

HÍRMONDÓ 2025/10

Siketvakok Országos Egyesülete



Kedves Olvasók!

Hírlevelünk jelen számában először az elmúlt hónap egyesületi programjaira tekintünk vissza. Beszámolót olvashatnak a Dinnyési Várkert és Skanzenben tett kirándulásunkról, SMART Klubunkról, illetve a látás hónapjához kapcsolódó rendezvénysorozatunk eddig lezajlott eseményeiről.

A hírek, érdekességek rovatban többek között egy veszélyes, internetes csalásról is lerántjuk a leplet. Emellett egy siketen és vakon született kiskutya inspiráló történetével is megismerkedhetnek.

Magazinunk lapjairól többek között az is kiderül, milyen pozitív egészségügyi előnyökkel jár a káposzta rendszeres fogyasztása. Ezután egy olyan országba is ellátogatunk, melynek lakói inkább a föld alatti életet választották a felszínen uralkodó magas hőmérséklet elviselése helyett.+

Jó olvasást, kellemes időtöltést kívánunk!

Taskovics Adél, szerkesztő

TARTALOM

HÁZUNK TÁJÁRÓL – EGYESÜLETI HÍREK.....	2
A Dinnyési Várpark és Skanzenben jártunk.....	2
SMART Klub volt egyesületünkben, a koronavírus járvány óta először	5
Látni a láthatatlant – megkezdődött a látás hónapjához kapcsolódó rendezvénysorozatunk a H13 Kultpontban	10
A Csend – látás-és hallássérültekből álló színtársulatunk bemutatkozott a H13-ban	13

HÍR, ÉRDEKESSÉG	15
Veszélyes csalás terjed a Facebookon: a Meta nevében több ezer magyar felhasználót csaptak be	15
Piglet, a siket és vak kiskutyám üzenete neked	16
Te tudod, hogy mióta létezik kutyatáp?	17
Miért élnek 5 évvel tovább a nők, mint a férfiak? Eunuchok adhatják meg a választ	19
Lassan itt a káposzta szezon	21
A kígyók és szúnyogok nélküli különleges ország	23
Élet a föld alatt	23
Az első ember története, akit 1967-ben lefagyasztottak a jövőbeli feltámasztás reményében	25
Vicces tények és érdekességek a világ minden tájáról	28
A zebracsíkokkal lefestett teheneket elkerülik a legyek? – vizsgálták az idei Ignobel-díjjal kitüntetett tudósok	29
Eddig te is rosszul ráztad fel a ketchupos flakont: így csináld, ha már csak pár csepp van benne.....	30
KEDVENC RECEPTJEIM.....	30
A HÓNAP VERSE	31

HÁZUNK TÁJÁRÓL – EGYESÜLETI HÍREK

A Dinnyési Várpark és Skanzenben jártunk

2025. szeptember 20-án, szombaton egész napos egyesületi kirándulásra mentünk. Ez a nyáron elmaradt Siketvakság Világnapjához kapcsolódó program pótlása volt. Az eseményen összesen 57 fő vett részt (37 egyesületi tag és kísérőik, valamint 20 munkatárs és önkéntes).

A Dinnyési Várpark és Skanzen látogattuk meg. Kegyes volt hozzánk az őszi időjárás, szeptember végi napsütésben gyűjthettük be a szép emlékeket.

A Várpark és Skanzen 2 hektárnyi területen fekszik. Amivel itt találkozhatunk, az egy érdekes és értékes szabadtéri kiállítás, mely egyaránt gyönyörködtet jól látó szemeket és a látássérültek felfedezni vágyó ujjbegyeit. 46, középkori magyar vár kicsinyített eredetijével ismerkedhettünk

meg. A szóhasználat nem véletlen. Azért nem másolatot írtam, mert ezek a várak valós helyükön már csak romokban léteznek.

A kicsinyített várak, épp úgy, mint anno az eredetijük, kőből, téglából, fából és földből készültek. Az anyaghű makettparkot, mely egyedülálló a világon, Alekszi Zoltán álmodta meg és építette fel. Munkájának köszönhetően 2018-ban, 2019-ben, 2020-ban, 2021-ben, majd 2023-ban is bekerült a Guinness világrekorderek közé.

A sétány a történelmi Magyarország térképét formázza, ahol a várakat az eredeti elhelyezkedésüknek megfelelően találjuk meg. Mindegyik építmény mellett három nyelvű információs tábla hirdeti annak rövid történetét.

Emellett a parkban 90 emlékoszlop is sorakozik. Ezek az összes magyar uralkodó, fejedelem és kormányzó neve és legfontosabb tettei mellett az adott személyek fából faragott arcmását is őrzik. A Várkutatók Emlékháza is itt található. Ebben írásos feljegyzések és fotók mellett egy folyamatosan ismétlődő kisfilm vetítése is várt minket, mely a park születésének körülményeit összegezte.

A helyszín 2014-ben nyitotta meg kapuit, majd 2019-ben egy Árpád-kori településsel bővült. Ez a terület a Skanzen.

Két, XI. századi fatemplom, szekérvár, palánkvár rekonstrukciós kísérlete is helyet kapott itt. Olyan kincseket is magában rejt, mint a korabeli veremházak, állattartást bemutató építmények, valamint a Kárpát-medencét felölelő fazekas kiállítás.

A fatemplom azért is érdekfeszítő, mert egy magyar oltár van benne berendezve. 2024-ben elkészült egy 11. századi fa körtemplom (rotunda) rekonstrukciós kísérlete, amelyben Jézus élete jelent meg 101 szobor formájában.

A skanzen mellett egy eredeti méretben rekonstruált, honfoglalás kori szekérvár és palánkvár is fogadja az érdeklődőket. A szekérvár támadó fegyverként is jól használható volt. Szekerekbe fogott igavonó állatok segítségével mozgatták és zászlójelekkel vezényelték.

A parkot a kisvasút közlekedését biztosító, több, mint fél kilométeres sín-páron kívül az ún. Szentek Fala is körbe fogja.

A szentek a kereszténység kiemelkedő személyiségei. Tízezernél is több ilyen személyt tartunk számon. Az 520 méter hosszú Szentek Fala 1001 szent embernek állít emléket.

Napunkat tehát ebben a kellemes és különleges környezetben töltöttük.

Érkezés után szabadon bejárhattuk a park területét, ki-ki a saját segítőjével.

A teljesség igénye nélkül felsorolok néhány várat, melyeket megtapogattam és valamilyen oknál fogva különösen tetszettek nekem.

- Fehéregyháza vára (Erdély, Nagyküküllő). Feltehetően a XIII. század második felében építették, pusztulásának idejét nem ismerjük. A tetejét kereszt ékesíti, ezért szólított meg különösen.

- A Réka vár azzal nyűgözött le, hogy teteje fából, alja kőből készült. (Magyarország, Baranya megye, Mecseknádasd. Építésének és pusztulásának idejét nem ismerjük. A legenda szerint itt született Skóciai Szent Margit).

- Egy kerítés mögött apró, fa házakat is megnézegettem az ujjaimmal, szám szerint kilencet. Ez Bajcsa vára. A palánkvár építését 1578. szeptemberében kezdték meg a stájer rendek a fokozódó török nyomás miatt. A várat 1590-ben elhagyták.

Sétánk során a Várkutatók Emlékházába is betértünk, ahol megnéztük a fentebb már említett filmet. Ebből az volt a legmeghatározóbb élmény a számomra, amikor a park építője, Alekszi Zoltán az akadálymentességről beszélt.

Elmondta, hogy az általa létrehozott környezetet a mozgássérültek, vakok és gyengénlátók is szívesen látogatják. Megvallotta őszintén, hogy amikor belefogott a munkába, először nem jutott eszébe a látássérültek szempontja. Menet közben derült ki, hogy milyen szívesen jönnek ide ők is és számukra is hasznos és jól értelmezhető az a 3D modell, amit itt találnak. Ezek után már tudatosan törekedett arra, hogy a város rész és a skanzen is akadálymentes legyen. A végeredmény pedig, hogy kerekesszékekkel is jól bejárható.

A vetítés után a magyar oltárral ékesített fatemplomban is tölthettem egy kis időt. Elhagyva a kis épületet az előtte álló haranglábhoz is odaléptem és meg is kongattam rajta a harangot.

Ezt követően került sor az ebédre. A büfében ajándéktárgyak (nyakba akasztható strandpénztárcák, kristály karkötők, hűtőmágnesek és kulcs-tartók, hajcsatok, szétnyitható tükrök) vásárlására is adódott alkalom.

(A park területén egyébként több helyen is volt lehetőség kis emléktárgyakat vásárolni, a cérnából készített madaraktól kezdve a várak kontúrjait őrző hűtőmágneseken át egészen a fazekasságot bemutató kerámia termékekig).

Először azonban a finom ízeknek adtuk át magunkat. Szabad térre kihelyezett asztalokhoz telepedtünk le. Rántott húst ettünk sült krumplival, mellé innivalóként epres teából vagy ásványvízből lehetett választani. Szintén a büfében fagyit is lehetett venni, én éltem is a lehetőséggel.

Utána még volt egy kis idő sétálni a parkban. Természetesen a kisvasúton való utazást se hagytam ki! Ezen egymás mögött, lovagló ülésben lehetett ülni és kb. 13 perc alatt körbe vitt a park teljes területén.

Szívből jövő köszönet a szervezőknek és segítőknek! Mindenkinek, aki munkájával, ránk figyelésével lehetővé tette, hogy élményekkel feltöltődve, méltó módon tölthessük együtt ezt a napot!

(A cikket írta: Taskovics Adél)

SMART Klub volt egyesületünkben, a koronavírus járvány óta először

2025. szeptember 24-én SMART Klub volt egyesületünk nagy, közösségi termében. Az informatikai témájú beszélgetés házigazdája Csák Attila volt. A program összesen 8 fő (6 egyesületi tag és 2 munkatárs) részvételével zajlott.

Nagyon régen találkoztunk így, személyesen, talán még a Covid előtt. Ez volt a SMART klub, ami utána online platformra költözött, oktató anyagok formájában. Jó időnként személyesen is találkozni és megbeszélni az esetleges kérdéseket.

Amikor a klubdelután meghívója kiment, egy nagyon részletes, tág témakört adott meg Attila. Azért tett így, mert nagyon régen volt a legutóbbi személyes találkozó. A Covid járványnak több „hozománya” is lett, már ami az informatika területét illeti. Előtérbe kerültek a különböző online kommunikációs-és bevásárlási lehetőségek, és a mesterséges intelligencia. A Digitális Állampolgárságot is meg lehet még említeni, ami egyre inkább hangsúlyossá válik az életünkben.

Amikor ezt a klubot megszervezte, arra gondolt, hogy első körben arról szeretne beszélgetni a résztvevőkkel, hogy ki és hogyan találkozott ezekkel az újdonságokkal. A foglalkozás végére pedig jó lenne eldönteni, hogy mi az a legnagyobb érdeklődésre számot tartó téma, amit a jövő év elején át lehet beszélni.

Körbe mentünk a résztvevők között és ki-ki elmondhatta, hogy milyen új kommunikációs eszközöket ismert meg és használt az utóbbi négy évben.

Volt, aki azt emelte ki, hogy neki a távoktatás, mint fogalom is új volt. A Covid járvány idején kellett Attilával átváltaniuk a személyes órákról az interneten keresztül történő tanulásra. Szóba kerültek még olyan platformok, mint a Google Meet, a Hangouts, a Zoom, a Be My Eyes vagy a mesterséges intelligencia (pl.: ChatGPT). Egy résztvevő a kommunikáció

kapcsán megjegyezte: a Gmail Alap HTML nézete is a Covid alatt szűnt meg. Ő ehelyett a Thunderbird levelező klienst használja.

A csoportunk nagy eltérést mutatott abban is, hogy kinek milyen eszköz, pl. okostelefon, vált be a legjobban. Volt közöttünk, aki látássérültként született, de akadt olyan is, aki frissen veszítette el a látását. Figyelemre méltó volt hallani annak a résztvevőnek a tapasztalatait is, aki most éli át a látásvesztés folyamatát. Saját elmondása szerint sok mindent meg tud még csinálni „látósan” a számítógépen. Most próbál Attila segítségével átállni a kézmozdulatokra és billentyűparancsokra a képernyőolvasó program használata mellett.

Attila a Távszemről egy kicsit bővebben is beszélt, mivel ez több résztvevőnél szóba került. Amikor legutóbb találkoztunk, ez még egy applikáció volt, ami mind Android, mind pedig iOS készülékekre elérhető volt. Ezt követően jött a piacra a BlindShell. Most már el lehet mondani, hogy a Távszem azért változott meg, lett webes felület, hogy a BlindShell készülékeken is futhasson.

A webes felületnek volt egy hátránya. Androidon jól futott (maga a BlindShell is egy leegyszerűsített Android rendszert működtet).

A változások épp azt a réteget érintették a legidegesítőbb módon, akik a legtöbbet használták a platformot. Ők pedig az iPhone felhasználók. Ha jött egy frissítés, újra be kellett jelentkezni, sok küzdelemmel járt.

Amikor a Távszem megalakult, 2017-18 környékén, a tagegyesületeknél 1000 darab iPhone 7-es készüléket osztottak ki pályázat keretében. Sok látássérült akkor jutott ilyen telefonhoz. Négy-öt évig minimum működtek ezek a készülékek, megkönnyítve a tulajdonosaik életét. Innen indult, így született meg a Távszem alkalmazás.

Be My Eyes viszont már létezett előtte is. A két app nagyon hasonló módon működött. Egyedül annyi volt a különbség, hogy az egyik oldalon fizetett alkalmazottak végezték el ugyanazt a munkát, amit a másik oldalról az önkéntesek.

Attila úgy fogalmazott: „Előbb-utóbb összenő, ami összetartozik”. Így találkozott a Be My Eyes és a Távszem tavalý. Itt a BlindShell felhasználók voltak nehezebb helyzetben. Akinek csak ilyen készüléke volt, körülményesebben tudott regisztrálni. Mostanra viszont a Távszem teljesen jól működik és megkapta a mesterséges intelligenciát is.

A Be My Eyes témakörénél többen beszámoltak a kamera kezelésével kapcsolatos nehézségeikről, például: szövegek szkennelése, felolvas-tása vagy tárgyak fotózása esetén.

Attila erre javasolt egy nagyszerű megoldást. Van egy szkennelő állvány, ami a MVGYOSZ Segédeszközboltjában is kapható. Két fa lapot képzeljünk el. Az alsóra lehet tenni a könyvet. Mind az alsó, mind a felső falapra

négy lyukat fúrtak, ahová fa pálcákat lehet beállítani. Így tudjuk összekötni az alsó és a felső falapot. Az alsó falapnak van egy pereme, ami abban segít, hogy pontosan tegyük bele pl. a könyvet, ne lógjon ki belőle. A felső lapba lehet beletenni a telefont. Ha jól belehelyezzük, pont a készülék kamerájánál lesz a lyuk a tartón, ahol „kilát” az eszközünk. Innentől lesz egy fix telefontartás és gond nélkül lehet szkennelni, fotózni, felolvastatni.

A látássérülteknél, azoknál, akik egyáltalán nem látnak, két nagy probléma van a kamerakezeléssel. Aki nem lát, vagy soha nem látott, lehet, hogy elméletben tisztában van vele, mi az egyenes, de a gyakorlatban nem tudja leképezni. Emellett gyakori a kézremegés is.

Ha egy A4-es lapot szeretnénk felolvastatni, nagyjából a papír közepére kell fektetni a telefont, majd felfelé mozgatni. Csakhogy a látássérült ember kézmozdulata jó eséllyel nem megy egyenesen felfelé, ezért van, hogy a készülék a szövegnek csak egy részét látja.

Éppen ezért profi megoldás, nagy segítség az állvány.

Minél távolabb van a kamera az adott tárgytól, annál nagyobb szögben látja be a terepet. Ez lehet előnyös, de hátrányos is bizonyos esetekben.

A megfelelő távolságot látás híján bemérni viszont nem könnyű. A látó ember, ha fotót csinál, belenéz a telefonba és látja, hogy mit mutat a kamera.

Egyre nagyobb teret hódít életünkben majd a Digitális Állampolgárság (DÁP). Egyelőre azt tudjuk róla, hogy úgy fog működni a későbbiekben, hogy egy QR-kóddal kell felismertetni, ha a számítógéppel akarunk belépni. Ez bizonyos értelemben tanulható. Amikor leülünk a számítógépünk elé, azt mindig egy bizonyos szögben tesszük. Innentől meg lehet tanulni egy fix pozíciót. A telefon kamerájáról pedig tudjuk, hogy minél távolabb van, annál nagyobb szöget lát. A QR-kód beolvasásához pedig nem kell, hogy 10 centire legyen a monitortól a kamera.

A tárgyak jelölésére, megkülönböztetésére az NFC címke kitűnő megoldás. Ráragasztjuk valamire, és hozzárendeljük a címkéhez például, hogy só vagy bors, és legközelebb megmutatja az eszköz, hogy melyik micsoda. A címkét pedig felül is lehet írni.

A NFC jelentése: Near Field Communication, ami a közeli távú kommunikációra utal.

Leegyszerűsítve úgy magyarázta Attila: van egy kis papír, amit rá lehet ragasztani valamire. Ez a pici kis lapocska olyan képességekkel van megáldva, hogy írható. El tudjuk nevezni, egy adott eszköz segítségével. Erre különböző applikációk vannak BlindShell készülékre, Androidra, iPhone-ra, stb. A papírkához odatesszük a készülék kameráját, és felis-

meri a papíron levő kódot és felolvassa a hozzá rendelt nevet (de bizonyos esetekben a saját hangunkon is elmondhatja azt).

A QR-kódnál beismertet valamit a rendszer és kiadja nekünk az információt. Az NFC-nél viszont mi rendeljük hozzá az információt. Itt nem a papíron levő információ változik (az átírásnál), hanem az, amit hozzá rendeltünk.

Mesterséges intelligencia:

Egyre több nagy társaság próbálta az elmúlt években felváltani az ügyfélszolgálatos kollégáit AI alapú telefon automatával, amivel beszélgethetünk. Mesterséges intelligencia az alapja és ő válaszol.

Úgy engedtek rá a társadalomra egy ilyen jellegű szolgáltatást, hogy az emberek semmiféle képzettséget nem kaptak arról, hogy miként kell ezzel beszélgetni. Másként kell a géppel kommunikálni, mint egy emberrel. A gépben betáplált információk vannak, és ezekből fog nekünk visszaadni valamit. A mesterséges intelligenciával való kommunikáció is tanulható. Egy géppel beszélgetünk és nem egy emberrel, ehhez mérten kell feltenni a kérdéseinket.

Ha konkrétan kérdezek, elmondok bizonyos információkat, akkor ő tud megfelelő módon segíteni. Ehhez viszont nekem kell konkrétan megfogalmazni: „Kérlek, mondd meg, hogy a három tárgy közül melyik a só: az első, a második vagy a harmadik”!

Egy másik, érdekes irány, az M1 „Delta” c. műsora, amiben a műsort egy vonzó kinézetű virtuális műsorvezető viszi, Ada. Egy átlag polgár számára az nem biztos, hogy evidens, hogy az egy gép.

Egy érdekes, résztvevői kérdés:

Ha mesterséges intelligenciával olvastatok fel hivatalos papírt, az adatvédelmi szempontból biztonságos? Mert vannak erre vonatkozó aggályok.

Attila: először azt beszéljük meg, hogy mi az adat. Minden, amit az interneten tevékenykedünk, regisztrálunk valahová, adatnak minősül.

Ha online vásárlunk, akkor is kell: név, e-mail cím, lakcím és telefonszám – ezek is adatok. Magyarul minden, ami a személyünkhöz köthető.

Ha az AI-al ismertetünk fel valamit, soha nem tudjuk, hogy mikor és hová kerülnek ki adataink. No, de ez ugyanúgy igaz a Be My Eyes-ra is.

Attilának erre volt egy nagyon jó hasonlata. Az adataink biztonsága bizonyos értelemben egy illúzió. Kicsit olyan, mint a strandtörölközővel letakart kulcs és pénztárca. Azt mondjuk, amikor betakarjuk: „talán nem kell senkinek”. A csalóknak viszont, ami használható: a pénzünkhöz, vagy az egyéb megtakarításainkhoz vezető adatok, mint egy széf kulcsa, vagy ujjlenyomat. Nekik minden esetben a pénz kell.

Ha a mesterséges intelligenciának mutatunk meg dokumentumot, arra figyeljünk, hogy az anyagi létünket érintő adatokat ne mutassuk meg neki sem.

Ma már szinte az aragnál is nagyobb értéket képviselnek az adataink. Ez azért van, mert az adatokból lehet ellenőrizni a fogyasztási szokásainkat és a napi viselkedésünket.

Adatainkból következnek fogyasztási szokásaink – és törvényszerű, hogy ezek az adatok valahol összeérnek.

Miben fejlődött még látássérült szempontból a világ?

A nagyobb áruházláncok mindegyikétől rendelhetünk online módon. Ez nem biztos, hogy sokkal drágább, mint a személyes vásárlás – leszámítva a házhoz szállítás díját. Aki viszont autóval megy vásárolni, annak a benzinköltséget kell számításba venni.

Egy látássérült ember számára bemenni egy boltba és segítséget kérni sokkal körülményesebb, mint annak, aki mehet önállóan. Nem mindegy, hogy kit kapunk magunk mellé, vajon neki is olyan fontos-e, hogy a megfelelő terméket tegyük a kosárba, mint nekünk, stb. Ez a kiszolgáltatottság.

A fizetés, a papírpénzek megkülönböztetése látássérültként megint csak nehézkes. Erre jó praktika lehet, ha rendet rakunk a pénztárcánkban (pl. címletek szerint). Érdemes úgy rakni, hogy alul legyen a legnagyobb, felül a legkisebb címlet. Ez nemcsak a látássérült személynek, de a segítőjének is információ, amikor pénzzel kell bánni.

A kiszállítás erre biztonságos alternatíva. Ha nem akarok a futárral kommunikálni, előre át lehet utalni az adott összeget.

A második verzió: nem előre utalok, hanem jön a futár és bankkártyával fizetek neki.

Kézpénzzel is fizethetünk, csak ehhez látó segítséggel ki kell számoltatni az összeget és azt odaadni a futárnak.

A vásárlási folyamat eleje nehéz, mert ki kell válogatni, ami kell, de egy idő után kialakul, hogy miből melyik terméket vesszük. Ha van már három-négy előrerendelés, gyorsít a folyamaton. Nem kell újra megkeresni, csak megnyitni az előző rendelést és vásárolni abból, ami az előzményeinkben van.

Itt tényleg azt választjuk, amit mi akarunk, a helyettesítő terméket pedig nem vagyunk kötelesek elfogadni. Ehhez persze számítógépes vagy okostelefonos előismeretre van szükség.

Attila záró kérdése: mi az a témakör, ami ezt a szűk közösséget érdekelné? Mi az, amiről legyen klubfoglalkozás?

A körben ülők válaszai:

Egészségügy (EESZT, leletek megnézése); mesterséges intelligencia mindennapokban való használata, kamerakezelés, közlekedés közbeni navigáció; útvonaltervezés vakon, telefonon; olyan is volt köztünk, akinek még a beszélő telefon használata jelenti a legnagyobb kihívást, ő azt szeretné elsajátítani, mert abból fakad a többi.

(A cikket írta: Taskovics Adél)

Látni a láthatatlant – megkezdődött a látás hónapjához kapcsolódó rendezvénysorozatunk a H13 Kultpontban

2025. október 8-án különleges rendezvénysorozat vette kezdetét a H13 Kultpontban. Az eseményeket egyesületünk szervezte, októberhez, a látás hónapjához kapcsolódóan.

15 órai kezdettel egy nem mindennapi kiállítás nyílt meg a H13 galériájában. A tárlat Romanek Inka tapintható festményeit, és Földesi Dóra (Dorci), egy 16 éves, látás-és hallássérült lány alkotásait vonultatta fel. A megnyitón 25 fő jelent meg köztük, egyesületi tagok és munkatársak.

Az első műsorszám Dorci megható tánca volt, melyet Kiss Barna „Elég az álom veled” című dalára adott elő. Utána a Józsefváros Közösségeiért Nonprofit ZRt. (JKN) és a H13 nevében köszöntötte a házigazda a résztvevőket.

Az esemény moderátora Kósa Mária audionarrátor volt. Mindkét kiállítótól részletesen ismertetett néhány képet, ezen felül a délután programjának lebonyolításában is segédkezett, mintegy műsorvezetőként.

Gangl Tamás, egyesületünk elnöke nyitotta meg hivatalosan a kiállítást. Elmondta: nem véletlen, hogy éppen októberre terveztük ezt a programot, a "Csend" című színdarab bemutatása mellett. Október különleges hónap, mert két, minket, fogyatékossgal élőket érintő nap is van ilyenkor.

Október 15: a Fehér Bot Nemzetközi napja. Október 22-én pedig az Európai Siketvak Napot tartjuk, ami az Európai Siketvak Unió megalakulásának a napja. Ezért is gondoltuk az egyesülettel, hogy egy rendezvénysorozat keretében hívjuk fel magunkra, a siketvak közösségre a figyelmet. A program nemcsak a látás-és hallássérültek, hanem mindenki előtt nyitva van.

A mai rendezvény címe, „Látni a láthatatlant”, ami nagyon beszédes. Látássérülteként is meg kell látnunk a művészet minden formáját. A siketvakoknak is fontos, hogy művészeti élményben legyen részük, mindenkinek a maga lehetőségei, képességei és fantáziája alapján. Romanek Inka

képei tapinthatók, így ujjainkkal és a fantáziánk birtokában megismerhetjük alkotásait.

Földesi Dóri alkotásai azért bírnak nagy jelentőséggel, mert maga az alkotó is látás-és hallássérült. Munkáin keresztül láthatóvá teszi, hogy ebben az állapotban érintett személy is képes művészeti alkotásra. Ezt pedig a szintén látás-és hallássérültek is megtapasztalhatják.

Ez az a tér, ahol valóban látni lehet a láthatatlant.

Tamás után Dorci édesanyja, Földesiné Juhász Viktória lépett a látogatók elé. Braille írásból olvasta fel saját meséjét, kellemes zenei aláfestés mellett.

A kedves kis történet címe: "Hajnalvirág". Főszereplője pedig a kis virág, aki egy gyönyörű, harmatos réten élt. Minden este, mikor sötétség borult a tájra, összezárt szirmait. Bár volt benne egy kis félelem, hogy hajnalban lesz-e elégséges ereje újra kinyílni, az első napsugarakkal végül mindig szirmot bontott. Az tette különlegessé, hogy újra és újra kinyílt, még a legsötétebb éjszaka után is. Ő volt Dorci, a rét ajándéka.

A mesét követően Dorci is bemutatkozott a résztvevőknek. Megtudhattuk tőle, hogy 3 százalékos látással és hallókészülékkel él. Mottója: a művészet a lélek kiteljesedése. Hetedikes korában kezdett komolyabban rajzolással foglalkozni. Volt egy időszaka, amikor aktívan kereste, hogy mi is az ő hobbija, mit szeret csinálni. Egy délután leült, megfogta a pasztellkrétáját és rajzolni kezdett.

Miközben alkot, megszűnik számára létezni a világ. Csak ő van, és az, ahogyan vezeti a papíron a krétát. Olyankor nincs más, csak az alkotás, az ihlet, az érzések, a színek játéka.

Az első képe, ami megszületett, az „Alkonyati láz” címet viseli. Ezt követte az összes többi, köztük a „Hajnalvirág”, ami a szívének a legkedvesebb. Folyamatosan alkot, volt már két kiállítása.

A fő motívum, ami megjelenik a képein, a virág. Ez talán azért is lehet, mert édesanyja kicsi korától Virágszálnak hívja őt.

Amikor leül rajzolni, nincs konkrét elképzelése. Elkezd egy rajzot és rájön: ez ismét egy virág lesz. Így születnek virágos kollekciói, Táncvirág, Hajnalvirág, Tavasz.

A színeket illetően rengeteg feketét, piros, narancssárga és citromsárga árnyalatot használ. Szereti a kontrasztot, kifejező, vibráló színeket.

A rajzolás mellett hobbi szinten modellkedik és táncol is, amit Vaskó Marcsinak és Kiss Barnának köszönhet.

Dalszöveg írással is foglalkozik és hamarosan egy klipje is megjelenik.

Dorci négy képének audionarrációja után ("Hajnalvirág", "Nászok tánca", "Apokalipszis", "Anyalánya") én következtem.

Takácsné Csente Julianna, egy látássérült, idős hölgy versét mondtam el. A költemény címe: "Mondd milyen". Tudatosan esett erre a versre a választásom. Arról szól, hogy egy édesanya miként magyarázza el vak gyermekének az ég kékjét, a napsugarakat, a fűvet, a fákat, röviden: az egész világot. Épp úgy, ahogyan azt édesanyám, Romanek Inka teszi. Ő azonban szavai mellett a festményein keresztül is szemlélteti velem a minket körülvevő csodákat.

Szavalamat után édesanyám vette át a szót és elmondta, hogyan, és miért kezdett festeni.

Mezőgazdász végzettséggel, könyvelői státusszal soha nem gondolta volna, hogy három regénye jelenik majd meg. Épp így azt sem, hogy festménykiállításai lesznek. 20 éves korától szeretett volna édesanya lenni, ám ez csak 38 évesen adatott meg neki. Születésem körülményei viszont „felülírták” minden addigi elképzelését. A 29. héten megszülettem és a klinikai halál állapotából hoztak vissza. Félelmét tovább táplálta, mikor azzal szembesült, hogy orvosi hibából elvesztettem a látásomat.

Környezetében korábban soha nem volt látássérült ember. Így érthető módon aggódott, hogyan tud egy vak gyereknek jó édesanyja lenni.

Apró koromtól rengeteget mesélt, olvasott, énekelt, szavalt nekem.

4,5 éves voltam, mikor felköltöztünk Nagykőrösről Budapestre, hiszen otthon a vakságom miatt még az óvodában sem fogadtak.

Anyukámnak itt, a fővárosban támadt egy ötlete. Bement egy közeli művészboltba, hogy segítséget kérjen ahhoz, miként tudja tartóssá tenni a nekem készített szemléltető eszközeit. Ezek voltak a legkedvesebb játékaim.

A művészboltban javasolták: kasírozott vászonra fessen, művész akril festékkel, így a képek strapabírók, nem repedeznek meg. Amikor 15-20 festmény elkészült, úgy gondolta, próbára teszi, hogy érdemesek-e ezek arra, hogy szélesebb körben is megmutassa őket.

Így jutott el egy országos művészkörbe, egy kollektív kiállításra, ahonnan egyik meghívás követte a másikat. Eddig 138 kiállítása volt. 1300 képet készített idáig, ebből csak 52 van a birtokában. A többi magángyűjtőknél, iskolákban, templomokban, intézményekben. Alkotásait a Központi Iparművészeti Lektorátussal is zsűriztette.

Minden festményének külön története van, ezekből fel is idézett egyet-kettőt. Így a moderátornak, azaz Máriának már könnyebb volt a dolga, csak két festményt, az "Engesztelő áldozat" címűt, illetve Louis Braille portréját kellett "láttatnia" a résztvevőkkel.

A program zárásaként Vaskó Makka adott elő két dalt, „Hozzád tartozom”, illetve „Koktélbár” címmel, miközben Dorci tánca tette még színe-sebbé a produkciókat.

Ezzel a program hivatalos része véget ért, ezután pogácsa és üdítő mellett tekinthettük meg a képeket és beszélgethettünk egymással.

A kiállítás felfedezésének élményét tovább erősítette, hogy minden kép bal alsó sarkához QR-kóddal és NFC-vel ellátott címkét rögzítettek. Aki szerette volna, okostelefonja kamerájával beolvastathatta azokat. Így minden egyes alkotáshoz részletes narrációt érhattünk el, s hallgathattunk meg eszközünk képernyőolvasójának a hangján.

(A cikket írta: Taskovics Adél)

A Csend – látás-és hallássérültekből álló színtársulatunk bemutatkozott a H13-ban

Október közepén tovább folytatódott a látás havi rendezvénysorozat a H13 Kultpontban. Két, egymást követő napon, 2025. október 15-én 18 órától, illetve október 16-án, 15 órai kezdettel Balázs Béla "A Csend" c. színdarabját lehetett megtekinteni a rendezvényközpont színháztermében. A színpadi művet egyesületünk tagjai adták elő.

Én az október 16-i eseményen vettem részt, mely jó hangulatban, sok érdeklődő részvételével zajlott. Szép számmal foglaltunk helyet a közönség soraiban: SVOE tagok és külsős érdeklődők egyaránt.

Horváthné Dunaveczi Leona gyönyörű éneke tette még teljesebbé az élményt. Kristálytisza hangja az előadás előtt és után is felcsendült. Cseh Tamás: "Csönded vagyok", illetve Gerendás Péter és Bródy János „Csend” című közös szerzeményével emelte a program színvonalát.

Maga a történet, "A Csend", meseként is felfogható, bár az én személyes értelmezésem szerint a siketvakságra utaló szimbolika is felfedezhető benne.

Főszereplője Péter, egy fiatalember, aki haldokló édesanyjától kap egy különleges gyűrűt. Ez nemcsak az ujját öleli körül, de a szívét is mintegy abroncsként szorítja, hol gyengédebben, hol erősebben.

Az asszony utolsó szavaival arra inti fiát: annak az ujjára húzza csak a gyűrűt, akit mindennél jobban szeret a világon. Figyelmezteti: vigyázzon, mert ha annak adja, aki nem a megfelelő személy, örökre elveszíti azt.

A cselekmény középpontjában mégsem Péter, hanem a Csend áll. Ő mozgatja a szálakat, ő lebegtetni fátylát a szereplők felett. A fiú is előle menekül, miközben keresi, kinek az ujjára is húzhatná a gyűrűt.

Vándorlása és hibás döntései következtében három, számára fontos személyt is elveszít, mert pillanatnyi érzelmeire hallgatva rájuk ruházná a bűvös erővel bíró karikát. Az egyik édesanyja, a másik Pál, a harmonika, vidám jóbarát, akivel együtt kezdik meg a vándorutat, míg a harmadik Ilona, Péter szerelme.

Az ékszer végül a Csendé les

(A fátylát lebegtető csend számomra a látás- és hallás csökkenésével/-elvesztésével egyenlő. Aki nem szeret igazán, azt elriaszthatja mellőlünk ez az állapot. Ám aki teljes szívéből hozzánk tartozik, annak a kezében ajándékká válhat és meglátja a kettős érzékszervi sérülés mögött az embert).

Az előadás után Királyhidi Dorottya, a színdarab rendezője mutatta be a szereplőket:

- Csend - Scsúr Anikó
- Péter - Klabacsek Dániel
- Anya - Papakosztandi Mária
- Pál - Kimlei Gábor
- Parasztember - Hegyi Ádám
- Muharos - Pap Gábor (hang: Kőrösi Péter)
- Ilona - Kőrösiné Dr. Babinszki Vera
- Lányok - Gődér Dalma, Molnár Éva
- Narrátor - Varga Péter
- Technikai munkatárs – Kőrösi Péter
- Jelnyelvi tolmács: Klincsek-Zara Norbert
- Közreműködött: Horváthné Dunaveczi Leona, ének

Dorka elmondta: az előadást október, a látás hónapja alkalmából szervezte az egyesület. Emellett október 15, a Fehér Bot Napja, illetve október 22, az Európai Siketvak Nap is nagyszerű alkalmat teremtett rá.

A szervezéskor igyekeztünk félretenni a protokollt. Meghirdettük az eseményt, ahová bárki eljöhetett, aki elég érdeklődő és nyitott beállítottságú ahhoz, hogy részt vegyen rajta. A nyitottságból és érdeklődésből alakulhat ki egy olyan változás, ami jobbá teheti a siketvak emberek életét.

Szavait egy Pilinszky Jánostól származó idézettel zárta:

"Igen, egy kéz elég,

hogy visszatérve éjszaka szobánkba,
elfogadjuk az elfogadhatatlant".

Ezt követően kedves meglepetést hordozó fordulat történt, amely szeretetteli mosolyt csalt minden jelenlevő arcára. A Csendet alakító Scsúr Anikó visszahívta Dorkát a színpadra, hogy az egész társulat nevében megköszönje a velük való munkáját. Egy kicsinyke serleget adott át neki, mondván:

"Úgy döntöttünk, hogy megérdemled az év rendezője díjat"!

A színháztermi program lezárulta után, akinek kedve volt, átmehetett a H13 galériájába, megtekinteni Romanek Inka és Földesi Dóri kiállított alkotásait.

(A cikket írta: Taskovics Adél)

HÍR, ÉRDEKESSÉG

Veszélyes csalás terjed a Facebookon: a Meta nevében több ezer magyar felhasználót csaptak be

A csalók a Meta dolgozóinak adják ki magukat, és általában Meta Business Support néven írnak rá Messengeren a fiókokra.

Azt állítják az üzenetben, hogy a felhasználó oldala rosszindulatú sütit tartalmaz. Arra kérik áldozatukat, hogy ellenőrizze a profilját. Ráadásul azt is kiemelik, hogy aki ezt nem teszi meg 12 órán belül, annak törlik a fiókját. A sürgető üzenetben egy linket is küldenek, ahol állításuk szerint elvégezhető az ellenőrzés.

A link látszólag úgy néz ki, mintha a Meta bejelentkezési oldalára vezetne. Aki nem figyel alaposan az URL-re (supportmeta282.wixstudio.com), az könnyen azt hiheti, hogy a valódi oldalra visz. A megnyíló oldal is kísértetiesen hasonlít a Facebookhoz. A hamis oldalon arra várnak, hogy a felhasználók abban a tudatban, hogy a hivatalos Facebook-fiókjukba jelentkeznek be, beírják az adataikat. Ha ez megtörtént, azonnal ellopják a Facebook-profilt. Emellett hozzáférhetnek az Instagram- és üzleti fiókokhoz is. A hirdetési adatokból pedig akár a bankkártyaadatokhoz is eljuthatnak. A felhasználót kizárhatják a saját profiljából, majd törölhetik, vagy módosíthatják az adatait.

Forrás: Infostart.hu

Piglet, a siket és vak kiskutyám üzenete neked

(Melissa Shapiro, a kutyus gazdájának írása)

Néhány évvel ezelőtt a férjemmel úgy döntöttünk, hogy befogadunk egy apró, siket és vak kiskutyát, amíg a menhely állandó otthont nem talál neki. Már hat kutyánk volt, és nem akartunk még egyet. Gondoltam, szórakoztató lesz gondozni ezt az imádnivaló rózsaszín kiskutyát, de a fantáziám azonnal rémálomként vált valósággá. Érkezésekor ideges, sikoltozó kis csöppség volt Piglet.

Az elkövetkező hetekben azzal, hogy megöleltük és megnyugtattuk, megtanítottuk neki a tapintásos jeleket a kommunikációhoz, és biztosítottunk neki egy állandó, kiszámítható rutint, segítettünk a befogadott kiskutyánknak rájönni, hogy biztonságban van és a család része. Megszeretett minket, magabiztosságra tett szert, és a sikoltozása is alábbhagyott.

Abban a reményben, hogy örökbefogadó családot találunk neki, aranyos képeket és videókat tettem közzé Piglet beilleszkedéséről a családukba a növekvő Facebook-oldalán, „Piglet, a siketvak rózsaszín kiskutya” címmel. Követői el voltak varázsolva Piglet elszántságától, ahogy megtanulta a házunk és a kertünk tereit, és kapcsolatot épített ki a családjával és barátaival. Megható volt látni, ahogy a többi mentett kutyánk elfogadta és befogadta Pigletet, amikor együtt játszottak, ettek és összebújtak. Két hónapig tartottam ki, mielőtt megadtam magam a kis rózsaszín kölyök-kutya erejének. Bocsánatot kértem a férjemtől, miközben meghoztam a végleges döntést, hogy mi leszünk Piglet örökbefogadó családja.

Néhány hónapon belül Piglet aranyos képei és videói felkeltették az egész világ figyelmét. Többet láttak benne, mint egy sérült kutyát, aki felrohan a hátsó lépcsőn egy finomságért, megkeresi a „kedvenc apukáját” egy kényelmes szundikáláshoz, és csoportos trükköket csinál a többi kutyánkkal. Felismerték egy apró kutya erős akaratát, akinek a túlélésre sem volt esélye, nemhogy más fogyatékos állatok és emberek nagykövetévé, valamint a rugalmasság, a befogadás és a kedvesség szimbólumává váljon.

Piglet pozitív hozzáállása kézzelfogható. Szisztematikusan megtanulta optimalizálni szaglását és tapintását, hogy nyomon követhesse a körülötte zajló eseményeket. Semmi sem kerüli el a figyelmét. Szorgalmasan tartja a kapcsolatot családjával, barátaival és kutyatársaságával, ami üdítő látvány. Kapcsolatépítési erőfeszítéseit viszonyozzák az életében szereplő emberek, valamint a közösségi médiában a követői, akik beleszerettek a kis kutyába, akit csak képek és videók alapján ismernek.

Tricia Fregeau, egy innovatív harmadik osztályos tanító Massachusettsben, felismerte Piglet potenciálját, hogy vele inspirálja tanítványait a

növekedési szemléletű tantervének részeként. A gyerekek megszerették Pigletet, aki az osztály kabalája lett. A tanárnő megalkotta a „Piglet Mindset” (Piglet Gondolkodásmód) kifejezést, és közösen létrehoztuk a Piglet Mindset oktatási programot. Ez egy ingyenesen letölthető program, amelyet a tanárok használhatnak a szociális és érzelmi tanulást szolgáló órákon.

Két évvel később hozzáadtuk a Piglet Inclusion Pack (Piglet Befogadási Csomag) programot, amelyben más kedves, szelíd kutyáink példáját felhasználva tanítjuk az elfogadás, a befogadás, az empátia és a kedvesség fontosságát.

A Piglet Mindset program a PigletMindset.org weboldalon található, és nonprofit szervezetünk, a Piglet International Inc. támogatja. A programot világszerte használják az iskolákban.

Mindenki, aki hall Pigletről, megnéz róla egy videót vagy személyesen találkozik vele, mindent meg akar tudni róla. Piglet hatása a gyermekekre és felnőttekre, minden korosztályból és háttérből érkező emberekre, rendkívüli és megnyerő tanítási modellé teszi őt.

Piglet súlyos fogyatékoságai miatt természetes lehet, hogy sajnáljuk őt, de érezhető az élénk elszántsága, hogy boldog, teljes életet éljen. Használja azt, amije van, és nem hagyja, hogy bármi is az útjába álljon. És ez az, ami annyira motiválja az őt követő embereket.

Pigletre úgy gondolunk, mint egy intenzív, céltudatos személyre, aki véletlenül épp siket és vak. Ő így egy teljes csomag.

Pozitív gondolkodásmódja valóban inspirál másokat, hogy ugyanazt a pozitív hozzáállást vigyék be a saját életükbe. Példája egyszerű és rendkívül hatékony minden területen, az általános iskolás gyerekektől, akik együtt oldanak meg nehéz matematikai feladatokat, a fontos szerződéseket előkészítő vezetőkhöz, a fokozatosan romló mozgásképességű idősektől a kemény kemoterápián áteső rákos betegekig. Minden nap halljuk emberektől, hogy Piglet mennyit jelent számukra, amikor saját napi kihívásaikkal szembesülnek.

(Forrás: Greenwichtime.com, angol nyelvről fordította: Taskovics Adél)

Te tudod, hogy mióta létezik kutyatáp?

Már kétezer éve is volt kutyatáp. Ebben az időszakban a kutyákat sokkal inkább munkaállatnak tartották, mintsem házi kedvencnek. Akkoriban még nem voltak a család négy lábú tagjai. A római filozófus és költő Marcus Terentius Varro által írt első gazdálkodási kézikönyvében azt tanácsolta, hogy a kutyáknak juhcsontot, valamint tejben áztatott árpakenyeret

kell alaposan összekeverni. Mi most ezen megrökönyödünk, de akkoriban ez volt a normális.

Ami a középkori kutyatartásról ismert, az többnyire az írástudók által az európai nemesi családoktól fennmaradt nyilvántartásokból származik. Ebben az időben meglehetősen gyakori vendég volt a kutya a ház körül. Jelentős különbség volt a tehetősebb, illetve a szegényebb, átlag emberek etetési szokásai között.

A királyi udvarnak a kutyákat általában a saját kenneleik adták, azaz ők tenyésztették őket. Ezekben a kennelekben tartott kutyák nyers húsból és különböző zöldségekből készült ételeket kaptak olyan belsőségekkel együtt, mint a tüdő, máj és a szív. Az eledelüket általában külön a számukra fenntartott "kennel szakács" készítette el. Tehát nem csak hogy jókat ettek ezek a kutyák, de még a kor átlagemberénél is magasabb színvonalon éltek.

A köznép is tartott kutyákat azokban az időkben. Miután ők nem éltek jómódban, ezért a kutyusuknak is csak azt tudták adni, ami a nap végére megmaradt. Ez azt jelentette, hogy egy átlagos kutya étrendjében szerves szerepet játszott a káposzta, burgonya, nyers csontok és a kenyér. Húst csak akkor kaptak, ha maradt.

A világon először hivatalosan 1860-ban volt kutyatáp. Egy James Spratt nevű villanyszerelő fejlesztette ki. Miután Ohio-ból utazott az Egyesült Királyságba villámhárítók értékesítése céljából, Spratt egy folyóparton kutyákat látott, akik tengerészek egyik közkedvelt száraz süteményét, az úgynevezett "hardtrack"-ot ették. Lisztből, vízből és kevés sóból készültek ezek az olcsó kekszek, amelyeket hosszan tartó útjaik során ettek az éhes tengerészek. Spratt arra gondolt, hogy a kutyatulajdonosok is nagy hasznát vennék az ilyen fajta eledelnek, ami nem romlandó, és nagy mennyiségben elő lehet állítani. Így aztán egy új hivatásba kezdett, és felhagyott a villanyszerelői karrierjével!

Spratt kutya süteményei (vagy ahogyan most hívnánk jutalomfalatai) az alábbi összetevőkből készültek: őrölt búza, zöldségfélék, cékla és marhahús. A kekszek drágák voltak, és egy 20 kg-os zsák ára megegyezett egy munkás egész napos keresetével. Ezért először Spratt a kekszeivel a tehetősebb rétegeket célozta meg, akik ki tudták fizetni ezt a magasabb árat is érte. Annak ellenére, hogy ezek a kekszek még nem tartalmazták a kutyák mindennapi élete számára az összes szükséges összetevőt, mégis ez volt a "kutyatáp". A kutyusok elsődleges élelmiszerforrásként kezdték el árulni.

1889-re már olyan népszerűsége tett szert a süteménye, hogy az akkoriban nagy presztízzsel bíró American Kennel Club journal januári borítóján is az ő terméke szerepelt. Ez egy hatalmas áttörés volt a kutyák étkezésében, ami a későbbiekben még nagyon sokat finomodott.

Spratt süteményei óta már minden kutya egészséges ételt kaphat a táljába!

A kekszek után a konzervek népszerűsége kezdett el ugrásszerűen növekedni. 1922-ben a Ken-L Ration nevű cég dobta piacra az első kutya-konzervét, ami lóhúsból készült. 20 év alatt olyan nagy népszerűsége lett, hogy 1941-ben évente 50,000 lovat csak azért tenyésztettek, hogy a kutya-konzerveket gyártani tudják. Ezekben az években ez az Egyesült Államok legnépszerűbb kutya-eledele volt.

Aztán következett a II. Világháború, és akkor az alapanyagok ára mege-melkedett. Többé már nem érte meg fémdobozba csomagolni a lóhúsból készült nedvestápot. Ráadásul már az emberek sem nézték jó szemmel, hogy lovak tízezreit gyilkolják le emiatt. Elérkezett az idő, egy újabb generációváltásra.

1956-ban újra visszatértek a gyártók a zabpehelyszerű műanyag csoma-goláshoz, illetve egy új technológia is segítette a kutya-tápok forradalmát. Ez pedig nem volt más, mint az extrudálás. Így már olcsón lehetett nagy mennyiségeket gyártani. A nedves és a száraz összetevőket egyaránt bele lehetett tenni az extruderbe, amiből a végén különböző eljárások során, a maihoz nagyon hasonló kutya-tápot állítottak elő. Az alapanya-gokat extrém nagy nyomás és hőmérséklet alatt főzték meg, hogy meg-felelő eledelt kapjanak. Az 1970-es évek végére már sikerült eljutniuk odáig, hogy rengeteg ízben és kiegészítésben lehetett kutya-tápot kapni.

A kutya-tápok döntő többsége most is extrúziós eljárással készül, mint 50 évvel ezelőtt. Még most is magas hőmérsékleten és nyomáson kell a húsokat, zöldségeket kezelni, hogy a kutyusok számára könnyen emész-tető kutya-tápot kapjunk. Annyi előrelépés van a régebbi eljárásokhoz képest, hogy azoknak köszönhetően a mostani kutya-táp már hosszabb ideig eláll. Olyan vitaminokat, és ásványi anyagokat is tartalmaznak, amik védik a kutyusok immunrendszerét.

Forrás: cricksydog.hu

Miért élnek 5 évvel tovább a nők, mint a férfiak? Eunuchok adhatják meg a választ

Az Egészségügyi Világszervezet WHO a Föld minden országának lakos-ságáról vezet statisztikákat, melyekből a születéskor várható élettartamot is kiolvashatjuk.

Magyarországon egy most születő nő 79,1 évre, míg a férfi 72,6 évre számíthat. Az EU-s átlagtól magasabb, 6,5 évnyi különbség van a

nemek között. A WHO adatai szerint ennél lényegesen nagyobb eltérés figyelhető meg Oroszországban. Itt a születéskor várható élettartam 65,6 év a férfiaknál és 74,3 a nők esetében.

Az elmúlt évszázadok során a születéskor várható élettartam óriásit ugrott. A nemek közti különbség azonban arányaiban nem változott jelentősen.

A BBC cikke Svédország példáját idézi, amely a legmegbízhatóbb történelmi feljegyzésekkel rendelkezik. 1800-ban a születéskor várható élettartam az országban 33 év volt a nőknél és 31 év a férfiaknál. Ma 83,5 év, illetve 79,5 év. Mindkét esetben a nők körülbelül 5%-kal tovább élnek, mint a férfiak.

Vannak könnyen értelmezhető okai is a nemek közötti különbségnek. Az olyan tényezők, mint a dohányzás, az ivás és az egészségtelen étkezés nagyobb arányban jellemző a férfiakra, és igazoltan hozzájárulhat a várható élettartamhoz. Különösen hangsúlyosak lehetnek ezek az ártó tényezők a hagyományosan alacsony egészségkultúrával rendelkező társadalmakban, például Oroszországban. Itt világszinten is kiemelkedő a dohányos férfiak aránya, és óriási problémát jelent az alkoholizmus is.

Önmagukban azonban a környezeti tényezők nem indokolhatnak ilyen mértékű különbséget. Ezt igazolja az is, hogy az állatvilágban ugyanilyen különbségeket figyelhetünk meg az egyedek között. A nőstény csimpánzok, gorillák, orangutánok és gibbonok is következetesen túlélnek a csoport hímjeit. Mindezt annak ellenére, hogy esetükben a dohányzás és az alkoholfogyasztás nem fordul elő.

Úgy tűnik, hogy a válasz inkább az evolúciós fejlődésben rejlik.

„Természetesen a társadalmi és életmódbeli tényezőknek is van szerepük, de jól látható, hogy van valami mélyebben gyökerező oka is a biológiánkban” – mondja Tom Kirkwood, aki az öregedés biológiai alapjait tanulmányozza a brit Newcastle-i Egyetemen.

Szerepe lehet például a kromoszómaszámoknak is, amelyben jelentős különbség van a nemek között.

A nőknek két X kromoszómája van, míg a férfiaknak egy X és egy Y kromoszómája. Két X kromoszómával a nők minden génből dupla másolattal rendelkezhetnek (bár nem mindig, mivel minden kromoszómán a gén más-más verziója lehet). Ez azt jelenti, hogy nagyobb esélyük van arra, hogy egészséges gének legyenek az egyik X kromoszómájukon.

A férfiaknak nincs ilyen tartalékuk. Ráadásul a legtöbb immunműködéssel összefüggő gént az X kromoszóma tartalmazza, ami szintén fontos előny a nők számára.

A nők egészségét szolgálja továbbá az is, hogy pulzusszámuk a menstruációs ciklus második felében megnő. Ez ugyanazokat az előnyöket

kínálja, mint a mérsékelt testmozgás. Mindez nyújthat némi védelmet számukra a szív- és érrendszeri megbetegedésekkel szemben.

Az eltérés másik oka lehet a testméret is. A férfiak átlagosan nagyobbak, mint a nők. Ez több sejtet jelent. Vagyis nagyobb lesz annak is a veszélye, hogy ezen sejtek egyikében valamilyen mutáció alakul ki.

Eunuchok adhatják meg a választ a nemek közti különbség okaira

A legfontosabb ok ugyanakkor valószínűleg a tesztoszteron szintje, ami károsan hat a férfiak egészségére. Ezt bizonyítják a koreai Csoszundinasztia császári udvarából származó feljegyzések is. Han-Nam Park koreai tudós nemrégiben a 19. századi uralkodócsalád udvartartásának életét elemezte. Vizsgálódásaiba belevette azt a 81 eunuchot is, akiknek a heréit a pubertás előtt eltávolították. A feljegyzések szerint az eunuchok körülbelül 70 évig éltek – szemben az udvar többi férfiájának átlagosan mindössze 50 évével.

Összességében 130-szor nagyobb valószínűséggel ünnepelték meg századik születésnapjukat, mint egy átlagos férfi, aki akkoriban Koreában élt. Még az uralkodók sem közelítették meg ezt az eredményt, pedig ők a kor legmagasabb színvonalú orvosi szolgáltatásában részesülhettek.

Tudvalevő, hogy a férfias külsőért felelős tesztoszteron rövidtávon megerősíti a szervezetet. Ám idősebb korra növeli a keringési betegségek, a magas vérnyomás, az érszűkület és egyes ráktípusok kialakulásának a veszélyét. Azoknál a férfiaknál pedig, akiknek korán eltávolították a heréit, nem termelődött ebből a hormonból olyan mértékben. Ez pedig a kései életszakaszban az egészségre is jó hatással volt.

Forrás: Hazipatika.com

Lassan itt a káposzta szezon

A mai kutatási eredmények szerint a káposzta az egyik legkitűnőbb rákellenes táplálékunk.

Tápértéke: Tartalmaz káliumot, kén, jód, kalciumot, foszfort, vasat, klórt, nátriumot, nagymennyiségű A vitamint, B vitamin komplexet, C vitamint és U vitamint. Ezeket az elemeket egyébként a káposztafélék családjának a többi tagja is tartalmazza.

Mivel mind jobb eredmények fűződnek ezekhez a táplálékainkhoz, a tudósok komolyabban kezdtek velük foglalkozni. Bebizonyosodott, hogy rákellenes tulajdonságuk van, amely lassítja a karcinogén, tehát a rák-keltő anyagok felszívódását a szervezetben. Gátolja a sejtek mutálását, s a mutált sejtek növekedését, amelyek egyébként a rákos daganatokat képezik.

Gyógyhatása: A káposzta az egyik legrégebbi és legelterjedtebb természetes gyógyszerünk. Nyersen, főve vagy savanyítva hat a szervezetünk gyógyítására. Ezt a tulajdonságát annak köszönheti, hogy nagymennyiségben tartalmaz kén-t. Mint tudjuk, testünk minden sejtjében megtaláljuk a kén-t. Gyógyító hatásához még hozzájárul két elem, a klór és a jód. Ez a kombináció teszi lehetővé azt, hogy az emésztőrendszerünk legtokéletebb gyógyszere lehessen.

A nyers káposztalé rendkívül jól tisztítja a beleket. Különösen a vastagbelekre van jó hatással akkor, amikor azok nem ürülnek rendesen. Arról tudjuk meg, hogy valami nincs rendben a vastagbélben, ha a káposztalé elfogyasztása után szokatlanul nagymennyiségű gázok keletkeznek. Ez annak a jele, hogy a vastagbél nem ürül rendesen, illetve idegen baktériumok vannak jelen.

Feloldja a mérgeket: Azt tudjuk, hogy környezetünkből, vagy táplálékunk által nagymennyiségű mérge jut a szervezetbe. A máj feladata, hogy ezt kiszűrje. Ha erre nem képes, súlyos helyzet állhat elő. A káposzta fogyasztásával segítséget adunk a májnak a kobalt, nikkel és a réz mérgek semlegesítésére. Ugyanezt a munkát még a fokhagyma és a vöröshagyma is elvégzi.

Szabályozza a vércukrot: A cukorbetegség számára mindenképpen ajánlatos, mert káposzta fogyasztása után hamarosan érezhető a vércukor csökkenése vagy emelkedése a vérben. Ugyanezt a hatást fejti ki a zeller és a salátalé is.

Koleszterin-csökkentő: A legutóbbi kutatások bebizonyították, hogy a káposztában található kén-aminósav csökkenti a magas koleszterin szintet.

Bronchitis: A fent említett tulajdonsága következtében a népi gyógyászatban a hörghurutos megbetegedésekre is használták. Jótékony hatással van ránk ilyenkor a kálium, amit tartalmaz.

A bélflóra visszaállítása: A bélflóra pusztulása igencsak gyakori jelenség egy-egy antibiotikum használata után. Mint tudjuk, a bélflóra rendkívül szükséges az emésztéshez. Ha nincs elegendő a belekben, a táplálék pang, stb. Ha a káposztát pépesen fogyasztjuk, jobban megemésztődik, mint bármely más étel. A következménye pedig, hogy lényegesen emelkedik a bélben a barátságos, az emésztést elősegítő baktériumok száma.

Naponta fogyaszthatjuk főve vagy nyersen salátának, de mindennapi főeledelünket nem képezheti. Ha kúraszerűen fogyasztjuk, legjobb, ha keverjük zellerrel, sárgarépával, stb. Válasszuk ki azt a zöldséget, amely hasonló hatással van a szervezetünkre.

A káposztának a legértékesebb része a zöld levele. Ezt általában le szoktuk fejteni és eldobjuk. Ha úgy döntünk, hogy felhasználjuk, akkor legjobb, ha centrifugázzuk és friss léként fogyasztjuk.

Ezt a tanácsot különösen akkor fogadjuk meg, ha nem ismerjük az eredetét a káposztánkknak. A nagyüzemi termesztésben ugyanis rengeteg vegyszert használnak a kártevők ellen. A kicentrifugázott lé nem tartalmaz annyi vegyszert, mint a növény rostos része.

Forrás: Geocities.com

A kígyók és szúnyogok nélküli különleges ország

Nyáron a természetjárás sokak kedvenc időtöltése, ám az élményt gyakran elrontják a szúnyogok. Egyes régiókban még a kígyók is veszélyt jelenthetnek. Létezik azonban egy különleges ország, ahol sem zümmögő vérszívók, sem csúszómászó hüllők nem keserítik meg a látogatók életét.

Izland egyedülálló természeti adottságokkal bír. Bolygónkon ez az egyetlen olyan ország, ahol egyáltalán nincsenek szúnyogok. Ráadásul a kirándulókat kígyómarás veszélye sem fenyegeti, hiszen ezek az állatok sincsenek jelen a szigeten.

DE VAJON MIÉRT ILYEN KIVÉTELES IZLAND?

A kígyók hiánya részben annak köszönhető, hogy a sziget fekvése megakadályozza a környező országokból történő „átvándorlásukat”. Emellett a klíma is rendkívül mostoha számukra. Kevés a nekik megfelelő táplálék, és a hőmérséklet sem kedvez a túlélésüknek.

A szúnyogok esetében már összetettebb a helyzet. Más északi országok – például Norvégia vagy Svédország – hasonló éghajlat mellett is bővelkednek bennük. Izlandon azonban az időjárás gyors és gyakori változásai, valamint az extrém geotermikus és jeges vízforrások kombinációja ellehetetleníti a szúnyoglárva fejlődését. A lárvák meleg, állóvízben fejlődnek, ám az izlandi tavak vagy túl hidegek, vagy a geotermikus aktivitás miatt túl melegek számukra.

Forrás: Drivemagazine.ro

Élet a föld alatt

Egy szokatlan ausztrál külvárosban az élet a föld alatt zajlik.

Coober Pedy-ben a lakosság fele a tikkasztó hőség miatt földalatti lakóházakban éli mindennapjait. Itt még kemping, szálloda, templomok, étterem és egy szuvenírbolt is található.

A kisváros Dél-Ausztráliában fekszik. A felszínen meglehetősen sivatagosnak tűnő környék a föld alatt hihetetlen dolgokat rejt. Gyakorlatilag az élet a mélyben zajlik. Ki gondolná, hogy azon a vidéken, ahol jóformán egy fa sem nő, föld gyomrában hotelek, templom, üzletek, éttermek várnak?

A Közép-Ausztrália felé vezető hosszú úton Adelaide tengerparti síkságaitól északra haladva rejtélyes homokpiramisok sorakoznak. Körülöttük a táj teljesen kietlen – mindenütt csak kő és homok látható, egy kis mesterségesen fenntartott zöldterülettel. Ez Coober Pedy, a körülbelül 2500 lakosú opálbányászváros.

A világ ezen szegletében a lakosság 60%-a a dugouts nevű föld alatti házakban él, melyeket főleg a kisebb dombocskák oldalába vájtak. Télen ez elég különcknek tűnhet. Nyáron viszont, mikor a hőmérséklet rendszeresen eléri az 52 °C-ot, annyira meleg van, hogy ezt lehetetlen a felszínen elviselni.

Coober Pedy valójában nem a világ első földalatti települése.

Hallottunk már a törökországi Derinkuyu-ról, ahol több száz barlanglakás épült, kutakkal, istállókkal és templomokkal. Az olaszországi Materában is egyre népszerűbb ez az életforma.

Coober Pedy környéke azonban hosszú ideig lakatlan maradt, egészen pontosan az opál megtalálásáig. A várost 1915-ben alapították, miután egy 14 éves, az apjával kempingező fiú opált talált a területen.

Néhány éven belül kitört az opálláz. Rengeteg szerencsevadász jött, ezernyi gödröt ástak a kalandorok. 60-as években pedig európai bevándorlók érkeztek, hogy szerencsét próbáljanak az opálbányászattal. Coober Pedy ma is a világ egyik legnagyobb opáltermelője. A bányászok számára ez egész napos föld alatti csákányozást és lapátolást jelent.

Nyáron azonban a hőmérséklet elviselhetetlen volt, 40 °C-nál is többet mértek. A felhőtlen ég mellett a páratartalom is csak ritkán ment 20% fölé. A kánikulai hőség előtt a lakók a mélybe menekültek, elkezdték az üregeket, lyukakat elfoglalni.

A lenti otthonok ugyanolyan kényelmesek és felszereltek, mint a hagyományos lakások. A bejáratot általában az utcaszinten találjuk.

Coober Pedy inkább egy poros bányatelepre, mint európai értelemben vett városra hasonlít. A föld alatti élet ötlete az első világháború földalatti bunkerjeiből hazatért katonáktól származott. Hamar rájöttek, hogy a föld alatti lakhely megvéd az elviselhetetlen nyári melegtől, valamint az igen hideg éjszakáktól is. A közönséges épületeken keresztül elérhető földalatti járatok fokozatosan feltáruulnak. Az egész olyan, mintha egy teljesen más világba csöppennénk.

A tágas lakások kellemes hőmérsékletet és meglepő komfortot biztosítanak a lakóknak. A városnak a földalatti lakóházakon kívül föld alatti szállodája, kempingje és több temploma is van.

A település nincs összeköttetésben az országos elektromos hálózattal. Az áramellátást egy dízelgenerátor, valamint a szél- és napenergia segítségével oldják meg. A vizet 24 kilométer távolságból, egy földalatti forrásból, földalatti vezetéken pumpálják, melynek minősége kiváló, de igen drága. Coober Pedyben sok földalatti ház viszonylag megfizethető. Egy közelmúltbeli aukció során egy átlagos három hálósobás ház körülbelül 40 000 ausztrál dollárért (kb 9 millió forint) kelt el. Bár ezek közül az ingatlanok közül sok rendkívül alapszintű vagy felújításra szorul, nagy különbség van ezek és a legközelebbi nagyváros, Adelaide eladó házai között. Utóbbi helyen az átlagos ár 700 000 ausztrál dollártól kezdődik.

Furcsa módon a földalatti életstílusnak számtalan előnye van. Azon kívül, hogy védelmet nyújt a földrengések ellen, az otthonok bármikor bővíthetők ipari alagútgépekkel, vagy csákányokkal és lapátokkal. Egy férfi nemrégiben egy nagy opál gyöngyszemet talált a falban, amikor zuhanyzót szerelt fel. Egy helyi szálloda pedig 1,5 millió ausztrál dollár értékű opáldarabokat fedezett fel a létesítmény építése közben.

Érdekesség, hogy az ide látogatók főként éjjel, világító labdákkal golfoznak, hogy elkerüljék a rekkenő hőséget. Sajátos élmény lehet ott játszani, ahol a fű se nő.

Források: Borsonline.hu és Termeszeti.hu

Az első ember története, akit 1967-ben lefagyasztottak a jövőbeli feltámasztás reményében

Az első krionizált (mélyhűtéses eljárással tartósított) ember egy amerikai pszichológiaprofesszor, dr. James Hiram Bedford volt.

Az 1960-as évek végén ez egy meglehetősen kétes kimenetelű kalandnak számított. Maga a „krionika” szó is alig két éve létezett akkoriban. A lefagyasztási eljárás csupán elméletben létezett, és semmilyen garanciát nem nyújtott arra, hogy a lefagyasztott embert sok év múltán sikerül majd „feléleszteni”.

Bedford azonban tudós volt. Halála előtt elmondta, hogy nem azért döntött így, mert arról álmodozott, hogy a jövőben „feltámasszák”. Inkább abban a reményben hozta meg a döntést, hogy egy napon az utókor majd hasznosíthatja ennek az egyedülálló tudományos kísérletnek az eredményeit.

Ki volt James Bedford, és miért döntött úgy, hogy a jövőben „újraéled”?

James Hiram Bedford 1893-ban született a Massachusetts állambeli amerikai Pittsfield városában. Négyéves korában súlyos diftérián (torokgyíkon) esett át, ami majdnem az életébe került.

A fiú azonban felépült, és egy kalandokkal és eredményekkel teli, eseménydús életet élt. Fiatalkorában Kaliforniába költözött, ahol oktatásból és pszichológiából szerzett mesterdiplomát, miközben egy középiskolában is tanított. Az egyetem elvégzése után a szakmai fejlődésére és a karrierépítésre összpontosított. A Kaliforniai Egyetem pszichológiaprofesszora lett, és több könyvet is publikált a témában. Bedford élete során beutazta a világot, és különös érdeklődést mutatott az élethosszabbítás kérdései és az öregedési folyamat megállítását célzó technológiák fejlesztése iránt. A krionika azután keltette fel az érdeklődését, hogy elolvasta dr. Robert Ettinger „A halhatatlanság kilátásai” című könyvét, és hamarosan a terület egyik kiemelkedő alakjává vált. Így amikor 73 éves korában tüdőáttétes veserákkal diagnosztizálták, meghozta a számára sorsdöntő elhatározást: ő lesz az első ember, akit krionizálnak.

Tisztában volt vele, hogy az orvostudomány még nem elég fejlett ahhoz, hogy biztos lehessen a jövőbeli újraélesztésében. Remélte, hogy a kísérlete olyan mértékben segíti majd a tudomány fejlődését, hogy annak eredményeit a jövő generációi már hasznosíthatják. Hozzá kell tenni, hogy nem Bedford volt az első, aki ilyen kísérletre szánta el magát, de az előző két próbálkozás kudarcba fulladt.

Egy San Franciscó-i tanár túl sokáig volt a klinikai halál állapotában, mire a krionikai csapat megérkezett, ami elkerülhetetlen agykárosodást jelentett. Egy másik esetben pedig egy kaliforniai nőt a krionikus szakemberek tudta nélkül még a lefagyasztás előtt bebalzsamoztak. Amint ez kiderült, azonnal felolvasztották és a hagyományos módon eltemették.

Hogyan tárolták Bedford testét fél évszázadon át?

James Bedford egy hospice-házban volt, amikor 1967. január 12-én leállt a szíve – a rák okozta szövődményekben hunyt el. A Kaliforniai Krionikai Társaság dr. Reno Able vezette orvosi csapata megérkezett Bedford halálos ágyához, hogy teljesítsék az utolsó akaratát. Az orvosoknak a páciens halálának pillanatától számítva hét percük volt, hogy elvégezzék az összes szükséges beavatkozást.

Bedfordot lélegeztetőgépre kapcsolták, hogy fenntartsák az agy oxigénellátását. Közben a vérét dimetil-szulfoxidra cserélték, amit a vénáin keresztül juttattak be, hogy megvédjék a belső szerveit a fagyás okozta károsodástól. Ezt követően a testét szárazjéggel teli fémkapszulába helyezték, és a phoenixi Cryo-Care Equipment Corporation nevű kereskedelmi krionikai létesítménybe szállították. Itt egy folyékony nitrogént tartalmazó kapszulába tették, ahol állandó mínusz 196 Celsius-fokos hőmérsékletet tartottak fenn.

Néhány nap múlva bejelentették a világnak, hogy az első embert sikeresen lefagyasztották folyékony nitrogénnel, és készen fog állni az újraélesztésre, amint megtalálják a rák ellenszerét.

A Times eközben megjegyezte, hogy Bedford teste akár húszezer évig is tárolható anabiózis (felfüggesztett életműködés) állapotában, ebben a hatalmas kapszulában, az újraélesztésre várva, bár sok tudós szkeptikusan fogadta ezt a kijelentést.

Két évvel később Bedford testét az anaheimi Galiso Inc. tesztberendezéseket gyártó cég tárolójába szállították. Itt egy új, modernebb edénybe helyezték.

A következő években Bedford feleségének és fiának – a krionikával szembeni személyes fenntartásaik ellenére – számos pert kellett visszavernie más rokonoktól. Ezek a hozzátartozók követelték, hogy a doktort olvasszák fel és a hagyományoknak megfelelően temessék el. A rokonok és a biztosítótársaság nyomása oda vezetett, hogy a Galiso Inc. képviselői megtagadták Bedford kapszulájának további tárolását, mondván, hogy el kell temetni. Ekkor a fia, Norman bérelt egy trailert, és apja testét először az emeryville-i Trans-Time Inc. nevű kereskedelmi krionikai létesítménybe, később pedig egy másik, ismeretlen dél-kaliforniai helyszínre szállította.

Feltámasztják-e valaha James Bedfordot, és miről nem tudtak a tudósok a lefagyasztásakor?

Az 1990-es évek elejéig Bedford fia igyekezett megőrizni apja testét. Többször is áthelyezte, amíg a Dewar-edény el nem kezdett meghibásodni. Ekkor kénytelen volt a testet visszaszállítani és a krionikával foglalkozó non-profit szervezet, az Alcor Life Extension Foundation alapítványának segítségét kérni.

Végül az alapítvány gondozására bízva a Galiso Inc.-nél hagyták. Három évvel később a kaliforniai földrengésektől való félelem miatt az egész krionikai létesítményt az arizonai Scottsdale városába költöztették, ahol Bedford teste 33 másik emberével együtt a mai napig békében nyugszik.

Az emberi kriokonzerválás egy sokkal jobban kutatott és megbízhatóbb eljárássá vált, különösen 2000 óta. Ekkor ugyanis a folyékony nitrogénnel történő fagyasztás helyett a vitrifikációt (üvegesítést) kezdték alkalmazni.

Egyes tudósok úgy vélik, hogy ez szinte biztosan helyreállíthatatlanul károsította Bedford agyát. Teste mindazonáltal továbbra is a kriotárolóban van, és egyfajta szimbólummá vált a krionika híveinek közösségében.

Még mindig nincs egyértelmű válasz arra a kérdésre, hogy lehetséges-e egy embert egy hosszú kriokonzerválás után teljesen, következmények nélkül „feléleszteni”. Nem tudjuk azt sem, hogy ez mikor történhet meg először. Valószínű azonban, hogy a tudósok megpróbálkoznak majd

ezzel. Így esélyt adnak Bedfordnak egy második életre, miután megtalálták a rák ellenszerét.

Forrás: Szeretlekvilag.com

Vicces tények és érdekességek a világ minden tájáról

A világ tele van furcsa és meglepő dolgokkal. Ezeken nem csak nevetni lehet, hanem tanulni is belőlük. Összegyűjtöttünk néhány humoros érdekességet különböző kultúrákról, szokásokról és helyekről, hogy egy kicsit mosolyt csaljunk az arcodra!

Japán: A szundikálás munka közben szinte kötelező

Japánban a munkahelyi szundikálás, vagyis az „inemuri” teljesen elfogadott, sőt, gyakran a kemény munka jeleként értelmezik. Ha valaki munka közben alszik el, azt is jelentheti, hogy túl sokat dolgozott. Egy jó szundikálás tehát nemcsak frissítő, hanem státusszimbólum is lehet!

Skócia: A haggis valódi titka

A haggis, Skócia nemzeti étele, egy fűszeres belsőség-puding. Ez sokak számára ijesztően hangzik, de a helyiek büszkesége. Egy skót legenda szerint a haggis egy kicsi, háromlábú állat, amely csak Skóciában él. Az idegeneket gyakran megréfkálják ezzel a történettel!

Brazília: A leghosszabb karnevál a világon

A brazilok nem viccelnek, ha mulatozásról van szó. A világ leghosszabb karneválját a braziliai Salvador városában tartják, amely hivatalosan hat napig tart. Azonban a fesztivál előtti és utáni ünnepségek miatt gyakran több hétig is eltart. Ha valahol, itt tényleg tudják, hogyan kell bulizni!

India: A tehén az utak királynője

Indiában a tehenek szent állatok, és ennek megfelelően bánnak is velük. Az országban mindenhol találkozhatunk tehenekkel, még a forgalmas utak közepén is. Az autósoknak gyakran kell megállniuk, hogy a tehenek átmehessenek az úton. Senki sem siettetné őket – hiszen ők az utak királynői!

Olaszország: A kávé időzítése

Az olaszok a kávézás mesterei, de szigorú szabályaik vannak. Például soha ne kérj cappuccinót délután (11 után)!

Szerintük a tejtartalmú kávéitalok kizárólag a reggeli órákhoz illenek, és bármikor máskor rendelni őket egyszerűen „barbár” dolog. Ha tehát egy olasz kávézóban jársz, figyelj az időre!

Ausztrália: A kenguruk harca

Ausztráliában a kenguruk olyan gyakoriak, hogy néha szinte elképzelhetetlen helyeken bukkannak fel. Az egyik legfurcsább látvány azonban az, amikor két kenguru egymással „bokszol” az utcán. Bár a kenguruk harca elsőre viccesnek tűnhet, komolyan veszik, és a helyiek is tiszteletben tartják ezt a különleges „küzdősportot”.

Kína: A világ legrövidebb esküvője

Kínában van egy különleges esküvői szokás, amely során az ifjú pár nem tölthet túl sok időt együtt a ceremónia után. A legrövidebb esküvői ceremóniák mindössze néhány percre tartanak, mivel a párokat gyakran különleges kihívások elé állítják. Például egy játékos verseny keretében el kell döntenie, ki a „főnök” a házasságban.

Oroszország: A mosoly különleges jelentése

Oroszországban a mosoly nem mindennapi dolog. Nem is jelenti feltétlenül azt, hogy valaki boldog. Az oroszoknál a mosolygás inkább egy mélyebb kapcsolat vagy humoros helyzet jele, mintsem udvariasság. Ezért ha Oroszországban jársz, ne lepődj meg, ha a helyiek komolynak tűnnek. Valójában csak tartalékolják a mosolyt a különleges pillanatokra!

Forrás: Napierdekes.hu

A zebracsíkokkal lefestett teheneket elkerülik a legyek? – vizsgálták az idei Ignobel-díjjal kitüntetett tudósok

Idén is átadták a Nobel-díj paródiájának szánt Ignobel-díjakat. Ebben azok a kutatók részesülnek, akiknek a tudományos tevékenysége egyszerre tűnik hülyeségnek és elgondolkodtatónak.

A Nobel-díjhoz hasonlóan az Ignobel-díjakat is több kategóriában osztják ki, csak itt még néha botanikai és valószínűségszámítási Ignobel-díj is van.

Az idei biológiai Ignobelt japán tudósok kapták azokért a kísérleteikért, amelyekben azt vizsgálták, hogy a zebracsíkokkal lefestett tehenek elkerülhetik-e a legyek csípését.

Az olasz táplálkozástudósokat ellenben az érdekelte, hogy egy bizonyos gyíkfajta miért választ ilyen vagy olyan ízesítésű pizzákat. Ez szintén elismerést ért.

A béke Ignobel nyertesei azt bizonyították be, hogy az alkoholfogyasztás néha javítja az ember beszédképességét idegen nyelven. A pszichológia-tudomány díjazottjai azt fejtették meg, mi történik, ha a narcisztikusoknak azt mondják, hogy intelligensek.

Forrás: Telex.hu

Eddig te is rosszul ráztad fel a ketchupos flakont: így csináld, ha már csak pár csepp van benne

Rossz tud lenni, mikor a szószos flakonban ott marad a végén még rengeteg mártás, és sehogy sem tudjuk kiszedni belőle. Klasszikus megoldás erre a flakon ütögetése, de nem mindig válik be. Ahelyett, hogy ilyenkor nagy erővel nyomogatnád a flakont, vagy még rosszabb, kidobnád a maradékot, szimplán csak. körözz a karoddal.

Egy nő azonban azt állítja, megtalálta a tökéletes megoldást.

Az Instagramra rakott fel egy videót, amiben a palack alját fogva hátrafele körözve a kezeivel terelget minden csepp ketchupot a flakon szájához.

Milyen jó, ha az ember figyelt fizikaórán a centrifugális erő oktatásánál!

Ragadd meg a palackot, és végezz heves karkörzéseket! Sokkal hatásosabb lesz, mint a klasszikus, rázós-ütögetős módszer. Körözz párszor, és a szósz a flakon tetejébe kerül!

Biztosan van erre valami tudományos magyarázat – de szerintem felesleges ebbe jobban belemenni. A lényeg, hogy most már tudod, hogy nyomd ki az utolsó pár cseppet a szendvicsedre!

A kommentelők arról írnak, ők is próbálták már, csak, nem éppen örömteli, ha közben kinyílik a kupak, vagy egy étteremben sem feltétlen néz ki jól.

Forrás: Femina.hu

KEDVENC RECEPTJEIM

Rovatunk következő receptje: a szilvás gombóc házilag készítve.

Hozzávalók:

- 1-1,5 kg burgonya;
- 1 kg liszt;
- 1-1,5 kg szilva;
- Egy csipet só;
- 20-25 dkg prézli;
- Egy kevés olaj;
- Ízlés szerint cukor (vaníliás cukor vagy kristálycukor).

Elkészítése:

A burgonyát meghámozzuk, majd megfőzzük jó puhára. Ha kész, leszűrjük, kézzel alaposan megtörjük. Ami nem törik össze a kezünk alatt, majd szétmállik, amikor összegyúrjuk a liszttel.

A megtört burgonyát egy tálba helyezzük. Hagyjuk kihűlni, de ne teljesen hidegre. Miközben gyúrjuk, fokozatosan adjuk hozzá a lisztet, ügyelve arra, hogy ne legyen túl kemény. Egy jól gyúrható állagú tésztát kell kapnunk. Figyeljünk rá, hogy ne ragadjon a kezünkre!

Ha ez megtörtént, kilisztezett deszkán kinyújtjuk. Vastagságát tekintve kb. fél centi a javasolt, de ebben az egyéni ízlés dönt: ki milyen vastag tésztával szereti.

Következő lépésként egy pogácsa-vagy linzerszagatóval, esetleg nagyszájú bögrével kiszaggatjuk.

A kiszaggatott tésztadarabok mindegyikébe egy-egy kis szem szilvát teszünk. Addig gyúrjuk, sodorjuk a kezünkben, míg bele nem tudjuk teljesen helyezni a szilvát.

20-25 dkg prézlit (vagy más néven zsemlemorzsát) egy teflonos lábasba teszünk. Öntünk rá egy kis olajat és adunk hozzá fahéjas cukrot, majd lassú tűzön megpirítjuk.

A gombócból, amennyit gondolunk, annyit kifőzünk vízben. Forrásban levő vízbe tesszük őket és megvárjuk, míg feljönnek a tetejére. Ezután is hagyjuk főni még kb. 5 percig. Ha megfőtt, lyukas kanállal kiszedjük a vízből, belerakjuk a prézlibe és jól megforgatjuk benne.

Szilvás gombócunk elkészült, jó étvágyat kívánok hozzá!

Megjegyzés Zsuzsától: a szilvát kimagozhatjuk és a magok helyére fahéjas cukrot tehetünk. Ám ha előre lefagyasztott szilvával dolgozunk, ez a művelet nem kivitelezhető. A fagyasztástól szétesik, ha megpróbáljuk kiszedni belőle a magot. Ha a mirelit szilva mellett döntünk, nem kell megvárni, hogy kiolvadjon, fagyott állapotban tegyük a gombóc közepébe.

A HÓNAP VERSE

Wass Albert: Ősz

Valahol már az őszi dalolgat,
és hullanak a gesztenyék,
vad szél-fiúk lombot karolnak,

s kacagva hintik szerte-szét,
valaki jár a szürkületben,
s szívében őszi dal fakad,
valaki búcsúval köszönti
a messze-szálló darvakat,
valaki áll a fenyves alján,
s a szeme könnyel lesz tele...
szél sír a park arany-avarján,
s koppanva hull a gesztenye.



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

Adószám: 18061031-1-42

Összeállította, szerkesztette: Taskovics Adél