

Carissimi

Esély fogyatékos és egészségkárosodott embereknek

IV. évfolyam, 2013/6., december

Hova vezet a csillag?

Karácsony az orvostudományban

Az én történetem:
Puha Andrea egyetemi
hallgató

*Szeretetteljes
karácsonyi ünnepeket
és boldog új évet kívá-
nunk minden kedves
olvasónknak.*



Képzőművészeti szalon 2013

A Mentálisan Sérülteket Segítő Társulás Dunaszerdahelyen, a Csallóközi Múzeum épületében tartotta meg a **Képzőművészeti szalon** elnevezésű, értelmi sérült emberek alkotásait bemutató országos seregszemlét, amelyre 18. alkalommal került sor. Az MSST mindig más városban működő szervezetét kéri fel a megrendezésre, a csallóközi város már másodszor adott otthont a kulturális eseménynek. A **Bolygónk, a Föld mindenkié** témában közel 700 alkotás: rajz, festmény, kerámia és textil érkezett hatvannyolc intézményből és szervezettől. A megnyitón mintegy 120-an voltak kíváncsiak a valóban színvonalas munkákra, és később is rekordokat döntött a látogatottság. A földj Pozsonyba vándorolt, a kollektív alkotás kategóriájának díját a szenci Nefelejcs Klub tagjai, a legszebb ékszerkészletért járó pedig a galántai Mentálisan Sérülteket Segítő Társulás tagjai vehették át.



Gratulálunk!

Kedves levelet hozott a posta Tatáról, Szabó Szonjától. „Megtörtént a díjátadás, elnyertem a közönségsdíjat, Prima díjas lettem. Nagyon boldog vagyok, és ezt az érzést szerettem volna megosztani kedves ismerőseimmel” – írja.

Olvasóink Szonját előző számunkból ismerhetik. A mind a négy végtagját érintő bénulás miatt kerekes székbe kényszerült lánnyal egy somorjai sportnapon találkoztam, fejpánt segítségével bocciban versenyzett. Beszélgetésünk során aztán megtudtam, hogy nemcsak sportol: fest is, szájjal; több kiállítása is volt, és idén felterjesztették a Komárom-Esztergom megyei Prima Díjra. A levélhez csatolt újságcikkből az is kiderült, hogy elsőprő többséggel, több mint 12 ezer szavazattal lett övé a közönségsdíj, amely a pénzjutalmon kívül kiállítási lehetőséggel jár.

Szeretettel gratulálunk Szabó Szonjának!



Tartalom

Major Árvácska: Hova vezet a csillag?	3
Dr. Kiss László: Mit adott az orvostudomány karácsonykor a szenvedőknek?	4
Az én történetem: Puha Andrea egyetemi hallgató	6
Akik segítenek: Tirinda Péter cégvezető	9
Dunkel N. Norbert: Értelmi akadályozottság és a lét megértése, II. rész	12
Haris Szilárd: Fogyatékoság és Szentírás	14
Murányi Sándor: Művészeti terápia	17
Fehér Anna: Szülők tanítói szerepben	18
Vendégoldal: Kinövi a gyermek?	19
Tudományos nap a Bliss Alapítvány-nál	20
Határon átnyúló együttműködés: Együtt könnyebb	22
Sztakó Zsolt: Egy kis segítség a rászorulóknak	22
Postánkból: Komáromi Protestáns Nőegylet	23
Pszoriázisos és Atópiás Betegek Szlovákiai Társasága	24
Világnapok az egészségért	25
Sztakó Zsolt: Akire Isten rászólt	26
Magyar–szlovák és szlovák–magyar szótár	27

Carissimi – Esély fogyatékos és egészségkárosodott embereknek. Kiadja a Szlovák Humanitárius Tanács (vydáva Slovenská humanitná rada, Budyšínska 1, 831 03 Bratislava; IČO: 17 316 014) a Carissimi Nonprofit Alappal együttműködve.

Felelős szerkesztő: Tóth Erika.

Nyelvi szerkesztő: Szórád György. Szakmai tanácsadók: prof. MUDr. Kovács László DrSc, MPH, tanszékvezető egyetemi tanár, Comenius Egyetem; Mgr. Köböl Tibor szociális tanácsadó, Izomsorvadásos Betegek Országos Szervezete, tel.: 0948 046 672; PaedDr. Strédl Terézia PhD, adjunktus, tanszékvezető, Selye János Egyetem.

Grafika, tördelés: namedia – Nagy Attila.

Nyomja: Valeur Kft., Dunaszerdahely.

Terjeszti: Mediaprint-Kapa Pressegrasso, a. s.

Levél cím: Carissimi, Bučinová 14, 821 07 Bratislava. Telefon: +421 907 812 236.

E-mail: carissimi.lap@gmail.com.

Honlap: www.carissimi.sk. Ingyenes kiadvány.

Megjelenik kéthavonta. ISSN 1338-2438, ISSN

1338-2446 (online).

Engedélyezési szám: EV 3982/10.

Kéziratokat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza.

Hova vezet a csillag?



Karácsonya – ma már tudom – mindenkinek van. Még azoknak is, akiknek nincs. Mert a vágyakozás a Várakozásra, a remény az Eljövőre, a hit a Megszületőben, a biztonság a lehetséges Jóban végigkíséri mindannyiunk életét. Ha csak egyetlenegyszer is megélhettük, egy egész életen keresztül visszhangzik bennünk az elsötétített szobából felhangzó csengőszó, a fellobbanó gyertyaláng s az együtt elénekelt karácsonyi dal.

„Nekem is lesz karácsonyom!” – szakadt fel Keresztanyamból a könnyes öröm, amikor egy szentestén – már jócskán a gyertyagyújtás idején – váratlanul betoppantam hozzá, kezemben a zárás előtt, a maradékból sietősen választott suta kis fenyővel. Dehogynis az ára miatt vártam a vásárlással az utolsó pillanatig! Hanem hát pont akkorra értem meg és értettem meg: hol is van az én igazi karácsonyom. Huszonéves voltam, egyetemista, akkoriban gyorsan hoztam meg a döntéseimet. Még éppen elértem a Budapestre hazafelé tartó, utolsó esti vonatot.

Negyven év múltán is a Keresztzüleimmel együtt töltött, gyermekkori karácsonyok képei kísérek, érjen mostanság a szenteste Csíkmenaságon, a Szellő tövében vagy Finnországban, a lappföldi hegyek, a tunturik lábánál. Hallgassam bár az Igét munkautjaimon horvátul, németül, szlovákul, vagy vezessen a sors egyenesen Egyiptomba. Oda, ahol még csak hivatalos hagyománya sincs a szentesti várakozásnak.

Az ottani keresztények, a koptok az ortodox naptár szerint ünnepelnek: két héttel a „mi” (értsd: európai) karácsonyunk után. Megemlékeznek a nagy napról a szállodákban: a személyzet, inkább csak a vendégek kedvére téve, afféle előszilveszter formájában köszönti a karácsonyt. A hallban keleties pompával feldíszített fenyőfa áll, mellette egy Mikulás-figura: kezében kantárszár, amely – rénszarvas helyett – tévében végződik...

De a gyermekkori karácsonyok hangulatát Egyiptomban nem a szállókban, a turisták között járva találja meg az ember. Hanem, mondjuk, éjnek idején az Arab-sivatagban, a Nílus-parti Luxorból (a történelmi Thébából) a Vörös-tenger felé, Hurghadába tartva. Akkor, amikor az utastársak már elpihentek a buszban, s az arab sofőr is belefáradt a saját történeteibe. A sivatag csöndjéből behallatszik az utastérbe a szél süvítése, a fagyos kristályéjszakában kupolaként borul fölénk a csillagos ég. Ilyen lehetett az az éjszaka is.

Az ember beleborzong a saját gondolatába. Hiszen Egyiptom földjén jár, ott, ahol az a Történet – legyen bár valóságos vagy mesészerű, kinek-kinek hite szerint – kezdődött. Egyiptom földjéről hozom ki az én fiamat... Innen indult József, a bibliai ács és Mária, az áldott az asszonyok között. Ide tér majd vissza az Ember Fia is, aki – a koptok hite szerint – Egyiptom földjén tölti életének 33 évéből az arab keresztények számára a négy legfontosabbat. Azt az időszakot, amelyről nekünk, európai keresztényeknek alig van tudomásunk.

Ezen az égen jelenik meg az a csillag, amelyet a názareti jászolig követnek a pásztorkok és a háromkirályok. Napkeleti bölcseknek is mondják őket: ugyanis keletiek és sötét bőrűek mindhárman. Mert az az éjszaka – bármilyen hűvös lett légyen is – nem egy havas és nem is egy európai történeté. Csupán a mai gondolkodásunk köti külsőségeiben a téli fehérséghez, földrajzilag Európához a szent éjszakát.

Pedig az újra meg újra átélt ünnep talán éppen azt akarja megértetni velünk, hogy a Történet mindannyiunké: keletieké és nyugatiaké, fehérké és feketéké, pásztorké és királyké.

Az a csillag bennünket is vezet, s megmutatja a helyet, ahova – kezünkben suta kis fenyőt szorongatva, az utolsó vonatra felugorva – egyszer magunk is megérkezhetünk.

Major Árvácska

„Szeretetet kapni nem lehet; mindig csak adni kell”

...avagy mit adott az orvostudomány karácsonykor a szenvedőknek

Az élet nem állhat meg ünnepelni. Bizonyos hivatások, foglalkozások körében a karácsony, Jézus Krisztus születésének emléknapja is „munkanap”. Ilyen hivatás az orvosoké és általában az egészségügyben dolgozóké is: az emberek ezen a szent napon is születnek, balesetet szenvednek, betegeskednek. Az ilyenkor is rutinszerűen végzett gyógyító-, életmentő munka emléke azonban mind a beteg, mind a gyógyító számára sokáig a karácsonnyal asszociál. Különösen így van ez, ha nem rutinszerűen történnek a dolgok, ha december huszonegyedikét és huszonötödikét nemcsak a karácsonyi hangulat, hanem az orvosi beavatkozás orvostörténeti jelentősége is ünneppé teszi.

1809 karácsonyának reggelén a Kentucky állambeli (USA) Danville-ben a 48 éves Ephraim McDowell doktort a nagy ünnep tiszteletére megkonduló harangok nem az Isten házába való sietésre ösztökélték. Saját házában tette meg az utolsó előkészületeket egy addig nem végzett műtéthez. A beteg, Jane Crawford szinte vallásos hittel bízott az Európában, Skóciában tanult doktorban. Inkább a halál, semmint a további szenvedés a hasát dobszerűen felpuffasztó daganattól. McDowell tudta, hogy a petefészek hatalmas daganatával áll szemben, melyet minden kollégája gyógyíthatatlannak tartott.

Saját meggyőződésén túl a műtéti kezelés lehetőségében betege hősiessége is támogatta: Mrs. Crawford a műtét egész ideje alatt zsoltárokat énekelt. Amikor tehát a templomban a karácsonyi ének utolsó strófáit énekeltek, a doktor megkezdte az emberen még soha nem végzett beavatkozást. Átmetszette a hasfal izomrétegeit,



majd a hashártyát is, és a kiboruló belek mögül előbukkant az óriási daganat. McDowell felnyitotta a daganatot, kiürítette annak nyúlós, kocsonyás tartalmát – a későbbi mérés szerint 14 font (kb. 7 kilo) volt a súlya –, majd az így megkisebbitett daganatot most már ki tudta húzni a hasüregből. A kb. 25 percig tartó műtét végére megérkezett a seriff is – a legjobbkor. A templomból kitóduló tömeg ugyanis készen állt az ördöggel cimboráló, vakmerő doktor meglincselésére. A beteg azonban túlélte a beavatkozást, sebe szépen begyógyult. Nemcsak férjét, hanem az életét megmentő orvosát is túlélve, 78 éves korában hunyt el, 1842-ben. Harminchárom évvel a híres karácsonyi műtét után, melyet ma az orvostörténet-írás az első sikeres altesti műtétként tart számon.

Nem kevésbé volt szükség orvosi bátorságra egy másik karácsonyi műtét során, 1952-ben. Igaz ugyan, hogy közben eltelt másfél évszázad az orvostudomány s ezen belül a sebészet hatalmas fejlődésével – biztonságos narkózis, fájdalomcsillapítás, röntgen, modern, a sebész munkáját megkönnyítő műszerek stb. –, mégis egy olyan heroikus beavatkozásra, mint a veseátültetés, sokak szerint még nem érett meg az idő. Annak ellenére, hogy a pécsi születésű Ullmann Imre már 1902-ben Bécsben sikeres veseátültetést hajtott

végre kutyán, az emberen végzett hasonló műtétek sorra kudarccal végződtek. 1951-ben több sikertelen transzplantációs kísérlet történt Franciaországban is. Ezek alapján az orvostársadalom véleményét egy tudós professzor így fogalmazta meg: „Minden, az emberen való veseátültetési kísérlet kudarca van ítéelve.” Ilyen hangulat uralkodott 1952 karácsonyának előestéjén is, amikor egy vidéki városból egy tizenhét éves fiatalembert szállítottak be a párizsi Necker Kórház veseosztályára. Marius Renard december 16-án lezuhant egy állásról, és összezúzta a jobb oldalát. A helybeli kórházba vitték, és ott a sebész meglátva a zúzott és még mindig vérző jobb vesét, habozás nélkül eltávolította. Mindenki gyors felépülésre számított, hiszen köztudott, hogy az ember egy vesével is teljes értékű életet élhet. A hideg zuhany azonban már másnap az orvosok nyakába zúdult: a fiatalember nem vizelt. A következő napokban is fennálló anuria (vizeelési képtelenség) miatt szállították őt a már említett veseosztályra, ahol a december 23-án elvégzett röntgenvizsgálat igazolta a szörnyű gyanút: bal oldalon nyomát sem találták a veseszövetnek. A túl buzgó sebész tehát a beteg egyetlen veséjét távolította el. A nefrológus (vesegyógyász) Hamburger professzor tisztában volt a prognózissal – a dialízis, a művesekezelés még nem állt rendelkezésére –, mint ahogy ismerte kollégái veseátültetési kísérleteinek kudarcát is. Ezt világosan a szülők tudtára hozta, ám ekkor Marius anyja váratlan kéréssel állt elő. Olvasott egy novellát, melyben a gyermek életét az anyából kivett vese mentette meg. A professzor magyarázkodni kezd: a történet csak az írói fantázia szüleménye, a

valóság ennél sötétebb – nem tud egyetlen betegről sem, akinél a beültetett vese működésképes maradt volna. Ám az anya hajthatatlan, visszakérdez: „Életben maradhat a fiam vese nélkül?” „Nem” – hangzik a szomorú válasz. „És én élhetek egy vesével?” „Igen” – kénytelen beismerni a professzor. „Akkor miért habozik a tanár úr: egyszer sikerülnie kell az ilyen műtétnek, s különben is, adományozott már valaha anya gyermekének vesét?” Talán a közeledő karácsony is közrejátszott benne, hogy a professzor, látva az anyai szeretet ilyen megható és egyedülálló példáját, az egyre erősödő értelmi argumentumok mellé az érzelmieket is engedte felsorakozni. Az eddigi donorvesék vagy halottból (kadáverese), vagy súlyos betegtől származtak, és a krónikus veseelégtelenség végső stádiumában levő beteg legyengült szervezetébe kerültek. Most pedig egy, addig egészséges fiatal szervezet kaphatna egészséges vesét, ráadásul a saját édesanyjától – karácsonyi ajándékként. Így is történt: 1952. december 25-én a párizsi Necker Kórházban – a nagy ünnep ellenére – egyszerre két műtő is teljes gözzel dolgozott. Az egyikben kivették az anya bal veséjét, majd a másikban beültették fia eltávolított jobb veséjének helyére. Az új vese uréterét (húgyvezetékét) a régi vese benn hagyott húgyvezetékének csomjára kötötték, így biztosítva a vizelet normális úton való távozását. Az este héttől éjfélig tartó műtét végzői a szülőkkel együtt örömmel tapasztalták, hogy a napok óta nem vizező Marius a műtét utáni első 24 órában 3200 ml vizeletet produkált. Sajnos, az öröm nem tartott sokáig: már január 16-án gyorsan csökkenni kezdett a vizelet mennyisége, és az orvosok minden igyekezete ellenére Marius Renard 1953. január 27-én az urémia (veseelégtelenség) áldozata lett. Ez a második, híres karácsonyi műtét azonban újra felcsillantotta a reményt, hogy az élő donortól, netán vérségi rokonságból származó vese átültetése előbb-utóbb sikeres

lesz majd. Az már a sors különös játéka, hogy az első valóban tartós eredményt hozó műtetre ismét karácsony előestéjén került sor. 1954. december 23-án a J. E. Murray vezette orvoscsoporthoz a Peter Bent Brigham Kórházban, Bostonban a huszonnégy éves Richard Herrick testébe ikertestvére, Ronald veséjét ültette át – teljes és tartós sikerrel. Az orvosok ma is a Murray által javasolt műtési módot alkalmazzák vesetranszplantációkor. Murray 1990-ben – a csontvelő-átültetésben úttörő E. D. Thomas professzorral együtt – a legmagasabb kitüntetést, az orvosi Nobel-díjat vehette át.

A karácsonyhoz azonban nemcsak híres műtétek emléke kapcsolható. Az 1891. év karácsonyának éjszakáján egy berlini kórházban először próbálkoztak egy új gyógymóddal. Egy torokgyíkban szenvedő, fuldokló gyermekbe diftéria-antitoxint tartalmazó szérumot fecskendeztek be. Már az ókori görögök ismerték és egyiptomi vagy szíriai fekélynek nevezték ezt a beteg torkát hátyával befedő, majd kifehélyesedő kórt. A ma is használatos diftéria nevet – a lehúzott bőr görög nevéből, a difterából származtatva – a francia Pierre Bretonneau doktortól kapta. Ő volt az első, aki (1826-ban) légcsőmetasztést alkalmazott kis betegén. Később bronzmasszából készült csövet vezettek be a fuldokló beteg légcsővébe – ez volt az intubáció, melynek egyik európai elterjesztője ifj. Bókay János pesti gyermekgyógyász lett. E két drasztikus beavatkozást volt hivatva felváltani a szérumterápia, melynek kidolgozását a „bacilusvadászok” korának két fontos felfedezése tette lehetővé. Egyrészt 1883-ban E. Klebs és F. Löffler felfedezte a kórokozót, a bunkószerű végéről Corynebacteriumnak nevezett bacilust. Másrészt Löffler arra is rájött, hogy nem maga a baktérium, hanem az általa termelt és az idegrendszerre, ill. a szívre bénítóan ható méreg (toxin) felelős a nagy halálozásért. Löffler kísérleteit továbbfejlesztve Emil von Beh-

ring ellenmérget, antitoxint fejlesztett ki. Számtalan tengerimalac esett áldozatul a toxin hatásának, amíg rájött a semlegesítés módjára. A diftériafertőzést túlélő egyed vérsavóját (szérumát) összekeverte a diftériaméreggel, majd ezzel a keverékkel újabb állatkákat oltott be. Ezek nem betegedtek meg, mivel a fertőzésen átesett társuk savójának ellenmérge semlegesítette a toxint. Behring ezt 1890 nyarán ismerte fel. Másfél évnek kellett elteltie, míg a már említett karácsonyi éjszakán be merte adni az első széruminjekciót egy beteg gyermeknek. Talán az ünnep varázsa is tette, hogy a kísérlet sikeres volt: a gyermek állapota javult, túlélte a kockázatos beavatkozást. Kockázatos – hiszen a szérumot lovak vérsavójából állították elő, és az állati fehérje emberi szervezetbe való bevitele akár halálos végű allergiás reakciót is kiválthatott volna. A szérumterápiát a világ csak 1894 után fogadta el, amikor a Budapesten tartott VIII. nemzetközi orvoskongresszuson több kiváló tudós erősítette meg a szérumterápia hatékonyságát. Behring pedig 1901-ben átvehette a svéd király kezéből a történelem első orvosi Nobel-díját.

Természetesen sem a szentestét műtőasztal mellett töltő orvos, sem a karácsonyi napokban is segítségre szoruló beteg, fogyatékos embert ellátó nővér, ápoló nem Nobel-díjat vár munkájáért. „Most, hogy az ünnep közeledik, megkezdtem észlelem, mintha még mindig várnék valamit – írja Márai Sándor a Bölcsességek januártól decemberig c. kötetben. – Néha azt hiszem, a szeretetre várok. Valószínűleg csillapíthatatlan ez az éhség: aki egyszer belekóstolt, holtáig ízlelni szeretné. Közben már megtudtam, hogy szeretetet kapni nem lehet; mindig csak adni kell, ez a módja.”

dr. Kiss László

(*A Kiss-Lacza-Ozogány: Zsinórpaddal, Méry Ratio, 2013 kötetben megjelent Sok börtön és kórház világol c. írásnak a Carissimi számára készített változata.*)

„Az ember mindig fejlődjön valahová, legyen mindig jobb”

A mórockarcsai *Puha Andrea* születése óta súlyosan hallássérült. Édesanyja kemény, kitartó munkájának eredményeként gyönyörűen beszél, és szájról olvas. Kiskorában ha szomorú volt, naplót írt. Tizenhárom évesen nyert először novellapályázaton, író táborokba is járt. Andit tízéves kora óta ismerem. Ekkor mondta nekem: az a vágya,

hogy egyszer legyen munkája, és belőle is olyan ember legyen, mint másból. Jelenleg, bár egyetemista, a Kézen Fogva Alapítványnál dolgozik gyakornokként, projektek megvalósításában vesz részt. Számos helyen publikál, olvasóink is rendszeresen találkozhatnak írásaival a Carissimi hasábjain. A Kodolányi János Főiskolán kommunikáció és

médiatudomány szakon alapképzést szerzett. Jelenleg végzős a Budapesti Műszaki Egyetem kommunikáció és médiatudomány mesterképzési szakán, kulturális iparágak szakirányon, és elsőéves az ELTE Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Karának levelező tagozatán. Az egyik budapesti cukrászdában beszélgettünk.

– *Már van egy diplomád, közben két egyetemre jársz. Ezt nem mindenki mondhatja el magáról.*

– Ma már elég sokan szereznek több diplomát. Aki pedig nem, annak is sokkal több lehetősége van, mint például nekem. Könnyebben talál munkát, könnyebben tud érvényesülni, míg nekem az egyetem azt is jelenti, hogy minél több lehetőséget teremtsék magamnak, hogy olyan munkát találjak, amelyben nem érzem magam akadályoztatva a hallássérülésem által.

– *Eredetileg újságíró szeretettel volna lenni.*

– Mindig is az akartam lenni. Hat évig publikáltam több helyen. Akkoriban más volt a médiapiac, könnyebben lehetett dolgozni, nem volt olyan fontos a telefon, az internet, a gyorsaság, nem volt ilyen nagy a verseny. Ma már szinte minden interjút telefonon készítenek. Benne voltam a szakmában, de egyszerűen nem tudtam felvenni a versenyt a hallókkal. Ezért gondoltam arra, hogy váltok. Egész jó tapasztalatokkal jöttem ki a mesterképzésből, a projektmunkákba, csapatmunkába is be tudtam kapcsolódni, megismertem az erősségeimet, amelyekre érdemes építeni. Rájöttem, hogy van olyan munka, amelyet tudok végezni: piackutatás, kiállításszervezés, kulturális téren sok mindent lehet csinálni. Közel is áll hozzám. Az irodalommal kezdetem annak idején, és most látom, hogy milyen lehetőségek vannak. Februárban szeretnék a szájról olvasásról interaktív kiállítást készíteni, ez egyben a szakdolgozatom témája is. Nekem fontos, hogy minél többen figyeljenek fel rá. Annak, aki szájról olvas, szokták mondani, mint nekem is, hogy »jaj de szépen beszél«, de ez nem jelenti azt, hogy minden helyzetben ugyanolyan jól meg tudom állni a helyem. Ez egy olyan állapot, amely nem látszik. Erre szeretném felhívni a figyelmet: vegyék észre, figyeljenek oda, és segítsenek azzal, hogy ha a kiállítás interakcióit kipróbálják, maguk is valamilyen szinten megértik, milyen az, ha

valaki nagyothalló, és szájról kell olvasnia; hogy tudják, hogyan segíthetnek: nem kell hangosabban beszélni, csak jobban artikulálni és szemtől szembe beszélni.

– *Egy videofilmről arról beszéltél, hogy ha valaki nem artikulál tisztán, félre lehet érteni.*

– Vagy ha egyszerűen más az arctervezése. Van egy installáció a kiállításomban, ahol több ember mondta azt a szót, hogy szeretlek. Szakállas, lófogú, kapafogú, szépen artikuláló ember; és megtörtént, hogy ugyanazt a szót selektívnek olvastam. Tehát nagyon könnyű a szavakat félreérteni attól függően, hogy ki beszél.

– *Az ember azt gondolhatja, hogy ha te szájról olvasol, akkor minden rendben van. Pedig ez nagyon fárasztó művelet.*

– Valóban az, főleg amikor előadásokat hallgatok: egy idő után nem bírok figyelni. Ezért intéztem magamnak óralátogatás alóli felmentést, hogy amikor úgy érzem, fárasztó és felesleges bent lennem, akkor inkább nem megyek be, és helyette valami mást csinállok. A gimiben órák után otthon gyakran aludtam, és nem mindig tudtam másnapra készülni. Ebből a szempontból jobb az egyetem, mert jobban be tudom osztani az időmet.

– *Mikor nem fárasztó a szájról olvasás?*

– Reggel, amikor még nem vagyok teljesen éber, nehezebb figyelni. Vagy ha a tanár úgy áll, hogy fénycsík van mögötte, szintén feladom egy idő után, mert annyira hunyorognom kell, és annyira nem látom, hogy nincs értelme figyelni. Ha túl nagy a zaj, vagy ha csapatmunka során mindenkinek be kell kapcsolódnia, szintén nem tudok figyelni, mivel annyira ugrálni kell a szájak között, hogy képzelenség követni. De ha érdekel a téma, tudom követni, mert ha olyan az előadó, a szituáció, akkor lehetek bármilyen fáradt, rögtön felélénkülök. Mikor elvégeztem az alapszintű jelnyelvi tanfolyamot, mondta az oktatóm, hogy a jelnyelv azért is jobb, mint a szájról olvasás, mert vizuális



dolog. Ha valaki jelet, az szem előtt van, ingerli és leköti a befogadót; annyira magától értetődő, hogy nem fáradsz bele.

– *Korábban a kezed részleges mozgáskorlátozottsága miatt nem tanultál jelelni. Ez most már nem akadály?*

– Hallók között nőttem fel, és egy idő múlva kezdett érdekelni, hogy milyen a másik oldal. Én nem tartom magam sem siketnek, sem hallónak, valahol a kettő között lólok: ide is tartozom, oda is. Amikor hallókészülék-cserém volt, nehéz volt beilleszkednem. Sokkal nehezebben ment a kommunikáció. Gondoltam, váltok, és megpróbálom a jelnyelvet is megtanulni, a másik kultúrát is megismerni. Hat szint van, az alapszintig jutottam, mert utána nem volt időm: jött a két egyetem és a munka; de tervezem, hogy folytatom.

– *A kezed nem akadályoz a jelelésben?*

– Nagyon sok siket, miután elsajátította a jelnyelvet, a kétkezes jelet egy kézzel kivitelezi. Tehát meg lehet oldani. Kiegészítésként ott van a mimika és a testbeszéd.

– *Ha megszólalok a hátad mögött, meghallod?*

– Ilyen zajban nem. Ha teljesen csend van, és egyedül vagyok, nyilván megfordulok, ha hallok valamit, mivel magától értetődő, hogy valaki van a közelemben, tehát valószínű, hogy hozzám beszél. De szájról olvasás nélkül nem értem.

– *Nagyon sokat köszönhetsz anyukádnak, aki eléggé szigorúan fogott, amikor beszélni tanított. Hogyan emlékszel vissza erre az időszakra?*

– Nem úgy, hogy rossz lett volna. Anyu is úgy emlékszik, hogy szerettem tanulni. Valójában élveztem a tanulást, nem éreztem nehézséget. Érdekel a környezetem. Vizuális típus vagyok, az emlékeim nem szöveghez és hanghoz, hanem képhez kapcsolódnak. Hetedik-es nyolcadikos lehettem, amikor annyira kezdtem szájról olvasni, hogy be tudjak kapcsolódni közösségekbe. Volt egy barátnőm, aki szívesen járt társaságba, és mindenhová vitt magával. Nagyon kínos

volt, amikor nem tudtam, hogy mit mondanak. Ők nem tudták, hogy nem hallok, ki kellett vágnom magam. A sok nehéz helyzet hozta magával, hogy idomulnom, alkalmazkodnom kellett. Ez kifejlesztette nálam a szájról olvasást, segített a beilleszkedésben. Egy időben nem mondtam meg, hogy nem hallok. Nem azért, mert nem akartam, hanem mert nem voltak sorstársaim. Nem tudtam hasonló sorsú emberrel megbeszélni a problémáimat, mindenre magamnak kellett rájönnöm. Elég sokáig tartott.

– *Akkoriban naplót vezettél. Most is írsz?*

– Nem, de blogot igen. Kb. másfél éve kezdtem írni, először csak magamnak és néhány embernek, utána Facebook-oldalt és nyilvános blogot is indítottam Szájkóder címmel.

– *Kinek szól? A sorstársaknak vagy a szélesebb közönségnek?*

– Elsődleges célközönség az épek. Nemrég találkoztam a nagyothallók egy csoportjával, ők is szájról olvasnak, mint én. Ez volt az első ilyen találkozásom, korábban nem voltam kapcsolatban sorstársakkal. Ők is azt mondták, hogy beszélni kell róla, mert nem látszik rajtunk, és attól, hogy szépen beszélünk, még nem tudunk helytállni minden helyzetben. Fontos tehát, hogy minél többen tudjanak róla, megértsék, és ezáltal könnyebbé tegyék az életünket. A siketek és nagyothallók számára pedig tapasztalatmegosztást jelent. Nagyvárosban könnyebb, mert többen vannak. Aki vidéken él, nehezebben szocializálódik, nehezebben osztja meg a problémáit.

– *Ha naplót írnál, most is olyan keserű volna, mint tízéves korodban?*

– Nem, mert mindig vannak nehézségek, de meg kell találni a pozitív oldalt. Azt gondolom, hogy az ember folyamatosan tanuljon magáról is, környezetéről is. Fontosnak tartom egyrészt az öniróniát, másrészt az önkritikát. Az ember mindig fejlődjön valahová, legyen mindig jobb.

– *Ez az érési folyamat nálad hogyan történt?*

– Nálam a szocializáció kicsit késett, minden valamivel később történt velem. Nyilván a barátok, baráti társaságok, párkapcsolatok is formáltak. Rengeteg mindent tanul az ember, ha bizonyos helyzetekbe belekerül.

– *Anyukád nagyon féltett Budapesttől, de te ragaszkodtál hozzá.*

– Igen, anyu mindig nagyon féltett, de éreztem, hogy ha mindig túlságosan félni fognak, nem jutok sokkal előbbre. Magamnak is szerettem volna bizonyítani, hogy egyedül is megállom a helyem. Ezt csak úgy tudtam megtenni, ha nem befolyásol semmi érzelmi dolog. Nehezebb továbblépni, ha folyton azt kell figyelmem, hogy a szüleim mennyire aggódnak. De szerintem jól alkalmazkodtunk a helyzethez, és most már ők is látják, hogy nekem erre szükségem volt.

– *Nem lehetett könnyű a dunaszerdabelyi gimnázium után a budapesti környezet.*

– Ha arra gondolsz, hogy nagyváros meg sok új dolog, nem volt nehéz. Szeretek mindenféle újat felfedezni. Ami nehézség volt, amin most is dolgozom, hogy legyen társasági életem, barátaim, akik mindig körülöttem vannak. Ez kis közösségekben sokkal egyszerűbb. Nagyvárosban hatalmas az embertömeg, mindenki százfelé rohan, de sze-



rintem elég jól állok ezen a téren is. Az ember alapvetően társas lény. Nem véletlenül mondják, hogy a vakság a dolgoztól választ el, a siketség pedig az emberektől. Mindig jó több lábon állni, nemcsak a társas kapcsolatokban, és mindig jobb közösségben élni, mint egyedül lenni. Ugyanakkor úgy gondolom, hogy az a jó, ha leginkább magadra tudsz támaszkodni, ha jól meg tudsz lenni önmagaddal is. Ezért is szeretnék anyagilag is független életet felépíteni, ahol érzem, hogy minden a helyén van. A család, barátok, munka, magánélet és persze én.

– *Foglalkozol még szépirodalommal?*

– Most egy kicsit háttérbe szorul, a publikációimba szoktam belevinni, interjúba, riport- és jegyzetírásba. Most nem ez az elsődleges, hanem a gyógypedagógia és a kulturális iparágak, marketing, piackutatás; de tervezem, hogy írok egy könyvet, többet is, vannak ötleteim. Még nem érzem magam felkészülve arra, hogy egy regénynek nekiálljak.

– *Egy évig önkéntesként bekapcsolódtál a Bliss Alapítvány munkájába. Ez mit adott neked?*

– Szerettem odajárni, nagyon jól éreztem magam. Foglalkoztam az ottani emberekkel, motiváltam őket rajzolásra, új szavakra találtunk ki jelképeket, etetésben, cipekedésben segítettam. Egyszerűen jó volt látni minden apró jelet, változást, végigjárni az ismerkedés fázisát, ahogy félmozdulatból megértem a másikat, vagy észreveszem, ha egy picit is előbbre jutott valamiben.

A legnehezebb időszakom az volt, mikor ráébredtem, hogy az újságírás számomra nem járható út. Az embernek

beismernie magának, hogy valami fontos nem megy, nem könnyű folyamat. Nem tudtam, mi legyen, hiszen mindig újságírónak készültem. Akkor most merre tovább? Aztán rájöttem, hogy azért volt jó a Blissben, mert nem éreztem azt, hogy hátrányom volna. Motivált, hogy Somával vagy bárki mással tudjak további eredményeket elérni; és akkor jött az ötlet, hogy gyógypedagógiára jelentkeztem.

– *Ez az időszak sem könnyű számodra. Készíted a szakdolgozatodat, államvizsgázni fogsz, közben levelezőn végezed a gyógypedagógiát. A diploma után mik a terveid?*

– A gyógypedagógiát továbbra is levelezőn végezném, esetleg külföldre mennék a párommal egy kis időre angolt tanulni. Én szlovákul és németül tanultam, szájról olvasva ezek nem jó nyelvek, mert nagyon mássalhangzósak. Az angol sokkal magánhangzósabb. Szájról olvasva nagyon nehéz egy idegen nyelv. Világot is szeretnék látni. A másik lehetőség gyógypedagógia mellett dolgozni itthon. Autistákkal és hallássérültekkel szeretnék foglalkozni, mivel nekem is a kommunikációval van problémám. Kommunikáció nélkül egy ember nem tud létezni. Az autistáknál is más a kommunikáció, mint egy átlagembernél. Ott ugye a megfigyelés, az egyéni fejlesztés nagyon fontos, tehát eldönteni, hogy az illető tárgyakkal, képekkel, szavakkal vagy mivel tud jobban kommunikálni, kidolgozni olyan stratégiát, hogy minél jobb legyen a kommunikációja. A Bliss Alapítványnál is azért szerettem lenni, mert ott volt, aki képekkel kommunikált, volt saját gesztusnyelve, amelyet nagyon jól kellett ismerni, hogy az ember megértesse magát vele. Számomra ez nagyon érdekes. Az autistáknál nem kell attól tartanom, hogy félreértenek, mert nem szavakkal kommunikálunk. Beszélő autista gyerekekkel nem szeretnék foglalkozni, mert még nem artikulálnak megfelelően, és nehéz őket megérteni. Nagyon szeretem egyébként a gyerekeket, csak a kommunikációs problémák miatt nem szeretnék velük foglalkozni.

Alapvető gond, hogy az értelmiségi, diplomás fogyatékkal élők nehezen találhatnak végzettségüknek megfelelő munkát. Ez ellen is jó lenne fellépni. Abban látom a problémát, a saját esetemből is kiindulva – nemcsak a fogyatékkal élőknel, hanem az épeknél is –, hogy a fiataloknak már a középiskolában foglalkozniuk kellene azzal, hogy kiké szeretnének válni. Mert karrierirodák csak az egyetemeken vannak. Rengetegen egy év múlva jönnek rá, hogy nem azt akarják, amit választottak. Már előtte szükség volna képességfelmérésekre, szűrésekre, hogy kinek milyen szakma való, vagy feltérképezni az adott szakma piacát. Szeretnék ezen dolgozni, ha már lesz beleszólásom vagy olyan kapcsolataim, hogy segítsék benne: hogy másnak könnyebb legyen, ne kelljen végigmennie ezen az úton.

Tóth Erika

„Nagyon örömteli életet kaptam”

Tirinda Péter mérnök, a műszaki tudományok kandidátusa Vághoszfaluból származik, és Pozsonyban él. A komáromi Gépipari Szak-középiskolában érettségizett, a Szlovák Műszaki Egyetem Gépészmérnöki Karán szerzett diplomát. 1992-ig a Szlovák Tudományos Akadémia kutatója. 1990 és 1992 között a Szlovák Nemzeti Tanács képviselője. 1993-tól ügyvezető igazgatója a Brüel & Kjaer Kft. műszaki-kereskedelmi cégnek. 1998-ban tulajdonosa és ügyvezető igazgatója lett a pozsonyi B & K Kft.-nek, amely a zaj- és rezgésmérő, valamint egytengelyűség-beállító berendezéseket gyártó legnagyobb dán, német és svéd cégek kizárólagos szlovákiai képviselője. Továbbá hőkamerák és klímaszekrények forgalmazásával foglalkozik. 2009-ben átvette és azóta irányítja a budapesti B & K Components Kft.-t is, amelynek tevékenységi profilja hasonló a pozsonyi Kft.-éhez. Nős, négy gyermeke, tíz unokája van. Értéktrendjében a legfontosabb a hit, a család, a munka, valamint a rászorulóknak segítése. A Carissimi Nonprofit Alapnak évek óta rendszeres támogatója. Szabadidejében szívesen úszik, kertészkedik, és annak ellenére, hogy munkája miatt rengeteget utazik, nagyon szeret világot látni.

Hit és család

„Kereszténynek tartom magam. A hitemmel nem szoktam dicsekedni, úgy tartom, hogy az az Isten és az én ügyem. Számomra a hit gyakorlása az első helyen van. Életem több ese-

ménye, tapasztalata bizonyítja, hogy Isten felénk sugárzott mivolta túlmutat a halálon. Példaképem egy már elhunyt tanítónő, Erzsike néni,



12 gyermek anyja. Ő mondta nekem, hogy a háború után a hatóságok ajánlották nekik: jó nevű jogász férje pozícióban maradhat, ha igazodnak a kommunista útmutatáshoz, és nem gyakorolják tovább hitüket. »Azért van sok gyerekem, mert szeretem őket, de inkább halva lássam őket, mint hitetlenül« – válaszolta. Mind a 12 gyermeke diplomát szerzett.

A hit és a család szeretete kéz a kézben járnak. A családszeretetnek nem a könnyvízű, megfogalmazott formája jellemző ránk, hanem az élő, jó hangulatú, ahol együtt sodródunk, fejlődünk. A mi családjunk húsztagú, ennyien ülünk asztalhoz, ha mind együtt vagyunk. A négy gyerekünk már saját családot alapított. A család iránti ragaszkodásom, szeretetem – műszaki ember lévén nem akarok túlságosan szirupos kifejezéseket használni – tágabban véve az ember

iránti szeretetet is jelenti. Beletartoznak a további rokonok és barátok, ismerősök a világra is kiterjesztve, mert nagyon sok barátom, munkatársam él szerte a világon. Életemnek nagyon fontos része a munkám. Kedvvel, örömmel, odaadással végzem, reggel fél nyolctól este fél nyolcig ennek szentelem az időmet, nem mindig az irodában, mert rengeteget utazom. A hétvége azonban kizárólag a családé. De hét közben is teszek róla, hogy élő kapcsolatunk legyen. Gyermeim már többszörös szülők, a legidősebb negyvenéves. Vele 20 éve együtt dolgozunk. Minden családtag hosszabb-rövidebb ideig itt dolgozott, hárman ma is. A fiatalabb lányom most gyermekgondozási szabadságon van.

Minden szabadidőnkben Hosszúfalun vagyunk a szülői házban, a kertet szépítgetem, ezzel töltöm a legtöbb időmet. Feleségem, Andrea – tavaly ünnepeltük negyvenedik házassági évfordulónkat – pozsonyi, de már odanőtt Hosszúfaluhoz is. A környéket fényképezi képzőművész-szemmel, kiállításai is voltak. Nagyon hozzá vagyok nőve a falumhoz. A gyermekeim is, pedig ők Pozsonyban születtek és jártak iskolába. A két fiam hosszúfalusi feleséget talált magának, a lányom vágkirályfaihoz ment.

Elmondhatom, hogy nagyon örömteli életet kaptam, és ha újra kellene kezdenem, vagy kapnék rá lehetőséget, majdnem mindent ugyanúgy élnék meg, és ugyanúgy nagy családot szeretnék. Akkor is, ha ez ha nem is gonddal, de rengeteg eseménnyel jár, amelyek néha gond-

terhesek, máskor viszont örömteliek. A család igaz érték, amely nem változik, és a maga módján a legjobban kamatozik. Ezeket a fényképeket, amelyeket itt lát, mindig magammal hordom, a világ bármelyik pontjára megyek is. Dániában egy gyerek a tipikus, két gyerek már nagyon jó, háromgyerekest szinte nem találni a kollégáim között. Ha megmutatom a négy gyerekem és tíz unokám, azt mondják, hogy boldog lehetek. Igen, azért mutatom. A boldogság megkészsereződik, ha van kivel megosztani. Úgy érzem, hogy ezért nagyon sok elismerést kapok az emberektől. A munkámért is sok elismerésben részesülök, ez is hajtóerő számomra.

A szakma – zajvédelem

A rezgés és a zaj az a két fizikai tényező, amellyel a legtöbbet foglalkozom. A rezgés olyasmi, mint az EKG. A gépek rezgése magában hordoz olyan információt, amelyet szabad szemmel vagy füllel nem lehet látni, hallani, ezért át kell menniük rezgésteszteken, ill. -elemzéseken. A különféle meghibásodásokat jól kell tudni visszaolvasni a mechanikus rezgés alapján. És ahol rezgés van, ott zaj is van. A zajnak kellemesebb változatai is vannak: zene, márdárcsicsergés, de sajnos, a világ a zajszennyezéssel küszködik. Zajszmogban élünk, a zaj kisebb-nagyobb mértékben állandóan terhel bennünket. Azoknak, akik védik tőle a lakosságot – kutatóknak, orvosoknak, közegészségügyi hivatalnak –, műszereket, eszközöket szállítunk, oktatjuk őket, kezükbe adjuk a módszert, hogyan kell az olyan szubjektív tényezőt, mint a zaj, amelyet mindenki másként érzékel, objektívizálni: elemezni, mérni az értékeket, a zajártalom káros hatását, hogy aztán az okozóit büntetni lehessen. Erre van törvény. Csak törvény értelmében lehet valamit megvonni valakitől, megbüntetni, bizonyos termelési

formákat megszüntetni. Cégünk tanulmányokat, módszereket dolgoz ki, szoftverfejlesztést végez. Világsők vagyunk a zaj mérésére szolgáló eszközök kínálatában.

Több szakember megegyezik abban, hogy az egyik legnagyobb környezeti ártalom ma a világon a zajszennyezés. Korábban a levegő szennyeződését tartottam annak, de a rendelkezésekre álló statisztikák szerint a zaj károsítja leginkább az emberek egészségét. A dán egészségügyi hivatal jelentésében első helyen a halláskárosodás áll. Sokáig tartott, míg szabványosították és törvénybe iktatták, hogy milyen mutatókat kell mérni. Megállapodtak a módszertanban, a műszereinkkel ehhez kell igazodnunk. A zajártalom kiértékelését három időszámba osztották: nappali, esti és éjszakai, ugyanis a szervezet minden napszakban másként reagál. A hallássérülés közvetlen következménye a magas zajszintnek, de ugyanolyan veszélyesek vagy még veszélyesebbek a közvetett hatások. Legtöbb esetben szív- és érrendszeri betegségeket okoznak azáltal, hogy a zaj tudat alatt hat az idegrendszerünkre, s ettől felmegy a vérnyomás. Idetartoznak azok az alvászavarok is, amelyeket az éjszakai zajok okoznak.

Jó hír, hogy urbanisztikai szempontból tudunk védekezni a zajszennyezés ellen. Létezik irányított zaj. Az autópályákon zajvédelmi falak segítségével sikerül erősen csökkenteni a zajt. Statisztikai adatok is alátámasztják, hogy a hatékonyság pénz és műszaki megoldás függvénye.

Rászorulókat támogatása

Az elmúlt hozzávetőleg húsz évben, amikor egyre jobb anyagi lehetőségek kezdtek körülvenni – a belső készlet, szándék korábban is megvolt, de hiányoztak a feltételek –, számos helyen próbáltam kifejteni

támogatói tevékenységet. Ez két tényező kombinációja. Egyik, amikor a cég részéről szponzorálunk valakit, és szponzori szerződést kötünk: egyetemeket, szakkönyveket és folyóiratok kiadását támogatjuk. Ez összefonódik a marketinggel, csak próbáljuk a legintellektuálisabban bevetni. A másik forma, amikor mint magánember odafigyeltem és odafigyelek olyan szervezetekre, amelyek a látókörömbbe kerültek, vagy magam választottam ki őket: például olyan, egyházak által fenntartott kórházak, egészségügyi intézmények, amelyek 15–20 éve létesültek. Évről évre támogatom őket annak reményében, hogy a gyógykezelést egyházi értékek, a hit értékei alapján igyekeznek végezni. Ezt a kitűzött célokat a mai napig tartom annak ellenére, hogy úgy látom, az egészségügy nagyon roskadozik, lecsúszófélben van, nemcsak gazdaságilag, hanem emberi tulajdonságokban is. A gyógykezelésben nagyon nagy szerepe van az emberségnek, de akik végzik, nem viselkednek mindig emberségesen. Az egy dolog, hogy kicsi a fizetésük: ezt megértem, de rosszul esik, ha ne adj' isten, keresztényi jelképek alatt merevek, hidegek. Amíg páciensként nem követek el valamilyen hibát, addig engem az egészségügy körülteintően fogadjon, úgy, ahogy egy beteget kell. Ha arrogáns vagyok, akkor adják vissza. De ők már úgy jönnek, hogy elégük van az egészségből; nem tudom az okát, de nagyon merevek, kemények, és nem adják meg, ami jár. Én elsősorban azért támogattam egyházi fenntartású kórházakat, klinikákat, mert reméltem, hogy a gyógyítás, a szenvedőkön való segítség a szeretet, a »szeresd felebarátodat« jegyében történik, amely a kereszténység alapköve.

Sokáig az UNICEF-nek is próbáltam juttatni támogatást. Most már aggaszt, hogy túl nagy a működési költsége, de még mindig ők a leg-

profibb szervezet. Most is odafigyelek olyan, nehéz helyzetű – pl. afrikai, Fülöp-szigeteki – gyermekeket támogató szervezetekre, ahol úgy érzem, hogy megvan a hatékonyság is.

Az emberi indíttatásból folytatott tevékenységem alapja, hogy nagy családos vagyok; a család, a gyermekszeretet lassan »bizonyított«. Az életvitelemben benne volt, hogy a betegség az egyik legnagyobb próbatétel, és ez a kettő összejött, mikor látókörmbe került a Carissimi. Nagyon megtetszett a célja, összhangban volt az életvitellel és a lehetőségeimmel. A családon belül is próbálom propagálni. A Carissimi-ben jó, hogy garantált a szervezeti forma, és szívvel-lélekkel teszik a dolgukat. Számomra ez a támogatási forma a leghatékonyabb, csak azt kérem, hogy legyen erejük ezt végezni; nekem nincs rá időm, hiába volna meg a jó szándékom.

Karácsony, betlehemi lánggal

Számomra két nagy ünnep van egy évben: a húsvét és a karácsony. A húsvétnek az ünnep határozott jellemzői mellett megvan a családi és hangulati vonzata, s ez a karácsonyra még inkább jellemző. Gyerekeimnél ügyeltem arra, hogy tudatosítsák az ünnep keresztény voltát és rendeltetését: a szépen feldíszított fa, az ünnepi vacsora nem az alapköve, nem ebben van a lényeg. Az is igaz viszont, hogy kisgyermekkorom óta a karácsony hangulata a legmélyebb és legkedvesebb megélt hangulatok egyike számomra. Már megettem kenyerem javát, de a mai napig nem veszek részt a fácska díszítésében. Délelőtt a dolog »műszaki«, fizikailag nehezebb részét elvégzem, beállítom a fát, de aztán kimegyek, és nagypapa létemre csak akkor va-

gyok hajlandó bemenni, ha az anygyalka, aki most a feleségem, csönget: mikor már minden csillog, égnek a fények, megy a háttérben a Csendes éj. Számomra a karácsonynak ez a hangulati része is fontos.

A család együtt van, de ez az évek során változott. Házasságunk elején a szüleink, tehát a nagyszülők jöttek hozzánk. Közben a gyerekek saját családot alapítottak, és ahogy megszülettek az unokák, eldöntötték, hogy saját fenyőfát állítanak. Szentestén a saját családjukkal vannak, hozzánk pedig a feleségem édesanyja jön, aki megosztja idejét a két lánya között. Karácsony első ünnepe a nagy családé. Nagyon szép, varázslatos. Több évig a feleségem összehozott egy harminchat tagú csapatot – a gyerekeken kívül a tágabb család: a húgom a családjával, a feleségem testvére, két sógornőm, nekik is négy gyerekük van. Ő készített mindent a vendégfogadásra. Két hétig készült rá, irdatlan mennyiséget kell ilyenkor főzni. Délelőtt kilenctől jönnek

folyamatosan. Az ünnepi ebéd után mintha megismételnénk a szentesítést: megajándékozunk egymást, szereplés, nevetgélés, a nap régi családi filmek nézésével fejeződik be. Mi rengeteget filmezünk, minden családi eseményt megörökítünk; feleségem 1948-tól összegyűjtötte a több mint kétszáz órányi anyagot, és feltette egy merevlemezre. Most első ízben nem nálunk lesz az összejövetel, mert feleségem a betegsége miatt nem tudja vállalni az előkészületet.

Ez nálam a karácsony, és még valami. Tíz-tizenkét éve, amióta a cserkészek elhozzák városunkba a betlehemi lángot, kiegészítettem ünneplésemet a szétvitelével. Reggel átveszem a viharlámpámba, otthon elvégzek minden férfimunkát, amelyre szüksége van a feleségemnek az előkészület során, aztán beülök a kocsiba, végiglátogatom a szűkebb és tágabb családot, jó ismerősöket, s elviszem nekik a betlehemi lángot. Külön művészet égő viharlámpával autózni. Megvan ennek számomra a

varázslatos hangulata. Saját örömömre is csinálom. Azon a napon már minden család sajátságos lelkiállapotban van. Ez már az utcán érzékelhető, csak itt-ott látni kint embert. Pozsonyban kezdem. Négy-öt percet töltök mindenütt, köszöntöm őket. Hosszúfalun a templomban tőlem veszik át a lángot. Végül a temetőben, szüleim sírjánál fejezem be. Ilyenkor még autózni is egész más. Hallgatom a Pátria Rádiót, volt, hogy havazott. Évente ötvenezer kilométert vezetek, elég sok tájat látok, de ennek az útnak megvan a különös hangulata. Öt óra körül érek haza, lezuhanyozok, szép ruhába öltözöm, és jön a Jézuska.”

Kosztolányi Dezső: Karácsony

Ezüst esőben száll le a karácsony,
a kályha zúg, a hóesés sűrű;
a lámpafény aranylik a kalácson,
a kocka pörg, gőzöl a tejsűrű.

Kik messze voltak, most mind összejönnek
a perccel édes szóval ütni el,
amíg a tél a megfagyott mezőket
karcolja éles, kék jégkörmivel.

Fenyőszagú a lég és a sarokba
ezüst tükörből bókol a rakott fa,
a jó barát boros korsóihoz von,

És zsong az ének áhitatba zöngve...
Csak a havas pusztán, a néma csöndbe
sír föl az égbe egy-egy kósza mozdony.

(t)

„Tekintély és szakszavak nélkül élni”

Értelmi akadályozottság és a lét megértése II.

(Folytatás az előző számból.)

Értelmi fogyatékkal élőknek tehát nem Taigetosz-intézetekbe, de életre való, s *ők tanítanak minket, akik erkölcsi fogyatékkal élünk*, mert folyton diszkriminálunk, ítélkezünk, elválasztunk, kategóriákba gyömöszölünk. Mondván: nektek nem kell minőségi ház, minőségi étel, minőségi ruha, minőségi élet. „Mert idióták vagytok.” Nem vagytok hasznosak, holott ad 1. az élet nem hasznosság kérdése, ad 2. ha alkalmas munkahely van, hisz én is vezetem munkarehabilitációt, fogyatékosaink szőnyeget szőnek, szemüvegkeretet javítanak, zsákot varrnak, takarítanak, ablakot mosnak, kertészkednek, kecskéket gondoznak, főznek, fogkefét gyártanak, virágot kötnek, batikolnak, és textilt festenek, vattát tépnek és csomagolnak = kinek a $\sqrt{\text{motorikus intelligenciája}}$ jobb, kinek a $\sqrt{\text{képi-téri intelligenciája}}$, kinek a $\sqrt{\text{memóriája}}$ fejlettebb, kinek a $\sqrt{\text{zenei}}$, a $\sqrt{\text{matematikai IQ-ja}}$ a jobb, egyszerűen: nem idióták. Tudja a kedves, türelmes olvasóm, *eredetileg* mit jelent az *idióta* kifejezés az ógörögben? IDIOTÉSZ: akik túlzottan magukért valóak, magánemberek, mint: *érdektelenek* = nem akarnak elmenni az agorára (piactérre) vitatkozni, érvelni, beszélgetni vagy csak értesülni a közösség, a város (polisz) ügyes-bajos dolgáról. Tehát, mai szóval: *erkölcsi fogyatékkal élők, közömbösek, szakmai buták, elsősorban azok a politikusok, akik valakikre való tekintet nélkül* (közömbösen) hoznak döntéseket.

Ki szól az erkölcsi fogyatékkal élőről, akik esztelen döntéseket hoznak: kivágják az esőerdőt, és tönkreteszik a talajt száz évre, s így állat, ember egyaránt éhen hal? Ki szól az erkölcsi fogyatékosokról, akik genetikailag mó-

dosított „aranyrizst” etettek kínai, szegény gyerekekkel (kísérlet a kínai hatóságok tudtával!) – miközben a GMO⁵ számos daganatot okozott kísérleti állatoknál?! Kik is az igazi értelmi fogyatékosok? Egy közösségben nincsenek ártatlanok. Mert minden mindennel összefügg, így felelősek vagyunk értelmileg akadályozottainkért. Kell nekik a cérna, fonal, anyag, festék, ragasztó, oló ügyesedni, érzékszervi, szenzorikus⁶ fejlesztéshez (zene, kép, tér, mozgások – Montessori, Waldorf), kell nekik hangszer a zeneterápiára, kell pénz a gyógytornászra, uszodára. Ragyogó kézműves-, fejlesztő foglalkozásokat élvezhettem a pozsonyi Juventában (Szlovák Ifjúsági Intézet) és Galántán. Mikor először voltam az Értelmi Fogyatékosok Napközi Otthonában (Debrecen), pont egy egyetemi óráról jöttem. „Úristen – gondoltam megdöbbenve –, hogyan él-értik meg pl. a downosok a világot?” Magam voltam a buta! Pedig korábban én tanítottam, hogy a világ *nem racionális*, a világ *nem csak értelem*, sőt a *logikának határai* vannak. A gondolatok alapja nem a logika, hanem tudattalan érzelmek és sémák is! A LÉT MESSZE TÚL VAN AZ ÉRTELMEN! Egyik filozófiaórámon egyik tanítványom el is törte Minerva (az ész istennője) baglyának szobrocskáját! A Létnek eleve adott értelme nincs! Mi adhatunk a létnek értelmet. Ráadásul a kreatív, okos tanulókból maga az iskola (= társadalmi viszonyok) csinál átlagosat, sőt deviáns tanulót, az iskola tartja a tehetséget nehezen kezelhetőségnek (Czeizel, Vekerdi, Dunkel)! Ezért eleve lehetetlen az ún. intézményes tehetséggondozás, ha szólhatok teljesen őszintén! A mai iskola 8-9 tehetséget mér a kb. 25 fajta helyett, részben így nőtt meg az értelmileg akadályozottak száma.

A LÉT ÁTÉLNI VALÓ. A vakok ugyan nem látnak fényt, formákat, de mi, „épek” vagyunk vakok a létre, mert: „csak a szívével lát jól az ember”⁷ = nem tesz különbséget ember és ember között – mondja ezt a buddhista, a keresztény, a hindu vallás és minden természetien istenhit egyaránt. Ez pedig modern szóhasználatnál a szolidaritás rehabilitációja. Kisközösségekben a boldogulás lélektani alapja nem az IQ, hanem az EQ, az érzelmi intelligencia⁸.

Az értelmileg akadályozottak érzelmi életükkel kapcsolatban nincsenek rossz helyzetben, erősen kötődnek, együttműködnek, felismerik a kis közösség szociális viszonyait. Mi, nyugati civilizációk megörököltük a görögöktől a megismerés (logosz) és a kultúra eszméjét, a hajózás, a felfedezés, a (hatalom és a birtoklás szolgálatába állított) ész kultuszát (a nyugati civilizáció agresszív). Ám korántsem örököltük meg a *lét rendjébe* vetett hitet, azt, hogy a *natura rerumban*, a Természet Rendjében a LÉTEZŐK (madár, kő, ember) és a LÉT ELVÁLASZTHATATLAN. A tánc nem létezik a táncoló nélkül.

Ne játsszuk istent! A náciizmus egyszer már válogatott, ki élhet, és ki nem. Istent játszani *hübrisz*, gőg és határátlépés. Ma már mikrocseppek gyártanak ruhát és babkonzervet. Ideje, hogy az esztelen vagyoni (több ezerszeres) különbségek eltűnjenek. Az élelmiszer 30–45%-a kerül a szemétkosárba minden fejlettebb nyugati országban, miközben gyermekek éheznek, s nincs pénz pingpongasztalra egy napköziben. A lét $\sqrt{\text{nem hasznosság}}$, $\sqrt{\text{nem csak munka és}}$ $\sqrt{\text{nem csupán tudás-megismerés}}$, *minden általános érvényű igazság hasznavehetetlen. Az igazság mindig a pillanatban szüle-*

tik, nem pedig eleve létezik. Ez meglátható, de a flow-élmény elérését tanítani kell, ebben NINCS KÜLÖNBESÉG AZ „ÉP” ÉS FOGYATÉKOS embertársaink között, sőt nincs különbség a felnőtt és gyerekek között sem, a gyerekektől inkább tanulhatunk! Hisz a flow épp hogy nem a túlfejlett, társadalmiasított agykéreg feltétele! AZ ÉSZ NEM ÉRTELEM: az okos sokat tud (pl. 100 dolog van raktáron), az intelligens (értelmes) kevesebb ismerettel (30 dolog van raktáron), de az ismeretekkel végzett műveletekkel (50 féle rakogatás, átrendezés) mégis sokkal hatékonyabb!

És vajon mit jelent az igazság szó? Mert az csak gondolati reflex, kész válasz, hogy az igazság az, amit megismerünk-felfedünk (a-létheia). Vagy: ami kiderül-megmutatkozik a gondolkodás számára. De milyen gondolkodásnak? Mert a logikus *csak tűnik* logikusnak. Pedig nem az. A logikai tisztaság még a matematikai szimbólumokkal sem állítható elő, mert folyton *ellentmondás keletkezik*, csúnyán szólva nincs olyan logikailag egynemű állítás / identikus fogalom, amely később ne válna ellentmondásossá. Nincs tehát biztos alap, ahogy Kurt Gödel matematikus kimutatta. A bizonyosság utáni sóvárgásunknak kellett volna „tévedhetetlen és biztos eszközök”, legyen az ész, metódus, szerkezet, szabály, hogy oldják szorongásunk, amely a jövővel, a kiszámíthatóval kapcsolatos. Ráadásul a logikus gondolkodási mód csak helyettesíti a többi gondolkodási módot, csakhogy minden kizárólagosság elszegényít. Torzít. Innen az Einsteinnek tulajdonított szólás: Knowledge is stupid – a (csak tárgyi) tudás/megismerés bolond, hülyeség (hiábavaló).

A görögök szerint a Logosz (ész) összegyűjt mindent, ami az igazság felfedéséhez, kigöngyöléséhez kell, ami kibont a rejtőzködésből: a-létheia (létheia = – a tudás számára – elrejtett, elfedett; a-létheia: már el nem rejtett,

felfedett). Csakhogy a héber, perzsa, asszír s indiai kultúrában az igazság az, ami van, feltétlen hit (bizalom) a világ folyásában, ami az Isten (nagy léptékű, hosszú távú) terve szerint va-



ló. Az ámen, az „úgy legyen” eredetileg az „úgy van”, emunah (szilárd, biztos) fogalomból származik. Ilyen értelemben nem megismerjük, hanem befogadjuk-megéljük az isteni valóságot. Ami nem a felfedett igazság, nem az a-létheia. Mit is kellene az értelmi fogyasztóknak megtanulniuk, megismerniük? Beszédükkel bár kevés fogalommal, de kötődnek hozzánk, kapcsolatban állnak velünk.

A született siketek is másképp gondolkoznak, mert nyelv és gondolkodás többszörösen és mélyen összefügg. A beszédén keresztül a gondolkodás is társadalmiasított. A tudás (gnózis) nem a logikus(nak vélt) gondolkodás eredménye. A megértés szélesebb, multimodális (*több érzékszerven és több tudatállapoton*) keresztül történő emlékezés (mi csak kiszakadtunk a lét egészéből). A *létezés* nem rajtunk kívül van. Nem véletlen tehát a nietzschei „ész trónfosztása”, a mára – alaptalanul – a ráció szinonimájává lett logika kritikája. Nos, így derül ki, hogy a felnőtt LÉTMEGÉRTÉSE (e heideggeri filozófiai kifejezést jobb volna létátélésnek nevezni, mert az „értelem” szó *egyoldalúan* az észet juttatja az emberek eszébe) éppúgy EGYNEMŰ (nem racionális) és nem a racionális agykéreghez kötött. Mint a gyereké, az ép emberé is inkább

olyan *nem agykérgi, nem bal agyféltekés* működés, mint az értelmi fogyasztóké. Az *egyneműségre* a jin (női minőség) és jang (férfi minőség), a férfi-női, az anyag-energia, az értelem-érzelem egyensúlya jellemző. Az ész a dolgokba hatol (fallikus – Kant), szétszed, megért, elemez (☯ jang típusú), de maga a lét Egy, ezért az ész csak munkára és kutatásra alkalmas, nem pedig az *egynemű létélmény megélésére* (jin☯), mint amilyen a szerelem, művészet, intuíció és az istenélmény.

Az ókori görög és később az arab világ a létet magát élvezte, mi meg nem bírunk szabadulni a teljesítménycentrikus szemlélettől vagy a teljesítménynek hazudott, valójában CSAK a fogyasztás és profittermelés egyetlen dimenziójára szűkült társadalmi működéstől. A lényeg: nem számít, hogy fontos vagy, vagy egy senki, teljesítesz-e valamit, vagy sem; a *felsőbbrendűség*, hogy én okos, ép, produktív, szép, gazdag stb. vagyok, csak egy *illúzió*. Ugyanis a *létben egyenrangúság* van, s ez a legmélyebb *szemléletbeli alapja* mindenféle fogyatékoság, másság megítélésének. Társadalmi méretű tévhit, hogy akinek kevesebb van, az kevesebbet ér, illetve aki veszít (értelmet, kompetenciát, fizetést, kapcsolatot), az kevesebbé válik. Nem. A veszteség tapasztalata is gazdagít!

Tehát a lét √ nem teljesítmény és nem másoknak való √ megfelelés, nem pusztán √ túlélés, hanem megélni-átélni való. *A lét nem kognitív-racionális, a lét nem szóbeli* (non-verbális), nem értelmi kérdés, és a lét mint maga a • világ vagy • isten: • Egy, Egységes, Egészminőség. Ezért nem lehet lenézni, megvetni sem gyöngét, sem gyermeket, sem sántát, sem vakot. Azért vannak fogyatékosok – szemben a „genetikai hiba” szemlélet képviselőivel –, hogy e világban mi, akik gondoskodunk róluk, Lét-társaink által önzetlenebbek, teljesebbek, érettebbek lehessünk.

Fogyatékoság és Szentírás

A hit segítő szerepe a fogyatékosággal élő ember és környezete életében

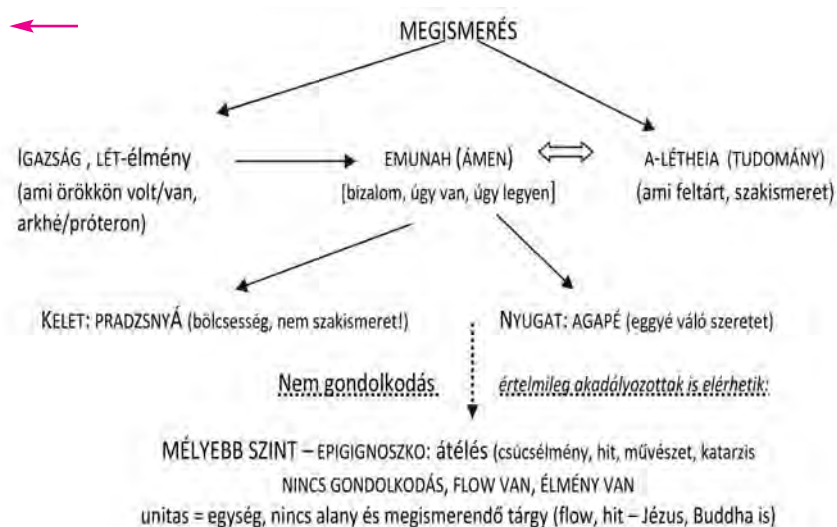
A Carissimiben eddig megjelent két cikkemben (Hol van ilyenkor az Isten?; Macska a kútban) a fogyatékosággal kapcsolatos élethelyzetek gyakorlati értelmezését igyekeztem adni. Ha még lehetőségem nyílik rá, ezt szeretném folytatni, hiszen napról napra gyarapodik a megosztható történetek száma. (Hiszem, hogy nemcsak az én életemben van ez így.) Ez alkalommal azonban egy kicsit a gyakorlat felől az elmélet felé fordulnék. Szeretném feltárni a kedves közönség előtt saját helyzetem és a fogyatékoság értelmezésének gondolati, elméleti-teológiai hátterét. Ez a célkitűzés megkívánja, hogy némileg személyesebb hangot is megüssök.

Nem új keletű dolog a fogyatékoság jelenségére a keresztyén hit szempontjából keresni a választ. Az emberiség mint olyan sok jelenséget, amelyre nem tudott más magyarázatot adni, a transzcendencia körébe utalta. Valamiképpen – általánosan megfogalmazva – a jó és rossz



harcának kísérőjelenségeként értelmezett és természetfelettinak tartott olyan jelenségeket, amelyekről ma már tudjuk, hogy nem azok. Így volt ez a fogyatékosággal is. Ha az anya fogyatékos gyermeket szült, azt Isten különleges büntetésének tekintették, és valamilyen súlyos bűnt kerestek mögötte magyarázatképpen. (Mivel pedig kerestek, általában találtak is.) Ez a nézet ugyanúgy uralkodó volt az ószövetségi korban, mint a középkorban, amikor a kolostorokban – a társadalomból kirekesztve – nevelték és tanították a sérülteket. Azt is hozzá kell tennünk, hogy emellett a keresztyénségen belül soha nem veszett el a szegényekről és elesettekről való gondoskodás gondolata, a szeretetszolgálat,

de kétségtelen tény, hogy voltak korok, amikor a túlzott vallásossággal átitatott tévképzetek és démonokról szóló mesék nagyobb teret kaptak a társadalmi gondolkodásban. Csak a reneszánsz korban a tudomány megerősödésével változott a helyzet és kezdték orvosi szempontból is vizsgálni a fogyatékosággal élő személyeket.



⁵ Genetically modified = genetikailag módosított mag/élelmiszer

⁶ Érzékszervi ingerekre, megfigyelésre és felismerésre alapuló élmény vagy fejlesztési módszer

⁷ Saint-Exupéry: A kis herceg

⁸ IQ = intelligentia quotiens, értelmi hányados; EQ = emotional quotiens, érzelmi hányados; nos, utóbbi az, ami ma egyre alacsonyabb – az „ép” társadalomban.

2013. július 29., Debrecen

Dunkel N. Norbert PhD
zeneterapeuta, filozófus,
jelnyelvi segítő, grafológus

Az utóbbi állítás arra engedne következtetni, hogy a Szentírás és az egyház nem tudott megfelelő választ adni a fogyatékoságra, hanem ezt csak a tudomány volt képes megtenni. Azonban nincs így. Való igaz, hogy a túlzó vallásos képzetek helytelenül értékelik és ítélik a fogyatékoság jelenségét és a tőle szenvedő embert, azonban figyelembe kell vennünk, hogy ezek a nézetek elrugaszkodnak mindattól, amit a Biblia a fogyatékoságról mond. Fogyatékosággal élő keresztyén emberként mindig érdekelt, hogy hogyan értsem saját helyzetem. Talán valahol homokszem került a tökéletes „isteni gépezetbe”? Lelkészként pedig érdekelt, hogy mit mondhatok egy olyan családnak, amelynek tagjai azzal a problémával jönnek hozzám, hogy fogyatékos gyermekük született. A következőkben arra szeretnék rámutatni, hogy a Szentírás helyes értelmezésével hogyan nyerhetünk vigasztalást, és hogyan kaphat célt életünk.

Bár a fogyatékoság megítélése az idők folyamán változott, mégis úgy gondolom, hogy az érintettek alapvető kérdései semmit sem változtak. Ma is gyakran felszad a fogyatékosággal élő emberből vagy családjának valamelyik tagjából a kérdés: „Miért pont én? Hogyan engedheti meg ezt Isten?” vagy „Miért büntet engem így az Isten?” Mindannyian érezzük, hogy ilyen súlyos helyzetben kevés azt mondani: „Mert Ő megteheti.” Igazi válasza van szükség.

A születésemkor fellépő oxigénhiányos állapot következményei mindig is befolyásolták az életemet. A lábujjhegyen való járás, az ebből fakadó testtartási problémák jó néhány akadályt gördítettek elém. Mindazonáltal a saját helyzetemhez képest igyekeztem mindig aktív maradni, kihasználni minden lehetőséget a kimozdulásra. (Tisztában vagyok vele, hogy egyes sorsársaim nálam sokkal nehezebb helyzetben vannak.) Természetesen olyan szülőkre, rokonokra és barátokra is szükség volt hozzá, akik nem sajnálták rá az idejüket. Ezért sohasem lehetek elég hálás nekik. A testi akadályokkal (vagy legalábbis a legtöbbel) meg lehet tanulni együtt élni. Kamaszkoromra a fizikai korlátoknál sokkal jobban nyomasztottak a lelki görcseim, melyeket főleg a félelmek és a miért? kérdéssel való meg nem békülés okoztak. Bár jó tanuló voltam, és tudtam, hogy vannak értékeim, a másságból és megfelelési kényszerből adódó szorongás mindig ott volt a háttérben. Ritkán adtam hangot neki, de amikor ez megtörtént, dühkitörés és elkeseredettség lett a következménye. Mivel magammal nem voltam elégedett, másokat is elmartam magamtól. Legbelül irigy voltam szinte mindenkire, mert ügyesebb volt nálam. Úgy gondoltam, hogy aki másképp él, az nem értheti, hogyan is élek én.

Ebben a helyzetben szólított meg Isten a Szentíráson keresztül. Legelőször az az üzenet hatott rám igazán vigasztalóan, hogy Istennek célja van az életemmel. Ez a gondolat akkor erősödött meg bennem, amikor János evangéliumának 9. fejezetét olvastam. „Amikor Jézus továbbment, meglátott egy születése óta vak embert. Tanítványai megkérdezték tőle: »Mester, ki vétkezett, ez vagy a szülei, hogy vakon született?« Jézus így válaszolt: »Nem ő vétkezett, nem is a szülei, hanem azért van ez így, hogy nyilvánvalóvá legyenek rajta Isten cselekedetei.«”

Történetünk egyik központi szereplője a vakon született ember, akinek még a nevét sem tudjuk. Az a tény, hogy nincs neve, jól kifejezi a társadalomban betöltött alacsony pozícióját, vagyis megvetettségét és kirekesztettségét. Ő egy nevenincs ember, akivel senki sem törődik. Az adott korban a vakság együtt járt a koldulással, hiszen a hiányossága miatt az érintett semmilyen munkát sem tudott végezni, amellyel el tudta volna magát tartani. A tanítványok onnan tudhatták, hogy vakon született, hogy vakságából és koldus voltából adódóan már többször találkoztak vele. A kérdés, amelyet feltesznek Jézusnak, zsidó gondolkodásukból fakad. Ugyanis akkoriban a zsidók úgy tartották, hogy a vaksággal Isten azt bünteti, akinek valamilyen nagy bűne van. Vagy ha gyermekről volt szó, akkor két eset jöhetett számításba. Az első az, hogy szülei vétkeiért Isten őt sújtotta. A másik eset számunkra nonszensznek hat, de tényleg azt gondolták, hogy a gyermek valamiképpen az anyaméhben is vétkezhet. Ebben a kor zsidó teológusai között is nagy vita volt. A tanítványok úgy gondolták: itt az alkalom, hogy Jézus eldöntse a kérdést.

A tanítványok kérdése szinte pontosan másolja az általunk előbb felvetett miértet. Bizony jó lenne ilyen egyszerűen válaszolni.

Jézus meglepő választ ad. Azt mondja: „Nem ő vétkezett, nem is a szülei, hanem azért van ez így, hogy nyilvánvalóvá legyenek rajta Isten cselekedetei.” Jézusnak ezek a szavai kulcsfontosságúak a történet további megértéséhez, ugyanis látni fogjuk: az események akörül forognak, ki képes elfogadni, hogy Jézus isteni hatalommal cselekszik. Jézus ezzel a válaszával visszautasítja azt a feltevést, hogy a vakon született ember vakságának oka az ő vagy szülei valamilyen nagy vétke.

Inkább arra mutat rá, hogy Isten használni akarja ezt a mindenki által megvetett embert, mégpedig arra, hogy a saját dicsőségét megmutassa rajta.

Jézus nemcsak mondja, hogy nyilvánvalóvá lesznek a vak emberen Isten cselekedetei, hanem mindjárt cselekszik is. A földre köp, sarat csinál, és megkeni vele a vakon született ember szeméit. Jézusnak ez a cselekedete



megint a zsidók törvényébe ütközik, ugyanis a kenőcskészítés munkának számított. Mindaz, amiről most beszélünk, a történet szerint szombaton történik. Munkát pedig szombaton nem volt szabad végezni. Jézus tehát munkálkodik a vakon született emberért. Figyeljük meg, hogy a vakon született ember eddig a pillanatig semmit sem tett. Ekkor még nem mint cselekvő van jelen. Nem több, mint eszköz Isten kezében. Most azonban Jézus őt magát is cselekvésre hívja: „Mosakodj meg a Siloám tavában.” Jézus kimozdítja az addig statikus, egy helyben toporgó életet, és azt mondja, hogy te is tegyél magadért valamit. Ne feledjük, hogy emberünk még vak. A Siloám tavához vezető utat még vakon kellett megtennie. Nyugodtan kimondhatjuk, hogy a tóhoz vezető út a hit útja. A vakon született ember kitör az önsajnálataból meg a ráakasztott koldusszerepből, és cselekszik Jézus szavára. Megteszi az utat a Siloám taváig, megmosakodik, és meggyógyul. Mielőtt még bárkinek is megfordul a fejében: teljesen kizárhatjuk, hogy a tóban valamilyen gyógyvíz lett volna. Íme így lett nyilvánvalóvá az Isten cselekedete a vakon született, most már gyógyult emberen.

Talán többekben felmerül a kérdés, hogy manapság miért nem történnek ilyen csodás gyógyulások. Nos, a lehetőségüket nem zárhatjuk ki teljesen, mert akkor Isten mindenhatóságát korlátoznánk, azonban meg kell jegyeznünk, hogy ilyen szempontból különleges időszak volt az, amikor Jézus a Földön járt. Manapság az Úr más módon segít, akár úgy, hogy orvosok kezébe adja a beteget. Másrészt viszont azt is meg kell jegyeznünk, hogy a Biblia fontosabbnak tartja a bűnbocsánatot, mint a testi gyógyulást. Ezt láthatjuk a béna meggyógyításának esetében. (Márk evangéliuma 2, 1–12) Jézus először azt mondja a beteg embernek: „Fiam, megbocsáttattak a bűneid!” Csak utána következik maga a testi gyógyítás.

Ebben a történetben még érdemes megfigyelnünk azt a hitet és kreativitást, ahogyan barátai a beteg embert Jézus elé kívánják vinni. Jézus egy házban van, és a nagy tömeg (mint manapság az orvosi rendelőkben tolongó „önző” betegek) miatt nem tudnak közel jutni hozzá. Eszükbe jut, hogy megbontják a tetőt, és ott ágyastul leeresztik béna barátjukat. (Az akkori házak teteje lapos volt, és hátul lépcső vezetett fel rá.) Hajtóerejük az a hit volt, hogy Jézus tud segíteni a bajban levő emberen, il-

letve az a szeretet, amellyel barátjukat szerették. Ez a szeretet és segítőkészség kreativitásra ösztönözte őket.

Minden ember elsődleges problémája az Istentől való elszakadottság, vagyis a bűn. Első szüleinknek, Ádámnak és Évának a bűne folytán mindnyájan bűnben születünk, és elszakadtunk Istentől. Nem vagyunk képesek Őt megérteni, az Ő akaratát cselekedni, mert bűnösök vagyunk. Amikor Éva szakított a tiltott fa gyümölcséből, ellenszegült Isten akaratának. Ezt az ellenszegülést éljük meg nap mint nap, hiszen vétkezünk. Pedig Isten figyelmeztette az embert: „A kert minden fájáról szabadon ehetsz, de a jó és a rossz tudásának fájáról nem ehetsz, mert ha eszel róla, meg kell halnod.” (Teremtés könyve 2, 16–17) Az ember ismerte a szerződési feltételeket és a szerződésszegés következményeit, mégis Isten akarata ellen cselekedett. Mivel a feltételek előre le lettek fektetve, a büntetés jogos, sőt Isten részéről még kisebb mértékű a beígértnél, hiszen nem pusztítja el azonnal Ádámot és Évát. Eme bűn által kerül be a világba a halál és a betegség, s kimondhatjuk, hogy első szüleink bukásának következménye a fogyatékoság is. Tehát nem valami különlegesen nagy büntetésről van szó, hanem arról, hogy az a bűnösség, amely minden embert sújt lelki értelemben, a fogyatékoság esetében a fizikai testben (is) jelentkezik.

Hála legyen az Istennek, hogy rögtön a bűneset után keresi a vétkes embert, és meg akarja menteni. A bűn végső megoldására pedig elküldte az Ő Fiát, az Úr Jézus Krisztust, akiről a Szentírás azt mondja, hogy Ő „az Isten Báránya, aki hordozza a világ bűnét”. Jézus Krisztus miértünk, mindannyiunkért feszítettett keresztre. ...a mi betegségeinket viselte, a mi fájdalmainkat hordozta...a mi vétkeink miatt kapott sebeket, bűneink miatt törték össze. Ő bűnhődött, hogy nekünk békességünk legyen, az ő sebei árán gyógyultunk meg (Ézsaiás próféta könyve 53, 4–5).

Ez a gyógyítás először is az Istennel való kapcsolatunk visszaállítását jelenti, másodsorban önmagunk elfogadását, hiszen az Isten Fia olyan értékesnek tart, hogy életét adta értem. Mindez pedig ajtót nyit számunkra egymás felé, leomlasztja a kirekesztés és előítéletek falait, így fogyatékosággal élő és ép együtt dicsérheti Istent.

Mgr. Haris Szilárd

doktorandusz,

Selye János Egyetem,

Református Teológiai Kar, Komárom

(Az írás a Carissimi Nonprofit Alap szeptember 27-i komáromi szakmai napján elhangzott előadás szerkesztett változata.)

Művészeti terápia

halmozottan sérült gyermekeknél

Témánk részleges kibontása érdekében is feltétlenül egyértelműsíteni kell a címben foglalt fogalmakat. Ezek alapján a „sérült”-ség itt valamilyen fogyatékossgot éppen úgy jelent(het), mint hátrányt, akadályozottságot, a „halmozott”-ság pedig már két, fejlődést nehezítő tényező együttes fennállása esetén is érvényes. A művészeti terápia jelentésének tartalomvizsgálatához pedig tisztáznunk kell egyrészt a terápia szó jelen értelmezését, másfelől a művészet(ek) mibenlétét.

Nos, a terápia kifejezés jelentése esetünkben: gyógyítani, védeni, szolgálni. Így értelemszerűen a terapeuta tevékenysége a közvetítés, a szolgálat, míg a gyógypedagógusé a kontroll, az instrukció, a feladatadás. Ennek alapján a gyógypedagógus tevékenysége magára a fogyatékosra irányul, míg a terapeutai feladat a gyermek érzelmeire, érzéseire való hatás marad. Egyszerűsíti helyzetünket, hogy a fent leírt feladatmegosztás esetünkben nem okozhat szakmai feszültséget, tekintve, hogy a terápiaikat a gyógypedagógus végzi, így a gyermekekre áramló komplex hatás egy személytől érkezik.

A művészetek számbavétele során intézményünk tanulóinak és munkatársaink kvalitásainak ismerete vált meghatározóvá. Így bár megcsodálhatjuk a diósjenői Laudate csoport nonverbális énekését, a Nemadomfel együttes fantasztikus produkcióit, de követni nem tudjuk és nem kívánjuk őket. Továbbá művészeti tevékenységként tartjuk számon a kerekesszékesek (köztük a halmozottan sérült kerekesszékesek) lélekemelő tánccát, mint ahogyan az értelmi és beszéd fogyatékosok pantomimjét is. Bár ez utóbbiakat is csak szemlélni, nem pedig követni tudjuk. Intézményünkben három művészeti terápiát folytatunk évtizedes hagyománnyal: zene-, képzőművészeti, mese- és versterápiát, s a mind komplexebb hatás végett ezek kombinációit.

Zeneterápiánk háromrétegű: zenehallgatás, zenejátszás, zenerajzolás. A zenehallgatás lehet a Snoezelen terápia része halmozottan fogyatékos kisgyermkek esetében, vagy ugyancsak nyugtató, örömszerző jelleggel pszichikai zavarokkal is küzdő értelmi fogyatékos tanulóinknál. A zenetanulósos terápiával jelenleg súlyos dadogó értelmi fogyatékos tanulóval (János) és erősen nagyothalló értelmi fogyatékos diákkal (Tamás) értünk el komoly eredményeket. János önértékelése rengeteget javult, ma már kezdeményez, (súlyos beszédhibája ellenére) udvarol, próbálja élni a tizenhat éves fiatalok életét. Nem mellékesen tekerőlanttal országos Ki mit tud?

versenyt nyert. Tamás hegedül. Rendszeres fellépője helyi rendezvényeknek, regionális versenyeknek. Önbi-zalma erősödött, társas kapcsolatai működnek, viselkedése éretté vált, bármilyen közegben kedvelt személyiséggé lett. A zenerajzolásnak elsősorban a képzőművészeti komplex terápia részeként van jelentősége. Hihetetlenül mély, őszinte asszociatív alkotások jönnek létre például a négy őselem zenehatása alatti rajzolásban (pl. Beethoven VI. szimfóniája: föld; Händel: Vízi zene: víz; Händel: Tűzijáték szvit: tűz stb., vagy az évkörhöz kapcsolódó művek – Haydn vagy évköri népekeink – nyomán).

Képzőművészeti terápiaba elsősorban azokat a tanulókat vonjuk be, akik értelmi fogyatékoságuk mellett még súlyos – nem ritkán „családi hospitalizációs” mértékű – szocializációs hiányokat is szenvednek. A képzőművészeti terápia eszközkészlete igen gazdag (köszönhető ez annak is, hogy kollégánk nemcsak gyógypedagógus, hanem maga is képzőművész). Agyagozás, fűzés, festés, pasztell, papírmetszet, monotípiák, linómetszés váltogatja egymást. Bármilyen technikát alkalmaznak is, az elsődleges sosem a látvány, hanem a gyermek belső világának megjelenítése. Ez pedig csak teljes érzelmi megnyerés után lehetséges. (Különösen izgalmas ez cigány tanulók esetében, akiknek családjuk is hagyományosan mindig a periférián élt-él akár munka-, akár lakás-, akár egyéb életkörülményeiket tekintjük.)

A képzőművészeti terápia eredményeként – a lelki gyógyulásokon túl – sok tanulóink esetében országos szintű művészeti sikerek is születtek. Volt olyan tanítványunk (H. József), kinek alkotását beválogatták az amatőr művészek országos kiállítására. Egy másik izgalmas kísérlet során egy értelmi fogyatékos, súlyos, agresszív autista leány (Zsófi) vett részt képzőművészeti terápiában (hat éven át). Ő a Mester és tanítványa című pályázaton nyerve, tanárával állíthatott ki.

A felsorolás végére hagytam az intézményünkben meghonosodott **mese- és versterápiát**. Ennek lényege, hogy helyes, személyre szabott mese- vagy versválasszással a gyermekekben rejlő érzelmeket (olykor agressziót is) kibeszéltessük. Tudjanak pozitív hősökkel azonosulni. Tanuljanak meg tanulni. Abból indultunk ki, hogy a mi diákjainkhoz legközelebb a mese áll (szinte életkortól függetlenül). A mesét szeretik, érzik és értik. Immár 16 éve, hogy életre hívtuk a Kárpát-medencei

Szülők tanítói szerepben

A szülői segítség nagyon fontos a gyermek tanulásában. Egy szülő nemcsak akkor nevel, amikor a szó szoros értelmében tanítja gyermekét, hanem akkor is, ha nincs ilyesminek a tudatában: hiszen példakép, akit a gyermek követ. A **specifikus tanulási nehézséggel küzdők** szüleinek a tanításban nagyobb feladat vár, mint a többiekéire. Egyetlen pedagógus sem tud annyi időt fordítani egy tanítványára, amennyit az anyja-apja foglalkozhat vele. Azt sem tudhatja úgy felmérni, mennyit tanult meg a gyermek az élet különböző helyzeteiben. Mivel azonban a gyermek kapcsolata a szüleivel természetesen sokkal meghittebb és szorosabb, mint bármelyik pedagógussal lehet, kellő odafigyeléssel fogjunk hozzá a tanításhoz. A legtöbb szülő kiváló tanárrá válik, ha képes a tanulást kellemes és hasznos élménnyé tenni gyermeke számára. Vagyis fel kell készülnünk a tanításra, csak így lehet hatékony a munkánk.

Mielőtt hozzálátunk a gyermekünkkel való foglalkozáshoz, beszéljünk a pedagógussal. Így az, amit otthon tanítunk, kiegészítheti az iskolában tanultakat. A jó pedagógus örömmel ad tanácsot arra vonatkozóan, mit és hogyan vegyünk át, hiszen tisztában van azzal, hogy az iskolában nem jut elegendő idő az egyéni foglalkozásra.

Sohase vigyük túlzásba az oktatást. A rövid napi foglalkozások sokkal hatékonyabbak, mint az egyszeri hosszú. Egyszerre csak kisebb feladatokat végezzünk el. Olyan időpontot válasszunk a tanulásra, amely mindkettőnk számára kellően nyugalmas. Ne pró-

báljuk tanítani a gyermeket, ha más dolga is van, be van kapcsolva a televízió, vagy a többiek ott játszanak a közelben. Törekedjünk rá, hogy olyan élvezetessé és változatossá tegyük a foglalkozást, amennyire csak lehetséges. Először ismételjük a korábbi leckét, aztán magyarázzuk el, mit fogunk aznap csinálni, és miért. Lassan és türelmesen oktassuk őt. A figyelme időnként ellankad, vagy nem emlékszik olyan dolgokra, amelyeket korábban már tudott. Vegyük ezt természetesnek. Teljesen normális dolog, hogy lassan halad, majd hirtelen jobban kezd menni minden, aztán esetleg olyan időszak következik, amikor alig-alig észlelhető számottevő fejlődés.

Mindig bátorítsuk, soha ne szidjuk, inkább dicsérjük. Sohase feledkezzünk meg arról, hogy egyértelmű legyen, mire vonatkozik a dicséret. Dicsérjük az igyekezetét is, ne csak az eredményt.

Az erőfeszítések jutalmazásának sokféle módja van. A legegyszerűbb, hogy lelkesen megdicsérjük. Szóbeli dicséret bármikor adható, és gyakran jóval hatásosabb, mintsem gondolkodnánk. A jutalmazásnak ez a módja általában elegendő, de egyeseknél többre van szükség. Ez lehet piros pont a füzetben vagy mosolymatrica a kézfejre. Vannak, akiknél szükség lehet jutalmazási rendszer kidolgozására, pl. kellő számú zseton összegyűjtése után valami komolyabb ajándékot lehet adni. Óvakodjunk a drága ajándékok csapdájától, viszont ügyeljünk arra, hogy a gyermek könnyebben elérhesse a kisebb, bátorító ajándékokat. Mindig előre és gondosan dolgozzuk ki a jutal-



mazási rendszert, még mielőtt ismertetnénk vele. Eleinte a matricák, zsetonok vagy kártyák legyenek könnyen elérhetőek. A foglalkozás végére mindig olyan feladatot válasszunk, amelyben a gyermek jó, és amelyet szívesen végez.

A tanulás után a szülő ne játssza tovább a tanító szerepét, hiszen az övé ennél jóval több. Ha minden élethelyzetben a tanítót játssza, a gyermek-szülő kapcsolat mesterkéltté válik, és a gyermek megbántódik. A kötetlen egymás mellett élésre is szükség van a családban.

A tanítás összpontosítson a gyermek gyenge pontjaira. A legtöbbjük már igen korán rájön arra, hogy mi okoz nehézséget neki. Mint bárki más, a gyermek is azt szereti csinálni, ami jól megy. Adjuk meg tehát a lehetőséget neki, hogy olyasmivel is foglalkozhasson, amiben ügyes, ne csak azzal, ami nehézséget okoz neki. Erre nagy szükség van az önbizalmának erősítéséhez.

Vannak szülők, akik nem képesek vagy akiknek nincs idejük gyermekük tanítására. Ebben az esetben keressünk egy pedagógust, aki segíti az otthoni tanulást. Csak olyan embert válasszunk, aki kellően felkészült erre a munkára, és alapvetően nyugodt típus.

Fehér Anna

gyógypedagógus, Komárom

← mesemondó verseny és találkozót. Mesélő és verselő tanulóink pedig számos regionális és országos vers- és mesemondó versenyen, seregszemlén vettek részt, igen eredményesen.

Most a saját intézményünk gyakorlatából villantottam fel művészeti terápiaival kapcsolatos képeket. A té-

mában való elmélyüléshez sok energiát, kitartást kívánok kedves mindnyájuknak.

Murányi Sándor,

Illyés Gyuláné Óvoda, Általános Iskola és Speciális Szakiskola, Salgótarján

Kinövi a gyermek? – korai fejlesztés

Hasznos információkkal gazdagodva térhettek haza a résztvevők a Gyulafehérvári Caritas 2013. október 4-ére és 5-ére megszervezett **Együtt a fogyatékkal élőkért** elnevezésű VII. konferenciájáról, melynek a **Kinövi a gyermek? – Fejlesztési lehetőségek kora gyermekkorban** volt a témája.

Konferenciánk idén több egyesület, szervezet összefogásaként valósult meg. A Gyulafehérvári Caritas közhasznú nonprofit szervezet fogyatékkal élőket támogató szolgálata és a korai nevelő és fejlesztő programja mellett a csíkszentmártoni Korai Fejlesztő és Rehabilitációs Központ, a Romániai Magyar Gyógypedagógusok Egyesülete, a Csíki Anyák Egyesülete és a Santa Lucia Egyesület voltak a társszervezők.

Kinövi a gyermek? – visszhangozzák a kérdést egy-egy diagnózis után a rendelők, falak, terek, épületek. Kérdezik orvosoktól, gyógypedagógusoktól, logopédusoktól, pszichológusoktól, gyógytornászoktól, szülőktől. Idei konferenciánkkal erre a mindannyiunk számára igen ismerős kérdésre szerettünk volna válaszokat keresni. Válaszként különböző, kisgyermekeknél alkalmazható fejlesztési lehetőségekről hallhattunk. A téma iránti érdeklődést, annak időszerűségét és fontosságát a 209 regisztrált résztvevő is bizonyította.

A válaszkeresők különböző szakterületeken végighaladva, meg-megállva találhattak értékes ötletekre, javaslatokra és módszerekre. **Sógor Enikő** klinikai pszichológus, a csíkszentmártoni Korai Fejlesztő és Rehabilitációs Központ intézményvezetője előadásából megtudhattuk, hogy mi is pontosan a korai intervenció, és miért fontos minél korábban felismerni a fejlődési zavarokat. **Dr. Büki György** gyermekneurológus (Budapest) gyakorlatias előadásában az aktivitászavar szempontjából lényeges tünetekre hívta fel a figyelmünket, továbbá előadásából az is kiderült, hogy a férfias női kezek hogyan függnek össze a magzatvesztésekkel. A látássérültek intézményválasztásában kalauzolt **dr. Földiné Angyalossy Zsuzsánna** gyógypedagógus (Budapest). **Zsindely Katalin** klinikai szakpszichológus, családterapeuta (Budapest) a kora gyermekkori intervenció során a családkésítés hogyanjába vezetett be. **Ráduly Zörgő Éva** logopé-

dus (Kolozsvár) a megkésett beszédfejlődés témakörét boncolgatta. Konkrét esetekből kiindulva vázolta fel az okait, tüneteit, klasszikus és új terápiás lehetőségeit. **Mezei Borbála** gyógypedagógus (Gyulafehérvár) előadásában az első három év fontosságáról hallottunk információkat, továbbá megismerhettük a Gyulafehérvári Caritas korai nevelő- és fejlesztőközpontjainak színes és sokrétű tevékenységét. Ki a mentorszülő? Miben nyújt



támaszt azoknak a szülőknek, akik szembe kell nézzenek azzal a diagnózissal, hogy a gyermekük autista? Ezekre adott választ **Vass Éva** (Csíkszereda), bemutatva az Erdélyben kibontakozó mentorszülő-hálózatot. **Baranyi Ildikó** gyógypedagógus (Budapest) a hallássérült gyermekek esetében történő korai fejlesztés útjának főbb állomásait, az alkalmazott módszer lényegét, az eredményes

fejlesztés kritériumait ismertette. **Lakatos Katalin**, a BHRG Alapítvány elnöke (Budapest) az organikus éretlenség vizsgálatáról és terápiás ellátási lehetőségeiről beszélt.

Az előadások mellett különlegesebb programok is helyet kaptak. A résztvevők a korai fejlesztés témakörében számos műhelymunka során gyarapíthatták gyakorlati tudásukat. Az Élő könyvtár keretében lehetőség volt az előadóknak személyesebb, közvetlenebb helyzetben kérdéseket feltenni. A péntek esti filmnézés a korai fejlesztés, nevelés egy újabb szeletét tárta elénk. A tanácskozás zárásaként **Sárközi Sándor** piarista pap tanár (Csíkszereda) lelki tánc lépéseivel tette teljessé a programot, és megadta azt a plusztöltést, mely segítő munkánkhoz elengedhetetlen.

A rendezvényt záró szentmisében hálánkat fejeztük ki a konferencia sikeres megvalósulásáért, és a jó Isten áldását kértük a résztvevők munkájára. A sikerhez a háttérben meghúzódó csapatmunka és a szervező egyesületek, szervezetek összefogása is hozzájárult.

Köszönjük a Bethlen Gábor Alapnak, a Communitas Alapítványnak és Csíkszereda Polgármesteri Hivatalának a támogatását.

Borota Karola,

a Gyulafehérvári Caritas fogyatékkal élőket támogató programjának munkatársa

Tudományos nap a Bliss Alapítványnál

Az augmentatív és alternatív kommunikációval (AAK), amely kiegészítő kommunikációs eszközök – gesztusok, kommunikációs táblák vagy elektronikus eszközökön, ún. kommunikátorokon elhelyezett üzenethordozók: képek, grafikus ábrák, Bliss-jelképek, betűk és szavak – által azoknak teszi lehetővé gondolataink, érzéseik közlését, akik nem tudnak beszélni, már több ízben foglalkoztunk lapunkban. A súlyosan mozgássérült és beszédképtelen gyermekeknek, fiataloknak Magyarországon 1987 óta a Bliss Alapítvány munkatársai nyújtanak segítséget. Az általuk alkalmazott kiegészítő kommunikációs módszerekkel a környező, magyarok által is lakott országok gyógypedagógusait is szeretnék volna megismertetni. Gazdag AAK-tapasztalataik átadását a Nemzeti Együttműködési Alap (NEA) Nemzeti Összetartozás Kollégiumánál elnyert pályázat segítette. Ennek keretében tavaly decemberben egyhetes nemzetközi szemináriumot tartottak, továbbá hárman a szenci Nefelejcs Házban több súlyosan fogyatékos, nem beszélő fiatalot diagnosztizáltak. A program lezárásaként októberben a Bliss Alapítvány székházában tudományos nap keretében beszámoltak a nyáron Kijevben megtartott IX. regionális AAK-konferenciáról. A budapesti rendezvényen a szenciek is részt vettek, és kölcsönkapták azokat az eszközöket, amelyeket az alapítvány munkatársai a diagnosztizálás során alkalmazásra javasoltak.

Kelet- és Közép-európai

Regionális AAK-konferenciák

Dr. Kálmán Zsófiának, a Bliss Alapítvány ügyvezető igazgatójának kezdeményezésére az első Budapesten volt, 1997-ben; két évente rendezik meg őket. A továbbiaknak Magyar-, Cseh-, Lengyel- és Oroszország, valamint Szlovákia (Zólyom) adott otthont. A kijevit követő Moldovában lesz, az azutáninak a megszervezését pedig Románia vállalta. „Nekem személy szerint szívfájdalmam, hogy Kijevben sem a cseh, sem a szlovák kollégák közül nem volt senki, se tanár, se szülő, se gyerek – mondja Kálmán Zsófia. – Kétségtelen, hogy igény volna rá, nem tudom, miért nincs érdeklődés. Nekünk jelenleg is van két szlovákiai növendékünk, akik rendszeresen visszajárnak hozzánk konzultációra, meg kölcsönöznek is. Biztos vagyok benne, hogy Szlovákiában is van olyan pedagógus, aki hallott már róla. Persze tény, hogy mindig a rendező ország pedagógusainak van anyagilag is, időben is a legnagyobb esélyük eljutni a konferenciára.”

Az AAK az egyes országokban

A kijevi tapasztalatokat Kálmán Zsófia foglalta össze. A skandináv államokban az 1970-es évek elején kezdték alkalmazni a kiegészítő kommunikáció módszerét, ezért az ottani rendszerek nagyon fejlettek. A kelet- és közép-európai országok akkor tudnak jól fejlődni, ha sikerül Nyugaton személyes kapcsolatokat kialakítaniuk, s onnan támaszt, segítséget kapnak.



Lengyelországban megvannak a személyes kapcsolatok, talán ennek is köszönhető, hogy több, nagyon jól működő, egymással is kapcsolatban levő AAK-központjuk van. A módszer húsz éve van jelen az országban, tizenegy éve az oktatási törvénybe is bekerült, hogy minden gyermeknek jogában áll az igényeihez, tehetségéhez, képességeihez és szükségleteihez mérten tananyagot kapnia. Egyéni tananyagot, egyéni módszereket; ebben az augmentatív kommunikáció is benne van. Civil szervezetük 15 éve dolgozik, fő feladata a módszer országos elterjesztése. **Románia** angol támogatással 2005-ben indította el programját. A lengyelekkel közösen elnyert egy 100 ezer eurós pályázatot. 180 tanárnak tanfolyamot tartottak, és a pedagógus-továbbképzésben is helyet kaptak. **Oroszországban** svéd támogatással dolgoznak, eredményeik is vannak, de visszahúzó erő, hogy nagyon erős náluk egy, még a sztálini időkre visszamenő hagyomány. Sztálin annak idején megtiltotta a jelnyelv használatát. Primitívnek tartotta, és olyasminek, ami elnyomja a normál intelligencia fejlődését. Ez a nézet sokáig hátráltatta más posztkommunista országokban is a jelnyelv, az AAK, a gesztusnyelv alkalmazását, mert úgy tartották, hogy eltántorítja a gyermeket a beszéd használatától. **Fehéroroszországban** a gyógypedagógiai oktatásban szerepel az AAK, viszont nincsenek szakembereik, és alig van gyakorlat. **Ukrajna** még csak a kez-

deteknél tart, ugyanakkor Kijevben a helyi csoport erős, és a tanácskozási helyszínül szolgáló Dragomanov Nemzeti Pedagógiai Egyetem a konferencia mögé állt.

A magyarországi helyzet

Magyarország szakmai szinten magas színvonalat képvisel. Rendszerezsek a kutatások, érdekes és izgalmas publikációk vannak. Hátrány azonban, hogy hiányzik a lengyelekéhez hasonló törvényi keret. Kálmán Zsófia szerint nem jó, hogy még mindig a Bliss Alapítvány az AAK központja. Olyan hálózat létrehozására van szükség, amelybe belefér a Bliss Alapítvány mint civil szervezet a maga múltjával és tapasztalatával, a főiskola, amely felvállalná a módszer oktatását, kellene egy erős szülői fórum, és benne lenne az állami szerepvállalás is. Mozaikosan minden megvan egy komplex AAK-struktúra kiépítéséhez, most egy olyan szervezet kellene, amely összefogja, egységessé teszi a mozaikot. Erre a Fogyatékos Személyek Esélyegyenlőségéért Közhatal Nonprofit Kft.-nek (FSZK) nyílt most lehetősége. Az FSZK az Emberi Erőforrások Minisztériumának felkérésére **Gifló H. Péter** programiroda-vezető irányításával magasan képzett szakértőkből és gyakorlati szakemberekből álló szakmai műhelyt hozott létre. Elkészült az országos AAK-stratégia, amely a kommunikációjukban súlyosan akadályozott személyekkel kapcsolatos teendőket, feladatokat, várt eredményeket fogalmaz meg a döntés-előkészítők, döntéshozók, a szakma, ill. az érdekvédelem számára. „Ahhoz, hogy hatékony fejlesztés valósuljon meg, szakmapolitikai, szakmai és érdekvédelmi összefogásra van szükség – mondja a programiroda-vezető. – A szakmai oldal nagyon erős, a szakmapolitika mindezt akceptálja, de nem régen tud róla. Vannak arra utaló jelek, hogy nyitott rá az Emberi Erőforrások Minisztériuma, hogy minden olyan állami dokumentumban, amely meghatározza a fogyatékos személyekkel kapcsolatos hazai életet, az AAK nevesítetten szerepeljen, már csak azért is, mert a fogyatékos személyek jogairól szóló, 2007-ben ratifikált ENSZ-egyezmény az AAK-t is megnevezi mint kommunikációs eszközt. Hosszú fejlesztési szakasz áll még előttünk, még döntés sem született arra vonatkozóan, hogy ezt a fejlesztést el lehessen kezdeni, de szándék mindenképpen mutatkozik. Az én vízióm az, hogy magasan képzett szakértők olyan szakembereket fognak majd képezni, akik a mindennapokban tudják a kommunikációs nehézséggel küzdőket támogatni, így ezek társadalmunk részévé tudnak válni, nem akadályozza őket a részvételben a kommunikációs hátrányuk. A szándék az, hogy legyenek szakemberek, hogy legyen a tudás ott a területen, legyen hozzá megfelelő infrastruktúra, és mindez legyen országosan területileg és minőségileg is egyenletesen elérhető. Ehhez még nagyon-nagyon sok szakértői egyeztetés kell.

Fontos, hogy a szakma egyetértsen abban, mit is akar megvalósítani, s ehhez meg kell szerezni a politikusok támogatását. Bízom abban, hogy a 2014 és 2020 közötti EU-s tervezési szakaszban az AAK nevesítetten jut majd forráshoz.”

A Bliss Alapítvány Kijevben

A kijevi konferencián hárman képviselték a Bliss Alapítványt: **Kálmán Zsófia**, **Miksztai-Réthey Brigitta** informatikus, az alapítvány önkéntese, aki esettanulmányt mutatott be két, kommunikációs táblát használó fiatalemberről, és **Sebján Zoltán** egyetemi hallgató, gyógypedagógiai asszisztens, akinek egyénre szabott képkommunikációs programról volt poszterbemutatója.

Kálmán Zsófia *A prepubertáskorban lévő gyermekek szexuális nevelésének problémái a szülők szempontjából* címmel tartott előadást. „A szülők kérték, hogy beszéljünk erről, mert nőnek a gyerekek. A beszélgetésből kinőtt egy kis kutatási program. Az általuk felvetett kérdésekre egy fókuszcsoportban közösen megkerestük a válaszokat, összegyűjtöttem és elemeztem őket. Kiderült belőle, hogy hogyan tekintenek erre a kérdésre, hogy milyen sok bennük a tagadás: hogy ó, nem, ő úgysem lesz szexuálisan aktív, semmi nem lesz itt, hogy milyen sok a szégyen, hogy hú, de kellemetlen, kínos, ne beszéljünk róla, nincs ilyen, legjobb, hogyha csecsemő marad, mert akkor ez soha nem is lesz probléma. Az is megmutatkozott, hogy rettenetes az éhség az információra. Haragszanak a szakemberekre, akik tudják, hogy ez fontos terület, mégsem osztották meg velük a tudnivalókat. A kutatási eredményekből következtetéseket lehet levonni: amikor AAK-ra tanít az ember egy gyereket, nem szabad elfeledkezni arról, hogy pl. a testrészek közül nemcsak a fejnek, fülnek, kéznek meg a lábnak van neve, hanem vannak más testrészek is, nevük van, és ugyanúgy, mint egy ép gyermeknek, tudnia kell mindig az életkorának megfelelően, hogy az egyes tagjainak mi a neve, mit kell vele kezdeni, és a szülőknek meg kell találniuk a két félelem között a közép-utat. Mi lesz, hogyha túl sokat mondok neki: túl sokat fog tudni, megzavarja a fejét; ha túl keveset: kiszolgáltatott lesz, és bárki visszaélhet a tudatlanságával. Tehát a kettő között kell a szülőnek a közép-utat megtalálnia, és ebben a szakembereknek szerepük van: segíteni a figyelmét ráirányítani a problémára; gondolkodni kell róla, föl kell rá készülni. Ez olyan érdekes terület, amely további kérdéseket vetett fel. Februárban új kutatást kezdek azzal kapcsolatban, hogy milyen típusú információkra van igényük a szülőknek, mit vesznek ki a hallottakból. Mert gyakran előfordul, hogy a szakember úgy érzi, megadta az információt, a szülő meg úgy érzi, hogy nem kapott információt. Itt van egy hasadék, és az szeretném megtudni, hogyan lehetne megszüntetni.”

(t)

Együtt könnyebb

A párkányi Mentálisan Sérülteket Segítő Társulás két éve ápol jó kapcsolatokat a balassagyarmati székhelyű ÉFOÉSZ Elfogadásért Önérvényesítő Egyesülettel. Az együttműködés még szorosabbá tette, a társadalmi elfogadás és befogadás előmozdítása céljából idén januárban

hat hónapra szóló közös pályázatot nyújtottak be a Nemzetközi Visegrádi Alaphoz **Határon átnyúló szakmai együttműködés a társadalmi elfogadásért** címmel. „Szükség van arra, hogy a fogyatékos-sággal élő embereket és családjukat a társadalom jobban felkarolja, s a fogyatékosokat egyenrangú és egyenlő méltóságú tagjaiként kezelje – mondja **Fábi Lászlóné** projektfelelős, a balassagyarmati szervezet elnöke. – Azt szeretnénk, ha mindkét egyesület, de elsősorban a párkányi csoport erősödne, gazdagodna szakmailag, elméletben, gyakorlatban. Szlovákiában és Magyarországon egyaránt van tennivaló. Nagyon nehéz, hosszú és rögzös út áll még előttünk, de ha mindig teszünk érte egy keveset, akkor hozzájárulunk a társadalmi integrációhoz. Véleményem szerint minden ember egyenlő, a sérült is ugyanazt tudja, csak neki picivel több segítség kell ahhoz, hogy kibontakozhasson.” A fél év alatt nyolc közös szakmai és kulturális progra-

mot szerveztek felváltva Párkányban és Balassagyarmaton. Arra külön ügyeltek, hogy a sérülteket integrálják az egészséges fiatalok közé, elősegítve vele egymás elfogadását. „Pozitívum, hogy láthatóvá tettük szervezetünk munkáját, bekerültünk nemcsak városunkban, hanem a határ túloldalán



is a köztudatba – értékelte az elmúlt időszak történéseit Szűcs Teréz, a párkányiak vezetője. – A mi látókörünk is bővült, és az események hatására, a médiában való szereplések nyomán is alaposan megváltozott neveltjeinkről az általános vélekedés, hiszen meg tudták mutatni, mire képesek.”

A szakmai napokon a fogyatékos-sággal élőkkel való törődés került előtérbe. Logopédus, szociális szakember, szociálpedagógus, szociális munkás, intézményvezető tartott előadást a fogyatékos személyek felzárkóztatásáról, a család és a társadalom szerepéről, a mozgásterápia jelentőségéről,

a korai intervenció fontosságáról, az autizmusról, az életminőség javításáról és a támogatott döntéshozatalról. A kulturális programokban mindkét ország szereplői tudásuk legjavát mutatták. A szép számú közönség tapasztalhatta a párkányi és a komáromi Mentálisan Sérülteket Segítő Társu-

lás csoportjának, a párkányi speciális iskola s a pásztói speciális iskola és diákotthon tanulóinak, gyönyörködhetett a szécsényi Palóc Néptáncgyűttes műsorában.

Mindkét egyesület tagjai elégedetten, szakmai és kulturális téren gazdagodva zárták a projektet. A rendezvényeken hozzávetőleg 3200-an vettek részt, és

hogy mások is részesüljenek a megszerzett tudásból, a szervezők magyar, szlovák és angol nyelvű kiadványban jelentették meg az előadásokat. A füzetet társegyesületeknek, más karitatív szervezeteknek, oktatási, művelődési és egyéb intézményeknek, a médiának, egyházaknak és nem utolsósorban családoknak kívánják eljuttatni. A két egyesület egyértelműen erősödött, segítették egymás munkáját, további kapcsolatokra tettek szert. Önkéntes segítők száma mindkét országban örövendően nőtt. További határon átnyúló pályázat elkészítését tervezik.

(t)

Egy kis segítség a rászorulóknak

A HUMAN INTERNATIONAL polgári társulás 2006 óta segít a rászorulókon. Székhelye Ipolyfőd-mesen van, s Ipolyságon raktárt bérel. Elnöke, **Molnár László** és segítőtársai szívügyüknek tekintik a munkát, amelyet végeznek. A „Humi” hamarosan fogalom lett a rászorulók körében, hiszen nála jelképes áron szerezhető be élelmiszer, ruha, bútor, épületalkatrészek stb. Mindaz, amit ausztriai vagy németországi adomá-

nyozók felajánlanak, esetleg bontásból megmentenek. Ha elterjed a hír, hogy egy faluban kirakodóvásárt rendez a Humi, olyankor messzi környékről jönnek az emberek. De nemcsak magánembereket szolgál ki, hanem segélyszervezeteket, szociális intézményeket is határon innen és túl. A környék kórházai is bajban volnának a segítségével nélkül.

Kínálatában tolokocsik is vannak, sőt az a kocsis tőlük van, amelyikben most ülök. Ha jól számolom, öt évvel ezelőtt ugyan az egészségbiztosító is kiutalt

Komáromi Protestáns Nőegylet

A Komáromi Protestáns Nőegylet 132 éves múltra tekint vissza. 1881. február 13-án alakult meg, és 1945-ig működött. Mivel az államhatalom nem engedélyezett semmilyen egyházi kezdeményezést, csak 45 év elteltével, a bársonyos forradalom után, 1990 áprilisában folytatta ismét munkáját. Jelenleg 76 tagja van.

Háromféle célt tűztünk ki magunk elé: hitmélyítő, egyháztársadalmi és szeretetmunkát.

Hitmélyítő munkánknak igen fontos része az ima és a bibliaismeret igék által való terjesztése.

Egyháztársadalmi téren törekedünk összehozni havonta a lányokat, asszonyokat, időseket, fiatalokat, más felekezetűeket is. Négy katolikus vallású tagunk is van. Minden hónap utolsó keddjén tartunk összejevölt, amelyen megbeszéljük terveinket, gondjainkat, és (hitmélyítő, orvosi, művészeti, irodalmi, környezetvédelmi stb.) előadások által a tudományt és a kultúrát terjesztjük.

Szeretetmunkánk végzése során a halmozottan sérült fiatalokat – szülőkkel és nevelőkkel együtt – évente kétszer meghívjuk zenés igei alkalomra, szeretetvendégségre. Részükre a Carissimi Nonprofit Alappal közösen foglalkozással egybekötött szakmai

napot is szerveztünk. Rászoruló többgyermekes családokat támogatunk élelmiszerrel, anyagi juttatásokkal, idős nőtestvéreket, betegeket látogatunk. Műanyag kupakokat gyűjtünk rászoruló beteg gyerekek részére.

Minden évben részt veszünk a Szeretethíd Kárpát-medencei önkéntes megmozdulás napján. A nagykeszi



Reménység reszocializációs otthon lakóival közösen 2011-ben a komáromi Európa udvarban lévő padokat, 2012-ben az iskolák és óvodák előtti védőkorlátokat, 2013-ban pedig a város játszótereinek hintáit festettük át. Az akció célja hídépítés az egyház és a társadalom között, Isten és az emberek között, generációk, segítségnyújtók és rászorulóknak között. Az önkéntes résztvevők jó szolgálatot tesznek embertársaikért és környezetükért. Szeretnénk megmutatni, hogy nyitottak

vagyunk a társadalom és más felekezetek felé is.

Évente bekapcsolódunk a Diakónia által megrendezett Kézről kézre elnevezésű jótékonyági vásár lebonyolításába is. Koordináljuk a kulturális és szabadidős tevékenységeket: kirándulásokat, hangversenyt, kézimunka-kisállítást szervezünk, amelyeken lehetőség nyílik együtt lenni, új arcokat megismerni és régi jó barátokkal találkozni, elbeszélgetni. Szoros baráti kapcsolatot tartunk fenn a Pápai Nőegylettel. Biztosítjuk az egyházunk által szervezett rendezvények háttér-munkáját. Szervezetünk tagja lett a Kárpát-medencei Családszervezetek Szövetsége által létrehozott Családláncnak.

Okunk van a hálaadásra, mert ez idáig megsegített az Úr bennünket. Lépésről lépésre sikerült előbbre jutnunk, lelki, szellemi és anyagi szempontból megerősödni.

Végezetül szeretném idézni Zsindely Ferencné Tüdös Klára üzenetét: „Azért érdemes élni, hogy akár csak egyetlen léleknek kezet nyújtsunk, és kisegítsük a kátyúból. Nem nagy szavakra, hatásos szónoklatokra van szüksége ennek a világnak, hanem apró, csendes, hűsleges életekre, melyeknek a türelme hiteles.”

Dr. Körtvélyesi Piroska elnök

egyed, de annak a minőségéről elég annyit mondanom, hogy fél év alatt csavarónként esett szét. Pedig nem is használtam extrém körülmények között, csak bent a szobában. (Felvetődik persze a költői ? kérdés, hogy miért éri meg az államnak az adófizetők pénzén ilyen silány minőséget behozni.) Az a tolókcso, amelyet a Humitól vásároltunk kemény 10, azaz tíz euróért, még használtan is jobb minőségű, és tovább ki fog tartani.

Azonban nemcsak tolókcso található a kínálatában, amellyel megkönnyíti a mozgássérültek életét, hanem

tetszés szerint állítható elektromos ágyak is. Tapasztalatból mondhatom, milyen jó dolog egy ilyen ágy, mennyire megkönnyíti az életünket és a minket ápolókat.

Habár a címben egy kis segítséget írtam, mindazonáltal tudom, hogy vannak rászorulóknak, akiknek igenis nagy segítség az, amit a Humi nyújt nekik, sőt nélküle senkinek a segítségére sem számíthatnának.

Köszönjük, Humi!

Sztakó Zsolt

A közösség gyógyító ereje

Húsz éve, 1993-ban, az ország kettéválásakor a Pszoriázisos és Atópiás Betegek Társasága is kettéoszlott, és megalakult a szlovákiai társaság. A pszoriázis (pikkelysömör) az egyik leggyakoribb bőrbetegség. Valószínűleg genetikai hátterű, krónikus, autoimmun betegség, tünetei fehér, viaszra emlékeztető, pikkelyes kiütések, hámló, élénkvrös, apróbb elváltozások a bőrön. A szakorvosok Szlovákiában 65 ezer beteget kezelnek, és a becslések szerint legalább ennyien vannak, akik nem kapnak kezelést. A betegség ugyan nem veszélyezteti az életet, de jelentősen ronthatja az életminőséget, sőt közép- és súlyos formája rokkantságot okozhat. Az atópiás dermatitisz (ekcéma) ismeretlen eredetű krónikus bőrgyulladás – öröklött hajlam és kóros immunreakció egyaránt okozhatja –, erős viszketésben, apró piros kiütésekben és víztiszta hólyagocskákban nyilvánul meg.

Tevékenység

A társaság a törvényhozókkal való tárgyalások során a bőrbetegségekben szenvedők érdekeit védi, és arra törekszik, hogy jogos követeléseik bekerüljenek az egészségügyi, szociális és a gyógykezelésekről szóló törvényekbe. Helios című kiadványa évente háromszor jelenik meg. Orvosok és más szakemberek írásaiból a bőrbetegségekről, a legújabb gyógyszerekről, táplálékkiegészítőkről, a lelki problémák kezeléséről, egészség- és szociális ügyi jogszabályokról tájékozódhat belőle a tagság. A címválasztás nem volt véletlen: a görög mitológiai Héliosz a Nap megtestesítője, őket pedig a napfény gyógyítja. Tevékenységüket klubokba tömörítve fejtik ki. Szakorvosokat, pszichológusokat, gyógyszerforgalmazókat hívnak meg rendezvényeikre; tengerparti, relaxációs és rehabilitációs üdületeket, stresszoldó tréningeket, sportrendezvényeket szerveznek.

Nem szép, de nem fertőző

Egyik legfontosabb céljuk bevinni a köztudatba, hogy ezek a bőrbetegségek nem fertőzők. Ha az emberek többet fognak tudni róluk, megváltozhat a betegek iránti, sokszor elutasító magatartásuk, és ezáltal javulhat az érintettek társadalmi elfogadottsága. A közvélemény-formálást segíti a **bőr és az érintések napja**, amelyet évente májusban rendeznek meg. Ilyenkor azokban a városokban, ahol klubjuk működik, bőrgyógyászok tartanak felvilágosító előadásokat.

Október 29-én, a **pszoriázis világnapján** országszerte sajtótájékoztatók, ismeretterjesztő rendezvények várják az érdeklődőket, s a bűdöskői (Smrdáky) gyógyfürdőben a világnapot megelőzően nyílt napot tartanak. Idén A gyógyulás legyen mindenki számára hozzáférhető jelszó jegyében szervezték meg a világnapot.



MUDr. Peter Kozub (balra) és Kállay Éva (jobbra)

A pozsonyi klub

Évente kétszer tart összejövetelt. Novemberi ülésére eljött MUDr. Peter Kozub bőrgyógyász, akivel nagyon jó a tagság kapcsolata. Szóba került többek között, hogy a betegek évente jogosultak gyógyfürdői kezelésre. Diagnózisukkal az A ka-

tégóriába tartoznak, és a 28 napos gyógykezelést teljes egészében téríti az egészségbiztosító. Nem mindegy azonban, hogy milyen szakorvostól van az ajánlás. Ha ugyanis a pikkelysömör ízületi gyulladást okoz, és reumatológus javasolja – ez értelemszerűen a mozgásszervi betegségekre szólhat –, csak 21 napos a gyógykezelés. Kellemetlen hírt is közölt a szakorvos: az eddig térítésmentesen kapható kenőcsök gyártása megszűnik, így a jövőben csak térítés ellenében juthatnak gyógyszertárhoz az érintettek.

A tagok számára más rendezvények is vannak: színházlátogatás, gulyásparti, strandolás. A lényeg az együttlét, hogy jól érezzék magukat. Betegségük következtében ugyanis sokan visszahúzódnak, kerülnek a társaságot.

Kállay Évával, a pozsonyi klub elnökével ülök le beszélgetni. „Nekem nem volt különösebb problémám a betegségem miatt. Férjem mentem, két gyermekem született, szerencsére nem örökölték. 35 évig óvodában dolgoztam, ott a kicsik legfeljebb megkérdezték, hogy »megcsípett a szúnyog?«. De akárhogy is, az ember szégyellte, hogy foltos meg piros a bőre. Ennek leküzdésében sokat segít a szervezet. Sokszor volt kisebbrendűségi érzésem, de aztán láttam, hogy mások nálam rosszabb állapotban vannak. Már strandra is bátrabban megyek. Rajtam most csak egy pici piros folt van, de ez mindenképp változó, lehet a testnek szinte egész felületén is. Nagyon kellemetlen együtt élni vele, még ha nem fájdalmas is. Megbámulják az embert, és mindenkinek csak nem mondhatom el, hogy nem vagyok leprás, nem kell félni, nem fertőző. Előfordult, hogy láttam valakit a villamosban, akinek foltok voltak a kezén, megszólítottam, és meghívtam a klubunkba.”

A közösségnek gyógyító ereje van.

(t)

Időnként méresse meg a vércukorszintjét!

Szlovákiában jelenleg 350 ezer cukorbeteg van, és mintegy 150 ezerre tehető azoknak a száma, akik vagy betegek már, de még nem derült ki róluk, vagy a prediabetes (a betegséget megelőző) fázisban vannak. Az egészségtelen, mozgásszegény életmód, elhízás és az elégtelen felvilágosítás következtében a diabéteszben szenvedők 2030-ra több mint 600 ezren is lehetnek. Ezeket a riasztó adatokat november 14-én, a **diabétesz világnapján** tették közzé a terület legnevesebb szakemberei, amikor – hogy felhívják a figyelmet a fenyegető veszélyre – Via Dia, Cukorbetegek útja névre keresztelték egy napra a pozsonyi Posta utcát. „A diabétesz a harmadik évezred világjárványa, mindnyájunkat érint, ezért nem hagyhatjuk figyelmen kívül” – mondta **MUDr. Darina Sedláková**, a WHO pozsonyi irodájának vezetője. „A gyógyításban a fő feladat a vér cukorszintjének normál

értéken való tartása, vagyis optimális esetben éhgyomorral nem haladhatja meg a **6,5–7,0**, evés után pedig a **8,0–10,0** mmol/l-t. Ellenkező esetben súlyos szövődmények léphetnek fel” – figyelmeztetett **MUDr. Emil Martinka** docens, a Szlovák Diabetológiai Társaság elnöke.

A hosszan tartó magas vércukorszint szövődményei:

vakság: a vakság leggyakoribb oka;

lábamputáció: Szlovákiában évente 4300 cukorbetegnek amputálják a lábát;

szív- és érrendszeri betegségek: 2–4-szer olyan gyakori a szív- és érrendszeri betegségek miatti halálozás, mint a nem cukorbeteg körében;

vesekárosodás: a leggyakoribb okozója a visszafordíthatatlan vesekárosodásnak.

„A betegek nagy része 2-es típusú cukorbetegségben szenved, pedig helyes életmóddal megelőzhető volna –

mondta **MUDr. Lubomír Barák** (Országos Gyermekdiabetológiai Központ). – Azért fontosak az ilyen felvilágosító rendezvények, hogy felhívjuk erre a figyelmet. Ha belegondolunk, hogy az előrejelzések szerint 2030-ban minden harmadik ember cukorbeteg lesz, kész borzalom.”

Hogyan előzhető meg?

Kövesse figyelemmel a vércukorszintjét! • Mozogjon! • Táplálkozzon egészségesen! • Törekedjen az alkatának megfelelő testsúlyra!

A világnap alkalmából több sátorban ingyen megmérték a járókelők vércukorszintjét. Szórólapokat osztogattak, felhívták a figyelmet a nemrégiben elkészült ViaDia nevű tájékoztató-felvilágosító projektre, valamint a hasznos tanácsokat tartalmazó www.viadia.sk honlapra.

Náthára, köhögésre ne szedjen antibiotikumot!

Az antibiotikumok múlt századi felfedezése az orvostudomány legnagyobb eredményei közé tartozik, hiszen számos, korábban halálos fertőző betegséget meg lehet gyógyítani velük. Ezzel az „ajándékkal” azonban nem jól sáfázkodtunk, a sokszor indokolatlan használatuk ugyanis oda vezetett, hogy a különböző gyógyszereknek ellenálló baktériumok jelentek meg. A veszélyekre november 18-án, az **európai antibiotikum-napon** szakemberek hívták fel a figyelmet, hogy segítsék a gyógyszerrezisztens baktériumok elleni küzdelmet.

Európában növekszik azoknak a száma, akik **ellenálló baktériumokkal** fertőződnek meg. **Prof. MUDr. Anna Lísková**, a nyitrai Klinikai Mikrobiológiai Intézet vezetője az **okok** közé sorolta a főleg, nem megfelelő készítménnyel történő vagy a szükségesnél rövidebb/hosszabb ideig tartó antibiotikumos kezelést, az állatok antibiotikummal való kezelését (gondoljunk a brazil csirkehús körüli botrányra), az ellenálló baktériumok utazással való terjedését. Súlyos probléma a kórházi fertőzések nagy száma: Európában évente 400 ezren fertőződnek meg kórházban; 25 ezren bele is halnak, mivel az antibiotikumok esetükben hatástalanok. A dolog gazdasági vetülete sem elhanyagolható, hiszen kezelésük több mint 900 millió eurót emészt fel.

A légúti megbetegedéseket leggyakrabban vírus okozza, ilyenkor nem indokolt antibiotikum szedése. A betegek – a gyermekorvosi rendelőkben a szülők – mégis gyakran kéri az orvost, hogy azt írjon fel. Természetesnek vesszük, hogy ezek a szerek bármikor rendelkezésre állnak, amikor csak szükség van rájuk. Csakhogy esetleg már nem sokáig. **MUDr. Darina Sedláková**, a WHO pozsonyi irodájának vezetője rámutatott, hogy a kutatások üteme lelassult, a gyártóknak nem érdekük új készítmények fejlesztése. Aggasztó az is, hogy bizonyos újonnan megjelent súlyos fertőzések sokszor már a legerősebb rendelkezésre álló antibiotikumokra sem reagálnak. Így esetleg a jövőben a legáltalánosabb fertőző betegségekre sem lesz gyógyszer.

A veszélyes tendenciát csak úgy lassíthatjuk, ha **kizárólag indokolt esetben, tehát bakteriális fertőzésekre használunk antibiotikumokat, vírusos eredetűekre nem.** Ez segítheti a rezisztens baktériumok kialakulásának megelőzését és a gyógyszerek hatékonyságának megőrzését a következő nemzedékek számára. **(t)**

Akire Isten rászólt

A Skype üzenőfalán még mindig örököm néhány üzenetét, és a „kapcsolatok” közül se töröltem, habár tudom, hogy sose fogunk már beszélni.

Cserepes Andreát, Csandit a Carissimi olvasói is ismerhetik, hisz a lapban is bemutatkozott, aztán pár hónapja érkezett a megdöbbentő hír, hogy meghalt.

Tíz évvel ezelőtt ismerkedtem meg vele, habár személyesen sohasem találkoztunk, de évekig voltunk egyazon irodalmi levelezőlista tagjai. Ha jól tudom, mi ketten voltunk „nyomik” a listán, én már ezért is szimpátiával figyeltem a ténykedését. Főként a meséivel aratott sikereket. Mintha a lelkében is megőrizte volna a gyermeket, nemcsak a külsejében volt gyerekestbe zárt felnőtt.

Üzenet 1: „Mostanság egyre hatásosabb és finomabb gyógyszereket és egyre okosabb gyógykezeléseket találunk ki a gyógyszergyártók. Ez viszont sokba kerül, a beteg pedig egyre kevesebb. Nincs más megoldás, az egészséges embereket is meg kell győzni arról, hogy betegek!”

Már a bemutatkozása, mellyel a látogatóit fogadta honlapján, is egy játékos felnőtté: „Cserepes Andrea vagyok, azaz Csandi, a híres egérrel író író. Egerem világhálóbba kergetett, itt akadtál rám, hogy mesés legyen a napod.” És hogy valójában mennyire híres író ő, arra csak egy példa: az éter hullámain szűröltem, mikor a kereső a Kossuth rádió frekvenciáján állapodott meg, ahol éppen Csandi meséjét mondták a gyerekeknek.

Az, hogy ennyire tehetséges volt, a mai világban „természetesen” nem jelentett

semmit, pláne nem azt, hogy a kiadók felkarolták volna. Ő is csak a nagymamájától kapott pénzen tudta kiadni a mese-könyvét.

Üzenet 2: „De Istenkém rám szólt: Ugyan már! Engem akkor is magaddal viszel, ha semmi nincs veled, hiszen bélyeg vagyok kis borítékolt lelkeden. Nem török, nem szakadok, és nem vesztethsz el soha.”

Üzenet 3: „Most kis időre (legalábbis így hiszem) Isti kivon a forgalomból, de visszatérek!”

P. S.: Beféjezésül nem állhatom meg, hogy ide ne másoljam az önéletrajzát, annyi bölcsesség és játékoság van benne!

„Budapestben születtem, ezerkilencszázhetvenkettő november ötödikén. Ugyanazon a napon velem együtt megszületett egy genetikai rendellenesség is, de róla hajlamos vagyok megfeledkezni, legalábbis, ha csak magunk vagyunk. Viszont ha emberek közé megyek, azonnal eszembe jut, mert harsány és szembetűnő, ráadásul elem tolakszik. Őt mindenki rögtön felismeri, rám néznek, de őt látják, engem csak akkor vesznek észre, ha kiintetgetek a háta mögül, hogy: hé, itt vagyok! Persze mindig tudtam, hogy én több vagyok nála, bár hat az életemre, nem irányítja a gondolataimat, és nem uralkodik a személyiségemen. Az ám, csakhogy folyton integetni egy jókora furcsaság mögött igencsak fárasztó dolog, ezért aztán régebben inkább hagytam, hadd találkozzon ő az emberekkel, hiszen aki igazán kíváncsi rám, úgyis megkeres. Általában hadd nézegetse mindenki csupán a rend-

ellenességet, én pedig békésen elleszek a háta mögött!”

Huszonkét éves voltam, mikor először kaptam motoros tolókocsit, és akkor történt valami, amire nem számítottam. Az én behemótnyi, orbitális rendellenességem egyszer csak lesoványodott, nem túl sokat, egy hajszálnyit összetöppedt, mint egy öreganyó, ámde így már nem takart eléggé. Azóta kilátszom mögüle, gyakrabban észrevesznek az emberek, sőt mivel ő kisebb lett, néha úgy tűnik, mintha én nőtem volna, de ez nem igaz.

Emlékszem, milyen érzés volt először kipróbálni a motoros tolókocsimat, de nem hiszem, hogy le tudom írni. »A diffenbachia levele mérgező!«; erre az információra sosem volt szükségem. Pedig ott volt éveken át tőlem öt-hat méternyire a diffenbachia! Aznap odagurultam hozzá egyedül, és megfogtam a levelét. Életemben először.

Nem haraptam bele, mert mérgező.

Hirtelen közelebb rántott magához a világ, mehetek erre, arra vagy amarra, elindulhatok amerre jónak látom, és akár vissza is fordulhatok! Akkor megéreztem, előttem a végtelen, szabad vagyok!

Anyu javasolta, a hétköznapiakon ellátó intézményben legyen velem egy jó könyv, hogy ne unatkozzak, mire én azt mondtam: nem tudok megállni!

Manapság már gyakran megállok, olykor az utcán körbepillantok, és arra gondolok, no lám csak! Eljöttem ide magam, itt vagyok én, és körülöttem a tágas Világ!”

Sztakó Zsolt

Megrendelőlap

Megrendelem a **Carissimi** című **ingyenes folyóiratot** példányban az alábbi címre:

NÉV/INTÉZMÉNY: _____

CÍM: _____

Dátum: _____

Aláírás: _____

A megrendelést a következő címek egyikére kérjük:

Levélcímünk: **Carissimi, Bučinová 14, 821 07 Bratislava.** E-mail: **carissimi.lap@gmail.com.**

Köszönettel fogadjuk, ha támogatják lapunkat. Kedvezményezett (názoú útú): Carissimi n. f.

Számlaszám (č. útú): 5345665/5200, variab. symbol: 1111,

külföldi átutalás esetén: IBAN: SK95 5200 0000 0000 05345665, BIC/SWIFT: OTPV SK BX.

Magyar–szlovák, szlovák–magyar szótár

alvászavarok – poruchy spánku
 atópiás dermatitisz (ekcéma) – atopická dermatitída (atopický ekzém)
 augmentatív és alternatív kommunikáció – augmentatívna a alternatívna komunikácia (podporná a náhradná komunikácia)
 csontvelő-átültetés – transplantácia kostnej drene
 ekcéma (atópiás dermatitisz) – (atopický) ekzém (atopická dermatitída)
 ellenálló (rezisztens) baktériumok – odolné (rezistentné) baktérie
 halláskárosodás – poškodenie sluchu
 hanghullámok – zvukové vlny
 hordozható zajsztímer – prenosný zvukomer
 húgyvezeték (uréter) – močovod (ureter)
 Klinikai Mikrobiológiai Intézet – Ústav klinickej mikrobiológie
 korai intervenció – včasná intervencia
 kórházi fertőzések – nemocničné infekcie
 közegészségügyi hivatal – úrad verejného zdravotníctva
 Országos Gyermekdiabetológiai Központ – Detské diabetologické centrum SR
 pikkelysömör (psoriasis) – lupienka (psoriáza)
 psoriasis (pikkelysömör) – psoriáza (lupienka)
 Pszoriázisos és Atópiás Betegek Szlovákiai Társasága – Spoločnosť psoriatickov a atopikov SR
 rezgéselemzés – analýza vibrácií
 rezisztens (ellenálló) baktériumok – rezistentné (odolné) baktérie
 Szlovák Diabetológiai Társaság – Slovenská diabetologická spoločnosť
 urémia (veseelégtelenség) – urémia (zlyhanie obličiek)
 uréter (húgyvezeték) – ureter (močovod)
 vércukorszint – glykémia
 vesedonor – darca obličky
 veseelégtelenség (urémia) – zlyhanie obličiek (urémia)
 veseátültetés – transplantácia obličky
 zaj- és rezgésmérés – meranie hluku a vibrácie
 zajártalom – škodlivosť hluku
 zajszennyezés – environmentálny hluk
 zajsztímer – hladina hluku

analýza vibrácií – rezgéselemzés
 atopická dermatitída (atopický ekzém) – atópiás dermatitisz (ekcéma)
 atopický ekzém (atopická dermatitída) – ekcéma (atópiás dermatitisz)
 augmentatívna a alternatívna kommunikáció (podporná a náhradná komunikácia) – augmentatív és alternatív kommunikáció
 darca obličky – vesedonor
 Detské diabetologické centrum SR – Országos Gyermekdiabetológiai Központ
 ekzém (atopická dermatitída) – ekcéma (atópiás dermatitisz)
 environmentálny hluk – zajszennyezés
 glykémia – vércukorszint
 hladina hluku – zajsztímer
 lupienka (psoriasis) – pikkelysömör (psoriasis)
 meranie hluku a vibrácie – zaj- és rezgésmérés
 močovod (ureter) – húgyvezeték (uréter)
 nemocničné infekcie – kórházi fertőzések
 odolné (rezistentné) baktérie – ellenálló (rezisztens) baktériumok
 poruchy spánku – alvászavarok
 poškodenie sluchu – halláskárosodás
 prenosný zvukomer – hordozható zajsztímer
 psoriasis (lupienka) – psoriasis (pikkelysömör)
 rezistentné (odolné) baktérie – rezisztens (ellenálló) baktériumok
 škodlivosť hluku – zajártalom
 Slovenská diabetologická spoločnosť – Szlovák Diabetológiai Társaság
 Spoločnosť psoriatickov a atopikov SR – Pszoriázisos és Atópiás Betegek Szlovákiai Társasága
 transplantácia kostnej drene – csontvelő-átültetés
 transplantácia obličky – veseátültetés
 úrad verejného zdravotníctva – közegészségügyi hivatal
 urémia (zlyhanie obličiek) – urémia (veseelégtelenség)
 ureter (močovod) – uréter (húgyvezeték)
 Ústav klinickej mikrobiológie – Klinikai Mikrobiológiai Intézet
 včasná intervencia – korai intervenció
 zlyhanie obličiek (urémia) – veseelégtelenség (urémia)
 zvukové vlny – hanghullámok

Támogatóink:

**Bauer Edit európai parlamenti képviselő,
 a Szlovák Köztársaság Kormányhivatala
 (Realizované s finančnou podporou Úradu vlády Slovenskej republiky –
 program Kultúra národnostných menšín 2013.)**



Opel HANDYCARS

SZABAD MOZGÁS AKADÁLYMENTESEN.

Megváltozott képességű személyek mobilitásprogramja.

Minden olyan állampolgárnak, akinél a funkciózavar mértéke 20% fölött van, kedvezményt nyújtunk az összes gépkocsitípusra. Alacsony kamatú fogyasztási hitelt, soron kívüli szervízt és sok egyéb előnyt is kínálunk, amelyeket az Opel Handycars weboldalon találnak meg.

6 év
szavatosság*



www.opel-handycars.sk

Opel Biztosítás

Opel Finance

Vegyes fogyasztás és CO₂-kibocsátás: 4,1–7,6 l / 100 km, 109–169 g/km.

*Új termékre vonatkozóan törvényben meghatározott kétéves szavatosság, továbbá négyéves egyezményes Opel garancia a CG Car Garantie Versicherungs-AG társasággal együttműködve. Minden személygépkocsi-típus rendelkezésre áll automata sebességváltóval.



Wir leben Autos.