

HÍRMONDÓ 2020/10

Siketvakok Országos Egyesülete



Kedves Olvasók!

Mindenekelőtt kérem, engedjék meg, hogy az Egyesület vezetősége nevében köszöntsem Önöket az október 22-i, Európai Siketvak Nap alkalmából! Az Európai Siketvak napon megrendezésre került, nemzetközi eseményekről a Hírmondó november havi kiadásában fogunk beszámolni.

Hírlevelünk jelen számában olvashatnak egy interjút elemi rehabilitációs részlegünk új munkatársával, informálódhatnak optikai segédeszközeinkről, társszervezeteink híreiről, valamint további hírekről, érdekességekről.

Jó olvasást, kellemes időtöltést kívánunk!

Taskovics Adél, szerkesztő

TARTALOM

| | |
|---|-----------|
| REHAB – HA RABJA AZ AKADÁLYOKNAK: ELEMİ REHABILITÁCIÓS SZOLGÁLTATÁSAINKRŐL | 2 |
| ”Látni a másik emberen a sikeresen megoldott feladat örömét, érezni a bizalmát” – interjú Juhászné Schönhardt Ildikóval | 2 |
| TÁRSSZERVEZETEINK HÍREI | 6 |
| Különleges könyv nem hétköznapi történetekkel: angol és orosz nyelven is elérhető a DLAN gondozásában megjelent kötet | 6 |
| Az indiai SEDB felmérése a siketvak személyek életminőségéről | 8 |
| HÍR, ÉRDEKESSÉG | 11 |
| Fél évvel meghosszabbítják a törlesztési moratóriumot | 11 |
| eRikkancs - a digitális újságos | 12 |

| | |
|--|-----------|
| Hány nemzeti ünnepünk van? | 15 |
| Harminc éves az első internetes keresőmotor..... | 16 |
| Kömény: a legjobb megoldás hízás, álmatlanság és ízületi fájdalmak esetén | 17 |
| Jól halad a magyar tervezésű légitaxi fejlesztése..... | 18 |
| Orvosi bravúr: átprogramozott őssejtek alkalmazása a látás javításában | 19 |
| A HÓNAP VERSE | 21 |

REHAB – HA RABJA AZ AKADÁLYOKNAK

ELEMI REHABILITÁCIÓS SZOLGÁLTATÁSAINKRÓL

”Látni a másik emberen a sikeresen megoldott feladat örömét, érezni a bizalmát” – interjú Juhászné Schönhardt Ildikóval

Ildikó 2020. szeptembere óta dolgozik egyesületünknel rehabilitációs munkatársként. Az alábbiakban a vele készült interjút olvashatják:

Mi vezetett arra az útra, hogy fogyatékossgal élő emberekkel dolgozz?

Mindig is szerettem emberekkel foglalkozni. Altruista szemléletű családban nőttem fel, természetes volt, hogy segítünk annak, akinek szüksége van rá.

Mióta végzel ilyen jellegű munkát?

19 éves koromban költöztem fel Budapestre, és egy csecsemőotthonban helyezkedtem el, mint gondozónő. Ezt követően a pályámon leírtam néhány vargabetűt, neveltem a gyerekeimet. 2000 óta, tehát 20 éve foglalkozom fogyatékossgal élő emberekkel. Azóta dolgozom látássérült gyerekekkel és felnőttekkel is, hiszen többen fordultak hozzánk, hogy segítsünk számukra a megfelelő látásjavító eszköz kiválasztásában, beszerzésében.

Mesélj, kérlek, az egyesületünknél végzett munkádról!

Itt az elemi rehabilitáció csapatát erősítem. Látásvizsgálatot végzek, mindennapos tevékenységeket tanítok. A jövőben, reményeim szerint, tájékozódást, közlekedést is tanítok és látástréninget is tartok. Bizonyára az Egyesület sok tagjával fogok találkozni a munkám során.

Mi az, ami a leginkább motivál a siketvakokkal végzett munka során?

Visszaadni az önállóságot a hozzánk fordulóknak az életük minél több területén, hogy a meglévő hátrányaik ellenére tartalmasan, kellemesen éljék a mindennapjaikat. Az önbecsülésnek, az értékesség érzésének fontos része az önállóság. Nem szabad veszni hagyni! Ebben szeretnék segíteni nekik.

Mi jelenti számodra a legnagyobb kihívást ebben a munkában?

A kommunikáció nehezítettsége. Egyik erősségemnek tartom a verbalitást. Itt biztosan lesz majd, mint ahogy volt is már olyan helyzet, ahol ez a háttérben marad. Szeretném legalább a jelnyelv alapjait megtanulni.

Mi adja Neked ebben a munkában a legnagyobb örömet?

Látni a másik emberen a sikeresen megoldott feladat örömét, érezni a bizalmát. Tudni, hogy a segítséggel talán egy kicsit megint előbbre lépett a teljesebb élet felé.

Milyen munkát végzel a Gyengénlátók Iskolájában?

Ettől a tanévtől kezdve új munkakörben dolgozom ott. Félállásban nevelőtanár vagyok, felső tagozatos gyerkőcökkel. Nagyon szeretem ezt a munkát. Szép feladat. Remélem, tudok valami olyat adni nekik, amire majd szeretettel emlékeznek egész életükben. De ez egy kétirányú folyamat. Én is rengeteget kapok, tanulok tőlük.

Melyik az a tulajdonságod/képességed, amit a legfontosabbnak érzel ahhoz, hogy mindkét munkakörben megáld a helyed?

Talán a csaknem végtelen türelmem és a dupla adag empátiám. Meg az öröm, amit akkor érzek, ha látom, hogy sikerült a másik ember életébe sikerélményt, vidámságot vinnem.

Mit üzenél a hírlevél olvasóinak?

Számomra sokat jelent a személyes kontaktus, ezért azt üzenem, hogy remélem, előbb-utóbb mindenkivel személyesen is találkozhatok majd.

Van-e olyan gondolat, információ a tarsolyodban, amire nem kérdeztem rá, de fontosnak tartanád elmondani?

Nemrégiben találtam rá Helen Macdonald egy szép gondolatára, amit én is teljes szívből vallok: „Az ember keze arra való, hogy kézen fogjon vele más embereket.”

Az interjút készítette: Taskovics Adél

A látásjavító segédeszközökről (nem minden az okostelefon)

Juhászné Schönhardt Ildikó írása

Egy nap mindannyiunk számára 24 órából áll. Ezt a rendelkezésünkre álló időkeretet, sajnos, semmilyen módon nem tudjuk tágítani. Ezért kiemelkedően fontos, hogy egy-egy tevékenység elvégzéséhez mennyi időre van szükségünk. Látásunk az évek múlásával fokozatosan romlik. Ha ehhez még valamilyen szembetegség is társul, vizuális érzékelésünk jelentős mértékben leszűkülhet, ami komolyan befolyásolja mindennapjainkat. Még a rutinnak tűnő feladatok (pl.: aláírás, olvasás) is nehézséget és rengeteg többlet időt okozhatnak. Az olvasás egyébként is az ember egész idegrendszerét igénybevevő tevékenység. A szem és az agy összehangolt munkájának eredményeként jön létre. Ha kényelmetlen vagy nagy megerőltetést kíván, akkor hamar kifárad a szervezet. A megoldást sok esetben valamilyen, körültekintően kiválasztott optikai vagy elektronikai segédeszköz jelentheti. Az optikai eszközök a szem képalkotásának működését (szemüveg, kontaktlencse), vagy a tárgy látható képét (nagyító, távcső) változtatják meg. A paletta igen széles. Az egészen kicsi, tokból kifordítható, vagy nyeles, esetleg saját fényvel ellátott kézi nagyítótól kezdve, a távcsövön és az asztali olvasótévéen át a legújabb fejlesztésű, hordozható, elektronikus készülékig. Természetesen, mindegyik igen praktikus lehet a maga területén. A kiválasztás szempontjai közül ezért elsődleges, hogy milyen

célból, mire szeretnénk használni. Nyilvánvalóan más eszközre van szükségünk a bevásárlás vagy egyéb ügyintézés során, és az otthonunk kényelmében fotók nézegetéséhez, vagy egy könyv elolvasásához. Bármilyen eszköz alkalmazása, különösen, ha érzékszervi funkció (pl. látás) pótlására szolgál, plusz figyelmet, időt és energiaráfordítást követel a használatól. Ezek mennyisége kezdetben több, később a rutinszerű használat kialakulásával párhuzamosan, fokozatosan csökken. E látásteljesítményt javító eszközök választéka és minősége is egyre javul. A gyártók gyakran bravúros megoldásokat vetnek be ennek érdekében. Az eszközök alkalmazhatósága funkciókhoz és a használók igényeihez igazodva igen sokféle. Hogy kinek milyen eszköz a legmegfelelőbb, azt kizárólag a használó saját maga, egyéni választás alapján dönti el. A technika fejlődésével mára lehetővé vált, hogy az elektronikus, hordozható készülékeken már nem csupán a betűk méretét lehet megváltoztatni, hanem a kontrasztot (a háttér és az alak színekombinációját), sőt egyes esetekben a fényerőt is. Ezek a készülékek kezdetben inkább csak olvasásra voltak alkalmasak, az írás csak kényelmetlenségek árán volt megoldható. A készülékek új generációját már úgy alakították ki, hogy kisebb kompromisszumokkal ugyan, de könnyebb írni alatta. Hordozhatósága révén, segítséget jelenthet az élet számos területén. Sajnos, ezek a készülékek igen drágák. Ám a forgalmazók zöme segítséget nyújt a kiválasztott eszköz állami támogatással, 50 % önrész befizetésével történő beszerzésében, egyedi méltányossági kérelem alapján.

Bármilyen eszközre is van szükség, fontos, hogy szánjuk kellő időt és energiát a kiválasztásra, kipróbálásra. Ez ugyanis egy türelmet igénylő folyamat, ahol nem érdemes kapkodni.

Ebben, időpont egyeztetést követően, szívesen állok a rendelkezésükre:
Juhászné Schönhardt Ildikó rehabilitációs munkatárs

Elérhetőségeim:

Telefon: 20/536 76 48

E-mail: schonhardt.ildiko@gmail.com

Egy hatékony segédeszköz használatával megőrizhető vagy visszaszerezhető az önállóság, mely felbecsülhetetlen érték mindannyiunk számára.

Összeállította: Szerkesztő

TÁRSSZERVEZETEINK HÍREI

Különleges könyv nem hétköznapi történetekkel: angol és orosz nyelven is elérhető a DLAN gondozásában megjelent kötet

2020. augusztusában az Európai Siketvak Unió egyik tagszervezete, a Siketvakok Szlovéniai Egyesülete (DLAN) publikálta az angol-és orosz nyelvű változatát a könyvnek, mely ezt a címet viseli:

"Történetek (mesék) az emberekről, akik a szívükkel hallgatnak és a kezükkel néznek: Siketvaksággal élni"

A kötetéről dr. Simona Gerencer Pegant, a DLAN titkárát kérdeztem.

Hogyan tudná röviden összefoglalni a könyv tartalmát?

A könyv 14 történetet tartalmaz a siketvak emberekről, akik ezen a köteten keresztül válhattak először szerzőkké. A történetek, melyeket elmesélnek, az ő életükről szólnak. A legkülönbözőbb kommunikációs formák felhasználásával meséltek: volt, aki jelnyelven, akadt, aki a beszélt nyelv felhasználásával, megint más írásban, vagy képek segítségével, stb. Történeteiket, gondolataikat, életviszonyaikat úgy fogalmaztuk meg, hogy azt minden olvasó megértheti, átérezheti. A végén tolmácsolással átadtuk nekik a kész szövegeket és addig javígtattuk, ameddig a szerző jóvá nem hagyta. Minden siketvak személynek – szerzőnek megvan a saját története, amelyet nehéz néhány mondatban összefoglalni, hiszen az élet írta ezeket a történéseket...

Milyen események vezettek el a kötet összeállításához, honnan az alapötlet?

Már évekkel ezelőtt gondolkodtam azon, hogy írok egy könyvet, ahol a siketvakok bemutatkozhatnak. Ám mivel rengeteg, ennél sürgősebb feladatom volt, csak a tavalyi évben sikerült közösen megvalósítanunk ezt az ötletet. Nagyon sokáig nem voltam én sem biztos abban, hogyan fogadják majd a siketvakok és a hozzátartozóik ezt a könyvet. Most már tudom: nagyon pozitívan álltak hozzá.

Elsősorban kiket szeretnének megszólítani ezekkel a történetekkel: siketvak személyeket, vagy a velük foglalkozó szakembereket, családtagokat?

Nem fontos, hogy siketvak, családtag, szakember, politikus, diák vagy boltos ... mindenki, aki érti a nyelveket, amelyekre a könyv le van fordítva,

elolvashatja. E-módon a siketvak emberek története mindenkinek hozzáférhető, érthető.

Mi a hangsúlyosabb az írásokban: módszertani ismeretek átadása vagy a történetmesélés?

Az a fontos, hogy az emberekben Embert lássunk. Ne a hibáit, fogyatékoságait, hiányosságait, hanem azt az erőt, amellyel a siketvakok minden nap megküzdnek a nehézségekkel, kihívásokkal ... És e-miatt ők az élet mesterei.

Hogyan fogadták a megkérdezettek a bemutatkozási lehetőséget?

Örömmel közreműködtek a könyv elkészítésében. Egyesek sokat készültek a beszélgetések előtt, míg mások többször is kiegészítették a szöveget.

A hangsúly azon van, hogy mindenkinek lehetősége van megismerni a siketvakok életét, tapasztalataikat, gondolataikat. Mindenki maga döntött arról, hogy mit fog elmondani és hogyan.

A könyvben a siketvakok vannak a központban. Semmi más nem olyan fontos, mint az ember – a siketvak személy. És ez a könyv az ő könyvük. Mi (szakemberek) csak hozzásegítettük őket ahhoz, hogy papírra vethessék gondolataikat, mondanivalójukat.

A későbbiekben tervezik még más nyelvekre is lefordítani ezt a könyvet?

A könyv 2019-ben jelent meg, eredetileg szlovén nyelven. Később hangfelvételben is kiadtuk (és elérhető Szlovénia minden könyvtárában), szerbül, valamint angol és orosz nyelven. Most készítjük Braille-írásban, és jelnyelven. A későbbiekben lefordítjuk még német nyelvre is. A német nyelvi fordítást egy siketvak személy készíti, ennek különlegesen nagy értéke lesz ...

Lesz folytatása is ennek a könyvnek?

Igen, már készítjük a könyv folytatását. Új történeteket, más siketvakokkal. Ezekben a napokban adjuk ki az elnökünk, Janko Plesec - siketvak személy - versgyűjteményét és egyben a Haptikus kommunikációs módszer második könyvét. Az első Haptikus könyv tavaly októberben jelent meg. Ezt is a siketvakokkal együtt készítettük. Ez a könyv két nyelven lesz kiadva – szlovén és angol nyelven. Emellett még megtalálhatók benne olyan QR kódok, amelyek videó fordítást is tartalmaznak.

Az interjút készítette: Taskovics Adél

Az indiai SEDB felmérése a siketvak személyek életminőségéről

Az indiai siketvakokat tömörítő szervezet (SEDB) 2020 januárjában tartotta az első Siketvak Személyek Nemzetközi Konferenciáját. Az eseménynek Kerala adott otthont.

A szervezet célja volt egy nagyszabású felmérés készítése is, melyben rá kívántak világítani az Indiában élő siketvakok élethelyzetére. 17 felnőtt személy bevonásával készítették, akik nagyrésze siket és közülük hatan a látásukat is elvesztették fiatal korukban. Mindnyájan arról számoltak be, hogy nehézségeket tapasztaltak az oktatás, a munkavállalás és a szociokulturális eseményeken való részvétel terén.

A kérdések főként a következő területeket érintették: a résztvevők sérültségének mértéke és természete, az életkoruk, amikor látás/halláskárosodásuk bekövetkezett, az életvitelükhöz szükséges támogatás mértéke, információk az általuk igénybevett segédeszközökről, valamint a hozzáférhetőség az oktatáshoz, egészségüghöz, munkavállaláshoz és anyagi helyzetük milyensége.

Sok mindent elárul az Indiában élő siketvakok életéről egy Delhiben élő édesanya, Shipra Ghosh története. Ő látás,-és hallássérüléssel élő fia, Saurav boldogulásáért küzdött és küzd a mai napig. Három éves volt a gyermeke, mikor oktatási intézménybe szeretne volna küldeni. A hallássérült diákoknak fenntartott iskolában nem fogadták, mert nem látja a táblát, míg a látássérültekkel foglalkozó pedagógusok azt kifogásolták, nem hall és nem beszél, így nem tud részt venni az órákon. Az édesanya hiába tanulta meg a Braille írást és igyekezett maga tájékozódásra, önálló életvitelre tanítani a fiát, végül Mumbai-ba kellett küldenie a Siketek és Siketvakok Helen Keller Intézetébe, ahol megalapozták Saurav mai, önálló életét.

Tanulmányai befejezése után újabb nehézséggel kellett megküzdenie a fiatalembernek: a munkába állással. Édesanyja rengeteg helyen érdeklődött, kollégáktól és ismerősöktől kért segítséget, mégis 2 év telt el, mire Saurav el tudott helyezkedni. Mély szegénységben élő gyerekeket tanít az angol nyelv alapjaira és kézműveskedésre. Önállóan jár munkába és onnan haza, egyedül megy bevásárolni, barátai vannak, akikkel szívesen tölt időt. Kiegyensúlyozott, boldog ember.

Az alábbiakban rövid összefoglalást adok a felmérés eredményeiről, melyet az élet fontosabb területeiről nyújt:

Segédeszközök, támogató szolgálatok:

A résztvevők úgy nyilatkoztak: olyan támogató szolgálatra lenne szükségük, mely az élet több területén segítséget tud számukra nyújtani: önálló utazás, munkalehetőség felfedezése és a munkában való sikeres részvétel.

Ami a munkába állást illeti: a kérdőívet kitöltők 50 százalékának sok segítségre volt szüksége ahhoz, hogy állást találjon. 25 százalék csak némi segítséget igényelt.

62.5 százalékuk kis segítséggel eljut a munkahelyére vagy számára ismerős helyekre, 25 százalék nem kér segítséget ismert helyszínen. Indiában nincsenek olyan szakmai képzési programok, amelyek segítenek az emberi erőforrások előmozdításában a siketvak személyek kísérésében, a nekik történő tolmácsolásban és olyan segítők képzésében, akik szakszerűen leírják számukra a látható környezetet.

56 százalék igénybe venné tolmácsok munkáját az élet szinte minden egyes területén, mint a család, a szociális kapcsolatok vagy az oktatás.

Adódik a kérdés: szakképzett segítők híján kikre bízhatják magukat? A megkérdezettek 75 százaléka azt mondta: barátaiktól, családtagjaiktól, alapítványoktól és civil szervezetektől számíthatnak ilyen esetekben támogatásra.

A segédeszközökkel való ellátottságot illetően: a felmérés résztvevőinek legnagyobb része nem rendelkezik a legújabb technikai eszközökkel, melyek gördülékenyebbé tennék a kommunikációt. A törvényalkotók nem ismerik el ezek alapvető szükségességét a siketvak személyek életében, sokkal inkább luxusként értékelik őket, pedig a mindennapi életvitelhez elengedhetetlenek lennének.

További probléma, hogy nagyon magas az árak, hiány van olyan szakemberekből, akik meg tudnák tanítani az érintetteket ezek használatára, ráadásul a javításukra, karbantartásukra is nagyon kevés helyen áll rendelkezésre lehetőség.

Két válaszadó kivételével senki nem kapott erre a célra állami támogatást.

Oktatás: Indiában egy siketvak gyermeknek huszonháromszor kevesebb az esélye arra, hogy iskolába menjen, mint egy teljesen ép látású és hallású kortársának. Sőt, más fogyatékkal élő gyerekekhez képest is jóval kedvezőtlenebb a helyzetük. Ez sokféle tényezővel magyarázható, mint például a földrajzi elhelyezkedés (nagy távolság a megfelelő oktatási intézménytől), a tanárok hiányos ismeretei a siketvak személyekről, nevelésük módszertanáról, lehetőségeiről. Azok számára, akik később veszítették el látásukat/hallásukat, külön nehézséget okoz az új

helyzethez való alkalmazkodás. Ráadásul a rehabilitáció is hiányosan érhető el és az ára nagyon magas.

Helyzetük kedvezőbbé tétele érdekében számos lépést kellene megtenni, ezek közül csupán néhány a kiegészítő,- és alternatív kommunikációs formák (Braille, jelnyelv, stb.) használatának előmozdítása, a szükséges tananyagok, könyvek és kommunikációs segédeszközök ingyenes biztosítása 18 éves korig, vagy éppen a befogadó környezet megteremtése, mely elősegíti az egyén fejlődését mind intellektuálisan, mind társadalmi értelemben.

A diszkrimináció mértékét mutatja, hogy a megszólaltatottak 56,5 százaléka azt érzi, fogyatékosága volt az akadálya annak, hogy magasabb iskolai végzettségre tehessen szert.

Munkavállalás: Sok alacsony és közepes jövedelmű országban az informális (törvényi kereteken túl levő, "szürke") gazdaság a fő foglalkoztatási forrás, ez pedig kevésbé stabil, alacsonyan megfizetett, és nem nyújt védelmet a dolgozóknak. A megkérdezettek 78,57 százaléka az informális gazdaságban dolgozik. 43,75 százalékuk mondta, hogy nincs olyan jól megfizetve, mint nem fogyatékosággal élő társai. 25 százalékuk azt állította, még fizetést sem kap. A megfelelő iskolai végzettség, támogató szolgáltatások és akadálymentes környezet híján a fogyatékosággal élők nagyon rossz eséllyel indulnak a munkaerőpiacon. A fogyatékosággal élő nők helyzete pedig még kedvezőtlenebb, mint a férfiaké.

Egészségügy: A felmérésben résztvevő nők azt nyilatkozták: csak alkalmanként jutnak egészségügyi szolgáltatásokhoz, habár rendszeresen lenne rá szükségük. Gyakran előfordul, hogy ha esélyük is nyílik panaszaikkal orvoshoz fordulni, nem tudják elmondani szükségleteiket, csak akkor, ha van velük jelnyelvi tolmács. 87,5 százalékuk zsebből fizet az elérhető egészségügyi szolgáltatásokért. Egy részük úgy nyilatkozott: fizetnek, és ebben családtagjaik támogatják őket. 50 százalék állította: a fogyatékoság gátolja abban, hogy egészségügyi ellátásban részesüljön. Az adatok azt mutatják, hogy az egészségügyi ellátás könnyebben hozzáférhető a siketvakok számára, mint az oktatás, főként a magas jövedelmi helyzetű országokban.

Szociális kapcsolatok és pénzügyi integráció: A kérdőívekből kitűnik: a siketvak nőknek jóval kevesebb esélyük van a házasságra, mint más fogyatékosággal élő, vagy épp nem fogyatékos társaiknak. Életkörülményeiket tekintve: legnagyobb részük saját otthonban él, kevesebben vannak, akik bérelt helyiségekben, és néhányan a szüleikkel. Anyagi helyzetüket tekintve a válaszadók 75 százaléka mondta, hogy kap valamilyen ellátást, de tervet kell készítenie a jövőjére nézve. Legtöbbjük

rendelkezik saját bankkártyával, 31 százalék nyilatkozott úgy, hogy egyedül nem tudja használni azt.

Összegezve: A nehézségek gyökerét leginkább az jelenti, hogy a siketvakságot "összemossák" más fogyatékosággal és a törvényhozók nem fordítanak elegendő erőt, figyelmet arra, hogy megismerjék speciális szükségleteiket és igényeiket.

Forrás: A SEDB által küldött összegző dokumentum, angol nyelvről fordította: Taskovics Adél

HÍR, ÉRDEKESSÉG

Fél évvel meghosszabbítják a törlesztési moratóriumot

A kormány döntése szerint 2021. január 1-től fél évvel meghosszabbítják a fizetési moratórium lehetőségét. Ezzel az alábbi társadalmi csoportokba tartozók élhetnek:

- a gyermekes családok
- nyugdíjasok
- munkanélküliek
- közfoglalkoztatottak

A hosszabbítás automatikus, ezért – a korábbiakhoz hasonlóan – csak annak kell felkeresni hitelintézetét, aki a továbbiakban is fizetni szeretne.

A magánszemélyekkel ellentétben a gazdasági vállalkozásoknak viszont külön jelezniük kell, ha meg kívánják hosszabbítani moratóriumukat.

Azon cégek pedig, melyeknek bevétele több, mint 25 százalékkal csökkent a koronavírus járvány idején, automatikusan megkapják a plusz haladékot.

A járvány kezdete előtt felvett háztartási és vállalkozási hitelekre 6 hónapos felmondási tilalmat vezetnek be.

Forrás: <https://forbes.hu/uzlet/meghosszabbítottak-a-törlesztési-moratoriumot-a-csaladosoknak-nyugdíjasoknak-es-munkanélkülieknek/>

eRikkancs - a digitális újságos

2020. október 15-én részt vettem egy új informatikai megoldás, az eRikkancs online bemutatóján. Az előadást, melyből megismerhettük a „digitális újságos” működését, Dvariecki Bálint, a programot fejlesztő Alko-Soft Nonprofit Bt. ügyvezetője tartotta.

Az eRikkancs rendszer arra hivatott, hogy akadálymentesen tudjunk olvasni olyan kiadványokat, melyek idáig csak nyomtatott formátumban voltak elérhetőek. A lehetőség nem csak a látássérült embereknek, de jól látóknak is egyszerűbbé, gyorsabbá teheti a sajtótermékek fogyasztását.

Jelenleg három különböző platformon érhető el: Windows, Android és iOS alkalmazásból. Ezek mindegyike alkalmas a kiadványok olvasására, kettőn keresztül pedig meg is lehet vásárolni azokat.

Az újságolvasás előfeltétele, hogy regisztráljunk a rendszerbe a www.erikkancs.hu oldalon.

Első lépésként nyissunk meg egy internetes böngészőt – Internet Explorer kivételével bármelyik jó, ezen az egyen már nem működik az elektronikus fizetés, ezért nem ajánlatos. A hivatkozások listájából keressük ki a „Bejelentkezés/regisztráció” hivatkozást, itt tudunk létrehozni saját felhasználói fiókot.

Olyan adatokat kell megadnunk, mint egy felhasználónév, a teljes név, érvényes e-mail cím (aktiváláshoz is szükséges), telefonszám, valamint a bejelentkezéshez szükséges jelszó.

Egy jelölőnégyzettel bejelölhetjük, hogy látássérültek vagyunk. Ez azonban nem elég, fel kell tölteni egy, az állapotunkat igazoló dokumentumot. Ez azért fontos, mert egyes kiadók biztosítanak kedvezményt látássérültek számára, tehát kevesebbért vehetjük meg az újságokat.

Ezt követően meg kell adni számlázási adatainkat: név, ország, irányító szám, város, utca és házszám. Ez után egy jelölőnégyzet következik, melynél eldönthetjük, kiadói hírlevélre feliratkozunk-e. Ez arra vonatkozik, hogy a kiadók, akiknek termékei a rendszerben vannak, küldhetnek-e nekünk közvetlen e-mailt.

Ez alatt be kell jelölni, hogy elfogadjuk az Adatvédelmi Nyilatkozatot és az Általános Szerződési Feltételeket, melyeket ugyanezen az oldalon egy linkre kattintva el is tudunk olvasni, ha szeretnénk. A folyamat végén nyomjuk meg a „Regisztráció” gombot. Utána kapunk egy e-mailt, melyben van egy link, amire rá kell kattintani, csak ekkor válik a regisztráció élessé.

Ha beléptünk, különböző beállításokat végezhetünk az oldalon, pl.: Értesítési beállítások (melyik kiadótól szeretnénk megkeresést kapni), de az újonnan feltöltött kiadványokról szóló értesítéseket is beállíthatjuk. A felhasználói menüben megnézhetjük eddig megvásárolt kiadványainkat, de adatainkat is módosíthatjuk vagy véglegesen törölhetjük fiókunkat. Ekkor azonban minden adat megsemmisül, így már a megvett újságjainkat se tudjuk többet elolvasni.

A kiadványok megvásárlása

Egy-egy lapszámot közvetlenül meg tudunk venni, bankkártya segítségével. A folyóiratok között lehet válogatni az oldalon, a „Megvásárlom” gombra kattintva tudjuk beszerezni. Az itt felugró felületen ki kell választani, hogy kinek szeretnénk megvenni. Alap esetben az van bejelölve, hogy saját magunknak, de dönthetünk úgy is, hogy valaki másnak; az itt megjelenő szerkesztőmezőbe be tudjuk írni annak az e-mail címét, akit meg szeretnénk ajándékozni. Fontos, hogy ez csak olyan személy lehet, aki szintén regisztrált az oldalra. Ezután ki tudjuk választani, hogy bankkártyával, vagy virtuális egyenlegünk felhasználásával szeretnénk-e fizetni a kiadványért. Mindenki, aki regisztrál, 300 stexet (fizetőeszközként funkcionáló, virtuális pontot) kap. Egy stex 1 forintnak felel meg, tehát 300 forintos keretet kapunk.

Stex egyenlegről Windows alkalmazásból, vagy az Android applikációból is vehetünk újságot. Fontos tudni, hogy iPhone készüléken ez nem lehetséges, az Apple szabályzata nem engedélyezi az övétől eltérő fizetési rendszer használatát, ezért iPhone-ról csak olvasni lehet.

A weboldal információszerzésre, kiadványok vásárlására, egyenlegfeltöltésre és adatmódosításra való, olvasni csak az alkalmazások segítségével lehet.

Virtuális egyenlegünket többféle módon is fel tudjuk tölteni. A weboldalon van egy „Stex vásárlás” menüpont. Itt kiválaszthatjuk, hogy ezt miként szeretnénk megtenni.

Országosan a Vakok és Gyengénlátók Szabolcs-Szatmár-Bereg Megyei Egyesületénél és a Hermina Egyesületnél van rá mód, hogy személyesen bemenjünk az irodájukba, ahol befizethetünk valamennyi pénzt és az eRikkancs csapata jóvá írja érte a stexeket.

Bankkártyával és átutalással is vásárolhatunk pontokat, e két lehetőségből a webes felületen választhatunk.

Kártyás fizetés esetén, ha kitöltöttük számlázási adatainkat, az oldal átirányít minket a Simple felületére, ahol megadhatjuk bankkártyánk adatait.

Ezt követően visszaléptet minket az eRikkancs felületére, ahol megkapjuk az üzenetet, hogy jóváírásra kerültek virtuális pontjaink.

Átutaláskor a megadott bankszámlaszámra kell elutalni az összeget. A megjegyzés rovatba mindenképp be kell írni az e-mail címet, amivel regisztráltunk, így tudnak beazonosítani minket.

Ha szeretnénk, barátainknak is tudunk ajándékozni egyenleget, nem csupán kiadványt.

Fontos tudni, hogy egy időben egyszerre csak egy platformra tudunk belépni, arra tehát nincs mód, hogy iPhone-unkon és Windows rendszer alatt egyszerre futtassuk.

Ha egy alkalmazásba 24 órán keresztül nem lépünk be, akkor automatikusan kijelentkeztet, tehát következő indításkor újra be kell írni adatainkat.

A rendszerben van néhány ingyenes, nulla forintos kiadvány is. Ezeknél szintén végig kell menni a vásárlási folyamaton, csak ebben az esetben nulla forintot vonnak le egyenlegünkből – ezt csak virtuális számlánkon keresztül lehet megtenni.

Az alkalmazásokban kereshetünk a kiadványok között (de azok szövegében is), nézhetjük őket kategóriák szerint, olvashatjuk a megvásárolt újságokat, szerkeszthetjük kedvenceink listáját – ide tehetünk lapszámot, de kiadványt is. A Windows-ra írt alkalmazásban mindenhez vannak gyors billentyűk, tehát egy-egy billentyűparancs lenyomásával ugrálhatunk az egyes módok között.

Akinek van némi látásmaradványa, annak nagy segítség lehet, hogy pdf formátumban is megjeleníthetjük a megvásárolt sajtótermékeket.

Az iPhone esetén ezt a telefon „Beállítások” menüpontján keresztül tehetjük meg, ha ott kikeressük az eRikkancs alkalmazást és kinézethű megjelenítésre állítjuk a készülékünket – eredetileg felolvasás módban van. Így lehetőség nyílik a szöveg nagyítására is, ha a képernyőolvasót kikapcsoljuk.

A rendszerben elérhető kiadványok listája a jövőben folyamatosan bővül.

Akinek szüksége van az alkalmazások használatával kapcsolatos segítségre, a weblap (www.erikkancs.hu) alján, a „Súgó” menüpontban tájékozódhat a felületek kezeléséről.

Taskovics Adél írása

Hány nemzeti ünnepünk van?

Érdekes „házi felmérés” elkészítésére adta a fejét a Mosthallottam.hu internetes portál szerkesztősége. Bár ez a kis kutatás, melyet száz ember bevonásával készítettek, tudományos körökben nem feltétlenül állta volna meg a helyét, a jelenség, amire rávilágít, így is figyelemre méltó. „Mennyi nemzeti ünnepünk van?” – tették fel a kérdést száz embernek, akik döntő többsége felsőfokú végzettséggel rendelkezik. A résztvevők közül 96 személy helytelen választ adott, ami igen jelentős hiba aránynak számít. Állami ünnepünk csak egy van, nemzeti ünnepünk azonban több.

Kavarodásra adhat okot, hogy számos egyházi ünnep egyben államilag is elismert, erre az egyik legjobb példa a Karácsony. Az államilag (is) elismert ünnepeken túl vannak olyan ünnepek, melyeket hivatalos megnevezés szerint nemzeti emléknapoknak nevezünk. Jelenleg nyolc ilyen emléknapunk van. Tovább árnyalja a képet, hogy ezeknek csak egy részét rögzíti törvény. Egy másik csoportjukat nem törvénnyel, hanem országgyűlési határozattal vagy más, különböző szintű rendelettel állapították meg.

Ünnepeink újabb, nagy csoportját az egyházi ünnepek adják, melyek egy része államilag elismert (keresztény) ünnep.

A harmadik csoportba tartozó jeles napok néphagyományokhoz vagy nemzetközi eseményekhez kapcsolódnak. Ezek egyike sem „hivatalos”, ám országszerte megtartják őket minden egyes évben (pl: anyák napja, Mikulás). Miután kicsit jobban megértettük a nemzeti ünnepek hazai környezetét, válaszoljuk is meg a kiemelt napjaink számára vonatkozó kérdést!

Az Alaptörvény J) cikk (1) bekezdése sorolja fel Magyarország nemzeti ünnepeit:

- a) március 15. napja, az 1848-49. évi forradalom és szabadságharc emlékére;
- b) augusztus 20. napja, az államalapítás és az államalapító Szent István király emlékére;
- c) október 23. napja, az 1956. évi forradalom és szabadságharc emlékére.

A J) cikk (2) bekezdése pedig a magyar hivatalos állami ünnepet definiálja:

(2) A hivatalos állami ünnep augusztus 20. napja.

Magyarországon tehát három nemzeti ünnep van. A három nemzeti ünnep egyike pedig a hivatalos állami ünnep is egyben.

Forrás: <https://www.mosthallottam.hu/tudtud-hogy/mennyi-nemzeti-unnepunk-van/>

Harminc éves az első internetes keresőmotor

Az „internetes kereső” fogalom hallatán a legtöbb embernek a Google jut eszébe. Néhányan megneveznék a Binget, még kevesebben a Yahoo-t. Azok, akik évtizedek óta otthonosan mozognak az informatika világában és ismerik a magyar fejlesztéseket, említhetik az AltaVizslát.

Ma már érdekességnek számít az információ, mely szerint a világ első internetes keresője az Archie névvel működött. Éppen 30 éve, 1990 őszén kezdte meg működését. Megálmodója, Alan Emtage az 1989-es esztendőben utolsó éves egyetemi hallgató volt, mellette pedig a kanadai McGill Egyetemen dolgozott. Az volt a feladata, hogy más diákoknak megtalálja egy-egy számítógépes szoftvert. Ehhez írt egy rövid programot, melynek később az Archie nevet adta. Két társa, Bill Heelan és Peter Deutsch pedig olyan szkriptet készített, melynek segítségével a rendszerbe bejelentkezett egyetemisták használni tudták a keresőt.

Ez a szolgáltatás még merőben más volt, mint a maiak. A felhasználónak ki kellett választania, hogy melyik Archie-szerveren szeretne keresni. Ezt követően csak egyetlen keresőszót lehetett megadni. Ennek az volt az oka, hogy a program nem értette a begépelte kifejezéseket.

A keresés végeztével egy lista jelent csak meg a lehetséges találatokról. Hogy az adott könyvtár valóban azt rejtette-e, amire a felhasználónak szüksége volt, csak a mappa letöltése és átvizsgálása után derült ki.

Bár mindez rendkívül kezdetleges technológiának tűnik, 1990-ben komoly kényelmet jelentett az Archie létezése. Arról nem is beszélve, hogy ha ez nincs, talán később a Google vagy a Yahoo sem jelent volna meg.

Forrás: https://hvg.hu/tudomany/20200928_archie_internetes_kereso_keresomotor

Kömény: a legjobb megoldás hízás, álmatlanság és ízületi fájdalmak esetén

Régóta ízesítjük vele ételeinket, az azonban kevésbé ismert róla, hogy milyen sok betegség kezelésére alkalmas. Álljon itt tíz hasznos tipp, melyekkel jobbra varázsolhatjuk közérzetünket, pihentetőbbé éjszakáinkat.

1. Segíti az emésztést

Keverjük össze egy kis gyömbérport őrölt köménnyel, tegyük hozzá fekete borsot, és sót. Étkezés után együnk ebből a porból egy evőkanállal, és igyunk meg egy pohár vizet.

2. Lúgosít

Egy kiskanál őrölt köményt vegyünk be, ha sok a savunk, reflux gyötör minket. Tartsuk a szánkban egy kicsit mielőtt lenyeljük. Rögtön érezhetjük az enyhülést.

3. Féreghajtó

Forraljunk fel 400 ml vizet, és 15 gr köménymagot tegyük hozzá. Addig forraljuk, míg a vízből már csak 100 ml marad. Minden reggel és este igyunk 20-40 ml-et.

4. Hányinger esetén

Keverjük el egy kevés köményt mézzel, és étkezés után fogyasszuk.

5. Megfázás, köhögés ellen

Forraljunk fel egy kevés köménymagot, majd szűrjük le, és igyuk meg a keletkezett főzetet.

6. Álmatlanság ellen

Törjünk össze egy banánt, majd adjunk hozzá egy fél teáskanál pirított köménymag port. Lefekvés előtt fogyasszuk.

7. Gyomorfájás ellen

3 gramm köményport keverjük bele egy pohár langyos vízbe, majd lassan kortyolva igyuk meg.

8. Vérszegénység ellen

Fogyasszunk minél több köményt, bármilyen formában, hiszen nagyon magas a vastartalma.

9. Méregtelenít

Hatóanyagainak köszönhetően az egész testet, és főleg a toxinokat elraktározó májat is méregteleníti.

10. Cukorbetegség ellen

Egy pohár vízben oldjunk fel egy kevés őrölt köményt, és naponta 2-3 alkalommal igyuk meg. Hatékonyan szabályozza a vércukorszintet.

Forrás: <https://nyugdijasok.hu/hizas-almatlansag-es-izuleti-fajdalmak-eseten-is-ez-a-fuszer-a-megoldas-101110?fbclid=IwAR1UMUQpLTyxp-6AlxhOrc9Je-Axy4fq6yEUnj9AA690ECoSglOH5uxBR9U>

Jól halad a magyar tervezésű légitaxi fejlesztése

Ezek a futurisztikus szerkezetek lényegében elektromos, függőlegesen fel- és leszálló járművek (azaz eVTOL-ok). A köznyelvben leginkább csak drónokként, vagy (várható funkciójuk miatt) légitaxiként emlegetik őket. Fejlesztésüket felhasználói oldalról, tehát az utasok részéről az egyre növekvő városi forgalom tette szükségessé, mely magától értetődően növeli meg az igényt az alternatív utazási lehetőségek iránt.

A gyártók részéről olyan új vívmányok járultak hozzá, mint az elektromos hajtásláncok, a számítógépes szimulációk, a könnyű kompozit anyagok és a miniatürizált digitális rendszerek.

Az utóbbi években légitaxik fejlesztésébe kezdett többek között a Boeing, az Airbus, a Hyundai vagy a Bell, a médiában talán még náluk is többször került elő egy egészen kis cég, az austini Lift Aircraft neve. Annyira jól állnak a Hexa névre keresztelt több rotoros drón fejlesztésével, hogy ha a koronavírus-járvány nem szól közbe, mostanra már nyilvános bemutatórepüléseket is szerveznének. A fejlesztések mögött egy magyar csapat áll. A Smart 2020 konferencián pedig a cég főmérnöke, Kerülő Balázs ismertette a fejlesztés jelenlegi állapotát. Beszült még arról is, hogy milyen kihívásokkal kénytelenek szembenézni munkájuk során. Szavaiból kitűnt: a Hexa készen áll az éles bevetésre. Egyelőre 10-15 perces utakat lehet vele megtenni, maximális sebessége pedig 72 km/h. Elméletileg arra is képes, hogy emberi beavatkozás nélkül, teljesen automatikusan repüljön. Az egyik legnagyobb kihívás, amivel a fejlesztőknek meg kell küzdeniük, a rendkívül alacsony hibatűrési arány. Közérthetőbben:

minimalizálni kell annak esélyét, hogy a gép lezuhan, mert az kétségtelenül az utasok életébe kerülne.

Kerülő Balázs a megoldást abban látja, hogy a légitaxiknak tízszer biztonságosabbaknak kell lenniük a hagyományos kisrepülőknél, csak így válhatnak társadalmilag elfogadottá. Ha megvizsgáljuk a kisméretű repülőgépek-balesetek leggyakoribb okait, akkor láthatjuk, hogy a Lift Aircraft tervezői ezek szinte mindegyikére találtak egy megnyugtató megoldást:

- a gép feletti kontroll elvesztése és a nem a motorral kapcsolatos rendszerhibák a fly-by-wire rendszerrel kiküszöbölhetők,
- a gép földnek vezetése ellen a környezetérzékelő szenzorok,
- az ütközések vagy egyéb, váratlan okok ellen az automata ejtőernyő és a légzsákok nyújtanak hatékony védelmet,
- a motorhiba lehetőségét pedig az elosztott hajtáslánc csökkenti minimumra, hiszen a Hexa még akkor is működőképes marad, ha a 18 rotorjából hat meghibásodik.

A drón tervezői még arra is találtak megoldást, hogy mi történik, ha a gép vízben landol, ugyanis a Hexa a speciális talpainak köszönhetően képes a vízben lebegni. Ahhoz, hogy ez az új technikai vívmány sikeressé válhasson, nem csupán biztonságosnak, de megfizethetőnek is kell lennie. A próbarepülésre 150 és 250 dollár közötti áron hirdették meg a helyeket, ami nagyjából 47 és 80 ezer forint közötti összeget takar. A hagyományos taxi árához képest ez nagyon drágának számít, mind magyar, mind pedig amerikai viszonyok között, bár egy helikopter bérléséhez képest már nem is olyan jelentős összeg.

Forrás: <https://raketa.hu/rendkivul-jol-halad-a-magyar-tervezesu-legitaxi-fejlesztese>

Orvosi bravúr: átprogramozott őssejtek alkalmazása a látás javításában

A világon elsőként ültettek be indukált pluripotens őssejtekből (iPS) származó látósejteket pigmentáris retinadegenerációban szenvedő páciens szemébe egy japán kórházban. A beavatkozást Kobe város szemklinikáján végezték egy klinikai vizsgálat részeként. A páciens olyan betegségben szenved, amely látásproblémákat okoz, különösen szürkületben a retinában lévő fotoreceptorok fokozatos elvesztése miatt.

Csak Japánban mintegy 30 ezren élnek a betegséggel, amelyre nincs ismert gyógymód. Mivel úgy vélik, a pigmentáris retinadegenerációt génmutáció okozza, a japán kutatócsoport a látósejtek létrehozásához egy egészséges donor vérsejtjeit használta, nem a páciensét.

A sejteket különböző anyagok használatával háromdimenziós retinaszöveté tenyésztették, majd fotoreceptoros sejteket tartalmazó lappá formálva beültették a páciens retinájába.

Egy éven át megfigyelés alatt tartják a beteget, hogy szervezete kilöki-e a beültetett sejteket. Azt is vizsgálják, hogy az új sejtek a test korábbi sejtjeivel részt vesznek-e a látásban, annak kommunikációjában és közvetítenek-e információt az agyba.

A kutatócsoport tervei szerint egy második páciensen is elvégzik a beavatkozást.

Az iPS-sejteket Jamanaka Sinja, a Kiotói Egyetem kutatója fedezte fel, munkájáért 2012-ben megkapta a fiziológiai és orvostudományi Nobel-díjat. Ezek a sejtek a test bármely típusú szövetévé képesek átalakulni.

Forrás: <https://www.origo.hu/tudomany/20201017-eloszor-ultettek-be-ipssejtekbol-szarmazo-latosejteket-retinadegeneracioban-szenvedo-paciens-szemebe.html>

Összeállította: Szerkesztő

A HÓNAP VERSE

Juhász Gyula: Október

A fény arannyal öntözi még
A szőke akác levelét,
De ez a fény, megérezem én,
Már októberi fény.

Az alkony lila fátyla alatt
Tarka tehenek hada halad,
Vígan elbődül, hisz haza tart,
De ez már őszi csapat.

A kertben tarkán égő színek,
Virágok, dúsan vérző szívek,
Rajtuk az este harmata ring,
De ez már őszi pompa mind.

Fényt, krizantémet, dalt, harmatot
Lelkemben vígan elringatok,
Magszépül lassan, ami rég volt,
De ez már októberi égbolt!



Siketvakok Országos Egyesülete
Hungarian Deafblind Association

Székhely: 1146 Budapest, Ajtósi Dürer sor 39.
Levelezési cím: 1089 Budapest, Korányi Sándor u. 30.
Telefon: 06-1/361-2007
Fax: 06-1/209-5829
E-mail: siketvak@siketvak.hu
Adószám: 18061031-1-42

Összeállította, szerkesztette: Taskovics Adél