**Vakok és Gyengénlátók Közép-Magyarországi Regionális Egyesülete  
Rendkívüli ajánlataink**

## Tartalom

[1. MEGHÍVÓ „Oldjuk meg, osszuk meg!” szülő klubunkra](http://freemail.hu/mail/index.fm#1.hir)  
[2. Évfordulót ünnepelünk!](http://freemail.hu/mail/index.fm#2.hir)  
[3. Jó hír: Áldozatvédelmi szóróanyag Braille-írással](http://freemail.hu/mail/index.fm#3.hir)  
[4. Látássérülteket megillető kedvezmények gyűjteménye készül](http://freemail.hu/mail/index.fm#4.hir)  
[5. Hamarosan lejár a jelentkezési határidő!](http://freemail.hu/mail/index.fm#5.hir)  
[6. Akusztikus Kaláka koncert vendéggel](http://freemail.hu/mail/index.fm#6.hir)  
[7. Audionarrált előadás a Katonában](http://freemail.hu/mail/index.fm#7.hir)  
[8. Jön a Karácsony! Karácsonyi szokásaink története](http://freemail.hu/mail/index.fm#8.hir)  
[9. Zuglóban vasárnap nyit az ingyenes jégpálya!](http://freemail.hu/mail/index.fm#9.hir)  
[10. Ingyenes tüdőszűrés a halálozás csökkentéséért](http://freemail.hu/mail/index.fm#10.hir)

## 1. MEGHÍVÓ „Oldjuk meg, osszuk meg!” szülő klubunkra

Kedves XIII. kerületi Szülők!   
  
A Vakok és Gyengénlátók Közép-Magyarországi Regionális Egyesülete számára kiemelten fontos, hogy a látássérült szülőket, és a látássérült gyermeket nevelő családokat segítse, támogassa.   
A VGYKE – „Családi erőforrások” projektjének keretében nagy tisztelettel meghívjuk Önt   
  
„Oldjuk meg, osszuk meg!” szülő klubunkra,   
  
Dátum: 2016. november 24. De. 9:00 – 12:00 ig.   
Helyszín: XIII. kerületi Prevenciós Központ.   
(Bp. 1134 Tüzér utca 56-58. )   
  
A szülőklub ingyenes, de előzetes regisztrációhoz kötött.   
  
(Kérjük, tartsa nyomva a CTRL gombot, és úgy kattintson a regisztrációra.)   
regisztráció   
<http://www.vgyke.com/tenni-tudunk/meghivok/>   
  
További információk:   
Eleki Abigél   
[elekiabigel@vgyke.com](javascript:fm.eMailClicked.raise('elekiabigel@vgyke.com');)   
  
Kérjük, ossza meg velünk tudását, tapasztalatait, hogy együtt tudjuk segíteni és támogatni a látássérült szülőket, valamint a látássérült gyermeket nevelő családokat!   
  
Megjelenésére feltétlenül számítok!   
  
Budapest, 2016. október 19.   
  
Fodor Ágnes elnök   
  
Program:   
  
9:00 Regisztráció (kávé, ásványvíz)   
9:30 Köszöntő Eleki Abigél   
VGYKE közösség szervezés operatív vezető.   
9:40 Bemutatkozik a VGYKE és a „Családi erőforrások” projekt és az indított blog   
Eleki Abigél, VGYKE közösség szervezés operatív vezető   
Ivanova Daniela, kommunikációs munkatárs   
10.00 Bemutatkozik az Országos Látásvizsgáló Bizottság   
Lantos Éva   
10.20 Szülői gondolatok, látássérült gyermeket nevelő szülő   
Bodáné Mária   
10.30 „Oldjuk meg, osszuk meg!” szülőklub annak érdekében, hogy a bevált „jó gyakorlatok” tovább éljenek, és ezek a tudások mindenki számára rendelkezésre álljanak.   
  
Témák:

* Milyen fejlesztésre viszi látássérült gyermekét és honnan tudta meg a fejlesztés útját?
* Hogyan oldják meg? (családi logisztika – hétköznapi teendők, orvos, fejlesztés, óvoda, munka, magánélet, pihenés összehangolása)
* Hogyan dolgozták fel ezt a traumát?

Facilitál: Neumann Károly   
12.00 Szendvics ebéd közben kötetlen beszélgetés, kapcsolatépítés

## 2. Évfordulót ünnepelünk!

A Dabas és Térsége Látássérültjeinek Egyesülete (DATLE) sok szeretettel meghívja Önt és kedves családját, barátait fennállásának 11. és az Együtt Könnyebb Klub 23. évfordulójának megünneplésére!   
  
Időpont: 2016. november 26. (Szombat) 13.00 óra   
Helyszín: 2370 Dabas, Szent István út 58. Kossuth Művelődési Központ Nagyterme   
  
Program:

* + 12.30 Regisztráció
  + 13.00 A rendezvény megnyitója: Fodor Ágnes, a VGYKE Elnöke és Roicsik Lászlóné, a DATLE Elnöke köszöntője
  + 13.30 A „Pálóczi Színház Veronilla Stúdió” zenés előadása
  + 14.00 Szolid hidegtálas vendéglátás

A színpadi műsort zenés, táncos program követi. A talpalávalót Hermann Tibor szolgáltatja.   
A rendezvény ideje alatt a Láthatár Segédeszköz Bolt termékeit lehet megismerni és megvásárolni.   
Sok szeretettel várunk mindenkit!   
  
Dabas, 2016. november 14.   
  
Üdvözlettel   
Roicsik Lászlóné   
DATLE Elnök

## 3. Jó hír: Áldozatvédelmi szóróanyag Braille-írással

A Budapesti Rendőr-főkapitányság XVIII. kerületi Rendőrkapitányság megbízott vezetője, Minyóczki Árpád rendőr alezredes adta át egy kerületi egyesület vezetőjének a vakok és gyengénlátók számára készített anyagokat.   
BRFK XVIII. kerületi Rendőrkapitányság célja, hogy a preventív bűnmegelőzési előadásokon keresztül eljussanak minden kerületi lakoshoz, aki életkorából vagy egyéb hátrányos helyzetéből fakadóan fokozottan támogatásra szorul. Ezen kiemelt cél megvalósítása érdekében felvették a kapcsolatot Kiss Júliával, a Vakok és Gyengénlátók Közép-Magyarországi Regionális Egyesületének XVIII. kerületi Lámpás Klubjának vezetőjével.   
Az elmúlt félévben több alkalommal tartottak a klubtagok számára prevenciós, áldozatvédelmi és bűnmegelőzési előadást. Ennek során a kerületi bűnmegelőzési munkatárs felismerte, hogy a tagok hátrányos helyzetéből fakadóan kiszolgáltatottabbakká válhatnak a mindennapokban, ezért 2016. november 18-án délelőtt Minyóczki Árpád rendőr alezredes, a Budapesti Rendőr-főkapitányság XVIII. kerületi Rendőrkapitányság megbízott vezetője a rendőrség kezdeményezésére Braille-írással készíttetett áldozatvédelmi szóróanyagokat adott át a kerületi egyesület vezetőjének. A vakok és gyengénlátók számára készített anyagok ezenkívül a jövőben olvasás céljából elérhetőek a Fővárosi Szabó Ervin könyvtár kerületi épületeiben is.    
  
Forrás:   
<http://www.police.hu/hirek-es-informaciok/bunmegelozes/aktualis/aldozatvedelmi-szoroanyag-braille-irassal>

## 4. Látássérülteket megillető kedvezmények gyűjteménye készül

Kedves Olvasónk!   
  
Előfordul, hogy bizonyos szolgáltatások igénybevétele esetén az MVGYOSZ érvényes arcképes igazolványával rendelkező személyek kedvezményesen vehetik igénybe az adott szolgáltatást.   
Ezekről a jogszabályokban nem szabályozott kedvezményekről szeretnénk egy gyűjteményt készíteni és azt honlapunkon közzétenni.   
Amennyiben Önnek, vagy ismerőseinek tudomása van ilyen kedvezményről, kérem, írja meg e-mailben! Múzeumi, vagy  kulturális programok belépődíjaira vonatkozó, esetleges vásárlási kedvezményekre gondolunk.   
  
A levelet az [info@mvgyosz.hu](javascript:fm.eMailClicked.raise('info@mvgyosz.hu');) címre várjuk.   
A tárgy mezőben szerepeljen a „gyűjteményhez” szó.   
  
Angyal Gábor   
  
Forrás:   
MVGYOSZ Hírlevél 57. szám, 2016. 11. 18.

## 5. Hamarosan lejár a jelentkezési határidő!

PÁLYÁZATI FELHÍVÁS Fogyatékossággal élő pályázók számára 2017/2018-ban felhasználható üdülésre

A pályázat célja   
  
A Magyar Nemzeti Üdülési Alapítvány (továbbiakban: Alapítvány) az Erzsébet-program keretében - az egészség megőrzéséhez szükséges aktív kikapcsolódás elősegítése érdekében - fogyatékossággal élők számára üdülési pályázatot hirdet. Az Alapítvány a pályázattal elnyerhető támogatást üdülési szolgáltatásra nyújtja. A jelen pályázattal elnyerhető üdülési támogatásra kizárólag a jelen felhívásban meghatározott követelményeknek maradéktalanul megfelelő kedvezményezettek jogosultak.   
  
Kedvezményezettek köre   
Azon belföldi illetőségű, 18. életévét betöltött, fogyatékossággal élő személy, aki a pályázat benyújtásakor fogyatékossági támogatásban és/vagy vakok személyi járadékában és/vagy magasabb összegű családi pótlékban részesül, valamint a havi ellátásainak és jövedelmeinek teljes összege nem haladja meg a nettó 150.000 forintot.   
A teljes pályázatot, a részvételi feltételeket, határidőket Hírlevelünk melléklete tartalmazza.

## 6. Akusztikus Kaláka koncert vendéggel

Szeretettel invitáljuk Önöket November 26-án, 19 órai kezdettel tartandó KALÁKA, akusztikus koncertünkre, melynek vendége LACKFI JÁNOS lesz.   
Belépő: 1200 Ft   
Helyszín: MARCZIBÁNYI TÉRI MŰVELŐDÉSI KÖZPONT   
1022 Budapest, Marczibányi tér 5/a   
Központi telefonszám: 06 1 212-2820   
Lackfi János és a Kaláka barátsága és munkakapcsolata sok évre nyúlik vissza, többek között: külföldi turnék, itthoni koncertek, Kaláka Versudvar Kapolcson. Reménységünk és terveink szerint novemberben megjelenik a Kaláka–Lackfi János: Kutyából szalonna című lemezünk, melyből részleteket hallhat a közönség. /Gryllus Dániel/   
BECZE GÁBOR, GRYLLUS DÁNIEL, GRYLLUS VILMOS, RADVÁNYI BALÁZS   
Részletek:   
<http://marczi.hu/Content/viewEvents/34/14159>    
  
Üdvözlettel:   
Bikkes Ágnes   
Komoly- és világzenei programok, szervezés   
Klebelsberg Kultúrkúria   
Marczibányi Téri Művelődési Központ   
Tel.: 06 1 212-2820/117 mellék   
Mobil: 06 20 486-89-03   
E-mail: [bikkes.agi@marczi.hu](javascript:fm.eMailClicked.raise('bikkes.agi@marczi.hu');), [bikkes.agi@kulturkuria.hu](javascript:fm.eMailClicked.raise('bikkes.agi@kulturkuria.hu');)

## 7. Audionarrált előadás a Katonában

Ezúton szeretném figyelmükbe ajánlani színpadbejárással és audionarrációval kísért előadásunkat, melynek akadálymentesítését egy egyedülálló pályázat keretein belül tudtuk megvalósítani.   
December 11-én vasárnap,  19 órától látható és hallható a nagyszínpadon az Illaberek c. produkciónk, mely a kivándorlás kérdését járja körbe szórakoztató és elgondolkodtató módon. Az előadást megelőzően a látogatóknak lehetőségük van megismerkedni a díszlettel pár, az előadásban szereplő színész kíséretében, így segítve az élmény teljességét.   
Az előadásra 33% kedvezménnyel, 2615 Ft-ért foglalhatók helyek november 25-ig a [dako.dora@katonaszinhaz.hu](javascript:fm.eMailClicked.raise('dako.dora@katonaszinhaz.hu');) e-mail címen vagy a 06 1 266 5200-ás telefonszámon, a jegyekhez tolmácskészülék díjmentesen foglalható!   
A programra természetesen a kísérőket is szeretettel várjuk a fenti, kedvezményes áron!   
A narrált hangosmeghívó az alábbi linken elérhető!   
Hangosmeghívó:   
<https://www.youtube.com/watch?v=KxsCrGEpASc&feature=youtu.be>   
További kérés, kérdés esetén készséggel állok szíves rendelkezésükre az alábbi elérhetőségeken!   
Szeretettel várjuk Önöket!   
  
Üdvözlettel,   
Dakó Dóra   
Katona József Színház   
1 266 5200, 20 771 3095   
[dako.dora@katonaszinhaz.hu](javascript:fm.eMailClicked.raise('dako.dora@katonaszinhaz.hu');)

## 8. Jön a Karácsony! Karácsonyi szokásaink története

A következő klubnapunkat november 30.-án, a hónap utolsó szerdáján 15 órakor tartjuk a szokott helyen, a Kondor Béla Művelődési Központban.  (Kondor Béla Sétány 8.)   
Az ünnep eredetéről lesz szó, szokásokról, történelmi hátteréről. Az Adventről, a karácsonyfa állításról a Krisztus születésének történetéről és a szeretet ünnepéről.   
Úgy készülünk, hogy ha kedvünk tartja, egy-két egyszerű dologból karácsonyi díszeket is készíthetünk, hogy megalapozzuk az ünnepi hangulatot.   
  
Emlékezve a múzeumi programunkra megkóstolhatjuk a híres Fedák-lepényt is.   
Meghívjuk a Civil rádió munkatársát, Ruzsa Viktort is.   
  
Szeretettel várunk, családostul, barátostul, gyerekestül!   
  
Üdvözlettel:   
Kiss Julia és Juhos Róbert

## 9. Zuglóban vasárnap nyit az ingyenes jégpálya!

Idén is ingyenes jégpálya várja a zuglóiakat a Bosnyák téren. A pálya mellett adventi  vásár és  kulturális programok is lesznek.   
A jégpálya a tervek szerint február 5-ig működik. A korábbinál nagyobb pályát rendes palánkkal veszik körül. A korcsolyázók számára melegedőt is nyitnak, a mobil WC-k helyett pedig melegvizes kézmosóval ellátott konténerillemhely lesz.   
Mind a négy adventi vasárnap 15 és 17 óra között kulturális rendezvénnyel várják az érdeklődőket. A programok advent első vasárnapján kezdődnek: ekkor retró partival és tűzzsonglőr show műsorral készülnek.   
Zuglóban emellett a Városligetben is találunk jégpályát: a városligeti műjégpálya az elmúlt héten nyitott ki. Itt korcsolyát idén 1500 forintért lehet kölcsönözni.   
A pálya február közepéig tart nyitva, az alábbiak szerint:   
Hétfőtől - péntekig:   
09:00 - 13:00   
17:00 - 21:00   
Szombaton:   
10:00 - 14:00   
16:00 - 21:00   
Vasárnap:   
10:00 - 14:00   
16:00 - 20:00   
  
A belépőjegy árai így alakulnak:   
Diák/nyugdíjas: Hétfőtől - Péntek délelőttig 1.000,- Ft   
Péntek délután 1.500,- Ft, Szombat, Vasárnap 1.500,- Ft   
Felnőtt: Hétfőtől - Péntek délelőttig 1.500,- Ft   
Péntek délután 2.000,- Ft Szombat, Vasárnap 2.000,- Ft   
6 éves kor alatt: ingyenes   
  
Forrás:   
<http://14.kerulet.ittlakunk.hu/sport/161121/vasarnap-nyit-az-ingyenes-jegpalya>

## 10. Ingyenes tüdőszűrés a halálozás csökkentéséért

Ingyenes szűrést biztosít az 50 évnél idősebb dohányosoknak és nem dohányzóknak az Országos Korányi TBC és Pulmonológiai Intézet. A cél, hogy a veszélyeztetett korcsoportban időben felismerjék és kezeljék a felmerülő betegséget.   
Magyarország világelső a tüdőrák okozta halálozást tekintve. Míg a férfiak körében enyhe csökkenés figyelhető meg, addig a nőknél egyre több a tüdőrák áldozata. A szakemberek a megelőzésre hívják fel a figyelmet.   
  
Ingyenes tüdőszűrés   
Aki szeretne ingyen részt venni tüdőszűrésen, 50 évnél idősebb, dohányos vagy sem, az most megteheti az Országos Korányi TBC és Pulmonológiai Intézet két központjában, valamint a Debreceni Egyetem és a Szegedi Tudományegyetem kijelölt részlegein.   
Az intézet 2013-ban indította el a tüdőrákszűrést célzó kutatási programját. Ebben a kiemelten veszélyeztetett páciensek bevonásával vizsgálják az alacsony dózisú mellkasi CT hatékonyságát tüdőrákszűrésre. A cél, hogy a program bekerülhessen a népegészségügyi szűrőprogramok közé, és az Országos Egészségbiztosítási Pénztár égisze alatt a lehető legtöbb veszélyeztetett ember szűrését elvégezhessék – közölte Kovács Gábor, az Országos Korányi Tbc és Pulmonológiai Intézet főigazgató főorvosa.   
„Világszerte az a cél, hogy minél korábbi stádiumban fedezhessük fel a betegséget, amikor még lehetőség van a leghatékonyabb gyógymódra. Szeretnénk, ha megfelelő szűrővizsgálattal több beteget lehetne korábbi, operálható stádiumban felfedezni. A Korányi intézet évekkel ezelőtt elindított egy olyan programot, ami egy rizikócsoportos tüdőrákszűrés lehetőségét kívánja megteremteni. Az erős dohányosok, a COPD-s és az ötvenévesnél idősebbek körében halmozódik elsősorban a tüdőrák. Az a tapasztalat, hogy ezzel a szűrővizsgálattal 20 százalékkal csökkenteni lehet a tüdőrák halálozási arányait" - fejtette ki.   
A vizsgálat mellett a dohányzó betegeket a leszokási programok egyikébe is igyekeznek majd bevonni.   
  
Forrás:   
<http://inforadio.hu/belfold/2016/11/20/ingyenes_tudoszures_a_halalozas_csokkenteseert/>

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.