

# HÍRMONDÓ 2021/11

## Siketvakok Országos Egyesülete



Kedves Olvasók!

Hírlevelünk jelen számában információt adunk egyesületünk 2021. évi taggyűléséről, megismerhetik két új munkatársunkat, olvashatnak társszervezeteink híreiről, a járvány ellen bevezetett védelmi intézkedésekről, valamint további hírekről, érdekességekről.

Jó olvasást, kellemes időtöltést kívánunk!

Taskovics Adél, szerkesztő

### TARTALOM

<b>HÁZUNK TÁJÁRÓL – EGYESÜLETI HÍREK</b> .....	2
Novemberben volt egyesületünk 2021. évi közgyűlése .....	2
Új munkatársaink bemutatkozása.....	4
Webinárium, középpontjában egyesületünk életével .....	6
<b>TÁRSSZERVEZETEINK HÍREI</b> .....	9
Az EDbU köszöntője az Európai Siketvak Nap alkalmából.....	9
SHAPES project: középpontban az aktív, egészséges öregedés .....	11
„A zene az én igazi gyógyszerem” –JožicaAtelšek mesél magáról.....	15
<b>HÍR, ÉRDEKESSÉG</b> .....	17
Új intézkedések a járvány ellen .....	18
Információk a nyugdíjemelésről.....	18
Fogyatékoság alapján járó ellátások, megváltozott munkaképesség és munkavállalás .....	19

LifeMax segélyhívó rendszer és távfelügyelet .....	21
Videó a vakoknak: egy alkalmazás a vizuális tartalmak akadálymentesítéséért .....	23
A nyugdíj bevezetésének hazai története .....	26
Portugáliában van a világ leghosszabb gyalogos függőhídja.....	26
Mi történik a szervezetünkkel, ha naponta iszunk gyömbérteát? .....	27
Akiről a Gellért-hegyet elnevezték.....	28
Különleges ajándék készült a pápának.....	29
<b>A HÓNAP VERSE</b> .....	<b>30</b>

## **HÁZUNK TÁJÁRÓL – EGYESÜLETI HÍREK**

### **Novemberben volt egyesületünk 2021. évi közgyűlése**

Az esemény 2021. november 10-én, szerdán délután 3 órakor vette kezdetét telephelyünkön – 1089 Budapest, Korányi Sándor utca 30. Az üléshez személyesen és az online térben is csatlakoztak tagjaink.

Először Gangl Tamás, egyesületünk elnöke köszöntötte a résztvevőket, és határozatképesnek nyilvánította a közgyűlést.

Az első napirendi pontban Kedves Éda ügyvezető ismertette az egyesület 2020. évi közhasznúsági jelentését.

Bár a tavalyi év a koronavírus járvány miatt egyáltalán nem volt könnyű, a szervezet gazdálkodása ennek ellenére is stabil maradt. Három főbb tevékenységi körben végeztük feladatainkat. Ezek közül az első az érdekvédelmi munka. Ennek kapcsán jelentős tárgyalásokra került sor, hiszen a megváltozott körülmények konkrét védelmi intézkedéseket kívántak. Jól megfogalmazható tervekre minden fogyatékosággal élő személynek szüksége volt arra nézve, hogy mit kell tennie akkor, ha bajba kerül. Ennek elősegítésére tárgyalások folytak az illetékes minisztériumokkal, végül rendelet is született a témában.

A karanténban töltött napok száma meglehetősen nagy volt 2020-ban, az egyesület minden munkatársa, de kiváltképp az érdekvédelemben dolgozók igyekeztek tartani a kapcsolatot a tagsággal. Érdeklődtek, kinek mire van szüksége, milyen problémákkal szembesül a pandémia okozta helyzetben.

Tolmácsszolgálatunk és elemi rehabilitációs részlegünk is működött. A szolgáltatás lebonyolítása annyiban változott, hogy az online platformok a korábbiakhoz képest sokkal inkább előtérbe kerültek.

Ugyanez mondható el a harmadik nagy területről, az elemi rehabilitációs szolgáltatásunkról is. Akár a pszichológussal való konzultációban, akár szociális ügyintézésben nagy teret kapott az internet alapú technológia.

A konkrét számadatokból, melyeket Éda ismertetett, egyértelműen kitűnt: a tevékenységek finanszírozása nem csökkent, a szervezet fenntartása és forrásai biztosítottak voltak. A közösségi élet inkább az idei évben indult újra. Tavaly nem volt nyári tábor, limitáltak voltak a találkozási lehetőségek.

Péter Zsigmond a Felügyelő Bizottság nevében javasolta a jelentés elfogadását. Kijelentette: az egyesület törvényesen működik, majd nagyrabecsülését és köszönetét fejezte ki a munkatársaknak, akik ebben a nehéz időszakban is kitartottak és lelkiismeretesen végezték a munkájukat

A közgyűlés elfogadta a 2020. évi közhasznúsági beszámolót.

A második napirendi pontnál, az „Egyéb információk, kérdések” témakörénél a tagok számára szervezendő, karácsonyi ünnepségről volt szó. Bár erről az ülés során nem született érdemi döntés, a vírushelyzet jelenlegi alakulására, a növekvő esetszámokra való tekintettel megfogalmazódott: ajánlatos lenne a személyes jelenlét helyett inkább online megoldást választani ennek megtartására.

Egy következő információként Királyhidi Dorottya főtitkár megjegyezte: mind a jelnyelvi tolmácsszolgálat, mind az elemi rehabilitációs szolgáltatás működése csak részben függ az egyesület vezetőségének döntéseitől. A pályázató szerv vagy minisztérium, ahogyan a múltkori időszakban is, hozhat határozatokat. Amikor a klienseknek tartott órák leálltak, akkor is a minisztérium írta elő a kontaktórák szüneteltetését. Ugyanez a helyzet a jelnyelvi tolmácsszolgálat rendszerének alakításával is.

Végül Gangl Tamás elnök úr megköszönte a résztvevőknek a jelenlétét és berekesztette a közgyűlést.

*(Az összefoglalót írta: Taskovics Adél)*

\*\*\*

## Új munkatársaink bemutatkozása

Az alábbiakban egy-egy interjút olvashatnak két új kollégánkról. Elsőként Babinszki Vera jogi asszisztensünkkel, majd Varga Nóra pszichológussal beszélgettem.

Babinszki Vera:

- Mikor hallottál először az egyesületről?

2010-ben derült ki a hallássérülésem. A szüleim folyamatosan keresték a lehetőségeket, így kerültünk kapcsolatba 2011-ben az egyesülettel.

- Mióta dolgozol itt és milyen munkakörben?

Október 1-je óta, jogi asszisztens munkakörben.

- Mi motivált arra, hogy jogásznak tanulj?

A fogyatékos ügy áll az érdeklődésem középpontjában. Jogászként a fogyatékossgal élő személyek érdekképviseletével szeretnék foglalkozni, az esélyegyenlőség előmozdításáért.

- Ha jól tudom, korábbi diákéveidben külföldi iskolába is jártál. Tudnál erről egy kicsit mesélni?

Igen, New York államban tanultam egy évet. Az angolom rengeteget fejlődött, ez volt a célom a kiutazással. Azáltal, hogy egy fogadócsaládnál laktam, az alkalmazkodó képességem is jó irányba változott.

- Mi volt a legnagyobb nehézség, amit le kellett küzdened ebben az időszakban?

Eleinte nehezen tudtam különválasztani, hogy az angoltudásom hiánya avagy a hallássérülésem okozza, hogy nehezen értettem az embereket. Türelmetlen voltam emiatt és a család számára is ijesztő volt, mert azt hitték, nagyon rosszul hallok. Idővel ez letisztult, ahogy fejlődött a nyelvtudásom, én is meg tudtam fogalmazni, hogyan tudnak segíteni a kommunikációban.

- Hogyan találtál rá megoldást?

Folyamatosan beszélgettem, új szavakat tanultam, angol videókat néztem. Ezzel csiszolódott a hallás utáni értésem és a kiejtésem.

- Van egyéb olyan információ, amiről fontosnak tartod, hogy az olvasók megtudják rólad?

A Facebookon van egy blogom, amelyben a vakon és hallássérültként átélt helyzetekről mesélek. Számomra az írás az egyik legfontosabb kifejező eszköz. Pici Tücsök az oldal neve, várom szeretettel az új olvasókat. :)

*(Az interjút készítette: Taskovics Adél)*

Varga Nóra:

- Mennyi ideje dolgozol pszichológusként?

Lelkes és elhivatott pályakezdő vagyok; a SVOE az első szakmába vágó munkahelyem. Korábban önkéntesként dolgoztam együtt látássérült, illetve szívbeteg emberekkel.

- Mi motivált arra, hogy ezt a pályát válaszd?

Gyerekkorom óta segítő hivatásra vágytam, pályaválasztás előtt a szociális munka, illetve a pszichológia szak között vacilláltam sokat. Az évek alatt kiderült számomra, hogy nagyon szívesen dolgozom együtt olyan emberekkel, akiknek valamilyen oknál fogva az egészségi állapotukban változás állt be.

- Mióta dolgozol az egyesületnél?

November 1-je óta dolgozom az egyesületnél.

- Korábban is foglalkoztál fogyatékosággal élő személyekkel?

Dolgozni nem dolgoztam velük, viszont régebben néhány évig a Nem Adom Fel Alapítvány szemléletformáló csapatának a tagja voltam, ahol látás-, mozgás-, hallás-, értelmi-, halmozottan sérült, valamint autista munkatársam is volt. Én magam is látássérült (aliglátó) vagyok születésem óta, így saját tapasztalatból is ismerem, hogy egy fogyatékosággal élő ember milyen típusú kihívásokkal találkozhat.

- Mi a legnagyobb kihívás a munkádban?

Így, nem túl sok tapasztalattal a hátam mögött erre nem egyszerű válaszolnom; de pl. kihívás, hogy sosem tudom előre, hogy aznap milyen nehézségekkel, problémákkal, elakadásokkal fogok találkozni, de én ezt egyáltalán nem bánom, a kihívás nálam abszolút egy pozitív töltetű szó.

- Mi nyújtja a hivatásodban a legnagyobb motivációt számodra?

Nagyon jó érzés nekem, hogy támaszt nyújthatok azoknak, akik úgy érzik, hogy egy-egy nehézséggel könnyebb és sikeresebb lenne megküzdniük egy szakember segítségével.

- Van egyéb olyan információ, amiről fontosnak tartod, hogy az olvasók megtudják rólad?

Az egyesületben hétfőn, kedden illetve pénteken dolgozom. Mindenkit nagyon szívesen látok, aki úgy érzi, hogy van valamilyen aktuális nehézsége, vagy olyan területe az életének, amit szívesen átbeszélne egy szakemberrel ( pl. pályaválasztás, munkavállalás terén, a családban, az állapotának elfogadása kapcsán stb.)

E-mailben a:

[varga.nora@siketvakrehab.hu](mailto:varga.nora@siketvakrehab.hu),

telefonon pedig a:

06-30-727-4936 -os telefonszámon vagyok elérhető.

A beszélgetésekre személyesen az egyesület irodájában, Zoomon, illetve telefonon keresztül van lehetőség. Aki személyesen jönne, még a kiskutyámmal is találkozhat ; ). Dani egy zsemleszínű, 10 éves labrador, hivatását tekintve pedig vakvezető kutya. : )

Fontos tudni továbbá, hogy engem kötelez a titoktartás, tehát amit velem bárki megoszt, az mindenképpen kettőnk között fog maradni.

(Az interjút készítette: Taskovics Adél)

\*\*\*

## **Webinárium, középpontjában egyesületünk életével**

2021. októberétől ismét online előadásokat, webináriumokat szervez a lengyel HumanDoc alapítvány. Ezek témája az információs hozzáférhetőség biztosítása a siketvak személyek számára. A tapasztalatcsere a Visegrádi Négyek országain belül történik (Csehország, Szlovákia, Lengyelország, Magyarország).

Október 25-én, hétfőn délután egyesületünk főtitkára, Királyhidi Dorottya tartott előadást a témában. Mindeközben ismertette a Siketvakok Országos Egyesületének tevékenységi körét, a szolgáltatásokat, melyeket tagjaink igénybe vehetnek.

Bevezetőjében elmondta: ha a siketvak személyekért szeretne dolgozni az ember, vagy az a célja, hogy harcoljon a jogaikért, létfontosságú tudni, hogy az adott ország jogrendje miként definiálja ezt az állapotot. Magyarországon azokat a személyeket soroljuk ide, akik egyidejű látás- és hallássérüléssel élnek, és kétszeres érzékszervi károsodásuk nem engedi, hogy használják azon oktatási, kommunikációs és

segítségnyújtó módszereket, melyeket a látássérültek és a siket/nagyothalló emberek általában használnak.

A szervezetről megtudtuk: 1994-ben alapították, a következő célokkal:

- A siketvak gyermekek és felnőttek, valamint családjaik támogatása és az érdekképviseletükről való gondoskodás;
- A mind teljesebb társadalmi integráció elősegítése;
- A közvélemény tudatosságának növelése a siketvakságról, mint önálló, speciális igényekkel rendelkező fogyatékosági ágról;
- E kétszeres, érzékszervi sérülés kialakulásának a megakadályozása.

Mi szükséges ahhoz, hogy hozzásegíthessük a célcsoport tagjait az elérhető kommunikációhoz?

Mindenekelőtt joguk kell, hogy legyen a hozzáférhető információkhoz. Jogok nélkül nagyon nehéz megfelelően kommunikálni. Informatikai segédeszközökre is szükségük van és olyanokra, melyek megtámogatják a hallást, a látást. Mindezek mellett azt is meg kell érteniük, hogy miként tudják ezeket használni. Elengedhetetlen, hogy legyenek olyan emberek, akik elérhetővé teszik számukra a könnyített kommunikációt, mellettük vannak a folyamat során, és azon személyek is nagyon fontosak, akik munkájukkal hozzájárulnak ennek jobbá tételéhez.

A területek, melyeken szükségük lehet a megfelelő információkra, a következők:

- mindennapi élet;
- számukra elérhető szolgáltatások;
- emberi kapcsolatok;
- programok, események, melyeken teljes értékkel részt tudnak venni.

A jó érdekképviseleti munka végzéséhez elengedhetetlen ismerni a jogi hátteret, melynek szintén meg kell, hogy teremtsen az optimális feltételeket. A hazai szabályozásról szólva Dorka kitért a jelnyelvi-és az elemi rehabilitációs törvényre. Előbbit 2009-ben fogadták el, míg az utóbbi „újszülöttnék” számít, az idei évben szavazta meg a Parlament.

A segédeszközökről szólva ismertette, miként lehet a társadalombiztosítás igénybevételével ingyenesen, netán féláron hozzájutni ezek bizonyos fajtáihoz. Van egy lista, amiről ki lehet választani azokat a szerkezeteket, amelyeket beszerezni. Ezek nem a legmagasabb minőségűek, de mégis hatalmas segítséget nyújthatnak tulajdonosaiknak. Hallókészülékért 6, míg speciális szemüvegért 2 évente lehet jelentkezni. Ha időközben jelentős változás áll be látás-vagy

épp hallásteljesítményünkben, ezen időszakok lejárta előtt is lehet kérvényezni.

Támogatás nélkül természetesen nagyon sokféle eszköz kapható, ám magas árak miatt ezeket csak néhány ember tudja megvásárolni. Azt azonban nagyon fontos tudni, hogy a legdrágább is haszontalan, ha nem tudjuk kezelni. Épp ezért jelentett nagyon nagy előrelépést az érdekképviselési munkában, amikor az egyesület tevékenységébe bekerülhetett az alkalmazásukra való oktatás. Számos olyan opció van még, melyek közül választhatnak a kliensek. Úgy, mint:

- funkcionális látásvizsgálat;
- látásnevelés – az optikai segédeszközök használatának elsajátítása -;
- funkcionális hallásvizsgálat;
- hallásnevelés – hallást segítő eszközök használatának tanulása -;
- tájékozódás és közlekedés;
- mindennapi tevékenységek – főzés, takarítás, mosogatás, stb -;
- tapintás útján való írás-olvasás – például Braille – tanulása;
- informatika – ideértve az okostelefonok használatát;
- alternatív kommunikációs eszközök és módszerek elsajátítása.
- szociális munkás általi segítségnyújtás;
- pszichológiai konzultáció.

A legtöbb siketvak személy igénybe veszi jelnyelvi tolmácsok szolgáltatásait, tehát az ő munkájuk is a kommunikációs hozzáférhetőséget biztosítja. Az egyesület az ő speciális felkészítésüket is végzi.

Értékes és informatív előadását ezzel a mondattal fejezte be Dorka, melyről úgy gondolom: kitűnő zárszó és gondolatébresztő is volt egyben:

„Az tehát nem lehetetlen vállalkozás, hogy a siketvak személyeknek kommunikációs hozzáférhetőséget biztosítsunk, de jogi eszközök, jól képzett szakemberek és megfelelő képesítéssel ellátott siketvak személyek nélkül nem lehetséges.”

*(Angol nyelvről fordította, összegezte: Taskovics Adél)*

\*\*\*



## TÁRSSZERVEZETEINK HÍREI

### Az EDbU köszöntője az Európai Siketvak Nap alkalmából

2021. 10.havának végén különleges videósorozatot tett közzé Facebook oldalán az Európai Siketvak Unió (EDbU), ezzel ünnepeelve meg október 22-ét, az Európai Siketvak Napot. A kisfilmek mindegyike jelnyelven készült, angol felirattal és hangalámondással is ellátták őket.

Az első, melyet október 21-én posztoltak, a siketvak személyek közlekedését segítő, piros-fehér színű botról szól, Rosana Rodrigo Alvarez tolmácsolásában.

Ebből megtudhatjuk: a segédeszköz a 2016-os esztendőben vált igazán ismertté, a spanyol siketvakokat tömörítő FASOCIDE és a vakok/gyengénlátók számára alapított ONCE közös erőfeszítéseinek köszönhetően. Korábban is lehetett látni egy-egy embert ilyen bottal közlekedni, ám az „ép társadalom” tagjai könnyen gondolhatták róluk: valamiféle új divatiránynak hódolnak. Valódi jelentése a „Európai Konferencia a Siketvakságról” elnevezésű rendezvényen kezdett elterjedni, melyet Bulgáriában tartottak 2015-ben. Azóta sok európai ország mindennapi valóságává vált és a siketvakok szimbólumává.

A második videó a jeles napon, október 22-én került fel az internetre. Ebben Sanja Tarczay, az EDbU elnöke köszönti az érdeklődőket, majd elmeséli az Európai Siketvak Nap történetét.

Miért éppen október 22-e? – teszi fel a kérdést. Azért, mert a szervezet, melynek most ő a vezetője, épp ezen a napon jött létre. Ezt követően felhívja a figyelmünket két, fontos évszámra. Az egyik 1951, amikor megalakult a Siketek Világszövetsége, illetve 2001, amikor létrejött a Siketvakok Világszövetsége. A kettő között eltelt idő 50 év. Rengeteg idő! Ez alatt a fél évszázad alatt a siketvakok érdekei nem tudtak kifejezésre jutni.

Az EDbU bölcsőjét a skandináv államok (Finnország, Svédország, Dánia, Norvégia) adta, ahol összeültek a siketvakok és elkezdtek egy európai szintű érdekvédelmi szervezet megalapításáról gondolkodni. Végül 2003-ban sikerült ezt megtenniük, Dániában. Az első elnök is ebből az országból került ki. Az ő neve Ove Bejsap és rendkívül jó, hatékony vezetőnek bizonyult. Halála után az orosz Sergey Sirotkin vette át tisztségét. A harmadik és negyedik mandátum időszakában pedig Sanja irányította, s irányítja ma is a szervezetet. Ebben az évben mandátuma lejár és reméli, hogy egy fiatal, rátermett, bátor utódja veszi majd át a helyét.

Az EDbU-ról még elmondja: Brüsszelben és Belgiumban is van központja. Jelenleg 19 tagszervezete, 4 társult-, 3 egyéni- és egy tiszteletbeli tagja van.

Célcsoportjuk tagjainak az alábbiakban nyújtanak segítséget:

- Társadalmi bevonódás és öngondoskodás;
- Oktatás;
- Hozzáférhető tolmácsszolgálat és segítő technológia;
- Együttműködés, partnerség más szervezetekkel;
- Lobbizás és kampánytevékenység a politikai döntéshozatalban a siketvak személyek jogaiért.

A főbb csoportok, akiknek képviselik érdekeit: a siketvak fiatalok, idősek és a nők.

A harmadik összeállításban, mely október 25-én jelent meg, Francisco J. Trigueros Molina, az EDbU alelnöke mesél arról, miként befolyásolta a koronavírus járvány mind az ő egyéni életét, mind a szervezetét.

Kiemeli: bár mindnyájunk számára világos, hogy a pandémia az egész világra nagy hatást gyakorolt és különböző, súlyos problémákat generált, de ha megnézzük az európai kontinenst, láthatjuk, hogy egyes országokban a siketvak személyeknek jó az életminőségük. Elmondhatjuk ezt annak ellenére, hogy különféle területeken, mint például a jelnyelvi tolmácsszolgálat, jogi segítségnyújtás vagy a családtagoktól, illetve az államtól érkező támogatás, nagyon eltérő mértékű segítségre számíthatnak. Más államokban kevesebb az ezirányú fejlesztés és semmiféle támogatásban nem részesülnek. Egyedül vannak otthonaikban, néhányan számíthatnak családtagjaik jóindulatára, ám sokuknak ez sem adatik meg.

Még az is lehetetlennek tűnik számukra, hogy elmenjenek vásárolni. Mindenhez érintésre van szükségük, ám ez sok boltban tilos a vírushelyzet miatt.

A másik nagy kérdés: mi van akkor, ha az illető személy megbetegszik? Hogyan tud időpontot kérni az orvoshoz? Milyen módon lesz számára elérhető, hozzáférhető az információ, a kommunikáció?

Az EDbU éber ezekre a nehézségekre. Munkájuk középpontjában mostanában ez áll: egyeztetést folytatnak az Európai Parlament politikusaival és informálják őket az új életkörülmények által hozott szükségletekről és a kevésbé fejlett országok támogatásáról.

A járvány alatt a siketvak személyek egyébként sem könnyű helyzete még tovább romlott. Néhányuk tud kommunikálni mobiltelefon segítségével. Akinek van látásmaradványa, azt használja fel a kapcsolatteremtésre, a többiek a Braille-t hívják segítségül. Másoknak azonban nincsen még erre sem lehetőségük, ami azt jelenti: egyedül

vannak, a világtól elzártnak. Francisco mondanivalójának zárásaként bátorítja a nézőket: probléma, kérdés esetén írjanak bátran az EDbU-nak.

Negyedik, október 27-i posztjukat ezzel a frappáns mondattal indítják:

„Bár a hivatalos Siketvak Nap már mögöttünk van, a mi világunkban minden nap siketvak nap!”

Ez alatt a főcím alatt Josip Tonžetić szavait olvashatjuk, hallgathatjuk meg, aki az EDbU egyik kiemelt célcsoportját, a siketvak fiatalokat képviseli.

Először szívből gratulál minden siketvak személynek, különös tekintettel a fiatalokra, akiket arra bátorít: legyenek büszkék és kitartóak céljaik elérésében.

Bemutkozásában elmondja: ő egy 30 éves siketvak férfi, aki Usherszindrómával él. Általános-és középiskolai tanulmányainak elvégzése után sikerrel befejezte a főiskolát is, ahol gazdasági diplomát szerzett. Ma hivatásszerűen sportol, atletizál. Judo edzésekre jár és siket, illetve vak atléták számára szervezett versenyeken indul. A Siketvak Személyek Ifjúsági Fórumának horvátországi képviselője, valamint Zágráb városának siketvakokat tömörítő, lokális szervezetének elnöke. Mindazokat a siketvak fiatalokat, akik még nem csatlakoztak az Európai Ifjúsági Fórumhoz, bátorítja, hogy tegyék meg. Vonódjanak be tevékenységükbe, vegyenek részt az ezzel járó információ-és tapasztalatcserében. Kéri az érdeklődőket, keressék őt bizalommal az [edbu@edbu.eu](mailto:edbu@edbu.eu) e-mail címen.

*(Angol nyelvről fordította, összegezte: Taskovics Adél)*

\*\*\*

## **SHAPES project: középpontban az aktív, egészséges öregedés**

2021. október 26-án különleges, online konferencián vettem részt. A webináriumot az AGE Platform Europe szervezte és középpontjában az a több éves lefutású SHAPES project állt, melynek célja az Európában élő idős emberek életminőségének javítása.

Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) 2019-ben a 2020-2030 közötti időszakot az egészséges öregedés évtizedének nyilvánította. A projektet az Európai Unió Horizon 2020 elnevezésű programja finanszírozza.

Koordinátora, Mac MacLachlan (az ír Maynooth Egyetem munkatársa) elmondta: céljuk, hogy segítsenek a lakosságnak az egészséges, optimális öregedésben, olyan technikai eszközök bevonásával, melyek

révén értékesen tölthetik idejüket, s amelyek szükség esetén segítséget is nyújtanak számukra.

2019 novemberétől 2023 októberéig dolgoznak együtt. Kampányuk 14 európai országot ölel fel és kétezernél is több idős emberrel működnek együtt.

Sokféle technológiát alkalmaznak, melyekkel igyekeznek megkönnyíteni az érintettek életét. Vannak például olyan eszközeik, melyek arc-és érzelmefelismerést végeznek. Elérhető néhány fajta robot, valamint olyan dolgok, melyek az élet biztonságosabbá tételét szolgálják.

A holland Joke de Ruiter-Zwanikken szépkorú, 77 esztendő személyként tartott megható előadást. Beszédével azokra a sztereotípiákra szeretne volna felhívni a figyelmet, melyeket az idős emberekkel, az öregedéssel szemben alkalmaz a társadalom.

Önmagát úgy mutatta be, mint feleséget, édesanyát és nagymamát. Ő ápolja sógornőjét, aki siketvak és enyhe fokú értelmi sérültsége is van. Joke a szolgálatai mellett is aktív életet él: azon túl, hogy a webináriumot szervező Age Platform-nak is tagja, a holland Idős Nők Hálózatának ő a vezetője.

Úgy érzi: az újságcikkekből, híradásokból, felmérésekből, statisztikákból, a politikusok beszédeiből az sugárzik korosztálya felé: ők azok az emberek, akik miatt cunamiként ugrik meg a gondozásra, ápolásra való igény. Állítják mindezt annak ellenére, hogy a környezetében élő idős emberek túlnyomó többsége – mint ahogyan ő maga is – önálló életet él. A koronavírus járvány csak még tovább erősítette azokat a hangokat, melyek azt állították: ők gondoskodásra szorulnak.

Ahogy korosodott, nem egyszer találta magát szembe hátrányos megkülönböztetéssel. Amikor 75 éves lett, észrevette: csökkentették az autójára vonatkozó biztosítás összegét. Több mint 4 évtizeden keresztül vezetett balesetmentesen. Ennek ellenére vannak olyan biztosító társaságok – mint amelyiknél ő is volt -, melyek egy bizonyos kor után ilyen eljárást folytatnak. Érthető módon át is ment másik társasághoz.

Akadnak olyan bankok, amelyek nem adnak új hitelt, vagy nem engedélyezik a hitel feltételeinek módosítását hetven éves kor felett. Még akkor sem, ha az ügyfelek bevétele, anyagi helyzete ezt lehetővé tenné.

Ezt követően Sanja Tarczay tartott előadást, aki a Horvát siketvakok egyesülete „DODIR“ elnöke, ám most a Siketvakok Világszövetségének képviselőjeként érkezett.

Elmondta: bár ma már 55 éves, még mindig fiatalnak érzi magát. A szervezetről, melynek a nevében felszólalt, megtudhattuk: célja, hogy javítsa a siketvakok életminőségét, és megvédje alapvető, emberi jogait. Projektjeiket az Európai Unió finanszírozza, s e támogatásban

nagy szerep jut a SHAPES project-nek is. Ez pedig lehetővé teszi a siketvak személyeknek, hogy csökkentsék állapotukból fakadó hátrányaikat, mind egyénként, mind pedig csoportosan. Könnyen belátható, hogy a siketvakság a létező egyik legnagyobb kihívás, amivel szembesülhetnek az emberek.

Ahogy telik felettük az idő, egyre nagyobb problémákat kénytelenek megoldani. Az első és legfontosabb dolog az, hogy az idősebbek számára már nincs elegendő, a megfelelő támogatást nyújtó szolgáltatás. Ráadásul a külvilág gyakran nem is érti meg kommunikációjukat. Amit ő, illetve az általa vezetett szervezet tesz: speciális szolgáltatásokat biztosít az idősebbeknek, hogy kifejezhessék, s valamilyen módon megpróbálhassák betölteni szükségleteiket. Ez azonban nem elegendő, mert a kormány nem ismeri el a siketvak személyek igényeit speciális szükségletekként. Az általuk használatos technikai eszközök ráadásul nagyon drágák, és az állam nem is finanszírozza. Így nagyon nehéz csökkenteni az izolációt.

A következő 45 percben idős emberek életébe kaphattunk betekintést.

Bár minden, a webináriumon elhangzó történet érdekes volt, engem két hölgy élete érintett meg legjobban.

Alegría, akinek a neve spanyolul azt jelenti, hogy öröm, a Kanári-szigeteken él. Rengeteget utazott, mondhatni: az egész világot bejárta, négy nyelven beszél. Jelenleg 72 éves és siketvak. Szinte egyáltalán nem lát és hallókészüléket használ. Ezzel abban az esetben, ha nincs háttérzaj, egészen jól hall. Beszéde tiszta, ám nagyon hangos. Gyakorta veszi igénybe egy-egy olyan segítő szolgáltatásait, aki kísérője és tolmácsa is tud lenni. Szüksége van rá, amikor a bankba vagy a kórházba kell mennie, vagy bármi egyéb, otthonán kívüli tevékenységet szeretne végezni. Ezzel a fajta támogatással meg tudja oldani kommunikációs nehézségeit és túl tud jutni azokon a korlátokon, melyeket kétszeres érzékszervi fogyatékosága állít elé. Problémái a koronavírus járvány kitörésével még tovább fokozódtak, hiszen az arcokon viselt maszk vagy az üzletek kasszái elé szerelt plexilapok tovább nehezítik, hogy halljon másokat, illetve, hogy az ő beszédét is megfelelően értsék. Közlekedésnél piros-fehér színű botot használ, mely egyértelműen jelzi a külvilág felé: ő egy siketvak személy. Rendkívül fontos a számára, hogy felhívja a társadalom figyelmét erre a speciális botra, melynek ismerete sokat segíthet a társadalmi interakciók közben. Elmondta: gyakorta még orvosainak is ő magyarázza el e segédeszköz jelentését, hiszen korábban nekik sem volt tudomásuk róla.

Alegría anyagi támogatást nyújt mozgássérült fiának, mert sem az állam, sem a társadalombiztosító nem finanszírozza az eszközöket, melyek ahhoz kellene, hogy a férfi ki tudjon kelni az ágyból. Bár a

kerekesszéke kétévente leamortizálódik, Alegría csak minden negyedik évben tudja megtenni, hogy újat vegyen a gyermekének.

Az idős hölgy napi szinten használja iPhone készülékét. Képernyőolvasó szoftver fut rajta, ennek segítségével navigál a különböző menüpontok és kontaktjai között. Ezen kívül Alexa, az Amazon hangasszisztense is rendkívül hasznos a számára, ha meg akarja nézni, milyen az időjárás, be szeretné kapcsolni a televíziót vagy épp zenét hallgatna. Bár a technikai eszközök jelentősen megkönnyítik az életét, a legnagyobb kihívást az jelenti számára, hogy egyedül kilépjen az utcára. A közlekedéshez korábban egy speciális eszközt használt, mellyel aktiválni tudta a lakóhelye környékén a közlekedési lámpákat, hogy azok hanggal jelezzék, mikor lehet átkelni az úttesten. A legtöbb esetben azonban nincs aktiválva ez a rendszer. Az otthonához legközelebb eső keresztezésekénél pár éve még működött, de mostanra deaktiválták. Ez a függetlenség, autonómia csökkenését jelenti számára. A fentiekből világosan kitűnik: ő egy rugalmas beállítódású, erős nő, aki nagyon jelentős támaszt nyújt a fia számára.

Ahogy idősödik az ember, egyre gyakrabban tekint vissza a már mögötte álló életszakaszokra. Eltöpreng, ki is ő valójában, mit tett élete során, amelyben a mai modern technológia is jelentős segítséget tud adni.

Ezt nagyszerűen példázza Donna, egy 92 éves olasz nő története. Férje, akivel több, mint ötven évet éltek együtt boldog házasságban, és aki könyvet is írt közös életükről, hat éve halt meg. E kötet olvasása mellett másik kedvenc időtöltése Donnának a fényképek nézegetése. Életének minden korszakából őriz fotókat, melyek közül a legkedvesebbeket napi szinten előveszi. Legtöbb esetben ezt nem egyedül teszi, szereti megosztani élményeit hozzátartozóival, leginkább a fiatal családtagokkal. Szerettei hatalmas ajándékkal lepték meg. Összegyűjtötték és egy tabletre másolták féltve őrizgetett fotóit. Így most már bárhol meg tudja tekinteni őket anélkül, hogy a klasszikus, nehéz albumokkal kellene vesződnie. Nem kell sok időt töltenie azzal, hogy megkeresse azt, amit épp látni szeretne. Tökéletesen meg tanulta használni a készüléket, így még egyszerűbbé vált számára az ifjú rokonokkal a közös múltidézés. Ezekben a meghitt pillanatokban szívesen osztogat tanácsokat is az új generáció tagjainak.

„Mindig azt mondom a lányoknak: ha egy férfi úgy néz rád, ahogyan a férjem énrám ezen a képen, nos, akkor számodra ő az igazi”.

A webinarium utolsó részében két olyan személy előadását hallgathattuk meg, akik azért dolgoznak, hogy a kontinensünkön élő emberek aktívan, egészségesen öregedhessenek.

Bár Valentina Polyas és Lotan Kraun két külön szervezetnél tevékenykedik, céljaik sokféle értelemben közösek. Mindkettőjük szavaiból kicsengett: egy olyan Európáért dolgoznak munkatársaikkal szoros együttműködésben, ahol a szépkorúaknak érdemi beleszólásuk van a róluk szóló döntéshozatalba – mind egyéni életük, mind a törvénykezés szintjén -, ahol egyre jobban lecsökken a társadalmi elszigeteltség és megfelelő a szociális ellátó rendszer.

*(Angol nyelvről fordította és a cikket összeállította: Taskovics Adél)*

\*\*\*

### **„A zene az én igazi gyógyszerem” – Jožica Atelšek mesél magáról**

(A DLAN „Történetek (mesék) az emberekről, akik a szívükkel hallgatnak, és a kezükkel néznek” című kötetéből)

Jožica a kreativitása által fejezi ki magát. Egész életében alkotni szeretett volna, és most éppen ezt teszi. Személyi segítőjének támogatásával az álma, hogy visszaadja a világnak azt, amit kapott, végre valóra válhat.

Az idős, nyolcvanas éveiben járó hölgy két botra támaszkodva közlekedik. Első ránézésre is egyértelmű: komoly egyensúlyzavarral küzd. Mellette van a segítője, kezében komputer. Fekete pólójának hátán nagy, fehér betűkkel felirat hirdeti: „Siketvak személynek segítek”. Leülnek egy padra. A segítő leírja, megjeleníti a kérdést a gép kijelzőjén, Jožica pedig hangos beszéddel válaszol. Aztán előveszi a szintetizátorát és eljátszik egy dalt. Ő írta a szövegét, és a zenét is maga komponálta hozzá. Miközben játszik, egybeolvad a zenével. Énekel. Még mindig pontosan emlékszik a dallamra. Szereti a zenét. Úgy érzi, teljesebb a világa, ha színekkel is kifejezi az érzéseit. Kézimunkázik és mindemellett történeteket ír, melyekhez az inspirációt saját életéből meríti. Ezekben a tevékenységekben megtalálta élete értelmét.

Történt egy napon, mikor még gyermekként hazafelé tartott társaival az iskolából, hogy egy erdős részen egy méretes kő meglazult a talajban és elkezdett felé gurulni. Bár oldalra lépett, a hatalmas fagyökér, amely a kőhöz tapadt, levált és lendületből eltalálta őt. Épp a fejét ütötte meg. Ennek következtében egy nagy seb nyílt a homlokán. Mivel orvost a környékükön nem lehetett találni, messzire kellett volna utazni az ellátásért, édesanyja elállította az erős vérzést és kötést tett a fejére. Öt-

hat nappal később a sebe gennyesedni kezdett. Utólag visszatekintve úgy gondolja, ez az állapot indíthatta el a Meniere-betegség kialakulását. Néhány hónappal később szédüléssel járó rohamok jelentkeztek nála. Mielőtt rátörtek volna, mindig apró fényes, csillagszerű pontok jelentek meg a szeme előtt. A rosszullétek időtartama alatt arcának bal fele érzéketlen volt és nem látott semmit. Ilyenkor rendszerint lefeküdt és úgy várta meg, hogy elmúljon a szédülés. A rossz közérzete legtöbbször hányással is társult, majd hirtelen elmúlt az egész, mintha semmi nem történt volna. Így ment ez éveken keresztül. Az orvosok azt mondták, a pubertás okozhatja. Ám mire felnőtté vált, még tovább fokozódott a szédülés. Orvosai ekkor azt mondták, első gyermekének születése teljesen megszünteti majd a rohamokat, ám panaszai a baba világra jövéte után is folytatódtak. Először hallása, majd később a látása kezdett romlani.

A régmúltból egy emberre, általános iskolai tanárnőjére nagyon szívesen emlékszik vissza. A második anya szerepét töltötte be mindennapjaiban, sokat segített neki anélkül, hogy szülei erről tudtak volna. Azt meséli: korosztályának neveltetése olyan volt, amivel nem igazán lehet dicsekedni. A gyerekeknek akkortájt semmi önbizalmuk nem volt. Az étkezések alkalmával egy asztalnál ült a család, ám az ifjak nem beszélgettek szüleikkel. Félnékek, visszahúzódók voltak, arra tanították őket, hogy maradjanak csendben. Úgy érzi, ha akkor magabiztosabb lett volna, most merőben más lenne az élete.

Először középiskolás korában vette észre, hogy valami gond van a hallásával. Az 1985-ös esztendő hozta el a valódi fordulópontot egészségi állapotában. Gépíróként dolgozott és egyszer azzal keresett fel egy orvost: már nem tud dolgozni, mert nem hallja, hogy mit diktálnak neki. Szédülési rohamai változatlanul gyötörték, kórházról kórházra járt, a legkülönbébb diagnózisokat kapta. Egy hölgy ismerőse javaslatára látogatott el Dr. Grm-hez Ljubljanába. Ő állapította meg nála a Meniere-betegséget. Ez a belső fül rendellenessége, mely szédüléssel kísért rohamokat és halláscsökkenést is okozhat. Az esetek túlnyomó többségében csak az egyik fület érinti. Többféle eseményről állítják, hogy kiváltó oka lehet ennek a betegségnek, tipikusan ilyen a szervezetet érő sokkhatás.

Lassan, fokozatosan, de teljesen elveszítette a hallását. Bár a látásával is voltak gondok, az orvos soha nem talált semmiféle elváltozást a szemein. Egészen 65 éves koráig, ekkor ugyanis glaukómás lett. Látómezeje lassan kezdett el szűkülni. Attól nagyon félt, hogy teljesen el fogja veszíteni a látását, ezért elsajátította egy, a siketvakok számára kifejlesztett kommunikációs eszköz használatát. Ezt állandóan magánál tartja, papír és toll is mindig van nála. Arról azonban fájdalommal beszél, hogy még a legkedvesebbjei sincsenek tekintettel állapotára, speciális



kommunikációs szükségleteire. Ha látogatóba megy a testvéréhez, az ottaniak közül senkinek nem jut eszébe, hogy leírja számára az elhangzott információkat. Nem tudja, miről beszélgetnek a körülötte ülők és min nevetnek. Ilyenkor rendszerint azt mondja: „Vessétek papírra, hogy én is veletek nevetsek”! Úgy vélekedik: szerettei elfelejtik, hogy ő nem hall, vagy egyszerűen el sem hiszik. Állandóan emlékeztetni kell rá őket, ami nagyon kellemetlenül érinti őt. Megesett, hogy őt testvére társaságában ült egy fürdőben és fogalma sem volt róla, miről beszélgettek a többiek.

Napjaiból leginkább a zene hiányzik. Évekkel ezelőtt mindent szívesen hallgatott, az operától a pop muzsikán át egészen a népies dallamokig. Színházba is örömmel járt. Televíziót se igazán tud nézni, mert a legtöbb csatorna feliratok nélkül sugározza műsorait. Így számítógépének felnagyított betűs képernyőjén keresztül tud csak információkat szerezni a külvilágról. Egyik nap szekrényének tetején meglátta a régi szintetizátort. Bár gyermekkorából sok dalra emlékezett, zenélni soha nem tanult, így nem igazán tudta, mihez is kezdhetne a hangszerrel. Másnap meglátogatta őt Suzana, a DLAN által mellé rendelt jelnyelvi tolmácsa és személyi segítője. Ő ajánlotta fel neki, hogy megtanítsa játszani. Jožica ráhelyezi a kezét a hölgy ujjaira, s figyeli, mikor melyik gombot nyomja le a billentyűzeten, s ezt memorizálja. Két évvel azután, hogy elkezdtek így együtt tanulni, még mindig kezdőnek tartja magát, ám megvan benne az elszántság, a kellő akarat. Amint reggel felkel, egyből elkezd gyakorolni. Ez boldoggá teszi, és minden másról eltereli gondolatait. Azt mondja: a zene az ő igazi orvossága. Amikor baj van, ez az egyetlen dolog, ami segít rajta. Emellett papírból készít virágokat, ez is egyfajta terápia számára.

A szlovén siketvakokat tömörítő egyesület, a DLAN tagjaival is szeret együtt lenni, beszélgetni. Úgy fogalmaz: itt legalább szembesülhet azzal, hogy másoknak milyen dolgokat kell elviselniük.

Személyi segítője azáltal, hogy vele van nap, mint nap és megkönnyíti számára a kommunikációt, kinyitotta előtte a világot. Úgy érzi, munkájáért nem tud elégszer köszönetet mondani neki.

„Néhány évvel ezelőtt úgy gondoltam, nincs szükségem arra, hogy bárkivel is kommunikáljak. Akkor nem is éreztem, hogy milyen súlyos magány telepedett rám, mert nem tudtam, hogyan is léphetek kapcsolatba másokkal. Hálás vagyok azért, hogy elcseveghetek olyan emberekkel, akik megértenek engem”.

*(A magyar nyelvű fordítást és összefoglalót készítette: Taskovics Adél)*

\*\*\*

# HÍR, ÉRDEKESSÉG

## Új intézkedések a járvány ellen

November 1-től a munkaadók immár előírhatják a koronavírus elleni védőoltást a munkavégzés feltételeként, amennyiben a dolgozók biztonsága ezt kívánja. Ezt a döntést maga az állam is érvényesíteni fogja saját munkavállalóinál, az önkormányzatoknál pedig a polgármester dönt ugyanerről.

A hónap első napjától maszkot kell viselni a közösségi közlekedési eszközökön, és látogatási tilalmat rendeltek el az egészségügyi intézményekben. A szociális intézményekben a tilalomról a vezető dönthet.

Gulyás Gergely miniszterelnökséget vezető miniszter a november 18-i Kormányinfón bejelentette, hogy kötelező lesz zárt térben maszkot hordani, valamint az 500 főnél nagyobb rendezvényeket csak védettségi igazolvánnyal lehet majd látogatni. Szintén kötelezővé teszi a kormány az egészségügyben a harmadik oltás felvételét.

A zárt térben maszkviselés november 20-án lépett életbe. Gyakorlatilag csak sportolás közben nem kell hordani, de színházban, moziban, boltban, tömegközlekedésen igen.

**A SZOLGÁLTATÁSOK ESETÉBEN MINDENHOL KÖTELEZŐ A MASZK VISELÉSE, AHOL EGY ÜZLETHELYISÉGBEN RENDSZERESEN ÖT FŐNÉL TÖBBEN TARTÓZKODNAK.**

"Az iskolákban az igazgatókat fogják feljogosítani, ugyanígy a szakképző intézményekben és az egyetemeken is arra, hogy döntsenek a maszkviselési kötelezettségről, amelyet a kormány mindenhol javasol." - írta Szentkirályi Alexandra kormányzóvívő Facebook-oldalán.

*Forrás: Kormany.hu és Origo.hu*

\*\*\*

## Információk a nyugdíjemelésről

A kormány rendelkezése alapján a november havi járandóságokat már 1,2 százalékkal emelt összegben folyósítják. A január–október hónapokra járó emelés összegét, illetve tizenharmadik havi nyugdíjra vagy ellátásra való jogosultság esetén az arra járó emelés összegét szintén a novemberi nyugdíjjal együtt kapják az érintettek.

Visszamenőleg megemelkedik a januártól novemberig kapott nyugdíj, tehát az ennek okán járó pénz is megérkezik számlánkra a hónap folyamán. Az, aki idáig 100 ezer forintos ellátásban részesült, most 13 200 forintot fog pluszban kapni.

A rendelkezés – többek között – az alábbi ellátásokat érinti:

- az öregségi nyugdíjat;
- az özvegyi nyugdíjat;
- az árvaellátást;
- a rokkantsági ellátást;
- a rehab. ellátást;
- a fogyatékosági támogatást;
- a vakok személyi járadékát;
- a rokkantsági járadékot.

Fontos, hogy akinek idén állapították meg a nyugdíját, csak jövőre válik jogosulttá a nyugdíjemelésre. A nyugdíjprémium novemberi folyósítására viszont nem vonatkozik ez a szabály, tehát aki novemberben nyugdíjra jogosult, a prémiumot is megkapja.

Mi a nyugdíjprémium? Olyan egyszeri juttatás, amelyet novemberben folyósítanak az arra jogosultaknak. Az a személy, aki 2021 novemberében a fent felsorolt nyugellátásokban részesül, jogosult a 80 ezer forint prémiumra.

*Forrás: Babinszki Vera végzős joghallgató tagunk és egyesületi munkatársunk összefoglalója*

\*\*\*

### **Fogyatékoság alapján járó ellátások, megváltozott munkaképesség és munkavállalás**

Mostanra lényegében minden – fogyatékoság, illetve megváltozott munkaképesség alapján járó – ellátással kapcsolatban kijelenthető, hogy mellette bármilyen – akár időbeli, akár keresetre vonatkozó – korlátozás nélkül lehet munkát vállalni.

A fogyatékosági támogatásban és a vele egy tekintet alá eső vakok személyi járadékában, továbbá a rokkantsági járadékban részesülők már eddig is mindenféle korlátozás nélkül folytathattak kereső tevékenységet. A megváltozott munkaképességűek ellátásaiban (rehabilitációs, illetve rokkantsági ellátás) részesülők esetében ugyanakkor sokáig keresetkorlát érvényesült, mely alapján a jövedelem három, egymást

követő hónapban nem haladhatta meg az adott évre irányadó kötelező legkisebb munkabér (minimálbér) 150 %-át. E korlát túllépése az ellátásra való jogosultság megszűnését vonta maga után. Ez év január 1-jétől azonban már ezen ellátások mellett is lehet jövedelemkorlátozás nélkül munkát végezni.

Sokan folytatnak kereső tevékenységet magasabb összegű családi pótlék folyósítása mellett is. Ez év július 1. előtt ezen ellátásra vonatkozóan szintén kereseti korlátozás érvényesült. Amennyiben az érintett jövedelme 3 egymást követő hónapban meghaladta az adott évre érvényes minimálbért, akkor az ellátás folyósítását a 4. hónaptól szüneteltetni kellett mindaddig, amíg ez a helyzet fennállt. Július 1-jétől viszont ez a korlátozás is megszűnt, így jelenleg nincs akadálya annak, hogy a családi pótlék mellett az érintettek magasabb jövedelemre tegyenek szert.

A munkajogi helyzet eltérő volta tekintetében a rokkantsági ellátás melletti munkavégzésről kell szót ejteni. A munka törvénykönyve alapján ugyanis a rokkantsági ellátásban részesülők a nyugdíjas munkavállalókkal egy megítélés alá esnek, más szóval, őket munkajogi szempontból nyugdíjasnak kell tekinteni. Ez a körülmény rájuk nézve a következő eltéréseket eredményezi a többi munkavállalóhoz képest. Ha a munkáltató felmondással kívánja megszüntetni a munkavállaló határozatlan időtartamú munkaviszonyát, azt fő szabályként köteles a törvényben foglalt módon megindokolni, vita esetén pedig bizonyítania is kell, hogy az indoklásban foglaltak a valóságnak megfelelnek. Ha viszont a munkavállaló akár nyugdíjas, akár rokkantsági ellátásban részesül, akkor az ő munkaviszonyát munkáltatója indokolás nélkül felmondhatja. További eltérést jelent, hogy a munkáltató felmondása, illetve jogutód nélküli megszűnése esetén, a munkavállalókat megillető végkielégítésre a nyugdíjas, így a rokkantsági ellátásban részesülő munkavállalók nem tarthatnak igényt.

Jó hír viszont, ezért fontos hangsúlyozni, hogy a most tárgyalt eltérések a többi ellátás (fogyatékosági támogatás, vakok személyi járadéka, rehabilitációs ellátás, rokkantsági járadék, magasabb összegű családi pótlék) melletti munkavégzés esetén nem állnak fenn, az azokban részesülő munkavállalók munkajogi helyzete semmiben nem tér el a többi munkavállaló helyzetétől. Ha tehát például valaki rokkantsági járadék, esetleg rehabilitációs ellátás mellett folytat kereső tevékenységet, a munkáltató által történő felmondás esetén ugyanúgy őt is megilleti a végkielégítés, mint a többi munkavállalót.

Azok, akik a most tárgyalt ellátások valamelyike mellett végeznek munkát akár munkaviszonyban, közszolgálati vagy egyéb jogviszonyban, esetleg vállalkozóként stb. a munkából származó jövedelmük után

ugyanúgy fizetnek társadalombiztosítási járulékot, mint a többi munkavállaló. Ennek folyamányaként ők is teljes körűen biztosítottak minősülnek, vagyis jogosultságot szereznek a társadalombiztosítás valamennyi ellátására, szolgáltatására (pl. nyugdíjhoz szükséges szolgálati időt szereznek, igényt tarthatnak az egészségbiztosítás pénzbeni ellátásaira, például táppénzre stb.)

E kérdés részletes tárgyalását azért tartottuk szükségesnek, mert még mindig sokakban él bizonytalanság azzal kapcsolatban, milyen társadalombiztosítási ellátásra lehetnek jogosultak azok, akik a fogyatékoságuk, megváltozott munkaképességük alapján járó ellátásuk mellett végeznek munkát. Még sokan emlékeznek a valamikori rokkantsági nyugdíjrendszer időszakára, amikor azok, akik nyugdíjuk mellett dolgoztak, nem szerezhetek szolgálati időt öregségi nyugdíjhoz, de táppénzre sem tarthattak igényt, ha keresőképtelenné váltak, hiszen jövedelmükből járulék levonás nem történt.

Azok a vállalkozók, akik adófizetési kötelezettségüknek a kisadózó vállalkozások tételes adójára vonatkozó szabályok (Ktv.) alapján tesznek eleget, ha rokkantsági ellátásban, vagy korábbi rokkantsági nyugdíjasként rehabilitációs ellátásban részesülnek, nem főállású kisadózóként csak havi 25.000 Ft tételes adót fizetnek. Ennek következtében ugyanakkor e vállalkozási tevékenységük alapján a társadalombiztosítás szempontjából nem minősülnek biztosítottak, tehát nem vehetik igénybe az egészségbiztosítás pénzbeni ellátásait (táppénz stb.), illetve nyugdíjhoz szükséges szolgálati időt sem szereznek.

*Forrás: Mvgyosz.hu*

\*\*\*

## **LifeMax segélyhívó rendszer és távfelügyelet**

A biztonságérzet és az aggodalmaktól mentes élet mindannyiunknak kijár. Ennek megteremtéséhez elég egy egyszerű készülék, amely a mai technológia lehetőségeit felhasználva visszaadja az egyedül élő idősöknek az önállóság magabiztosságát. Kis méretének, súlyának és praktikus kialakításának köszönhetően karpánt, nyakpánt vagy övcsipesz segítségével mindig kényelmesen magunkkal vihető.

Hogyan működik?

Vészhelyzet esetén a bajban lévő megnyomja a segélyhívó készülékén található SOS gombot, vagy elesés esetén a gép automatikus jelzést ad le.

0-24 órás diszpécsterszolgálatuk a segélyhívó készüléken keresztül – mint egy telefonon – azonnal felveszi a kapcsolatot a segítséget igénylő emberrel és felméri a vészhelyzet jellegét.

Értesíti esettől függően a mentőket, rendőrséget vagy tűzoltókat, a kulccsal rendelkező személyt, és a hozzátartozókat. A diszpécser rendelkezik a páciens összes egészségügyi adatával, és az ingatlanba való bejutás módjáról is tájékoztatja az illetékeseket.

A segítség megérkezik a kívánt helyre, és az ügyfél ezek után megfelelő ellátásban részesül.

A termék jellemzői:

- Egyszerű kezelés
- Letisztult kialakítás
- Elesésérzékelővel ellátva
- Vízálló, így zuhanyozni is lehet vele
- Kétirányú kommunikációt tesz lehetővé, akár egy mobiltelefon
- SIM kártyával működik
- GPS helymeghatározással, a jel megszűnése esetén azonnali kapcsolatfelvétel
- GEO-kerítés opció (biztonságos zóna megadása)
- Hosszú akkumulátoridő: 2-3 napot bír egy feltöltéssel

Az oldalon többféle előfizetési csomag közül lehet választani.

A "Jövő" elnevezésű az alábbi tarifákat tartalmazza:

- Aktiválási díj: 29.900 Ft
- Hűségidő: nincs
- Havi díjfizetés esetében: 4.900 Ft / hó
- Kiszállítás havi díjfizetés esetében: 1.800 Ft
- Éves díjfizetés esetében: 11 x 4.900 Ft = 53.900 Ft
- Kiszállítás éves díjfizetés esetében: ingyenes
- Egyösszegű fizetés esetében egy havi díjat elengednek
- 100% pénzvisszafizetési garancia – 30 napos elállási lehetőség
- Örök garancia a készülékre

Ingyenesen hívható telefonszámuk: 06-80-818-218

Szolgáltatásuk Magyarország minden településén elérhető.

*Forrás: Lifemax.hu*

\*\*\*

## **Videó a vakoknak: egy alkalmazás a vizuális tartalmak akadálymentesítéséért**

A Videó a vakoknak alkalmazás és weboldal nagy segítséget nyújt a látássérültek számára az interneten fellelhető videók befogadásában

A Videó a vakoknak egy olyan projektum, amelynek célja, hogy a közösségi oldalakon és az internetes videómegosztókon található videók vizuális tartalmi a látássérültek számára is minél szélesebb körben bemutatásra kerüljenek. Erre azért van szükség, mert a vakok és gyengénlátók a videók által közvetített információk és ismeretek csupán kis százalékát érthetik meg a látás hiánya miatt.

A Videó a vakoknak alkalmazás és platform audionarráció és leírások segítségével teszi elérhetővé a videókat a látássérültek számára. Ezen kívül a videókhoz készült feliratok a siketvakok számára nyújtanak segítséget, akik a látás- és a hallássérülés miatt nehezen tudnak befogadni egy-egy videót.

A videók leírásainak előkészítésén látó, az elkészült videók tesztelésén pedig gyengénlátó önkéntesek dolgoznak. A magyar fejlesztésű projektum ötletgazdáját, Péter Gábort kérdeztük a részletekről.

Magyar Szó: Hogyan, milyen ötletből kiindulva jött létre a projektum?

- Péter Gábor: Az ötlete lényegében abból az alaphelyzetből indult ki, hogy vak édesapám számára gyermekkorom óta sokszor mondtam el, hogy egy adott videón mi látható, és ebből a tapasztalatból kiindulva úgy véltem, hogy ezt a lehetőséget más látássérültek számára is elérhetővé kellene tenni, mert a vak emberek a videók által közvetített ismeretnek csupán kis százalékát érthetik meg a látás hiánya miatt. Ezen kívül az is aktualitást ad a projektumnak, hogy a látássérültek száma folyamatosan nő, illetve a világban az információhoz jutás egyre inkább vizuális tartalmak felé mozdul el. A látássérülteknek szükségük van a látható tartalmak megismerésére. A vakon született gyermekeknek és azoknak a felnőtteknek is, akik később veszítették el a látásukat.

Magyar Szó: Kiknek szól a Videó a vakoknak projektum?

- Péter Gábor: Látássérültek és siketvakok számára lehet ez egy lehetőség arra, hogy megismerjék az internetes videómegosztó portálokon található vizuális tartalmak minél szélesebb körét. A Videó a vakoknak olyan egyedülálló magyar fejlesztés, amely a socialmedia videók esetében magyarázza el a látható tartalmat. A karakterek, a helyszín és a cselekmény alapján adja a lehető

legteljesebb körű leírást a látássérült felhasználók számára. De a kezdeményezés hasznos a látók részére is. Hozzájárul ahhoz, hogy felismerjék: miként tudnak jól segíteni a látássérülteknek, és közelebb hozza a látássérültek és a látók közösségét.

Magyar Szó: Mit kell tudni a technikai háttérrel? Hogyan készül a videónarráció és a leírások?

- Péter Gábor: A projektum két fő részből áll. Van egy mobiltelefonos/számítógépes alkalmazás, amelyen keresztül a látássérültek kereshetnek a narrált videók között, meghallgathatják a leírásokat, illetve ezen keresztül újabb videók leírását kérhetik. A platform lényege, hogy minden felhasználó a saját igényéhez mérten tudja visszahallgatni egy adott videó leírását. Ez jelenleg a <https://app.videoforblind.com/> címen érhető el számukra. Facebook- vagy Google-fiókból lehet belépni, de a fejlesztések még folynak annak érdekében, hogy mindezt tovább bővítsük. A projektum másik része egy stúdió, mely a látók részére készült. Ezen lehet a fent említett alkalmazáson keresztül kért videókat leírni a látássérültek számára, több nyelven, három szempont alapján. A stúdió támogatja egyébként a leírások írott és hangfájlból meghallgatható formájának használatát is. Ez a <https://portal.videoforblind.com/> címen érhető el. A magyar nyelvű oldal webcíme: [www.videoavakoknak.hu](http://www.videoavakoknak.hu)

Magyar Szó: Milyen szempontok alapján választják ki a videókat?

- Péter Gábor: A fő szempontok az ismeretterjesztés, az oktatás és a szórakoztatás, hogy mind az élmény, mind az ismeret és a tudás átadása is megvalósuljon e folyamat során. Különböző témákban gondolkozunk. Ezeket egyrészt mi találjuk érdekesnek, vagy szerintünk érdekes lehet a látássérülteknek, másrészt maguk a látássérültek küldhetnek nekünk kérést a különböző videómegosztó portálok felületén található videók közül. Kidolgozás alatt van egy olyan katalógus kialakítása, amelyre minél több általános kategória felkerülne, és ezek alapján könnyen rá lehet majd keresni a videókra. Ilyen kategóriák például: állat- és növényvilág, család, csillagászat, egészségmegőrzés, emberek, eszközök, gasztronómia, mesék, irodalom stb. Ezek mellett olyan videókat is narrálunk, amelyekre a különböző tankönyvek hivatkoznak.

Magyar Szó: A projektumban önkéntesek dolgoznak. Mi a feladatuk? Milyen kritériumoknak kell megfelelniük azoknak, akik szeretnének az önkénteseik lenni?



- Péter Gábor: A látássérült önkéntesek a videó narrálások és az applikáció tesztelését végzik. A látó önkéntesek pedig az applikáción keresztül beérkező látássérültek által kért videók vizuális tartalmának narrálását készítik. A kritériumok nem szigorúak, a jelentkezőknek bizonyos szintű dramaturgiai érzék, empátia, szókincs mindenféleképpen szükséges egy ilyen jellegű feladat elvégzéséhez. Nemsokára megjelenik egy útmutató a stúdió felületén és egy e-learning platformon, mely konkrét példákon keresztül elmagyarázza, milyen videónarrálás könnyítheti meg egy látássérült számára egy videó vizuális tartalmának megértését. Fontosnak tartjuk ugyanakkor, hogy az önkéntesek által készített leírások ne sikerüljenek egyformára, hanem minél színesebb legyen az elérhető tartalom. Az idén eddig már több önkéntes is csatlakozott, az országhatárokon túlról is. Teljesen eltérő háttérrel rendelkeznek, ez is biztosítja, hogy széles körű legyen a paletta.

Magyar Szó: A vakokon és gyengénlátókon kívül kiknek ajánlják még a weboldalt?

- Péter Gábor: Siketvakok számára is jó szívvel ajánljuk az oldal használatát, mivel a jövőben a videók vizuális tartalmának leírásain kívül a videók feliratai is feltöltésre kerülnek. Így a siketvakok elolvashatják mind a szóban elhangzott, mind a látott információkat. Mellettük más fogyatékkal élők és a nem fogyatékosokkal élők számára is ajánljuk az oldalt, hiszen ez által beláthatnak a látássérültek világába.

Magyar Szó: Mik a terveik? Szeretnék-e több nyelven elérhetővé tenni a weboldalt?

- Péter Gábor: Igen, mind a közép-, mind a hosszú távú tervek között szerepel, hogy nemzetközileg minél szélesebb körűvé váljon a projektum, ezáltal a világ számos országában élő látássérültek számára elérhetővé váljanak a videók a videónarrálásokon keresztül. Jelenleg a magyar nyelv mellett főként angol nyelvű videónarrálások szerepelnek az appon, de már most is lehetőség nyílik más nyelvek használatára. A stúdió több nyelvre való fordítása folyamatban van. Célunk, hogy mind a platform, mind a tartalom minél több nyelven elérhető legyen, így e nemzetközi összefogásban az elérhető tartalom is nemzetközivé váljon a célnak megfelelően. Az alkalmazás már most lefordítható, több nyelven elérhető. Ebben sokat segít, hogy az idén mind a hazai, mind a határon túli média is foglalkozott a projektummal. A jövőben is várható külföldi megjelenés, ami sokat segít a látó és látássérült

önkéntesek és az esetleges partnerek megszólításában. A Videó a vakoknak alapítvány jelenleg bejegyzés alatt van. Minden támogatás sokat jelent számunkra, hogy minél szélesebb körben működtethessük. Szeretettel fogadjuk azon önkéntesek jelentkezését, akik időnként szívesen elkészítenék egy-egy videó leírását látássérültek számára – mondta Péter Gábor.

*Forrás: Magyar Szó, 2021.*

\*\*\*

## **A nyugdíj bevezetésének hazai története**

Magyarországon 1928-ban jelent meg a nyugdíjról szóló törvény. Célja az volt, hogy megvédje az éhínségtől az idős embereket. Ha tehát valaki hosszú életet élt és elfogytak tartalékai, egy minimális apanázst kapott az államtól.

Akkoriban azonban az éltesség fogalma egészen mást jelentett, mint most: a várható élettartam a férfiaknál 47, míg a nőknél 50 esztendő volt. Rendkívül kevesen részesülhettek ilyesfajta juttatásban, hiszen a nyugdíjkorhatárt 65 évben határozták meg. Így aki jogosulttá vált az összegre, amely egyébként csak az éhenhalástól védett meg, annak sem kellett túl sokáig folyósítani.

Az egész mögött egy ingatlanokból álló tőke volt, ebből finanszírozták a szépkorúak megsegítését. Ezt a vagyont a II. világháború idején felhasználta a kormány, az épületek egy része pedig megsemmisült. Ekkor vezették be a felosztó kirovó rendszert. Jelenlegi formája olyan, mint egy osztársadalmi piramisjáték: az aktív dolgozók pénzéből fizetik ki a nyugdíjasokat.

*Forrás: Nyugdíjasok.hu*

\*\*\*

## **Portugáliában van a világ leghosszabb gyalogos függőhídja**

A különleges szerkezet az Arouca 516 nevet kapta. Ennek oka, hogy Arouca városának közelében található és hossza 516 méter. Két nevezetes földrajzi helyet köt össze, az Aguieiras vízesést és a Paiva-szurdokot. Az építmény az extrém sportolási lehetőségeiről ismert Arouca Geopark legújabb látványossága. A tibeti stílusú függőhidat vaskábelek tartják, melyek két V-alakú toronyból indulnak ki. Nyitott fémrácsa 90 cm széles, alatta 176 méterrel folyik a Paiva folyó. A korlátot merev

hálószerkezet alkotja, a padlózat 127 darab négyméteres modulból áll. Terveit Itecons portugál stúdió készítette, megépítése pedig 2,3 millió euróba (900 millió forintba) került és három évig tartott, 2020 júliusában készült el. Az Arouca 516 a világ leghosszabb gyalogos függőhídja címet a 2017-ben átadott svájci Charles Kuonen függőhídtól hódította el, amely 494 méter hosszú.

*Forrás: Portfolio.hu*

\*\*\*

## **Mi történik a szervezetünkkel, ha naponta iszunk gyömbérteát?**

Ez az ital nem csupán finom, de rendkívül egészséges is. Enyhíti a megfázásos tüneteket, elősegíti a testsúly csökkenését, és számos egyéb, pozitív hatással is rendelkezik.

Habár a tudományos kutatások azt állítják, nincs olyan határfoka az utazási betegség enyhítésében, mint a gyógyszereknek, a népi gyógyászatban hosszú évek óta alkalmazzák erre a célra. Egy hosszú évekkel ezelőtti tanulmány is alátámasztja: csökkentheti a hányingernek ezen fajtáját, melyet kinetózisként is ismerünk. Enyhíti az émelygést a terhes nők, valamint a kemoterápiás kezelésben részesülő betegek esetében is.

Annak révén, hogy lentebb viszi a vérnyomást, megakadályozza a vérrögképződést, redukálja a koleszterinszintet, és nem utolsósorban javítja a vérkeringést, napi egy-két csésze gyömbértea hozzájárulhat szívünk egészségének megőrzéséhez. Azt azonban fontos tudni, hogy az orvosi kezelést nem helyettesíti!

Fogyasztása szabályozza vércukorszintünket, növeli az inzulinérzékenységet, így a cukorbetegség megelőzésére is alkalmas lehet. Gyulladáscsökkentő hatása évszázadok óta ismeretes, épp úgy, ahogyan az ízületi-és a krónikus fájdalmak enyhítésében való hatékonysága. Sikeresen alkalmazható fejfájás, menstruációs görcsök, izomfájdalmak esetében is.

Egy kísérletben azok a férfiak, akik forró gyömbérteát ittak, fokozott teltség-és csökkent éhségérzetet tapasztaltak. Az étvágy kontrollálásával közreműködhet az egészséges testsúly elérésében.

Rengeteg antioxidáns található benne. Ezek erősítik az immunrendszert és oldják a stresszt. Jó megoldás orrdugulás, valamint a megfázással járó légúti tünetek jelentkezésekor. Laboratóriumi kutatások bizonyítják, hogy a gyömbér a rák, így a hasnyálmirigyét és a vastagbelet érintő típusa – leküzdésében is támogatja a szervezetet.

A tea elkészítése rendkívül egyszerű.

Hozzávalók:

- 1 kis darab friss gyömbér felszeletelve
- másfél csésze víz
- 1 citrom
- menta

Elkészítés:

Forraljuk fel a gyömbért a vízben, és áztassuk benne körülbelül 15-20 percig. Öntsük rá a gyömbéres levét néhány mentalevélre. Facsarjunk bele annyi citromlevet, amennyit szeretnénk, és már ihatjuk is.

*Forrás: Nyugdijasok.hu*

\*\*\*

## **Akiről a Gellért-hegyet elnevezték**

Szent Gellért püspök nevét, legendáját nem csupán a magyarok ismerik, az itt megforduló turisták legnagyobb része is tudomást szerez róla. Ő volt a keresztény Magyarország első vértanúja. Szobra, mely a róla elnevezett hegyen áll, több mint egy évszázada tartja magasba a keresztet a város felett. Bátran elmondhatjuk róla: a budapesti látkép szerves részévé vált.

Imre herceg nevelőjeként és püspökként segítette a kereszténység hazai megerősödését. Ma a Szeged-Csanádi egyházmegye fővédőszentje, liturgikus ünnepe szeptember 24-én van.

977-ben látta meg a napvilágot, az itáliai Velencében. Egy gazdag nemesi család gyermeke volt. Születése után úgy tűnt, nem fog életben maradni, ezért szülei egy szigetre vitték, ahol bencések imádkoztak érte. Családjá fogadalmat tett: ha megmenekül a gyermek, Istennek szentelik az életét. Gyógyulása valódi csodának számított. Később az egyik legtehetségesebb bencés rendi szerzetes vált belőle, akit 25 éves korában perjellé választottak rendtársai. Az 1015-ös esztendőben szentföldi zarándoklatra indult, de viharba keveredett, Isztria partjainál kötött ki. Ezt követően érkezett Pécsre, a későbbi Szent Mór püspökhöz. Itt meggyőzték, hogy menjen Székesfehérvárra. Ebben a városban találkozott István királlyal, aki felkérte, hogy legyen fiának, Imrének a nevelője. Hét évig tanította a herceget, utána remeteként élt Bakonybélben és a magyar kereszténységért mondott imákat. 1030-ban felkérte az uralkodó, hogy szervezze meg a csanádi egyházmegyét. A papi utánpótlás biztosítására egy káptalani iskolát is létrehozott és sok templomot építtetett.

A király halála után, a vallási-és trónviszályok idején élete állandó veszélyben volt. Egyik látomása meg is jövendölte tragikus halálát. 1046. szeptember 24 én Vata pogány lázadói közöport zúdítottak rá, ez azonban – csodálatos módon – nem okozott sérülést neki. Halálának körülményeit többféleképpen is őrzik a hagyomány. Az egyik legismertebb szerint a később róla elnevezett Kelen-hegy sziklájáról lökték a mélybe. Holttestét a pesti Boldogasszony-templomba vitték, ez a mai Belvárosi Nagyboldogasszony Főplébánia-templom. Maradványait később Csanádra szállították.

Az előbb említett Belvárosi-plébániatemplom oltárában 2002. óta megtalálható sark-és csigolyacsont-ereklyéje. Ezeket korábban Muránóban őrizték.

A püspök vértanút 1083-ban avatták szentté, István királlyal, Imre herceggel és két szerzetessel együtt.

A hegyen, melyen mártírhalált halt, ma is ott áll hét méter magas bronzszobra, melyet Jankovits Gyula készített 1904-ben. Eredetileg kisebb alkotást szántak ide, végül mégis ilyen méretes lett, hogy ne olvadjon bele a környezetébe. Lábánál egy pogány magyar vitéz látható, mely Gárdos Aladár munkája. A szobor kolonádját Francsek Imre építész tervezte. Nemcsak a hegyoldalban van Szent Gellértnek emléke, hanem a Citadellához vezető út mellett látható a nemrég felújított Gellért legenda kútja, amelyet Medgyessy Ferenc szobrász alkotott 1943-ban. Alakja a templombelsőben is több helyen feltűnik.

Nevét, emlékét Budapesten oktatási és nevelési intézmények is őrzik. A Szent Gellért Óvoda a XI. kerületben található, a Szent Gellért Katolikus Általános Iskola és Gimnázium pedig az I. kerületben, a Krisztinavárosban. Az intézmény aulájában kétméteres faragott Szent Gellért-szobor található.

*Forrás: Pestbuda.hu*

\*\*\*

### **Különleges ajándék készült a pápának**

Ferenc pápa 2021. szeptember 12-én, vasárnap érkezett Magyarországra. Ez volt az 52. Nemzetközi Eucharisztikus Kongresszus záró napja, amelynek alkalmából szentmisét celebrált.

A kormány különleges ajándékkal kedveskedett neki: a 12. század végén keletkezett Pray-kódex díszmásolatát, melyet az Országos Széchényi Könyvtár munkatársai készítettek el.

Ez a korabeli Magyarország egyházi kultúrájának egyik legfontosabb dokumentuma. Tartalmazza első összefüggő nyelvemlékünket, a „Halotti beszéd és könyörgés” szövegét. Ez a függelékben olvasható, egy valamivel bővebb, latin nyelvű temetési beszéd kíséretében, a 136. levélen.

A restaurátorok a korabeli, kolostori kötéseknél megfelelő anyagokhoz nyúltak vissza a borító elkészítése során.

*Forrás: Index.hu*

\*\*\*

## A HÓNAP VERSE

Kányádi Sándor: November—vers

Nyugaton, keleten  
vörös az ég alja.  
Régről nem kelepel  
kéményen a gólya.

Csóka- s varjúsereg  
lepi el a fákat,  
véget a szél se vet  
a nagy csárogásnak.

Pedig fúj, ahogyan  
fújni tud november,  
birkózik a csupasz  
hegyekkel, vizekkel.

Bömböl a szél, süvölt,  
dühében már jajgat:  
túlcsárogják dühét  
a csókák és a varjak.



**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](mailto:siketvak@siketvak.hu)  
Adószám: 18061031-1-42

Összeállította, szerkesztette: Taskovics Adél