**Vakok és Gyengénlátók Közép-Magyarországi Regionális Egyesülete
35. hírlevél**

## Tartalom

[1. A budapesti Ügyfélszolgálat nyitva tartása](http://www.freemail.hu/mail/index.fm#1.hir)
[2. Megjelent a Péntek Lajos Alapítvány 2015. évi pályázata](http://www.freemail.hu/mail/index.fm#2.hir)
[3. A Láthatár bolt ajánlatai](http://www.freemail.hu/mail/index.fm#3.hir)
[4. Segédeszköz bemutató Cegléden](http://www.freemail.hu/mail/index.fm#4.hir)
[5. MEGHÍVÓ](http://www.freemail.hu/mail/index.fm#5.hir)
[6. Mozi vakoknak „Senkit nem szabad kihagyni ebből az élményből!”](http://www.freemail.hu/mail/index.fm#6.hir)
[7. a XI. kerületi lámpások klubnapi meghívója](http://www.freemail.hu/mail/index.fm#7.hir)
[8. A rákosmenti lámpások élménybeszámolója](http://www.freemail.hu/mail/index.fm#8.hir)
[9. TANFOLYAM AZ ÉLETÉRT](http://www.freemail.hu/mail/index.fm#9.hir)
[10. A rákosmenti lámpások klubnapi meghívója](http://www.freemail.hu/mail/index.fm#10.hir)
[11. Heim Pál Gyermekkórház](http://www.freemail.hu/mail/index.fm#11.hir)
[12. Mihály-napi búcsú a kispesti „lámpásokkal”](http://www.freemail.hu/mail/index.fm#12.hir)
[13. Meghívó! Ez fontos Szempont](http://www.freemail.hu/mail/index.fm#13.hir)
[14. Hangos-kép](http://www.freemail.hu/mail/index.fm#14.hir)
[15. Őszi programok, vetélkedők](http://www.freemail.hu/mail/index.fm#15.hir)
[16. Apró hírek - programmorzsák](http://www.freemail.hu/mail/index.fm#16.hir)

## 1. A budapesti Ügyfélszolgálat nyitva tartása

Tisztelt Tagjaink!

Tájékoztatjuk Önöket, hogy 2015. szeptember 25.-én pénteken a Hermina úti irodánkban a személyes ügyfélfogadás szünetel. Az e-mailes, valamint telefonos megkeresésüket tudjuk fogadni 08:00-13.00 között.

Megértésüket köszönjük.

## 2. Megjelent a Péntek Lajos Alapítvány 2015. évi pályázata

Pályázati kiírás

A Péntek Lajos Csökkentlátó Gyermekek Alapítvány, együttműködve a Vakok és Gyengénlátók Közép-Magyarországi Regionális Egyesületével, pályázatot hirdet Magyarországon tanuló, magyar állampolgárságú általános, közép, felsőfokú tanulmányaikat folytató látássérült diákok részére, tanulmányaik végzésével összefüggő eszközök/ segédeszközök beszerzésének, egyéb az iskolai tanulmányokhoz kapcsolódó kiadások támogatása céljából.
A pályázat keretösszege 650.000,- Ft., amely az Alapítvány tőke kamataiból és az SZJA 1%-os támogatási keretéből kerül finanszírozásra.

Pályázati részvétel feltétele: hivatalos oktatási intézmény tanulója, a jó tanulmányi eredmény. A pályázaton való részvételhez a 3,5 átlagnál jobb tanulmányi eredmény szükséges .

A pályázat során maximum 21 gyermek támogatására nyílik lehetőség, melynek konkrét összege a feltételeknek megfelelő nyertesek tanulmányi eredményétől, a pályázók számától függ, a fent jelölt keretösszegre tekintettel. A pályázat elbírálása után a nyertesek részére a támogatás esetenkénti konkrét összegéről az Alapítvány tájékoztatást ad.

Az Alapítvány ezzel a pályázattal elsősorban a 18. év alatti azon rászoruló látássérült gyermekeket kívánja támogatni, akik más pályázati lehetőségektől elesnek, az adott körülmények ellenére jó tanulmányi eredményt tudnak felmutatni, társaikkal együttműködő magatartást tanúsítanak.
Örömmel vennénk olyan pályázatot is, ahol az átlagtól eltérő tevékenység gyakorlóját támogathatnánk, aki például zenei vagy más művészeti területen is eredményes. Továbbá szívesen támogatunk olyan pályázó diákot, aki kreatív gondolkodásával a későbbiekben eredményes tanulmányokat folytathat például műszaki-, informatikai területeken.

Előnyben részesítjük:

* A jó tanulmányi eredményt elérő, igyekvő diákokat (a pedagógus írásos véleménye alapján),
* Nehéz jövedelmi helyzetben élő családban élő diákokat (rövid a körülményeket ismertető írásos bemutatkozás),
* Látássérült testvérrel, vagy más látássérült családtaggal élő diákokat,
* Halmozott fogyatékossággal élő diákokat,
* Látássérült gyermekét egyedül nevelő szülő családjában élő diákokat. .

Pályázni kizárólag a Péntek Lajos Csökkentlátó Gyermekek Alapítványa és a VGYKE által kiadott pályázati űrlap teljes körű és a valóságnak mindenben megfelelő kitöltésével, illetve a kitöltött űrlap és a mellékletek, valamint a bemutatkozó levél határidőben történő benyújtásával lehet.
A pályázó a tanulmányát-, életvitelét segítő különféle eszközök, beszerzésére nyújthat be pályázatot. A megpályázható összeg: maximum 30.000-50.000,-Ft, tanulmányi átlagtól függően, melyet a kuratórium határoz meg. Amennyiben egy családból több pályázat érkezik be a kuratórium egyedi döntésével az egy családban élő gyermekeket együttesen támogathatja az egyéb körülmények figyelembevételével megállapított összeggel.

Pályázni az alábbi csoportokba tartozó eszközökre lehet:

* tanulást segítő eszközök (informatikai, optikai, mechanikus, beszélő alkalmazások, stb.)
* iskolai munkáját, egyéb foglalkozásokat segítő eszközök
* életvitelt könnyítő eszközök,
* személyes használatra ruhanemű, cipő, táska.

A pályázat kötelező mellékletei:

* Pályázati adatlap
* látássérülést igazoló dokumentum
a). MVGYOSZ és tagszervezeteinek tagsági igazolványának fénymásolata (fényképes és az érvényes tagsági jogviszonyt igazoló oldalak) vagy,
b). emelt szintű családi pótlékot megállapító érvényes határozat fénymásolata
* Az egy háztartásban élő több látássérült személy esetén valamennyiük fogyatékosságát igazoló dokumentumok (tagsági igazolvány fénymásolata, vagy fogyatékossági támogatást vagy vakok személyi járadékát megállapító határozat másolata, vagy emelt összegű családi pótlékot megállapító határozat másolata)
* Bemutatkozó levél a pályázati adatlapon közöltek szerint.
iskolai pedagógus javaslata a pályázati adatlap figyelembevételével, a pályázó tanulmányaira. tekintettel.
az iskolai jogviszony igazolása.

Felhívjuk figyelmüket, hogy a csatolandó fogyatékosságot igazoló dokumentumokat minden esetben másolatban szíveskedjenek benyújtani, kivétel a nyertes pályázok által benyújtott eszközvásárlás eredeti számlái! A Péntek Lajos Csökkentlátó Gyermekek Alapítványa és VGYKE nem vállalja az eredeti dokumentumok visszajuttatását a pályázók részére!

Nyomatékosítjuk, hogy a támogatást csupán abban az esetben tudjuk kifizetni, ha a beszerzett eszközről szóló számlák dátuma 2015. október 01. és december 15. közé esik, illetve a benyújtott eredeti számlák a támogatott személy nevére szólnak.
Felhívjuk figyelmüket továbbá, hogy a pályázat benyújtása nem jelenti automatikusan a támogatás odaítélését!

A pályázati felhívás és adatlap hírlevelünk mellékletében megtalálható, valamint 2015. szeptember 22. napjától letölthető a VGYKE honlapjáról ([www.vgyke.com](http://www.vgyke.com)), illetve beszerezhető személyesen vagy kérhető e-mailben a VGYKE központi ügyfélszolgálatán és kistérségi irodáiban az alábbi elérhetőségeken:

VGYKE központi ügyfélszolgálat: 1146. Budapest, Hermina út 57.
Telefon: (1)384-5541 (1-es menüpont)
E-mail: ugyfel@vgyke.com

Buda-környéki Látássérültek Közhasznú Egyesülete:
Cím: 2040. Budaörs, Szivárvány utca 5.
Telefon: (23) 428-727
E-mail: budaors@vgyke.com

Cegléd és Térsége Látássérültjeinek Egyesülete:
Cím: 2700. Cegléd, Alkotmány utca 11.
Telefon: (70) 773-4044
E-mail: cegled@vgyke.com

Dabas és Térsége Látássérültjeinek Egyesülete:
Cím: 2370. Dabas, Szent István tér 1/B
Telefon: (70) 773-4072
E-mail: dabas@vgyke.com

Gödöllő és Térsége Látássérültjeinek Egyesülete:
Cím: 2100 Gödöllő, Szabadság u. 23.
Telefon: (70) 387-5265
E-mail: godollo@vgyke.com

Látássérültek Pilisvölgye Egyesülete:
Telefon: (70) 387-5263

Dunakanyari Látássérültek Egyesülete:
Cím: 2600. Vác, Földvári tér 14.
Telefon: (70) 773-4078
E-mail: vac@vgyke.com

A pályázatok benyújtási határideje 2015. október 30. péntek.

A pályázatok benyújthatók postai úton a VGYKE postacímére: 1380. Budapest, Pf. 1075. illetve személyesen a VGYKE központi ügyfélszolgálatán és kistérségi irodáiban.

Az egyesület ügyfélszolgálati irodáiban munkatársaink előzetes egyeztetés esetén állnak rendelkezésükre a pályázati adatlapok kitöltésében.

Postai benyújtás esetén határidőben benyújtottnak minősül az a pályázat, melyen a postai bélyegző legkésőbbi dátuma 2015. október 30. A személyesen benyújtott pályázatok esetén az egyesület munkatársai átvételi elismervényt állítanak ki. A személyesen történő benyújtás határideje 2015. október 30. péntek 12h.
A pályázatok benyújtását követően hiánypótlásra nincs lehetőség!

A pályázatokat a Péntek Lajos Csökkentlátó Gyermekek Alapítvány kuratóriuma bírálja el legkésőbb 2015. november 25. napig. A pályáztatónak jogában áll az igényeltnél alacsonyabb összegű támogatást megítélni. A pályázat eredményéről az elbírálást követő 7 munkanapon belül minden pályázó értesítést kap, az általa megadott E-mail címére vagy a pályázó iskolájának E-mail címére, ennek hiányában a pályázó postai úton kap értesítést. Az értesítés objektív feltétele a jól olvasható cím megadása. A nyertes pályázók listája elérhető lesz a VGYKE honlapján is. Az elnyert támogatások felhasználására 2015. december 15-ig van lehetőség.

Nem bírálható el az a pályázat, amely:

* hiányosan vagy nem megfelelően van kitöltve, ideértve az olvashatatlan kitöltést is, illetve ha az eszköz neve, vagy típusa és bruttó beszerzési ára nincs feltüntetve
* a pályázat valótlan adatokat tartalmaz
* a megpályázott eszköz a kiírásnak nem felel meg
* támogató pedagógus, vagy a kérelmező aláírása hiányzik
* a pályázó a Péntek Lajos Csökkentlátó Gyermekek Alapítványa tisztségviselője vagy annak hozzátartozója.

A megpályázott eszköz megvásárlását a pályázó nevére szóló ÁFA-s számlával kell igazolnia a nyerteseknek, melynek eredeti példányát a VGYKE központi ügyfélszolgálatán be kell mutatni, és leadni. Az eredeti számla kerül a Péntek Lajos Csökkentlátó Gyermekek Alapítványához. A támogatást az Alapítvány jóváhagyása után, utófinanszírozásként, egy összegben, banki átutalással, a pályázó által megjelölt bankszámla tulajdonos bankszámlájára kerül kifizetésre, a nyertes pályázó nevének feltüntetésével.
A pályáztató a támogatás felhasználásának ellenőrzésére bármilyen, a hatályos jogszabályoknak megfelelő módon jogosult.
Várjuk a megkereséseket, hogy az adományozók szándékainak megfelelően segíthessük a látássérült tanulókat!

Felkérés:
Jelen pályázattól függetlenül a Péntek Lajos Csökkentlátó Gyermekek Alapítványa tisztelettel kéri a pályázó környezetében élőket és a jószándékú ismerősöket, hogy SZJA 1%-os felajánlásukkal, vagy más adományukkal segítsék a rászorult gyermekek támogatását segítő munkát.

Az alapítvány számlaszáma: Kereskedelmi és Hitelbank Zrt. 10200823-22213619-00000000
Az így befolyt pénz csaknem teljes egészében növeli a későbbi pályázatok finanszírozására fordítható összeget, mely több gyermek támogatását teszi lehetővé.
A most támogatásra fordítható összeg, az évek alatt felajánlott adományoknak köszönhetően áll rendelkezésre.

Péntek Lajos Csökkentlátó Gyermekek Alapítvány

E-mail: simbetet@nordtelekom.hu

Telefon:(1) 407 0773

<http://web.nordtelekom.hu/simasz/alapitvany.html>

Budapest, 2015.szeptember 22.

Üdvözlettel:

Fodor Ágnes VGYKE elnöke
Sipos Balázs alapítvány képviselője

## 3. A Láthatár bolt ajánlatai

Kedves Vásárlóink!

**Szeptember végén a készleten lévő konyhai eszközeinket 20%-os árengedménnyel kínáljuk!**

Konyhai eszközök:

* tároló dobozok
* szilikon: sütő lap, nyújtó lap, fokhagymapucoló, fogókesztyű
* palacsintaforgató lapát
* vágó, szeletelő eszközök
* bögrék, kancsók

További ajánlataink!

* Speciális körző 5800Ft
* Speciális szögmérő 3500Ft
* 3 darabos, fa vonalzó készlet 3900Ft
* Golyós számoló 2200Ft
* Sorvezető gyengénlátóknak ( A/4-es méret) 1550Ft
* Braille papír (120g, 500db) 4500Ft
* Csúszásgátló alátét íróasztalra (40cm széles) 40X30cm darab 2880Ft-tól

Nagyítók széles választékát kínáljuk:

* 10X kézi nagyító, Led világítással 5800Ft
* 8X kézi nagyító, Led világítással 4200Ft
* 5X kézi nagyító, Led világítással 2400Ft
* A/4-es, állványos, 3X erősségű nagyító 4800Ft
* 3X erősségű lapnagyító 1300Ft
* bankkártya méretű nagyító, Led világítással 1200Ft
* Led lámpa, USB csatlakozóval, (piros, fehér, fekete színben) 1300Ft
* 12Ledes asztali lámpa 1400Ft (3db AA elemmel vagy USB csatlakozóval működik)

Elérhetőségeink és a bolt nyitvatartása:
Cím: 1146 Budapest, Hermina út 57.
Nyitvatartás: kedd, szerda, csütörtök 09.00-17.00 óra között.
Pénteken: 09.00-15.00 óra között

Telefon: (1) 384-55-41 4-es menüpont.
Mobil: 06 70 383 3611
E-mail: lathatar@vgyke.com
Csoportokat előzetes telefonos egyeztetés esetén hétfőn is kiszolgálunk.

Katona Zsuzsanna,
boltvezető

## 4. Segédeszköz bemutató Cegléden

Tisztelettel meghívjuk tagjainkat a 2015. szeptember. 29-én kedden, 10 órai kezdettel tartandó segédeszköz bemutatónkra.

Helyszín: 2700 Cegléd, Alkotmány utca 11. az Egyesület irodája.

A segédeszközöket, használatukat a VGYKE Láthatár boltjának munkatársa mutatja be.

Szeretettel várjuk tagjainkat és minden kedves érdeklődőt!

Cegléd, 2015. szeptember. 15.

Tisztelettel: Nagy Emese elnök

## 5. MEGHÍVÓ

A Dunakanyari Látássérültek Egyesülete nevében
szeretettel meghívunk Téged és Kedves Családodat

a szeptember 26-án, szombaton 14 órától tartandó SZÜRETI MULATSÁGRA,
a Madách Imre Művelődési Központ 34-es termébe!

Fónagy István - a Fónagy & Walter Vendég- és Borház tulajdonosa - betekintést nyújt a borászat világába előadásában, majd ezt borkóstolás követi!
Természetesen nincs mulatság Csóka Laci nélkül!
Most is ő fogja biztosítani a talpalávalót!

Hogy ne maradjunk éhen se, megvendégeljük a jelenlévőket egy kis zsíroskenyérrel és szőlővel.

Mindenkit sok szeretettel várunk egy jó kis mulatságra!

2015.09.10

Üdvözlettel:

Dr. Miski Anikó és Okos Levente

## 6. Mozi vakoknak „Senkit nem szabad kihagyni ebből az élményből!”

Emlékeztek még a Vakvagányok című filmre? Ez volt Tímár Péter azon alkotása, amit vakokról, vakoknak – na és nekünk, látóknak forgatott. Azóta eltelt 14 év, ám a neves rendezőnek azóta is szívügye, hogy „akadálymentesítse” a filmeket a vakok, gyengénlátók és siketek számára. Tímár Péterrel és munkatársával, Gárdonyi Edittel, az InnerSun alapítójával beszélgettünk.

Családháló: Péter, Ön egy baleset során majdnem elvesztette a szeme világát, s nem sokkal ezután, 2001-ben született meg a Vakvagányok, amelynek célja az volt, hogy nyitottabbá és elfogadóbbá tegye a társadalmat a vakok és gyengénlátók iránt. Történt változás e tekintetben az elmúlt majd' másfél évtizedben?

Tímár Péter: A Zimmer Feri utolsó forgatási napján egy lövöldözős jelenet közben gumilövedékkel majdnem kilőtték a szemem, a forgatás leállt, engem mentővel vittek a szemklinikára. Az említett jelenet forgatásán olyan helyen álltam, ahol kizárt volt hogy eltaláljon egy gumilövedék, mert előttem volt a kamera
az operatőrrel és a kameramannal, tehát valami oka kellett, hogy legyen ennek a balesetnek.
Aztán rájöttem: a vakok üzentek nekem, hogy vegyem észre őket, ha már olyan igazán nagy baj nem lett a szememmel. Amikor megszületett bennem az akadálymentesítés ötlete, a film-alámondás technika teljesen ismeretlen műfaj volt, mivel még soha nem készült film vakoknak. 2001-ben elkészítettem a Vakvagányok című filmemet, amely úgy szól a vakokról, hogy azt ők is „látják”.
Ekkor készült el a filmtörténet első akadálymentesített filmje. A film levetítése a Vakok Intézetében revelációs hatású volt a célközönség körében, de egyben a módszer letesztelését is elvégeztük vele, mert bebizonyosodott, hogy az alámondásos technikával ugyanúgy élvezi a filmet egy vak, mint a mellette ülő látó. Azt tapasztalom, hogy valamit számított a Vakvagányok is, csak azt sajnálom, hogy egyik tévé sem sugározta, így a 40 ezer mozijegyet váltó nem nagyon tudta megváltoztatni a társadalom masszív tétovaságát a vakokkal szemben. A siketek szerintem többet értek el az elmúlt 15 év alatt, mert van képviseletük a parlamentben. Sajnálom, hogy a vakokat senki sem képviseli, lobbiztam, és lobbizni is fogunk, hogy szülessenek erre megfelelő törvények, például a mozikban sehol nincs audió-narrációs szolgáltatás.

Forrás:
<http://www.csaladhalo.hu/interju/mozi-vakoknak-senkit-nem-szabad-kihagyni-ebbol-elmenybol>

## 7. a XI. kerületi lámpások klubnapi meghívója

Mindenkit sok szeretettel meghívunk a VGYKE XI. kerületi klubjának soron következő találkozójára, ahol dr. Fazakas Kinga gyógyszerész lesz a vendégünk és a cukorbetegségről fogunk beszélgetni.

Olyan kérdésekre keressük majd a válaszokat, hogy miként alakul ki a cukorbetegség? Milyen előjelei vannak? Melyik fázisban, hogyan lehet közbeavatkozni? Lehet-e természetes úton kezelni? Miben segít a gyógyszerezés? Kinga majd ezekről egy rövid előadást tart, utána megkötések nélkül bárki kérdezhet tőle.

A találkozónk helyszíne:
Budapesti Művelődési Központ épületében (XI. Etele út 55.; a Bikás park metrómegállónál) a földszint 21-es terem. A terem ajtaja a bejárattól balra, a lépcső mögött található, a folyosó végén, a sarokban.

A találkozó időpontja: 2015. október 6. (kedd) 14 óra 10 perc, nagyjából 15,45-ig leszünk ott.
Ha valaki igényli, akkor szívesen kimegyünk a megállóig, hogy ne jelentsen gondot az épület megtalálása.
Bármilyen további kérdéssel Kállai Anit vagy Neumann Károlyt lehet keresni a 0670/ 984 - 1745 telefonszámon vagy a lampas.ujbuda@gmail.com emailen.

## 8. A rákosmenti lámpások élménybeszámolója

Kirándulás a rákosmenti lámpásokkal a Grassalkovich Kastélyba.

Szeptember 9-én, a rákosmenti klub kirándulást szervezett Gödöllőre a Grassalkovich Kastélyba, ahová 8 klubtagunk tartott velünk. Az esemény iránt más kerületekből is jöttek érdeklődők, mint például Nagytétényből és Csepelről.
A napfényes őszi napon az Örs vezér térről indultunk az Egyesület buszával. Így aztán hamar Gödöllőn „teremtünk”, ahol a kastélyban várt minket a tárlatvezetőnk.
Megtudhattuk, hogy Grassalkovich Antal építtette a kastélyt a XVIII. században Ám a család férfi ágának kihalása után az épület állami tulajdonba került, és az 1867-es kiegyezés után Ferenc József és Erzsébet királyné ajándékba kapták a kastélyt a magyar államtól. Ők voltak a kastély leghíresebb lakói.
A gyönyörű lakosztályok meglátogatása során sok tárgyat megtapogathattunk, például különböző korszakból származó kályhákat barokk klasszicista, és rokokó stílusban. De megcsodálhattunk egy sodronyinget, amelyet régen csatában viseltek, megsimíthattuk egy medve kipreparált bundáját, amelyet az arisztokraták a kandalló elé terítettek díszként hajdanán.
Majd elbúcsúztunk idegenvezetőnktől, és egy rövid sétát tettünk a kastély kertjében. Az árnyas fák alatt elfogyasztottuk az otthonról hozott kis elemózsiát, majd átsétáltunk Gödöllő legédesebb helyére a Monarchia Rétesházba. Itt meghívásunkra legalább 12 fajta rétesből választhattak egyet-egyet a tagjaink. Sokan még haza is vittek egy kis meglepetés rétest, ki az unokáknak, ki pedig saját magának. A hazafelé úton néhány társunk elbóbiskolt a jó program után, - még nem kérdeztem őket, de bizonyára rétessel álmodtak…ϑ

Acsay Péter és Kray Zsuzsa
2015. szeptember

## 9. TANFOLYAM AZ ÉLETÉRT

Szeptember 12-én részt vettem a Zuglói Civil Házban a Válaszkész Szülők Egyesülete szervezésében rendezett ingyenes, egynapos elsősegély-tanfolyamon, amit a szülőknek szerveztek. A képzésen a jelenlévők megismerkedhettek az elsősegély alapjaival, miként kell például újra éleszteni egy csecsemőt, vagy egy felnőttet. Nemcsak mentorszülőként, hanem látássérültként is érdekelt, hogy milyen módszerekkel élhetek, ha elsősegély nyújtásra kényszerülök. Ezen a napon én voltam az egyedüli látássérült. Velkei Éva perinatális (pocaklakókkal és csecsemőkkel kapcsolatos) szaktanácsadó minden lehetőséget megadott a számomra: megfoghattam, tapinthattam minden szemléltető eszközt. De minden kivetített anyagot is felolvasott nekem, illetve elmagyarázta az ábrákat. Utólag is köszönöm ezt a kiemelt figyelmet!
Ha sikerülne egy ilyen tanfolyamot a Mentorszülők Hálózatán belül is szervezni, akkor az új ismeretek átadásával ismét tehetnénk egy lépést előbbre. szeretnénk egyesületünk kisgyermekes tagjainak is szervezni egy tanfolyamot, mint ahogy már korábban tettük ezt a Magyar gyermekmentő alapítvány segítségével. Persze nem csak fiatal szülőknek, hanem bárkinek jó lehet, aki gyermekek közelében van. Ha, sikerül a tanfolyamot megszervezni, akkor nagyszülőket is örömest várunk.

Csukáné Polyák Erzsébet

## 10. A rákosmenti lámpások klubnapi meghívója

Kedves Klubtársunk!

Sok szeretettel invitálunk következő klubnapunkra, melynek időpontja: 2015. október 6., kedd délután 14-16 óra között. A klubnap helyszíne az Újlak utcai Családsegítő. A klubnap témája: aktualitások, megemlékezés az Aradi Vértanúkról, valamint Vida Gábor előadását hallhatjátok egzotikus növényekről, azok ápolásáról, ill. Gábor még szobanövényekkel kapcsolatosan is ad tanácsot.

Részvételi szándékotokat minden esetben kérjük jelezzétek!
e-mail címünk: lampas.rakosmente@gmail.com
Telefonszámok: Krayné Faragó Zsuzsanna: 06 70 984 8468,
Domoszlai János Ferenc: 06 20 557 25 72,
Acsay Péter: 06 70 248 59 53

Amennyiben kedveskedni szeretnétek a társaságnak, és módotokban áll, a klubon szívesen fogadjuk felajánlásaitokat édesség, üdítő és gyümölcs formájában.

Minden rákosmenti látássérültet és érdeklődőt sok szeretettel várunk!
Klubjaink Rákosmente önkormányzatának támogatásával valósulnak meg.

## 11. Heim Pál Gyermekkórház

Az elmúlt pénteken, szeptember 18-án délelőtt kerestük fel Veres Kata koordinátorral együtt a Heim Pál Kórház Üllői úti épületében Deák Editet, a kórház ápolási igazgatóját és helyettesét, Guti Tündét. A kórházzal a kapcsolatot már több hete felvettük, de a személyes bemutatkozásra csak most került sor. Az olvasó számára nem új hír, hogy a Vakok és Gyengén-látok Közép-Magyarországi Regionális Egyesülete keretében 2011 óta működnek a látássérült mentorszülők. Ezúttal is az aktív segítségünket szerettük volna indítványozni a gyermekkórháznak: a tapasztalataink szerint ugyanis, sok intézményben – önhibájukon kívül – nincsenek felkészült munkatársak, nem egy esetben megfelelő tapasztalat sincsen arra vonatkozóan, hogy miként is foglalkozzanak a látássérültekkel, vagy a látássérült gyermeket nevelő szülőkkel. Egy kórházban természetesen, vannak olyan szakemberek, akik rendelkeznek ugyan megfelelő tapasztalattal, ám vagy a lehetőségük, vagy pedig az idejük – nem egy esetben, mind a kettő – nem elegendő. Ilyenkor kerülhetünk mi, mentorszülők a „képbe”.A sorstársi segítés erejével gyorsabban számolódnak fel a kétségek, aggodalmak, melyek egy látássérült szülőben, vagy egy látássérült gyermeket nevelő szülőben jelennek meg.

Az igazgatónő felajánlotta a segítségét abban, hogy elsősorban a gyermekkórház leginkább érdekelt osztályain, a koraszülött- valamint a szemészeti osztályon, hozzáférhetőek legyenek a tájékoztatóink, illetve az elérhetőségünk. Hasonlóképpen fogja elérhetővé tenni a kollégái számára is. Az igazgatónő nem titkolta: azért is örül a bemutatkozó látogatásunknak, mert eddig még nem hallott a Látássérült(ként) Gyermeket Nevelők Mentorszülők Hálózatáról, de az elhangzottak alapján megismert tevékenységünket fontosnak és hasznosnak tartja.
A terveink között szerepel, hogy több fővárosi és – a lehetőségeinkhez mérten – vidéki egészségügyi, szociális, valamint oktatási intézményeket is felkeresünk, természetesen beszámolva az érdeklődőknek a továbblépésekről. Szeretnénk, ha a későbbiekben nem csak a szórólapjaink jutnának el a releváns osztályokra, hanem szülőcsoportokat is indíthatnánk, személyesen is beszélgethetnénk a szülőkkel az osztályokon.

## 12. Mihály-napi búcsú a kispesti „lámpásokkal”

Az idén ősszel ismét megrendezik a Mihály-napi búcsút a Kispesti Templom téren 2015. szeptember 26-án. Változatos programokkal, neves művészek fellépésével, kézműves kirakodó vásárral várják az érdeklődőket. A VGYKE „lámpás” csoportja is kitelepül, és arra kérlek benneteket, hogy minél többen gyertek el a rendezvényre és keressetek bennünket!

Szeretettel várunk mindenkit: Kispest „lámpásai”

## 13. Meghívó! Ez fontos Szempont

Mindenkit szeretettel várunk október 1-jén a 16:30-kor kezdődő Szempont klubon. Téma az egészség; vendég: a GÖTLE elnöke, Kiss János, akitől a megjelentek választ kaphatnak kérdéseikre.
A részletekről Érdeklődjenek az alábbi elérhetőségen a szervezőnél, Puer Zoltánnál.
Telefonszám: 0630 483-8203
Helyszín: VGYKE Cserf-s 1146 Budapest Hermina út 57

## 14. Hangos-kép

Olvassák eheti kép ajánlónkat Susovich Erika tollából:

Henri Matisse: Életöröm

Álomszerű táj köszön vissza a képről, tengerparti föveny, körben fákkal, kettesével csoportosuló vagy egymagukban a vászonra tévedt szereplőkkel. A háttér gyönyörű pasztell színei lágy kontúrokkal, maszatosan simulnak egymásba, mintha az ecset néhol megszaladt volna. A fák lombjai narancsos, halvány rózsaszínes és napsütötte fűzöld vattacukorpamacsok, szinte lebegnek, törzsük csak egy vékonyka hullámvonal. Az alakok körvonalai sokkal erőteljesebbek, épp ezért kissé kiválnak a térből, azt a hatást keltve, mintha a festő kis kollázsként, matricaként ragasztotta volna fel őket a színpompás vászonra. Mindenki valami kellemessel foglalatoskodik, hűen a kép címéhez. A szereplők nem vesznek tudomást egymásról, csak saját partnerükről, nincs is köztük kapcsolat, látszólag véletlenszerűen kerültek a kompozíció egy-egy adott pontjára, ezzel is erősítve a kollázs jelleget. Egyetlen hasonlóság köztük, hogy mindenki meztelen.
A jobb alsó sarokban egy pár szeretkezik, a nő szemérmét könnyű kendő takarja, hátrahajol, a férfi mögötte ül felhúzott térdekkel és fölé borul, így fonódnak össze egy csókban. Alul középen egy fiatal lány fekszik féloldalt a napsárga fövenyen és furulyán játszik valamit, bal oldalt pedig egy férfi féltérdre ereszkedve keresgél a fűben, virágot szed. Mögötte egy karcsú fiatal nő áll, valamit locsol magára, közben kicsit mintha nyújtózkodna. Valamivel hátrébb két idősebb hölgy cseverészik, talán pletykálkodnak. Érdekes módon az ő arcuk nincs kirajzolva, csak a testtartásukból következtethetünk arra, hogy valami könnyed témáról folyik a szó. A kép közepén, kiemelt helyen két fiatal nő símul kecsesen a fűbe, egyikük háttal a nézőnek, szembe fordulva partnerével.
Vörös haja halovány bőrén kontrasztos hatást kelt. Társnője egyik karján támaszkodva, testét ívbe hajlítva napfürdőzik. Szemét behunyja, arca elégedettséget sugároz. A két alak vonzza a tekintetet, kontúrjukat a festő megvastagította, mintha aurájuk lenne. Mögöttük, tőlük távolabb kis csoport egymás kezét fogva jár körtáncot, a kép jobb oldalán középen pedig egy fiú furulyázik kis kecskenyájának. A festmény a karakterek sokaságával és különbözőségével együtt is kiegyensúlyozott, harmonikus.

Susovich Erika

## 15. Őszi programok, vetélkedők

”A Vakok és Gyengénlátók Hermina Egyesülete idén ősszel is több programot valósít meg, melyre szeretettel várjuk valamennyi egyesület tagjait!

* 2015. október 10. Dr. Bánó Miklós Braille írás-olvasás és játék a pontokkal verseny.
* 2015. november 7. Jókai vetélkedő
* 2015. november 14. Kosztolányi Dezső versmondó verseny

Mindemellett felhívom a figyelmeteket, hogy idén is lesz LESEK konferencia november 18-án, melynek a részleteit a későbbiekben küldöm át. Annyi már biztos, hogy a megszokott bemutatók mellett meglepetésekkel, és az idelátogatók kényelmét szolgáló fejlesztésekkel újítjuk meg rendezvényünket, ahol számos segédeszköz kipróbálható lesz majd!

Szeretettel várunk rendezvényeinken mindenkit!
Üdvözlettel:
Borai Botond VGYHE elnöke

Részletek a programokról:

JÓKAI MÓR VETÉLKEDŐ

A VGYHE keretében működő Horizont Kultúrcsoport Jókai Mór író születésének 190. évfordulója tiszteletére műveltségi vetélkedőt szervez 2015. november 7.-én délelőtt 9 órai kezdettel az MVGYOSZ Hermina Termében (1146 Budapest Hermina út 47.).
Felkészülési anyag: Jókai Mór: A kőszívű ember fiai című regénye, valamint Mikszáth Kálmán: Jókai élete és kora című műve. A felkészülési anyagok megtalálhatók az MVGYOSZ Hangoskönyvtárában, valamint az interneten is.

Jelentkezési feltételek:
Minden 14. életévét betöltött személy jelentkezését várjuk, aki kedveli az irodalmat és szeretné a játék által ismereteit bővíteni.
3 fős csapatok részvételére számítunk. A csapatokban részt vehet egy-egy látó játékos is.
Játékmester:
Erdős Márta nyugalmazott könyvtáros.

A díjak a szabadidős tevékenységet, művelődést elősegítő CD-k, színházjegyek, uszoda bérlet, ajándékcsomagok, stb. lesznek.
Jelentkezési határidő: 2015. november 3., de a helyszínen is elfogadjuk a jelentkezéseket.

Jelentkezni lehet e-mailben: horizontkultura@gmail.com
Nagy Krisztina 06-30-394-14-98
Bereczk Istvánné 06-20-9770-356
a VGYHE irodájában fogadási napokon Balog Tamásnál személyesen telefonon vagy írásban.

Jó felkészülést, eredményes játékot kívánnak a Szervezők!

DR. BÁNÓ MIKLÓS BRAILLE ÍRÁS-OLVASÁS ÉS JÁTÉK A PONTOKKAL VETÉLKEDŐ

"Nem a győzelem a fontos"
A Vakok és Gyengénlátók Hermina Egyesülete 2016. október 10-én délelőtt 10 órai kezdettel, immár 10. alkalommal Országos Braille írás-olvasás és játék a pontokkal vetélkedőt rendez.

A vetélkedő helye: Szövetségünk Székházának kiselőadó terme (Bp. XIV. Hermina út 47.)
Jelentkezni lehet egyesületünk irodájában személyesen, telefonon vagy levélben, akár a verseny napján, a helyszínen is.
Kérjük a jelentkezőket, hogy az írás versenyhez saját pontírógépüket hozzák magukkal. Amennyiben nincs erre mód, akkor ezt mindenképpen kérjük előre jelezni, hogy gépet tudjunk biztosítani.
Telefonszám: 06-1/273-0755, Postacím: 1406 Budapest Pf. 40.
e-mail : info@herminaegyesulet.hu
Az elmúlt évekhez hasonlóan az első három helyezett mindhárom kategóriában díjazásban részesül..

Minden kedves pontírást szerető és ismerő sorstársat tudásszinttől függetlenül szeretettel várunk!

A Hermina Egyesület vezetősége és Közművelődési és Kulturális Bizottsága

KOSZTOLÁNYI DEZSŐ VERSMONDÓ VERSENY

A Vakok és Gyengénlátók Hermina Egyesülete Közművelődési és Kulturális Bizottsága szervezésében 2015. november 14.-én 10 órai kezdettel az MVGYOSZ Hermina Termében a Hermina Kulturális Napok program keretében Kosztolányi Dezső versmondó versenyt hirdetünk (1146 Budapest Hermina út 47.).

Jelentkezési feltételek:
Jelentkezhet minden 14. életévét betöltött személy függetlenül tagságától illetve budapesti vagy vidéki érintettségétől.
A versenyben kötelező egy Kosztolányi Dezső által írott költemény valamint egy tetszés szerint szabadon választott költő verse.
A produkciókat szakmai zsűri bírálja el. A nyerteseket értékes díjakkal jutalmazzuk pl. vásárlási utalvány, ajándékcsomag stb.
Jelentkezési határidő: 2015. november 7.

Jelentkezni lehet a VGYHE irodájában, ügyfélfogadási időben Balog Tamásnál e-mailben telefonon vagy személyesen, valamint Bereczk Istvánnénál a 06-20-9770-356-os telefonszámon.
Az előadásra kerülő kötelező és szabadon választott verseket szíveskedjenek írásban, látó formátumban részünkre megküldeni a zsűrizés érdekében és a regisztrálásnál leadni a helyszínen.
Kosztolányi versek találhatók a Braille- és Hangoskönyvtárban valamint az interneten is.

Jelentkezésüket várjuk és jó felkészülést kívánunk!

A Szervezők

## 16. Apró hírek - programmorzsák

**a, Perdüljön táncra**

Várunk mindenkit szeretettel ingyenes tánctanfolyamainkra a Vakok Állami Intézetében a Fórumház Egyesület szervezésében keddenként 18.30-tól 20 óráig a kultúrban. Tánctudás nem szükséges, kezdők is jöhetnek! Várunk párokat és egyéneket is, életkortól függetlenül! Jöhetnek vakok, gyengénlátók, de akár látók is. Társastánc óráinkat immár 2008 óta tartjuk itt. Gyertek!

Érdeklődni a:
forumhaz@gmail.com,
0630-682-44-57
elérhetőségeken lehet.

Üdvözlettel:
Seres András és a Fórumház lelkes csapata

**b, ZUGLÓI JÓTÉKONYSÁGI GASZTROFESZTIVÁL**

Szeptember 26. 12:00 - 22:00

Népszerű zenekarok, főzőverseny és családi táncház is várja az érdeklődőket szeptember 26-án, szombaton a Mogyoródi úti sportpályán 12 órától.
Az ingyenes Zuglói Jótékonysági Gasztrofesztiválon fellép mások mellett a Csurgó és a PASSED zenekar, és koncertet ad a Budapest Bár is.

A programokról a csatolt pdf dokumentumból tájékozódhat részletesen:

Forrás: <http://www.zuglo.hu/esemeny/zugloi-jotekonysagi-gasztrofesztival/>

**c, Cifra Palota a Művészetek Palotájában**

Interaktív programok tanulni vágyó gyermekeknek és felnőtteknek
A Cifra Palota azokat a családokat várja, amelyek aktívan, kreatívan, tartalmas programokkal szeretnék eltölteni az időt. A színpadon zajló zenés, tánc- és meseelőadások, valamint az előcsarnok többi területén megrendezett zenei és kreatív foglalkozások, készségfejlesztő programok és játékok kapcsolódnak a programsorozat heti témájához és a Müpa más előadásaihoz.
Korosztály: 0-12 év
A rendezvényre a belépés díjtalan.

2015. szeptember 27. vasárnap 10:00 — 13:00
Kék terem, Zászlótér, Lépcsőterem, Átrium (Előcsarnok)

2015. október 4. vasárnap 10:00 — 13:00
Előcsarnok, Üvegterem

2015. szeptember 28. hétfő 11:00 — 13:00
Szentivánéji balett - Purcell: Tündérkirálynő
Fesztivál Színház (Szünet nélkül)
Jegyárak 500 Ft

Purcell: Tündérkirálynő
Shakespeare vígjátékához, a Szentivánéji álomhoz készült Henry Purcell 1692-ben bemutatott, az eredeti szöveget részben hangszeres betétekkel kiváltó, úgynevezett féloperája, a Tündérkirálynő. Előadásunkon a jól ismert Szent Iván-éji történet a barokk zeneszerző által komponált hangszeres tételekből készült zenei összeállításra, a kortárs tánc eszközeivel elevenedik meg. Ez a stílus sok tekintetben eltér a klasszikus balettől: szabadabb mozgást enged a felsőtestnek, s elhagyja a testtartásra és a mozdulatokra vonatkozó szigorú előírásokat, alkalmazza a talaj közelében történő mozgást, a légiességet a gravitációs nehézkedéssel cseréli fel. Klasszikus és modern izgalmas találkozásának ígérkezik a fiatal művészek produkciója.
Korosztály: 10-14 év

Forrás:
<https://www.mupa.hu/programok/naptar/2015/09>

**d, Lurdy Egészségnap/ D+ futás**

2015. 09. 26. 10:00 - 20:00
Helyszín: Lurdy Ház Budapest, 1097 Budapest Könyves Kálmán körút 12-14

Gyere el és tegyél az egészségedért!

A szűrővizsgálatra való regisztráció 1000Ft-os nyugta bemutatásával lehetséges. Egy személy egy órában maximum két mérésre regisztrálhat.

09.30-tól 10-től 12 óráig,
11.30-tól 12-től 14 óráig,
13.30-tól 14-től 16 óráig,
15.30-tól 16-től 18 óráig tartó szűrővizsgálati időpontokra lehet regisztrálni.

A szűrővizsgálatokra a regisztráció érkezési sorrenben történik, szűrővizsgálatok időpontjainak betelése esetén nem áll módunkban további szűrővizsgálatokra regisztrálni.

Szűrővizsgálatok:

Fül-orr-gégészeti rákszűrés
Audiológiai vizsgálat, hallásszűrés
Fülészeti szűrővizsgálat tympanometriás méréssel
Légúti allergiák szűrése Prick bőrteszttel
Érállapot vizsgálat
Hasi - és kismedencei vagy pajzsmirigy ultrahang vizsgálat
Melanoma szűrés digitális dermatoszkóppal
Ultrahangos csontritkulás vizsgálat
Koleszterin, vércukorszint, testtömegindex mérés
Táplálkozási tanácsadás
Hemoglobin A1C mérés

10.00-16.00: Fuss, ha kedves az életed! D+ futás a Lurdy Ház parkolójában Zenei Maraton az elfogadásért. Kis mozgás nagy célokért: Előzd meg a cukorbetegséget, vagy élj vele teljes életet!
Könnyű távok, fajsúlyos előadók.
A futamokat zenével indítják:
Fehérvári Gábor Alfréd
Kállay-Saunders András
Kocsis Tibor
Zola- New Level Empire
Házigazda: Kovács Áron
Fitness Warm Up: Kiss Orsi „Kisó”

Távok:
Futószámok:
10:00 Első futásom (1 kör)
10:20 Babakocsis futás (2 kör)
12:00 Családi váltó (4 kör)
13:00 Futás az elfogadásért (4 kör)
Egy kör 1.200 méter
A futásra nevezés ingyenes!
Futás közben a futókat több fellépő és DJ szórakoztatja, ahogy egy Zenei Maratonhoz illik.

Forrás:
<http://lurdyhaz.hu/event/egeszsegnap>

**e, Ráday Fesztivál**

Ráday Feszt
A Ráday utca hétvégéje Szeptember 26-27.

A Ráday utca ismét megtelik zenével és kultúrával! A sokszínű programok összeválogatásánál arra törekedtünk, hogy minden korosztály és érdeklődési kör megtalálja a neki tetszőt. A programok ingyenesen látogathatók!

Szeptember 26. – Szombat:

Séták 16.00 órától
Épületek, amelyek mellett minden nap elmegyünk, néha rácsodálkozunk szépségükre, mégse ismerjük őket. Ha kíváncsi a kerületre, amelyben él, vagy amiről többet szeretne tudni, most lehetősége nyílik megismerni. A Ráday utca ünnepén saját/os séta útvonalat kínálunk a Belső Ferencvároson keresztül. A szervezett séták délután négy órától indulnak.

Gitár ünnep a Ráday utcában –16.00 – 22.00
Első ízben rendezzük meg a Nemzetközi Gitár Egyetemmel közösen a gitár zene ünnepét. Szeretnénk, ha évente egy alkalommal a Ráday utcába gyűlnének a gitár játékosok, a hangszer, és a gitárzene szerelmesei, ha „szabad gitáregyetemmé” válna az esemény. Várjuk a sok-sok gitározni tanuló, magánszorgalomból zenélő gitárost, ahogy fellépnek a „mesterek” is- sokféle tudás, műfaj, szint és színvonal jelenik meg „az utcán”! Sztárvendégünk: Pusztai Antal

Open mic – közös, színes performanszok a közönség részvételével
Az open mic egy élő előadás, ahol a közönség és szinte bárki birtokba veheti a színpadot. A zenés open mic produkciókban a kezdő zenészeknek is lehetőségük van saját maguk kipróbálására, tudásuk bemutatására. A közös zenélés általában a fellépők után, mindazok részvételével zajlik. Ennek folyamán a legkülönbözőbb tudású, es stílusú zenészek játszhatnak együtt, hihetetlen színes együttzenélések közepette, megannyi hangszeren.

Terített asztalok versenye a Ráday utcában – 10.00 – 24.00
Az utca éttermei, kávézói, boltjai versengenek a Legszebb teríték címért – immár másodszor!
A vándor díj idén új gazdát keres.

Divatbemutató a Ráday utcában –18.00 – 22.00
Kifutóvá válik a Ráday utca „Vörös Szőnyege”. Az ország több művészeti szakközépiskolájának, az intézmények diákjainak és tanárainak közös művészeti megmozdulása. Látványos, zenés koreografált karneváli esemény. Kosztümös felvonulás és akció a Ráday utca több helyszínén.

Ars Sacra kulturális fesztivál programjai – 18.00--20.00
Az Ars Sacra fesztivál „katolikus művészeti-kulturális fesztivál” alapjait szeretné megteremteni, amelynek már évek óta fontos állomása Bakáts téri Assissi Szent Ferenc Plébániatemplom. Az érdeklődőkre komolyzenei koncertek, és közös beszélgetések várnak.

További programok:
A Két Egér könyvesbolt ünnepi programja gyerekeknek, családoknak - 10.00 –18.00

Szeptember 27. – vasárnap

Nagy Agapé - 11:00
A délelőtti szentmisét követően a templom előtt-körül a plébániai közösség szervezésében és a Ráday utca vendéglőseivel közösen családias „falunapot” tartunk bográcsozással, zenével, gyermekprogramokkal.

Erdődy Kamarazenekar hangversenye - 19.00
koncertmester: Szefcsik Zsolt

Forrás:
<http://fesztivalok.varosom.hu/programok/kultura/Raday-Fesztival.html>

**f, Oktoberfest Budapesten**

A világ legnagyobb sörfesztiválja idén is ellátogat Budapestre! Így Magyarországon harmadik alkalommal élheted át az igazi bajor élményt az Eredeti Paulaner Oktoberfest Nagysátorral egyenesen Münchenből!
HELYSZÍN Budapest, Felvonulási tér (56-osok tere)
Napijegy: 1990 Ft

Forrás:
<http://oktoberfestbudapest.hu/>

Összeállították és szerkesztették: az ügyfélszolgálat munkatársai

----------------------------------------

A VGYKE ügyfélszolgálatának elérhetőségei:
Cím: 1146 Budapest, Hermina út 57. földszint
Telefon: 06-1/384-5541
Fax: 06-1/422-0439
E-mail: ugyfel@vgyke.com
Félfogadás:
Hétfő: 08:00-16:00,
Kedd: 08:00-16:00
Szerda: 08:00-18:00,
Csütörtök: 08:00-17:00.
Péntek 08:00-13.00

A VGYKE weboldalának címe: <http://www.vgyke.com/>
A VGYKE megtalálható a Facebookon is az alábbi linkre kattintva: <http://www.facebook.com/vgyke>
A listára az alábbi címre küldhet levelet: listaadmin@vgyke.com
A levelezési listáról információt itt talál: <http://vgyke.com/mailman/listinfo/hirlevel_vgyke.com> Ha le szeretne iratkozni, küldjön emailt az alábbi címre: hirlevel-request@vgyke.com
Részletes ismertetőt kaphat a beállításokról, ha egy 'help' tartalmú levelet (a tárgyban vagy a törzsben feltüntetve, aposztrófok nélkül) küld a fenti címre.