**Vakok és Gyengénlátók Közép-Magyarországi Regionális Egyesülete  
18. 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. A BULÁKE májusi programjai](http://freemail.hu/mail/index.fm#1.hir)  
[2. Balzsay Károly a Szempont klubban – időpontváltozás!](http://freemail.hu/mail/index.fm#2.hir)  
[3. Bográcsolás a ceglédi kistérség szervezésében](http://freemail.hu/mail/index.fm#3.hir)  
[4. Felhívás FUTÁR távirányítók igénylésére kispesti látássérülteknek](http://freemail.hu/mail/index.fm#4.hir)  
[5. Sárkányhajózás Sukorón](http://freemail.hu/mail/index.fm#5.hir)  
[6. Meghallgattatnak a „jogos” kérdések](http://freemail.hu/mail/index.fm#6.hir)  
[7. Izgalmas májusi programok a VII. kerületben](http://freemail.hu/mail/index.fm#7.hir)  
[8. Kedvcsináló a XIII-XIV. kerület első májusi programjához](http://freemail.hu/mail/index.fm#8.hir)  
[9. Életmód-nap – sport, szépség, egészség](http://freemail.hu/mail/index.fm#9.hir)  
[10. Országos Vakvezetőkutyás Találkozó - 2016.04.30.](http://freemail.hu/mail/index.fm#10.hir)  
[11. Elátogattunk a Grassalkovich Kastélyba](http://freemail.hu/mail/index.fm#11.hir)  
[12. Majálison a látássérültek](http://freemail.hu/mail/index.fm#12.hir)  
[13. Láthatár bolt és világnapok](http://freemail.hu/mail/index.fm#13.hir)  
[14. Rehabilitációs és rokkantsági ellátások változásai](http://freemail.hu/mail/index.fm#14.hir)  
[15. A Láthatár bolt ajánlatai](http://freemail.hu/mail/index.fm#15.hir)  
[16. Folytatódik a narráció kihívás!](http://freemail.hu/mail/index.fm#16.hir)  
[17. Apró hírek – program morzsák](http://freemail.hu/mail/index.fm#17.hir)

## 1. A BULÁKE májusi programjai

7.-én, szombaton 15 órától a Madách Színházban a Nyomorultak c. előadás megtekintése   
4-8-ig BUDAÖRS FESZTIVÁL   
14.-én, szombaton kirándulás Visegrádra   
14.-én, szombaton 15 órától Madách Színházban a Nyomorultak c. előadás megtekintése   
18.-án, szerdán 9.30 órától a séta a Vácrátóti Arborétumban   
21.-én, kirándulás Ópusztaszerre   
28.-án, szombaton 15 órától a Madách Színházban a Nyomorultak c. előadás megtekintése

## 2. Balzsay Károly a Szempont klubban – időpontváltozás!

Sok hónapos egyeztetés után úgy néz ki, hogy elfogadta és megtiszteli klubunkat Balzsay Károly ökölvívó. A szokásos időponttól eltérően egy héttel később rendezzük meg programunkat, vagyis május12-én, 16:00-tól. Mindenkit sok szeretettel várunk az érdeklődések számától függően a Cserf-sben vagy a tárgyalóban;   
Cím: 1146 Budapest, XIV. kerület, Hermina út. 57.   
Érdeklődni a klub vezetőjénél, Puer Zoltánnál, a 06-30 483-8203-as telefonszámon lehet.

## 3. Bográcsolás a ceglédi kistérség szervezésében

Tisztelettel meghívjuk Önt és kedves családját a 2016. május19-én Tápiószentmártonban bográcsolás keretében tartandó klubnapunkra.   
Helyszín: Marlok József hétvégi házikója.   
Menü: Sertés pörkölt tésztával, burgonyával.   
Részvételi dij: 1.400 Ft/ fő   
Befizetés: Egyesületünk irodájában a 2700 Cegléd, Alkotmány utca 11. szám alatt május 12-ig.   
Érdeklődni lehet a 06 70 773-4044-es telefonszámon.   
Indulás: Autóbusz pályaudvarról a 10 óra10 perckor a 4-es kocsi állásról induló járattal.   
Találkozó: 10.00 órakor a busz pályaudvaron.   
  
Kísérőről igény esetén gondoskodjanak!   
Kérjük, a jó kedvét senki ne hagyja otthon!   
  
Cegléd, 2016.május.04.   
  
Szeretettel várunk minden kedves résztvevőt!   
Egyesület dolgozói:   
  
Pap Anita, Oláhné Zsuzsa és Farkasné Zsóka

## 4. Felhívás FUTÁR távirányítók igénylésére kispesti látássérülteknek

A Vakok és Gyengénlátók Közép-Magyarországi Regionális Egyesülete (VGYKE) Kispest Önkormányzatának támogatásával felhívást tesz közzé az úgynevezett „Futár-távirányítók” adományozása céljából.   
A Kispesten 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 lámpa erre alkalmassá lett téve.   
A készülék a hangszóróval ellátott FUTÁR-kijelzőkön lévő feliratokat egyetlen gombnyomással felolvassa, valamint az M4-es metrónál az éppen üzemelő mozgólépcsőt hangjelzéssel segít megtalálni.   
A kiosztható készülékek száma 50 db.   
A felhívásra jelentkezők köre: A XIX. kerületben állandó lakcímmel, vagy tartózkodási hellyel rendelkező látássérült személyek. Átvételkor a lakcímkártyát kérjük bemutatni!   
Az ünnepélyes átadó időpontja: 2016. június 3.   
Helyszín: Kispest, Városháza – Kis házasságkötő terem. (1195 Budapest, Városház tér 18-20.)   
Gajda Péter polgármester úr, és Winczek György alpolgármester úr is megtisztel bennünket jelenlétével, és ők adják át a távirányítókat.   
Várjuk a kispesti látássérültek jelentkezését elérhetőségeink valamelyikén!   
  
 Elérhetőségeink:   
Telefon:   
06-30-498-9127 (Bernát Zsuzsanna)   
06-70-984-8868 (Puchnyák István)    
E-Mail: [lampas.kispest@gmail.com](javascript:fm.eMailClicked.raise('lampas.kispest@gmail.com');)

## 5. Sárkányhajózás Sukorón

A VGYKE 2016. május 25-én buszkirándulást szervez Sukoróra. Sárkányhajózás lesz a program, de aki nem hajózik, az is kellemesen eltöltheti az időt.   
A program egész napos, reggel 6 órakor indulunk a XIV. Hermina út 57-ből, és 16 óra után jövünk vissza. Az étkezés biztosított lesz.   
Mivel a férőhelyek száma korlátozott, kérünk mindenkit, hogy mihamarabb jelentkezzen, nehogy lemaradjon erről az érdekes programról!   
  
Jelentkezéseket várom a 06/30/498-9127 telefonszámon   
  
Bernát Zsuzsanna

## 6. Meghallgattatnak a „jogos” kérdések

Kedves Barátunk!   
  
A XV. Kerületi Látássérültek Klubja következő – hatodik – klubnapját   
2016. május 13-án tartja 14-16.30 óra között.   
  
Vendégünk, Dr. Bölkény Ágota, a Nyugdíjfolyósító Igazgatóság jogtanácsosa. A 25 éves szakmai tapasztalattal rendelkező jogászhoz szociális ellátásokkal, nyugdíjazással, foglalkoztatással kapcsolatos kérdésekkel fordulhatnak az érdeklődők. Kérünk mindenkit, akinek módjában áll, tegye fel írásban vagy telefonon kérdését 2016. május 7-ig munkaidőben, a lentebb megadott elérhetőségeinken.   
  
Az előadást követően megismerkedhetnek a VGYKE Láthatár boltjának a mindennapi életvitelt megkönnyítő, praktikus eszközeivel.   
  
Találkozzunk tehát a Nyitott Ajtó Együttműködési Iroda helyiségében.   
1156 Budapest, Páskomliget u.6. (az Újpalotai Vásárcsarnokkal szemben, a CIB Bank mellett)   
  
Megközelíthető: a 196, 296, 96, 130, 231 buszokkal, valamint a 69-es villamossal (Vásárcsarnok megálló)   
  
Mindenkit sok szeretettel várunk, hívd el a hozzátartozóidat, a barátaidat is!   
  
Üdvözlettel:   
Moldován Eszter, Csukáné Polyák Erzsébet, Simon F. Nándor   
közösségi civil szervezők   
Csukáné Polyák Erzsébet 06 70 773 4054   
Moldován Eszter 06 30 498 9659   
E-mail: [lampas.xvker@gmail.com](javascript:fm.eMailClicked.raise('lampas.xvker@gmail.com');)   
  
A programváltozás jogát a szervezők fenntartják!

## 7. Izgalmas májusi programok a VII. kerületben

Kedves Klubtagunk!   
  
Szeretettel ajánljuk figyelmedbe májusi programjainkat.   
  
1. klubnap   
Időpont: május 11. (szerda) 15 órától 17 óráig.   
Helyszín: K11 Kulturális és Művészeti Központ, (1075. Király u. 11.)   
„Ezúttal Támaszkodni nem az OTP-re fogunk,” hanem a Louis Braille támogatószolgálat munkatársa látogat el hozzánk, akitől mindent megtudhatunk e témakörben és szívesen válaszol a támogatószolgálattal kapcsolatos kérdésekre is. Majd virtuálisan Indiába utazunk egy vak fiatalember, Barkó Tamás segítségével, aki 7 hónapot töltött el ebben a távoli országban, egy nemzetközi képzés keretében.   
Megosztja velünk izgalmas élményeit, melyeket még érdekesebbé tesz tárgyi emlékeivel és különbféle hangokkal.   
Számítunk Rád hozzátartozóiddal, barátaiddal együtt.   
Részvételi szándékodat és amennyiben a helyszínre jutásban segíthetünk, kérjük, jelezd nekünk az alábbi elérhetőségek valamelyikén.   
  
2. Állatorvos történeti múzeum   
Május 24-én kedden délelőtt pedig a VII. kerületben lévő Állatorvos történeti múzeumba hívunk, ahol egy állatian érdekes, látássérültekre szabott tárlatvezetésben lesz részünk.   
Külön öröm, hogy mindez semmibe sem kerül, mindenki számára ingyenes.   
Ha jelentkezel, a találkozás pontos helyéről és idejéről értesítünk   
  
Elérhetőségeink:   
[lampas.erzsebetvaros@gmail.com](javascript:fm.eMailClicked.raise('lampas.erzsebetvaros@gmail.com');)   
+36-70 387-5266   
  
Sok szeretettel várunk programjainkra!   
  
Erzsébetváros Lámpásai:   
Doktor Kata, Hulé Kati, Eleki Abigél

## 8. Kedvcsináló a XIII-XIV. kerület első májusi programjához

Kedves Közösségi Tagunk!   
  
Ismét kultúrtörténeti időutazásra invitálunk, tarts velünk!   
  
"a tárgyak összenéznek   
s téged dicsérnek, zeng egy fél cukordarab   
az asztalon és csöppje hull a méznek   
s mint színarany golyó ragyog a teritőn,   
s magától csendül egy üres vizespohár.   
Boldog, mert véled él. S talán lesz még időm, hogy elmondjam milyen, mikor jöttödre vár.”   
  
/Radnóti Miklós: Tétova óda (részlet)/   
  
A hónapban elsőként, Radnóti Miklós születésének 107. évfordulója alkalmából, a költő emléktárgyaival, művészetével ismerkedhetünk meg, az ő és felesége Fanni tiszteletére létrehozott emlékszobában, ami közös otthonuk tökéletes mása. Szakszerű tárlatvezetésben lesz részünk, ahol nem csak kettejük életével és személyes emlékeivel ismerkedhetünk meg, de Fanni naplójának részletein keresztül a negyvenes évek korszellemébe is bepillantást nyerhetünk.     
  
Időpontja: 2016.05.12. csütörtök 15:30-17:30.   
Helyszín: RaM - Radnóti Miklós Művelődési Központ (1133 Bp., Kárpát u. 23.)   
  
Találkozzunk a 76-os trolibusz Lehel tér metróállomás nevű megállójában a Keleti pályaudvar felől érkező oldalon 15:00-15:10 között!   
  
Jelentkezéseiteket a programra 2016.05.09-én, kedden délig várjuk a [lampas.bp13@gmail.com](javascript:fm.eMailClicked.raise('lampas.bp13@gmail.com');), vagy a [lampas.zuglo@gmail.com](javascript:fm.eMailClicked.raise('lampas.zuglo@gmail.com');) e-mailcímek valamelyikén, esetleg telefonon a +3670/ 984-5071-es számon

## 9. Életmód-nap – sport, szépség, egészség

Tisztelt Olvasóink!   
  
2016. 05. 21-én Életmód-nap kerül megrendezésre a XIII. kerületben.   
  
Programok: Ebben az évben a sport és a mozgás lesz a rendezvény egyik fő profilja, vendégeink többfajta sportolási lehetőséget próbálhatnak ki. További programjaink a szépség és az egészség jegyében kerülnek megszervezésre. Foglalkozunk továbbá a fenntartható életmód-kultúra megismertetésével, egészségügyi szűrővizsgálatok- és tanácsadások szervezésével, a tudatos táplálkozás, az egészséges élelmiszerek bemutatásával és vásárlási lehetőséggel, illetve nem utolsó sorban a lelki egészség megőrzésére irányuló módszerekkel. Ebben az évben is lesz családi vetélkedő, reform süti sütő verseny.   
Színpadi programjaink: "Mimó és Csipek a városban" című öko. bábelőadás, divat- és táncbemutatók, végül a programot Szalóki Ági "Körforgás" című koncertje zárja.   
  
Időpont: 2016. május 21. 15.00-19.00 óráig.   
Helyszín: RaM Radnóti Miklós Művelődési Központ kertje, rossz idő esetén a művelődési ház aulája (1133 Budapest, Kárpát u. 23.)   
Látogatók életkora: Családi program – gyermekektől a nagyszülőkig a család minden tagja.   
A rendezvény ideje alatt a helyszínen a XIII. és a XIV. kerület "Közösség Lámpásai" a "Láthatár" segédeszközbolttal együttműködve vásár- és bemutató napot tart.   
Hívunk és várunk mindenkit sok szeretettel!

## 10. Országos Vakvezetőkutyás Találkozó - 2016.04.30.

Fodor Ágnes, a VGYKE elnök asszonya meghívást kapott a fenti rendezvényre, de akadályoztatása miatt ketten a kislányommal vehettünk részt ezen a szombati programon. A verseny helyszíne az MVGYOSZ Vakvezetőkutya-kiképző Iskola tanpályája volt. Az egyre-másra érkező - főleg Golden Retriever és labrador fajtájú - kutyák a verseny előtt rengeteget játszottak egymással az Iskola füves területén. A gazdák elengedték kutyáikat, így mi is megsimogathattuk őket, hiszen ha rajtuk van a hám, akkor már nem lehet őket simogatni.   
  
Az ismerkedés után a verseny főszervezője, az Iskola vezetője Schiff Mónika ismertette a szabályokat és a leküzdendő akadályokat, majd kisorsolták, hogy kik lesznek egy csapatban. A verseny előtt - meglepetésként- megmutatták az Iskola 3 hetes Golden Retriever fajtájú kutyusait, majd kinyitották a kennelekhez vezető ajtót. Az ott lakó kutyákat nem engedték ki, de így rácson keresztül is meg tudtuk őket simogatni.   
  
A verseny helyszíne a tanpálya volt, amelyen 6 akadályt kellett leküzdeni a kutyáknak és gazdáiknak. Lépcsőjárás, buszmegálló megtalálása, különféle akadályok elkerülése volt többek közt a feladat, melyet a legtöbb kutya kifogástalanul teljesített. A 20 induló versenyző célba érése után újra kihozták a pici kutyákat megmutatni, illetve újra kinyitották a kennelekhez vezető ajtót. A verseny előtt, közben és után büfé állt a vendégek rendelkezésére, ahol zsíros kenyeret, házi limonádét és kávét kínáltak. A tartalmas program eredményhirdetéssel ért véget, majd néhány "búcsúsimogatás" után mindenki elindult hazafelé.   
  
Úgy érzem, hogy kutyabarátként (sajnos még nem kutya tulajdonosként) is maradandó élményben volt részünk és sokáig megőrizzük ennek a napnak az eseményeit emlékezetünkben.   
  
Michlné Nagy Ibolya   
Rehabilitációs mentor

## 11. Elátogattunk a Grassalkovich Kastélyba

Gödöllő - 2016.04.27.   
  
Lelkes kis csapatunk a múlt hét leghűvösebb és legcsapadékosabb napján találkozott az Örs vezér téren, hogy megtekintsük a gödöllői Grassalkovich Kastélyt. Jó hangulatban telt az utazás a HÉV-en, majd rövid séta után megpillantottuk a kastély impozáns épületét. A kastélyban már várt ránk a vezetőnk, akinek köszönhetően nagyon sok mindent megtudtunk a kastély történetéről, hasznosításáról, az eredeti helyén megmaradt bútorokról, festményekről, a dísz és használati tárgyakról.   
  
Az egyik legnagyobb magyarországi barokk kastély szobái telis-tele voltak gyönyörű festményekkel, kézműves technikával készült kályhacsodákkal, bútorokkal, könyvekkel. Az épületet a Grassalkovich család építtette és bővíttette 3 generáción keresztül, majd a kastély Ferenc József és Erzsébet királyné koronázási ajándéka lett. Sissi sokat tartózkodott Gödöllőn, főleg tavasszal és ősszel, ahová férje is sűrűn elkísérte a magyarokkal szimpatizáló királynét. A séta végén készíthettünk néhány fényképet Sissi embernagyságú figurái mellett.   
  
A jól sikerült kirándulás kora délután ért véget, s mivel még mindig esett az eső, a kastély kertjének megtekintése elmaradt. A kastély és - jó idő esetén - a kastélypark sok programnak és rendezvénynek kínál helyszínt pazar adottságaival.   
A kastélykert kastély mögötti része ( Felsőkert) francia barokk kertek mintájára készült el, amit később angol tájképi parkká alakítottak. Az Alsóparkot (Fácános), amely a házi vadászkert szerepét is betöltötte, hársfasorokkal szegélyezett sétautak kötötték össze a várossal, a kastéllyal és a vasútállomással.   
  
Mindannyian reméljük, hogy egy másik alkalommal - ha az időjárás kegyesebb lesz hozzánk - a kastélyt övező kertet is meg tudjuk nézni.   
  
Michlné Nagy Ibolya Rehabilitációs mentor

## 12. Majálison a látássérültek

Önálló, a helyi önkormányzat által biztosított sátrat állítva, a XV. kerületi látássérültek is – a klub megalakulása óta első alkalommal – részt vettek a kerület majálisán, a XV. Kerületi Ifjúsági és Sportközpont Sporttelepén és Napközis Táborában.   
  
Az egésznapos rendezvényen – többek között – felléptek a Hubay Ifjúsági Fúvószenekar tagjai, Pingvin Pityu és csapata, Deák Bill Blues Band és a Rippel fivérek, illetve a különböző sportprogramok mellett volt még kutyás bemutató, középkori lovagi játék, operettegyveleg és capoeira, illetve ugrálóvár és játszóház is. A sátrunk dekorálásában az önkormányzat civil referensei, Pallos Judit és Bujdosó Csenge segédkezett – önként felajánlva a segítségüket.   
  
Látássérült csapatunk – Csukáné Polyák Erzsébet, Moldován Eszter, Simon F. Nándor és az önkéntesek: Bozóki Éva és Bíró György, a Vegan in Hungary Facebook-os csoporttól – a főzőversenyen indult: az „étlapunkon” vegán-babgulyás szerepelt, ami – természetesen – nem tartalmazott semmilyen állati eredetű élelmiszert, terméket, viszont minden más bőven volt benne.   
  
A sátrunknál az érdeklődők megismerkedhettek a vakok „titkosírásával”:   
különösen népszerű volt a Braille-írógép, amit Hermann Tibor segítségével többen ki is próbáltak. Mindenki magával vihetett egy-egy síkírásban kinyomtatott Braille-ABC-t, valamint egy-egy Braille írással írt közmondást, hogy otthon „dekódolhassák”. Ugyancsak bemutattuk a látássérültek mindennapi életét könnyebbé tevő eszközöket is.   
  
Ez a nap, nemcsak arról szólt a számunkra, hogy egy tulajdonképpeni munkavégzés közben jól érezzük magunkat, hanem arról is, hogy a jövőben, a hasonló rendezvényekre hogyan készüljünk fel, és miként vegyünk részt rajta.   
  
Egy 20 literes bográcsban készítendő vegán-babgulyás receptje, amit a Kozmosz vegán étteremtől kaptunk (ha esetleg valaki kisebb adaggal is béri, akkor természetesen, arányosan csökkenteni kell a megadott mennyiséget), tehát a hozzávalók:   
  
1600 gr szárazbab - előző este beáztatni   
2 dl napraforgó olaj   
8-10 fej közepes vöröshagyma   
8-10 gerezd fokhagyma   
10-12 evőkanál pirospaprika   
4 evőkanál őrölt kömény   
1 evőkanál őröl feketebors   
15-20 babérlevél   
  
2000 gr sárgarépa (ebből pucolva kb. 1600 gr lesz) - karikára vágva   
1600 gr fehérrépa (pucolva kb 1400 gr) - karikára vágva   
só - ízlés szerint, de ennyi levesbe kb. 4-5 evőkanál   
  
3 pritaminpaprika - kockázva   
3 fehér húsú paprika – kockázva   
  
1 nagy vagy 2 kisebb zellergumó - kb 800 gr   
3-4 karalábé - kockázva   
1500 gr burgonya - kockázva   
8-10 szem paradicsom - kockázva pl.   
6-8 evőkanál paradicsompüré 28-30%-os – pl. Aranyfácán   
  
legalább 2 csomag füstölt tofu - kockázva és előpirítva   
  
annyi víz, amennyi szükséges   
  
Ebben a sorrendben kell a fentiket betenni a bográcsba.   
Érdemes azonban a babot a hagymával és a fűszerekkel együtt főzni egy fél órát, amíg félkemény nem lesz, mert a zöldségek hamar megfőnek és a bab kemény lesz.   
  
Az elkészült levesnek igencsak nagy sikere volt, szinte percek alatt el is fogyott: persze, nem csupán mi ettünk belőle, hanem mindenki más, akit odacsalogatott a frissen készült babgulyás illata.   
  
"KÖZÖSSÉG LÁMPÁSAI" XV. KERÜLETI LÁTÁSSÉRÜLTEK KLUBJA   
[lampas.xvker@gmail.com](javascript:fm.eMailClicked.raise('lampas.xvker@gmail.com');)   
  
Csukáné Polyák Erzsébet 06 70 773 4054   
Moldován Eszter 06 30 498 9659

## 13. Láthatár bolt és világnapok

2016. 04. 28.   
Megtartottuk áprilisi klubnapunkat, melyre meghívtuk a Láthatár boltot. Kedvünkre válogathattunk a nagyítók, és egyéb sok hasznos árucikk közül. A Futár távirányítóval kapcsolatos teendőkről beszélgettünk, és három világnapról is megemlékeztünk.   
Kellemes délután volt, gyorsan elszállt az idő.   
  
Április 2. – Az autizmus világnapja.   
Beszéltünk arról, mi az autizmus spektrumzavar, és arról, hogy az alábbi három területen egész életük során nehézségekkel küzdenek: kommunikáció, társas kapcsolatok, szociális képzelet. Szó volt arról is, hogy az autizmus világnapja alkalmából idén először a Gellért-hegyi Szabadság-szobrot kék színnel világították meg.   
Április 22. – A Föld napja.   
A Föld napja alkalmából különféle eseményeket rendeznek világszerte, amikkel felhívják a figyelmet a Föld természeti környezetének megóvására. Az eseményeket az Earth Day Network koordinálja.[1] A napot 175 országban tartják, Magyarországon 1990 óta rendezik meg. Beszéltünk a Föld napja történetéről, és arról, milyen programokat rendeznek. A Föld napja mozgalom egyik jelmondata: „Ki mondta, hogy nem tudod megváltoztatni a világot?”   
  
Április 27. – A vakvezető kutyák világnapja.   
A vakvezető kutyák első iskoláját 1916-ban a németországi Oldenburgban alapították, az ebeket akkor az I. világháborúban megvakult katonák vezetésére képezték ki. A jól képzett vakvezető kutya megóvja gazdáját a lépten-nyomon útjába kerülő akadályoktól. A világnap gondolata a Nagy-Britanniában működő Vakvezető Kutyakiképző Iskolák Világszövetségétől származott, s 1994-ben ezen a napon ünnepelték meg először.   
Magyarországon Rithnovszky János volt az első, aki vakvezető kutyával közlekedett, majd a hetvenes évek közepén megalapította a csepeli Vakvezetőkutya-kiképző Iskolát. 1978 óta a Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetsége (MVGYOSZ) kezelésében működik az intézmény. Jelenleg a Szövetségen kívül még három alapítvány foglalkozik vakvezető kutyák kiképzésével.   
A vakvezető kutyák felnevelése és kiképzése másfél-két évet vesz igénybe és jelenlegi árakon kb. 2 millió Ft a költsége. A Magyarországon élő körülbelül 20 ezer vak emberből mindössze 110-120 rendelkezik segítő kutyával.   
  
Tudtátok?    
2009 decemberében lépett hatályba a segítő kutya kiképzésének, vizsgáztatásának és alkalmazhatóságának szabályairól szóló rendelet, amely szerint minden közszolgáltatási területre, egyebek mellett bevásárlóközpontokba, üzletekbe, piacra, egészségügyi intézményekbe, vendéglátóhelyekre, közművelődési és oktatási intézményekbe be kell engedni a hámmal és jelvénnyel ellátott segítő kutyákat.

## 14. Rehabilitációs és rokkantsági ellátások változásai

Tájékoztatjuk a Hírlevél olvasóit, hogy 2016. május 1-jétől fontos változások léptek életbe a megváltozott munkaképességű személyek ellátásaival és az ilyen ellátások mellett munkavégzésre vonatkozó korlátozásokkal kapcsolatban.   
A megváltozott munkaképességűek ellátásairól szóló törvény a Parlament elé terjesztett törvényjavaslat szerint 2016. május 1-jétől több fontos ponton is módosul.   
Az Ezekkel kapcsolatos változásokat az alábbi linken olvashatják:   
<https://www.nyugdijguru.hu/nyugdij/megvaltozott-munkakepesseguek-ellatasai/rehabilitacios-es-rokkantsagi-ellatasok-valtozasai>

## 15. A Láthatár bolt ajánlatai

Kedves Vásárlóink!   
  
Heti rendszerességgel megjelenő hírlevelünk mindig az aktuális hónapra szól!  Minden hónapban, aki a segédeszköz boltunkban vásárol, részt vesz egy sorsoláson, melyet a következő hónap 10-ig tartunk meg.   
  
Májusi vásárlóink között egy konyhai eszközökből álló (3 darabos) meglepetés csomagot sorsolunk ki.      
  
**Új segédeszközök érkeztek!!!**

* Angolul beszélő kulcstartós óra   
  Ára: 4500Ft
* 27 soros Braille tábla+ pontozó   
  Ára: 3200Ft
* 4 soros Braille tábla+ pontozó    
  Ára: 1700Ft
* HV-ES magyarul beszélő hangoskönyv olvasó készülék   
  Ára: 76900Ft
* HV-Note, kézi videónagyító    
  Ára: 131000Ft

Karórák:

* gyengénlátóknak, fekete vagy fehér számlapos    
  Ára: 8500Ft
* angolul beszélő   
  Ára: 9500Ft
* férfi, női Braille órák   
  Ára: 12500Ft

Segédeszköz kínálatunk:

* Revolution, 5 részes fehér bot klasszikus véggel   
  (150cm, 140cm, 135cm, 125cm)   
  Ára: 10500 forint
* Revolution klasszikus botvég   
  Ára: 1250 forint
* Magyarul beszélő vérnyomásmérő (adapterrel, normál mandzsettával)   
  Ára: 38800 forint
* Magyarul beszélő vércukormérő (Optimum Plus)   
  Ára: 11000 forint
* Optimum tesztcsík 50 darab   
  Ára: 3000 forint
* Magyarul beszélő konyhamérleg (üveglapos, 1 év garanciával)   
  Ára: 32690  forint
* Csúszásgátló fólia, zöld vagy sárga színű 30X40cm-es darab   
  Ára: 3600 forint

Nagyítók:

* 5x erősségű, 1db Led világítással 2900 forint
* 4x erősségű, 8db Led világítással 3500 forint
* 10x erősségű, nyeles nagyító 5800 forint
* Max Tv nagyító szemüveg 7500 forint
* 5x erősségű, 50mm átmérőjű nagyító 1700 forint
* 30x erősségű,21mm átmérőjű ékszerész nagyító 1800 forint
* 45X erősségű, ledes, kulcstartós nagyító 1800 forint
* 6X, 7X erősségű, ledes kézi nagyítók 3500 forint

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](javascript:fm.eMailClicked.raise('lathatar@vgyke.com');)
* weboldalunk:   
  <http://www.vgyke.com/lathatarbolt>
* közösségi oldalunk:   
  <https://www.facebook.com/lathatarbolt>

Csoportokat előzetes telefonos egyeztetés esetén hétfőn is kiszolgálunk.   
  
Katona Zsuzsanna   
boltvezető

## 16. Folytatódik a narráció kihívás!

Nádor Terem ólomüveg ablak - 13. rész

Jobb oldalt is két kapuforma ablakot találunk, ugyanazzal a szecessziós mintázattal, mint a baloldaliak. Itt is csak a felül lévő ovális üvegrészletben lévő elem különbözik. Márk szimbólumát, az oroszlánt csodálhatjuk meg a két egymás melletti ablak közül a bal oldalin. Az állat nemes alakja ugyanolyan örvénylő, több árnyalatból álló kék, csillagokkal tarkított háttér előtt áll, mint másik két társa. Profilból látjuk, feje olyan, akár a Lánchíd oroszlánjáé, részletesen kidolgozott, markáns. Mögött fényes glória, száját kicsit kinyitja. Óriási sörénye dúsan omlok izmos vállaira, karmos mellső mancsaival előrenyújtózik. Hátán ugyanazok a lila, rózsaszín és türkiz szárnyak jelennek meg, mint a bikáén, ugyanabban a felemelt, szinte mozduló, kitárt, repülésre kész pozícióban. Hátsó lábai közül a belső előrébb helyezkedik el, mint a másik, a közöttük lévő résbe ívesen lendíti be bojtos végű, ostorszerű farkát. Egész megjelenése feszültséget és erőt sugároz, csupa izom és ruganyosság, csupa energia.   
  
Susovich Erika

## 17. Apró hírek – program morzsák

**a, Magyar nyelvű beszédtámogatással is telepíthető a Windows 7 operációs rendszer**   
  
"Három hónap folyamatos munka és tesztelés után Földes József sorstársunk által elkészült a Magyarul beszélő Windows 7 operációs rendszer telepítő 32 és 64 bites változata, mely látássérült számítógép-felhasználók számára nyújt magyar nyelvű beszédtámogatást a folyamat kezdetétől a végéig, valamint rendszerhasználat során. A programcsomagnak köszönhetően a látássérült számítógép-felhasználó akár egy újonnan vásárolt, úgymond üres konfigurációra látó segítség nélkül installálhatja a rendszert. Saját magunk által generált, publikált módszerek alkalmazásával a nagyon bátrak elkezdhették a műveletet, azonban a teljeskörű beszédtámogatással történő telepítésre a hazai látássérültek életében mostantól nyílik erre lehetőség.   
Az "Informatika a Látássérültekért" alapítvány munkatársa, Hammer Attila és tesztelő csapata már évekkel ezelőtt elkészítette és folyamatosan fejleszti az UBUNTU rendszeren alapuló, magyarul beszélő Linux operációs rendszert (BELIN). Az Apple cég által gyártott számítógépeken futó OSX operációs rendszer beépített Voice Over alkalmazása is teljeskörű támogatást nyújt a folyamat végrehajtásában. Bízunk benne, a kezdeményezés egyfajta iránymutató lehet a megfelelő alternatíva kiválasztása során.   
Figyelem! A csomag egyelőre Windows 7 Professional változathoz készült, a fejlesztő a továbbiakban egy hatékonyabb módszer bevezetését tervezi.   
  
A magyarul beszélő Windows 7 Professional telepítő 32 és 64 bites verziója egyaránt letölthető az alábbi hivatkozásra kattintva vagy azt a böngészőbe másolva:   
<http://bit.ly/1Y4y5vo>   
A megjelenő oldal alján látható a két lemezkép, a telepítési útmutató, az ellenörző összegek, valamint maga a forrásmunka egy tömörített állományban. A letöltéshez, futtatáshoz tegyük a következőket:   
1. Kattintsunk a "Jelenlegi formátum" hivatkozásra, ekkor elhangzik a "Nincs előnézet" szöveg.   
2. A "b" billentyű többszöri leütésével juthatunk el először a "Következő gomb", utána a "Letöltés gomb", végül szintén "Letöltés gomb" szövegrészekig.   
3. A gombokon végighaladva a felfelé nyíl billentyű segítségével megtekinthetőek a letölteni kívánt állományok, ez jelenleg 6 féle lehet: "Beszélő Windows 7 telepítő 32 bit lemezkép.ISO", "Beszélő Windows 7 telepítő 32 bit ellenőrzőösszeg.md5", "Windows 7 telepítési útmutató.htm", "Beszélő Windows 7 telepítő 64 bit SP1 ellenőrzőösszeg.md5", "Beszélő Windows 7 telepítő 64 bit SP1 lemezkép.iso", valamint "Forrásmunka.zip".   
4. A fájlok neve után megjelenő "Letöltés" gombon állva üssük le az enter billentyűt a folyamat megkezdéséhez. Előfordulhat, hogy az "A vírusellenőrzés számára túl nagy az állomány" üzenetet kapjuk, ekkor kattintsunk a "Letöltés mindenképpen" nevű hivatkozásra a tényleges megkezdéshez.   
5. Minden fájl letöltése előtt ismételjük a 2. pontban foglaltakat.   
6. A számítógépre mentett "Beszélő Windows 7 telepítő 32 bit lemezkép.ISO" vagy a "Beszélő Windows 7 telepítő 64 bit SP1 lemezkép.iso" állományok valamelyikét legegyszerűbben az operációs rendszer beépített CD/DVD-író alkalmazásával kizárólag DVD lemezre, illetve a Rufus nevű szoftver segítségével pendrive-ra írhatjuk. Ezen módszert választva a folyamat végén az USB-s adathordozó lemezcímkéjét az alábbira kell módosítanunk idézőjelek nélkül, figyelve a kis- és nagybetűkre: "BeszWin7Telep$" A legutolsó karakter (dollár) a jobb alt+é billentyűkombinációval is elérhető.   
A sikeres befejezést követően a létrejött adathordozó segítségével indítsuk újra a számítógépet. A teljes betöltés körülbelül 5 percig tart, innentől a megszólaló NVDA képernyő-olvasó magyar nyelven tájékoztat a további lépésekről. Ha az első üzenetablakon állva F1 billentyűt ütünk, részletes leírás jelenik meg a Beszélő Windows 7 Professional használatáról.   
Fontos: a speciális telepítő rendszerre való tekintettel mind kezdő, mind gyakorlott felhasználók egyaránt figyelmesen olvassák el a megjelenő leírást.   
A telepítő csomagokkal kapcsolatos észrevételeket, építő jellegű javaslatokat a   
[foldes08@gmail.com](javascript:fm.eMailClicked.raise('foldes08@gmail.com');)   
e-mail címen várja a fejlesztő: Földes József."   
  
**b, Hallgassa meg az Ágacska előnarrációját!**   
  
Figyelem! Jegyek átvehetők egyesületünk Ügyfélszolgálatán is!   
Zenés mesejáték 2 részben 4 - 104 éves korig, a Holdvilág Kamaraszínház előadása   
Helyszín: Budapest, XIII. József Attila tér 4. Angyalföldi József Attila Művelődési Központ, a Holdvilág Kamaraszínház "otthona"   
  
Időpont: 2016. május 20. péntek 10.00   
AKADÁLYMENTESÍTETT ELŐADÁS hallás- és látássérültek számára is!   
Hallgassa meg az előnarrációt!   
<http://www.mixcsabistudio.hu/letoltes/csukas_istvan_agacska_elonarracio.mp3>   
  
**c, MOZI! MOZI! MOZI!**   
  
Elindul a várva várt narrált mozi is! A Vertigo Médiával együttműködve minden hónap egyik vasárnapján narrált film tekinthető meg az egykori Örökmozgó Moziban (1074 Budapest, Erzsébet körút 39.). A mozi tömegközlekedéssel könnyedén megközelíthető kisföldalattival, 4-es, 6-os villamossal, 70-es, 74-es, 78-as trolival.   
Az első vetítésre május 8-án vasárnap délután 3 órakor kerül sor. Az anyám és más futóbolondok a családból című filmet tekinthetik meg narrációval. Magyar játékfilm, kb. 108 perc hosszúságú. Főszerepben Ónodi Eszter.   
Négygenerációs történet, amely az 1900-as évek legelejétől a 2000-es évek elejéig követi végig a szereplők sorsát. A főhősnő, Anya kilencven négy évet él és huszonhétszer költözik életében. A viharos természetű és példás veszélyérzettel megáldott nő végigvonszolja a férjét meg a lányát a fél országon, valahányszor veszélyt szimatol. Márpedig veszély mindig van: a 20. század viszontagságos eseményei elől rendre tovább kell állniuk. Át kell vészelni két világháborút, 1956-ot és még sok minden mást. De mindez nem rontja a kedvüket, mindegy, hová veti őket a sors, a Partiumtól Budapesten át az Isten háta mögé. Hurcolkodnak át az életen, egymásnak vetett háttal, önfeledten.   
  
Jegyár: 800.-Ft   
Az előadásokra továbbra is az alábbi elérhetőségeken lehet jelentkezni:    
[bonecz@90decibel.org](javascript:fm.eMailClicked.raise('bonecz@90decibel.org');) vagy [info@90decibel.org](javascript:fm.eMailClicked.raise('info@90decibel.org');) illetve a 06 20 958 8688 telefonszámon.   
  
Minden érdeklődőt szeretettel várunk! Üdvözlettel:   
A 90 decibel team   
  
**d, Szívből pattan! – Élő flipper játék és élménynap**   
  
A Kézenfogva Alapítvány 23 éve segíti a fogyatékos embereket, 23 éve harcolunk jogaikért, egyenlőségükért. Ennek a munkának fontos része, hogy közvélemény-formáló rendezvények szervezésével lehetőséget teremtsünk a fogyatékos és az ép fiatalok találkozására. Évek óta állítunk fel rekordokat közösen Budapesten, hogy megmutassuk, együtt milyen nagy dolgokra vagyunk képesek.   
Sokszor hangzik el a mondat: a fogyatékos emberek kiszolgáltatottak, az fogyatékos gyermeket nevelő családok nem tudják, hogy kitől kérhetnének segítséget. Szeretnénk megidézni és kézzel foghatóvá tenni ezt a kiszolgáltatott pattogást egyik felelős szervtől és intézménytől a másikig.   
Óriás, élő flipper játékot szervezünk fogyatékos és ép gyermekek bevonásával, ahol a labdák szívből pattannak, a falak pedig segítő kezekből állnak össze és védenek, nem elzárnak.   
Időpont: 2016. május 12. 08:00-17:00   
Helyszín: Margitszigeti Atlétikai Centrum (Budapest, Margitsziget)   
Hivatalos megnyitó kezdete: 10:00   
  
Program   
10:00 Rekord kísérlet! Óriás, élő flipper játék fogyatékos és ép gyermekek részvételével.   
A flipper játék folyamatosan zajlik a rekord kísérlet előtt és azt követően is, csak kisebb pályán. Így minden résztvevőnek lehetősége lesz kipróbálni a flippert.   
  
A rekord leírása: A résztvevő ép és fogyatékos gyerekek 3 db óriás, élő flipper pályát formálnak meg, melyek egymás mellett helyezkednek el. A játékidő 5 perc.   
A 3 pályán 3 különböző fogyatékosságot tapasztalhatnak meg az ép résztvevők.   
1. mozgáskorlátozottság: a középső játékosok kerekesszékben ülnek és nem állhatnak fel   
2. látássérültség: a falban álló gyerekek közül párnak speciális szemüveget kell viselniük   
3. hallássérültség: a falban álló gyerekek közül párnak fülvédőt kell viselniük   
  
Élmények az óriás flipper mellett folyamatosan   
Az élménynap során egy kincses térképpel a gyerekcsapatok különböző szigetekre látogatnak el, ahol egy-egy sérült kalóz segítségével megismerkedhetnek az egyes fogyatékossági csoportokkal. Itt olyan tevékenységeket és/ vagy sportokat kell végezniük, amelyekből megismerhetik a különböző fogyatékosságok sajátosságait, értékeit.   
  
Tervezett feladatok a kincses szigeteken   
  
1. Csupakéz – a siket kalóz lakhelye

* + Ismerkedés egyszerű jelnyelvi jelekkel (témakör: vásárlás, rendelés egy bárban).
  + Rendelj/vásárolj jelnyelven, használd az előbb megismert jeleket!
  + Próbálj szájról olvasni, írd le, amit leolvastál a társad szájáról!

2. Csupaszám – az autista kalóz lakhelye

* + Készíts napirendet Beni napjáról
  + Élj át egy egyszerű tömegközlekedési helyzetet egy autista ember szemével – és válaszolj a kérdésekre
  + Mi az autizmus? az autista emberekre jellemző viselkedési formák – párosítsd a piktogrammokat a leíráshoz.
  + Gubbio App bemutatása – hogyan könnyíti meg az informatika az autisták életét

3. Csupafül – a látássérült kalóz lakhelye

* + Tandemezés bekötött szemmel vagy látássérült fiatalokkal.
  + Pingpongozás bekötött szemmel speciális pingpong-asztalon.
  + Adott két zsák, ami azonos tárgyakat tartalmaz. Az egyik játékos a saját zsákjából választ egy tárgyat, amit nem vehet ki és körbeírja anélkül, hogy megnevezné. A másik játékos az elhangzó információk alapján kiválasztja a saját zsákjából azt a tárgyat, ami a legjobban hasonlít a leíráshoz.

4. Csupaélet – a kerekesszékes kalóz lakhelye

* + A MEREK kerekesszékes akadálypályájának kipróbálása.
  + Egy kör megtétele a rekortán pályán kerekesszékkel – ki a leggyorsabb a csapatban.
  + Ismerkedés segítő kutyákkal.
  + Magik Me foglalkozása – érzékébresztő labirintus.

5. Csupaszív – az értelmi fogyatékos kalóz lakhelye

* + Egy bonyolult szövegrészlet értelmezése – olvasott szöveg.
  + Nagyon gyorsan felolvasott szövegrészlet meghallgatása után
  + tartalmának visszamondása.

Játékok a szigeteken kívül   
Kalóz kamion – Egy speciálisan átalakított kamion, ahol kalózaink laknak és ahol még több játék várja az érdeklődőket egy kisebb térben.   
OTP Esély Játék – Óriás társasjáték esélyegyenlőségi kérdésekkel   
Mini labirintus – Segítő kutyákkal nem tudsz elveszni!   
  
Visszajelzés és regisztráció május 6-ig: Szabó Klaudia   
[szabo.klaudia@kezenfogva.hu](javascript:fm.eMailClicked.raise('szabo.klaudia@kezenfogva.hu');) 20/378-21-81   
  
Forrás:   
<http://kezenfogva.hu/files/kezenfogva/kezenfogva_elmenynap_bp_program_0.pdf>   
  
**e, Sztárok Óbuda napján**   
  
Fellép Péterfy Bori, a 30Y és a Hiperkarma is Óbuda napján. Május 7-én, sőt már az előestéjén, 6-án is számos ingyenes program várja a látogatókat kerületszerte.   
A programsorozat már május 6-án, pénteken délután kezdetét veszi az óbudai Szentlélek téren gasztronómiai kalandozásokkal, majd este a Budapest Voices és a Péterfy Bori & Love Band koncertjével. Másnap, május 7-én ugyanitt délutántól estig az Ivan & The Parazol, a 30Y és a Hiperkarma csábítja a helyszínre a fiatalokat. A Kobuci kertben pedig a Jazzybirds, a Middlemist Red és a Kéknyúl Hammond Band koncertezik egymást követve.   
A Fő téren cukrászdák, borászatok és házi sörfőzdék kínálatai csábítják a látogatókat. A gyerekeket a Tintaló Társulás automata színháza és Halász Judit is várja.   
A hétvégén Békásmegyer és Csillaghegy lakosai sem maradnak program nélkül, előbbi helyszínen az Anna & The Barbies, utóbbin többek között Demjén Ferenc lép színpadra.   
A [www.obudanapja.hu](http://www.obudanapja.hu) honlapon megtalálja a részletes programokat, ha rákattint a helyszínre. Jó szórakozást!   
  
**f, Nádor termi koncertek**   
  
2016. május 6. péntek 19:00   
  
Line Ildikó (hegedű), Bábel Klári (hárfa)   
Paganini: A-dúr szonáta hegedűre és hárfára   
Jean Cras: Suite en duo   
Saint-Saëns: Fantázia hegedűre és hárfára   
Piazzola: A tangó története   
Közreműködő(k):   
Bábel Klára - előadó   
Line Ildikó – előadó   
Jegyár: 1000 Ft   
  
2016. május 8. vasárnap 19:30   
  
Luisa Zurkowska zongoraestje   
  
Chopin:4 Ballada   
g-moll op.23.   
F-dúr op.38.   
Asz-dúr op.47.   
f-moll op.52.   
Brahms: 2 Rapszódia, op. 79   
Gershwin: Rapsodie in blue   
Közreműködő(k):   
Luisa Zurkowska - előadó   
ingyenes   
  
2016. május 9. hétfő 19:30   
  
25. éves az EAR együttes - Fuvolák és népi hangszerek   
  
Láng István: Inquieto   
Szigeti István: Quasi   
Sugár Miklós: Electrocarina   
Sugár Miklós: Tilinkó dal   
Olsvay Endre: Allegoria   
Hollós Máté: Neked, nekem   
Pintér Gyula: Kerengő, No. 2   
Szigeti István: Vungec varázsénekek 1.   
Madarász Iván: Talizmán   
Pintér Gyula: No Poems   
Tóth Péter: Perpetuum flaute   
  
25. éves az EAR együttes - Jubileumi hangversenyek 3.   
Közreműködő(k):   
EAR együttes – előadó   
  
Jegyár: 1500 Ft   
  
**g, Jelnyelvi tolmács is segíti a hallássérültek ügyintézését a BKK-nál**   
  
A szolgáltatást egy tablet segítségével vezetik be májustól a BKK Ferenciek terén lévő ügyfélközpontjában. A BKK munkatársa a tabletre telepített, videotelefonálást lehetővé tevő alkalmazás segítségével felhívja a videotolmács-szolgálatot, a Hallatlan Alapítvány tolmácsa pedig a jelbeszéddel kommunikáló ügyfélnek jelnyelven, a BKK munkatársának pedig szóban fordít, így  így a jelbeszéddel kommunikálóknak nem kell tolmácsot magukkal vinniük.   
Magyarországon a Központi Statisztikai Hivatal és a Siketek és Nagyothallók Országos Szövetsége adatai szerint körülbelül 20 ezer siket és 130 ezer súlyos mértékben nagyothalló ember él.   
  
Forrás:   
<http://hvg.hu/itthon/20160502_Hallasserultek_ugyintezest_konnyiti_meg_a_BKK>   
  
**h, Csendes óra**   
  
„Csendes órát” vezet be nyitva tartási ideje alatt egy brit szupermarket   
A Cheetham Hillben található Asda Living áruház „akadálymentesített” órát tart az olyan vásárlók számára, akiket megijeszt, vagy csupán feszélyez a sok zaj és a kisebb-nagyobb felfordulás.   
A bolt az egyik korai órában a mozgólépcsőkhöz, a zenelejátszó hangfalakhoz vagy az akciókról értesítő hangosbemondó rendszerhez hasonló, elektronikus zavaró tényezők működtetése nélkül várja majd a vevőket.   
Simon Lea, üzletvezető elmondta, hogy az elhatározás akkor született meg benne, amikor látta, hogy egy autista fiú milyen nehezen viseli a vásárlást az üzletben.   
„Beszéltem a munkatársaimmal és a vevőkkel, hogy miként is segíthetnénk az autista vagy a fogyatékossággal élő vásárlóknak – mesélte Lea. – Én sok évig szorongással küzdöttem, és abszolút utáltam bemenni a forgalmas üzletekbe. Ha ejthetünk néhány kisebb változtatást, hogy ezek a vevők jobb vásárlási élményben részesüljenek, és kellemesen érezzék magukat, akkor mindenki számára jobb hellyé válik majd az üzlet. […] A csendes óra gondolatát a múlt héten posztoltam ki a Facebookra. A reakció abszolút fantasztikus volt, az ország minden tájáról több ember is mondta, hogy ez mennyire hatalmas ötlet” – számolt be az üzletember.   
  
Forrás:   
<http://www.elelmiszer.hu/cikk/csendes_orat_vezet_be_nyitva_tartasi_ideje_alatt_egy_brit_szupermarket>   
  
**i, Fagylalt napja 2016!**   
  
A magyar kézműves fagylalt napja 2016. május 8. Ezen a napon féláron lehet fagylaltozni a résztvevő fagyizókban. A fagyi napja idén sem marad el. Cikkünben elérhető a fagyizók listája is, ami folyamatosan frissül!   
A Fagylalt napjának egyik célja, hogy a fagyizók egy a környezetükben található közintézményt, kórházat, csoportot is meglepjenek pár gombóc fagyival. Így a hátrányosabb helyzetű személyek is részesedjenek a fagyi örömében.   
  
Az akcióban résztvevő fagyizók kapni fognak egy matricát, ami jól látható helyen lesz kiragasztva.   
Ha te is szereted a fagyit csatlakozz a Szeretem a fagyit oldalhoz és az eseményhez, ahova meghívhatod barátaidat is.  Ha pedig nem szeretnél jövőre se lemaradni az eseményről, akkor csatlakozz a Szeretem a fagyit oldalhoz, így korábban értesülsz majd az eseményről, hogy semmiképpen ne maradj le róla, hisz várhatóan még több helyszín csatlakozik majd.   
  
A jelenlegi lista az alábbi linken található.   
<http://kulturaonline.hu/fagylalt_napja_2016_a_fagyi_nap_alatt_felaron_van_a_fagyi_helyszinek_itt_5213>   
  
A lista folyamatosan frissül!   
  
A listán látható összes fagyizóban féláron lesz a fagyi, de ha a neve mellett látsz egy intézményt is az azért van, mert azt az intézményt ingyen fagyival ajándékozzák meg a jótékonysági akció részeként   
  
Forrás:   
<http://savariababa.hu/hirek/1376-fagylalt-napja-2015-a-fagyi-nap-alatt-felaron-van-a-fagyi-/>   
  
**j, II. Székely Fesztivál 2016**   
  
Budapest, Millenáris 2016. május 5 – 8.   
  
Az elmúlt év sikeres rendezvénye után, 2016. május 5-8 között ismét Székely Fesztivál lesz a Millenárison. A gasztrokulturális majális célja bemutatni az anyaországban élők számára a mai Székelyföldet, minden értékével együtt. Tervezzük a Nagy Találkozót, ami azt jelenti, hogy mindenki találkozhat azokkal az ismerőseivel, akikkel évtizedek óta nem hozta össze a sors.   
Az első napon Székelyföld Gyógyturizmusa címmel a szakma részére szervezünk konferenciát. Pénteken, szombaton és vasárnap a kultúra, a gasztronómia és a kézművesek mutatják meg értékeiket. Emellett természetesen igazi székely vendégszeretettel várjuk a nagyvilágban szétszóródott valamennyi honfitársunkat is. A három nap során a látogatók megcsodálhatják a székely kultúrát és gasztronómiát, énekelhetnek és táncolhatnak, megkóstolhatnak kézműves ételeket és italokat, de ami talán a legfontosabb, megismerhetik a székely és csángó embert virtusával, észjárásával együtt.   
  
Támogatói belépőjegy ára: 1.000 Ft, 10 év alatti gyermekek belépése díjtalan.   
Nyitva: 9:00 – 21:00   
  
A részletes programot a forráslinket megnyitva olvashatják.   
  
Forrás:   
<http://szekelyfesztival.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](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