**Vakok és Gyengénlátók Közép-Magyarországi Regionális Egyesülete
13. 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. Klubnap lesz Rákosmentén](http://freemail.hu/mail/index.fm#1.hir)
[2. A BULÁKE áprilisi programjai](http://freemail.hu/mail/index.fm#2.hir)
[3. Gazdára leltek a Futárok](http://freemail.hu/mail/index.fm#3.hir)
[4. XVII. kerületi lakosok figyelmébe](http://freemail.hu/mail/index.fm#4.hir)
[5. Újabb kerület adományoz Futár távirányítót](http://freemail.hu/mail/index.fm#5.hir)
[6. Vendégünk lesz Lengyel Zsófia paralimpikon](http://freemail.hu/mail/index.fm#6.hir)
[7. Narráció – Nádor terem 8. rész](http://freemail.hu/mail/index.fm#7.hir)
[8. A Láthatár bolt ajánlatai](http://freemail.hu/mail/index.fm#8.hir)
[9. Álláslehetőség](http://freemail.hu/mail/index.fm#9.hir)
[10. MEGHÍVÓ TAVASZI ORSZÁGOS BRAILLE OLVASÁSVERSENYRE](http://freemail.hu/mail/index.fm#10.hir)
[11. A világ egyetlen faluban](http://freemail.hu/mail/index.fm#11.hir)
[12. Felhívás az INFOALAP diákpályázatán való részvételre](http://freemail.hu/mail/index.fm#12.hir)
[13. Apró hírek – program morzsák](http://freemail.hu/mail/index.fm#13.hir)

## 1. Klubnap lesz 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
Telefonszámok:
Krayné Faragó Zsuzsanna: 06 70 984 8468,
Acsay Péter: 06 70 248 59 53

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!

## 2. A BULÁKE áprilisi programjai

6.-án, szerdán 10 órától klubnap VIK-ben

13.-án, szerdán 9.30 órától kirándulás a budai hegyekben a Frank hegytől a Rupp hegyig

23.-án, szombaton 10 órától látogatás a Vasúttörténeti Múzeumban

29.-én pénteken 10 órától séta a Farkasréti temetőben

Forrás:
[www.bulake.hu](http://www.bulake.hu)

## 3. Gazdára leltek a Futárok

A VGYKE célul tűzte ki, hogy azon kerületekben, ahol a Közösség Lámpásai program működik, minél több látássérült juthasson hozzá a FUTÁR távirányítóhoz, amellyel egy gombnyomással megszólaltathatjuk a tábla hangosbemondóját. Így a látássérültek is informálódhatnak egy megállóban arról, hogy a kívánt járat mikor érkezik.
Rákosmente Önkormányzata a legmesszebbmenőkig partner volt ebben, és anyagi eszközökkel támogatta Rákosmente látássérült rászorultjait. Az ünnepélyes átadóra, amelyet az Önkormányzat esélyegyenlőségi munkatársai és a kerület Lámpásai szerveztek, 2016. március 24-én került sor a Rákosmenti Polgármesteri Hivatal melletti rendezvényteremben. Jelen voltak a helyi sajtó képviselői is, a Hírhozó Újságtól és a Rákosmente TV-től, akik megörökítették ezt az örvendetes eseményt.
A programot Riz Levente Polgármester úr nyitotta meg, aki a közösségépítés fontosságát és a Testület elkötelezettségét hangsúlyozta a látássérültek életminőségének javításában. Ezt követően az Egyesületünk elnöke Fodor Ágnes kapott szót, aki a vakok önálló közlekedésének és a rehabilitáció útján való elindulásának fontosságát emelte ki.
Végül pedig következett a várva várt átadás, a Polgármester, és Fohsz Tivadar Alpolgármester urak személyesen nyújtották át a távirányítót az érintetteknek. Sok tagunk meghatottan, könnyeivel küszködve köszönte meg az eszközt. Kellemes meglepetés volt, hogy egyik tagtársunk mikrofont kért, és a megajándékozottak nevében nyilvánosan köszönte meg az Önkormányzat segítségét. Végül Miks Csaba munkatársunk tartott egy rövid összefoglalót a távirányító gyakorlati használatával kapcsolatban.
Programunk végén kipróbáltuk az eszközt a Rákoskeresztúr Városközpontban található FUTÁR táblánál, így mindenki a gyakorlatban is megtapasztalhatta, miként is működik. Reméljük, hogy még sok más kerületben is lesz hasonló lehetőség, hiszen fontos, hogy minél többen élvezhessék ezt a nagyszerű eszközt.
Köszönjük az önkormányzat támogatását és a szervezésben nyújtott segítségét!

## 4. XVII. kerületi lakosok figyelmébe

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 felhívásra jelentkezők köre: A XVII. kerületben állandó lakcímmel, vagy tartózkodási hellyel rendelkező látássérültek.
Átvételkor kérjük, hogy mutassák be a lakcímkártyájukat!
Az Önkormányzat által adományozott 50 db távirányító jelentős része gazdára talált az ünnepélyes átadó (2016. március 24.) alkalmával, azonban még állnak rendelkezésre további távirányítók, amelyek a Lámpás klubnapok alkalmával átvehetők.

A Lámpás klub minden hónap első keddjén 15:00-17:00 óra között tartja klubnapját az Újlak utca 106-ban, a Gyermekjóléti Központban.
Érdeklődni, ill. jelentkezni a lampas.rakosmente@gmail.com email-címen, vagy munkaidőben a 0670-984-8468-as telefonszámon lehet Krayné Faragó Zsuzsánál.

Várjuk továbbra is a rákosmenti látássérültek jelentkezését a fenti elérhetőségeken, valamint személyes megjelenését a Lámpás klubok alkalmával.

Budapest, 2016. március 24.
Üdvözlettel:
Krayné Faragó Zsuzsanna és Acsay Péter
közösségi civil szervezők Rákosmente

## 5. Újabb kerület adományoz Futár távirányítót

Felhívás

A Vakok és Gyengénlátók Közép-Magyarországi Regionális Egyesülete (VGYKE) A XIII. kerület Önkormányzatának támogatásával felhívást tesz közzé az úgynevezett „Futár-távirányítók” adományozása céljából.

A XIII. kerületben 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 XIII. kerületben állandó lakcímmel, vagy tartózkodási hellyel rendelkező látássérültek (vakok, aliglátók, gyengénlátók), valamint a VGYKE, vagy MVGYOSZ (Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetsége) tagsággal rendelkező személyek, akik nem rendelkeznek távirányítóval.
Érdeklődni, ill. jelentkezni a
lampas.bp13@gmail.com email-címen, vagy munkaidőben a 0670-984-50-71-es telefonszámon lehet Jánosi Veronikánál a VGYKE közösségi mentoránál.

Várjuk tehát a XIII. kerületben élő látássérültek jelentkezését a fenti elérhetőségek valamelyikén!

## 6. Vendégünk lesz Lengyel Zsófia paralimpikon

Örömmel értesítjük Olvasóinkat, hogy 2015. április 7-én csütörtökön 16.30-tól Egyesületünk Szempont klubjának vendége lesz Lengyel Zsófia paralimpikon.
A találkozóra a 1146 Budapest, Hermina út 57 szám alatt, a Cserf-s klub helységében kerül sor.

Zsófi gőzerővel készül Rióra, de a sport mellett az élet számos területén is kipróbálta már magát. Önt mi érdekli, mit szeretne megtudni egy fiatal lányról, aki látássérülése ellenére is kiemelkedő eredményekre képes?

Várjuk Önt, ismerősét, családtagját és minden érdeklődőt!

Ha kérdése van, keresse Puer Zoltánt a 30/483-8203-as telefonszámon.

## 7. Narráció – Nádor terem 8. rész

Az alul lévő álló téglalapképek közül a jobb oldali traktus második üvegfestménye következik. Árpád-házi Szent Margitot hivatott megörökíteni, jobb kezében koronával és rajta egy csokor fehér liliommal. A másik oldalon lévő képek közül az Imrét ábrázolón ugyancsak megjelent ez a virág, mely valószínűleg itt is a szűziességet, állhatatosságot szimbolizálja, annál is inkább, mivel Margit élete nagy részét apácaként töltötte a Nyulak szigeti rendházban. Hosszú barna szerzetesi csuháján szerény fehér, durvaszövésű köntöst visel, lábán a zarándokok nyitott bőrszandáljával. Fején és homlokán az apácák fehér főkötőjét látjuk, a hozzá tartozó fekete fejkendővel, amit fityulának is neveznek. Margit bal kezében hosszú rózsafüzér lóg, végén mívesen kimunkált aranykereszttel. A festő a szentek jellegzetes attribútumaival ábrázolta Margitot, tarkója mögött glória fénylik, fejét kicsit félrebillenti balra és szemérmesen lefelé vagy inkább befelé néz, a karjában lévő virágra vetve gyengéd tekintetét.

Susovich Erika

## 8. A Láthatár bolt ajánlatai

Kedves Vásárlóink!

Újdonság!!!
Diabetikus csokoládék, desszertek, kekszek,  sós ropogtatni valók is kaphatók a Láthatár boltban.
Akciókkal és finomságokkal várjuk a kedves Vásárlókat!
Ét csokinyuszi: 270Ft helyett 190FT
Marcipános vagy kakaókrémes húsvéti tojás: 250Ft helyett 190FT
Ingyenes szemüvegkeretek még elvihetők, nyitvatartási idő alatt várunk mindenkit, aki igényt tart rá.
Heti rendszerességgel megjelenő hírlevelünk mindig az aktuális hónapra szól!

Nyeremény akció minden hónapban! Aki a segédeszköz boltunkban vásárol, részt vesz egy sorsoláson, melyet a következő hónap 10.-ig tartunk meg.
Márciusi vásárlóink között 1 órás masszírozást sorsolunk ki, melyet a VGYKE masszázs helyszínein lehet beváltani.

Termék kínálatunk:

* Gyógyszer adagoló 1 napra/3 alkalom: 160Ft
* Gyógyszer vágó és tároló: 750Ft
* Csúszásgátló fólia, zöld 30X40cm-es darab: 3600Ft
* Csúszásgátló fólia, sárga 30X40cm-es darab: 4200Ft
* Körjelvény látássérült felirattal: 400Ft
* Szemüvegre csíptethető Led lámpa: 6600Ft helyett5900Ft
* 3,5X erősségű, 7cm átmérőjű,nyeles nagyító: 2200Ft
* 5X erősségű, 5cm átmérőjű, nyeles nagyító: 1400Ft
* 30cm-es sorolvasó, 2,5 erősségű: 2500Ft
* 21cm-es sorolvasó, 2,5X erősségű: 1800Ft
* 16cm-es sorolvasó, 2,5X erősségű: 1350Ft
* Állványos nagyító, 4db Led világítással, 3X erősségű: 5400Ft
* Kézi nagyítók 6X és 7x erősséggel, Led világítással, 65mm lencseátmérővel: 3500Ft

Elérhetőségeink és a bolt nyitva tartása:

* Cím: 1146 Budapest, Hermina út 57.
* Nyitva tartás: 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
* weboldalunk:
<http://www.vgyke.com/lathatarbolt>
* közösségi oldalunk:
<https://www.facebook.com/lathatarbolt>
* Csoportokat (5-10 fő) előzetes telefonos egyeztetés esetén hétfőn is várunk szeretettel.

Katona Zsuzsanna
boltvezető

## 9. Álláslehetőség

A Bice-Bóca Alapítvány Aranyeső Integrált Támogató Szolgálata
(1032 Budapest, San Marco utca 76.)
1 fő szociális gondozó és ápolót keres.

A foglalkoztatás jellege:

* teljes munkaidő
Bérezés:
* a közalkalmazotti bértábla szerint
Munkavégzés helyszíne:
* Budapest
Munkavégzés jellege:
* A gondozás és segítés a kliens otthonában, illetve különböző helyszíneken történik, nem intézményi keretek között!
Az álláshirdetésre jelentkezés módja:
* az önéletrajzokat, motivációs levéllel kiegészítve az aranyeso.integralt@gmail.com email címre várja Asztalos Ágnes szolgálatvezető
* tel.: 06/70/455-5479

A pályázatok elbírálása folyamatosan történik, az alkalmas jelentkező kiválasztása után az állás azonnal betölthető.

## 10. MEGHÍVÓ TAVASZI ORSZÁGOS BRAILLE OLVASÁSVERSENYRE

A Vakok és Gyengénlátók Szabolcs-Szatmár-Bereg Megyei Egyesülete, a Család, Ifjúság és Népesedéspolitikai Intézet Családbarát ország 2015 idősügyi keretéből, a „Fedezzük fel együtt” projektben, 2016. április 30-án országos Braille olvasásversenyre vár mindenkit Nyíregyházára.

A verseny fő védnöke: Az MVGYOSZ elnöksége mellett működő Braille bizottság.
Az egyesület 2005 évtől folyamatosan arra törekszik, hogy rendezvényével ápolja a Braille kultúrát, a résztvevőket megismertesse Szabolcs-Szatmár-Bereg Megye irodalmi jelenével és múltjával, ezen túl lehetőséget biztosít arra az ország különböző részében vagy határainkon túl élő a Braille olvasást gyakorló, használó és népszerűsítő látássérülteknek, hogy találkozzanak, beszélgessenek, kicserélhessék véleményeiket, és hogy kellemesen eltölthessenek két napot a pontírás olvasás jegyében.
Minden alkalommal egy-egy Szabolcs-Szatmár-Bereg megyéhez kötődő irodalmár munkásságával és irodalmi alkotásával ismertetjük meg a versenyzőket. Így vendégünk volt írásai révén: Krúdy Gyula, Margócsy József, Móricz Zsigmond, Végh Antal, Osztojkán Béla, Jósika Miklós. A még élő alkotók jelenlétükkel megtisztelték programunkat. Eljött közénk: Papp Erika látássérült író, Losonczi Léna vagy Ferenczik Adrienne.
A 2016 tavaszán megrendezésre kerülő országos Braille olvasásverseny alkalmával Sipkay Barna életét és egy novelláját ajánljuk a Braille írást és olvasást kedvelő, a pontírás kultúráját ápoló és megóvó látássérültek figyelmébe.
A távolabbi országrészből, vagy a határainkon túlról érkezők részére ingyenes szállást és étkezést tudunk biztosítani, abban az esetben, ha versenyző és egy fő kísérővel érkezik, aki akár vakvezető kutya is lehet.
A 2016 tavaszán megrendezésre kerülő országos Braille olvasásverseny zsűrijében helyet foglalnak: Dr. Vraukóné Lukács Ilona könyvtáros a Kárpátaljai Magyar Iskolai Könyvtárak Alapítvány elnöke, Németh Tamás zongoraművész, tanár és Babolcsi Andrea múzeumpedagógus a Jósa András Múzeum munkatársa.
A versenyt követően, amíg a zsűri dönt a helyezettekről, Németh Tamásné jóvoltából az érdeklődők megismerkedhetnek a Braille kotta készítésével, amely igazi kuriózuma a pontírás kultúrájának.

Program:
2016. április 29. péntek
Érkezés a délutáni órákban Nyíregyházára, a szállás elfoglalása Részvétel az egyesület új irodáinak ünnepélyes átadásán
Városnézés és közös vacsora

2016. április 30. szombat
Reggeli
10 óra: A tavaszi országos Braille olvasásverseny kezdete
Braille kotta készítésének interaktív bemutatója
13 óra ebéd a Bujdosó étteremben
Hazautazás
A versenyen a résztvevők teljes írású Braille szöveget olvasnak fel.
Az első helyezett díja egy két személyre szóló étkezés lehetősége a Budapesti Vakvarjú éttermek egyikébe. A második helyezett egy 5000 forint értékű vásárlási utalványt vehet át, melyet az MVGYOSZ segédeszköz boltjában válthat be. A harmadik helyezett a Fűszerelem Kft ajándékcsomagját kapja. A közönség díját az egyesület ajánlotta fel.
A jelentkezéseket még a verseny napján is fogadjuk, azonban akik szállást és étkezést is kérnek, abban az esetben ezt 2016. április 27-ig jelezni szíveskedjenek az egyesület alábbi elérhetőségeinek valamelyikén:
Email: ugyfelszolga@upcmail.hu
Mobil: 30-195-4312

Támogatóink:
Család, Ifjúság és Népesedéspolitikai Intézet
Start Vállalat Kollégiuma és étterme
Vakvarjú étterem Budapest.
MVGYOSZ
Fűszerelem Kft
Magánadományozók és önkéntes segítők

## 11. A világ egyetlen faluban

Angolul beszélő, 16-30 év közötti látássérülteket várnak Wroclawba, Európa 2016 évi kulturális fővárosába.
A projekt címe: A világ egyetlen faluban - "Európai kultúrák faluja – Wroclaw, Európa 2016. évi kulturális fővárosa"
Időtartama: 2016. június 01. - július 30.
Pályázók köre: 18 és 30 év közötti látássérült fiatalok
Helyszín: Wroclaw, Lengyelország
A projekt rövid ismertetése: A kéthónapos program során a legkülönbözőbb művészeti területein született művek és produkciók (építészet, film, zene, vizuális művészetek, színházi és operaelőadások) bemutatása mellett a projekt célja az, hogy harmóniában a természettel és a művészetekkel az együvé tartozás szellemében hozza össze a résztvevőket.
Erasmus+ programon keresztül az Európai Unió finanszírozásával zajlik a projekt. A résztvevők útiköltségét a Szervező 100%-ban finanszírozza.
A látássérült jelentkezők saját (a résztvevő által hozott) kísérővel vehetnek részt a programon. A segítők költségeit (a pályázókéhoz hasonlóan) a szervezők állják.
A résztvevők sátorban kerülnek elszállásolásra, a látássérültek azonban, amennyiben kívánják, szobában is alhatnak.
Tisztálkodási, öltözködési stb. helyiségek rendelkezésre állnak. Hálózsákról, matracról a résztvevőknek maguknak kell gondoskodniuk.
A résztvevők napi háromszori étkezésben részesülnek, speciális diétás igények figyelembevételével, továbbá napi háromeurónyi zsebpénzt is kapnak.

A projekten való részvételhez elengedhetetlen az alapfokú angol nyelvismeret, a jelentkezési űrlap (angol nyelvű) a következő linkről tölthető le:
<http://villageofcultures.pl/wp-content/uploads/2016/01/APPLICATION-FORM.doc>
Minden jelentkező önállóan szervezi jelentkezését és utazását, az utazási költséget a szervező megtéríti.
A jelentkezést a következő e-mail címre kell küldeni:
ola@villageofcultures.pl
A jelentkezés elbírálásáról 2016. április 5-én kapnak értesítést a pályázók, e-mailben. Az elfogadott pályázatok után Skype-os interjú következik.
Jelentkezési határidő 2016. április 05.
További részletek, részletesebb program, a résztvevők feladatai, praktikus tudnivalók stb. (angol nyelven) a projekt honlapján olvashatók: <http://villageofcultures.pl/>
A Fiatalok Lendületben Programról magyar nyelvű leírás az alábbi linken található:
<http://yia.hu/oldal.php?szam=5&oldal=EVS>

Forrás:
MVGYOSZ Rendkívüli hírlevél (2016.03.30)

## 12. Felhívás az INFOALAP diákpályázatán való részvételre

„Vak vagy gyengénlátó felső tagozatos, középiskolás vagy egyetemista vagy? Használod a JAWS-t, a MAGic-et, a BeLin-t vagy a Lapról hangra oldalt a mindennapokban? Rengeteg vicces, jópofa történeted van ezekről a programokról, illetve szolgáltatásokról, és mindenki dől a nevetéstől, amikor belekezdesz a mesélésbe? Lehet, hogy te vagy az, akinek tele van a gépe remekművekkel, versekkel, párbeszédekkel, novellákkal olyan megtörtént vagy fantáziádban megszületett eseményekről, amelyek bemutatják a nagyvilágnak a JAWS-t, a MAGic-et, a BeLint vagy éppen a Lapról hangra oldalt?
Ha ezek bármelyike igaz rád, akkor a te írásodat várjuk diákpályázatunkon! Most már csak azt szeretnéd tudni, meddig, kinek, hova küldd a pályázatod? Az is érdekelne, milyen nyeremények várnak rád? Jól figyelj, most minden fontosat elolvashatsz, aztán már csak el kell juttatnod hozzánk az írásodat!

* Felső tagozatos, gimnazista és egyetemista diákok írásait várjuk műfaji megkötés nélkül arról, miben és hogyan segít a hétköznapokban az említett három szoftver és a Lapról Hangra közösségi portál.
* Egy jelentkező legfeljebb három írást küldhet be, a művek terjedelme ne haladja meg a két oldalt! (Amennyiben szükségesnek látjuk, fenntartjuk a jogot a művek rövidített tartalmának közlésére.)
* A pályaműveket előzetes zsűrizés után megjelentetjük honlapunkon és Facebook-oldalunkon, a végső szó pedig a közönségé! A közönség választja ki három kategóriában azt a három 10-14, 15-17 és 18-25 év közötti, tehát a három kategóriában összesen 9 jelentkezőt, akiknek pályaművét díjazni fogjuk.
* Meddig várjuk az írásokat?
* 2016. április 8.-ig.
* Hova küldheted a pályaművet?
* A pályázatokat az alábbi linken található online űrlapon lehet benyújtani.
<https://docs.google.com/forms/d/1OdIfGvqW_ysb-peJ-ecX-Tedi8Addf5nHhbu361Vns0/viewform>
* Milyen nyereményre számíthat az, aki indul a pályázaton?
* Minden korosztály első három helyezettjére értékes nyeremények várnak, sőt a 18 év feletti kategória nyertese részt vehet az idén Németországban rendezendő kommunikációs és informatikai táborban is,
<http://www.icc-camp.info/> amennyiben megfelel a tábori részvétel feltételeinek!
* A nyertesekkel interjút közlünk honlapunkon. Minden pályázónk, akinek az előzsűrizés után kikerül az írása honlapunkra és Facebook-oldalunkra, jelentős olvasótáborra számíthat!

Most te következel! Ragadj billentyűzetet, és küldd el nekünk vicces, érdekes, megható történeteidet, amik valóban megestek, vagy amiket elképzeltél!
Ha kérdésed van, írj e-mailt a palyazat@infoalap.hu címre, igyekszünk minél gyorsabban válaszolni!
Mindenkinek sok sikert kívánunk a pályázáshoz!

Budapest, 2016. március 2.
„Informatika a látássérültekért Alapítvány

Forrás:
http: //www.infoalap.hu/hirek/?hir\_reszlet=655

## 13. Apró hírek – program morzsák

**a, Moziünnep áprilisban! Mozizz olcsóbban**

A Sugár Mozi márciusban is akciót hirdetett. Március 31. és  április 6. között a Moziünnepet tartanak!

Mindössze 690 Ft-ért válthatnak jegyet filmekre!
Pár film, ami az akcióban látható lesz:
Saul fia, Gondolj rám, Minden út Rómába vezet
Megjött Apuci, Az 5. hullám
A kis herceg, Star Wars - Az ébredő erő
A fekete 50 árnyalata, Aljas nyolcas
Nagyfater elszabadul, Dínó tesó

Forrás:
<http://kulturaonline.hu/moziunnep_aprilisban_mozizz_olcsobban_5140>

**b, Közlekedés változás**

A következő járat(ok) közlekedése karbantartás miatt az alábbiak szerint módosul:
Április 02. szombat üzemkezdettől - április 03. üzemzárásig
A H7-es hév Boráros tér és Csepel között nem közlekedik, a kimaradt szakaszon pótló autóbusszal utazhatnak.

A hév helyett H7-es jelzéssel Boráros tér H és Csepel H végállomások között pótlóbusszal utazhatnak. Az autóbusz Boráros térnél a 23E járat felszállóhelyéről indul, majd a Soroksári út – Kvassay Jenő út – Weiss Manfréd út – Kossuth Lajos utca – Béla utca – II. Rákóczi Ferenc út útvonalat járja be. Boráros tér felől a pótlóbusz érinti a Völgy utca elnevezésű megállóhelyet is. Csepelen a hévállomás mellett, a II. Rákóczi Ferenc úton lehet a pótlóbuszra felszállni a Boráros tér irányába. A Szigetszentmiklós felé közlekedő 38-as buszcsalád járatainak kora reggeli és késő esti indulásai a csatlakozások biztosítása érdekében.

Forrás:
<http://www.bkk.hu/menetrendek/>

**c, Autizmus Világnap

Az autizmus világnap időpontja: április 2

2008-tól kezdődően április 2-át az ENSZ az Autizmus Világnapjává nyilvánította, ezzel próbálva ráirányítani a világ figyelmét az autista emberek problémáira.

Mi az autizmus?
Olyan állapot vagy másképpen fogyatékosság, mely eltérő fejlődéshez vezet. A napjainkban használt hivatalos kifejezés: autizmus spektrumzavar. A kifejezésben a spektrum szó arra utal, hogy az autizmusnak számtalan megjelenési formája van.
Az autista emberek agya másképpen dolgozza fel a külvilágból érkező hatásokat, mint a miénk. Ez az eltérő fejlődés az oka annak, hogy érzékszerveik sokszor túlságosan kifinomultak, vagy éppen ellenkezőleg: nem elég érzékenyek, hogy befogadják a környezet ingereit. Ez az eltérő működés ráadásul megnehezíti a társas kapcsolataikat is. Egy autista embernek problémát jelent megérteni a közösség írott és íratlan szabályait, nehezen olvasnak gesztusokból, mimikából és gyakran nem értik a hasonlatokat, szófordulatokat.

Programok az Autizmus Világnap alkalmából

Országszerte különböző programokkal készülnek szervezetek és intézmények az Autizmus Világnap alkalmából, 2016. április 2-án, 3-án és az azt megelőző hetekben.
BUDAPESTI PROGRAMOK
Autizmus világnapi séta a Nemzetközi Cseperedő Alapítvánnyal
Időpont: 2016. április 2. szombat 9:30-13:00
Helyszín: Magyar Tudományos Akadémia előtt 1051 Budapest Széchenyi István tér 9.
A séta a szokásos útvonalon haladva (Széchenyi tér, Korzó, Március 15-e tér) 10:00 órakor indul.
Forrás:**[**http://auti.hu/hirek**](http://auti.hu/hirek) **Az esemény Facebook oldala:**[**https://www.facebook.com/events/803472143115943/**](https://www.facebook.com/events/803472143115943/) **“NŐK KÉKBEN” FOTÓKIÁLLÍTÁS A MADÁCH TÉREN

Időpont: 2016. április 02. 14 óra
Helyszín: 1075 Budapest, Madách Imre tér
A rendezvény az országos RAGYOGJ KÉKEN! programsorozat  részeként kerül megrendezésre. Az Autisták Országos Szövetsége szervezésében.

Forrás:**[**http://aosz.hu/nok-kekben-fotokiallitas-a-madach-teren/**](http://aosz.hu/nok-kekben-fotokiallitas-a-madach-teren/) **Az esemény Facebook oldala:**[**https://www.facebook.com/events/1544566685872666/**](https://www.facebook.com/events/1544566685872666/) **AutSense Éttermek programja az Autizmus Világnapján

Mitől autista-barát egy szolgáltatás?
A kampány célja:
A vendéglátóhelyek csatlakozásával az egyes éttermek étlapját az AOSZ autizmus-specifikus étlappá alakítja. Az április 1-2-án az autizmus-specifikusan elkészített étlap mellett, a vendégek az asztalokon, pultokon kihelyezett rövid ismertetőben bővebben is olvashatnak az autizmusról. A program arca Buday Péter sztár chef.

Forrás:**[**http://aosz.hu/ettermek-vendeglatohelyek-csatlakozasat-varjuk/**](http://aosz.hu/ettermek-vendeglatohelyek-csatlakozasat-varjuk/) **A vidéki programokról az alábbi forráslinken találnak bővebb információt:**[**http://a**](http://a) **utizmusiroda.hu/hirek/megtekintes/61

A Fogadj Örökbe egy Macit Alapítvány által üzemeltetett Premier Kultcaféban kerül sor április 2-án a Sorsfordító kisfilm bemutatójára. Dicső Dániel rendező kisfilmje, a Sorsfordító egy tizenéves autista fiú sajátos világába és iskolai közösségébe ad betekintést a közönségnek, egy képzelt tükrön át, kb. 11 perces történet segítségével. A néző felismerheti a gyerekközösségekben megtalálható autistákra jellemző, a szokásostól eltérő, furcsa gondolkodásmódot, érzékelést, miközben szembesülhet a mássággal élők felé megnyílvánuló sokszor közömbös, de inkább kirekesztő emberi magatartással. A történet által felismerhetővé válnak azok a gyerekek, akikről ha nem is tudjuk az okát, de naponta tapasztalhatjuk nehezebb boldogulásukat a közösségekben és a világban.  A tükörben az autisták furcsa világa mellett felismerhetjük, megláthatjuk önmagunkat is, a nem megfelelő hozzáállásunkat, de a felismeréssel esélyt adhatunk a változtatásra, hogy a jövőben egy mindannyiunknak megfelelő és értékes emberi tulajdonságokkal teli képet tükrözzön vissza a valóság is.

Április 2-án kék világítást kap az Uránia Nemzeti Filmszínház! A mozivetítéseket követően mindenki számára elérhetővé tesszük az interneten. Célunk, hogy minél több iskolai közösséghez is eljusson és a kisfilm levetítését követően interaktív előadás és beszélgetés keretében közösen dolgozzák fel a gyerekek a történetet.

Forrás:**[**http://auti.hu/hirek/1186-budapesti-programok-az-autizmus-vilagnapjan-2016-ban**](http://auti.hu/hirek/1186-budapesti-programok-az-autizmus-vilagnapjan-2016-ban) **d, Április 1. Bolondok Napja

Miért április elseje a "Bolondok napja"?
Április elseje a bolondság, a tréfálkozás napja. Ilyenkor sok minden megengedhető, és az ötletes tréfákon nem illik megsértődni. Persze, mindennek van határa, és nem jó, ha a bolondozás durvaságba torkollik. Ám a jól irányzott poénok frissítően hatnak az emberre. És azt vajon tudod-e, hogy honnan származik az áprilisi tréfálkozás szokása?
Végre itt az április, ami a szerelem és a bolondozás hónapja. Ezt az időszakot az ókori rómaiak Vénusz istenasszonynak szentelték, mert a naptárt megreformáló Julius Caesar a saját családjának ősanyját tisztelte benne. Vénusz járulékos mellékneve pedig "aprilis" volt, amely szó a latin "aperire", "megnyitni" igéből ered. Mivel a szerelem istennőjéről van szó, a "megnyitás" eredetileg a szülés aktusára vonatkozott, de naptári fogalomként később úgy magyarázták, hogy a konzulok április elsején nyitották meg hivatalosan az esztendőt. Ám hogy ebből a napból miképpen is lett a "Bolondok napja", azt valójában nem lehet tudni. Rengetegféle találgatás van az eredetéről, ám egyik sem túl meggyőző. Talán az Óitáliai Szaturnáliákból származó középkori bolondünnepre vezessük vissza?Az egyetlen szépséghiba csak az, hogy ezt az ünnepet december 28-án vagy újév napján, január elsején tartották.
Egy másik forrás szerint az áprilisi tréfálkozás eredetét Franciaországban kell keresnünk. A régi francia naptár szerint az esztendő április 1-jén kezdődött. Ezen a napon ősi szokás szerint az ismerősök ajándékokkal lepték meg egymást. IX. Károly király 1564-ben azt a rendeletet hozta, hogy az esztendőnek onnantól fogva január 1-jén kell kezdődnie. Így az ajándékozások időpontja is áttolódott január elsejére, de a régi évkezdet még sokáig kísértett az emberek emlékezetében. Eleinte április 1-jén is küldözgettek ajándékokat egymásnak, majd - tekintettel a kettős költségre - az április elseji ajándékozgatás átalakult: értékes meglepetések helyett inkább tréfákat küldtek, s végül kialakult az a szokás, hogy a hamis évkezdetet hamiskodással, vagyis bolondozással ünnepelték meg.
Talán az egyik legrégebbi tréfát Toulouse grófja, XIV. Lajos francia király fia eszelte ki. Áldozatul Gramont márkit választotta. Március 31-ének éjszakáján, mialatt a márki aludt, a gróf cinkosaival kilopatta a ruháit. Minden egyes darabot felfejtettek, majd újra összevarrtak, de szűkebbre. Reggel a márki fel akarta húzni a nadrágját, de nem fért bele. Riadtan nyúlt mellénye után, ám nem tudta begombolni. Ugyanígy járt a kabátjával is. Javában küszködött, amikor rányitotta az ajtót az egyik cinkostárs: "Az istenért, márki, mi történt önnel? Egészen meg van dagadva!" A márkiról gyöngyökben hullt a veríték, hogy miféle furcsa és borzasztó betegség üthetett ki rajta. Orvosért futtattak, az orvos pedig – aki szintén beavatott volt - megvizsgálta, receptet írt és gondterhelten távozott. Elszaladtak a recepttel a gyógyszerészhez, aki visszaküldte, hogy nem érti. Nem is érthette, mert ez volt ráírva latinul: "Accipe cisalia et dissue purpunctum". Vagyis "Végy ollót, és vágd fel a mellényedet!"Hogy a márki miképp reagált az ugratásra, azt ma már nem tudhatjuk.
Az viszont örök érvényű igazság, hogy másokon nevetni könnyebb, mint magunkon - még áprilisban is. Április elseje a bolondok napja, a tréfálkozások, jókedvű átverések napja, amikor a viccesebb kedvűek rettegésben tartják embertársaikat beugratásaikkal.
Maradtak ránk feljegyzések, melyek szerint már az ókori görögök szenteltek egy napot a nevetés, a jókedv istenének. Európa szinte minden országában megtartják a vígasságok napját. Az április elsejei beugratás az ókori tavaszkezdő örömünnepekre vezethető vissza, a németektől jutott el hozzánk is. Elsősorban a városi lakosság körében gyökeresedett meg. Senki sem szereti, ha beugratják, de ez a nap mégsem telhet úgy el, hogy ne próbálnánk mi is másokat átverni, esetleg felvidítani. Sőt sokunk azzal a gondolattal kel fel ezen a napon, hogy valakit biztosan megviccel, már jó előre kiterveli a maga kis tréfáit. Franciaországban például április elsején úgy viccelik meg egymást az emberek, hogy kis halfigurát akasztanak szétszórt és figyelmetlen ismerőseik hátára. Spanyolországban december 28-án tréfálják meg egymást. Magyarországon a legtöbb iskolában április elsején „fordított napot” tartanak. A tanárok beülnek a padokba, a diákok tanítanak.
Tehát, ma mindenki legyen óvatosabb, jobban figyeljen a kollégák, család, barátok "ármánykodásaira"... Arra viszont figyeljünk, hogy mindig tudjuk, hol a határ, és egy kedves móka, ugratás, ne menjen át bántó, durva tréfába...

Forrás:**[**http://central.budapesti.info/mesebirodalom/bolondok\_napja.htm**](http://central.budapesti.info/mesebirodalom/bolondok_napja.htm) **e, Váci Tavaszi Fesztivál 2016

2016. április 1 - 30. 2600 Vác, Madách Imre Művelődési Központ, Dr. Csányi L. krt. 63.
A Váci Tavaszi Fesztivál Vác városának egyik legrangosabb kulturális eseménysorozata. A fesztivál ebben az évben is számos országosan ismert sztárt vonultat fel a helyi művészek mellett. A három héten át tartó programsorozat a zenei programokból kínál elsősorban igazi csemegét a váci és Vác környéki közönség számára. 2016-ban tizennegyedik évfordulójához érkezik a Váci Tavaszi Fesztivál.

A részletes programot az alábbi linken találják:**[**http://www.mimk.vac.hu/vaci-tavaszi-fesztival/7/vaci-tavaszi-fesztival/**](http://www.mimk.vac.hu/vaci-tavaszi-fesztival/7/vaci-tavaszi-fesztival/) **Forrás:**[**http://www.programturizmus.hu/ajanlat-vac-tavaszi-fesztival.html**](http://www.programturizmus.hu/ajanlat-vac-tavaszi-fesztival.html) **f, Túrák a testi-lelki egészségért

Április 3. vasárnap BUDAI-hegység. VAKMISSZIÓS TÚRA
Könnyű túra.
Csillebérc, KFKI - Budaörsi-hegy - Makkosmária - Virág-völgy – Budakeszi.
(8,5 km)

Április 17. vasárnap MÁTRA-hegység
Könnyű túra.
Mátrafüred – Rákóczi-forrás – Mátraháza – Farkas-kút – Sástó. (7,6 km, szint 360 m fel / 190 m le)

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** **mobil: +36 30 825 5384

g, A JÁTÉK MINDANNYIUNK KÖZÖS NYELVE!

Játékklub vak, aliglátó, gyengénlátó és éplátó felnőttek részére!
(24. Alkalom!)

”Az élet igazi, nagy vállalkozásai legtöbbször nem hőstettek, hanem türelemjátékok.” (Márai Sándor)**

* **Ha a húsvéti örvendezés jegyében van kedved egy jókedvű játékkal eltöltendő közös délutánhoz;**
* **Ha kíváncsi vagy arra, hogy a zenélő, nevető, bégető bébikockával hogyan szórakozhatunk mi, felnőttek, és miféle történet kerekedik majd ki a látszólag egymáshoz nem illő szópárokból;**
* **Ha szívesen bekapcsolódnál a szavalókórusunkba, amely személyre szabott és frappáns feladványokat kreál ismét, és nemcsak a már ismert módon;**
* **Ha szeretnél a játékostársakkal együttműködve szórejtvényeket kieszelni/megfejteni, sőt: megjeleníteni;**
* **Ha kedvet érzel magadban ahhoz, hogy kipróbálj egy tesztelésre váró „vakos” memorit, illetve szívesen játszanál korábban már elkészített és bevált párkereső játékokkal;**
* **Ha van kedved agyfényesítő mesterlogikával vagy egyéb, kreativitásodat próbára tevő játékkal időt tölteni,**

**akkor jelentkezz, és gyere el közénk játszani!

A játékklub legközelebbi időpontja: 2016. ápr. 9. szombat: 15.00—18.00
A résztvevőket 14.45-től várjuk, hogy időben tudjunk kezdeni!

Jelentkezési határidő: 2016. ápr. 7. csütörtök, 20 óra.
Az egyes alkalmak a résztvevők aktivitására, együttműködésére, kreativitására épülnek.

Jelentkezhetnek:
Látássérült és éplátó felnőttek 18 éves életkortól.
FIGYELEM! Nagyobbacska gyermekek is jöhetnek szüleikkel, rokonukkal együtt!
Továbbá elhívhatod egyik-másik látó vagy látássérült családtagodat, barátodat, ismerősödet, bárki olyan személyt, akiről úgy gondolod, szeret játszani, és nyitott az újdonságokra – és persze a régiségekre is.

Helyszín:
Néhány lépésre a Thököly út és Gizella út kereszteződésétől, egy magánlakás tágas és kényelmes nappalijában.

Megközelíthető:
a 7-es buszcsalád bármelyik tagjával, továbbá 5-ös, 110-es, 112-es, 133-as és 239-es autóbusszal, valamint 72-es trolibusszal és az 1-es villamossal.

Költségek:
A programon való részvétel költségeit egymás közt megosztjuk.
Az ínycsiklandó uzsonna, reméljük, most is minden résztvevő kedvére lesz!
(Figyelem! A kóstoló alkalom mindenki számára ingyenes, vagyis a legelső részvétel!)

Bővebb információkat és a jelentkezési lapot a****bieber.m@freemail.hu** **e-mail címen lehet kérni.
Kérem a tárgysorban feltűntetni: Játékfoglalkozás felnőtteknek.

Bieber Mária

h, Sakura ünnep a Füvészkertben

2016. április 9-10. 1083 Budapest, Illés utca 25.
Az ELTE Füvészkertben több éves hagyomány az évente megrendezett Sakura ünnep, amely mindig az áprilisi japán cseresznyefa virágzáshoz, Japán tradicionális ünnepéhez, az Ohanamihoz kapcsolódik. Ilyenkor, amikor a japán cseresznyefák virágot bontanak a Füvészkertben, a látogatók – a japán szokásokhoz hasonlóan – takaróra telepedve piknikezhetnek a kertben, gyönyörködhetnek a Sakura fák virágzásában. A haiku verseny győztesei és résztvevői a kertben viszontláthatják műveiket.

Forrás:**[**www.fuveszkert.hu**](http://www.fuveszkert.hu) **i, Várj, míg sötét lesz - jótékonysági előadás

2016. április 26. 19:00 Belvárosi Színház Károly körút 3/a. Budapest, 1075

Az előadás bevétele Magyarország első integratív, látás- és mozgássérültek számára egyaránt akadálymentes, épek számára is nyitott edzőtermének (Suhanj Fitness) létrehozását támogatja.
Köszönetet mondunk az előadást létrehozó művészeknek, az Orlai Produkciós Irodanak és a Belvárosi Színháznak.

Jegyek a Suhanj! Alapítványnál vásárolhatók. Részletek az esemény falán, vagy a suhanj.hu oldalon.

A darabról:
Három idegen férfi találkozik egy üres lakásban. Keresnek valamit, ami a háziaknak nem jelent semmit, nem is emlékeznek, hogy hová tehették, de a három idegen közül egy tisztában van vele, milyen sokat ér. Hogy mi ez a valami, és miért olyan fontos, azt csak ez az egy szereplő tudja. Mindenkinél kiszolgáltatottabb azonban a hamarosan hazaérkező háziasszony, a gyanútlan Susy, akit még a látása sem segít abban, hogy felismerje az egyre növekvő veszedelmet. Bravúros szerepjátékok egész sorával próbálják a bűnözők kiszedni belőle azt, amiről fogalma sincs. Igazi macska-egér játszma kezdődik, és a növekvő sötétben összemosódik, ki az üldöző és ki az üldözött.

A darab számtalanszor aratott nagy sikert a világ színpadain (Quentin Tarantino is szerepelt egyik felújításában), az Audrey Hepburn főszereplésével készült filmváltozat pedig örök klasszikus.

Kovács Patrícia - Susy
Szabó Kimmel Tamás - Mike
Nagy Dániel Viktor - Roat
Ficzere Béla - Carlino
Hováth Virgil – Sam

Forrás:**[**www.suhanj.hu**](http://www.suhanj.hu) **j, Tihany kézzel és lábbal

Szakvezetéses túra speciálisan látássérültek, vakok és gyengénlátók számára
Amit nem látunk, azt megtapintjuk – vagy fölsétálunk rá.
Túraleírás:
A hegyoldalban fölfelé emelkedve megtapasztaljuk a tihanyi vulkáni eredetű hegy felépítését, majd a Barátlakások celláinál körüljárjuk a szűk szerzetesi cellákat, és megismerkedünk egyedülálló történetükkel: a 3 fiatal Árpád-házi herceg mesés történetével, András király és Anasztázia királyné egyházat segítő tevékenységével, és magukkal az ortodox szerzetesekkel.
A vulkáni kőzetek megtapintása által megismerjük az egykori balatoni vulkánok kitöréseinek számos jellegzetességét.
Az Óvár peremén végigsétálva megérezzük a Balaton legnagyobb földvárának szabályos alakját, és azt is megértjük itt, hogy miért nem volt könnyű párt találni a tihanyi legényeknek.
a Kálváriánál felidézzük az utolsó magyar király, IV. Károly történetét, akinek magyarországi pályafutása 1921-ben Tihanyban ért véget. A Visszhang-dombnál a tihanyi legendákról beszélgetünk, valamint megtapogatunk néhány „kecskekörmöt”, és más őslényeket. A túra az apátság előtti téren ér véget, a túra közben egy dombortérkép segítségével a Balatonról is beszélgetünk.
Túravezető: Lóczy István, BfNP Bakony-Balaton Geopark partner túravezető
Találkozás: a Hajóállomáson (nem a kompkikötő!), a móló tövében
FONTOS: a résztvevők számára egyéni kísérőről nem tudunk gondoskodni!
Távolság: 4 km
Időtartam: 3-4 óra, lassan haladunk, hosszabb megállásokkal
Részvételi díj: 1000- Ft (1 fő látássérült + 1 fő kísérője számára)
Korlátozott számban túrabotokat is tudunk biztosítani (díjmentes)
Előzetes jelentkezés szükséges, mivel a csoport nem lehet túlságosan nagy
A jelentkezés módja:
emailen:** **loczyistvan@gmail.com** **Telefonon:  30 842 6892
Jelentkezni a túrát megelőző napon 18 óráig lehet.
IDŐPONTOK:
Április 23.   10 órakor
Május 28.   10 órakor
Június 18.   10 órakor

Forrás:**[**http://www.vandorbot.net/page84.html**](http://www.vandorbot.net/page84.html)

**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/**](http://www.vgyke.com/) **A VGYKE megtalálható a Facebookon is az alábbi linkre kattintva:** [**http://www.facebook.com/vgyke**](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**](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.**

--

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