

VAKOK VILÁGA

LXXX.
évfolyam
3. szám

2019.
március



 MAGYAR
VAKOK ÉS GYENGÉNLTÁTÓK
ORSZÁGOS SZÖVETSÉGE

Tartalomjegyzék

Rendezvényeink

- 3 3 az egyben – ünnepi akcióval nyitott meg az új szolgáltató centrum
- 4 Ajándékcsomag és térítésmentes programok a Magyar Parasport napja alkalmából
- 7 25 látássérült kapott hangoskönyv olvasót

Házunk tájáról

- 8 Lobby a közszférabeli szervezetek honlapjainak és mobilalkalmazásainak akadálymentesítéséért
- 9 Egyeztetés a rokkantsági nyugdíjrendszer felülvizsgálata céljából
- 12 A „kitagolási program” 30 éves stratégiája
- 16 Hiányosságok az ÉMI akadálymentesítési tervezetében
- 18 Befogadó Magyar Település Díj átadása

Nyelvünk csodái, irodalmunk szépségei

- 17 Árvay Mária: A Dolce Vita ujjászületése
- 20 A hangomat adom – beszélgetés Rácz Brigittával
- 23 Három tréfás történet
Vidor Miklós: Mi van a kemencében?
Bolgár népmese: Ravasz Péter meg a szakács
Norvég népmese: Mikor az ember volt a gazdasszony
- 27 Versvilág – összeállította Árvay Mária
Aranyosi Ervin verseiből
- 29 Fésűs Éva: A büszke tölgyfa

Első a család

- 31 Akikre a Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetsége szintén büszke lehet
- 33 Mit jelent (jelentett) nekem Siliga Miklós?!
- 33 Megemlékezés
- 35 Roska Botond: Olyan vakság, amin nem lehet segíteni, nem létezik
- 39 Először kezeltek génterápiával makuladegenerációt
- 40 Tapintható karmesteri pálca

Tuti tippek, rövid hírek

- 42 Párolt káposzta lila vagy fejes káposztából készítve
- 43 Segédeszközboltunk kínálatából
- 44 Az MVGYOSZ segédeszközboltjának könyvkínálatából
- 46 Boldog, békés nyugdíjas évek

Újság az újságban

- 47 Elkészült a vakok számára tervezett e-book olvasó
- 48 A Microsoft programozást tanító eszközt fejlesztett vak gyerekeknek

Meghívók, közlemények, hirdetések

- 50 VAGYOK 2019

Rendezvényeink

3 az egyben – ünnepi akcióval nyitott meg az új szolgáltató centrum

Február 28-án, csütörtökön ünnepélyes átadó keretében nyitotta meg az MVGYOSZ új Szolgáltató központját dr. Nagy Sándor, a szövetség elnöke.

A székház hátsó részének földszintjén kialakított korszerű és akadálymentes szolgáltató centrumban minden érdeklődőt kényelmes környezetben és ügyfélbarát kiszolgálással várnak a szövetség munkatársai. A Louis Braille Könyvtár, a Bodor Tibor Hangoskönyvtár és a segédeszközbolt mostantól egy közös ügyfélterben helyezkedik el. A hangoskönyvtár egykori helyén kialakított központban mindhárom szolgáltatás egy helyen vehető igénybe.

A Szolgáltató központot dr. Nagy Sándor elnök és Angyal Gábor szakmai vezető nyitotta meg. Az elnök beszédében utalt arra, hogy az épület átalakításában fontos szerepet játszik a hamarosan elinduló Távszem szolgáltatás, melynek operátori központját és irodahelyiségeit szintén a székház e szintjén alakították ki. A szolgáltató centrum gondolata természetesen ettől függetlenül is megfogalmazódott már az MVGYOSZ vezetőiben, akik fontosnak tartják, hogy a szolgáltatásokat igénybe vevő ügyfeleket a szövetség XXI. századi módon tudja fogadni és kiszolgálni. Ennek érdekében a megújult épületrész nem csupán a látássérültek számára akadálymentes, hanem a hallássérült ügyfelekre is gondoltak a tervezők. Az ő kommunikációjuk megkönnyítésére egy mobil indukciós hurok is beszerzésre kerül. A minél ügyfélcentrikusabb működés érdekében hamarosan a három szolgáltatás nyitvatartási rendjét is egységesíti az MVGYOSZ.

A szakmai vezető a megnyitó napjának programját ismertette. Az MVGYOSZ az ünnepélyes megnyitó alkalmából eszközbemutatóra várta az érdeklődő látássérült személyeket, akiket a megnyitó mellett a minden ter-



A szakmai vezető a megnyitó napjának programját ismertette. Az MVGYOSZ az ünnepélyes megnyitó alkalmából eszközbemutatóra várta az érdeklődő látássérült személyeket, akiket a megnyitó mellett a minden ter-

A szakmai vezető a megnyitó napjának programját ismertette. Az MVGYOSZ az ünnepélyes megnyitó alkalmából eszközbemutatóra várta az érdeklődő látássérült személyeket, akiket a megnyitó mellett a minden ter-



mékre vonatkozó 20%-os akció is becsábított a székházba ezen a szép tavaszi napon. A Sipeki teremben bárki megismerkedhetett a segédeszközbolt gazdag termékkínálatával, amelynek éppúgy részei a beszélő segédeszközök, a Braille-órák, a vakvezetőkutyák ellátásához szükséges termékek, a fehérbotok és a nagyítók, ahogy a tapintható társasjátékok, valamint a praktikus háztartási és elektronikai eszközök. Bárki bármit kézbe vehetett, kipróbálhatott, hogy aztán a boltban beválthassa a bemutatón átvett kedvezményes kupont a megvásárolni kívánt termékekre. Az eladók tapasztalata alapján elsősorban a konyhai eszközök, a pendrive-ok és a vakvezetőkutyás termékek fogytak jól, de nagy volt az érdeklődés a kézzel készült tapintható társasjátékok, az MP3-lejátszók és a fejhallgatók iránt is. Az akció keretében a szövetség közel 100.000 forinttal támogatta 298 darab termék megvásárlását.

Németh Orsolya

Ajándékcsomag és térítésmentes programok a Magyar Parasport Napja alkalmából

A Magyar Parasport Napját 2018 óta február 22-én tartjuk. 1970. február 22-én alakult meg ugyanis a Mozgásgátoltak Halassy Olivér Sport Clubja, a Mozgásjavító Intézmény falai között. A magyar parasport kialakulásában fontos alapkő letétele volt az első, intézményesített sportszervezet megalakulása. Ezen alapkő letételét olyan nagy sportolóknak köszönhetjük, mint például Tauber Zoltán, hazánk első paralimpiai bajnoka, vagy mint Fejes András,

első magyar paralimpiai éremszerzőnk. A klub a névválasztásával a legendás vízilabdázó és úszó előtt tisztelgett, aki lábamputáltként az épek között lett olimpiai bajnok 1932-ben és 1936-ban.

A Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetsége egy meglepetés ajándékcsomaggal kedveskedett a csörgőlabda sport hagyományát őrző és fenntartó



összes sportolójának, edzőjének és a bíróknak is. A sportot dr. Nagy Sándor, az MVGYOSZ elnöke is nyomon követi. S bár a rendezvényen nem tudott részt venni, üdvözlét küldte a sportolóknak. Elmondta, nagyon örül, hogy ilyen sokan űzik ezt a sportot, s fitt, egészséges életet élnek, valamint bízik benne, hogy egyre többen fogják követni ezt a példát.

Az ajándék egy vitaminokat és elektrolitokat tartalmazó sportitalt és egy sportszeletet tartalmazott az MVGYOSZ szlogenjével ellátott pontírásos bilétával: „Együtt formáljuk élhetőbbé a világot”.

A csomagot a Csörgőlabda Magyar Bajnoki fordulón vehették át a sport résztvevői. (A másodosztály B csoportja a következő fordulón teheti ezt meg.)

Az MVGYOSZ az ajándékcsomag mellett több térítésmentes program meghirdetésével is készült a látássérült személyek részére:

Február 23-án, szombat délelőtt egy napsütéses jégkorcsolyapálya várta a Duna-parton a látássérülteket, akik úgy döntöttek, részt vesznek térítésmentes korcsolyázási programunkon. A korcsolyázás egyik résztvevőjét, Száraz Bálintot meg is kérdeztük, hogy érezte magát a korcsolyapályán: „Először is szeretném megköszönni a lehetőséget, hogy egy ilyen élménydús programban vehettem részt. Korcsolyázni egy fantasztikus dolog szerintem, egy kis tudással felvértezve, korival siklani, érezni a talpunk alatt a jeget, hallani, hogy mások hol lassabban, hol ügyesebben, mint a villám, szinte suhannak, mind-mind semmihez sem hasonlítható. A helyszín kiváló, a jégfelület bár

nem túl nagy, de a bátrabbak, ha kevés ember tartózkodik a jégen, egyedül is vállalkozhatnak némi kalandra, s követve a pályát övező korlátot, felfedező útra indulhatnak. Jómagam rendelkezem némi korcsolyázós ismerettel, így a program elején bátran tettem néhány kört, felszabadító érzés volt. Nagyon jól éreztem, hogy mikor kell kanyarodni, s ha el is bizonytalanodtam, a korlát mindig jó iránymutatásul szolgált. A személyzet rendkívül segítőkész volt, segítettek eljutni az épülettől a pályáig, fellépni a jégre, vagy megfelelően bekötni a korcsolyát.”

Az ingyenes korcsolyázás eredetileg két alkalomra szólt, de a Bálna Budapest korcsolyapálya (1093 Bp., Fővám tér 11-12.) üzemeltetőivel konzultálva megbeszéltük, hogy a nyitvatartás utolsó hetében február 28-ig látássérült személyek 1-1 fő kísérelővel ingyenesen bérelhették a korcsolyát a nyitvatartás teljes idejében, tehát reggel 10 órától 14 óráig, valamint 15 órától 22 óráig. Ehhez a Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetségére kellett hivatkozni. A pálya használata egyébként mindenki számára ingyenes.

Ettől függetlenül, akik nem tudtak kísérőt szerezni, azok az MGVYOSZ munkatársaival február 26-án (kedden) 11 órakor együtt korcsolyázhattak. Ezen az alkalmon Klabacsek Dániel, látássérült fiatal másfél óra alatt hatalmas fejlődésen ment át, ami az egyensúlyérzékét illeti. A kezdeti korláthoz való ragaszkodás után egyedül tudott haladni a pályán, megtartva egyensúlyát. Nagyon fontos kiemelni azt is, hogy mint látássérült személyeknek, fontos megtanulnunk megfelelően elesni is. Nos, ez a sport tökéletes lehetőség erre. Dani a program elején sokszor elesett és csak segítséggel tudott felkelni. A program végére ritkábban esett el, de mikor megtörtént, egyedül képes volt felállni és megtartva egyensúlyát, haladni.

Fontos kiemelnünk a Bálna Budapest korcsolyapályájának befogadó szemléletét is. Zsolt (mikor megkérdeztem, milyen Zsolt, azt válaszolta, egyszerűen csak Zsolt, hiszen mindenki így ismeri!), a pálya üzemeltetője elmondta, hogy több fogyatékossgal élő személy jár hozzájuk, még kerekesszékekkel közlekedők is - emiatt rámpát is kiépítettek a pályához. Többször mondták neki, hogy más helyeken nem szokták felengedni őket a pályára. Náluk ilyen nincs. Ugyanis tudják, hogy milyen nagy segítséget jelent a korcsolya az egyensúly fejlesztésében. De ha csak egy szabad kikapcsolódási formáról beszélünk, akkor is elérhetővé kell tenni mindenki számára.

A korcsolyaszezon a februári hónap végén lezárult, de ígéretet kapott az MGVYOSZ, hogy a következő szezonban is kapnak a látássérültek lehetőséget.

Maradva a víznél, de most alámerülve, térítésmentes búvárkodás és élménymerülés is várja a látássérült személyeket az Aquaword Resort Budapestben, illetve vidéken Szemerén, a Perlik Expert Kúria és Vendégházak helyszínén (Borsod-Abaúj-Zemplén megye északi részén, 3525 Szemere, Ady Endre u. 4.) partnerünk, a Scubafriends cég jóvoltából. Az élménymerülésekhez úszástudás nem szükséges. Az alsó korhatár 10 éves kor. A programokra jelentkezni szintén a szervezes@mvgyosz.hu mail címen szükséges.

Az MVGYOSZ munkatársai aktív pihenést kívánnak mindenkinek!

25 látássérült kapott hangoskönyv olvasót

Az MVGYOSZ Sipeki termében vehették át az ingyenes MP3 lejátszó pályázat nyertesei új hangoskönyv hallgató eszközeiket február 26-án, kedden.

Az ünnepélyes átadón jelen voltak a készülékek nyertesei, illetve hozzátartozóik.

Az eszközről, annak használatáról, a speciális tervezési szempontokról részletes, szóbeli tájékoztatást adott a szövetség szakmai vezetője. A termék a hamarosan bevezetésre kerülő USB adathordozón történő hangoskönyv kölcsönzést támogatja. Alkalmazásával praktikusabbá válik a digitalizált hangoskönyvek kölcsönzése, hallgatása azok számára, akik életkorukból kifolyólag, vagy egyéb okok miatt már nem vállalják az okostelefonok használatának megtanulását és ezzel az online hangoskönyv kölcsönzést. A hordozható lejátszók vásárlásához a Zuglói Önkormányzat 400.000 Ft támogatással járult hozzá. Az eseményen a támogató képviselőjeként tiszteletét tette Hevér László György, a Zuglói Önkormányzat Szociális bizottságának elnöke, valamint Horváth Zsolt alpolgármester is.



Angyal Gábor szakmai vezető

Házunk tájáról

Lobby a közszférabeli szervezetek honlapjainak és mobilalkalmazásainak akadálymentesítéséért

Tovább folytatódik A közszférabeli szervezetek honlapjainak és mobilalkalmazásainak akadálymentesítéséről szóló 2018. évi LXXV. törvénnyel kapcsolatos egyeztetés és lobbimunka. A január 30-án az országos érdekképviseleti szervezetek részvételével megtartott megbeszélésen született megállapodásnak megfelelően a Kormányzati Informatikai Fejlesztési Ügynökség (KIFÜ) és Nyitrai Zsolt miniszterelnöki megbízott írásban várja a szervezetek véleményét és észrevételeit három témakörben. Az MVGYOSZ és az Informatika a Látássérültekért Alapítvány közös levélben fogalmazta meg a látássérült személyek honlapok hozzáférhetőségével kapcsolatos igényeit és a már meglévő honlapok ellenőrzésére vonatkozó szakmai javaslatait. A javaslatok összeállításában dr. Nagy Sándor, Szuhaj Mihály, dr. Simon Gergely és jelen sorok írója vett részt.

Abban a kérdésben, hogy mely szervezetek honlapjainak akadálymentesítése tétele a legsürgetőbb a látássérült emberek szempontjából, dr. Nagy Sándor elnök kikérte az MVGYOSZ tagegyesületeinek véleményét. A visszajelzések alapján a legproblémásabbak az elektronikus ügyintézés felületei, ezek közül különösen megnehezíti az érintettek életét az adóbevallással kapcsolatos információkat tartalmazó weboldalak, valamint az ügyfélkapu rendszerének használata. Emellett komoly igény fogalmazódott meg a köznevelési és felsőoktatási intézmények online tanulmányi rendszereinek, az egészségügyi intézmények, a kormányhivatalok, az önkormányzatok, a közműszolgáltatók és a közösségi közlekedési cégek honlapjainak és mobilalkalmazásainak akadálymentesítésére.

Az érintetti kör pontos meghatározása céljából az MVGYOSZ levélben kereste meg a KIFÜ-t, melyben a törvény hatálya alá tartozó mintegy 4600 szervezet és azok honlapjainak teljes listáját kérte el. A kérés célja az volt, hogy egészen pontosan tudjuk meghatározni a legsürgősebben akadálymentesítendő honlapok és mobilalkalmazások körét. Legnagyobb meglepetésünkre jelenleg még a KIFÜ sem rendelkezik az érintett honlapok listájával, noha az akadálymentesség ellenőrzése során egyértelműen ebből kellene dolgozniuk.

Arra a kérdésre, hogy a fogyatékos emberek milyen sajátos igényekkel rendelkeznek a honlapok akadálymentesítése terén, levelünkben egyértelműen utaltunk a vonatkozó EU-s és nemzeti szabványok meglétére és megkerülhetetlenségére jelezve, hogy értetlenül állunk azon szemléletmód előtt, mely még mindig speciális igényként tekint a több mint húsz éve megfogalmazott egyenlő esélyű hozzáférési szempontokra, melyek messze túlmutatnak a fogyatékos felhasználók sajátos szükségletein.

A harmadik kérdés arra vonatkozott, hogy milyen tipikus hibákkal szembesülnek leggyakrabban a fogyatékos felhasználók a közsférabeli szervezetek honlapjainak használata során. Az Informatika a Látássérültekért Alapítvány és az MVGYOSZ tapasztalata szerint a látássérült embereknek a legtöbb nehézséget az okozza, hogy a honlapok egyes funkciói kizárólag egérrel aktiválhatók, az általános nyomtatványkezelő űrlapok nem akadálymentesek és nem is tehetőek azzá, az internetes robotok ellen alkalmazott képi kódok nem hozzáférhetőek és a hangalapúak sem használhatóak megfelelően, valamint a felhasználók számára fontos információkat hordozó, nem dekorációs célú képek nincsenek ellátva megfelelő szöveges leírással.

Tekintettel a KIFÜ-re váró ellenőrzési feladat elképesztő mennyiségére - a mintegy 4600 szervezetnek akár több tízezer honlapja és mobilalkalmazása is lehet - dr. Simon Gergely ötlete alapján az MVGYOSZ javasolta, hogy a feladatra képezzenek ki és foglalkoztassanak megváltozott munkaképességű informatikusokat vagy más szakembereket, akik ezt a tevékenységet akár távmunkában is elláthatják. Az ehhez kapcsolódó foglalkoztatási program kidolgozásában az MVGYOSZ szakmai segítségét is felajánlotta a KIFÜ-nek.

Az előzetes ígéretetek szerint az egyeztetések március végén folytatódnak.

Németh Orsolya

Egyeztetés a rokkantsági nyugdíjrendszer felülvizsgálata céljából

A Mozgáskorlátozottak Egyesületeinek Országos Szövetsége (MEOSZ) kormányzati szintű egyeztetést kezdeményezett a rokkantsági nyugdíjrendszer felülvizsgálata céljából. Bár a még 2018 elején kezdeményezett egyeztetés első tárgyalása csak most, 2019. február 25-én valósult meg, a hat fogyatékosügyi országos érdekképviseleti szervezet egyetértésével összeállított javaslatcsomag, mely az Alkotmánybíróság ide vonatkozó döntéseire is

reagál, már 2018 novemberében elkészült és átadásra került a területen illetékes minisztériumoknak.

A MEOSZ székházában megtartott konzultáción az országos érdekképviselői szervezetek mellett az Emberi Erőforrások Minisztériuma, a Pénzügyminisztérium, a Miniszterelnökség és az Alapvető Jogok Biztosának Hivatala is képviseltette magát. Az MVGYOSZ részéről dr. Nagy Sándor elnök a kezdetektől aktívan közreműködött a problémák feltárásában és a javaslatcsomag kidolgozásában, illetve képviselte a szövetséget és a rokkantsági ellátásban részesülő látássérült személyeket az egyeztetésen.

A MEOSZ vezetésével összeállított javaslatcsomagban az érdekképviselői szervezetek a rokkantsági nyugdíjrendszer átalakításával járó, több tízezer embert hátrányosan érintő intézkedések oly módon történő megváltoztatását kérték, mely az Alkotmánybíróság döntésén túlmutatóan, konkrét javaslatokkal alátámasztva rendezi a megváltozott munkaképességű, ezen belül is elsősorban a súlyosan fogyatékos személyek helyzetét. Mint ismeretes, az Alkotmánybíróság 2019. március 31-ei határidővel törvényalkotásra kötelezte az országgyűlést arra hivatkozva, hogy azok a szabályozási hiányosságok, melyek okán sok megváltozott munkaképességű személy szenved hátrányt, nemzetközi egyezménybe ütköznek.

A rokkantsági nyugdíjrendszer 2012-es átalakítása számos megváltozott munkaképességű, súlyosan fogyatékos személyt negatívan érintett. Sokak rokkantsági ellátásának összege jelentősen kevesebb a korábban részükre megállapított rokkantsági nyugdíjnál, mások rehabilitációs ellátást kaptak, aminek nemcsak az összege volt lényegesen kisebb a korábbi rokkantsági nyugdíjnál, hanem álláskeresésre és a rehabilitációs szakigazgatási szervvel való együttműködésre is kötelezték őket, de olyanok is voltak, akik állapotjavulásra hivatkozva teljesen elveszítették az ellátásukat. Az érdekképviselői szervezetek javaslata alapján szükséges ezeknek a döntéseknek a felülvizsgálata és az érintettek helyzetének visszamenőleges rendezése. Ehhez szükség van az állapotjavulás fogalmának törvényi definiálására, aminek az egészségi állapot javulásának orvosszakértői bizonyításán túl a komplex minősítés szempontrendszerében is meg kell jelennie. Az anyag kidolgozói azt is megjegyzik, hogy bár a megváltozott munkaképességű személyek egy csoportját rehabilitációra kötelezi a törvény, még mindig nincs olyan komplex szolgáltatási rendszer, amely ténylegesen biztosítani tudja átképzésüket és munkaerő-piaci reintegrációjukat. A törvény sem azt nem definiálja, hogy a rehabilitáció mikor tekinthető sikeresnek, sem annak vizsgálatát nem írja elő, hogy a rehabilitációs ellátás jogosultsági idejének lejártakor megvalósult-e az

egyén foglalkozási rehabilitációja, ekkor is csupán az egészségi állapotot és a rehabilitálhatóságot kell vizsgálni. Az érdekképviselői szervezetek javaslata alapján a rehabilitáció sikeressége azt jelenti, hogy az egyén egészségi állapotának, képzettségének és képességeinek megfelelő munkakörben elhelyezkedett és jövedelme eléri az adott munkakörre megállapított átlagos kereset 80%-át.

A rendszer komoly hiányossága, hogy a fogyatékos emberek bizonyos csoportja nem minősül megváltozott munkaképességűnek. Ők nem jogosultak azokra a rehabilitációs szolgáltatásokra, melyek munkaerő-piaci helyzetüket javíthatnák, illetve a megváltozott munkaképességük okán megítélhető ellátásokra sem. Ebbe a csoportba tartoznak többek között a gyengénlátó és a nagyothalló személyek.

A terület talán legtöbbet vitatott intézkedése a rokkantsági ellátás melletti kereset korlátozása, melyet a MEOSZ álláspontja szerint szintén újra kell szabályozni. A minimálbér másfélszeresében megállapított jövedelemhatárt javasolják a garantált bérminimum másfélszeresére emelni, illetve lehetőséget kell teremteni arra, hogy a kereseti korlátot túllépő személy ellátása ne megszűnjön, hanem szüneteljen. A javaslatot összeállítók álláspontja szerint ezek az intézkedések több megváltozott munkaképességű személyt mozdítanának a munkavállalás irányába. Az egyeztetésen az országos érdekképviselői szervezetek egyöntetűen a keresetkorlát intézményének eltörlését javasolták. Ugyancsak kivezetni javasolják azt az értelmetlen szabályt, miszerint az ellátás megigénylésének időpontjában a megváltozott munkaképességű személy nem folytathat kereső tevékenységet. A rehabilitációs hozzájárulás intézményének oly módon történő átalakítását is kezdeményezik az érdekvédők, mely a jelenlegivel szemben kifejezetten ösztönözné a megváltozott munkaképességűek csoportján belül is nehezebb helyzetben lévő, szervezeti szinten nagyobb alkalmazkodást és adott esetben beruházásokat is igénylő fogyatékos munkavállalók foglalkoztatását.

A jelenlegi rendszerben az is előfordulhat, hogy a törvényben meghatározott időszakon belül megszerzett elegendő szolgálati idő híján ellátás nélkül maradhatnak a megváltozott munkaképességű személyek. Míg korábban a rokkantsági nyugdíj megállapításakor a munkavállaló egész addigi pályája során megszerzett szolgálati idejét és keresetének összegét figyelembe vették, addig most könnyen jövedelem nélkül maradhat az, aki hosszabb ideig munkanélküli volt, vagy egy családtagjának évekig tartó otthoni ápolása során szerzett súlyos egészségkárosodást. A megoldási javaslat az ellátás megszerzéséhez szükséges szolgálati időnek az életkor szerinti differenciá-

lása, az egyén élete során megszerzett összes biztosítási idő figyelembe vétele, valamint hogy az ápolási díj folyósításának időtartamát is biztosított jogviszonyként ismerjék el.

A rendkívül részletesen kidolgozott lobbianyagban a készítők rámutatnak a 2018-ban bevezetett kivételes rokkantsági ellátás rendszerének hibáira is, mely álláspontjuk szerint nem nyújt valódi segítséget azoknak, akik önhibájukon kívül nem tudnak munkába állni. Ugyanakkor a jelenlegi rendszer hibájaként róják fel azt a tényt is, hogy a rokkantsági ellátás összegének van felső határa, miközben a korábban magas jövedelmű személy magas összegű járulékot is fizetett. Ezeknek az egészségkárosodott személyeknek jövedelmük jelentős csökkenését és ezáltal életszínvonaluk jelentős esését is el kell szenvedniük. Az érdekképviselői szervezetek javasolják továbbá, hogy a rokkantsági ellátást a nyugdíjkorhatár betöltésével öregségi nyugdíjjá lehessen átminősíteni azon személyek esetében is, akik 1955-ben vagy azt követően születtek.

Szekeres Pál miniszteri biztos elmondta, hogy bár a rokkantsági nyugdíjrendszer átalakítása napirenden van, arról még nincs egységes kormányzati álláspont. Az érdekképviselői szervezetek várják az egyeztetések folytatását és megkerülhetetlen szereplői kívánnak lenni a megváltozott munkaképességű személyekkel kapcsolatos döntéseknek.

Németh Orsolya

A „kitagolási program” 30 éves stratégiája

A nagylétszámú, ápolást-gondozást nyújtó bentlakásos intézményekben élő fogyatékos személyek életkörülményeit jelentősen javító ún. intézményi férőhely kiváltási, közismertebb nevén „kitagolási” program megvalósítása érdekében létrejött harmincéves stratégia célja, hogy a hazánkban intézményekben élő több mint húszezer fogyatékos személy emberibb, méltóbb körülmények között élhessen és része lehessen a társadalomnak, a helyi közösségnek. A stratégia és a tevékenységek forrásait biztosító EU-s pályázatok tartalma az elmúlt években több alkalommal váltott ki vitákat szakmai körökben, aminek eredményeként folyamatos egyeztetések alakultak ki az érdekvédelem és a kormányzati szereplők között. Bár az érintett mintegy 24.000 fő fogyatékos személynek csak töredéke látássérült, az MGVOSZ elnöke is fontos feladatának tekinti a kiváltási folyamatban való közreműködést.

2019 februárjában ismét napirendre került a stratégia módosítása, melynek kapcsán az Emberi Erőforrások Minisztériuma egyeztetett az országos érdekképviselői szervezetekkel. A fogyatékossgal élő személyek számára ápolást-gondozást nyújtó szociális intézményi férőhelyek kiváltásáról szóló koncepció, melyet egy kormányhatározat tervezetként terjesztettek elő, 2019-2036 közötti időszakra határozza meg a célokat és feladatokat, felülvizsgálva a 2017-ben a területre vonatkozóan elfogadott hosszútávú koncepciót. A felülvizsgálat célja, hogy a civil szféra véleménye és a kiváltási folyamat eddigi, mintegy hétéves időtartama során megszerzett tapasztalatok markánsabban jelenjenek meg.

A megújult stratégia láthatóan magában foglalja a korábbi változatokból esetleg kimaradt tevékenységeket és szempontokat, így az egyeztetés résztvevői annak tartalmával alapvetően egyetértettek. Az intézményi férőhelykiváltás megvalósítása során ugyanis nem csupán a kis létszámú lakóközösség és az akadálymentes lakókörnyezet kialakítása a cél, hanem a fogyatékos személyeket segítő szolgáltatások hozzáférhetővé tétele, a közszolgáltatások akadálymentesítése, munkavégzési lehetőség biztosítása, nem utolsósorban pedig a helyi társadalom befogadó hozzáállásának megalapozása.

Vitát elsősorban a már a korábbi kiváltási stratégiával létrehozott Intézményi Férőhely Kiváltást Koordináló Országos Testületnek (IFKKOT) a tervezetben meghatározott összetétele, feladat- és hatásköre, illetve működésének finanszírozása váltott ki.

Az érdekképviselői szervezetek, köztük az MVGYOSZ - melyet a tanácskozáson dr. Nagy Sándor elnök képviselt - az előterjesztés módosítását javasolták több tekintetben. A korábbi pályázatok esetében többször adtak hangot az érdekvédők annak a meglátásuknak, hogy a nagy intézményt kiváltó kisebb lakóközösségek helyét olyan településrészen jelölték ki, melynek közösségi közlekedése és akadálymentessége nem kielégítő, illetve amely hátrányos helyzetben van a településen belül. Ezen helyzet megszüntetése érdekében a szervezetek nem elégszenek meg annak lehetőségével, hogy véleményezzék a pályázatok tartalmát, hanem a vétőjog lehetőségével is élni kívánnak. A javaslattevők álláspontja szerint a testületnek emellett több ponton is kapcsolódnia kell a kiváltási folyamat előrehaladásának monitorozásába, legyen szó az egyes konkrét intézmények kitagolásától kezdve egészen a folyamat fenntarthatóságának vizsgálatáig.

A tervezet szerint a héttagú testület létszámát kilencre javasolják növelni azzal, hogy az AOSZ, az ÉFOÉSZ, a MEOSZ, az MVGYOSZ, a SINOSZ és

a Siketvakok Országos Egyesülete mellett a Pszichiátriai Érdekvédelmi Fórum is legyen állandó, szavazati joggal rendelkező tagja. Figyelembe véve a stratégiában hivatkozott statisztikai adatokat, melyek szerint nagy létszámú bentlakásos intézményben ma Magyarországon közel 9000 fő pszichoszociális fogyatékossgal élő személy él, ez a követelés különösen indokolt. Az érdekképviselői szervezetek ugyancsak állandó, szavazati joggal rendelkező tagként javasolják az EMMI fogyatékos emberek társadalmi integrációjáért felelős miniszteri biztosának részvételét a testületben. Javasolják továbbá tanácskozási joggal bevonni a kitagolási folyamatban intézményfenntartóként erősen érintett Szociális és Gyermekvédelmi Főigazgatóság és a Fogyatékos Személyek Esélyegyenlőségéért Közhasznú Nonprofit Kft., valamint az Egyenlő Bánásmód Hatóság és az Alapvető Jogok Biztosa Hivatalának képviselőjét.

Mivel az IFKKOT a kormányhatározat tervezet alapján várhatóan komoly munkát végez, felelős döntéseket hoz majd, joggal merült fel az országos érdekképviselői szervezetek képviselői részéről, hogy egy ilyen volumenű szakmai tevékenység csak fizetett szakértők bevonásával végezhető el felelősen és professzionálisan. A résztvevő érdekképviselői szervezetek javaslata alapján ezért a kormányhatározathoz fűzött módosító indítvány kiegészült azon javaslattal, miszerint az IFKKOT éves munkatervet és költségvetési tervet készít, aminek alapján végzi feladatait.

Az érdekvédelmi szervezetek javaslataikat megküldik az EMMI illetékes főosztályának és várják annak válaszát.

Németh Orsolya

Hiányosságok az ÉMI akadálymentesítési tervezetében

A Rehabilitációs Környezettervező Szakmérnökök és Rehabilitációs Környezettervező Szakemberek Országos Egyesülete (REKORE) hívta fel az MVGYOSZ akadálymentesítéssel foglalkozó munkatársainak figyelmét arra, hogy az ÉMI Nonprofit Kft. véleményezésre közzétette az Akadálymentesítés követelményei eltérő rendeltetésű épületek esetén című építésügyi műszaki irányelv tervezetét. A REKORE, az MVGYOSZ és a MEOSZ egyaránt sérelmezte, hogy a társadalmi egyeztetésre nem kaptak hivatalos úton felkérést, csupán a véletlennek volt köszönhető, hogy eljutott hozzájuk az információ. Az országos érdekképviselői szervezetek jelezték az ÉMI felé, hogy ilyen módon nem valósul meg a Fogyatékos sze-

mélyek jogairól szóló ENSZ egyezményben és a fogyatékos személyek jogairól szóló törvényben is kiemelt „Semmit rólunk, nélkülünk!” elve. További problémát jelentett, hogy a képfarmátumban közzétett tervezet a látássérültek számára egyáltalán nem volt hozzáférhető, de még az ép látású szakembereknek is komoly nehézséget okozott az olvasása. Kérésünkre az ÉMI rendelkezésre bocsátotta az irányelv tervezet olvasható PDF változatát, egyúttal a véleményezési határidőt is meghosszabbították 15 nappal.

A műszaki irányelv tervezetről a REKORE és az MVGYOSZ is úgy nyilatkozott, hogy azt még módosításokkal sem tartja elfogadhatónak és bevezethetőnek. Az anyagban foglaltak számos ponton ütköznek és ellentmondásban állnak az építésügyre és akadálymentesítésre vonatkozó hazai jogszabályokban és szabványokban foglaltakkal, illetve az országos érdekképviseleti szervezetek állásfoglalásaival. A szervezetek ezért amellett, hogy felhívták a figyelmet a dokumentum legsúlyosabb hibáira - a teljesség igénye nélkül -, javaslatot tettek egy teljesen új, az aktuális szakmai gyakorlattal és a hatályos jogszabályokkal összhangban levő irányelv kidolgozására.

A tervezettel a legfőbb probléma az elavult fogalomhasználat és szemléletmód mellett az volt, hogy a tartalma egyáltalán nem felelt meg a címben foglaltaknak. A megnevezés alapján az egyébként hiánypótló irányelvnek azt kellene tartalmaznia, hogy a különböző funkciójú létesítményekben milyen eszköz- és feltételrendszerre van szükség ahhoz, hogy az ott működő szolgáltatások mindenki számára egyenlő eséllyel hozzáférhetőek legyenek. Nem elegendő ugyanis egy múzeum, iskola, kormányhivatal vagy sportcsarnok esetében az akadálymentes bejutás és az épületben való akadálymentes közlekedés lehetőségét biztosítani, hanem a szolgáltatásokat is hozzáférhetővé kell tenni a fogyatékossgal vagy más akadályozottsággal élő látogatók számára. Például egy múzeumban biztosítani kell a látássérült látogatóknak a tárlatokat bemutató audioguide rendszert és tapintható műtárgy másolatokat. Egy iskolában minden tanuló számára rendelkezésre kell állnia a megfelelő szemléltető eszközöknek és segítő technológiáknak, egy kormányhivatalban lehetővé kell tenni az akadálymentes ügyintézés egy siket vagy egy autizmussal élő ember számára is. Egy sportlétesítményben pedig ugyanúgy kell akadálymentes nézőtéri rész, mint akadálymentes öltöző, hiszen itt a néző és a sportoló egyaránt lehet kerekesszékekkel közlekedő mozgássérült személy.

További komoly hiányossága az irányelvnek, hogy a taktilis burkolati jelzések tekintetében egyáltalán nem fogalmaz meg méretezés- és kialakításbeli

követelményeket, emellett egy meglehetősen elavult definícióval határozza meg a vezetősávok és figyelmeztető jelzések körét és szerepét. Teljesen hiányoznak továbbá a tervezetből az üzemeltetési, szolgáltatásszervezési és infokommunikációs akadálymentesítési megoldások, márpedig ezek elválaszthatatlanok a mindenki számára nyitva álló szolgáltatások igénybevételeinek hozzáférhetővé tételétől.

Bízunk benne, hogy az ÉMI figyelembe veszi az érdekvédelmi szervezetek több ponton is egyező javaslatait és sor kerül, egy valóban korszerű irányelv kialakítására az érintettek bevonásával.

Németh Orsolya

Befogadó Magyar Település Díj átadása

2019. február 14-én került átadásra a 2018-as Befogadó Magyar Település Díj a Parlament Vadász termében. A Fogyatékos Emberek Szervezeteinek Tanácsa (FESZT) által 2011-ben alapított díjat ezúttal is három önkormányzat nyerte el. A díjazottak: Gyula város, valamint Budapest III. és XIII. kerületének önkormányzata. A díjakat dr. Simon Attila, a szociális ügyekért felelős helyettes államtitkár és Kővári Edit, a FESZT elnöke adta át. A díjat odaítélő zsűriben többek között jelen sorok írója is részt vett az MVGYOSZ képviselésében.

A Befogadó Magyar Település Díjat azon önkormányzatoknak ítéli oda a FESZT elnöksége, melyek elkötelezettek a hozzáférhető települési környezet megvalósítása, az esélyegyenlőséget kiemelten kezelő településpolitika folytatása és a fogyatékos emberek helyi szervezeteivel való szoros együttműködés kialakítása mellett. A Befogadó Magyar Település Díj pályázatot két évente hirdetik meg és minden alkalommal legfeljebb három települést díjaznak. A díjért bármely magyarországi önkormányzat versenybe szállhat, amely képes hitelt érdemlően bemutatni, hogy tevékenysége során kiemelt figyelmet fordít az esélyegyenlőség biztosítására, a településen élő fogyatékos személyek inklúziójára, a fizikai és infokommunikációs akadálymentesítésre, a helyben elérhető szolgáltatásokhoz való egyenlő esélyű hozzáférésre. A pályázók kétkörös bírálati folyamat eredményeként nyerhetik el a Befogadó Magyar Település Díjat, melyet két évig jogosultak kommunikálni, arculati elemeik között megjeleníteni.

Németh Orsolya

Nyelvünk csodái, irodalmunk szépségei

A Dolce Vita újjászületése

*„Merjünk álmodozni – a problémák, körülmények és akadályok ellenére.”
(Jim Dornan)*

A cukrászda a kis város szélén kapott helyet. Az autópályáról ide hallatszott a nagy forgalom már-már elviselhetetlen zaja. Nem messze a cukrászda mellett volt egy kis virágüzlet is, ahova sokan betértek. A posta is a közelben található, így minden nap volt nyüzsgés, felkeresték a cukrászüzletet a fagyizni vágyók. A legfinomabb ízek csábították az ide érkezőket: vanília, csokoládé, karamella, citrom, eper, málna, puncs, és a legfinomabb, a piztácia. Az ember sokáig a szájában érezheti ezt a kellemes, mandula aromát is tartalmazó ízt. Kint és bent kényelmes székek és asztalok mellett, kehelyben, vagy tölcsérben lehet nyugodt körülmények között átadni magunkat a pompás ízeknek. A fagyalton kívül kaphatók még kitűnő édes- és sós sütemények, torták ünnepi alkalmakra, stb.

A cuki nevének eldöntése nem jelentett nehézséget - Dolce Vita, vagyis, Édes Élet. Bárki betért ide, nem csalódott, s édes pillanatokot élt át mindenkor.

Egyszer, nem mindennapi látogatásnak lehettünk tanúi. Zolika kerekesszékében ült, nyalogatta kedvenc piztácia fagyalaltját. Szülei a közelben ültek, kissé szomorúan néztek egymásra, mert mélyen átélték fiuk bánatát.

A kerthelyiségben tartózkodott egy középkorú férfi, akinek feltűnt a házaspár és a fiúcska viselkedése. Odament a gyermekhez és megszólította:

- Mi az, fiatalember, nem ízlik a fagyí?
- Dehogynem! Nagyon finom, mint mindig.
- Akkor nem értem, miért vágsz olyan bánatos képet?
- Ha most itt lenne Dévényi Tibi bácsi, ő sem tudná teljesíteni a vágyamat!
- A híres Három kívánság, és a régi szép idők. Fiaimmal sokat néztük egykoron - sóhajtott a férfi. - Mi lenne a hön áhított kívánságod?
- Úgy, de úgy szeretném látni a cukit belülről is! De ezzel a nyomorult székekkel nem tudok bemenni, a három meredek lépcső akadályoz!
- Ha gondolod, ölben bevihetlek, nem nagy kunszt!
- Jaj, csak azt ne! Emberhez méltóan szeretnék egyszer körülnézni odabent. Mindent aprólékosan szemrevételeznék. Nincs annál fantasztikusabb

ézés, amikor magam választhatom és kérhetem kedvenc ízeimet. Drága szüleim tudják mit szeretek, s idehozzák nekem, ezzel nincs is baj. Amikor azonban látom a kisgyerekeket szaladozni, amint bent teremnek a cukiban és kéri, amit szeretnének! Ilyenkor nagyon fáj, hogy nem tudok járni! Olyan nagy kérés az enyém? Más akár naponta megteheti, én pedig...

Csöpp, csöpp, csöpp.

- Ne pazarold el a finom piztáciát, kisöreg - mondta a férfi. Hangjában nem sajnálat bujkált, hanem őszinte megértés.

- Egy percet se aggódj, építész vagyok, s ha megengeded, átveszem Tibi bácsi helyét. Kitalálok valamit, csak még egy kicsit a türelmedet kérem!

- Húha! - tátotta el a száját Zolika.

Az apa intett, s félrevonta a férfit.

- Ne haragudjon, de nagyon remélem, nem akarja hitegetni a fiamat és hiú reményeket kelteni benne. Már sokan okoztak neki csalódást, törték össze a szívét. Kérem, ne maga legyen a következő! Már sok borzalmas élményen mentünk keresztül!

- Pontosan tudom és megértem, mit érez - mondta az építész. - Nekem is volt egy kerekesszékes barátom. Sajnos már nincs köztünk, de annak idején sok mindenben támogattam. Tudom, mit beszélek, van is egy ötletem, csak nem szeretném elkapkodni. Azért mondtam a fiának, legyen még egy kis türelemmel.

- Rendben, köszönöm! - sóhajtotta az apa.

Az építész nem tudott aludni azon az éjszakán, feleségét is beavatta a dologba.

- Tudod, mindig is optimista voltam és vagyok. Ezért csak remélni tudom, sikerül, amiben gondolkodsz - bátorította az asszony.

Másnap a cukrászda vezetője és a középkorú férfi nagy tanácskozásba és egyeztetésbe fogtak. Egyik tervrajz a másikat követte, s addig-addig tárgyaltak, míg sikerült előrukkolni a megoldással. A lépcsők mellett egy kis rámpa is kialakítható, amin keresztül Zolika már be tud jutni a fagyizó belsejébe. Egy lezárt kis területük is van, amit eddig nem használtak. Ha azonban egybenyitnák a két helyiséget, elférne a kerekesszék is. Olyan asztalokat vásárolnának, ahol nyugodtan lehet a kocsikkal kényelmesen elhelyezkedni.

- A közelünkben van egy intézmény a mozgássérült gyermekek számára. Gondolom, ők is jönnének szívesen, ha összejön az elgondolásunk - mondta a férfi.

- Nekünk is jó befektetés lenne, ami hamarosan megtérülhet - tette hozzá a cukrászda vezetője.

Az átalakítás ideje alatt sem tartott zárva a fagyizó. Kemény munka következett, de végre felvirradt Zolika nagy napja.

Az építész egyik délelőtt felkereste a kis családot.

- Na, öcskös, vár rád a Dolce Vita belülről is!
- Hurrá, hurrá! Ez tényleg igaz?
- Bizony, de még mennyire! Meghívlak egy kis fagyira, mit szólsz hozzá?
- Azt hittem, én fizethetem a sajátomat! - szontyolodott el a kicsi.
- Neked fontosabb feladatot adok. Van zsebpénzed?
- Persze.
- Akkor most rajtad a sor, hogy meghívd a szüleidet, nem gondolod?
- Remek ötlet!

Zolika a rámpán ügyesen lavírozott, s már bent is volt a cukrászdában. Nagyot sóhajtott, s meghatottan tekingetett körbe-körbe, nézelődött. Még nem volt nagy forgalom, úgy intézték, hogy nyitásra legyenek ott, amikor még nincs túl sok vásárló. A háttérben halkán szólt az „Eperfagy, eperfagy, hú de finom...” kezdetű dal.

A fiúcska nem győzött betelni a sok íncsiklandó látnivalóval.

- Mit adhatok?
 - Apunak 3 gombóc vaníliát, anyunak 3 gombóc citromot, az építész bácsi mit szeret? - akadt el Zolika.
 - A puncsnak nem tudok ellenállni - mosolygott.
 - Akkor 3 gombóc puncsot kérek - tette hozzá a gyerek.
 - És magadnak?
 - Azt én intézem - mondta a férfi.
 - Rendben, akkor összesen 1800 Ft-ot kérek szépen.
- A gyerek, csillogó szemmel fizetett.

- Köszönöm - mosolygott a pult mögött a hölgy.

Mivel gyönyörű idő volt, kimentek a teraszra.

- Csodálatos élmény volt - nem is tudom, mit mondjak - hebegett Zolika.
- A szemeid helyett is beszélnek - nevetett az építész.

Nemsokára egy másik kerekesszék surrogását is lehetett hallani, amint egy kislány bement a cukiba fagyit kérni.

A jó hír gyorsan terjed ám!

- Dolce Vita! Igazi újjászületés, ugye? - örvendezett Zolika.
- De még mennyire! - mondták kórusban.

Egyszer csak kinyílt az ajtó, s egy hatalmas tortát hoztak ki. Csokoládétorta, tűzijátékkal. Marcipánból pedig egy szép tábla: „Dolce Vita, Boldog Szülinapot!”

A Hangomat adom – beszélgetés Rácz Brigittával

Rácz Brigitta szinte a kezdetekkor csatlakozott az önkéntes felolvasói csoporthoz. Mint mondja, különösen azért örült a lehetőségnek, mert régóta vágyott önkéntes munkára, ám a szakmája és az elfoglaltságai miatt nehezen tud alkalmazkodni előre megadott időpontban végezhető feladatokhoz. Ez azonban olyan nagyszerű elfoglaltság, ami bármilyen időpontban és bárhol végezhető. Túl ezen, azt is megtudtuk, különös örömet okoz számára, hogy régi szakmáját, a színészetet is egy kicsit újraélheti. Hogy mennyire elhivatott, azt mi sem bizonyítja jobban, mint hogy beszerzett egy komolyabb mikrofont az élvezhetőbb hangminőség miatt, megtanult hanganyagot vágni, és maga készíti el a könyveket is. Az első, általa vágott 12 órás regényét, miután elkészült kitörölte, és újraolvasta-vágta, mert nem találta megfelelő minőségűnek az olvasók számára. Brigi jelenleg az Indamedia női portfóliójának (Femina.hu, Dívány.hu, Retikül.hu, Sóbors.hu, FeminaShop.hu, Femina Klub) lapigazgatója, a Femina.hu főszerkesztője.

(Rácz Brigitta)

- Gyermekként is szerette a könyveket, szívesen olvasott?

- A könyvek, a szépirodalom mindig is meghatározó volt számomra. Szerencsésnek mondhatom magam a tekintetben, hogy a szüleim már egészen kicsi koromtól fogva esténként gyönyörű meséket olvastak nekem. Apukám pedig Zelk Zoltán és Weöres Sándor verseket tanított, amikért szó szerint rajongtam, hiszen szépnek, játékosnak, viccesnek találtam őket. A hétvégéket és a téli estéket, amikor alaposan be lehetett sötétíteni, türelmetlen izgatottsággal vártam, ugyanis a diabetésnek a kissé megpörkölődött film, az álomszép történetek és rajzok, a vaksötét, a bekuckózás miatt volt valami megfoghatatlan, semmihez sem hasonlítható, fantasztikus hangulata. Rengeteg verset fújtam kívülről, és ahogy cseperedtem, a kíváncsiságom velem nőtt, tűkön ültem, hogy végre iskolás legyek, megtanuljak olvasni, és senkire se kelljen várnom, ha elrepülnék a mesék világába. Amint a betűvésztés ment, azonnal elkezdtem falni először a pöttyös, később a csíkos könyveket, sokszor titokban, a paplan alatt, elemlámpával olvastam, nehogy lebukjak a szüleim előtt – nálunk ugyanis este 8-kor fellőtték a pizsamát, és nem volt kecmec, aludni kellett a gyerekeknek.

- Hogyan került kapcsolatba a Bodor Tibor Kulturális Egyesülettel?

- A Facebookon találkoztam 2017 nyarán egy felhívással, amit Maxi (Helle Maximilian – a szerk.) tett közzé, miszerint önkéntes felolvasókat keres vakok és gyengénlátók számára. Maxi elképesztő lelkesedése, tenni akará-

sa igen ragadós volt, rengetegen jelentkeztünk, hogy szeretnénk részt venni ebben a csodálatos munkában. Annyira sokan, hogy, mint az kívülállóként is látszott, akkorára duzzadt a projekt, hogy lehetetlen volt már Maxinak egyedül vinnie. A sok segítő mellett felbukkant Puskás Kata is, aki szárnyai alá vette jogilag, szervezésileg és marketing szempontból is az ügyet, és Maxiékkel létrehozta a Bodor Tibor Kulturális Egyesületet. Egyébként az



egyesület névadója egyben Kata nagypapája is. Mindenképpen hatalmas köszönettel és hálaival tartozom Maxinak és Katának, hiszen nélkülük biztosan nem létezne ez a fantasztikus önkéntes csapat.

- Milyen könyveket olvas fel szívesen?

- Mindent, amit érdekesnek, izgalmasnak és értékesnek találok, de a legfontosabb, hogy úgy érezzem, a regény, amit felolvasok, szó szerint lerakhatatlan legyen. Imádom a jó könyveket, képes vagyok éjszakába nyúlóan olvasni és egyezkedni magammal, hogy na, még egy oldal, és alszom, aztán még egy fejezet, és így megy ez fejben, míg végül kiesik a könyv a kezemből. Szeretném, ha ezzel az érzéssel általam mások is találkozhatnának. Lehet ez akár gyerekeknek szóló történet, szépirodalom, vagy akár szórakoztató regény, mindegy, a lényeg az, hogy észrevétlenül kiemeljen a hétköznapiakból, és csakugyan feltöltsön, magával ragadjon a történet.

- Az egyesület rendelkezik egy adott repertoárral, vagy a felolvasók maguk is bővíthetik a kínálatot?

- Mind a kettő igaz, pont ettől megunhatatlan ez a fajta önkéntes munka. Nekem személy szerint szívügyem a nagyszerű, ám a mai napig nem eléggé fókuszált női szerzők megismertetése. Így amikor könyvet választok, több dolgot is átgondolok. Először átnézem a látássérültek által igényelt, női szerzők által jegyzett könyvek értékeléseit és tartalmát a moly.hu-n. Ha a könyv 90% feletti tetszési visszajelzést és rengeteg pozitív véleményt kapott, akkor tudom, hogy pazar regényről lehet szó, és azonnal beszerezem, elolvasom. Így ismerkedtem meg például Tóth Krisztinával és Ljudmila Ulickajával, akik-

ről eddig is számtalan pozitív kritikát olvastam, és a baráti körömben is igen népszerűek, de valamiért nem jutottam el hozzájuk. Csodálatos élmény volt számomra Tóth Krisztina Akvárium című regénye, ahogy a pesti bérházak élete, az összetett emberi és rokoni kapcsolatok, a szocializmus maszekolása, a 80-as, 90-es évek karaktere, az élet bonyolultsága érezhetően, szagolhatóan, tapinthatóan életre kelt, és sodort magával a történet. És persze vannak kedvenc könyveim, amiket mindenképpen szeretnék megismertetni másokkal is, így mindig párhuzamosan olvasok fel egy igényelt és egy általam ajánlott könyvet.

- Tudna ajánlani egy valóban olvasmányos művet a felolvasottak közül az érdeklődőknek?

- Az egyik személyes kedvencem Jang Ercsö Namutól: Búcsú Tóanyánktól – tudom, mind a szerző neve, mind a regény címe első hallásra egyáltalán nem csigázza fel az olvasót, pedig szinte bűn kihagyni. A kis moszó lány, Namu igaz történetét meséli el ez a magával ragadó történet, és betekintést enged a moszók világába, azaz elkalauzol a Lányok országába, ami Kína és Tibet határán, a gigantikus és érintetlen hegyek ölelésében található. A fenségesen szép vidéken, egy aprócska faluban él Namu, aki csodálatos énekének és kitartásának köszönhetően egészen Amerikáig jut. Ő az első, aki hírt adott a világnak népéről, egy olyan különös helyről, ahol a nők irányítják a társadalom életét, az édesanya a család feje. A házasság intézményét nem ismerik, de az igazi, érdekmentes szerelmet annál inkább, a tökéletes boldogságot pedig egy leánygyermek születése jelenti számukra. Ez például pontosan egy olyan regény, amit szó szerint nem lehet lerakni, annyira izgalmas és érdekes.

- Kapott már visszajelzést a felolvasott hanganyagokról?

- Maxitól például mindig jön néhány kedves sor és megerősítés, hogy csináljam tovább, szerethető a hangszínem, élvezhető a felolvasás, és minden alkalommal elmondja, még mindig hasonlít a hangom Eszenyi Enikőéhez. Aztán Mónitól (dr. Nagyné Berke Mónika – a szerk.) is kaptam már igen kedves visszajelzést, egy mesekönyv kapcsán, ahol a hangomat és a felolvasást dicsérte, és elmondta, hogy még sok könyv felolvasására számítanak tőlem. Nyilván rendkívül jólesik, és mit tagadjam, erősen motivál is a további olvasásra.

- Megkeresték már önt egy-egy könyv felolvasásával kapcsolatban?

- Még nem, de biztosan sor kerül majd rá, ha már sok-sok regényt felolvastam.

- Milyen érzés hangosan felolvasni?

- 30 éves koromig színészként dolgoztam, számtalan csodálatos szerepet eljátszottam, sokat forgattam, gyakran szinkronizáltam, így nem szeretnék álszerénykedni, az az igazság, hogy imádok felolvasni. Abban pedig csak reménykedhetem, hogy sikerült megtalálnom azt a hangot és felolvasási stílust, ami nem irritáló és nem túljátszott, hanem élvezhető és szerethető. Amikor elkezdtem felolvasni, nagyon sok hangoskönyvet meghallgattam a Youtube-on, és rájöttem, hogy nem szabad túljátszani a mondatokat, ügyelni kell rá, hogy meghagyjam az olvasás élményét, vagyis azt, hogy a hallgató adjon karaktert a szereplőknek, ő lássa maga előtt a helyzetet, a helyszínt, de azt is közben tanultam meg, hogy a különösen gyors felolvasás legalább annyira irritáló, mint a szájbarágósan lassú. Nem tagadom, sokat gyakoroltam, mire úgy éreztem, rendben, ezt már talán beküldhetem.

- Hosszú távon milyen terveid, célkitűzéseid vannak?

- A kezdeti célkitűzésem, miszerint havi 1 könyvet beküldök, már alábbhagyott, mert egész egyszerűen nem kivitelezhető, hiszen négyszer annyi idő megvágnom egy könyvet, mint felolvasnom. Egy 12 órás regényt nekem nagyjából 50 óra megvágni. Viszont, ha húsz év múlva nyugdíjas leszek, akkor nem lesz megállás (nevet). Az viszont biztos, hogy addig is szeretném évente minimum öt nagyszerű regénnyel gazdagítani a könyvtár állományát. És természetesen örülnék, ha még sok-sok önkéntes felolvasó csatlakozna hozzánk, hogy minél több friss, új regény eljuthasson a látássérültekhez.

Árvay Mária

Három tréfás történet

Vidor Miklós: Mi van a kemencében?

Soha úgy jól nem lakhatott volna Tóni bácsi, mint a szomszéd Lili lakodalmán! Aztán mégis éhen maradt. Pedig ha valaki élt-halt a hasáért, hát Tóni bácsi volt az. Egy jó tányér pörköltért elhajtott volna egy csigát gyalog a felvégről az alvégre. A lakodalomra meg már jó előre fente a fogát. Nem is fukarkodtak ott semmivel. Egyik tál a másikat szorította le az asztalról, s a föl-szolgáló asszonyok még egyre sűrögtek-forogtak. Ahogy elébe került a hasas levesestál, neki is látott Tóni bácsi istenigazából.

A vendégek körülülték az asztalt, a tarka tálakon járt mindenkinek a tekintete. Ügyet sem vetettek a menyasszony kisöccsére, a szurokszemű Palkóra, amint ott lábatlankodik a hátuk mögött, s hol itt, hol ott áll meg

báméskodni. Tóni bácsi még a szót is sajnálta a mellette ülőtől, mikor evésre használhatta a száját, nemhogy hátrafordult volna.

Alig a harmadik kanálnál tartott, amikor a menyasszony kisöccse, a szurokszemű Palkó, a füléhez hajolt, s rejtelmesen, suttogva megszólalt:

- Tóni bácsi, ha tudná, mi van a kemencében!

Még a leves is a nyeldeklőjén akadt erre az öreg nagyehetőnek. De mire odakapta volna a fejét, a gyerek már elillant. Elgondolkozva eresztette vissza a kanalát a levesbe. Igazat beszélhet ez a Palkó! Bolond lesz tán híg lével telítölteni a hasát, mikor a java még csak ezután következik!

Egyet-kettőt kanalazott még az illendőség kedvéért, aztán hadd vigyék előle a félig kimert tányért. Jött is már a sült csirke. Tüstént kiszemelt egy ropogós piros combot, hogy beleszúrja a villáját, de Palkó megint a háta mögött termett:

- Tóni bácsi, ha tudná, mi van a kemencében!

Az ám! Jó lesz tartogatni a helyet a legfinomabb falatnak - hökkentette vissza Tóni bácsit a figyelmeztetés, s megelégedett egy soványka fél csirkemellel.

Körülötte egyik-másik koma már a nadrágszíját eresztette ki egy lyukkal, ő még alig-alig kóstolgatott. Még meg is jegyezte valaki mosolyogva:

- Elrontotta tán a gyomrát, Tóni bácsi?

De ő csak a fejét ingatta bölcsen. Mikor ti már szuszogni se bírtok, én befalom egymagam a főfogást. Mert azt hagyják a végére! Addig őrzik a kemencében, ki ne hűljön.

Így vonult el Tóni bácsi előtt sorra a paprikás, a töltött káposzta, a pulykasült, a rántott borjú, alig-alig hogy megpiszkálta őket. S ha valamelyiknél mégis tétovázott volna egy szemvillanásnyit, tüstént odaugrott mögé a Palkó gyerek, s belesustorogta a fülébe:

- Hátha még azt tudná, Tóni bácsi, mi van a kemencében!

El nem gondolhatta, mit tartogathatnak, de valami fölséges, mennyei eledel kell legyen, annyi biztos! Talán kürtőskalács, vagy tejföllel nyakonöntött tűzdelt sonka lesz-e a csodaétel, de az is lehet, hogy valami olyat talált ki a háziasszony, amit még soha életében nem kóstolt! Hát, csak böjtölt szorgalmasan az ingerlő peccsenyeillat felhőjében, leste a javát.

Aztán egyszer csak üres kézzel jelentek meg a fürge lányok, s kezdték elszedni a tányérokat, de még az asztalkendőt is húzkodták a vendégek elől. A vak is láthatta: itt bizony vége az ebédnek!

Tóni bácsi elkapta az asztal mögött sündörgő Palkót a gallérjánál:

- Hát mi van abban a kemencében, te!

A gyerekek fülig húzódott a szája örömeiben, hogy végre valaki akadt, akinek eldicsekedheti:

- Nem tudja, Tóni bácsi? Az éjjel kilencet kölykedzett a macskánk, a kemencében tartjuk mind a kilenc kicsit!

Bolgár népmese: Ravasz Péter meg a szakács

Kiment egyszer Ravasz Péter a vásárba. Tenger sok embert látott. Egyesek árusítottak, mások vásároltak, és volt, aki csak evett-ivott a laci-konyhákban.

Ravasz Péter megállt egy konyha előtt, és bekukucskált a nyitott ajtón. Odabent a szakács, ruhaujját felgyűrve, rakosgatta az ételt a fazekakba - az egyik fogás ízesebb volt, mint a másik.

Ravasz Péter éhes volt, de üres a zsebe. Mitévő legyen?

Tarisznyájában kis darab száraz kenyeret hozott magával. Elővette a kenyérdarabkát, és kinyújtotta a kezét a fazékhoz, amelyből a legjobb illat áradt. Ott tartotta a fazékból szálló pára fölött a kis darab kenyeret, amíg a gőz át nem járta és meg nem puhította. Azután jó étvággal megette, és már indult is tovább.

A szakács, aki némán figyelte, most útját állta.

- Hé fickó! hová mégy fizetség nélkül?

- Miért fizessek?

- Az ételért.

- Mit képzelsz? Hát nem láttad, hogy csak a fazékból áradó jó illat járta át a kenyereket?

- Jó szag, jó szag, de az is pénzbe kerül! Én azért, hogy a fazék gőzölögjön, és te a jó illatot élvezd, vizet hoztam, tüzet raktam, és ügyeltem az ételre! - pattogott a szakács.

- Értelek, barátom - felelte Ravasz Péter szelíden -, de mit tegyek, ha nincs egy árva garasom sem?

- Ha nincs pénzed, akkor tíz botot kapsz, hogy mindig emlékezz arra, hogy más ételének a szagával ízesítetted a kenyereket - heveskedett a szakács.

A veszekedés hallatára a konyha elébe nagy tömeg gyűlt össze.

- Hát akkor hozd a botodat, és üssél! - mondta Ravasz Péter, és kiállt a napra. - Vedd a botot, és üssél, de jól vigyázz, hogy hozzám ne érh, mint ahogy én sem értem az ételedhez. Mert ha elhibázod az ütést, hát megtanítalak móresre!

- De hát kire üssek? - kérdezte a szakács elképedve.

- Üssél tízszer az árnyékomra!

Az emberek körös-körül nevetésben törtek ki. A szakács pedig megszenyülten somfordált vissza a konyhába.

Átdolgozta: Karig Sára

Norvég népmese: Mikor az ember volt a gazdasszony

Volt egyszer egy ember, aki örökösen zsémbelt, veszekedett a feleségével, hogy „ezt se jól csinálod, azt se jól csinálod, még a házat se tudod ellátni rendesen, amíg én a réten vesződök kora reggeltől alkonyatig.”

- Tudod mit, édes uram? - mondja neki egyszer az asszony. - Holnap majd én megyek kaszálni, te meg lásd el a házat, talán igazán jobban értesz hozzá.

Ebben maradtak. Másnap az asszony fogta a kaszát, és elment a rétre, az ember meg nekilátott a házimunkának.

„Az első, hogy friss vajunk legyen” - gondolta, és teleöntötte a köpülőt tejjel, köpülni kezdett. Munka közben megszomjazott, hát lement a pincébe, csapra verte a söröshordót. Egyszer csak hallja, hogy a malac futkos odafent a konyhában.

„Hú az áldóját, ez még feltalálja borítani a köpülőt!” - villant az agyába.

Felszaladt a lépcsőn, betaszítja a konyhaajtót, hát a malac vígan nyalogatja a földről a tejfelt, a köpülő meg felborítva odább a sarokban.

- No, ezért meglakolsz! - förmedt a malacra, de az kiszaladt az udvarra.

Az ember lohol utána, kergeti körbe-körbe. Akkor veszi észre, hogy a kezében szorongatja a hordó csapját.

„Hú, a teremburáját! Azóta tán ki is folyt a sör!” - bosszankodik magában.

Ugrik a pinceajtóhoz, majdhogy le nem gurul a lépcsőn, úgy siet, de bizony a hordó már üres, a sör kifolyt az utolsó cseppig.

„Még jó, hogy a bödönben maradt egy kevés tejfel!” - gondolja. Újra hozzáfog a köpüléshez, de most megint eszébe jut valami: a tehénnek még se inni, se enni nem adott. Fogja a vedret, hogy megtöltse a kútnál, de a köpülőt nem meri otthagyni, ezért a hátára kötözi. (Gondolatban megveregeti a vállát, hogy ezt ilyen okosan kitalálta.)

Ám ahogy a kút fölé hajol, a tejföl a nyakába folyik meg a fejére.

- Még csak ez kellett nekem! - mérgelődik az ember, majdhogy szét nem veti a méreg.

Közben dél lett. Az asszony szorgalmasan dolgozott a réten, és alaposan megizzadt, megéhezett.

„Hol marad ilyen sokáig az ura a kisebbéddel?” - tépelődik. Ő már ilyenkor

rég kivitte neki mindennap az ételt-italt a rétre. Elunja a várakozást, és hazaballag.

Ahogy belép az udvarra, meglátja az urát: csupa tejfel a haja, szakálla, inge, nadrágja, az üres köpülő meg a hátára kötözve. Nem szól semmit, úgy tesz, mintha nem látná.

Bemegy a konyhába, megrakja a tüzet, felteszi a fazék vizet a kásának, kisépri a szobát, megteríti az asztalt, aztán ellátja az állatokat.

Attól fogva az embert mintha kicserélték volna. Nem zsémbel, nem veszekszik, mikor hazajön. Dicséri a feleségét, hogy milyen rend van a házban. Minden jól van úgy, ahogy csinálja, csak eszébe ne jusson még egyszer órá bízni a házi munkát.

Átdolgozta: Beke Margit

Versvilág – összeállította Árvay Mária

Aranyosi Ervin verseiből

Március 8. Nőnap

Vannak lányok, nők, meg nénik,
anyukák, meg nagymamák.
Vannak Katák, Erzsik, Évik,
Zsuzsák, Jutkák, Marikák.
Sorolhatnám a neveket,
hiszen szép számmal akad,
mindegyikre gondoljunk most,
ne legyen ki kimarad!
Mennyi, mennyi kedves angyal
szobbíti az életünk,
segítenek szebben élni,
mennyi nő is van velünk?
Az élet szegényebb lenne
és a lét boldogtalan!
Köszöntsük hát fel a nőket,
mert a Nőnap pont ma van!
Ünnepeljük hát meg őket,
tőlük csodás a világ,

legyen apró figyelmesség
számukra pár szál virág.



Ne szidd a hazámat

Tudod, engem egy dolog bánt,
 ha szidják hazámat.
 Ha bántják a szülőföldem,
 honfi lelkem lázad!
 A magyar hon csodálatos,
 minden megvan benne!
 Ha elveszne, érző szívem
 vele együtt veszne!
 Istenadta ez az ország,
 s nem pótolja semmi.
 Bármilyen történik is vélem,
 jó magyarnak lenni!
 Anyanyelvem meghatároz,
 magyarságom élem,
 s azt, hogy újra felvirágozik,
 én szívből remélem.
 Ha magyar vagy, arra kérlek,
 sose szidd hazádat!
 E csodás föld sosem oka,
 ha kínoz a bánat.
 Mindent megad fiainak,
 csak el kéne venni,
 a jólétünk rajtunk múlik,
 merj magyarnak lenni!
 Ám, míg sorsod a hazában
 rabszolgaként éled,
 árulók és idegenek gyakran
 szívják véred.
 Míg nem éled magyarságod,
 kiszolgáltatott vagy,
 kit a rendszer sárba tipor,
 s haldokolni ott hagy!
 Míg nem tudod, mi a haza,
 és kik szívják véred,
 addig saját birtokodban
 mások sorsát éled.



A magyar nép van megosztva,
 s rajtunk múlik minden,
 megváltozhat-e a világ
 határunkon innen.
 De, amíg a hazád szidod,
 nem változik semmi,
 addig nyögjük terheinket,
 s nem tudjuk letenni!
 Becsüld hát meg ezt a földet,
 merj álmodni szépet,
 csak közösen emelhetjük
 fel a magyar népet!
 Nem fontos, hogy énnekem higgy,
 ismerd meg hazádat!
 Sértő, bántó, vagy szitokszó
 ne hagyja el szájad!
 Ha pedig majd kiállsz érte,
 nem kell többé félned,
 s átérzed majd, hogy magyarként
 jó e honban élned!

Március 15. a mában



Ünnep van, Magyarok!
 Álljatok hát talpra!
 Hisz egykor Petőfi
 éppen ezt akarta!
 Hogy a nép rabláncát
 tépje le magáról,
 s legyen végre nemzet,

istenigazából!
 Hisz csak együtt tudunk
 magunkért kiállni,
 csakis összefogva
 hős nemzetté válni!
 Vagy hiába hullott
 hősök büszke vére?
 Magyarnak a magyar
 nem lesz már testvére?
 Emeld fel a fejed
 drága, büszke népem,
 A szabadság vágya
 benned újra éljen!
 Márciusi ifjak,
 emlékezzünk rájuk!
 Követendő ma is
 nagyszerű példájuk.
 Ünnep van, Magyarok!
 Álljatok hát talpra!
 Hisz egykor Petőfi
 éppen ezt akarta.
 Forrás:
<http://versek.aranyosiervin.com>

Fésűs Éva: A büszke tölgyfa

Volt egyszer a Köröskörül erdőben egy sudár, fiatal tölgyfa. Kék ég felé nyújtózkodott, lombjain át arany napfényt szitálgatott, és erős gyökerével a föld minden erejét magába szívta. Ő volt a legszebb az erdőn. A madarak vágyakozva nézték erős ágai hajlását, védelmező lombját. Szerettek volna rá fészket rakni, de a tölgyfa dölyfösen rázta magát.

- Hess innen, hangos népség! Nem leszek fészektartó! Szép koronám nem ilyenre termett. Hess, hess!

Még a pihenő madárkát sem tűrte meg az ága hegyén, és ha olykor egy-egy tudatlan kis jövevény mégis próbálkozott rajta a fészekrakással, a büsz-

ke tölgy lerázta magáról a félig elkészült madárfészket. Őszidőben a mókusok vidáman felkapaszkodtak a derekára, és szépen kérték:

- Olyan éhesek vagyunk! Adj egy kis makkot!

A tölgyfa akkorát reccsent mérgében, hogy a mókuskák ijedtükben majdnem lepotyogtak róla. Csak a hízalgő szél tudott befurakodni a lombjai közé. Annak a duruzsolását hallgatta reggeltől estig. Lassan mindenki elkerülte. Már az őz sem mert a kérgéhez törleszkedni. Igazán mondom, egyszer a saját szememmel láttam mellette kibújni egy gombát a földből, de amint észrevette, hogy hol van, gyorsan kalapot emelt, és elgyalogolt máshová. Képzeljétek!... már az árnyéka sem kellett senkinek! Egy darabig így is meg-

volt a tölgyfa. Hanem idővel az évgyűrűk vastagítani kezdték a derekát, és - tetszett vagy nem tetszett! - belebújt a kukac. Hosszú éjszakákon át kegyetlenül rágta. A tölgyfa hasogató fájdalomakra ébredt.

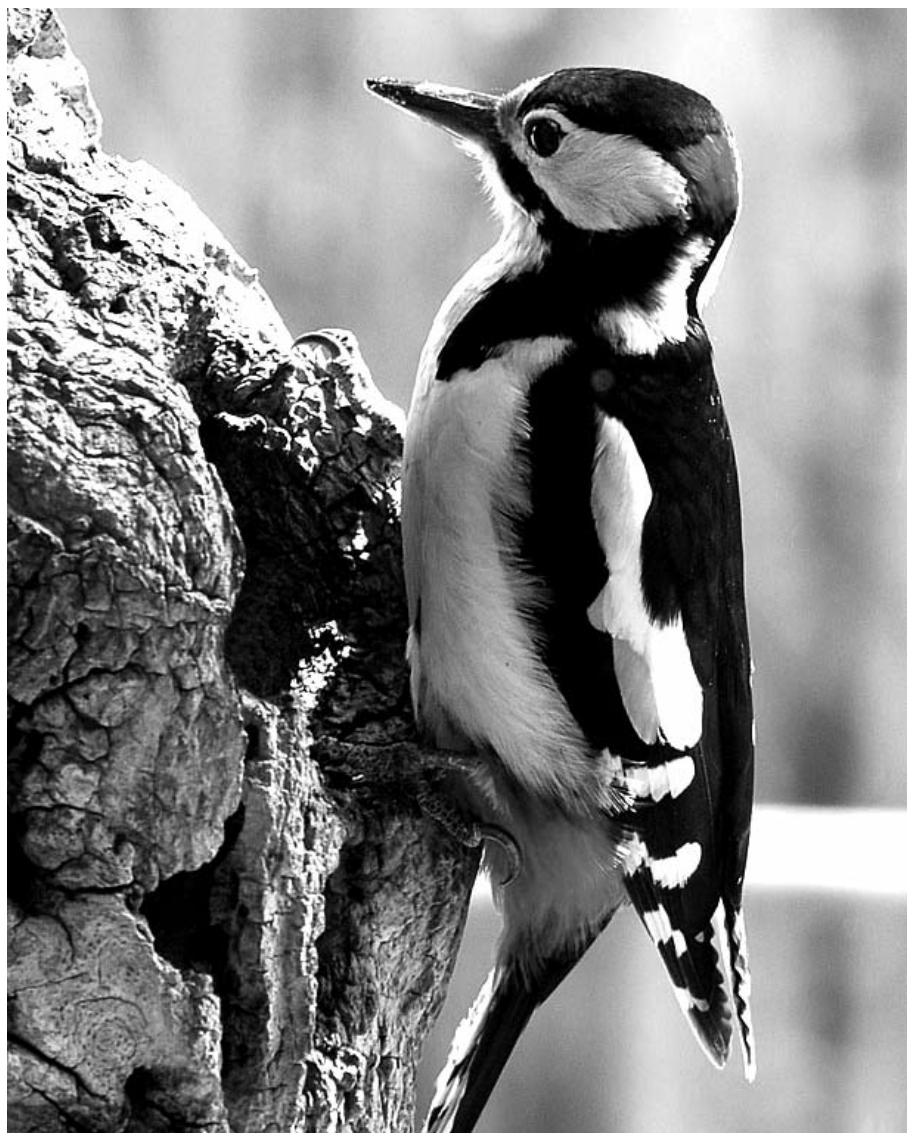
Tavasza volt akkoriban. Minden fa boldogan érezte magában az új nedvek keringését, csak a tölgyfa állt rosszkedvűen, magányosan, szárazon. A féreg egyre jobban gyötörte.

- Ó, jaj nekem - sóhajtott -, elpusztulok!

Keserves nyögését meghallotta a közelben tanyázó mokusasszonyka. Tüstént abbahagyta fiacskái mosdatását.

- Miért nem szóltál, hogy beteg vagy? - kérdezte sajnálkozva. - Mindjárt idehívom Harkály doktort!

- Nem kell! Nem kell! - hadonászott a fa. - Biztosan bosszút állna rajtam, és összevagdalna a csőrével, amiért nem engedtem be az odúmba.



- Ugyan, mit képzelsz? - csóválta a fejét a mókus, és azért is elfutott a harkályért.

Harkály doktor tüstént ott termett. Még pici, piros sapkáját sem vette le a fejről. Nem sokat törődött a tölgyfa nyögésével. Végigkúszolt rajta, körbepogtatta, azután egy helyen megállt, és erős csőrét mélyen a kérgébe ütötte.

- Megvagy, mihaszna férge!

Ügyesen kiemelte, és - volt nincs! - már el is tüntette éhes kis begyében. A tölgyfa felsóhajtott:

- Jobban vagyok!

Körös-körül őzek, mókusok leskelődtek, madarak figyelték, hogy mi lesz. Mindenki örült, amikor a doktor bekapta a kukacot. A tölgyfa pedig csodálkozva kérdezte:

- Miért segítettél rajtam? Hiszen énám mindenki haragszik!

Erre a körülállók kacagni kezdtek, és a harangvirágok összekocantották fejcskájukat.

- Ó, te tölgyfa!... Senki sem haragszik rád, hanem te haragudtál az egész világra!

Harkály doktor hozzátette:

- Beteg voltál, de most már meggyógyulsz. Orvosságot is rendeltem: sok vidámságra, madárdalra van szükséged.

- Meglesz! Meglesz! - kiáltották az állatok, és mindjárt körültáncolták. A tölgyfa nagyon sokáig nem tudott szólni, csak állt közöttük, szégyenkezve. Aztán egyszer csak gondolt egyet, és kitérte ág-karjait a madarak felé:

- Gyertek ide, hozzám!

Azok nyomban odasereglettek, és örömükben olyan vidáman kezdtek csivitelni, füttyögetni, énekelni, mintha mi sem történt volna.

*(Forrás: Fésűs Éva:
Az ezüsthegedű c. mesekönyve)*

Első a család

Akikre a Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetsége szintén büszke lehet

Az MVGYOSZ 2018. évben ünnepelte fennállásának 100. évfordulóját. Sok cikk, és méltatás jelent meg a különböző területen kimagasló eredményt

elért sorstársakról, azonban hiába keressük a könnyűzenei életben oly sokat tett sorstársak méltatását, sehol nem találjuk.

Dr. Péter Árpád oly rendkívüli dolgot hozott létre 1986-ban, amivel méltán megérdemli, hogy a 100 év eredményei között az Ő neve is megjelenjen a méltatásban. Varga Pállal közösen elhatározták, hogy operett műsort szerveznek a sorstársaknak, és az elhatározást tett követte. Dr. Péter Árpád és Varga Pál szervezte a 16 tagú sorstársakból álló zenekart is. Dr. Péter Árpád kottázott, hangszerelt és betanította a sorstársakból álló zenekart és az énekeseket. Minden nap (hétvégeken is) próbáltak a zenekarral és énekesekkel, akik szintén megérdemlik, hogy nevük nyomtatásban is megjelenjen.

Zenekar: Bene János hegedű, Erhart József hegedű, Horváth Géza hegedű, Nagy József hegedű, Pilán Béla hegedű, Reihert József hegedű, Kovács János brácsa, Szűcs Béla brácsa, Kamrás Sándor nagybőgő, Hajdú József zongora, Zelenákné Szöllősi Katalin klaviszett, Farkas Péter sztring, dr. Péter Árpád szintetizátor, Pinviczki György dob.

Énekesek: Barna Mária, Fabók Judit, Kadir Aliné (Manci néni), Köteles György, Lakatos György és Varga Pál.

A befektetett energia, sok munka meghozta eredményét, a műsor bemutatásra készen állt. 1986. május 10-én a bemutatásra kitűzött napra mindenki érdeklődéssel nézett, hogy a zuhogó esőben vajon hányan jönnek el, de minden várakozásukat felülmúlta a nagy érdeklődés, hogy a fél négytől fél hatig tartó előadást még aznap, fél héttől fél kilencig meg kellett ismételni.

Az első előadáson 350 fő, a megismételt fél hetes előadáson pedig 250 fő tapsolt a zenekarnak. Ami azóta is büszkeséggel tölti el dr. Péter Árpádot, és Varga Pált.

Az MVGYOSZ történetében azóta sem fordult ilyen elő.

Az előadásokon technikusok voltak: Koblász Sándor, Ruskó József (ők látók). A műsorvezető pedig Túri József volt.

A sikereken felbuzdulva a zenekar műsorral járta az országot, közben 1986 szeptemberében megalakult a Melódia Együttes, akik szintén az országot járták műsorukkal. Az együttes a környező országokban is hirdette a vak művészek jó hírnevét, sőt Lengyelországban két hetes országjáró turnén is megmutathatták magukat. A Melódia Együttes művészeti vezetője dr. Péter Árpád, vezetője Varga Pál volt.

A Melódia Együttes 7 évig, amíg Varga Pál vidékre nem költözött, nagyon sok helyen öregbítette a vak muzsikusok, énekesek tudását, jó hírét.

Basa Ágostonné

Mit jelent (jelentett) nekem Siliga Miklós?!

Siliga Miklós több állami és zenei díjjal is kitüntetett zeneszerző, zenetanár. Nagyon büszkén mondom – nekem tanárom volt. Bár korábban – 2008-ban is ismertem, de olyan időszakban találkoztam újra Vele, amikor már-már az éneklés abbahagyásáról gondolkodtam, egészségi állapotom miatt. Ismét felrázott és a két



hetenkénti énekórák és a Fészek klubban történő fellépések új lendületet adtak életemnek.

Siliga Miklósban olyan EMBER-t ismertem meg, aki nemcsak énektanárom, zenei kísérőm volt, de bátran mondhatom, hogy egyben barátom is. Csodálatos klarinét és zongorajátéka lenyűgözött. Öröm volt az a nap, amikor énekórára mentünk. Nagyon jó módszere volt, amikor énekemet felvette és visszajátszotta, majd pontról pontra javított, hogy a következő hétvégi Fészek klubbeli műsoron minden úgy szóljon, ahogy a „nagykönyvbe” meg van írva. Mindezeket humorral fűszerezve. Mindegy volt Neki, magyar nótát vagy operettet énekeltem, a legnagyobb alázattal kísérte énekemet, az meg számomra volt megtiszteltetés, hogy szerzeményeit is énekelhettem. Több esetben előre felénekelve adott instrukciót, hogy mire gondolt komponálása közben, s hogyan szóljon az. Sajnálom, hogy nem korábban tartozhattam tanítványai közé.

Még az esetben is megénekeltetett a klub műsorában, amikor a közönség soraiban ültem. (és nem öltönyben voltam).

Nagy-nagy öröömre szolgált, amikor megdicsérte hangomat, összehasonlítva az általa korábban kísért nagy művészekéhez hasonlítva. Néha már kicsit zavarba is ejtett dicséretével. A 2018. március 10-i nőnap i operett délutánon fáradhatatlan lelkesedéssel kísérte a fellépő énekeseket, köztük engem is.

Nagy izgalommal készült, készültünk a nyári évadzáróra, ahol egy kötetlen nap keretében – gulyás elfogyasztása mellett – „öröm énekléssel” mülattuk a napot. A helyszín a Szövetségünk Székháza volt.

Szeptemberi és októberi Retró klub előadásain már a szilveszteri műsorterv volt a téma. Október végén azon-



ban, nagyon aggasztó hírek érkeztek Miklósról, kórházba kell mennie, operációra. Nap mint nap vártuk a híreket, de a kezdeti javulás ellenére november 15-én nagyon szomorú hír jött Róla. Szíve megszűnt dobogni. Letaglózott a halálhíre. Hiánya és a fájdalom érzése a mai napig is kínoz.

Azt meg, hogy munkánk során velem és B. Lakatos Györggyel szemkontaktust nem is tudott teremteni, az Ő hihetetlen empátiájának és emberszeretetének

köszönhető, hogy mindig énektudásunk maximálisát kihozta belőlünk.

Nagyon fáj, hogy többé nem tudunk hozzámenni, együtt énekelni. Csodálni játékát most már csak megőrzött felvételeinkből tudjuk.

Tanár Úr! Soha nem felejtünk, emléked életünk végéig őrizzük.

Kisnémedi Varga Pál és B. Lakatos György

Basa Ágostonné



Megemlékezés

Életének 90. évében elhunyt Kelemen László idegenvezető, számos magyarországi útikönyv szerzője, társszerzője, a Tudományos Ismeretterjesztő Társulat (TIT) egykori kuratóriumi és a Földtudományi Szakosztály egykori vezetőségi tagja. Nyugdíjazásáig a Magyar Tudományos Akadémia Kutatófilm Központ munkatársa volt.

A Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetségének Turisztikai Szakosztályánál sokan ismerték és szerették idegenvezetőként, valamint a kedvelt turisztikai vetélkedők szervezőjeként és zsűritagjaként. Hálával gondolunk rá és azokra a felejthetetlen utakra és élményekre, amiket neki köszönhattünk.

Lak István

Roska Botond: Olyan vakság, amin nem lehet segíteni, nem létezik

Az elmúlt néhány hónapban zsinórban három fontos orvosi díjat is megkapott az idén 50. születésnapját ünneplő, budapesti születésű Roska Botond molekuláris és sejtbiológus, a Friedrich Miescher Orvosi Kutatóintézet neurobiológiai kutatócsoportjának vezetője, a Bázeli Egyetem orvostudományi karának professzora. Mindegyik elismerést első magyarként érdemelte ki: a Bressler-díjat az általa kidolgozott látás-visszaállító terápiaért, az évről-évre agykutatókat elismerő Alden Spencer-díjat a látás folyamatának a megértéséért, és végül idén a Louis Jeantet-díjat a kettő kombinációjáért ítélték a magyar neurobiológusnak.

Roska családjában már-már hagyomány a kiemelkedő tudományos teljesítmény. A világhírű kutatóorvos apja a neurális hálózatok kutatását Magyarországon megalapozó néhai Roska Tamás villamosmérnök, akadémikus. Fia a Semmelweis Egyetem orvosi karának elvégzése után a University of California berkeley-i tagintézményében, valamint a Harvardon képezte magát tovább. Innen került 2005-ben Bázelbe, ahol azóta is több kutatóintézetben dolgozik. A Bázeli Egyetem orvosi karának professzora, és tavaly óta a molekuláris és klinikai szemészeti kutatóközpont igazgatója is. A világhírű neurobiológussal a látás-visszaállító terápiaik lehetőségeiről és korlátairól beszélgettünk.

- Úgy tűnik, évről évre egyre rangosabb kitüntetések érnek annak feltérképezése, hogyan dolgozza fel a képi információt az emberi agy. A látás mechanizmusának és a szembetegségek terápiájának előtérbe kerülése valami új trend?

- A látás azért válik egyre fontosabbá, mert nem elég, hogy az emberi agy 20 százaléka a vizuális információ feldolgozásával foglalkozik, a képi információ ráadásul minden eddiginél fontosabbá is vált, és ez a trend a jövőben is folytatódni fog. Mindeközben a vakok aránya a következő évtizedekben várhatóan nő majd. Közben nyugaton is egyre több a rövidlátó, egyes ázsiai országokban, például Koreában mára a gyerekek 95 százaléka szorul látáskorrekcióra.

A rövidlátás hosszú távon hajlamosít a retinaleválásra, valamint a makuladegenerációra, ami vakságot okoz. A vakság a szóban forgó országok lakosságának akár a harmadát is érintheti néhány évtizeden belül. Az Egyesült Államokban nemrégiben felmérést végeztek arról, hogy az emberek milyen időskori betegségtől félnek a leginkább. A vakság megelőzte a rákot és az Alzheimer-kórt is. Ez ma a világ legrettegettebb problémája.

- Az átlagember azt hinné, hogy a látás folyamatát eddig is betéve ismerték az orvosok. Mi nem volt meg eddig?

- Ez egy tévedés. Az agy működéséről az emberiség birtokában lévő tudás gyakorlatilag a nullával egyenértékű. Ebből a kevésből még mindig a retináról, vagyis a szemideghártyáról tudjuk a legtöbbet.

- Mi olyan bonyolult a retinán, ha egyszer úton-útfélen arról hallani, hogy a lézeres rutinműtéteknek köszönhetően bárki megszabadulhat még a szemüvegétől is?

- Nagy probléma, hogy az állatok nem tudnak beszélni, így nem tudják elmondani, mi történik a látásukkal, amikor a laboratóriumban egy-egy dologhoz hozzápiszkálunk a retinájukon. Tovább bonyolítja a képletet, hogy az emlősállatok közül is csak a főemlősök rendelkeznek az emberi látásmechanizmus egyik kulcselemével, a sárgafolton, szakszóval a makulán található látógödörrel, ami az éleslátásért felelős. Így klasszikus állatkísérletekben, például rágcsálók segítségével az úgynevezett fovea nem vizsgálható. Mivel a szemem keresztül a retináig el lehet látni, alternatív megoldást jelentenek azok a módszerek, amelyekkel élő emberek szemében lehetne a változásokat aprólékos pontossággal mérni.

- Erről úgy beszél, mintha ez még váratna magára.

- Az emberi látásmechanizmus megértéséhez manapság többnyire még elhunyt donorok retináját próbálják olyan hosszú ideig életben tartani, hogy

meg lehessen érteni annak pontos működését. De a legutóbbi évekig a retina hosszú távú életben tartása is áthidalhatatlannak bizonyult. Ezen épp a magyar Szabó Arnold anatómus vezette kutatócsoport változtatott, ők mára már több mint három hónapig életben tudják tartani az elhunyt donorokból származó szemideghártyát. Retinalaboratóriumukkal mi is együtt dolgozunk.

- Muszáj a gyógyítás reményéhez ennyire aprólékosnak lenni?

- A teljes retina felülete nagyjából 1000 négyzetmilliméter, amelynek az említett, óriási érzékenységű fovea, vagyis a látógödör mindössze az ezredrésze.

Azért kell ennek az ezredrésznek a működését pontosan megérteni, mert ha egy látássérült retinájának az összes többi része elvész is, de ez az egyetlen négyzetmilliméternyi terület sértetlen marad, nem érzi úgy, hogy elvesztette a látását. Igaz, hogy a perifériás észlelése sérül, de az arcfelismerési képessége megmarad, illetve továbbra is tud még olvasni. Az emberek pedig leginkább ezeket a képességeket azonosítják a látással.

- Önnek hogy sikerült áthidalni a látógödör, vagyis a fovea működésének megismerését akadályozó tényezőket?

- Az utóbbi egy-két évtizedben egészen új metodológiákat kezdtünk kidolgozni. Manapság vér vagy bőrsejtből Petri-csészében is tudunk retinát építeni. Kétszáz nap alatt bárkiből tudok csinálni ezer retinát, amelyen gyógy-módot tudok fejleszteni. A legfőbb nehézséget igazából innentől már az jelenti, hogy a sokféle retinasejt közül azt tudjuk eltalálni, amelyik reparálásra szorul. Abból is baj származhat ugyanis, ha a gyógyszer nem a megfelelő sejt-típusban kezd hatni.

- Ha efféle válogatásra képes gyógyszer még nem létezik, akkor önt milyen terápia kifejlesztéséért tüntették ki?

- A retina felépítésének a vizsgálata mellett a laboratóriumom kifejlesztett egy olyan számítógéppel tervezett szintetikus vírust, amely be tud jutni az összes retinasejtbe, de ott egyéb módon nem avatkozik be a sejtek működésébe. A trükk viszont csak ezután kezdődik: az általunk fejlesztett vektor-vírusok génterápiás hatóanyagokat tudnak szállítani, és azt is megoldottuk, hogy utóbbiak kizárólag abban a sejt-típusban kezdjenek működni, amelyik a látásromlásért felelős. A többi, egészségesen működő sejtben pedig nem történik semmi.

- Eszerint ezt a módszert már élő embereken is kipróbálták?

- A fejlesztés 13 éve után néhány hónapja elkezdték a klinikai vizsgálatokat Londonban, illetve egy másik kísérletsorozat a hetekben fog elkezdődni Franciaországban.

Eddig mintegy tucatnyi látáskárosult ember kapta meg az általunk fejlesztett génterápiás oltást, várhatóan ugyanennyi embert vonnak be a franciaországi kísérletekbe is. Ha a klinikai kísérletek sikerrel zárulnak, kezdődhet az ipari termelés. De ezzel én személy szerint már nem foglalkozom. Az én szerepem addig tart, amíg a probléma nehéznek és megoldhatatlannak tűnik.

- A vakság mely típusainál, milyen betegségek esetében működhet az önök módszere?

- Elméletileg bármilyen szembetegségben használható a génterápia, igaz, az egyes betegségeknel másféle módon kell alkalmazni. A legegyszerűbb az úgynevezett monogenetikus betegségek terápiája, amikor a tüneteket egyetlen gén hibája okozza. A szembetegségeknek – eltérően a többi szerv betegségeitől – elég nagy hányada ilyen. Ilyenkor az általunk fejlesztett vektorvírussal csak vissza kell juttatni a megfelelő gént a megfelelő sejtekbe. Van olyan öröklött monogenetikus szembetegség, amelyre már tíz éve létezik génterápia. Más kérdés, hogy ilyenkor problémát okozhat, hogy a hiányzó vagy hibás gének miatt a gazdasejt is elhal, így nincs hova visszajuttatni a hiányzó gént.

A látásvisszaállító génterápiák egy másik formája az úgynevezett optogenetikai terápia. Ezek esetében teljesen mindegy, miért vakul meg valaki, és valamennyire a sejtelhalás is áthidalható. A retinában megmaradt sejteket ugyanis speciális fehérjékkel fényérzékenyvé lehet tenni. Erre lehet példa a szemideghártya sejtjeinek fokozatos elhalásával fenyegető retinitis pigmentosa. A betegségcsoportban érintettek, többnyire kamaszkoruktól kezdve, éveken át fokozatosan veszítik el a látásukat, de a folyamat közben a még épen maradt retinasejtjeiket fényérzékenyebbé lehet tenni. A szállítovírus ilyenkor csak a fehérjét juttatja a még élő sejtekbe. Hasonlóképpen a kor előrehaladtával okoz látásromlást az úgynevezett Stargardt-féle makuladegeneráció. Erre a betegségre olyan génterápiát lehet használni, amely a rosszul működő retinasejtek DNS-ét igyekszik kijavítani.

- Ahogy erről beszél, úgy tűnik, mintha inkább azt kellene kérdezni, hogy a vakság mely típusain nem lehet segíteni.

- „Olyan vakság, amin egyáltalán nem lehet segíteni, nem létezik. Még azokon a betegek is lehet valamennyit segíteni, akiknek a komplett látóidege hiányzik. Minden attól függ, hogy mennyi pénzt áldoznak rá.” A látórendszer felépítése miatt gyakorlatilag bármilyen vakságot meg lehet kezelni. A kérdés inkább az, hogy milyen minőségű látást lehet visszahozni.

- Eszerint a „retinaoltással” visszaállított látás különbözik a valódi látástól?

- Nagy mértékben, igaz, hogy pontosan mennyire, azt egyelőre még nem

tudjuk megmondani. Ezt azért is nehéz meghatározni, mert feltehetően az egyéni variációk is nagyok lehetnek. Ha ugyanazt az anyagot két ugyanabban a betegségben szenvedő ember szemébe juttatjuk, a látásuk nem ugyanolyan mértékben fog visszatérni. Ezt bizonyítani még nem tudom, de biztos vagyok benne. Amellett, hogy a pontos genetikai eltérés mindenkiben más és más, legalább annyira fontos, hogy abból, ha egy beteg retinája újra elkezd érzékelni a fényt, még nem következik, hogy az agya meg is tudja érteni a szemideghártyája által felfogott képi információt. A vakok évekig, évtizedekig élnek úgy, hogy a központi idegrendszerükbe nem érkezik a retinájukból inger. Mivel az agy rendkívül plasztikus, annak látásfeldolgozó részei az idők során más funkciókra állnak át. Ha a látókérget hirtelen ismét vizuális inger éri, az agyi központnak újra meg kell tanulnia látni. Tanulni pedig mindenki különböző ütemben és különféle hatásokkal tud. Hiszen franciául sem ugyanolyan gyorsan és ugyanolyan jól tanulnak meg a különböző emberek.

Szerző: Balázs Zsuzsanna
<https://qubit.hu>

Először kezeltek génterápiával makuladegenerációt

Először kezelték génterápiával a leggyakrabban látásromlást és vakságot okozó szembetegséget, az időskori makuladegenerációt - számolt be róla a BBC News.

Hatalmas áttörés a szemészeti tudományban

Az Oxfordi Egyetem tudósai a szintetikus gént egy idős helyi lakos szemfenekébe fecskendezték, hogy megakadályozzák a további retinasejtek elhalását.

Ez az első eljárás, amely az életkorral összefüggő makuladegeneráció (AMD) genetikai okát gyógyítja.

Nagyjából 600 ezer embert sújt az AMD az Egyesült Királyságban, többségüknek erősen károsodott a látása.

A műtétet helyi érzéstelenítésben hajtotta végre Robert MacLaren szemész az Oxfordi Egyetem szemklinikáján. „Hatalmas áttörést jelentene a szemészet tudományában, ha az időben adott genetikai terápiával megóvhatnánk azoknak a látását, akik másképp megvakulhatnának” - mondta MacLaren. Janet Osbourne az első a 10 AMD-s páciens közül, aki részt vesz a génterápiás klinikai tesztben.

Ha időben észlelik, meg lehet gyógyítani.

A makula vagy sárgafolt a retina éleslátásért felelős része, időskori sorvadása a retinasejtek elhalását jelenti. Az öregedéssel növekszik az AMD kialakulásának kockázata.

A legtöbb betegnek - a klinikai tesztben résztvevő 10 páciensnek is - úgynevezett száraz AMD-je van, ilyenkor fokozatos a látásromlás, évekig is eltarthat.

A „nedves” AMD gyorsan alakul ki, de ha időben észlelik, meg lehet gyógyítani. Egyes emberek öregedésekor a gének számlájára írható, hogy a szem természetes védekező mechanizmusai tévedésből elkezdik elpusztítani a retina sejtjeit, ez vezet a látásromláshoz.

Tavaly két beteg látását is helyreállították ezzel a módszerrel.

A terápia során a szintetikus gént tartalmazó ártalmatlan vírust fecskendeztek a szemfenékbe. A vírus „megfertőzte” a retinasejteket és bejuttatta a jó gént. Ez lehetővé tette a sejtpusztulást megállító fehérje termelését, a makula nem sorvadt tovább.

Az oxfordi klinikai tesztek során először az eljárás biztonságáról bizonyosodnak meg olyan résztvevőkkel, akiknek már romlott valamennyit a látása. Ha a tesztek sikerrel járnak, olyan betegeket is kezelnek, akiknek még jó a látása, de már diagnosztizálták az AMD-t.

Tavaly a londoni Moorfields Szemkórház orvosai két AMD-s beteg látását állították helyre úgy, hogy a szemfenék károsodott területére őssejteket ültettek be. Azt remélik, az őssejtterápia sok embernek visszaadhatja a látását. Az oxfordi kutatók más megközelítést használnak, az ő terápiájuk az AMD-t okozó génműködést állítja helyre.

(Forrás: MTI)

<http://www.origo.hu/hirmondo/tudomany/20190219-szintetikus-gennel-veszik-fel-a-kuzdelmet-az-idoskori-vaksag-ellen.html>

Tapintható karmesteri pálca

„Tapintható” karmesteri palcát fejlesztettek ki vak és látásukban korlátozott zenekari zenészek számára Nagy-Britanniában – írja az MTI.

A „tapintható pálca” (haptic baton) olyan szenzorokkal rendelkezik, amelyek a csekély mozgást is észlelik. Az általuk küldött jeleket aztán a zenészek csuklójára vagy bokájára erősített vibráló eszközök érzékelik rádiójelek révén. Különböző intenzitással és módon vibrálnak és rezegnek, így jelezve, milyen ütemet és dinamikát kér a karmester.

Az eszközt Vahakn Matossian brit tervező fejlesztette ki. Munkájában az apja, Rolf Gehlhaar karmester által 2017-ben tervezett Beat Buzz karmeste-



ri pálca inspirálta. A tapintható pálca egy prototípus, melyet zenészekkel tesztelnek. Fejlesztése még folyamatban van, Matossian azonban reméli, hogy 2020-ban már megvásárolható vagy bérelhető lesz.

Matossian a Human Instruments nevű szervezet tagja, mely testi fogyatékosággal élő emberek számára kutat, fejleszt és tervez magas minőségű hangszereket.

Abie Baker hegedűművész gyerekkorában vakult meg szürkehályogműtét következtében. Mint elmondta, az eszközzel magabiztosan tudja elkezdni a játékot ugyanabban a pillanatban, mint zenésztársai.

„Korábban a körülöttünk hallható zajokra kellett támaszkodnom. A hegedűszekcióban ülve arra támaszkodtam, hogy hallgattam, a többiek mikor emelik fel a hangszerüket, és csak nagyjából tudtam tippelni, mikor kell belépnem. Ez fantasztikus, mert nincs szükség számolásra. Csak érzek egy rezgést vagy kettőt és abból tudom, mikor kell belépnem, és magabiztos lehetek, tudva, hogy jókor teszem. Ez bámulatos!” – mondta a zenész.

Kevin Satizabal szólószólistájának korábban a karmesterhez közel kellett ülnie, és figyelni a lélegzetét, hogy tudja, mikor kezdjen.

„De ha egy nagyzenekar közepén ülsz és mérföldekre vagy a karmestertől, akkor nagyon nehéz egy ilyen információt kiszűrni. Egy ilyen műszer gyakorlatilag hozzákapcsol a karmester mozdulataihoz.” - Mint mondta, a zenekaroknak többé nem lehet kifogásuk, miért ne alkalmazzanak látássérült zenészt, hiszen a technológia rendelkezésre áll, hogy ők is szerves részei legyenek a zenekarnak.

http://vakbarat.index.hu/techtud/2019/03/04/vakoknak_fejlesztettek_karmesteri_palcat_nagy-britanniaban/

Tuti tippek, rövid hírek

Párolt káposzta lila vagy fejes káposztából készítve

Kalóriaszegény diétában éhezni soha nem szabad. Célunk a súlyfelesleg leadása, ezért naponta ötször együnk. A párolt káposzta csökkenti az éhségérzetet, de rosttartalma is jó hatással van az emésztésre. Elkészíthető lila káposztából vagy fejes káposztából is a bármikor elővehető, nem hizlaló étel.

Készítsünk nagyobb mennyiséget egyszerre, mert hűtőben sokáig eltartható, és ha megéhezünk elővehetjük, vagy tehetünk bele sült hús darabot, főtt tojást, túrót. Tálaláskor szórjunk rá például darált diót.



A párolt káposzta elkészítése:

1 evőkanál olajat és 2 evőkanál cukrot karamellizálunk. Erre 1-1,5 kg metéltre vágott káposztát ráteszünk és aszkorbinsavas vízzel felöntjük. Citromos vizet is használhatunk vagy ecetet a savanyú íz eléréséhez. Nagyon savanyúra ne készítsük, mert a savtermelés fokozása nem szükséges.

Amikor feloldódott a karamell, lefedjük a káposztát és puhára pároljuk.

Sárgarépat és egyéb zöldeket hasonlóan csíkokra vágjuk mint a káposztát és együtt pároljuk.

Ízesíthetjük köménymaggal, amit a karamellben kicsit kipattogtatunk.

Sót lehetőleg ne adjunk hozzá, mert elnyomja a természetes ízt és a káposzta kiengedi magából a levet sózással.

Cukorbetegnek a karamell helyett édesítő szert használjanak.

Hidegen sajtolt olajat utólag adjunk a megpárolt káposztához, de azt a mennyiséget a karamellizálásakor ne használjuk fel.

Ajánlott fogyasztani éhségérzetkor, tízórára, uzsonnára, de hússal önálló vacsora is lehet.

Á. J. dietetikus

Segédeszközboltunk kínálatából

Nagy gombos mobiltelefon

Ár: 12.345 Ft.

Kifejezetten gyengénlátóknak készült mobiltelefon.

Főbb paraméterek:

méret: 120 x 58 x 14 mm

súly: 89 g (az akkumulátorral együtt)

1 000 mAh Li-Ion akkumulátor

rezgő funkció

maximális beszélgetési idő: 4 óra

a készülék jobb oldalán található elhúzható gombbal zárhatjuk a billentyűzetet

hangerőszabályozó gomb a telefon jobb oldalán

az előlapon található külön gombbal kapcsolhatjuk be a kamerát

3,5 mm fülhallgató jack dugó

FM rádió, mely fülhallgató nélkül is szól - automatikus vagy kézi beállítási lehetőség

VGA kamera , zenelejátszó, diktafon, naptár, ébresztő, bluetooth, számológép

vakufény, melyet a kikapcsolt állapotú telefon esetén is használhatunk

Francia kártya

Ár: 3000 Ft/pakli

A kontrasztos, nagy jelzésekkel és Braille-felirattal is ellátott kártyának köszönhetően látók és látássérültek egyszerre játszhatnak. A pakli 55 db lapot tartalmaz.

Uno kártya

Ár: 6000 Ft/pakli

A kontrasztos, nagy jelzésekkel és Braille-felirattal is ellátott kártyának köszönhetően látók és látássérültek egyszerre játszhatnak. A pakli 108 db lapot tartalmaz.

Benedek Zoltán



Az MGYOSZ Segédeszközboltjának könyvkínálatából

Bieber Mária: Bevezetés a Braille írás-olvasás rejtelseibe (síkírásos)

Ár: 3600 Ft.

Bieber Mária tanár és gyógypedagógus. „Bevezetés a Braille-írás-olvasás rejtelseibe” című könyvében a Braille-írás-olvasás múltját, jelenét, jövőjét és szabályait, továbbá az oktatási módszereit, az alkalmazható területeket és a saját, évtizedek alatt összegyűjtött tapasztalatait mutatja be az olvasó számára.

A könyv keményborítású, A4-es méretű, oldalak száma 158.

Óda a fényhez (síkírásos)

Ár: 761 Ft.

Vak és gyengénlátó költők és írók antológiája

A könyv puhaborítású, A5-ös méretű, oldalak száma 392.

Antoine de Saint-Exupéry: A kis herceg (pontírásos, 1 kötet)

Ár: 2105 Ft.

Egy gyermek utazásának története, aki ártatlan szemével értetlenül figyeli a felnőttek világát. Hat bolygón tett látogatás tanítja meg a kis herceget, miképpen nem szabad élni. A Földön az első kissé keserű figyelmeztetést a kígyótól kapja, amikor magányosságról panaszkodik; Az emberek között is egyedül van az ember. A nagy titkot a rókától tudja meg, aki elárulja neki, hogy az élet értelme a szeretetben, a kapcsolatteremtésben rejlik. Ez az egyetlen módja, hogy az emberek kitörjenek magányuk börtönéből. A rókától tudja meg azt is, hogy mi köt erős szálakkal az élethez: Örökre felelős leszel azért, mert megszelídítettél. A kis herceg halála jelképes; elhagyja a Földet, hogy visszatérjen bolygójára, miután megtanulta, hogyan kell élni.

Jakob Grimm és Wilhelm Grimm:

Grimm legszebb meséi (pontírásos, 2 kötet)

Ár: 3175 Ft.

A Grimm testvérek válogatás mesekönyvében az alábbi művek olvashatók:

- A macska meg az egér barátsága,
- Holle anyó,
- Az ördög három arany hajszála,
- Terülj, terülj, asztalkám, Adj aranyat, csacsikám, Ki a zsákból, botocs-kám!,
- A hat hattyú,
- A brémai muzsikások,

- A halász meg a felesége,
- Rigócsőr király,
- Palackba zárt szellem,
- A fehér kígyó.

Csukás István: Pom-pom újabb meséi (pontírasos, 1 kötet)

Ár: 3119 Ft.

Pom-Pom, aki leginkább egy szörsapkához hasonlít, újabb történeteket mesél Picurnak és nekünk Eglyábú Esernyőmadárról, Benzinszívó Szúnyogról és a többiekről, akik ismét sok galibát okoznak. De Gombóc Artúr, a csokiszerető madár végül a legnehezebb helyzeteket is megoldja.

Marék Veronika: Boribon és a hét lufi (pontírasos, 1 kötet)

Ár: 326 Ft.

Ár: 373 Ft. (ritka soros)

Egy esős napon Boribon hét színes lufit kap Annipannitól: pirosat, narancsot, sárgát, zöldet, világos- és sötétkéket, no meg egy lilát. A lufik sajnos hamar kipukkadnak, csak a piros marad meg, de azt Boribon a nyúlnak ajándékozza, aki mindig ilyenről álmodott. A lufik elfogynak, de kisüt a nap, és a hét lufi színe ott ragyog a szivárvány színeiben...

Bartos Erika: Mese az elveszett nyusziról (pontírasos, 1 kötet)

Ár: 189 Ft.

Ár: 315 Ft. (ritka soros)

Bogyó, Babóca és barátaik léghajózni indulnak. De Babóca kedvenc lila nyuszija kipottyan a léghajóból! Hiába keresi az egész erdő a nyuszt égen, földön, víz alatt, sehol sem találják. Babóca szomorúan tér lefeküdni. Még szerencse, hogy Bogyó nem hagyja annyiban a dolgot, és kifundálja a megoldást... Hogy mi az, kiderül Bartos Erika könyvéből.

Lázár Ervin: Szegény Dzsoni és Árnika (pontírasos, 1 kötet)

Ár: 1528 Ft.

Írjál nekem egy mesét! kéri a kislány az apukáját. Azt is tudja, hogy kiről szóljon: a kacsakirályról meg a kacsakirálykisasszonyról. Na meg persze a gonosz Százarcú Boszorkáról, aki elvarázsolta őket. Szegény Dzsoni, a világ legszabadabb embere ugyanis beleszeretett Árnikába, de a Százarcú átka miatt egyikük mindig kacsá marad. Elindulnak hát a Hétféjű Tündérhez, hogy segítsen rajtuk. Útközben sok érdekes emberrel találkoznak, a kislány pedig folyton közbekérdez: Hová tűnnek a haragok? Ki a világ közepe? Mindenkinek van valamihez tehetsége? És a szeretet tényleg olyan, mint a varázslat? A mese végére minden kérdésre választ kapunk. Sőt még a Százarcú Boszorka százegyedik arcát is megismerjük.

Romhányi József: Szamárfül (pontírásos, 1 kötet)

Ár: 1386 Ft.

„Mert mi a fül? Egy hasáb csacskaság, csenevésszé összeaszalt esszé, olvasótoborzó tartalmi torzó. (Az szól mellette, hogy csak az olvassa, aki már megvette.) A fül feltétlenül előlegezett közvélemény-keresztmetszet. Hogy tetszett, megtudhatod belőle, ha elolvasod előre. Vagy futólag utólag, így arra késztesz, mit elméd már félig megemésztett, kérőzd fel akarva, nem akarva, mint egy kiló silót a marha. Ám mit sem tehetek ellene, állatmeséimet ajánlanom kellene, remélve, hogy meglelik itt-ott benne az emberit.” Ezzel a füllel – csúfondáros szamárfüllel ajánlja maga a szerző az olvasók figyelmébe Szamárfül című halhatatlan kötetét.

Varró Attila: Bevezetés az iPhone használatába (pontírásos, 4 kötet)

Ár: 966 Ft.

Ebből a könyvből alapszinten elsajátíthatjuk az iPhone készülék használatát a Voiceover képernyőolvasó szoftver segítségével.

Csattos Márta: Utak és kiutak (pontírásos, 1 kötet)

Ár: 1181 Ft.

Ez a kötet a budapesti Vakok Állami Intézetében működő "Vakok Elemi Rehabilitációs Csoportja" szakmai körökben is kevésbé ismert munkájáról tájékoztatja az olvasót. Bepillantást enged az elemi rehabilitáció elveibe, alkalmazott módszereibe, megismertet az elemi rehabilitáció céljával, feladataival és eszközrendszerével.

A Segédeszközbolt aktuális katalógusa az alábbi linken letölthető:

<http://www.mvgyosz.hu/amit-adunk-hu/latasserulteknek-hu/segedeszkoz-bolt/>

Benedek Zoltán

Boldog, békés nyugdíjas évek

Emma 14 éves, a legidősebb vakvezetőkutya Magyarországon, az MVGYOSZ állományában. Szerető gazdija dr. Nagy Anikó féltő, óvó gondoskodása mellett tölti boldog napjait.

Szeretnénk köszönetet mondani minden lelkiismeretes gazdinak, örökbe-fogadónak, aki boldog, békés, nyugodt életet biztosít idős korukra ezeknek a csodálatos vakvezetőkutyáknak.

Schiff Mónika központvezető

Újság az újságban

Elkészült a vakok számára tervezett e-book olvasó



A Louis Braille által a 19. században kifejlesztett különleges, kidomborodó pontokból álló ábécé segítségével a látássérültek is képesek különféle szövegeket elolvasni, legyen szó egy receptről vagy akár egy több száz oldalas regényről. A Braille-írással készült könyvek olvasása azonban nem mindig könnyű feladat - gyakran éppen azok mérete és súlya miatt. A Biblia vakok számára kiadott változata például mintegy másfél méternyi helyet foglal el a könyvespolcokon.

Ezt a problémát igyekeznek orvosolni a Bristol Braille Technology, akik kifejlesztették a világ első, egyszerre több sor megjelenítésére képes, Braille-írással működő e-könyv olvasóját, a Canute 360-at - számol be a fejleményről a Reuters hírügynökség.

E-book olvasó látássérülteknek és vakoknak

A hagyományos e-könyv olvasókhöz hasonlóan működő Canute legfőbb újítása, hogy a korábban kifejlesztett ilyenfajta eszközökkel ellentétben nem csupán egyetlen sort, hanem egyszerre kilencet képes megjeleníteni, a felhasználó pedig egy gombnyomással folyamatosan frissítheti a szöveget (mely soronként, kezdve a legfelsővel változik minden egyes kattintásra). Így az olvasási sebességgel szinte megegyező tempóban tudunk haladni, és

elegendő 360 karakter után továbblapoznunk, nem kell minden huszadik betűnél frissítenünk a képernyőt.

Canute: a papír már a múlté?

A Kindle-höz hasonló, kisméretű, könnyen hordozható eszközre bármilyen Braille-írásra átkonvertált szöveg feltölthető, így a használóknak bőven lesz miből válogatniuk. A hangoskönyvek és különböző felolvasóprogramok elterjedése miatt napjainkban egyre csökken a Braille-írást elsajátítók száma, a Canute-ot kifejlesztő csapat viszont azt reméli, találmányuknak hála a korábinál több vak és gyengénlátó fogja rászánni magát, hogy megtanuljon írni és olvasni.

A Canute 360 végső prototípusa előreláthatólag még idén a piacra kerül, ára nagyjából egy drágább laptopénak fog megfelelni. A brit Royal National Institute for Blind People szakemberei támogatják a cég kezdeményezését és bíznak benne, hogy segítségével egyre jobban elterjedhet a Braille-írás a látássérültek körében, mely számtalan területen képes megkönnyíteni életüket, a mindennapokban éppúgy, mint a tanulás vagy a munka során.

<http://divany.hu/vilagom/2019/01/16/canute-e-book-olvaso-vakoknak/>

A Microsoft programozást tanító eszközt fejlesztett vak gyerekeknek

A Code Jumpernek nevezett rendszer a vizuális blokkokra épülő kódolást tanító programokhoz hasonlóan működik, de tapintható, fizikailag áthelyezhető modulokkal dolgozik.

Míg a kétezres években még csak a számítógép-felhasználói képességeket tartották a munkaerőpiaci sikerek alapfeltételének, napjainkban egyre több munkakörhöz várják el az algoritmusok alapvető mechanizmusainak ismeretét is. Erre reagálva használják a legtöbb nyugat-európai és kelet-ázsiai általános iskolában a grafikus programozástanító alkalmazásokat, leginkább a Scratchet. Ezek azonban, minthogy a képernyőn ábrázolt dobozok rakosgatását kívánják, hozzáférhetetlenek a látássérült diákok számára.

Márpedig az integrált oktatás legalább annyira alapkövetelmény a fejlett iskolarendszerekben, mint a kódolás oktatása.

Ezt az ellentmondást igyekeznek feloldani a Microsoft által évekig fejlesztett, és most bemutatott, Code Jumper névre keresztelt rendszer. Ez gyakorlatilag egy szó szerint fizikailag is megfogható programozási nyelv, amelyben a



diákoknak vezetékkel összekötött modulokat kell egymáshoz csatolniuk. A modulok között megtalálhatók az algoritmusok alapvető elemei.

A termék, amelyet első körben az Egyesült Királyságban, az Egyesült Államokban, Kanadában, Indiában és Ausztráliában kezdenek árulni, majd az elkövetkező években várhatóan az egész világon bevezetik, a tavalyelőtt bejelentett Project Torino folyamánya.

A tervezéskor követett fő alapelvünk a bevonódás volt. Nem akarjuk, hogy ezek a gyerekek megint kiszoruljanak „a többségi oktatásból” - mondta Cecily Morrison, a Microsoft rendszert kifejlesztő cambridge-i kutatóközpontjának munkatársa. Az eszköz azonban nemcsak a látássérült gyerekek számára lehet hasznos, hanem mindenkinek, hiszen a fizikailag is létező blokkok tényleges összekapcsolása folytán mélyebben érthetik meg a modulok közötti kapcsolatokat.

Az eszközzel elsősorban a 7-11 év közötti gyerekeket célozzák. A segítségével „írt” programok főként hallható eredménnyel járnak, például dallamot állíthatnak össze, zajokból szervezhetnek ütemes hangeffektusokat. Miután a fizikai programnyelvet elsajátították, a fejlesztők szerint sokkal könnyebben térhetnek át a szöveges programnyelvek használatára, amelyet egyéb kiegészítő lehetőségek tesznek számukra hozzáférhetőbbé.

Molnár Csaba

Angol forrás: BBC

Magyar forrás: https://index.hu/techtud/2019/01/23/a_microsoft_programozast_tanito_eszkozt_fejlesztett_vak_gyerekeknek/

Meghívók, közlemények, hirdetések

VAGYOK 2019

*„Ha már a szemednek nincs fénye,
akkor a lelked legyen fényes,
s mutasd meg a világnak,
hogy mit tudsz és mire vagy képes!”*

(Rózsa Dezső)

A Székesfehérvári Első Lions Club idén is megrendezi immár tizenkettedik alkalommal a Vakok és Gyengénlátók Országos Kulturális és Művészeti Találkozóját a VAGYOK 2019 rendezvényt.

A találkozó időpontja: 2019. április 6. szombat 9:00–17:00.

A találkozó helyszíne: ARCONIC KÖFÉM Oktatási és Közművelődési Klubház (8000 Székesfehérvár, Verseci u. 1-15.)

Szeretnénk, ha idén is sokan eljönnének, ezért kérjük, hogy a nevezési lapot kitöltve minél előbb juttassák el nekünk az alábbi elérhetőségek egyikére:

e-mail: vagyokrendezveny@gmail.com

Az április 6-i program:

- 9:00 Képzőművészeti kiállítás megnyitása
- 9:30-15:30 „Ki-Mit-Tud”
- 16:00 Eredményhirdetés

A programból látszik, idén minden egy helyen és egy napon kerül megrendezésre. Ugyanúgy, mint eddig, most is szakavatott zsűri értékeli a képzőművészeti alkotásokat, és neves színészek bírálják a produkciókat.

Fontos! A Ki-Mit-Tudon mindenki egy műsorszámmal indulhat, - persze, ha több kategóriában jelentkezett, úgy kategóriánként egy-egy műsorszám -. Aki készül több számmal is, az, ha mindenki szerepelt egyszer, utána mutathatja be.

A nevezési lapokat 2019. március 25-ig kérjük megküldeni.

A kiállítási tárgyakat 2019. április 3-ig kérjük eljuttatni.

A rendezvényt kapcsolatban az alábbi elérhetőségeken kaphatnak felvilágosítást:

tel: +36(30)827-9051

e-mail: vagyokrendezveny@gmail.com

Mindenkit sok szeretettel várunk!

Lions barátsággal a Székesfehérvári Első Lions Club

Kövessen bennünket a közösségi portálokon is:



IMPRESSZUM

A folyóirat neve: **Vakok Világa**

Kiadó: **Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetsége**

Kiadó székhelye: **1146 Budapest, Hermina út 47.**

Felelős kiadó: **dr. Nagy Sándor, MVGYOSZ elnöke**

Felelős szerkesztő: **Sztakó Krisztina**

Tervezőszerkesztő: **Sebesi Éva**

Kapcsolat: **e-mail: vakokvilaga@mvgyosz.hu • www.mvgyosz.hu**

Adományszámla: **16200106-11512718 Adószám: 19002464-2-42**

Telefon: **+36 (1) 384-8440** Fax: **+36 (1) 384-5028**

Posta: **MVGYOSZ 1406 Budapest, Pf.: 44.**

Készült: **PrintPix Nyomda és Grafikai Stúdió**

Az újság előfizethető a kiadónál és az MVGYOSZ tagegyesületeinél.

ISSN 0209-6765

Előfizetési díj 1 évre (12 lapszám): **4620 Ft.**

„SEMMIT RÓLUNK, NÉLKÜLÜNK!”

MAGYARORSZÁG KORMÁNYA TÁMOGATJA
A FOGYATÉKOSSÁGGAL ÉLŐ HONFITÁRSAINKAT!

Az infokommunikációs akadálymentesítési pályázat közel 380 ezer fogyatékossgal élő honfitársunknak teszi könnyebbé az életet.



A GYOD összege

2019. január 1-jétől bruttó

100 000 Ft

Az intézkedés több mint
18 ezer családot érint.



Segítőkutya-kiképzés támogatása

25,3 millió Ft

2017

45,3 millió Ft

2019

4 Mrd Ft

Nőtt a foglalkoztatási támogatás, 2019-ben már 365 akkreditált munkáltató részesül bérköltség-támogatásban:

42 Mrd Ft

2x

Duplájára emelkedett a fogyatékosügyi szervezetek költségvetési támogatása: 2010-ben 522 millió Ft, 2019-ben

1,114 Mrd Ft

Emelkedett az ápolási díj. Az intézkedés

33 ezer

családot érint.



Nőtt a megváltozott munkaképességű honfitársaink foglalkoztatási aránya: 2011-ben 18% volt, 2019-ben

41,6%

Új és használt gépjárműszerzési támogatás mozgáskorlátozottak részére.

 **5500 db**

420 millió Ft

támogatás a jelnyelvi tolmácsszolgáltatások évenkénti működéskére.

Megújult a Vakok Állami Intézetének budapesti központja, és átadták az új tatabányai központot is.

1+1,3 Mrd Ft

KORMÁNY



INFORMÁCIÓ

**MAGYARORSZÁG
JOBBAN TELJESÍT**