**Vakok és Gyengénlátók Közép-Magyarországi Regionális Egyesülete
20. 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. Igényekhez igazodó szolgáltatási idővel üzemel májustól a Louis Braille Támogató szolgálat](http://freemail.hu/mail/index.fm#1.hir)
[2. Unikális programot kínálnak Rákosmente Lámpásai!](http://freemail.hu/mail/index.fm#2.hir)
[3. A XVIII. Kerületben is Lámpás klub alakult](http://freemail.hu/mail/index.fm#3.hir)
[4. Egy jó program a hónap utolsó napjára](http://freemail.hu/mail/index.fm#4.hir)
[5. A Támogatószolgálattal Indiában](http://freemail.hu/mail/index.fm#5.hir)
[6. A Láthatár bolt ajánlatai](http://freemail.hu/mail/index.fm#6.hir)
[7. Megváltozott munkaképességűek utazási kedvezménye](http://freemail.hu/mail/index.fm#7.hir)
[8. Apró hírek – program morzsák](http://freemail.hu/mail/index.fm#8.hir)

## 1. Igényekhez igazodó szolgáltatási idővel üzemel májustól a Louis Braille Támogató szolgálat

Amennyiben egyszeri vagy több alkalommal segítségre lenne szüksége ügyei intézésében vagy a szabadidő hasznos eltöltésében vagy orvoshoz szeretne eljutni kísérővel, forduljon hozzánk bizalommal!
Nem csak 8-16 óra között segítünk, a szolgáltatásunkat az igényekhez igazítjuk egyeztetést követően!

Szolgáltatási formák:

* Személyi segítés – ennek keretében lakáson belül olyan segítséget nyújtunk, amit a fogyatékos személy fogyatékossága miatt önállóan nem tud megoldani. (pl. irat rendezés, felolvasás, vásárlás, különböző életfenntartási szükségletekben való segítés…stb.). Lakáson kívül: kísérést, ügyintézést tudunk biztosítani.
* Szállítás: segítünk eljutni a fogyatékos személynek a közszolgáltatásokhoz, iskolába, orvoshoz, munkahelyre, segítjük a részvételt szabadidős programokon.

A személyi segítségnyújtás és a szállító szolgálat szerződéskötéssel, előzetes bejelentkezés alapján történik, ezért hívja koordinátorunkat telefonon.

A szolgáltatás igénybevételekor térítési díjat kell fizetni.
Személyi segítés esetében: 300 Ft/óra
Szállítás esetén: 150 Ft/km.

Igénybe vehetik:
Azok a Budapest közigazgatási területén élő személyek, akik szociálisan rászorultak.
Szociálisan rászorultnak minősül az a súlyosan fogyatékos személy, aki külön jogszabály szerinti fogyatékossági támogatásban, vakok személyi járadékában, illetve magasabb összegű családi pótlékban részesülő személy.
Szükséges a fogyatékosság fennállásának orvosi dokumentációkkal való igazolása.

**Figyelem!**
A szolgáltatást igénybe vehetik azon budapesti lakcímmel rendelkező egészségkárosodott személyek is, akik a fent nevezett ellátásokkal és igazolásaikkal nem rendelkeznek, ők a szociálisan nem rászorult kategóriába sorolhatók, elegendő a rokkantságot igazoló határozat vagy szakvélemény, vagy egy korházi zárójelentés.
Ez esetben a térítési díjak a következők: személyi segítés 850 Ft/óra; szállítás: 400 Ft/km.
A VGYKE tagjainak kedvezményes ezen térítési díj is: személyi segítés 500 Ft/óra, szállítás 200 Ft/km.
Szerződéskötés és előzetes egyeztetés ebben az esetben is szükséges.

Csoportos szállítást is vállalunk Budapesti indulással az ország bármely pontjára illetve a főváros területén (kirándulás, fellépés, egyéb szabadidős program), ebben az esetben is egy személlyel a csoportból szerződést kötünk annak függvényében hogy milyen orvosi papírokat tud bemutatni 150 és 450 Ft/km költséget kell megfizetni az indulási címtől az érkezési címig megtett kilométer alapján.

Elérhetőségek:

* E-mail: tszolgalat@vgyke.com
* Központi tel.szám: +36 1 384 55 41
* Koordinátor: Hajdú Katalin, T: +36 70 387 52 62

Fodor Ágnes
VGYKE Elnök

## 2. Unikális programot kínálnak Rákosmente Lámpásai!

Tarts velünk május 23-án délelelőtt 10:00-tól a Zwack Múzeumba, amely Budapest IX. kerületében, a Dandár u. 1. alatt található.
A kb. 1,5 órás program során megtekinthetünk egy 20 perces filmet a Zwack család és a gyár történetéről, ellátogatunk a régi lepárlóba, ahol az Unicum készül titkos recept alapján. Megcsodálhatunk 100 évnél is idősebb lepárló készülékeket, óriási kőkorsókat, patinás tölgyfa hordókat, megillatolhatunk gyógynövényeket, amelyből az Unicum készül.
A program kis kóstolóval zárul, amelyet egyenesen tölgyfa hordóból csapolnak majd számunkra. Aki ellenállhatatlan vágyat érez a belépőn kívüli pénzköltésre, vásárolhat is a múzeum mintaboltjában.
A program kedvezményes ára 1700,-Ft/fő.

Bejelentkezés feltétlenül szükséges a 0670-984-8468-as számon Kray Zsuzsánál, vagy a lampas.rakosmente@gmail.com címen.
Találkozó az Örs vezér téren 9:10-9:15 között a kürtős kalácsosnál, vagy 9:25-9:30 között a Keleti pályaudvarnál a városközpont felől érkező 7-es, 107-es stb. busz megállójában, onnan indulunk együtt tovább a Festetics utcából induló 24-es villamoshoz, amellyel a helyszínre utazunk.
Várunk mindenkit nagy szeretettel erre az igencsak érdekesnek ígérkező programra!

## 3. A XVIII. Kerületben is Lámpás klub alakult

Kedves Egyesületi Tagunk!
Levelünkkel örömhírünket szeretnénk eljuttatni Önhöz/ Hozzád!
A VGYKE igyekszik a tagságába tartozók számára a szolgáltatások és lehetőségek kínálatát időről- időre bővíteni.
A 18. kerület Önkormányzatának támogatásával lehetőséget kívánunk nyújtani immár az Ön kerületében is a havi klubokon való részvételre, melyeken a legfőbb célunk a családias hangulatú kis közösség létrehozása, kellemes beszélgetések, és programok megvalósítása tagjaink valamint kísérőik, családtagjaik számára.
A klubokat minden hónap utolsó szerdáján tervezzük megtartani, melynek első alkalmára szeretettel invitálunk!
Időpont: május 25.-e 15 órától 17 óráig,
Helyszín: Kondor Béla Művelődési Ház (1181 Budapest, Kondor Béla stny. 8.) Első alkalmat bemutatkozással, ismerkedéssel fogjuk tölteni és megtervezzük a klubnapokon kívüli további programokat is.
Vendégünk lesz Fodor Ágnes, Egyesületünk Elnöke és a 18. kerület képviseletében is számítunk arra, hogy megtisztelik az első klubunkat jelenlétükkel.
Amennyiben rendelkezik internet hozzáféréssel, az alábbi linken ízelítőt kaphat a már működő klubjaink életéből:
<http://www.vgyke.com/kozosseg-lampasai/>

Várlak sok szeretettel Téged és kedves Kísérődet, Családtagodat is!
Amennyiben lehetőség van rá szívesen veszem, ha visszajelzel az alábbi elérhetőségek egyikén a részvételi szándékkal kapcsolatban:
Tel.: Mobil:+36 30 4989094
E-mail: lampas.bp18@gmail.com

Üdvözlettel:
Kiss Júlia
VGYKE XVIII. kerületi közösségi civil szervező

## 4. Egy jó program a hónap utolsó napjára

A Goldberger textilipari gyűjtemény kiállításának megtekintését tűztük ki célul május 31-ére. Klubtagjainkkal még Újpesten találkozunk, de lehet hozzánk csatlakozni az Árpád-hídnál az 1-es villamos megállójában Óbuda felé, 10 és negyed 11 óra között.
Mindenkit szívesen várunk.
Ingyenes a belépés és a tárlatvezetés is.
Email: lampas.ujpest@gmail.com
Újpest lámpásai: Kulman Tiborné Era és Széles Attiláné Panka

## 5. A Támogatószolgálattal Indiában

Mielőtt félreértésre adhatnánk okot, gyorsan eláruljuk, hogy mindez a május 11-i klubnapunkon valósult meg. Ugyanis ezzel a két témával készültünk, két kedves vendégünk segítségével. Hajdú Kati a Támogatószolgálat koordinátora igazán részetesen bemutatta a támogatószolgálat munkáját és válaszolt a témával kapcsolatos kérdésekre is. Majd egy vak fiatalember, Barkó Tamás tartott színes élménybeszámolót Indiáról, ahol Tomi 7 hónapot töltött el Magyarországról egyedüliként.
Tomi itt egy nemzetközi képzésre kapott ösztöndíjat, ahol a civil szervezetek, egyesületek működésének alapismereteit sajátíthatta el.
Diktafonjával készített naplójából is mutatott részleteket nekünk.
Rendkívül érdekes és izgalmas délutánban volt ismét részünk, aki lemaradt, sajnálhatja. Egy ellenségünk volt csak, az idő, mely megint gyorsan elrepült.

Következő programunkra május 24-én délután kerül sor, akkor az Állatorvostörténeti Múzeumba látogatunk el. Itt egy állatian érdekes, látássérültekre szabott tárlatvezetésben lesz részünk.
Jelentkezéseiteket az alábbi elérhetőségek valamelyikén tehetitek meg.
lampas.erzsebetvaros@gmail.com
+36-70 387-5266
Minden Érdeklődőt sok szeretettel várunk!

Erzsébetváros Lámpásai:
Doktor Kata, Hulé Kati, Eleki Abigél

## 6. A Láthatár bolt ajánlatai

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
* weboldalunk:
<http://www.vgyke.com/lathatarbolt>
* közösségi oldalunk:
<https://www.facebook.com/lathatarbolt>

Csoportokat előzetes telefonos egyeztetés esetén hétfőn is kiszolgálunk.

Katona Zsuzsanna
boltvezető

## 7. Megváltozott munkaképességűek utazási kedvezménye

A megváltozott munkaképességű személyek utazási kedvezményéről - kinek jár az ellátottak utazási utalványa - szóló összefoglalóm.
A hatályos rendelkezések szerint az Ellátottak utazási utalványa elnevezésű okirat alapján igénybe vehető utazási kedvezményekre az utalvány kiküldésének évében 65. életévét be nem töltött megváltozott munkaképességű személyek közül jogosultak

* + azok a rokkantsági ellátásban részesülő személyek, akik  2011. december 31-éig 57. életévüket betöltötték (1954-ben vagy korábban születtek) és 2011. december 31-én III. csoportos rokkantsági nyugellátásra vagy rendszeres szociális járadékra voltak jogosultak,
	+ azok a rokkantsági ellátásban részesülő személyek, akik (életkoruktól függetlenül) 2011. december. 31-én I. vagy II. csoportos rokkantsági nyugellátásra voltak jogosultak, illetve akiknek a rehabilitációs hatóság komplex minősítése alapján az egészségi állapota 30%-os vagy kisebb mértékű,
	+ a rokkantsági járadékban részesülők (életkoruktól függetlenül).

E rendelkezéseket a közforgalmú személyszállítási utazási kedvezményekről szóló 85/2007. (IV. 25.) Korm. rendelet tartalmazza. Eszerint:

* + 4. § (1) Az „Ellátottak utazási utalványa” alapján évente 16 alkalommal az 1. mellékletben meghatározott kedvezményes menetjegy (50% kedvezmény) igénybevételére jogosult a 65. életévét be nem töltött:
	a) személy, aki ...
	ad) rokkantsági ellátásban részesül, és 2011. december 31-én I., illetve II. csoportos rokkantsági nyugdíjra volt jogosult, vagy akinek az egészségi állapota a rehabilitációs hatóság komplex minősítése alapján 30%-os vagy kisebb mértékű,
	ae) rokkantsági ellátásban részesül, amennyiben 2011. december 31-ig 57. életévét betöltötte és 2011. december 31-én III. csoportos rokkantsági nyugdíjra vagy rendszeres szociális járadékra volt jogosult,
	af) rokkantsági járadékban ... részesül...
	+ (2) A kedvezményre jogosult választása szerint két 50%-os kedvezményes utazási lehetőség összevonásával 90%-os magasabb kedvezményt is igénybe vehet.
	+ (3) Az „Ellátottak utazási utalványa” 16 kedvezményének felhasználását követően az (1) bekezdésben meghatározott személy még két alkalommal jogosult 90%-os kedvezménnyel utazni.
	+ (4) Az (1) bekezdés a)-c) pontban meghatározott, kedvezményre jogosult személy az őt megillető kedvezményt házastársával (élettársával) megoszthatja, ha házastársa (élettársa) az öregségi nyugdíjkorhatárt ... már elérte.
	+ (5) A házastárs (élettárs) az igényjogosulttal együtt történő vagy önálló utazása esetén is igénybe veheti a kedvezményt.

Amint a fentiekből is kiderül,
- az 1954. december 31-ét követően született azon rokkantsági ellátott, aki 2011. december 31-én III. csoportos rokkantsági nyugdíjra vagy rendszeres szociális járadékra volt jogosult, illetőleg
- a rehabilitációs ellátott
NEM jogosult az Ellátottak utazási utalványára.
<https://www.nyugdijguru.hu/elveszett-paradicsom/megvaltozott-munkakepesseguek-utazasi-kedvezmenye>

## 8. Apró hírek – program morzsák

**a, Az AKKU májusi narrált előadásai**

2016. május 22., vasárnap, 11:00 – Stúdió K Színház
Zalán Tibor: Szamár a torony tetején
audionarrációval (Szerecz Zsófia)
2016. május 22., vasárnap, 19:30 – Stúdió K Színház
Faragó Zsuzsa – Forgács Péter: Négyeshatos
audionarrációval (Pethes Ágnes)

2016. május 23., hétfő, 18:00 – Thália Színház
Robert Dubac: A férfiagy – avagy nincs itt valami ellentmondás?
audionarrációval (Cseh Adrienn)

2016. május 24., kedd, 15:00 – Ódry Színpad
Bíró Bence, Kautzky-Dallos Máté, Szenteczki Zita: Captatás szünet nélkül
audionarrációval és felirattal (Cseh Adrienn és Pethes Ágnes)

2016. május 25. szerda, 19:00 – Vígszínház
Bertolt Brecht: Jóembert keresünk
audionarrációval és jelnyelvi tolmácsolással (audionarrátor: Pethes Ágnes, jelnyelvi tolmács: Rimóczi Erika)

Két előadást részletesebben is ismertetünk.
Faragó Zsuzsa, Forgács Péter: Négyeshatos - végtelenített üzemidejű viszonylat
színházi előadás audionarrációval
2016. május 22. 19:30, Stúdió K

“Vegyünk egy villamosjáratot. Mondjuk a négyeshatost. Válasszunk ki találomra egy szerelvényt. Most képzeljük el, hogy mindent hallunk, amit ezen a szerelvényen beszélnek. Sőt, azt is halljuk – mit halljuk? látjuk! -, hogy ezen a szerelvényen kinek mi jár a fejében. Válogassuk ki a látottakból és hallottakból a nekünk tetszőket és rakjuk őket egymás mellé úgy, hogy jól látszódjanak és hallatszódjanak. Majd dőljünk hátra és nézzük meg az eredményt.”
Az előadás alatt az audionarrációt vendégeink egy készülék segítségével, fülhallgatón keresztül követhetik. A jegyek és eszközök limitált száma miatt kérjük, részvételi szándékát minél előbb jelezze az alábbi elérhetőségek valamelyikén:
email akadalymenteskultura@gmail.com
telefon +36 30 813 4534

Praktikus információk
Helyszín: Stúdió K Színház, Budapest, Ráday utca 32. Megközelíthetőség: 4-6-os villamossal a Corvin negyed megállótól, vagy metróval a Kálvin téri állomástól
Jegyár: 1500 Ft

Az esemény menete:

* + 18.30 gyülekező a színház ruhatáránál
	+ 18.45 színpadbejárás
	+ 19.10 mosdó és büféhasználat,
	+ 19:20 a nézőtéri helyek elfoglalása, eszközök beüzemelése
	+ 19.30 az előadás kezdete

A narrációt készítette, valamint az előadást narrálja: Pethes Ágnes
Igény esetén a helyszínre való eljutásban segítséget biztosítunk, ez irányú kérését kérjük, mielőbb jelezze felénk!
Köszönjük figyelmét, várjuk szeretettel akadálymentes előadásunkon!

A másik ajánlatunk:
Bertolt Brecht: Jóembert keresünk
színházi előadás audionarrációval és jelnyelvi tolmácsolással
2016. május 25. 19:00, Vígszínház
“Kétezer éve tart már ez a cirkusz, hogy a világnak meg kell változnia, mert senki nem képes jó maradni ezen a földön. Olyan embereket kell találnunk, akik be tudják tartani a parancsolatokat.”
A Vígszínház Jóembert keresünk című előadását 2016. május 25-én szerdán, az AKKU Egyesület közreműködésével a közönség látás- és hallássérült tagjai számára akadálymentesített formában játssza.
Az előadás alatt a narrációt látássérült vendégeink egy készülék segítségével, fülhallgatón keresztül követhetik, míg hallássérült nézőink számára jeltolmács biztosítja a kultúrához való egyenlő esélyű hozzáférést. Az eszközök és a jegyek limitált száma miatt kérjük, részvételi szándékát minél előbb jelezze az alábbi elérhetőségek valamelyikén:
email: akadalymenteskultura@gmail.com
telefon: +36 30 813 4534

Praktikus információk
Helyszín: Vígszínház, 1137 Budapest, Szent István krt. 14.
Jegyár: 20% kedvezménnyel 900-3200 Ft (kérjük, a jegyek pontos áráról érdeklődjön a megadott elérhetőségek valamelyikén)

Az esemény menete:

* + 17.45 gyülekező a színház előcsarnokában
	+ 18.00-18.30-ig színpadbejárás
	+ 18.30-18.45 mosdó és büféhasználat
	+ 18.45 a nézőtéri helyek elfoglalása, a narrációs eszközök beüzemelése
	+ 19.00 az előadás kezdete

Az előadás hossza 2 óra 20 perc, 1 szünettel.
A narrációt készítette, valamint az előadást narrálja: Pethes Ágnes
Jelnyelvi tolmács: Rimóczi Erika
<http://akkuegyesulethu.web-server.hu/akadalymentes-naptar/>

**b, Tapintsuk meg a Budai Várat!**

Integrált program vakok, látássérültek és látók számára
Érdekel a Budai Vár építésének története és építészeti részletei? Szeretnéd magadat várostervezőként kipróbálni?
Ha igen, akkor itt a helyed. Várunk szeretettel május 22-én 10 órától a Magyar Nemzeti Galéria GYIK-Műhelyében!
A program résztvevőinek létszámát 15 főben maximalizáljuk, ezért a jelentkezés regisztrációhoz kötött.

Várjuk jelentkezéseteket a furikati33@gmail.com, eszter.losonczi@gmail.com címeken.

**c, OrgonaExpedíció gyermekeknek**

MÜPA 2016. május 22. vasárnap 10:00 — 10:40
Bartók Béla Nemzeti Hangversenyterem
Világhírű orgonájának 10. születésnapján a Müpa igazi meglepetéspartival, sőt, meglepetéspartikkal várja a hangszerek királynőjének hódolóit.
A sokszínű, inkább felnőtteknek ajánlott programok mellett külön szeretettel köszönti a gyerekeket, akik szüleikkel együtt, vagy akár egyedül is közelebbi ismeretségbe szeretnének kerülni a közel 7000 sípból álló, 92 regiszteres, ötmanuálos hangszerrel. Az ismerkedés fontos állomása lehet a május 22-én 10 órakor kezdődő, mintegy 40 perces OrgonaExpedíció Gyermekeknek a Bartók Béla Nemzeti Hangversenyteremben, amelynek keretében Fassang László Liszt- és Prima-díjas orgonaművész a Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem és a párizsi Conservatoire National Superieur tanára, a Müpa orgonakoncertjeinek szerkesztője mutatja be, milyen hangszínek, hangszín-kombinációk keverhetők ki a sípok-regiszterek-manuálok sokaságán.

A programon a részvétel ingyenes, előzetes regisztráció nem szükséges.
[www.mupa.hu](http://www.mupa.hu)

**d, Kisnémedi Varga Pál 50 éve az operett világában**

Kisnémedi Varga Pál és barátai közismert operettekből adnak elő részleteket.
A belépés látó- és látássérült vendégek számára is díjtalan.

Mi is az operett?
"Az operett könnyed dallamvilággal átszőtt (szerelmi) történet, sok humorral fűszerezve. Témája vígjátéki, vidám, komikus és gúnyos elemeket egyaránt tartalmaz."
Operett együttesünk Önt is szeretettel meghívja erre a nagyvárosi, szórakoztató, zenei műfajra!

Az alábbi művekből adunk elő duetteket és szóló dalokat:

* + Eisemann Mihály - Bástya sétány77,
	+ Huszka Jenő - Lili bárónő,
	+ Kálmán Imre - Csárdáskirálynő,
	+ Lehár Ferenc – Cigányszerelem

Közreműködők:

* + Fabók Judit (ének)
	+ Faludi Szilvia (ének)
	+ Kisnémedi Varga Pál (ének)
	+ Németi Pál (műsorvezető, ének)
	+ Obenausz Tamás (vers)
	+ Magyargencsi dalkör Némethné  Kovács Magda vezetésével

Zenei kíséret:

* + Balázs Levente
	+ Farkas Péter
	+ Geszti Eszter
	+ Kamrás Sándor
	+ Németh Dávid
	+ Némethné Berta Edina
	+ Németh Tamás
	+ Ruzsa Viktor

Helyszín: MVGYOSZ Székház Hermina terme (1146. Budapest, Hermina út 47.)
Időpont: 2016. május 21. 15,00 óra
A rendezvényt a Vakbarát Alapítvány támogatja.

Mindenkit szeretettel vár a szervező Farkas Péter és Kisnémedi Varga Pál.

**e, Múzeumok Majálisa**

Május 21–22-én a Múzeumkertben és a Magyar Nemzeti Múzeumban 21. alkalommal rendezik meg a Múzeumok Majálisát. Ez a 40 ezer látogatót vonzó, egyedülálló kulturális fesztivál több mint 120 hazai múzeumnak nyújt lehetőséget a bemutatkozásra, programkínálatuk ismertetésére.
Az MNM a régvolt 19. századi majálisok szellemét, atmoszféráját idézi meg, elmerülve az elegancia, az illúziók, és a jelmezbálok világában.
Felnőtt és gyerekprogramok, előadások, koncertek, meglepetés produkciók színesítik a programkínálatot, szombaton itt osztják ki a múzeumi szakma rangos elismeréseit, az Év múzeuma- és az Év kiállítása-díjakat.
A Majális idén is kapcsolódik az ICOM Múzeumi Világnapjához, melynek 2016-os jelszava: Múzeumok és kultúrtájak.

Május 21-én, a Múzeumok Európai Éjszakájának napján, a Szabad szemmel – Fotó Hemző című kiállítás finisszázsán az MNM este 10 óráig várja az érdeklődőket.
Az idén velünk majálisozik a Talamba Ütőegyüttes, Váczi Eszter & Quartet, a Budapesti Operettszínház művészei, a Canarro, a Baltazár Színház Varga Edittel és Müller Péter Sziámival, a Nemadomfel, a Villon-trio, a Katáng, a Veronaki és még sokan mások.
Részletes programok:
<http://www.museum.hu/program/47951/Muzeumok_Majalisa_2016>

**f, Vega est vegán sütikóstolóval**

Szeretettel várjuk május 23-án (hétfőn) a Vega Esten 18.00-20.00
A rendezvény INGYENES!
A rendezvény háziasszonya és főszervezője: Marton Melinda

Vendég: Szabóné Papp Emőke, fittanyuka
<http://www.fittanyuka.hu/>

A Vega Est témája: Vegán táplálkozás tudatosan
Előadás vegán süteménykóstolóval!

Helyszín: Magnet Közösségi Ház, Belső Udvar
1062 Budapest, Andrássy út 98.

"Életmód tanácsadóként és menü-koordinátorként dolgozom. Naponta szembesülök munkám során a helytelen életmód-táplálkozási szokások és a különböző ételallergiák miatt megbetegedett felnőttek és kisgyermekek problémáival. Meggyőződésem, hogy egészséges – helyes táplálkozással,a természet törvényeinek betartásával,a szervezet lúgosításával,sok helytelen életmódbeli betegség javulna, életenergiánk,vitalitásunk visszatérne.
Van egy hat éves kislányom és anyaként is azt gondolom, tapasztalom, hogy az egészséges életmódra való nevelést nem elég, elég korán kezdeni! Ennek a célnak érdekében 2009 óta írom a fittanyuka gastro és a fittanyuka életmódtippek blogomat. Több száz recepttel és recept ötlettel szeretnék segíteni minden anyukának és nemcsak anyukáknak. Szintén e cél érdekében alapítottam meg a Fittanyuka webcukrászdát, ahol olyan reform sütemények, torták rendelhetőek amelyek nem rombolják az egészséget. Munkámhoz tartozik, az egyénre szabott menü-koordináció, mintaétrend kialakítással és személyre szabott életmód tanácsadással. Továbbá egyéni és csoportos főzőtanfolyamokat, workshopokat szervezek."
Szabóné Papp Emőke
<https://www.facebook.com/events/487042324835408/>

**g, Helytörténeti séta a nemzeti sírkertben**

Május 26-án, csütörtökön 15 órától a Fiumei úti (Kerepesi) temetőben
a Kőbányai Helytörténeti Gyűjtemény szervezésében
A részvétel ingyenes!

Budapest és egyben Magyarország egyik legfontosabb temetője 1950-ig, Nagy-Budapest kialakításáig Kőbányához tartozott. Itt helyezték végső nyugalomra a „legdrágább halottként” tisztelt Batthyány hamvait, majd Kőbányán temették el a nemzet másik nagy alakját, a haza bölcsét, Deák Ferencet. Szintén kerületünkben került sor 1894. április 1-jén minden idők legnagyobb és legjelentősebb magyarországi temetésére, Kossuth Lajoséra.
Rajtuk kívül számos nemzeti nagyság nyugszik a volt kőbányai temető földjében. A dísz- és szoborpark jellegű sírkertben szervezett helytörténeti séta, az ismeret bővítésen túl alkalmat teremt arra is, hogy
tisztelegjünk e nemzetünk nagyjainak emléke előtt.
<http://korosi.org/index.php?option=com_content&view=article&id=2842:helytoerteneti-seta-a-nemzeti-sirkertben&catid=14:ismeretterjesztes&Itemid=15>

**h, Péntek10 – Nyugdíjasok irodalmi délelőttje**

Séta+irodalom – a Margitsziget egy kicsit másképp
Évszázados fák és műemlékek, jó levegő, zöld mindenütt, a bokrok közt megbújva neves íróink szobrai, szép versek, minden együtt egy kellemes sétához a Duna közepén található „kis paradicsomban". Találkozó a szökőkútnál.

Dátum:
2016. május 27. 10.00

Helyszín:
Margitsziget, szökőkút
<https://pim.hu/hu/esemenyek/pentek10-nyugdijasok-irodalmi-delelottje-6>

**i, 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:

* + Május 28.   10 órakor
	+ Június 18.  10 órakor

Forrás:
<http://www.vandorbot.net/page84.html>

**j, Esélyek utcája**

Május 27-én délután megnyílik az Esélyek utcája a Tranzit Art Café előtt!
Főszerepben a TOLERANCIA, az ESÉLYEGYENLŐSÉG, és a CSALÁDBARÁT SZEMLÉLET. Gyere el, nem leszel egyedül!

Mert itt lesz még a Baltazár Színház - Theatre Baltazar és Barátai, Berecz István, Bíró Anna, Budapest Főváros Bartók Táncegyüttese, a Budapesti Korai Fejlesztő Központ, a Down Alapítvány, a Jól-Lét Alapítvány, KardosHorvathJanosOfficial, a KultúrPart Egyesület, a Kézenfogva Alapítvány, Lackfi Jánosi, Maszk Bábszínház, a Menedékház Alapítványl, a NEM ADOM FEL Alapítvány, Netz Táncprodukció, Novák Péter, a Pető Intézet, Robert Sinha - guitar, és Sánta Gergő!
Bemutatkoznak az újbudai segítő és tanácsadó szervezetek, lesz játszósarok és érzékenyítő tréning, tánctanítás és kézműves foglalkozás, egyszóval igazi családi program ígérkezik Újbuda Önkormányzatának szervezésében!
Ez egy igazi emberi fesztivál! Adjunk esélyt egymásnak május 27-én a Tranzitban! Budapest XI., Bukarest és Ulászló utca sarok.
<https://www.facebook.com/Kulturpart/>

**k, 3. Rehab Critical Mass**

Immár harmadik alkalommal tartjuk meg a fogyatékossággal élők – mozgásukban, látásukban, hallásukban, beszédükben vagy mentálisan akadályozott emberek -, valamint a velük szimpatizáló ép barátaik, ismerőseik, szövetségeseik felvonulását. Az esemény célja, hogy felhívjuk az emberek figyelmét a fogyatékossággal élők társadalmi kirekesztésére, azokra a súlyos problémákra és hiányosságokra, melyek haladéktalan megoldást igényelnek.
Május 29-én vasárnap 13 órakor gyülekezünk a Clark Ádám téren és 14 órakor a Lánchídon keresztül vonulunk az Erzsébet térre, ahol koncertek, kulturális- és családi programok várnak mindenkit.

Fellép – többek között – a REPUBLIC, Pásztor Anna Énekes, Kovács Patrícia, Barabás Lőrinc, a Szilvási Gipsy Folk Band // Keményen Dolbyzó Kisember, Lena és az Átértékeled csapata.
A helyszínen találkozhattokk Till Attila hivatalos oldalaval – aki az esemény házigazdája – és az általa rendezett Tiszta Szívvel - Kills on Wheels című film néhány szereplőjével is. Mivel 2016 az Olimpia – és ezáltal a Paralimpia – éve, ezért a rendezvényen számos parasportolóval is megismerkedhettek.
A rendezvény AKADÁLYMENTES és GYEREKBARÁT
A részvétel ingyenes
Mindenki képes!
<https://www.facebook.com/events/506427369564120/>

**l, Cifra Palota XXL – Gyermeknap**

Interaktív programok tanulni vágyó gyermekeknek és felnőtteknek
2016. május 29. vasárnap 10:00 — 15:00

Művészetek Palotája
Kék terem, Előcsarnok, Üvegterem, Fesztivál Színház, Kültér, Lépcsőterem, Átrium (Előcsarnok)

A Cifra Palota azokat a családokat várja, amelyek aktívan, kreatívan, tartalmas programokkal szeretnék eltölteni az időt. A színpadon zajló zenés, tánc- és meseelőadások, valamint az előcsarnok többi területén megrendezett zenei és kreatív foglalkozások, készségfejlesztő programok és játékok kapcsolódnak a programsorozat heti témájához és a Müpa más előadásaihoz.
A Müpa vasárnaponkénti Cifra Palotája hatalmasra nő gyermeknap alkalmából. Zenék, mesék három színpadon; bent a Müpában és kint szabadtéren is rengeteg kreatív- és zenés foglalkozás vár minden gyermeket és gyermeklelkű felnőttet, akik a „vattacukor-élmények” helyett aktívan, tartalmas programokkal szeretnék eltölteni ezt a napot.

Zenés színpad a Müpa előtt (eső esetén: Átrium)

* + 10.00 Búgócsiga Zenede
	+ 11.00 Csurgó Zenekar
	+ 12.00 Csodaliget lakói
	+ 13.00 HolddalaNap
	+ 14.00 Drums ütőegyüttes

Fesztivál Színház

* + 11.00 Netz Táncprodukció: Családi örömzene-örömtánc
	A Kultúrpart Csoport előadása
	+ 13.00 Etetős versek a menzáról
	A Kompánia Színházi Társulat és a Rakoncások gyermekzenekar előadása

Mesés-táncos színpad az Átriumban (eső esetén a Fesztiváltérben)

* + 10.00 Kerekítő Tippentő Benedek Krisztina vezetésével
	+ 11.00 Drámajáték Bognár Anna színművésszel
	+ 12.00 Csod-Állatos mesék: Süni, a pökhendi
	+ 13.00 A Brémai muzsikusok - a Szamárfül Projekt előadása
	+ 14.00 Szente János táncháza

Egész napos programok:

Kültér

* + WWF - Élő Duna Turné
	+ UNICEF
	+ United Way Alapítvány Könyvforgató program - Hozd magaddal feleslegessé vált könyved és adományozz vagy csereberélj!
	+ Baráthegyi Vakvezető és Segítő Kutyaiskola Alapítvány
	+ Közlekedéstudományi Intézet kreszpálya
	+ Jár a malom jár... - a kenyér útja a mag elvetésétől a kenyérsütésig
	+ Kukorica játszó - csutkababák, morzsolás, darálás, liszt szitálás…
	+ Tanyavilág - kerekes kút, itató-etető, szalma, széna…
	+ Könyvmolyoló
	+ Játékpark
	+ óriás malomtársas, célba dobók, horgászat, babzsákoló, diótörő, csúzlizda, labdajátékok, vaskarika-gurítás, egyensúlyozók, bubuc játék, páros síelés, kakaskodó, mocsárjárás, gólyalábazás, billegők, lovacskás játékok, versenyfuttatás…
	Királyi várjáték, kreatív foglalkozások (eső esetén az Előcsarnokban)

Előcsarnok (eső esetén az Üvegteremben)

* + - Bélaműhely - újrahasznosított tárgyakból készült hangszerek
	+ - Kistányér Program
	+ - Korongcsata

Fejlesztő foglalkozások:

* + Hangszerelő
	+ - Ütemmutató
	+ - Hallgatózó
	+ - Müpa csemege
	+ - Hangolódó
	+ - Zenekarosdi

Kék terem: Mindlab - agytorna mindenkinek

Foglalkozások kicsiknek az Üvegteremben, eső esetén a Lépcsőteremben
Korosztály: 0-12 év
[www.mupa.hu](http://www.mupa.hu)

**m, Visegrád: akadálymentes a hajóállomás**

Megújult a visegrádi hajóállomás 75 millió forintból, a Mahart Passnave korszerűsítette az állomás épületét, megújultak a kikötők, és a környező terület is. Az állomás korszerűsítése keretében akadálymentesítés mellett megújultak a kiszolgáló létesítmények, pihenőhelyet alakítottak ki a munkatársaknak, és P+R parkoló is létesült.
A visegrádi hajóállomásnak régióközpont szerepet szánnak, ismét használják majd a szobi és zebegényi kikötőt is. A következő évtől módosul a menetrend, gyorsjáratú hajók indulnak a hét majdnem minden napján a fővárosból Visegrádra.
A Budapest és Esztergom közötti út hat óráról háromra rövidül azáltal, hogy a fővárosból gyorsjáratú hajó juttatja el az utasokat Visegrádra, akik innen hagyományos turistahajóval folytathatják az útjukat.
<http://epulettar.hu/cikk/visegrad-elkeszult-a-hajoallomas-felujitasa/>

Összeállították és szerkesztették: az ügyfélszolgálat munkatársai

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

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

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

--

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