



SzemFüles

14. szám, 2012 TAVASZ



Tartalomjegyzék

- 1 Szerkesztői köszöntő**
- 2 Házunk tája**
Egyesületi hírek
- 13 Szemtől szemben**
Interjú Pytel József fül -, orr -, gégeész professzorral
- 14 Saját tollamból**
A három kívánság
- 17 Jogi percek**
- 18 Barangoló**
- 20 Gyerekszoba**
- 21 Mazsola**
Recept rovat
- 22 Kishírek, érdekességek a nagyvilágból**
- 30 Könyvjelző**
Helen Keller: Csöndes, sötét világom (VI., VII. fejezet)
- 38 Pályázati felhívások**
- 42 Humor-zsák**
- 43 Fej-törő**
- 44 Vers**
- 45 Impresszum**

Szerkesztői köszöntő

Kedves Olvasóink!

Bizonyára Önök közül sokan találkoztak már ez év folyamán az alábbi kijelentéssel: „2012, a változás éve...”. A sokak által oly gyakran emlegetett átalakulás, változás alól ebben az évben egyesületi újságunk sem lesz kivétel. A SVOE vezetőségének engedélyével és beleegyezésével ugyanis tavaly decemberben döntés született arról, hogy a szervezet korábban kéthavi rendszerességgel kiadásra kerülő lapja idén januártól negyedévente, azaz 3 havonta jelenik meg. Így olvasóink évszakonként fogják „kézhez kapni” a SzemFüles egy-egy számát. További változás még, hogy korábbi, rovatfelelős munkatársaim mellé kérésemre ez év elején két új, önkéntes író is csatlakozott. Személyük különlegessége, hogy mindketten siketvakossággal érintettek: egyikük, Földesiné Juhász Viktória, lelkes édesanya, másikuk, Kiss Anita pedig az idei évben diplomát szerző, fizikushallgató. Reményeink szerint a segítségükkel most kísérleti jelleggel útnak induló rovatok nem csupán érdekesek és informatívak, de hasznosak is lesznek olvasóink számára!

Az új rovatok – „Szemtől szemben”, „Barangoló”, „Gyerekszoba” és „Mazsola” – mellől természetesen továbbra sem hiányozhatnak a már megszokott, régi kedvencek: Egyesületi híreink élén beszámolunk a SVOE tagsági igazolvánnyal a KIND Halláscentrumokban igénybe vehető 10%-os kedvezményről, valamint közzétesszük nyári táborozásra csalogató felhívásunkat is. Emellett bepillantást nyerhetnek azokba a programokba, amelyeken az elmúlt 3 hónapban „Ott jártunk...”, és összefoglalót olvashatnak az Egyesület nyári táborához kapcsolódó, igényfelmérő kérdőívek kiértékeléséről is.

Saját tollamból rovatunkban ez alkalommal Papakosztandi Mária írását közöljük, aki a „Pozitív Sokk Közhasznú

Egyesület” tavalyi, irodalmi pályázatára küldte be saját élményű írását. Jogi percek rovatunkban dr. Oszvári-Lukács Ádám tovább „boncolgatja” a 2012. január 01-től hatályos, a rokkantsági ellátások körére vonatkozó változásokat. Újjonnan induló rovataink tartalma egyelőre maradjon meglepetés... Annyit azonban elárulhatok: Mind a négybe érdemes lesz legalább egy picit belepillantani...

Gabó kollegám ez alkalommal is érdekes kishíreket gyűjtögetett a nagyvilágból és természetesen arra is odafigyelt, hogy a mosolyfakasztó humor se hiányozzon a SzemFüles idei első számának hasábjairól. Tavasz lévén pályázati felhívásokat is közzéteszünk, lapunkat pedig ezúttal is rejtvény rovat, valamint a hozzá szorosan kapcsolódó vers zárja.

Felelős szerkesztőként nincs más dolgom hátra, mint régi és új munkatársaim nevében ezúttal is jó hangulatú olvasást, felhőtlen kikapcsolódást kívánjak Önöknek a SzemFüles 14. számának böngészéséhez!

Petner Katalin
Felelős szerkesztő

Házunk tája – Egyesületi hírek

10% kedvezmény SVOE tagsági igazolvánnyal a KIND Halláscentrumokban

Kedves Tagjaink!

Van egy jó hírünk: A KIND Halláscentrum Kft. szaküzleteiben a Siketvakok Országos Egyesületének tagjai 10 % kedvezményt kapnak a saját célra vásárolt termékek és szolgáltatások árából.

A kedvezmény igénybevételének feltétele:

A Siketvakok Országos Egyesülete által kiállított érvényes tagsági igazolvány felmutatása és az, hogy a vásárolt termékre

a hatályos jogszabályok lehetővé tegyék az engedmény adását.

Jelenleg nem adható kedvezmény a TB támogatott termékekre, viszont a KIND közreműködik a tagjaink egyedi TB támogatási kérelmeinek ügyintézésében, segít a szükséges dokumentumok elkészítésében és a lehetőségekhez mérten megtesz mindent azok pozitív elbírálása érdekében.

A KIND a tagjainkat előzetes bejelentés alapján, várakozási idő nélkül fogadja a szaküzletben.

Az alábbiakban közreadjuk a KIND Halláscentrumok országos hálózatának elérhetőségeit, nyitva tartási idejét:

Cím	Telefon/Telefax	Nyitva tartás
Budapest: Bartók Béla út 11-13 1114 Budapest	Tel. 06 1 209 3094 Fax 06 1 209 3094	H.- Cs. 08.00 - 16.30 P. 08.00 - 14.30
Budapest: Garay utca 45. I.emelet 116. 1076 Budapest	Tel. 06 1 322 6822 Fax 06 1 351 9371	H. - Cs. 08.00 - 16.30 P. 08.00 - 15.00
Budapest: Üllői út 34. 1085 Budapest	Tel. 06 1 317 0926 Fax	H. - Cs. 08.00 - 16.30 P. 08.00 - 15.00

Győr: Szent Imre út 41. III. em. Petz Aladár Kórház Rendelőintézete 9024 Győr	Tel. 06 96 410 119 Fax 06 96 410 119	H.- Sz.- Cs. 7.30- 16.00 K. 7.30- 18.00 P. 7.30- 14.00
Kecskemét: Piaristák tere 7. I. em. 118. 6000 Kecskemét	Tel. 06 76 401 238 Fax	H. - Sz. 09:00 - 17:00 Cs. 09:00 - 18:00 P. 09:00 - 17:00
Miskolc: Széchenyi István út 19 3525 Miskolc	Tel. 06 46 351 844 Fax 06 46 351 844	H., Sz 08.00 - 16.30 K., Cs. 08.00 - 17.30 P. 08.00 - 14.00
Nyíregyháza: Szabadság tér 2 A régi Korona Patika mellett 4400 Nyíregyháza	Tel. 06 42 784 117 Fax 06 42 784 117	H., Cs. 08.00 - 17.00 K., Sz. 08.00 - 16.30 P. 08.00 - 15.30

Pécs: Rákóczi út 71/A. Aqua Üzletház I. em. 7621 Pécs	Tel. 06 72 249 702 Fax 06 72 249 702	H. - P. 08:00 - 16:00
Szeged: Kelemen u. 7. 6720 Szeged	Tel. 06 62 321 860 Fax 06 62 321 860	H.-Cs. 08.00 - 16.30 P. 08.00 - 15.00
Székesfehérvár: Várkapu utca. 1. 8000 Székesfehérvár	Tel. 06 22 789 665 Fax 06 22 789 665	H. - Cs. 08.00 - 16.30 P. 08.00 - 14.30
Szombathely: Kőszegi u. 8. 9700 Szombathely	Tel. 06 94 505 027 Fax	H. - K. 08.00 - 16.30 Sz. 08.00 - 17.30 Cs. 08.00 - 16.30 P. 08.00 - 14.30

*Asztalos Ágnes
Koordinációs munkatárs*

Tájékoztató a 2012. évi nyári táborról

A Siketvakok Országos Egyesülete által idén is megszervezésre kerül a nyári tábor. Az idei táborozáson szlovén sorstársak is részt vesznek.

A nyári tábor időpontja: 2012. augusztus 6.-11. (hétfőtől szombatig)

Helyszín: Szilvásvár, Lipicai Hotel
Szállás: 2-3-4 ágyas szobákban saját WC-

vel, fürdőszobával
 Ellátás: napi 3x étkezés
 Utazás: Budapest és Eger között vonattal,
 Eger és Szilvásvár között különbusszal.

Az utazás részleteiről később tájékoztatjuk a résztvevőket!

Programok:

- kézműves foglalkozás: agyagozás, nemezelés, tűzzománcozás
- lovaglás, sétakocsikázás
- gyógyfürdő
- városnézés (Eger)
- kirándulás a Szalajka-völgybe, Szalajka-völgyi Kisvasút

Részvételi díj:

- érvényes tagsággal rendelkező résztvevőknek: 39.000 Ft/fő, amely tartalmazza a szállást, ellátást, utazást, programokat.
 - érvényes tagsággal nem rendelkező résztvevőknek: 44.000 Ft/fő.
- Érvényes tagsággal rendelkező résztvevőnek számít az a siketvak személy vagy hozzátartozó, aki belépett hivatalosan a Siketvakok Országos Egyesületébe és befizette az adott évben a tagsági díjat, amely 1000 Ft/fő (rendes vagy pártoló tagság).
- Személyi segítőket és jelnyelvi tolmácsokat biztosítunk!

Jelentkezni jelentkezési lap kitöltésével lehet.

Befizetés módja:

- készpénzben, személyesen a Budapest, 5. ker. Múzeum Körút 3., 2.em. 1.-es ajtó alatti irodánkban (Kimlei Gábornál)
- befizetési csekken (postán küldjük külön, aki ezt kéri).
- Átutalással a következő számlaszámra: Siketvakok Országos Egyesülete 10409015-90117325-00000000 és a Közleményben kérjük mindenképpen jelezni: „2012-es Nyári tábor”)

Részletfizetésre is lehetőség van, ennek határideje:

2012. április 30.

Fontos tudni:

A jelentkezési lap kitöltése, majd az első részlet befizetése már jelentkezésnek számít!

Abban az esetben, ha valaki betegség vagy más előre nem látható esemény miatt nem tud a táborba eljönni, orvosi igazolás mellett áll módunkban a befizetett összeget visszafizetni.

Jelentkezési és befizetési határidő:

2012. április 30.

További tájékoztatás, valamint jelentkezési lap az alábbi elérhetőségeken kérhető:

E-mail: siketvakok@gmail.com

Telefon: 06-70/930-7545 (Kimlei Gábor).

Szeretettel hívjuk és várjuk a szilvásváradi üdülésre!

Gyógyító füvek

Kedves Tagjaink!

"Gyógyító füvek" címmel szeretnénk a közeljövőben szervezni egy 4-5 alkalmas csoportfoglalkozást.

Ezek az alkalmakon közösen ismerkednénk a gyógynövények fajtáival, gyógyító hatásukkal, felhasználhatóságukkal. Hasznos tanácsokat, praktikákat gyűjtenénk gyógyteák készítéséhez, ételekben való használatukhoz, illóolajok alkalmazásához és mi magunk is ültetnénk és nevelnénk közösen növényeket, hogy majd később ki-ki otthon is folytathassa és hasznosíthassa a megszerzett tudását.

Ezúton szeretnénk kérni mindenkit, hogy ha felkeltette érdeklődését ez a téma és szeretne részt venni ezeken az alkalmakon,

akkor azt jelezze felénk az alábbi elérhetőségeken, jelezve azt is, hogy mely időpontokban lenne megfelelő számára:

E-mail: siketvakok@gmail.com

Telefon: 06-1-361-2007

Molnárné Katona Eszter: 06-70/930-

7544 (sms is)



Szerencselovagok a rulett asztal körül

A délután végén az iroda előterében berendezett „büfében” nyílt lehetőség az összegyűjtött, nyeremény babok üdítőre, gyümölcsre és egy kis édességre történő beváltására.

Március 14-én, szerdán, épp egy nappal az 1848-49-es forradalom és szabadságharc emléknapja előtt a szervezők az eseményhez kapcsolódó, ünnepi totóval készültek a klubdélutánra. A résztvevőknek 12+1 állításról kellett eldönteniük: melyik igaz és melyik hamis. A kvíz kérdéseknek köszönhetően az egyesület tagjai sok érdekes információval gazdagodhattak az 1848. március 15-én lezajlott eseményekkel kapcsolatban. Az ünnepi totó után teázásra és jó hangulatú, kötetlen beszélgetésre nyílt lehetőség.

A klub alkalmak szervezői továbbra is érdekes és különleges programokkal várják az érdeklődő, egyesületi tagokat minden hónap második szerdáján a SVOE Múzeum körüli irodájába, egészen a „nyári szünet” beköszöntéig.

Szakmai napot tartottunk...

„Most mit tegyek? - Beszéljünk a hallás- látássérült gyermekeket nevelő családok leggyakrabban felmerülő nehézségeiről” címmel 2012. február 24-én, pénteken 9:30 kezdettel szakmai nap megtartására került sor Egyesületünk Múzeum körüli irodájának csoportszobájában. A rendezvény egyik legfontosabb célja az volt, hogy az érdeklődők találkozhassanak azokkal a

Molnárné Katona Eszter

„Ha én ezt a klubról elmesélem...”

Bár a 2012-es év első három hónapja sok változást hozott a mindennapokba, egyvalami mégis állandó maradt: Minden hónap második szerdáján délután 14 és 16 óra 30 perc között megrendezésre kerültek az egyesületi klubdélutánok.

Az év első hónapjában jó hangulatú lufi-vadászattal és Bingóval várták az érdeklődő, egyesületi tagokat a klub alkalom szervezői.

Mind a résztvevők, mind pedig a klub „házigazdái” körében hatalmas sikert aratott a február 15-diki klubfoglalkozás: Az utolsó, téli hónapban ugyanis a SVOE irodájának egész területe akadálymentes társasjátékokkal felszerelt „kaszinóvá” változott. A bátor „szerencselovagok” kockajátékban, kártyában, ruletten és szerencsekeréken tehették próbára magukat. Minden asztalnál meghatározott számú játékos foglalhatott egyszerre helyet, a tétet pedig előre kiosztott babszemekben lehetett megtenni, melyből még a játék megkezdése előtt minden játékos fejenként 30 darabot kapott. Az akadálymentes lehetőségek közül legnagyobb sikere a rulett asztalnak volt, ahol a játékosok szinte megállás nélkül versengtek az újabb és újabb babszemekért.

szakemberekkel, akik az általuk előadott, az egyidejű látás, – és hallássérüléshez kapcsolódó témákban legjártasabbnak számítanak ma hazánkban.

A szép számban egybegyűlt érdeklődőket Királyhidi Dorottya, a szervezet főtitkára köszöntötte, majd bevezető szavait követően előadást tartott az egyidejű hallás, – és látássérüléshez kapcsolódó kommunikációs lehetőségekről.

A hallásvizsgálati módszerek, valamint a hallókészülékes ellátottság magyarországi helyzetébe Keresztessy Éva gyógypedagógus, főiskolai tanár segítségével nyerhetett bepillantást a hallgatóság, majd Zelenka Zsófia gyógypedagógus tartott előadást a látásvizsgálati módszerekről, illetve a látásfejlesztésről.

Az első három prezentáció után, pihenésképpen egy rövid fórum keretében nyílt lehetőség az elhangzottakkal kapcsolatos kérdések felvetésére, majd egy rövid szünetet követően ismét Zelenka Zsófia kapott szót: Előadásában ezúttal az étkezéshez kapcsolódó problémákról esett szó. Az ebédszünet előtti, utolsó előadást Boncz Ádám, az Egyesület pszichológusa prezentálta, „Beszéljünk róla! – Sérült gyermek a családban” címmel.

A közel háromnegyed órás, szendvics-ebéd időtartama alatt lehetőség nyílt a szakemberek és érdeklődők közti kötetlen beszélgetésre.

Közvetlenül az ebédszünet után Kőszegi Dóra, a SVOE szociális munkása adott tájékoztatást a siketvak gyermeket nevelő családok számára Magyarországon elérhető juttatásokról.

A siketvak gyermekek óvodai, illetve iskolai fejlesztésének lehetőségeiről, valamint arról, „Mi legyen az iskola befejezése után?” Tóth Mónika, a Vakok Általános Iskolája Siketvak Tagozatának vezető gyógypedagógusa tartott előadást. A szakmai napot lezáró prezentációban szó esett a siketvakok számára kialakításra váró lakóotthon kérdéséről, illetve a bentlakásos intézményekben történő

elhelyezés nehézségeiről, és a foglalkoztatás lehetőségeiről is.

A szakmai nap végén fórum keretében kerültek rövid összefoglalásra az elhangzott információk, és a résztvevőknek további, rövid kérdések felvetésére is sor került.

Ott jártunk...

Emlékkonferencia Louis Braille halálának 160. évfordulóján

„A Braille kultúra jelene és jövője a XXI. századi Magyarországon” címmel szervezett emlékkonferenciát a Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetségének (MVGYOSZ) Braille Bizottsága a Vakok Általános Iskolájának Nádor termében 2012. február 24-én, pénteken 13:00 órai kezdettel. A rendezvény annak apropóján került megtartásra, hogy az MVGYOSZ elnöksége által felkért Braille Bizottság épp egy évvel ezelőtt kezdte meg működését. A konferencián a Bizottság tagjai beszámoltak a mögöttük álló egy év munkájának eredményeiről. A szervezők az elért eredmények közkinccsé tétele mellett igyekeztek lehetőséget biztosítani a különféle szakmai szervezeteknek - alapítványoknak, cégeknek - a Braille-írás „védelme” érdekében kifejtett tevékenységeik bemutatására is.

A ünnepséget Somorjai Ágnes, a Vakok Általános Iskolájának igazgatója, majd őt követően Szakály Melinda, az MVGYOSZ elnöke nyitotta meg köszöntő beszédekkel.

A köszöntők után Kuminka Györgyné kapott szót, aki néhány mondatban ismertette a Braille Bizottság 2011. évi tevékenységét. Említést tett olyan konkrétumról, amelyeket az írásrendszeren belül változtatásra érdemesnek tartának. Kuminkáné hangsúlyozta: a Bizottság által javasolt változtatásokra annak érdekében lenne szükség, hogy a Braille ne elkülönítő

tényező, hanem sokkal inkább segítség legyen a vak emberek számára a látó társadalomba történő minél teljesebb beilleszkedésben, könnyebbé téve ez által a kommunikációt.

Kuminkáné szavai után a konferencia résztvevői bepillantást nyerhettek Louis Braille életébe az iskola két diákja, Baráth Barbara és Hegyes Vivien, valamint az iskola egyik tanára, Magyar Csaba segítségével. Mindhárman részleteket olvastak fel Louis Braille életrajzából, demonstrálva ezzel, hogy a pontírást lehet szépen hangsúlyozva, folyékonyan olvasni. A szünet előtti percekben szakmai irányba terelődött a konferencia menete: Elsőként Bieber Mária és Fazekas Ágnes, a Gyengénlátók Általános Iskolájának tanára és iskolapszichológusa egy olyan új módszert mutatott be, amelyet a 2011-es tanév 2. félévében vezettek be. Mint elmondták, a foglalkozások lényege a közös játék, melyben gyengénlátó, aliglátó és vak gyerekek közösen vesznek részt. Ebben a játékban mindenki megtapasztalhatja saját látása határait, korlátait, a vak gyerekeknek pedig lehetősége nyílik arra, hogy bemutassák speciális ismereteiket a többieknek. A gyengénlátó diákok megismerkednek vakos eszközökkel, valamint a Braille-írással is. Az iskola dolgozói szerint ez a fajta játékos foglalkozás az osztályok tagjait inkluzív közösséggé kovácsolja.

A rendezvény első részének lezárásaként a Vakok Általános Iskolájának siketvak tagozatán dolgozó Kiss Mária gyógypedagógus beszélt a Braille-írás siketvak emberek kommunikációjában alkalmazott fontosságáról, hasznosságáról. Mint azt elmondta: azok a látás, - és hallássérüléssel egyidejűleg élő emberek, akik képesek a számítógép használatának elsajátítására, egy Braille-kijelző segítségével képessé válnak a barátaikkal, ismerőseikkel való számítógépen keresztüli kommunikációra, képesek a számukra fontos információkat megtalálni az Interneten, az őket érdeklő könyveket, folyóiratokat elektronikus formában

elolvasni. Hangsúlyozta: azok számára is hasznos a Braille, akik nem képesek a számítógép használatát megtanulni, ugyanis az ő esetükben nagy szerepe van a tárgyképek megtanításánál: a tárgy nevét Braille-írással kézbe adva és közben a tárgyat is bemutatva fejleszhető egy siketvak ember fogalmi gondolkodása.

Kiss Mária előadása után rövid szünet következett, melynek időtartama alatt a konferencia résztvevői számára lehetőség nyílt különféle, vakok számára adaptált, tapintható társasjátékok megtekintésére, kipróbálására, amelyek Sándor Károly játékkészítő mester kezei alatt készültek. A tapintható Sudoku tábla, valamint a Scrabble (szókirakó társasjáték) iránt nagy volt az érdeklődés. Az Alko-Soft Bt., valamint az „Informatika a Látássérültekért” Alapítvány standjainál az érdeklődők megismerkedhettek a Braille kijelzővel, különféle segédeszközökkel, illetve a legújabb informatikai fejlesztések eredményeivel.

Az informatív pihenő után az előadók sorát Péter Zsigmond, a Braille Bizottság elnöke folytatta, aki „Kezembem a szó – Gondolatok a Braille21 Világkonferenciával kapcsolatban” címmel számolt be a 2011 szeptemberében lezajlott eseményen felvetődött témákról. Hangsúlyozta, hogy a konferencián megállapítást nyert: a Braille olvasás fontos előfeltétele a tapintás fejlesztése. A világkonferencia résztvevői az alábbi témák mentén tanácskoztak: A Braille-írás – olvasásának oktatása kapcsán szóba került, hogy fontos szerephez jut az olvasás tudatosítása, valamint gyakorlása, gyakoroltatása, illetve a technika fejlődésének köszönhetően a domború ábrák, például a tapintható térképek megjelenése. A Braille írás, - olvasás a munka világában témakört érintve az elnök beszámolt a Braille kijelző használatának lehetőségeiről, melynek köszönhetően az érintettek call centerekben, vagy információs pultokban válhatnak a munka világának nélkülözhetetlen szereplőivé. A témakörök között említésre került még a

kutatás-fejlesztés, valamint az információhoz való szabad és akadálymentes hozzáférés kérdése, a pontírás elterjesztésének fontossága, például gyógyszeres dobozokon, de szó esett még a Braille írás szerepéről az akadálymentesítésben is. Péter Zsigmond beszámolóját követően a konferencia szünetében eszközbemutatót tartott cégek képviselői egy-egy előadás keretében beszéltek eszközeik előnyeiről. Elsőként Siegfried Kipke, a Handy Tech GMBH alapítója tartott előadást az ATC-technológiával (érintés érzékeny vezérlés) készülő kijelzőkről, melyek lényege, hogy érzékelik az olvasó ujj pozícióját, ennek következtében pedig, képesek a szöveget a kijelzőn tovább vinni, melynek köszönhetően például egy könyv olvasása közben a felhasználónak egyetlen gombot sem kell megnyomnia.

A másik, hasonló alapelven működő Braille-kijelzőt az „Informatika a Látássérültekért” Alapítvány hozta el a rendezvényre. Ennek működéséről Dr. Ágoston Attila, az MFKK Feltalálói és Kutató Központ Szolgáltató Kft. munkatársa tartott előadást a konferencia résztvevőinek. Az eszköz lényege, hogy nem csak egysoros és nem csupán szövegek megjelenítésére alkalmas, hanem grafikák, rajzok, ábrák domborúvá tételére is. Ez az eszköz is érzékeli az érintést. Ennek gyakorlati haszna abban nyilvánul meg, hogy beszéd-támogatással összekapcsolva a számítógép képes megnevezni az ábra azon részét, melyet a tapogató ujj éppen vizsgál. Az eszköz másik nagy előnye a kedvező ár lesz, mivel a domborításért pneumatikus, azaz sűrített levegővel működő rendszer felel majd.

A konferencia utolsó részében Torma Zsolt beszélt az „Informatika a Látássérültekért” Alapítvány folyamatban lévő, a Braille-írásához kapcsolódó fejlesztéséről, melynek lényege, hogy megpróbálják lehetővé tenni a Braille-kijelzőn történő, irodalmi Braille olvasását. Ennek érdekében az alapítvány munkatársai jelenleg egy olyan szoftver fejlesztésén dolgoznak, amely lehetővé

teszi a könyvek, egyéb szöveges információk irodalmi Braille-ben történő megjelenítését.

Az esemény lezárásaként Péter Zsigmond, a Braille Bizottság elnöke köszönte meg a konferencia előadónak felkészültségét, valamint a hallgatóság részvételét.

Hozzáférhető város díjátadó ünnepség

2012. február 28-án, kedden délelőtt került sor a Foglyatékos Emberek Szervezeteinek Tanácsa (FESZT) által szervezett Akadálymentes Város díjátadó ünnepségre a Parlament Gobelin termében. Az akadálymentesítés, valamint az egyenlő esélyű hozzáférés területén kifejtett munka elismeréseként négy nagyváros, Nyíregyháza, Pécs, Szolnok és Kaposvár polgármesterei, alpolgármesterei vehették át a rangos kitüntetést.

Az „Európai Díj az Akadálymentes Városokért” elismerést először 2010 első felében ítelték oda. Ekkor 19 tagállam 66 városa versengett a címért. Az ügy fontossága 2011-re csaknem megduplázta a díjért indulók számát. Tavaly 23 országból már 114 város szeretne volna elnyerni a kitüntetést. A pályázók között szereplő, négy magyar város közül díjazásban végül egyik sem részesült. Ennek okán döntött úgy a FESZT, hogy valamilyen formában mégiscsak értékelni szeretné a városok akadálymentesítési törekvéseit, erőfeszítését, ezért létrehozta a „Hozzáférhető város” nemzeti elismerést.

A díjátadót megnyitó Himnusz után a FESZT elnöke, Gyene Piroska köszöntötte a rendezvény résztvevőit, a díjazott városok képviselőit. Bevezető szavaiban kiemelte, hogy a FESZT által elismerésben részesülő városok mindegyike nem csupán az esélyegyenlőségi törvény megvalósításában, de az akadálymentesítésben érintett emberekkel

való kapcsolattartásban is követendő példát mutat nem csak hazai, hanem több, Európai Unió tagállam városának is. Néhány perccel később dr. Kövér László, a díj fővédnöke, az Országgyűlés elnöke kapott szót, aki rámutatott arra, hogy a társadalom többségi tagjainak életkedv, alkalmazkodóképesség és tetterő tekintetében bizony van mit tanulnia a fogyatékos emberektől. A köszöntő beszédek sorát Benárh Ildikó fogyatékosügyi miniszteri biztos folytatta, aki az összefogás fontosságát emelte ki.

A fogyatékosokkal élő embereknek nem külön bánásmódra van szüksége, sokkal inkább arra, hogy a már létező szolgáltatások számukra is könnyedén elérhetővé, akadálymentesen használhatóvá váljanak" – hangsúlyozta Földesi Erzsébet, az Európai Fogyatékosügyi Fórum (EDF) alelnöke.

A köszöntő beszédek után a díjazott városok bemutatkozása, pályázati anyagaik ismertetése következett: Elsőként dr. Kovács Ferenc, Nyíregyháza polgármestere mutatta be az akadálymentesítés területén elért eredményeiket. A polgármester beszámolt arról, hogy a Nyíregyházán már csaknem egy évtizede működő Esélycentrum 2006-ban elnyerte az év akadálymentes épülete díjat, az elmúlt években pedig 11, hangjelzéssel is ellátott jelzőlámpás csomópontot adtak át a városban. Mint elmondta, Nyíregyháza számára különösen sokat jelentett az elismerés, hiszen az „a leghitelesebb helyről, az érintettektől érkezett”.

Pécs városának a fogyatékos emberek érdekében megvalósított fejlesztéseit Vujity Tvrtko, a város jószolgálati nagykövete és Weisz Fanni, az első magyar siket szépségkirálynő, a város arca és egyben háziasszonya mutatta be. A 2010-es évben a baranyai megyeszékhelyen az „Európa Kulturális Fővárosa” programnak köszönhetően számos köztér megújítása, felújítása zajlott. Ezek kialakításakor már figyelembe

vették az akadálymentesség követelményeit, így rámpák, taktilis vezetősávok és figyelmeztető jelzések egyaránt kialakításra kerültek, a főtérről pedig, egy tapintható makett készült, melynek segítségével a látássérültek is képet kaphatnak a város ezen részéről. Dr. Páva Zsolt polgármester beszámolójában az akadálymentesítés terén elért eredményeket az érdekegyeztetés gyakoriságának tulajdonította.

Kállai Mária, Szolnok alpolgármestere a város pályázatának bemutatásában nagy hangsúlyt fektetett a tömegközlekedési eszközök akadálymentesítésének problematikájára. Mint elmondta, igyekeznek folyamatosan lecserélni a régi típusú autóbuszokat, a beszerzésre kerülő, új járművek pedig már akadálymentesen használhatóak, illetve vizuális és auditív utastájékoztató rendszerrel is felszerelik őket. Óriási eredménynek nevezte az intelligens buszmegálló rendszerének kiépítését, melyet a jövőben szeretnének továbbfejleszteni.

Kaposvár alpolgármestere, Oláh Lajosné arra a tényre mutatott rá, hogy városukban már jóval a pályázat kiírása előtt megkezdődtek az átalakítások. Ennek eredményeként ma már bölcsődés kortól egészen a középiskola befejezéséig megoldható a fogyatékos gyerekek taníttatása.

Beszámolójában külön kiemelte, hogy a helyi Tourinform irodában nagy figyelmet fordítanak a látássérült vendégekre: számukra hangoskönyv formátumú városismertetőt és tapintható várostérképet is készítettek.

Külön érdekesség, hogy mintegy közös pontként valamennyi, díjazott város vezetője, vezető helyettese kiemelte, hogy folyamatosan zajlik a városi közintézmények komplex akadálymentesítése, illetve, hogy igyekeznek jó kapcsolatot ápolni és rendszeresen együttműködni a fogyatékos emberek helyi szervezeteinek képviselőivel.

A négy város bemutatkozását követően sor került a „Hozzáférhet Város” díjak ünnepélyes átadására. Pécs városának polgármestere az elismerést Egyesületünk ügyvezetőjétől, Kedves Édától vehette át.

Az akadálymentes európai város elismerést 2010-ben elsőként a középkori városfaláról ismert spanyol település, Ávila nyerte el. A tavalyi évben Salzburgot érte ez a megtiszteltetés, ugyanis az akadálymentesítés szempontjából kiemelt, valamennyi területen - épített környezet, közlekedés, infokommunikáció és a szolgáltatások elérhetősége - kiváló eredményeket ért el.



*A képen: Páva Zsolt Pécs polgármestere, Oláh Lajosné Kaposvár alpolgármestere, Kövér László, az Országgyűlés elnöke, Kállai Mária Szolnok alpolgármestere, Gyene Piroska, a Fogyatékos Emberek Szervezeteinek Tanácsa elnöke és Kovács Ferenc Nyíregyháza polgármestere a Hozzáférhető város díj átadását követően, a Parlament Gobelin termében
(Forrás: MTI Fotó: Koszticsák Szilárd)*

Megkérdeztük, felmértük, kiértékeljük...

Kedves Tagjaink bizonyára emlékeznek még arra a kérdőívre, melyet az Egyesület által szervezett, nyári táborokkal kapcsolatban állítottunk össze és küldtünk ki Önöknek elektronikus, illetve postai úton még 2011 őszén. A kitöltött és hozzánk visszaérkezett

kérdőívek feldolgozása, kiértékelése ez év első hónapjában sikeresen lezajlott. Az alábbiakban Önökkel közös munkánk végeredményéről szeretnénk tájékoztatást nyújtani:

A kérdőívek azzal a nem titkolt céllal kerültek kiküldésre, hogy felmérjük, megtudjuk: Tagjainknak milyen igényei vannak a nyári táborral kapcsolatban. Ez irányú „kutatásunkat” elsősorban azért végeztük, hogy a későbbiekben ezen igényekhez igazodva, alkalmazkodva tervezhessük és szervezhessük a szokásos, éves nyári üdülést.

A tagság számára kiküldött, összesen 130 darab kérdőívből 40 érkezett vissza Egyesületünkhöz. Ezúton is köszönjük minden tagunk közreműködését, aki időt és energiát szentelt a kérdőív kitöltésére, hozzánk való visszajuttatására!

A kérdőív kitöltőinek életkori megoszlása az alábbiak szerint alakult: 7 fő 40 év alatti, 21 fő 40 és 60 év közötti, 12 fő pedig 60 év feletti volt. Az adatokból kitűnik, hogy főként az idősebb korosztály képviseltette magát. Többségük, 60% már korábban is részt vett a SVOE által szervezett táborban.

A válaszadók közül 35 fő a jövőben is szeretne az Egyesülettel táborozni, 5 fő pedig korára, betegségére, vagy egyéb családi kötelezettségekre való hivatkozással bár szeretne, de sajnos nem fog tudni tábor-résztevő lenni.

A tábor időpontjára vonatkozó kérdést illetően a válaszadók többsége júliusban, vagy augusztus első felében pihenne együtt szívesen tagtársaival.

A közös nyaralás helyszínére történő odajutás időtartamára vonatkozóan a többség maximum 2-3 órányi hosszúságú utazást tartana elfogadhatónak. Legtöbbször vonattal utaznának szívesen, de néhány esetben a busz is megjelölésre került.



A tábor konkrét helyszínére vonatkozó kérdés esetében a válaszadók jelentős része választana olyan települést, amely természetes víz, vagy gyógyfürdő, fürdő közelében fekszik. Sokan fontos szempontnak ítélték a természet közelségét is. A kapott válaszokból kiderült: Tagjaink legkevésbé nagyváros közelében, vagy városközpontban éreznék jól magukat.

A szálláshely típusát illetően a válaszadók több mint fele, 54%-a a közepes árkategóriájú, 38%-a pedig a drága szállástípust választaná a felkínált lehetőségek közül.



Étkezés tekintetében a döntő többség fontosnak tartja, hogy a szálláshelyen legyen lehetőség az étkezésre. Szerencsére ezt a korábbi táborok alkalmával minden esetben sikerült megoldani, és erre a jövőben is törekedni fogunk.



Arra a kérdésre, hogy a tagság szeretné-e, hogy egy korábbi táborhelyszínen újra szervezzünk közös nyaralást, a válaszadók nagy többsége igennel válaszolt. A legnépszerűbb helyek erre a célra Balatongyörök, Balatonlelle, Csobánka és Szántód voltak. Azt, hogy az Egyesületnek állandó táborhelye legyen, a többség nem támogatná, azt azonban sokan támogatnák, ha néhány alkalommal visszalátogatnánk korábbi tábor helyszínekre.

Részvételi díj tekintetében a válaszadók zöme 20-40 ezer Ft. közötti összeget tart elfogadhatónak az üdülés és étkezés ellenértékének tekintetében.



A felkínált programlehetőségek sorában legnépszerűbb a kirándulás, sétahajózás, kisvonatozás, valamint a szabadtéri múzeum, vagy vár látogatás volt. Kiemelten fontos szempontként szerepelt, hogy a kiállított tárgyak tapinthatóak legyenek. A táborhelyszínen belüli programok közül a szalonnasütés/bográcsolás, kézműves foglalkozás, valamint a játék est kapta a legtöbb szavazatot. További programlehetőségekre is érkeztek ötletek, ilyen volt például a bringó hintózás, bobozás, sakk, csocsó, kártyázás, illetve igényként merült még fel vendég előadók meghívása, sőt, a rádiózás, TV nézés is bekerült a programlehetőségek közé.

A válaszadók kevesebb mint egyharmada tartotta szükségesnek a tábor időtartama alatti mindennapos kézműves foglalkozás lehetőségének biztosítását, a többség megelégedne mindössze néhány napos alkalommal. A felsorolt, kézműveskedési lehetőségek közül legnépszerűbb az agyagozás volt, amire 25-en „vokoltak”. Egyéb kreatív ötletek is születtek, például: festés, rajzolás akvarel készítés, gipsz öntés, makramézás, de kötés és varrás is színesítette az ötlet-palettát.



Örömteli tény volt számunkra, hogy nem akadt olyan válaszadó, aki nem sportolna szívesen, sőt, többen sokféle sportolási

lehetőséget is kipróbálnának. A legtöbb szavazatot a reggeli torna, a bowling, és a kerékpár/tandem kapta. Itt is kaptunk javaslatokat: lovaglás, íjászat, és darts is szerepelt leleményes tagjaink ötletei között.



Az egészséges életmóddal kapcsolatos programok szinte mindenkit érdekelnének. Legtöbbször a gyógymasszázs, természetes gyógy módok, és a táplálkozási tanácsadás témakörét jelölték meg válaszként.

A tematikus csoportos beszélgetések, foglalkozások is többeket érdekelne, főként 2 témában: 1. mindennapi életvezetést segítő eszközök és technikák, 2. ismerkedést szolgáló, játékos foglalkozás. A későbbiekben ezekre is igyekszünk majd lehetőséget biztosítani a tábor időtartama alatt.

28 fő örömmel fogadna egy programot tagtársától, 5 fő pedig a következő felajánlásokat tette: Szívesen barkobázna, mesélne személyes élményeiről, mondana vicceket, vagy felolvasná saját verseit, illetve tanítana gyöngykirakást.

A kérdőívben az is kiderült számunkra, hogy a válaszadók kétharmada szeretné, ha a tábor ideje alatt egy-egy környező országból külföldi sorstársak is csatlakoznának a közös pihenéshez. Egy válaszadó megjegyezte: örülne, ha erre fordított helyzetben is lehetőség kínálkozna, azaz a mi Egyesületünk tagjai is vendégeskedhetnének külföldi siketvak szervezetek rendezvényein, esetleg nyári táboraikban.

Az utolsó kérdésre vonatkozóan 12 fő további javaslatokkal, megjegyzésekkel, ötletekkel élt a közös üdüléssel kapcsolatban, amelyeket a teljesség igénye

nélkül, az alábbiakban ismertetünk, hozzáfűzve saját kiegészítéseinket:

Az akadálymentesség kérdéséhez kapcsolódóan felvetődött a szálláshely szobáinak, magának az épületnek, valamint a közös étkezéseknek helyt adó étkezőnek megfelelő megvilágítottsága. Ezeket természetesen, lehetőségeinkhez mérten, a helyi adottságok függvényében mindig elsőrendű szempontként kezeljük.

Pénzügyi kérdések terén felvetődött a nyári tábor díjának részletfizetéssel történő befizetésének lehetősége. Ezzel kapcsolatban örömmel jelenthetjük, hogy erre ez évtől kezdődően lehetőséget biztosítunk, tehát minden, a nyári táborra jelentkező tagunknak módjában áll akár több részletben is befizetni a közös pihenés összegét.

A tábor ideje alatt készített fotók, videók rendelkezésére állítva kapcsolatban meg fogjuk kérni mindazon tagjainkat, akik a közös üdülés időtartama alatt képeket, illetve videókat készítenek, hogy tegyék lehetővé az azokhoz való hozzáférést, illetve az elkészült anyagokból történő rendelést.

A programok kérdéskörét érintve érkezett egy ötlet, amely felvetette a párhuzamosan választható programok lehetőségét (két-három program egyszerre, egy időben). Ehhez kapcsolódóan szeretnénk megemlíteni, hogy a programok választhatósága már a korábbi években is biztosítva volt, azonban ennek száma a kísérők, illetve tolmácsok korlátozott létszáma miatt behatárolt.

A nyári táborra vonatkozó kérdőív kiértékelésének végén mi, a kérdéssor összeállítói szeretnénk megköszönni nem csak a kérdőív kitöltőinek munkáját, valamint az arra fordított időt, hanem azt is, hogy a korábbi táborok szervezéséért sokaktól dicséretet, köszönetet kaptunk. A jövőben is törekedni fogunk arra, hogy minden, a SVOE nyári táborát pihenésképpen választó tagunk jól érezze magát a közös nyaraláson!

Összeállította: Szerkesztő

Szemtől szemben

Interjú rovatunk „bemutakozó” részében beszélgetést olvashatnak Pytel József fül -, orr -, gégeész professzorral, melyet Földesiné Juhász Viktória készített:

Szeretettel köszöntöm Pytel József fül-orr-gégeész professzor urat, akinek nagyon-nagyon hálás vagyok családommal együtt azért, hogy sikeresen, nagy szakértelemmel, odafigyeléssel beültette jobb fülembe a cochleáris implantátumot... Csodálatos érzés hallani! Ezúton is szeretném megköszönni mind a professzor úrnak, mind a Pécsi Fül-, Orr-, Gégeklínikának a sok-sok odafigyelést, törődést, gondoskodást, szeretetet, amiben engem és gyermekceimet részesítették a műtétek során...

Ebben a számban a professzor úrral készítettem interjút, amit fogadjatok szeretettel.

Viki: Hol született a professzor úr?

Pytel József: Dalmandon, 1944-ben. Ez egy kis falu, ami akkoriban nagyjából 6 cselédházból állt. Most nagyközség, a Dalmandi Állami Gazdaság Bábolnával vetekszik. 2011-ben kaptam meg szülőfalumban a díszpolgári címet.



Pytel József professzor

Viki: Mi jut eszébe a gyermekkorról, hogyan jellemezné fiatalkori éveit?

Pytel József: Nagyon sok játszótársam volt, akkoriban többször volt olyan nagy hó, mint ami ez évben volt, sokat

szánkóztunk. Kora gyerekkoromtól kezdve rádió-amatőrkedtem, általános iskolás koromban pedig megépítettem az első rádiómat.

Viki: Hogyan született meg a döntés, hogy fül-orr-gégeészettel szeretne foglalkozni? Mennyire volt ebben szerepe a szülői háttérnek?

Pytel József: Hamar önállóvá kellett válnom, édesanyám 45 éves korában meghalt, ezek után már magam tartottam el magam: éjjel vagont raktam, népköztársasági ösztöndíjas voltam és láttam, hogy ha valaki rektori pályamunkát ír, akkor azért pénzt kap. Amit a legkönnyebben és a leggyorsabban meg tudtam írni, az a krónikus mandulagyulladás volt. Így kezdődött. Hamar beleszerettem a fül-orr-gégegyógyászatba.

Viki: Mióta dolgozik a pécsi klinikán?

Pytel József: 1968-ban, a végzés után, azonnal a Pécsi Fül-, Orr-, Gégeklínikára kerültem, azóta is ott dolgozom.

Viki: Mikor nevezték ki professzornak?

Pytel József: 1993-ban neveztek ki, 1994-2009-ig voltam a klinika igazgatója.

Viki: Ha visszaemlékszik orvosi pályafutásának elejére, mi jut eszébe az első évekről?

Pytel József: Akkoriban két dolgot nem tudtunk megoldani. 1.: Ha valaki siketen született, nem tudtunk mit csinálni, tehetetlenek voltunk. 2.: Ha valakinek kivettük a gégejét és magától nem tanult meg beszélni, akkor néma maradt.

Ma a cochlear implantációval vissza tudjuk adni a siket embernek is a hallását és hangprotézis segítségével vissza tudjuk adni a gégeirtott betegnek is a beszédképességét.

Viki: Hogyan került kapcsolatba a cochleáris implantátum beültetéssel?

Pytel József: Akkoriban Magyarországon csak Budapesten, később Szegeden végeztek implantációt. Amikor igazgató lettem, minden fórumot megmozgattam, hogy mi is végezhesük az implantációt. Ez 2000-ben sikerült.

Viki: Mikor volt az első implantátum beültetése, és az mennyiben volt más, mint a mostani műtétek?

Pytel József: 2000-ben végeztük az első implantációt, Ribári professzor urat kértem meg az első műtetre. Teljesen hasonló volt abban az időben is a műtéti technika, mint most, de ma már vékonyabbak az implantátumok és kisebb csontágyat kell készíteni.

Viki: Mi volt az eddigi legnehezebb műtétje, és miért?

Pytel József: Minden műtétnek volt nehéz oldala. Implantátum szempontjából az ön műtete volt az egyik legnehezebb, mivel előbb a krónikus középfülgyulladászt kellett megoldanom, a lyukas dobhártyát be kellett foltozni és csak ezután lehetett a nem teljesen ép körülmények közé behelyezni az elektródát.

Viki: Milyen érzésekkel, gondolatokkal indul el egy-egy műtétjére?

Pytel József: Még ma is van bennem drukk, hogy remélem ez is jól sikerül.

Viki: Hogyan áll ahhoz, mikor valaki maradandóan elveszti hallását?

Pytel József: Megpróbálok rábeszélni a mielőbbi implantációra.

Viki: Mivel foglalkozik legszívesebben szabadidejében?

Pytel József: Számítógépes programozással, zenehallgatással, csillagászáttal, jó könyvek olvasásával, de ha lehet eredeti nyelven (angolul vagy németül).

Viki: A munka mellett mennyi idő marad a családra, barátokra?

Pytel József: Kevés, de az utóbbi időben igyekszem minél többet velük tölteni!

Viki: Felesége mennyire tolerálta az orvosi szakmával járó életvitelt?

Pytel József: Feleségem is orvos, bőrgyógyász, klinikai tanársegéd volt, de ketten nem ügyelhettünk, ezért ő otthagyta a klinikát és üzem orvosnak ment, így több idő jutott a fiúnkra.

Viki: Hogyan lett vendégtanár több külföldi egyetemen is?

Pytel József: Személyes szakmai barátságok eredményeként.

Viki: Visszagondolva az eddig elért eredményekre lenne esetleg valami, amit másképp csinálna?

Pytel József: Igen. Talán még korábban kezdeném az implantációs programot Pécssett.

Viki: Nagyon szépen köszönöm a válaszokat. Kívánjuk, hogy legyen még sok sikeres műtétje; a nehéz beavatkozásokhoz erőt, bölcsességet, és mindezek mellé jó egészséget, és sok-sok szép, boldog, mosolygós napot!

Vivicus

Saját tollamból

Rovatunkban ez alkalommal Papakosztandi Mária írását közöljük, aki a Pozitív Sokk Közhasznú Egyesület által tavaly év végén kiírt, „Nem teljes, mégsem hiányos” című irodalmi pályázatra küldte be saját történetét. A pályázat eredményének kihirdetéséhez kapcsolódó, ünnepélyes díjátadóra 2012. február 18-án, szombaton Győrött került sor. Az esemény díszvendége, egyben a díjak átadója a neves riportter és író, Kepes András volt.

A három kívánság

Eleven, csintalan, vidám és borzalmasan kíváncsi kislány voltam, s ahogy minden gyereknek, úgy nekem is voltak álmaim-vágyaim. Imádtam a lovakat, gyakran ábrándoztam arról, hogy egy híres műlovarnó vagyok. Magamban nagyon jó volt elképzelni a közönség tomboló és elismerő tapsát, a bravúros mutatványomért.

A másik álmom a korongozás volt. Szerettem volna kipróbálni, mert egyszer láttam egy fazekasmestert munka közben. Tátott szájjal néztem a gép sebes forgását, miközben a keze irányításával formázott, s pillanatok alatt csodálatos dolgokat készített. Tetszett, hogy a nedves agyagba márthattam kezemet, és a formálható állapotban lévő anyaggal kedvem szerint alkothattam hasonlóképpen, mint a gyurmával.

Végül a harmadik kívánságom a vakok iskolájával kapcsolatos. Iskolám ennek közelében volt, ahova jövet-menet utam a vakok iskolája felé haladt el. Áhítattal és gyermeki kíváncsisággal néztem a számomra csodás és rejtélyesnek tűnő épületet. Szabályosan vonzott engem, látni akartam belülről is. Tudni akartam, milyen titkokat rejt az épület, s vajon milyen élet zajlik odabent. Nem tudtam elképelni, hogy hogyan élnek az ottani emberek.

Abban az időben Budapest egyik külterületén, egy görög kolóniában éltünk. Ebben a zárt világban volt a bölcsödém és óvodám. Iskola a közelben nem lévén, trolibuszsal kellett utaznom. Ezen kívül egy hatalmas kultúrházunk is volt, ahol különböző rendezvényeket bonyolítottak le, és hagyományunkat megőrizve, aprajánagyja a görög zenére táncolt.

A mi otthonunk csak másfél szobából állt. A konyha és a mellékhelyiség a folyosó végén volt, melyet közösen használtunk a többi lakóval. Ettől függetlenül nekem szép emlékeim maradtak az itt eltöltött évekből.

Nekünk, gyerekeknek sok csinytalanságra, rosszkodásra adott alkalmat. Egyik csínytevésünkre ma is úgy emlékszem, mintha csak tegnap történt volna. Társaimmal mindig figyeltük a közös konyhában szorgoskodó háziasszonyokat, akik éppen az ebédet vagy vacsorát készítették családjuk számára. Mi, gyerekek gyakran kivártuk a megfelelő pillanatot, hogy a sok finom falatból nagyokat lakmározhassunk. Jókat neveltünk, ahogyan az asszonyok hangosan összeszólkodtak és szidtak minket e csinytalanságunk miatt.

Hét éves lehettem, amikor az első otthonunktól meg kellett válnunk, s életem más irányba sodort. Ezzel álmaimat is magam mögött hagytam.

Egy másik kerületbe, egy újonnan épült, négyemeletes lakótelepi lakásba költöztünk, ami akkoriban nem mindenkinek adatott meg. Tágas, világos, parkettázott szobákkal, kamrával, konyhával, fürdőszobával és előszobával rendelkezett. Élmény volt esténként a kádban fürdeni. A csapból hideg-meleg víz folyt.

A számomra kacsalábon forgó kastélyban ugyanakkor gyerekkorom is véget ért. Két fiúval gyarapodott a család, így lettünk öten testvérek. Ahogy a család nőtt, úgy nőtt az én feladatom is. Idősebb nővér lévén, rám hárult a testvéreim felügyelete, otthonunk tisztántartása és a hétvégére összegyűlt ruhák mosásvasalása. Emiatt szabályosan gyűlöltem a hétvégeket, a vasalást pedig egy életre megutáltam, s amennyire lehet, most is úgy kerülöm, mint a pestist. Ez idő alatt úgy éltem, mint Hamupipőke. Habár voltak szép, emlékezetes pillanatok is a testvéreim társaságában.

Így telt el pár év, míg bele nem botlottam az első udvarlómába, aki később a férjem lett, és akiről azt gondoltam, hogy álmaim hercege. Már csak a fehér ló hiányzott.

A házasságból született két csodálatos gyermekem, egy fiam és egy lányom. Ők jelentették számomra a

boldogságot, életem értelmét, akikre számíthatok a mai napig.

A rózsaszín köd azonban hamar eloszlott. Rá kellett döbennem, hogy férjem nem az, akire valójában számítottam. Kapcsolatunk megromlott, és egészségi állapotom is drasztikusan megváltozott.

Negyven éves korom körül lehettem, amikor egy szemorvos megállapította a diagnózist: Usher-szindróma, ami látás-halláskárosodást jelent. Elmagyarázta, hogy látásom fokozatosan romlani fog, esetleg azt el is veszíthetem. Sajnos azt is mondta, hogy ezen nem tudnak segíteni, még nem gyógyítható ez a betegség.

Borzalmas érzés volt. Azt gondoltam, hogy nincs értelme az életemnek, haragudtam az egész világra. Aggódtam a családom és magam miatt. „Vajon hogyan fogok boldogulni a későbbi évek során, és milyen akadályokkal, nehézségekkel kell majd szembesülnöm?” merült fel bennem a kérdés. Titokban sokat sírtam, belülről emésztettem magam, egyszerűen nem akartam tudomásul venni, hogy életem innentől más irányba fog vezetni.

Ez idő alatt elváltam, és a gyerekek ellátásával és nevelésével is meg kellett birkóznom. Szerencsére akkoriban a látásom nem volt olyan stádiumban, hogy a mindennapi teendőkben akadályokat gördítsen elém. Végül, ahogy orvosom is megjósolta, az idő előrehaladtával, látásom kezdett szép fokozatosan romlani. Bár hallásom még egyelőre stagnál.

Gyermekeim először nem akarták tudomásul venni, hogy látásom már nem olyan, mint korábban. Azt gondolták, hogy szimulálok. Saját szemükkel kellett meggyőződniük, hogy édesanyjuk már nem a régi. Ahogy cseperedtek, úgy vált világossá számukra az állapotom. Megtanultak türelmesebbé, kedvesebbé és önállóvá válni, s ez által talán jobban ragaszkodnak hozzám, mint valaha.

Ma már büszkéek rám. Ezt abból tudom, ahogy egy szem gyönyörű lányom

az alkotásaimat csodálja. Számára felfoghatatlan, hogy látássérültként mire vagyok képes. Míg drága fiam egyszer azt mondta nekem: „Anya, te egy okos nő vagy, mert megtanultál együtt élni az állapotoddal és képes vagy minden alkalmat megragadni, hogy hogyan tedd szebbé és hasznosabbá az életet.” Én mondom nektek, egy anyának ennél nagyobb ajándék nincs.

Sokat gondolkoztam a fiam megjegyzésén. Nem tartom magam okos nőnek. Utólag visszagondolva, hálás vagyok szüleimnek, mert már gyerekfejjel megtanítottak arra, hogy hogyan bírkózzam meg a hétköznapi problémákkal, pedig akkoriban nagyon haragudtam rájuk, mert szórakozni sem járhattam. Úgy éreztem megfosztanak minden jótól, és lemaradok mindenről, amiben a fiatal lányok részesülnek.

Az állapotom miatt később kapcsolatba kerültem a Siketvakok Egyesületével, amelynek találkozóit mindig a vakok iskolájában rendezték. Gyakran eszembe jut az a kislány, aki annyira kíváncsi volt, vajon milyen élet van a vakok iskolájában. Furcsa érzés fogott el engem, amikor először beléptem e számomra misztikusnak tűnő világba. Szokatlan volt látnom, ahogy némely látássérült gyerek olyan gyorsan és magabízatosan mozog fehérbot nélkül is. Azt tapasztaltam, hogy ugyanolyan vidámak, és szomorúak tudnak lenni, mint bárki más. Nekik is vannak vágyaik-álmaik, ahogy minden látó gyereknek.

Ezen a gyönyörű helyen számtalanszor megcsodálhattam a kovácsoltvas korlátot a lépcsők mentén. Továbbá a Nádor és Savaria termet, ahol rendezvényeket és előadásokat szoktak tartani. Később magam is részt vettem néhány rendezvényen nézőként és fellépőként. Ebben az épületben tanultam meg fehér bottal tájékozódni-közlekedni is.

A Siketvakok Egyesületének nyári táborozása alatt volt szerencsém ismét közvetlen kapcsolatba kerülni az agyaggal. Később a vakok iskolájában lehetőségem

nyílt arra, hogy kedvemre korongozhassak és alkothassak néhány szép dolgot. Újra előjöttek a gyerekkori érzések, amikor ismét belemárhattam kezemet az agyagba.

Az egyesületnek és az iskolának köszönhetően új barátokra leltem. Megtanultam, hogy továbbra is lehet célja és értelme az életnek. Megtanultam a sorstársaimmal együtt nevetni a fogyatékoságból eredő humoros helyzeteken.

Végezetül a lovaglás iránti vágyam is több ízben teljesült a Siketvakok Egyesületének nyári táborozásai alkalmával. Igaz, nem lett belőlem műlovárnő a cirkuszi porondon, de sorstársaim körében a gratulációt és elismerő tapsot megkaphattam.

Papakosztandi Mária



Papakosztandi Mária fiával és Kepes Andrással (a képen jobbról)

§ JOGI PERCEK §

További tájékoztatás a rokkantak 2012. évi juttatásairól

A kedves Olvasók emlékezhetnek rá, hogy a SzemFüles decemberi számában tájékoztatást adtam a rokkantsági nyugdíj megszüntetése és a helyébe lépő új ellátási formák kapcsán várható változásokról. A 2011. évi CXCI. (191.) törvénnyel az Országgyűlés valóban elfogadta a rokkantsági juttatások rendszerét gyökeresen átalakító, korábban ismertetett

tervezetet. Ennek alapján néhány további kérdés is egyértelműen megválaszolásra került. Ennek során egyrészt tisztázódott, hogy a III. csoportú rokkantak, valamint a rendszeres szociális járadékban részesülők közül életkoruk alapján kiknek kell felülvizsgálatra jelentkezniük. Mint korábban jeleztem a felülvizsgálati kötelezettség azokat érinti, akiknek az öregségi nyugdíjkorhatár betöltéséig több mint öt év van hátra. Ezt a törvényben úgy pontosították, hogy felülvizsgálatra az 1954. december 31-ét követően születettek kötelesek.

A felülvizsgálat kéréséhez szükséges nyomtatványok kiküldése időközben az érintettek részére a legtöbb esetben megtörtént. Ismét nyomtatékosan felhívom érintett tagjaink figyelmét, a nyomtatványon jelölik be, hogy komplex felülvizsgálatukat kérik, és a nyomtatványt 2012. március 31-éig adják postára, vagy személyesen vigyék be a Nyugdíjfolyósító részére. Aki ezt elmulasztja, az májustól elveszíti rehabilitációs ellátását! Ha valaki III. csoportú rokkantként részesül ellátásban, 1954. december 31-e után született, ám mégsem kapott nyomtatványt, feltétlenül érdeklődjön a lakóhelye szerinti megyei nyugdíjbiztosítási igazgatóságnál.

Fontos átmeneti szabályokat tartalmaz a törvény azokra, akik a rendszeres szociális járadék, vagy a III. csoportos rokkantságra tekintettel kapott rokkantsági nyugdíj helyett kapnak januártól rehabilitációs ellátást, és munkát vállalnak. Amint az előző cikkben jeleztem, a rehabilitációs ellátásban részesülők általában nem vállalhatnak munkát, pontosabban amennyiben munkát vállalnak, a rehabilitációs ellátásra való joguk megszűnik. Azok azonban, akik a rokkantsági nyugdíj, vagy a rendszeres szociális járadék helyett kapják a rehabilitációs ellátást, a 2012. január 1-jét megelőző szabályok szerint vállalhatnak munkát, illetve folytathatnak kereső tevékenységet mind addig, amíg felül nem

vizsgálják őket. Ez azt jelenti, hogy a következő felülvizsgálat időpontjáig a 2011-ben rendszeres szociális járadékban részesült személyek legfeljebb a minimálbér 80 %-át kereshetik meg úgy, hogy közben rehabilitációs ellátásukat is megkapják. A 2011-ben III. csoportú rokkantként rokkantsági nyugdíjban részesülők a következő felülvizsgálatig rokkantsági nyugdíjuk, illetve rehabilitációs ellátásuk kétszeresét kereshetik úgy, hogy közben a rehabilitációs ellátást is folyósítják számukra. A következő felülvizsgálat után viszont majd rájuk is az új kereseti korlátozások lesznek érvényesek.

Amint decemberben tájékoztattam Önöket, az I. és II. csoportos rokkantságuk alapján korábban rokkantsági nyugdíjban, 2012-től pedig rokkantsági ellátásban részesülők, valamint azok is, akik III. csoportos rokkantként kapnak 2012-től rokkantsági ellátást, egységesen a minimálbér másfélszeresét kereshetik három hónap átlagában az ellátás megtartása mellett. A minimálbér másfélszerese 2012-ben 139 500 Ft havonta. Fontos, hogy ezt a kereseti korlátozást 2012. júliusától kell figyelembe venni. A korlátozás nem vonatkozik a rokkantsági járadékra, a fogyatékosági támogatásra és a vakok személyi járadékára, ezek mellett kereseti korlát nélkül lehet munkát vállalni.

Dr. Oszvári-Lukács Ádám

Barangoló

Barangolás szülővárosom környékén

Miskolc Észak-Magyarország legnagyobb városa, Borsod-Abaúj-Zemplén megye székhelye. A város a Bükk hegység keleti oldalán, a Szinva, Hejő és a Sajó völgyében, különböző természeti és gazdasági tájegységek találkozásánál fekszik. Itt születtem és éltem 20 éves

koromig, ezért nagy örömmel tölt el, hogy bemutathatom most pár sorban ezt a szívemhez igen csak közel álló város néhány nevezetes helyét.



Ha pihenni vágyik az ember, akkor elsőként a Miskolctapolcai Barlangfürdőbe látogasson el. Gyerekként még nem tudtam, hogy ez a hely Európában egyedülálló, hiszen karsztban ilyen magas hőfokú (30°C-os) víz nem található másutt. Családommal évente egyszer járunk ide. Az elmúlt években több felújítást is végeztek rajta, a teljes területén akadálymentesen lehet közlekedni. 12 medence található benne. Sajnos nem tudok úszni, de ezen a helyen én is tudom élvezni a pancsolást, hiszen a medencék vize mindenhol a vállamig ér. A fürdőben az a csodálatos és páratlan, hogy több medence is a hegy belsejében található. Én azt szeretem a legjobban, amikor a medence szélére kiülök és a sziklafalhoz dőlve élvezem, hogy a talpamat egy erősebb vízszugár masszírozza.

Több helyen is ki van építve olyan rész, ahol az ember a talpát, hátát tudja a feltörő meleg forrásvízzel masszíroztatni. Ha relaxálni van kedvem, vagy a párommal romantikázni, akkor található egy úgynevezett csillag terem a barlangrendszerben. Míg a többi medencénél természetesen hagyták a barlang belsejét, azaz mindenhol a sziklafalat lehet látni, a sziklafalak tövében pedig páfrányokat és egyéb zöld növényeket ültettek, addig ebben a teremben a mennyezetet úgy alakították ki mintha felettünk a csillagos ég lenne. Apró, piciny világító fények alatt lehet a vízben pihenni a félhomályban. Beszélgetni annyira nem lehet itt, mert ez a terem sajnos nagyon visszhangzik. Három

pici unokaöcsémet folyton csitítgatni kell, hogy ne zavarják éles hangjukkal az ott pihenőket.

Addig, míg a szüleim szaunáznak, és képzett masszörökkel masszíroztatják fáradt, dolgozó testüket, addig én a gyerekekkel a hullámedencében szoktam lenni. Itt kb. óránként (de ez változó), egy olyan erős vízsodrást keltenek mesterségesen, hogy ha az ember ráfekszik egy matracra, akkor a víz végigsodorja körbe-körbe a barlang járatain, úgy, hogy közben nem kell eveznie.



Mindig egy egész napot töltünk itt a családdal, és ha épp nyáron megyünk, akkor kimegyünk a kinti medencékhez és ott a zöld fűvön egy pléden szoktunk megebédelni. A gyerekek után úgy kell szaladni a fasírttal és kenyérral a kézben, szinte el kell kapni őket és a szájukba kell nyomni néhány falatot, mert egy pillanatra sem állnának meg a nagy játék közben. Kint található nekik gyerekmedence, ahol tudnak csúszdázni, általában én itt érem utol őket. Mikor este nagy nehezen kicsalogatjuk a gyerekeket a vízből és kijövünk a fürdőből, akkor még szoktunk egyet sétálni az előtte található tó körül, ahol gyönyörű fehér hattyúk és cuki kiskacsák úszkálnak. Ha marad még az ebédre vitt kenyérből, akkor a gyerekek mindig megetetik őket.

Szoktunk bérelni csónakot vagy vizibiciklit, hiszen így még közelebből meg tudjuk csodálni a tó élővilágát. A partján fák találhatóak és alattuk padok, ahová leülve egy meleg nyári estén kellemesen lehet beszélgetni. Kicsit távolabb pedig egy fából épített, hatalmas játszótér található. Mellette lévő dombon kezdődik az erdő. Innen sok túraútvonal indul a Bükk vadregényes erdejébe.

Amíg a gyerekek játszanak a játszótéren mi, felnőttek a közelben lévő büfésoron megvacsorázunk. Már kora tavasztól nagyon sokan járnak ki ide esténként a városból sétálni a családjukkal. Nyáron kifejezetten sokan, hiszen itt az erdő és a hegyek miatt sokkal kellemesebb a klíma, mint a belvárosban. Szinte mindig van egy-két fából tákoltszínpad ahonnan a finom sült hekkem mellé kellemes élő zenét szolgáltatnak.

Amikor már besötétedett és a gyerekek is elfáradtak, akkor szoktunk haza indulni. A kocsiban mindig megállapítjuk, hogy milyen szerencsések vagyunk, amiért lakhelyünk közvetlen közelében található egy ilyen színvonalas fürdőhely.

Nagyon szerettem Miskolcon felnőni, szinte minden hétvégén mentünk kirándulni a családdal. Mivel kicsiny országunknak ez egy látnivalóban igen gazdag vidéke, ezért mindig volt program ahová szívesen ment együtt a család.

Kedvenc helyeim közé tartozik még a Vadaspark, ahol az állatok nem szűk rácsok közé vannak bezárva hanem, a Bükki Nemzeti Park részeként kialakított erdős részen, hatalmas kifutók vannak kialakítva nekik.



Amíg nézem őket, egy egész napot sétálgatok úgy, hogy szinte észre sem veszem, mennyire repül az idő. Nem csak a friss levegő, de a zöld növények, rengeteg érdekes állat - például medve, teve, zebra, hiúz, farkasok – miatt is gyorsan telnek az ott töltött percek. A kellemes erdei hangulat magával ragadja az embert, például az, ahogyan a levél és a kavics ropog a talpam alatt. Ez az élmény össze sem hasonlítható egy budapesti

állatkerti sétával, ahol a betonon, szmogban, pár óra alatt kell végignézni a szűk ketrecekbe zárt állatokat.



Nem csak kisgyerekes családoknak kínál kikapcsolódási lehetőséget, hanem szerelmes pároknak is, sőt mindenféle korosztálynak garantáltan kellemes élményt nyújthat ha ellátogat a Bükk-hegység ezen részére.

Tiana

Gyerekszoba

Ebben az új rovatban mind a szülők, mind pedig a gyerkőcök találnak nekik szóló részt.

Először szülőket és gyermekeiket egyaránt érintő, fontos témával, a minőségi idővel foglalkozunk, majd egy aranyos mesével kedveskedünk a kicsiknek.

A minőségi idő

A gyermek megszületésével egy csodálatos, új időszak kezdődik a szülők életében; sokan úgy érezhetik, hogy elvesznek az új feladatok, teendők tengerében. Soha, semmire nincs idő, nehéz a feladatokat úgy beosztani, hogy senki ne legyen túlterhelve, a gyermekre és önmagunkra is jusson idő. A minőségi idő a szoros, gondoskodó, szeretetteljes, a másokra figyelő és reagáló együttlélet jelenti.

Minőségi időt bárhol tölthetünk gyermekünkkel: főzés, takarítás, vásárlás, vagy akár étkezés, teregetés közben.

Ezeket az időket is fel lehet használni arra, hogy együtt lehessünk, beszéljünk, kifejezve ezzel gyermekünk felé figyelmünket, szeretetünket. A minőségi idő tehát nem igényel semmilyen külön erőfeszítést és logisztikát. Fontos azonban, hogy a szülőknek jusson idejük saját magukra is. Egyszer eljutnak ugyanis arra a pontra, amikor nehezükre esik majd meghozni az áldozatot, és ezt a gyermek is megérzi. A dolog nyitja a helyes arányok megtalálásában rejlik: a gyereknek arra is szüksége van, hogy szüleit feladataik végzése közben lássa.

Nagyon károsítja a gyermek egyéniségét az, ha állandóan körülgrárlják, túlféltik, és mindig mindenben az ő akarata érvényesül. A minőségi idő az az időszak - lehet ez öt-tíz perc is akár -, amit a szülő arra szentel, hogy külön-külön foglalkozzon a gyermekeivel. Ezt nem az teszi különlegessé, hogy mit csinál a gyermekével, hanem, hogy ott és akkor kizárólag csak rá figyel. A gyermeknek ehhez egyszerűen joga van, hisz a miénk, és szeretjük őt. Ez alatt az idő alatt érez rá ugyanis arra, hogy ő különleges és egyedülálló a számunkra. Dolgozó szülők gyakran nyugtatják a lelkiismeretüket azzal, hogy szeretetüket - az együtt töltött idő hiányában - ajándékokkal fejezik ki, illetve soha nem mondanak nemet.

Az a gyermek érzi biztonságban magát, aki ismeri saját korlátait, illetve vannak korlátai. Amikor egy gyermek rájön, hogy bármit megtehet, nem fog megelégedni ezzel, hanem még tovább feszegeti a határokat, és még telhetetlenebb lesz.

A gyerekeknek kedves, megértő szülőkre van szüksége, és ezért mindkét szülőnek időt kell szánnia saját magára. Sajnos egy dolgozó szülő egy hosszú munkanap után kizárólag lazításra vágyik. Ha megértjük, hogy a gyermekeknek mennyire fontos a gyengédség, az odafigyelés, akkor igyekszünk például a lefekvésig tartó idő egy részét velük tölteni, de senkinek nem kell erején felül teljesítenie. Jobb egy negyedórát beszélgetni jókedvűen, és aztán elvonulni

újságot olvasni, mint kelletlenül végigjászani egy órát. Tehát nagyon fontos, hogy időt töltsünk gyermekünkkel. Ez igaz a két szülő egymáshoz való viszonyára is, de ezek mellett jusson idő a szülőknek önmagukra is.

A tücsök és a hangyák

Egész nyáron vidám tücsökmuzsika mellett gyűjtötték a hangyák télire az eleséget. Vidám zenét játszott nekik a tücsök, amíg a kövér búzaszemeket gyűjtötték. Lágyabb muzsika szól, ha megpihentek a hangyák. Tökéletes munkamegosztás mellett folyt a szorgoskodás még ősszel is. A tücsök muzsikált, a hangyák pedig dolgoztak.

Ősz végére lehullottak a levelek, hidegre fordult az idő, nemsokára leesett az első hó. A hangyák visszahúzódtak a földalatti járataikba, amit jól megtöltöttek eleséggel. Bármily hosszú lesz is a tél, ők vidáman kihúzzák a dermesztően hideg napokat. A tücsök azonban nem gondolt a télre. Evett, amíg volt egy kis fagyott fű, majd egy nagyobb sárga levél alatt keresett menedéket. Az éhség és a fagy azonban hamar kiverte innen. Reszketve kopogott hangyáék ajtaján.

- Mit akarsz, hiszen egész nyáron csak muzsikáltál. Miért nem gondoltál a rossz napokra is? - intették a hangyák a didergő tücsköt.

A félig megfagyott tücsök szánta-bánta bohémságát, de emlékeztette a hangyákat:

- Hiszen nektek játszottam. És úgy muzsikáltam, ahogy ti kívántátok!

- Ez igaz! - mondták kórusban a hangyák.

Megszánták és befogadták a tücsköt. Meleg szállást és enivalót adtak neki. Hogy jövő nyáron is legyen, aki a talpalávalót húzza majd nekik.

Vivicus

Mazsola

Recept rovatunkban egyszerűen elkészíthető, nagyon finom receptek közül mazsolázhatnak az olvasók, melyhez jó sütést-főzést kívánunk!

Zserbógolyó

Hozzávalók:

25 deka darált háztartási keksz
15 deka darált dió
2-3 deci baracklekvár (hogyha nem állt össze a tészta, még tehetünk hozzá annyi baracklekvárt, hogy golyókat tudjunk formálni)
2 tábla étcsokoládé
2 evőkanál olaj vagy vaj

Elkészítés:

A darált kekszet egy tálba szórjuk, hozzá keverjük a darált diót, majd annyi lekvárt kanalazunk bele, hogy a tésztából dió nagyságú golyócskákat tudjunk formálni. Ha ezzel megvagyunk, gőz fölött megolvasztjuk a 2 tábla étcsokit 2 evőkanál olajjal vagy vajjal, és ebbe az olvasztott csokiba beleforgatjuk a golyókat. Hagyjuk hideg helyen száradni. Nagyon finom, kis különleges desszert.

Sajttal töltött datolya

Hozzávalók:

Datolya
Sajt (trappista, edámi)
Fogpiszkáló

Elkészítés:

A datolyákat kimagozzuk, a sajtot kis hosszú vékonyka csíkokra vágjuk, akkorákra, hogy a sajtsíkok beleférjenek a datolyába. A megtöltött datolyák közepébe beleszúrunk egy fogpiszkálót, és tálalás előtt mikróban pár percet melegítjük, amíg a sajt meg nem olvad.

Kiváló vendégváró falatkák.

Aszaltszilvás májpástétom

Hozzávalók:

5 deka magozott aszalt szilva
kb. 1,5 deci száraz vörösbor
30 deka csirkemáj
10 + 5 deka puha vaj
só és frissen őrölt bors
1/4 teáskanálnyi currypor (elhagyható)
5 evőkanálnyi tejszín

Elkészítés:

Egy serpenyőbe kanalazok kb. 5 deka vajat. Felforrósítom, majd hozzádobom a csirkemájat. Kb. 3-4 percig sütöm. Aztán fogom, és a májat a turmixgépbe kanalazom.

A serpenyőt visszateszem a tűzre, és óvatosan beleöntök kb. 4 evőkanálnyi vörösborot. Ezzel még az apró, lesült pörcciket is fel tudjuk szedni. Ha ezzel is megvagyok, fogom a serpenyőt és a szaftot is a turmixba öntöm. Majd leszűröm az előre elkészített szilvát; ami nem áll másból, minthogy egy tálba téve annyi vörösborot öntöttem rá, amennyi éppen ellepte. Mikróban felmelegítve felforraltam és hagytam kihűlni. A szilvadarabokat belezutttyintom a turmixba, jó alaposan megszórom, borsozom. Jöhet hozzá a tejszín, a currypor és végül a 10 deka puha vaj. Fogom és az egészet jó alaposan összeturmixolom. Ha ezzel elkészültem, üvegtálba öntöm, és a hűtőbe teszem 1-2 órára. Kenyérre kenve, vagy pirítóásra téve nagyon finom.

Narancssaláta

Hozzávalók:

2 grapefruit
1 narancs
2 alma
2 citrom
10 dkg porcukor
vágott mandula

Elkészítés:

A grapefruitot meghámozzuk, kockákra vágjuk, majd tálba tesszük.

Rászűrjük egy egész citrom levét, megszórjuk a porcukorral, összekeverjük, és 10-15 percig állni hagyjuk.

Most az almákat - meghámozva, magjukat és magházukat eltávolítva - kockákra vágjuk, meghámozzuk, szeletkékre vágjuk, és hozzátesszük a narancsot is, majd egy kevés citrom és narancshéjat ráreszelünk, belenyomjuk a 2. citrom levét, és jól összekeverjük.

Ízlés szerint még egy kis porcukorral édesítjük, és üvegtálban szétterítve, hűtőszekrénybe tesszük. A tetejét tálalás előtt hintsük meg 3-4 dkg vágott mandulával.

Az elkészített finomságokhoz jó étvágyat!

Vivicus

Kishírek, érdekességek a nagyvilágból

Lapról hangra

Még tavaly ősszel, a Nemzetközi Fehér Bot napja alkalmából Lapról hangra címmel új közösségi honlapot indított partnereivel az "Informatika a látássérültekért" Alapítvány.

Mivel napjainkban számtalan olyan újság található a piacon, - gazdasági hetilapok, női magazinok, ifjúsági lapok, szakmai újságok – amelyek a világháló térhódítása ellenére még vagy nem publikálnak az interneten, vagy ha írásaik nyilvánosak is, az optikai karakterfelismerés technológiája nem mindig alkalmas ezeknek a felismertetésére. A honlap megálmodói és elindítói felismerték a látássérült emberek egy részének igényét, miszerint sokan jobban kedvelik az emberi felolvasást a

gépínel. A létrehozott weboldal célja tehát ennek megfelelően, hogy lelkes, látó önkéntesek felvételeit, újságcikkek felolvasását a honlapon keresztül azonnal meg lehessen osztani a látássérült emberekkel.

Előzmények

Az oldal alapötletét a www.librivox.org honlap adta, amelyen felolvasott könyvek, könyvfejezetek megosztására van lehetőség magánszemélyek között. Az „Infoalap” munkatársai úgy gondolták: Magyarországon nagyon jelentős probléma a nyomtatott havi- és hetilapok látássérültek számára történő elérhetősége, ezért a fentiekben említett honlap alapötletét adaptálták az újságok, újságcikkek vonatkozásában.

A Lapról hangra korábban az MVGYOSZ hasonló jellegű, népszerű szolgáltatása volt. A jelenlegi weboldal ennek szellemiségét szeretné megőrizni, továbbvinni és fejleszteni. A név használatát előzetesen az MVGYOSZ vezetése engedélyezte.

Hasonlóan ismert a Kerek Világ Alapítvány által működtetett, Körmeny József névvel fémjelzett, általa koordinált és népszerűsített Hangos újság. A szolgáltatás segítségével népszerű és színvonalas lapok egyes számai érhetőek el.

A Lapról hangra projekt célja ettől némiképp eltérő: gyorsan és egyszerűen szeretné lehetővé tenni civil felolvasók széles körének bekapcsolódását, illetve a felolvasott újságcikkek választékának bővítését.

A honlap használata

Az oldal használatához előzetesen a látó és a látássérült felhasználók számára is kötelező a regisztráció, ami az utóbbiak esetében a látássérültség igazolását is magában foglalja. Ez teszi lehetővé a szerzői jogi törvény értelmében, hogy bármilyen, nyomtatásban megjelent

újságcikk közzétehető. A portál felületet biztosít az olvasói igények közlésére is (pl. lehet kérni informatikai, női, politikai, gazdasági, bulvár vagy akár egyes konkrét újságok cikkeit is).

A Lapról hangra kizárólag önkéntes felajánlások nyomán készült, így használata a felhasználók számára is ingyenes. Az oldal koncepciója ebben a formában újdonság, az újdonság-jelleg miatt azonban a weboldal készítői, működtetői a szokásosnál is nagyobb mértékben számítanak a felhasználók visszajelzéseire akár az oldal működésével, akár tartalmával kapcsolatban. Hasonlóan fontos szempont, hogy a felolvasók is visszajelzést kapjanak munkájukról, ezért az Alapítvány mindkét tekintetben számít a látássérült felhasználók véleményére.

A honlap elérhetősége: www.laprolhangra.hu

Forrás: www.infoalap.hu

Árulkodó gesztusok: a mozdulatok elárulják gondolatainkat

Nem is gondolnánk, hogy gesztusaink, mozdulataink mennyi mindent elárulnak a cselekvés mögött rejtőzõ igazi okról. A kézmozdulatok például árulkodóak lehetnek a politikában, de az élet egyéb területein is.



„Beszélõ” kezek...

Intelligenciáról árulkodó gesztusok

A kéz gesztusai nem csupán megkönnyítik a tanulást, hanem az agy fejlődésére is jótékony hatással lehetnek. Német kutatók arra próbáltak választ találni, hogy bizonyos emberek miért gesztikulálnak többet, mint mások. Bízta benne, hogy ez által közelebb kerülnek a mindedig megválaszolatlan kérdéshez: voltaképpen miért gesztikulálunk?

A berlini Humboldt Egyetem doktorandusza, Uta Sassenberg kollégáival együtt végzett vizsgálata azt mutatja, hogy a kézzel való kommunikáció az agy fejlődésének egyik funkciója, és valószínűleg hozzá is járul e fejlődéshez - írja a Der Standard című osztrák lap internetes kiadása.

A kutatók 51 tizenhét éves gimnazistát vizsgáltak meg. A fiataloknak először intelligenciateszteket kellett megoldaniuk, eredményeik szerint két csoportra osztották őket. Ezt követően vizuális feladatok vártak rájuk.

A magas folyékony intelligenciával rendelkező diákok az elvárásoknak megfelelően jobban teljesítettek e feladatoknál, mint az átlagos folyékony intelligenciájú társaik. A folyékony intelligencia a problémamegoldást, tanulást és minták felismerését segíti.

Sokkal érdekesebb volt azonban, hogy a magasabb folyékony intelligenciájú diákok sokkal többet gesztikuláltak, mialatt problémamegoldó stratégiájukat írták le. Pontosabban körkörös mozgást végeztek kezükkel vagy ujjakkal - mondandójuktól függetlenül. Kézmozgásuk alapján pedig könnyedén meg lehetett különböztetni a magas és a közepes intelligenciájú tanulókat. A diákok agyáról készített MR-felvételek arról tanúskodtak, hogy a fokozottabban gesztikuláló, magasabb folyékony intelligenciájú résztvevők esetében az agy egyes területeinek kortikális szövete vastagabb volt, mint társaiké. Ez azt jelenti, hogy bizonyos agyterületeik fejlettebbek voltak.

Egyelőre nem tudni, hogy a gesztikuláció fokozza-e a folyékony intelligencia fejlődését vagy annak csupán egy mellékterméke-e - vallja be Sassenberg. Azt azonban sikerült igazolni, hogy azok a gyerekek, akiket gesztikulálásra buzdítanak új feladatok tanulásakor, jobban tanulnak, mint azok a gyerekek, akiknek ezt megtiltják.

A félelem jelei

Janine Driver, a washingtoni testbeszéddel foglalkozó intézet elnöke szerint a jelenség, amikor a szánk elé kapjuk a kezünket, egy úgynevezett nyugtató gesztus, hasonló ahhoz, amikor a kisbabák a hüvelykujjukat szopják. Amikor kezünkkel megérintjük az arcunkat, mintha azt üzennék magunknak: „nincs semmi baj, minden rendben”. Olyan érzésünk lesz, mintha édesanyánk ölelne át minket. Ugyanígy, ha például rossz hírt hallva kezünket a szánk elé tesszük, azt fejezzük ki, hogy több dolgot már érzelmileg nem vagyunk képesek befogadni. A testbeszéd kutatók azt is megfigyelték, hogy ezek a gesztusok nem működnek mindenhol a világon ugyanúgy, és a nők hajlamosabbak eltakarni az arcukat, mint a férfiak, akikre inkább az jellemző, hogy mutatóujjukkal az ajkukhoz érnek, kezükkel pedig az állukat támasztják meg.

Szintén a félelem jele lehet, ha megmarkoljuk a csuklónkat, vagy mutatóujjunkkal eltakarjuk felső ajkunkat, miközben kezünket állunkra helyezzük. A legegységesebb kifejezése a félelemnek azonban a tágra nyitott száj és a felvont szemöldök. „Ez benne van minden ember génjében, függetlenül attól, hogy fekete, fehér vagy hispán az illető, Irakból, Zimbabwéből vagy Chicagóból származik” – összegezte megfigyeléseit Driver.

Gesztusok a politikában

Gesztusok árulkodnak a politikusok valódi szándékairól, gondolatairól is. Erre a végkövetkeztetésre jutott egy, az amerikai

elnökválasztás testbeszédeit feldolgozó tanulmány, amelyben a 2004-es és 2008-as elnökválasztást vizsgálták. Például azt kutatták, hogy az egyes beszédeknél milyen szerepet játszik a kéz tartása. Mindegyik elnökjelölt a pozitív tartalom kifejezésénél a domináns kézzel (tehát azzal, amelyiket a mindennapokban használja) mutattak a levegőbe, a negatív tartalom kifejezésekor viszont a másik kezüket használták.

Számtalan apró jel árulkodik még politikusaink valódi érzelmeiről. A testbeszéd tudományához valamelyest értő szemlélő, sok igazi gyöngyszemre bukkanhat. Csak figyelniük kell. Az archoz illesztett kézgesztusok például ilyen árulkodó jelzések lehetnek. Köztudott, hogy az orrunk gyakori érintgetése, az egyik pikáns hazugságjelző mozdulatunk. Ilyenkor kényszeresen takargatni próbáljuk azt a testrészünket, amelyik a „füllentést” végzi. Szakemberek ezt a mozdulatot „szájörzési” gesztusnak nevezik.

Amikor egy vezető közéleti személyiség új adócsökkentések lehetőségéről beszél, és közben néha odakap az orrához, maga sem gondolja komolyan, amit mond.

Több száz teljesen hétköznapi testbeszéd jelzést használunk. Amikor úgy érezzük, hogy egy éppen nyilatkozó közszereplő, valami megmagyarázhatatlan okból „gyanús”, nyugodtan hallgathatunk a megérzésünkre. A legtöbb testbeszéd jelzést tudat alatt, mindannyian dekódoljuk. Csak éppen nem tudjuk megmagyarázni, mi a bajunk egy kéztartással, egy őszintétlennek tűnő mosollyal.

Szerencsére a legtöbb ilyen momentum önkéntelen. Kommunikációs szakemberek éjt nappallá téve dolgoznak azon, hogy pártfogoltjuk képességeit feljavítsák, árulkodó testbeszédüket elleplezzék. Többkevesebb sikerrel. A sok tanulás végeredménye általában, „mű nevetés”, begyakoroltságról árulkodó, túl tökéletes gesztusok, protokolláris mozdulatok. Ám,

ha „közbeszól” egy váratlan esemény, máris előbukkan az igazság.

Forrás: www.richpoi.com

Itt a megoldás hátfájás ellen

Nincs olyan ember, aki ne érezte volna már, hogy olykor fáj a háta. Vajon az állandó hátfájást, a rendszeres kialvatlanságot, mindig rá lehet fogni a sportolásra, öregedésre vagy stresszes életvitelre?

Jó, ha tudjuk az alvásról

Életünk egyharmadát alvással töltjük, alvás nélkül nem működik jól sem az agyunk, sem a testünk. Mégsem vagyunk tisztában bizonyos alapvető tényekkel.

Alvásra mindenkinek szüksége van. Már néhány nap alváshiány után komoly pszichés zavarokat észlelhetünk magunkon, nem tudunk koncentrálni, könnyen ingerültté válunk, nehezebben végezzük el a napi munkánkat. Azon kívül, hogy pihentet, az alvás regenerálja az agyműködést, jó hatást gyakorol a stresszel és a betegségekkel szembeni ellenállásra, szabályozza a szélsőséges hangulatingadozásokat. Manapság azonban sajnos egyre többen szenvednek álmatlanságban

Az alvászavar (dyssomnia) számos betegség (például hormonális, idegrendszeri, vérkeringéssel, depresszióval vagy allergiával összeköthető) kiváltó oka lehet. Van, aki nehezen alszik el, míg más korán ébred. Egyesek minden kis neszre felriadnak, míg vannak, akik akár hetekig nem képesek aludni.

Mindennél fontosabb, hogy milyen agybetéten, és milyen környezetben hajtjuk álomra fejünket. Mindig találjuk meg az alkatunkhoz, és alvási szokásainkhoz

megfelelő matracot. Ezzel nagyon sokat segíthetünk azon, hogy reggel ne hátfájással, fejfájással, és kialvatlanul ébredjünk. A hát és gerincbántalmak bizonyítottan közel a felét a nem megfelelő ágybetét okozza. A gerincoszlop tehermentesítése, és a törzs izomzatának ellazulása, csak akkor jön létre, ha a különböző testrészek alátámasztása egyedileg történik pl.: a derekat könnyedén alátámasztatja, a vállat gyengéden befogadja. Az ágybetét kiválasztásánál figyelembe kell vennünk a magasságunkat és testsúlyunkat egyaránt. Az allergia elterjedésével már nem mindegy, hogy milyen alapanyagból készült a matracunk. Amennyiben hajlamosak vagyunk bármilyen allergiára, úgy legjobb, ha természetes anyagokból készült matracok közül választunk. A különböző alvási pozíciókhoz, különböző matractípus illik, így mindenképpen erre is oda kell figyelni. Az ágybetétünk kiválasztását, ahhoz igazítsuk, hogy hason, háton vagy éppen összekuporodva szoktunk leginkább pihenni. Bár régi hiedelem, hogy a legjobb gerinckímélő matrac kemény, a legutóbbi tudományos vizsgálatok bebizonyították, hogy ez nem teljesen igaz. Az ágybetét akkor a legjobb, ha nem túl kemény, és nem is túl puha, alátámasztja gerincoszlopunkat, de nem akadályozza a szabad mozgásban izmainkat.

Bio, Memory, vagy Rugós legyen a matrac?

Bio matrac

Ez a meghatározást leggyakrabban olyan ágybetétekre vonatkozik, amelyek természetes alapanyagokból készültek, így csökkentik az allergia kialakulását és fejlődését, vagy éppen már meglévő betegség esetén enyhítik annak tüneteit. Alapozhatunk a természetes anyagokra, így a leggyakoribb típusok a latex (gumi) és kókusz ágybetétek. A kókuszmatrac alapanyagát, a kókuszdió héja alatt

található rostok adják. A rostokat hosszadalmas eljárások során, kötészerű anyaggá alakítják, ami a későbbiekben ágybetétek alapanyagául szolgálhat. Mivel a kókuszrostok a latexhez hasonlóan légáteresztőek, ezért nagyon jól szellőznek. Baktérium-, atka- és molyállók. A természetes alapanyagoknak köszönhetően légúti megbetegedésekben szenvedők és allergiások egyaránt használhatják. A kókusz kombinálható a kaucsukfából készült latexszel, a fent említett okokból. A kókusz-latex alap a legelterjedtebb biomatrac típus. Népszerűségét annak köszönheti, hogy az egyik könnyűségét (latex), a másik stabilitásával (kókusz) kombinálva, egyéni igényekhez igazodó ágybetéttípusok hozhatók létre.

A latexet a Dél-amerikában széles leginkább elterjedt kaucsukfa nedvéből, a gumitejből állítják elő habosítási eljárásokkal. A latex természeténél fogva könnyű és légáteresztő, így ez utóbbi tulajdonság nagyon jó szellőzést biztosít, ami optimális higiénés körülményeket teremt. A latex anyaga természetes és baktériummentes, nem okoz allergiát.

Rugós matracok

A régebbi generációk tagja a bonellrugós matrac. 1-2 évtizeddel ezelőtt még ez volt a legelterjedtebb ágybetét típus. Mára azonban már a legtöbb szakember és felhasználó elavultnak tartja. Ennek oka, hogy a rugók megváltoztathatják az ágyunk alatti mágneses teret, melynek következtében a legtöbb ember nem piheni ki magát rendesen. A másik hátrány, hogy ehhez a matractípushoz mindenképpen kell egy ágybetét, ami stabil alátámasztást nyújt, amit a matrac önmagában nem garantál. Nem annyira mobilis, mozgatható és nehezen tisztítható, emiatt ma már kevesen használják. Dupla méretű matracok esetében számolni kell a jelentős mozgáshullám átvitelével.

A rugós matracok legújabb generációja a zsákrugós (táskarugós vagy pontrugós néven is ismert) matrac. A vasszerkezet

miatt nagy stabilitású ágybetét típus. Mivel a bonellrugós matraccal ellentétben itt a rugók nincsenek hálózatba fonva (a rugók külön-külön önállóan mozognak) a matrac nagymértékben elnyeli a mozgáshullámokat és jelentős formatartással rendelkezik, ennek köszönhetően pedig jól illeszkedik a test vonalához, és egyéni gerinc alátámasztást biztosít.

Memory matrac

Anyaga a NASA által kifejlesztett nagy viszkoelasztikus polyetilén hab, amely egyedülálló nyomáselosztási képességgel rendelkezik, így tökéletesen, nyomáspont nélkül érintkezik a testtel. Ennek következtében rehabilitációs és megelőző lehetősége kiemelkedő. Az alvás közben fellépő izomnyúlásból és nyomásból adódó fájdalmak kiküszöbölésére alkalmas megelőzésként, az életmódbeli terhelések - fizikai munka, stressz, sport stb. -, valamint a csontrendszer és ízületek szerkezeti változása révén - ritkulás, fájdalom, csontsűrűség csökkenés, ízületi elváltozások - kialakult fájdalmak csökkentésére, megszüntetésére.

Forrás: www.richpoi.com

Becézzük-e a szobanövényeinket?

Sokan úgy gondolják, hogy virágaik szebbek lesznek, ha gondozás közben beszélnek hozzájuk, esetleg megsimogatják őket. Ezt ugyan eddig semmilyen tudományos eredmény nem támasztotta alá, de egy új - meglehetősen vitatott - tudományág, a növényi neurobiológia ilyen kérdésekkel is foglalkozik.

A növények nem csak passzív elszenvedői a környezetükben történő dolgoknak.

Érzékelik a fényt, a gravitációt, a nedvességet, a hőt, és a bejövő ingereknek megfelelően reagálnak, például igyekeznek növekedésükkel elkerülni a káros hatásokat.

Növények poligráfós vizsgálata

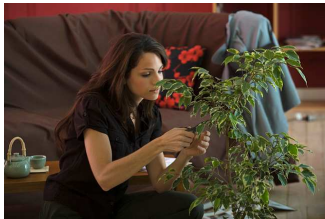
A növényi érzékelés és kommunikáció kutatásának egyik leghíresebb és leghírhedtebb példája az 1960-as évekből származik. Cleve Backster a CIA kihallgatója és vezető poligráfszakértője volt. Egy hirtelen ötlettől vezérelve Backster elhatározta, hogy poligráfot (hazugságvizsgálót) köt szobanövényeire. Eredetileg az volt a célja, hogy a poligráf által mért kis feszültségingadozások révén esetleg adatokat gyűjthet arról, jól gondolja-e a növényeit (például elég vizet vagy fényt kapnak-e). Vizsgálatai azonban váratlan fordulatot vettek.

Backster elkezdte különböző módon ingerelni vizsgálati alanyait (filodendronokat). Megállapította, hogy ha bántja a növényeket, azaz például megégeti vagy letépi a leveleiket, akkor a növényhez kötött poligráf heves "érzelmi reakciót" jelez. Backster végül odáig ment állításaiban, hogy a növények "felismerik", ki az, aki jól bánik velük, és ki az, aki nem. Állítólag, ha egy olyan ember közeledett valamelyik növényhez, aki korábban bántotta azt (például késsel vagdosta), akkor a növény szinte "felsikoltott" ijedségében. Ha viszont olyan valaki került a közelébe, aki jól gondozta, akkor "nyugodt" maradt.

Bár Backster eredményeit, amelyeket az International Journal of Parapsychology folyóiratban publikált, kezdettől fogva erős szkepticizmussal fogadták a növénykutatók, néhányat megpróbáltak megismételni közülük - sikertelenül. Backster gondolatai azonban a mai napig újra és újra felbukkannak az áltudományok iránt fogékony emberek között.

Tudományos(abb) hozzáállás

A növényi neurobiológia a növénybiológia néhány éve formálódó területe, amelynek célja, hogy megértse, hogyan dolgozzák fel a növények a környezetből érkező információt, hogy optimálisan fejlődjenek és szaporodjanak.



Növénygondozó

A növényeknél nem az állatoknál ismert idegrendszer közvetíti az ingereket. A környezetre adott válaszaikat egyfajta integrált jelző, kommunikációs és válaszrendszer koordinálja az egész organizmusban. Ebbe beletartoznak nagy távolságú elektromos jelek, az auxin (egy növényi hormon) hólyagocskák által közvetített szállítása specializált szállítószövetekben, és olyan vegyületek termelése, amelyek az állatoknál az idegrendszerrel kapcsolatosak. A növényi neurobiológia állításait sokan bírálják, 2007-ben például 33 kutató tette közzé kritikáját a Trends in Plant Science folyóiratban.

Növényi intelligencia

2004-ben Olaszországban megalakult a világ első növényi "intelligenciát" vizsgáló laboratóriuma Stefano Mancuso vezetésével. A hivatalosan Nemzetközi Növényi Neurobiológiai Laboratóriumnak nevezett intézet új alapokra próbálja helyezni a növényélettani, -ökológiai és növényi molekuláris biológiai kutatásokat. Az intézetben például kutatások folynak a zene hatásáról a szőlőültetvényekre, a növényi ingerületátvitelről és a hosszú távú jelátvitelről fákban.

"Ha az intelligenciát problémamegoldó képességként definiáljuk, akkor a növények sokat taníthatnak nekünk" - mondja Mancuso professzor. "Nemcsak a tekintetben 'okosak', hogyan növekedjenek, alkalmazkodjanak és boldoguljanak, hanem mindezt idegesség nélkül teszik. Az intelligencia nem csak arról szól, hogy valakinek agya van."

Azt még az intézetben dolgozó kutatók is elismerik, hogy egyes kutatási témáik megnevezésének van némi áltudományos felhangja. De azt állítják, hogy most már a szkeptikusok jó részét is sikerült meggyőzniük munkájuk értékéről. Az alapvető gond, hogy sokan feltételezik: a növényeknek emberi jellegű érzéseiknek kellene lenniük, hogy intelligens létformáknak tekintsék őket, mondja Mancuso.

Különleges érzékek

A növények azonban valóban rendelkeznek különleges érzékekkel. A legújabb kutatások szerint például képesek "kiszagolni" a beteg szomszédokat, és ily módon felkészülni a védekezésre. A Journal of Chemical Ecology szakfolyóiratban megjelent tanulmány szerint nemcsak az állatok érzik a szagokat, de a növények is. Persze teljesen más módon dolgozzák fel az ingereket, mint az állatok. A növényeket például sokkal hosszabb ideig kell kitenni a szagoknak, hogy reagáljanak, ezután azonban hatékonyan válaszolnak például a fertőzött vagy kártevők által megtámadott növények által kibocsátott "szagokra," és növelik ellenállásukat a kártevő rovarokkal vagy betegséggel szemben.

Bár az úgynevezett "beszélő fák" jelenség már több mint húsz éve ismert, a mechanizmusához csak most került közelebb Sarai Giron-Calva mexikói kutató a munkatársaival. A kutatók a holdbab vagy limabab nevű növényvel kísérleteztek, és megállapították, hogy két vegyület, a nonanal és a metil-szalicilát

jelentősen növeli a holdbab baktériumos betegségekkel szembeni ellenállását. A nonanal esetében ehhez már elég volt 6 órás kitettség, a metil-szalicilát esetében hosszabb, 24 órás kitettségre volt szükség a rezisztencia jelentős növekedéséhez. Ebből a szerzők arra következtettek, hogy a növények "szagokra" való reagálásához elengedhetetlen a szaganyagok hosszabb ideig tartó felhalmozódása.

A növények tehát vitathatatlanul sokkal több dolgot érzékelnek a környezetükből, mint gondoltuk, de nem szabad túlzásokba esni. Noha például Mancusónál is vannak irodákból kikerült, megunt szobanövények, azért ő sem tartja magát "növényi suttogónak", aki pusztán becézgetéssel meggyógyíthatja a növények "lelkét". Ő is hangsúlyozza, hogy a növények kommunikációja eddigi ismereteink szerint kémiai alapú, így a beszédnek valószínűleg nincs hatása rájuk. Ártani persze semmiképp sem árt, ha szobanövényeinket becézgetjük, dédelgetjük, de azért a szép, egészséges fejlődést inkább a szakszerű gondozástól és ne a lelki ráhatástól várjuk.

Forrás: www.origo.hu

Jelnyelven értő tolmácsprogram készül

Kézjeleket közvetlenül írott szöveggé alakító számítógépes program kifejlesztésén dolgoznak a szakemberek Nagy-Britanniában. A világon eddig egyedülállónak számító technológia a kutatók reményei szerint egy éven belül elérhető lesz és alapjaiban megváltoztatja a hallássérültek kommunikációját, hatalmas segítséget nyújtva számukra a munkaerőpiacon való boldoguláshoz. A kézjeleket egyszerű kamera rögzíti, és a program azonnal írott szöveggé alakítja át a mozdulatokat, így az a személy, akivel a

felhasználó a számítógépen keresztül beszélget, a jelnyelv ismerete nélkül is mindent meg fog tudni érteni.

A kutatók azt remélik, hogy a Hordozható Jelnyelv Fordító (Portable Sign Language Translator, PSLT) elnevezésű alaprogramot sikerül a laptopokon, táblagépeken, okostelefonokon és egyéb hordozható eszközökön is elérhető alkalmazássá tenni. A skóciai Aberdeen-i Egyetem kutatói által fejlesztett szoftver számtalan jelnyelv, köztük a Nagy-Britanniában több mint hetvenezer ember által használt brit változat (British Sign Language, BSL) fordítására is alkalmas.

Megtanulja az egyedi jeleket

A program képes megtanulni a felhasználó saját – például a munkájában használt gyakori kifejezéseket tartalmazó – szótárát. „A technológia célja, hogy a hordozható készülékek révén a jelnyelvet használó emberek felül tudjanak kerekedni az általuk tapasztalt kommunikációs kihívásokon” – mondta Ernesto Compantangelo, a program fejlesztésében részt vevő Technabling nevű vállalat alapítója.

A szakember szerint a technológia egyik legizgalmasabb vonása, hogy lehetőséget ad a jelnyelv használóinak a számukra fontos kifejezések és gondolatok saját jelekkel való megfogalmazására, amelyeket ez idáig nem tudtak könnyen kifejezni a brit jelnyelv révén.

Forrás: www.index.hu

A nők szíve erősebb, mint a férfiaké

A MAGGIC elnevezésű kísérlet igazolta, hogy a női szív ugyanolyan mértékű károsodás esetén jobban bírja a megpróbáltatásokat, mint a férfiaké. A kísérletet Manuel Martinez-Selles spanyol kutató és munkatársai végezték, az

eredményeket az European Journal of Heart Failure márciusi száma közölte.

Kisebb betegszámok adatainak elemzése már korábban is arra utalt, hogy a szívelégtelenségben szenvedő nők általában tovább élnek, mint a férfiak, de a MAGGIC tanulmányban 31 nemzetközi vizsgálat eredményeinek összesített értékelését végezték. Ezzel a technikával csaknem negyvenkétezer beteg hároméves megfigyeléséről számoltak be.

Ezen a területen ilyen nagy beteglétszámú vizsgálat a tudományos orvoslás történetében még nem fordult elő. A szívelégtelenség ráadásul mind gyakoribb állapot, mert a korábban szívroham következtében életüket veszítő, súlyos betegek a korszerű kezelés jóvoltából tovább élnek, de folyamatos orvosi ellátást, ellenőrzést igényelnek.

Nyilvánvaló, hogy a rosszabb állapotban lévő, vagy az idősebb betegek túlélési esélye eleve kisebb, mint azoké, akiknek egészsége jobbnak mondható. A tanulmányban előforduló betegek nagy száma lehetővé tette, hogy a kutatók azonos korú és betegségükben azonos súlyosságú nők és férfiak adatait hasonlíthassák össze. Ha ezeket a feltételeket is figyelembe vették, a férfiak halálzásának kockázata 31 százalékkal nagyobbak bizonyult.

„A nők szíve a külső ártalomra másképp reagál, mint a férfiaké. Például infarktus után kisebb mértékű a szív átalakulása, épebb marad a jobb szívkamra teljesítménye, ritkább a szívritmus-zavar” – mondta a munkacsoport vezetője. „Ezeknek a kedvező hatásoknak egy része a terhességnek, a gyermekszülésnek tulajdonítható” – tette hozzá.

Forrás: www.index.hu

Összeállította: Gabó

Könyvjelző

Kultúra rovatunkban ez alkalommal is folytatjuk Helen Keller önéletrajzi könyvének bemutatását. Ezúttal a 6. és 7. fejezettel kedveskedünk Önöknek.

VI.

Végre megtaláltam a nyelv kulcsát és szerettem volna használni. Olyan gyermekek, akik hallanak, a beszédet elsajátítják minden nagyobb erőfeszítés nélkül. Ők a mások ajkáról jövő szót játszi módon, röptében fogják el, de a kis siket gyermek csak lassú léptekkel s gyakran sok küzdelemmel jut eredményre. Hanem az eredmény bámulatos. Fokról-fokra haladunk az először kiejtett szóról tovább meg tovább, amíg a szótól eljutunk a gondolatig.

Először, midőn tanítóm megnevezett valamely dolgot, kevés kérdést intéztem hozzá. Nagyon hiányos gondolataim voltak, s szókincsem nem kielégítő. De amilyen arányban növekedett a tárgyismeretem, ugyanolyan arányban nőtt tudakozó kedvem is. Újra meg újra visszatértem ugyanarra a tárgyra, hogy azután újabb felvilágosítást nyerjek. Néha egy új szó fölébresztette a régebben nyert eszmét.

Emlékszem arra a reggelre, mikor legelőször kérdeztem, mit jelent e szó: szeretet. Akkor még kevés szót ismertem.

Találtam a kertben néhány korai ibolyát, s elvittem a tanítómnak. Meg akart csókolni, de akkor nem szerettem, hogy anyámon kívül másvalaki is megcsókoljon. Miss Sullivan gyöngéden átölelt, és kezemre betűzte: "Én szeretem Helent."

- Mi a szeretet? - kérdeztem.

Magához közel vitt s mutatta: "itt van", vagyis a szívemben, amelynek lüktetését

én most fedeztem föl. A kérdés nagyon megzavart, mivel akkor még semmit sem ismertem, amit nem tapinthatam meg.

A kezében levő ibolyákat megszagoltam, s kérdeztem részint szavakkal, részint jelekkel: a szeretet talán a virágok édessége?

- Nem - felelt tanítóm.

Ismét gondolkoztam. A meleg nap ránk sütött.

- Nem szeretet-e ez? - kérdeztem, oda mutatva, ahonnan a meleg jött.

Nekem úgy tetszett, nincsen szebb dolog a napnál, mivel a meleg mozgásba hoz mindent.

De Miss Sullivan nemet mondott, ami engem nagy zavarba ejtett. Furcsának találtam, hogy tanítóm nem tudja megmutatni nekem a szeretetet.

Egy vagy két nap múlva különböző nagyságú üvegyöngy-szemeket fűztem szalagra szabályos csoportokban: két nagy, három kicsiny s így tovább. Sokat hibáztam, s Miss Sullivan mindannyiszor gyöngéd türelemmel rámutatott hibáimra. Végül egy nagyon szembetűnő hibára magam is rájöttem. Elhatároztam, hogy most már gondosan fogok figyelni. Miss Sullivan megérintette homlokomat és határozott nyomatékkal betűzte rá: "gondolkozz".

Villámgyorsan megfogamzott elmém, hogy ez a szó azt jelenti, ami a fejben végbemegy. Ekkor született meg az első öntudatos gondolatom az elvont eszméről.

Egy darabig csöndesen ültem. Feledtem a gyöngyszemeket, de annál inkább törtem a fejemet, hogy ez új fény mellett kitaláljam, mit jelenthet e szó: szeretet. Az ég egész napon át felhővel volt burkolva, időnként

eső is esett, de egyszerre csak teljes fénnel sütött ki a nap.

Ekkor ismét kérdeztem tanítómtól:

- Hát nem ez a szeretet?

"A szeretet olyasvalami, amelynek a napot elborító fellegek" felelte Miss Sullivan. Miután ezeket a szavakat akkor nem értettem meg, jóval egyszerűbben ezt mondta: "A fellegeket nem tudjuk megfogni, ugyebár, de az esőt érezzük, és tudjuk, mennyire örvendenek a virágok s a száraz föld is, ha az eső egy meleg, száraz nap után megérkezik."

"Lám, a szeretetet sem lehet utolérni és megfogni, de érezzük azt a kellemet, amivel mindent eltölt. Szeretet nélkül Helen nem lenne boldog s még játszani sem volna kedve."

A felséges igazság egyszerre előntötte lelkemet. Éreztem, hogy az én lelkemet a másokéval láthatatlan finom vonalak kötik össze.

Miss Sullivannek az volt a szokása, hogy mindig úgy beszélt hozzám, mint a többi olyan gyermekhez, akik jól hallanak. A különbség csak az volt, hogy a gondolatait nem szavakkal közölte, hanem az ujjjaival betűzte. Ha nem ismertem a szükséges szavakat, kifejezéseket, ő kipótolta, s még a beszélgetésben is útbaigazított, mihelyt észlelte, hogy elejtettem a beszédfonalat.

Ezt az eljárást számos éven át gyakoroltuk. Mert a vak gyermek nem tanulja meg egy hónap, sőt két-három esztendő alatt sem azt a szólásmódot és kifejezést, amelyet a mindennapi érintkezésben használunk.

A jó hallású gyermek állandó ismétlésből és utánzásból tanul. Otthon folytonosan hallja a beszédet, az elméje ingert kap, hogy hasonlót tegyen, hogy maga is igyekezzék kifejezni gondolatait. A vak

gyermeknek nincs része az ilyen természetes eszmecserében.

Tanítóm igyekezett kárpótolni ezekért a nagy hiányokért. Elismételte nekem, lehetőleg szó szerint, amit hallott, megtanított, miképp vehetek részt a társalgásban. De én nagyon későre mertem megkezdeni a társalgást, s még későbbre tudtam eltalálni a kellő pillanatot, mikor beleszólhattam a beszélgetésbe.

A siket meg a vak nagyon nehezen tudja elsajátítani a kellemes társalgást, de mennyivel nehezebb dolog ez annál, aki siket is, vak is. Segítség nélkül nem tudja fölismerni a hangsúly jelentőségét. A beszélő arcáról semmit sem tud leolvasni, pedig némelykor egészen a tekintettől vagy szemmozdulattól függ a szavak jelentősége.

VII.

Neveltetésemben a következő fontos lépés az olvasás volt.

Mihelyt betűzni tudtam néhány szót, tanítóm azonnal kezembe adott egy papírlapot, melyre domború betűkkel néhány szó volt nyomtatva. Hamar kitaláltam, hogy mindegyik szó valami tárgynak, cselekedetnek vagy tulajdonságnak felel meg.

Volt egy kis keretem, amelybe egy-egy mondatot állítottam össze, de ezt megelőzőleg tárgyakkól raktam ki a szavakat. Kikerestem ugyanis papírdarabkáimat, amelyek "baba", "van", "ágy" szavakat jelentettek. Ezeket egymás után rendbe raktam, azután mindegyikre rátettem a nevét, majd a babát rátettem az ágyra és kiraktam e szavakat: az ágyon van. Így lett a tárgyból meg a szavakból egy mondat: a baba az ágyon van.

A nyomtatott papírszeletkéik után mindjárt következtek a nyomtatott könyvek. Elővettem az "olvasókönyvet kezdők

számára" s megkerestem a már ismert szavakat. Ha fölfedeztem egyet-kettőt, úgy éreztem magamat, mint amikor bújócska-játékban megtaláltam valakit. Így fogtam hozzá az olvasáshoz. Arról az időről, amikor már folytatólagos történeteket kezdtem olvasni, később lesz szó.

Sokáig nem tartottunk rendes leckeórákat. Amikor nagyon komolyan tanultam, még akkor is csak játéknak tetszett az egész. Miss Sullivan mindent megvilágított valami szép kis mesével vagy verssel. Ami mulattatott engem, vagy megragadta figyelmemet, arról olyan kedvesen elbeszélgetett velem, mintha ő is kislány lett volna. Amire sok más gyermek irtózva gondol vissza mint unalmas és fárasztó dologra, mint például a nyelvtan unalmas bemagolása, a nehéz számtani feladatok, az nekem ma a legkedvesebb emlékeim közé tartozik.

Ki nem tudom fejezni, milyen nagyon átérezte Miss Sullivan mindazt, ami nekem kedves és mulatságos volt. Lehet, hogy ez annak tulajdonítható, hogy sokáig élt együtt vakokkal.

Miss Sullivan nagyon kicsi korában elveszítette látását. Csaknem teljesen megvakult, minek következtében a vakok Perkins-intézetébe (Boston) ment 1880-ban, tizennégy éves korában. Később a látása némileg megjött. Tanulását kénytelen volt a legelső fokon kezdeni, de csakhamar megmutatta, milyen tehetséges. Miss Sullivant a legkiválóbb tehetségnek tartotta az intézet igazgatója.

Miss Sullivan gyönyörűen tudott elbeszélni. A nem érdekes részeken gyorsan áthaladt. Rendre bemutatott száraz műszaki tudományos dolgokat, s mindent olyan érdekessé tett, hogy lehetetlen volt elfelejteni, amit ő tanított.

Rendszerint a szabadban tanultunk, mert a napsütötte erdő jóval kellemesebb volt a háznál. Az első leckéimen úgyszólván

mindig érezhető volt a fenyő illata és a vadszőlő íze.

Egy hatalmas tulipánfa alatt ülve tanultam meg, hogy mindenben van valami tanulság és intelem. A dolgok kellemessége megtanított hasznosságukra.

Elmondhatom, hogy mindaz, ami mozgott, rezgett, zúgott, zümmögött, énekelt vagy virágzott, tanítómesterem volt. A lármás békát, az ugrádozó sáskát és tücsköt kezemben tartottam, amíg lecsillapodott s elénekelte nekem furcsa nótáját. A vadvirágok, komlófürtök, a szelíd ibolya és a nyíló gyümölcsfavirág mind mesélt nekem valamit. Éreztem a gyapot szűrős bimbóját s puha, kinyílt virágját. Éreztem a falevelek között lopózkodó szellőt, kis pónilovam horkolását, mikor a mezőn megfogtuk és megkötöttük. Milyen jól emlékszem lehellelének fűszeres illatára!

Némelykor reggel korán fölkeltem és kilopóztam a kertbe, mikor még vastag harmat volt a fűvön és a virágokon. Kevés ember tudja, milyen élvezet, mikor a rózsabimbó szelíden az ember kezébe hajtja kis puha fejét. Milyen élvezet, mikor a reggeli hűvös szellőben az édes liliomok szabályosan erre-arra lengetik derekukat. Egyszer-máskor megcsíptem a bimbóban lakmározó kis bogarat, s éreztem, hogyan csapja össze ijedtében kis szárnyait.

Hasonló élvezetet találtam a gyümölcsösben júliusban, mikor némely gyümölcs érni kezdett. A lehajló nagy szemű barackok önként kezembe tettek arcukat, s a játszi szellő érintésétől az alma leesett és a lábam elé gurult.

Oh, milyen gyönyörűség volt, amikor kötenyemet megtölthettem, s milyen élvezet, amikor a naptól melegített almát arcomhoz érintettem, s aztán beszaladtam vele a házba.

Nagy élvezetünk volt a Tennessee folyó öblében játszadoxni. Órákig ott időztünk és

tanultuk a földrajzot. Én kavicsból gátat raktam, szigeteket, tavakat építettem, folyómedret ástam s más kedves tréfát űztem, és eszembe sem jutott, hogy minden fogással új leckét tanulok.

Folyton növekvő bámulattal hallgattam Miss Sullivan leírását a nagy, kerek világról. A vulkánok, égő hegyek, eltemetett városok, jeget úsztató folyók, mind oly érdekesek s oly különösek voltak.

Miss Sullivan agyagból domború térképet készített, melyen ujjaimmal jól éreztem, hogyan kanyarog a folyó. Ez mind kedves, de a földnek délkörökre és szélességi fokokra való fölosztása nagyon zavaros volt előttem. Az erre-arra nyúló zsinórok, az északi és déli sarkokat jelölő narancsok oly valódiak voltak, hogy azt hiszem, még ma is el tudná hitetni velem valaki, hogy az északi sarkon egy valóságos fehér medve kúszott le.

Úgy tetszik, hogy egyedül csak a számtant nem szerettem. A számok tudománya sohasem érdekelt. Miss Sullivan úgy tanított számolni, hogy gyöngyszemeket fűzetett össze, aztán szalmaszálakkal végeztem az összeadást meg a kivonást. Ha ezzel boldogultam egy nap, egészen meg voltam elégedve, és siettem ki játszótársaimhoz.

Az állattant és növénytant is ugyanilyen játékosan tanultam.

Egyszer egy úr, a nevére már nem emlékszem, kövületekből szép gyűjteményt küldött nekem. A kis puhányok héja jól látszott rajtuk, a porondköveken a madarak lábnyoma gyönyörű volt, a páfránylevelek egészen épek. Ezek tárták föl előttem az özönvíz előtti világ titkait.

Ujjaim reszkettek, mikor Miss Sullivan elmondta, milyen szörnyű állatok bolyongtak egykor az őserdőben, hogyan tépték le az óriás fák ágait eledelül, s

hogyan haltak el amaz ismeretlen világ iszonyú posványáiban.

Ezek a furcsa teremtmények sokáig zavarták éjjeli álmaimat, s ez a szomorú kor mindig sötét háttére volt a kedélyes jelennek, melyet napfény és virágok sokasága töltött be, s olykor kis pónim lábának aprózó kopogása vert fel.

Egy alkalommal gyönyörű csigát kaptam ajándékba. Gyermekies csodálattal és gyönyörrel tanulmányoztam, hogyan építette bele lakását egy picinyke puhány, s hogyan szokott a nautikus hullámtalan csöndes éjszakákon az Indiai óceán kék vizén evezni "gyöngyhajójában".

Miután sok érdekes dolgot megtanultam a tenger ezen gyermekeinek életéről és szokásairól - hogyan építi a polip a Csendes-óceán szép korall-szigeteit a csapkodó hullámok között, hogyan építették fel a foraminiferák a mészhegyeket -, tanítóm elolvasta nekem a "Házhordó hajóst" s megmutatta, hogy a puhányok kagylóépítő munkája az elme fejlődését jelképezi.

Éppen ahogy a nautikus csodát tevő köpönyege alatt átalakul, amit oda felszív a vízből és magába vesz, éppen így a tudomány apró darabkái, melyeket összegyűjtögetünk, hasonló módosuláson mennek át, és a gondolat gyöngyeivé alakulnak.

Egy másik alkalommal a növény növekedéséről tanultunk. Vásároltunk egy liliumot s a napos ablakba tettük. A zöld, pettyes bimbók csakhamar nyílni kezdtek. A külső, ujjforma levelek nagyon lassan mozdultak meg. Ezek - gondoltam - nem akarják megmutatni az alattuk rejlő szépséget. Miután a bomlás megkezdődött, szabályosan, rendszeren és gyorsan folytatták a munkát. Mindig volt közöttük egy, a többinél nagyobb és szebb bimbó, mintha a finom selyemköpenybe burkolt teremtés tudta volna, hogy ő szebb a

többinél Istentől örökölt jogainál fogva. Ez a köpönyeget nem dobta le olyan gyorsan, mint félénkebb nővérei szokták.

Egyszer egy üveggömbben tizenegy darab békaporonty volt az ablakba téve. Emlékszem, milyen rendkívüli érdeklődéssel vizsgáltam őket. Kezemet beletartottam a vízbe, s mulatságom volt, hogy az apróságok ott bujkáltak erre-arra ujjaim között. Egyszer az egyik valahogy kiugrott a vízből, s a földre esett. Megkerestem s úgy találtam, hogy kimúlt a világból, mert csak a farka mozdult egyet-egyed. De mihelyt beletartottam a vízbe, gyorsan úszni kezdett, mintha semmi sem történt volna. A kirándulás sikerült. A nagyvilágba betekintett, körülnézett, s azután ismét visszakerült a szűk otthonba, ahol nagyon jól érezte magát mindaddig, míg a békaság dicső korszaka megkezdődött. Azután hátraszorult a kert végébe, s ott a tóban pompás éjjeli zenét rendezett többi társával együtt.

Így szereztem ismereteimet magából az életből. Bennem volt a tudásnak egy piciny gócpontja, s azt derék tanítóm kifejlesztette.

Miután tanítóm hozzánk jött, körülöttem minden örömtől kezdett repesni, s szeretettel és bölcsességgel telt meg. Azóta soha egy pillanatot el nem szalasztott, hogy ne figyelmeztessen a mindent átölelő szépségre. Soha meg nem szűnt életemet édessé és hasznossá tenni.

Tanítóm érdeme, hogy nevelésem első évei gyönyörűségesek voltak. Az ő nagy rokonszenvének, az ő szeretetének köszönök minden eredményt. Ő meg tudta ragadni a legjobb pillanatot, hogy észrevétlenül, játékszerűen belelopja lelkembe az ismeretet.

Miss Sullivan megértette, hogy a gyermek lelke olyan, mint a sekély patakocska, amely vidáman szökdel, táncol köves útján, itt megtekint egy virágot, ott egy

bokrot, majd a futkosó felhőt. Ő nagyon jól tudta, hogy az én lelkem is csak ilyen kis csermelyekben, rejtett forrásokban indul meg, míg aztán kiszélesedik s mély folyó lesz belőle, melynek sima tükrén meglátszanak a fűzborította halmok, a magas fák árnyai s a kék ég, meg aztán a kis virág szerény arca is.

A gyermeket mindegyik tanító be tudja ültetni a tanterembe, de nem mindegyik tudja rábírní, hogy tanuljon. A gyermek nem tanul jókedvvel mindaddig, míg nem érzi, hogy tőle függ, tanul-e vagy pihen. A gyermek addig kell hogy megismerje a győzelem örömét s a sikertelenség szomorúságát, amíg nem kerül döntő elhatározásra sor, amikor aztán minden habozás nélkül, bátran kell hogy megvívja harcát az unalmas tankönyvekkel.

Tanítóm annyira össze van forrva velem, hogy alig tudok önmagamra gondolni nélküle. Soha sem tudnám megmondani, mit köszönhetek a velem született hajlamoknak és mit az ő befolyásának. Azt érzem, hogy az ő lénye elválaszthatatlan az enyémtől s hogy az én életem léptei mindig az ő nyomába esnek. Ami jó van bennem, neki köszönöm, s ami tehetségem, vágyam vagy örömem van, mindazt az ő szeretete ébresztette föl.

A szobrász, ki egy idomtalan kődarab elébe áll, hogy abból élő és beszélő lényt teremtsen, nem vállalkozik oly nehéz feladatra, mint Miss Sullivan, ez a fiatal lány. A kő simításához megvannak az eszközök. Meg aztán a kőben rejlő szépség ügyes és gondos kézzel azonnal megtalálható, mert közel van a felszínhez.

Miss Sullivan feladata százszor és ezerszer nehezebb volt, mért neki egy olyan élőlényt kellett újrateregetnie, akinek eltűnt minden érzékszervi tehetsége, ami a lélekhez vezető csatorna lehetett volna. Bámulatunk határtalan arányokat ölt, ha ezt a nőt foglalkozása közben látjuk, de a

Helen Kellerrel elvállalt munka nagyságát csak akkor tudjuk kellően méltányolni, ha megismerjük az első napok küzdelmeit. Miss Sullivan saját szavaival így adja elő:

"1887. márc. 3-án érkeztem Tuscumbiába. Keller úr és felesége vártak. Keller kapitány a kapunál fogadott melegen és szívélyesen. Első kérdésem ez volt: Hol van Helen? Alig tudtam a lábamon állni, oly izgatott voltam és reszkettem. A ház felé közeledve, Keller úr a lépcsőre mutatott. Ott állt Helen. Tudta, hogy várnak valamit, s nagyon izgatott volt. Mikor a lépcsőre léptem, nekemrohant oly erővel, hogy ha Keller úr nem jön utánam, hátraestem volna. Megfogdosta arcomat; ruhámat. Kivette a kezemből táskámat s föl akarta nyitni. Nehezen nyílt. Kereste a kulcs helyét. Mikor megtalálta, felém fordult, mutatta a kulcsot és kérte, adjam oda.

Mamája közbelépett, hogy nem szabad. A gyermek arca kigyulladt, és mikor anyja el akarta venni tőle a táskát, nagyon ingerült lett. A figyelmét magamra vontam azzal, hogy az órámat a kezébe adtam. Ezzel a vihar lecsendesült s fölmentünk együtt az emeletre.

Itt a táskát kinyitottam. Nagy sietve fölforgatott benne mindent, valószínűleg ennivalót remélt. Megmagyaráztam neki, hogy van egy nagy ládám s abban van ennivaló és abból kapni fog.

Lerohant az anyjához és erőteljes jelekkel megmagyarázta, hogy egy ládában lesz cukros gyümölcs. Egy perc alatt fenn volt ismét, s segített nekem a holmik elhelyezésében. Nagyon mulatságos volt, mikor kezébe akadt a kalapom s föltette a fejére, a tükör elé állt és ott úgy igazgatta a fején, mintha látták volna.

Azt képzeltem, hogy sovány kisleány ő is, mint amilyen Bridgman volt; de Helen sem halvány, sem gyenge nem volt.

Nagy, erős, piros lányka s oly mozgékony, mint egy kis csikó. Nem olyan ideges, amilyenek a hasonló gyermekek szoktak lenni. Teste erős, jónövésű. Kellerné állítása szerint soha sem volt beteg másfél éves kora óta, mikor az a nagy csapás érte. Szép feje van s tartása nagyon egyenes.

Az arcát leírni nehéz, mert értelmes ugyan, de mozdulatlan. A szája nagy és finom metszésű. Első pillantásra meglátszik rajta, hogy vak. Egyik szeme nagyobb a másiknál és kinnebb áll. Ritkán nevet. Tényleg csak egyszer vagy kétszer láttam mosolyogni, mióta itt vagyok. A kényeztetést nem szereti s nehezen tűri, kivéve anyjától.

Eleven és akaratos. Még csak testvére, James próbálkozott a megfékezésével. Azzal már tisztában vagyok, hogy legnehezebb feladatomban a renchez és engedelmességhez szoktatása lesz. Először csak lassan fogok haladni, hogy lehetőleg megnyerjem szeretetét. Nem fogok erőszakhoz folyamodni, de engedelmességet fogok követelni tőle minden lehetséges módon.

Első pillanatban észrevehető rajta, milyen fáradhatatlanul tevékeny. Egy pillanatig sem ül csöndesen. Egy perc alatt itt is, ott is, mindenütt jelen van. Mindenhez hozzányúl, de semmivel sem foglalkozik huzamosabb ideig. A kedves kis gyermek lelke a sötétben tapogatózik. Ami kezébe kerül, mindent összetör, mert nem tudja, mit tegyen vele.

Midőn a holmik rendezése közben ráakadt a kis vakok által küldött babára, örült neki. Ezt az alkalmat jónak láttam felhasználni, s megtanítottam az első szóra: b-a-b-a. A kezére betűztem a betűket szép lassan, újra meg újra, s mutattam a babát. Mikor valamit kap, rámutat a tárgyra, azután magára, s végül mozgatja a fejét. Ily módon jár végére, hogy ez az övé.

A betűzés zavarba hozta. Kezemhez nyúlt, ő is megcsinálta az én jeleimet, s ekkor a babára mutatott. Én a babát kezembe vettem, hogy odaadjam neki, de azt hitte, el akarom venni tőle, abban a pillanatban dühbe gurult, s meg akarta fogni a babát. Én tiltakoztam, megfogtam az ujjait és kezdtem betűzni velük, de mindjobban fölingerült. Egy székbe ültettem és kezeimmel lefogva őt, ott tartottam, amíg csaknem egészen kimerültem.

Átláttam, hogy ezen az úton nem fogok boldogulni. Kerestem valamit, hogy másfelé tereljem a figyelmét. Elengedtem a székről, de a babát nem adtam oda neki. Lementem az ebédlőbe, s hoztam egy darab süteményt, mert az édességet nagyon szereti. Megmutattam neki a süteményt, s a kezére betűztem: s-ü-t-e-m-é-n-y.

Első dolga az volt, hogy elvegye a süteményt, de nem adtam oda, hanem a szót rábetűztem a kezére. Ő is rögtön megcsinálta a betűket, erre a süteményt átadtam neki. Azonnal megette, mintha attól félt volna, hogy vissza akarom venni.

Ekkor elővettem a babát, s úgy jártam el vele, mint a süteménnyel. Megcsinálta a három első betűt: b-a-b, én utána pótoltam az a-t, s odaadtam a babát. Lerohant a szobámból, s egész nap nem lehetett visszahozni.

Helen egy alkalommal, amikor levelet írtam, nagyon rakoncátlan volt. A székem mögé állt, majd rátette kezét a papírra, beledugta ujját a tintába és rácsepegtette a papíromra.

Végül azzal segítettem a dolgon, hogy kézimunkát adtam a kezébe. Gyöngyöt fűztem vele, mégpedig fa- és üveggyöngyszemeket. Az üvegszemeket elől kellett tenni, s utána a fát. Nehezen ment, de végül megértette, s egy pillanat alatt készen volt az egésszel. Mikor készen volt, a zsinór végét összekötötte s a nyakába akasztotta.

Egy másik alkalommal hasonlóan foglalkoztattam, de ekkor szándékosan nem köttem elég nagy bogot a zsinórra, minek az lett a vége, hogy amit fölfűzött, azonnal végigcsúszott a zsinóron és lehullott a földre. Nagy meglepetésemre kapta magát, az alsó szemre a zsinórral csomót kötött, s így elérte célját. Ezt a fogását nagyon ügyesnek tartottam. Így mulatott ebédig magában. Néha-néha hozzám jött, hogy lássam, mit végzett, s dicsérjem meg.

Ezzel még nem volt biztosítva a győzelmem. Helen az asztalnál úgy viselkedik, hogy engem egészen fölháborít. Belenyúl szomszédjának, vagy ha a kedve úgy tartja, bárki tányérjába. Mikor az ételt körülhordozzák, belenyúl a tálba, s azt veszi ki, ami neki legjobban tetszik.

Ma szembeszálltam vele. Ő nem tágított. Valóságos párviadal keletkezett köztünk. A család olyan zavarba jött, hogy az asztaltól fölkeltek, és az ebédlőből is távoztak. Az ebédlő ajtaját bezártam, s tovább folytattam az ebédet, habár majdnem torkomon akadt minden falat.

Helen a földre vetette magát, rúgott, karmolt, kapálózott, ki akarta húzni a széket alólam. Legalább még fél óráig így viselkedett. Ekkor fölkel, hogy lássa, mit csinálok. Ezt nem bántam, de azt már nem engedtem meg, hogy a kezét beletegye a tányéromba. Elkezdett csípni, én mindannyiszor rácsaptam a kezére. Ekkor körüljárta az asztalt, s miután senkit sem talált ott, egészen megvadult.

Pár perc múlva újból magához tért, visszajött a helyére, s kezdett kézzel enni, mint azelőtt. Kezébe adtam a kanalat, ő a földre dobta. Ekkor fölállítottam a székről, s kényszerítettem, hogy vegye föl a kanalat. Végül újból visszaültettem a székébe, kezébe adtam a kanalat, s kényszerítettem, hogy az ételt vegye a kanálra és úgy tegye a szájába. Pár perc alatt meggondolta magát,

engedelmeskedett, és csöndesen elköltötte ebédjét.

Az asztalkendő összehajtogatása miatt is harc volt. Nem akart engedelmeskedni. A földre dobta, s az ajtónak rohant, otthagya engem. Mikor észrevette, hogy az ajtó zárva van, elkezdett rúgni, kaparni. Egy teljes órai küzdelembe került a kendő összehajtogatása. Ekkor fölmentem a szobámba és teljesen kimerülve az ágyra vettem magam. Úgy látom, még sok csatát kell végigharcolnom, míg megtanítom engedelmességre és szeretetre."

Ebből a rendkívüli s talán páratlan természetű háborúzásból még egy jelenetet meg kell ismernünk, hogy tisztán láthassuk, milyen feladatokat oldott meg Miss Sullivan, és hogyan lett világhírűvé Helen Keller.

Miss Sullivan még március hónapban kijelentette a szülők előtt, hogy csak úgy tud boldogulni, ha Helennel kettesben külön lakásba költözik. A szülők megértették a helyzetet, s pár nap múlva megtörtént az átköltözés egy kis házukba, amely egy kert közepén állt, s minden tekintetben megfelelő volt.

Az első napi eseményekről Miss Sullivan ezeket írja:

"Erősen meg vagyok győződve, hogy az engedelmesség az a kapu, amelyen a tudáshoz és szeretethez el lehet juttatni a gyermeket. Helen-nél sok nagy akadály volt. Ő nem engedett közeledést, nem méltányolta a szeretetet.

Délután költöztünk a lakásba. Csak ketten voltunk és egy kis néger szolgafiú. Eleinte nagyon izgatott volt, rúgott, karmolt s majdnem elalélt, annyira gyötörte magát. Mikor a vacsorát elhozták, csöndes volt és rendesen megette a részét, de nekem semmi közeledést nem engedett.

Egész este babájával foglalkozott, s mikor a lefekvés ideje eljött, egy perc alatt levetkőzött s lefeküdt a kettős ágy egyik felébe. Mikor megérezte, hogy én is lefekszem, leugrott az ágyról, s nem volt hatalom, amely visszafekvésre bírja. Félttem, hogy megfázik, s erőltettem, feküdjék vissza. Mondhatom, szörnyű harcunk volt. Eltartott legalább két óra hosszát. Sohasem láttam ilyen erőt és ekkora kitartást egy gyermekben. Szerencsére, én valamivel erősebb voltam, s én is éppoly makacs, ha szükséges.

Végre sikerült az ágyra tennem. Betakartam, s ő az ágy szélén összehúzódott, mint egy macska.

Másnap reggel már egészen tanulékony és engedelmes volt, habár látszott rajta, mennyire vágyik haza."

Márc. 13-án, tehát tíz nappal Helenhez érkezése után Miss Sullivan már csak jó és öröndetes híreket ír. A siker már biztosítva volt.

Folytatása következik!

Pályázati felhívások

1. A Vakok Lakásgondjainak Megoldását Támogató Alapítvány 2012. évi pályázata

A Vakok Lakásgondjainak Megoldását Támogató Alapítvány (székhely: 1146 Budapest, Hermina u. 47.), a továbbiakban: Alapítvány, jelen közleménnyel meghirdeti 2012. évi pályázatát a céljának megfelelő támogatások elnyerésére

Az alapító okirat szerint évente 10 pályázó részesülhet egyösszegű, pénzbeli támogatásban.

A támogatás összege:

Alapítványunk ebben az évben - a bankbetétek hozamainak jelentős csökkenése miatt - előreláthatóan 1.700.000 (azaz egymillió - hétszáz ezer) Ft -ot tud majd támogatásként a pályázók részére odaítélni. Ez az összeg esetleg növekedhet, amennyiben az alapítvány - a jelen felhívással kiírt - pályázat elbírálásáig további támogatáshoz, adományhoz jut.

A 2012. évi pályázaton a nyertesek egyenként legfeljebb 200.000 Ft támogatásban részesülhetnek.

A támogatandó célok:

Az Alapítvány az alábbi konkrét célokat támogatja, feltéve, hogy azok megvalósítása 2012 -ben folyamatban van, vagy legalább elkezdődik, illetve az ilyen célokra esetleg korábban felvett bankhitel törlesztése 2012 - ben is folyik.

a.) Lakásvásárlás, lakáson fennálló tulajdonközösség megszüntetése, lakáscsere;

b.) Lakás építése, bővítése;

c.) Lakás felújítása, tatarozása;

illetve az a.- c. pontokban felsoroltakkal összefüggésben felvett bankhitel kiváltása, csökkentése.

A pályázók köre:

Pályázatot nyújthat be az, az életvitelszerűen Budapesten élő vak nagykorú személy, aki vakok személyi járadékára, illetve fogyatékosági támogatásra való jogosultságát hitelt érdemlően (pl. megállapító határozattal) igazolni tudja és a Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetségének, illetve a szövetség bármely fővárosi illetőségű tagesületének tagja. A pályázat szempontjából életvitelszerűen Budapesten élőknek minősül az a tag is, aki a támogatás segítségével Budapestre szándékozik költözni.

Az Alapítvány alapító okirata szerint a 2. a) és b) pontban meghatározott célra ugyanaz a személy csak egy alkalommal kaphat támogatást, illetve a c) pontban

meghatározott célra ugyanaz a személy öt éven belül újabb támogatást nem kaphat. Ezért a korábbi pályázatok nyertesei, ha ténylegesen igénybe vették a támogatást, most nem pályázhatnak.

Az, akinek a vele egy háztartásban élő közeli hozzátartozója már támogatásban részesült, a 2. c) pontban meghatározott célra csak abban az esetben támogatható, ha minden olyan pályázó támogatást kap, aki korábban abban még nem részesült.

A pályázat módja:

Pályázni írásban, az erre a célra rendelkezésre álló adatlap kitöltése útján lehet. Ebben a pályázónak részletesen, dokumentumokkal is alátámasztva ismertetnie kell a megvalósítandó konkrét célt és meg kell jelölnie az igényelt pénzüsszeget. Ismertetni szükséges továbbá mindazokat a körülményeket, amelyeket a támogatásra való rászorultság alátámasztásához fontosnak tart (a jelenlegi lakáskörülményeit, családi helyzetét, vagyoni és jövedelmi viszonyait stb.). A vakság fennállásának tényét vakok személyi járadékát, vagy fogyatékosági támogatást megállapító határozattal, míg a pályázó, valamint vele együtt élő családtagok jövedelmi viszonyait a folyósító szerv által kiadott igazolással, illetve munkáltatói igazolással kell alátámasztani. A részletes ismertetések mellé csatolnia kell egy olyan tartalmú nyilatkozatot, melyben előzetesen hozzájárul ahhoz, hogy jövedelmi, vagyoni helyzetére vonatkozó személyes adatairól az Alapítvány a megfelelő állami szervektől felvilágosítást kérhessen.

Nyilatkoznia kell továbbá arról is, hogy az általa közölt adatok a valóságnak megfelelnek. A szükséges adatlap, illetve nyilatkozatok a pályázat benyújtásának helyén a Hermina Egyesületnél, illetve a Vakok és Gyengénlátók Közép - magyarországi Regionális Egyesületénél személyesen átvehetőek, valamint az egyesületek internetes oldaláról (www.herminaegyesulet.hu és www.vgyke.com), illetve az Alapítvány

saját honlapjáról (www.vaklakas.hu) letölthetőek.

A fent említett melléletek (igazolások, határozatok) hiányában benyújtott pályázat érvénytelen!

Az Alapítvány a pályázat adatait és a kapott támogatás felhasználását minden, jogszabályban nem tiltott módon jogosult ellenőrizni. Nem lehet támogatásban részesíteni a pályázót, ha valótlan adatokat közölt. Nem részesülhet juttatásban továbbá az Alapítvány tisztségviselője, az Alapítványhoz csatlakozó támogató és mindezen személyek hozzátartozója.

Ügyintézési díj:

A benyújtott pályázatban foglaltak előzetes, vagy utólagos ellenőrzése érdekében, a későbbi külső szakértői közreműködés részbeni finanszírozásához hozzájárulásként, a pályázónak a pályázat beadásával egyidejűleg 1000,- Ft ügyintézési díjat kell megfizetnie készpénzben, vagy postai benyújtás esetén átutalnia: az Alapítvány OTP-nél vezetett 11714006 – 20406295 - 00000000 számú számlájára.

Az ügyintézési díj megfizetésének hiányában a benyújtott pályázat érvénytelen!

A pályázathoz a - fent említett - díj befizetésének igazolására szolgáló iratot is mellékelni kell.

A pályázat benyújtásának ideje és helye:

A pályázatokat 2012.május 8 - ig kell eljuttatni: a Vakok és Gyengénlátók Közép - magyarországi Regionális Egyesületéhez (1146 Budapest, Hermina út 57., postacím.: 1380 Budapest, Pf. 1075. telefonszám: 06/1 – 384 - 5541), illetve a Hermina Egyesülethez (1146 Budapest, Hermina út 47., postacím: 1406 Budapest, Pf. 40., telefonszám: 06/1 - 273 – 0755, vagy 06/1 384 – 8440 / 107., 108. mellék)

Határidőben benyújtottnak minősül a pályázat akkor is, ha azt legkésőbb 2012. május 8-án postára adják.

A határidő lejártát követően benyújtott pályázat érvénytelen!

Az elbírálás módja:

A benyújtási határidő lejártát követő 45 napon belül az Alapítvány kuratóriuma a pályázók rászorultsága alapján dönt a támogatások odaítéléséről. A kuratórium a pályázótól nem kér hiánypótlást, vagy bármilyen kiegészítést, kizárólag az elbíráláskor rendelkezésére álló adatok alapján dönt. Ezért minden pályázó alapvető érdeke, hogy a beadott pályázat teljeskörűen, részletesen, világosan és egyértelműen tartalmazza a szükséges információkat.

Felhívjuk a pályázók figyelmét arra, hogy elérhetőségüket (különösen mobiltelefon szám, e - mail cím) a pályázati adatlapon mindenképpen tüntessék fel!

A pályázókat a pályázat eredményéről az Alapítvány kuratóriuma írásban értesíti, ezen túlmenően a nyertesek listáját saját honlapján, a Hermina Egyesület és a Vakok és Gyengénlátók Közép–Magyarországi Regionális Egyesületének honlapján, illetve a Vakok Világa című folyóiratban is közzé teszi.

A támogatás kifizetése és felhasználása:

Felhívjuk a pályázók figyelmét, hogy a támogatás kifizetése utólagosan, a benyújtott szerződés, számla vagy más bizonylat alapján átutalással, vagy készpénzzel történik. Csak rendkívül indokolt esetben van lehetőség előleg folyósítására. Az odaítélt összeg tényleges átutalására (kifizetésére) 2012. október elején kerülhet sor, mivel az alapítói vagyon banki lekötése ekkor jár le. **Az összeg felhasználására 2012. december 31-ig van lehetőség**, az addig fel nem használt pénz a következő évben megpályázható összeget gyarapítja. A kifizetés és felhasználás konkrét módját az

Alapítvány a nyertes pályázóval írásban, megállapodás útján rögzíti.

Az Alapítvány alapító okirata a pályázatok benyújtásának helyén és a honlapon is megtekinthető.

*Vakok Lakásgondjainak Megoldását
Támogató Alapítvány
Gulyásné Dr. Bölkény Ágota
kuratóriumi elnök*

2. A Látóhatár Alapítvány 2012. évi pályázata

A Látóhatár Alapítvány pályázatot hirdet az alábbiak szerint:

A pályázat célja:

A pályázatot iskolai tanulmányok folytatásáért, vagy munkába állásért, munkavégzésért elősegítő, megkönnyítő segédeszközök megvásárlása érdekében lehet benyújtani.

A pályázók köre:

Pályázatot nyújthat be az a Budapesten, illetve Pest megyében élő látássérült személy, aki valamelyik látássérülteket tömörítő érdekképviseleti szervezet tagja.

A pályázatnak a következőket kell tartalmaznia:

- A pályázó személyes adatai (születési idő, anyja leánykori neve, lakcíme, tagsági igazolványának száma)
- A pályázó hol, milyen iskolarendszerű, vagy iskolarendszeren kívüli képzésben vesz részt, tanulói, hallgatói jogviszonya mikor kezdődött és várhatóan meddig áll fenn, képzése milyen szakképesítés, diploma megszerzésére irányul
- A pályázó jelenleg álláskereső-e, amennyiben dolgozik, hol, milyen munkakört tölt be

- A pályázó milyen segédeszköz megvásárlásához kíván támogatást igényelni, pontosan milyen összegű támogatást szeretne elnyerni
- Részletesen ki kell fejteni, hogy a kért támogatással megvásárolt segédeszköz mennyiben segíti elő a pályázó képzésben való részvételét, illetve a munkába állását, az általa betöltött munkakör ellátását
- A pályázó milyen összegű havi jövedelemmel rendelkezik, ideértve a különféle nyugellátásokat, egyéb pénzbeli ellátásokat (vakok személyi járadéka, fogyatékosági támogatás, családi pótlék, rokkantsági járadék stb.) összegeit, valamint a munkából származó jövedelmet is
- A pályázó családjában – a vele együtt élő családtagokat figyelembe véve – mennyi az egy főre eső havi jövedelem
- A pályázó részesült-e már képzéséhez, vagy munkába állásához kapcsolódó támogatásban? Ha igen mikor, mely szervezettől, milyenösszegben
- A segédeszköz megvásárlásához a pályázó rendelkezik-e valamennyi önrésszel, ha igen mennyivel.

A pályázathoz az alábbi iratokat kell mellékelni:

- A tagsági igazolvány másolata
- Képzésben való részvétel esetén igazolás a tanulói, hallgatói jogviszony fennállásáról
- A pályázó jövedelmét igazoló irat (folyósító szerv, munkáltatóigazolása, stb.).

Az elbírálás szempontjai:

A pályázatok elbírálása során a kuratórium különösen az alábbi körülményeket vizsgálja, mérlegeli:

- A pályázó szociális, anyagi körülményei
- A megvásárolni kívánt segédeszköz mennyiben segíti elő a pályázó képzésben való részvételét, foglalkoztatását
- Részesült-e már korábban a pályázó hasonló célú támogatásban.

A pályázat beadásának helye, ideje:

A pályázatot 2012. május 15-ig lehet benyújtani. A pályázatot, valamint annak mellékleteit postán, az MVGYOSZ címére (1146 Budapest Hermina út 47.), vagy a székházban található Hermina Egyesület irodájában személyesen lehet beadni. Határidőben benyújtottnak minősül a pályázat, ha azt legkésőbb május15-én postára adják.

Az elkéssetten, vagy hiányosan benyújtott pályázat érvénytelen!

A nyerteseket a kuratórium írásban értesíti, a pályázaton elnyert összeg kifizetésére a segédeszköz megvásárlását igazoló számla benyújtását követően van lehetőség.

A jelen pályázaton kiosztható összeg összesen: 600 ezer forint.

A Látóhatár Alapítvány kuratóriuma

3. Telefonnal a Rászorultakért Alapítvány pályázata

Az Alapítványhoz pályázatot nyújthatnak be az MVGYOSZ és tagegyesületeinek rendes tagjai az alábbi feltételek teljesülése esetén:

- A T-Home telefon-szolgáltatásait veszi igénybe
- Az egy főre eső jövedelem: családban élőkénél a 70.000,- egyedülállók esetén a 90.000,- forintot nem haladja meg.

Pályázni telefonbeszélgetési díjhoz, felszerelési díjhoz lehet.

Pályázni az MVGYOSZ tagegyesületein keresztül, a náluk is beszerezhető pályázati adatlap kitöltésével lehet két évente.

Az adatlaphoz csatolni kell:

- Jövedelemigazolásokat (jövedelemmel nem rendelkezők esetében

munkaügyi központ, vagy önkormányzat által kiállított igazolást)

- Nyugdíjasok, vagy rokkantsági ellátottak esetében nyugdíjszelvény másolatot

- 16 év felettek esetében iskolalátogatási igazolást.

- Az utolsó 3 havi telefonszámla (Internet-szolgáltatás számla) másolatát. (A számláknak a hátoldala is szükséges, mert általában ott található a telefonszám és a díjcsomag!)

Benyújtási határidő: Folyamatos

A 2012. november 15-ig beérkező pályázatok még az idén elbírálásra kerülnek.

Nagyon fontos, hogy a pályázatok kizárólag akkor érvényesek, ha azt az egyesületek elnökei cégszerűen aláírják!

Telefonnal a Rászorultakért Alapítvány

Humor - zsák

Banánhéj

Az utcán szembetalálkozik két idős férfi. Mindketten erősen sántítanak, húzzák a lábukat. Amikor elmennek egymás mellett, egyikük a mellére bök és együtt érzően mondja:

- Don-kanyar, 1943.

A másik elmosolyodik. biccent és szintén megböki a mellét:

- Banánhéj, öt perccel ezelőtt.

Csomag

Repülőjegyet vásárol egy utas:

- Szeretnék New Yorkba repülni, a csomagjaim felét kérem Miami-ba, a másik felét pedig Ausztráliába vinni.

- Ezt sajnos nem tudjuk megcsinálni!

- Nem-e? Pedig tavaly sikerült...

Alpok

A rendőr fia áll a térkép előtt, és kérdezi az apját:

- Apu, hol van az Alpok?

Mire a rendőr:

- Kérdezd meg anyádat, ő rak el mindig mindent...

Optikus

Egy idős úr bemegy az optikushoz. Azt mondja a szakember:

- Jó napot! Magának 5 dioptriával erősebb szemüveg kell!

- Ez igen! Ránézésre ilyen pontosan látja?

- Nem, viszont a kirakaton keresztül tetszett bejönni.

Szöcske

Egy texasi farmer elmegy egy barátját meglátogatni Ausztráliába. A barátja körbevezeti a birtokon. Kiérnek egy nagy mezőre. A texasi farmer megjegyzi:

- Szép nagy mező ez, de nálunk, Texasban kétszer ekkorák vannak!

Bemennek egy hatalmas istállóba, a texasi ismét megszólal:

- Látom, szép teheneid vannak, de nálunk, Texasban kétszer ekkorák a tehének!

Az ausztrál kicsit zokon veszi a nagyzolást, ezért szótlánul indulnak vissza a házhoz, amikor egy csoport kenguru ugrál el mellettük. A texasi döbbenetesen megkérdi:

- Úristen, ezek meg mik voltak?
Az ausztrál félvállról:
- Miért csodálkozol, nálatok Texasban
nincsenek szöcskék?

Nászút

Az újdonsült férj a nászútról az alábbi
táviratot küldi édesanyjának:
"Nagyon jól érezzük magunkat. A Mariska
egy tündér! Boldog vagyok!"
Az anya elolvassa a táviratot, majd vállat
von, s megvetően kijelenti.
- Szép kis dolog! Már is megtanította
hazudni a férjét...

Milliomos

Két férfi beszélget:
- Képzeld, a feleségem azt álmodta az éjjel,
hogy egy milliomoshoz ment feleségül.
- Micsoda mázlista vagy! Az enyém
napközben is mindig azt hiszi.

Összeállította: Gabó

Fej-törő

Rejtvény rovatunkban ezúttal egy a tavaszt
idéző feladvánnyal kedveskedünk
Olvasóinknak. A megfejtéshez vezető út
2012-ben is a már jól ismert és
megszokott: A meghatározások egyes
sorszámaihoz ez alkalommal is két
megfejtés tartozik. A kérdésekre adandó,
helyes válaszok mindössze egyetlen
betűvel térnek el egymástól. A rejtvény
megfejtését a betűk oszlopának
összeolvasása adja (például: Bútorhuzat,
melyet szakemberrel kell kicseréltetni -
kárpit; 1956-os és 1960-as olimpiai bajnok
vívó egyéniben (Rudolf) – Kárpáti. A
„kárpit” és a „Kárpáti” között az „á” betű a
különbség tehát a későbbiekben majd ezt
kell felhasználni a feladvány
megfejtéséhez). A megoldás ezúttal
Gárdonyi Géza egyik versének címe lesz:

Meghatározások:

1. Bútorhuzat, melyet szakemberrel kell
kicseréltetni; 1956-os és 1960-as olimpiai
bajnok vívó egyéniben (Rudolf)
2. „Ebbe” a könyvbe írhatunk a boltban,
vagy az étteremben, ha nem vagyunk
megelégedve valamivel; Téglalap alakú,
illatosított tisztálkodó- és mosószer
3. Mohamedán egyházfő s egyben világi
uralkodó; Függőleges felületre szerelhető
lámpatartó eszköz
4. Ennyi a magyar igazság; Színművésznő
(Ildikó), Szinetár Dóra édesanyja
5. Így is nevezik a ribizli, a szőlő és a
bodza termését; Planéta, égitest
6. Városi áramszedős tömegközlekedési
jármű, pl. a Hermina úton; Van ilyen,
osztrák régióra emlékeztető rétes
7. Udvariatlan kínálás a „tessék” helyett;
Néhai dalszövegírónk (Iván), de lánya
Andrea is ismert ember
8. Ez a szó jelzője a gömbölyű dolgoknak,
de egy befejezett történetre is mondhatjuk:
„Igy ... az egész.”; A német ébreszteni

igéből származó nevű, reggelente utálatos
idómérő eszköz

9. Asterix népéből való emberek;

Munkatárs

10. Aranyhajú; Várát Jurisics Miklós védte

11. A vezér fenyegetése a sakkjátékban,
ennek bemondása; A Mátra legmagasabb
pontja

12. Péntekkel kapcsolatos szigetlakó férfi;
Az ő slágere a Kalifornia blues és a Pretty
Woman (Roy)

Megfejtés:

1. **Á** kárpit; Kárpáti
2. **P** panasz; szappan
3. **R** kalifa; falikar
4. **I** három; Hámori
5. **L** bogyó; bolygó
6. **I** trolis; tirolis
7. **S** nesze; Szenes
8. **V** kerek; vekker
9. **É** gallok; kolléga
10. **G** szőke; Kőszeg
11. **É** sekk; Kékes
12. **N** Robinson; Orbison

A Fej-törő megfejtése: Gárdonyi Géza:

Április végén

Reméljük, hogy Mary idei, első feladványa
sok vidám perccel gazdagította Kedves
Olvasóinkat.

Gárdonyi Géza

Április végén

A nap letette arany-koronáját,
s tüzet rakott a Mátra tetején.
Ott piheni ki égi fáradalmát
az erdős Mátra kéklő közepén.

A lomb nem mozdul. A fűszál is áll.
Kertemben ér az estéli homály.
Alant a völgyben csöndbe halt a láрма.
Érzem az álmat, mint száll fűre, fára.

S tengerként árad, nő a lágy homály.
Fölötte csak az Esti-csillag áll.
Az tartja az ég barna fátyolát,
a földnek éji árnyéksátorát.

Álmodom-e, hogy itt van a tavasz?
A kályha mellett róla álmodunk,
pedig a tél künn csendesen havaz,
s pelyhes a hótól minden ablakunk.

De nem, én mostan mégsem álmodom:
ibolya van a kerti asztalon;
enyhe az est; illatos a virág;
virágzó fák közt kél a holdvilág.

A földön az éj sötét fátyola,
s a fák az éjben mind fehérlenek:
ruhájuk talpig csipke-pongolya,
s a csipkék közt ezer gyémánt remeg.

Fehér erdőn fehérülő holdvilág,
fehéren égő örök csillagok,
mi szép vagy te fehér álmvilág!
Öledben én is csak árnyék vagyok.

Összeállította: Mary

Impresszum

SzemFüles

Kiadja: Siketvakok Országos Egyesülete

Hungarian Deafblind Association

Székhely: 1146 Budapest, Ajtósi Dürer sor 39.

Levelezési cím: 1053 Budapest, Múzeum körút 3. II. em.1.

Telefon: 06-1/361-2007

Fax: 06-1/209-5829

E-mail: siketvakok@gmail.com

Számlaszám: 10409015-90117325-00000000

Adószám: 18061031-1-42

Felelős kiadó: Gangl Tamás, elnök

Felelős szerkesztő: Petner Katalin

