

HÍRMONDÓ 2024/11

Siketvakok Országos Egyesülete



Kedves Olvasók!

Hírlevelünk jelen számában először az elmúlt hónap rehabilitációs-és szabadidős klubjait vesszük sorra. Ezek keretein belül szüreti mulatságot tartunk, gofrit, palacsintát sütünk, majd kézműves foglalkozással és mesehallgatással hangolódunk az Adventre. Társ szervezeteink hírei között elolvashatják a kiáltványt, melyet az Európai Siketvak Unió adott közre a Siketvakok Európai Napja alkalmából. A rovatban egy rövid összefoglalót is találnak az „Esély” című televíziós műsor egyik riportjáról, mely a Magyar Jelnyelv Napjával foglalkozott. A folytatásból kiderül, hol tart az Európai Fogycatékossági Kártyával és az Európai Parkolókártyával kapcsolatos jogalkotási folyamat. A hírek, érdekességek között egy figyelemre méltó fejlesztésről is informálódhatnak, mely a látás visszaállításában jelenthet nagy segítséget.

Jó olvasást, kellemes időtöltést kívánunk!

Taskovics Adél, szerkesztő

TARTALOM

HÁZUNK TÁJÁRÓL – EGYESÜLETI HÍREK.....	2
Szabadidős klub keretein belül nyerhettünk betekintést a szőlőszüret rejtelseibe.....	2
Októberi rehabklub, középpontjában a gofri-és palacsintasütés eszközeivel.....	5
Novemberi szabadidős klub: mesehallgatással és kézműves foglalkozással hangolódunk az Adventre.....	8

TÁRSSZERVEZETEINK HÍREI	9
Az Európai Siketvak Unió (EDbU) kiáltványa a Siketvakok Európai Napja alkalmából, 2024. október 22-én.	9
November 9-ről, a Magyar Jelnyelv Napjáról az „Esély” című műsorban is megemlékeztek.....	13
Európai Fogyatékossági Kártya: a végrehajtásig tartó visszaszámlálás most kezdődik!	14
HÍR, ÉRDEKESSÉG	15
Vak emberek látását hozta vissza a Neuralink riválisának különleges fejlesztése	15
Öt érdekesség, amit kevesen tudnak az adventi időszakról	16
Az építészet mestere, aki nélkül Budapest sosem válhatott volna világvárossá	17
Maradék okozta egy család halálát – szakértők szerint így olvashatjuk fel biztonságosan az ételeket.....	18
Ezért élhetnek több száz évig ezek a cápák.....	19
Hogyan jön létre az arany? A tudósok válasza az évezredes kérdésre .	20
Van egy európai ország, ahol már csak négynapos a munkahét.....	21
A világ egyik legbékésebb országának sötétebb a múltja, mint hinnénk ..	22
Esküvő után akár 4 évig is tilos a nőnek főznie ennél a népnél	24
KEDVENC RECEPTJEIM.....	26
A HÓNAP VERSE	26

HÁZUNK TÁJÁRÓL – EGYESÜLETI HÍREK

Szabadidős klub keretein belül nyerhettünk betekintést a szőlőszüret rejtelseibe

2024. október 22-én, kedden szabadidős klubra gyűltünk össze az egyesület telephelyén. A rendezvényt, melynek nagy, közösségi termünk adott otthont, Molnárné Katona Eszter vezette. A délután a szüret jegyében zajlott. Összesen 11 fő vett részt az eseményen: 5 egyesületi tag, 3 önkéntes és a SVOE 3 munkatársa.

Először azt kérdezte meg Eszter, hogy ki az a résztvevők közül, aki volt már szüreten. Egy ember kivételével mindenkinek voltak ilyen emlékei, amelyek közül néhányat meg is oszthattak a többiekkel.

Szóba került egy 2022-es szüreti bál, tánccal, énekkel, szőlővel díszített kocsikkal, bor-és töltött káposzta kóstolással.

Egy egyesületi tagunk elmesélte, hogy egyetemi éve alatt, ahol kertészeti gépekkel is foglalkozott, a Csepel-szigetre jártak, kézzel szüretelték a szőlőt. Itt, a Kertészeti és Szőlészeti Főiskola birtokán találkozott a szőlőszemező géppel. A leszüretelt fürtöket levitték a pincébe, ahol bele tették ebbe a gépbe. Ez a jó fürtökről gyakorlatilag ledörzsölte a szemeket és így kerültek azok bele a darálóba.

Utána a ledarált szőlőt tették a szőlőprésbe.

A szőlőlé erjesztésébe is kaptunk egy kis betekintést. Mustnak az olyan szőlőlevet nevezzük, amelyiket legalább egy napig erjedni hagyják.

Az erjesztési folyamat a hordóba került lé esetében legalább fél évig tartott. A mély pincébe, ahol ez történt, csak egy alapos szellőztetést követően lehetett lemenni. Alaposan meg kellett nézni, hogy nem volt-e szén-dioxid a levegőben. Égő gyertyával mentek le a pincébe, ami ha elaludt, gyorsan vissza kellett fordulni, mert már nem volt jó a levegő minősége, a termelődött gáz halált is okozhat.

A jól kezelt borok, ha megfelelő körülmények között, üvegben tartjuk, akár ötven-hatvan évig is élvezhetők maradnak.

Eszter elmondta: tudomása szerint idén nyáron volt itt, Magyarországon olyan, amit mediterrán szüretnek hívunk. A nagyon meleg nyár miatt hamarabb volt a szüret a Balatonnál. Volt, ahol július végén vagy augusztusban szüreteltek a szeptemberi, októberi időszak helyett. Az időjárási viszonyok miatt annyira megváltozott a szőlő érettsége, festékanyaga, hogy nem tudtak belőle a klasszikus értelemben vett rozét előállítani. Ennek az ismertető jegye, hogy a színe rózsaszínes, szinte áttetsző. Az ideinek viszont szinte vörösborba hajló színe van.

Egy másik résztvevő arról számolt be, hogy milyen finom az, amikor a kenyérbe kovász helyett murcit (erjedésben levő mustot) tesznek.

Megtudtuk: régen, akár a Krisztus előtti időkben, amikor nem volt idő kovással kenyeret készíteni, sokan használtak szőlőmag őrleményt a tészta kelesztéséhez.

Régen a szüret egy hatalmas ünnepség volt. Az emberek készültek, ettek-ittak és dolgoztak is. Elindultak a faluban, kereplőkkel zajt csaptak, még a levegőbe is lőttek, hogy jelezzék: kezdődik a munka. Nők, gyerekek, mindenki kivette belőle a részét. A nagy munka után pedig szüreti bálokat szerveztek. Ezek alkalmával rengeteget ettek, ittak, táncoltak és énekeltek. Ez remek alkalom volt az ismerkedésre is. A szüreti időszakra haza jöttek a huszárok, a katonák és kereshették a fiatalok a párjukat.

Egy másik résztvevő az aszú szüretéről való emlékeit elevenítette fel. Ennek az volt a nehézsége, hogy szemenként kellett szüretelni. Ő egy kis faluban lakott, ahol egész évben a szüretre készült a közösség. Volt szekeres- és lovas felvonulás. Egy országos hírű, népművészeti táncsoporttal és egy, a falu népéből verbuvált színházi csapattal is büszkélkedhettek. Évről évre lenyűgözték a multság résztvevőit színvonalas fellépéseikkel.

Eszter kérdése: – Melyek a legismertebb magyar területek, ahol híres bor készül? Válaszok: Eger és környéke, Tokaj, Villány és környéke, Badacsony, Somló, ezek a legismertebbek. Ismert a pécsi, de a szekszárdi bor is.

Fontos még kitérni az etyeki, budai borvidékre. A budai oldal régen szinte teljes egészében bortermő vidék volt. A XIX. század végén viszont kitört egy filoxéra járvány. Ez elvitte az összes szőlő ültetvényt.

A Sashegy, Svábhegy, Gellért-hegy régen tele volt szőlővel. Ekkoriban még Pest és Buda különálló terület volt. A pestiek nagyon irigykedtek, hogy milyen jó bor van Budán. Megpróbálkoztak annak hamisításával is, de tudható, hogy komoly vámmal sújtották azt, aki a hídon vitt át bort Budáról Pestre.

Vannak olyan szőlőfajták, amiket borkészítésre természetnek, van, amit fogyasztásra (csemege), és vannak olyanok is, amiket aszalásra (ebből lesz a mazsola).

– Milyen borszőlő fajtákat ismerünk? – tette fel a kérdést Eszter.

Válaszok: othello, olaszrizling, kékfrankos, szürkebarát, merlot, chardonnay, kadarka, leányka, stb.

– Melyik országban van a legnagyobb bortermő terület?

Eszter információi alapján Spanyolországban 11750 négyzetkilométeren van szőlő. Franciaország a második. Utána jön Olaszország, Törökország, Amerikai Egyesült Államok, Irán, Románia, Portugália, Argentína, Ausztrália...

Az asztal közepére Eszter letett egy kis szőlőprést. Ezt mindnyájan megnéztük, megtapogattuk. Ezután, kolléganóm kreativitásának köszönhetően, még a szüretet is imitáltuk. A közösségi terem korlátjára szőlőfürtöket lógatott fel vastag madzag segítségével. Mi ollóval levágtuk azokat, és egy-egy táltra tettük. Mindezt énekszó kíséretében, mert régen is ez volt a szokás.

A szüret után használatba vettük a szőlőprést. Ebbe a műveletbe nagyon szívesen vettem bele magam, ám szakszerű leírást nehezen tudtam volna róla adni. Ennek az az oka, hogy az eszköz részeinek és a hozzájuk kapcsolódó műveleteknek a nevét nem ismertem.

Álljon itt egy rövid idézet a szőlőpréstről (borsajtóról), melyet a „Magyar néprajzi lexikon” c. kiadványban, az Arcanum.com oldalon találtam:

„A középorsós borsajtók vázát egy hasáb forma talpba ácsolt két, függőleges oldalgerenda alkotja. Ezeket fent egy vastag kötőgerenda,

bálvány kapcsolja össze. Ebbe illeszkedik az orsó vagy csavar, amelyet a csavarfejen keresztüldugott rúd segítségével lehet lejjebb és feljebb csavarni. A talpon helyezkedik el a lécekből összeállított, négyszegletes kosár, amelyben a sajtolandó szőlő van. A tetejére helyezett papra nehezedik a csavar szorító ereje.

A kötőgerenda, amelyben a csavar le-fel jár, átfordítható, hogy a törköly ki- és berakásakor a csavarfej ne akadályozza a munkát.

Későbbi fejlődés eredményének tekinthetők a középorsós borsajtók ún. felülhajtós változatai. A hajtókar a csavarnak a keresztgerenda fölé kinyúló végébe illeszkedik. Ily módon a sajtót szabad téren elhelyezve teljes, 360 fokos fordulat végezhető. Így nagyobb erő fejthető ki, míg az eredeti (ún. alulhajtós) változatoknál csak 180 fokos fordulat érhető el.”

Mi egyértelműen a felülhajtós változattal dolgoztunk. Örömmel hallottuk, amikor a szerkezet külön erre a célra kialakított részén elkezdett csordogálni a szőlőlé a felfogására odakészített tálba. A klub végén kis poharakba töltve meg is kóstolhattuk a mustot. Lényegében ezzel „szüretelve le” erőfeszítéseink gyümölcsét.

(A cikket írta: Taskovics Adél)

Októberi rehabklub, központban a gofri-és palacsintasütés eszközeivel

2024. október 30-án, szerdán rehabilitációs klub volt telephelyünk nagy, közösségi termében. Az alkalmat Királyhidi Dorottya (Dorka) vezette. Összesen 23 fő jelenlétében zajlott a program: 13 egyesületi tag és 10 segítő, köztük a SVOE munkatársai és önkéntesek részvételével.

Háromféle elektromos sütőt ismertünk meg:

- amerikai palacsintasütőt;
- gofrisütőt;
- elektromos palacsintasütőt, amit forgatással lehetett kipróbálni.

A nap célja a kedvcsinálás volt. Mindhárom típussal megismerkedtünk. Aki valamelyiknek a profi használatát el szeretné megtanulni, az elemi rehabilitáció keretében teheti meg.

Először az egyesület munkatársai és a segítők körbe vitték közöttünk a sütőket, hogy kikapcsolt állapotban, hidegen megnézhessek azokat. Ekkor sajtátítottuk el a használatukhoz szükséges mozdulatokat.

Öt asztal volt a teremben, ezeknél foglaltunk helyet kis csoportokban, majd megnéztük az eszközöket.

A gofrisütőt szét lehet nyitni. Meg kell olajozni a belsejét, ami két részre van osztva, tehát kettő gofrit lehet benne egyszerre sütni. Ide kell betenni egy-egy kanál tésztát, kicsit elkenni rajta, majd rácsukni és kisütni.

A belső része cserélhető, a gofrisütő helyére hús sütésére, vagy háromszög melegszendvicsek készítésére alkalmas betétet is rakhatunk. A sütő tetején két kis lámpa van: egy piros meg egy zöld. Amikor elindítjuk, piros, amikor kész a süteményünk, zöldre vált. Aki ezt nem látja, annak az idő múlását kell figyelnie, illetve az eszköz által kiadott, halk kattanások is támpontul szolgálhatnak. A hangot akkor adja ki, mikor zöldre vált. A mi esetünkben nem volt elegendő egy kattanást megvárni, valószínűleg azért, mert a szokásosnál sűrűbb lett a tészta.

Röviden: érdemes lemérni, hogy hány percig süt.

Az elektromos palacsintasütő kerek és van egy hosszú nyele. A nyélen található egy kapcsoló, azzal tudjuk bekapcsolni. Megvárjuk, még bemelegszik (kb. 1 perc alatt). Ezt követően a nyelénél megfogjuk, és fejfelé fordítva a sütő részét a tésztát tartalmazó tálba, edénybe mártjuk. Számolunk háromig (közben halk, sisszörgő hangot is hallunk), majd kifordítjuk és várjuk, míg megsül. Ha kicsit hosszabb ideig várunk (az én számításaim szerint szűk fél perc), átsül a tészta, tehát nem is kell megfordítani rajta a palacsintát. Ez idő alatt odakészíthetünk egy másik tálal. Főlé tesszük, majd ismét fejfelé fordítjuk a sütőt. Ha megsült, szépen lepottyan róla, bele a tálunkba (ehhez persze az is kell, hogy a nyers tésztába tegyünk egy kis olajat is).

Dorka hozzátette: minden tészta más, ezért egyszer egy picit több, máskor némiképp kevesebb idő kell ahhoz, hogy átsüljön. Az első elkészülte után már nagyjából tudni fogjuk, hogy mennyi sülési idő kell az általunk aktuálisan elkészített palacsintatésztának.

Az óriás palacsintasütő lényegében egy hatalmas kör. Ha nagy palacsintát akarunk vele készíteni, ott érdemes olyan tésztát rátenni, mint a mi klasszikus, magyar palacsintánk esetében. Mi viszont amerikai palacsintát készítettünk. Ez kicsi, tenyérynyi kör. Ebből négyet tettünk az óriási körre és egyszerre megsütöttük. A tésztát egy speciális műanyag, csőrös adagolóból nyomtuk a forró sütőre, a 6 órához, 9 órához, 12 órához és 3 órához. Az adagoló, amit fejfelé (tehát a csőrével lefelé) tartottunk a sütő fölé, azért is praktikus, mert így nem csöpög szét a nyers tészta. Attól függően, hogy milyen erővel nyomtuk össze a flakont, változott az idő, ami alatt egy kellő mennyiség a sütőre került. Ez szinte mindenkinél egyéni volt.

Itt egy másik, különleges eszközt, egy kicsi szilikon lapátot is kézbe kellett venni. Ezt arra használtuk, hogy megfordítsuk vele az amerikai palacsintákat, biztosítva, hogy mindkét oldaluk kellőképpen megsüljön.

Amikor elkészült, szintén a lapát segítségével vettük le és tettük egy külön tányérra.

A sütőnek egy tekerő gombja van, ami nagyszerű viszonyítási pontnak bizonyult. Úgy kellett állnunk előtte, hogy ez a gomb éppen velünk szemben legyen.

Molnárné Katona Esztertől megtudtuk: ilyen nagyméretű (az egész kört beterítő) palacsintákat többnyire a franciák sütnek. Annak a tésztája más, mint amit mi ismerünk. Ez valamivel vastagabb és mivel több benne a cukor, ropogósabb is. Ugyanúgy feltekerve eszik, mint mi.

A tésztában, amit ráadagoltunk, vaj volt, tömörebb, mint amit általában megszoktunk.

Miután mindenki kipróbálta mindhárom sütőt, a falatozás következett. Jóízű beszélgetések közepette végig kóstolhattuk a munkánk eredményét.

Én mindhárom féle süteményből kértem egy-egy darabot. A magyar palacsintát eperlekvárral, a gofrit vaníliás pudinggal kértem. Ekkorra már jól is laktam, így az amerikai palacsintát elfeleztem a mellettem ülő egyesületi tagunkkal, akivel kellemesen eltársalogtam. A kis tenyérnyi palacsintára mindketten juharszirupot kértünk.

Annától, az egyik önkéntes segítőtől a juharszirupos palacsinta mellett egy nagyon érdekes információt is kaptunk, mely a szirup eredetére vonatkozik. Érdeklődéssel hallgattuk.

Elmondta: éket fúrnak a juharfába, tesznek rá egy csaphoz hasonló eszközt, és azon keresztül nyerik ki a szirupot. Ennek állaga, kinézete olyan, mint egy sötétebb, folyékonyabb méz. Furcsa látni, hogy a fák olyanok, mintha lenne rajtuk egy-egy kerti csap, amin keresztül „szüretelik” őket.

Felkeltette az érdeklődésemet ez az információ, így végeztem egy kis kutatást az interneten. Az edenkert.hu oldalon az alábbiakat találtam:

Ha több juharfánk van, bizonyosodjunk meg róla, hogy melyikük alkalmas a lecsapolásra. Ideális esetben a fatörzsnek legalább 25 cm vastagnak kell lennie, és a törzset a földtől 135 cm magasságban kell meglékelni. Így a gravitáció is besegít a nedv begyűjtésében.

Az 50 cm-nél kisebb átmérőjű törzset csak egyszer szabad meglékelni, az 50 és 60 cm közötti fatörzseken lehet két csap, míg a 60 cm-nél vastagabbakon akár három léket is fúrhatunk egyszerre. Miután megvan a lyuk, rögtön illesszük be a csapot. A tölcsernek szoroson kell illeszkednie a lyukba. Előnyösebb lehet melegebb napokon végezni a csapolást, nehogy elgörbüljön vagy megrepedjen a fatörzs a lék körül.

A begyűjtéshez egyszerűen csak akasszunk egy vödröt a tölcserre és figyeljük, amint az első pár csepp kifolyik a fa törzséből. Ez legtöbbször gyorsan megtörténik, bár először csak pár csepp gyűlik össze. Ezután fedjük le a vödröt és hagyjuk, hogy a nedv tovább csöpögjön bele.

(A cikket írta: Taskovics Adél)

Novemberi szabadidős klub: mesehallgatással és kézműves foglalkozással hangolódunk az Adventre

2024. november 13-án, szerdán délután szabadidős klubnak adott otthont telephelyünk nagy, közösségi terme. A programot, melyen hét fő (három egyesületi tag és négy munkatárs) vett részt, Miklós Csilla és Molnárné Katona Eszter vezette.

Először Csilla röviden ismertette, hogy mit is jelent az „Advent”. Ez a Karácsony napját, tehát december 25-ét megelőző negyedik vasárnaptól kezdődő, és Vízkeresztig, január 6-ig tartó időszak. Az első vasárnapja a Szent András napjához legközelebb eső vasárnap, idén ez december 1. lesz.

Az „Advent” szó jelentése: az úr eljövetele, latinul: „Adventus Domini”. A nyugalom, az elmélkedés, adakozás és megnyugvás ideje. Ilyenkor érdemes inkább befelé fordulni, önmagunkba nézni, és nem annyira a külvilág eseményeivel foglalkozni. Javasolt arra koncentrálni, hogy belül, bennünk, a lelkünkben mi zajlik.

Külső környezetünkben ilyenkor gyakran az történik, hogy megindulnak az emberek mindenféle ajándékokat vásárolni, de az Advent és a Karácsony igazából nem erről szól. Nem az a lényege, hogy minél több tárgyi ajándékot felhalmozzunk. Arra kellene fókuszálni, hogy megvizsgáljuk, miként tudunk még több szeretettel fordulni önmagunk és mások felé. Ilyenkor a kis Jézus születésére készülünk fel.

Lehet böjtölni, de nem feltétlenül szükséges, hogy ez az ételekre vonatkozzon. Ha nagyon sok negatív gondolatunk van, törekedhetünk arra, hogy kevesebb legyen. Ha úgy érezzük, sokat beszélünk kevésbé fontos dolgokról, igyekezhetünk azon, hogy ezekről kevesebb szót ejtsünk. A böjt tehát bármilyen jellegű lehet, lényege az, hogy kövessük, ami a szívünkben, lelkünkben megjelenik. Fontos, hogy mindenképpen pozitív célú dolog legyen. Olyan, ami előre visz minket és másokat is. Felesleges, hogy bármit is megvonjunk magunktól.

A következő percekben Csilla felolvasott egy kedves kis mesét.

Zelk Zoltán írta, a címe: „Mikulás bácsi csizmája”.

Főszereplője a jóságos Télapó és egy szegény ember, aki a téli hidegben az utcán, egy padon alszik. A Mikulás felismeri benne régi barátját, akit gyerekként ajándékozott meg utoljára. Úgy örült akkor a cukornak és csokoládénak, hogy még az égbe is felhallatszott a kacagása. A kis történet arról szól, hogy miként fordítja jobbra Télapó régi barátja sorsát, milyen ajándékokat ad neki, hogy szegényből gazdaggá tegye.

A teljes mese az alábbi linken elolvasható: <https://mikulas.info/zelk-zoltan-mikulas-bacsi-csizmaja/>

A délután második felében Eszter minden résztvevőnek kiosztott egy-egy szalmából készült, kisméretű, karika formájú koszorú alapot. Mindnyájan kidekorálhattuk a sajátunkat, takaros kis ajtódíszeket készítve. Ehhez borostyán és tuja ágakat, művirágfejeket (piros, ezüst és arany színben) bocsátottak rendelkezésünkre. Kaptunk még arany színű golyócskákat, szárított terméseket, fehérre festett mini tobozokat, de tűzpiros, műanyag szívecskéket is. Aki szerette volna, kaphatott öntapadós matricákat (arany és ezüst csillagok, karácsonyfák és angyalok formájában) és ráragaszthatta a karika alapjára. Aki inkább a virágokat, növényeket kedveli, selyemszalagból készített rózsafejeket is felhasználhatott a dekoráláshoz. A díszek legnagyobb többségét (a matricák kivételével) ragasztópisztollyal rögzítettük a koszorúra, és igény szerint akasztót is készíthettünk rá szalagból.

Látó segítőink elmondták, hogy bár ugyanazokból az „alapanyagokból” dolgoztunk, a kész művek mindegyike más és más lett. Mielőtt haza indultunk volna, meg is néztük egymás alkotásait.

Szívből jövő köszönet Csillának, Eszternek a szervezésért, a ránk figyelésért. A klub valódi alkalmat adott arra, hogy már most, november közepén megérezzünk valamit Advent áldásos hangulatából.

(A cikket írta: Taskovics Adél)

TÁRSSZERVEZETEINK HÍREI

Az Európai Siketvak Unió (EDbU) kiáltványa a Siketvakok Európai Napja alkalmából, 2024. október 22-én

Az Európai Siketvak Unió (EDbU) egy olyan szervezet, amelynek fő célja a siketvak emberek jogainak és jogos érdekeinek védelme!

Ezen a napon, azaz 2024. október 22-én, a Siketvakok Európai Napján azonnali és konkrét cselekvésre hívunk fel!

Egy hangon szólva egyesülünk, láthatóságot és elismerést kérve! Egyenlőséget és akadályok és korlátok nélküli életet akarunk!

A siketvakság különálló fogyatékoság, amely emberek millióit érinti Európában. Ők mind a méltóságteljes élethez való jogukat keresik.

1. Láthatóság és jogi elismerés

Követeljük a siketvakság, mint különálló fogyatékoság azonnali elismerését, ahogyan azt az Európai Parlament 1/2004-es írásbeli nyilatkozata is kimondja. A siketvak emberek rendkívüli nehézségekkel szembesülnek környezetük teljes körű érzékelése, a kommunikáció, a mobilitás, az oktatáshoz és az információhoz való hozzáférés terén.

Sok európai ország még nem hozott érdemi intézkedéseket a mindennapi életünkben jelentkező akadályok és korlátok minimalizálására, ami elfogadhatatlan és nem tűr halasztást.

Felszólítunk minden európai és nemzeti intézményt, hogy mielőbb tegyenek lépéseket láthatóságunk és jogi elismerésünk érdekében!

2. Sürgősségi állásfoglalás a hivatásos siketvak tolmácsokról és segítőkről, valamint a siketvak személyek kommunikációhoz és információhoz való egyenlő hozzáféréséről Európában

Sürgetjük az Európai Parlamentet, hogy hagyja jóvá és fogadja el a 2018-ban az Európai Parlamentben tartott „Egyedül keveset tehetünk, együtt sokat tehetünk” című konferencia állásfoglalását. Ez garantálja a hivatásos siketvak tolmácsokhoz és segítőkhöz való hozzáférést.

Támogatást kérünk annak érdekében, hogy a siketvakok méltó polgárként teljes mértékben részt vehessenek a társadalom életében!

3. A jelnyelvek elismerése

Követeljük a jelnyelvek hivatalos elismerését nemzeti nyelvként Európában, valamint a siketvakok elismerését e nyelvek használóiként! A jelnyelv létfontosságú a kommunikációhoz, és a közélet minden területén tiszteletben kell tartani a használatához való jogunkat.

4. A kommunikációs módszerek és rendszerek népszerűsítése, tanulmányozása és gyakorlása

Támogatjuk a különböző kommunikációs módszerek és rendszerek tanulmányozását, népszerűsítését és alkalmazását a siketvak személyek számára, biztosítva azok elterjedését és használatát az érintettek körében.

Ragaszkodunk a haptikus/szociohaptikus/protaktilis kommunikációs rendszer népszerűsítéséhez és támogatásához, amely sok siketvak egyén számára kulcsfontosságú a mindennapi kommunikációban és interakcióban. A kommunikáció alapvető emberi jog, amelyet nemzetközi jogi aktusok szabályoznak.

5. Önálló életvitel

Ragaszkodunk ahhoz, hogy a siketvak emberek könnyebben hozzáférhessenek a személyi asszisztensekhez, akik a mindennapi tevékenységekben, a szabadidő eltöltésében, az utazásban és a mobilitásban támogatják őket.

Ragaszkodunk a médiához való hozzáféréshez is a modern technológiák és szolgáltatások révén. Ez alapvető emberi jog, amely egyenlő feltételek mellett garantálja az egyetemes hozzáférhetőséget.

6. A szavazati jog gyakorlása

Az állampolgári részvétel a demokrácia egyik alappillére. Mi, siketvakok, ragaszkodunk a sürgős intézkedések megtételéhez, amelyek szakképzett és egyenlő feltételeket biztosítanak számunkra a szavazati jog gyakorlása során, ami alapvető emberi jog.

Ragaszkodunk a hozzáférhető és érthető választási információk biztosításához, elősegítve méltóságteljes és tisztességes részvételünket a demokratikus folyamatokban.

7. A döntéshozatalhoz való jog

Ragaszkodunk a nemzetközi jogi aktusokban szabályozott döntési szabadsághoz: szabadság és függetlenség a döntéshozatalhoz való jog gyakorlásában, a lakosság többi részével azonos feltételek mellett.

Ragaszkodunk ahhoz, hogy a siketvak emberek számára biztosított legyen a minőségi és szakképzett tolmácsszolgáltatás, ami a társadalmi befogadás és az élet minden területén való hatékony részvétel egyik szegmense.

8. Az egyéni és személyes szolgáltatásokhoz és technológiákhoz való hozzáférés

Ragaszkodunk ahhoz, hogy kommunikációs igényeinket professzionális siketvak tolmácsok, kommunikációs közvetítés és a technológiához való hozzáférés biztosításával elégíthessük ki.

Ragaszkodunk a mozgást, kommunikációt és informálódást szolgáló új technológiák kutatásában való részvételhez. Semmit a siketvakokért, a siketvakok nélkül!

9. A Siketvakok Európai Napja

Felszólítjuk az EU-t és a nemzeti kormányokat, hogy hivatalosan ismerjék el a Siketvakok Európai Napját, október 22-ét, az EDbU 2003. október 22-i megalakulásának napját. Az Európai Siketvak Unió (EDbU) egy olyan szervezet, amely nagy hagyományokkal rendelkezik a siketvak emberek jogainak és jogos érdekeinek védelmében egész Európában.

A hivatalos elismerés elengedhetetlen ahhoz, hogy közösségünk láthatóságot, támogatást és forrásokat kapjon.

10. A piros-fehér bot – a siketvakok szimbóluma

A piros-fehér bot a siketvakság szimbóluma és a siketvak közösség számára láthatóságot és identitást biztosító jel.

Felszólítjuk az állami szervezeteket, hogy ismerjék el és népszerűsítsék ezt a szimbólumot, hogy láthatóvá tegyék a siketvak embereket és az előttünk álló kihívásokat.

11. A siketvakok egyesületeinek támogatása

Szolidaritást és támogatást kérünk az összes európai országban működő siketvak szervezet számára. Ezeket siketvak személyek vezetik. Céljuk az esélyegyenlőség és jogaink hatékony gyakorlása, összhangban a fogyatékossgal élő személyek jogairól szóló ENSZ-egyezménnyel.

12. A siketvak nők és lányok jogai

A siketvak nők és lányok nap mint nap hatalmas kihívásokkal szembesülnek, mint például a diszkrimináció és az erőszak veszélye. Egy siketvak nő vagy lány mindig sebezhető, és könnyű célpontja a támadásnak és a megaláztatásnak.

Ragaszkodunk ahhoz, hogy a stratégiák kidolgozásába őket is bevonják, és megfelelő intézkedések szülessenek az alapvető emberi jogok és jogos érdekek biztosítása érdekében! Mindezt a többi nővel és lánnyal azonos feltételek mellett, legyenek azok épek vagy fogyatékossgal élők.

13. A siketvak fiatalok felemelkedése

Ragaszkodunk az oktatáshoz, a munkához, a szabadidőhöz és a közéletben való egyenlőséghez való méltányos hozzáféréshez! Teljes értékű gyermek- és ifjúkort kell biztosítani számukra, az Európai Unió polgáraiként.

14. Méltóságteljes öregedés

Ragaszkodunk a siketvak emberek méltóságteljes öregedéséhez, jogaik tiszteletben tartásához, annak garantálásához, hogy az öregedés nem jelenti identitásuk elvesztését vagy a társadalomból való kirekesztést.

Szolidaritást, támogatást, minőségi ellátást és szolgáltatásokat sürgetünk, amelyek biztosítják az idős siketvakok számára a minőségi életet az időskorban. Létfontosságú, hogy megőrizzük méltóságukat, országuk és társadalmuk polgáraiként!

A Siketvakok Európai Napján, 2024. október 22-én fogjunk össze, és érjük el céljainkat közösen!

Követeljük az életünket javító politikák és konkrét intézkedések megvalósítását!

Európa, itt vagyunk, és sürgős intézkedéseket és cselekvést követelünk az illetékes hatóságoktól a siketvak emberek biztonsága és méltóságteljes élete érdekében!

Követeljük a megérdemelt elismerést! Együtt valóra válthatjuk álmainkat!

(Angol nyelvről fordította: Taskovics Adél)

November 9-ről, a Magyar Jelnyelv Napjáról az „Esély” című műsorban is megemlékeztek

2024. november 9-én, szombaton az M1 és a Duna World televíziós csatornáin rendszeresen látható „Esély” című műsorban külön riportot szenteltek a Magyar Jelnyelv Napjának.

A bejátszás első mondataiból kiderült: 2009-ben ezen a napon fogadta el az Országgyűlés a magyar jelnyelvről és a jelnyelv használatáról szóló törvényt. Ez a jogszabály kimondja, hogy a jelnyelv önálló, természetes nyelv. Emellett a térítésmentes jelnyelvi tolmácsszolgáltatás igénybevételének kereteiről is rendelkezik.

E nap alkalmából bemutattak a nézőknek egy jelnyelven előadó mesemondót és egy jelszínházat. Mindkettő a SINOSZ által szervezett, Siketek Világnapjához kapcsolódó rendezvényen aratott sikert.

Szőke Mihály anyanyelvi jelnyelvhasználó. A mesék világával felnőttként ismerkedett meg. Előadásmódját saját kreativitása és a siket közösség is formálta.

Nagyon szegénylős gyerek volt. Élete akkor változott meg, amikor Budapestre költözött, munkába állt. Sok siket emberrel volt módja megismerkedni, beszélgetni, akiktől szép számban sajátított el új jeleket. Azon igyekezett, hogy amennyire ez csak lehetséges, saját személyiségére formálja a jelnyelvet. Fellépéseire sokat és nagy tudatossággal készül. Ha valamit nem ért, a tolmácsirodában kér segítséget. Itt a számára legkönnyebben értelmezhető módon, vizuális jelek segítségével teszik érthetővé a mondatokat. Ezen felül otthon is gyakorol. A tükör előtt szokott felkészülni egy-egy meséből. Többször is eljелеli, sokat segít neki, hogy kívülről látja magát. Amikor már összeáll fejében a kép, hogy miként kellene azt előadnia, magabiztosan tud a közönség elé lépni.

A Jeles Színtársulat 8-10 állandó tagot számlál. A Siketek Világnapjára szervezett rendezvényen négyen léptek fel Salgótarjánban. A társulatot Túróczy Erika alapította.

Jelnyelvi tolmácsa segítségével elmondta: régóta játszott egy színtársulatban, ahonnan egy idő után kilépett. Szeretett volna önállósnodni.

Hobbi a számára, hogy fiatalokat vonhat be színtársulatába, akikkel időnként összegyűlnek és előadnak egy-egy darabot. Az előadások mindig közös ötletelésből állnak össze.

Kiss Ádám gyakran játszik főszerepet. Szégyenlősnek tartja magát és saját bevallása szerint mindig nagyon izgul, hogy jól sikerüljön a szereplés. Próbál csapattársai elvárásainak maximálisan megfelelni.

A társulat versekkel és más, jelnyelvi videókkal az interneten is jelen van. A verses mesék jelnyelvi előadásra történő adaptálása különleges feladat. Erika szavaiból egyértelműen kicsengett: egy vers szóról szóra történő lefordítása a jelnyelvhasználók számára unalmas lenne. Ahhoz, hogy számukra is élményt nyújtson, kell a mimika, a testjáték. Ami fontos a versben, ami vicces, vagy látványos lehet jelnyelven, azt emelik ki. Több mozgást tesznek bele, így mindenki élvezi.

A színtársulattal előveszik a szöveget, és a mondatokból elkezdnek „játékot csinálni”, ötletelni. Ami a legjobb, arra helyezik a hangsúlyt, és közös munkával hozzák létre a színdarabokat.

(A cikket írta: Taskovics Adél)

Európai Fogytékossági Kártya: a végrehajtásig tartó visszaszámlálás most kezdődik!

Az Európai Fogytékossági Kártyáról és az Európai Parkoló Kártyáról szóló irányelvek november 14-én jelentek meg az EU Hivatalos Lapjában! Ez az utolsó lépés azok hivatalos jogszabállyá tételéhez. Egyúttal megkezdődik a végrehajtásig tartó visszaszámlálás a tagállamok számára.

Mostantól számítva legfeljebb 30 hónapjuk van arra, hogy a jogszabályokat nemzeti szabályokká alakítsák át. Ez az úgynevezett átültetési folyamat. A közzététel napjától számítva legfeljebb 42 hónapjuk van arra, hogy létrehozzák a szükséges rendszereket és megkezdjék a kártyák kibocsátását. Ez azt jelenti, hogy az Európai Fogytékossági Kártya legfeljebb 3 és fél év múlva, azaz 2028. június 5-ig minden uniós országban valósággá válhat.

Az EDF bátorítja az uniós országokat, hogy tekintsék prioritásnak a nemzeti jogszabályok erősítését és a lehető leghamarabb kezdjék meg a kártyák elfogadását és kibocsátását.

Ebben az időszakban forrásokkal támogatják tagjaikat, hogy a kártyák háttérét adó nemzeti szabályok ambiciózusak legyenek, és túlmutassanak a minimumkövetelményeken.

Az Európai Bizottság felé továbbra is tesznek érdekképviselői lépéseket annak érdekében, hogy a még kidolgozásra váró technikai szövegek a lehető legmegbízhatóbbak legyenek.

A Kártyák nem valósítják meg a fogyatékosokkal élők teljes mozgásszabadságát. Az EDF tervei szerint további jogszabályok megalkotását szorgalmazza ezzel kapcsolatosan. Mindezt azért, hogy a fogyatékosokkal élő személyek szabadon mozoghassanak és élhessenek, bárhol az EU területén. Ebbe azt is bele kell érteni, hogy a szükséges támogatás elvesztése nélkül élhessenek és dolgozhassanak külföldön.

Forrás: edf-feph.org

(Angol nyelvről fordította: Taskovics Adél)

HÍR, ÉRDEKESÉG

Vak emberek látását hozta vissza a Neuralink riválisának különleges fejlesztése

A Neuralink egyik legnagyobb riválisa, a Science Corporation a közelmúltban fontos klinikai kísérletet hajtott végre előrehaladott idős kori makuladegenerációban (AMD) szenvedő betegeken. Az érintettek rendelkeztek perifériás látással. Központi látásukban azonban vakfoltok keletkeztek, ami megnehezíti az olvasást, az arcok felismerését és a gyenge fényviszonyok közötti látást. A résztvevők az Egyesült Államokban érvényben lévő szabályok alapján vaknak minősültek.

A páciensek egy új szemimplantátumot kaptak. A kaliforniai vállalat ígéretes eredményeket közölt. Max Hodak, a Science Corporation vezérigazgatója és a Neuralink korábbi elnöke is megszólalt a témában. Elmondta, megdöbben, amikor először látott egy videót, amelyben egy vak beteg az implantátum segítségével olvasott.

A Prima névre keresztelt implantátum egy 2 mm-es, négyzet alakú chipből áll. 80 perces műtéti beavatkozás során helyezik a retina alá.

Egy kamerával felszerelt szemüveg rögzíti a látott képet. Infravörös fénymentákat sugároz a chipre, amely 378 fényenergiával működő képponttal rendelkezik. A chip gyakorlatilag úgy működik, mint egy apró napelem: a fényt elektromos jelekké alakítja, amelyek közvetlenül az agyba jutnak. Az agy ezeket a jeleket képként értelmezi, ezzel szimulálva a természetes látást.

Hodak szerint a Prima abban különbözik a korábbi retinaimplantátumoktól, hogy képes formákat, mintákat és más vizuális elemeket érzékelni. Fontos azonban megjegyezni, hogy a látás még mindig csak részleges; a felhasználók nem érzékelik a színeket, csupán sárgás árnyalatú képeket látnak.

„A különböző chip-implantációs technológiák közül, amelyeket eddig kipróbáltak, ez az egyik legstabilabb megoldás. Azt viszont még nem tudjuk, hogy mennyire lesz hasznos az emberek számára a mindennapi használat során” – fogalmazott Sunir Garg, a philadelphiai Wills Szemkórház szemorvosa.

Szerinte óriási szükség van egy jól működő eszközre. Egyes becslések szerint csak az Egyesült Államokban több, mint 20 millióan szenvednek időskori makuladegenerációban. Ez a szám várhatóan a következő 20 évben jelentősen növekedni fog.

Forrás: pcwplus.hu

Öt érdekesség, amit kevesen tudnak az adventi időszakról

1. Az első adventi koszorú egy kocsikeréken készült el

Az Advent az egyházi év kezdetét jelzi, amit a keresztények már a negyedik századtól ünnepelnek. Az első adventi koszorút 1939-ben egy evangélikus lelkész, Johann Hinrich Wichern készítette el. Egy kocsikerékre erősítette a várakozást jelző gyertyákat és a zöld ágakat. Érdekesség, hogy az adventi koszorú használata tömegesen csak az 1980-as évektől terjedt el.

2. A mostani négy adventi gyertya helyett régen huszonnégyet használtak

A 20. század elejéig az evangélikus körökben 24 gyertyát használtak Adventkor. Húsz piros gyertyát a hétköznapokon gyújtottak meg, míg a fehér gyertyákat vasárnaponként. Ma már négy gyertyát használunk, amik a hitet, a reményt, az örömet és a szeretetet jelképezik. A katolikus gyakorlatban három lila és egy rózsaszín gyertya ég a koszorún: a rózsaszín az örömet jelképezi, a lila a bűntöt és a bűnbánatot.

3. Mi köze van Adventnek András naphoz?

Az Advent időszaka mindig András naphoz kötődik. Így a november 30-hoz legközelebb eső vasárnap Advent első vasárnapja.

4. Böjt és szerelmi varázslat

A régi időkben a testi-lelki megújulás időszaka volt Advent. A hívők böjtöltek, és amikor megszólaltak a harangok – jelezve ezzel a hajnali misét –, azután nem tarthattak táncos összejöveteleket, így lakodalmat sem. Érdekesség, hogy amikor harangoztak a rotátéra (hajnali mise), akkor a lányok cukrot vagy mézet ettek, úgy tartották, hogy ezzel könnyen magukhoz csalogatják a legényeket. A harangkötélből pedig kiszedték a kenderszálat, amit befontak a pántlikájukba azzal a reménnyel, hogy farsangkor sok kérőjük lesz.

5. Boszorkányok az ólban

A népi gyakorlatban főleg Erdélyhez köthetők a babonás szokások: adventi harangszókor azért zárták be az összes kaput, hogy a boszorkányok ne hogy megszállják az állataikat. A boszik állati alakjaihoz kötötték például azt is, ha a tehén nem adott tejet, vagy ha a tyúkok nem tojtak tojást.

Forrás: rtl.hu

Az építészet mestere, aki nélkül Budapest sosem válhatott volna világvárossá

Hauszmann Alajos Budán látta meg a napvilágot, 1847. június 9-én. Élete és munkássága meghatározó volt a magyar építészet történetében. Jelentős szerepet játszott abban, hogy Budapest a századfordulón igazi világvárossá vált.

Gyermekkora békében és jólétben telt. Kiskamaszként a vegytan és a dunai evezés iránt rajongott. Barátaival egy csónakegyletet is alapított, bár egy csúnya borulás után szülei megtiltották neki a vízisportokat.

A víz iránti szenvedélye azonban felnőttkorában is megmaradt. Egyik kezdeményezője lett az első Balatoni Vitorlázó Egyletnek.

Apja korai halála után Hauszmann magántanítványokat fogadott, majd a reáliskolában kőművesnek tanult. Akkoriban a kőművesek nemcsak az építési munkákat végezték, hanem a házak tervezését is rájuk bízta. Hauszmann később jelentős szerepet vállalt abban, hogy **A MŰEGYETEMEN ÖNÁLLÓ ÉPÍTÉSZMÉRNÖKI KÉPZÉS JÖJJÖN LÉTRE MAGYAR NYELVEN.**

Több mint négy évtizeden át oktatott itt, nagy hatást gyakorolva a hazai építészek következő nemzedékeire.

Olaszországi tanulmányútján lenyűgözte a reneszánsz stílus, amely nagy hatással volt munkásságára. Hitvallása szerint az építészetben vissza kell köszönniük a korábbi korok értékeinek. Ezért főként a historizmus

jegyében alkotott Budapeستől Kolozsvárig. Legismertebb épületei között található a New York-palota, a királyi kúria és a Műegyetem főépülete. MUNKÁSSÁGA RÉVÉN BUDAPEST NEMZETKÖZI ELISMERÉST SZERZETT, ÉS A VÁROS ÉPÍTÉSZETI CSODÁLAT TÁRGYÁVÁ VÁLT. Életművének csúcsa a Budavári Királyi Palota tervezése és kivitelezésének irányítása volt. Ybl Miklós halálát követően, 1891-ben Hauszmann kapta meg a megbízást a palota bővítésére. Munkája során létrehozta Európa egyik legelőkelőbb palotaudvarát, és a palota Szent György térig történő meghosszabbításával kialakította annak jelenlegi formáját.

Nemcsak építészként, de emberként is kiemelkedő volt. Az I. világháború alatt például kórházat alakított ki velencei kastélyának vendégházában, ahol háborús sebesülteket fogadtak.

Élete legszomorúbb időszaka a Tanácsköztársaság idején jött el. Ekkor feketelistára került, és családjával vidékre kellett menekülnie. A megpróbáltatásokat sikerült átvészelnie, 1926-ban, 79 éves korában hunyt el.

Forrás: lelepo.hu

Maradék okozta egy család halálát – szakértők szerint így olvashatjuk fel biztonságosan az ételeket

Néhány évvel ezelőtt egy kínai család kilenc tagja az életét vesztette. Mindez azután történt, hogy egy nemzeti ünnepen elfogyasztották az egy évvel korábban lefagyasztott, erjesztett kukoricalisztból készült, Suantangzi nevű tésztás ételük maradékát.

Összesen 12-en ültek asztalhoz. Az étel furcsa íze miatt hárman végül nem kértek belőle. A többiek nem sokkal a reggelit követően rosszul lettek, hányingerük támadt, hánytak és hasi fájdalmaik voltak. Az állapotuk annyira rosszra fordult, hogy végül kórházba kerültek, ám a következő napokban sorra meghaltak.

A hatóságok a nyomozás során megállapították, hogy a családtagok halálát a rendkívül mérgező, úgynevezett bongkrek sav okozta. Ez a hosszú fagyasztási idő során nagyon magas koncentrációban szabadult fel az ételben. Az anyagot a tésztában és a halott családtagok gyomrában is felfedezték.

A szakemberek az eset kapcsán figyelmeztettek, hogy a bongkrek sav egy halálos légúti mérgező. Kifejezetten erjesztett élelmiszerekben képződhet, a szennyezett ételek elfogyasztása pedig az esetek 40-100 százalékában halálos lehet.

Mindez régen történt, de máig rámutat annak a fontosságára, hogy tisztában kell lennünk a különböző ételek fagyaszthatóságával. Ennek kapcsán szakemberek fogalmazták meg a tanácsaikát. Az Egyesült Államok Mezőgazdasági Minisztériumához tartozó élelmiszer-biztonsági és ellenőrzési szolgálat közleményében például az áll, hogy a fagyasztott élelmiszereket a legjobb a hűtőszekrénybe téve felolvasztani. Itt biztonságos, állandó hőmérsékleten, vagyis nagyjából 4 Celsius-fokon, vagy az alatt maradnak.

„A romlandó élelmiszereket soha nem szabad a pulton vagy forró vízben felolvasztani, és nem szabad két óránál tovább szobahőmérsékleten hagyni. Az ételek felolvasztásának három biztonságos módja van: a hűtőszekrényben, hideg vízben és mikrohullámú sütőben” – fejtették ki. Ha a hűtőszekrényt választjuk, előre kell terveznünk. A húsoknak például 24 óra kell ahhoz, hogy teljesen kiolvadjanak a fridzsiderbe téve. Érdeemes észben tartani, hogy a hűtő egyes területein hűvösebb van.

Hideg vizes felengedés esetén szivárgásmentes csomagolózacskóba ajánlott tenni a húst, hogy távol tartsuk tőle a baktériumokat. Ezen kívül félóránként kell cserélni a vizet.

Amennyiben a leggyorsabb módszert, vagyis a mikrót választjuk az olvasztáshoz, oda kell rá figyelni, hogy felengedés után azonnal megfőzzük vagy megsüssük a húst.

Forrás: velvet.hu

Ezért élhetnek több száz évig ezek a cápák

A grönlandi cápák több száz évig képesek élni. Ennek okát régóta próbálják kideríteni a kutatók.

Egy új vizsgálat most magyarázatot adhat a jelenségre. Úgy tűnik, a soha nem változó anyagcsere áll az extrém kor háttérében – írja a Live Science. A példányok átlagos élettartama 250 év. Potenciálisan 500 évig is élhetnek, ezzel valószínűleg ők a leghosszabb életű gerincesek.

A grönlandi cápák Jeges-tenger és az Atlanti-óceán északi részén fordulnak elő, és akár 2700 méteres mélységig is lemerülhetnek.

A szakértők sokáig azt feltételezték, hogy hosszú élettartamukért a rendkívül hideg környezet, illetve a minimális mozgás felelős. A friss eredmények azonban azt mutatják, hogy a valódi ok az, hogy anyagcseréjük nem változik, ahogy öregednek.

Az anyagcsere során az enzimek a tápanyagokat energiává alakítják. Ezt a szervezet a szövetek felépítésére és javítására használja fel.

A legtöbb állatban az anyagcsere sebessége idővel csökken, ami az energiatermelés visszaeséséhez és a sejtek lassabb regenerálódásához

vezet. A folyamat emellett gyengíti a sejtek salakanyagok eltávolítására való képességét, ez pedig további sejtkárosodást idéz elő.

Az enzimaktivitások összehasonlításakor kiderült, hogy nincs változás a különböző életkorú cápák között. A stabil anyagcsere azt jelzi, hogy a faj szervezete hosszú élete során kevésbé használódik el, mint más állatoké. Az eredmények azt is feltárták, hogy melegebb hőmérsékleten az enzimek aktivitása magasabb. Ez arra utalhat, hogy a grönlandi cápa enzimek nem kifejezetten a hideg körülményekhez alkalmazkodtak.

A kutatók feltételezése szerint melegebb környezetben az állatok anyagcseréje fokozódna, megváltoztatva az életmódjukat. Mivel a faj élőhelye jelenleg gyorsan melegedik, ennek jelentős hatása lehet a jövőben. A kutatók célja, hogy folytassák a grönlandi cápák öregedésének és anyagcseréjének vizsgálatát. A hasonló elemzések a faj védelméhez is hozzájárulhatnak.

Forrás: 24.hu

Hogyan jön létre az arany? A tudósok válasza az évezredek kérdésre

Az arany az egyik legértékesebb nemesfém a Földön. Napjainkban használja többek között az ékszeripar, az elektronikai ágazat, az orvostechikai ipar: implantátumokat, fogászati csapokat, sztenteket (értágító hálókat) gyártanak belőle. A történelem során fizetőeszköz volt. Az alkimisták a középkortól kezdődően próbáltak más fémekből aranyat csinálni. Az aranyosok valószínűleg már a bronzkor óta igyekeztek a folyóvízből kinyerni az értékes nemesfémeket. Az ókorban a világ számos pontján megnyitottak az első aranybányák – általában uralkodói felügyelet alatt –, ahonnan a kibányászott arany a kincstárba került. Ám hogy a földben található arany hogyan is jön létre valójában, azt sokáig nem tudták az emberek.

Nem a földkéregben – és még csak nem is a földköpenyben – keletkezik, emiatt pedig földi mennyisége véges. A Földön megtalálható nehézelemek szupernóvákban, csillagok belsejében, neutroncsillagok ütközése során jönnek létre. Tehát az arany valójában a világűrben származik.

Sokáig úgy fogalmazták meg, hogy két halott csillag összeütközése következtében indul el az a folyamat, mely végül az arany keletkezéséhez vezet. A robbanás következtében megdermed, majd útra kel a világűrben. A Földre pedig bolygónk gravitációs mezőjének köszönhetően kerül. A darmstadti Helmholtz Nehézion-kutatási Központ szakemberei MNRAS szakfolyóiratban tették közzé azokat a kutatási eredményeiket, melyek

ennél jóval részletesebben magyarázzák, hogyan is alakul ki az arany a világűrben.

2017-ben a gravitációs hullámok első észlelése során a tudósok úgy gondolták, hogy a neutroncsillagok egybeolvadása lehet a kulcs. A fekete lyukak körüli, úgynevezett akkréciós korongokat is vizsgálták, melyekben forró és sűrű anyagok keringenek.

A kutatási központ szakembereinek vizsgálata szerint minél nehezebbek ezek az akkréciós korongok, annál nagyobb az esély a nehézelemek, így az arany kialakulására is. Ez azonban csak egy határig igaz, mert, ha túl nagy az akkréciós korong tömege, a neutronok visszaalakulnak protonná. Az arany (illetve a nehézelemek) létrejötte szempontjából az akkréciós korong optimális tömegének egy század és egy tized naptömeg között kell hogy mozogjon. Tehát az arany kialakulásáért a neutroncsillagok összeolvadásakor születő akkréciós korongok felelnek – amennyiben optimális a súlyuk.

Forrás: femina.hu/terasz

Van egy európai ország, ahol már csak négynapos a munkahét

Izlandon bevált a négynapos munkahét intézménye. Több kísérlet után arra jutottak az elemzők, hogy így is erősödtek az ország gazdasági mutatói. A munkavállalók mentális és fizikai egészsége, valamint az otthon és munkában töltött idő egyensúlya is nagymértékben javult. Ehhez mindössze annyi kellett, hogy a fizetések ne csökkenjenek, így a termelékenység is megmaradt.

2020 és 2022 között az országban a munkavállalók 51 százaléka fogadta el a rövidebb munkaidőre vonatkozó ajánlatot, beleértve a négynapos hetet is – állapította meg két elemző. Szerintük ez az arány ma valószínűleg még magasabb lenne.

Izlandon két nagy kísérletben – 2015 és 2019 között – a közsféra alkalmazottainak munkaóráit heti 40-ről 35–36 órára csökkentették. Közben a fizetésük megmaradt ugyanazon a szinten.

A kísérletekben 2500 ember vett részt – az akkori izlandi dolgozó népesség több mint 1 százaléka. A céljuk a termelékenység fenntartása vagy növelése volt, miközben javítottak a munka és a magánélet egyensúlyán. A kutatók megállapították, hogy a termelékenység a legtöbb munkahelyen változatlan maradt vagy javult.

A munkavállalók jóléte pozitív irányba változott, az érzékelt stressztől és kiegészztől kezdve az egészségi állapoton át a munka és a magánélet egyensúlyáig minden tekintetben.

Ezt követően az izlandi szakszervezetek országszerte több tízezer tagjuk munkaidejének csökkentéséről tárgyaltak.

Világszerte számos kísérletet tettek a négynapos munkahét bevezetésére. Ezek közé tartozik a 2022-es sikeres kísérlet, amely 33 vállalatot érintett, többségében az Egyesült Államokban és Írországban, vagy éppen egy másik szigetországban, az Egyesült Királyságban. Emellett kísérleteznek vele Japánban, de még Dubajban is. Magyarországon többek között a Magyar Telekomnál tesztelték a négynapos munkahetet.

Forrás: index.hu

A világ egyik legbékésebb országának sötétebb a múltja, mint hinnénk

Közel 10 millió négyzetkilométeres területével Kanada a világ második legnagyobb országa, mindössze Oroszország előzi meg. Ehhez képest lakossága 42 millió fő. Ez azt jelenti, hogy kifejezetten alacsony a népsűrűség. Ha autóba szállunk, több száz kilométert is megtehetünk a végtelen erdők által szegélyezett utakon anélkül, hogy egy árva lélekkel találkoznánk.

Már csak a végtelen területe miatt is a lehetőségek országa lehetne. Egy kifejezetten befogadó társadalomnak számít, ahol megférnek egymással őslakosok, angol és francia felmenőkkel rendelkezők, kínaiak, filippínók és... magyarok is. A világon itt található az egyik legnagyobb magyar diaszpóra, közel 300 ezren jelölték be a magyar nemzetiséget a népszámláláskor.

Pár évvel ezelőtt futótűzként terjedt a hír a világhálón, hogy 215 gyermek maradványait találták meg egy bentlakásos iskola területén. Ezek a maradványok egytől egyig az iskola egykori őslakos tanulóihoz tartoztak. Tragédiák történnek a világban, gondolhatnánk, csak hogy nem egy elszigetelt esetről van szó, hanem egy erőszakos asszimilációs politika jellemző példájáról.

Kanada asszimilációs politikájában mérföldkő volt az 1876-os indián törvény. Azzal a céllal hozták, hogy az őslakosokat a többségi társadalom normáihoz igazítsák. Ehhez az egyik leghatékonyabb eszköznek a bentlakásos iskolarendszer tűnt. Ez a gyakorlatban azt jelentette, hogy a hatóságok a gyerekeket elszakították családjaiktól, őslakos közösségeiktől, és az otthonuktól akár több száz kilométerre lévő bentlakásos iskolákban helyezték el őket.

Itt kötelezték a gyerekeket, hogy angolul, franciául tanuljanak, és szigorú büntetést kaptak, ha saját nyelvükön mertek megszólalni.

Ez a gyakorlat nagyban hozzájárult az őslakosok nyelvének és kultúrájának hanyatlásához, ami mind a mai napig ható társadalmi katasztrófát jelentett ezeknek a népeknek. A kolonizáció őslakos közösségekre gyakorolt negatív hatása természetesen nem csak Kanadában volt tetten érhető.

Az őslakosokkal kapcsolatos társadalmi válságjelenségek hasonló példákat mutatnak a különböző országokban. Megfosztják őket tradicionális, jól működő társadalmi rendszerüktől, szokásaiktól. Sokszor a többségi társadalom elutasítása miatt képtelenek lesznek betagozódni az új társadalmi rend által diktált életrendbe.

Ez pedig egész közösségeket vezet demoralizálódáshoz, széteséshez, eltűnéshez. Nem véletlen például, hogy őslakos közösségek körében a többségi társadalomhoz képest kiugróan magas az alkoholisták, öngyilkosok, pszichés betegségektől szenvedők száma.

Az indiánoknak szánt bentlakásos intézmények sötét titkai

Térjünk vissza a kanadai bentlakásos iskolákhoz! A családjuktól legkorábban akár 4 éves (!) korukban, erőszakkal elszakított gyerekek tradicionális viseletét már érkezésükkor angolszász öltözetre vagy egyenruhára cserélték.

Levágták szép hosszú hajukat, még akkor is, ha sok népcsoport esetében a hajnak vallási, rituális jelentősége volt. Semmilyen személyes tárgyat nem tarthattak maguknál, ami a szeretteikre, népükre emlékeztette volna őket. Az iskolák túlzásúfoltak voltak, az ételek pedig gyakran alacsony tápértékkel, minőségben készültek. A rossz lakhatási körülmények és az alultápláltság miatt így sokszor járványok tomboltak az iskolák falai között. Mindezen felül a tanulók a legkülönfélébb abúzusokat szenvedték el az intézmények személyzetétől: a fizikai, szexuális, lelki bántalmazások rendszeresek voltak az egykori diákok beszámolóí szerint. Emiatt nagyon sokan próbáltak elszökni, vagy végezni magukkal. A bántalmazásban elhunyt gyerekek ügyét pedig számos esetben eltussolták.

Így történhetett, hogy rengeteg család, akitől elvették gyermekét, soha nem láthatta őt viszont. Ez feldolgozhatatlan traumát okozott a szülőknek és hozzátartozóknak.

A 4 és 15 év közötti őslakos gyerekeket asszimilációra kényszerítő bentlakásos iskolarendszer az 1880-as évektől egészen a 20. század végéig állt fenn. Hasonló „beiskolázásra” pedig az Egyesült Államokban is szép számmal találunk példákat. Az öld meg az indiánt (a gyermekben), hogy megmentsd az embert” elv pedig mindkét országban megdöbbentően sokáig uralkodott az oktatásban.

Apropó, oktatás: a legtöbb esetben csak imádkozni és mezőgazdasági munkák elvégzésére tanították meg az indián gyermekeket, így esélyük

sem volt, hogy kitörhessenek, és a társadalmi ranglétra magasabb fokain meg tudjanak kapaszkodni.

Kanadában az 1870-es évektől működő bentlakásos iskolarendszer 1996-os megszűnéséig mintegy 150 ezer gyermek tanult. Hogy hányan haltak meg összesen, arról jelenleg nincsenek pontos információk, mert az esetek feltárása még folyamatban van. A kanadai kormány adatai szerint azonban eddig 4126 halálos esetet regisztráltak. Ez tehát 4126 tönkrement családot jelent.

Forrás: divany.hu

Esküvő után akár 4 évig is tilos a nőnek főznie ennél a népnél

Dél-Szudán mindössze 12 éves, de történelme annál véresebb.

A brit gyarmatosítók által Szudán néven egyesített kelet-afrikai terület északi és déli részén élők viszonya mindig is konfliktusosnak számított. Az északi részen inkább muszlim, a déli területeken pedig a keresztény és animista vallásúak éltek.

Az ország 1956-ban kiáltotta ki függetlenségét, és szakadt el a brit gyarmatbirodalomtól. Ez azonban nem szüntette meg a konfliktusokat: 1955 és 1972 között, majd 1983 és 2005 között kegyetlen polgárháború dúlt az országban. Becslések szerint a 32 milliónyi lakosságból négymillióan elmenekültek, kétmillióan életüket veszítették. Az oktatás, az egészségügyi ellátás romokban hevert, a lakosság éhezett.

2005-ben nemzetközi nyomásra a kormány és a lázadó csapatok békét kötöttek. Dél-Szudán előbb autonóm tartomány, majd 2011-től önálló ország lett. Sokáig azonban nem élvezhették a békét: 2013-ban ismét fegyveres konfliktus kezdődött, amely azóta is hol elcsitul, hol pedig ismét fellángol. Az etnikai tisztogatások, az erőszak, az éhezés és a túlszűfolt menekülttáborok a dél-szudániak mindennapjainak részévé váltak. Ez a tény pedig ősidők óta űzött életformájukra is hatással van.

A dél-szudáni régióban a legnépesebb etnikai csoport a 4-5 millió főt számláló dinkáké.

A valaha a Núbiai Birodalomhoz tartozó dinkák sudár termetükről voltak híresek. A ruandai tuszikkal együtt az 1950-es években még a dinka férfiak számítottak a legmagasabb termetűnek Afrika-szerte.

Átlagosan 182,6 cm-es testmagasságuk volt. A háború és a nélkülözések ugyanakkor erre is hatást gyakoroltak: a 90-es években már a 177 cm-t sem érte el az átlagos testmagasság.

A dinka férfiak gabonatermesztésből és szarvasmarha-tenyésztésből élnek. Életmódjuk félig-meddig nomád. A májustól decemberig tartó száraz évszakban a hegyvidékről a Nílus közelében lévő alföldekre vándorolnak.

Az esős évszakban pedig állataikkal együtt visszaköltöznek a hegyvidékre, ahol megkezdik a termények (például a cirok vagy a köles) betakarítását. A törzs tagjai a szarvasmarhát szinte szent állatként tisztelik. A fiúk fő feladata felnőtté avatásuk előtt a tehének fejése.

A felnőtté avatás után egy éles tárggyal megkarcolják a homlokukat, hogy afféle hegtetoválás díszítse a bőrüket. Ezután kapnak egy második nevet – a kedvenc marhájuk színe után.

A dinka nőket a dél-szudáni törzsek a „szépség varázslói”-ként emlegetik. A férfiak menyasszonyukért is szarvasmarhában fizetnek.

A feleség átlagos „ára” 100 és 500 szarvasmarha között mozog.

A szerelmi házasság ritka, sokkal inkább a családok közötti szoros kapcsolatot hivatott elősegíteni.

A nőnek nincs sok beleszólása abba, kihez megy feleségül – annál kevésbé, minél fiatalabb korban adják férjhez.

A dinka nők átlagosan 18 évesen házasodnak meg. Ugyanakkor ma sem ritka, hogy valakit már 12 évesen férjhez adnak.

A törzs szokásai szerint a menyegző után az ifjú feleséget legalább egy hétig, de akár négy évig is felmentik a házimunka alól.

Ez idő alatt berendezkedik új otthonában, és kiismeri a férje szokásait. Eközben a sógornője végzi az összes házimunkát.

Az időszak végét egy szertartás, a thaat követi. Ekkor levágnak három tehenet, öt kecskét, a feleséget „hivatalosan” is üdvözlik a családban. Ezentúl főzhet férjére – no meg persze az összes többi fizikai munkát is elvégezheti. A feleség státusza azonban még így sem teljes: csak akkor válik azzá, ha már legalább két gyermeket szült.

A dél-szudáni társadalmi berendezkedés mélyen patriarchális; a feleség nemcsak férjének, hanem férje férfi rokonainak is engedelmességgel tartozik. Ahogy egy dél-szudáni asszony fogalmazott egy interjúban:

„Az életünk a marhák, a házasság és a gyerekek körül forog. A marhák teszik lehetővé a házasságot, a házasság eredménye pedig a gyermek.”

A nők helyzete egyébként sem irigylésre méltó Dél-Szudánban.

Napi 18 órát dolgoznak a ház körül. A férfiak a háború miatt elvesztették őseiktől maradt megélhetésüket. Így „egész nap ülnek és beszélgetnek, isszák a sört, miközben a nőkre hárul az összes nehéz fizikai munka, a főzés, a vízszállítás és a gyerekek nevelése is”.

A többnejűség legális Dél-Szudánban. A feleségek számának legfeljebb a szarvasmarhák száma szabhat határt.

Míg a férfiak számára legális a poligámia, a házasságtörő nőket sokszor önbíráskodással büntetik.

A dinkák között is gyakori az afrikai kultúrákban nem ismeretlen „szellemházasság”. A férj halála után a feleséget „megörökli” a férj egyik hozzátartozója. A közösség továbbra is az elhunyt feleségének, születendő gyermekeit az elhunyt gyermekeinek tekinti. A polgárháborúk

miatt sok nő kötött ily módon szellemházasságot, de ha nem tennék, sem lenne sok lehetőségük. A dél-szudáni hagyomány szerint a házasság nem ér véget a férj halálával, így nem házasodhat újra.

Az a típusú szellemházasság is előfordul, amikor elhunyt férfiak családja szarvasmarhával fizet egy nő családjának azért, hogy tovább vigye a család nevét. Ez független attól, hogy a gyermekek apja valójában kicsoda. Őket a törzs tagjai „szellemgyerekeknek” nevezik.

Forrás: divany.hu

KEDVENC RECEPTEIM

Rovatunk következő finomsága: a gombafasírt.

Hozzávalók:

- 2 zsömlé;
- 30 dkg gomba;
- 1 nagyobb fej hagyma;
- 2 tojás;
- fűszerek (egy pici pirospaprika, kevés bors, fokhagyma, só).

A 2 zsömlét tejben kicsit megáztatjuk, majd kicsavarjuk.

A gombát és a hagymát megtisztítjuk, majd apróra vágva a zsömléhez adjuk.

Ha ez elkészült, fűszerezzük pirospaprikával, sóval, kevés borssal és fokhagymával. Ezután ütjük bele a tojást. Fontos, hogy először csak egyet adjunk hozzá! Ha eldolgoztuk, és úgy érezzük, szükség van a másikra is, csak akkor tegyük bele.

Ebből egy nagyon jó állagú fasírt alapot kapunk. Ha úgy találjuk, hogy gyenge a massa, szórjuk meg egy kevés prézlivel és dolgozzuk bele az alapba. Ez egy kicsit összefogja majd.

Tetszés szerint gyúrhatunk belőle gombócokat, vagy tepsibe téve egyben is megsüthetjük.

Nagyon ízletes és különleges étel lesz belőle, főleg, ha az ember már nem akar mindig húst fogyasztani. Bátran ajánlom vegetáriánusoknak is.

Jó étvágyat kívánok hozzá!

A HÓNAP VERSE

Hétfvári Andrea: November

Dúdol a szél, szelet kavar,
Mindenfelé színes avar.
Erdőt díszít ősz, a tarka,
Paplant keres rigó, szarka.

Páfránypárnán süntőkák,
Odúikban csöndes rókák.
Sehol virág, sehol ember,
Közelít álmos november.



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