

# HÍRMONDÓ 2024/2

## Siketvakok Országos Egyesülete



Kedves Olvasók!

Hírlevelünk jelen számában áttekintjük az elmúlt egy hónap egyesületi klubjait. Ennek keretében tájékozódhatnak az elérhető támogatásokról és szolgáltatásokról, jó praktikákat osztunk meg a stressz kezelésére, és egy meseolvasással egybekötött délutánra is visszatekintünk. A későbbiekben beszámolót olvashatnak a MVGYOSZ felújított szék-házának bejárásáról, majd az Európai Fogyatékosági Kártyával kap-csolatban is friss információkkal szolgálunk. Megismerhetik annak a siket fiúnak a történetét, aki egy tudományos áttörésnek köszönhetően kapta vissza a hallását, valamint további híreket, érdekességeket is tartalmaz ez a lapszám.

Jó olvasást, kellemes időtöltést kívánunk!

Taskovics Adél, szerkesztő

### TARTALOM

|  |           |
|--|-----------|
| <b>HÁZUNK TÁJÁRÓL – EGYESÜLETI HÍREK.....</b>  | <b>2</b>  |
| Januári szabadidős klub: meseolvasás és kézműveskedés a Korányi Sándor utcában.....                  | 2         |
| Rehabklub: fókuszban a stressz és annak kezelése .....   | 5         |
| Februári rehabklub: fókuszban az Elérhető támogatások és szociális ellátások .....                   | 8         |
| <b>TÁRSSZERVEZETEINK HÍREI .....</b>   | <b>12</b> |
| A Sipeki villa rejtelsei: az MVGYOSZ felújított székházában jártam ..                                | 12        |
| Megállapodás az Európai Fogyatékosági Kártyáról: jelentős előrelépés a szabad mozgás érdekében ..... | 15        |

|   |     |
|---|-----|
| Szégyen! Az uniós tagállamok nem büntetik a kényszersterilizációt és a nemi erőszakot.....                    | 17  |
| Az Európai Unió választások jelöltjeinek el kell kötelezniük magukat a fogyatékossgal élők jogai mellett..... | 18  |
| <b>HÍR, ÉRDEKESSÉG</b> .....  | 20  |
| Áttörés: a siket fiú hall az első génkezelés után .....   | 20  |
| A polihisztor Kempelen Farkas.....  | 21  |
| Ezer évvel ezelőtt robotok népesítették be az arab sivatagot .....  | 22  |
| 23 millió éves, megkövesedett mangrove erdőre bukkantak Panamában.....  | 23  |
| Aventinus Kulcslyuk: egy titkos kis nyílás Rómában, amelyen át egyszerre 3 országra láthatunk .....           | 25  |
| A kisvirágú füzike jótékony hatásai.....  | 25  |
| 10 meglepő érdekesség a nagyvilágból.....   | 267 |
| <b>KEDVENC RECEPTJEIM</b> .....   | 28  |
| <b>A HÓNAP VERSE</b> .....  | 29  |

## HÁZUNK TÁJÁRÓL – EGYESÜLETI HÍREK

### **Januári szabadidős klub: meseolvasás és kézműveskedés a Korányi Sándor utcában**

2024. január 24-én volt egyesületünk első közösségi programja. 14-16 óra között szabadidős klubot tartottunk irodaépületünkben, a nagy közösségi teremben. A rendezvényen összesen 33 fő vett részt. Köztük 21 tag, 6 munkatárs (beleszámítva a tolmácsokat, a kísérő szolgálatos kollégákat és a Hírmondó szerkesztőjét is). Ezen felül hat egyetemi hallgató is velünk volt, akik segítőként érkeztek közénk.

A foglalkozást Molnárné Katona Eszter vezette.

A délután első felében egy különleges, japán mesét olvasott nekünk, mi pedig nagy körben ülve hallgattuk.

A történet főszereplője két jóbarát, Jukicsi és Moszuke. Előbbi vidám, már-már könnyelmű, utóbbi komoly és megfontolt. Mindketten kereskedőként

dolgoznak, és üzleti útra is rendszerint együtt mennek. Egyik ilyen alkalommal megpihennek egy erdőben, ahol Jukicsi különös álmot lát. Ez azt sugalmazná, hogy ásson gödröt a magányos fenyőfa alatt, amely egy magas sziklán áll a közelükben. Ha ezt megteszi, rengeteg aranyat találhat. Ő azonban ostobaságnak tartja az egészet. Barátja fontolóra veszi a dolgot és 300 aranyért megveszi Jukicsi álmát.

Innentől vesz még érkedfeszítőbb fordulatot a mese. Képbe kerül egy, a kapzsiságáról híres kereskedő. Kihallgatja a beszélgetést, és még Jukicsi visszatérése előtt a fa gyökerei alá ás. Meg is találja egy öblös korszóban az aranyakat. Vendéglőt vesz a lopott kincsből, de mindenét elveszíti. Egy csodás fordulattal Jukicsi hatszor nagyobb gazdagságra tesz szert a fenyő alá ásva. Barátja, Moszuke pedig nem irigykedik, hanem örül a sikerének.

A felolvasást követően kolléganőm kvízzjátékra hívott bennünket.

13 kérdésből álló feladatsort hozott, melyek mindegyike a fenti történethez kapcsolódott. Mindnyájan kaptunk tollat és papírt, hogy leírassuk a válaszainkat. Akinek látás hiányában ez gondot jelentett, kapott maga mellé segítő. A végén a jó válaszokat is megbeszéltük, és összesítettük az eredményeket. Kitörő örömmel, hangos tapssal jutalmaztuk azokat, akik jól figyeltek és magas pontszámokat értek el.

Ezután kézműveskedés következett. Mivel a mese középpontjában egy álmom állt, Eszter úgy döntött: álmofogót fogunk készíteni, mindenki egyet-egyet.

E kis tárgy eredetéről elmondta: egy Észak-amerikai indián törzs kultúrájában alakult ki. Ez lényegében egy védő talizmán.

Fűzfából, vagy más, természetes anyagból karikát formáltak, ennek a közepébe hálót fontak. Utána kidíszítették személyes tárgyaikkal és más kiegészítőikkel. Itt olyan dolgokra gondoljunk, mint madártollak, inak vagy állati bőrök.

Először az Ojibwe törzsben alkalmazták, később a használata sok más indiai törzsben is elterjedt.

A gyerekek ágya fölé akasztották. Abban hittek, hogy ez megvédi őket a rossz álmoktól. Úgy képzeltek el, hogy a jó álmok átmennek a háló résein, a rosszak pedig fennakadnak rajta. Aztán másnap reggel, amikor rásüt a Nap az álmofogóra, a rajta rekedt rémálmok megsemmisülnek.

A kör alak, ami az egésznek a keretét adja, a Földanyát, valamint az élet egészének áramlását jelképezi. Utal még a Föld forgására, valamint az ősi nőiességnek is szimbóluma ez, amely körbevesz és megvéd mindenkit.

A kör közepén sokszor elhelyeztek egy gyöngyöt vagy egyéb dísz tárgyat, ami a Pókasszonyt (vagy Pókanyát) jelképezi. Hiedelemrendszerükben ő egy olyan szent élőlény, aki védi a gyerekek álmát és gondoskodik minden emberről.

Az álomfogókat kizárólag természetes anyagokból készítették. Úgy vélték, mikor ezek elszáradnak, az azt jelenti: a gyermek felnőtt korba lépett, ennél fogva már nincs is szüksége a védő talizmánra.

Mi nem tudtunk közvetlenül a természetből nyert anyagokkal dolgozni. A keretet papírtányérok felhasználásával alkottuk meg. Mindenki eldönthette, milyen színű alapot szeretne: arany, ezüst és bronz színből lehetett választani.

A kapott tányérunkat megfordítottuk, hogy az alja legyen felül. Itt az volt a cél, hogy a közepét kivágjuk. Ezáltal szabályos karikánk lett. Ennek két módja volt. Néhányan körzővel jelölték meg a kivágandó területet, míg mások sablont helyeztek rá és azt rajzolták körül. A tányér közepének eltávolításában számíthattunk látó segítőinkre, akik az egész folyamat közben mellettünk voltak. Az egyesület munkatársai, Eszter és Csilla mellett az egyetemi hallgatók is aktívan közreműködtek.

Miután kész volt a karika, körbe lyukakat csináltunk rá. Ezekbe fűztük a fonalat, amiből lényegében hálót szőttünk. Ennek a leges-legközepére ki-ki odatehette a saját „Pókasszonyát”.

Az álomfogónk szélét is kidíszítettük. Ehhez sokféle alapanyagot használhattunk, pl.: filc virágot, vékony dróra erősített, csillámló bogycskát, szalagból masnit, stb. A karikánk aljába külön szalagokat vagy fonalakat is fűztünk, melyek végéről csigaházakat, eltérő formájú és méretű gyöngyöket lógathattunk le. Végül a tetejére akasztót rögzítettünk, így vált teljessé az elkészült mű.

Szívből jövő köszönet Molnárné Katona Eszternek és mindenkinek, aki munkájával, ránk figyelésével lehetővé tette számunkra ezt az élménydús délutánt! Mivel az elkészült kis tárgyakat haza is lehetett vinni, minden jelenlevőnek biztos eszköz van a kezében a rémálmok távoltartása ellen.

Aki szeretné a teljes mesét elolvasni, az alábbi linkre kattintva megteheti: <https://duna-haz.com/az-eladott-alom-a-tekergo-mesemuhelyben/>

Figyelem!

Először egy rövid írás található az oldalon a "Tekergő meseműhely" egyik foglalkozásáról. Itt is ezt a mesét dolgozták fel, ezért annak teljes szövege közvetlenül a beszámoló alatt megtalálható.

*(A cikket írta: Taskovics Adél)*

## Rehabklub: fókuszban a stressz és annak kezelése

A klubdélután 2024. január 31-én, szerdán volt telephelyünk nagy, közösségi termében. A programon összesen 14 fő vett részt: 7 egyesületi tag mellett 5 munkatárs és 2 egyetemi hallgató jelenléte is színesítette a csapatot.

Egy érdekesítő, moderált beszélgetés alakult ki a résztvevők között a stresszt okozó helyzetekről és az azokkal való megküzdés lehetőségeiről. A foglalkozást Varga Nóra pszichológus és Jónás Eszter szociális munkás vezette.

Bemutakozó körrel kezdtünk, ahol mindenki elmondta a nevét.

A résztvevők – állapotuk miatt –, ha nem is láthatták egymást, ennek köszönhetően megtudhatták, kik alkotják a körülöttük levő társaságot.

A beszélgetés kezdetén arra kerestük a választ, hogy mi is a stressz.

Egy olyan inger, ami kibillent a szervezetet egyensúlyi állapotából. Ha ez megbomlik, különböző tünetek jönnek elő.

Két fajtája van, a jó és a rossz stressz. Az előbbi valami örömteli dolog – izgulok, hogy jól sikerüljön egy találkozás – a másik pedig a negatív, belső feszültség. Minden olyan dolog kiválthatja, ami eltér a megszokástól. Erre a szervezet reagál egy bizonyos módon.

A rossz stressz járhat figyelemzavarral, álmatlansággal, hasmenéssel, stb. A bezártság is okozhatja – például sötét, téli időszak miatti szobafogság, vagy a Covid járvány.

A stressz tulajdonképpen az egész életünket átszövi. Jó példa erre egy házasságkötés, gyerek születése, egy válás; de fogyatékossgal élőként még a közlekedés is okozhat belső feszültséget.

Hallássérültként a kommunikációt segítő (feliratozó) program elégtelen működése és a megértés és megértetés nehézsége is ugyanilyen tényező. Ha a jól összeszokott munkatársi csapatban változás áll be, az is stresszelheti a munkavállalót.

Van olyan résztvevő, aki szerint nem a stresszmentes élet elérése lenne a cél, hanem az, hogy az azt kiváltó helyzeteket képesek legyünk megoldani.

Teljesen egyéni jellegzetesség, hogy egy bizonyos élethelyzet milyen mértékű stresszt okoz az adott egyénnek. Nóri úgy fogalmazott, ha ki kellene állni egy nagyobb közönség elé verset mondani, nagyon izgulna, rosszul érezné magát. Míg másoknak ez jóval kevesebb megterheléssel jár, sőt, élvezik is a helyzetet.

Az, hogy valamit mennyire érzünk stresszesnek, az több dologtól is függ. Például attól, hogy mennyire érezzük úgy: van felette kontrollunk. Erre jó

példa a Covid időszak, mikor mindennek emelkedni kezdett az ára. Nem tudtuk, hogy ha elmegyünk a boltba másnap, vagy 2 hét múlva, ugyanannyiért kapunk-e meg egy terméket, mint előzőleg, vagy jóval drágábban.

Az is feszültséget okozhat, ha nem tudjuk megjósolni, mikor jönnek a problémás helyzetek.

Az sem mindegy, hogy az ember képesnek érzi-e magát arra, hogy megküzdjön az adott dologgal. Ha úgy gondolunk valamire, hogy az teljesen kontrollálhatatlan, sokkal nehezebben éljük meg, mintha azokat a pontokat keressük benne, amire tudunk hatni.

Az is stresszt okozhat egy adott helyzetben, hogy elérjük-e a buszt vagy odaérünk-e időben valahová. Ezek rövid ideig fennálló helyzetek. Amint véget érnek, a szervezetünk visszaáll az egyensúlyi állapotba.

Sok olyan helyzet is adódhat egy ember életében, ami nem ilyen egyszerű. Ezek hosszan tartanak, mint a válás, a konfliktusok, rossz munkahelyi légkör, haláleset, kisállat elvesztése. Ezek hosszabb időn át igénybe veszik a szervezetünket. Ez az, aminek a hatásait a stresszkezelő technikákkal, praktikákkal tudjuk enyhíteni.

Milyen tünetei vannak a hosszan tartó stressznek?

Fejfájás, emelkedett pulzus-és vérnyomás, aluszékonyság vagy épp álmatlanság, hasmenés. Különböző szokások, viselkedési minták is kialakulhatnak, mint a rendszertelen, nagymértékű evés, alkoholizmus, dohányzás, körömrágás.

Ha valaki nagyon sokat és sokáig stresszel, a szervezet tartalékai, melyek próbálják az egyensúlyt helyrehozni, egyszerűen kimerülnek. Létrejöhetnek különféle betegségek, pl.: gyomorfekély, daganatos megbetegedések vagy autoimmun kórképek. Ezekről nem mondhatjuk el, hogy kizárólag a stressz okozza, de szerepe lehet a kialakulásukban.

A hosszan tartó stressztől mentális betegségek is létrejöhetnek, mint a depresszió vagy a kiégés.

Fontos, hogy be tudjuk azonosítani a stresszt okozó helyzeteket és figyeljük a saját testünk jelzéseit. Akkor tudjuk csak megismerni magunkat, a stressz természetét, és beazonosítani azt, amikor már egy kicsit jobban vagyunk.

A beszélgetés során pozitív stressz-élményeket is szóba hoztunk.

Erre jó példa a szerelem, de van, aki a terhességet, a csecsemő gondozását élte meg így.

Vannak szorongó típusú emberek és olyanok is, akikre ez kevésbé jellemző. Ha valaki fogyatékosná válik, az is stresszt okozhat. Az egyszeres sérülés is nagyon nehéz, a kétszeres pedig még ennél is

nagyobb kihívás. Egy gyászfolyamat, amíg képessé válunk a megváltozott állapottal együtt élni. Akár a gyászban, akár egy stresszhelyzetben, de az élet minden területén rengeteget számít a társas támasz. Amennyire sokat tud segíteni, épp akkora nehézséggé is válhat. Ez akkor következik be, ha olyan emberek vannak körülöttünk, akik nem megfelelő hozzáállást tanúsítanak.

Jó stratégia lehet, ha átgondoljuk, mi magunk mit tehetünk azért, hogy jobbra forduljon a helyzetünk.

Kutatások kimutatták, hogy ha valakinek nincs semmiféle stressz az életében, unalmassá, egyhangúvá válnak a napjai. Emiatt hajlamosabbá válhat a fentebb már említett betegségekre.

Fontos erősíteni magunkban, hogy a stresszt okozó helyzeteket nem feltétlenül tudjuk megváltoztatni, vagy legalábbis nem azonnal. Az erre adott reakciónkon viszont tudunk dolgozni. Senki más nem teheti meg ezt helyettünk. Egy másik személy gondolatait nem tudjuk befolyásolni, csak a magunkét, és kizárólag a jelen pillanatban.

Az olyan helyzetekben, ahol teljesíteni kell, rengeteget számít a hozzáállás. Feszültséget okozó szituáció helyett tekinthetünk rá úgy is, mint kihívásra. Ez pedig adhat egy plusz erőt arra, hogy jó legyen a végeredmény és örömmel leljük benne.

Az is sokat jelenthet, ha valakivel beszélünk a problémáinkról. Ettől azt érezhetjük, hogy nem vagyunk egyedül. Egy másik embernek ráadásul lehetnek olyan meglátásai, amik nekünk eszünkbe se jutottak.

Adódhatnak olyan helyzetek az életünkben, amikor beszűkül a gondolkodásunk és azt érezzük, hogy nincs kihez fordulni tanácsért, segítségért. Épp ezért hasznos, ha egy nyugodtabb pillanatban összegyűjtjük, leírjuk azoknak a nevével, akiket kereshetünk, ha baj van. Az sem mindegy, hogy mikor kihez fordulunk. A siketvakságból adódó helyzeteket például biztos jobban megérti egy sorstárs, mint egy teljesen ép hallással és látással rendelkező barát.

Mindnyájan különböző csoportoknak vagyunk a tagjai (pl.: család, baráti kör, egyesület, munkatársi közösség). Ennek mentén javasolt hozzáfogni a „kapcsolati térkép” elkészítéséhez.

A társas támaszhoz hozzá tartozik, hogy merjünk segítséget kérni, illetve elfogadni. Ahhoz, hogy mi is tudjunk adni másoknak, valahonnan nekünk is töltekeznünk kell.

*(A cikket írta: Taskovics Adél)*

\*\*\*

## **Februári rehabklub: fókuszban az Elérhető támogatások és szociális ellátások**

2024. február 14-én, szerdán délután rehabilitációs klub volt telephelyünk nagy, közösségi termében. Egy moderált beszélgetés alakult ki a résztvevők között, melyet Királyhidi Dorottya főtitkár, az elemi rehabilitációs részlegünk szakmai vezetője, valamint dr. Babinszki Vera jogász vezetett. A foglalkozáson összesen 16 fő vett részt: 11 egyesületi tag és 5 munkatárs.

Különleges bemutatkozó körrel vette kezdetét a program. Nem csupán neveink hangoztak el, de mindenki elmondta azt is, hogy milyen támogatásokban részesül. Ez nagyszerű kiinduló pontja volt az eszmecserének, melynek főbb tanulságait igyekszem összefoglalni az alábbi cikkben.

Többeknek jelent segítséget a parkolókártya. Ezzel kapcsolatban változott a rendszer. Régen autóhoz kötődött, ma viszont már személyhez kapcsolódik. Ha olyan igényli, akinek nincs autója, viheti magával, ha mégis kocsival közlekedik. Ezáltal az a gépjármű, amelyik őt szállítja, jogosulttá válik arra, hogy a fogyatékossgal élőknek fenntartott helyen parkoljon. Ehhez ki kell rakni a kártyát jól látható helyre, a szélvédőre. Aki ezt megteszi, olyan helyeken is díjmentesen parkolhat, ahol nincs külön erre kijelölt hely. Ez azonban csak közterületeken érvényes.

Mostanság a metróállomásoknál vagy autópályák budapesti bevezető szakaszainak a végénél gyakran jelölnek ki P+R parkolókat. Itt le lehet tenni az autót és tömegközlekedéssel tovább menni. Ilyen helyeken, vagy a nagy bevásárló központokban jogosulttá válunk beállni a mozgássérülteknek fenntartott helyre, de ki kell fizetni a parkolási díjat. Ha valaki lakótelepen lakik, ahol nagyon sok autó van, az önkormányzattól lehet kérni: fessenek fel plusz egy rokkantaknak fenntartott parkolót. Ez nem személyhez kötődik, de növeli az esélyét annak, hogy a kártya használatával meg tudjunk állni a lakóhelyünk közelében.

A parkolókárttyát a kormányablaknál lehet igényelni. Most már nem 5 évre szól, mint korábban, hanem határozatlan időre. Ha valaki elveszti vagy elhagyja, szintén a kormányablaknál lehet újat kérni.

Azok, akik fogyatékossgal élő személlyel élnek egy háztartásban, mentesülnek a súlyadó fizetése alól.

Az autópálya matricákkal kapcsolatosan semmiféle kedvezmény nem igényelhető. Ennek irányába többször tettek lépéseket az érdekképviseleti szervezetek, mindeztidáig eredménytelenül.

Idősebb tagjaink közül többen tartoznak kerületi nyugdíjas klubokhoz. Erről van, aki pozitívan vélekedett, míg másoknak nem jelent valódi segítséget.

Bizonyos önkormányzatoknál lehet fűtéshez támogatást igényelni, de más célra felhasználható, egyszeri juttatást is adnak. Rendszeres segélyt viszonylag kevés helyen nyújtanak. Van, ahol lakhatási támogatás is elérhető.

Néhányan beszámoltak arról: az ő kerületükben a nyugdíjas klubban ún. városkártyát osztogattak. Ezzel bizonyos üzletekben öt százalékos kedvezmény jár a kerületi lakosoknak. Az önkormányzat karácsony előtt vásárlási utalványt is adhat, ez viszont kerületenként eltér.

Pénzbeli ellátások közül többen említették a rokkantsági ellátást, a rokkantsági járadékot, valamint a fogyatékosági támogatást.

Ismert még ezen felül a sajátjogú családi pótlék (azaz a nevelési ellátás), valamint a vakok személyi járadéka. Ez utóbbit azonban csak a 2005 előtt születettek kapják.

Bizonyos időközönként érdemes felülvizsgálni, átgondolni, hogy kinek mi jár. Ezek között az ellátások között ugyanis összegszerű különbségek lehetnek. Ez attól is függ, hogy mennyit keresünk. Bár ma már nincs kereseti korlát, tehát bármekkora jövedelemre szert lehet ezek mellett tenni, a munkaviszony alakulása mentén lehet váltani egyik járandóságról a másikra. Ha van valakinek mondjuk 3 év munka-viszonya, átválthat egy másik járandóságra. Ha valaki vállalkozni szeretne, nem kaphat rokkantsági járadékot, csak ellátást.

Arról, hogy nekünk valami más, valami plusz jár, külön senki nem fog szólni. Ez mindnyájunk egyéni felelőssége.

Mi a teendő akkor, ha kategóriaváltás előtt állunk, de elutasítást kaptunk? Korábban volt lehetőség fellebbezésre, ez azonban mára megszűnt, csak perre lehet vinni a dolgot. Ilyenkor azonban nagyon keményen bizonyítani kell azt, hogy az állapot rosszabbodása valóban fennáll és megnehezíti az egyén önállóságát.

Volt, akinek az elutasítást a leszázalékolási határozatra hivatkozva küldték. Ilyen esetben érdemes lehet egy új komplex felülvizsgálatot kérni.

A közlekedés során kedvezményes (illetve városon belül ingyenes) utazási lehetőséget biztosít az MVGYOSZ tagsági igazolvány, illetve a Magyar Államkincstár (MÁK) által kibocsátott kártya.

Ha valaki nem szeretne a szövetség tagja lenni, de ingyenesen utazna, a MÁK-kártyával megteheti. Akinek ilyen nincs, lehet igényelni, öt évre adják. Fontos tudnivaló, hogy mellé a személyi igazolványt is fel kell mutatni.

A foglalkozás időpontjában még vártuk a rendeletet, amely szerint ingyenes lesz az utazás az egész ország területén belül a fogyatékosokkal élők számára. Március 1-től változás lesz.

Személyi igazolvánnyal, 65 év felett ingyenes az utazás.

MVGYOSZ tagsággal belföldön mind a látássérült személy, mind a kísérő 90 százalékos kedvezménnyel utazhat nagyobb távolságra, egy városon belül pedig ingyenesen. Kísérőre a MÁK-kártya vagy az MVGYOSZ tagságja ad jogosultságot.

A BKK-nál ingyenes az utazás, de vonattal vagy HÉV-vel közlekedve már nem, akkor 90 százalékos kedvezmény jár.

Ígéretet tettek arra is, hogy egységesítik majd a MÁV, a Volán és a BKK járatait.

Ha valaki dolgozik, bizonyos betegségekkel kapcsolatban is jogosult adókedvezményre. Ebben a diabétesz is benne van, ami sok látássérültet érinthet. Ha nem dolgozik az illető, a vele egy háztartásban élők is igénybe vehetik a családi adókedvezményt. A személyi adókedvezményt viszont csak saját jogon lehet igényelni, munkaviszony alapján.

Az is nagyon változó, hogy kinek kell a rokkantsági ellátásért bizonyos időközönként felülvizsgálatra járni. Van, aki kap róla dokumentumot, hogy állapota végleges, míg más nem. Bizonyos esetekben annak is lehetnek előnyei, ha be kell menni felülvizsgálatra. Ha romlik az állapot, pl.: van egy fokozódó látássérülés, akkor másik kategóriába tehetik az egyént és emelhetik a járandóságát. Akinek végleges, beadhatja újból a komplex minősítést.

Bizonyos segédeszközök vásárlásakor lehet egyedi méltányossági kérelmet benyújtani, ez azonban csak a nagyobb értékű tételek esetében lehetséges. A közgyógyellátás hallókészülékek esetén jelentős segítséget adhat. Akinek van ilyen igazolványa, bizonyos időközönként gyógycipőt is igényelhet vele. Ezt jelenleg ortopéd orvosnak kell felírnia.

Többször szóba került, hogy a kommunikációs eszközök teljes mértékben kiesnek a közgyógy listájáról. A SVOE a Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetségével közösen többször tett javaslatot ezek elérhetővé tételére. Erre a problémára hathatós megoldás eddig még nem született.

Aki rendelkezik egészségkártyával, jó ötlet lehet azzal hallókészüléket venni. Erre ugyanakkor nincs egységes megoldás, mert egymástól nagyban eltérő igények, lehetőségek vannak.

A 65 év felettieknek komoly biztonságérzetet adhat az ún. Gondosóra program. Aki ebben részt szeretne venni, kap egy speciális órát, amit a

karján vagy a nyakában hordhat. Az eszköz tetején van egy gomb. Vészhelyzet, pl.: rosszullet esetén ezt kell megnyomni és az órán keresztül jelentkezik egy diszpécser. Neki elmondhatjuk, mi a gond és megteszi a szükséges intézkedéseket, pl.: kihívja a mentőt. Fontos tudni, hogy az óra automatikusan senkihez nem jut el, csak külön igénylés esetén. Amikor megérkezett, használat előtt regisztrálni is szükséges. Ennek során jelezni kell, ha valaki kommunikációjában akadályozott: nem tud beszélni, esetleg hallásteljesítménye nem teszi lehetővé az okosórából hallható beszéd értelmezését. Ilyenkor lehet kérni, hogy a gomb megnyomása után automatikusan küldjenek az illetőért egy mentőt. Ezt rögzítik a rendszerben és a későbbiekben így járnak el.

Az eszköz képes érzékelni, ha a tulajdonosa elesik, jelzi ezt a központ felé. Beépített GPS is van benne, így be tudja mérni a tartózkodási helyet. Figyelni kell rá, hogy ne merüljön le. 2 napnál többet nem bír ki, folyamatosan tölteni kell. Néha erre a diszpécsernek is figyelmeztetnek. Kizárólag súlyos esetben érdemes megnyomni azt a bizonyos gombot, főleg akkor, ha mentőt szeretnénk hívni. Már csak azért is, mert a Mentőszolgálat így is nagyon túlterhelt.

A Gondosórára hivatkozva az utóbbi időben többféle csalás is megjelent. Érdemes észben tartani, hogy az óra ingyenes, ezért senki nem kérhet tőlünk pénzt. Ha igényt tartunk a szolgáltatásra, azt minden esetben nekünk kell jelezni, ők nem keresnek fel minket.

Látássérülteknek hasznos segítség lehet a Távszem alkalmazás. Ehhez elengedhetetlen, hogy az adott személy tudjon beszélni és telefont használni. iPhone tulajdonosoknak fontos információ: a telefon frissítését követően a mikrofont és a kamerát, valamint a helyzetkövetést minden esetben kötelező engedélyeztetni. Ha ezt elmulasztjuk, nem tudunk kommunikálni az operátorral.

Ha valaki egyáltalán nem lát, tisztában kell lennie azzal is, hogy a kamerája milyen módon működik. Gyakorlat kell ahhoz, hogy miként tartsuk megfelelően a telefont.

A Kontakt Tolmácsszolgálat videó alapú szolgáltatás és a jelnyelvet használók számára hozták létre. Felhívjuk a központban ülő tolmácsot, aki a hallható információkat fordítja jelnyelvre. Ennek van egy chatfelülete is, ami nagyszerűen használható Braille kijelzővel. Ilyen módon az írásbeli kommunikáció is működhet, csak be kell gyakorolni.

A támogató szolgálatok leginkább a kísérésben és a szállításban tudnak segíteni. Ezért minden esetben fizetni kell. Nagyon sok ilyen lehetőség van, de tevékenységük minden esetben vármegyékhez kötődik.

Mielőtt segítséget kérnénk egy támogató szolgálattól, szerződést kell velük kötni. Ilyenkor jövedelmünket is igazolni kell, mert ennek alapján állapítják meg, hogy milyen órabérrel dolgoznak nekünk.

A MÁV-nál és a Volánnál is lehet segítséget kérni a pályaudvartól végig az utazás során, még az átszállásban is. Ehhez azonban 36 órával az utazás megkezdése előtt jelezni kell a szándékunkat.

A pénzbeli támogatások rendszerében, ha valaki elbizonytalanodik, Jónás Eszter szociális munkástól és dr. Babinszki Vera jogásztól lehet segítséget kérni. Ehhez viszont fontos, hogy az összes papírja, határozata legyen nála.

*(A cikket írta: Taskovics Adél)*

\*\*\*

## **TÁRSSZERVEZETEINK HÍREI**

### **A Sipeki villa rejtelsei: az MVGYOSZ felújított székházában jártam**

2024. február 15-én, csütörtökön délelőtt a Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetségének (MVGYOSZ) székházába látogattam. Partner szervezeteik számára tartottak találkozót, melynek célja a felújított épületegyüttes megismerése, hivatalos átadó előtti bejárása volt.

Az MVGYOSZ nevében Tölgyesi Bella köszöntötte a résztvevőket. Felsorolta azon szervezetek nevét, akik képviseltették magukat a rendezvényen:

- Az MVGYOSZ tageszervezeteinek munkatársai;
- ALKO-SOFT Nonprofit Bt;
- Bodor Tibor Kulturális Egyesület;
- Informatika a Látássérültekért Alapítvány;
- Erdélyi Magyar Látássérültekért Egyesület;
- FAL 2001 Kft;
- Siketvakok Országos Egyesülete;
- Vakok Állami Intézete;

- Vakok Egységes Gyógypedagógiai Módszertani Intézménye, Óvodája, Általános Iskolája, Szakiskolája, Készségfejlesztő Iskolája, Fejlesztő Nevelés-Oktatást Végző Iskolája, Kollégiuma és Gyermekotthona.

Körünkben üdvözölte továbbá Böröczffy Istvánt, a Böröczffy Mérnök Iroda ügyvezetőjét, munkatársait, valamint a székház kivitelezéséért felelős két vállalat, az ÉPKAR Zrt. és a Prím Építő Kft. építésvezetőit.

2023. decemberében befejeződött az MVGYOSZ székházának felújítása. Ennek köszönhetően az idei évtől ismét méltó körülmények között biztosíthatja a látássérültek életét megkönnyítő szolgáltatásait. A magyar kormány vissza nem térítendő támogatásának köszönhetően közel 3,5 milliárd forintból újult meg a Hermina úti székház. A beruházás során a Lechner Ödön által tervezett, műemléki védelmet élvező Sipeki villa teljes körű, korhű felújítása valósult meg.

Megújult a kisebb közösségi eseményeknek teret biztosító Sipeki terem is. A 70-es években felhúzott toldaléképületet lebontották. Helyére egy új, 650 négyzetméteres, multifunkciós szolgáltatóházat építettek.

dr. Nagy Sándor, az MVGYOSZ elnöke köszöntő beszédében úgy fogalmazott: a bejárás napja mindnyájunk számára nagyon nagy nap. Több mint 4 éves erőfeszítés eredményének megünneplése ez.

Azért álmotdák meg az előre hozott, nem ünnepélyes megnyitót, hogy az egymás munkáját segítő emberek kötetlen hangulatban, egy baráti közösségként vehessék birtokba az új épületkomplexumot.

1905. és 2018. között rengeteg idő telt el. Ezek az évek olyan eseményeket is magukkal hoztak, mint a két világháború, vagy épp az 1956-os forradalom. A történelem viharai, a fegyverek által okozott rombolás is hozzájárult az épületek állagának romlásához. A helyzetet tovább nehezítette, hogy eredetileg minden felújításhoz engedélyt kellett volna kérni a műemlékvédelemtől.

A Szövetség székházának életében a centenáriumi év kiemelten fontos fordulót jelentett. Fővédnöke Áder János, a korábbi köztársasági elnök volt. Ő tett ígéretet arra: mindent megtesz annak érdekében, hogy az MVGYOSZ megkapja a kellő támogatást. Ezzel egy komoly harcokkal teli időszak vette kezdetét.

Nyilván a döntéshozók számára sem lehetett könnyű egyetlen szervezetnek ilyen sok pénzt adni. Ám a Lechner Ödön által tervezett, a Városliget közvetlen közelében álló épület egy ékszerdoboz. Egy olyan nemzeti kincs, amit kár lett volna veszni hagyni.

Az elmúlt időszak főbb mérföldköveit Böröczffy István műszaki ellenőr ismertette.

Elmondta: egy ilyen gyönyörű, műemlék épület felújításában részt venni nem egyszerű feladat. A műemlékek védelmére vonatkozó szempontokat a tervezés kezdeti lépéseitől figyelembe kellett venni. Ezt a tervezővel nagyon szoros együttműködésben indították el. Ebből idővel kialakult a konkrét terv. Végbe ment a közbeszerzés, majd a kivitelezők kiválasztása. Ők voltak azok, akik végig vitték a munkát, nagyon szép eredménnyel. Ez egy rendkívül hosszadalmas folyamat volt, sok nehézséggel. Olyan szempontokat kellett ennek során figyelembe venni, mint a műemlék jelleg, az akadálymentesség, valamint a vak és gyengénlátó személyek átlagostól jelentősen eltérő igényei. Ezek a problémák nem minden épület esetében megoldottak, ezért még a szakemberek számára is különleges kihívást jelentettek.

A székház és az új szolgáltatóház főbb funkcióit, és az épületegyüttes körüli változásokat dr. Nagyné Berke Mónika, az MVGYOSZ szolgáltatásvezetője foglalta össze.

A 2018-tól kezdődő munkálatok során nagyon sokféle szempontot kellett figyelembe venni. Ezek közül az egyik legmarkánsabb a műemlékvédelem.

Az újonnan épített szolgáltatóházzal könnyebb dolguk volt, mert arra nem vonatkoztak ezek a megkötések.

Ez az épület kapta azt a funkciót, hogy falai közt működjenek a szolgáltatások. Itt található a Segédeszközbolt, a szervíz, a tankönyvek adaptálásáért felelős csoport és a nyomda. Különleges ékköve a közel 300 fő befogadására képes konferenciaterem. Ez a Hermina terem funkcióit igyekszik pótolni, ám mind felszereltségében, mind elhelyezkedésében jóval felül is múlja. Mozgatható falainak köszönhetően három kisebb részre osztható. Mindegyiknek külön hangosítása, projektora van. Épp ezért nagyon sok lehetőséget biztosít annak, aki rendezvénye helyszínéül választja és bérbe veszi.

A felújítás 4 éve alatt azzal szembesültek, hogy a Vakok Általános Iskolájának Nádor-termén kívül nem igazán volt a környéken olyan helyszín, ahová el lehetett volna vinni nagyobb létszámban látássérült személyeket egy-egy programra. Ezt a hiányt igyekszik pótolni az új konferenciaterem.

A villaépületben jórészt irodai munkák folynak. A Braille könyvtár és a hangoskönyvtár viszont itt kapott helyet. Ennek az az oka, hogy a pontírású könyvek nagyon nagy terjedelműek. Ha az új szolgáltatóházba helyezték volna őket, a 300 fős nagyteremről le kellett volna mondani. Ezért az a villában működik, az alsó szinten.

A legfőbb változás az, hogy akadálymentes lett az épület. Figyeltek arra, hogy azok a látássérült személyek, akik a Szövetségben dolgoznak, illetve

azok, akik a szolgáltatásokat jönnek igénybe venni, minél jobban elkülönüljenek egymástól. Épp ezért a régi főbejáratot csak rendezvények alkalmával nyitják majd meg. A jelenlegi főbejárat a két épület közé esik. Ide akadálymentesen, egy rámpán keresztül lehet bejönni. Mindkét épületben van lift, illetve akadálymentes mosdó is rendelkezésre áll az összes szinten. A kaputól a rámpáig fehér bottal érezhető vezetősáv viszi a látássérült ügyfeleket. A rámpán keresztül haladva, azt követve egy újabb vezetősávra érünk, ami a szolgáltatóház bejáratáig visz. Másik, jelentős változás, hogy kaputelefonon keresztül engedik majd be a látogatókat.

A télikertbe eddig is az aula szintjén, egy üvegajtón keresztül lehetett bemenni. Korábban viszont ide 2-3 lépcsőfok vezetett lefelé. Ez most megszűnt, és a járófelülettel egy szintbe került a kapu. Az eredeti padlózat is megmaradt, annak elbontását a műemlékvédelem nem engedélyezte. Arra azonban volt mód, hogy álpadlót tegyenek fölé.

A házban található, eredeti parkettarészeket vagy nyílászárókat (ajtókat, ablakokat) nem lehetett elbontani, fel kellett újítani őket. Csak azok helyett csináltathattak újakat, amelyek állapota már nem tette lehetővé a felújítást. Ám ezeknek is korhűen kell kinézniük.

A délelőtt következő eseménye az épületegyüttes bejárása volt. Az MVGYOSZ munkatársai vittek körbe minket, kb. 15 fős csoportokban. Miután alaposan megismertük a MVGYOSZ székházának minden méltóságát, de a mai kornak mégis nagyon megfelelő, modern porcikáját, szendvicsebéddelel és kötetlen beszélgetéssel zárult az esemény.

*(A cikket írta: Taskovics Adél)*

\*\*\*

## **Megállapodás az Európai Fogyatékosági Kártyáról: jelentős előrelépés a szabad mozgás érdekében**

Helyreigazítás: az uniós tagállamoknak 42 hónapjuk lesz arra, hogy megkezdjék a kártyák kiadását. Ebből 30 hónap áll rendelkezésükre a megfelelő nemzeti jogszabályok megalkotására. Ez azt jelenti, hogy a kártya csak 4 év múlva válik teljes mértékben valósággá.

Az Európai Fogyatékoságügyi Fórum üdvözlöi, hogy az uniós intézmények ideiglenes megállapodást fogadtak el az Európai Fogyatékosági Kártyáról. Ez a rekordidő alatt elért ideiglenes megállapodás azt jelenti, hogy a kártya végleges szövegéről még a

jogalkotási ciklus vége előtt szavazni lehet. Ezzel hatalmas akadály hárult el a kártya megvalósítása előtt.

Bár az Európai Fogyatékosági Kártya nem felel majd meg a fogyatékoságügyi mozgalom minden követelésének, üdvözljük számos pozitív pontját, különösen:

- A közlekedési szolgáltatások bevonását, még akkor is, ha néhány kivételt alkalmaznak majd.
- Az EU mobilitási programjaiban való részvétel során a támogatáshoz való hozzáférésre vonatkozó rendelkezések beillesztését.
- Az Európai Fogyatékosági Kártya kiállítása és megújítása ingyenes lesz.
- Uniós-és nemzeti weboldalakot hoznak létre a kártyával kapcsolatos információkkal.
- A kártyabirtokosok magánéletének védelmét szolgáló biztosítékok.
- A tagállamok a kártya használatát hosszabb tartózkodásra is kiterjeszthetik.

Az Európai Bizottság elkötelezte magát amellyel, hogy tovább vizsgálja a fogyatékosággal élő személyek szabad mozgásával kapcsolatos fennmaradó hiányosságokat. Jó példa erre a fogyatékosággal kapcsolatos támogatások hordozhatósága, ha valaki egy másik uniós országba költözik.

Az EDF csalódott amiatt, hogy néhány követelésüket nem vették figyelembe:

- A fogyatékosági támogatásokhoz és juttatásokhoz való ideiglenes hozzáférés, amikor a fogyatékosággal élő személyek külföldre költöznek dolgozni vagy tanulni. A jelenlegi helyzetben az érintettek nem biztos, hogy hozzáférnek a támogatáshoz, amíg hosszadalmas "újrértékelési" folyamaton mennek keresztül. Az európai fogyatékoságügyi mozgalom folytatja a küzdelmet a teljes mozgás-szabadságért.
- Hiányzik az uniós finanszírozás a kártyák tagállamok általi tényleges végrehajtásának támogatására.
- Csalódottak amiatt is, hogy olyan kivételt tettek, amely lehetővé teszi egyes konkrét szolgáltatások kizárását abban az esetben, ha a különleges hozzáférés vagy a nyújtott kedvezmények további értékelések függvényei.

Sajnálattal veszik tudomásul, hogy milyen hosszúak az átültetésre és a végrehajtásra vonatkozó határidők.

Ami az Európai Parkolókártyát illeti, örülnek annak, hogy a rendszer megerősödik:

- Egyértelmű szabályozás arra vonatkozóan, hogy a hatóságok mennyi idő alatt adhatják ki a kártyát. Ezáltal elkerülhető a hossza-dalmas várakozás.
- Lehetőség van digitális funkciók beépítésére a csalások megelőzése érdekében, mint például a QR-kód.
- Braille-írás feltüntetése a fizikai kártyán.

Ez a megállapodás megnyitja az utat annak a javaslatnak a gyors lezárásához, amely a kártyáknak az uniós országokban tartózkodó harmadik országbeli állampolgárokra való kiterjesztésére irányul.

A végleges szöveget még az EU Tanácsának és az Európai Parlamentnek jóvá kell hagynia, majd az EU hivatalos lapjában közzé kell tennie. Ezután kezdődnek a fent említett határidők.

Az EDF részletesebb elemzést is közzétesz a szövegről, amint az Európai Parlament plenáris ülése áprilisban jóváhagyja azt.

Yannis Vardakastanis, az EDF elnöke elmondta:

„Ez jelentős győzelem a fogyatékosügyei mozgalom számára, amely több, mint egy évtizeden át kampányolt ezért a kártyáért. Arra számí-tunk, hogy a kártya jól fog működni, és a fogyatékosokkal élő polgárok európai projektbe való teljes körű beilleszkedésének sarokkövévé válik.”

*Forrás: az EDF által e-mailben küldött tájékoztató.  
(Angol nyelvről fordította: Taskovics Adél)*

\*\*\*

## **Szégyen! Az uniós tagállamok nem büntetik a kényszersterilizációt és a nemi erőszakot**

2022-ben az Európai Bizottság irányelvjavaslatot terjesztett elő a nők elleni – és a családon belüli erőszak elleni küzdelemről.

Ezt a fogyatékosügyei mozgalom meg is ragadta, hogy kampányt folytasson a kényszersterilizáció büntethetővé tételéért. Emellett a fogyatékosokkal élő nők és lányok bántalmazással és erőszakkal szembeni védelmének fokozásáért is küzdöttek. Bár az eredeti javaslat nem tartalmazta a kényszersterilizálás büntethetővé tételét, az Európai

Parlament figyelembe vette a fogyatékosügyei mozgalom követeléseit. Tárgyalási álláspontjába be is építette azokat.

Az uniós országok azonban – az EU Tanácsának szintjén – elutasították a kényszersterilizáció bűncselekményének felvételét. Nemcsak ezt, de még a beleegyezés hiányán alapuló nemi erőszak bűncselekményét is kizárták – mondta Frances Fitzgerald EP-képviselő, a tárgyalások vezetője. Hozzátette, hogy különösen a francia és a német kormányt lehet emiatt hibáztatni. Mivel nem voltak hajlandók elfogadni a nemi erőszak kriminalizálását, megakadályozták a bűncselekmények szélesebb körű listájának jóváhagyását.

Az Európai Parlamentnek most arról kell döntenie, hogy elfogadja-e a Tanács álláspontját az irányelv megszavazásához.

Az Európai Fogyatékosügyei Fórum (EDF) ismételten felszólítja az EU tagállamait, hogy vessenek véget a fogyatékossgal élő nők és lányok elleni erőszak minden formájának, különös tekintettel a kényszersterilizálásra.

Felszólítják az uniós intézményeket, hogy az irányelvben biztosítsák a fogyatékossgal élő nők és lányok jogainak megfelelő védelmét. Ebbe bele kell érteni az áldozatok számára hozzáférhető információkat és szolgáltatásokat. A fogyatékossgal élő személy elleni erőszak elkövetői számára pedig súlyosbító körülményként értékeljék az ilyen cselekedeteket.

*Forrás: Edf-feph.org  
(Angol nyelvről fordította: Taskovics Adél)*

\*\*\*

## **Az Európai Unió választások jelöltjeinek el kell kötelezniük magukat a fogyatékossgal élők jogai mellett**

Az EDF felszólítja az európai parlamenti választások valamennyi jelöltjét, hogy kötelezzék el magukat a több mint 100 millió fogyatékossgal élő ember jogainak előmozdítása mellett. Tegyék ezt azért, hogy aláírják a nemrégiben közzétett „Fogadalom a 2024-es európai választásokon induló jelölteknek: A fogyatékossgal élők számára inkluzív jövő építése” című dokumentumot.

A fogadalom a 2024-es európai választásokról szóló, „Befogadó jövő építése a fogyatékossgal élők számára az EU-ban” című EDF-kiáltványban megfogalmazott követelésekre épül. Ezt több mint 700

résztevéő fogadta el a Fogyatékossággal Élők Európai Parlamentjén, 2023 májusában.

A fogadalom két fő követelése a következőkre összpontosít:

1. Annak biztosítása, hogy az Európai Parlament jövőbeli képviselői újra létrehozzák az Európai Parlament Fogyatékosságügyi Munkacsoportját, és csatlakozzanak is ahhoz. Ez az Európai Parlament informális testülete, amely annak minden nemzetiségű és a legtöbb politikai csoportból származó képviselőit tömöríti. Célja a fogyatékosággal élők jogainak előmozdítása.
2. Kéri a következő Európai Parlamentet, hogy támogassa az Európai Bizottsághoz intézett felhívásukat. Vizsgálja felül az Európai Unió fogyatékosággal élő személyek jogairól szóló stratégiáját, hogy új kiemelt kezdeményezések kerülhessenek bele.

A kiáltvány konkrét kezdeményezéseket is javasol, mint például:

- egy új Egyenlőségi és Alapjogi Főigazgatóság az Európai Bizottságban;
- egy Fogyatékosságügyi Bizottság az Európai Parlamentben;
- egy Egyenlőségi Testület a Tanácsban;
- egy új európai akadálymentesítési ügynökség;
- fogyatékosági foglalkoztatási és készséggarancia a fogyatékosággal élő személyek nyílt munkaerőpiacon való részvételének fokozása érdekében;
- a fogyatékosággal élő nők és lányok további védelme, beleértve a kényszersterilizálás tilalmát;
- jogszabály bevezetése a fogyatékosággal élő személyek számára a segítő technológiák elérhetőségének és megfizethetőségének biztosítására.

Yannis Vardakastanis, az Európai Fogyatékosságügyi Fórum elnöke elmondta:

„Bár az Európai Parlament nagyszerű szövetségese a mozgalomnak, még mindig messze vagyunk a befogadó EU-tól. Szükségünk van arra, hogy a választásokon a jelöltek elkötelezzék magukat jogaink, több mint 100 millió ember jogainak védelme mellett.”

*Forrás: az EDF által e-mailben küldött tájékoztató.  
(Angol nyelvről fordította: Taskovics Adél)*

\*\*\*

## HÍR, ÉRDEKESSÉG

### Áttörés: a siket fiú hall az első génkezelés után

Az apja hangja, az elhaladó autók zaja és a haját nyíró olló: egy tizenegy éves kisfiú életében először hall, miután áttörést jelentő génterápiában részesült. A kezelést (az Egyesült Államokban elsőként) végző Philadelphiai Gyermekkórház (CHOP) szerint mindez reményt jelent a genetikai mutációk okozta halláskárosodásban szenvedő betegek számára, a világ minden táján.

Aissam Dam egyetlen gén rendkívül ritka rendellenessége miatt „teljesen siketnek” született.

A halláskárosodás génterápiája olyan dolog, amiért mi, orvosok és tudósok a halláskárosodás világában több mint húsz éve dolgozunk, és végre itt van – mondta John Germiller sebész, a CHOP fül-orr-gégészeti részlegének klinikai kutatási igazgatója a ScienceAlert online tudományos portálnak.

– Bár a páciensünkön végzett génterápia egyetlen, nagyon ritka gén rendellenességét korigálta, ezek a vizsgálatok megnyitják az utat a jövőbeni felhasználásra a több mint 150 másik gén közül, amelyek gyermekkori halláskárosodást okoznak.

Az Aissamhoz hasonló betegeknél a hibás gén megakadályozza az otoferlin termelését. Ez a fehérje ahhoz szükséges, hogy a belső fül „szőrsejtjei” képesek legyenek a hangrezgéseket kémiai jelekké alakítani, amelyeket az agyba továbbítanak. Az otoferlin génhibák rendkívül ritkák. A születéskor jelentkező halláskárosodások 1-8 százalékát teszik ki.

Aissam Dam 2023. október 4-én olyan műtéti beavatkozáson esett át, amelynek során részben felemelték a dobhártyáját. Ezt követően egy ártalmatlan vírust fecskendeztek a csigolya belső folyadékába. Ezt úgy módosították, hogy az otoferlin gén működő másolatait szállítsa. Ennek eredményeképpen a szőrsejtek elkezdtek előállítani a hiányzó fehérjét és ezután megfelelően működtek.

Közel négy hónappal azután, hogy az egyik fülében megkapta a kezelést, Aissam hallása olyan mértékben javult, hogy már csak enyhe vagy közepes fokú halláscsökkenése van. Életében szó szerint először hallja a hangokat – áll a kórház közleményében.

– Annak ellenére, hogy a Marokkóban született, majd Spanyolországba költözött Aissam újra hall, talán soha nem tanul meg beszélni. Ennek oka, hogy ötéves kor körül bezárul az agy ablaka a beszéd elsajátítására.

A tanulmánynak az amerikai Élelmiszer- és Gyógyszerügyi Hivatal adott zöld utat, amely biztonsági okokból először idősebb gyermekeken akarta elkezdni a kutatást. A kísérlet egyike a több, az Egyesült Államokban, Európában és Kínában folyamatban lévő vagy hamarosan induló tesztnak. A hírek szerint ezek során már néhány más gyermeket is meggyógyítottak.

Egyre több, különböző korú beteget kezelnek ezzel a génterápiával. Ennek köszönhetően a kutatók még mélyebb ismereteket szereznek arról, hogy milyen mértékben javul a hallás, és hogy ez a hallásszint fenntartható-e hosszú éveken keresztül.

*Forrás: Origo.hu*

\*\*\*

## **A polihisztor Kempelen Farkas**

Írógépet tervezett vakok számára. Mozgatható betegágyat szerkesztett Mária Teréziának. Vízemelő gépe működtette a schönbrunni kastély szökőkútjait. Sakkozó „automatája” és beszélőgépe pedig világhírnevet hozott neki. A 290 éve, 1734. január 23-án született Kempelen Farkas az utolsó polihisztorok egyike volt. Jártas a művészetekben és a természettudományokban, nyolc nyelven beszélt és verselt. Emellett szorgos hivatalnokként szolgált a Habsburgokat.

A 18. század legjelentősebb magyar polihisztora, Kempelen Farkas (Wolfgangus Franciscus de Paula) 1734. január 23-án született Pozsonyban nemes Kempelen Engelbert császári és királyi kamarai udvari tanácsos és Spindler Anna Rosina fiaként. Széleskörű tanulmányokat folytatott szülővárosában, Pozsonyban, majd Győrben, Bécsben és Rómában. Filozófiát, jogot tanult. Gyakorolta a rézmetszést, de a matematika és a fizika is érdekelte. Huszonegy évesen latinról németre fordította Mária Terézia törvénykönyvét. 23 évesen már udvari tanácsos, 25 évesen a magyarországi sóbányák felügyelője lett.

1767-ben kormánybiztosként ő irányította Bácska betelepítését, közreműködött a pozsonyi hajóhíd építésénél. Megtervezte a pozsonyi vár vízvezetékét, a schönbrunni kastély szökőkút rendszerét. Megoldotta a budai vár vízellátását, foglalkozott egy Száva-Adria csatorna építésével. Ő készítette a budai Várszínház terveit, és irányította a kivitelezést. Tökéletesítette a gőzgépet, megszerkesztette a turbina ővét. Írógépet konstruált vakok részére, mozgatható betegágyat készített a himlőben megbetegedett császárnőnek. Nem utolsó sorban ezért nemesi rangra emelték.

1791-ben adta közre „Az emberi beszéd mechanizmusa” című tanulmányát, amely a modern fonetika alapja lett. Elméletének igazolására huszonkét év alatt elkészítette gyermekhangon megszólaló, a hangképző szervek működését utánzó masináját. A tüdőnek fújtató, a hangszalagoknak sípok, az orrüregnek nyílások, a szájüregnek tölcser felelt meg. A hangok képzésekor nyílásokat fedett le és tett szabaddá.

Sakkautomatája, amelyet gyermekjátéknak, mechanikai tréfának nevezett, kora legnagyobb szenzációja lett. Az 1769-ben bemutatott, töröknek öltöztetett emberi alak alacsony szekrény mögött egy széken ült, és az előtte lévő saktáblán játszott. Az egész világot bejáró gépezet olyan ellenfeleket győzött le, mint Napóleon, II. Frigyes porosz király és Edgar Allan Poe, szabálytalan lépés esetén reklamált.

Maga Kempelen nem csinált titkot belőle, hogy az automatában törpe lapul. Ez mára bebizonyosodott. A játékost olyan zseniális mechanikai és optikai trükkökkel tudta elrejteni, hogy az ajtók kinyitáskor csak fogaskerekek látszottak. A titkot Kempelen életében senki sem tudta leleplezni, sőt az automata látványosság lett Amerikában is, a német nyelvbe pedig a csalás szinonimájaként vonult be a játék neve.

A szerkezet 1854-ben elégett, csak a közelmúltban építették újra.

1798-ban, 43 évi szolgálat után nyugdíjazták. Élete végén I. Ferenc császár, talán mert gyanúsak találta Kempelen jakobinus kapcsolatait, megvonta járadékait. Így a XVIII. század egyik legragyogóbb elméje szegénységben halt meg 1804. március 26-án. Számtalan találmánya közül kortársait beszélőgépe és sakkozó automatája nyugozta le legjobban.

2007-ben, a Múcsarnokban kiállítás mutatta be Kempelen életét és munkásságát. A tárlaton látható volt beszélőgépeének egyetlen fennmaradt, Németországban őrzött példánya, és a sakkozó gép rekonstrukciója.

*Forrás: Cultura.hu*

\*\*\*

## **Ezer évvel ezelőtt robotok népesítették be az arab sivatagot**

Ha azt halljuk, robotika, ezt a legtöbb ember jellegzetesen modern tudománynak gondolja. Olyannak, melyben a legkorszerűbb matematikai-fizikai-mérnöki tudás segítségével igyekeznek olykor praktikus, olykor kevésbé praktikus dolgokat, robotokat alkotni. Az olyan csapatok, mint például a Boston Dynamics, már számtalan videót tettek közzé folyamatosan zajló fejlesztéseikről.

Az a tény azonban már kevésbé ismert, hogy mintegy 1000 évvel ezelőtt az arab sivatagban robotzenekar, robotpincérek, önműködő ajtók és páva alakú szökőkutak is a tájképhez tartoztak. Az információ hihetetlennek tűnik, pedig meglehetősen alaposan dokumentált és igaz.

A legkiemelkedőbb személy, akit meg kell a korszakból említenünk, Iszmail Al-Dzsazari. 1136-tól 1206-ig élt. A mezopotámiai területen található Dzsazari városában lakott, az ott uralkodó Artuqid dinasztia tagja volt.

Munkásságáról leginkább egyik fennmaradt könyvéből, a Mechanikai tudás könyve című művéből lehet olvasni. Az egykori muszlim tudóst, feltalálót, polihisztort bizony minden joggal tekintik a robotika atyjának.

Kötetében csak olyan tárgyak leírása található, amelyeket ő maga épített. A mű egy jelentős részét nem is konkrét találmányok, hanem azok alkotóelemei teszik ki: tengelyek, emelőrendszerek, fogaskerekek, sebességszabályzók és különböző mechanikus controllerpanelek leírását tartalmazza.

Napjainkban az egész világ csodájára jár, ha bemutatnak Japánban egy éttermet robotpincérekkel. Pedig az 1100-as években Arábiában már volt tea és víz felszolgálásra képes, emberformájú "automaton".

Épp így létezett a nemesek ámulatba ejtésére tervezett úszó robotzenekar, ahol különböző karok állításával a játszott zenét is könnyen meg lehetett változtatni.

Mivel sivatagos területen élt, a különböző víz-emelő szerkezetek szintén kiemelt helyet kaptak munkásságában. Különleges tény, hogy tervezett egy páva formájú szökőkutat is.

*Forrás: Promotions.hu*

\*\*\*

## **23 millió éves, megkövesedett mangroveerdőre bukkantak Panamában**

A kutatók először 2018-ban fedezték fel a fossziliákat egy geológiai expedíció során, Barro Colorado szigetén. Ez Panama ember alkotta Gatun-tavában fekszik, amelyen évente több ezer hajó halad át.

A sziget régen egy dombos táj részét képezte, 1913-ban azonban részben víz alá került. Ez akkor történt, amikor a mérnökök a csatorna építése érdekében felduzzasztották a Chagres-folyót. 1923-ban természetvédelmi területté nyilvánították.

Ma trópusi erdői a világ egyik legintenzívebben tanulmányozott erdejei közé tartoznak. „Soha nem gondoltuk volna, hogy a szigeten fosszilis fák találhatóak, senki sem számolt be róluk” – árulta el a Live Science-nek

e-mailben Carlos Jaramillo, a tanulmány társszerzője, a panamai Smithsonian Trópusi Kutatóintézet geológusa. Elmondása szerint ez különösen ritka, hiszen rengeteg kutatócsoport vizsgálja a területet. A fossziliákat viszont nehéz megkülönböztetni az erdő bármely más korhadó fájától. Jaramillo szerint a mangrovefossziliák megjelenésük ellenére valójában elképesztően jó állapotban vannak. Ennek oka, hogy egy vulkánkitörés 23 millió évvel ezelőtt betemette a fákat, lelassítva a bomlást és megfagyasztva a tájat az időben.

„A megkövesedett fáknak is nevezett fosszilis faminták nagy mennyiségű információt tárolnak” – mondta a tanulmány vezető szerzője, Camila Martínez Aguillón, a kolumbiai EAFIT Egyetem paleoökológusa.

A sejtes szerkezet az évszázadok során mineralizálódott és épségben megmaradt, ami ritka és nagyszerű lehetőséget kínál a kutatóknak, hogy a múltba utazzanak.

A szakemberek 121 megkövesedett famintát vizsgáltak meg, amelyek egy kis patakban feküdtek szabadon Barro Colorado területén. Megállapították, hogy 50 közülük egy eddig ismeretlen fajhoz tartozott, amelyet *Sonneratioxylon barrocoloradoensis*-nek neveztek el. Az újonnan felfedezett fosszilis fajok hasonlítanak a mangrovefákra, amelyek Délkelet-Ázsiában; Ausztrálázsiban (Ausztrália, Új-Zéland és néhány környező sziget), valamint a mai trópusi Afrika egyes részein nőnek.

A legtöbb élő mangrovefa lombkoronája körülbelül 13 méter magas.

A *S. barrocoloradoensis* átlagosan körülbelül 25 méter magasra nőtt, de akár 40 méterre is tornyosulhatott. Jaramillo szerint az ősi fák valószínűleg ugyanazokat a túlélési stratégiákat fejlesztették ki, amelyeket a mangrovefák ma is alkalmaznak. A keveredett vizet részesítik előnyben az erősen sós óceáni vizekkel szemben. Az erdő egy keskeny félszigetet szegélyezett, amely a mai Panama középső részét kötötte össze Észak-Amerikával, mielőtt a Panama-folyosó kialakult volna, valamikor 23 millió és 3 millió évvel ezelőtt.

A mangrovefossziliák mind hasonló állapotban voltak. Ezért a kutatók úgy gondolják, az erdőt egyetlen vulkánkitörés pusztította el. Tette ezt azért, hogy iszappal árasztotta el a tájat.

*Forrás: Hellomagyar.hu*

\*\*\*

## **Aventinus Kulcslyuk: egy titkos kis nyílás Rómában, amelyen át egyszerre 3 országra láthatunk**

Rómában számtalan rejtett kincset találunk: gyönyörű épületeket, hangulatos kis tereket, apró templomokat. A 7 domb egyikén, az Aventinuson megbúvó titkos Aventinus kulcslyuk is különleges fotótémát biztosít. Ráadásul keresztülpillantva rajta egyszerre 3 országra láthatunk rá.

A látótér középpontjában a Szent Péter-bazilika emelkedik, amit zöld növények és épületek szegélyeznek. Tökéletesen megkomponált a kép, nem csoda, hogy turisztikai szenzációvá vált. A kupola óriásinak tűnik, a karbantartott sövény pedig a kulcslyukkal együtt lélegzetelállító keretbe foglalja azt.

Aki itt benéz, egyszerre 3 országra láthat rá: a Szent Péter-bazilika (Vatikán), Róma (Olaszország) és a Máltai Lovagrend területére (Málta).

A Máltai Lovagrend kolostorának területen kívüli státusza van, így technikailag Máltához tartozik, ugyanúgy, mint egy nagykövetség. Az egyébként zárt ajtó a Máltai Lovagok, a legendás kereszties lovagok és egyházi rend perjelségéhez vezet.

A kulcslyukat egy kis templomban keressük, amelynek neve Santa Maria del Priorato.

Ez a híres építész és metsző, Giovanni Battista Piranesi 18. századi alkotása.

*Forrás: Termeszeti.hu*

\*\*\*

## **A kisvirágú füzike jótékony hatásai**

Antioxidáns, immunerősítő, vízhajtó, hangulatjavító. Rendszeres használatával elkerülhető a prosztatata megnagyobbodás. Csökkenti az éjszakai vizelések számát, lehetővé téve a nyugodt pihenést. Az ürített vizelet mennyiségét is növeli. Gyulladáscsökkentő hatása miatt hólyaggyulladás, hólyagműködési elégtelenség esetén is kiválóan használható. Nőknek is ajánlott ezekre a problémákra. Folyamatosan fogyasztható, hozzászokni nem lehet. Ismert káros mellékhatása nincs

Felhasználása belsőleg:

Elkészítési módja: egy csapott evőkanál füzikét egy porcelán csészébe teszünk. Leöntjük 2,5 dl forró vízzel, letakarva állni hagyjuk 15-20 percig. Leszűrés előtt a tea tetején kialakult színes hártát, melyben sok hasznos hatóanyag van, egy kiskanállal leszedjük és megisszuk. A másik lehetőség, hogy leisszuk a tetejéről, és csak ezután szűrjük le az egész teát. Minden esetben reggel, éhgyomorra fogyasszuk.

Negyven éves kortól minden férfinak ajánlott inni hetente egy csészével. Későbbi használata attól függ, hogy milyen gyakori az éjszakai vizelési inger. Ha kétszer kell felkelni éjszaka, elég három naponta egy csésze füzike teát inni reggel éhgyomorra. A kettőnél többszöri éjszakai vizelési ingernél már naponta egy csésze javasolt.

Prosztata védőital:

Egyenlő arányban veszünk kisvirágú füzike, vadárvácska, kakukkfű, csalánlevél és gyermekláncfű gyökér gyógynövényeket. Összekeverjük, egy csapott evőkanálnyi leöntünk 2,5 dl forró vízzel. 25 percig állni hagyjuk, leszűrjük. Naponta 2-3 csészével iszunk a nap folyamán elkortyolva a prosztata gyulladása esetén. Súlyosabb esetben 1-2 hónapig folytatjuk a kúrát.

Ez a forrázat tisztítja a vesét és csökkenti a prosztata és a hólyag krónikus gyulladását.

*Forrás: „A bükki füvesember nyomában” című könyv*

## **10 meglepő érdekesség a nagyvilágból**

Statisztikák szerint egy másfél órás thriller vagy horror nézése közben nagyjából 200 kalóriát veszítünk. Ez 30 perc futásnak felel meg. Valószínűleg a most következő érdekességek is hasonló hatással lesznek mindenkire.

1. Az embereknek testüket borító szőrre van szükségük annak érdekében, hogy észrevegyék magukon a rovarokat, és minél hamarabb eltávolíthassák. Ezért általában libabőrösek leszünk, ha valaki váratlanul hozzánk ér.
2. Az ember és néhány állat akár az életét is képes kockáztatni azért, hogy sóhoz jusson. A sómegvonás ugyanolyan tünetekkel jár, mint például a kokainfüggőség.
3. A kutatók úgy vélik, hogy a hidegháború alatt körülbelül 50 atombomba veszett el a világon, ezek többsége valószínűleg valahol a tenger fenekén fekszik.

4. A méhek mérgező mirigyei egyben a reproduktív rendszerük mirigyei is. Ezért a méreggel együtt olyan anyagok jutnak az áldozat vérébe, amelyek más méheket is odavonzanak.
5. Az Egyesült Államokban évente körülbelül 2500 olyan balesetet regisztrálnak, amit a jobbkezes embereknek tervezett berendezések használata okoz a balkezes embereknek.
6. Az alacsony D-vitamin szint depresszióhoz és önkárosító vágyhoz vezethet. Ilyen alacsony D-vitamin szint figyelhető meg minden 8. embernél a világon.
7. A párizsi állatkertben 2019-ben egy új kisállat jelent meg. Ez a Physarum polycephalum. Egy gombaszerű organizmus, amely képes mozogni és megtámadni az ellenségeit. Ha felvágjuk, mindegyik fél külön életre kell, majd később újra összeolvad.
8. Ha olyan érzésed van, mintha valaki figyelne Téged, akkor valószínűleg igazad van. Az emberi agy képes felismerni egy másik személy pillantását még akkor is, ha az kívül esik a látómezőn.
9. Amikor a delfinek a vízben fuldokló embert a partra tolják, valójában nem azért teszik, hogy megmentseék. Játsszani akarnak vele, mint szerencsétlen zsákmánnyal. Ugyanilyen nagy a valószínűsége annak is, hogy a delfinek mondjuk a vízbe löknek valakit például egy hajóról – pusztán a játék kedvéért.
10. A zsírkréta illata a világ egyik legismertebb illata. A titok egyszerű: az illata olyan, mint a sztearinsav, amely megtalálható a marhahúsban is. Ez a zsírkréta viaszos állagának fenntartásához szükséges.

*Forrás: Nemkutya.com*

\*\*\*

## **KEDVENC RECEPTJEIM**

A Kedvenc Receptjeim következő finomsága: zöldséges ragu.

Hozzávalók:

- 40 dkg filézett csirke, vagy pulykamell
- 10-15 dkg friss gomba, vagy konzerv is jó
- 1 nagyobb fej vöröshagyma
- 5-6 darab kisebb savanyu uborka

- 1 pohár tejföl

#### Elkészítése:

A gombát és az uborkát megtisztítjuk és szeletekre vágjuk. A húst felcsíkozzuk, a hagymát apróra kockázzuk és kevés olajon üvegesre pirítjuk. Ezután ráadjuk a húst, majd ízlés szerint sózzuk, borsozzuk, továbbá tehetünk bele fokhagymát és majorannát is. Körülbelül 1 dl vízzel felöntjük, és lassú tűzön puhára főzzük. Amikor már majdnem elkészült, tegyük bele a gombát és az uborkát. Amíg összefő a hússal, addig krémesre keverjük el a tejfölt, ha nagyon sűrű, akkor egy picit tejjel hígíthatjuk. Ha ezzel készen vagyunk, öntsük rá a kész ételre, és pár perc alatt forraljuk össze. Az elkészült ételhez rizs vagy tészta köretet ajánlok. Jó étvágyat hozzá!

\*\*\*

## A HÓNAP VERSE

Áprily Lajos: Nő már a nap

Ember, ne félj: nő már a nap!  
A jégfogú szél nem harap.

A koldus is dúdolva jár,  
ragyog rongyán a napsugár.

A gond sem él mindig, ne hidd,  
ragadd meg és a hóra vidd.

A hóval szétfoszlik hamar:  
elmossa egy langyos vihar.

A déli szél kürtjébe fú,  
léggömbbel játszik egy fiú.

Most elszakadt a gömb-zsineg  
s a gömbje boldogan lebeg.

Ringatja a tavasz szele -  
szállj fel, kedvem, szállj fel velem!



**Siketvakok Országos Egyesülete**  
HungarianDeafblindAssociation

Székhely: 1146 Budapest, Ajtósi Dürer sor 39.  
Levelezési cím: 1089 Budapest, Korányi Sándor u. 30.  
Telefon: 06-1/209-5829  
E-mail: [siketvak@siketvak.hu](mailto:siketvak@siketvak.hu)  
Adószám: 18061031-1-42

Összeállította, szerkesztette: Taskovics Adél