

VAKOK ÉS GYENGÉNLTÓK KÖZÉP-MAGYARORSZÁGI REGIONÁLIS EGYESÜLETE (VGYKE)

SZAKMAI BESZÁMOLÓ 2022. január 1 - december 31.

I. MŰKÖDÉS ÉS OPERATÍV ÜGYEK

1. A szervezet

Egyesületünk előző évi közgyűlését 2022. május 27-én a Zuglói Civilházban (1144 Budapest Csertő park 12.) tartotta.

A megjelentek elfogadták a 2021. évi közhasznúsági jelentést és a felügyelőbizottság jelentését. Megszavazták a tagdíjak összegének megváltoztatását is.

A 2023. évi tagdíj 3000 Ft-ra emelkedett. A kedvezményes tagdíj 600 Ft maradt, ezt a 14 év alatti látássérült gyermekek után kell megfizetni.

A VGYKE dolgozói átlagos állományi létszáma 2022-ben 84 fő, mmk-s dolgozó 75 fő, ebből látássérült 61 fő, egyéb megváltozott munkaképességű 14 fő volt.

Regisztrált tagjaink száma 1501 fő, a 18 éven aluliak száma 104 fő, az újonnan belépők száma 87 fő volt.

A felügyelőbizottság által ellenőrzött munkát Fodor Ágnes elnök, Mészáros Ágnes alelnök és az elnökségi tagok közösen, harmonikusan és kiegyensúlyozottan végezték.

A 2022-ben kitört orosz-ukrán háború az egész világra szóló energiaválságot okozott, emiatt azonnali, ésszerű intézkedéseket kellett meghoznunk.

2022. december 31-ig nem volt gázfűtés az irodaházban. Emiatt elektromos fűtést használtunk a teljes, bérlet I. emeleti 125 m² alapterületen.

Ám hamar rájöttünk, hogy kisebb területre kell összehúzódnunk, hogy csökkenteni tudjuk a bérleti díjunkt. Első körben november 1-jétől visszavonásig az I. emeleti irodahelyiségeket beköltöztettük a legnagyobb, 85 m²-es irodahelyiségbe, amely korábban az ügyfélszolgálat munkaterülete volt. Ide költözött az egyesület elnöke, alelnöke, a pénzügyi vezető, az operatív vezetők, az adminisztráció, támogató szolgálatunk és a masszázs koordináció.

Ügyfélszolgálatunkat ugyanakkor leköltöztettük a földszintre, a Láthatár Segédeszköz boltba. Így a két szolgáltatás integrált formában üzemelt tovább, segítve ezzel tagjainknak a vásárlást, a belépést, a tagdíjfizetést és az egyéb személyes ügyintézt is.

Az egyesület személyes oktatásait és konzultációit (pszichológia, okoseszköz és IT, valamint gyógypedagógiai fejlesztés) szüneteltettük, kizárólag online formában vagy telefonon voltak elérhetők.

Az online oktatásban kellő gyakorlatot szereztünk már a pandémia alatt, így ez semmilyen problémát nem okozott a kollégáknak. hasonlóan az online formában megtartott értekezletekhez, megbeszélésekhez és szakmai teamekhez.

Ezekkel az intézkedésekkel célunk a spórolás volt.

Az éves szakmai programban vállalt tevékenységeink és a pályázatok indikátor számai – a nehézségek ellenére - túlnyomó részt ez évben is teljesültek.

2. Forrásteremtés

Legfőbb anyagi forrásainkat mindenekelőtt az állami bértámogatási rendszer, a civil pályázati lehetőségek és támogatások, valamint ezek igénybevétele teszi ki évről-évre.

A Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetsége (MVGYOSZ) – a többi tagegyesületéhez hasonlóan – a VGYKE-t is támogatja. Ez jelentősen erősíti érdekképviselési, ügyfélszolgálati tevékenységünk, számos szakmai szolgáltatásunk és programunk működésének alapját. Az MVGYOSZ 21 tagegyesülete közül évek óta egyesületünk végzi a legkiemelkedőbb szakmai munkát, amely az MVGYOSZ szakmai pontrendszerében a legmagasabb pontértékkel jelenik meg, ez pedig nagyobb anyagi támogatást eredményez.

Egyesületünk 2022-ben is határidőben és pontosan elszámolt valamennyi lejáró pályázati támogatással.

Mint minden évben, 2022-ben is a rehabilitációs bértámogatás jelentette számunkra az életbevágó bevételi forrást. A támogató szolgálatunk számára nyújtott állami támogatás is nagyon lényeges forrás volt működésünkhöz, hiszen Budapest területén ennek segítségével tudtuk fenntartani személyi segítő és szállító szolgáltatásunkat.

Egyesületünk sikeres pályázó és projektszervezet, ezt bizonyítja a 36 nyertes pályázatunk és annak megvalósítása. Gyógy-és nyirokmasszázs szolgáltatásunk erőfeszítések árán ismét fejlődést mutatott, kezdtük visszaépíteni és újból a fejlődés útjára állítani e szolgáltatásunkat, a vendégek száma is növekedett. Láthatár Segédeszköz boltunk és annak webáruháza, amely a látássérült embereknek nemcsak segédeszköz-kínálatával nyújtott segítséget, hanem a napi életben használt praktikus eszközeivel is, szintén továbbfejlődött. Árukínálata és a vásárlók száma folyamatosan növekedett.

2022-ben az SZJA 1%-ából 715 428 forint folyt be, melyet részben működési költségeinkre fordítottunk, részben pedig az elnökség által hozott döntés értelmében használtunk fel.

Humánerőforrás

A 2022. évre 75 fő megváltozott munkaképességű dolgozó foglalkoztatására adtuk be igényünket, januártól a végleges támogatást 71 fő megváltozott munkaképességű munkavállaló foglalkoztatására kaptuk meg. Munkavállalóink statisztikai létszáma a múlt évben 82 fő körül mozgott.

Az alábbi pozíciókban alkalmaztunk munkavállalókat: közösségi civilszervező, közösségépítő, operatív vezető, kistérségi vezető, érdekképviselési vezető, rehabilitációs tanácsadó, rehabilitációs mentor, szociális munkás, emberi erőforrás tanácsadó, gyógy- és nyirokmasször, pszichológus, gyógypedagógus, bolti eladó, személyi segítő, irodai ügyintéző, ügyfélszolgálati munkatárs, adminisztrátor/koordinátor, informatikus, rendszergazda, online marketing-és kommunikációs munkatárs, könyvelő, munkaügyi adminisztrátor, pénzügy/számviteli adminisztrátor, általános adminisztrátor, terápiás munkatárs, gondozó, recepciós, munkaerőpiaci tanácsadó.

Fontos célnak tartjuk, hogy a szervezetnél dolgozó megváltozott munkaképességű személyek rehabilitációjának szintjét megőrizzük és lehetőség szerint folyamatosan fejlesszük.

Az egyesületnél egy rehabilitációs tanácsadó és egy rehabilitációs mentor dolgozott 2022-ben is. A rehabilitációs tanácsadó elkészítette az előző évről az értékelő beszámolót, a tárgyévvel vonatkozó foglalkozási rehabilitációs szakmai programot, és tartotta a kapcsolatot a rehabilitációs hatósággal. Személyes rehabilitációs terveket készített a munkavállalókkal a rehabilitációs mentorral közösen, rögzítette az esetleges változásokat, fogadó órákat tartott a munkavállalóknak, konzultált velük személyesen és telefonon is. A pandémia óta az online konzultációs beszélgetések kerültek előtérbe.

Ahogy a korábbi években, úgy 2022-ben is fontosnak tartottuk munkatársaink szakmai képzését és személyes fejlesztését. Több továbbképzésen, kreditpontos képzésen és online szakmai konferencián is részt vettek a kollégák.

Az év folyamán kétheti rendszerességgel, személyes jelenléttel értekezletet tartottunk a budapesti vezetőknek, a csoportok munkatársainak pedig szakmai team-megbeszéléseket szerveztünk havi gyakorisággal, többnyire online formában.

A dolgozók belső fejlesztésére is odafigyeltünk. Célunk a vezetőség, a munkatársak és a közösségi mentorok szakmai kompetenciáinak folyamatos fejlesztése volt. Egyesületünknel rendszerek voltak a szakmai team-ülések, a workshopok és a közös tudásmegosztás.

II. ÉRDEKVÉDELMI TEVÉKENYSÉG

Tájékoztatás, kommunikáció, kapcsolatépítés

Részvételünk konferenciákon, eseményeken tudatos és gyakori.

Egyesületünk 2022-ben 129 alkalommal vett részt állami, önkormányzati, civil szervezet és intézmény által rendezett konferencián és eseményen. Az online konferenciákon előadásokkal és hozzászólásokkal képviseltük a látássérült emberek szempontjait és érdekeit.

Munkatársaink 112 partnerszervezettel tartottak kapcsolatot az év során, köztük látássérültek érdekvédelmi szervezeteivel, őket segítő alapítványokkal, iskolákkal és speciális intézményekkel, más civil szervezetekkel stb.

Honlapunk folyamatosan megújult tartalmilag és dizájnájában is. Naprakész információkat nyújtottunk széleskörű szolgáltatásainkról, ezenkívül naponta frissülő hírekkel, cikkekkel és hirdetésekkel vártuk olvasóinkat. Akadálymentes honlapjainkat megváltozott munkaképességű kollégák gondozzák.

Honlapunk adatai:

vgyke.com

oldalletöltések száma - 159354

látogatottság száma – 788858

láthatárbolt.com

oldalletöltések száma - 406605

látogatottság száma – 111990

Hírleveleink gyakran megjelennek, és nagy olvasótáborral rendelkeznek.

Hetente megjelentettük elektronikus formában a VGYKE Hírlevelét, és havonta egyszer a Láthatárbolt Hírlevelét, mint akciós újságot. 2022-ben e két hírlevelet összesen 86 alkalommal jelentettük meg, átlagosan 30 oldal terjedelemben. Ezek olvasótábora 1083 főre nőtt.

E csatornákon keresztül folyamatosan tájékoztattunk minden érdeklődőt egyesületünk programjairól. Megjelentettünk pályázati lehetőségeket és tájékoztató anyagokat, felhívásokat más szervezetektől, köztük természetesen az Magyar Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetségétől (MVGYOSZ) is.

A sajtómegjelenést fontosnak tartjuk, interjúkon vettünk részt, közleményeket adtunk ki. Kiterjedt sajtókapcsolatot ápolunk kerületi és országos szinten. Szolgáltatásainkról és tevékenységeinkről egyaránt jelentek meg cikkek, riportok, a nyomtatott és online sajtóban

gyakran szerepelt egyesületünk, de nemegyszer televízió csatornák magazin műsoraiban is. Évente 15 alkalommal adhatunk ki ingyenesen sajtóközleményt az MTI-vel kötött megállapodásunk szerint. Az előző évben összesen 130 cikk, riport, tudósítás vagy közlemény jelent meg egyesületünkről sajtóorgániumok felületén.

Facebook-oldalaink, Youtube-csatornánk, marketing tevékenységünk

A VGYKE központi Facebook-oldala mellett – amelyet VGYKE néven találunk meg – külön-külön Facebook-oldalakat működtettek a VGYKE csoportjai és közösségei, ezzel bővítve a rólunk szóló információk körét.

Facebook-csoportjaink, oldalaink száma 23. Összesen 7620 felhasználó kedveli oldalainkat.

Saját, hivatalos YouTube-csatornát működtetünk 2015. július vége óta. 2021-ben még csak 77 feltöltött tartalmunk volt, de 2022-ben a feltöltött saját tartalmak száma már elérte a 151-et. Legnagyobb részüket a lámpás klubok feltöltései jelentették, utána pedig a sajtómegjelenéseink következtek. De készültek sorozatok is.

A megtekintések száma 15 931 volt, ami 47%-kal több, mint az előző évi szám. 2022-ben 109 új feliratkozó tűnt fel, és összesen 329 feliratkozóval zártuk az évet.

Ezekhez ez a link: <https://www.youtube.com/channel/UCVho8YjI8Jep3xok3rnshKw>.

Milyen sorozatok készültek tavaly?

Balázs Zsanett látássérült riporter 16 interjút készített egyesületünk életéről.

Megtekintések száma összesen: 927

Ennek folyamán munkatársainkkal és a különböző történetek szereplőivel beszélgetett jó hangulatban, közvetlen stílusban. Ezeket a riportokat követve képet kaphattunk a VGYKE széleskörű tevékenységéről, a segítség különféle módozatairól, de benyomásokat kaphatunk az ország érdekes helyszíneiről is a látássérült csoportok utazásai nyomán.

Berkó Norbert látássérült IT oktatónk 6 podcastot készített „Info kisOKOS” címmel.

Megtekintések száma összesen: 843.

Itt bemutatott olyan fontos eljárásokat, amelyekkel meg tudtak oldani a követők egy-egy technikai problémát. A podcastok hosszúsága 13 perc és 1 óra 24 perc között váltakozott, a téma bonyolultságától függően. A legrészletesebb magyarázatot a népszámlálási kérdőív kitöltésének ismertetése igényelte.

- Horváthné Dunaveczi Leona „Zéró látás, színes hétköznapiak” címmel készített videósorozatot. Megtekintések száma összesen: 1740.

A „Zéró látás, színes hétköznapiak” című szemléletformáló videósorozat pozitív szemléletű és vidám hangulatú, rövid videókon keresztül adott át hasznos információkat és inspiráló gondolatokat. Jól beilleszthető volt egyesületünk érzékenyítő programjába. Elkészítésében ép látású, önkéntes kamaszok is részt vettek! Alkalmat adhatott arra is, hogy a látássérült sorstársak kiegészítsék a bemutatott tevékenységeket kommentben újabb információkkal.

Balázs Zsanett interjúi

1. Braille írás-olvasás oktatása
<https://youtu.be/loTvo8PZP8A>
Feltöltés időpontja: 2022. 01. 18.
2. Gyógypedagógiai fejlesztés, fejlesztő játékok
<https://youtu.be/v7PIKjZhc7I>
Feltöltés időpontja: 2022. 01. 18.

3. Interjú Gaár Ivánnal a VI. kerületi Lámpás klub májusi klubnapján
<https://youtu.be/LANdwcNjpNY>
Feltöltés időpontja: 2022. 06. 27.
4. Interjú a Szépművészeti Múzeum egyiptomi tárlatáról
<https://youtu.be/49TRBRYN6Zo>
Feltöltés időpontja: 2022. 06. 27.
5. Interjú a VGYKE kirándulásáról a szolnoki RepTárban
<https://youtu.be/8rkkgv1snE>
Feltöltés időpontja: 2022. 07. 18.
6. Interjú a VGYKE sport programjáról az Újpalota Fitness Centrumban
<https://youtu.be/AVPYRYCQFnA>
Feltöltés időpontja: 2022. 09. 13.
7. Interjú a zuglói Lámpás klub programjáról a Novák Optikával
<https://youtu.be/0J99NZjs8O0>
Feltöltés időpontja: 2022. 10. 03.
8. Interjú az óbudai egészségnapról
<https://youtu.be/6vFlaxKkZZc>
Feltöltés időpontja: 2022. 10. 05.
9. Interjú az erzsébetvárosi szemléletformáló programról
<https://youtu.be/yheWIyP9DIIs>
Feltöltés időpontja: 2022. 10. 11.
10. Interjú a zuglói Lámpás klub programjáról a Pénzmúzeumban
<https://youtu.be/ZtmLyy4PF74>
Feltöltés időpontja: 2022. 10. 23.
11. Interjú a VI. kerületi fehérbot napi ünnepségről
<https://youtu.be/qbuRLKBaszE>
Feltöltés időpontja: 2022. 12. 07.
12. Interjú a XVIII. kerületi fehérbot napi ünnepségről
<https://youtu.be/s3HmARnJpy4>
Feltöltés időpontja: 2022. 12. 07.)
13. Interjú a XVIII. kerületi Lámpás klub programjáról a BRFK Bűnmegelőzési központjában
<https://youtu.be/sEUJmEk2FGE>
Feltöltés időpontja: 2022. 12. 22.
14. Interjú a XVII. kerületi Lámpás klub programjáról a Gyászparkban
<https://youtu.be/xDq018nMEa4>
Feltöltés időpontja: 2022. 12. 22.
15. Interjú a VGYKE programjáról a Fővárosi Nagycirkuszban
<https://youtu.be/YEpGcJ3UiuU>
Feltöltés időpontja: 2022. 12. 22.
16. Interjú a VGYKE Zéró látás, színes hétköznapiak című videó-sorozatáról
https://youtu.be/T1J_IvJF_Ic
Feltöltés időpontja: 2022. 12. 22.

„Info kisOKOS”

Berkó Norbert podcastjai

1. Info kisOKOS 1. rész - Népszámlálási űrlap kitöltése (útmutató)
<https://youtu.be/PbsniLrASHU>
Feltöltés időpontja: 2022. 10. 10.

2. Info kisOKOS 2. rész - Jaws verzióváltás, teljes újratelepítés
<https://youtu.be/6HIumDftIvk>
Feltöltés időpontja: 2022. 10. 27.
3. Info kisOKOS 3. rész – a VGYKE tagdíjbefizetése
<https://youtu.be/cuFuGBYDdBo>
Feltöltés időpontja: 2022. 11. 10.
4. Info kisOKOS 4. rész - Az Espeak beszédhang bemutatása iPhone-on
<https://youtu.be/MwHjrhpk4A>
Feltöltés időpontja: 2022. 11. 16.
5. Info kisOKOS 5. rész – 2022. karácsonyi tippek
<https://youtu.be/2xCoQ7dmhPw>
Feltöltés időpontja: 2022. 12. 14.
6. Info kisOKOS 6. rész - Hangoskönyv-olvasó alkalmazás
https://youtu.be/_xAjrnQf22U
Feltöltés időpontja: 2022. 12. 21.

„Zéró látás, színes hétköznapiak”

Horváthné Dunaveczi Leona videói

1. Zéró látás, színes hétköznapiak 1.rész: Mosás előkészítése
<https://youtu.be/OkxnG62ogNY>
Feltöltés időpontja: 2022. 10. 10.
2. Zéró látás, színes hétköznapiak 2. rész: Mosás, teregetés
<https://youtu.be/fnYTFQVFtK8>
Feltöltés időpontja: 2022. 10. 17.
3. Zéró látás, színes hétköznapiak 3. rész: Zokni párosítás
https://youtu.be/dDc_FzfCpn8
Feltöltés időpontja: 2022. 10. 24.
4. Zéró látás, színes hétköznapiak 4. rész: Ágyneműhúzás
<https://youtu.be/JRRyjB7AAaw>
Feltöltés időpontja: 2022. 10. 31.
5. Zéró látás, színes hétköznapiak 5. rész: Gyógyszeradagolás
<https://youtu.be/2dwQPCbrS7c>
Feltöltés időpontja: 2022. 11. 07.
6. Zéró látás, színes hétköznapiak 6. rész: Hagymavágás
<https://youtu.be/IxZVpubjZW8>
Feltöltés időpontja: 2022. 11. 14.
7. Zéró látás, színes hétköznapiak 7. rész: Kézpénz használata
https://youtu.be/oCea-G_1RgY
Feltöltés időpontja: 2022. 11. 21.
8. Zéró látás, színes hétköznapiak 8. rész: Jelölés
https://youtu.be/e11uWNoO0_o
Feltöltés időpontja: 2022. 11. 28.
9. Zéró látás, színes hétköznapiak 9. rész: Kávét? Teát?
<https://youtu.be/FIVAdANHBdM>
Feltöltés időpontja: 2022. 12. 05.
10. Zéró látás, színes hétköznapiak 10. rész: Ajándékkészítés
<https://youtu.be/IBUfAyY3tAY>
Feltöltés időpontja: 2022. 12. 12.

A látássérült személyek általános érdekképviselete

Az előző évben összesen 129 rendezvényen vettünk részt.

Érdekvédelmi tevékenységünk alapvető és leghangsúlyosabb része a fővárosban és kerületeiben, illetve a régió nagyobb településein folyó döntéshozatali folyamatok állandó figyelemmel kísérése. Ez alapján az ezzel kapcsolatos véleménynyilvánítás civil fórumokon, testületi üléseken, bizottsági üléseken, kerekasztal beszélgetéseken és személyes egyeztetéseken. Kiemelten Budapest Főpolgármesteri Hivatalával, valamint a II., III., IV., VI., VII., VIII., IX, X., XI., XII., XIII. XIV, XVI, XVII., XVIII., XIX. XX., XXI., XXII., XXIII. kerületek önkormányzataival ápolunk szoros kapcsolatot.

A felsorolt önkormányzatok civil eseményein, civil fórumain és civil kerekasztalain, az időszügi fórumokon, a szociális kerekasztalokon minden esetben részt vett az egyesület elnöke vagy alelnöke.

Egyesületünk 2022-ben is számos állami, önkormányzati, civil szervezet és intézmény által rendezett konferencián vett részt és mutatkozott be. Több konferencián online formában vettünk részt, de volt alkalmunk személyes jelenléttel megtartott eseményen is részt venni, ahol bemutatkozó standot állíthattunk fel. Minden esetben előadásokkal és hozzászólásokkal igyekeztünk képviselni a látássérült emberek szempontjait és érdekeit.

Akadálymentesítési tanácsadás és egyéb kapcsolódó tevékenységek

A VGYKE előző évben több körben is bekapcsolódott a Blaha Lujza tér felújítási, akadálymentesítési, tervezési munkálatainak véleményezésébe és tesztelésébe. Részt vettünk az ebben a témában indított online megbeszéléseken.

Több budapesti kereszteződés meghibásodott beszélő lámpái ügyében és újak telepítésében, valamint a futárrendszer és a BKK Budapest go fejlesztésében is folytattunk online egyeztetést. Évek óta együttműködő partnerként részt veszünk a BKK Danowa projektjében. Javaslatainkkal, véleményünkkel támogattuk a NMHH kutatását, a Fogyasztói Tanács látássérültek vásárlási szokásainak felmérésére vonatkozó kérdőívét, a Fővárosi Önkormányzat Budapest portáljának akadálymentesítését, a BKK Készpénzmentesített jegykiadó automatákra vonatkozó felmérését.

Több körben is részt vettünk a népszámlálás 2022 személyes egyeztetéseiben a KSH meghívására. Több kerületben előző évben bekapcsolódtunk a helyi esélyegyenlőségi tervek véleményezésébe, ezek közül kiemelnénk a Fővárosi Önkormányzatot, ahol külön munkacsoportokat hoztak létre témánként, így került sor a Budapesti mobilitási terv társadalmi egyeztetésére is. Ennek keretében véleményeztük a BMT önvezető járművek és a megosztott mobilitás koncepcióját. Összesen 45 egyeztetést folytattunk akadálymentesítés témában, ezzel nagyon aktív és eredményes évet zártunk.

III. SZOLGÁLTATÁSOK

Ügyfélszolgálat

Ügyfélszolgálatunk 2022-ben személyesen, telefonon, illetve e-mailben és online formában összesen 8234 alkalommal nyújtott segítséget, tartott tanácsadást ügyfeleinknek.

Tavaly is fontos feladatunknak tekintettük a VGYKE Szugló utcai Regionális Központjában a látássérült ügyfeleink teljes körű kiszolgálását, amely heti 44 órában, személyes ügyfélfogadással valósult meg, több tématerületen.

Információt nyújtottunk szociális juttatásokról, kedvezményekről, lehetőségekről.

Tájékoztatást adtunk pályázatokról, szabadidős – kulturális programokról, képzési lehetőségekről, adatlapok beszerzéséről, kitöltéséről, munkaerőpiaci információkról.

86 elektronikus hírlevelet szerkesztett és jelenített meg ügyfélszolgálatunk – segítve a könnyebb információhoz jutást és tájékoztatást.

Pályázatokat fogadtunk be és kezeltünk:

- 31 darabot a Péntek Lajos Alapítványtól,
- 1 darabot a Vaklakástól.

Összesen 32 pályázattal dolgoztunk

Ezenkívül 9 különböző helyszínre, budapesti kerületekbe települtünk ki, megkönnyítve tagjaink számára a személyes elérésünket.

Ezek az alábbiak:

- Vakok Állami Intézete és Hungária körúti Tagintézménye
- Vakok Óvodája, Általános Iskolája, Szakiskolája, Készségfejlesztő Iskolája, Egységes Gyógypedagógiai Módszertani Intézménye, Kollégiuma és Gyermekotthona.

A közösségi klubjaink közül a IV. kerület, a IX. kerület, a X. kerület, a XIV. kerület, a XVI. kerület, a XVII. kerület és a XVIII. kerület rendezvényén jelentünk meg.

Egyesületünk kiemelten foglalkozott a fiatal látássérültek megszólításával és érdekeivel. Az előző évben 115 fő 18 év alatti személy volt tagja egyesületünknek, azonban számuk folyamatosan növekszik, ahogy a VGYKE taglétszáma is, amely a tavalyi évben 86 fő új taggal bővült.

Elérhetővé vált a „Simple” online bankkártyás tagdíjfizetés lehetősége egyesületünknel, amelyet Tagjaink weboldalunkon keresztül kezdeményezhetnek.

A rezsidíjak nagymértékű növekedése miatt ügyfélszolgálatunk személyes ügyfélfogadása október 26-tól a Láthatár Segédeszköz boltban volt elérhető. Itt találták ügyfélkapcsolati munkatársainkat, és itt biztosítottuk az ügyfélszolgálatunkhoz kapcsolódó összes szolgáltatásunkat.

Segédeszköz boltunk és ügyfélszolgálatunk egységesített nyitva tartásával, illetve azonos helyszínen történő elérhetőségével hozzásegítettük tagjainkat a segédeszközök könnyebb eléréséhez.

Louis Braille Támogató Szolgálat

Az elmúlt évben megközelítőleg 146 fő ellátottunk volt, 98 százalékuk látássérült személy. Az ellátottak száma a korábbi évekhez képest növekedett, mind a szállítás, mind a személyi segítés terén.

A Louis Braille Támogató Szolgálat célja az volt, hogy tevékenységével hozzásegítse a Budapesten lakó, vagy ideiglenes jelleggel itt tartózkodó fogyatékos személyeket a minél önállóbb életvitelhez.

Szolgáltatásaink:

- szállítás
- személyi segítés
- információ nyújtás
- Braille írás-olvasás oktatás
- fejlesztő foglalkozások
- mentálhigiénés megtámogatás

Elsődleges feladataink közé tartozott a lakáson kívüli segítés, melynek célja, hogy az egyén számára megkönnyítsük a közszolgáltatásokhoz való eljutást. Lakáson belül speciális segítségnyújtást, gondozást is végeztünk a lehető legnagyobb önállóság megőrzése mellett. Munkatársaink igyekeztek személyre szabott, komplex segítséget nyújtani, ami elősegíti, hogy a fogyatékos emberek családjukban maradhassanak, szükség esetén a családtagokat

tehermentesítsék, és előre mozdítsák az önrendelkezésen alapuló, aktív életvitelük kialakítását.

Helyzetünk számokban kifejezve: Támogató szolgálatunknál 14 munkatárs dolgozott, ebből 2 fő szolgálatvezető, 1 fő gépkocsivezető, 7 fő gondozó 4 fő terápiás munkatárs és 1 fő terápiás munkatárs/gyógypedagógus.

2022-ben összesen 8607,2 feladategységet teljesítettünk.

A 2022-es évben a szállítás díja 240 Ft/km tagjainknak, 360 Ft/km a tagsággal nem rendelkezőknek; személyi segítség esetén 600 Ft/óra tagoknak, illetve 720 Ft/óra annak, aki nem tag. A VGYKE, mint fenntartó egyesület saját fogyatékos munkatársainak munkavégzéshez szükséges segítség esetén nem számolt el térítési díjat. Gyógypedagógiai szolgáltatásunk, illetve mentálhigiénés tanácsadásunk díja az előző évben 1200 Ft/óra volt ügyfeleinknek.

Támogató szolgálatunkat a Budapesti Kormányhivatal és a Magyar Államkincstár rendszeresen ellenőrizte, és működését rendben találta.

Pszichológiai konzultáció

Elemi rehabilitációs szolgáltatás / Pszichológiai Tanácsadás

Látássérült pszichológus munkatársunk nyújtott ingyenes egyéni konzultációt tagjainknak: 9 személynek, 166 alkalommal, 128 órában.

Braille-oktatás

Braille-oktatásban 7 fő vett részt 309 alkalommal 360 órában.

IT Okoseszköz-oktatás

Elemi rehabilitációs szolgáltatás – számítógép- és okoseszköz-oktatás

Látássérült okoseszköz-oktató munkatársunk nyújtott ingyenes egyéni oktatást tagjainknak. Az elmúlt évben személyesen és online formában az igénybevevők száma: 32 fő 96 órában. Oktatást végző kollégánk ezenkívül a szükséges Braille-nyomtatást is elvégezte – például a meghívók esetében.

Láthatár Segédeszköz Bolt

A Láthatár Segédeszköz Boltban több területen fejlődést értünk el.

2022-ben is azon dolgoztunk, hogy a látássérült vagy látó érdeklődők és vásárlók udvarias, sokoldalú és megfelelő tájékoztatást kapjanak az életvitelüket és mindennapjaikat megkönnyítő segédeszközökről, a kiegészítő termékekről, valamint az eszközökkel kapcsolatos szolgáltatásokról.

Folyamatos információt nyújtottunk személyesen, telefonon, e-mailben, Messengeren, Chat-en a havonta megjelenő elektronikus akciós hírlevelünkben és a lathatarbolt.hu honlapon, Facebook, Instagram és Google site-unkon. Napi szinten közzé tettük új és akciós termékeinket.

Honlapunknak az elmúlt évben több mint 112 000 látogatója volt, ez 15%-os növekedést jelentett az előző évhez képest.

Tavaly 60 beszállítótól közel 1000 féle terméket kínáltunk az érdeklődőknek és vásárlóknak. Vásárlóink száma minimálisan visszaesett, főleg az év tavaszi időszakában, de az év második felében ismét növekvő tendenciát mutatott a vásárlási hajlandóság. *Az eladott áruk mennyisége 300 darabbal nőtt.*

Külső helyszínekre is elvittük portákáink javarészét. A speciális és életvitelt megkönnyítő eszközök felkutatása, beszerzése, bemutatása és árusítása mellett, a boltban dolgozó látássérült munkatársaink nyílt napokat, termékbemutatókat és egyéb rendezvényeket is

szerveztek a Közösség lámpásai és a kistérségi szervezeteink rendezvényein, emellett az MVGYOSZ megyei taggyűléseinél is megjelentünk termékválasztékunkkal.

2022-ben több száz saját tervezésű és 3D nyomtatással készült terméket tudtunk gyártani!

Webáruházunk továbbra is népszerű, de inkább személyesen jönnek el az ügyfelek. Hasonlóan az előző évhez, a forgalom 30%-át tette ki online vásárlás. Az ország egész területéről és több szomszédos országból is volt megrendelésünk, ezekre a helyekre futárszolgálatral szállítottunk, Budapest területén viszont ingyenes kiszállítást biztosítottunk vásárlóink részére.

Októberben ünnepeltük a bolt 10. születésnapját, és ebből az alkalomból kisfilmet készítettünk az elmúlt évek történéseiről, amely az alábbi linken tekinthető meg:

<https://youtu.be/XBZB3y0lj-k>

Feltöltés időpontja: 2022. 11. 15.

A fejlesztés természetesen nem áll le, továbbra is óriási energiát és munkát fektetünk abba, hogy a Láthatár Segédeszköz Bolt az egyesület húzóágazata legyen.

Frissítő, gyógy- és nyirokmasszázs szolgáltatás

Egyesületünk frissítő és gyögymasszázs szolgáltatása 2014 októbere óta működik és – a Covid-időszakot leszámítva – folyamatosan fejlődik. Fejlődik azért, mert tevékenységünket kezdetektől fogva a Zuglói Önkormányzat folyamatos segítségével, támogatásával tudjuk működtetni, illetve egyesületi szinten igen sok energiát fektetünk minden szolgáltatásunkba. *2022-ben 10 masszörrel és nagy reményekkel vágtunk neki az évnek.*

Bíztunk abban, hogy folyamatos munkánkat nem zavarja meg se járvány és az abból fakadó kényszerbezárás, se újabb masszázs helyszín elvesztése – és ez így történt.

Vendégeink jelentős része idős emberekből állt, de természetesen fiatalok is megfordultak nálunk. Mivel minden ember más-más erőnléttel rendelkezik, ezért masszörjeink szinte mindenkinél más-más masszázs-módszert alkalmaztak.

Figyelembe kellett venniük azt is, hogy sok idős ember magányos, a család távoli vidéken, esetleg külföldön él, a baráti kapcsolatok jelentősen megfakultak, így néha lelki terápiát is nyújtottak. Ehhez nagyon érzékeny, empatikus és szakmailag rendkívül felkészült masszörökre van szükség, márpedig *masszörjeink rendelkeznek ezzel az érzelmi intelligenciával.*

Zuglóban a leggyakrabban látogatott állandó helyszínünk az Örs vezér téri és a Hermina úti Szakorvosi Rendelőintézet volt. A rendelőintézet dolgozóinak kedvezményes áron kínáljuk szolgáltatásunkat. A kerületi lakosoknak Zugló Kártyával további 20 % engedményt biztosítottunk az alapárból.

A Szugló utcai irodaházban is van masszázs, de a helyszín látogatottságán még van mit javítani hirdetéssel, esetleg szórólapozással.

Ideiglenes jelleggel több zuglói iskolában is dolgoztunk, ahol a pedagógusokat és az iskola alkalmazottjait masszíroztuk. Ezekre a helyszínekre heti 1-2 alkalommal mentek el a masszörjeink. Évek óta partnereink között tudhatjuk a Vakok Általános Iskoláját, a Liszt Ferenc Általános Iskolát és az Álmos vezér úti Általános Iskolát és Gimnáziumot.

Az iskolákban alkalmaztuk a legalacsonyabban az árakat, hiszen az ott dolgozók igen ár-érzékenyek.

Budapest VII. kerületében két helyszínt jegyeztünk: az egyik a Bischitz Johanna Mozgáscentrum, a másik a Peterdy utcai Időotthon. A Mozgáscentrumban nagyon jó volt a látogatottságunk, míg az Időotthon nem tartozott a legjobban teljesítő helyszínek közé.

„Házhoz megy a masször” szolgáltatásunk is működött. Egyesületünk saját személyautójával vitte masszörünket a kívánt zuglói helyszínre. Legtöbb esetben mozgáskorlátozottak vagy megromlott egészségi állapotú idős emberek vették igénybe ezt a szolgáltatásunkat.

Öt alkalommal települtünk ki, kétszer jártunk a XIII. kerület egyik hatalmas irodaházában, kétszer jártunk egy budapesti neves szállodában és a VI. kerület Hunyadi téren egy hét végi egészségnapon.

2022-ben összesen 7643 vendégünk volt, ebből 6052 vendég a zuglói helyszíneken járt, ez az összes vendégszám 79 %-a, tehát igen jelentős a zuglóiak jelenléte.

Az ismertség, a látogatottság érdekében évente 4-5 alkalommal a Szuperinfó újságban és egyéb oldalakon hirdetjük, népszerűsítjük szolgáltatásunkat.

További elérhetőségünk:

- Facebook: www.facebook.com/vgykegyogymasszazs
- Instagram: https://www.instagram.com/vgyke_vaklatok/
- VGYKE honlap: www.vgyke.com/gyogy-es-nyirokmasszazs
- YouTube csatorna:
- <https://www.youtube.com/channel/UCVho8YjI8Jep3xok3rnshKw>

Minden nehézség ellenére - a többi szolgáltatásunkhoz hasonlóan - megpróbáltuk a maximumot kihozni a masszázs szolgáltatásunkból.

IV. A „KÖZÖSSÉG LÁMPÁSAI” MENTORI HÁLÓZAT

II. ÉS XII. KERÜLET – II. KERÜLET ÉS HEGYVIDÉK

2022. júniusában kezdte meg működését a II. és a XII. kerület online klubja. Közösségi civilszervező kollégánk Kardon Annamária.

A 2022. júniusától 2022. decemberéig terjedő időszakot arra szántuk, hogy megteremtjük az online klubok működési feltételeit, technikai hátterét. A két kerület Facebook-oldalán elkezdődött a leendő online klubok célközönségének kiépítése. Ennek érdekében az ősz folyamán megtörtént a két kerület tagjainak e-mail-es felkeresése, amely e-mailben a címzettek megkapták a két Facebook-oldalak linkjeit, valamint arról is kaptak információt, mire számíthatnak a 2023-ban elindítani tervezett online klubtól. Arra vonatkozó igényfelmérés is történt – szintén elektronikus levél formájában –, hogy van-e olyan, korábbi nyilvántartásban szereplő tag, aki nem kíván tőlünk e-maileket kapni.

A két Facebook-oldal közönsége látássérült és látó tagokból áll. Az oldalakon az egyesület már működő klubjainak meghívóit, programjait, beszámolóit tettük közzé napi-kétnapi rendszerességgel a hétvégék kivételével, valamint egyéb, a látássérült emberek mindennapjait érintő hírek, információk is megtalálhatók az oldalakon. Decemberben megkezdődött a 2023-as online klubok előkészületeinek megszervezése, megtörtént a leendő klubvendégek felkérése és a klubok havi bontásban történő megtervezése.

II. kerület

Facebook-oldal neve: Közösség Lámpásai - II. Kerületi Látássérültek Klubja

Oldal kedvelőinek száma: 83 kedvelés

Oldal követőinek száma: 92 követő

Facebook-oldal indulásának időpontja: 2022. május 31.

Első online klub (videó/élő bejelentkezés) időpontja: 2023. 02. 09.

XII. kerület – Hegyvidék

Facebook-oldal neve: Közösség Lámpásai – Hegyvidéki Látássérültek Klubja

Oldal kedvelőinek száma: 128 kedvelés

Oldal követőinek száma: 130 követő

Facebook-oldal indulásának időpontja: 2022. május 31.

Első online klub (videó/élő bejelentkezés) időpontja: 2023. 02. 10.

III. KERÜLET – ÓBUDA - BÉKÁSMEGYER

Klubhelyszín: Békásmegyeri Községi Ház

Cím: 1039 Budapest, Csobánka tér 5.

Klubnapok minden hónap 3. péntek 10:00-12:00 h-ig.

Klubok száma (személyes): 8

Online klub: 2

Programok száma: 9

Összes résztvevő: 249 fő

A látássérültek közössége megalakulásuk óta aktívan működik a III. kerületben, havi rendszerességgel, átlagosan 15 fő részvételével. Közösségi civilszervező kollégánk Vasné Pintér Teréz. A klubnapok témái 2022-ben is a klubtagok érdeklődési köréhez, aktuális ünnepekhez, évszakokhoz és az őket érintő témákhoz kapcsolódtak.

Klubjaink

Januárban megtartottuk idei első online klubnapunkat. A járvány miatt nem tudtunk személyesen találkozni. Először a Magyar Kultúra Napjára emlékeztünk. Utána elhangzott Radnóti Miklós egyik szép verse. Év elején elmondtuk, hogy milyen programokat szeretnénk megvalósítani ebben az évben. Olyan előadásokat és kirándulásokat terveztünk, melyek a tagok igényeit és érdeklődésüket ismerve, örömmel fogadtak.

Februárban online klubnap keretében Pintér Dalmával beszélgettünk a Louis Braille Támogató Szolgálat tevékenységéről. Dalma elmondta, hogy milyen segítséget tudnak nyújtani ügyfeleiknek különféle élethelyzetekben. Arról is beszélt, hogy a szolgáltatások igénybevételéhez szerződést kell kötni a Támogató Szolgálattal. Mindenről részletesen beszélt, ezzel is segítve a látássérülteket.

Online eseményeink az alábbi linken érhetőek el:

<https://www.facebook.com/lampasklub3/>

Márciusban vendégünk volt Págány Noémi, a masszázskoordinációs iroda munkatársa. Elmondta, hogy 2014-ben indította el egyesületünk a gyógymasszázs szolgáltatást kettős céllal. Egyrészt azért, hogy egészségmegőrző szolgáltatást nyújtson a nagy közönségnek, másrészt, hogy munkát tudjon biztosítani a látássérülteknek és a megváltozott munkaképességű munkavállalóknak. Mindkét cél megvalósult. Noémi sok mindenre kiterjedő előadását bemutatóval egészítette ki és több tagot is megmasszírozott.

Áprilisban vendégünk volt Batu Bernadett dietetikus, aki az egészséges táplálkozásról tartott előadást. Előadásában hallhattuk, hogy a cukorbetegséget és más krónikus betegségek kialakulását kis odafigyeléssel megelőzhetjük. Fontos, hogy időt szánjunk az étkezésekre, és mindennek élvezzük az ízét. Előadás után minden kérdésre választ kaptunk. Végül cukormentes süteményeket fogyasztottunk.

Májusban vendégünk volt Halász Bettina gyógytornász, aki a Semmelweis

Egyetem elvégzése után a Geriátriai Klinika ápolási osztályán dolgozik. Geriátria jelentése szerint időskorúak betegségeivel és rehabilitációjával foglalkozik. Bettina a testmozgás fontosságáról és fizikai aktivitásáról beszélt és hangsúlyozta, hogy erre életünk végéig szükségünk van. Előadás végén közös tornával fejeztük be a klubnapot.

Júliusban a klubnapra eljött közénk Domoszlai Jana is, aki a tőle megszokott módon kellemes latin amerikai zenével kedveskedett nekünk. Beszélgetésünk középpontjába pedig friss nyári élmények, közeli tervek kerültek. Odafigyeltünk egymásra. A telefont kihangosítottuk, és felhívtuk a Balatonon nyaraló klubtagunkat, Nórikát. Olyan vidáman beszélt nekünk mindenről, hogy odaképzeltük magunkat a hűsítő hullámok közé.

Szeptemberben vendégünk volt Rentsch Piroska költő, író. Piroska sokfelé járt már a világban élményeket gyűjtve azzal a céllal, hogy versben, prózában átadja olvasóinak. Régi

vágya volt, hogy eljusson Afrikába. Lassan kezdett megismerkedni afrikai emberekkel és az életükkel. Piroska érdekes dia-képek vetítésével egészítette ki a valóságot. Élményeiről könyvet írt, címe: „Három hónap letöltendő”. Előadás után többen megvásároltuk a könyvet.

Októberben fehér bot napja alkalmából vendégeink voltak Pesa Anna Mária és Szalai Miklósné látássérült sorstársaink. Az egyik versben a fehér bot használatának kezdeti elfogadását idézte fel, míg a másik versben a fehér bot „saját magát” mutatta be.

Tündi novelláihoz az élet adja a témákat. Hol a színek alapján választott témát, máskor vidám falusi történetet örökített meg, de az ünnepek hangulatát is hitelesen idézte fel.

Novemberben vendégünk volt Czagány Izabella, aki az angol teáról tartott nekünk előadást. A hitelesség fokozása érdekében frissen elkészített finom teával kínált minket és beavatta a tagokat az angol teához kapcsolódó részletekbe.

Decemberben karácsonyi klubnapot tartottunk. Először meghallgattunk két szép verset. Utána felidéztek régi karácsonyi kedves emlékeinket, visszatekintve a gyerekkorunkra. Szóba került az is, ki hogyan tölti a közelgő ünnepeket. Szívesen beszélt mindenki a családjáról. Mindezt még ünnepélyesebbé tettük a finom sütemények és a halkán elhangzó karácsonyi énekekkel. Végül jókívánságainkat kifejezve búcsúztunk el egymástól.

Programjaink külső helyszínen

Januárban az Óbudai Esernyős Galériában audionarrált „Pilinszky 100” kiállításon voltunk. Pilinszky János emlékére kortárs művészek tisztelegtek a költő születésének 100. évfordulója alkalmából. Rácz Márta audionarrátor segítségével új formában vált hallhatóvá, ami eddig csak látható volt. Miként vált Pilinszky János verseiből és írásaiból képzőművészeti alkotás? Úgy, hogy személyiségének köze volt a vizualitáshoz. A kiállításon betekintést nyertünk a költészet és a képzőművészet világába.

Februárban magunk mögött hagyva a téli napokat Fitnesz parkba mentünk a klubtagokkal. A különböző sporteszközök használatával megmozgattuk minden testrészünket tetőtől talpig. Mindenkinek jólesett a mozgás, közben jókat nevettünk. Úgy döntöttünk, hogy máskor is eljövünk, és ismerőseinket is hívjuk.

Márciusban Postamúzeumban voltunk. Tárlatvezetőnk elmondta, hogy a Magyar Posta elsők között volt Európában, hogy motoros járműveket alkalmazott. Szemléltői lehettünk különféle járműveknek, tricikliknek. A csőposta alkalmazását és a kurbilis telefonokat is kipróbáltuk. Úgy éreztük, hogy időutazást tettünk a múltban.

Júniusban Buda legzöldebb közösségi terére a Millenáris Parkba látogattunk a tagokkal, ahol megcsodáltuk a közeli szökőkút folyamatosan változó alakját. Majd a Halastóhoz értünk, ahol hatalmas levélfüggöny tárult elénk. Amikor a függöny mögötti folyosóra értünk, a kintről beszűrődő fényt zöldre változtatták az egymásba kapaszkodó levelek. A melegtől is megszabadultunk, és a levegő üde és tiszta volt.

Augusztusban nyári sétára indultunk a látássérültekkel. Békásmegyeren, a Heltai Jenő téren találkoztunk. Mivel kánikula volt, először a fagyizást választottuk. Jól döntöttünk, mert mindenkinek jólesett a hűsítő finomság. A közeli szökőkút is üdítőleg hatott ránk, így ez alkalommal is jól telt el az együtt töltött idő.

Szeptember 23-án Óbuda-Békásmegyer Önkormányzatának támogatásával, Egyesületünk (VGYKE.) szervezésével Egészségnapot tartottunk a harmadik kerületi látássérülteknek. A szűréseken 50 személy vett részt. Helyszínt a Békásmegyeri Községi Ház biztosította. Egyesületünk megbízásából az Óbudai Szent Margit Rendelőintézet szakképzett munkatársai végezték a szűréseket. Volt vérnyomás, pulzus, vércukor, koleszterin, testzsír, testtömeg index mérés és dietetikai tanácsadás.

A Láthatár Bolt munkatársa, Németh Róbert is eljött, és kínálatukból sok hasznos segédeszközt, különböző nagyítokat és más konyhai kiegészítőket kínált megvételre. Az egészségnap záró programja volt az Önkormányzat Sport és szabadidős tevékenységek

támogatására kiírt pályázata, melyen egyesületünk nyertes pályázóként vett részt. Ezúton is köszönjük Óbuda-Békásmegyer Önkormányzatának a támogatást.

Októberben "Érzelmek Mentén" Beltéri Aula Képkiallításon voltunk a Békásmegyeri Községi Házban. Balogh Anita Anna textiltervező iparművész az emberi test és a természet harmóniájának szépségének összeolvadását mutatta be képekben. Istók Bernadett festőművész képei a virág és az élet fogalmát és érzés világát ábrázolta. Kántor Ágnes textiltervező iparművész változatos hangulatú világot mutatott festményeiben. Borbély Tamás festőművész Sors és sorstörés kérdéseit örököltette meg. Végül megbeszéltük egymással kinek melyik kép tetszett a legjobban.

Novemberben a Budapest Retrő Élményközpontban jártunk a tagokkal. A több ezer régi tárgyat bemutató kiállítás sok élményt kínált, felidézve kedves emlékeinket. Eredeti csomagolásban láthattunk különféle csokoládékat, kávékat, szappanokat, kávédarálót, hajszárítót, ventilátort és régi tévéműsorokat néztünk meg. Több évtizeddel ezelőtt berendezett szoba és konyhabútort láttunk. Csodálkoztunk, hogy Farkas Bertalan mennyi mindent vitt magával az Űrbe. Végül a Retrő Bisztróban finom kávékat üdítőket fogyasztottuk.

Decemberben a Karácsonyházban jártunk Gödöllőn. Teljesen elbűvöltek minket a szebbnél szebb feldíszített karácsonyfa. Havas tájakat, házakat, játszótereket, sípályát láttunk. Mindezt a dekorációk és a technika segítségével még hitelesebbé tették a mozgásban lévő sífelvonóval, robogó vasúti kocsikkal, hóban játszó gyerekekkel, sétáló emberekkel. Felejthetetlen szép emlék marad mindenkinek.

Kitelepülések

Május 7-én részt vettünk a Békásmegyeri Közbiztonsági napon. Egyesületünk szolgáltatásairól beszéltünk az érdeklődőknek. Azt is elmondtuk, hogy a helyi Lámpás klub mikor és hol várja azokat, akik csatlakozni szeretnének a látássérültek közösségéhez. Munkatársammal, Pintér Dalmával szemléletformáló előadást tartottunk minden korosztály számára.

A gyerekek nagy érdeklődéssel fogadtak mindent. Szemtakaróval ügyesen válogatták szét a tapintható játékokat. Legnagyobb sikere a vakvezető kutyának, Hablatynak volt. Gazdájával Pesa Anna Máriával együtt mutatták be, milyen nagy segítséget jelent a vakvezető kutya a gazdájának.

Szemléletformáló programok

Szemléletformáló programjainkon 210 gyerek vett részt.

A gyerekeknek beszéltünk arról, hogyan élnek a vakok és a látássérültek. Magunkkal vittük azokat a segédeszközöket, melyeket használnak mindennapi életükben. Bemutattuk a fehérbotos közlekedést, a vakvezető kutyával történő közlekedést és a segítségnyújtást különböző helyzetekben. Így értik meg, hogyan tudnak jól segíteni a vak és látássérült embereknek, amikor találkoznak velük.

Helyszínek:

Óbudai Alternatív Közgazdasági Gimnázium 03. 10.

Nagy László Általános Iskola 07. 22. (nyári tábor)

Dr. Béres József Kiserdő Tagiskola 07. 29. (nyári tábor)

Real Chool Nemzetközi Általános Iskola 11. 23.

IV. KERÜLET – ÚJPEST

Klubhelyszín: Újpesti Ifjúsági Ház

Cím: 1041 Budapest, István út 17-19.

2022-ben Újpest Közösség Lámpásainak klubprogramjain 22 alkalommal találkoztunk és 325 főt mozgattunk meg.

Közösségi civilszervező kollégáink Murgács Jánosné Annamari és Czagány Izabella.

Online klubot 1 alkalommal tartottunk, és 197 megtekintést értünk el.

Szemléletformálásunkat 771 fő tisztelte meg jelenlétével.

Klubjaink

Január – Indul az év

Tagjaink boldogan találkoztak egymással az újév kezdetén. Repkedtek az ötletek a megvalósítandó programokra, meghívandó vendégekre. Múzeumokat, gyönyörű természeti helyeket neveztek meg, mint kirándulás-célpontot. E hónaptól Pesa Anna Mária nem munkatársként, hanem egyesületünk tagjaként tart velünk – a klub törzstagjai ajándékkal köszönték meg szeretett klubvezetőjük eddigi munkáját. Klubdelutánunkat kötetlen beszélgetéssel zártuk.

Február – A királynő teája

E havi klubunk az angol „ötórai tea” bűvöletében telt: mialatt megismertük a tea európai történetét, feldolgozását, képzeletben bejárhattuk a teaklipperek útját Kínától Londonig. A különféle teák és a mellé felszolgált hagyományos szendvicsek, scone és teasütemény fogyasztása közben pedig lépésről lépésre, a gyakorlatban tapasztalhattuk meg egy valódi brit teadélután ízeit, illatait, szabályait.

Március – Élet- és állatvédelmi előadások klubnapunkon

Márciusi klubunkon az újpesti Állat- és Természetvédelmi Őrszolgálat munkatársait, valamint a Rendőrség képviselőit Varga Brigitta körzeti megbízott főtörzs-zászlóst láttuk vendégül. Mindketten sok új információt, szabályváltozást osztottak meg velünk, mindezt érdekes történetekkel fűszerezve.

Az Őrszolgálat 15 éve működik, sokféle területen tevékenykednek, a prevenciótól és iskolai szemléletformáló programok tartásától kezdve a helyszínre való kiszállásig, a veszélyeztetett állat elhozataláig. Megtudhattuk, mi a teendő, ha úgy ítéljük meg, hogy egy állatot bántalmaznak, kínoznak a környezetünkben. Érintettük a szaporítás kérdését, a bejelentések megtételének módját és az intézkedés menetét; végül pedig a hallgatóság kérdései is megválaszolásra kerültek.

Látássérültek, idős emberek könnyebben válhatnak csalók áldozatává – ezekről, és egyéb bűnözői trükkökről tartott Varga Brigitta példákkal illusztrált tanulságos beszámolót, kiemelve a megelőzés fontosságát és módjait.

Április – klubnap a húsvét jegyében

Klubtalálkozónk első felében a Widex Halláscentrum munkatársát láttuk vendégül, aki beszámolt a legújabb fejlesztéseikről; emellett hallásszűrésre is volt lehetőség. A délután további részében – a már megszokott házi sütemények és frissítők mellett – megbeszéltük tavaszra tervezett programjainkat (pl. a Zuglói Japánkert, vagy az Operaház meglátogatása). Húsvét alkalmából apró meglepetéssel is kedveskedtünk tagjainknak.

Május – Az ásványok birodalma

Klubunkon Váradi Ágnes tartott előadást, aki három éve foglalkozik ékszerkészítéssel, azon belül ásványékszerek készítésével. Munkája során alaposan tanulmányozta a különféle ásványokat: tulajdonságaikat, felhasználásukat, a hozzájuk kapcsolódó hiedelmeket – ezekről mesélt nekünk, az ásványok jó részét meg is mutatva, tapintásra, megnézésre körbeadva. Jó hangulatú beszélgetéssel ért véget a találkozó – érzéseink szerint túl hamar, még rengeteg kérdésünk lett volna.

Az előadás első felét, ami az ásványok keletkezéséről szólt, élőben is közvetítettük Facebook-eseményünkön, mely az alábbi linken nézhető vissza:

<https://fb.watch/cXOyFG4Awr/>

Képes beszámolóink Facebook-linkje:

<https://www.facebook.com/kozosseglampasai04/posts/977466696294308>

Június – Japán ősi hangszere: a koto – távol-keleti dallamok az újpesti klubon
Júniusi klubunkon különleges zenei élménynek lehettünk részesei: Fehér Krisztina és Bakos Tünde mutattak be nekünk két híres távol-keleti hangszert: a kajagumot és a kotót. Földön ülve, pusztá kézzel szólaltatják meg. A koto Japán egyik legismertebb hangszere, hasonlít a kajagumra, ám játéktechnikájában különbözik: pengetőt használnak hozzá. Előadónk mindkét hangszeren játszottak, legvégül pedig nemcsak megérinthettük a hangszereket, de játszani is megpróbálhattunk rajtuk.

Július – Félév-értékelő klubnap

A szokásos házi sütik mellett megbeszéltük az év eddigi történéseit, megvitattuk, kinek mi tetszett a legjobban a tihanyi kiránduláson. Kértünk ötleteket, ki hova látogatna el, mit nézne még meg az év folyamán – aztán kellemes, kötetlen beszélgetéssel ért véget az aznapi alkalom.

Augusztus – Kisszakó! – bevezetés a japán teakultúrába

A zöld tea hűtő hatású, ezért ezen a meleg napon a japán teákat választottuk a klub témájául: tagjaink egyórás interaktív előadás során ismerhették meg a tea japán vonatkozású történetét, főbb fajtáit, azok elkészítési módját.

Eredeti japán kerámiákat foghattunk kézbe (pl. Raku chawanok) melyeknek formája, anyaga eltért az általunk idehaza megszokott, teakészítésre használatos eszközökétől; megkóstolhattunk többféle japán teatípust az egyszerű senchától a pirított rizses genmaichán át a gyokuróig és a smaragd porrá őrült matcháig; utóbbi mellé természetesen egy hagyományos japán édesség, a yokan is dukált.

Az előadás első felét élőben is közvetítettük Facebook eseményünkön, mely az alábbi esemény linken nézhető vissza (az eseményen belül a beszélgetésnél):

<https://fb.me/e/3iGJJzNsU>

Szeptember – Az Andok zenéje

Klubunk meglepetésvendégeként ellátogatott hozzánk Varga Brigitta rendőr főtörzszászlós, kmb., hogy a legújabb csalási és lopási trükkökről, módszerekről tartson példákkal illusztrált ismertetőt annak érdekében, hogy minél kevésbé legyünk kiszolgáltatottak, több esélyünk legyen észrevenni ezeket. A klub második felében pedig Domoszlai János mesélt Peru különleges zenei kultúrájáról, néhány hangszert és dallamot be is mutatva nekünk.

Október – A fehér bot napja

Október 15-e a látássérültek nemzetközi napja, melynek célja a vakok és gyengénlátók speciális élethelyzetére való figyelemfelhívás, ezáltal segítve a párbeszédet a társadalom ép tagjaival. Ahogy évek óta, úgy most is külön műsorral ünnepeltünk, melyet Mészáros Ágnes, a VGYKE alelnöke nyitott meg.

Fellépett egyik legsikeresebb klub-előadónk, Fehér Krisztina, aki kotón játszott nekünk; de eljöttek hozzánk a Nem Adom Fel Alapítvány profi énekesnői, Nagy Krisztina és Vaskó Makka. Végül a Roll Dance kerekesszékes táncsoport magas színvonalú produkciójával ért véget az ünnepi műsor. Az előadók műsorszámai között Pesa Annamária verseit és Jenei András novelláját olvastuk fel; a műsor végeztével pedig állófogadáson láttuk vendégül művészeinket és klubtagjainkat.

Az eseményről több alkalommal is élőben jelentkeztünk Facebook-oldalunkon, ezek az alábbi linkeken tekinthetők meg:

<https://fb.watch/g-KqQsnYQn/>

<https://fb.watch/g-Ks0FPPgW/>

<https://fb.watch/g-Kt2q1x2j/>

<https://fb.watch/g-Kvrp7zhW/>
<https://fb.watch/g-Kws-M7OV/>
<https://fb.watch/g-KxvfohZE/>
<https://fb.watch/g-KyrqjGd7/>
<https://fb.watch/g-Kzkm4yi/>
<https://fb.watch/g-KCKjHgqU/>
<https://fb.watch/g-KDNpUQ8z/>
<https://fb.watch/g-KEO6x9Re/>

November – Karácsonyi vásár

Szokott klubhelységünk helyett ezúttal a színházteremben vártuk tagjainkat, ahol bőséges tér állt rendelkezésére meghívott árusainknak portékáik kipakolásához. Az ajtó mellett kapott helyet az Ügyfélszolgálat kis asztalkája is.

Már javában zajlott a beszélgetés, árunézegetés, tagdíjbefizetés, amikor meglepetés-vendégeket kaptunk: nemcsak a minden kérésünket lelkiismeretesen képviselő körzeti megbízott érkezett hozzánk, jött vele az Ayala együttes is, akik remek zenével szórakoztattak. Mindent együttvéve, igencsak mozgalmas, eseménydús klubalkalmat zárhattunk.

December – Zenés karácsonyi klub

Gondosan készültünk az év utolsó klubjára: finom sütitet hoztunk, teát főztünk, és még a klubhelységet is feldíszítettük égősorral, karácsonyfával. Minden résztvevőnek apró, általunk készített ajándékkal kedveskedtünk. Újpesti tagjainkat idén is megajándékoztuk az Újpesti Önkormányzat támogatásából vásárolt karácsonyi ajándékcsomagokkal. (Akik nem tudtak jelen lenni a klubon, személyesen vittük el a csomagot.) Igazán meghitt hangulatot sikerült teremteni, nagyon kellemes beszélgetéssel zártuk az évet.

Programjaink külső helyszínen

Ebben az évben 10 alkalommal tudtunk kirándulást vagy látogatást szervezni egy-egy kulturális intézménybe.

Január – Vacsora négyesben

Ferencvárosi Közösség Lämpásainak meghívására klubunk tagjai ellátogattak a Pincészinházba, ahol megtekintettük a nagy sikerű „Vacsora négyesben” c. négyszereplős színdarabot. A sok humorral fűszerezett előadás őszintén mesélt a házasság szépségeiről és nehézségeiről; illetve arról is, hogy sosem késő az újrakezdés.

Február – Kirándulás a Nílus völgyébe

Tagjainkkal a Szépművészeti Múzeum egyiptomi tárlatára látogattunk, ahol valódi időutazást tehettünk Kemetbe, a fáraók birodalmába. Megismertük a tömjén és a mirha illatát, a szisztrum éteri hangját. Hűvös márvány kanopuszedények, mázas kerámia amulették, usébtik, bronzszobrok tapintása, apró múmiák rekonstrukciói, történetek Egyiptom régi isteneiről-embereiről tették emlékezetessé az élményt.

Április – Látogatás a Zuglói Japánkertben

Kis csapatunk szinte teljes létszámban megjelent az újpesti találkozópontra, ahonnan együtt indultunk a Japánkertbe, amely Varga Márton Kertészeti és Földmérési Technikum és Kollégium udvarán található, az iskolaalapító Varga Márton hozta létre az 1920-as évek végén. Ez hazánk egyetlen japánkertje, amelyet a japánok is autentikusnak ismernek el. A Vakok Kertjét és néhány bemutatókertet is végigjárhattunk; a séta alatt mind az öt érzékszervünket tesztelhattuk! Fizikailag kellemesen elfáradva, ám lelkileg feltöltődve indultunk haza.

Bővebb, képes élménybeszámoló látható-olvasható Facebook-oldalunkon, melynek minden egyes képéhez külön szöveg tartozik. Az album az alábbi linken tekinthető meg:

<https://www.facebook.com/media/set/?set=a.972374200136891> HYPERLINK
["https://www.facebook.com/media/set/?set=a.972374200136891&type=3"](https://www.facebook.com/media/set/?set=a.972374200136891&type=3) HYPERLINK
<https://www.facebook.com/media/set/?set=a.972374200136891> HYPERLINK
[https://www.facebook.com/media/set/?set=a.972374200136891&type=3"&](https://www.facebook.com/media/set/?set=a.972374200136891&type=3) HYPERLINK
["https://www.facebook.com/media/set/?set=a.972374200136891&type=3?type=3"](https://www.facebook.com/media/set/?set=a.972374200136891&type=3?type=3)
[https://www.facebook.com/media/set/?set=a.972374200136891&type=3"&](https://www.facebook.com/media/set/?set=a.972374200136891&type=3) HYPERLINK
<https://www.facebook.com/media/set/?set=a.972374200136891&type=3> HYPERLINK
[https://www.facebook.com/media/set/?set=a.972374200136891&type=3"&](https://www.facebook.com/media/set/?set=a.972374200136891&type=3) HYPERLINK
["https://www.facebook.com/media/set/?set=a.972374200136891&type=3?type=3"](https://www.facebook.com/media/set/?set=a.972374200136891&type=3?type=3)
<https://www.facebook.com/media/set/?set=a.972374200136891&type=3> HYPERLINK
["https://www.facebook.com/media/set/?set=a.972374200136891&type=3?type=3"](https://www.facebook.com/media/set/?set=a.972374200136891&type=3?type=3)

Május – A kulisszák mögött – séta a megújult Operaházban

Sokak által várt kirándulást szerveztünk: izgalmas vezetett épületsétán vettünk részt az újjáépült Operaházban!

Bejártuk az egész Házat: az Opera lenyűgözően szép nézőterén ülve láthattunk egy keveset a színpadon zajló háttér munkákból. Ezután – áthaladva a kerengő baluszteres márványkorlátokkal határolt díszlépcsőin a Vörös Szalonba értünk, majd a királyi páholyhoz vitt az utunk. Jártunk a Feszty-falfestményekkel díszített büfébe, a pikáns történetekben sem szűkölködő dohányzófolyosóra jutottunk. Kilépve innen az Operaház erkélyére, hallhattunk pár érdekességet a homlokzat szobraitól, illetve az Operaház építéséről is.

A kirándulás végeztével mindenki egyetértett abban, hogy – bár a Ház bővében van a lépcsőknek – igencsak megérte ez a látogatás.

A kirándulásról készült képalbum Facebook linkje:

<https://www.facebook.com/media/set/?set=a.982531942454450> HYPERLINK
["https://www.facebook.com/media/set/?set=a.982531942454450&type=3"](https://www.facebook.com/media/set/?set=a.982531942454450&type=3) HYPERLINK
<https://www.facebook.com/media/set/?set=a.982531942454450> HYPERLINK
[https://www.facebook.com/media/set/?set=a.982531942454450&type=3"&](https://www.facebook.com/media/set/?set=a.982531942454450&type=3) HYPERLINK
["https://www.facebook.com/media/set/?set=a.982531942454450&type=3?type=3"](https://www.facebook.com/media/set/?set=a.982531942454450&type=3?type=3)
[https://www.facebook.com/media/set/?set=a.982531942454450&type=3"&](https://www.facebook.com/media/set/?set=a.982531942454450&type=3) HYPERLINK
<https://www.facebook.com/media/set/?set=a.982531942454450&type=3> HYPERLINK
[https://www.facebook.com/media/set/?set=a.982531942454450&type=3"&](https://www.facebook.com/media/set/?set=a.982531942454450&type=3) HYPERLINK
["https://www.facebook.com/media/set/?set=a.982531942454450&type=3?type=3"](https://www.facebook.com/media/set/?set=a.982531942454450&type=3?type=3)
<https://www.facebook.com/media/set/?set=a.982531942454450&type=3> HYPERLINK
["https://www.facebook.com/media/set/?set=a.982531942454450&type=3?type=3"](https://www.facebook.com/media/set/?set=a.982531942454450&type=3?type=3)

Június – A levendulák bővületében

Sok tervezés, szervezés után végre elérkezett a nagy nap, és elindultunk Tihanyba! Első helyszínünk a tihanyi Levendula Ház volt, ahol a vetítőteremben megtekintettünk egy, a levendula kultúrtörténetével, felhasználásával foglalkozó kisfilmet.

Rövid szünet után kézműveskedéssel folytattuk a napot, levendulás szappant készítettünk szappanpehely, levendulavíz és szárított virág felhasználásával. Ebéd után megkerestük Mihail Kolodko Gombóc Artúr-szobrát, gyönyörködtünk a Balaton türkizében és távol a sok fehér vitorlában. Az Apátság látogató központjában a bencés rend történetével, szellemiségével ismerkedhettünk meg. Egy rövid, ám annál szebb orgonakoncertet is hallhattunk.

A nap utolsó helyszíne, az Aszófő és Örvényes között félúton található Levendula Labirintus, ahol levendulát tudtunk szedni. A helyszínen mindent betöltött a levendulamező parfümös

illata. Az illatot aztán magunkkal hoztuk a buszra is a teleszedett zsákocskák révén, éppen úgy, ahogy a szerzett élményeket is.

Szeptember – Időutazás a Kádár-korba

Csodás időt fogtunk ki aznap, amikor a Retró Élményközpontba indultunk. A kiállítótér háromszintes volt, melynek első helyszínére érkeztünk. Egyforma épületek sorai következtek, csak a függönyök voltak mások az ablakokban. Egy-egy lakásblokkot kinyitva különféle apróbb-nagyobb tárgyakat találtunk, sajnos csak vastag plexi mögött.

Kicsit arrébb mozgalmi zászlók tömege fogadott: nem volt ritka a bársony vagy a duplarétegű selyembrokát anyagú sem. Mindeközben hangszóróból szóltak a mozgalmi énekek.

A következő szinten a Néphadsereggel, vadászrepüléssel kapcsolatos tárgyak fogadtak.

Az utolsó szinten egy miniszterelnöki dolgozó szobát is láthattunk (a régi telefonon címkézve a gyorshívók: Kádár elvtárs, Brezsnyev elvtárs, Honecker elvtárs), a plafonról pedig a Parlamentről levert vörös csillag ép másolata nézett le ránk.

Remek hangulatban, visszaidézett régi és frissen szerzett új élmények garmadával indultunk haza.

Október – Hulló levelek fehér márványon – séta a Fiumei úti sírkertben

Rendkívül érdekes és informatív túrán vehettünk részt az 1849-től működő sírkert területén, ahol Kossuth Lajos, Deák Ferenc és Batthyány Lajos síremlékét nézhettük meg.

Sétánk során meg-megálltunk híres költőink sírjánál (Vörösmarty Mihály, Arany János), és hosszasan időztünk egy-egy tapintható szobornál, érdekesebb síremléknél is (pl. Lotz Károly, gróf Zichy Jenő, Fadusz János); kevésbé ismert történeteket (esetenként zaftos korabeli pletykákat) hallgatva a már csak legendákban élő emberek életéről.

Kirándulásunk végül sokkal hosszabbra nyúlt, mint eredetileg terveztük, de terveink szerint sétálunk még itt.

November – Vahur és társai: tárlatvezetés a Kiscelli Múzeumban

A fővárosi kutyatartás történetéről szóló kiállítás részletesen bemutatta négylábú társainkat, gyógykezelésük történetét, a kutyák sportcélú használatát (pl. agarászat), a munkakutyákat, valamint a 1980-as években a kiképzésükre használt vakvezetőkutya-tankocsit is.

A tárlatvezetés vége felé számunkra különlegesen kedves és ismerős videó fogadott: egy felvétel, melyet egy, látássérült gazdáját a városi forgalomban vezető labrador hámjára erősített kamera készített. Így mindenki beleláthatott kicsit egy segítőkutya átlagos munkanapjába. Élményekkel telten indultunk haza.

December – Kirándulás a Bajor Gizi Színészmúzeumba

Különleges hangulatú tárlatvezetésen vehettünk részt a Bajor Gizi Színészmúzeumban, amelyet csak a mi kedvünkért nyitottak ki délelőtt. Vezetőnk nemcsak a kiállított tárgyi és írásos emlékek, képek között kalauzolt el minket, de mesélt a villáról is, és olyan bennfentes történeteket hallhattunk, amiket sehol máshol még.

Sajnos az idő rövideége miatt az emeleti kiállításra már nem maradt se időnk, se energiánk – meg is beszéltük, hogy vissza fogunk jönni arra a tárlatra is.

Kitelepülések

Ahogy évek óta minden alkalommal, idén augusztusban is részt vettünk az Újpesti Városnapokon, ahová vakvezető kutyával, taktilis játékokkal, és a látássérültséggel kapcsolatos kérdéseket tartalmazó kérdőívekkel érkeztünk (ezek kitöltéséért apró ajándék járt).

Szemléletformáló programok

- Május – „A természet csodái”

A klubjaink helyszínét biztosító Újpesti Kulturális Központ Nonprofit Kft. meghívására vettünk részt e többnapos rendezvényen, ahová – állatokkal, növényekkel kapcsolatos

tematikája miatt – főként vakvezető kutyát kértek. Panka és Hablaty bemutatóját a vártak megfelelő élénk érdeklődés kísérte; ehhez kapcsoltunk még tapintásra, hallásra, szaglásra építő játékokat, amelyek szintén sikert arattak a kíváncsi gyerekek körében.

- Október – Lázár Ervin Általános Iskola

A kétnapos programot – igénybe véve munkatársaink, önkénteseink segítségét – két kutyával bonyolítottuk le, emellett néhány, a látáson kívül valamennyi érzékszervet megdolgoztató játékkal is készültünk. A gyerekek megismerkedhettek a fehér botok fajtáival is, és – interaktív beszélgetés során – rengeteg információval lehettek gazdagabbak a látássérülteként közlekedés témakörében (mit miért tesz egy látássérült, hogyan segíthetnek, miért pont úgy) kutyával vagy anélkül. A tanórákat kutyasimogatás és játék zárta.

VI. KERÜLET TERÉZVÁROS

Klub helyszín: Eötvös 10 Közösségi és Kulturális Szintér

Cím: Budapest, Eötvös u. 10. 1063

Klubnapok: minden hónap harmadik szerda 15-17 h-ig

Klubok száma (személyes): 6

Online klub: 5

Programok száma: 10

Összes résztvevő: 279 fő

Közösségi civilszervező kollégánk Lukács Erzsébet Böbke

Klubjaink

Januárban

Meghívott vendégünk: Bacsevics Linda, a Widex audiológusa volt, aki beszélt a hallásról, és hogy milyen eszközök vannak azoknak, akiknek szüksége van rá.

Hallásvizsgálatban részesültek a megjelent tagok.

<https://fb.watch/aFePvhZqFR/>

Februárban vendégünk volt: Domoszlai János és Mikó György, akik dél-amerikai hangszereken játszottak. Megtudtuk, hogy az ősi andoki népek által használt hangszerek között fontos szerepet töltenek be a fúvós hangszerek, különböző típusú „andoki furulyák” az egy- vagy többsoros, különböző méretű pánsípok. Az okarina, a láma- vagy kecskekörömből készült ritmushangszerek, valamint a különböző egyszerűbb ütős hangszerek. Az európaiaktól átvett húros hangszerek, a hárfa, a hegedű, a gitár szintén beépültek az andoki népzenebe. Kézzel tapinthatóak voltak a hangszerek.

<https://fb.watch/bdWPRQVtEQ/>

Márciusban az online klub vendége Hajdan Vali költő, előadóművész volt. Beszélt magánéletéről, könyvéről és programjairól.

Az élő bejelentkezés az alábbi linken tekinthető meg:

<https://fb.watch/k3wMSI2NMr/>

Áprilisban a költészet napját ünnepeltük. Selyem Jázmin klubtagunk saját verseit olvasta fel. A költőnőnek már számos verses kötete is megjelent. Vendégünk után tagjaink kedvenc verseiket szavalták el. A klubon a költészetéről és írókról is beszéltünk.

Májusban Meghívott vendég Gaár Iván, a Terézváros Közrendjéért és Közbiztonságáért Közalapítvány elnöke. Tájékoztatást kaptunk a közrend és a közbiztonság fogalmáról.

Beszéltünk azok értelmezéséről. Az elnök a kerület általános iskoláiban 20 éve tanít harcművészetet. Beszélt a vakok és gyengénlátók mozgássérültek integrált harcművészet oktatásáról

<https://youtu.be/LANdwcNjpNY>

Júniusban Vendégünk: Gabriel Fináli a Hunyadi téri Zsinagóga Főrabbi, aki előadást tartott a zsidó vallás történetéről és bepillantást engedett a magánéletébe is.

Az élő bejelentkezés az alábbi linken megtekinthető: <https://fb.watch/dGFdkaMHXK/>

Decemberben karácsonyi klubnapot tartottunk.

Ismét vége felé közeledik egy esztendő. Az Advent a karácsonyra való felkészülés, várakozás, reménység ideje. Karácsonyi ünnepségünk vendége Szilágyi Erika önkormányzati képviselő, civil tanácsnok és Mészáros Ágnes a VGYKE alelnöke voltak. Ünnepségünkre elfogadta a meghívásomat Bakacsi Béla előadóművész úr, aki régi kedvelt dallamokkal szórakoztatta tagjainkat. Szalainé Tünde író-költőné saját novelláit olvasta fel nekünk.

Programjaink külső helyszínen

Februárban a Rendőrmúzeumban történő látogatás alkalmával mind a rendőrség-történeti, mind a kriminalisztikai állandó kiállításukat bemutatták a csoport részére. A kiállított anyag jelentős része vitrinek mögött található, azonban muzeológus munkatársak összeállítottak egy olyan válogatást, amelyet kézbe is vehettünk.

Márciusban a „Vizuális kultúra és sport is mindenkié” FOF2021 pályázat keretein belül a Fővárosi Nagycirkusz előadását tekinthettük meg. A Nemzetközi Cirkuszfesztivál díjnyertes produkciójából készült a cirkusz „Fesztivál” című műsora, amelyet a látássérült tagjaink narrálva tekinthettek meg.

Áprilisban a Kristály Duó Nosztalgia táncklubja remek hangulatú régi és mai slágereire táncoltunk tagjainkkal. Az élő bejelentkezés az alábbi linken megtekinthető: <https://fb.watch/gai1C3U4SG/>

Júniusban a 3D Gallery Budapest Interaktív Galériában jártunk.

A galéria interaktív jellege lehetővé tette, hogy a festményeket szabadon megérintessük, aktívan részt vegyünk a fotók megszerkesztésében. Szabadon kipróbálhattuk magunkat minden területen, a saját fantáziánkra hagyatkozva „álltunk be” a festményekbe. A galériában természetesen mindenki kedvére alkothatott, kreatívan kifejezhette magát.

Júliusban a Széchenyi fürdő impozáns épülete előtt találkoztunk, majd kellemes sétát tettünk a Városligetben. Séta után beültünk a Széchenyi étterembe, ahol megebédeltünk. Beszélgettünk az elmúlt félév eseményeiről és a programjainkról. Megterveztük a további programokat, amiket már nagyon vártak a klubtagok.

Szeptemberben a Szépművészeti Múzeum meglátogatása volt a cél. A kiállításon lehetőségünk nyílt 200 évre visszamenőleg Magyarország festészetének és szobrászatának műfaji és stílusváltozásait megtekinteni. A külföldön komoly festői karriert befutott Bogdány Jakab és Mányoki Ádám képei a csendélet és portré műfajának legjobbjai. Különteremben került bemutatásra a barokk gyűjtemény.

Októberben a fehér bot nemzetközi napját ünnepeltük az Eötvös10 Művelődési Ház kamaratermében. A klub vezetőjeként köszöntöttem a vendégeket, majd egyesületünk elnöke, Fodor Ágnes, ezt követően Gálvölgyi Dóra, az Eötvös10 Művelődési Ház vezérigazgatója és Temesvári Szilvia alpolgármester mondtak köszöntőt és értékelték a VI. ker. lámpás klub értékes munkáját.

Az ünnepségen fellépő művészek: a Fináli Gábor rabbi vezette Ábrahám fiai zenekar, Delhusa Gjon, Takács Nikolas, a Groovehouse együttes, Hajdan Vali és Huszák Zsóka előadóművészek.

Az előadás az alábbi linken tekinthető meg:

<https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw> HYPERLINK

["https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM"](https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM) HYPERLINK
["https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw"](https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw) HYPERLINK
["https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM"](https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM)& HYPERLINK
["https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM"](https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM)feature=youtu.be HYPERLINK
["https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM"](https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM)& HYPERLINK
["https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM"](https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM)fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM" HYPERLINK
["https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM"](https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM)& HYPERLINK
["https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM"](https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM)& HYPERLINK
["https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM"](https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM) HYPERLINK
["https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw"](https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw) HYPERLINK
["https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM"](https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM)& HYPERLINK
["https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM"](https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM)feature=youtu.be HYPERLINK
["https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM"](https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM)& HYPERLINK
["https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM"](https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM)fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM" HYPERLINK
["https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM"](https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM) HYPERLINK
["https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM"](https://www.youtube.com/watch?v=CkimBs8iGrw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1oXD8vIg9ULMrvYg6YAcqJ1qGY782OdxJWJZc3eTat2WuqtHTXEBimCGM)feature=youtu.be

Októberben Operettszínházban jártunk. Kálmán Imre „Marica grófnő” című operettjét néztük meg. Gyönyörű ének, csodálatos dallamok, látványos táncjelenetek. Magas színvonalú előadásban volt részünk.

Novemberben Nosztalgia táncklubot tartottunk Bakacsi Béla előadóművész baráti összejövetelén, remek hangulatban, kötetlen beszélgetéssel, tánccal volt fűszerezve.

<https://fb.watch/h0njpcEfcU/>

Decemberben Pesti Magyar Színházban Charles Dickens „Twist Olivér” című regénye alapján készült családi musical előadását tekintettük meg, 16 fő jelent meg az zenés estén. Az író a kis Olivér alakjában az emberi jóság örök érvényű elvét kívánta megformálni, amely minden gonosszal szembeszáll, és a végén teljes diadalt arat. Lionel Bart világhírű musicaljét 1960-ban mutatták be a londoni West Enden. A darabot nem sokkal később már a Broadway-n adták elő.

Szemléletformáló programok

Augusztusban szemléletformálást tartottunk a VI. kerületi táborozó gyerekeknek.

A Bajza utcai általános iskolába hívták meg érzékenyítő csapatunkat. Bemutattuk a fehérbottal való közlekedést és beszéltünk a kutyás közlekedésről is. Felhívtuk figyelmüket a

helyes segítségnyújtásra. Részt vehettek szituációs feladatokban is. Minden felmerülő kérdésükre igyekeztünk válaszolni.

Kitelepülések

Áprilisban A Rocky Mondey egyesülettől a VGYKE VI. kerületi lámpás klubja is meghívást kapott a rendezvényre. Szemléletformáló programmal készültünk. A program keretében vakvezető kutyát, Braille-írógépet, tapintható játékokat, beszélő eszközöket mutattunk be az érdeklődőknek, akik az eszközök, játékok szemtakaróval történő sikeres kipróbálása után 3D-s dobókockát kaptak ajándékba. A legnagyobb érdeklődés a vakvezető kutyák iránt volt. Augusztusban „Te”! Feszten vettünk részt az Andrássy úton. Eötvös10 Művelődési Ház szervezésében. A program keretében vakvezető kutyát, Braille-írógépet, tapintható játékokat, beszélő eszközöket mutattunk be standunknál az érdeklődőknek, akik az eszközök, játékok szemtakaróval történő sikeres kipróbálása után 3D-s dobókockát kaptak ajándékba. A legnagyobb érdeklődés a vakvezető kutyák iránt volt.

VII. KERÜLET - ERZSÉBETVÁROS

Online klub: 4 alkalommal

Résztvevők száma összesen: 264 fő

Klubnapjainkat személyi változások, illetve a Covid-járvány utóhatása miatt az év első felében sem személyesen, sem az online térben nem volt módunk megtartani. Szeptembertől kezdődően az online térben visszatértünk, mégpedig közösségi civilszervező kollégánk, Jánosi Veronika jóvoltából. Az események az alábbi linken tekinthetők meg:

<https://www.facebook.com/kozosseglampasaiersizsebetvaros>

Klubjaink

Augusztusban Jánosi Veronika bemutatta a Rózsák terét, a kerület egy emblematisz helyszínét.

Szeptemberben Benke Richárd, az ügyfélszolgálat egyik munkatársa segítségével mutatta be a VGYKE ügyfélszolgálatának tevékenységét.

Októberben Szimcsák Anikóval, a VII. kerületi Bischitz Johanna Humán Szolgáltató Központ munkatársával beszélgetett Jánosi Veronika a házi segítségnyújtás és az újonnan létrejött Fecske Szolgálat igénylési módjairól és lehetőségeiről.

Novemberben a VGYKE támogatószolgálatának tevékenységét ismertette Csizmadia Anett szolgálatvezető.

Decemberben a kerületi hangjelzéssel ellátott jelzőlámpákat mutatta be Veronika.

Szemléletformáló programok

- Július 13-án felkérésre vettünk részt az Erzsébetvárosi Kéttanítási nyelvű Általános Iskola és Gimnázium napközis táborában szemléletformáló programunkkal.

- Szeptember 14-én a Bischitz Johanna Humánszolgáltató Központ programján vettünk részt, ahol a szimulációs szemüvegeket, a Braille-írást és az érzékszervi játékokat is bemutattuk.

- Október 28-án az Erzsébetvárosi Kéttanítási nyelvű Általános Iskola és Gimnáziumban vettünk részt szemléletformáló programon.

A szemléletformáló programokon összesen 587 fő vett részt.

VIII. KERÜLET – JÓZSEFVÁROS

XXI. KERÜLET CSEPEL

A két területnek egy közösségi civilszervezője van, Horváthné Dunaveczi Leona.

VIII. Kerület – Józsefváros

Facebook-oldal neve: Közösség Lámpásai - Józsefvárosi Látássérültek Klubja

Oldal kedvelőinek száma: 116 kedvelés

Oldal követőinek száma: 126 követő

Facebook-oldal indulásának időpontja: 2022. május 31.

XXI. Kerület – Csepel

Facebook-oldal neve: Közösség Lámpásai - Csepeli Látássérültek Klubja

Oldal kedvelőinek száma: 61 kedvelés

Oldal követőinek száma: 67 követő

Facebook-oldal indulásának időpontja: 2022. május 31.

Az oldalakon az önkormányzatok hírei mellett a kerületi kulturális intézmények információit, valamint a VGYKE és a MVGYOSZ közleményeit felhívásait osztottuk meg. Egyéb, látássérülteknek szóló információkat, hasznos tudnivalókat, érdekességeket is posztoltunk. A tagokkal telefonon, e-mailen folyamatos a kapcsolattartás, minden eseményről ily módon tájékoztatjuk őket.

Szemléletformáló programok

A Fővárosi Önkormányzat Alacskai Úti Idősek Otthona, Virág Benedek utcai telephelyén október 27-én tartotta meg lakóinak az idősek hónapi programját, amelyen 48 fő vett részt. Ennek keretében valósult meg egy zenés szemléletformáló előadás. Leona énekelt, és élettörténetével adta át a hasznos tudnivalókat. A programszervezők információt kaptak egyesületünk segédeszköz boltjának kitelepülési lehetőségéről is, és további együttműködésről is szó esett.

IX. KERÜLET - FERENCVÁROS

Klub helyszín: Ferencvárosi Művelődési Központ fsz. 41.

Cím: Budapest, Haller utca 27. 1096

Klubnapok: Minden hónap első hétfő 14 – 16 h-ig

Klubok száma (személyes): 12

Online klub: 12 alkalom - 971 megtekintés

Programok száma: 14

Összes létszám: 274 fő

Klubjaink

A IX. kerületi lámpás klubunk 2022-ben is aktív, tevékeny évet tudhat maga mögött.

Közösségi civilszervező kollégánk Szalai Miklósné Tündi.

Teljes évet tudhat maga mögött a Lámpás klub, ugyanis a pandémia után már minden hónapban tudtunk klubnapot tartani.

Meghívott vendégeink között voltak a Widex halláscentrum munkatársai februárban.

Nagy Bernadett segédeszközöket forgalmazó vállalkozó a közgyógyellátási igazolvánnyal igénybe vehető támogatásokról tájékoztatta tagjainkat a márciusi klubnapon.

Meghívott vendégünk volt Rúzsa Viktor, az esélyegyenlőségi magazin szerkesztője.

Beszélggettünk Lacza Annamáriával, az új esélyegyenlőségi referenssel Ferencvárosban.

Segédeszköz-bemutatót is tartottunk novemberi klubnapunkon,

Tagjaink betekintést nyerhettek a kerámiázás világába.

Programjaink külső helyszíneken

Meglátogattuk az Egyiptomi Kiállítást a Szépművészeti Múzeumban.

Sétát tettünk a Margitszigeten, és a Vízafogó parkban.

Egy különleges élményben is része lehetett tagjainknak a Szolnoki Reptárban, ahol beülhettek régi repülőgépekbe, és a repülés történetéről is hallgathattak előadást.

A klub közösség-szervezője aktívan részt vett az éves közgyűlésen is.

Szentendrén marcipáncsodák vártak bennünket, és megkóstoltuk a helyi marcipán sütemény specialitást is.

Etyeken a filmgyártás kulisszatitkaiba nyerhettek betekintést tagjaink, és irodalmi felolvasóest tette ünnepélyesebbé a karácsonyvárást.

A kultúra jegyében Pinceszínházi előadást látogattunk, itt elérhető volt az audionarrálás is.

12 online klubon is velünk tarthattak tagjaink.

Többek között beszélgetés zajlott le élményfajánlásról, valamint arról, hogyan működik egy látássérültek által indított rádió.

Megbeszéltük azt is, hogy mit jelent az irodalomterápia módszere látássérülteknek. Volt helyszíni bejelentkezés Szolnokról, a Repülőmúzeumból (Reptár).

Beszélggettünk a tandem kerékpározásról és annak lehetőségeiről.

Riport készült Balázs Zsanett rádiós újságíróval.

Élő bejelentkezés volt Etyekről, a Filmstúdióból.

Vaskó Mária vak énekesnő pályájáról beszélt.

Gödöllőről és a karácsonyi felolvasóestről is élő bejelentkezés történt.

Megtartottuk fehér bot napi ünnepségünket is, amelyet egy kortárs író-költő felolvasása, valamint az operettszínház művészei színesítettek.

Karácsonyvárásként felolvasó estet tartottunk, zenei aláfestéssel.

Szemléletformáló programok

Nyári táborokban, illetve idősök klubjában szemléletformáló előadások megtartására került sor.

X. KERÜLET - KŐBÁNYA

Klubhelyszín: Körösi Csoma Sándor Kőbányai Kulturális Központ fsz. 53.

Cím: 1105 Budapest, Szent László tér 7.

Klubnapok: minden hónap második hétfő 15 – 17 h-ig

Klubok száma (személyes): 11

Online klub: 1

Programok száma: 3

Összes résztvevő: 118

A 2022-es évben klubnapjainkat már személyesen, a megszokott helyszínünkön tudtuk megtartani. Közösségi civilszervező kollégánk Dublinszki Katalin.

Klubjaink:

Januárban megterveztük a 2022-es év programjait.

Februári klubnapunk alkalmával az egészségről, betegségekről, valamint látássérültek számára is biztonságos sportolási lehetőségekről beszélgettünk. Meghallgattuk és megvitattuk egymás tapasztalatait is.

Áprilisi klubnapunkon a WIDEX Hallásstúdió munkatársa, Kurucsai Andrea volt a vendégünk, aki egy interaktív beszélgetés keretében előadást tartott nekünk a hallással

kapcsolatos leggyakoribb témákról. Az előadást követően ingyenes hallásszűrést is végzett a résztvevőknek.

Májusi klubnapunk fő témája a májusi jeles napok voltak, így megemlékeztünk az anyák napjáról, a gyermeknapról, valamint az esélyegyenlőség napjáról is. Ezenkívül közösen megterveztük a nyári programjainkat.

Júniusi klubnapunk témája a nyár és a nyaralástervezés volt. Ez a téma azért érdekes, mert sokszor kihívást jelent akadálymentes szállásokat, vagy éppen látássérült-barát programokat találni. Szó esett arról is, hogy látássérültként mikre kell odafigyelnünk, ha nyaralni indulunk.

Júniusi online klubunkat 2022. 06. 20.-án a Közösség lámpásai - Budapest X. kerületi látássérültek klubja oldalon Facebook-os élő adásban tartottuk meg. Ez alkalommal a klub vendége Domoszlai János és Mikó Gyuri voltak, akik többféle hangszerből csaltak ki kellemes dallamokat. Az élő bejelentkezés az alábbi linken tekinthető meg: <https://www.facebook.com/128004991252945/videos/2884505248520774>

Júliusi klubnapunk alkalmával a Baráthegyi Vakvezető és Segítő Kutya Iskola Alapítvány kiképzője, Farkas Darinka volt a vendégünk, akitől nagyon sok hasznos információt tudtunk meg a vakvezető kutyákról, valamint a kiképzésükről. Darinka arról mesélt, hogy mennyi idő alatt, és milyen módszerekkel képzik ki a kutyákat, hogyan tanul kutya és gazdi közlekedni, és hogyan készülnek közösen a vizsgára.

Augusztusban Kollárszky Boglárka volt a vendégünk, akinek a segítségével önismereti és csapatépítő játékokon keresztül jobban megismerhettük magunkat és egymást is. Egyszerű, de érdekes, néha kicsit kihívást jelentő feladatokat kaptunk Bogitól, amiket közösen megbeszélve oldottunk meg.

Szeptemberi klubnapunk alkalmával játszottunk kicsit. Ezúttal maga a városrész állt a középpontban, vagyis azt derítettük ki egy kvízzjáték segítségével, hogy mennyire ismerjük Kőbányát.

Októberi klubnapunk alkalmával ünnepeltünk, mégpedig azt ünnepeltük, hogy Lámpás klubunk idén októberben lett öt éves. Ennek örömeire megleptük egymást egy kis süteménnyel, csokival és gyümölcscsel, amit közösen el is fogyasztottunk. Az ünneplés közben a fehérbot nemzetközi napjáról is megemlékeztünk.

Novemberi klubnapunk alkalmával a VGYKE ügyfélszolgálatának munkatársai voltak a vendégeink, akik tájékoztattak minket az ügyfélszolgálattal kapcsolatos aktualitásokról. Ezenkívül lehetőség volt a jövő évi tagdíjak befizetésére is. A másik vendégünk Németh Róbert, a Láthatár Segédeszköz Bolt munkatársa volt, aki több érdekes és hasznos tárgyat hozott magával, amiket mindenki kipróbálhatott, illetve igény szerint meg is vásárolhatott.

Decemberi klubnapunkon a karácsonyra való készülődésről, az ünneppel kapcsolatos szokásokról beszélgettünk. Mindenki hozott a többieknek valami apróságot, például csokit vagy szaloncukrot. Miközben beszélgettünk, szilvát és süteményt majszolgatott a társaság. Az év végének közeledtével felelevenítettük a 2022-es év legérdekesebb eseményeit.

Programjaink külső helyszínen

Júliusban egy kellemes sétát tettünk Kőbányán a tó körül. Amíg sétáltunk, mindenki megosztotta a többiekkel a környékkel kapcsolatos emlékeit és élményeit. Ezután a kőbányai téglagyártás történetével ismerkedtünk meg, és megtekintettük a tó mellett található Téglamúzeumot.

Szeptemberben a kőbányai klub tagjaival a Napraforgó Család- és Gyermekjóléti Központba, a XVI. kerületi Lámpás klub klubnapjára látogattunk el, ahol augusztusi klubnapunk folytatásaként ismét önismereti és csapatépítő programot tartottunk. A résztvevők a látás

elvesztésének és a gyász kapcsolatának mentén átgondolhatták saját élethelyzetüket, valamint betekintheztek egymás hobbijaiba, hétköznapijaiba.

Szemléletformáló programok

December 1-jén a Pestújhelyi Általános Iskolába látogattunk el, ahol 12 osztálynak, összesen 138 tanulónak tartottunk interaktív, szemléletformáló előadást. Az egyik helyszínen a vakok életébe kukkanthattak be a tanulók a képernyőolvasó szoftver, a beszélő segédeszközök, valamint a Braille-abc bemutatásával. A másik teremben a látássérültség fokozatairól, a fehér botos közlekedésről és a vakvezető kutyákról beszélgettünk a gyerekekkel.

Csoportok száma: 12

Részvevők száma: 138

XI.KERÜLET – ÚJBUDA

XXII. BUDAFOK – TÉTÉNY

A két kerületnek egy közösségi civilszervezője van, Lenkainé Vajda Viktória.

XI. kerület – Újbuda

Facebook-oldal neve: Közösség Lámpásai - Újbudai látássérültek klubja

Oldal kedvelőinek száma: 152 kedvelés

Oldal követőinek száma: 156 követő

Facebook-oldal indulásának időpontja: 2022. május 31.

Első online klub (videó/élő bejelentkezés) időpontja: 2023. 02. 24.

XXII. Kerület – Budafok-Tétény

Facebook-oldal neve: Közösség Lámpásai - Budafok - Tétényi Látássérültek Klubja

Oldal kedvelőinek száma: 131 kedvelés

Oldal követőinek száma: 134 követő

Facebook-oldal indulásának időpontja: 2022. május 31.

Első online klub (videó/élő bejelentkezés) időpontja: 2023. 02. 24.

A kerületi önkormányzatok, a művelődési házak, a VGYKE és az MVGYOSZ híreit osztottuk meg az oldalakon. Egyéb látássérülteknek szóló információkat, hasznos tudnivalókat, érdekességeket is posztoltunk.

A tagokkal telefonon, e-mailen folyamatos volt a kapcsolattartás, minden eseményről így tájékoztattuk őket.

XIII. KERÜLET – ANGYALFÖLD

Klub helyszín: Prevenció Központ

Cím: 1134 Budapest, Tüzér u. 56-58.

Klubnapok: minden hónap 4. hétfő 15-17 h-ig

Klubok száma (személyes): 12

Online klub: 12

Programok száma: 9

Összes résztvevő: 60 fő

Klubjaink

Közösségi civilszervező kollégánk Majlát Mónika. Online klubnapokat is tartottunk a kerületi lámpás Facebook-oldalunkon, összesen 12 alkalommal. Az események az alábbi linken tekinthetők meg:

[Közösség lámpásai - Budapest XIII. kerületi látássérültek klubja | Facebook](#)

Januári első klubnapunkon ellátogattunk a Kultúrtanyába, ami egy olyan integrált hely, ahol a sérült és az egészséges embereket is nagyon szívesen látják. A látogatáson túl arra is van lehetőség, hogy az érdeklődők megismerkedjenek a Vakrepülés Színtársulat munkájával és előadásaival.

Februári klubnapunkon a Widex halláscentrum munkatársai hallással kapcsolatos tanácsokat adtak a jelenlévőknek, illetve a beszélgetés során a hallássérültség tüneteire fókuszáltak, továbbá a tanácsadás során szó esett azokról a tünetekről is, melyekre nagyon fontos figyelni.

Márciusi klubnapunk vendége Makány Márta divattervező volt, aki egy kis előadást tartott a divatról, ötleteket és javaslatokat kaptunk a fazon, a szín és az anyagok kombinálásának lehetőségeire. Testalkatunknak megfelelően személyre szabott tanácsokat kaptunk a ruhakiválasztásához.

Áprilisi klubnapunkra a Láthatár segédeszközbolt munkatársát, Németh Róbertet hívtuk meg, aki olyan segédeszközöket mutatott be, amelyek megkönnyítik a látássérültek életvitelét. Klubnapunk második felében pedig Szalainé Erdélyi Tünde olvasott fel verseiből.

Májusi klubnapunkon az audionarrált színházi előadásokról beszélgettünk, vendégünk Szőke-Tóth Cecília a Pesti Magyar Színházban dolgozik audionarrátorként, beszélt a narráció elkészítéséről, folyamatáról. Ezzel egyszersmind becsábítva a látássérülteket a színházba.

Júniusi klubnapunk vendége Molnár Ferenc, az Ilcsi kozmetikumok képviselője volt. Termékbemutatóval egybekötött tanácsadást tartott tagjainknak.

Júliusi klubnapunk vendégei a Vakrepülés Színtársulat, Máj Kriszta és Pál Zsolt voltak, akik elmondták, hogy két féle előadásuk van, mind a kettő teljes sötétségben zajlik, a nézők földön, párnákon ülnek, így a vizualitás teljesen ki van zárva, csak a többi érzékszerveiken keresztül tapasztalják meg a vakságot.

Augusztusi klubnapunkon sminktanácsokat kaphattak tagjaink, Mártai Mariannától, Magyarország első biosmink-mesterétől. Marianna megmutatta a tagoknak, hogyan tudják használni a különböző sminkeszközöket.

Szeptemberi klubnapunk meghívott vendége Ruzsa Viktor volt, aki arról mesélt, hogy gyerekként hogyan élte meg látássérültségét és ma fogyatékosága ellenére mivel foglalkozik. 2018 óta a Hobby rádió Esélyegyenlőségi magazinjának a szerkesztője, műsorvezetője. Nagyon örül, hogy gyerekkori álma teljesült, és a munkája egyben a hobbija is, amit nagyon szívesen csinál.

Októberben a Prevenációs Központban a fehér bot nemzetközi napját ünnepeltük az angyalöldi Lámpás Klub szervezésében.

Novemberi klubnapunk vendége Szombati Zsigmondné volt, aki bemutatta az AtoMol oktatási eszközt, amellyel a vakok és gyengénlátók számára is érzékelhetővé válik a periódusos rendszer.

Decemberben Nagy Barbara Izabella csatlakozott hozzánk Amszterdamból online formában, és a jelenlévő tagokat egy csodálatos karácsonyi verscsokorral ajándékozta meg. Emellett a civil szervezők apró figyelmességgel, ajándékkal kedveskedtek tagjaiknak, melyet a XIII. kerületi önkormányzat támogatásával valósítottak meg.

Programjaink külső helyszínen

Februárban ellátogattunk a Vakrepülés Színtársulathoz, ahol megtekinthettük a Varázskert örökségei című előadást.

Márciusban az Óbudai Egyetemre mentünk, ahol dr. Kutor László tartott tárlatvezetést a tagoknak. A téma az informatika története volt, kezdetektől napjainkig.

Áprilisban minden testrészünket átmozgató aktív sétát tettünk a Margit szigeten. A zenélő kútnál kezdtük sétánkat, majd a kisállatkertnél megállva etettük a kacsákat, tyúkokat,

megnéztük a szarvasokat, és aki akart, lovagolhatott is. Utunkat az Árpád hídnál fejeztük be, ahol elbúcsúztunk egymástól.

Májusban a nemrég felújított XIII. kerületi Vízafogó parkba látogattunk el, ahol kipróbáltuk a sporteszközöket, és megnéztük a mesterséges tavat is.

Júniusi programunk keretében a Fűvészkertbe tettünk látogatást tagjainkkal, ahol belátogattunk a Pálmaházba és megnéztük az egzotikus növényeket. Tagjaink élvezték a friss levegőn való sétát és a gyönyörűen kialakított környezetet.

Augusztusi programunk alkalmából tagjainkkal a Vakok kertjében tettünk sétát, ahol Braille-feliratokkal ellátott makettet néztük meg, így tájékoztatást kaptunk, hogy mit hol találunk meg a bejárás alkalmával. A kert sok fajta illatos gyógynövényekkel van beültetve, amelyeket meg is szagoltunk és tapintottunk.

Októberben tagjainkkal a Pénzmúzeumba látogattunk el, ahol érkezésünk után elindultunk a pénz nyomába. Először is egy aranybányát látogattunk meg, ahol meg is tapinthatunk az aranybányászáshoz használt tárgyakat, és láthattunk egy darabka kibányászott arany rögöt. Majd a pénz forgalmi eszköz funkcióját, változását követhettük. A harmadik helyszínen a bankok kialakulásáról, a pénzügyi közvetítő szerepéről hallhattunk érdekes előadást. A negyedik teremben világ pénzeket ismerhettük meg, előadónk beszélt a tőzsdék szerepéről is. Végül az utolsó teremben a pénz kincsmérő szerepét, az értékek, kincsek sokféle formáját, értelmezését ismerhettük meg. Megtapinthatunk egy 1,5 kg-os aranytömböt is.

XIV. KERÜLET - ZUGLÓ

Klubhelyszín: Zuglói Civil Ház

Cím: 1144 Budapest Csertő park 12.

Klubnapok: minden hónap második szerda 14-16 h-ig.

Klubok száma: 11

Összes résztvevő: 167 fő

Programok száma: 11

Összes résztvevő: 436 fő

Szemléletformáló programjainkat 15 alkalommal tartottuk meg, ezeken alkalmanként megközelítőleg 10 tagunk vett részt.

Médiamegjelenések: 5 alkalommal

A látássérültek közössége megalakulása óta aktívan működik a XIV. kerületben, havi rendszerességgel, átlagosan 15 fő részvételével. Közösségi civilszervező kollégáink Kiss Márta és Tanai Csaba. A klubnapok témája 2022-ben is a tagok érdeklődési köréhez, az aktuális ünnepekhez és a tagokat érintő fontos információkhoz kapcsolódtak.

Klubjaink

Január: Programok és klubnaphoz kapcsolódó tervezgetések.

Február: Bemutatkozott a Diverzitás Közhasznú Alapítvány. Az alapítvány Gödöllő és térségében dolgozik, céljuk a hátrányos helyzetűek munkaerőpiaci esélyegyenlőségének megteremtése, az alacsony iskolai végzettségűek, pályakezdők, megváltozott munkaképességűek, mélyszegénységben élők elhelyezkedésének segítése, elsősorban Gödöllőn. Különböző képzéseket, foglalkozásokat tartanak fogyatékossgal élőknek.

Március: A Widex Halláscentrum audiológusa volt a vendégünk. A hallássérülés okairól, fokozatairól és a hallókészülékek fajtáiról hallottunk.

Április: Angol teadélutánra hívtuk tagjainkat. Megtudhattuk, Angliában milyen módon isszák a teát, hogyan alakult ki az ötórás teázási szokása. A szertartáshoz tartozik, hogy szendvics-falatkákat, scone-t és apró süteményeket is fogyasztanak a tea mellé.

Május: Klubnapunkon a Láthatár Segédeszköz bolt újdonságait ismerhettük meg és próbálhattuk ki.

Június: Vendégünk Novák Zsuzsanna, a Novák Optika vezetője volt. Zsuzsa beszélt a szemészek által felíratható nagyítókról, távcsőszemüvegekről és a színes lencséről. Ezeket ki is próbálhattuk.

Július: Klubnapunkon Sebőné Barad Márta rendőr törzsszázlós a XIV kerületi Rendőrkapitányság körzeti megbízottja adott tanácsokat, hogy mire figyeljünk, és hogyan védjük meg értékeinket. Látássérültként főleg az utazáskor fontos odafigyelni táskáinkra, telefonjainkra.

Szeptember: Újra a Novák Optika vezetője, Novák Zsuzsa látogatott el hozzánk. Megtudhattuk milyen változások állnak be a távcsőszemüvegekkel kapcsolatosan, mire kell figyelni, ha valaki használja ezeket az eszközöket.

Október: Ezen a klubnapon megtartottuk a fehér bot világnapját. A fehér bot a látássérültek fontos segédeszköze, mely segít a tájékozódásban, különböző akadályok észlelésében, de hasznos arra is, hogy a látó emberek észrevegyék a fehér bot használóját és empátiával viszonyuljanak hozzájuk. A műsorban felléptek: Horváthné Dunaveczi Leona látássérült előadó, aki musicaleket és slágereket énekelt. Végül a Roll Dance kerekesszékes kombi tánccsoport műsora zárta az ünnepséget.

November: Klubnapunk vendége Szabó László Ferenc újságíró barátunk volt, aki Tunéziáról és ott tett utazásairól mesélt nekünk. Hozott magával néhány, az országra jellemző tárgyat is, amelyeket körbe adva minden tagunk megtapinthatott, így a vak társaink is megismerhették ezeket a tárgyakat.

December: Az év utolsó klubnapján a karácsonyi ünnepekre hangolódunk rá. Idősebb tagjaink felidéztek gyerekkoruk ünnepre készülődését, az ünnepi asztalra kerülő finomságokat.

Programjaink külső helyszínen

Január: A VII. kerületi Rumbach Sebestyén utcai Zsinagógát látogattuk meg, kedves idegen vezetőnk segítségével. Megismerhettük a zsinagóga történetét és a zsidó szokásokat.

Február: A „MaiNyúl Pincészetben” jártunk. A Nyugati pályaudvartól nem messze egy lakóház pincéjében működik ez a kis borászati üzem, tulajdonosa Lesti Zoltán mutatta meg nekünk egy kis borkóstolóval egybekötve.

Március: Kis csapatunkkal időutazást tettünk a múltba és ellátogattunk a Deák tér közelében lévő Budapest Retro Élményközpontba. Itt a 70-80-as évek közötti időszakba csöppentünk. Betekinthettünk egy korabeli bisztróba, ahol Bambi is kapható, majd a Gazdagréti lakótelep házai között úttörő és mozgalmi dalok kíséretében betekinthettünk az akkori lakásokba, megnézhattunk számtalan használati tárgyat, motorra is ülhattunk. Mindannyian visszaidéztük ifjúságunk emlékeit.

Május 17.: A VGYKE kirándulást szervezett tagjai részére a szolnoki RepTárba. Megismerhettük a repülő múzeum történetét, megnézhattunk és felülhettünk repülőgépekre, helikopterre, érdekes előadásokat hallhattunk vadászgépekről, felpróbálhattunk régi felszereléseket, gázárcokat, meg tudtuk hogyan is néz ki egy fekete doboz, beülhettünk egy MÍG-21 és JAK-52 oktatógépek vezetőüléseibe. A bátrabbak kipróbálhatták a 3D karikát, MÍG-29-es vadászgép szimulátort is.

A Pénzmúzeumban követtük a pénz útját. Kedves múzeumpedagógusok kíséretében elindultunk a pénz nyomába. Az aranybányából indultunk és folyamatosan haladva a termek között jutottunk el a ma használatos pénzek világába. Közben a bankok kialakulásáról is hallhattunk. Végül egy 1,5 kg-os aranytömböt is megtapinthatunk.

Július: A Zuglói ILCO Egyesület 35+1 éves fennállásának rendezett kiállítását tekintettük meg a Zuglói Civil Házban.

Augusztus: Tagjainkkal a Normafánál kirándultunk. Akiknek kedvük volt tehettek egy hosszabb sétát az akadálymentes túraútvonalon a Norma Látogató Központjától a Libegőig és vissza.

Megkerestük a fiatalon elhunyt Fábíán Juli emlékpajzát, melyen kicsit meg is pihentünk.

Október: „nem csak a húszéveseké a világ” elnevezéssel idősek napja a Sugár Moziban. Csonka András színművész fellépésével került megrendezésre.

November: Ellátogattunk a Magyar Nemzeti Levéltárba. A közel 100 éves épület nyújtotta egyedüli látványt a levéltár 2022. októberében indított új programjaként, a „90 decibel” Projekt segítségével egy élményalapú taktilis-sétán teszi érzékelhetővé látássérült látogatói számára.

Az épületről, a falfestményekről, szekkékről különlegesen elkészített taktilis táblákon keresztül nyertünk betekintést, megérinthettük az épület tetejét díszítő Zsolnay cserepek egy-egy darabját, a különlegesen faragott székek, ajtók díszítéseit.

Épületsétánk során megnézhattunk a levéltári anyagok szállítására használt ládákat, fából készült pecséttartókat, lúdtolltartót és a pecsételéshez használt viaszokat. Kézbe vehettünk egy 18. századi selyemruhát.

Sétánk közben sok érdekes történetet hallhattunk a levéltár kialakulásáról és a gyűjtőmunkáról is.

December: Tagjaink és kísérőik ellátogattak a Fővárosi Nagycirkuszba, ahol audionarrációval egybekötött előadást nézhettek meg. Jókai Mór: „Melyiket a 9 közül” című műsorát Fekete Péter Jászai Mari díjas cirkusz igazgató úr segítségével és narrációjával megismerhettük a szereplőket, ruháikat és a tárgyaikat, amiket használtak az előadás során. Egy felejthetetlen karácsonyi mese részesei lehettünk, lenyűgöző artista produkciókkal, ismert magyar színművészekkel, fülbemászó dallamokkal és egy megható történettel. Fekete Péter igazgató úr egyedi narrációja és plusz információi még élménytelibbé varázsolta számunkra az előadást.

Kitelepülések

Szeptember 24.: „Civilek uccája”

A Zuglói Önkormányzat minden évben megrendezi a „Civilek uccája” elnevezésű programot. A rendezvény ötletgazdája Sokacz Anikó civil és nemzetiségi tanácsnok, aki fontos feladatának tartja a zuglói civilszervezetek összefogását és egymással való megismertetését. A Mi, a VGYKE zuglói közösségi civil szervezői is mindig ott vagyunk eme jeles alkalmakkor, ahol bemutatjuk egyesületünk munkáját, szolgáltatásainkat és legfőképp a látássérültek életét.

Szemléletformáló programok

- január 14. Zuglói Tengerszem Óvoda
- január 15. Lágymányosi Szent Adalbert Plébániahivatal
- február 23. Teleki Blanka Gimnázium
- május 04. FSZEK Török utcai könyvtár
- május 23. Kispesti Trefort Ágoston Két Tanítási Nyelvű Technikum
- június 07. Remetekertvárosi Általános Iskola
- június 17. Zuglói Polgármesteri Hivatal Bácskai utcai Ügyfélszolgálat
- június 24. Váci Karolina Katolikus Iskola nyári tábor
- július 01. Nagymaros Város Iskolájának nyári napközis tábor
- szeptember 09. XV. Zuglói Kulturális Esélyegyenlőségi Fesztivál. B.E: Zuglói Szervezete
- szeptember 28. Zuglói Kövessi Erzsébet Baptista Iskola
- október 15. Zuglói Madách Tánc-és Színművészeti Szakgimnázium és Alapfokú Művészeti Iskola
- november 18. Piarista Gimnázium

- november 25. Zuglói Arany János Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola

XVI. KERÜLET

Klub helyszín: Napraforgó Család-és Gyermekejóléti Központ

Cím: Cziráki u. 22. 1163.

Klubnapok: minden hónap 3. hétfő 15:00-16:30 h-ig

Klubok száma (személyes): 12

Online klub: 11

Programok száma: 3

Összes résztvevő: 87 fő

Budapesten a XVI. kerületben 2018. márciusa óta működik a Vakok és Gyengénlátók Közép-Magyarországi Regionális Egyesületének lámpás klubja, amelynek keretein belül a kerületben élő látássérült közösséget építjük, hozzuk össze programokra, klubnapokra. Közösségi civilszervezőnk Kollárszki Boglárka.

A járványügyi helyzet óta klubnapjainkat a személyes jelenlét mellett az online térben, a Facebook-oldalunkról sugározva is lehet követni.

Az online események az alábbi linken tekinthetők meg:

<https://www.facebook.com/lampas16bp/>

Klubjaink

Januárban együtt tervezgettük, szerveztük az éves programokat, amit az online adásban is ismertettünk. Szó esett kulturális programokról, továbbá a tagok motiválásáról az aktívabb részvételre.

Februárban a klubnapunkra Szalai Miklósné Tündi látogatott el, aki hamarosan megjelenő novelláskötetéből hozott el nekünk néhány művet. A novellák a Balaton környéki településeket idézik meg, és sok izgalmas történetet elmesélnek.

Márciusi klubnapunkon a sakké volt a főszerep. Vendégünk Házi Tamás volt, aki mesélt nekünk ifjúkori sakk-sikereiről. Tamás elmesélte nekünk, hogyan találkozott először a játékkal, mi módon kezdett el versenyezni, de a sakk-versenyek belső világáról, a pontrendszeréről is megtudhattunk érdekességeket.

Áprilisban a „költészet napja” alkalmából Domoszlai János volt a vendégünk, aki egy novelláját hozta el nekünk. A mű keletkezéséről beszélgettünk a szerzővel.

Májusban Pintér Csaba jött el hozzánk, aki a Speckó szabadulószoja és az Élményalap megálmodója. Csaba mesélt nekünk a kezdetekről, hogyan fordult a figyelme a fogyatékkal élők és a társadalmi integráció és inklúzió felé, hogyan vont be munkájába látás- mozgás- és hallássérült embereket, és hogy ebből hogyan nőtt ki magát a sötét szabadulószoja ötlete.

Júniusban Domoszlai Jana és Mikó Gyuri látogattak el hozzánk, és egy kellemes, jó hangulatú zenei délutánt töltöttünk el együtt. Főként andoki és bolíviai dallamok csendültek fel a charangón és a különböző különleges sípokon. Az érdeklődők kezükbe is vehették a hangszereket.

Júliusban akadálymentes nyári szállásokról és a biztonságos nyaralásról beszélgettünk. Szóba kerültek akadálymentes strandok, ahová még vezetősávot is építettek, továbbá az MVGYOSZ üdülője Balatonbogláron.

Augusztusban az irodalom jegyében a klubnapra Szalai Miklósné Tündi látogatott el, ahol a színek ihlette novelláiból olvasott fel nekünk. A narancssárga szín volt most terítéken, amely történetből megtudhattuk, milyen hatást is vált ki egy narancssárga fürdőruha a spanyol tengerparton.

Szeptemberben önismeret-fejlesztő csapatépítő, játékos klubnapot tartottunk Bönde Katalinnal. Több érdekes témát is érintettünk, úgymint például a látásvesztés, mint a

gyászfeldolgozás folyamata, a fehérbot használatának érzelmi vetületei, vagy az aktuális én, az elvárt én és az ideális én közötti különbségek.

Az októberi fehér bot nap alkalmából mi ezen a klubnapon a személyességre, a meghittsége, a személyes történetek fontosságára helyeztük a hangsúlyt. Olykor humoros, olykor vicces, olykor pedig megható és szívhez szóló történeteket osztottunk meg egymással a látássérültségről, a látás hiánya okozta érdekes szituációkról és környezetünk reakcióiról.

Novemberi klubnapunkra a VGYKE Ügyfélszolgálat és a Láthatár segédeszköz boltja látogatott el. Gergő ismertette velünk az ügyfélszolgálat szolgáltatásait és újdonságait, Németh Robi pedig bemutatta az érdeklődőknek a bolt legfrissebb akcióit és kínálatát. Bélyeg-vásárlásra is nyílt lehetőség.

Decemberi klubnapunkra Szalainé Erdélyi Tündit hívtuk el, aki karácsonyi versekkel készült erre az alkalomra. Tündi online csatlakozva szavalta el nekünk verseit, illetve egyéb munkásságáról is beszélgettünk. A kis irodalmi kitekintő mellett karácsonyi családi szokásainkról és a segítségnyújtásról társalogtunk tagjainkkal.

Programjaink külső helyszínen

Alkalom: 10 db

Összlétszám: 95 fő

Januárban klubunk a júliusban újra megnyílt Rumbach Sebestyén utcai Zsinagógát látogatta meg, mikor is a Zsinagóga egy nagyon kedves idegenvezetőt biztosított számunkra. Elsőként helyet foglalva néhány perces izgalmas előadást hallgathattunk a zsidóság és a Zsinagóga történetéről, majd pedig körbejártunk, megtapinthatuk a csodálatos falfestést, a tekercseket őrző szekrényt és a Bimát, azaz a Tóraolvasó emelvényt. Ezt követően megnézhattuk a fenti, karzati helyeket és az interaktív kiállítást a harmadik emeleten.

Februárban a Szépművészeti Múzeum Egyiptomi tárlatán vettünk részt. A speciális látogatás során ókori egyiptomi tárgyak tapintására is lehetőség nyílt másolatok formájában. Két egyiptológus hölgy mesélt számos érdekességet nekünk erről az izgalmas kultúráról.

Márciusban időutazást tettünk Budapest Retro Élményközpontjába. A kiállítás az 1970-80-as évek közötti időszakot idézi. Jártunk korabeli bisztróban, lakótelepi házak között, hallgathattunk úttörő dalokat, és egy korabeli lakást is megnézhattunk.

Áprilisban a Magyar Nemzeti Múzeumba látogattunk el, ahol a régészeti kiállítást néztük meg. Két nagyon kedves tárlatvezető hölgy volt a kis csapat segítségére, akik az őskorról meséltek nekünk. Lehetőségünk volt különböző pattintott kövek, csont-szerszámok megtapintására, de foghattunk eredeti őstulok lábszárcsontot és szarvat is.

Májusban kirándulást szerveztünk a „RepTár” Szolnoki Repülőmúzeumba. Színvonalas és izgalmas tárlatvezetésekén vehettünk részt, felpróbálhattunk régi felszereléseket, megtapinthatunk gépeket és repülőalkatrészeket, megtudtuk, miképp is néz ki valójában egy fekete doboz, de a pilótaponton repülőkhöz is beülhettünk.

Júniusban a „Speckó” szabadulósobáját látogattunk meg, ahol vak emberek számára is önállóan élvezhető, magas szintű játékelményt nyújtó szabadulós kalandban vehettünk részt. Az Elszabadult Úrszemét dark verziója minden érzékszervet megmozgat, és izgalmas kikapcsolódást nyújt.

Júliusban az Újpalota Fitness Centrumba látogattunk el, ahol kipróbáltuk tagjainkkal a Fanatic Jump Blind mozgásformát. A program egy interaktív dietetikai beszélgetéssel indult, ezt követően próbálhattuk ki ezt a sportot, mely a látássérültek számára speciális mini trambulínokra kifejlesztett mozgásforma. Az órán zenére ugráltunk és erősítő gyakorlatokat végeztünk, végül pedig relaxációs pilates mozdulatokat is kipróbáltunk.

Szeptemberben meghívást kaptunk a Fővárosi Nagycirkusz felajánlása nyomán a cirkusz „Rain – Esőcirkusz” című előadására. Az előadást egy taktilis bemutató előzte meg. A

produkció alatt egy készüléken keresztül – audionarráció segítségével – híret vették látássérült tagjaink, hogy mi is történik pontosan a porondon. Az audionarráció különlegessége az volt, hogy maga Fekete Péter, a Fővárosi Nagycirkusz igazgatója narrálta az eseményeket rendkívüli érzékenységgel.

Novemberben látogatást tettünk a Gödöllői kastélyban. A helyszínen idegenvezető várt bennünket, aki végigvezetett minket a kastély termein és kiállított szobáin. Sok érdekes információt megtudhattunk a kastély történetéről, a Grassalkovich- és a Habsburg-időszakról, továbbá Sissy életéről.

December elején látogatást tettünk a Vörösmarty téren, a karácsonyi vásárban. Megnézegettük a különböző kézműves termékeket, megcsodáltuk a téren felállított hatalmas karácsonyfát, hallgattuk a hangszórókból szóló kellemes karácsonyi zenét, és élveztük az ünnepi hangulatot. A velünk tartó gyerekek öröme, a téren közlekedő karácsonyi kisvasútra is felültünk.

Szemléletformáló programok

- A XVI. kerületi Derűs Alkony Idősek Napközi Otthonában jártunk szemléletformáló előadást tartani. A bemutatóra kollégánk, Tanai Csaba két kutyája is velünk tartott. A kutyás előadás mellett speciális segédeszközöket is bemutattunk az időseknek úgy, mint például a beszélő vérnyomásmérő, a beszélő konyhai mérleg és a folyadékszintmérő.

Cím: 1162. János u. 51.

Résztvevők száma: 30 fő

- Munkatársaink segédeszköz-bemutatót tartottak a Budapest Főváros XVI. kerületi Önkormányzat Területi Szociális Szolgálat 1. sz. Idősek Klubja, „Reménysugár” Gondozási csoportjában február elején. Első alkalommal a botos és a vakvezető kutyás közlekedésre helyeztük a fő hangsúlyt. A második alkalommal segédeszköz-bemutatót tartottunk, ahol a nagytöké volt a főszerep.

Cím: 1165. Veres Péter u. 109.

Létszám: 38 fő

- Március közepén a XVI. kerületi Borostyán idősek klubjában tartottunk szemléletformáló előadást. Tanai Csaba röviden bemutatta a VGYKE-t, elmondta miben, hogyan segítjük a látássérülteket. Majd Németh Róbert, a Láthatár segédeszköz bolt munkatársa bemutatta a bolt által forgalmazott termékeket. Még vérnyomásmérésre is sor került.

Cím: Bp, Érsekújvár u. 7-13.

Létszám: 32 fő

- Július közepén a Napraforgó Központ nyári táborába látogattunk el. Családias hangulatban egy barátságos, interaktív szemléletformáló előadással készültünk a gyerekeknek, ahol hallhattak akadálymentes sportolási lehetőségekről, kipróbálhatták a tapintható Rubik kockát, a beszélő mérleget, önthettek vizet folyadékszint-mérő segítségével. De gyakorlati tapasztalatokkal is gazdagodhattak a szakszerű segítséget illetően.

Helyszín: 1163. Cziráki u. 22.

Létszám: 16 fő

- A VGYKE meghívást kapott a XVI. kerületi Kertvárosi Vigasságokra, ahol szemléletformáló programokkal, érzékenyítő játékokkal állítottunk standot az Erzsébet ligetben.

Többen is meglátogatták asztalunkat: voltak gyerekek, akik szívesen próbálták ki tapogatós játékaikat; fiatalok, akiket a tapintható Rubik kocka érdekelt; továbbá felnőttek, akik önkénteskedni szeretnének egyesületünknel.

Természetesen Szikra, Annamari vakvezető kutyája is nagy népszerűségnek örvendett.

Helyszín: XVI. kerület Erzsébet liget

Létszám: 80 fő

XVII. KERÜLET – RÁKOSMENTE

Klub helyszín: Rákoshelyi Községi Ház

Cím: Budapest, Podmaniczky Zs. u. 3. 1174

Klubnapok: minden hónap első keddi 14 -16.30-ig

Klubok száma (személyes): 12

Online Klub: 12

Programok száma: 12

Összes résztvevő: 332 fő

Érzékenyítésben résztvevők száma: 288 fő

Klubjainkat a Rákoshelyi Községi Házban (1174 Podmaniczky Zs. u. 3. és a Rákosligei Katolikus Körben (XV. u. 2.) tartottuk januártól decemberig 12 személyes és 12 online alkalommal.

Községi civilszervező kollégáink, Krajné Faragó Zsuzsanna és Acsai Péter.

Klubjaink

Januárban a vendég Berkó Norbert, az egyesület okoseszköz oktatója volt, akit személyesen is megismerhettünk. Így közvetlenebb lett a kapcsolat, és szívesebben fordulnak hozzá a tagok kérdésekkel. Norbi a legjobb tudása szerint igyekezett segíteni a problémák megoldásában.

Februárban az online klub a Braille-írás világnapjához kapcsolódott. Ezen a jeles napon Nemes-Nagy Tünde, a Vakok és Gyengénlátók Szabolcs-Szatmár-Bereg megyei egyesületének elnöke volt a vendégünk. A szabolcsi egyesület 2005 óta minden évben országos Braille olvasás-versenyt szervez, melynek célja a Braille-kultúra ápolása, amely háromnapos kulturális eseménnyé nőtte ki magát.

Az esemény az alábbi linken érhető el:

https://www.facebook.com/watch/live/?ref=watch_permalink HYPERLINK

"https://www.facebook.com/watch/live/?ref=watch_permalink&v=444225527185945"

HYPERLINK "https://www.facebook.com/watch/live/?ref=watch_permalink HYPERLINK

"https://www.facebook.com/watch/live/?ref=watch_permalink&v=444225527185945"&

HYPERLINK

"https://www.facebook.com/watch/live/?ref=watch_permalink&v=444225527185945"v=4442

25527185945" HYPERLINK

"https://www.facebook.com/watch/live/?ref=watch_permalink&v=444225527185945"&

HYPERLINK

"https://www.facebook.com/watch/live/?ref=watch_permalink&v=444225527185945"

HYPERLINK "https://www.facebook.com/watch/live/?ref=watch_permalink HYPERLINK

"https://www.facebook.com/watch/live/?ref=watch_permalink&v=444225527185945"&

HYPERLINK

"https://www.facebook.com/watch/live/?ref=watch_permalink&v=444225527185945"v=4442

25527185945" HYPERLINK

"https://www.facebook.com/watch/live/?ref=watch_permalink&v=444225527185945"v=4442

25527185945

A februári jelenléti klub vendége Fehérné Kugler Andrea volt, a Holdsugár Gondozási Központ vezetője, aki elmondta, hogy a központ feladata, hogy a kerületben élő rászorulóknak számára segítséget nyújtson többek között a bevásárlásban, gyógyszerkiváltásban, ügyesbajos dolgok intézésében. Az ismertető után a közösség megismerkedett a klubra újonnan látogató három látássérülttel, akik remélhetőleg máskor is csatlakoznak a klubhoz, ill. az

egyesülethez. Az esemény az alábbi linken érhető el:

<https://www.facebook.com/lampas17/videos/785544972838289>

A márciusi program elején a Békehozó c. szám hangzott el, amellyel kiálltak a béke mellett. A klub kiemelt témája a nőnap volt, amelynek történetéről rövid előadást is hallhattak a résztvevők Pétertől. Az eseményt megtisztelte jelenlétével az önkormányzat szociális osztályának két munkatársa is, akik megválasztották a látássérültek akadálymentesítéssel kapcsolatos kérdését az országgyűlési választásokkal kapcsolatban. Az esemény az alábbi linken érhető el: <https://www.facebook.com/lampas17/videos/838199120914781>

Az áprilisi klubon a tagok hallhattak a „Vaklakás pályázatról”, a tavaszi gyógycipő akción, a Telefotel szolgáltatásról és más aktualitásokról. Ezt követően a klub vendége Kurucsai Andrea volt a Widex Hallásstúdiótól, aki elmondta, hogy a mai modern eszközök miniatűrök, bluetooth-szal TV-hez és mobiltelefonhoz is csatlakoztathatók és egyfajta „okos menedzsernek” tekinthetők. A tagok ingyenes hallásszűrésen vehettek részt.

A klub az alábbi linken tekinthető meg:

<https://www.facebook.com/lampas17/videos/397073382251951>

A májusi klubon szó volt a közgyűlésről és egyéb közérdekű információról. Ezt követően a vendég Gázsó Krisztina, az MGVYOSZ vakvezető kutyakiképző munkatársa kapta meg a szót, aki Lindával, - egy kiképzés alatt álló csokibarna labradorral érkezett. Röviden bemutatta az iskola történetét, a kiképzés és igénylés menetét, majd a tagok is felteheték kérdéseiket. A program végén Domoszlai Jana pánsíp- és quenamuzsikájával emlékeztek meg az anyák napjáról és a névnaposokról.

<https://www.facebook.com/lampas17/videos/3089029957985093>

A júniusi vendég Dvariecki Bálint, az Alko-Soft képviselője volt, aki vakként vállalkozó, cégvezető és sorstársainak ad munkát. Röviden ismertette széles körű szolgáltatásaikat, mint pl. a szoftveres és hardveres karbantartást, tárhely biztosítást, távszervízt, szaktanácsadást, és kitért arra, hogy termékeket is honosítanak, vagyis külföldi informatikai programok, termékek menürendszerét ültetik át magyarra.

A programról online FB adásban is bejelentkeztünk, amely az alábbi linken érhető el:

<https://www.facebook.com/lampas17/videos/5496214233792646>

Júliusban a Katolikus Körben találkoztak a lámpások, mert megszokott helyük táboroztatás miatt zárva tartott. Erre az alkalomra munkatársuk és egyben tagjuk, érkezett a Láthatár bolt részéről. Robi bemutatta a boltot, az újdonságokat és akciós termékeket, és aki akart az vásárolhatott is a segédeszközökből.

Az online klub az alábbi linken érhető el:

<https://www.facebook.com/lampas17/videos/1388358975003286>

Augusztusban a Katolikus Körben gyűltek össze a lámpások, mely alkalomra dr. Kiss Jánost hívták meg, hogy a szív- és érrendszeri betegségekkel kapcsolatban tartson előadást. János először egy rövid összefoglalót adott a témában, felhívta a figyelmet az egészséges táplálkozásra, és a mozgásszegény életmódra. Szóba került a negyedik oltás, és a majomhimlő is..

Az online esemény az alábbi linken érhető el:

<https://www.facebook.com/lampas17/videos/610597227184255>

A szeptemberi vendég Czagány Izabella kolléganőnk volt, aki az ügyfélszolgálatot képviselve röviden vázolta a szolgálat tevékenységét, majd lehetőség nyílt a tagdíj

befizetésére is a helyszínen. A felmerülő kérdésekre telefonos választ kaptak az érintettek. Ezt követően a tagok hallhattak az október 1-jén megrendezésre kerülő Rákoshegy Napokról, valamint az október 7-i fehér bot napról is.

Az online tartalom az alábbi linken érhető el:

<https://www.facebook.com/lampas17/videos/792124828906388>

Az októberi klubra és egyben a fehér bot napi rendezvényre a Vigyázó Sándor Művelődési Központ Fórum termében került sor. Fodor Ágnes, a VGYKE elnöke nyitotta meg az eseményt, aki hangsúlyozta e rendezvény fontosságát. Rákosmente Önkormányzata részéről dr. Füzesi Péter alpolgármester az érzékenyítések fontosságára emlékeztetett. A műsor első fellépőiként Leskó-Dely Tercia a Bartók Alapfokú Művészeti Iskola tanára és tanítványai a Vadalmák énekegyüttessel kiegészülve virtuális népzenei utazást tettek a Kárpát-medencében, hogy végül hazaérjenek szűkebb környezetükbe, Keresztúrra. Majd Czagány Izabella két verset olvasott fel Pesa Annamáriától, amely a fehér bothoz kapcsolódott. A prózai részt Jenei Mónika esélyegyenlőségi referens zárta, Jeffry Archer „Vakrandi” című novellájának felolvasásával. Végül a Rákosmenti Rezedák népdalkör énekelt szüreti népdalokat, amelyekkel végleg megalapozták a közönség jókedvét.

Az eseményről élő FB-os bejelentkezés is történt, amely az alábbi linken érhető el:

<https://www.facebook.com/lampas17/videos/811795813200122>

A novemberi vendég Pintér Dalma volt, aki az egyesület segítő szolgáltatásait mutatta be. Ezt követően Acsay Péter előadása hangzott el a rákoskeresztúri 301-es parcella történetéről, mivel a novemberi külsős programot oda szerveztük.

Az online klub az alábbi linken érhető el:

<https://www.facebook.com/lampas17/videos/1091041631602552>

[HYPERLINK "https://www.facebook.com/lampas17/videos/1091041631602552"](https://www.facebook.com/lampas17/videos/1091041631602552)

[HYPERLINK](https://www.facebook.com/lampas17/videos/1091041631602552)

["https://www.facebook.com/lampas17/videos/1091041631602552"://www.facebook.com/lampas17/videos/1091041631602552](https://www.facebook.com/lampas17/videos/1091041631602552)

A decemberi alkalomra kolléganőnk, Kardon Annamária látogatott el Szikra nevű vakvezető kutyájával. Annamari a II. és XII. kerület lámpása, aki zongorajátékával örvendeztette meg a klubtagokat. Aztán a „nagyszakállú” is körbejárt egy-egy mikulászsomaggal. Szóba került a decemberi külsős program, látogatás a Fővárosi Nagycirkuszban, ahol a „Melyiket a kilenc közül” c. mesejátékot terveztük megtekinteni decemberben. 2023. január 3-án a rákosligeti Csekovszky Árpád Művelődési Házban folytatjuk a klubot, és remélhetőleg az új Rákoshegy Művelődési Ház is kinyit majd a jövő év júliusában. Az online klub az alábbi linken érhető el:

<https://www.facebook.com/lampas17/videos/2143628792506593>

Programjaink külső helyszínen

Januárban Rákosmente lámpásai külsős programként sétát szerveztek a rákosmenti Népkerthbe, amely az Országzászlótól indult. Érintették a játszóteret, a gördeszka pályát és bekukucsáltak a nemsokára átadásra kerülő Riz Levente Rendezvényközpont épületébe is, amely fontos kerületi programok helyszíne lesz a jövőben. Végül a közeli Végvári cukrászdában egy kis édességet fogyasztottunk el.

Februárban sétát szerveztünk a rákoshegyi Szent István téren található II. János Pál pápa szoborhoz, amely Babusa János, XVII. kerületi szobrászművész alkotása. A szobor egy mesterséges dombon található, amelyhez hat lépcső vezet fel. A lámpások ezt követően

végigjárták a téren található Lisieux-i Szent Teréz templomnál lévő 14 stációt, melynek mindegyike a hívek adományából épült.

Márciusban az Akadémiaújtelepen lévő 48-as emlékműhöz mentünk el, amely a magyar honvédsereg hősi halottjainak állít emléket. Körbesétáltuk az obeliszket és az azt körülvevő parkot, elhelyeztük az emlékezés zászlait. Hallhattunk az emlékhely történetéről, valamint a kerület 48-as hőseiről, Melczer Jánosról és fiáról, Titusról. A kellemes időben jó beszélgetések is kialakultak.

Áprilisban bejártuk a városligeti Vakok Kertjét. A program a kert történetének bemutatásával kezdődött, majd megismerkedhettünk a magaságysokba ültetett növényekkel, azok tapintásával és illatával. A nap fő attrakciója a lengőteke és a vakpingpong kipróbálása volt. Aztán a Liget másik végébe kirándultunk, hogy megcsodálhassuk az újonnan telepített léghajót.

Májusban „A vizuális kultúra mindenkié” c. pályázat keretében a VGYKE programot szervezett a szolnoki Reptárba. A program három részből állt. Az első részben a hangárban különböző repülőgépeket állítottak ki. A második részben a hangár történetét mutatta be az idegenvezető. A harmadik helyszínen egy százados vezetésével egy helikopterbe mászhattak be az érdeklődők. A színes programot ebéd, majd szabadprogram követte.

Júniusban a Millennium Háza szervezésében esélyegyenlőségi napot szerveztek a Városligetben, amelyen a fogyatékkal élők szervezetei és egy hozzájuk kapcsolódó intézmény voltak jelen, úgy, mint az MGVYOSZ, a Vakok Általános Iskolája, a VGYKE, a SINOSZ, valamint a Bethesda Gyermekkórház. Az egésznapos rendezvényen a VGYKE képviselőjében számos kerület vett részt, így a rákosmenti lámpások is. Szemléletformáló játékokkal, a Braille-írással, szimulációs szemüvegekkel érzékenyítettek, valamint a Láthatár bolt kínált segédeszközöket látássérülteknek.

Júliusban a kerületi Erdős Renée Házban megtekintettük a helytörténeti kiállítást. A program egy narrált filmmel kezdődött, amely a Rákosmentén korábban kialakult négy település: Rákoscsaba, Rákoskeresztúr, Rákosliget és Rákoshegy történetét mutatta be egy-egy prominens kerületi előadó közreműködésével.

Augusztusban Rákosmente lámpásai bejárást szerveztek a Riz Levente Sport és Szabadidő Központba, amely Rákosmente új létesítménye. Az idegenvezetők körbe vezették a csoportot a 3000 fő befogadására alkalmas épületben, amely a jövőben labdajátékok, nemzetközi sportesemények kiállítások, konferenciák, színházi előadások, és szalagavató bálók megtartására is alkalmas lesz.

Szeptemberben Sütizni mentünk a Végvári Cukrászdába, ahol bepótoltuk a legutóbb elmaradt programot. A tagok közül legtöbben az idei ország tortáját választották, amely a „Huncut szilva herceg” nevet viselte. A finom édességek után a kellemes meleg idő egy kis sétára csábította a csapatot a Népkertbe, ahol egy kis beszélgetésre is sor került.

Októberben a Rákoshegyi Közösségi Ház szervezésében idén is megrendezték a Rákoshegyi Napokat. Ezen vettünk részt érzékenyítő programunkkal. Az érdeklődők kipróbálhattak párosító játékokat, szagolhattak illatokat és hallhattak egy mesét a Boribon és Anni Panni sorozatból, amelyet Acsay Péter olvasott fel egy Braille-mesekönyvből.

Novemberben az Új Köztemetőbe, a Nemzeti Gyászparkba látogattunk el. Az esemény a Látogatóközpontban vette kezdetét, ahol három kisfilmet tekintettünk meg az '56-os eseményekről, a Kisfogházról és a 301-es parcella történetéről. Ezután a Gyászparkban folytattuk utunkat, ahol az 1956-os mártírok emlékművénél, Nagy Imre sírjánál jártunk és végül elhelyeztünk egy koszorút az ismeretlen '56-os hősök emlékművénél. A program végén néhányan meglátogattuk egy 2020-ban, Covidban elhunyt tagjuk sírját, aki szintén az Új Köztemetőben talált végső nyugalomra.

Decemberben a Fővárosi Nagycirkusz és a VGYKE együttműködése révén a Rákosmenti lámpás klub is eljutott a „Melyiket a kilenc közül?” c. Jókai-novella alapján

készült karácsonyi előadásra. A program manézs-bejárással kezdődött, megtapogathattuk azokat a cirkuszi kellékeket, amelyeket az artisták használnak. A műsorban lenyűgöző artista produkciókat láthattunk, és csodálatos dallamokat hallhattunk. A teljesebb élmény megszerzését az audionarráció biztosította számukra. Ezúton is nagy köszönet a Cirkusznak, így még inkább ráhangolódott a csapat a karácsonyra.

Szemléletformáló programok

- Márciusban hosszú kényszerszünet után újra indult az Érzékenyítő komplex mintaprogram Rákosmentén. Az első állomás az Újlak utcai Általános Iskola volt, ahol két hetedikes osztályt érzékenyítettünk. A diákoknak elmeséltük a látássérülés fogalmát, szimulációs szemüvegek segítségével mutattuk be a különböző szembetegségeket, majd a beszélő eszközöket. A másik csapatunk a kutyás és a fehérbotos közlekedést ismertette a diákokkal. Gandhi vakvezető kutya és a pénzfelismerő applikáció nyerte el legjobban a diákok tetszését.
- Ugyancsak márciusban a Kőrösi Csoma Sándor Általános Iskola és Gimnázium tornatermében érzékenyítettek Rákosmente lámpásai és újpesti kollégáik. Három különböző korosztály vett részt a programon: egy alsós, egy felsős és egy gimnazista, összesen 76 fő. A három osztály 3x45 percben érzékenyült 76 fővel.
- Áprilisban Rákosmente lámpásai újabb szemléletformáló foglalkozást tartottak a rákosligeti Czimra Gyula Általános Iskolában két felső tagozatos osztálynak. Ezúttal Bogi, Panka és Hablaty volt segítségükre az érzékenyítés lebonyolításában. A program során a diákok megismerkedtek azokkal a beszélő eszközökkel, amelyek a látássérültek mindennapjait könnyebbé teszik.
- Májusban a Balassi Bálint Nyolcévfolyamos Gimnáziumban fejeződött be a 2022-es érzékenyítő mintaprogram. A szemléletformáló foglalkozás a tornateremben zajlott, az osztályokat két részre osztva. Az egyik csoport a beszélő eszközökkel, alkalmazásokkal ismerkedett, míg a másik a kutyás és fehérbotos közlekedéssel, valamint a Braille-írással. A diákok érdeklődőek voltak. Hablaty kutyus ismét kedvencé vált.
- Júniusban szemléletformáló foglalkozást tartottunk az Árpád fejedelem u. 57. alatt található Holdsugár Gondozási Központban. Az intézmény gondozottjai hallhattak a Lámpás klubról, a VGYKE szolgáltatásairól, a Braille-írásról, a fehér botos és kutyás közlekedésről. Végül néhány segédeszközt is tudtak vásárolni.

Kitelepülések

Októberben a Rákoshegyi Községi Ház szervezésében idén is sor került a Rákoshegyi Napok rendezvényére. Ezen vettek részt Rákosmente lámpásai az érzékenyítő programjukkal. Az érdeklődők kipróbálhattak párosító játékokat, szagolhattak illatokat és hallhattak egy mesét a Boribon és Anni Panni sorozatból, amelyet Péter olvasott fel egy Braille-mesekönyvből. Ez a nap a közösségek közti ismerkedésről és kapcsolatépítésről szólt, így a lámpások részt vettek más egyesületek és közösségek vetélkedőjében, a Rákosmenti Rezedák Népdalkör által összeállított kvíz megoldásában. A kapcsolatfelvétel olyan jól sikerült, hogy a lámpások meginvitálták a népdalkört fellépőnek az október 7-ei fehér bot napi rendezvényükre, amelyet a népdalkörösök el is fogadtak.

Három alkalommal csatlakoztunk Rákosmente önkormányzatának programjához:

- Áprilisban Rákosmente önkormányzata a Helyi Esélyegyenlőségi Programjának (HEP) ülését tartotta az önkormányzat épületében. Mi, lámpások a fogyatékosügyi csoportban tevékenykedünk, és a VGYKE-t Kray Zsuzsa képviselte. Az ülésen elfogadásra került a 2022. évi ütemterv, a HEP felülvizsgálat ütemezése (2022. október), valamint a következő ülés időpontjának meghatározása.

- Novemberben Rákosmente önkormányzata Helyi Esélyegyenlőségi Program (HEP) keretében Fórumot tartott a Polgármesteri Hivatalban. Az alkalmat dr. Füzesi Péter alpolgármester nyitotta meg. Ezt követően ismertette a munkacsoportok megvalósult idei intézkedési terveit. Majd törvényi módosulás miatt megvitatásra került a HEP új, 2027-ig szóló felülvizsgálati koncepciója, melyet a jelenlévők egyhangúan elfogadtak.

- Ugyancsak novemberben Rákosmente önkormányzata összehívta Szociális Kerekasztal megbeszélését a Polgármesteri Hivatalba. A Szolgáltatástervezési koncepció került megvitatásra, amelyet minden résztvevő megszavazott és elfogadott. Ezt követően egy előadás hangzott el a pandémia alatti jó gyakorlatokról, vagyis arról, hogy a klubok miként tartották a kapcsolatot a tagjaikkal. Az önkormányzat egy olyan kiadvány összeállítását tervezi, amely minden olyan szervezet elérhetőségét fel fogja tüntetni, amelyhez a rászorulóknak segítségért fordulhatnak.

XVIII. KERÜLET – PESTSZENTLŐRINC, PESTSZENTIMRE

Klub helyszín: Kondor Béla Közösségi Ház

Cím: Budapest, Kondor Béla sétány 8. 1181

Klubnapok: minden hónap utolsó szerda 15-17 h-ig

Klubok száma (személyes): 11

Online Klub: 0

Programok száma: 16

Összes résztvevő: 379 fő

A 2022. évben közösségépítő munkánkat a havi rendszerességgel megrendezett klubnapjainkon és a külső helyszíneken megtartott programjainkon végeztük. Több alkalommal érzékenyítő foglalkozásokat is tartottunk általános és középiskolás gyerekek részére, valamint online képzéseken is részt vettünk. Közösségi civilszervező kollégáink Pázmán Krisztina és Juhos Róbert voltak.

Klubjaink

Januári klubnapunkon a Magyar Kultúra Napjára emlékeztünk és távol-keleti teákkal ismerkedtünk. Vendégünk volt Czagány Izabella a teák nagy kedvelője.

Februárban farsangi hangulatban telt a klubnap a hagyományok felelevenítésével, játékkal, tánccal és fánkevéssel.

Márciusban ellátogatott klubnapunkra Házi Tamás, a VGYKE munkatársa, a „Foglalkoztatás 2020” projekt szakmai vezetője. A látássérült emberek munkaerőpiacon történő elhelyezkedésének lehetőségeiről, illetve nehézségeiről beszélgettünk.

Áprilisi klubnapunk témája a költészet és az édesanyák, valamint a vakvezető kutyák világnapja volt. Ez alkalomból Tanai Csaba Boncza nevű kutyájával jött el hozzánk, és mesélt arról, milyen az élet látássérültként kutyával.

Májusi klubnapunk a tapintható festményekről szólt. Vendégünk volt Romanek Inka Art-díjas festőművész és lánya, Taskovics Adél. Festményeinek különlegessége és egyedisége abban rejlik, hogy látássérült emberek számára is „láthatóvá válik” a kitapintható domborműves formák által. Néhány alkotását el is hozta nekünk, így élőben is megcsodálhattuk azokat.

Júniusi klubnapunkon a VGYKE Támogató Szolgálatának munkájával és masszázsszolgáltatásával ismerkedtek a résztvevők. Vendégeink voltak az egyesület munkatársai: Nguyen Adrien és Págyány Noémi. A nagy melegekre való tekintettel klubunkat hűsítő fagyizással zártuk.

Júliusi klubnapunkat a Vakok Kertjébe terveztük megtartani, de sajnos a helyszínen felmerülő technikai problémák és a nagy hőség miatt ez nem kerülhetett megrendezésre.

Augusztusi klubnapunkat szabadtéri helyszínen, a Bókay Kertben tartottuk meg. Egy „vizes kvíz” keretében három nagy tavunkkal ismerkedtünk meg közelebbről. A napot dinnye-partyval zártuk.

Szeptemberi klubnapunkra a VGYKE Láthatár boltjának munkatársa, Német Róbert látogatott el. Olyan eszközökkel érkezett hozzánk, amelyek nagyban megkönnyítik a látássérültek önálló életvitelét a mindennapok során.

Októberi klubnapunk keretében fehér bot napi rendezvényünket tartottuk meg, melyet Fodor Ágnes, a VGYKE elnöke nyitott meg köszöntőjével. A nézőket színvonalas prózai előadásokkal vártuk, a zenés produkciók pedig táncra csábították őket. A rendezvény ideje alatt Romanek Inka festőművész tapintható képeit is megtekinthették egy kiállításon a vendégek.

Novemberben Kormányos Ágnes, a VGYKE ügyfélszolgálatának munkatársa és Papp József, az Agapé gyülekezet lelkésze látogatott el klubnapunkra. Az egyesülettel kapcsolatos információkról, tudnivalókról hallhattak a tagjainknak, valamint lehetőség nyílt a tagdíjak befizetésére, tagkönyvek cseréjére, pótlására is. Másik vendégünkkel az adventi készülődésről beszélgettünk, valamint a gyülekezet működéséről, életéről is hallhattunk tőle.

Programjaink külső helyszínen

Februárban két klubprogramunk is volt.

A Rózsa Művelődési Házban megtekintettük Giulio Scarnacci-Renzo Tarabusi: „Kaviár és lencse” című darabját az AKKU Egyesület akadálymentesítésével és a Pesti Művész Színház művészeinek szórakoztató tolmácsolásában.

A Kondor Béla Községi Házban a Karinthy-gyűrűs humorista-páros, Aradi Tibor és Varga Ferenc József önálló estjén is részt vettünk.

Márciusban Székely Csaba: „Bányavirág” című darabját láttuk a Pinceszínházban audionarráció kíséretében.

Áprilisban két alkalommal érezhettük magunkat felfedezőnek a Magyar Természettudományi Múzeum Természetbúvár Termében, ahol minden kézbe vehető, megérinthető, és megszagolható.

Májusban a Studio K Színházban megtekintettük Heinrich von Kleist: „Heilbronni Katica” című darabját audionarrációval kísérve. Az előadást megelőzően még betértünk a Bakáts térnél található Nándori Cukrászdába.

Júniusban a Karinthy Színházban jártunk, ahol Laurent Baffie: Lököttek című, audionarrációval kísért komédiáját láttuk az AKKU Egyesület szakmai gondozásában.

Júliusban kerti partin vettünk részt klubunk önkéntes segítője Ráczné Bojczán Magdolna meghívásának köszönhetően.

Szeptemberben a Vakok Kertjében jártunk, ahol beszélgettünk, játszottunk és pihentünk.

Októberben ismét a Pinceszínházban jártunk. Ezúttal Székely Csaba: „Semmit se bánok” című, audionarrációval kísért előadásán vettünk részt. A program különlegessége az volt, hogy a kulisszák mögé is betekintést nyerhettünk a színpadi bejárás keretében.

Novemberben a BRFK Bűnmegelőzési Központjában előadást hallhattunk a baleset- és bűnmegelőzés témájával kapcsolatban, majd betekintést nyerhettünk a rendőrség és a nyomkereső kutyák munkájába, valamint különböző eszközök megtapintására is lehetőségünk nyílt.

Decemberben két klubprogramunk is volt.

Tagjaink kérésére ellátogattunk egy XVIII. kerületi cukrászdába, ahol finom sütemények és forró csoki mellett beszélgettünk.

A IX. kerületben található Unicum Házban is jártunk, ahol a Zwack család életével és a méltán híres gyógynövényes ital készítésével ismerkedtünk meg.

Egyéb programok

Több alkalommal csatlakoztunk más kerületek csoportjaihoz, valamint a VGYKE szervezésében megvalósult programokhoz.

- Májusban a VGYKE által a Szolnoki RepTárba szervezett kiránduláson a XVIII. kerületi Lámpás Klub csapata is részt vett. Különböző állomásokon a múzeum munkatársai tartalmas programokkal és sok-sok érdekes információval, élménnyel vártak minket.
- A Budapest II. Kerületi Sport és Szabadidősport Nonprofit Kft. szervezésében megtartott, a fogyatékkal élők társadalmi integrációját segítő, érzékenyítő sporteseményen is részt vettünk. A rendezvény a fogyatékkal élő fiatalok és ép diáktársaik részére biztosított lehetőséget közös sportolásra, együttműködésre, mozgásformák, sportközösségek megismerésére, versengésre.
- Decemberben a VGYKE XIV. kerületi Lámpás Klubja szervezésében a Fővárosi Nagycirkuszban egy különleges, audionarrációval kísért, Jókai Mór: „Melyiket a kilenc közül?” című novellája alapján készült karácsonyi mesét nézhettünk meg. Az előadás előtt lehetőség nyílt néhány szereplő személyes megismerésére, cirkuszi eszközök kézbevitelére, a manézs bejárására.

Személyes és online találkozók, fórumok

- Márciusban a „DANOVA innovatív közlekedési szolgáltatások vak és gyengénlátó utasok részére a Duna régióban” második érintetti találkozón vettünk részt online formában. A projekt célja a repülőterek, kikötők, vasút- és buszállomások megközelíthetőségének javítása a vakok és gyengénlátók számára.
- Márciusban, áprilisban, májusban, júniusban, augusztusban és decemberben a „Balázs Mór Klub” online megtartott találkozóin a fővárosi kerékpáros közlekedéssel, a gépjármű forgalom jövőképevel, a mobilitás fejlesztésével, a városkép tervezésével, a hidak használatával kapcsolatos észrevételeinket, tapasztalatainkat oszthattuk meg a résztvevőkkel.
- Májusban az MVGYOSZ szervezésében létrejött „Együtt a jövőnkért” című eseményen, online kerekasztal beszélgetés formájában vettünk részt, melyen Ááry Tamás Lajos jogász az oktatásban felmerülő problémákról és azok megoldásáról tartott előadást.
- Novemberben szakmaközi találkozón a XVIII. Kerületi Rendőrkapitányságon jártunk. A fórum témája az emberkereskedelem és a családon belüli erőszak volt.
- Decemberben a Bókay Kertbe tervezett inkluzív, fogyatékkal élő gyermekek számára is használható játszótér kialakítására szervezett fórumon is részt vettünk. Az eseményen jelenlévők ötleteket, javaslatokat fogalmaztak meg a kivitelezéssel kapcsolatban.

Szemléletformáló programok

A programok célja volt, hogy az ép emberek közelebb kerüljenek a fogyatékkal élő emberek világához, megismerhessék a látássérültek életét, mindennapi élethelyzetét.

- Júliusban a BRFK XVIII. Kerületi Rendőrkapitányság bűnmegelőzési táborát szervezett 6-14 éves diákok részére, ahol két alkalommal is érzékenyítő foglalkozást tartottunk.
- Októberben a „Hogyan gondoskodjunk az állatainkról” című a BRFK XVIII. Kerületi Rendőrkapitánysága által a kerületi iskolák tanulóinak szervezett, a felelős állattartásról szóló rendezvényén jártunk a Kondor Béla Közösségi Házban. Az eseményen résztvevő általános iskolás gyermekek hallhattak tőlünk arról, hogy milyen az élet látássérülteként vakvezető kutyával.
- Novemberben „Egészségnevelési napot” rendeztek a Budapest II. kerületi Móricz Zsigmond Gimnáziumban, amelyen két tanítási óra keretében tartottunk érzékenyítő foglalkozást.
- Decemberben a Lőrinci Könyvtárban a BRFK XVIII. kerületi Rendőrkapitánysága a „fogyatékkal élők világnapja” alkalmából érzékenyítési céllal rendezvényt szervezett

középiskolás tanulók részére melyen egyesületünk munkatársai is részt vettek. Négy különböző állomáson ismerkedtek a diákok a látássérültek világával.

XIX. KERÜLET - KISPEST

Klubhelyszín: Online tér (Kispesti lámpások Facebook-oldal)

Klubnapok: minden hónap 3. csütörtök

Online klubok száma: 8

Összes résztvevő: 135

A látássérültek közössége megalakulása óta aktívan működik a XIX. kerületben, havi rendszerességgel átlagosan tizenöt fő részvételével. A klubnapok témái 2022-ben is a klubtagok érdeklődési köréhez, az aktuális ünnepekhez, évszakokhoz és a tagokat érintő témákhoz kapcsolódtak.

Közösségi civilszervező kollégánk Bernáth Zsuzsanna –becenevén: Zsu – volt, aki hosszas betegség után az előző év végén elhunyt. Zsu az utolsó percig aktív volt és online formában tartotta a klubfoglalkozásokat a résztvevők számára. Szívünkben emlékét, kedvességét örökké őrizzük, szeretettel gondolva rá.

Online klubjaink

Január

Első online klubnapunkon megemlékeztünk a Braille-írás világnapjáról, melyet a látássérültek minden év január 04-én ünnepelnek. A vakok számára a Braille írás-olvasás ugyanolyan fontos, mint a látó emberek számára a sík írás-olvasás elsajátítása.

Megemlékeztünk a januári jeles napokról, a hónap érdekességeiről, ráadásként januári verseket is meghallgathattak, akik nézték az élő bejelentkezést.

A bejelentkezést az alábbi linken tekinthetik meg:

<https://www.facebook.com/latasserult/videos/1142674446502895>

Február

Online klubnapunk alkalmával megemlékeztünk Bodor Tibor színművésről, aki színházi szerepei mellett azon munkálkodott, hogy hogyan könnyíthetné meg a vak embereknek a könyvek megismerését. Elsőként kis „stúdiójában” felolvasta a könyveket, amelyek még most is megtalálhatók az MVGYOSZ Hangoskönyvtárában, majd unokája folytatta tovább ezt a nemes feladatot.

Megemlékeztünk Jókai Mórról is, aki a magyar irodalom egyik neves írója, ezenkívül a hónap jeles napjait is megemlégtettük.

A bejelentkezést az alábbi linken nézhetik meg:

<https://www.facebook.com/latasserult/videos/520607962725683>

Március – Fák, virágok, fény...

Március a megújulás, a természet újjászületésének időszaka, amikor virágba borulnak a fák és feléled a természet hosszú, mély, téli álmából. Klubunkon márciusról, a tavaszi virágokról, a jeles napokról, néphitekről, és a hónap szülöttéről, Kosztolányi Dezsőről beszéltünk. Szép tavaszi versekkel kedveskedtünk egymásnak, és tavaszi dallamok is felcsendültek.

A bejelentkezés az alábbi linken megtekinthető:

<https://www.facebook.com/latasserult/videos/3089448211269815>

Április – Áprilisi capriccio

Áprilisban végre újjáéled a természet: előbújnak az állatok, a költöző madarak visszatérnek. A kakukk érkezése valamikor a hónap közepére várható, őseink szerint ekkor köszönt be az

igazi tavasz. Itt a kertészkedés ideje. Szeszélyes és mozgalmas hónap ez, olyan jeles napokkal, mint az április elseje, a költészet napja, a húsvét, a Föld napja, és a vakvezető kutyák világnapja. Ezekkel foglalkoztunk online klubunkon részletesebben.

A bejelentkezés az alábbi linken megtekinthető:

<https://www.facebook.com/latasserult/videos/4959294714192017>

[HYPERLINK "https://www.facebook.com/latasserult/videos/4959294714192017"](https://www.facebook.com/latasserult/videos/4959294714192017)

[HYPERLINK](#)

["https://www.facebook.com/latasserult/videos/4959294714192017"://www.facebook.com/latasserult/videos/4959294714192017](https://www.facebook.com/latasserult/videos/4959294714192017)

Május – Májusdicsérő

Pünkösöd hava, Tavaszutó hava, az Ígéret hava. Májust több népi elnevezés illeti és sok népi hagyomány övezi. A tavasz utolsó, és sokak szerint a tavasz legszebb hónapja. Nyíló virágokkal, friss gyümölcsökkel, a tavasz illatával tölti meg a napjainkat. A május hónap jellemzőiről, jeles napjairól, és Dsida Jenőről beszéltünk, aki a hónap szülötte. Május a szerelem hónapja. Ismertettünk néhány legendás szerelmet az irodalomtörténetből. Szép tavaszi versekkel is kedveskedtünk egymásnak.

A bejelentkezés az alábbi linken megtekinthető:

<https://www.facebook.com/latasserult/videos/713352286383328>

Június – Kispest története

Itt a nyár, nagy meleg van, kevés a csapadék. Magasan és forrón delel a Nap. Szép sorban érnek a gyümölcsök, zöldségek, kezdődik a nyaralás, és sok érdekes nyári program. Júniusi klubunkon a hónap érdekességeiről, a változásokról a természetben, és a jeles napokról volt szó. Kerületünk idén ünnepli Kispest várossá nyilvánításának 100. évfordulóját. Mi pedig Kispest történetének, történelmének bemutatásával ünnepeltük a kerek évfordulót. Kispest története, történelme (Forrás: www.kispest.hu)

A bejelentkezés az alábbi linken megtekinthető:

<https://www.facebook.com/latasserult/videos/369453881733508>

Július – Nyár, titkok...

Júliusi klub témáink: a hónap érdekességei, az új naptár, a változások a természetben, a júliusi jeles napok, és nyári ünnepek. Olyan érdekes tényeket osztottunk meg nézőinkkel, hallgatóinkkal a nyárról, amiket valószínűleg eddig nem tudtak. Végezetül titkok a magyar irodalom kiemelkedő alakjairól. A szép nyári versek most sem maradtak el.

A bejelentkezés az alábbi linken megtekinthető:

<https://www.facebook.com/latasserult/videos/1445441255976096>

Augusztus –Hurrá, nyaralunk!

Az augusztusi klubon szó volt a hónap érdekességeiről, a változásokról a természetben, a viharokról, a csillaghullásról és a jeles napokról. Még tart a nyár, sokan augusztusban nyaralunk. Érdekességeket osztottam meg a legszebb és leghíresebb magyar fürdők történetéből. Aki a Balatonra vágyik, annak bemutattam 10 varázslatos helyszínt a Balatonnál. Végezetül a „Titkok a magyar irodalom kiemelkedő alakjairól” befejező része is elhangzott. A verskedvelőknek szép nyári versekkel kedveskedtünk.

A bejelentkezés az alábbi linken megtekinthető:

<https://www.facebook.com/100069530355064/videos/1280713622464577>

XX. KERÜLET – PESTERZSÉBET

2022 október 1-től kezdtük el építeni a pesterzsébeti online látássérült közösséget.

Közösségi civilszervező kollégánk Dudikné Rácz Andrea.

Facebook-oldal neve: Közösség Lámpásai – Pesterzsébeti Látássérültek klubja

Oldal kedvelőinek száma: 62 kedvelés

Oldal követőinek száma: 70 követő

Facebook-oldal indulásának időpontja: 2022. október 9.

Első online klub (videó/élő bejelentkezés) időpontja: 2023. 01. 30.

Az online klub nem kizárólag látássérült tagokból áll, mivel a megosztott tartalmak igazán érdekesek, és nemcsak a látássérültekhez szólnak.

Közösségi civilszervezőnk az egyesület tagjainak telefonon, illetve e-mailben történő felkeresésével kezdte a munkáját annak érdekében, hogy felmérje igényeiket a klub témáit illetően. Ezzel párhuzamosan többször is egyeztetett a kerületi esélyegyenlőségi referenssel, hogy megkérje: segítsen ő is abban, hogy beindíthassuk klubunkat. Ezt követően a bemutatkozások megszervezése és az intézményi kapcsolatok kialakítása volt tevékenységének fókuszában.

A tagok létszáma év végére elérte a 64 főt.

Facebook-oldalunkon megosztottuk a többi lámpás klub programjait, klubjait, ezzel ösztönözve a pesterzsébeti tagokat az azokon történő részvételre.

Köveltük a pesterzsébeti oldalakat, az önkormányzat oldalát, továbbá civil szervezetek oldalait, így naprakészen informálódunk a helyi hírekről, és osztottuk meg azokat az oldalon. Szemléletformáló előadásokkal, esélyegyenlőségi rendezvényeken való részvétellel, illetve az ismertség megszerzésével egy élő klub mielőbbi létrehozását céloztuk meg a kerületben.

XXIII. KERÜLET - SOROKSÁR

2022 október 1-től kezdtük el építeni a Soroksári online látássérült közösséget.

Közösségi civilszervező kollégánk Dudikné Rácz Andrea.

Facebook-oldal neve: Közösség Lámpásai – Soroksári Látássérültek Klubja számára

Oldal kedvelőinek száma: 50 kedvelés

Oldal követőinek száma: 51 követő

Facebook-oldal indulásának időpontja: 2022. október 10.

Első online klub (videó/élő bejelentkezés) időpontja: 2023. 01. 31.

Az oldalon megosztottuk a többi lámpás klub programjait, klubjait, ezzel ösztönözve a soroksári tagokat az azokon történő részvételre.

Köveltük a soroksári oldalakat, az önkormányzat oldalát, továbbá civil szervezetek oldalát, így naprakészen informálódunk a helyi hírekről, és ezeket megosztottuk az oldalunkon. Ezzel párhuzamosan felvettük a kapcsolatot a kerületi tagokkal annak érdekében, hogy felmérjük az igényeiket a klub témáit illetően.

V. PROJEKTÜNK

„A Vizuális kultúra és sport is mindenkié FOF 2021-C-1380” – ez volt a címe annak a pályázatunknak, amelyet még 2021-ben nyújtottunk be támogatásra a Slachta Margit Nemzeti Szociálpolitikai Intézethez, azaz az NSZI- hez. A VGYKE évek óta eredményes az NSZI által meghirdetett, fogyatékos emberek társadalmi integrációját segítő (FOF elnevezésű) pályázatain. 2020 után 2021-ben is sikeres lett pályázatunk, amivel újabb lehetőséget kaptunk arra, hogy folytassuk a narrációt népszerűsítő, az info-kommunikációt támogató

programjainkat. Ráadásul úgy, hogy korábbi projektünk tartalmát kibővítettük, mert kiegészítettük a látássérültek sportolási lehetőségével.

A pozitív elbírálásnak megfelelően már 2022 elején megkezdtek a munkát, amely 2022 végéig tartott. Ezt a gyümölcsöző folyamatot online projektzáró eseménnyel zártunk, ahol visszatekintettünk munkánk szakaszaira, és összefoglaltuk eredményeinket.

Mik voltak a céljaink?

Az AKKU Egyesülettel való együttműködés keretén belül vállaltuk, hogy 20 db festmény narrációját tesszük közzé – hírlevelünkben, Facebook- és weboldalunkon, a vizuális művészet hozzáférhetővé tételét szem előtt tartva. Egyesületünk azért tartotta fontosnak ezt, mert korábban ilyen tematikusan felépített narrációs sorozat még sehol nem volt megtalálható. A pályázat lehetővé tette, hogy ebben az évben is folytathassuk a közkedvelt narrációs sorozatunkat. A narrációkat az AKKU Egyesület munkatársa, Rácz Márta képzőművész készítette.

A Covid-járvány kialakulása miatt a színházi előadásokat online formában tudtuk megszervezni és bemutatni, az audionarrált színházi előadás közvetítése YouTube-csatornánkon keresztül valósult meg (2 alkalommal).

Tavasszal tagjaink a Fővárosi Nagycirkusz Cirkusz „Fesztivál” című előadásán vehettek részt. Nyáron integrált szabadidős programot valósítottunk meg, bérelt buszokkal kirándulást szerveztünk a Szolnoki RepTárba 120 fő részvételével 2 alkalommal is. Itt a résztvevőket a repülő múzeum munkatársai kísérték több csoportban, és tárlatvezetés során mutatták be nekik a különböző repülőket, helikoptereket. Ezek közül néhányba be is ülhetek, sőt, katonai és hadi eszközöket is kézbe foghattak, felpróbálhattak.

2022-ben az Újpalota Fitness adott helyet a sportolni vágyó látássérült fiataloknak, ahol kipróbálhatták a trambulint és szakvezetéssel különböző tornagyakorlatokat végezhetek 2 alkalommal.

Projektünket egy online záró rendezvénnyel fejeztük be, ahol beszámoltunk a tapasztalatainkról, visszatekintettünk az elvégzett munkára és értékeltük a pályázat eseményeit.

Online projektzáró eseményünk itt tekinthető meg:

<https://youtu.be/7hHsNxZ4NmE>