

HÍRMONDÓ 2022/3

Siketvakok Országos Egyesülete



Kedves Olvasók!

Hírlevelünk jelen számában segédletet nyújtunk az adó 1% felajánlásához, interjút olvashatnak két tagtársunkkal, tájékozódhatnak társszervezeteink híreiről, megtudhatják, milyen enyhítéseket vezetett be a kormány a járványügyi intézkedések terén, valamint további hírek, érdekességek is várják Önöket.

Jó olvasást, kellemes időtöltést kívánunk!

Taskovics Adél, szerkesztő

TARTALOM

HÁZUNK TÁJÁRÓL – EGYESÜLETI HÍREK.....	2
Segédlet az adó 1% felajánlásához.....	2
”Minden bajom ellenére igyekszem derűsnek lenni” – interjú Németh Tamásné Berta Edinával	7
Siketvakon élni (életek, történetek, interjúk siketvak emberekkel)	9
”Nagyon sajnáltam, mikor már nem ő tanított minket” – Simon László mesél Fehér Anna nővéréről	10
TÁRSSZERVEZETEINK HÍREI	14
Magas rangú állami kitüntetést vett át az MVGYOSZ elnöke	14
”Egy siketvak embernek komoly belső tartása van” - Zvezdana Maticič tekint vissza életére	14
HÍR, ÉRDEKESSÉG	19
Kiveztették itthon a járványügyi intézkedések jó részét	19
Gondosóra program – idős szeretteinkre a távolból is felügyelhetünk	20

A dabasi Kossuth-koszorú története.....	21
Tüntetéstől a hóviráig: a Nemzetközi Nőnap rövid története.....	23
Érdekességek Johan Sebastian Bach életéről	23
Zsírban vagy vízben oldódnak a vitaminok?.....	25
A HÓNAP VERSE	27

HÁZUNK TÁJÁRÓL – EGYESÜLETI HÍREK

Segédlet az adó 1% felajánlásához

(Horváthné Dunaveczi Leona írása)

Szeretné segíteni az egyesületünk munkáját felajánlásával, de információkra lenne szüksége?

Jó helyen jár! Ez az összefoglaló hasznos lehet azoknak is, akik már “régi motorosok” a témában, de ha még csak most döntötte el, hogy szeretne ilyen módon is támogatást nyújtani, akkor mindenképp olvassa végig! Összeszedtük a leglényegesebb tudnivalókat, s közzéteszünk olyan linkeket is, melyeken keresztül részletesebben is tájékozódhat.

Célunk, hogy megmutassuk, egyszerű dologról van szó, mellyel nagyszerű célokat támogathat!

Általános tudnivalók

Siketvakok Országos Egyesülete

ADÓSZÁMUNK: 18061031-1-42

Rendelkező nyilatkozat letöltése

<https://ado-egy-szazalek.hu/wp-content/uploads/2022/01/21EGYSZA.pdf>

Ha ön már korábban nyújtott be ilyen nyilatkozatot, akkor tapasztalhatta:

- Csak néhány percet vesz igénybe a folyamat
- A nyilatkozat kitöltése és elküldése egyszerű.

Adó 1 százalék felajánlás: 1% civil szervezeteknek (a szervezet adószámát kell megjelölni). A másik +1% felajánlható vallási közösségnek vagy a kiemelt költségvetési előirányzatnak, ekkor a technikai számot kell megadni.

Ha csak civil szervezetnek szeretne tenni felajánlást, s a másik 1 százalékkal nem kíván rendelkezni, nem probléma. Ebben az esetben a nyilatkozat egyházakra, költségvetési szervekre vonatkozó részét nem kell kitöltenie.

1997 óta rendelkezhetünk a személyi jövedelemadó 1 százalékának felhasználásáról, amelynek szabályait az 1996. évi CXXVI. törvény a személyi jövedelemadó meghatározott részének az adózó rendelkezése szerinti felhasználásáról rögzíti. Az 1998-as évtől a törvény kiegészült, és lehetőség nyílt további +1 százalékról szóló döntésre is.

Tehát minden adófizetőnek lehetősége van:

– arra, hogy évente az adójából 1+1 százalékot az általa meghatározott egy-egy kedvezményezett javára juttasson

– A rendelkezés nem kötelező, de aki élni kíván ezzel a lehetőséggel, annak rendelkezőnyilatkozatot, nyilatkozatokat kell adnia.

Amióta a NAV elkészíti a magánszemélyek adóbevallás tervezetét, azóta sokkal egyszerűbb lett az 1+1%-os nyilatkozat kitöltése is.

Elektronikus kitöltés

A nyilatkozat legegyszerűbben elektronikusannyanújtható be, ha rendelkezik KÜNY tárhely (korábbi nevén ügyfélkapus tárhely) regisztrációval. Ebben az esetben az adóbevallás tervezet mellett megtalálja az 1+1%-os nyilatkozatot is az ESZJA felületen, amely az alábbi linkre kattintva érhető el:

<https://eszja.nav.gov.hu/app/login/#login>

Kattintson ide még több információhoz!

<https://ado-egy-szazalek.hu/>

Papíralapú benyújtás

Ha papíralapon szeretné benyújtani a rendelkező nyilatkozatot, alább a letölthető, nyomtatható dokumentum:

Rendelkező nyilatkozat letöltése:

<https://ado-egy-szazalek.hu/wp-content/uploads/2022/01/21EGYSZA.pdf>

Ez beküldhető postai úton az állandó lakcím szerinti adóigazgatóság címére, személyesen vagy meghatalmazott személy által, lezárt borítékban, a NAV ügyfélszolgálatán.

Az adóigazgatóságok címei az alábbi linken érhetők el:

<https://ado-egy-szazalek.hu/nav-postacim/>

Ügyfélszolgálatok címei:

<https://nav.gov.hu/igazgatosagok/ugyfelszolgalat-kereso>

A meghatalmazás formai követelményeiről a NAV, "Adatlapok, igazolások, meghatalmazás-minták" című honlapján tájékozódhat:

https://nav.gov.hu/nyomtatvanyok/letoltesek_egyeb/adatlap

Kattintson ide még több információhoz:

<https://ado-egy-szazalek.hu/>

FIGYELEM!

Ha még ön nem ismeri, hogy mire kell odafigyelni feltétlenül, hogy érvényes legyen a nyilatkozata, mindenképp töltsse le és olvassa át az alábbi dokumentumot,

(NAV információs füzet, 9 oldalas)

Rendelkezés az szja 1 százalékaról 2022

https://nav.gov.hu/pfile/file?path=/ugyfeliranytu/nezzen-utana/inf_fuz/2022/25_Rendelkezes_az_szja_1_szazalekarol_20220131.pdf1

vagy látogasson el a NAV, e témával kapcsolatos felületére!

1+1%-os rendelkezés 2022-ben – Nemzeti Adó- és Vámhivatal

https://nav.gov.hu/ado/szja1_1/11-os-rendelkezes-2022-ben

Az szja 1+1%-áról rendelkező dönthet úgy, hogy a NAV közölje nevét és elérhetőségét a megjelölt civil kedvezményezettrel. Ezeknek az adatoknak a megadása és az adatkezelési hozzájárulás önkéntes, tehát nem feltétele az érvényes rendelkezésnek.

Idei újdonság a felajánlásban

2022. január 1-jétől már nemcsak a vallási közösségnek, hanem a kiemelt költségvetési előirányzatnak (jelenleg a Nemzeti Tehetség Programnak) tett felajánlások is érvényben maradnak. Ez azt jelenti, hogy a 2021-ben technikai számra tett, formailag megfelelő nyilatkozatokat a NAV 2022-ben és utána is figyelembe veszi, mindaddig, amíg a rendelkező nem ad be újabb nyilatkozatot vagy korábbi nyilatkozatát nem vonja vissza.

A civil kedvezményezettek javára ugyanakkor továbbra is évenként kell rendelkezni, mivel ezeket a felajánlásokat csak egy alkalommal, a rendelkezés évében veheti figyelembe a NAV.

Jövő év januárjától a rendelkező a NAV honlapján azt is megtekintheti, hogy az idén megjelölt kedvezményezett részesült-e a felajánlott összegből. Ha elektronikus tárhelye is van, a NAV elektronikusan is tájékoztatja a felajánlott összeg kiutalásáról.

Döbbenetes szám adatok: Az origo.hu arról számolt be egy tavalyi cikkében, hogy bár évről évre egyre többen töltik ki a rendelkező nyomtatványt, még így is átlagosan 8-10 milliárd forint ragad a költségvetésben. Az adózók fele nem rendelkezik adója 1 százalékaival valamilyen okból.

A teljes cikk itt érhető el:

<https://www.origo.hu/gazdasag/20210323-adozas-szja-11-szazalek.html>

Kik ők, akikért dolgozunk: Abba is nehéz lehet belegondolni, milyen az, ha valaki nem lát. Talán az sejthető, hogy a hallására ilyenkor nagyobb szüksége van egy embernek. De mi a helyzet akkor, ha ez az érzékszerve is sérül valakinek a látásával együtt? Tudta Ön, hogy a 2011-es Népszámlálás adatai szerint közel 16 000 ember él egyidejű látás- és hallássérüléssel Magyarországon?

Ide kattintva a Lenika Magazin Gangl Tamással, Egyesületünk elnökével készített interjút olvashatják a siketvakságról:

<http://siketvak.hu/wp-content/uploads/2014/01/Lenika-interju.doc>

Hazánkban a Siketvakok Országos Egyesülete az egyetlen olyan még 1994-ben alakult civil szervezet, amely e kettős sérüléssel érintett gyermekek, felnőttek, valamint családtagjaik életvitelét igyekszik megkönnyíteni.

Egy pillanatra próbáljuk ki, hogy behunyjuk a szemünket és bedugjuk a fülünket!

– Hogyan élhet önálló életet így egy ember?

Siketvakon élni (életek, történetek, interjúk siketvak emberekkel)

<http://siketvak.hu/siketvakon-elni-elecek-tortenetek-interjuk-siketvak-emberekkel/>

– Hogyan tud kommunikálni a külvilággal?

A kommunikációk fajtái:

<http://siketvak.hu/siketvaksag/kommunikacio/>

Jelnyelvi tolmácsszolgálat:

<http://siketvak.hu/szolgalatasaink/jelnyelvi-tolmacsszolgalat/>

– Hogyan tud egyáltalán tájékozódni?

Ebben segít az elemi rehabilitációs, s a személyi segítő és kommunikációs szolgáltatásunk.

Elemi rehabilitáció:

<http://siketvak.hu/szolgáltatásaink/elemi-rehabilitacio/>

Személyi segítő és kommunikációs szolgáltatás:

<http://siketvak.hu/szolgáltatásaink/szemelyi-es-kommunikacios-segito-szolgalat/>

– Vannak olyan segédeszközök, amivel könnyebbé válhat az életük?

Két cikk, melyben segédeszközök használata is szerepel

Hamisítatlan olasz ízek, egyenesen telephelyünk konyhájából:

<http://siketvak.hu/hamisitatlan-olasz-izek-egyenesen-telephelyunk-konyhajabol/>

Fizessük a számláinkat otthonról akadálymentesen:

<http://siketvak.hu/fizessuk-a-szamlainkat-otthonrol-akadalymentesen/>

– Képesek megtanulni kezelni azokat?

Ebben is segít az elemi rehabilitációs szolgáltatásunk. Ugyanezen keretek között pszichológus munkatárs is dolgozik, hogy a lelki problémák kezelése is minél könnyebben sikerüljön.

– Siketvakon milyen izgalmas élményekben lehet része egy embernek?

Az érdekképviseleti munka keretein belül közösségi programokat is szervezünk, ahol a legkülönfélébb élményekben lehet részük.

<http://siketvak.hu/webinarium-kozeppontjaban-egyesuletunk-eletevel/>

Kirándulás Magyarország leghíresebb borvidékén:

<http://siketvak.hu/kirandulas-magyarorszag-leghiresebb-borvideken/>

Pizzát sütöttünk:

<http://siketvak.hu/pizzat-sutottunk/>

Székesfehérvárra kirándultak az egyesület tagjai:

<http://siketvak.hu/szekesfehervarra-kirandultak-az-egyesulet-tagjai/>

Kérjük, ha módjában áll rendelkeznie adója 1 százalékáról, szánja rá azt a pár percet, támogassa a siketvak embereket egyesületünkön keresztül!

Siketvakok Országos Egyesülete

ADÓSZÁMUNK: 18061031-1-42

”Minden bajom ellenére igyekszem derűsnek lenni”

interjú Németh Tamásné Berta Edinával

- Amikor bemutatkozol - mint most az olvasóknak - mit tartasz a legfontosabbnak közölni önmagadról, az életedről?

- Németh Tamásné Berta Edina vagyok, születésemtől kezdve aliglátó. Hallássérülésem csak jóval később kezdte nehezíteni az életemet. Szenvedélyem a Zenén túl a Braille, a Kovász és a Rajz. Minden bajom ellenére igyekszem derűsnek lenni, a dolgok humoros oldalát megfogni és ezt másokra is átragasztani.

- Hol dolgozol?

- Végzettségem németnyelv-tanár, de Braille-kotta átíró-szerkesztőként dolgozom a Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetsége kötelékében. Ez azt jelenti, hogy síkírású kottákat fordítok át Braille-írásra. Ehhez mindkét kotta szabályrendszerét ismernem és alkalmaznom kell. Ezen felül az MVGYOSZ elnöksége mellett működő Braille bizottság elnöke vagyok immár második éve és 2021. szeptembere óta a Vakok és Gyengénlátók Hermina Egyesületének alelnökeként is tevékenykedem.

- Mikor és hogyan kerültél először kapcsolatba a zenével?

- A Zene kiskoromtól fogva társam, Édesapám hegedűszóval vett rá az elalvásra, de Édesanyám, Nagymamám éneke is velem van emlékeimben.

Édesapám volt az, aki a zeneelmélet tudásomat megalapozta és olyan szintre emelte, hogy 10 éves koromban Borlói Rudolf zeneszerző növendéke lehettem összhangzattanból. Hét évesen beírtattak a budapesti Gyengénlátók Általános Iskolájába. Ennek egyetlen pozitív hozadéka az volt, hogy elkezdtem hegedülni. Integrált oktatásban folytattam tanulmányaimat Székesfehérváron, ahol kedves Mesterem, Borlói Rudolf javaslatára zongorázni is elkezdtem, s végül zongoristaként végeztem el a zeneművészeti szakközépiskolát.

- Mennyire része jelen napjaidnak a muzsikálás?

- Férjem, Németh Tamás zongoraművész oldalán a muzsika valóban napi szinten része az életemnek. Már felnőtt fejjel fogtam a fuvolázáshoz és bevallom, ez lett a kedvenc hangszerem. Így aztán nem csupán négykezeseket, hanem fuvolára és zongorára írott műveket is játszunk.

- Mit jelent számodra a Braille?

- Mivel látok annyit, hogy jól elboldogulok a síkírással, a Braille-jal csak felnőtt koromban ismerkedtem meg. Az 1990-es években az MGYOSZ által rendezett diáktalálkozókon sok vak barátot szereztem. Abban az időben még divat volt a papír alapú levelezés és ha meg akartam tartani új cimboráimat, nem volt mit tenni, meg kellett tanulni a pontírást. Olvasni persze még sokáig csak szemmel tudtam a válaszleveleket, de mostanára már ezt az akadályt is olyannyira elhárítottam, hogy a 2021-es országos Braille olvasás versenyen Nyíregyházán 8. helyezést értem el.

- Mikor talákoztál először Braille-kottával?

- Bár mindig is tudtam, hogy létezik Braille-kotta, annak alapjait férjem mutatta meg. Egy külföldön élő kedves iskolatársa pedig küldött nekem egy német nyelvű vaskos, síkírású kötetet a Braille-kottairás szabályairól. Tartalma már megtalálható az interneten, az a kötet számomra mégis felbecsülhetetlen kincs.

- Kb. hány ilyen dokumentumot készítettél idáig?

- Nagy bűnöm, hogy nem vezetek erről katalógust, pedig kéne. Ennek oka, hogy általában egyéni megrendeléseket kapok, sok olyan tananyagot is készítek, amire egy-egy diáknak van szüksége csupán. Azonban, ha jól belegondolok, több ezer fájlra is tehető az átírt Braille-kottáim száma.

Szerencsés vagyok, mivel a hobbim a munkám. Örülök, hogy így napi szinten foglalkozhatom a Braille-jal. Kották formájában írom is, és minden este olvasom is a pontírást a Braille-könyvtárból kihozott ifjúsági könyvekből. Férjemnek, Tamásnak rendszeresen olvasok fel síkírású könyvekből, amiket a Szabó Ervin könyvtárból hozok, és két-három naponta sütök valami finom kovászosat. A rajz az, amire nem tudok annyi időt szánni, amennyit szeretnék, de ha hozzájutok, nincs nálam boldogabb.

- Mit üzennél azoknak, akik inkább fejből, hallás után sajátítanak el darabokat? Miben más, miért hasznosabb a Braille-kotta?

- Kottából tanulni önállóságot jelent. Ez éppúgy igaz látókra, látássérültekre egyaránt. Ha hallás után tanul valaki, óhatatlanul ráragad az előadó vagy előjátszó látásmódja vagy gépiesége. Ha azonban kottából tanulja meg a zenedarabot a muzsikus, lehetősége van a

zeneszerző gondolatait a saját elképzeléseivel ötvözni, egyéni módon megszólaltatni a művet. Természetesen ehhez jól kell ismerni a kottát. De ha valaki jó Braille-olvasó, az a kottát is el tudja sajátítani, a síkírású kotta sem könnyebb vagy nehezebb.

- Van-e olyan dolog, amire nem kérdeztem rá, de fontosnak tartanád megosztani velünk?

- A rajzolás mibenlétét fejteném ki itt bővebben, mivel ez is éppúgy elkísért kiskorom óta, mint a Zene. A Színek mindig elvarázsoltak, de pár éve rátaláltam a pirográfra és a gravírozásra. Az előbbivel fára lehet alkotni, az utóbbival üvegre. Ezek sajnos nem színesek, mégis izgalmas, hogy nem papírra kerül az alkotásom, hanem használati tárgyra: pirografáltam már falórát, vágódeszkát és gravíroztam dunsztosüveget és italos flaskát is. Jelenlegi célom az, hogy az üvegekre vésett mintáim tapinthatóak legyenek.

(Az interjút készítette: Taskovics Adél)

Siketvakon élni (életek, történetek, interjúk siketvak emberekkel)

(Horváthné Dunaveczi Leona írása)

Hadd ajánljuk szíves figyelmükbe az egyik legfrissebb kezdeményezésünket! A weboldalunkon található szakmai anyagok mellé szeretnénk olyan tartalmakat is közzétenni, melyek magát az embert hozhatják közelebb a kedves érdeklődőkhöz. Nem titkolt szándékunk a bátorítás, motiválás sem. Idekerülnek fel például azok az interjúk is, melyre folyamatosan várjuk a jelentkezéseket.

Témáink:

- Hogyan, s milyen szemlélettel élnek a hazánkban élő siketvak sorstársaink?

(egyesületünk interjúi)

- Hogyan boldogulnak életükben a külföldön élő sorstársak?

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

- Tanulságos, érdekes történetek siketvak emberekről

(*egyéb írások itthoni és külföldi forrásból*)

A bejegyzés ezen a linken található:

”Nagyon sajnáltam, mikor már nem ő tanított minket”

Simon László mesél Fehér Anna nővéről

Az interneten böngészve, barátokkal, ismerősökkel beszélgetésbe elegyedve, különösen az év első időszakában, sokszor került elém egy név. Fehér Anna nővér neve. Ez nem csoda, hiszen január 13-án volt halálának első évfordulója. Azzal természetesen tisztában vagyok, hogy ki volt ő, mit köszönhetnek neki a látássérült, illetve halmozottan sérült gyerekek. Mégis felvetődött bennem néhány kérdés.

Milyen személyiség, milyen pedagógus volt? Hogyan emlékeznek rá régi tanítványai, a Vakok Iskolájának egykori kisdiákjai? A legifjabbakon kívül vajon mennyit tett, lépett-e a felnőtt látássérültek lelki gyarapodásáért?

Ezekre a kérdésekre kerestem a választ, amikor felhívtam Simon László egyesületi tagunkat, aki személyes emlékein keresztül tárta fel előttem a régmúltat.

- Csodálatos tanár-diák kapcsolat volt közöttünk, ami 1976 januárjától 1977 júniusáig tartott. Ezt követően néha találkoztunk a Vakok Általános Iskolájában. Amikor az elsőáldozásomra készültem 1982-ben, ő segített hozzá, hogy ez megvalósulhasson. Kijárta az internátus akkori vezetőjénél, hogy az oktatásokra engedjenek el az iskolából. Ekkoriban ugyanis bentlakásos intézetben laktam az Ajtósi Dürer soron. 1982-től, amikor kikerültem az intézményből, hétről hétre jártam a hétfő esti bibliaórákra. Ezt a vakok akkori lelki gondozója tartotta és Anna nővér is ott volt. 1982. szeptemberében ugyanezen a helyen alapította meg a Szent Anna Otthont, egy-két munkatársa segédletével. Akkoriban olyan kapcsolatom volt csak vele, mint egykori tanárommal és a katolikus felnőtt látássérültek vezetőjével.

- Milyen tanár volt Anna nővér?

- Alsó tagozatosok voltunk és írni, olvasni, számolni tanított minket. A számtan óra nem volt sem nekem, sem a többi társamnak erős oldala, ám ő olyan módszerrel, szinte játékosan vezetett rá minket, hogy egyből motiválttá váltunk. Pálcikákat osztogatott s ha valaki össze tudott gyűjteni tízet egy 45 perces tanítási óra alatt, kapott egy ötöst.

- Jól értem, hogy egy pálcika jutalom volt egy jól megoldott feladatért?

- Igen, így is fogalmazhatunk. Kapott az illető tíz feladatot, és ha ezeket jól tudta megoldani és összegyűlt a 10 pálcika, járt az ötös. A szorzótábla kapcsán pedig azt mondta: mielőtt bejön az osztályba, már a folyosóról szeretné hallani, hogy kórusban mondjuk. Az olvasásunk jobbra tételére is volt egy nagyszerű ötlete. Azt kérte, hogy olvassunk hangosan, név szerint szólított minket. Egy percet kapott mindenki és összeszámoltuk, ki hány betűt tudott elolvasni ez alatt a rövid idő alatt.

Tőle tanultuk meg azt is, hogy miként kell megírni egy képeslapot.

- Látássérült gyerekek miként tudták megoldani a képeslapírást?

- A lapokat természetesen nem nekünk kellett megírni. Az elméleti alapot adta meg ahhoz, hogy látó segítséggel el tudjuk készíttetni. Ehhez tisztában kellett lennünk azzal, hogy mennyi szöveg fér rá, hogy miként lehet tömören összefoglalni azt, amit ilyen módon közölni szeretnénk. Van ezzel kapcsolatban egy érdekes emlék. Nekünk, akik Budapesten laktunk, nagy szó volt abban az időben vonattal utazni. A vidékieknek nyilvánvalóan ebben semmi rendkívüli nem volt, mert kimenő idején így jutottak haza. Nekünk azonban ez érdekes volt. Kimentünk a Nyugati pályaudvarra és egy megálló utaztunk, a mostani Zugló vasútállomásra. Többek között erről is módunkban volt beszámolni, ugyanis volt az iskolában fogalmazás óránk, ahol Anna nővér azt kérte, öt mondatban írjuk le, hogy mi történt velünk. Utána ezeket hangosan felolvastuk. Ő körbe járt közöttünk a régi, kazettás magnójával. Ha valaki mondott egy jó mondatot, azt fölvette és az így létrejött szöveget szóról szóra le kellett írni. Ebből kerekedett ki az összefoglaló. Előfordult, hogy olyan sok minden jutott eszünkbe, hogy hét mondatra kerekedett ki az a fogalmazás. Annak pedig, akinek a mondata előbb felvételre, majd mindnyájunk papírjára került, ez nagyon nagy öröm, mondhatni: dicsőség volt. A magatartásunkra is kaptunk osztályzatot. Anna nővérnek erre is megvolt a maga sajátos módszere. Ezeket dicsérő céduláknak hívta. Apró kis kártyácskákat kell elképzelni. Egy hónapos időtartamokban gondolkodott. Ha valaki ennyi idő alatt összegyűjtött ezekből ötöt, ötös lett a magatartása.

- Önnek hittant is tanított?

- Van egy zöld, A5-ös méretű füzetecském, műbőr kötéssel. Ahogy kinyitom a fedelét, az első lapján van egy kitapintható gyertya. Ez egy lelki tükör, felkészítés a szentgyónásra, amit ő írt le nekem Braille írással. Ő ezzel járult hozzá életem ezen állomásához. Tanításomat Mócsai Gábor Atya, a Szent Anna templom plébánosa, egyben a felnőtt katolikus

látássérültek akkori lelkipásztora, Jánosa Domokos atyára bízta. Ő akkor még a templom káplánja volt, 2000. augusztus 1. óta pedig a felnőtt látássérültek lelkipásztora. Ő készítette fel a nagy napra, az elsőáldozásra, vagyis hozzá jártam hittanra; Anna nővértől én csak az iskolában való rövid találkozásaim alkalmával kérdezősködtem dolgokról, ami a hittel kapcsolatos, amit nem tudtam.

- A Vakok Iskolájában íráson, olvasáson, számtanon kívül még tanított valamit Anna nővér?

- Amit alsó tagozatban sajátít el az ember, mind ő tanította nekünk abban a bő egy évben. 1976 januárjában került hozzánk, tanév közben. Az előző tanárnéninket, nem tudom, hogy milyen elgondolásból, de elhelyezték tőlünk. Második osztályosok voltunk akkor, és ő lett az osztályfőnökünk, egészen harmadikvégéig. Én nagyon sajnáltam, amikor 1977 szeptemberétől már nem ő oktatott minket.

- Egy osztályfőnöknek jól kell ismerni a diákjait, ha pedig valamilyen személyes probléma adódik, fontos, hogy meg lehessen vele beszélni. Anna nővérré rá lehetett bízni ezeket a "titkokat"?

- Természetesen igen. A napindító rutin úgy zajlott, hogy az előző délutáni tanulókorrról mindenkinek le kellett vinnie az osztályba a tanszerét, és csak utána sorakozhattunk fel a reggelihez. Én tudtam, hogy ő kb. fél nyolc felé ér be az iskolába, így igyekeztem úgy intézni, hogy találkozhatok vele. Az a röpké kis idő, míg elkísértem a tanári szobáig, alkalmat adott arra, hogy beszéljünk pár mondatot és megtárgyaljuk, amit kell. Ez jó volt, örömmel töltött el. Ha volt olyan, ami ennél hosszabb időt igényelt, arra ott volt a 20 perces ún. „nagy szünet”. Tízórai szünetnek is hívták. Ha kellett, ilyenkor átmentem az óvoda épületébe, ahol őt rendszerint meg lehetett találni. Amikor együtt visszamentünk az iskolába, átgyalogolva az udvaron, több idő jutott a beszélgetésre, mint amikor csak a tanári szobáig kísérhettem el.

- A későbbiekben mennyire volt intenzív a kapcsolattartás Önök között?

- 1982-től heti rendszerességgel találkoztunk. 1977 óta a Szent Anna Plébániához tartozott a felnőtt látássérültek lelki gondozása, tehát oda jártunk a hétfői esti bibliaóra. Ő az egyházi pályafutását a felnőtt látássérültekkel kezdte 1977. december 26-án, a Batthyányi téri Szent Anna-plébánián. 1982 szeptemberében, amikor Dr. Lékai Bíboros úr segítségével megalapította a gyermekotthont, azt a Plébánia épületének az alsó részében kezdte 10-11 gyermekkel és két munkatársával. Ekkor az intézmény a Vak Gyermekek Szent Anna Otthona nevet viselte. 1989-ben, amikor George Bush amerikai elnök feleségével, Barbara Bush

asszonnyal Magyarországon járt, ő adományozott egy nagyobb pénzüsszeget Fehér Annának, tudva a problémát, hogy mennyire kicsi a Batthyányi téri hely. Ezt követően költözött fel az otthon a Sváb-hegyre, a Mátyáskirály út 29. szám alá, mely ingatlan egykoron egy sörgyár tulajdonosé volt, de egy jó ideje már az épület üresen állt. Miután egyre növekedett az otthonban a gyermekek létszáma és a munkatársak is többen lettek, Fehér Anna úgy döntött, hogy az egykori híres szemorvos nevét veszi fel az intézmény, aki Körmenden tartott fenn a XX. század első felében egy kórházat; ő Dr. Batthyány-Strattmann László volt. Ettől kezdve hívták az otthont Vakok Batthyányi László római Katolikus Óvodája és Iskolája néven.

- Ezek szerint egyaránt figyelmet fordított a felnőttek és a gyermekek lelki igényeire is.

- Ez így igaz. Anna, aki akkoriban még nem volt nővér, csak „apáca gyanús”, aktívan közreműködött a látássérültek szentmiséjén, ami minden hónap második vasárnapján van, azóta is. Ő volt az, aki pontírásban elkészítette az adott hónap szentmiséjének két olvasmányát, valamint az egyetemes könyörgéseket.

- Ezt hány látássérült számára írta meg?

- Annak, aki vállalta, hogy hangosan felolvassa.

- Korábban említette, hogy a felnőttek lelki gondozásán később is találkoztak, heti szinten. Ez egészen addig így működött, míg ő beteg nem lett?

- Nem, 2009-2010 után már csak havonta találkoztunk. Ilyenkor általában ő jött a lelki napra. Ezt 1996 óta tartották meg, minden hónap második szombatján.

- Ön hogyan szembesült Anna nővér halálhírével?

- 2020 Karácsonya körül, egész pontosan december 20-án kaptam a hírt, hogy kórházba került, majd azt is, hogy december 25-én lélegeztetőgépre tették. Hétről hétre az egyik közvetlen munkatársát kérdeztem, hogy mit tud róla. Volt, hogy azt mondta: stabilizálták az állapotát, aztán kapott olyan hírt is, hogy rosszabbul van. Ez a kolléganő volt az, aki 2021. január 13-án, szerdán reggel negyed kilenckor azzal hívott, hogy meghalt Anna nővér.

(Az interjút készítette: Taskovics Adél)

TÁRSSZERVEZETEINK HÍREI

Magas rangú állami kitüntetést vett át az MVGYOSZ elnöke

Dr. Nagy Sándor, a Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetségének, valamint a Látássérültek Észak-alföldi Regionális Egyesületének elnöke, az Országos Fogyatékosügyi Tanács társelnöke. Magyarország köztársasági elnöke a Magyar Érdemrend Lovagkeresztje kitüntetést adományozta neki. Kapta ezt a látássérült emberek társadalmi integrációja és esélyegyenlőségének megteremtése érdekében három évtizede odaadóan végzett, példaértékű szakmai és érdekvédelmi tevékenységéért. Az elismerést 2022. március 11-én Prof. Dr. Kásler Miklós, az emberi erőforrások minisztere adta át a Pesti Vigadóban a szövetség elnökének.

A szervezet Facebook oldalán képek is találhatóak az eseményről.

Forrás: Facebook/mvgyosz

”Egy siketvak embernek komoly belső tartása van”

Zvezdana Matičič tekint vissza életére

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

Zvezdana igen nehéz gyermekkort tudhat maga mögött. Sok fájdalmas emléke van: nem kapott megértést, gyakran csúfolták és bántották. Néhány valódi, segítőkész barát és a mély hite jelentette számára a vigasztalást. Négy és fél esztendőig egészséges kisgyermek volt. Egy nap minden megváltozott. A II. világháború adta helyzetben a németek az ő falujukat is elpusztították. Zvezdana a szomszéd kisgyerekekkel játszott, amikor repülőgépek kezdtek körözni a környék felett. Futva próbált elmenekülni. Pár lépés után azonban elesett és minden sötétségbe borult körülötte. A szomszéd család tagjai emelték fel a földről,

ők vitték haza. Sokkos állapotban volt: arcát sebek borították, a fejében különös, zúgó hangot hallott. A becsapódó bomba hatására mind a hallását, mind a látását jórészt elvesztette.

Nehéz családi körülmények között élt. Édesapja száműzetésben volt, édesanyja reggeltől estig dolgozott, hogy etetni tudja két gyermekét. Zvezdana lényegében egyedül volt az öccsével. Senki nem hitte el neki, hogy ilyen komoly, érzékszervi sérüléseket szerzett.

1945-ben édesapja hazatért, nem tudta elfogadni kislánya megváltozott állapotát. Szüleitől támogatásra, segítségre nem számíthatott. Ott volt ugyanakkor neki Anita, aki bár egy évvel fiatalabb tőle, igaz barátjának bizonyult. Közeli kapcsolatuk mind a mai napig megmaradt. Az ő segítségével tanult meg beszélni, rengeteget énekeltek is együtt. Amikor egyedül volt, elrejtőzött a szőlőskertben, kis fadarabot helyezett a szájába, így próbálta meg kiejteni a betűket.

Az iskolában mindig az első sorban ült. Megtanult szájról olvasni. Általános iskolában kiváló tanuló volt, azután gimnáziumba ment. Diáktársai segítőkészek voltak, ám mégis komoly nehézségekbe ütközött. Tanára el akarta küldeni az iskolából, azt mondta: nem kíván vele tovább vesződni. Ő azonban kitartott. Befejezte az első, majd a második tanévet. Sokat küzdött, de végigcsinálta. Periferiális látása elveszett, ami megmaradt, a szájról olvasáshoz elégnek bizonyult.

Fontos állomás: településükre egy új, fiatal pap érkezett, aki felébresztette a kislányban a tudásszomjat, könyveket is adott kölcsön.

Vele egykorú társai sokszor bántották. Előfordult, hogy megígérték neki, hazakísérik, majd nagyjából fele úton magára hagyták. Gyakran kigúnyolták, kinevették, még olyanok is, akiket azelőtt barátainak gondolt. Gyermekkorában testvéréhez sem fűzték erős érzelmi szálak. Felnőtt korokban már közelivé vált a kapcsolatuk.

Két év gimnáziumba járás után kilépett az iskolából. Ő mindenképpen vágyott tanulni, szülei elküldték volna egy látássérülteknek fenntartott intézménybe, ám hallássérülésének mértéke miatt nem fogadták. Próbálkoztak a hallássérült gyermekek számára alapított iskolával is, ide látássérülése miatt nem kellett. Nagyon elkeseredett, megfordult a fejében, hogy véget vessen életének, ám megóvta őt a belső ereje és kitartása, elvetette e gondolatokat. Fájdalmas volt számára, hogy a szülei valósággal szégyellték őt. Környezetében élő emberek nem siketnek tekintették, hanem értelmileg akadályozottnak. Mondták róla: »Egy kicsit akaratos«.

Vágyott dolgozni, de nem kapott munkát. Volt, amikor tanár, később apáca szeretett volna lenni, ám siketsége miatt sehol nem fogadták. 19 éves korában olvasta egy újságban: van egy iskola, ahol háztartási munkát tanítanak vidéki lányoknak. Anélkül, hogy szólt volna róla a szüleinek,

jelentkezett. Azt a visszajelzést kapta: amennyiben valaki megfizeti a tandíját, illetve, ha tudja orvosi papírokkal igazolni állapotát, felveszik. Megszerezte és elpostázta a szükséges dokumentumokat. Az igazgatótól kapott egy telegram üzenetet: „Jöjjön, fel van véve, de legyen hallókészüléke”.

Testvére megígérte: kifizeti a tandíját. Az igazgató elmondta a többi diáknak: jön egy új lány, akiről nem lehet tudni, hogy milyen és hogyan birkózik majd meg a feladatokkal. Társai kedvesen fogadták. Néhány nappal később az intézmény első embere belépett a terembe és azt mondta: „Szeretném látni a szegény ördögöt”. A fiatal lány pedig felállt és megkérdezte: „Rám gondol”? Az iskola feje visszakérdezett: „Maga az?” Meglepődött, nem erre a látványra számított. Egy tiszta, csinos hölgy állt vele szemben, akinek a haja és a ruhája is teljesen rendben volt, és nagy népszerűségnek örvendett társai körében.

A matematika soha nem volt az erőssége, esszéket írni viszont nagyon szeretett. Osztálytársai helyett is gyakran készített fogalmazásokat, mondtak egy címet és ő nagyszerű szöveget kerekített hozzá. Rangos tanulmányi átlaggal végezte el az iskolát, amit nagy sikerként könyvel el mind a mai napig, különös tekintettel arra, hogy ekkoriban még nem volt hallókészüléke. Képzett szakács lett belőle. Állást kapott egy csirkéket nevelő farmon, de édesapja azt akarta: menjen haza. Orvosa is megerősítette: ez a munka nem látássérülteknek való, így otthon maradt és segített szüleinek. Sokat foglalkozott a szomszéd kislánnyal, Darinkával, aki mozgássérült volt. A lábai megsérültek, nem tudott járni, orvosai azt gondolták, ez így is marad egész életében. Zvezdana minden szabad percét vele töltötte, sokat imádkozott kis barátnőjéért és hitte: egy nap újra járni fog. A csoda meg is történt. Darinka arról beszélt, hogy orvos lesz és olyan gyermekeket fog gyógyítani, mint amilyen ő maga. Zvezdana meggyőzte: legyen inkább szemorvos. Ma már ritkán találkoznak az egykori szomszéd kislánnyal, aki szemorvos, de mind a mai napig hálás neki.

Időnként, hogy egy kis pénzhez jusson a család, elmentek a szomszéd gyümölcsösébe cseresznyét szedni. A birtok tulajdonosa szorgalmazta: menjen Zvezdana is. Édesanyja próbálta lebeszélni, mondván: »Hogy tudna már segíteni? Nincs annak semmi haszna«. A gazda hajthatatlan volt, Ő pedig ékesen bizonyította: nincs igaza az édesanyjának, még a fa tetejére is felmászott.

Az idősekhez különösen jó kapcsolat fűzte. Míg a barátai mulatni, táncolni jártak, ő inkább az öregek között múltatta az időt, nekik segített.

Közvetlen szomszédjuk fia, aki kedves volt hozzá, Zvezdana úgy gondolta, egész életükben együtt maradhatnak, de a fiú édesanyja ellenezte. A fiatalember szenvedett attól, hogy a házasságra vonatkozó

terveik meghiúsultak. Fájdalmát alkoholba fojtotta. Zvezdana, bár szomorú volt, de nem érezte magát legyőzöttnek. Ljubljanában a látássérülteknek fenntartott otthonban szobát kapott, munkahelyet is talált. Sorstársai között volt, de hallássérülése miatt mégis másnak érezte magát a többiektől. Igaz, volt, aki csak úgy emlegette: »az ostoba«, mert ha szólt hozzá, ő a hallássérülése miatt nem értette, mit akar mondani, idővel azonban pozitív irányba változott a helyzete. Barátnőkre talált, akik nagyon szerették, tanácsot kértek tőle, de lelkében mégis belső harc dúlt. Papírra vetette gondolatait, naplót vezetett, ezáltal tudta megmenteni saját magát.

Legmélyebb szomorúsága abból fakadt, hogy édesanyja gyakran bántotta, gúnyneveket aggatott rá, bűnösnek nevezte, amitől hibásnak, hálátlannak érezte magát. Egy nap meglátogatta Anica nevű vak barátnőjét, aki épp telefonált valakivel. Mikor megkérdezte tőle, kivel beszélt, azt válaszolta: »egy mulatságos, kedves fickóval«. Egy kis csevegésre Zvezdana is kapható volt. Ekkor még nem sejtette, hogy jövendőbeli férjével társalog. Anica lakásán találkoztak először, az egész éjszakát ébren töltötték és beszélgettek. Azt találta mondani újdonsült ismerősének: »Boldog az a lány, aki a feleséged lesz«. Erre azt a választ kapta: »Ne mondj ilyet, mert lehet, éppen te leszel az«.

Ezt követő két évben rendszeresen találkoztak, ám az udvarló nagymamája olyan erősen ellenezte kapcsolatukat, hogy Zvezdana már a szakítást szorgalmazta, de a fiú nem hagyta, Ljubljanába költözött, munkát is kapott. Bár a szlovén nyelvet nem beszélte, kitartott közös álmuk mellett. Kezdetben Zvezdana barátnőjének lakásában éltek, egy idő elteltével férjével önálló lakást kaptak.

Az 1963-as esztendő vízválasztó volt mindkettejük életében. Ekkor kapott a fiatal nő hallókészüléket. Férje szorongva mondta neki: »Mindenki téged néz!« Ő nem foglalkozott ezzel. Végre szabadnak érezte magát. Élete párjától pedig megkapta a teljes elfogadást.

Szülei nem voltak elégedettek választottjával, viszont későbbiekben rendeződtek az érzések, ahogyan a férfi nagymamája is megbékélt. Ezt követően másik probléma jelentkezett. A férj új munkát kapott, amely túl keménynek bizonyult számára, ezért inni kezdett. A feleség imái meghallgatásra találtak, társa megváltozott. Az elmúlt 25 évben egyáltalán nem nyúlt alkoholhoz. Nagyon szerettek volna gyermeket, nagy családot, de orvosai azt mondták: örökletes betegségben szenved. Félelmükben hozták meg a nehéz döntést: gyermektelenek maradnak. Évekkel később, amikor eltávolították szeméről a szürkehályogot, orvosa arról tájékoztatta, hogy látási problémáját nem az örökletes retinitis pigmentosa okozza, hanem a fejében levő nyomás.

Amikor egy nagy cukorgyárban dolgozott, főnöke a legnehezebb munkát bízta rá. Szóvá tette, ám előjárója azzal fenyegetőzött: az illemhelyek takarítására fogja beosztani – ahhoz talán még eleget lát – tette hozzá.

Keményen dolgozott, munkájáért mégsem kapott elismerést. Annyira iparkodott, hogy végül baleset érte, csonttörést szenvedett. Betegállományba vonult, ami után már nem tudott visszamenni munkahelyére. 29 évesen nyugdíjazták. Több időt töltött kórházban, mint otthon. Az orvosok igyekeztek megmenteni maradék látását, hallását, ám ez végül nem sikerült. Egyszer meglátogatta őt a volt főnöke.

Azt mondta: »Zvezdana, magát kerestem. Nagyon sajnálom, hogy olyan csúnya dolgokat tettem ön ellen. Kérem, bocsásson meg nekem, ha tud! Elhittem, hogy csak szimulál, a többiek ugyanis ezt állították.« Ő pedig azt felelte: »Borítsunk fátylat a múltira!«

Az idős hölgy napjainak legnagyobb részét ma a háztartási munka teszi ki. Emellett rengeteget olvas, az orosz írók műveit kedveli a leginkább. »A könyvek adnak nekem mindent. Bátorságot, élni akarást.« - jelenti ki.

Látássérülése ellenére arra mindig ügyel, hogy szépen legyen felöltözve. Bár ma már szemével nem érzékeli a színeket, valahol mélyen él benne az emlékü. Neki és férjének is a kék a kedvence. Bevásárlásnál a párja mindig elkíséri, de főzni többnyire egyedül szokott.

Meghatározó időszakának tartja, amikor 24 éves korában megkapta élete első hallókészülékét. Apácák közreműködésével jutott a készülékhez. Hajnalban a nővérek kivitték őt a szabadba, hogy együtt hallgathassák a madarak énekét. Segítettek neki, hogy hang alapján be tudja azonosítani, éppen melyiknek a dalát hallgatja. Először sírt, mint a környezetében mindenki, utána örömeiben ugrálni kezdett. Pár nappal később hazautazott. Behelyezte a hallókészülékét és figyelte, hogy a többiek miről beszélnek körülötte. Korábban azt feltételezte, hogy az emberek nem rágalmazzák egymást, nem ítélik meg mások felett. Ekkor azonban szembesült az igazsággal. El is távolította füléből az eszközt, mondván: »Nem akarom ezt hallgatni!«

Csatlakozott egy Biblia tanulmányozásával foglalkozó csoporthoz. Eleinte döbbenettel néztek rá, de mára ez megváltozott. »Nem fogom megadni magam. Egy siketvak embernek komoly belső tartása van. A szememmel nem látok, de valahol belül mégis érzek. Ez az a fény, ami néha világosabb és szebb, mint ami kívülről sugárzik. Van, ami sokkal fontosabb, mint a külcsíny. Emlékszem azokra az időkre, mikor még láttam. Van úgy, hogy találkozol valakivel. Nahát, milyen divatosan néz ki! – gondolod. Aztán elkezdesz beszélgetni vele és rájössz: belül üres. Épp úgy, mint a filmsztárok. Gyönyörűen néznek ki, de én úgy gondolom, hogy valami hiányzik belőlük.«

Bátran állítja: a siketvak embereknek van egy jól kifejlődött »hetedik érzékük«. Jelenlegi életéből az olvasás hiányzik leginkább. Ismeri a Braille

írást, de komoly erőfeszítések árán tudja csak elolvasni. Próbálkozott a hangoskönyvek hallgatásával is, ám tartósan ez is megterhelő a számára. »Isten jelenti számomra a mindenséget. Amikor úgy éreztem, senki nem gondoskodik rólam, neki akkor is a szeretett gyermeke voltam«. – vallja meg hitét Zvezdana.

Szinte minden nap jár templomba, az indukciós huroknak köszönhetően megért mindent, amit a szertartás alatt mondanak.

Sok, számára kedves embernek tudja a telefonszámát, akikkel gond nélkül tud így beszélgetni. Szívesen sétál a természetben is, habár nem láthatja annak csodáit. Észrevette, hogy szaglása is sokat romlott az elmúlt évek alatt. Nála az érintés helyettesíti a hallást, látást. Ezen keresztül nagy biztonsággal érez rá mások lelki alkatára.

»El szeretném mondani az embereknek, hogy bár nehéz volt az életem, de ami igazán számít az az, hogy még mindig egy emberi lény vagyok. Fontos, hogy megmaradj annak, aki voltál és fogadd el, amit Isten ad neked. Elengedhetetlen, hogy el tudjuk fogadni az életet úgy, ahogy van és képesek legyünk tovább lépni, segíteni a rászorulóknak. Meg kell ezt tenned bárhol, bármikor, akármilyen módon, ahogyan csak tudod. Hallgasd meg mások problémáit és igyekezz megérteni őket!«

(Angol nyelvről fordította: Taskovics Adél)

HÍR, ÉRDEKESSÉG

Kivezették itthon a járványügyi intézkedések jó részét

A kormány tárgyal a járványhelyzetről, és az operatív törzs tájékoztatása után úgy döntött, hogy mivel a koronavírus-járvány ötödik hulláma a végéhez közeledik, ezért március 7-től, hétfőtől kivezette a pandémiás korlátozások többségét.

Ennek részeként:

- megszűnt a maszkviselési kötelezettség, csak a szociális és egészségügyi dolgozók esetén, idősotthonokban és szociális intézményekben maradt a maszkviselés;
- nincs kötelező oltás, kivéve az egészségügyet, így a tanárok munkavégzéshez szükséges oltási kötelezettségét is

felfüggesztették, visszatérhetnek azok a pedagógusok is, akik nem oltatták be magukat;

- megszűntek a védettségi igazolványra vonatkozó szabályok is.

Az intézkedések a miniszter tájékoztatása szerint addig tartanak, amíg esetleg a járvány újabb hulláma megérkezik, bár a jelenlegi előrejelzések szerint a következő hullámban a betegség tünetei enyhébbek lehetnek, ahogy ezt már az omikron variáns esetében is tapasztalni lehetett.

Gulyás Gergely bejelentette a Kormányinfón azt is, hogy a kormány fenntartja az egészségügyi vészhelyzetet. Ezt részben azzal indokolta, hogy fenyeget a hatodik hullám veszélye, részben pedig a választások miatt már nem ülésezik a parlament, tehát a rendkívüli jogrend ad lehetőséget intézkedésre a kormánynak, így marad meg a cselekvőképessége.

Forrás: Infostart.hu

Gondosóra program – idős szeretteinkre a távolból is felügyelhetünk

Míg régen természetes volt, hogy a családtagok szoros fizikai közelségben éltek - akár több generáció is osztozhatott egy lakóhelyen -, mára ez egyre kevésbé jellemző. Az idős családtagokról, ismerősökről való gondoskodás felelősségteljes feladat, melyet a megváltozott körülményekhez kell igazítani.

Ebben nyújt hathatós segítséget a Gondosóra Program, mely az egész országot behálózó jelzőrendszerre épül. A regisztrációkor megadott kontaktszemély (családtag, barát, szomszéd, netán szociális gondozó) baj esetén könnyen értesíthető. A jelzőeszköz ingyenes, épp úgy, ahogyan a mellé járó szolgáltatás is. Ez utóbbi Magyarország összes településén hozzáférhető, a hét minden napján és órájában. A kormány által biztosított lehetőséggel 65 év feletti, saját otthonukban lakó magyar állampolgárok élhetnek.

A segítségkérés folyamata:

- A bajban lévő felhasználó megnyomja a készülékén található egyetlen gombot.
- Az eszköz jelzést küld a diszpécserközpont felé.
- Itt felveszik a kapcsolatot az adott személlyel, értékelik a helyzetet.

- Kezdeményezik a segítségnyújtást, értesítik a megadott kontaktszemélyt.
- Indokolt esetben a sürgősségi segélyhívó értesítése is megtörténhet.

Az eszközt nyakban és karon is lehet hordani, rendszeres feltöltése azonban elengedhetetlen a biztonságos működéshez.

Minden jelzésre reagál valaki, a megfelelő intézkedések folyamata pontosan szabályozott. Vészhelyzetben továbbra is a 112-t szükséges hívni, a készülék nem riaszt közvetlenül orvost, hatóságot, nem sürgősségi segélyhívó. Indokolt esetben azonban a diszpécserközpont ebben segíthet.

A regisztrációs űrlap, melyet az érintett idős ember, de segítője is kitölthet, az alábbi linken érhető el:

<https://gondosora.hu/regisztracio/>

[Jónás Eszter szociális munkásunk felvette a kapcsolatot a projekt kapcsolattartóival, akiktől az alábbi kiegészítő információkat tudta meg:](#)

- A szolgáltatáshoz járó készülékben van beépített elesés- jelző, ám az ügyfél helyzetét követő, „elkóborlást” megakadályozó funkcióval nem rendelkezik.
- Használata azoknak javasolt, akik elegendő hallással rendelkeznek ahhoz, hogy szót értsenek a diszpécserrel.
- Arról, hogy a szerkezet vízálló-e, még nincs információnk, erről későbbiekben fogunk tájékoztatást adni.

Forrás: Gondosora.hu

A dabasi Kossuth-koszorú története

Dabason, a református templomban őriznek egy koszorút, melyet égetett porcelánrózsák ékesítenek. Ez jóval több egy díszes, régi emléktárgynál, hiszen különleges események fűződnek hozzá.

Kossuth László 1837-ben költözött családjával Alsó-Dabasra, itt halt meg 1839-ben. Négy évtizeddel később a Torinóban, emigrációban élő fia, Kossuth Lajos nyolc porcelánrózsával ékes koszorút küldött édesapja sírjára. A gyászünnepegre hatezer ember gyűlt össze. Ez azért is említésre méltó, mert Alsó-Dabasra ekkoriban még nem lehetett vasúttal eljutni: a legközelebbi vonat a szolnoki vonalon közlekedett.

A megemlékezésen Bartók Lajos külön erre az alkalomra írt költeményét szavalták. Korának igen népszerű irodalmára volt. Az itt elhangzó verse úgy megrendítette az egybegyűlteket, hogy közös akarattal letörtek egyet a nyolc rózsából, és átnyújtották neki. Ez több és szebb, mint a világirodalom bármely pályadíja – pálmaág, babérkoszorú vagy csengő arany. A templomban most is úgy őrzik, hét rózsával...

Kossuth Lajos turini koszorúja 1880. június 13-án, Kossuth László síremlékének avatóján került Alsó-Dabasra.

Porcelánból készült, többé-kevésbé kinyílt, gyönyörű, egészen természetesnek látszó rózsák és rózsabimbók, nefelejcskek, fekete könnyecseppekkel csillogó levelek között- így írható le a kinézete. Átmérője 1,5 méter. Szalag, felirat soha nem díszítette. Kossuth Ambrozovics Béla miniszteri tanácsoshoz küldte el, egy levél kíséretében. Ebben megkérte az előljáró nejét, hogy egész csendben tegye azt le »arra az áldott emlékü sírra, melyben atyja hamvai porladnak már negyvenegy esztendő óta.«

Az említett asszony, Kossuth Lajos legkedvesebb unokahúga, Budapestről utazott az értékes küldeménnyel Alsó-Dabasra, a temetőbe. Ott jóval az ünnepség előtt, csendben letette azt a sírra. Ennek a műveletnek nagyon kevés szemtanúja volt, de akik látták, mind meghatódtak rajta.

Végleges elhelyezéséről 1883-ban döntöttek. A református templom belső falába vágott fülkében ma is kegyelettel őrzik. Ez tulajdonképpen egy szekrény, melyet átlátszó üveglappal valamint könnyen nyíló, gazdagon díszített vasajtókkal is felszereltek. A koszorút négy sorban elhelyezkedő, díszes aranybetűk veszik körül, melyek a következő szöveget adják ki: "Atyja síremlékére küldte 1880-ban Kossuth Lajos."

Bartók Lajos örök nyughelye Budapesten, a Kerepesi temető 29/2-1-10 parcellájában található, a családban nagy kegyelettel őrzött rózsát a költő temetésekor a koporsójába tették.

Szerkesztői megjegyzés: A koszorút őrző fülke ajtaja nagy ünnepekkor nyitva áll. Egy ilyen alkalommal én is közvetlen közelébe kerülhettem ennek az értékes műtárgynak. Szívvel jövő köszönet Szilágyi Jánosnak, a Dabas-Inárcs Református Társegyház-Község lelkipásztorának, hogy részem lehetett ebben a csodás élményben. Ez, valamint a Tiszteletes Úrtól kapott szakirodalom inspirált e cikk megírására.

Forrás: Dabas.hu

Tüntetéstől a hóviráig: a Nemzetközi Nőnap rövid története

Március 8-án tartják a Nemzetközi Nőnapot annak emlékére, hogy 1857-ben ezen a napon New Yorkban mintegy negyvenezer munkásnő sztrájkolt egyenlő bérért, munkaidő-csökkentésért. A nők jogai és a nemzetközi béke napját 1977-ben tette hivatalos ünneppé az ENSZ-közügyülés. Politikai, feminista és szakszervezeti mozgalmak küzdelmeinek eredményeképpen a múlt század elején valósult meg az az ötlet, hogy az év egy napja legyen jelképesen a nőké. 1909-ben az Amerikai Szocialista Párt február 28-át tette meg nemzeti nőnappá, s 1913-ig e napon ünnepelték. Az 1910-ben Koppenhágában megtartott II. Nemzetközi Szocialista Nőkongresszuson a német Clara Zetkin javasolta, hogy évente rendezzenek világszerte nőnapot.

1914-ben tették március 8-ra a New York-i textilmunkásnők 1857-es sztrájkjának - más források szerint egy New York-i gyárban 1908-ban e napon bekövetkezett tűzben elpusztult 129 munkásnő - emlékére. A legtöbb országban ekkortájt erősödtek föl a nők követeléseai szociális-gazdasági jogaik kiszélesítésére, a foglalkoztatásban, a bérezésben érvényesülő hátrányos megkülönböztetésük megszüntetésére.

Először 1911. március 19-én ünnepelték meg Ausztriában, Dániában, Németországban és Svájcban. A tüntetéseken, felvonulásokon sok férfi is részt vett, s akkoriban a nők választójogának megszerzése kapott hangsúlyt. Az ünnep időközben sok helyen elvesztette politikai tartalmát és jelentőségét, s jobbára virággal, apró ajándékokkal emlékeznek meg róla. Sok helyütt e napon civil szervezetek a nők elleni erőszakkal szemben emelik fel szavukat: a családon belüli erőszak, a munkahelyi szexuális zaklatás, a prostitúció és a bántalmazás egyéb formáinak áldozataira gondolnak. Őket a jog sem védi kellően, így e cselekmények elkövetői továbbra is jórészt büntetlenül maradnak.

Forrás: Mult-kor.hu

Érdekességek Johan Sebastian Bach életéről

A barokk zene gényusza, akit ma is a muzsika alfája és omegájaként emlegetünk. Életének sok olyan motívuma van, melyről legtöbbször még csak nem is hallottunk. Az alábbiakban ezekből szemezgetünk

- **A zeneszerző humoros oldala**
Szakrális darabok nagy szerzőjeként ismerjük, folyamatos pátoasz lengi körül alakját. Humoros oldaláról nem beszélünk sokat, pedig volt neki. Írt például egy vidám kis kantátát Schweigtstille, plaudernicht (Maradj csendben, ne fecsegj!) címmel, ami Kávékantátaként híresült el. Ebben kávéfüggő karakterek szerepelnek és valószínűleg első ízben egy lipcsei kávéházban mutatták be.
- **Szobafogságra ítéltetett**
1716-ban karmesteri állásajánlatot kapott Kötchenben, amit ő sietve el is fogadott, még mielőtt elbocsátását kérte volna előző munkaadójától. A weimari herceg azonban érvényesítette feudális jogát és nem akarta elengedni. Amikor ő továbbra is makacsul kitartott távozási szándéka mellett, november elején négyheti szobafogsággal büntették. A géniusz ebben az időszakban sem maradt tétlen: állítólag ezt a négy hetet használta fel az Orgelbüchlein című orgonakorál-gyűjtemény tisztázati példányának lemásolására.
- **Orgonapárbaj Louis Marchanddal**
1717-ben Drezdában kellett volna összemérnie orgonatudását kora legnagyobb francia orgonaművészeivel, Louis Marchanddal. Amikor azonban Marchand belépett a találkozó helyéül megjelölt Szent Tamás templomba, meghallotta, ahogy Bach ujjgyakorlatokat végez bemelegítésképpen és ettől annyira megfutamodott, hogy kifordult helyszínről.
- **Alternatív álláspályázat**
Már akkoriban is az volt a szokás, hogy az emberek önéletrajzokkal és motivációs levelekkel próbálták meggyőzni későbbi munkaadójukat az alkalmasságukról. Nem így tett Bach, aki a hat Brandenburgi versennyel igyekezett elnyerni 1721-ben Brandenburg tartomány akkori örgrófjának, Keresztély Lajosnak a tetszését, amikor már unta a kisvárosi feladatait Köthenben. Az álláspályázat hatásosnak bizonyult, hiszen végül alkalmazásba vették.
- **Egy népes család feje**
Két feleségétől összesen 20 gyermeke született. Első hitvesétől, Maria Barbarától hét, második házasságából, Anna Magdalénától 13. Közülük mindössze tíz élte meg a felnőttkort. Hat fiából csak egy nem lett hivatásos zenész.
- **Kapcsolata a kulturális turizmussal**
A zeneszerző egyszer négyszázötven kilométert gyalogolt, hogy hallhassa Dietrich Buxtehude orgonajátékát. Az 1637-ben született német barokk zeneszerző nevét és munkásságát éppen Bach

homályosította el az utókor előtt, pedig gyönyörű zenéket írt, példa erre a Jézus szenvedéstörténetéhez kapcsolódó, latin nyelvű kantátaciklus, a Membra Jesu Nostri.

- A számmisztika sem állt tőle távol
Zenetudósok felfedezték, hogy gyakran építette bele műveibe a 14-es és a 41-es számokat. Ezek feleltek meg ugyanis a nevét alkotó betűknek a numerológiában. Csak egy példa erre: 41 éves korában komponálta meg az első zongorára írott partitáját, melyet még 5 követett. Ezek összesen 41 tételt tartalmaznak.
- Bach halála
Azzal mindenki tisztában van, hogy sokat küszködött a halláskárosodással, de arról keveseknek van tudomása, hogy súlyos látásproblémái is voltak. 1750-ben a híres szemész Dr. John Taylor megoperálta a szemét, ami rövid ideig javulást hozott, ám azután teljesen megvakult. Sokak szerint a szemműtét és a vakság okozta stressz összefügg szívrohamával, aminek következtében 1750. július 28-án meghalt.

Forrás: Fidelio.hu

Zsírban vagy vízben oldódnak a vitaminok?

Az élő szervezetek számára – legyen az emberi-vagy állati – elengedhetetlenek azok a szerves anyagok, melyeket vitaminoknak nevezünk. Ezek szerkezete egymástól nagyon eltérő lehet, ám egy dolog közös bennük: ha nem veszünk magunkhoz elegendőt belőlük, súlyos egészségi zavarokkal, táplálkozási hiánybetegségekkel kell megküzdenünk. Természetes úton, az étkezéssel, de gyógyszeres készítmények formájában is kielégíthetjük napi szükségletünket.

Kezdetben kémiai szerkezetük még ismeretlen volt, ezért felfedezésük sorrendjében, az ABC betűinek megfelelően nevezték el őket. Bár ma már ismerjük kémiai tulajdonságaikat, a betűvel való jelölés megmaradt. Néhány egységesnek vélt vitaminról kiderült, hogy többféle hatóanyagra bontható, ezért ezeket a betűk mellé tett számokkal különböztették meg, pl. B1-, B2-, B12- stb.

Oldékonyságuk szerint vízben-, vagy zsírban oldódók lehetnek.

Zsírban oldódó vitaminok

- A-vitamin

Hiánya a bőr és a nyálkahártyák megbetegedését váltja ki. A növekedés lelassul, a bőr durvává válik, a nyálkahártyák lobosodnak. Különösen a szem kötőhártyája válik gyulladásossá. Gyümölcsökben, főzeléknövényekben, tejtermékekben, tojásban és állati májban fordul elő jelentősebb mennyiségben. A sárgarépaiban provitaminja (karotin) van jelen.

- D-vitamin
Erősíti a csontrendszert, megszünteti az angolkórt és az izomgyengeséget is. Provitaminjai az ember bőrében vannak, amelyek a Nap ibolyántúli sugarainak behatására alakulnak át D-vitaminná. Sok található a tőkehal májában (csukamájolaj), a tojássárgájában, a vajban.
- E-vitamin
Az idegrendszer, az izomzat, az ivarmirigyek normális működésében, a terhesség kihordásában játszik szerepet. Tartalmazzák a növényi magvak és olajok, a zöldfőzelékek, a tejtermékek, a kukoricacsíra olaja.
- F-vitamin
Májkárosodást, bőrgyulladást, a növekedésben visszamaradást okoz a hiánya. Jó hatású furunkulus és ekcéma kezelése esetén. Nagy mennyiségben tartalmazza a lenolaj.
- K-vitamin
Hiánya a vér alvadási idejét erősen megnyújtja, aminek következtében vérékenység és sárgaság keletkezik. Anyagcsere-zavarok, gombás fertőzések és túlzott havivérzések ellen használják. Lucerna, paraj, kelvirág, csalán, fenyőtű stb. tartalmazza.
Vízben oldódó vitaminok
- B-vitamin vagy tiamin
A szénhidrátok elégetésénél az ideg- és izomműködésnél nélkülözhetetlen. Hiánya a beri-beri betegséget, idegbántalmat, szívizom károsodást is okozhat. Nagyobb mennyiségben előfordul: a sörélesztőben, a gabonacsírában, gabona- és rizskorpában, a hüvelyesekben, a paprikában, a káposztában, a parajban, a csipkebogyóban.
- B2-vitamin vagy riboflavin
Különböző anyagcsere-folyamatokban van fontos szerepe. Tej, tojás, hús, zöldfőzelékek, gyümölcsök, csipkebogyó, élesztő tartalmazza.
- B3-vitamin vagy Niacin
Idegbénulások és más idegbántalmak ellen használják, valamint vészes vérszegénység gyógyszere. Állati fehérjékből állítják elő. Tartalmazza még az iszap és a máj.

- **C-vitamin**
Savanyú ízű, fehér, kristályos vegyület. Hiánya a hajszálerek vérzékenységét és skorbutot okoz, amely foghúsvérzéssel, bőr alatti vérzésekkel, izomsorvadással, vérkeringési zavarokkal, csonttörékenységgel jár. Fokozza a szervezet ellenállását fertőző és más betegségek ellen.
Jelentős mennyiségben tartalmazza a zöldpaprika, a csipkebogyó, a citrom, a savanyú káposzta, a paradicsom, a dinnye, sokféle gyümölcs, a burgonya, a saláta és általában a zöldségek. Hőre érzékeny, főzve könnyen bomlik. Nagyban mesterségesen állítják elő.
- **H-vitamin vagy Biotin, más néven B7-vitamin**
Élesztőben, burgonyában, tejben, tojásban, májban fordul elő; baktériumok is termelik. Zsíros, fehérjedús táplálkozás mellett hiánya fokozott faggyútermelést (szeborreát), bőrgyulladást, (furunkulózist), valamint a növekedés elmaradását is okozhatja.
- **P-vitamin rutin, vagy rutozid,**
Jelentősebb mennyiségben a citrom, a csipkebogyó és a paprika tartalmazza. Növeli a hajszálerek ellenállását, csökkenti az áteresztőképességét, emeli a vér mészsintjét, fokozza a véralvadást. Csökkenti a szívbetegségek kockázatát.
Nem szabad elfelejtenünk, hogy ételeink vitamintartalma jelentősen csökken az elkészítés – sütés, főzés, párolás – közben. Ezért rendszeresen fogyasszunk friss gyümölcsöket és zöldségeket is!

Forrás: Egeszsegeter.hu

A HÓNAP VERSE

Kosztolányi Dezső: Ének a tavasz elé

Kelj, bársonylombú, halk lehelletű,
borús tavasz a völgyön és hegyen,

hogy majd ha eljön az idő, legyen
a sebre fű.

Tavaszi erdő, jó szorosra fond
sűrű, sötét lombod hálózatát,
hogy majd ha éjjel elbúvunk alád,
födjön a lomb.

Kegyes Természet, szánd meg a magyart,
adj néki ágyat, sátoros vadont,
nőjön a sebre ír, a búra lomb
s a sírra hant...



Siketvakok Országos Egyesülete
Hungarian Deafblind Association

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

Összeállította, szerkesztette: Taskovics Adél