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

**Kérjük, 2016-ban is segítse a Vakok és Gyengénlátók Közép-Magyarországi Regionális Egyesületének munkáját adója 1%-ának felajánlásával!   
Adószámunk: 18185030-1-42   
Bankszámlaszámunk: 10409015-90147559   
  
Köszönjük támogatását.**

## Tartalom

[1. Munkatársakat keresünk](http://freemail.hu/mail/index.fm#1.hir)  
[2. FELHÍVÁS: Futár távirányítók adományozása](http://freemail.hu/mail/index.fm#2.hir)  
[3. Invitáló a Nemzeti Múzeumba](http://freemail.hu/mail/index.fm#3.hir)  
[4. Humoros húsvéti kvíz Kispesten](http://freemail.hu/mail/index.fm#4.hir)  
[5. Vásárlási lehetőség az áprilisi klubnapon Rákosmentén](http://freemail.hu/mail/index.fm#5.hir)  
[6. A tibeti hangtálakat is kipróbálhatták a résztvevők](http://freemail.hu/mail/index.fm#6.hir)  
[7. Narráció Nádor Terem ólomüveg ablak - 6. rész](http://freemail.hu/mail/index.fm#7.hir)  
[8. Apró hírek - programmorzsák](http://freemail.hu/mail/index.fm#8.hir)

## 1. Munkatársakat keresünk

Kedves Tagtársunk!   
  
Ha van közöttetek olyan gyógymasszőri végzettséggel és gyakorlattal rendelkező, aki szívesen dolgozna a mi kis csapatunkban heti 20 órában gyógymasszőrként, az jelentkezzen   
Kis Erikánál a 06 70 383 36 10 telefonon, vagy a [masszazs@vgyke.com](javascript:fm.eMailClicked.raise('masszazs@vgyke.com');) e-mail címre küldje el önéletrajzát és bizonyítvány másolatát.

## 2. FELHÍVÁS: Futár távirányítók adományozása

A Vakok és Gyengénlátók Közép-Magyarországi Regionális Egyesülete (VGYKE) Rákosmente Önkormányzatának támogatásával felhívást tesz közzé az úgynevezett „Futár-távirányítók” adományozása céljából.   
  
A Rákosmentén élő látássérültek térítésmentesen juthatnak hozzá egy „Futár-távirányító” néven ismertté vált készülékhez, mely az önálló közlekedésben nyújt értékes segítséget.   
  
Ez a készülék alkalmas a megfelelően felszerelt gyalogos átkelőhelyeknél elhelyezett lámpák hangosítására, amennyiben a lámpát erre alkalmassá tették.   
  
A készülék egyetlen gombnyomással felolvassa a hangszóróval ellátott FUTÁR-kijelzőkön lévő feliratokat, valamint az M4-es metrónál az éppen üzemelő mozgólépcsőt segít megtalálni hangjelzéssel.   
  
A kiosztható készülékek száma 50 db.   
  
A felhívásra jelentkezők köre: A XVII. kerületben állandó lakcímmel, vagy tartózkodási hellyel rendelkező látássérültek, valamint a VGYKE, vagy MVGYOSZ (Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetsége) tagsággal rendelkező személyek, akik nem rendelkeznek távirányítóval. Átvételkor kérjük, hogy azok, akik nem rendelkeznek tagsággal a fent említett szervezetekben, mutassák be a lakcímkártyájukat!   
Helyszín: a XVII. kerületi Önkormányzat épülete (Budapest, Pesti út 165, 1173) melletti rendezvényterem.   
  
Időpont: 2016. március 24. 11:00 óra.   
Kérjük, hogy a regisztráció miatt szíveskedjen 11:00 óra előtt legalább 15 perccel előbb megjelenni!   
Érdeklődni, ill. jelentkezni a [lampas.rakosmente@gmail.com](javascript:fm.eMailClicked.raise('lampas.rakosmente@gmail.com');) email-címen, vagy munkaidőben a 0670-984-8468-as telefonszámon lehet Krayné Faragó Zsuzsánál.   
  
Várjuk tehát a rákosmenti látássérültek előzetes jelentkezését a fenti elérhetőségeken, valamint személyes megjelenését a távirányítók átadásakor!   
  
Budapest, 2016. március 16.   
  
Üdvözlettel:   
Krayné Faragó Zsuzsanna és Acsay Péter   
közösségi civil szervezők Rákosmente

## 3. Invitáló a Nemzeti Múzeumba

Kedves Klubtagok és Érdeklődők!   
  
Szeretnétek megismerni történelmünk csodálatos időszakát a Reformkort?   
Tartsatok velünk a Nemzeti Múzeum múzeum-pedagógiai foglalkozására, amelyet nekünk állítottak össze!   
Időpont: 2016. március 23. 14:30-16:00 között. A nem XVII. kerületi lakosoknak a belépő 750 Ft/fő. Találkozzunk az Örs vezér téren a Kürtös Kalácsos előtt 13:45-kor, vagy az Astoriánál a metró kijáratánál az aluljáróban 14:00 órakor, vagy a Múzeum előtt 14:15-kor.   
Bejelentkezés szükséges, mert a létszám maximált!   
Érdeklődni Krayné Faragó Zsuzsánál lehet a 0670-984-8468-as telefonszámon.   
  
Mindenkit szeretettel várunk!   
Acsay Péter és Krayné Faragó Zsuzsa   
Rákosmente Lámpásai

## 4. Humoros húsvéti kvíz Kispesten

Kedves klubtagok és érdeklődők!   
  
Sok szeretettel meghívunk Benneteket a Kispesti Közösség Lámpásai nevében a következő klubnapra melynek a helyszíne: XIX., Táncsics M. u. 7 (Családsegítő Központ)   
Időpont: 2016. március. 31. (csütörtök) 15 óra (első emelet)   
  
Március eseménydús hónap. Megemlékezünk magyar és nemzetközi ünnepekről, világnapokról. Lesz humoros húsvéti kvíz, és az alkalomhoz illő zeneszámokkal fokozza a hangulatot Domoszlai János.   
  
Kérjük, hogy jelezzetek vissza érkezésetekről, így mi is tudunk tervezni a létszámot illetően.   
  
Szeretettel várunk mindenkit!   
  
Örömmel számolunk be arról, hogy múlt héten (március 9-én és 10-én) a Láthatár bolt munkatársával karöltve mi, Kispest Lámpásai a XIX. kerületi nyugdíjas klubokba látogattunk.   
Először a Kertvárosi Gondozási Központba, aztán a Lila Akác Gondozási Központba mentünk. Utunk utolsó állomása a Wekerlei Gondozási Központ volt. Kiss Márta vásárlással egybekötött árubemutatót tartott. Szórólapokat osztogattunk, és a VGYKE-ről, valamint a Lámpás klub tevékenységéről informáltuk a nyugdíjasokat.   
  
Bernát Zsuzsanna és Puchnyák István   
30/498-9127 70/984-8868   
E-mail: [lampas.kispest@gmail.com](javascript:fm.eMailClicked.raise('lampas.kispest@gmail.com');)

## 5. Vásárlási lehetőség az áprilisi klubnapon Rákosmentén

Kedves Klubtársunk!   
Sok szeretettel invitálunk következő klubnapunkra, amelyet 2016. április 5-én, kedden délután 15:00-tól tartunk az Újlak utcai Családsegítőben. (Kérünk Benneteket, hogy 15:00 óránál előbb ne érkezzetek meg, mert előbb nem tudnak nekünk helyet adni!)   
  
A klubra meghívtuk a VGYKE Láthatár Boltjának munkatársát, aki ismét látássérülteket segítő eszközöket mutat be: nagyítókat, beszélő karórákat, botokat stb. Lehetőség nyílik kérdéseitek feltevésére, és az eszközök megvásárlásra is. Utána kötetlen beszélgetéssel és egy kis harapnivaló elfogyasztásával kerekítjük ki a klubnapot. Érdemes velünk tartanod!   
  
Részvételi szándékotokat minden esetben kérjük jelezzétek!   
e-mail címünk: [lampas.rakosmente@gmail.com](javascript:fm.eMailClicked.raise('lampas.rakosmente@gmail.com');)   
Telefonszámok: Krayné Faragó Zsuzsanna: 06 70 984 8468   
Acsay Péter: 06 70 248 59 53   
  
Más: 2016. március 24-én, 11:00-kor a rákosmenti látássérültek átvehetik a már említett FUTÁR távirányítókat az Önkormányzat épületében. Találkozzunk 10:30-10:40 között Rákoskeresztúr Városközpontban, a buszmegállóban, ami az Örs vezér tér felől jön. Megjelenésedre feltétlenül számítunk!   
  
Kérünk, hogy amennyiben van látássérült ismerősöd, ajánld a rákosmenti Lámpás Klubot, vagy hozd el magaddal a klubra, hadd találjon ő is közösségre!   
  
Minden rákosmenti látássérültet és érdeklődőt sok szeretettel várunk!

## 6. A tibeti hangtálakat is kipróbálhatták a résztvevők

Legutóbbi klubnapunkat március 8-án, kivételesen kedden tartottuk 15 órától 17 óráig a tavaszi megújulás, felfrissülés jegyében szokásos helyszínünkön, a K11 Kulturális és Művészeti Központban.   
Nagy örömünkre sokan eljöttek, új klubtagot is köszönthettünk, aki édesapjával érkezett.   
Lámpás munkatársainkon kívül megtisztelt Bennünket jelenlétével két kedves kolléganőnk, Mészáros Gyöngyi az ügyfélszolgálat vezetője és Hajdú Kati a Támogatószolgálattól.   
Köszönhetően Págány Noémi és Kray Zsuzsa kolléganőinknek, rendkívül élménydús, érdekes délutánban volt részünk. Noémi a VGYKE által működtetett masszázsszolgáltatásról tartott remek tájékoztatót, hangsúlyozva a masszázs jótékony hatását is. Zsuzsától pedig megismerhettük a hangmasszázs rejtelmeit, melyet hangtálakkal valósítanak meg. Ki is próbálhattuk, miután Zsuzsa bemutatta, hogyan is működik a dolog. Ez a rövid ízelítő is elég volt számunkra, hogy meggyőződhessünk arról, hogy a masszázs mellett a hangmasszázs is kiváló lehetőség a felfrissülésre, regenerálódásra. Az egészséges táplálkozás jegyében pedig közös tálból gyümölcsöt csemegéztünk.   
Sajnos az idő hamar elrepült, kevésnek bizonyult, ismét nagyszerű délutánt töltöttünk el együtt.   
Áprilisi klubnapunkra is sok szeretettel várunk Mindenkit!   
  
Erzsébetváros Lámpásai: Doktor Kata és Eleki Abigél

## 7. Narráció Nádor Terem ólomüveg ablak

6. rész   
A bal alsó álló téglalap képek közül a harmadik következik, ami Szent Imrét, István király fiát ábrázolja. Jobb kezében fehér liliom, a szüzesség erényének szimbólumaként, mely a herceg életéhez fűződik a magyar kultúrtörténetben.   
Az alakot szemből látjuk, könnyed, de határozott testtartásban áll, jobb térdét kissé behajlítva. Háromágú hercegi koronát, halovány almazöld, szinte áttetsző selymesfényű, térd fölé érő köntöst visel, arany gallérral és övvel. A köntös szegélye keresztekkel és körökkel díszített bársonyberakás, mellkasán nagy bordó szívvel, rajta aranyszínű vízszintes csíkok Árpád-sávok láthatók, melyeket az üvegfestő népi virágmotívumokkal tett még hangsúlyosabbá. A köntösön narancsos-vörös palást, szegélyét mélybarna alapon fényesen csillogó liliommotívumok díszítik.   
A herceg nyakában a rangjának megfelelő vastag aranylánc, középen ovális medállal, arca nemes és békés, határozottságot tükröz.

## 8. Apró hírek - programmorzsák

**a, Új világot nyitunk egészségünkért**   
  
Tisztelt Olvasóink!   
  
Az alábbi előadássorozatra Egyesületünk munkatársánál, Széles Attilánénál is lehet jelentkezni a [lampas.ujpest@gmail.com](javascript:fm.eMailClicked.raise('lampas.ujpest@gmail.com');) email címen, vagy a 70/602-9368 illetve a 30/498-9033 telefonszámokon.   
  
Dr. Balogh László Attila főorvos előadássorozata   
  
2. előadás 2016. március 25. péntek 19.00   
  
Egészséges táplálkozás 1.   
- Nincs tiltott étel - de nagyon fontosak az arányok, a kalória bevitel, az eredetiség és a konyhatechnika.   
Helyszín: Újpesti Polgár Centrum - Kamaraterem (1042 Bp., Árpád út 66.)   
A belépés díjtalan, de előzetes regisztráció szükséges az Ady Endre Művelődési Házban.   
Információ: Csiszár Renáta /231-6000/ [csiszar.renata@ujkk.hu](javascript:fm.eMailClicked.raise('csiszar.renata@ujkk.hu');)   
  
**b, Szent Patrik napi Felvonulás és Fesztivál 2016**   
  
2016. március 20. Gyülekezés: V. Szabadság tér, 13:30-15:00   
Indulás: 15:00   
Az Ír-Magyar Üzleti Kör Egyesület (IHBC) hatodik alkalommal rendezi meg a Szent Patrik napi Felvonulást és Fesztivált. Viselj valami zöldet, és örülj velünk! Ismét csatlakozz a legkülönlegesebb felvonuláshoz Budapesten! Minden zöldbe borul, és mosolyog. Mulatság, vidámság és meglepetések várnak. Luftballonok, arcfestők, gólyalábasok, zsonglőrök, meglepetések - ír zene - ételek - italok. Ünnepeld velünk a hatodik Szent Patrik napi Felvonulást és Fesztivált! Hozd a családot is! Patrik, az írek térítője és nemzeti szentje (†461), Írország egyik védőszentje. Névünnepén az ír férfiak, bárhol élnek is a világon, kalapjukra zöld rekettyelevelet tűznek és így köszönnek egymásnak: „áldjon meg az Isten és Szent Patrik”.   
A menet a Belvároson keresztül sétál az Instant Klubig (VI., Nagymező utca 38.   
Nyitás: 16:00)   
A 16h-tól az Instant Klubban megrendezésre kerülő zenés-táncos fesztiválon több, mint 15 ír zenét játszó magyar és külföldi zenekar fog fellépni.   
  
Forrás:   
<http://www.programturizmus.hu/ajanlat-szent-patrick-nap-budapesten.html>   
  
**c, Fizess verssel a kávédért március 21-én**   
  
Több helyen ajándék kávéval várják azokat, akik írnak vagy szavalnak a Költészet Világnapján.   
A Julius Meinl szervezésében több kávézó csatlakozott ahhoz a kezdeményezéshez, melyben ha a Költészet Világnapján egy verssel készülünk, kapunk ajándékba egy csésze kávét.   
"Egy vers a mai napig feltöltődést, iránymutatást, vagy akár kikapcsolódást nyújthat, főképp akkor, ha egy finom kávé társaságában olvassuk, vagy éppen írjuk. Oszd meg velünk gondolataidat vagy kedvenc verssorodat a Költészet Világnapján, s a kávét mi álljuk! 2016. március 21-én, hétfőn egy teljes napig minden idézet (legyen az ismert, vagy saját) kávéházi fizetőeszközzé válik, így a vendégek kávéjukat egy verssel vagy akár egy idézettel 'fizethetik ki'" – vallják a szervezők az eseményről.   
A felhíváshoz csatlakozott éttermek és kávézók várják ezen a napon azokat a kávészeretőket, akik szeretik gondolataikat és érzéseiket verses formában fejezzék ki.   
A részt vevő helyek listája itt található:   
<https://www.facebook.com/events/1118679118151527/>   
  
Forrás:   
<http://welovebudapest.com/kavezok.ettermek/fizess.verssel.a.kavedert.marcius.21.en>   
  
**d, A Víz Napja a Királyrét környéki erdőn**   
  
Kora tavaszi első kirándulásunkon elsősorban források, patakok, tavak élővilágát vesszük szemügyre (és kezünkbe), bízva abban, hogy békapetétől a szalamandra lárván át a kérészlárváig sok mindennel találkozunk majd!   
Amiről még szó lesz, amivel még találkozhatunk:

 miért ilyenkor, kora tavasszal, hóolvadáskora a legszebbek a mohák

 mikor indul a nedvkeringés a fákban, hol szállítják a vizet, mennyit párologtatnak

Időpont: 2016. március 20. vasárnap   
A vezetett túra hossza 2-3 km, ideje 3 óra.   
Találkozó: 11 órakor Királyrét központjában a parkolónál. Érdemes az erdei vasúton érkezni (természetesen lehet máshogy is)!   
A részvétel díja: 400Ft/ fő   
Részvételi szándékát kérjük előre jelezze!   
  
Ott József Tel: 30 554 9071   
e-mail: [apala921@gmail.com](javascript:fm.eMailClicked.raise('apala921@gmail.com');)   
  
**e, Koncertek a Nádor teremben**   
  
"A jeges Északon" - Ducza Nóra, Jónás Krisztina (szoprán), Hegedűs Gönczy Katalin (zongora)   
Időpont: 2016. március 20. vasárnap 19:00   
Műsor: Grieg, Larsson, Nielsen, Pärt, Ragnarsson, Rangström, Sibelius, Sinding, Tamm és Tormis dalai   
  
80 dal alatt a Föld körül (IV/III.)   
Közreműködő(k):   
Gönczy Hegedűs Katalin - előadó   
Jónás Krisztina - előadó   
Ducza Nóra – előadó   
Jegyár: 1000 Ft   
  
Ária- és dalest - Szívkova Mariann (szoprán), Kovács Ágnes (mezzoszoprán), Solymár-Melem Rita (zongora)   
Időpont: 2016. március 24. csütörtök 19:30   
  
Műsor: Pergolesi, Händel, Mozart, Ponchielli, Brahms, Saint-Saëns, Weber, Wagner, Liszt, Mascagni és Verdi áriái, dalai és duettjei   
  
Közreműködő(k):   
Szívkova Mariann - előadó   
Kovács Ágnes – előadó   
Jegyárak: 900, 1800 Ft   
  
Forrás:   
<http://www.port.hu/nador_terem/pls/w/organization.organization_page?i_organization_id=8569&i_area_id=4>   
  
**f, Szemlő-hegyi barlang szinte akadálymentesen**   
  
A Szemlő-hegyi-barlangot előszeretettel látogatják iskolai, óvodai csoportok, családok és turisták egyaránt. Nem csoda, hiszen igazi mesevilág várja itt őket. Érdemes több időt szánni a látogatásra, hogy a barlangtúra előtt vagy után a vetítőterem filmjeinek megtekintésére, az interaktív kiállítás bebarangolására is jusson idő. A barlang feletti parkban ezután jóleshet a játék, kikapcsolódás a napsütésben, aki pedig végigjárja az új tanösvényt, az a főváros építőköveiről, a környék kőzeteiről is sok érdekeset megtudhat.   
A Szemlő-hegyi-barlang csak egy a környék számos barlangja közül, melyek másként keletkeztek, mint például a híres Baradla-barlang az Aggteleki-karszton. Nemcsak erről, de a mészkőről, a denevérekről, a barlangi mentésről és még sok más érdekes dologról játszva tanulhat kicsi és nagy.   
Kipróbálható a barlangi kötéltechnika, átmászhatunk a Tű fokán és egy fénykép erejéig mindenki barlangásszá válhat itt. Aki pedig jobban el szeretne mélyedni a szakmai ismeretekben, az érintőképernyős tudástárban kedvére böngészhet.   
A Duna-Ipoly Nemzeti Park Igazgatóság nagy figyelmet fordít arra, hogy a természeti értékek megismerését a fogyatékkal élők számára is megkönnyítse. Bár az épület és a barlang teljes akadálymentesítése nem lehetséges, a mostani fejlesztések során javítottuk az akadálymentes hozzáférés feltételeit.   
Ennek eredményeként bejárati rámpánál elhelyezett kaputelefon, lépcsőlift, felújított, szabványos mellékhelyiség fogadja a mozgáskorlátozott látogatókat. A hallókészülékkel rendelkezők indukciós hurokerősítő segítségével hallgathatják a filmeket a vetítőben. A vakokat és gyengénlátókat hangostábla és vezetősáv segíti a tájékozódásban. A geológiai tanösvény tábláin braille írásos összefoglaló található, a táblák teljes szövege a pénztárnál kölcsönözhető braille írásos vezetőfüzetben olvasható. A barlang jó levegője, a vízcseppek zenéje, a képződmények harmóniája pedig testet-lelket gyógyító ajándéka a természetnek mindenki számára.   
A barlangban egész évben 12°C fok a hőmérséklet, nyáron ezért érdemes kissé melegebben felöltözni. A kiépített útvonal utcai ruhában megtekinthető. Kényelmes túracipő viselése ajánlott.   
  
Cím: 1025 Budapest, Pusztaszeri út 35.   
Megközelítés:   
Megközelíthető az Árpád-híd - Szentlélek térről induló 29-es autóbusszal, melyről a Szemlő-hegyi barlang megállónál leszállva 100 m-t kell lefelé sétálni a barlang fogadóépületéig.   
Nyitvatartás:   
Egész évben, kedd kivételével minden nap. A túrák óránként indulnak – első túra: 10.00, utolsó túra: 16.00.   
  
Forrás:   
<http://www.dunaipoly.hu/en/bemutatohelyek/szemlo-hegyi-barlang>   
  
**g, Tavaszi gyalogtúra**   
  
Április 3. vasárnap BUDAI-hegység. VAKMISSZIÓS TÚRA   
Könnyű túra.   
Csillebérc, KFKI - Budaörsi-hegy - Makkosmária - Virág-völgy – Budakeszi   
8,5 km   
  
Arra kérjük a vakmissziós túrákra jelentkező vak, illetve csökkent látóképességű túrázóinkat, hogy ha kísérővel nem rendelkeznek, egy vagy két héttel az aktuális időpont előtt jelentkezzenek, hogy kísérőt biztosíthassunk számukra.   
  
Ezekre a túrákra látó túrázók jelentkezését is várjuk. Kérjük a vasárnapi túrákra jelentkezőket, hogy jelentkezésüket csütörtök estig adják le.   
  
Minden érdeklődőt sok szeretettel vár a túravezető: Tombácz Károly   
e-mail: [tombaczk@gmail.com](javascript:fm.eMailClicked.raise('tombaczk@gmail.com');)   
mobil: +36 30 825 5384   
  
Forrás:   
<http://www.oltalomalapitvany.hu/>   
  
**h, Egy film, amiben a főszereplők a valóságban is fogyatékossággal élő emberek**   
  
Tiszta Szívvel: Hamarosan a mozikban Tilla új filmje   
  
Till Attila Tiszta Szívvel című új nagyjátékfilmje a tavaly befejezett 40 napos forgatás után, az A Company forgalmazásában 2016. április 28-án kerül a magyar mozikba.   
Akció-vígjáték egy kerekesszékes bandáról, ahol két mozgássérült fiatal közeli barátságot köt egy vagány kerekessszékes bérgyilkossal. Így a maffia szolgálatába állnak. Sok vesztenivalójuk nincs a szereplőknek, bár ebben a kalandban semmi nem az, aminek látszik. Nincs határ fantázia és valóság között, miközben hőseink egyik tűzpárbajból vetődnek a másikba, megismerjük a kerekesszékben töltött midennapok kihívásait. Ezentúl még azt is átélhetjük, hogyan bocsát meg az apjának egy elhagyott fiú.   
  
Rendezői jegyzet   
Különböző alapítványok munkáját segítve sokfajta élethelyzetben találkoztam kerekesszékes emberekkel. Ezek a személyes találkozások inspiráltak, hogy bemutassak egy olyan történetet, amelyben egyszerre van jelen egy kerekesszékes fiú saját identitátásával és a környezetével való küzdelme, és a fantáziavilága, amiben extrém módon, de helyre rakja az élete kihívásait.   
Külön izgatott, hogy készüljön végre egy olyan film a mozgássérültek világáról, ahol nem színészek játsszák el az ő életüket, hanem saját maguk kapnak lehetőséget a szereplésre. Ahol valóban ők a hősök. Ebben a filmben a főszereplők a valóságban is fogyatékossággal élő emberek, akik a saját életüket, testüket, mondanivalójukat mutatják be egy különleges történeten keresztül.   
A filmben egyértelműen a karakterek ábrázolásán van a hangsúly. Az amatőr szereplők jelenléte esély arra, hogy igazi életteli karakterek szülessenek.   
Eredeti helyszíneken forgattunk (Mozgássérült Emberek Rehabilitációs Központja, Mexikói úti Mozgásjavító Iskola) és a film egyik különlegessége, hogy az ott élő embereket szereplőként vontuk be a filmbe, az egész közösség aktívan részt vett a munkánkban. Ennek köszönhetően a Tiszta Szívvel című filmben Magyarország egy olyan társadalmi rétege kerül végre fókuszba, ami eddig nem igazán kapott teret.   
A bűnözők világa sem a megszokott klisék mentén jelenik meg a filmben. A néző eddig sosem látott képet kap az alvilágról, ahol természetesen működnek az általános gengszter-karakterjegyek is, ugyanakkor igazán banális jeleneteken keresztül, kutyasétáltatás, vásárlás közben ismerjük meg a szereplőket.   
  
Forrás:   
<http://szinhaz.hu/plusz/64169-tiszta-szivvel-hamarosan-a-mozikban-tilla-uj-filmje>   
  
**i, SÚLYOS FOGYATÉKOSSÁG ESETÉN IDÉN IS VISSZAIGÉNYELHETI ADÓJA EGY RÉSZÉT**   
  
Bár a bevezetése óta szinte minden évben előkerül a téma, sokan talán még mindig nem veszik igénybe a tartós betegségek után járó adókedvezményt, noha jogosultak lennének rá. Az adókedvezményről szóló 335/2009. (XII. 29.) Korm. rendelet részletesen szabályozza ezt a súlyos fogyatékosság esetében adott, összevont adóalap adóját csökkentő adókedvezményt. Az SZJA bevallások határidejéhez közeledve a téma ismét aktuális.   
Sokakat eltántoríthat az igénybevételtől, hogy a kedvezmény igénybevételéhez szükség van orvosi igazolásra, a kedvezményt ugyanis kizárólag a súlyos fogyatékosságban szenvedő magánszemély vonhatja le a saját, összevonás alá eső jövedelme utáni adó összegéből. Ezen orvosi igazolásnak a súlyos fogyatékosság minősítéséről és igazolásáról szóló 49/2009. (XII.29.) EüM rendeletben meghatározott adatokat kell tartalmaznia.   
A háziorvosok és szakorvosok természetesen ismerik az igazolás kiállítására vonatkozó követelményeket, így az igazolás kiadásával kapcsolatban az adóalanynak nincs különösebb teendője. Természetesen egy betegség megállapítása kapcsán a háziorvos kérheti a beteg szakorvosi vizsgálatokon való részvételét, illetve a betegségére vonatkozó, kórelőzménnyel összefüggő olyan leletek átadását, amik alátámaszthatják a jogosultság meglétét, illetőleg a jogosultság kezdő időpontját. Ez utóbbit tehát kizárólag az orvos jogosult megítélni.   
Az adózó kizárólag ezen igazolás birtokában veheti igénybe az adókedvezményt, méghozzá a fogyatékos állapot kezdő napjának hónapjától, ezen állapot fennállása idején, havonta, az adóév első napján érvényes havi minimálbér 5 százalékának megfelelő összeget. Az adó összege mindazokra a hónapokra csökkenthető, amelyekben a fogyatékos állapot legalább egy napig fennállt.   
Az erről szóló bevalláshoz az orvosi igazolást nem kell csatolni, csak megőrizni. Igazolás hiányában tehát akkor sem vehető igénybe az adókedvezmény, ha az arra való jogosultság laikus számára is egyértelmű. Akinek az állapota végleges - ezt az orvosi igazolás tartalmazza - és korábban már kiadták az erről szóló igazolást, nem kell új igazolást kérnie, kivéve néhány speciális esetet.   
A gyakorlat szempontjából nagyon fontos, hogy visszamenőlegesen, az elévülési határidőig, jelenleg tehát öt adóévre is érvényesítheti a kedvezményt az, aki a jogosultság követelményeinek megfelel, és korábban ezt nem tette meg. Ehhez a korábbi évekre benyújtott személyijövedelemadó-bevallás önellenőrzésére van szükség, amely az adott évre vonatkozó ’53-as bevalláson tehető meg.   
Akár 63.000 forint is visszajárhat 2015-re, érdemes utánajárni   
Mivel az adókedvezmény mértéke az adóév első napján érvényes, havi minimálbér (2015-ben nettó 105.000 forint) öt százalékának megfelelő összeghez van kötve, így az minden évben változik. A 2015-ös év kapcsán, a fentiekre tekintettel, az adókedvezmény maximális mértéke 63.000 forint.   
Már csak a legfontosabb kérdés van hátra, vagyis, hogy milyen betegségek esetén vehető mindez igénybe. Mivel gyakorlatilag több száz BNO kód van felsorolva a jogszabály mellékletében, ezért erre a kérdésre lehetetlen pár soros választ adni. A már említett kormányrendelet alapján, a fogyatékosságok illetve betegségek fő csoportjait az ado.hu korábban így foglalta össze:

* hallási fogyatékosság
* mentális és viselkedészavarok
* látási fogyatékosság
* mozgásszervi fogyatékosság
* pervazív fejlődési zavarok
* schizophrenia, schizotypiás és paranoid zavarok
* daganatos megbetegedések egyes fajtái
* mesterséges testnyílással élő személy
* súlyos szervi károsodással járó immunbetegségben szenvedő
* emésztőrendszer betegségeinek egyes fajtái
* ritka betegségek bizonyos típusai
* egyes endokrin és anyagcsere betegségek
* veleszületett enzimopátiák
* hemodialízis vagy peritoneális dialíziskezelésre szoruló végállapotú veseelégtelenségben szenvedő
* krónikus légzési elégtelenségben szenvedő
* veleszületett és szerzett szívbetegségben szenvedő
* egyéb fejlődési rendellenességgel születettek.

Természetesen nem minden, a fenti csoportokba eső betegség esetén vehető igénybe az adókedvezmény. Ezt ugyanis az orvosi igazolás kiállításakor az orvos, illetőleg a szakorvos dönti el, és ennek fényében állítja ki a szükséges igazolást. A bejegyzés a Nemzeti Adó- és Vámhivatal által 2014.04.14-én kibocsátott tájékoztatóján, illetve a hatályos jogszabályi környezeten alapul.   
  
Gyömbér Béla   
  
Forrás:   
<http://arsboni.reblog.hu/sulyos-fogyatekossag-eseten-iden-is-visszaigenyelheti-adoja-egy>   
  
**j, Újranyit a Vörösmarty mozi is, ráadásul elég szép küldetéssel**   
  
Március 10-én megnyitotta kapuit a Premier Kultcafé, egy egész Európában egyedülállónak számító fogyatékosság-barát kulturális központ. A moziként, kávézóként és rendezvényközpontként működő intézményt a Törőcsik Mari által alapított Fogadj Örökbe Egy Macit Alapítvány üzemelteti speciális munkahely-teremtési programja keretében.   
  
Kávézó helyet tegy régi mozi 150 milliós felújítása mellett döntöttek   
A Fogadj Örökbe Egy Macit Alapítvány 2012-es indulása óta 36 millió forintot gyűjtött össze a macik elárverezéséből. Kezdetben csupán egy olyan kis kávézóban gondolkoztak, ahol megváltozott munkaképességű személyek dolgozhatnak. 2014 végén azonban egy jóval nagyobb álom megvalósításába fogtak bele, amikor meglátták a jövőt a már bezárt és üresen álló budapesti Vörösmarty mozi felújításában. Az egykori művészmozi átalakításával kapcsolatos építészeti és műszaki tervek elkészítése 2015 márciusától szeptember közepéig tartott. Ezt követték a hat és fél hónapig tartó, 150 millió forintos beruházásból megvalósuló kivitelezési munkálatok, amelyek a napokban fejeződtek be.   
  
Európában egyedülálló a kezdeményezés   
  
Az egykori Vörösmarty mozi átalakítási munkálatai során fontos szempont volt, hogy a régi művészmozi szerepe ne szűnjön meg, ugyanakkor kiemelt célkitűzés volt az is, hogy új funkciók és szolgáltatások kapjanak helyet a 620 négyzetméteres ingatlanban. A művészmozi terem mellett kialakításra került a hírességek „maci kávézója”, egy pékség, a Cserpes Tejivó Speciál, és egy olyan varieté terem, amely koncertek, rendezvények és kulturális programok lebonyolítására is alkalmas. Európában ez lesz az első és legnagyobb alapterületű olyan fogyatékosság-barát közösségi és kulturális tér, ahol megváltozott munkaképességűek üzemeltetnek mozit, kávézót, pékséget és rendezvénytermet.   
  
Az egykori Vörösmarty mozi átalakításával korszerű fény és vetítéstechnika is kialakításra került, amely lehetőséget teremt konferenciák, művészeti kiállítások, irodalmi estek és komolyzenei hangversenyek lebonyolítására is. A régi, 55 férőhelyes művészmozi nagytermét is felújították, új hangszigeteléssel és vetítéstechnikával látták el. A művészfilmek zavartalan biztosításához az alapítvány együttműködési megállapodást kötött a MANDA-val. A Vörösmarty mozi régi folyosójának álmennyezetét elbontották, így ismét láthatóvá válik az 1935-ös boltív-rendszer. Mindezek az újítások és korszerűsítések vonták maga után az új nevet: PREMIER Kultcafé, ahol az első időszakban 8-10 fogyatékossággal élő dolgozik majd.   
  
Forrás:   
<http://phenomenon.hu/ujranyit-a-vorosmarty-mozi-is-raadasul-eleg-szep-kuldetessel/>   
  
**k, Már működik az első Braille-írásos tablet**   
  
A kutatók megfizethető technológiát ígérnek a vak emberek számára.   
  
Az egyre gyorsabban fejlődő szövegfelolvasó rendszerek ugyan segíthetnek némileg a vak vagy látássérült emberek problémáin a digitális világban, de nem nyújtanak tökéletes megoldást. Bizonyos típusú vizuális információkat, mint egy grafikon vagy táblázat, már nem tudnak átadni. Az ideális segítséget egy olyan tablet jelentheti, aminek újraírható kijelzője képes Braille-írást megjeleníteni.   
  
Ugyan korábban is létezett már hasonló technológia, a motorokkal mozgatott apró műanyag pontok lassan és körülményesen működtek, illetve nagy méretű eszközt igényeltek. Az University of Michigan kutatói most egy olyan tablethez hasonló szerkezetet készítettek, ami mikrofluidikus kijelzőjén jelentős mennyiségű információt (akár 10 000 pontot) képes megjeleníteni Braille-írás formájában.   
  
Az alapot apró buborékok szolgáltatják, amiket levegővel vagy folyadékkal "fúj fel" a rendszer. Ekkor fizikailag is megjelennek a kijelzőn, lehetővé téve, hogy ujjukkal leolvashassák a látássérültek. A kutatók szerint ezzel megnyílhat a tudomány vagy éppen a matematika digitális világa a vakok előtt, ráadásul a viszonylag olcsó gyártástechnológiának köszönhetően az eszköz akár 700 font alatti áron is forgalomba kerülhet.   
  
Forrás:   
<http://pcworld.hu/mobil/mar-mukodik-az-elso-braille-irasos-tablet.html>   
  
**l, Romanek Inka tapintható tárlata**   
  
Szeretettel várunk minden kedves érdeklődőt a Fehér Bot Alapítvány és a Kertész László Városi Könyvtár által rendezett Romanek Inka festőművész tapintható tárlatának megnyitójára.   
A festmények vakok és gyengénlátók számára készültek, de minden érdeklődő számára vizuális élményt nyújtanak.   
A kiállítás megnyitója: 2016. április 04. 15 óra   
Helyszín: Hajdúböszörmény Kertész László Városi Könyvtár   
  
További Információ: Kertész László Városi Könyvtár   
4220 Hajdúböszörmény Bocskai tér 2.   
Tel.: 06-52- 228-284 E-mail.: [hbkonvtar@gmail.com](javascript:fm.eMailClicked.raise('hbkonvtar@gmail.com');)   
A kiállítás 2016. április 21.-ig látogatható. A belépés díjtalan!   
  
Forrás>   
Látássérültek Észak-alföldi Regionális Egyesülete 11/2016. számú hírlevele.   
  
**m, Magyarország - Föld Órája**   
  
WWF Föld Órája 2016. március 19. 20:30 óra   
  
A WWF Föld Órája egy világméretű önkéntes kezdeményezés, amely megpróbálja felhívni az emberek, vállalatok, intézmények, kormányok figyelmét a környezetszennyezés és a túlfogyasztás okozta problémákra. Az akció keretében arra kérik a résztvevőket, támogatókat, hogy minden év márciusának utolsó szombatján este világszerte kapcsolják le egy órára a fölösleges világítást és áramtalanítsák a különféle elektromos készülékeket.   
  
2007 óta minden márciusban egy órára kialszik a díszvilágítás a világ legtöbb nagyvárosában. Néhány év leforgása alatt a Föld Órája az ausztrál helyi akcióból világméretű, több mint egymilliárd embert mozgósító önkéntes mozgalommá nőtte ki magát. Ez nem csak azt mutatja, hogy az embereket foglalkoztatja bolygónk egészsége, hanem hogy hajlandóak tenni is érte.   
  
A 2011 óta az akció kiegészül egy másik felhívással is, melynek lényege, hogy tegyünk fogyasztás-csökkentési, környezetvédelmi fogadalmat az év többi napjára is.   
  
Az akció fő célja nem az egy óra alatt elért aktuális fogyasztáscsökkentés, hanem a figyelemfelhívás, hogy mindennapi életünket mennyire átszövi a túlzott, és voltaképpen fölösleges energiahasználat.   
Mit jelképez a Föld Órája logó?   
  
A hagyományos 60-as logó a Föld Órája akció 60 percét szimbolizálja, amellyel szeretnénk felhívni a figyelmet a környezetvédelem fontosságára.   
Idén egy + jellel egészítettük ki a hagyományos logót, ezzel is biztatva mindenkit, hogy a 60 perc letelte után, az év többi napján is gondoljon a környezetére.   
  
Forrás:   
<http://www.foldoraja.hu/>   
  
**n, Gördülő Órák**   
  
2016. március 19., Cziffra György Nagytétényi Kulturális Központ, Budapest XXII. ker., Nagytétényi u. 274-276.   
10:00 óra Mesekoktél   
11:00 Nyersétel bemutató   
Kerekes székes táncbemutató, zenés torna négy keréken és négy lábon   
Kutyaterápiás bemutató, egész nap kézműves foglalkozások és vásár.   
  
Forrás:   
<http://www.gordulotanc.hu/2016_03_19_Gordulo_orak.jpg>

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

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](javascript:fm.eMailClicked.raise('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](javascript:fm.eMailClicked.raise('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](javascript:fm.eMailClicked.raise('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.

--

Kérjük, 2016-ban is segítse a Vakok és Gyengénlátók Közép-Magyarországi

Regionális Egyesületének munkáját adója 1%-ának felajánlásával!

Adószámunk: 18185030-1-42

Bankszámlaszámunk: 10409015-90147559