

HÍRMONDÓ 2023/10

Siketvakok Országos Egyesülete



Kedves Olvasók!

Hírlevelünk jelen számában közöljük az egyesületünk weboldalán és közösségi média felületén megjelentetett felhívásokat. Beszámolunk októberi SMART klubunkról és a tisztújító közgyűlésünkről. A későbbiekben az EDbU újabb tagszervezetének életébe nyerhetnek betekintést. Megtudhatják, miért utaztak Bulgáriába a SVOE képviselői. Tájékozódhatnak arról, honnan kapták nevüket a budapesti városrészek. Információt adunk hazánk legizgalmasabb mezítlábas tanösvényeiről, valamint olvashatnak további hírekről, érdekességekről.

Jó olvasást, kellemes időtöltést kívánunk!

Taskovics Adél, szerkesztő

TARTALOM

HÁZUNK TÁJÁRÓL – EGYESÜLETI HÍREK.....	2
Önkénteseket keresünk.....	2
Önállóan közlekedő látássérült emberek segítségét kérjük	4
Szeptemberi SMART klub, középpontban a digitális biztonság	5
Októberi szabadidős klubunk keretében tartottuk egyesületünk tisztújító közgyűlését	7
TÁRSSZERVEZETEINK HÍREI	10
EDbU 20 – ünnepi interjúsorozat a szervezet alapításának huszadik évfordulója alkalmából.....	10
Nemzetközi konferenciát tartottak Bulgáriában.....	13

HÍR, ÉRDEKESSÉG	15
150 forintos fürdőbelépő Budapest 150. születésnapján	15
Honnan kapták nevüket a budapesti városrészek?	16
Hazánk 5 legizgalmasabb mezítlábas tanösvénye, ahol igazán jól szórakozhatunk	19
Ő tette le a gyógyszeripar alapjait itthon: Richter Gedeon élete	20
Az év gyógynövénye: a vadgesztenye	23
Véletlenek sorozata, összecsapó kutatói egók és heves indulatok kísérték az inzulin felfedezését.....	24
Tenere fájának különös története	28
Újabb kincseket találtak az elsüllyedt városban.....	28
Pompeji pusztulása	29
Tíz meglepő természeti tény a nagyvilágból.....	31
KEDVENC RECEPTJEIM.....	31
A HÓNAP VERSE	33

HÁZUNK TÁJÁRÓL – EGYESÜLETI HÍREK

Önkénteseket keresünk

- Feltölti önt lelkileg, amikor másoknak segít?
- Szeret közösségben lenni, vagy kulturális programokon részt venni?

Akkor várjuk szeretettel jelentkezését a svoeonkentesek@gmail.com e-mail címen.

Magára ismert, de kérdései vannak? Olvassa tovább felhívásunkat!

Havi rendszerességű klubeseményeinkre, néha egy-egy kirándulásra, rendezvényre, keressük leendő önkénteseinket.

Miben kérnénk segítséget?

- A közlekedésben, kísérésre lenne szükség:
- hogy tagjaink biztonságosan eljuthassanak a helyszínre,
- hogy biztonságosan haza is érkezhessenek.
- A részvételben, hogy akadályba ne ütközzenek a helyszínen sem.

- Pl.: - kísérés épületen belül,
- tárgyak kézbe adása,
- kísérés kiránduláson.

Siketvak tagjaink segítéséhez szükség van speciális tudásra?

Az őszinte jó szándékára építünk, ezt megfelelő és elegendő kiindulási pontnak tartjuk.

Azzal kezdjük, hogy személyesen találkozunk önnel, ahol átadjuk a legfontosabb információkat.

Találkozni fog majd akkor tagjaink közül is valakivel s minden felmerülő kérdésére választ kap.

Itt egy gyakori kérdés pl.:

Mit jelent az, hogy valaki siketvak?

A siketvakság nem azt jelenti, hogy minden tagunk teljesen siket és teljesen vak. A látásnak és a hallásnak egyszerre olyan mértékű a sérültsége, hogy már szükséges valamilyen speciális eszköz, vagy segítség a boldoguláshoz.

Milyen gyakran lenne szükség a segítségre?

Amilyen gyakran jó szívvel fel tudja ajánlani. Legyen ez akár egyszeri alkalom, vagy rendszeres. Általában hétköznap délután vannak programjaink, ritkábban hétvégén.

Helyileg hol lenne szükség rá?

Irodánk és klubjaink helyszíne Budapesten a VIII. kerületben található. A külső programok helyszínei természetesen változók.

Egyesületünkről bővebben ezen a honlapunkon találhat még több információt:

<https://siketvak.hu/>

Jelentkezés: svoeonkentesekek@gmail.com

Várjuk az ötletét is, ha valami másban tudna segíteni s itt nem soroltuk fel!

Kérjük, ossza meg ezt a felhívást barátaival, ismerőseivel!

Már ezzel is nagyon sokat tesz értünk, tagjainkért, a siketvak emberekért!

Forrás: Facebook.com/Siketvakok Országos Egyesülete

Önállóan közlekedő látássérült emberek segítségét kérjük

Egy útvonalleírás gyűjteményt szeretnénk létrehozni s közzétenni weboldalunkon. Ehhez kérnénk fehérbottal, vakvezető kutyával közlekedők, gyengénlátó és aliglátó közlekedők segítségét!

Kiknek lenne nagyon hasznos ez a gyűjtemény?

- Akik például már régen jártak egy adott útvonalon. Segítséget jelentene nekik, ha feleleveníthetnék fejben azt.
- Akik egy ismeretlen helyre is közlekednek biztonsággal önállóan. Támogatná őket ebben egy jó útvonalleírás.

Milyen legyen?

Fontos, hogy minden olyan információt tartalmazzon, ami elengedhetetlen!

Ugyanakkor lehetnek benne szubjektív elemek is. Pl.: figyelj, mert az aluljáró lépcsőjén gyakran ülnek emberek, vagy

„Soha ne feledd! Egy kósza roller bármikor, bárhol ott lehet!” Vagy ebben az üzletben számíthatsz az ott dolgozók segítségére.

Az útvonal indulási pontja is lényeges kérdés!

Ha útvonalleírást készít valaki egy üzletbe például, ekkor lényeges, hogy az útvonal ne az otthonától induljon, hanem egy bárki által használható kiindulási pontról.

Fontos, hogy olyan legyen, ami sok tagunk számára érdekes lehet!

Néhány példa:

- Keleti pályaudvar – SVOE – Keleti pu.
- Kálvin tér M3 – SVOE – M3 Kálvin tér
- Népliget buszpályaudvar – SVOE – Népliget buszpályaudvar Stb. .

A beérkezett útvonalleírásokat szakmailag elbíráljuk, szükség esetén szerkesztjük, majd ezek után kerülnek fel csak a honlapra.

Ahová várjuk az útvonalleírásokat:

Királyhidi Dorottya:

kiralyhidi.dorottya@siketvakrehab.hu

Forrás: Siketvakrehab.hu

Szeptemberi SMART klub, középpontban a digitális biztonság

2023. szeptember 27-én, szerdán, egyesületünk elemi rehabilitációs részlege SMART klubot szervezett. A játékos foglalkozást Csák Attila informatikus vezette. A programon heten vettünk részt. Rehabilitációs munkatársaink irodájában gyűltünk össze.

Attila negyven kérdésből álló kvízzel készült. Ennek témájáról a digitális biztonság, más szóval az adatvédelem szolgált.

Sok érdekes és hasznos dolgot tudtunk meg a kérdések megválaszolása közben. Ezek egy része négy válaszlehetőséget tartalmazott, melyek közül ki kellett választanunk a helyes megfejtést. Máskor azt kellett eldöntenünk egy állítás kapcsán, hogy annak tartalma igaz-e vagy hamis.

Ebben a cikkben nem célok lejegyezni az összes kérdést és választ, néhány lényegi információra, mondhatni tanulságra azonban mindenképp szeretnék rávilágítani.

Definiáltuk többek között a deepfake fogalmát. Ez olyan digitális

kép-és/vagy videó manipulálási technológia, amellyel a valódihoz megtévesztésig hasonlító, multimédiás tartalmakat lehet előállítani, pl.: fotókat vagy videókat. A mesterséges intelligencia felhasználásával könnyedén gyárthatunk ilyeneket. A hanggal való manipulálás révén bárki szájába adhatunk olyan szavakat, amiket a valóságban nem is mondott. Ha ehhez hozzá tesszük a képi-és videós anyagokat, ebből születhetnek megtévesztő hírek a közéletben, politikában (fakenews/álhír).

Honnan ismerhetjük fel a deepfake videókat?

Gyanakodnunk kell, ha:

- a kép és hang nincs tökéletesen szinkronban, vagy a beszélő szájának mozgása természetellenes;
- a beszélő arca természetellenes, merev;
- a beszélő szeme tompa, nagyon ritkán, vagy egyáltalán nem pislog.

Adataink védelméről leginkább a megfelelő jelszó megadásával gondoskodhatunk. Ez legalább 12 karakterből áll. Kis-és nagybetűket egyaránt tartalmaz, speciális karakterekkel.

Még néhány, hasznos tanács ebben a témában:

Lehetőleg ne minden jelszót igénylő szolgáltatáshoz ugyanazt a betű-és számkombinációt használjuk!

Nagyszerű jelszómenedzselő programok vannak. Ezek nem csupán generálják, de meg is jegyzik a biztonságot jelentő karaktorsorokat. Képernyőolvasóval kiválóan használható a KeePass. Ehhez elegendő egyetlen egy, ún. mesterjelszót megjegyezni, amivel elindíthatjuk az alkalmazást. Utána ezen keresztül meg tudjuk nyitni azokat a honlapokat, amelyekhez hozzá szeretnénk férni.

Mire kell figyelni, amikor mi magunk hozunk létre jelszót?

Ilyenkor általában az angol ábécé betűit használjuk. Egyes weboldalak ki is kötik, hogy ékezetes betűket nem alkalmazhatunk. Ha viszont elfogadják, akkor bátran írjuk be őket. A kiberbűnözők nem csupán Magyarországon élnek és tevékenykednek. Ők is jelszógeneráló programokkal dolgoznak, amelyek az angol ábécét veszik alapul. Az ékezetes betűkkel, pláne, ha van melléjük néhány szám vagy speciális karakter is, ki lehet szűrni őket. Ezért érdemes olyan szavakat írni, mint pl.: „körülülök”, vagy „különbözöm”. Azt viszont fontos tudni, hogy szóközt nem szerepeltethetünk jelszavainkban.

Mikor érdemes lecserélnünk őket?

Ha már negyed éve használjuk, illetve a vírusirtónk vagy biztonsági rendszerünk figyelmeztet rá. A felhasználók többségének ugyanakkor nincs olyan program a gépén, ami felszólítana erre. Így már az is jó lenne, ha évente újítanánk - főleg az olyan érzékeny területeken, mint a bank.

Mit jelent az internetes bankolás?

Ez nem más, mint pénzügyeink interneten való intézése. Érdemes megkülönböztetni a mobilbankolástól, ez utóbbi ugyanis kizárólag a mobiltelefonunk használatával, egy külön erre a célra készített applikáción keresztül történik.

Az online megrendelt termékek és szolgáltatások témakörében megtanultuk: 14 napunk van garanciális-és visszaküldési jogaink érvényesítésére. Ennek a vásárlási módnak megvan az a hátránya, hogy látatlanban kötelezzük el magunkat valami mellett. Megvesszük úgy, hogy előtte nem láttuk a terméket, illetve nem nyílt lehetőségünk a

szolgáltatás kipróbálására. Épp ezért ha nem tetszik, 14 napon belül elállhatunk tőle.

A "digitális pénztárca" kifejezés többünk számára ismeretlenül csengett. Itt egy mobiltelefonos applikációban tudjuk elmenteni, majd készülékünk felmutatásával használni az alábbiakat:

- ajándék-és hűségkártyákat,
- jegyeket és belépőket,
- kuponokat,
- bankkártyáinkat.

Az adatvédelemben gyermekeink interneten történő védelme is beletartozik. Elgondolkodtató, hogy a hazai jogszabályok értelmében a szülő az, aki a gyermekekkel kapcsolatos dolgokban dönt. Így arról is, hogy megosztja-e a közösségi oldalakon a kiskorú fényképét, és ha igen, akkor kikkel.

Felelősségteljesebb szülői magatartásra inthet a tény, hogy az UNICEF adatai alapján átlagosan 1300 kép található az interneten egy 12 éves gyerekről.

A játék végén Attila nyerteseket hirdetett. Úgy fogalmazott: nem is annyira a válaszdadás gyorsaságát, mint inkább a klub ideje alatt mutatott aktivitásunkat figyelte. Hiszen aki jobban hall, nyilván előbb értelmezi a kérdést és ad feleletet.

A három legaktívabb személynek egy-egy tábla csokoládéval édesítette meg a napját.

Az alkalomról videófelvétel is készült, mely kikerült a SVOE YouTube csatornájára. Aki szeretné megtekinteni, az alábbi linkre kattintva teheti ezt meg:

<https://www.youtube.com/watch?v=cFOxIpyB1mc>

(A cikket írta: Taskovics Adél)

Októberi szabadidős klubunk keretében tartottuk egyesületünk tisztújító közgyűlését

2023. október 11-i rendezvényen választották meg a szervezet főtitkárát, elnökét, a vezetőség és a Felügyelő Bizottság tagjait egy újabb, 4 éves időtartamra. A rendezvény szabadidős klubbal kezdődött. Itt a tagok tea

és finom sütemények mellett, kötetlenül beszélgethettek. Ezután került sor a közgyűlésre. A program mindkét részének irodánk nagy, közösségi terme volt a helyszíne.

Elsőként Gangl Tamás elnök köszöntötte a résztvevőket. Örömét fejezte ki afelett, hogy nagy érdeklődésre tart számot a közgyűlés.

Az elmúlt négy évről elmondta: nehéz időszak volt. A Covid pandémia különös kihívás elé állította az egyesületet és a vezetőség tagjait is. Utóbbiaknak át kellett állniuk az online felületre, megtalálni helyüket, szerepüket a megváltozott körülmények között. Úgy fogalmazott: reméli, hogy a következő négy esztendő már könnyebb lesz. Bízik abban, hogy helyre állhatnak a munkakapcsolatok, az egyesület életének szervezésével kapcsolatos folyamatok.

A közgyűlésen összesen 28 tag vett részt, így Tamás azt 15:30-kor határozatképesnek tekintette.

Javaslatot tett arra, hogy Dr. Ozvári Ádám legyen az esemény levezető elnöke. Az ő személyét a közgyűlés egyhangúlag elfogadta.

Mielőtt rátértünk a konkrét napirendi pontokra, sor került az ún. közgyűlési tisztségviselők megszavazására.

Királyhidi Dorottya főtitkár a jegyzőkönyv vezetésére Sztari Bernadettet javasolta. A jegyzőkönyv hitelesítésére Kimlei Gábort és Taskovics Adélt, szavazatszámilálónak pedig Gans Jánosné Vilmát és Kedves Édát jelölte.

Személyüket a fentebb felsorolt feladatokra a közgyűlés egyhangúlag megszavazta.

Az új vezetőség az alábbi személyekből állt össze:

- Királyhidi Dorottya, főtitkár;
- Gangl Tamás, elnök;
- dr. Babinszki Vera;
- Gődér Dalma;
- Molnár Éva;
- Nagy Marcell;
- Simon Juhász Gabriella.

A Felügyelő Bizottság tagjai:

- Dévényi Barbara;
- Scsúr Anikó;
- Péter Zsigmond.

Dr. Ozvári Ádám elmondta: az alapszabály értelmében három személy jogosult az egyesület képviselésére:

- Királyhidi Dorottya, főtitkár,
- Gangl Tamás, elnök,
- Kedves Éda, ügyvezető.

Az ügyvezető személyéről azért nem szavazunk, mert az ő tisztsége a munkaviszonyából ered és határozatlan időre szól. Így is van bejegyezve az egyesület nyilvántartását végző Fővárosi Törvényszéknél.

Egyéb információk, kérdések:

- Gangl Tamás úgy fogalmazott: az új vezetőség azon dolgozik majd, hogy az elkövetkező négy évben is olyan legyen az egyesület légköre, amiben mindenki jól érzi magát.

Jövőre 30 éves lesz a SVOE. Ezt szeretnék méltóképpen megünnepelni. Az is egy jó indítása lesz az évnek, hogy januártól kiadják az új tagsági igazolványt. Ennek módjáról mindenkit időben tájékoztatnak.

- Királyhidi Dorottya hangsúlyozta: a vezetőség önmagában, a tagság nélkül nem tud eredményeket elérni. Épp ezért fontos, hogy ha a tagoknak közös problémáik vannak, pl.: egy hangos lámpa működésképtelensége, egy helyszín, felújított épület bejárhatóságának a hiányossága, jelezzék ezt a vezetőség felé. Épp így új ötletekkel is fordulhatnak a most megválasztott személyekhez.
- Megfogalmazódott annak igénye, kérdése, hogy jövőre lesz-e nyaralás, tábor.

Dorka elmondta: keresik erre a lehetőséget. Ennek ötletét a vezetőség nem vetette el, dolgoznak rajta, hogy megvalósulhasson. Ehhez azonban elegendő segítőre, önkéntesre és megfelelő számú jelentkezőre is szükség van.

- Szóba került a Hírmondó „Kedvenc receptjeim” c. rovata is. Majsai Zsuzsanna tájékoztatott bennünket ennek részleteiről. Az általa a hírlevélbe küldött receptek praktikákat tartalmaznak arra nézve, hogy látássérülten/siketvak emberként hogyan lehet elkészíteni őket.

- Hasznos információ továbbá az is, hogy látássérültek által készített útleírásokat gyűjt az egyesület. Olyan útvonalakról van szó, melyek központi érdeklődésre számíthatnak. Ezek a rehabilitációs tanár jelenlétét nem helyettesítik, de a meglévő ismeretek felfrissítésére vagy a tájékozódás-közlekedés tanulásra való felkészülésben hasznos segítséget jelenthetnek.

(A cikket írta: Taskovics Adél)

TÁRSSZERVEZETEINK HÍREI

EDbU 20 – ünnepi interjúorozat a szervezet alapításának huszadik évfordulója alkalmából

Interjúorozatunk októberi számában az olasz Lega Filo d'Oro (LFO) Siketvak Bizottságának vezetője, Mercurio Francesco a beszélgetőtársam.

Helyzetük azért különleges, mert nem önálló, siketvakokat tömörítő egyesületként tevékenykednek. Egy nagyobb szervezet látás-és hallássérülteket tömörítő részlegének életébe kaphatunk most betekintést.

- Mikor és milyen céllal alapították az LFO-t?

- 1964-ben alapították, hogy segítsen az olasz siketvakoknak kilépni az elszigeteltségből.

Alapszabályunk szerint célunk a siketvakok és a többszörös fogyatékossgal élők segítése, oktatása, rehabilitációja és társadalmi befogadása. Az LFO 2021 óta alapítványként működik.

- Mikor és hogyan alakult meg a szervezeten belül a siketvakok csoportja és miért?

- A Siketvakok Bizottsága 1991-ben alakult, hogy az érintettek hangja legyen az igazgatótanácsban.

- Mi volt a legnagyobb változás a siketvak emberek életében az LFO megalakulása óta?

- Számos változás történt. Sok siketvak ember kilépett az elszigeteltségből, és képes lett dolgozni, tanulni és önálló életet élni.

2010-ben törvénybe foglalva is elismerték a siketvakságot Olaszországban.

- Mikor kezdte el a munkát a szervezetben és miért, illetve hogyan kapcsolódott be?

- Két szerepben is helyt kellett már állnom az LFO-n belül; 2002-ben önkéntesként kezdtem, most pedig a Siketvakok Bizottságának elnöke vagyok.

Az alapítványomban 2009-ben kezdtem el dolgozni, és a fogyatékosokkal élők jogaiért vagyok felelős.

- Mikor kezdett a siketvakok csoportjának vezetőjeként tevékenykedni és mik a céljai a siketvakság területén?

- Először 2005-ben választottak meg a Siketvakok Bizottságának elnökévé. Az LFO keretében meg tudjuk szervezni a Siketvakok Országos Konferenciáját. Így, az alapítvánnyal együtt több figyelmet kapunk az intézményektől. 2010-ben elértük a siketvakság jogi elismerését. Fontos lépés volt az is, hogy a köztársasági elnök 2023. március 30-án meglátogatta Nemzeti Központunkat.

- Mi jelenti a legnagyobb kihívást a munkájuk során?

- Számomra a legnagyobb kihívás a számítógépekhez és a dokumentumokhoz való hozzáférés. A bizottság legnagyobb kihívása pedig a közvélemény siketvaksággal kapcsolatos tudatosságának növelése.

- Honnan várhat segítséget a nehéz helyzetek megoldásához?

- Ha problémáim vannak, segítséget kapok a kollégáimtól, a barátaimtól, a személyi asszisztensemtől és az LFO szolgáltatóitól.

- Mi a legjelentősebb dolog, amit a munkája során elért?

- Sok olyan célt elértem, ami elégedettséggel töltött el. A legjelentősebb mégis az volt a számomra, amikor segíteni tudtam az embereknek jogi természetű problémáik megoldásában.

- Hogyan kapják meg az olasz siketvakok a számukra szükséges speciális ellátást a mindennapi életben (kommunikáció, mobilitás, társadalmi élet stb.)?

- Olaszországban egyes szolgáltatások államilag finanszírozottak.

Az iskolákban vannak segítő tanárok. Igényelhető tolmács szolgáltatás a kommunikációhoz, de csak néhány órára.

Lehetőség van személyi asszisztens finanszírozását kérni a mobilitáshoz, de itt is kevés az óraszám.

Általánosságban elmondható, hogy Olaszországban nincsenek speciális szolgáltatások a siketvakok számára.

- Miként segíti az LFO a siketvak gyermekek kommunikációhoz és oktatáshoz való hozzáférését?

- Abban segítünk nekik, hogy megtalálják a helyzetüknek leginkább megfelelő kommunikációs rendszert, illetve nyelvet. Az oktatásukhoz egy speciális csapat személyre szabottan hoz létre projekteket.

- Milyen termékeket és szolgáltatásokat kínálnak a siketvakok számára az önálló életvitelhez?

- Az olasz siketvak személyek anyagi támogatást kérhetnek ahhoz, hogy meg tudják fizetni egy személyi asszisztens munkáját. Az LFO támogató szolgáltatásokat kínál az önálló életvitelhez, valamint a segédeszközök használatához. Ezen túlmenően jogi tanácsadást is biztosítunk.

- Mik voltak az LFO legnagyobb sikerei a siketvakok érdekvédelmének területén?

- Számos sikert értünk el, de kettő ezek közül kiemelten fontos: a piros-fehér bot elismerése 2002-ben, és a siketvakság elismerése 2010-ben.

- Milyen rendezvényeket szerveznek a siketvakok számára?

- Az LFO számos rendezvényt szervez nekik, szocializáció és beszélgetés céljából. A legfontosabb szocializációs események a nyári táborok, amelyeket alapítványunk 1968 óta szervez.

Eszmeecsere szempontjából pedig a háromévente megtartott Országos Siketvak Konferencia a legjelentősebb.

- Ön szerint miért volt fontos az EDbU 2003-as megalapítása?

- Meglátásom szerint azért volt fontos, hogy európai szintre emeljük a siketvak emberek igényeit, és hogy elősegítsük valóságuknak, mindennapjaiknak megismerését az EU más országaiban.

(Az interjút készítette, angol nyelvről fordította: Taskovics Adél)

Nemzetközi konferenciát tartottak Bulgáriában

A 40 éves bolgár siketvak mozgalom, a 20 éves „Hang és Fény” című egyesületi magazin, valamint az Európai Siketvak Unió (EDbU) megalakításának 20 éves évfordulója alkalmából a Bolgár Siketvakok Egyesülete egy nemzetközi konferenciát tartott szeptember 26-án Varnában. Az eseményen a Siketvakok Országos egyesületét dr. Babinszki Vera jogászunk és jómagam, mint a SVOE elnöke képviseltük.

A programon résztvevő nemzetközi és bolgár résztvevőket Velichka Draganova, a Bolgár Siketvakok Egyesületének elnöke köszöntötte. Kiemelte a siketvak mozgalom jelentőségét Bulgáriában, ami a bolgár látássérülteket tömörítő szervezetből indult ki, és alakult később önálló szervezetté. Megemlítette Dimitar Parapanov tevékenységét ebben a mozgalomban, aki haláláig küzdött a siketvakok jogaiért, életminőségük javításáért a Bolgár Siketvakok Egyesületének elnökeként.

Az Európai Siketvak Unió nevében a szervezet elnöke, Francisco J. Trigueros Molina videó üzenetében gratulált a bolgár szervezetnek az eddig elért eredményekhez, valamint megemlékezett az európai szervezet megalapításának évfordulójáról. Sajnos személyesen nem tudott részt venni ezen a fontos eseményen, mivel nem kapott anyagi támogatást a részvételhez, a jelnyelvi tolmácsok finanszírozásához.

Számos bolgár szervezet és intézmény képviselői is kifejezték elismerésüket a bolgár siketvak mozgalom tevékenységéért, eredményeiért.

A folytatásban több bolgár és külföldi előadót hallgathattunk meg különböző témákban.

Sanja Tarczay, a horvát siketvakok szervezetének, valamint a Siketvakok Világszövetségének elnöke a siketvakságról, mint egyedülálló fogyatékosyságról, valamint a siketvak emberek jogairól és társadalmi befogadásáról tartott előadást. Ennek az előadásnak az volt a célja, hogy megismertesse a résztvevőkkel a siketvakság sajátosságaival és főbb jellemzőivel kapcsolatos korlátozott ismereteket.

Prof. Mira Tsvetkova-Arsova, a Szófia Egyetem Speciális Pedagógia és Logopédiai Tanszék tudósa a bulgáriai siketvakság oktatása és rehabilitációja terén elért eredményekről, valamint a szakemberek képzéséről számolt be.

A délutáni szekcióban a haptikus kommunikációról volt szó, azaz a váll és hát felületén történő jelzésekről, ami az egyik módja lehet az információ átadásának a siketvak személyek számára, amely során többek között a környezetben lévő dolgok elhelyezkedését, vagy a

beszélgetőpartner reakcióját közvetíthetik, amikor más taktilis módszerrel nincs lehetőség átadni az információt. A haptikus kommunikációk alkalmazásáról és előnyeiről beszélt Peter Vanhoutte Belgiumból, aki teljes siketvaksággal él, ezért számára különösen fontos ez a módszer. Francisco J. Trigueros Molina pedig videó prezentációjában számolt be arról, hogy a dán siketvak szervezet közreműködésével egy projekt keretében kidolgozták a saját haptikus jelrendszerüket Spanyolországban.

A Siketvak Nők Fóruma keretében dr. Babinszki Vera tartott előadást a magyarországi helyzetről. Elmondta, hogy több jogszabály is szól a diszkrimináció tilalmáról, azonban a többszörös diszkriminációra nincs eljárás, például ha fogyatékossgal élő nőként ér valakit hátrányos megkülönböztetés. A magyar fogyatékossgügyi program ugyan megemlíti, hogy az államnak fel kell lépnie a többszörös diszkrimináció ellen, és komplex szolgáltatásokat és stratégiát kell kidolgoznia a hátrányok kiküszöbölésére, a fogyatékossgal élők életének javítását célzó intézkedések azonban nem tartalmazzák a nemi szempontokat. Vera azt is kiemelte, hogy a fogyatékossgal élő nőket ért erőszakos cselekményekről nem gyűjt adatokat az állam. Végül pozitív példaként szót ejtett a 2023-ban megtartott „Nem maradunk láthatatlanok” címet viselő fotókiállításról, ahol a fogyatékossgal élő nők megmutatták, hogy fogyatékossguk mellett nők is.

A konferencia végén Velichka Draganova oklevelet és emléklakettet adott át az előadóknak és az EDbU vezetőségi tagjainak.

Másnap egy kikötői hajózáson vehettünk részt, ahol a kalóznak beöltözött legénység minket is kalózzá keresztelt magunk által kitalált névvel. Volt olyan, aki kedvenc italáról nevezte el magát, más a Mosoly Kapitány vagy Fekete Tenger nevet adta magának.

A nemzetközi program zárásaként a Gálavacsorán az EDbU logójával csodálatosan díszített tortával ünnepeltük meg az európai szervezet megalapításának 20. évfordulóját.

(A cikket írta: Gangl Tamás)

HÍR, ÉRDEKESSÉG

150 forintos fürdőbelépő Budapest 150. születésnapján

A 150 éves fővárosban 2023. november 17-én 150 forintért lehet majd bejutni minden fürdőbe. A délelőtti, valamint délutáni szekciókkal a maximális kapacitás 12.000 fő lesz. Ennek megfelelő darabszámú 150 forintos fürdőbelépőt lehet majd vásárolni.

A Budapest Gyógyfürdői és Hévízei Zrt. (BGYH) születésnap ajándékkal köszönti a fővárosiakat az évforduló napján.

A jubileum megünneplésére szóló lehetőség a társaság összes fürdőjét érinti Pesttől Budán át Óbudáig.

Ez kilenc helyszínt jelent:

- Csillaghegy,
- Dandár,
- Gellért,
- Lukács,
- Palatinus,
- Paskál,
- Pesterzsébet,
- Rudas,
- Széchenyi fürdő.

A névre szóló jegyeket online lehet megvásárolni november 4-től. Ennek feltétele, hogy az adott személy budapesti lakcímkártyával (akár ideiglenessel is) rendelkezzen. A történelmi fürdőkbe egy személy 2 db jegyet vehet (a másik embernek is budapesti lakcímkártyával kell majd rendelkeznie). A többi helyszínre személyenként 4 db jegyet engedélyez majd a rendszer (ezek is lakcímkártyához kötöttek és névre szólók lesznek).

Szűts Ildikó, a Budapest Gyógyfürdői és Hévízei Zrt. vezérigazgatója nagy érdeklődésre számít. Elmondta: figyelni fogják a foglalás idején a szerverek terheltségét, hogy biztosítani tudják a jegyvásárlók kiszolgálását.

Faix Csaba, az ÉnBudapestem applikációt fejlesztő Budapest Brand vezérigazgatója ugyanakkor egy ehhez kapcsolódó plusz akcióról is beszámolt. Az ÉnBudapestem kedvezménykártyával rendelkezők (tehát

akik letöltötték az applikációt) már november 3-án élhetnek az online jegyvásárlás lehetőségével, igaz, ehhez az alkalmazásban október 31-ig regisztrálni kell.

Az intézményekbe november 17-én az online megváltott jegyekkel lehet belépni. Aznap egységes nyitvatartás lesz érvényben: a délelőtti belépők 7.00 – 12.00 óra, a délutániak 14.00-19.00 óra közötti időszakra vehetők igénybe. 12.00 és 14.00 óra között a takarítás és a medencék tisztítása idejére szünetet tartanak. A születésnapon a bérletek és a Zsigmondy Klubkártyák nem használhatók.

Forrás: Spabook.net

Honnan kapták nevüket a budapesti városrészek?

A budapesti városrészek neveit már annyira megszoktuk, hogy szinte fel sem tűnik: a nagy részük elég különösen hangzik. Persze mindnek megvan a maga története. Van, amelyik egyértelmű (lásd: Vár vagy Belváros). Mások (talán) kikövetkeztethetők. Akadnak olyanok is szép számmal, melyek eredetét csak úgy tudhatjuk meg, ha utána olvasunk.

Álljon most itt Budapest 203 városrésze közül hat példa. Ezek nevében van valami különös.

1. Gercse

A II. kerület egyik kevésbé gyakran emlegetett része. Pesthidegkúttal határos, és Hűvösvölgyből érhető el tömegközlekedéssel. Nevét egy egészen régi településről kapta. Ezt több, az 1200-as évekből származó hivatalos irat is említi. Ura az 1300-as évek legelején Gerchei László volt, akit majdnem az egész családjával együtt lemészároltak az Árpád-ház kihalása utáni interregnum idején IV. László emberei. Csupán egyik lánya élte túl a támadást.

Gerchei ugyanis Károly Róbert csapatát erősítette. Bár a település a tatárjárást túlélte, a török hódítást már nem. Buda visszafoglalását követően sem költözött oda senki. Az egykori falu emlékét néhány rom és az ott álló, az 1700-as években újjáépített, majd többször felújított templom őrzi.

2. Lágymányos

A XI. kerületi városrész a Duna 1870-es évekbeli szabályozásáig gyakran víz alatt állt. Emiatt pedig süppedős, mocsaras vidék volt. Arra, hogy miért hívják Lágymányosnak, két magyarázat is létezik. Az egyiket a nyelvészek, a másikat a történészek osztják.

A nyelvészek szerint a lágyszó egyértelműen a mocsárvidékre utal. A név második fele, a mány pedig régi magyar szó, ami azt jelenti, hogy "has". A dombos vidékekre is utaltak vele. A Gellért-hegy déli lejtőjénél elnyúló régi, mocsaras Lágymányos pont ilyen volt. A történészek ezzel szemben egy szerb szóra hivatkoznak: a laćman azt jelenti, hogy "hadnagy". A török hódoltság idején Budán igen nagy szerb kolónia élt, melynek vezetője hadnagyi rangban szolgált. Ez a verzió állhat közelebb az igazsághoz, mert a törökök kiűzése után a terület megkapta az első hivatalos, német eredetű nevét (Leutmannosch). Ez a Leutnant (hadnagy) szóból ered.

3. Kútvölgy

A XII. kerületi városrész nevének eredete Döbrentei Gáborhoz kötődik. Ő egyfelől igazolta, hogy Dugovics Titusz valóban létező személy volt, másfelől pedig kitalálta a történelem szavunkat. Szintén az ő nevéhez fűződik az ún. dűlőkeresztelő is, ami 1847-ben volt. A reformkor magyar nemzeti törekvéseinek egyik fontos jelképe volt az ünnepélyes esemény, amit Döbrentei javasolt. A Buda határában lévő, addig német nevű dűlőket átkeresztelték magyar nevekre. Így lett a német Brunnenthalból tükörfordítással Kútvölgy. A kút pedig létező kút, ami a mai Dániel utcában volt. Egy tiszta vizű forrás, ahonnan a környékbeli lakosság hordta haza a vizet puttonyokban és számárháton.

4. Cinkota

A XVI. kerületi városrész 1950-ig önálló település volt. Ekkor azonban Budapesthez csatolták. Kertvárosi, csendes vidék. Közkedvelt kirándulóhelye a Naplás-tó.

A Képes Krónika említi először. Eszerint 1074-ben itt csatázott Salamon király, valamint a két Árpád-házi herceg, Géza és László, akiknek udvarházuk volt a területen. Itt még nem Cinkotaként, hanem Zyngota majorként szerepel. A tatárjárás után a település a Nyulak szigetei (a mai Margit-sziget) apácák birtokába került. Az erről szóló oklevélben pedig Terra Scyngata a neve. A Cinkota név eredetére egyébként több verzió is létezik. Az egyik a magyar eredetet valószínűsíti: két szó, a Szín

személynév és a gát főnév birtokos személyraggal ellátott verziójának összetételéből származó Színgáta lett később Cinkotává. Egy másik verzió szerint a szó régiesen fenyvesrigót jelent. Van egy olyan elképzelés is, hogy a városrész neve besenyő eredetű, és temetővárat jelent.

5. Csillebérc

A XII. kerületi városrész, ahol az egykori úttörőtáborot találjuk, és itt kanyarog a Gyermekvasút is. A már említett Döbrentei Gábor a dűlőkeresztelő idején változtatott a környék német nevén. Mivel egy gyönyörű, erdős-hegyes vidékről beszélünk, arra gondolt, jól állna neki egy varázslatos és a szépségre utaló név.

Így esett a választás a budai hegyek mondabeli tündérére, Csilére, akinek nevét egyetlen I betűvel írták.

Csile-bércz lett tehát a név, ami aztán az 1930-as években változott meg és kapott egy másik I betűt is. Az ok prózai volt: a tündér alakja addigra elhalványult, kevesen ismerték a nevét és a meséjét. A korabeli térképészek például valószínűleg nem tudták, ki az a Csile. Amikor az akkori, friss térképeket készítették, megtoldották a Csillebérc nevet még egy I betűvel. Azt gondolták, itt régen biztosan bányászat folyt, hisz mi másra is utalhatna a csile szó, amiből valószínűleg kimaradt egy betű. De ők pótolták.

6. Csepel

Több városrészből áll. Ezek mindegyikének neve két tagból tevődik össze: mindig azzal kezdődik, hogy Csepel, majd valami más követi, például Csepel-Belváros, Csepel-Gyártelep, Csepel-Erdősor. Egyelőre fejtük meg, hogy honnan jön a Csepel. A honfoglaló magyarok egyik legfontosabb szálláshelye volt, egészen konkrétan az Árpád nemzetségé. Árpádnak pedig volt egy lovásza, bizonyos Sepel, és egy nézet szerint ebből jön a Csepel név is. A nyelvészek szerint azonban sokkal valószínűbb, hogy egy régies szavunk, a csepely (vagy másképp: csepelye) a megfejtés Csepel nevének eredete szempontjából. Ez "erdős, cserjés-bokros hely" -et jelent. Csepel pedig, gyár ide vagy oda, pontosan ilyen terület (volt).

Forrás: Welovebudapest.com

Hazánk 5 legizgalmasabb mezítlábas tanösvénye, ahol igazán jól szórakozhatunk

1. Mezítkáli, Mindszentkál

A Káli-medence önmagában is tökéletes helyszíne a kikapcsolódásnak. Ez még tovább fokozódik Mindszentkállán, a Mezítkáli mezítlábas mászkálójában. Közel harmincféle járófelületet próbálhatunk ki, és megtapasztalhatjuk a talpmasszázzsal egybekötött izgalmakat.

A tágas kertben a kicsiket gyerekjátékok is várják, hogy így folytatódjon a móka, miután kijáráskáltak magukat. A gyerekek 800 forintért, a felnőttek pedig 1000 forintért válthatnak belépőjegyet. Fontos tudnivaló, hogy a hely minden nap 10-től 13 óráig és 14 órától 19 óráig van nyitva.

8282 Mindszentkál, Levendula utca

2. Táncoslapi Füves Porta és Meztéllábas Kert, Zalaegerszeg

Nemrégiben nyitotta meg kapuit Zalaegerszeg külvárosában a mind az öt érzékszervünket egyaránt stimuláló Táncoslapi Füves Porta és Meztéllábas Kert. Itt a természet szépsége tapintással, szaglással érzékelhető. Talpunk akupunktúrás pontjait különféle szemcséjű, állagú anyagokból burkolt gyalogösvényen járva pezsdíthetjük fel. Ezt egészítik ki a kihelyezett relaxációs hangszerek (hangtálak, csengők, gong stb.), valamint a pihenőpagodában a kóstoló. A helyszínen legalább másfél óras séta javasolt. Ez körülbelül 5-8 kör megtételét jelenti.

8900 Zalaegerszeg, Táncoslapi utca

3. Tabajdi mezítlábas park

Összesen 21 féle járófelületen tapasztalhatjuk meg a talpi érzékelés különböző módjait, egy tematikus útvonalon közlekedve. Az ingyenesen megtehető séta közben alkalmunk lesz megfigyelni, hogyan változik testtartásunk a különböző felületeken. A kezdeti bizonytalanság ellenére az út végén már magabiztosan lépkedhetünk. A sétány körülbelül 800 méter hosszan vezeti a látogatókat. Ez 20-30 perc alatt teljesíthető. Az út végén a legkisebbeket játszótér, a felnőtteket pedig piknikezésre alkalmas tűzrakóhelyek várják.

8088 Tabajd, Petőfi Sándor utca 2.

4. Szent László tanösvény, Mogyoród

Látogatásunk során érdemes kipróbálni a területen kialakított Mezítlábas ösvényt is, amely hazai viszonylatban a legtöbb fajta felülettel rendelkezik. Így a 150 méteres út során többek között olyan felületeken is kipróbálhatjuk a sétálást, mint a fenyőtoboz, folyami kavics, agyag, homok, és így tovább. A Szent László tanösvény és így a Mezítlábas ösvény is egész évben ingyenesen látogatható.

2146 Mogyoród Dózsa György út 25.

5. Szent Miklós Gyógyfüves Ház és Kneipp Kert, Ölbő

Különleges, zöldellő növényekkel nyugalom szigetét rejt a Vas vármegyei Ölbő községe. A Szent Miklós Gyógyfüves Ház és Kneipp Kert 2012-ben kelt életre. Azért, hogy a látogatók az itt kialakított gyógynövénykertben gyönyörködhessenek. Ezen felül különböző felületeken járva dolgoztathatják meg talpaikat. A kertet egy vizesárok öleli körbe, amelyen egy kedves kis fahíd vezet a másik oldalra.

Ha pedig már kellőképpen nyugalmi állapotba kerültünk, a házban várnak bennünket a bio módszerekkel előállított finomságok. Hétköznaponként 8:30 és 15:30 között látogatható.

9621 Ölbő, Dózsa György utca 72.

Forrás: Funzine.hu

Ő tette le a gyógyszeripar alapjait itthon: Richter Gedeon élete

Richter Gedeon 1872. szeptember 23-án született Ecséd községben (Heves vármegye). Egy esztendő volt, amikor szülei elhunytak. Testvérével apai nagyszüleinél és az Engel családnál nevelkedtek.

Miután elvégezte a középiskolát, egy gyöngyösi gyógyszertárban gyakornokként kezdte pályáját. A gyógyszerészi oklevél megszerzése után még két évig dolgozott ugyanitt. A Budapesti Tudományegyetem Bölcsészeti, majd Orvosi Karán szigorlatát kitűnő eredménnyel tette le 1895 júniusában. Ezután két évig dolgozott egy budapesti gyógyszertárban.

Négy év alatt angol, német, francia és olasz gyógyszerárakban szerzett tapasztalatokat. Ezeknek köszönhetően hazatérése után vállalkozásba fogott.

Megismerte a modern gyógyszerári és üzemi gyógyszerészetet. Behatóan foglalkozott az állati eredetű szervekből előállított készítményekkel történő gyógykezeléssel. Ez egész későbbi életére kihatott. 1902-ben átvette az Üllői út 105. alatt található gyógyszerár üzemeltetési jogát. Szülői örökségét pénzzé tette, és abból fedezte a tranzakciót. Céljainak elérése érdekében Üllői úti patikája hátsó traktusában létrehozott egy laboratóriumot. Itt szerény körülmények között készítette gyógyszereit.

A kereslet minden Richter-féle készítmény iránt rendkívül nagy volt. A Sas patika egy idő után képtelen volt elegendő gyógyszert gyártani. Ezért Richter Gedeon 1906-ban Kőbányán megvásárolta a Cserkesz utca 63. alatti telket. Ott megkezdte egy ipari termelésre alkalmas gyógyszergyár építését. 1908-ra el is készült vele.

A politika a vesztes háborút követő tanácsköztársaság idején avatkozott be először az életébe, negatív értelemben. A gyárat a hivatalos szervek kisajátították, élére termelési biztost neveztek ki. A népbiztosok tanácsa felszólította a tulajdonost, hogy működjön együtt a hatalommal. Állítólag Richter Gedeont ekkor verőlegények bántalmazták. Rövid idő múlva, egyik hű alkalmazottja figyelmeztette: forradalmi törvényszék elé akarják állítani és élete veszélyben forog. Családjával titokban Szegedre menekült és apósánál bujkált hónapokig.

Pályafutása csúcsán termékei 12 aranyérmét szereztek a nemzetközi kiállításokon. 1924 és 1932 között több, mint 50 Richter-képviselőt létesült. Ezek mintegy száz országban értékesítették készítményeit. A cég minden nyereségét visszaforgatta vállalkozásába, a gyár fejlesztésébe, de legnagyobb mértékben az export bővítésébe. Richter Gedeon tíz külföldi leányvállalatot is alapított, közülük a bukaresti, londoni, mexikói, milánói, SaõPauló-i, zágrábi és varsói gyárakban jelentős gyógyszeralapanyag-gyártás folyt. Érdemes megemlíteni, hogy az alapító mindig kerülte a hitel felvételét. Fejlesztéseit fokozatosan, anyagi teherbíráshoz mérten, szükség esetén saját vagyona felhasználásával valósította meg.

1902-ben elvette feleségül Winkler Annát, egy szegedi fűrészárugyáros egyetlen leányát. Feleségének háttere sokat segített neki a vállalkozás indulásánál. Később a család tagjai részvénytulajdonosok, vállalati alkalmazottak is lettek. Fia, László 1903-ban született, Zürichben vegyészdoktori oklevelet szerzett.

A gyárban békés légkör uralkodott, e hangulat alaptónusát Richter Gedeon egyénisége határozta meg. Fontos volt számára, hogy a munkások nyugodt körülmények között jól érezzék magukat és eredményesen dolgozzanak. Egész életében törekvő, szorgalmas, alkotó ember volt, még hetvenéves korában is mindennap bejárt a gyárba. A második világháború alatt számos értékes gyógyszeradománnyal segítette a betegek gyógyítását. Ezért több elismerésben részesült a Vöröskereszt és más nemzetközi karitatív szervezetek részéről.

A második világhégés során a Richter-gyógyszergyár rengeteg szabadalmat védetett le. 1939 és 1944 között 30 új készítménye került forgalomba, A Dreher sörgyárral összefogva még tápszert is készített a sörgyártás melléktermékeként keletkező sörlesztőből.

1939-ben Gedeont lemondatták igazgatósági elnöki tisztségéről. A helyére érkező igazgatósági tagok olyan keresztény közéleti szereplők lettek, akik megpróbálták megvédeni a gyár alapítóját és magát a gyárat is. 1940-ben Teleki Páltól többször is kérvényezték a gyógyszergyáros mentesítését a zsidótörvények hatálya alól, sikertelenül.

Richter Gedeon mellőzését mindvégig méltósággal viselte, és külső, pénzjuttatás nélküli szakértőként tovább tevékenykedett. A március 19-i német megszállás előtt még sikerült fiát kimenekítenie az országból egy balkáni exporttevékenység ürügyén. Családi részvényeit pedig keresztény menyére íratta. Nyáron még lett volna lehetősége, hogy elmeneküljön, ugyanis a Vöröskereszt révén Svájcba szóló menlevelet kapott. Ezt elutasította, nem akarta az általa felépített gyárat itt hagyni. Augusztusban mentességet kapott, így nem kellett sárga csillagot viselnie. A nyilas-hatalomátvétel után a Richter házaspár rokonoknál húzta meg magát egy időre. Később a nemzetközi gettóba költözhettek, a svéd követség diplomáciai oltalma alatt álló Katona József utca 21. szám alatti sarokházba. Ám a nyilasok 1944 végén már nem törődtek a diplomáciai mentességgel sem. December 30-án délelőtt 11 óra körül egy nyolc fegyveresből álló nyilascsoport igazoltatás ürügyével a ház lakóit az Andrássy út 60.-ba hurcolta. Egyiküknek sikerült elmenekülnie, és segítségért mennie egy közeli épületbe, ahol egy rendőrsztag állomásozott. A rendőr százados kérésére elment a Katona József utca 21.-be. Ott azt mondták neki, hogy a lakókat csak igazoltatásra viszik az Andrássy útra. A szomszéd azonban követte a csoportot, amelyben egész családja ott volt. Azonnal felhívta Raoul Wallenberget, aki odasietett. Csak annyit sikerült elérnie a nyilasoknál, hogy az utcából több embert ne vigyenek el.

Az elhurcoltakat másnap hajnalban az Andrássy útról alsóneműre vetkőztetve, mezítláb a Duna felé hajtották a borzalmas hidegben. Elöl

mentek a férfiak, hátul a nők. A 72 éves Richter Gedeon még el tudott búcsúzni feleségétől, átölelte, aztán beállt a sorba. A folyóhoz vezető egyik mellékutcában a menetet megállították. Az első 50 embert kivезényelték a Dunához. A mai Széchenyi rakparton, a Zoltán utca magasságában a vízbe lőtték őket. Az áldozatok között volt a magyar gyógyszeripar megteremtője is. Holtteste soha nem került elő.

A gyár dolgozóinak a cég alapítója iránti igaz szeretetét bizonyítja a következő történet: 1945. december 30-án saját pénzükből emléktáblát helyeztek el a gyár bejáratának falán, melyen megemlékeztek Richter Gedeon meggyilkolásáról. Az államosítás után a táblát eltávolították, évtizedekig senki nem tudta, hol van. Sokan azt hitték, megsemmisült. Néhány évvel ezelőtt, az üzem felújításakor egy gyógyszerkészítő márványasztalkát helyeztek arrébb, amikor az asztallapot felfordítva meglátták rajta az emlékező feliratot. A tábla azóta restaurálva a Richter Gyógyszergyár múzeumának falát díszíti.

Forrás: Divany.hu

Az év gyógynövénye: a vadgesztenye

A Magyar Gyógyszerésztudományi Társaság Gyógynövény Szakosztálya a vadgesztenyét választotta az év gyógynövényének 2023-ban.

A vadgesztenye, más néven bokrétafa, lógesztenye a Balkán térségben, Elő-Ázsiában honos lombhullató fa. Magyarországon és Európa többi részén dísznövénycént ültetett fa. Kertek, parkok kedvelt növénye, gyakori útsorfa.

Közismertté vált, köszönhetően díszítő, jellegzetes lombjának és virágának a tavaszi időszakban, valamint barna, dió méretű, fehér, köldökfoltos magjainak, ami a gyermekek kedvence.

Régebben a magját, levelét, kérgét is használták a népi gyógyászatban. Ma jellemzően a magja szolgál gyógynövényes készítmények alapanyagául. Hazánkban a vadgesztenye gyűjtött gyógynövény. Bár gyűjtése az utóbbi években, főként nemzetközi piaci trendek miatt stagnál, így is a legfontosabb gyűjtött fajok közé tartozik.

Magját lóeleségként és a lovak köhögésének enyhítésére használták a régi időkben, a lógesztenye elnevezés is innen ered. Levelét a népi gyógyászatban köhögéscsillapítóként, bélhurut, belső vérzések gyógyítására, külsőleg pattanásos bőr kezelésére használták. Kérgét

kelések, bőrbántalmak ellen alkalmazták a hagyományos felhasználásban.

Malária gyógyítására a kínafa kérget is helyettesítették a szárított kéreggel, cseranyagtartalma révén pedig fontos bőrcserzőszernek számított. A vadgesztenye kéregből kivont eszkulin külsőleg összehúzó szer, napvédő készítmények alkotórésze, mivel az ártalmas UV-sugárzást elnyeli.

A magot a népi gyógyászat főként vizenyők, értágulatok, lábszárfekély, ödémák megszüntetésére alkalmazta. A modern fitoterápiában hasonló területeken használják ma is.

Ezenkívül reumatikus fájdalmakat, különböző eredetű vérzéseket is kezeltek vele. A magból az ipar zsírosolajat, alkoholt, cserzőanyagot, valamint dextrin ragasztóanyagot is előállít, szaponintartalma révén mosószer is készíthető belőle.

Forrás: Teol.hu

Véletlenek sorozata, összecsapó kutatói egók és heves indulatok kísérték az inzulin felfedezését

Száz évvel ezelőtt, 1923 októberében adták át a fiziológiai és orvostudományi Nobel-díjat két kanadai kutatónak a 20. század egyik legfontosabb vívmányáért, az inzulin felfedezéséért. Tették ezt mindössze 11 hónappal a felfedezést követően, alapos vizsgálat nélkül és sokak szerint nem az arra igazán érdemeseknek.

A díjat Frederick Banting kutatóorvos és főnöke, John Macleod, a Torontói Egyetem fiziológiaprofesszora kapta. De hogyan?

Az anekdota szerint egy októberi reggelen Bantinget egy barátja hívta fel azzal, hogy látta-e már a reggeli újságokat. Amikor nemet mondott, barátja nem bírta magában tartani a hírt, és izgatottan újságolta el neki, hogy megkapta a Nobel-díjat. Banting erre sértődötten csak annyit mondott, hogy „menj a pokolba”, majd lecsapta a telefont. Aztán persze első útja az újságárushoz vezetett, ahol a szalagcímek a legsötétebb félelmeit igazolták. Igaz ugyan, hogy tényleg megkapta a tudományos világ legrangosabb díját, de megkapta szívből utált főnöke, Macleod is. Ráadásul a felfedezésben fontos szerepet játszó kutatók fájó módon kimaradtak a történetből.

A milliók életét megmentő hormon történetét a születésétől fogva a mai napig botrányok kísérik. Kaliforniában például amiatt perelték be az Elli Lily gyógyszercéget és más inzulingyártókat, mert megtévesztő, jogtalan és tisztességtelen módszerekkel hajtották fel az Egyesült Államokban a készítmény árát. Így sokak számára elérhetetlenné tették a megfelelő mennyiséget az életmentő gyógyszerből.

Pedig Banting és társai, fejenként egyetlen egy kanadai dollárért adták el az inzulin szabadalmát a Torontói Egyetemnek. A visszaemlékezések szerint Banting, aki eredetileg azt sem akarta, hogy neve rákerüljön a szabadalomra, kijelentette: „az inzulin nem az enyém, hanem a világé”. A tudósok azt akarták, hogy mindenki megengedhesse magának az orvosságot, akinek szüksége van rá.

A cukorbetegség akkoriban a lassú, keserves, de biztos halált jelentette.

1922. január 11-én Leonard Thompson a végstádiumú diabétesz tüneteivel vitte 14 éves fiát a torontói kórházba. Itt a csontsovány, haldokló fiú a világon elsőként kapott a kísérleti fázisban lévő új gyógyszerből, az inzulinból. Ahhoz képest, hogy Thompsonnak meg voltak számlálva a napjai, az új szer segítségével még további 13 évet élt. Ekkor azonban elvitte a kor másik nagy halálhozója, a tüdőgyulladás.

Bár a cukorbetegséget már az ókori Egyiptomban is ismerték, viszonylag későn, 1776-ban sikerült összefüggést találni a vérben megjelenő cukortöbblet és a cukorbetegéknél megjelenő édes ízű vizelet között. Csaknem száz évvel később Paul Langerhans felfedezte az inzulint kiválasztó, a hasnyálmirigyben szigetszerűen elhelyezkedő sejtcsoportosulást. Ezt róla nevezték el Langerhans-szigeteknek.

1889-ben Oskar Minkowskinak, a Strasbourg-i Egyetem sebészének sikerült a világon először eltávolítania egy olyan kutya hasnyálmirigyét, ami legnagyobb meglepetésére a cukorbetegség jeleit produkálta.

Ezek a felfedezések mind kellettek ahhoz, hogy Banting az először kutyák, majd szarvasmarhák hasnyálmirigyéből kivont inzulinnal emberi pácienseket kezeljen. Úgy vélte, hogy ha a hasnyálmirigy és az emésztőrendszer közötti összeköttetést sebészi úton lezárják, majd várnak néhány hetet, a hasnyálmirigyben termelődő, az emésztéshez szükséges enzimek elhalnak. Ha ezután eltávolítják a hasnyálmirigyét, ez így tartalmazni fogja a Langerhans-szigetekben lévő anyagot, de az emésztő enzimeket nem.

Macleod érdekesnek találta az ötletet. Adott Banting mellé egy utolsó éves orvostanhallgatót, Charles Bestet, és a kísérletekhez rendelkezésre bocsátotta laboratóriumát.

1921 nyarán Bantingnek és Bestnek sikerült kivonnia a Langerhans-szigetektől az isletinnek nevezett anyagot és néhány hónapig életben tartani a laboratórium kutyáit. Ám a kutatók súlyos mellékhatásokat is lejegyeztek. Banting ennek ellenére lelkesen közölte Macleoddal eredményeit, aki rámutatott a kísérlet hibáira, és nem volt hajlandó ezekre több erőforrást kérni a Torontói Egyetemtől. 1921 végén pedig arra kérte Bantinget és Bestet, hogy prezentálják kutatásaik eredményét az Amerikai Fiziológiai Társaság előtt a Yale Egyetemen. Banting a nagy tekintélyű kutatók előtt teljesen lefagyott, így Macleod volt kénytelen befejezni előadását. Kettejük viszonya már korábban sem volt felhőtlen, de Bantingnek ez volt az utolsó csepp a pohárban. Onnantól kezdve végig azt hangoztatta: Macleod mindent megtesz annak érdekében, hogy sajátjaiként állítsa be a felfedezéseket.

Amikor 1922 januárjában Thompson megjelent a torontói kórházban haldokló, mindössze 30 kilogrammos fiával, Banting azonnal saját kezébe vette a kezelését.

Injekció formájában beadták neki a Best által előállított hasnyálmirigy-kivonatot. A hatás elsőre kiábrándítónak bizonyult. A fiú vércukorszintje ugyan 25 százalékkal leesett, de szervezete továbbra is nagy mennyiségben állította elő a ketonokat. Az injekció beadásának helyénél fertőzésről árulkodó tályogok keletkeztek. Ekkor Macleod úgy döntött, hogy Banting és Best mellé felveszi a laboratóriumba James Collip biokémikust. Neki rövid időn belül sikerült megtisztítania a nyers kivonatot. Két héttel később már ezt adták be a 14 éves fiúnak. Mindenki legnagyobb meglepetésére érzékelhetően lecsökkent a vércukorszintje. Nem mutatkoztak mérgező mellékhatások, sokkal aktívabb, erősebb lett, és jobban is nézett ki.

Collipnak az volt a titka, hogy megtalálta a tisztításhoz használt alkohol megfelelő arányát. Arra is a vegyész jött rá, hogy bár az inzulin éleketeket menthet, ölni és képes. Felfedezte ugyanis, hogy ha a tisztított kivonatot egészséges állatokba injektálta, azok rángógörcsöket mutattak, elvesztették az eszméletüket, és akár bele is haltak a kezelésbe. Ennek oka, hogy a túl tiszta inzulin túl alacsony vércukorszint okozta sokkot eredményezett. Ez a veszély a mai napig fennáll a cukorbetegknél.

Collip és Banting munkakapcsolata sem volt felhőtlen. Ők azon veszték össze, hogy a vegyész nem volt hajlandó elárulni Bantingnak a sikere titkát. Két hónappal később végül Macleod hivatalosan is beszámolt az inzulin felfedezéséről az Amerikai Orvostársaság washingtoni találkozásán. Itt Banting nem jelent meg. Macleod azt állította, hogy azért, mert nem tudta kifizetni a vonatjegy árát.

Eközben Schack August Steenberg Krogh Nobel-díjas dán orvos 1922 őszén feleségével amerikai körútra indult. A szintén orvos és kutató Marie Krogh-nál korábban terhessége alatt cukorbetegség alakult ki. Ezt később fiuknál is diagnosztizálták. Az egyik vacsora alkalmával a híres diabetológus, Elliott Proctor Joslin mesélt a Krogh házaspárnak az inzulin felfedezéséről. Erre Marie meggyőzte férjét, hogy írjon Macleodnak arról, hogyan lehetne az inzulint Európába vinni.

Macleod meghívta Krogh-ot torontói otthonába, majd a Nobel-díjas orvos 1923 elején az inzulin felfedezéséért őt nevezte a Nobel-díjra. Bantingről egyik levelében azt írta, hogy tapasztalatlan, aki Macleod felügyelete alatt végezte a kutatásait. Bestet asszisztensként, Collipot pedig nem a felfedezésben, hanem a gyártásban részt vevő kutatóként állította be.

1923. október 25-én a két kanadai kutató azonos arányban megosztva kapta a Nobel-díjat. Bár volt olyan Nobel-bizottsági tag, aki ellenérzését fejezte ki amiatt, hogy a felfedezést követően ilyen gyorsan odaítélik a nagy presztízsű díjat.

Banting, a világ legfiatalabb orvosi Nobel-díjasa, a hír hallatára dührohamot kapott. Táviratban biztosította róla munkatársát, Bestet, hogy elfelezi vele a díjért járó pénzjutalmat. Macleod egyébként ugyanezt tette Collippal, hogy elismerje munkáját. A két kutató rossz viszonya miatt egyáltalán nem vett részt az 1923. december 10-én rendezett díjátadón. Külön tartották meg Nobel-előadásukat is.

Best sosem tudta feldolgozni, hogy nem nevezték a díjra; viszonyuk Bantinggal megromlott. Banting 1941-ben ismét katonai behívót kapott. Röviddel azelőtt, hogy felszállt volna egy Nagy-Britanniába tartó repülőgépre, az anekdoták szerint azt mondta: „Kockázatos ez a misszió. Ha nem jövök vissza és a (professzori) széket annak a rohadék Bestnek adják, forogni fogok a síromban”. A repülőgép végül lezuhant, és a katasztrófát senki nem élte túl.

Macleod 1935-ben halt meg; Bestet és Collipot az inzulin felfedezését követően hiába jelölték többször is Nobel-díjra, végül egyikük sem kapta meg az elismerést. Az inzulin viszont elindult világhódító útjára és 1924 májusára a diabéteszt már lehúzták a halálos betegségek listájáról.

Forrás: Qubit.hu

Tenere fájának különös története

A nigeri Tenere sivatagban található akácia több szempontból is különleges volt. A legérdekesebb jellemzője mégis az, hogy 400 kilométeres körzetben nem élt más fa a területen.

A legközelebbi növények is 150 kilométerre voltak tőle. Valóban nagyon remete életet élt, nem kellett félnie a külvilág behatásaitól. Legalábbis egy ideig.

A Tenere régió egy, a Szahara sivatag közepének déli részén található óriási homoklapály. Területe nagyjából 400 ezer négyzetkilométer.

1939-ben a tudósok és katonák kutatástak a fa mellé. Ki akarták deríteni: hogyan maradhat életben egy olyan területen, ami egyszerűen nem alkalmas az életre.

Megtudták, hogy gyökerei valószínűleg 35 méternél is mélyebben nyúlnak a földbe. Ebben a mélységben egy rejtett vízforrásra bukkantak. Elegendő vizet biztosít Tenere fájának ahhoz, hogy életben maradjon ebben a pusztító környezetben.

Tudományos kutatások kimutatták, hogy az ernyőakácok akár 200-650 évig is élhetnek. Nincs kizárva, hogy ez a fa talán ennél is régebb óta élt a sivatagban.

Az évek során főként katonák, árusok és tudósok találkoztak vele. 1973-ban egy ittas líbiai kamionsofőr nekiment és kidöntötte. A sivatag közepén növvő, csodálatos fa élete ezzel véget ért. Helyét 1985 óta egy fém emlékmű jelzi.

Forrás: Liked.hu

Újabb kincseket találtak az elsüllyedt városban

Római villa romjaira bukkantak Baiae elsüllyedt városában. Ez a település egykor a Római Birodalom tengerparti üdülővárosa volt, ahol a gazdagok és magas rangúak pihenhettek. Mára viszont víz alatti romokká váltak az egykor fényűző épületek.

Az újonnan felfedezett maradványok megmutatják, milyenek voltak az ősi birodalom luxus nyaralói. Márvány padlókövek és oszlopok díszítették a hatalmas területű építményt.

A szakértők szerint némelyik oszlop kiváló állapotban maradt fenn. Mindemellett egy Apollón istent ábrázoló szobrot is sikerült azonosítaniuk.

Baiae a rómaiak kedvelt városa volt. Szinte az egész világon nem volt párja a gyönyörű öbölmenti településnek, és még maga Julius Caesar is szívesen járt oda megpihenni.

Nem feküdt messze a Pompeii pusztulását okozó Vezúv vulkántól. A vulkáni tevékenységek és a földrengések miatt végül Baiae jelentős része a tenger alá került.

Forrás: 24.hu

Pompeji pusztulása

Pompeji: Ókori római város Nápoly közelében.

A Vezúv lábánál, egy lávatalapzaton épült. Gazdasági és politikai fejlődését jelentősen befolyásolták a Nápolyi-öbölben megtelepülő görögök. Művészetük hatása templomok, helyiségek díszítésében és részben magán a várost körülvevő falon is felismerhető.

A Vezúv kitörése pusztította el 79-ben. Hatalmas hamu- és lapillitömeg (lapilli = vulkáni kitörés során a kráterből kirepülő apró kőzetdarab) lepte be a várost, teljesen eltemetve azt.

Mi történt valójában?

Kr. u. 62. február 5-én egy erős földrengés rázta meg a vidéket, súlyos károkat okozva. A délutáni órákban bekövetkezett földrengés az utólagos becslések szerint 7,5-ös erősségű lehetett a Richter-skála szerint. Ezen a napon a lakosság Augustus császár ünneplésére készült, ugyanakkor a város védőszentjének ünnepe is erre a napra esett.

A földrengést általános pánikhangulat követte, amelyet csak tetőztek az olajlámpák által okozott tüzek. A földmozgás következtében számos templom, lakóház, híd, valamint út elpusztult.

A földrengést követő napokban a településen anarchia uralkodott. Általános jelenséggé vált a rablás, fosztogatás, a lakosokat pedig éhség gyötörte. Kr. u. 62 és 79 között végeztek ugyan újjáépítési munkálatokat, de a földrengés által okozott teljes kárt nem sikerült felszámolni. A lassú folyamatot a további kisebb földrengésekkel magyarázzák, melyek a Vezúv 79-es kitöréséig egyre gyakrabban jelentkeztek. Kr. u. 79.

augusztus 24-én a Vezúv kráterét évezredekig elzáró lávatömítés váratlanul, iszonyú erőtől hajtva dobódott ki a derült égre. A tűzhányó kilométernyi magasságba lövellte a kőtörmeléket, és fűlsiketítő zaj kíséretében felrobbant a hegy csúcsa.

Az eget elsötétítette a vulkáni hamuból képződött felhő, amely azután három napig gomolygott a katasztrófa színhelye fölött. Pompejit 7-8 m vastag hamuréteg fedte be, s a borsószemnyitől a mogyorónagyságig terjedő kövek szüntelenül hulló zápora temette el. A rómaiak tudták ugyan, hogy a Vezúv egy vulkán, de kialudtnak vélték.

A kitörés idején – a korabeli írások alapján – Pompeji lakossága pincékbe húzódott be a kőzapor elől. A befelé lejtősen épített római tetők tölcserként ömlesztették a lapillit a házak udvaraiba. A hatalmas súlytól terhelt tetőzet hamar beomlott, ha addig egyáltalán ellenállt a gyakori földrengéseknek. Az utcákat magas lapilli- és hamuréteg borította, amely lehetetlenné tette az ajtók és kapuk nyitását. Így aki pincébe menekült, kijönni többé már nem tudott. A lapilli- és hamuréteg szintje néhány ház falán látható és elég forró volt ahhoz, hogy megolvassa a falfestményeket védő viaszréteget. A lakosság nagy része a Vezúvval ellentétes irányba, a Sarno-folyó felé menekült. Itt érte utol őket a vég (számos csontvázat és jelentős értéket találtak az itt elvégzett ásatások során).

Pompeji végzetét nem a láva okozta, hanem a vulkánból szórt hamu és lapilli, amelyek vastag rétegben rakódtak le a városban, teljesen betemetve azt.

Napjainkban Olaszország egyik kiemelt turisztikai célpontja, a Világörökség része.

A Vezúv az európai kontinens egyetlen működő vulkánja Olaszország Campania régiójában, Nápolytól 9 km-rel keletre. Az eset óta számtalanszor kitört (utoljára 1944-ben). Napjaink egyik legveszélyesebb tűzhányójaként tartják számon, mivel közvetlen közelében több mint 3 millióan laknak.

Forrás: Baloghpét.com

Tíz meglepő természeti tény a nagyvilágból

Minden nap tanulunk valamit. A világ tele van meglepetésekkel. A természet mindenki számára tartogat némi újdonságot.

1. Van éjszakai szivárvány, csak nem a Nap, hanem a Hold fényében tündököl.
2. A katicabogarak pettyeinek száma nem a kortól, hanem a fajtól függ. Van két pettyes, hét pettyes és 22 pettyes is.
3. Türkmenisztánban van egy gáz kráter, amely immár 40 éve folyamatosan ég. A Pokol Kapujának nevezik, joggal.
4. A hím erszényesmenyét olyan lelkes a párzási időszakban, hogy a végére végkimerülésben múlik ki a kis állat.
5. A Fitzroy folyóbeli teknősök képesek az áruszukan keresztül is levegőt venni.
6. A medúzáknak se agyuk, se szívük nincs, mégis köztünk élnek már 500 millió éve.
7. Néhány pók képes arra, hogy alámerüljön a vízbe és halat fogjon.
8. A Cyclocosmia pók függőlegesen beássa magát a talajba, ha veszélyben érzi magát, és potrohával zárja a nyílást.
9. Mintegy 80 gombafaj világít a sötétben.
10. Az olaszországi Stroboli vulkán több mint 2000 éve aktív.

Forrás: Tudnivalok.eu

KEDVENC RECEPTJEIM

Rovatunk következő receptje egy sós sütemény: a sajtos rúd. Kiváló karácsonyi finomság, de az év bármely szakaszában elkészíthető.

Hozzávalók:

- Fél kiló (20-25 evőkanál) liszt(cukorbetegnek durumliszt, gluténérzékenyeknek számukra készített, speciális liszt),
- Egy kocka (25 dkg) sütő margarin,
- Egy kispoharas tejföl (az arra érzékenyeknek laktózmentes),

- Ízlés szerint só,
- 2,5 dkg élesztő
- 25-30 dkg reszelt sajt (az arra érzékenyeknek laktózmentes),
- Egy tojás a tészta megkenéséhez.

Elkészítése:

A száraz hozzávalókat összekeverjük és hozzáadjuk ízlés szerint a pici sót. Belemorzsoljuk a kocka margarint, majd beletesszük a tejfölt és az élesztőt. Fontos, hogy jól dolgozzuk össze. A tésztát érdemes a sütés előtti este elkészíteni, majd gombócba gyúrva, konyharuhával letakarva hűtőszekrénybe tenni.

Másnap kétfelé vesszük, hogy könnyebb legyen vele a munka. Előre meglisztezett gyúródeszkán kinyújtjuk, ujjnyi vastagra (nagyjából fél centisre). Ügyeljünk rá, hogy vastagsága mindenütt egyenletes legyen!

Felütjük a tojást egy nagyszájú pohárba, és megkenjük vele a tésztát (ha előzőleg elfeleztük, akkor mind a két részt külön-külön). Ezt követően megszórjuk a reszelt sajttal és megpaskoljuk a tetejét, hogy minél több ráragadjon. Ha ez megtörtént, késsel felvágjuk kb. két ujjnyi széles és

5-8 centi hosszú, tehát a mutatóujjunk méretével nagyjából megegyező csíkokra.

A sütést csak akkor kezdjük el, ha már az összes tésztát kiszaggattuk és tepsibe raktuk.

Előmelegített sütőben 160-180 fokon sütjük kb. 10 percig. Amíg az első adag sül, a többi előkészített, tepsibe helyezett tésztát rakjuk vissza a hűtőbe. Ennek azért van jelentősége, mert különben a margarin és az élesztő miatt hamar meggyengül, szétfolyik.

Ezzel a süteményünk el is készült, jó étvágyat kívánok!

Megjegyzések, kiegészítő praktikák:

- Amikor felvágtuk, tepsibe raktuk a kész tésztát, tegyük vissza a hűtőbe. Tartsuk ott addig, amíg a sütő fel nem melegedett. Utána tegyük csak be sülni. Erre azért kell ügyelni, mert az élesztő nagyon hamar erjed benne.
- Ha a sütőnk gázzal működik, érdemes 160 fokon sütni a sajtos rudakat. Ennek az az oka, hogy a gáz hamarabb bemelegszik és nagyobb hőt is ad.

- A 180 fok ezzel szemben a villanysütő használatakor javasolt. Ez ugyanis nem nyílt lánggal süt, hanem elektromossággal. A rudacskákat hőlégkeveréses üzemmódban is kisüthetjük.
- Figyeljünk arra, hogy 10 percnél ne legyenek tovább a sütőben. A tészta ugyanis vékony, hamar kiszárad.
- 6-8 perc után már ellenőrizhetjük a süteményünk állapotát. Ehhez vegyünk ki egyet – a többit arra a pár pillanatra tegyük vissza sülni. Ha az alját megkopogtatjuk és nem ragad, érezhetően megsült, a többit is azonnal ki kell venni.
- Az ellenőrzés másik módja, ha megkóstoljuk a kivett darabot. Ha megfelelőnek találjuk, a többit is távolítsuk el a sütőből, különben kiszárad és túlságosan ropogóssá válik.

A HÓNAP VERSE

Zelk Zoltán: Október

Kisöccsétől, Szeptembertől
búcsút vesz és útra kél,
paripája sűrű felhő,
a hintója őszi szél.

Sárga levél hull eléje,
amerre vágatva jár,
félve nézi erdő, liget,
de ő vágat, meg se áll.

Hová, hová oly sietve,
felhőlovas szélszekér?
Azt hiszed tán, aki siet,
aki vágat, messze ér?

Dehogy hiszi, dehogy hiszi
hiszen nem megyen ő messze,
csak addig fut, míg rátalál,
a bátyjára, Novemberre.



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