolttal. Egyedülálló a páros együttes munkája, Zsolt jobb kezét használva tudja csak követni Mirkát. Mirka nevelői: Juhász Mihály és családja. Kiképzői Németh Ágnes és Bajnóczy Enikő méltán lehetnek büszkék. Vizsgabíróink: Juhászné Mályi Edit, Komondi Piroska, Renkó Zsuzsanna.

Kitűnő Közlekedésbiztonsági vizsgát tett Kovács Ferencné és Dalma vakvezetőkutya. Nevelő: Németh Gábor és családja. Vizsgabíróink: Hajdu Mária, Nyíriné Kovács Mária, Bajnóczy Enikő. Kiképző József Anna.

Sikeres Közlekedésbiztonsági vizsgát tett Tóth Miklósné és Póker vakvezetőkutya. Nevelő: Erdélyi Gabriella és kedves családja. Vizsgabírók: Juhászné Mályi Edit, Nyíriné Kovács Mária, Rózsa Kata. Kiképző: Németh Ágnes.

Sikeres Közlekedésbiztonsági vizsgát tett dr. Tábor István és Pakli vakvezetőkutya (labradoodle). Pakli nevelői: Gombás Imre és családja. Vizsgabíróink: Juhászné Mályi Edit, Nyíriné Kovács Mária, Renkó Zsuzsanna. Pakli kiképzője: József Anna.

Sikeres Közlekedésbiztonsági vizsgát tett Pece Merilin és Nancy vakvezetőkutya. Vizsgabíróink: Juhászné Mályi Edit, Hajdu Mária, Rózsa Kata. Kiképző: Renkó Zsuzsanna.

Szívből gratulálunk a párosoknak, további balesetmentes közlekedést kívánunk!

Kutya jó nap: televíziós összefoglaló a 2018. év utolsó Vakvezetőkutya Utógondozási program rendezvényéről. Szabó Andrea szerkesztő-riporter és

Újvári Gábor operatőr - M1 Esély magazin. Az alábbi linkre kattintva megnyíló videóban 15 perc 20 másodperckor kezdődik az eseményről készült kisfilm. <https://www.mediaklikk.hu/video/esely-2018-12-08-i-adas/>

Kölyöknevelési program: kölyöknevelési programunk részeként Rózsa Kata programvezető nevelőink és neveltjeik csapatával a Corvin negyednél a nagyközönség előtt mutatták meg mit tudnak. Különböző ingereknek kitéve a négy lábú nebulókat gyakorolták a helyes viselkedést, közlekedést. Köszönjük kölyöknevelőink munkáját, akik nélkül mi sem tudnánk végezni munkánkat. Szakmai segítők: Renkó Zsuzsi, József Anna és Bárány Krisztina.

*Schiff Mónika központvezető*

## **Együttműködési megállapodás a Veszprémi Állatkert és az MGVYOSZ között**

A Veszprémi Állatkert valamint a Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetsége megállapodást kötött a 2019-es évre vonatkozóan, hogy együttműködésüknek köszönhetően a Veszprémi Állatkert bemutatótermei, közönségterei, programjai, szolgáltatásai a látássérültek számára a lehető leg szélesebb értelemben elérhetővé válhassanak.

Ennek keretében a Veszprémi Állatkert kedvezményes PARTNER jegyáron történő belépési lehetőséget biztosít minden MGVYOSZ által kibocsátott igazolvánnyal rendelkező látássérült személy számára, jelen igazolvány, valamint egy darab egyéb, hatóság által kibocsátott fényképes igazolvány (személyi igazolvány, útlevel, diákigazolvány stb.) bemutatása ellenében. A kedvezmény a látássérült személy egy fő felnőtt kísérőjét is megilleti. A PARTNER jegy ára jelenleg 800 Ft, a kísérő jegyé is 800 Ft. A jegyárak változtatásának jogát a Veszprémi Állatkert fenntartja.

A Veszprémi Állatkert az MGVYOSZ tagokat érintő kedvezményeket a [www.veszprezoo.hu](http://www.veszprezoo.hu) turisztikai weboldalon ismerteti.

Az állatkert emellett vállalja, hogy folyamatosan tájékoztatja az MGVYOSZ-t aktuális eseményeiről, érdekességeiről, melyeket a szövetség a honlapján megjelentet.

Az együttműködés keretében az MGVYOSZ szakmai tanácsadással, konzultációval segíti - felmerülő igény esetén - a Veszprémi Állatkertet, hogy látássérült látogatóinak az adott körülményekhez képest a legkomfortosabb szolgáltatásokat nyújthassa, a speciális igényekkel érkezők számára ideális körülményeket teremthessen.

*Árvay Mária*