

HÍRMONDÓ 2023/8

Siketvakok Országos Egyesülete



Kedves Olvasók!

Hírlevelünk jelen számában beszámolunk egyesületünk médiában való újabb megjelenéséről. A későbbiekben megtudhatják, milyen akadálymentesség szempontjából Józsefváros polgármesteri hivatalának frissen átadott ügyfélszolgálatára. Ezt követően az EDbU újabb tagszervezetének életébe is betekintést nyerhetnek. Tájékozódhatnak arról, milyen előnyökkel ruházhatja fel tulajdonosát az egész kontinensen bevezetésre váró Európai Fogytékossági Kártya. Megismerhetik a hímezés rövid történetét, érdekes információkkal gazdagodhatnak Szent István életéről, valamint olvashatnak további hírekről, érdekességekről.

Jó olvasást, kellemes időtöltést kívánunk!

Taskovics Adél, szerkesztő

Tartalom

HÁZUNK TÁJÁRÓL – EGYESÜLETI HÍREK	2
Elemi rehabilitációs szolgáltatásunk az M1 és a Duna World „Esély” című műsorában	2
Akadálymentességi bejárás: középpontban a VIII. kerület önkormányzatának új ügyfélszolgálatára	4
TÁRSSZERVEZETEINK HÍREI	8
EDbU 20 – ünnepi interjúsorozat a szervezet alapításának huszadik évfordulója alkalmából	8
Az Európai Fogytékossági Kártya és az utasjegyek – mit jelent pontosan?	10

HÍR, ÉRDEKESSÉG	11
Két magyar lány találmánya mentheti meg a világot	11
Öt érdekes tény Szent Istvánról	12
A hímzés rövid története	14
Miért építettek Horthynak titkos liftet a Duna alá?	14
Még a tősgyökeres budapestiek is alig ismerik a Gellért-hegy régi trükkjét	15
Tudtad, hogy a Dakar Ralit valójában Csepelen találták fel?	16
Semmelweis Ignác orvos, „az anyák megmentője”	17
Újabb fantasztikus leltre bukkantak a kecskeméti régészek	18
20. századi festők furcsa szokásai	19
15 érdekes tény a Vatikánról, a világ legkülönlegesebb országáról	20
Ő volt a világ valaha élt legokosabb embere, mégsem ismeri ma már szinte senki ..	22
Ritka genetikai elváltozások, melyek egyedivé teszik az embereket	24
Babér: levele is, olaja is gyógyít	25
Datolya – A sivatag kenyere	26
KEDVENC RECEPTJEIM	27
A HÓNAP VERSE	28

HÁZUNK TÁJÁRÓL – EGYESÜLETI HÍREK

Elemi rehabilitációs szolgáltatásunk az M1 és a Duna World „Esély” című műsorában

Az Esély 2023. július 22-i adásában az elemi rehabilitációs munkánknak szenteltek egy riportot.

A bevezetésben elhangzott: a szolgáltatás keretében személyre szabott rehabilitáció formájában kapnak segítséget a látás-és hallássérült emberek az önálló életvitelükhöz. Az egyesület minden olyan területen támogatja a tagságot, ahol a kettős érzékszervi sérülésből adódóan nehézségeik lehetnek. Ilyenek pl.: a kommunikáció, önálló közlekedés, önellátás, információkhoz való hozzáférés.

Királyhidi Dorottya főtitkár, az elemi rehabilitáció szakmai vezetője arról mesélt, mik a segítségnyújtás igénybevételenek kezdő mozzanatai.

Az első belépéskor a szakemberek felméri az adott személy funkcionális látás-és hallásmaradványát. Ezáltal feltérképezik, hogy miként lehet vele kommunikálni. Utána lehet elkezdni azoknak a moduloknak az oktatását, amelyeket el szeretne sajátítani.

Egy látásvizsgálatra érkezett, nagyothalló hölgy, Szűcs Andrásné ügyfélként osztotta meg velünk tapasztalatait. Mivel az utóbbi időben jelentősen romlott a látása, nehézséget jelent számára a járművekre felszállni. A főzésben is gondjai akadtak, mivel nem lát bele a lábasba, nem tudja megállapítani, mikor forr az étel.

A látásvizsgálatról megtudtuk: nemcsak a látás élességét nézik, de a látótér szélességét is. Épp így felméri a színlátást, a kontrasztérzékenységet, és az adaptációt. Ez utóbbi azt jelenti, hogy a fényről a sötétbe lépve mennyire tud alkalmazkodni a szem.

Zelenka Zsófia gyógypedagógus úgy fogalmazott: időnként a vizsgálat során tudatosul az érintettekben saját állapotuk. Rájönnek, hogy látóterük vagy színlátásuk olyan mértékben sérült, amit ők korábban nem is tudatosítottak magukban. A folyamat célja annak feltárása, hogy mi az, amiben szükségük van segítségre.

A vizsgálatok eredményét megosztják az adott személyekkel. Ezt követően döntenek el, milyen fejlesztéssel kezdjék a rehabilitációt.

Kedves Éda ügyvezető kifejtette: ha valaki szeretne közlekedni, és a szakemberek azt állapítják meg, hogy ő erre akár a hallása révén alkalmas lehet, tájékozódást és közlekedést is tanulhat. Megmutatják neki, hogyan tud főzni, miként rendezheti el vakon konyhai eszközeit, milyen praktikák mentén tarthatja nyilván, hogy melyik használati tárgyát hol tárolja. Ez utóbbi nem csupán a konyhában érvényes, de az egész háztartásban. Mindez azért történik, hogy a lehető legnagyobb mértékű önállóságot érhesse el.

"Az informatikai eszközök és az okostelefonok sokmindenben segíthetik a siketvak emberek mindennapjait, azonban ezek használatát meg kell tanulniuk" - hangzott el a különböző gondolati egységeket összekötő szövegben.

Csák Attila informatika tanár szavaiból kiderült: ő a szövegszerkesztés, a táblázatkezelés, az internet és a levelezés alapjaiba vezeti be a hozzá fordulókat.

Kimlei Gábor kollégám bemutatásából egyértelművé vált: fehér bot segíti a közlekedésben. Ennek az az oka, hogy látótere nagyon szűk. Tájékozódását hallássérülése is nehezíti.

Úgy nyilatkozott: rehabilitációs tanára jelzi, hogy milyen fajta útkereszteződésben jár, és ott milyen közlekedési viszonyok uralkodnak. Elmondja, milyen tábla figyelmezteti az autósokat, van-e zebra, stb. Meg kell tanulni a támpontokat, mint például: korlát, küszöb, padka. Ezekre lehet hagyatkozni egy útvonal meghatározott szakaszain.

Az ismert utakon biztonsággal közlekedik, az ismeretleneken azonban általában segítséget kér.

Őszintén beszélt arról, hogy irányhallása nem tökéletes. Épp ezért kell nagyon figyelnie azokra a járókelőkre, akik odaállnak mellé és megkérdezik: miben segíthetnek. Ha valaki halkabb szavú, akkor nehezebb a dolga, de általában jól megérti az emberek beszédét és szükség esetén igénybe tudja venni a felajánlott segítséget.

A rehabilitációról szóló összeállítás az alábbi összegzéssel ért véget:

"A Siketvakok Országos Egyesülete a rehabilitáció, a kommunikációs-és személyi segítség mellett sokat tesz az akadálymentesítésért. Segíti a hozzájuk fordulókat a különböző támogatások ügyintézésében és részt vesz a fogyatékossgal élő embereket érintő jogalkotási munkában is".

(A cikket az esély 2023. július 22-i adása alapján írta: Taskovics Adél)

Akadálymentességi bejárás: középpontban a VIII. kerület önkormányzatának új ügyfélszolgálatá

2023. augusztus 10-én, csütörtökön délután népes csapat érkezett a VIII. kerületi Baross utca 66-68. szám alá.

Az önkormányzat frissen átadott ügyfélszolgálatát néztük meg akadálymentesség szempontjából. Több szervezettől érkeztünk, kerekesszékekkel, bottal közlekedők, de látássérült és siketvak személy is volt köztünk.

A bejáráson az alábbi szervezetek képviseltették magukat:

- Akadályok nélkül – az akadálymentes Józsefvárosért;
- Egyetemes Tervezés a Fogyatékossgal Élők Szolgálatában Egyesület (ETFÉSZ);
- Nem Adom Fel Alapítvány;
- Önállóan lakni – közösségben élni;
- Siketvakok Országos Egyesülete.

Én egyszerre voltam jelen az Akadályok nélkül – az akadálymentes Józsefvárosért csoport tagjaként, illetve munkahelyemet, a Siketvakok Országos Egyesületét is képviseltem, dr. Babinszki Vera kolléganőmmel egyetemben.

A Baross utca felőli bejáraton belépve legelőször a váróba érkezünk, ahol szinte azonnal észleltem, felfigyeltem a padlón elhelyezett taktilis burkolati jelzést, ismertebb nevén: „vezető sávot”. Ezt lábbal, illetve fehér bottal is jól érzékeltem. A sáv – melyben váltakozva van egyenes és

pöttyözött rész - elvezet a félköríves pultig, ahol információt, segítséget lehet kérni az ügyintézőktől.

Az épületszárny többi részében nincs fehér bottal tapintható segítség, az ügyfélszolgálat dolgozói viszont készséggel segítenek a betérő látássérült ügyfeleknek. Mellettük maradnak az ügyintézés teljes folyamatában, a sorszám húzásától egészen a szükséges papírmunkák elvégzésééig.

Szintén az előtéri részben, a kihelyezett, kényelmes székekre és falmelletti padokra leülhettünk, úgy vártuk a további tájékoztatást.

Az épületben Szőke Szilvia ügyfélszolgálati munkatárs vezetett körbe minket. Elmondta: kb. 2 hónapja nyitotta meg kapuit az új ügyfélszolgálat. Őszintén elmondta: nem tudnak mindenfajta ügyintézési igényre válaszolni. Hozzájuk az adóügyi irodához kapcsolódó kérdésekkel lehet fordulni, illetve az anyakönyvi ügyek egy részét is el lehet intézni segítségükkel.

Fogadtak már látás-és mozgássérült ügyfeleket. Utóbbiak számára a bejutás az általunk is használt bejáraton keresztül lehetséges. Ha a Családtámogatási Iroda részbe szeretnének elmenni az ügyfelek, akkor a munkatársak kísérik el őket a megfelelő ügyintézőkhöz.

A szakügyintézők külön helyiségben dolgoznak. A központi részben az ügyfélszolgálat van, ahol általános ügyeket lehet intézni, pl.: fogadóóra való bejelentkezés, önkormányzat részére írt levelek leadása-átvétele, elkészült anyakönyvi okmányok kiadása. Az összes többi feladat a szakügyintézőké, akik hétfőn, kedden és szerdán állnak az ügyfelek rendelkezésére.

Mi most a szakügyintézés területére is bejutottunk.

Elsőként az anyakönyvi ügyintézés helyszínére mentünk. Itt lehet kikérni a születési-, a halotti anyakönyvi kivonatot, illetve a házassági kivonatokat. Fontos tudni, hogy ezeket csak azoknak tudják azonnal kiadni, akik benne vannak az elektronikus rendszerben. A friss halálesetek bejelentése is ugyanitt történik, hétfőtől csütörtökig 8-10 óra között.

Szilvia kérdésemre válaszolva elmondta: nem szükséges előre bejelentkezni, ha valaki látássérültként jön ide. Ha a dolgozók látják rajta, hogy speciális odafigyelést igényel, azonnal segítenek, akár a nyomtatványok kitöltésében is.

Vera kérdése: a hallássérült, siket ügyfelek számára milyen akadálymentesítési megoldásokkal rendelkeznek. Kiderült: bár a tervezéskor szóba került az indukciós hurok kiépítése, ez végül nem történt meg, utólag azonban pótolható.

A további beszélgetésből egyértelművé vált: nincs a birtokukban látássérültek számára használatos aláíró keret. Ez nem nagy gond, hiszen akinek erre szüksége van, általában úgyis hord magánál.

Az azonosítás új módja, amikor tableten kell aláírni a nevünket, a látássérültek számára gondot jelenthet. Ezen az ügyfélszolgálaton azonban nem szükséges, hogy emiatt fájjon a fejünk: náluk mindez papír alapon történik.

Sétánk során útba ejtettük az akadálymentes mosdót is.

A mozgássérültek tapasztalata erről röviden annyi: összességében jó, de bizonyos dolgokon még javítani, módosítani kell.

Javaslatként elhangzott: legyen hosszúkás tükör, hogy az is láthassa magát benne, aki kerekesszékekben ül, illetve az is, aki a közlekedéshez nem szorul ilyesfajta segédeszközre.

A mosdóra érdemes lenne orvosi csapat tenni, - ennek hosszabb a fogantója - amit könyökkel is ki lehet nyitni. A kagyló egy kicsit magasan van, az ajtó belső részén pedig nincs kapaszkodó. Ezekon felül egy fogas is hiányzik innen.

Az adó ügyintézők helyiségébe is ellátogattunk, ők két pultnál fogadják az ügyfeleket. Ez egy viszonylag nagy tér.

Innen a Családtámogatási Irodába vezetett az utunk. Keresztül mentünk a tűzzáró ajtón, aminek van egy kicsi küszöbe. Ez vezet át az épület másik felébe.

Ide a Német utcai bejáraton is el lehet jutni, ez azok számára megoldható, akik nincsenek kerekesszékekhez kötve. Tapasztalataim szerint látássérülteknek ez a bejárat akár még praktikusabb is lehet. A járófelületre helyezett taktilis jelzések nem csupán a pultig vezetnek, hanem segítségükkel a pult mellett haladva a székekhez, - ahol várakozhatunk -, illetve az innen nyíló folyosóig is el lehet jutni.

Körbe néztünk a Családtámogatási Iroda területén is, elmentünk a férfi- és a női mosdó mellett és megnéztük, hol történik a konkrét ügyintézés. A baba-mama szobába is benéztünk egy pillanatra.

Utunk végeztével visszatértünk a Baross utca felőli váróba, ahol megbeszéltük tapasztalatainkat.

Elsőként az Egyetemes Tervezés a Fogyatékosággal Élők Szolgálatában Egyesület (ETFÉSZ) képviselője, Tóth Zoltán vette át a szót. Feladatuk, hogy az összes fogyatékosági típus szempontjait figyelembe véve elemezzék az ilyen jellegű épületeket, belülről és kívülről egyaránt.

Véleménye szerint nagyon jól sikerült az ügyfélszolgálat akadálymentesítése. Apróbb problémákat észlelt, melyek közül az első és legfontosabb a bejárat ajtó mozgatásának nehézsége. A jó fizikumú mozgássérültek még csak-csak meg tudják ezt oldani, ám az elektromos kerekesszékekben ülőknek már nehezebb a dolga. Ők ilyen helyzetekben a székük energiáját használják, tehát lábtartóval benyomják az ajtót, ami ettől hamarosan ki fog kopni és javításra szorulhat. Ennek kiküszöbölésére acélból készült védő fém felragasztását javasolta.

Másik megoldásként az ajtó fotocellás mechanikával történő ellátását említette.

Az átjárókhöz ajánlottak tartaná élvédők felszerelését. Ezek azonban lehetőleg ne fémből készüljenek, mert ha azoknak egy kerekesszékes véletlenül nekimegy, rövid időn belül behorpadnak. A műanyag védők ezzel szemben flexibilisebbek, egy-egy kisebb ütés erejétől nem sérülnek, hanem visszaállnak eredeti állapotukba.

A beltér elrendezése nagyon jó, bár ez egyéni igénytől is függ. Kerekesszékesek esetében van, akinek elegendő ekkora tér, de van, akinek kevés. Utóbbi esetben érdemes lehet két széket kivenni és máshová helyezni. Főleg, ha ügyfélfogadási időben több kerekesszékes van a váróban, nagyon beszűkülhetnek a közlekedési lehetőségek.

Az akadálymentes mosdóval is elégedett volt Zoli, külön dicsérte a kivitelezőket, amiért nem kivágott WC deszka került fel és az is tökéletes megvalósítás, hogy fém zsanérokkal látták el.

A helyiségben használt asztalok magassága állítható, ami mind a dolgozóknak, mind az ügyfeleknek praktikus.

A szőnyeg a bejáratnál visszafogja ugyan az elcsúszás lehetőségét, de a taktilis jelzés mellett zavarhatja a látássérülteket, a fehérbot beleakadhat, a mozgássérültek pedig a kerekesszékekkel könnyen felgyűrhetik.

Javítani való, mondhatni: fájó pont az indukciós hurok hiánya. A teljesen siket személyek szempontjából fontos lenne a jelnyelvi videós jelnyelvi tolmácsszolgáltatás, ami jelenleg szintén nem megoldott.

Kifejtettem: nagyra értékelem, hogy az ügyfélszolgálat munkatársai hajlandóak hathatós segítséget adni az arra rászoruló személyeknek. Az azonban foglalkoztat: a sorszám húzását követően kap-e a látássérült hangos visszajelzést arról, hogy éppen kit hívnak az ügyintézők pultjaihoz.

Szilvia elmondta: nincs hangos visszajelzést biztosító rendszerük. A tervezéskor volt róla szó, de ez a gyakorlatban nem működik. Az ügyintézők viszont kifejezetten figyelik, hogy a sérült embernek milyen sorszáma van és ha sorra kerül, máris mellé lép egy segítő.

Vera kolléganőm rávilágított: a vezetősáv „pöttyös” része bevezet a folyosóra. Ez megtévesztő, mert a látássérült számára általában azt üzeni: lépcső, úttest vagy egyéb veszélyforrás következik. Itt viszont szó sincs ilyesmiről.

A mosdóhoz fontos lenne vezető sávot tenni, a méltóság és az önállóság szempontjából sokat jelentene, ha a mosdóba nem kellene elkísérni az ügyfelet.

Az Akadálymentes Józsefvárostól Jutka feltette a kérdést: hiányzik-e a bejáraton résztvevő látássérülteknek a Braille feliratozás, mert azt az épületben sehol nem látott.

Azt válaszoltam: én hálásan fogadtam az információt, hogy az ügyfélszolgálaton dolgozók segítenek a betérő látássérültnek. Ha minden esetben van segítő, akkor megoldott a folyamat zökkenőmentes lebonyolítása, szükségtelen a tapintható felirat.

Vera hozzátette: a pontírás önmagában nem segítség. Érdemi információvá akkor válik, ha a látássérült személy tudomást szerez a jelenlétéről. Ez pedig csak úgy történhet meg, ha a vezetősáv vagy egy látó személy segítségével megtaláljuk.

Ez a délután számomra több tanulsággal is szolgált.

Az akadálymentesség, mint fogalom sokszor nem csupán fogyatékosági csoportonként, de személyenként is mást és mást jelenthet. Még egyik mozgássérült tökéletesen tudja használni az akadálymentes mosdót, a másik azt mondja: számára az egy kicsit magas. Míg engem nem zavart a taktilis burkolati jelzés mellé elhelyezett szőnyeg, egy másik vak társam számára megtévesztőnek bizonyult.

A másik megállapítás, amit leszűrtem magamnak: nem kell mindenáron hibát keresni, követelőzni. Ha adott a segítőkész dolgozói csapat, akik kísérnek az egyébként nagy alapterületű épületben, nem olyan nagy gond, ha az ajtón nincs Braille feliratozás.

(A cikket írta: Taskovics Adél)

TÁRSSZERVEZETEINK HÍREI

EDbU 20 – ünnepi interjúsorozat a szervezet alapításának huszadik évfordulója alkalmából

Augusztus havi interjúalanyom Timur Serikovich Timirkhanov, a kazah siketvakokat tömörítő Meyirim vezetője. Beszélgetésünkből kiderül, hogyan néz ki az alapítványukhoz rendszeresen járó siketvak személyek korosztály szerinti összetétele, mire büszkék és mik azok a nehézségek, amikkel szembe kell nézniük a mindennapokban.

- Mikor jött létre a Meyirim és milyen céllal?

- A 2000-es évek elején találkozót szervezett a Kazahsztáni Vakok Társaságának néhány tagja. Látássérülésük mellett halláskárosultak is voltak, és ők hozták létre a Meyirim-et. Én csak később, kiskorúként csatlakoztam az alapítványhoz.

- Mik voltak a legnagyobb változások a siketvakok életében az alapítvány létrejötte óta?

- A siketvak emberek aktív társadalmi életet kezdtek élni: érdekes helyekre, kulturális eseményekre, de még éttermekbe is ellátogattak. Most azonban, hogy az eredeti tagok megöregedtek, elhaláloznak, egyre ritkábban gyűlik össze a közösség.

- Mikor kezdett el dolgozni az alapítványban, és miért? Úgy is kérdezhetném: hogyan vonódott bele az itt folyó munkába?

- Kiskorúként természetesen nem vehettem részt az alapítványi munkában, ezzel várnom kellett 18 éves koromig. Amikor betöltöttem ezt az életkort, megválasztottak a nemzetközi kommunikációért felelős igazgatónak, és ez a szerepem a mai napig. Ebben a pozícióban az a feladatom, hogy segítsek a kazahsztáni siketvak emberek hírét terjeszteni a világban.

- Mikor kezdte meg munkáját az alapítvány vezetőjeként, és mik voltak a céljai?

- Jelenleg én vagyok a vezető, mert senki más nem volt motivált abban, hogy betöltse ezt a feladatkört. De facto akkor lettem vezető, amikor az első elnök a rokonaival együtt Oroszországba költözött. Most egy siketvak közösségben él Volokolamszkban, és úgy tűnik, boldog.

- Mi jelenti a legnagyobb kihívást a munkájában?

- Pénzt szerezni, amiből megszervezhetünk egy-egy rendezvényt a siketvakok számára. Manapság a magáncégek küszködni kénytelenek Kazahsztánban és nem is számíthatnak túl sok segítségre.

- Mi a legjelentősebb dolog, amit az alapítvány elnökeként elért?

- Mindenekelőtt az, hogy csatlakoztunk az európai-és világ szintű, siketvakokat tömörítő szervezetekhez. Ezáltal rengeteg információt szerezhettünk és mindenkinek beszélhetünk a kazahsztáni siketvakok életének nehézségeiről.

- Milyen módon jutnak hozzá a kazah siketvak személyek ahhoz a támogatáshoz, amelyre a mindennapi életben szükségük van (kommunikáció, közlekedés, szociális kapcsolatok, stb.)?

- A kormány szociális munkásokon keresztül nyújt szolgáltatást az érintetteknek. A szakemberek hetente legalább kétszer kötelezően meglátogatják azokat a siketvak személyeket, akik az önálló életvitel mellett döntöttek.

Azoknak a siketvakoknak, akik jog szerint vaknak számítanak, és dolgoznak vagy tanulnak, saját szociális munkások állnak rendelkezésükre. Őket szintén a kormány fizeti.

Vannak olyan siketvakok is, akik speciális, idősek és fogyatékosággal élők számára fenntartott intézményekben élnek.

- Miként tudják támogatni a siketvak gyermekeket abban, hogy hozzáférésük lehessen a kommunikációhoz és az oktatáshoz?

- Alapítványunk nem sok szolgáltatást nyújt a fiataloknak, mert szinte minden tagunk 40-50 év körüli felnőtt.

- Milyen termékeik és szolgáltatásaik vannak a tagság önálló életvitelének elősegítésére?
 - Alapítványunk nem nyújt szolgáltatásokat. Ennek az az oka, hogy túl kicsi szervezet vagyunk. A kormány pedig működteti a fentebb már említett szociális szolgáltatást.
 - Milyen rendezvényeket szerveznek a siketvakok számára az egyesületükben?
 - Különböző rendezvényeket szervezünk: kirándulásokat az Almaty melletti hegyekbe és erdőkbe, színházlátogatásokat, kávézóba járást, stb. A Covid járvány idején a helyi közigazgatással és önkéntesekkel együtt élelmiszert szállítottunk a siketvakok házaiba.
 - Meglátása szerint miért volt fontos az EDbU 2003-as megalapítása?
 - Csak így lehet előmozdítani a siketvakok ügyeit európai szinten.
- (Az interjút készítette, angol nyelvről fordította: Taskovics Adél)

Az Európai Fogyatékosági Kártya és az utasjogok – mit jelent pontosan?

Az EDF és tagjai sokéves kampánya után az Európai Fogyatékosági Kártya egy lépéssel közelebb kerül a megvalósuláshoz. Az Európai Bizottság ugyanis szeptemberben közlésezi használatának kiterjesztéséről szóló törvényjavaslatát.

A fogyatékosággal élők jogairól szóló 2021-2030-as stratégiában foglaltak szerint ez a 2023-as év egyik legfontosabb kezdeményezése volt. Rendkívül hasznos lesz a fogyatékosággal élő személyek számára a külföldi utazások és a közlekedés során.

Fontos megjegyezni, hogy a repülőtereken, vasútállomásokon, buszpályaudvarokon vagy kikötői terminálokban a segítségnyújtás igénybeviteléhez nem kötelező a fogyatékoságot igazoló dokumentum bemutatása. A kártya azonban különösen hasznos lehet a láthatatlan fogyatékosággal élő személyek számára, mivel segíthet elkerülni a segítségnyújtáshoz való jogukkal kapcsolatos vitákat.

Általa az érintettek könnyebben juthatnak kedvezményes jegyekhez, például vonatokra.

Mivel könnyen felismerhetővé teszi tulajdonosának fogyatékoságát, a személyzetet is segítheti a nyelvi akadályok leküzdésében. Ez zökkenőmentesebb és hatékonyabb segítségnyújtási folyamatot biztosít. Egyszerűbbé teszi továbbá a kedvezményes ülőhelyekhez való hozzáférést. Egyes tagállamokban a fogyatékosággal élő személyek első osztályon utazhatnak a vonatokon. A közlekedés során a fogyatékosággal kapcsolatos egyéb előnyöket is biztosít.

Nem jelent majd megoldást az összes nehézségünkre, például az infrastruktúra vagy a járművek hozzáférhetőségével kapcsolatos kérdésekre sem. Nem szünteti meg azt a problémát, hogy fogyatékosága miatt nem engednek valakit felszállni a repülőgépre. Ennek ellenére fontos első lépést jelent a tudatosság uniós szintű növelése felé.

(Forrás: Edf-feph.org, angol nyelvről fordította: Taskovics Adél)

HÍR, ÉRDEKESSÉG

Két magyar lány találmánya mentheti meg a világot

Két magyar fiatal egy, a világon egyedülálló baktériumkóktélt állított elő. Ez bármilyen egyszerűhasználatos műanyagot képes lebontani.

A Poliloop két alapítója, Madaras Liz és Lévy Krisztina a Budapesti Műszaki Egyetem gyógyszervegyész-mérnöki mesterképzésén ismerkedett meg.

A hagyományos, gyógyszercegeknél épített vegyészmérnöki karrierénél többre vágytak. Ezért az egyetemi óráik után és hétvégeken, saját erőforrásból laboratóriumi kutatásokba kezdtek. Azt vizsgálták, hogy szakterületükön miként segíthetnék a természet védelmét

Körülbelül két év fejlesztés után egy olyan baktériumkóktélt állítottak elő, amely a főleg élelmiszeriparban felhasznált, gyorsan keletkező csomagolásiműanyagok mindegyikét képes lebontani 6-8 hét alatt.

A folyamat végére a műanyagok újra természetazonos anyaggá válnak, hisz a lebontással szerves iszapot, komposztot kapunk. Ebből bioműanyag is előállítható. Ezzel a megoldással a Poliloop megteremt egyfajta körkörös gazdaságot. Ezáltal a nagy FMCG-cégeknek lehetősége lesz ugyanazt a műanyag csomagolást újra és újra felhasználni.

Eljárásuk minden előzetes kémiai kezelés, feldolgozás és komolyabb tisztítás nélkül képes eltüntetni a műanyagot. Ráadásul nem szabadul fel semmilyen káros anyag sem a folyamat során.

2019 elején bekerültek az amerikai Techstars akcelerátor három hónapos abu-dhabi programjába. Itt cégindításról, valamint üzlet- és termékfejlesztésről kaptak tanácsokat. Azóta Liz tölti be az ügyvezetői feladatokat. Krisztina a technológiai fejlesztést viszi. Antal Gábor pedig minden operatív munkát elvégez, a beszerzéstől a back office-ig.

Nemrég csatlakozott hozzájuk Colin Helm. Ő egy másik Techstars-startuptól került a Poliloop bűvkörébe, a sales és a marketing tevékenységekért felel. A most következő mérföldkő az ipari tesztelés. Sikeres elvégzése után már több Fortune 500-as cég is jelezte, hogy együttműködne velük.

Egyáltalán nem túlzás állítani, hogy ha sikerrel járnak és megtörténik több nagy fő-teszt látványos eredményekkel, akkor akár még a Nobel-díjra is esélyesek lehetnek.

Mert mi lehetne szebb és nemesebb cél, mint megmenteni a bolygónkat az egyre közelgő műanyag apokalipszistól...?

Forrás: Kimondottigazsagok.com

Öt érdekes tény Szent Istvánról

Augusztus 20-án minden Szent Istvánról szól. Főleg arról, hogy Magyarországot civilizációsan is a nyugati keresztény világ részévé tette. Bár alakját számos irodalmi műben feldolgozták, de még olykor ezekből is kimaradnak olyan érdekességek, amelyekről érdemes tudnunk.

1. Sosem szenvedett vereséget

A magyar történelemben megannyi sikeres hadvezér bukkant fel. Ha meg szeretnénk említeni közülük néhányat, akkor Hunyadi János vagy Görgei Artúr neve szinte biztosan ott lenne közöttük. Szent Istvánt alighanem ritkán neveznénk meg a kiemelkedő győztesek között, pedig érdemes megtennünk. Sem vesztes csatát, sem komolyabb katonai kudarcot nem ismerünk tőle. Pedig háborúit hosszan sorolhatjuk. Belső ellenfelei között találjuk Koppányt, Ajtonyt, az erdélyi Gyulákat, esetleg a bolgár Keánt. Külső ellenségei között a bolgárokat és a szövetségesből ellenséggé váló német-római császárságot, de a lengyeleket is.

Csaknem egyedülállóan a magyar történelem uralkodói és hadvezérei közül, háborúit mind győztesen zárta. Vélhetően azért nem tartjuk számon őt a sikeres hadvezérek között, mert nem saját maga vezényelte a csapatait. Ezt mindig hozzáértőkre bízta, akik rendre meghozták számára a sikereket.

2. Több fiúgyermeke született

Személyes tragédiája, hogy államszervezői munkásságát nem a saját leszármazottjai vitték tovább. Imre herceg ugyanis 1031-ben vadászat közben elhunyt. A forrásokból tudjuk, hogy nemcsak ez az egy gyermeke lehetett Szent Istvánnak és feleségének, Gizellának. Kései híradások

azonban megőrizték a királyi pár egy másik gyermekének, Ottónak a nevét is. Vélhetően III. Ottó német-római császárról nyerte el a nevét, aki támogatta Szent István megkoronázását. Az sem kizárt, hogy Ottó előbb született, mint testvére, Imre herceg. Ám a cselekvőképes kort biztosan nem érte meg. Vélhetően csecsemőkorában meghalt, és csak elszórt híradások maradtak fent róla későbbi szövegekben.

3. Ellenfeleivel szemben kegyelmet gyakorolt

Augusztus 20-a kapcsán gyakran felmerül, és a híressé vált rockopera, az István a király is úgy mutatja be, hogy az uralkodó vérben gázolt, amikor messzelátó politikai érdekeit érvényesítette. Erre a feltételezésre okot ad számos belső háborúja. Emellett az a tény, hogy csak nagyon kevés emlékünk maradt fent a kereszténység előtti magyarság kultúrájából. Ám ha tüzetesebben megvizsgáljuk, hogy Szent István miként cselekedett, akkor korántsem egy érdekből életeket kioltó tömeggyilkossal találkozunk. Koppány, aki vélhetően dinasztikus riválisa lehetett, nem maradhatott életben. Ajtony leszármazottjai viszont földbirtokosok maradtak még Szent István uralmát követően is. A legfeltűnőbb engedékenységet azonban az erdélyi rokonával szemben gyakorolta. Miután meghódította a Gyulák területét, megkegyelmezett nagybátyjának. Ő azonban újra elárulta, és egy határmenti várat átjátszotta Szent István ellenségének. Az erről hírt adó Merseburgi Thietmar csodálkozva tudósította az utókort arról, hogy amikor István visszaszerezte a várat és foglyul ejtette nagybátyja feleségét, nem kért váltságdíjat. Ehelyett visszaküldte őt hozzá. Thietmar meg is jegyezte, hogy a kortársak között ilyen példáról még nem hallott.

4. Nemcsak a Szent Jobb maradt meg ereklyéi közül

Mindannyian hallottunk Szent István király jobbkezéről, a Szent Jobbról, amelyet manapság már a hagyományoknak megfelelően körmenetben mutatnak be augusztus 20-án.

Vélhetően az ereklyék leválasztása már az 1083. évi szentté avatáskor elkezdődött. Eredetileg a Szent Jobb sem csak a csuklóból állt, hanem az egész alkarból. Idővel a magyar uralkodók szövetségkötési gesztusként számos helyre elküldték. A felkart még Nagy Lajos küldte el Lengyelországba, míg az alsó részét Zsigmond király ajándékozta vejének, Albertnek.

A Szent Jobb a török elől Raguzába, (a mai Dubrovnikba) került. Szintén itt őrizték Szent István koponyáját, alsó állkapcsát és lábszárcsontját. A koponyacsontból idővel leválasztottak darabokat, ezeket ma egyrészt a pannonhalmi bencés apátságban őrzik, másrészt Mária Terézia az általa alapított székesfehérvári püspökségnek adományozott egy darabot. De Székesfehérvár őriz egy ujjcsont-darabot Szent Imre herceg ereklyéjéből

is, amelyet 1930-ban kapott Aachenből halálának 900. évfordulójának tiszteletére.

5. Fiatalkori ábrázolás?

A róla bennünk élő kép általában egy szakállas öregembert takar a Képes Krónika lapjairól. Esetleg a koronázási palást ábrázolása, amelyen egy nagyszemű, lefogyott, idős férfit láthatunk.

A bambergi dómban van egy lovasszobor, amely egy fiatal, ereje teljében lévő férfit ábrázol. Egyesek szerint ez a valaki Szent István lehet. Ha ez igaz, akkor ez a kép az egyetlen fiatalkori ábrázolása az első magyar királynak.

Forrás: Hellomagyar.hu

A hímzés rövid története

A gépi hímzés egyre divatosabbá válik. Ez egy jelentős magyar népi hagyomány modern változata. Megtaláljuk pólókon, törölközőkön, számos cég is él az embléma hímzés korszerű lehetőségével.

Honnan ered?

A történet egészen az ókorig nyúlik vissza. Római feljegyzések szólnak arról, hogy a számosásos, laposöltéses, rátétes hímzésfajták is ismertek voltak abban az időben. Ám a technikája Ázsiából indult.

Azok a legrégebbi darabok, amik Európában készültek, a 11-12. századra tehetők. Ebben a korban csodálatos faliszőnyegeket, palástokat, miseruhákat hímeztek. A kor legjellemzőbb fajtája a laposöltés, bíborszínű selyem alapanyagot aranyszállal elkészítve.

Az újkorban a népi változat indult robbanásszerűen fejlődésnek Magyarországon. Ez az ipari forradalom utáni időszakban történt. Az oktatásba bevezették kézimunka tárgyként.

Manapság már profi gépek segítségével készülnek az így díszített ruhadarabok és kellékek, tökéletes minőségben.

Forrás: Cegespolo.eu

Miért építettek Horthynak titkos liftet a Duna alá?

Károlyi András írta meg egy különleges lift történetét, amely a mai napig őrzi egy korszak emlékét a Duna alatt.

Az 1923-as árvíz több helyen alámosta a Dunakeszi és a Szentendrei-sziget között húzódó ikercsatornát. A helyreállítás fél éve alatt igen komoly korlátozásokkal járó vízhiány keletkezett. Szükségessé vált a

vele párhuzamosan futó tartalék csatorna megépítése, az ellenőrizhetetlen bújtorok mellé pedig egy-egy járható alagút is készült. Bennük a vizet a mai napig két-két, hétszáz milliméter átmérőjű cső szállítja.

A Fővárosi Vízművek által megosztott legenda szerint, mikor a II. alagút épült, híre jött: Horthy Miklós kormányzó meg kívánja tekinteni az első Duna alatti alagút építését. Nosza, gyorsan nekiláttak a két végaknában egy-egy lift építésének, hogy a huszonöt méteres mélységből ne a lépcsőkön kelljen feljönnie az akkor hatvannégy éves kormányzónak.

A munkálatok már zajlottak, amikor kiderült: mégsem jön. A félkész lift a két aknában mai napig látható. Nem ez az egyetlen legenda, amely a Duna alatt futó alagutakhoz kapcsolódik.

A második világháború vége felé a visszavonuló német csapatok minden átkelési lehetőséget megsemmisítettek a folyón. A budapesti hidak felrobbantása után az üzemi alagutakra került volna a sor, azonban ez végül nem történt meg. Hogy miért?

Az egyik városi legenda szerint Lindenmayer Kálmán, a káposztásmegyeri főtelep vezetője és munkatársa, Abos Brúnó rábeszélte a németeket, hogy elégedjenek meg az alagutak elárasztásával, azzal is lehetetlenné teszik az oroszok átjutását.

Egy másik történet szerint, mikor hírt vettek, hogy jönnek a németek robbantani, gyorsan elárasztották az alagutakat, és közölték, hogy sajnos nem lehet bemenni, mert a Duna vize betört oda. Az igazság Pétsics Béla főmérnök korabeli naplófeljegyzéseiből derül ki, aki így fogalmazott: „Illetékes katonai hatóságok 1944. november elejei, előzetes megbeszélése után történt felhívására az I. és II. átemelő telepi járható vízcsőalagútjainkat a szentendrei-szigeti aknába vezető csövön vízzel elárasztotta. Az elárasztás f. évi december 12-13-ra virradó éjjel történt.”

Ezzel megmentették az alagutakat, és elérték, hogy az ostromlott városban akadozva ugyan, de mindennap volt ivóvíz.

Forrás: Lelepo.hu

Még a tősgyökeres budapestiek is alig ismerik a Gellért-hegy régi trükkjét

A TikTok nagyon sok mindenre jó, többek között arra is, hogy az ember mindennap tanuljon valami újat. Most is ez történt, ugyanis Vivien Hernandez Franco feltöltött egy videót, amin bemutatja, milyen trükkre képesek a padok a Gellért-hegyen.

Voltaképpen egy jól irányzott mozdulattal megfordíthatók, így ahelyett, hogy háttal ülnénk a panorámának (lásd Velencei-tó), teljes pompájában élvezhetjük a kilátást. Ez napos időben és éjszaka különösen szép látványt nyújt.

A felhasználó akkor figyelt fel a trükkre, amikor látta, hogy az ülőalkalmatosságok ellentétes irányban állnak.

A dolog egyébként nem újdonság, az egyik kommentelő felhívta rá a figyelmet, hogy már a 60-as években is így volt, ennek ellenére nagyon sokan még a fővárosiak közül sem ismerték a padok titkát. Ugyanakkor többen jelezték, hogy bár ők tudták, igazából a saját kárukon tanulták meg, mennyire nem jó ötlet ezeken hátradőlni, ugyanis egész egyszerűen hátraestek rajta.

A videót megtekintő emberek sorra fogatkoznak, hogy legközelebb ők is kipróbálják, ha arra járnak.

Forrás: Nlc.hu

Tudtad, hogy a Dakar Ralit valójában Csepelen találták fel?

A Dakar Rali a terepautózás legrangosabb és legkeményebb versenye, ahol a pilóták úttalan utakon száguldanak óriási távolságokat.

A legrövidebb táv 5, a leghosszabb 15 ezer kilométer volt. Ráadásul mindezt 1979 óta teszik. Mára a név csupán védjegy, és nem Dakarból indulnak az autók, sőt a verseny nem is Afrikában folyik.

Egyedülálló, nem? Nos nem igazán, hiszen a Csepel-szigeten már 1963-ban kitaláltak egy 20 ezer kilométeres, Dakarból induló, afrikai túrát.

A haszonjárműgyárak éppen kiélezett versenyt folytattak az afrikai kontinens motorizálásáért. Javítóműhelyek hálózatát készültek kiépíteni, hogy a helyi cégek és intézmények biztosan tőlük vásároljanak buszokat és teherautókat. Más szervizelési lehetőség ugyanis nem volt adott.

Az export azonban a Csepel és az Ikarus számára is igen fontos volt, így megszületett a Nyugat-Afrika Expedíció ötlete. Igaz, hogy a Csepel már 1956-ban vezetett egy túrát a tibeti fennsíkon, ám a mostani terv jóval grandiózusabbra sikeredett: azaz 20 ezer kilométeres útvonal.

A megmozdulásnak több célja is volt. Tesztelni akarták a trópusi, sivatagi klímára történő átalakításokat.

A kocsik egy része teljesen gyári volt, de mindenhová póttartályokat és csomagtartókat szereltek rájuk. A két busz pedig dugig volt úttalan környezetbe tervezett megoldásokkal, légszűrőkkel, alkatrészekkel. Emellett meg akarták ismertetni a helyi döntéshozókkal a két márka termékeit. Házhoz vitték nekik a bemutatót!

A nem mindennapi túrára négy járművet, két Csepel teherautót és két Ikarus buszt készítettek fel. Bár a Dakar Ralikon dollár tízmilliókat ölnek a járművek átalakításába, Szigetszentmiklóson és az Ikarusnál szinte semmit sem változtattak a szériagyártmányokon, némi trópusi felkészítést kivéve.

Mindegyik kocsiba jutott vízkészlet, vontatókötél, orvosság, kígyócsípés elleni szérum, valamint hídépítésre alkalmas deszka. Ez utóbbira szükség is volt, bár az esetek többségében keréken keltek át a megáradt folyókon, melyek elsodorták a hidakat. Ilyenkor a terepjáró Csepel húzta át azokat a kocsikat, melyek elakadtak a vízben vagy süppedős parton. Az átkelések helyét is a piros villámnak becézett terepjáró derítette fel. Ilyenkor egy partmenti fához kötözték és a csörlőjével engedte bele magát a vízbe.

A helyiek több esetben kinevették a városi buszokat, melyek a folyó felé közeledtek. Ám a túlparton már elismerés és taps fogadta őket!

A nagy expedíció bőségesen beváltotta a hozzá fűzött reményeket. Az egyszerű is rendkívül strapabíró szerkezetek minden helybéli meggyőztek a tudásukról. Az 1963. március 31-én Dakarból indult túra végül 184 napig tartott és a végállomáson, Accrában már komoly tömeg fogadta a négy kocsit. Az afrikai lapok folyamatosan nyomon követték az eseményeket. Így ott többet tudtak a történekről, mint itthon, ahol a lapok alig foglalkoztak az expedícióval. Ezt követően a két cég komoly mennyiségű megrendeléssel lett gazdagabb, így abban az időszakban számos Csepellel és Ikarussal lehetett találkozni Afrika nyugati részén.

Forrás: ltthonvagy.blogspot.com

Semmelweis Ignác orvos, „az anyák megmentője”

Semmelweis Ignác (teljes neve: Semmelweis Ignác Fülöp) 1818. július 1-jén született egy németajkú budai családban. Abban a tabáni házban, amely ma a nevét viselő Semmelweis Orvostörténeti Múzeumnak ad otthont.

Semmelweis Ignác felfigyelt arra, hogy az otthon, vagy bábaképző intézetekben szülő anyák közül sokkal kevesebben halnak meg, mint a kórházakban. Ezekben az intézményekben pedig képzett és tudós professzorok foglalkoznak velük, míg otthonukban képzetlen szülésznők. Ekkor került a kezébe egy kollégájának boncolási jegyzőkönyve, aki azért halt meg, mert boncolás közben megvágta a kezét. Semmelweis az iratot olvasva döbönt rá, hogy a gennyvérűségben (pyaemia) elhunyt orvos kórképe azonos a gyermekágyi lázban meghalt anyák leleteivel.

Nem a vérmérgezés tényének felismerése volt a nagy teljesítmény. Sokkal inkább annak megértése, hogy a boncnok kezén ott van a fertőző

anyag. Csak seb kell hozzá, hogy a vérpályába jusson, márpedig seb minden szülő nő testén található. Semmelweis volt az első, aki észrevette: a gyermekági láz nem önálló kór, hanem fertőzés következménye, melyet az orvos keze terjeszt. Ezért a hozzá beosztott orvosoknak azt javasolta, majd arra kényszerítette őket, hogy mielőtt a beteghez érnének, erős fertőtlenítő szerekkel – elsősorban klórmésszel – mossanak kezet. Ezzel anyák millióit mentette meg szerte a világon az értelmetlen haláltól.

Felfedezését nagyon sokan elutasították, számos ellenséget szerzett magának azok között az orvosok között, akik büszkéek voltak kezük „kórházi szagára”, és mélységesen sértette őket a feltételezés, hogy ők okozták a betegek halálát. Ahol bevezették a fertőtlenítést, szinte teljesen megszűnt a gyermekági láz. Semmelweis osztályán például 18 százalékról kevesebb, mint két százalékra csökkent.

1850 végén Pestre költözött. 1851-ben a Rókus kórház főorvosának, majd 1855. július 18-án a szülészet és nőgyógyászat professzorának nevezték ki a Pesti Tudományegyetemen. A vezetése alatt álló intézményben a gyermekági láznak szinte nyoma sem maradt, ő végzett hazánkban először petefészek műtétet, és az elsők között császármetszést. Kiterjedt praxist épített fel, megnősült és gyermekei születtek, az önkényuralom korában lelkes hazafiként munkálkodott. Utolsó éveiben súlyos idegrendszeri tünetek, a kezdődő elmebaj jelei jelentkeztek nála, ezért a Bécshez közeli Döblingbe szállították. Abba az ideggyógyintézetbe, ahol Széchenyi István is meghalt.

Semmelweis 1865. augusztus 13-án halt meg az akkor jellemző durva bánásmód következtében kapott csontvelőgyulladásból eredő szepszisben. Vérmérgezésben, amelynek kóroktanát felfedezte. Hamvait 1891-ben szállították haza Bécsből, és a Kerepesi úti temetőben helyezték el. Halálának centenáriumi évét az UNESCO Semmelweis emlékévként nyilvánította. Ekkorra állították helyre orvostörténeti múzeummá berendezett budai szülőházát is, melynek kertje 1965 óta hamvait őrzi. Születésének évfordulóján évente megemlékezéseket és ünnepségeket tartanak, melynek keretében elismerésben részesítik a szakma kiválóságait.

Forrás: Cultura.hu

Újabb fantasztikus leletre bukkantak a kecskeméti régészek

A Kecskeméti Katona József Múzeum régészei a 441-es főút mellett egy szkíta temetőre találtak. Ilyen lelőhelyet legutóbb 60 éve tártak fel Bács-Kiskun vármegyében. A felfedezés értékét növeli a változatos

temetkezési szokások megjelenése is. Négyfajta rítus nyomaira bukkantak a régészek.

- „Az egyik, a legősibb az urnába temetett hamvak, 2-3 egész edényt találtunk. A hamvasztásos temetkezésnek volt egy szórt hamvas változata is. Itt a sírgödörben, különböző mellékletek mellé odatették a halotti máglyán elégetett hamvakat is, elég random szerűen. Kevés csontot találtunk, de jelképesen ott voltak”, —nyilatkozta Wilhelm Gábor, a Kecskeméti Katona József Múzeum osztályvezető régésze.

A csontvázak temetkezését is megfigyelték a területen, a szakemberek zsugorított, valamint nyújtott vázas maradványokat is találtak. A sírokban számos melléklet volt, például edények, ékszerek, fegyverek. A helyszínen járva az utolsó elemek feltárásait végezték és nem is eredménytelenül. Kiderült, hogy egy teljes lócsontvázra bukkantak.

- „A 441-es főút felújításai kapcsán már rengeteg régészeti megfigyelést végeztünk a nyomvonal több szakaszán hónapokon át. A munkáink során egy nagy kiterjedésű, több korszakos lelőhely körvonalazódott, ami új a területen. Ez magában foglal egy szarmata és egy bronzkori település részletet, illetve ezt a szkíta kori temetőt

— mondta Kurucz Klaudia, a Kecskeméti Katona József Múzeum munkatársa.”

A szkíták keletről érkeztek a Kárpát-medencébe a Kr. előtti 7. században, és a Kr.e. 5. századig éltek itt. Ők az első név szerint is ismert, a hazánk területén megtelepedő nép.

Forrás: Hiros.hu

20. századi festők furcsa szokásai

Ebben a cikkben három, 20. századi festőről adunk információt, akiknek megvolt a maguk bogaras különisége. Lássuk, mi volt az, amivel megbotránkoztatták a környezetüket.

Salvador Dalí, a tudattalan különös lehetőségeinek kutatója:

A délutáni (vagy nem délutáni) szundikálás előtt megfogott egy kulcsot, a kezét pedig egy fém tál fölé tartotta. Abban a pillanatban, hogy elaludt – és megérkezett a tudatos és a tudatalatti világ határára – a kezéből kieső kulcs hangja felébresztette. Ő pedig már nyúlt is az ecsetért, hogy ebben a furcsa, félig alvó, félig éber állapotban azonnal elkezdhesse festeni.

Francis Bacon, aki kimaxolta a másnaposságot

Ihletet merített belőle. Úgy érezte, az agya ilyenkor tud igazán tisztán működni. További érdekesség, hogy megszállott hedonista volt, ráadásul álmatlansággal is küzdött. Az altatók mellett volt egy sajátos módszere, hogy végre álomba szenderüljön: újra és újra elolvasta

kedvenc szakácskönyveit, míg végül a hozzávalók ízes listáját nézegetve elaludt.

Andy Warhol, a gyűjtögetés mestere

Festői karrierjének köszönhetően egy hatalmas, négyemeletes házban lakott New Yorkban. Otthonában azonban nem uralkodott patikarend. Állítólag tele volt mindenféle kacattal és limlommal. A megszállottsága odáig vitte, hogy elkezdett úgynevezett "Időkapszulákat" készíteni. Az elsőt 1974-ben csinálta, amikor új stúdiójába költözött. Egyszerűen belepakolta a számára fontos tárgyakat egy dobozba. 1987-ben bekövetkezett haláláig összesen 610 ilyen dobozt állított össze, amelyekben többek között fotók, levelek, karácsonyi üdvözlőlapok, sőt, egy 17. századi, birkózásról szóló német könyv is helyet kapott.

Az életútja iránt érdeklődőknek valóságos kincs volt a hatalmas Warhol gyűjtemény. Segítségével azt is megtudhatták a művésztől, amire máskülönben talán sosem derült volna fény.

Forrás: Alkotásutca.hu

15 érdekes tény a Vatikánról, a világ legkülönlegesebb országáról

44 hektáros területével ez a világ legkisebb állama, ami Róma szívében található. Évente mintegy 5 millió turista látogat ide, noha a népesség mindössze 799 fő (2019-es adatok szerint).

Teljes területe az UNESCO védelme alatt áll - ez az egyik olyan jellemző, ami igazán különlegessé teszi ezt a miniországot.

1. A lakosság 95%-a férfi.

Lakossága elsősorban az egyházi személyekből és a saját minikatonaságának, a Svájci Gárdának az embereiből tevődik össze. Ennek megfelelően csaknem mindenki, az ott élő emberek 95%-a férfi. Az 5% nőt főként a Svájci Gárda katonáinak feleségei és gyermekei teszik ki.

2. A vatikáni állampolgárságot csak ideiglenesen adják ki. A lejárat dátum után az emberek állampolgársága automatikusan olaszra vált.

3. Az UNESCO világörökségi listája hatalmas, de a Vatikán az egyetlen ország, ami teljes egészben ennek a szervezetnek a védelme alatt áll - minden egyes épület minden egyes centimétere védett.

4. Freskótisztító és fényképezés tilalom a Sixtus-kápolnában.

Sok turista csak a Sixtus-kápolna miatt érkezik ide. Még a legfelkészültebb látogatót is képes megdöbbeníteni a hatalmassága és végtelen realizmusa. Hasonlóképp meglepő az is, hogy belépve tilos fényképezni, beszélgetni is pedig csak suttogva lehet. Speciális örök vigyáznak rá, hogy a látogatók ne fényképezzék Michelangelo freskóját, ha pedig túl nagy a hangzavar a teremben, akkor hangosan közbeszólnak: „Silence!”

1543 óta a Sixtus-kápolnának külön freskótisztítója van. Az ilyen emberek feladata, hogy a falakat és mennyezeteket megtisztítsák a gyertyák füstjétől, a portól és a kipufogógázok lerakódásától. Az utolsó ilyen nagy freskótisztítás 25 éve történt, akkor egy japán vállalat finanszírozta a munkát, amely 4,2 millió dollárba került.

5. Nagypénteken a pápa az oltár előtt fekszik.

Ezen a napon nem kerül sor szentmisére a Vatikánban. Ehelyett egy szertartás zajlik, amellyel az Úr szenvedésére és halálára emlékeznek.

A vatikáni Szent Péter bazilikában Ferenc pápa elsőként imába mélyed az oltár előtt a bűnbánat és a bűnbocsánat kérésének jeleként, miközben papok térdelnek mögötte. Ebben a pillanatban mindenki teljes csendben imádkozik, majd kihirdetik Nagypénteket.

6. Ahhoz, hogy egy hétköznapi nő a Vatikánban maradhasson, feleségül kell mennie a Svájci Gárda egyik katonájához.

Ha valahogy sikerül is nőként munkát találnod az ország területén – mondjuk egy rádióállomásnál vagy egy újság szerkesztőségében – akkor sem élhetsz itt. Ennek egyetlen egy lehetséges módja van: ha feleségül méysz a Svájci Gárda egyik katonájához. Ez sem garancia azonban mindenre, a házasságkötés ugyanis csak Vatikáni jóváhagyással lesz érvényes.

Még egy érdekes tény: kizárólag főiskolázott férfiak lehetnek a Svájci Gárda tagjai.

7. A Vatikán az egyetlen ország a világon, ahol a születési arány nulla.

Az ország területén ugyanis nincs kórház, így a vatikáni nők is a római klinikákon szülnék.

8. A vatikáni olasz nagykövetség tulajdonképpen Olaszországon belül, a saját területén található.

9. Az enklávénak saját benzinkútja van.

Bármilyen apró is, a Vatikánnak mégis saját benzinkútja van, ahol ráadásul az üzemanyagárak jóval olcsóbbak, mint Olaszországban. Ezért sok olasz álmodik arról, hogy bárcsak ott tankolhatna az autójába. Ez azonban nem lehetséges, mivel itt csak vatikáni rendszámú autók tankolhatnak.

10. A vatikáni postaszolgálat a legnépszerűbb posta a világon.

Közismert, hogy nagyon gyorsan és simán működik, ezért sokszor nemcsak a turisták, de még maguk az olaszok is innen küldenek levelet.

Egy év alatt körülbelül 2,5 millió levelet, 7 millió képeslapot és 20 ezer csomagot dolgoz fel a vatikáni posta.

11. A Vatikán üzletei adómentesek.

Sajnos ezekhez egy átlagos ember nem férhet hozzá, ugyanis a vatikáni lakosoknak lettek kitalálva. Ennek megfelelően adómentesek, tehát minden 25%-kal olcsóbb, mint mondjuk pár méterrel odébb, egy római

üzletben. Ez vonatkozik minden termékre, az alkoholtól, a parfümökön át a márkás ruháig és cipőig.

12. Vatikáni vasút: a világ legrövidebb vasútja.

Hossza körülbelül 900 méter, de ebből csak 300 méter található konkrétan a Vatikán területén. Korábban kizárólag a Pápa római utazásaihoz használták, de a közelmúltban a turisták számára is megnyitották.

13. A Vatikáni Apostoli Könyvtárban több mint 1 millió könyv található.

A XV. században IV. Szixtusz pápa alapította, azóta rendszeresen frissítik. Ma körülbelül 1,6 millió nyomtatott könyvet, 150 ezer kéziratot, 8,3 ezer ősnymtatványt, több mint 100 ezer metszetet és térképet, valamint 300 ezer érmét tartalmaz.

A könyvtárat körülbelül 6 ezer új könyvvel töltik fel évről-évre.

14. Szent Péter-bazilika - a világ egyik legnagyobb keresztény egyháza.

A Szent Péter-bazilika a római katolikus egyház első számú szentélye. Ez a négy nagy bazilika egyike, a világ második legnagyobb keresztény temploma. A Vatikán állam területén épült. Befogadóképessége körülbelül 60 000 fő. Építése a XVI. század közepén kezdődött, és csak 120 év múlva fejeződött be. Hossza 220 méter, szélessége 150 méter, magassága 132,5 méter. Ma már csak a második legnagyobb keresztény templom. 1989-ben megelőzte az Elefántcsontpart fővárosában, Yamoussoukróban található Miasszonyunk, a Béke Királynője-bazilika.

15. A katolikusok szerte a világon meg akarják csókolni a pápa kezét.

Ennek a hagyománynak a gyökere egészen a középkorig nyúlik vissza. Ekkor a pápa minden látogatójának meg kellett csókolni a kezét a tisztelet és a csodálat jeleként. A kezén viselt Halászcisgűrű az egyházi hatalom fő szimbóluma. Az egyházfő halála vagy lemondása után a cisgűrűt megsemmisítik más bíborosok jelenlétében – ez szimbolizálja az adott pápa uralkodásának a végét. Utódja számára új cisgűrű készül, általában aranyból.

Forrás: Liked.hu

Ő volt a világ valaha élt legokosabb embere, mégsem ismeri ma már szinte senki

Rengeteg olyan tudós van, akit elért eredményei miatt valóságos zseniként tartunk számon. Ilyen Albert Einstein, Isaac Newton, vagy éppen Stephen Hawking. Van olyan is köztük, aki a nagyszerűségén kívül nem sokat ért el az életében. Hiába volt ténylegesen zseni, a feledés homályába veszett a neve és életének története.

William James Sidis erre a sorsra jutott, pedig állítólag ő a valaha volt legokosabb ember a világon. Ma már a legtöbbünk számára teljesen ismeretlen. Gyerekként valóságos sztár volt, felnőttként pedig a világtól elbújva élt.

New Yorkban, 1898. április 1-jén látta meg a napvilágot, olyan tudós szülők gyermekeként, akik a tudás szeretetére nevelték. Mindent meg is tettek azért, hogy gyermekük tudásszomját kielégítsék. Elképzelhetetlenül hatalmas összegeket költöttek könyvekre és térképekre.

Édesapja, Boris Sidis híres pszichológus volt és több nyelven beszélt, édesanyja, Sarah pedig orvos. A szülei zsenik voltak, William James Sidis képességei azonban még őket is meglepték.

Alig 18 hónaposan a The New York Times-t olvasta. 6 éves korára pedig már 8 nyelven tudott folyékonyan beszélni: latinul, görögül, franciául, oroszul, németül, héberül, törökül és örményül, ráadásul mindezeket önállóan tanulta meg. Ezek mellett kifejlesztette a saját nyelvét is, melyet Vendergoodnak nevezett el.

Önéletrajzírója, Amy Wallace szerint az különböztette meg Williamet a többi gyerekzsenitől, hogy nem csak egyetlen dologban mutatott különös tehetséget:

franciául írt költeményeket, regényt és egy alkotmányt is.

9 éves korában nyert felvételt Amerika egyik legnagyobb múltú egyetemére, a Harvardra, ám fiatal kora miatt sokáig nem engedték, hogy ténylegesen látogassa az előadásokat. Két évvel később, 1909-ben azonban már fogadta őt az intézmény. Attól fogva vált valójában egyetemistává, ezzel pedig a valaha volt legfiatalabb emberré, aki felvételt nyert az egyetemre.

1910-re olyan tudásra tett szert, hogy másoknak tartott előadást a négydimenziós testekről. Ez a téma szinte érthetetlen az egyszerű emberek számára.

Habár valóságos csodagyerekké vált, a Harvardon töltött évei nem voltak boldogok. A nagyobb hallgatók céltáblájává, nevetség tárgyává vált. Folyamatosan ugratták és üldözték, megalázták. 1914-ben, 16 évesen diplomázott cum laude minősítéssel.

A férfi zsenialitását mi sem bizonyítja jobban, mint az IQ-szintje, amelyet később sokan megkérdőjeleztek. Mégis úgy tartják, hogy három átlagos emberével ért fel. Viszonyításképp: Albert Einstein 160, Leonardo da Vinci 180, Isaac Newton pedig 190-es IQ-val rendelkezett. William James Sidis rajtuk is túltett, hozzávetőlegesen 250-300-as IQ-jával.

Intelligencia ide vagy oda, beilleszkedni sosem tudott.

A diplomája megszerzése után rövid ideig matematika-professzorként dolgozott. Mivel a tanulói többségénél fiatalabb volt, sok feszültséggel és súrlódással kellett megküzdenie. Így végül elkerült az egyetemről.

Elrejtőzött a nyilvánosság elől, és megfogadta, hogy nem házasodik meg. Közben folyamatosan munkahelyet váltott, álnéven több könyvet is írt. Valószínűleg soha nem tudjuk meg, pontosan hány mű fűződik a nevéhez.

1919-ben letartóztatták, miután részt vett egy szocialista összejöveten. Koholt vádak alapján ítélték el, apja közbenjárásának köszönheti, hogy végül nem kellett börtönbe vonulnia.

A megaláztatás után végképp úgy döntött, hogy elvonultan él. Könyvelési munkákat vállalt, de amint fény derült kilétére, kilépett.

Bár gyermekkorában nagyon élvezte a tanulást és azt, hogy apja a saját pszichológiai megközelítéseit alkalmazva próbálta zsenivé nevelni, felnőttként már egészen másként vélekedett arról, ahogy felnevelték.

Hibáztatta apját: kapcsolatuk olyannyira megromlott, hogy Boris temetésére sem ment el.

Életrajzírója állítja: azok, akik ismerték, imádták Williamet. Úgy gondolják, hogy traumatizált gyermekből boldog felnőtté vált. Más források szerint azonban magányosan halt meg, mindössze 46 évesen. A modern történelem által ismert legintelligensebb ember nincstelen, visszahúzó irodai tisztviselőként hagyta el a Földet.

Forrás: Life.hu

Ritka genetikai elváltozások, melyek egyedivé teszik az embereket

Mindenki egyedi a maga módján. Különböző dolgok tesznek minket azzá, akik vagyunk. Egyesek viszont nagyon eltérnek az átlagtól. Szokatlan génkombinációkkal rendelkeznek, amelyek érdekes születési jegyekkel vagy egyedi szemszínnel ruházzák fel őket. Álljon itt most néhány, különleges példa:

-Gigantizmus

Ez az egyik legritkább genetikai mutáció. Az érintettek kivételesen magasra nőnek, mint például Elisany da Cruz Silva, akinek a magassága 2 méter felett van. Normális életet él, de a gigantizmus egyes esetekben súlyos betegségeket és korai halált is okozhat.

-Fésülhetetlen haj szindróma

A világon mindössze 100 ember rendelkezik ilyennel. Esetükben a szigorú hajkezelés mindennapos, mert a hajuk nagyon sérülékeny. A tövénél letörhet, ha nem megfelelően ápolják.

-A heterokrómia tette híressé.

Sarah McDaniel már most is vonzó személyiség, gyönyörű megjelenésű, és van még egy dolog, ami feldobja szépségét. A heterokrómiája, ami egy ritka genetikai állapot, amelyben az ember íriszei különböző színűek.

Eddigi pályafutása során magazin fotózásokon vett részt, és olyan videoklipekben is szerepelt, mint G-Eazy "SomeKind of Drug" és Mark Ronson "Summer Breaking / Daffodils".

-Macskaszem-szindróma

Ez az állapot azt eredményezi, hogy a pupilla úgy néz ki, mint egy kulcslyuk, és bizonyos esetekben látásvesztéshez is vezethet, ha nem kezelik vagy nem tartják megfigyelés alatt.

-Vörös hajú afrikai emberek

A vörös haj ritka tulajdonság, és még ritkább az afrikai származású személyeknél. Ezt az MC1R gén mutációja okozza, amelyet a szülőktől és a nagyszülőktől örökölhettek. Az ezzel az elváltozással rendelkezők vörös hajjal, szeplőkkel vagy kék szemekkel élnek. Úgy, mint az ausztráliai őslakosok, akiknek hasonló génmutációik vannak.

-A tizenkét Ujj

A polidaktília nevű állapot okozza, amely extra ujjak és lábujjak növekedésével jár. Ez egy genetikailag öröklődő elváltozás.

Néha az extra ujjak vagy lábujjak teljesen működőképeseek lehetnek, míg a többi ujj nem működik.

-4 ujj

Az extra ujjak helyett van, akinek csak négy ujj van a kezén. Ez a szimbrachidaktília miatt következik be. Ez az anyaméhben alakulhat ki abban az esetben, ha nem folyik elég vér a szövetbe.

-Három lábujj

Ez az állapot a polidaktília kategóriájába tartozik, amikor is a lábujjak összenőnek még az anyaméhben. A kisujj marad szólóban, a másik kettő-kettő összenő úgy, hogy a körmük külön-külön megvan.

Műtéttel orvosolható, de együtt is lehet vele élni komplikáció nélkül.

-Extra Lyuk a fülben

A lyuk valójában az arcüreghez kapcsolódik a bőr alatt. Ártalmatlan, de néha el is fertőződhet.

Forrás: Kueez.com

Babér: levele is, olaja is gyógyít

A babér Kis-Ázsiában és a Földközi-tenger vidékén előforduló örökzöld cserje. A felül fényes, alul matt, bőrszerű, lándzsa alakú leveleknek jellemző fűszeres szaguk van, és kesernyés ízük. Illóolajat, csersavat és keserű anyagot tartalmaznak. Több országban az orvosok hippokratészi esküje így kezdődik: "Apollóra, az orvosra esküszöm..."

A legenda szerint Apollónak, a görög gyógyászat istenének köszönhetjük a babérfát. Beleszeretett egy csodálatos nimfába, Daphnéba, de az nem viszonozta érzelmeit. Amikor Daphné könyörgött az isteneknek, hogy

szabadítsák meg szerelmes üldözőjétől, azok babérfává változtatták. A reménytelenül szerelmes Apolló a fát szentnek nyilvánította és a kitűnő költőknek és katonáknak babérkoszorút adományozott. A rómaiak a császárok fejét övezték babérral. A nagy költőket még ma is koszorús költőknek hívják.

Galenus római orvos sokféle betegség gyógyítására találta hasznosnak a babért. A legtöbb aromás fűszerhez hasonlóan, olaja elpusztítja a betegségeket okozó baktériumokat és gombákat. Nem elég hatékony fertőtlenítő orvosi kezelések esetén, ám kisebb háztartási balesetekenél a friss gyógynövény, a babérlevél és a bogyó, különösen az ízületi gyulladásra kiválóan hatékony.

Napjaink háztartásában leginkább fűszereink között tartjuk számon, ahol levesek és párolt készítmények között főzve, természetes hatásai csupán nyomokban érvényesülnek. Gyógyhatásai között a babérolaj nyugtató hatását tartják számon. Forrázatát belsőleg, külsőleg pedig fürdővízbe téve az idegeket elernyeszti, az alvást segítő tulajdonságát külsőleg alkalmazhatjuk.

Számos mai fűvészkönyv ajánlja a babérolajos bedörzsölést ízületi gyulladások kezelésére, jóllehet a modern tudomány egyértelműen nem bizonyította gyulladásgátló hatását. Ennek ellenére a Közel-Keleten pálinkába kevert babérfőzetet dörzsölnek a fájó ízületekre.

Forrás: Hazipatika.com

Datolya – A sivatag kenyere

A datolya a közönséges datolyapálma termése. Több, mint 6000 éve terem Elő-Ázsiában és Észak-Afrikában. Nélküle a sivatagos területeken még ma is elképzelhetetlen lenne az élet. Európában 2500 éves múltra tekint vissza. Mára az Antarktisz kivételével az összes kontinensre eljutott.

Nem véletlenül nevezik "az élet fájának", hiszen szinte minden része hasznosítható. Megcsapolásával nyerik a datolyatejet, amit 2 nap múlva – az erjedésnek köszönhetően - borként, tíz nap elteltével pedig ecetként hasznosíthatnak.

Száracsúcsi, zsenge leveleiből főzeléket vagy salátát készítenek.

Termésének magját megpörkölik és kávépótlóként alkalmazzák.

A levélrostokból fonott használati tárgyakat, kosarakat, takarókat készítenek.

A törzséből faipari alapanyagokat – például gerendát – állítanak elő.

A beáztatott magok takarmányt adnak.

A magból nyert olaj szappankészítésre és kozmetikai célokra is alkalmas.

Még a sérült datolyaszemeket is hasznosítják: datolyaszirup és alkoholos ital készül belőlük.

A datolyapálmafák 4-5 éves korban kezdenek teremni. Teljes termőképességüket 10-15 éves korban érik el. Élettartamuk mintegy 150 év. Termőképességük a kor előrehaladtával folyamatosan csökken, ezért szükséges az ültetvényeket a fák elöregedése előtt újra telepíteni.

Gyümölcsét a "sivatag kenyereként" is emlegetik. Ennek nagysága háromtól hét centiméter, ovális alakú - egy hosszúkás kőmag tartalommal. Sok helyen a fő mezőgazdasági terménynek számít. Egy fáról évente 80-100 kg is szüretelhető.

Alapvető élelmiszer, amit nyersen napi szinten fogyasztanak, összepréselve datolyakenyérnek nevezik.

Ezt a gyümölcsöt különböző módokon készítik el, párolva és lekvárként is fogyasztják, süteményekbe és más édességekbe keverik. Cukrot, pépet, levet, szirupot, zselét, és likőrt is készítenek belőle. Tejjel, sózatlan vajjal vagy aludttejjel eszik - ezek kiemelik kellemes ízét. Vajban sütvé is finom desszert, először megfőzik, majd kisütik.

Mi az aszalt változatát ismerjük leginkább: egészben maggal vagy mag nélkül, szemenként ömlesztve, vagy összepréselve – pálcikára felfűzve, vagy a saját szárán hagyva.

Vásárláskor érdemes alaposan elolvasni a csomagoláson található tájékoztatót, mert van ahol glükózt, glicerint, növényi olajat, és szorbitolt adnak hozzá. Ez ugyan megengedett, de megváltoztatja természetes ízét.

Számos tápanyag forrása. Aszalt változatában a legnagyobb a szénhidrát-tartalom: 100 grammban 72 gramm van, emiatt cukorbeteg részére nem ajánlott a fogyasztása.

Táplálkozás-élettani jelentőségét magas vitamin-, rost-, és ásványi anyag tartalma adja. Mértékkel fogyasztva az egészséges táplálkozás részét képezheti.

Forrás: Webbeteg.hu

KEDVENC RECEPTJEIM

Egytál étel:

Hozzávalók

- 1 kg új krumpli (apró parázskrumpli),

- 2-3 szelet hús, ez lehet sertésstarja, csirke vagy pulykamell filé,
- 1 csomag sültkrumpli fűszersó,
- 1 kg fűrtös vagy kígyóuborka,
- egy kevés olaj,
- cukor (ízlés szerint),
- ecet (ízlés szerint),
- a húshoz fűszersó.

Elkészítése:

A hússzeleteket befűszerezzük a hozzá való fűszersóval, majd hűtőbe tesszük és állni hagyjuk legalább két órát. Az elkészített húst serpenyőbe helyezzük. A tálban maradt fűszert körülbelül 1,5 dl vízzel körbe mossuk, és a hússal öntjük. Ezt követően letakarva lassú tűzön megpároljuk. Ha már megpuhult a hús – amit egy villával ellenőrzünk –, akkor picit olajat hozzá öntve nagyobb fokozaton készre sütjük. Legyünk óvatosak, mert ez 2-3 perc alatt meg is történik. Utána a hússzeleteket meg kell fordítani a másik oldalukra, és azt is ugyanennyi idő alatt készre sütjük.

Az új krumplicsomagot jó alaposan megsikáljuk, a nagyobbakat ketté vágjuk. A tepsit kikentjük vékonyan olajjal, majd zsírpapírral kibéleljük, és annak a felületével is ugyanazt tesszük.

A megmosott krumplicsomagot belerakjuk, és fóliával letakarjuk. A sütőbe helyezzük, amit 160-180 fok közé állítunk, majd hagyjuk egy órát sülni. Ha levesszük a fóliát, akkor megszórhatjuk a fűszersóval és a kikapcsolt sütőbe helyezzük vissza.

Ezután a megtisztított uborkát felkarikázzuk, besózzuk, majd állni hagyjuk amíg levet nem enged. Ha az uborka már levet engedett, akkor kicsavarhatjuk. A salátalevet is elkészíthetjük. Egy nagyobb tálba fél liter hideg vizet öntünk és abba kikeverünk egy-két evőkanál cukrot. Utána ízlés szerint öntünk bele ecetet, és az uborkát belerakjuk. Tehetünk bele fokhagymát, ez jó ízt ad neki.

Ha minden elkészült, akkor jó étvágyat kívánok a finom egytál ételhez.

A HÓNAP VERSE

Juhász Gyula: Augusztus

Sötét szemem az éjbe réved,
Köszöntelek, dús álmú élet!
Ott künn a rózsák násza van ma:
Az örök vágnak diadalma!
Az éj szerelme szerteárad,
Mámor ölébe hull a bánat,
Halk dal száll, száll, erőre kapva
És szilajan törtet az agyba.
S a szentiváni boldog éjjel
Szűz fátylát oldja, bontja széjjel,
S én álmodom gyönyörűt, mélyet,
Felüled Élet, Élet, Élet!



Siketvakok Országos Egyesülete
HungarianDeafblindAssociation

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

Összeállította, szerkesztette: Taskovics Adél