

BÁRCZIUM

2013. X. ÉVFOLYAM 4.SZÁM

A BÁRCZIS HALLGATÓK LAPJA



“A tehetség is a természet azon értékei közé tartozik, amely gondozást kíván. Nem kapálást, nyírást, permetezést, csak dús termőtalajt, odafigyelést és szabadságot a növekedéshez.”

/Gyarmathy Éva/

Újdonságok

Dr. Radványi Katalin
Legbelső kör: a család

Dr. Zászkaliczky Péter
A társadalmi és az iskolai integráció
feltételrendszere és korlátai

Játékvásár!

December 10-e után, minden boltunkban
vásárolt játék árából 10% kedvezményt adunk!
Az akcióban a webáruházunkban megrendelt játékokra nem érvényes!



facebook.com/krasznar

Bp. 1098 Dési Huber u. 7.

Tel./fax: (+36-1) 3-480-480

www.krasznar.hu

Köszöntő

Kedves Olvasó!

Örülök, hogy ismét kezébe vetted a Bárcziumot, hiszen most is remek írásokkal szolgálunk. Most a tehetséggondozás gyógypedagógiai vonatkozásait állítottuk a középpontba. Megismerhetsz több híres-neves személyt, akiket nem állított meg fogyatékoságuk kiemelkedő képességeik kibontakoztatásában.

Emellett egy interjún keresztül közelebb kerülhetek a hők új elnökéhez, Farag Alexandrához.

A karácsonyra való tekintettel összegyűjtöttünk Nektek sok kreatív ajándék- és receptötleteket.

Reméljük, hogy olvassátok lapunkat az új blogon is: barcium.blogspot.hu.

Sikeres vizsgaidőszakot és jó Bárczium-olvasgatást kívánunk!



Tóth Mónika
főszerkesztő

TARTALOM

Szak-ma	4
Megkérdeztük	14
Közélet	15
Kapcsolat	19
Szabadidő	22
Kultúra	26
Ez idegen	34
Gasztro	36
Gyerekszáj	37
Játék	38

IMPRESSZUM

Felelős kiadó: Farag Alexandra, ELTE BGGyK HÖK Elnök

Főszerkesztő: Tóth Mónika

Tördelőszerkesztő: Bencsik Orsolya, **Olvasószerkesztő:** Tóth Mónika

Grafikai munka: Szabó Zsófia (borító), Ungvári Veronika

Rovatvezetők: Bedők Eszter, Deák Adrienn, Gergely Kinga, Helembai Judit, Nyáry Veronika, Papp Nikolett

Postai címünk: 1097 Budapest, Ecseri út 3. B épület, fsz. 61.





Megkérdeztük

Komplex, innovatív pszichopedagógiai támogató munka a köznevelésben, ezen belül a tehetséggondozásban

„Ha az akadályozott gyermeknek nem segítünk abban, hogy a képességeit kibontakoztassa, az egyéni tragédia. Tragédia neki és a családjának. De ha a tehetséges gyermeknek nem segítünk abban, hogy a képességeit kibontakoztassa, az már társadalmi tragédia.” (Gallagher)



Minden Törvény a keretek szabályozásán túl lehetőségeket is rejt magában. Így van ez a 2011. évi CXCV Nemzeti Köznevelési törvénnyel is. Egy oldalról leszűkíti a pszichopedagógus végzettséggel rendelkező szakemberek munka- és tevékenységei köreit, ugyanakkor új lehetőségeket is felvázol.

A lehetőségekkel élnünk illene, amihez szükség van egy szakmai megújulásra. Szükség van szakmaközi egyeztetésre és a kompetenciák tisztázására.

Szeretném felhívni tehát a figyelmet arra, hogy a köznevelés területén előirányzott változások a pszichopedagógiai intervenciók komplexitását teszik hangsúlyossá, emellett pedig sürgetik az innovációt mind módszertanban és mind pedig alkalmazási részterületek bővítésében is.

A törvény 2012. szeptember 1-jén lépett hatályba, 55 fejezetben és 100 §-ban szabályozza a köznevelést.

Kiemelt célként jelöli meg többek között a **társadalmi leszakadás megakadályozását** és a **tehetséggondozást**.

Az Értelmező rendelkezések (4. §) 13. szakasza pontosan meghatározza a népességcsoportot.

„Kiemelten tehetséges gyermek, tanuló: az a különleges bánásmódot igénylő gyermek, tanuló, aki átlag feletti általános vagy speciális képességek birtokában magas fokú kreativitással rendelkezik, és felkelthető benne a feladat iránti erős motiváció, elkötelezettség.”

A pszichológiai-pedagógiai szakirodalmak szerint a tehetséges gyermekek affektív jellemzői a következők:

- A tehetséges gyermekek érzelmi sajátosságai tekintetében különböznek társaiktól:
- Fejlett igazságérzet, ami nagyon korán megmutatkozik
- Gyakrabban élnek át intenzív érzelmi élményeket
- Maximalisták, teljesítményorientáltak, perfekcionalisták
- Sok energiát fektetnek abba, hogy megtervezik a játéktevékenységüket, a feladataikat

- Erősen kötődnek tevékenységekhez, nehezebben az emberekhez

Tehát a tehetséges gyermekek és tanulók **MÁSOK, mint a** (életkorához tartozó) **többség.**

A „másság” elfogadásában és megtámogatásában a gyógyító pedagógia, így ezen belül a pszichopedagógia is élen jár. A tehetséggondozás-kibontakoztatás kutatásainak eredményei is azt bizonyítják, hogy a valamiben kiemelkedő tehetséggel rendelkező tanulók másságukból kifolyólag nehezen illeszkednek be a kortárs közösségekbe és szükség lenne a tehetségterület fejlesztésén túl egy komplex fejlesztésre. Olyan komplex, innovatív, támogató gondozásra, amely magában foglalja a pszichés gondozásukat, a reális önismeretük kialakítását és a szociális, esetleg az együttműködési készségeik fejlesztését is.

A törvény végrehajtási rendeletében (20/2012 EMMI rendelet) *„A pszichés fejlődési zavarral küzdő tanulók csoportjába azok a tanulók tartoznak, akik az iskolai teljesítmények és a viselkedésszabályozás területén a kognitív, emocionális-szociális képességek eltérő fejlődése, a kialakult képességzavarok halmazozott előfordulása miatt egyéni sajátosságaik figyelembevételével fokozott pedagógiai, pszichológiai megsegítést, gyógypedagógiai segítséget igényelnek.”* A tehetséges tanulók iskolai teljesítményükben, a viselkedésszabályozás területén és az emocionális-szociális területen is eltérést mutatnak az átlag korosztályi népességhez képest.

Az atipikus „eltérő fejlődés” fogalma a hétköznapi szóhasználatban általában a negatív fejlődésmentet (lelassult, regrediált) foglalja magában. Véleményem szerint a pozitív irányú fejlődés, – ha csak egyetlen intelligencia területre /Gardner/ koncentrálnak és kiugró eltérést mutat a többi területhez

képest – akkor ugyanúgy tekinthető a tünetek mentén „pszichés fejlődési zavart” mutató atipikus fejlődésiránynak.

A törvény 131. § (1) alátámasztja, hogy *„A nevelési-oktatási intézményben folyó lelki egészségfejlesztés célja, hogy elősegítse a kiegyensúlyozott pszichés fejlődést, támogassa a gyermek, tanuló esetében a környezethez történő alkalmazkodást, felkészítsen és megoldási stratégiákat kínáljon a környezetből érkező ártalmas hatásokkal szemben, így csökkentve a káros következményeket, továbbá pozitív hatást gyakoroljon a személyiséget érő változásokra.”*

A pszichopedagógiai intervenciók egy másik felvevő területét is ki kell emelnem. Ez a terület ugyancsak kiemelten kezelt a nemzeti köznevelésben: ez a terület a társadalmilag leszakadó réteg, illetve népességcsoport mellé rendelt cselekvési terv, a **felzárkóztatás**. A pszichopedagógia fontosnak tartja, hogy ebben a speciális népességcsoportban is biztosítsa azt a lehetőséget, ami mentén a **kibontakoztatja** a valamiben tehetséget mutató tanuló rejtett képességeit.

Ha áttekintjük a pszichopedagógia képzési és kimeneti követelményeit, akkor számos ponton koherenciát mutatnak a CXCV. Köznevelési Törvény elveivel, céljaival és kiemelt feladataival. Ezt a képzés mind módszertani, mind pedig szakmai elméleti alapon is biztosítja, megerősíti.

Meg kell ragadnunk azt a lehetőséget, amit a tehetségek gondozása kínál a szakmánknak.

Herr Nikolett

tanszéki munkatárs

ELTE Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Kar
Pszichopedagógiai Tanszék



A témával kapcsolatban megkérdeztünk egy elsős és egy végzős hallgatót, hogyan vélekednek arról, hogy a tehetséggondozás része-e a gyógypedagógiai tevékenységnek.

„Szerintem fontos a tehetséggondozás nemcsak a gyógypedagógiai tevékenységben hanem minden pedagógiai tevékenységben! Fontos, hogy a gyerekek kipróbálhassák magukat több területen is - s ha valamiben kiemelkedően jól teljesítenek, akkor legyen lehetőségük egy magasabb, komolyabb szinten ütni azt! Különböző tehetséggondozó szakkörök, egyéni képességfejlesztő órák keretében valósulhat ez meg, ahol a gyerekekre külön-külön van ideje a pedagógusoknak. De ezen kívül tanórai keretek között is van lehetőség a tehetségek kibontakoztatására.”

Éva, I. évfolyam

„Szerintem része, mert a gyógypedagógia tágabb értelmezésébe belefér. Ha belegondolunk, tanulunk a karon alternatív pedagógiai módszerekről pl. Waldorf vagy Montessori, ami nem (csak) fogyatékos gyerekeknél hatásos. Annyira nem ismerem behatóan egyiket sem, de úgy tudom, hogy kiemelt mindkettőben a tehetséggondozás elve. Valamilyen szinten határterület, beletartozik, bele kell, hogy tartozzon.”

Zsuzsi, IV. évfolyam

Kik is az esőemberek?

Vajon Einstein és Newton autista volt? És a többi autizmus spektrum zavarral élő embernek is van hozzájuk és az Esőemberhez hasonló tehetsége a számolás területén?

Amikor arról mesélek, hogy az autista személyekkel szeretnék foglalkozni, sokaknak az jut eszébe az érintettekről a szociális és kommunikációs területen jelentkező tünetek mellett, hogy van nekik valamilyen „szuper képességük” is. Ez persze nem feltétlenül van így, nem minden autizmus spektrum zavar által érintett személy rendelkezik különleges tehetséggel, a diagnosztikában sem szerepel ilyen kitétel. Akkor vajon mégis miért terjedhetett el ez a tévhit, sztereotípiá?

Ennek oka lehet, hogy az egyik első autista személyt nyíltan, főszereplőként ábrázoló film, az Esőember¹ egy ilyen különlegesen tulajdonságokkal – rendkívüli számoló és

memória teljesítménnyel – bíró személyt mutat be. Illetve azóta több másik filmművészeti alkotás és könyv is hasonló karaktereknek köszönhetően érdekesebb, és sokan csak ezen műveken keresztül találkoznak autista személyekkel. A másik ok, ami az autizmus és tehetség asszociációjának állandósulásához vezetett, hogy az autizmus spektrum zavarral élő emberek között körülbelül tíz százalékos, tehát az átlagnépességnél jóval magasabb azok aránya, akik rendelkeznek különleges képességgel.

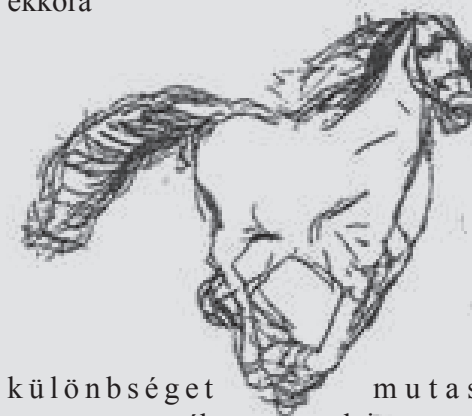
Az ilyen különleges képességgel bíró embereket különben idiot vagy autistic savant-oknak nevezi a szakirodalom. Oliver Sacks Antropológus a Marson² című úttörő

¹ Rainman, 1988

² Oliver Sacks: An Anthropologist on Mars, 1995.

könyve óta egyre gyakrabban foglalkoznak a témával. Sacks megfogalmazása szerint a savant képesség „egy rendkívüli tehetség, ami korai életkorban jelentkezik és elképesztő sebességgel fejlődik”³. Ez a tehetség általában a következő területek egyikén jelentkezik: zenei vagy vizuális memória, logikai képességek, matematika, fejszámolás, naptár kalkuláció. De olyan esettanulmány is született, amelyben egy autista férfi képes volt bármilyen mozgás-sort megjegyezni, majd azt gyakorlás nélkül hibátlanul visszaadni, így például első alkalommal sikeresen kötél-táncolt. Más autista személyek pedig, annak ellenére, hogy a legalapvetőbb társas interakciók mögötti motivációkat és szociális szabályokat sem értik, képesek akár egy egész zongoraművet visszajátszani egyszeri meghallgatás után.

Az, hogy a különböző képességterületeken ekkora



különbséget mutatson egy személy, bizonyítja, hogy az intelligenciát több elkülönített területből álló, összetett képességgként leírónak, – így például Thurstone-nak és Gardnernek, – illetve az agy moduláris felépítésének gondolatát támogatóknak igaza van. Ezzel az autistic savant emberek és vizsgálatuk az átlagemberek idegrendszerének és pszichológiájának jobb megértésé-

³ Oliver Sacks: Antropológus a Marson. Budapest, Osiris Kiadó, 1999. 211. oldal



hez is hozzájárul.

Mindez persze nem jelenti azt, hogy minden tehetséges ember autista volna. Utólag, csak leírásokat elemezve, valódi diagnosztikus lehetőség nélkül nem sok értelme van azon gondolkodni, hogy vajon Einstein érintett volt-e az autizmus spektrum zavarokban, vagy hogy a relativitás elméletének megalkotása autistic savant képességének tudható-e be.

Ami ennél relevánsabb, mint az a Sacks-i meghatározásból is kiderül, a savant tehetségek már egész fiatal életkorban: a hatodik életév előtt jelentkeznek. Képesek a fejlődésre kiemelkedő képességük területén, bár nem végtelen mértékben. Az egyéb, addig elmaradást mutató területek fejlesztése azonban visszavetheti, sőt meg is szüntetheti az addigi savant képesség területén megfigyelhető különleges talentumot. Ez utóbbi történt egy Lorna Selfe által publikált esettanulmány⁴ főszereplője, Nadia esetében is, aki rendkívüli élethűséggel rajzolt lovakat egészen addig, amíg – autizmusa miatt késve – el nem kezdett beszélni.

Vajon helyesen dönt-e az, aki egy ilyen esetben belekezd az elmaradást mutató terület fejlesztésébe, a savant képességet veszélyeztetve? Vagy esetleg elkerülhető a hanyatlás, miközben más intelligencia területeken is előrelépést érünk el? Ha igen, milyen módszerrel? Egyáltalán van joga egy gyógypedagógusnak döntenie a tehetség kockáztatásáról? Ilyen és még sok más kérdés is felmerül az autistic savant képességekkel kapcsolatban, amelyekre egyelőre nincs magyarázat. De ezek csak még érdekesebbé teszik a témát, amit csak ajánlani tudok részletesebb megismerésre is.

Deák Adri

⁴ Lorna Selfe: Nadia: A case of Extraordinary Drawing Ability in an Autistic Child, 1977.

Illusztráció: Nadia ló rajza 5 évesen



...mert a tehetség mindenkié...

Napi szinten találkozunk színészekről, énekesekről, írókról, politikusokról szóló hírekkel. Ritkábban hallunk olyan személyekről, akiknek valamilyen fogyatékossága van. A cikkben azokról az emberekről olvashattok, akik mindenki számára (akár leendő tanítványainknak is) példát mutathatnak, erőt, elszántságot, és kitartást adhatnak.

Kim Peek

Elsősorban memóriájával vált híressé, illetve amiatt, hogy ő ihlette az Esőember Dustin Hoffman által játszott főszereplőjét. Kim három másodperc alatt képes két oldalt elolvasni, egyszerre (egyik szemével az egyiket, másikkal a másikat). Ráadásul akár több ezer ilyen oldal tartalmát képes megjegyezni és visszaidézni; illetve bármely dátummal kapcsolatban megmondja, a hét mely napjára esett.

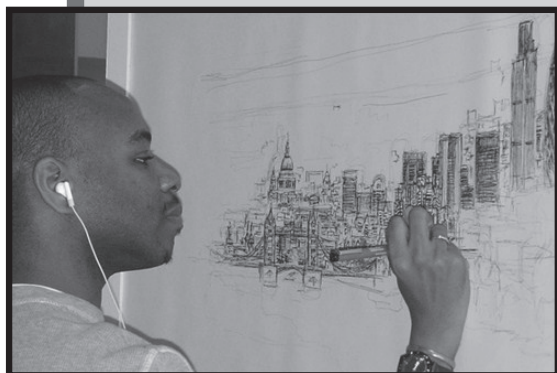


Fajcsák Henrietta

Író álnevéen Seth F. Henriett, költő, festőművész. Még 30 éves kora előtt vált világhírűvé az Autizmussal önmagamba zárva című könyvével, amelyből a leghíresebb mondat a következő: „Volt egyszer egy világ, a világban egy bolygó, a bolygón egy földrész, a földrészen egy ország, az országban egy város, a városban egy lakás, a lakásban egy szoba, a szobában egy ember, s az emberben egy világ.”



Stephen Wiltshire



A ma már középkorú férfi, hatéves kora óta rajzol lényegre tapintó karikatúrákat; illetve rendkívül élethű, részletgazdag, szinte fényképszerű képeket épületekről, városrészletekről. Ráadásul ezek elkészítéséhez elég neki egyszer, egy rövid időre látnia az adott helyszínt. Később kiderült, Stephen a zene területén is különleges tehetséget mutat: egyszeri meghallgatás után képes visszajátszani bármilyen zongoraművet, de improvizálni is remekül tud. Az ő története részletesebben (és további érdekes esetek, például

ul egy színvak festőé) Oliver Sacks Antropológus a Marson című könyvében olvasható.

Katie Lynn Leclerc



Az amerikai jelnyelvvél 17 éves korában kezdett ismerkedni és tanulni, mielőtt kiderült volna halláskárosodása. 20 évesen Ménière's disease-zel diagnosztizálták, ami a belső fül betegsége. Tünetei közé tartozik az ingadozó halláscsökkenés és a szédülés. 2006-ban tűnt fel első sorozatában, a Fashion House-ban Saraként, négy epizód erejéig. A Flying By filmben Ally karakterét alakítva szerepelt 2009-ben. A siker 2011-ben érte el, amikor a Switched at Birth (Elcserelt lányok) című sorozatnak lett a főszereplője. Katie-t jelölték a Teen Choice Awards-on a hiteles alakításáért.

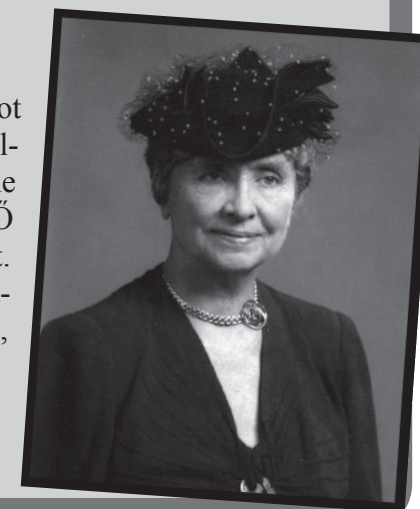
Alonzo Clemons

Egy gyermekkori baleset következményeként vált értelmileg akadályozottá, IQ-ja körülbelül 40-es, alig beszél és elmaradást mutat a fejlődés több másik területén is. Ennek ellenére világhírű szobrászá vált állatokat ábrázoló műveivel. A teljesen valósághű térbeli alkotások megszületése előtt pedig elegendő neki egyetlen pillantást vetnie az adott állatra, vagy annak kétdimenziós képére.



Helen Keller

Amerika aktivista, író és előadó. Gyerekkorában skarlátot vagy agyhártyagyulladást kapott, melynek hatására elvesztette a látását és a hallását. Azonban tanítójával, Anne Sulivannal, megtanulta a Braille-írást és a beszédet is. Ő volt az első olyan siket és vak diák, aki diplomát szerzett. Időskorának nagy részét a Vakok Amerikai Alapítványának szentelte. Halála után számos kitüntetésben részesült, illetve egy kórházat is elneveztek róla.



**Andrea Bocelli**

1955-ben született örökletes zöldhályoggal, amely folyamatosan rontotta látását. 12 éves korában egy focilabda fejen találta, és ennek hatására teljesen elvesztette a látását. Bocelli életében fontos a sport. Többek közt fut, biciklizik, lovagol, görkorcsolyázik, könnyű bújárkodik, sőt még szörfözik is. 1995-ben lett világhírű a Con te partiró című dalával (angolul: Time to say goodbye). Azóta több mint 70 millió példányban keltek el a lemezei, ezzel a pop-opera királya lett.

Stevie Wonder

Többszörös Grammy-díjas és Oscar-díjas énekes, zongorista, zeneszerző. Feltehetően zöldhályog miatt vakult meg. Már 12 éves korában megjelent az első nagylemeze, amelyet még Little Stevie Wonder néven készített el. Olyan slágerek fűződnek a nevéhez, mint az Isn't she lovely, a Part-time lover, és az I just called to say I love you. Többek közt énekelt duettet Paul McCartney-val, és Elton John-nal is.

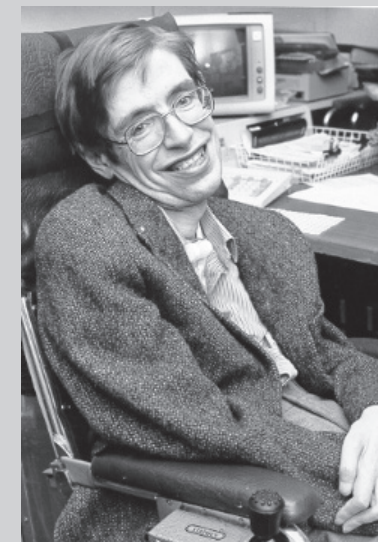
**Ray Charles**

Afroamerikai énekes, zongorista, aki a dzsesszben, soulban, gospelben, bluesban és még számos stílusban maradandót alkotott. 5 éves korában kezdte elveszteni a látását, két év múlva zöldhályog miatt teljesen megvakult. 2004-ben a Rolling Stone Magazine a 10. helyre rangsorolta a „Minden idők 100 legnagyobb művésze” toplistán. 2008-ban 2-ként lett rangsorolva a „Minden idők 100 legnagyobb énekese” közt. Életében 12 Grammy-díjat kapott, halála után pedig még nyolcat. Legismertebb dalai közé tartozik az I can't stop

loving you, a Confession the blues, és a Hit the road Jack.

Stephen Hawking

Angol elméleti fizikus, szakterületéhez tartozik az általános relativitáselmélet, és a kvantumgravitáció. Nevéhez köthető a „nagy bumm” vagyis az ősrobbanás elmélete, és a fekete lyukakról készült leírás is. Az iskolában Hawking nem ért el kiemelkedő eredményeket, jegyei határozottan rosszak voltak. Olvasni 8 évesen tanult meg. Orvosi pályára szánták, de őt inkább a csillagászat, a fizika, és a matematika érdekelt. 21 éves korában motoros neuronbetegséget diagnosztizáltak nála, amelynek hatására a mozgatóidegek lassan elsorvadnak. Nem jósoltak neki sok időt, Hawking viszont ma már 71 éves.

**Érdi Tamás**

34 éves magyar vak zenész. Strukturális módszerrel tanult zenélni, aminek a lényege, hogy újrakomponáltatják vele a darabokat hallás útján. 1995-ben a Louis Braille Nemzetközi Zongoraversenyen a korcsoport legfiatalabb versenyzőjeként első helyezést ért el Moszkvában. A világ 23 országában lépett fel eddig.

Akiket nem tudott megállítani a dadogás:

VI. György, Gareth Gates, Bruce Willis, Rowan „Mr. Bean” Atkinson, Bruce Willis, Marilyn Monroe, Őze Lajos és fia, Áron ; Darth Vader hangja: James Earl Jones.

A diszlexiások táborát is erősíti az Oscar-díjas Sir Anthony Hopkins, George W. Bush, Robin Williams, Sylvester Stallone, Tom Cruise, Whoopi Goldberg, Orlando Bloom, Steven Spielberg, Julia Roberts, Quentin Tarantino, Hugh Grant, vagy Tiger Woods.

Papp Nikolett



„Embernek lenni és embernek maradni!”

Németországban, Hannoverben van egy létesítmény, ahol az ott dolgozóknak az a feladata, hogy siketvak-sággal élő gyerekek és felnőttek életét segítsék, tegyék jobbá és szebbé. Ezen a helyen töltött nyár végén öt hetes gyakorlatot Szentgáli Kinga Csenge. Megkértem, hogy meséljen az élményeiről, tapasztalatairól. A beszámolója alapján szeretnék titeket elkalauzolni ebbe a különleges világba.

Kinga saját szervezéssel, egyedül ment ki Hannoverbe. A szállást Couchsurfing-en és ismerősökön keresztül intézte, az intézmény étkezési lehetőséget biztosított. Tömegközlekedéssel könnyűszerrel megközelíthető az intézmény épülete, az autósoknak külön kresz táblák jelzik, hogy ezen a területen siketvak személyek közlekedhetnek. Az intézmény mögött erdő és Helen Kellerről elnevezett sétány található.

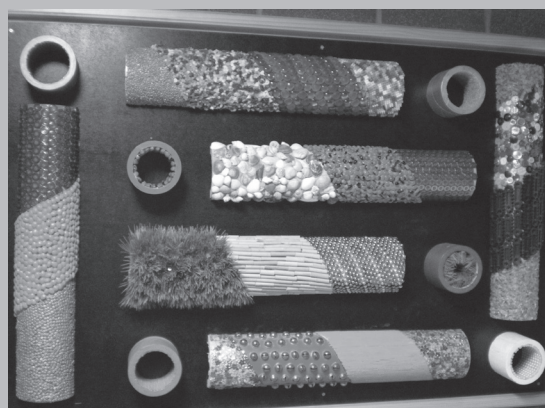


Az épület hatalmas, a falak teli vannak tapintható színes képekkel, melyeket a gyerekek készítettek a pedagógusaikkal. A tanulók nagyon szeretik ezeket megtapogatni, esetleg meglévő látásukat felhasználva élénk színeiben elmerülni, mikor elhaladnak mellettük. Minden akadálymentesített, a kerekesszékes tanulók számára kézi liftek és emelet közötti liftek, is segítenek közlekedni. Az ajtókon különböző tapintható tárgyakkal jelölik, hogy az adott helyiségnek mi a feladata. Továbbá minden segítőknek, gyógygyógypedagógusnak és gyerekeknek van egy jele, ami

segít megismerni egymást. „Az ott töltött idő alatt nekem a hosszú copfom volt a jelem, innen tudták, hogy én vagyok velük.” - meséli Kinga.

Az intézmény felépítése sokrétű: korai fejlesztéssel, óvodával, általános iskolával, szakiskolával foglalkozó részlegek illetve a felnőtteknek van egy lakóotthoni rész is. Kinga általános iskolásokkal foglalkozott.

Az intézményen belül házak, lakórészlegek találhatóak. Itt vannak a gyerekek szobái – ha bentlakók – a közös helyiség, közös konyha, irodák és fejlesztő szobák. Ahol most – Kinga beszámolója alapján – járunk, az olyan ház, ahol négy kisgyerek, három kisfiú és egy kislány él a segítőikkel. Mindhárman nagyon súlyosan hallás és látássérültek és van, mindegyiknél más fogyatékoság is társul a siketvak-ságához. „Ottlétem alatt három feladatom volt: lehetőséget kaptam nagyon sokat



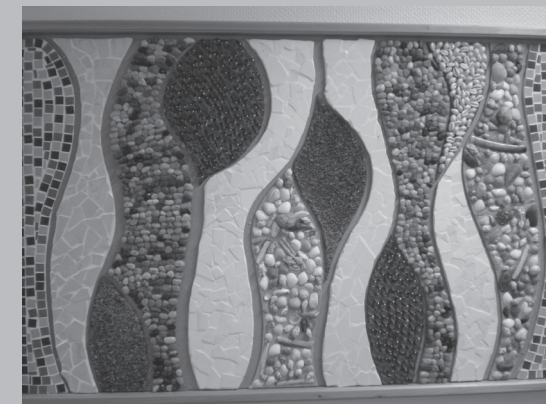
hospitálni, más házakban és korosztályok részlegein is megfordulhattam, így lehetőségem volt a szakiskolai és felnőtt lakóotthoni részlegbe is betekinteni, de a saját csoportomat is rengeteget figyelhettem, megismerhettem a gyerekeket. Részt kellett vennem a gyerekek körüli teendőkben – kísérés a terápiákra, étkeztetés, tisztába tevés, altatás stb. Továbbá három gyerekekkel foglalkozhattam egyénileg is a gyógygyógypedagógus segítségével.” – meséli Kinga.

A nap reggeli után beszélgető körrel indul. Üdvözlük a gyerekeket, az adott témával kapcsolatban kommunikálnak. Majd a gyerekek különböző fejlesztésekre, terápiákra mennek délelőtt. Ezután jön az ebédeltetés, ami gyerekek hangulatához, korábbi óráitól függően könnyebben és nehezebben zajlik le. Ebéd után tisztálkodás és csendes pihenő következik. Aztán jönnek a délutánosok, így az aznapi munka véget ért.

Rengeteg terápia van az intézményben, amelyek a gyerekek fejlődését szolgálják. Az egyik nagyon fontos terápia az evés terápia, mivel az említett négy gyerek közül is kettőt még szondával tápláltak, a másik kettőt pedig etették, így nagyon fontos volt, hogy megtanuljanak szájon át enni, egyre szélesebb repertoárú ételeket, kezdetben persze csak pépesítve. Nagyon eredményes a terápia, mivel az egyik kisgyereket még fél éve szondával etették, ma pedig a kanál használatát tanítják neki. Egy-egy ilyen terápia alkalmával nem csak a szájon keresztüli evést gyakorolják, hanem a testsémát is fejlesztik, először megetetik a lábukat, kezüket majd csak végül kerül a szájukba az étel. „Mikor ebédnél etettem a gyerekeket, mindig

próbáltam hagyni, hogy ők irányítsák a kanalat, én csak fogni segítetttem nekik.” A kanállal való evéshez speciális nyelvű kanalakat használnak, amit sokkal könnyebb megfogniuk.

A gyógytornán, masszírozással, izom stimulációval próbálják a gyerekek



különböző izomcsoportjait mozgásra bírni, a járásukat, egyensúlyukat fejleszteni. Egy hintaszerű zsákban magzati pózban elhelyezkednek a gyerekek és hintáztatni lehet őket benne. Nagyon gazdag az eszközrendszer, ami az ott dolgozók lehetőségére áll.

Van úszás, torna – ami akadálypályából állt padokból és zsámolyokból felépítve, ezen kell átvezetni a gyerekeket. Pszichomotorika, ami egy játékos óra, a gyerekeket arra biztatják, hogy mozgással, a tárgyak különböző módon való manipulálásával, egymással kölcsönös interakcióba lépjenek. Van külön lovas terápia, ami három emberes feladat, egy ember vezeti a lovat, kettő pedig két oldalról a gyereket fogja. A zeneórákon a gyerekek sokféle hangszert megszólaltathatnak, énekelnek, táncolnak – még a kerekesszékesekkel is. A nagyobb cimbalmos dobokkal a földön fekvéskor egész testükkel érezhetik a talaj



rezgéseit. Az ergóterápián arra tanítják meg a gyerekeket, hogy a tárgyak, amikkel a mindennapok során találkozunk, mennyi mindenre, mennyi féleképpen használható. Ezen kívül egyéni fejlesztések is vannak, gyerekek szükségleteire szabottan.

Részt vesznek a gyerekek hittanórán is, ahol bibliai témákkal foglalkoznak és kézműveskednek. „Úgy éreztem, hogy a mi gyerekeinknél nem jött át a bibliai mondanivaló, de a kézművesedés részét nagyon élvezték. Talán nagyobb, kevésbé súlyosan sérült gyerekeknél a hittan részének is több hatása van.”

Mind közül a legizgalmasabb az állatterápiára, vagy ahogyan ott hívják szociális tanulás az állatokkal. Kedd délutánonként minden ház izgatottan készül, mert körülbelül fél óráig találkozhatnak a hozott állatokkal. Van aki, csak nézi őket, van, aki megsimogatja, az ölébe veszi, a bátrabbak játszanak is velük. Minden alkalommal körülbelül hatféle állat látogat el a siketvak gyerekekhez. A közeli farmról jönnek az állatok, a farm tulajdonosa válogatja és hozza az állatokat. Majd megmutatja hogyan érjenek hozzájuk, ismerkedjenek velük. Néhány hét alatt látható lovat, kutyát, tehenet, kecskét, szamarat, nyulat, tyúkot, tengerimalacot, hörcsögöt, és még pávát is. Egy-egy gyereknek 2-3 állattal van lehetősége a rendelkezésre adott időben foglalkozni, így ha valamilyen nem találkozott majd a következő kedden megismerkednek.

„Az egyik legjobb élményem az állatterápián, az egyik kisfiúhoz fűződik. Ez a fiú önbántalmazó volt, sokat ütögette a fejét és a szeme környékét, amiért sajnos a meglévő látását is valószínűleg hamarosan elveszti. Erős gyógyszereket kapott,

de igazából senki sem tudta mi okozza ezt a viselkedést nála. Az állatok viszont kifordították önmagából. Sosem ért hozzájuk, került a személyes testi kontaktust még velünk is, így csak nézte az állatokat. Az ölembe vettem az állatot ő pedig elment, lyülten figyelte egész végig. Ez idő alatt nem ütötte magát, csak nyugodtan ült, olyannyira megváltozott a viselkedése, hogy a vállamra hajtotta a fejét elfeledve, hogy ez más körülményekben nem szokása. Nagyon megindító volt.”

Mikor véget értek a foglalkozások és az adott gyerek nem bentlakó, az intézmény elé gördültek a speciális kisbuszok. Ez egy taxi szolgálat, amit az állam fizet és minden bentlakót hazaszállítanak egyéni igényeknek megfelelően. Minden busz akadálymentesített, a sofőrök névről ismerik a gyerekeket, próbálnak velük kommunikálni. Nagyon közvetlenek, akár mindennap vagy csak hétfőként találkoznak velük. A társaság jelmondata ez: „Mensch sein, Mensch bleiben” vagyis „Embernek lenni és embernek maradni!”, ami teljes mértékben érvényesül a munkájuk során. „A légkör végig nagyon jó volt. Minden ott dolgozó barátságos volt és tudták, hogy én vagyok Kinga Magyarországról.”

Bár ez az intézmény ezer kilométerre van kis országunkról, jó tudni, hogy van, egy hely, ahol a szakemberek minden lehetséges eszközt és energiát megragadva közelebb hozzák a világot a gyerekek számára, akármilyen csendes és sötét legyen az a világ, amiben élnek.

Köszönjük Kingának, hogy megosztotta velünk az élményeit!

Helembai Judit



A fogyatékoság megjelenése a Bibliában

A Biblia az élet minden területére vonatkozólag tartalmaz számunkra útmutatást, információkat Istentől. Így a fogyatékoság témakörét illetően is. Különböző sérüléssel élő emberek és sorsok tárulnak elénk a Bibliából, és megtudhatjuk, Jézus mit tanít a hozzájuk (és a minden emberhez) való viszonyulásról.



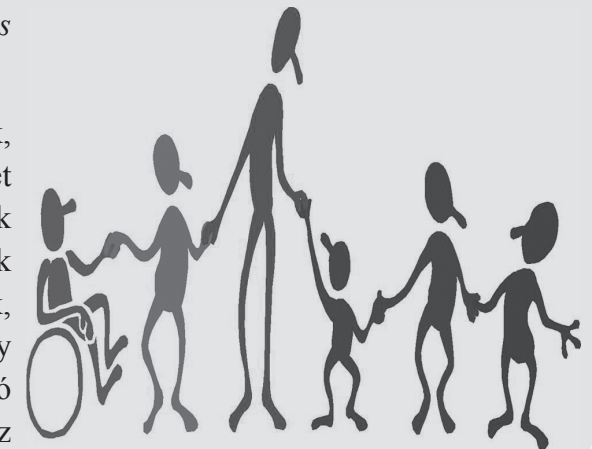
Az Ószövetségben a fogyatékoság jelenségét nem diagnosztikus úton értelmezték, hanem az ember társadalmi szerepe szempontjából. A közösség oldaláról értékelték, azt nézték, hogy a fogyatékos ember szerepe a társadalomban hogyan módosul. A fogyatékoság, öregség és betegség ezért össze is mosódott. Ekkoriban a

közösség nagyon összetartó volt, viszont társadalmi segítő háló még nem alakult ki, ezért nagy volt a szolidaritás.

Találkozunk itt Saul királlyal például (1Sámuel 16, 14-16), akinek dühkitörésekkel kísért melankóliája, depressziója volt, de ettől még nem váltották le, hanem zeneterápiát alkalmaztak nála: Dávid gyógyította lantjátékával. Olvashatunk Mefibósetről (2Sámuel 9), Dávid király elhunyt barátjának fiáról, aki „mindkét lábára béna volt” és akiről a király hűségesen és szeretettel gondoskodott. Továbbá, ott van az Ószövetség egyik leghíresebb alakja, Mózes, aki 40 évig volt az izraeliek vezetője, a nép tisztelte, Isten hatalmas dolgokat vitt véghez általa, és mellesleg súlyos dadogással küzdött.

Az Ószövetségben megtaláljuk azt is, hogy Isten mit gondol az emberekről egyen- egyenként, így a fogyatékosággal élő személyekről is: „Mivel drágának tartalak, és becsesnek, mivel szeretlek...” (Ézsaiás 43, 4)

Az Újszövetségben találkozunk siket, vak, mozgáskorlátozott személyekkel, akiket Jézus meggyógyított. Ezek a gyógyítások nem azt hivatottak jelezni, hogy azok az emberek, míg a sérülésükkel éltek, betegek voltak, hanem Jézus Krisztus így reprezentálta a megváltás mindenre való kiterjedését. Az Ő tevékenységében az





üdvöztető evangélium hirdetése állt az első helyen, egy olyan örömhíré, amely az ember egész személyiségének szól, és a gyógyításokkal is erre mutat/mutatott rá.

Ha megnézzük Jézus életét, láthatjuk, hogy végig másoknak szolgált. Aki elesett volt, vagy elesettebb, mint társai, azt felkarolta; akit a többiek megvetettek, gúnyoltak, ahhoz ő odament, és semmilyen bélyeget nem aggatott rá. Annyira szerette az őt körülvevő embereket, hogy a maga érdekeit az övék mögé helyezte.

Istennél nem olyan logika működik, mint a világban, hanem pont a fordítottja. Ezt írja a Biblia: „Mert aki felmagasztalja magát, megaláztatik, és aki megalázza magát, felmagasztaltatik.” (Máté 23, 12) Véleményem szerint ez nagyon jó útmutatás a segítő hivatás betöltéséhez, és mindennapi kapcsolatainkra vonatkozólag is!

Befejezésként Pál apostoltól szeretnék idézni valamit, ami szintén fontos lehet nekünk, gyógypedagógusoknak. Pál is egy sérüléssel/betegséggel küzdött, nem írja le pontosan, hogy mivel (egyres Biblia-kutatók szerint epilepsziával), csak annyit: „tövis adatott testembe”. Meg kellett tanulnia ezzel együtt élni, de sikerült neki (2Korinthus 12, 7-10) és példája igazán szép, mert elfogadta, amit Istentől kapott és élete során sok fontos dolgot tudott véghez vinni.

Ezt írja az első korinthusi levélben:

„Ha emberek vagy angyalok nyelvén szólok is, szeretet pedig nincs bennem, olyanná lettem, mint a zengő érc vagy pengő cimbalom. És ha prófétálni is tudok, ha minden titkot ismerek is, és minden bölcsességnek birtokában vagyok, és ha teljes hitem van is, úgyszólván hegyeket mozdíthatok el, szeretet pedig nincs bennem: semmi vagyok. És ha szétosztom az egész vagyonomat, és testem tűzhalálra szánom, szeretet pedig nincs bennem: semmi hasznom abból. A szeretet türelmes, jóságos; a szeretet nem irigykedik, a szeretet nem kérkedik, nem fuvalkodik fel. Nem viselkedik bántóan, nem keresi a maga hasznát, nem gerjed haragra, nem rója fel a rosszat. Nem örül a hamisságnak, de együtt örül az igazsággal. Mindent elfedez, mindent hisz, mindent remél, mindent eltűr. A szeretet soha el nem múlik.” (1Kor 13, 1-8)



Rumy Ágnes



Cél: közös bárczi identitás

Ez, és még sok más szerepel Farag Alexandra, újonnan megválasztott hök-elnök programjában. Kíváncsi vagy, milyenek egy elnökszöny minden napjai? Interjúkból megtudhatod!

Szakirányok: AS és HA

Hobbi: színház, mozi, aerobik, barátok

Kedvenc étel: palacsinta pizza

Kedvenc állat: cica, kutya

Önkéntesség: Cseperedő Alapítvány, 2 éve

Miért vonz az érdekképviselet?

Mindig is szerettem tenni az emberekért. Már a gólyatáborban megtetszett a seniorok munkája, ezért én is jelentkeztem senioroknak. Ezáltal kerültem közelebb a hökhöz, és egyre jobban beleláttam a munkájukba. Úgy döntöttem, hogy egy új aspektusát szeretném kipróbálni a bárczi közéletnek, így pályáztam az akkor megüresedő gazdasági alelnöki posztra.

Hogyan kerültél képbe mint potenciális HÖK Elnök?

Gazdasági alelnökként jól beleláttam az elnöki munkába is. Barbi mondogatta, hogy végzős lesz, le fog mondani. Egyre többet helyettesítettem különböző üléseken, így még közelebb kerültem ehhez a tisztséghez. Megkérdezte, hogy mi lenne, ha én lennék az utódja. Sokat gondolkodtam rajta, mert ez nem egy olyan döntés, amire azonnal igent mond az ember. Aztán elvállaltam. Eddig tetszik.

Miért döntöttél úgy, hogy pályázol az Elnöki posztra?

Tetszett a gondolat, hogy összefoghatok egy csapatot, az elnökséget. Nem csak egy szűk területtel foglalkozom, hanem a hallgatói önkormányzat több területére rálátásom lesz. Építhetem a kapcsolatot a többi karral, ami fontos, hiszen kicsik vagyunk.

Gondolom nem volt könnyű az elnöki staféta átvétele. Mi okozott nehézséget?

Habár Barbi korábban már elmondta, hogy mik a feladatok, volt időm felkészülni, de még nem megy minden zökkenőmentesen. Elődöm szerencsére nem távolodott el teljesen a höktől, így nem vagyok egyedül: sokat szoktam tőle kérdezni, hogy mit hogyan kell csinálni. Nehéz az, hogy hirtelen mindenre oda kell figyelnem. Rengeteg kérdés záporozik felém, mind a tisztségviselőktől, mind a hallgatóktól. Gazdaságisként sem volt sok időm, de most érzem, hogy sokkal több dolgom van. Eljárok Dékáni Tanácsra, meg EHÖK-ülésekre, amik elég sok időt elvesznek, de ennek ellenére én szeretem. Össze kell hangolni ezt a feladatot a tanulással, meg a szabadidővel, ami nem könnyű, de szerintem jó időbeosztással megoldható.

Milyen az időbeosztásod? Mikor tudsz tanulni?

Egész változóak a napjaim. Az órák és gyakorlatok mellett mindennap bemegyek az irodába. Ott elvégzem az ottani feladataimat, koordinálom a többi tisztségviselőt.





munkáját, nagyon sok emailre válaszolok. Tényleg rengeteg email jön. Hétfőnként Dékáni Tanács van minden délelőtt, szerda esténként pedig EHÖK elnökségi ülés, mindezek mellett pedig hetente van bárczis elnökségi. Ezek több órásak. Sokszor ide-oda kell menni, intézni a dolgokat. Próbálom összehangolni mindezt a tanulással. Szünetekben, lyukas órákban és este próbálok tanulni, meg hétvégén is. Most még nincs vizsgaidőszak, úgyhogy most ezzel annyira nagy gondom nincs. Merev határokat nem szabok: hétvégén is válaszolok az emailekre, és a telefont is bármikor felveszem.

Milyen a csapatod? Miért ők?

Lelkesek. Van 3 új tag, de ők is már korábban közel kerültek a hökhöz, mert seniorok voltak. A többiek a régi csapatból vannak, nagyon jól végezték a munkájukat, így meg sem fordult a fejemben, hogy ne ők maradjanak a tisztújítás után. Szeretnék nagy hangsúlyt fektetni a csapatépítésre. Hetente van elnökségi ülésünk, amikor megbeszéljük az aktuális ügyeket. Fontos, hogy személyesen is találkozzunk, mert emailen is meg lehet beszélni a dolgokat, de közvetlenül sokkal hatékonyabb. Szeretném, hogy összeszokott legyen a csapat. Ne az legyen, hogy csak az elnökség van, hanem, hogy sokan vagyunk (bizottsági tagok, külügyi mentorok, seniorok, szerkesztőség), akik a hallgatókért teszünk. Ez idő lesz, mire kiépül.

A hallgatókkal hogyan tervezed a kapcsolatépítést?

A hallgatók általánosságban nem annyira nyitottak a közélet felé, így a Bárczin sem. Itt talán még passzívabbnak tűnnek. Ezen szeretnék változtatni. Jó lenne, ha közelebb kerülnének hozzánk. Úgy gondolom, hogy ha többet megtudnak rólunk, érdekeltébbek lesznek a közéletben. Ez megvalósítható különböző fórumokon. Ilyen a honlap is,

ami egy szerverhiba miatt nem működik, de hamarosan helyre fog állni, és akkor fenn lesznek a különböző anyagok, ülések beszámolóit, jegyzőkönyvek. Így a hallgatók két kattintással tudni fogják, hogy ez a tisztségviselő ebben a félévben ezt és ezt csinálta. Az elnökségi tagok fogadóóráiban bármikor bemehetnek, kérhetnek segítséget, elmondhatják véleményüket, illetve emailben ugyanezt bármikor megtehetik. A küldöttgyűlési képviselőjüket is megkereshetik, hogy a legközelebbi kgy-n elmondják azt az álláspontjukat. Ezek mellett szeretnénk a bizottságokba embereket toborozni, mert fontos lenne a munkamegosztás, ezzel az utánpótlásképzést is szolgálhatnánk. Ráadásul a hallgatók is profitálhatnak ebből, mert adott területen tapasztalatot szerezhethetnek.

Milyen bizottságok vannak, hova lehet jelentkezni?

Van rendezvényszervező, kommunikációs, esélyegyenlőségi bizottság (többek között a Nyíltan A Fogytékosságról programért felelősek), melyek az adott referens munkáját segítik. Létezik külügyi bizottság is, de tagjai nem a mentorok, akik a külföldi hallgatókkal foglalkoznak, hiszen ezen kívül is vannak még külügyi feladatok, amiket el kell végezni. A tanulmányi bizottságban a tanulmányi alelnök mellett láthatóak el különböző feladatok. Működik még a Kari Ösztöndíj Bizottság (KÖB), de ennek minden évfolyamról megvannak a fix tagjai, akiket meg kell választani.

Mit gondolsz, az ELTE-n belül, mint kis kar hogyan lehet érvényesülni?

Fontosnak tartom, hogy megjelenjünk mindenféle fórumon, egyetemi rendezvényeken, EHÖK-üléseken és ápoljuk a kapcsolatot a többi Karral. Alapvetően a hallgatói hozzáálláson kellene változtatni. A küldöttgyűlésbe is alig lehet embereket toborozni.



Jó lenne, ha a hallgatók maguktól jelentkeznének, és legfőképpen, hogy érdekeltek lennének a saját érdekképviselőjükben. Ha véleményüket kommunikálják a kgy-n, megvalósulhat a közvetlen kapcsolat a hallgatók és érdekképviselőik között, akik ezt „kihangosítják”, így ELTE-szinten tud érvényesülni a bárczisok akarata.

A küldöttgyűlés átszervezésére már vannak ötleteid?

Egyrészt szeretném jobban hirdetni különböző csatornákon. A másik még képlékeny, de felmerült, hogy lehetnének elektronikus választások, akkor többen szavaznának. Talán könnyebben rá lehet venni az embereket, hogy kattintsanak, minthogy bejöjjenek szavazni. Emellett persze építeni kell a személyes kapcsolatokat is.

Talán nem minden hallgató tudja, hogy küldöttgyűlési képviselőket bármikor meg lehet keresni, hogy a legközelebbi kgy-n közvetítse véleményüket. Pl. az egyik hallgató felvetette, hogy legyen ebédszünet, erről majd szeretnénk egy szavazást. Ez egy jó kezdeményezés. Így fel tudjuk mérni, hogy van-e rá igény, és ha igen, akkor lépéseket teszünk az ügy érdekében.

Mit gondolsz a mostanában népszerű HÖK-ös sztereotípiákról?

Fontos, hogy a hök átlátható legyen, tudják a hallgatók, hogy kik vagyunk, és bizalommal jöjjenek be az irodába. Mostanában elég sok negatívumot hallani más Karok, egyetemek hallgatói önkormányzatával kapcsolatban, de úgy látom, hogy ránk ez nem vonatkozik, a bárczisoknak nincsenek hökös sztereotípiáik, a mi hallgatóink nem előítéletesek. Mivel kis kar vagyunk, sokkal személyesebb a kapcsolat, mindig készséggel válaszolunk, utánajárunk a hallgatók ügyének, tényleg próbálunk tenni mindenkiért. Úgy érzem, ezért.

Mi szerepel a programodban? Milyen újdonságokra kell számítani?

Alapvetően szeretném folytatni, amit Barbi elkezdett, mert jó úton haladt. Jók voltak a tervei, ötletei, sok mindent megvalósított. Fontos, hogy a csapat konstruktívan, proaktívan dolgozzon, és biztosítva legyen a transzparens (átlátható) működés. A hallgatók tudjanak mindenről, pl. hogy mire megnyit költöttünk. A programomat is fel fogom tenni a honlapra, ha megjavul, és akkor bárki elolvashatja.

A kommunikációt szeretném nagyon előtérbe helyezni. Nagyobb hangsúlyt szeretnék rá fektetni, hogy bevonjuk a hallgatókat a közéletbe (pl. bizottsági munkák). Cél, hogy legyen egy közös bárczis identitás.

Mi lesz a programkínálat?

Eddig voltak nehézségek a rendezvényszervezéssel egyetemi szinten, de ez hamarosan megoldódik. Felmerült, hogy lehetne Felező március környékén, de ez még nagyon képlékeny. Tavaly sajnos elmaradt a Puncs, de idén mindenképpen tervezzük, hogy lesz, akárcsak a Sport- és egészségnap, szintén április környékén. Lenne még a végzősök búcsúztatója, bár ez egy kisebb rendezvény, mert itt csak a negyedévesek vannak. Ezek mellett ott vannak az ELTE-s rendezvények is, amiken a bárczisok is képviseltetni szokták magukat.

Mit üzenél a hallgatóknak?

Merjenek bátran kérdezni, felszólalni és képviselni az érdekeiket. Azért vagyunk a hökben, hogy tegyünk értük. De csak úgy tudunk értük tenni, ha tudjuk, hogy mik az igényeik, miket szeretnének, mik a véleményük. Úgy működik az érdekképviselő, ha ők elmondják a különböző álláspontjaikat, és akkor mi ezt tudjuk továbbítani. Legyenek bátrak, aktívabbak és vegyenek részt a közéletben.

Köszönjük az interjút!



Árnyjelenség – avagy a fogyatékkal élő nők helyzete

Pelenkázó, játszósarok, tüdőszűrés, nőgyógyászat. És még sok más is van, ami a fogyatékkal élő nőknek mindennapi gondot okoz, amiből ki vannak rekesztve. Többszörösen hátrányos helyzetben vannak, holott a magyar jogrend nem is ismeri azt a fogalmat. Akkor mi a helyzet velük?



Magyarország 1982-ben ratifikálta az ENSz Egyezményt a nőkkel szembeni hátrányos megkülönböztetés minden formájának felszámolásáról (ENSz CEDAW Egyezmény). 2007-ben pedig az ENSz CRPD Egyezmény ratifikálása történt meg hazánkban, mely a fogyatékos személyek jogait rögzítette. Márciusban tette közzé az ENSz azt a zárójelentést, melyben ellenőrizték, hogy érvényesülnek-e hazánkban az ajánlások.

A fogyatékkal élő nők többszörösen hátrányos helyzetben vannak, egyrészt nemük, másrészt fogyatékoságuk miatt.

Belegondoltunk már abba, hogy vajon egy tüdőszűrésen hogyan tud részt venni egy nő, akinek valamilyen testi deformációja van? A válasz: sehogy, ugyanis az orvosi képzőgépek nem alkalmasak a vizsgálatra ilyen esetben. Vajon az orvosok mennyire vannak felkészülve egy

sérült nő nőgyógyászati és szülészeti ellátására? Nem egy intézménybe még be sem tudnak jutni. A bentlakásos otthonokban még ma sem ritka, hogy fogamzásgátlók szedésére kényszerítik a nőket. És akkor még nem beszéltünk a gyermekvállalás, családalapítás nehézségeiről.

E célcsoportra vonatkozóan hiányoznak az esélyegyenlőségük javítását célzó programok, illetve az érdekképviselőik is.

Novemberben tartotta meg a Magyar Női Érdekvégyesítő Szövetség első nőkongresszusát, melyen felhívták a figyelmet erre a hiányosságra. Több magyar szervezet is a fogyatékkal élő nők érdekképviselője mellé állt, így például a Fogyatékos Emberek Szervezetének Tanácsa, Földesi Erzsébet vezetésével, illetve a MEOSZ és az ELTE BGGyK is.

A cél, hogy létrejöjjön e többszörösen diszkriminált csoport érdekképviselője, kidolgozzanak koncepciókat, ajánlásokat. Mindezekkel javítva a fogyatékos nők társadalmi helyzetét.

Magyarországon kb. hatszázezer fogyatékkal élő van, akiknek 51%-a nő. Mégis láthatatlanok.

TM



Zumba a Bárczin!

... áll a felkiáltás az egyetem falain lévő plakátokon. Azok kedvéért, akik esetleg eddig nem mertek jönni, vagy úgy gondolták, hogy nem nekik való, most kaphatnak egy kis betekintést. Ráadásul, nem is akármilyen szemszögből.

Régóta éreztem, hogy végre kéne valamit sportolni, de soha nem tudtam, hogy mi lenne számomra megfelelő. Végül, az egyik bárczis sportnap alkalmával láttam valami olyat, ami még tetszett is. Mozgás, tánc, zene egyben. Igen, ez a zumba. Persze bármennyire is tetszett, győzött a lustaságom, és nem próbáltam ki, egészen mostanáig. Ugyanis ebben a félévben végre az ELTE Sport keretein belül itt a Karon is van lehetőség zumbázni, köszönhetően Lakatos Eszternek, az egyik elsőéves hallgatónknak, aki az órákat tartja. Mivel nem kellett átmásznom a városon ahhoz, hogy ELTE-s sportot üzhessenek, ráadásul olyat, ami tetszik is, rászántam magam, és lementem az első órára. Természetesen mondanom, sem kell, hogy mint már annyiszor, itt is szembesültem vele, hogy egyedüli férfi vagyok a nagy tömegben. Ennek persze egyik előnye az volt, hogy nem kellett helyért harcolnom az öltözőben, mint a hölgyeknek. Nos miután ruházatom immár megfelelt a sportos jelzőnek(persze attól függően, hogy mit is értünk sportos alatt) kezdődhetett az óra. Szerencsére csak egy két fura szempár szegeződött rám, de a sok ismerős arc látványa ezt bőven ellensúlyozta. A hivatalos dolgok megbeszélése és az órán való részvételre irányuló tanácsok (pl.: Jó ha van nálad szőlőcukor és innivaló,



valamint ha valami nem megy, vagy nem szeretnéd csinálni semmi gond, nyugodtan megállhatsz) után felcsendültek az első latin ritmusok, és elkezdődött az óra. Kezdetben csak csetlettünk-botlottunk jó páran, de szépen lassan mindenki elkapta az ütemet. Pár tánc elem, néha hihetetlen bonyolultnak tűnt, néhánynál pedig kicsit le kellett adnunk gátlásainkból, (pláne nekem mint pasi) de mindannyian nagyon élveztük. Nagyon jó hangulat alakult ki, és ez az óra végéig kitartott, hiszen változatosak voltak a zenék is, és a koreográfiák is. Természetesen óra végére azért az izmaink is rendesen meg lettek dolgoztatva, valamint olyan porcikáinkat is éreztük, melyekről nem nagyon tudtuk, vagy csak anatómiai tanulmányaink során esett róluk szó érintőlegesen. Nyugodt szívvel, és lelkesen merem mondani és ajánlani mindenkinek, hogy ha már nem is ebben a félévben, de a következőben váltsa meg az ELTE-s bérletet és irány a tornaterem. Öltözzön át, hangolódjon fel, és kezdődhet a ZUMBA!

Lakatos Dániel

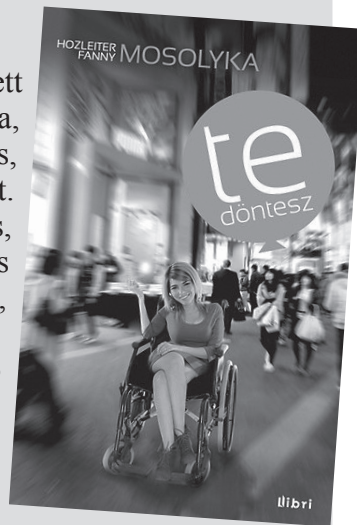


Könyvajánló

Mosolyka – Te döntesz

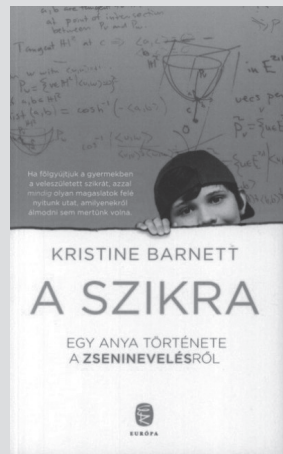
ALibriKiadónemrégjelentettemegaszokunkáltalnymonkövetett HozleiterFannyéletrajzikönyvét.Akibeleolvasottmárablogjába, annak nem lesz ismeretlen. Megmaradt a könnyed stílus, kitartás, erő. Egyre jobban megismerhetjük ezt a fantasztikus embert. A fülszövegből is kiderül, hogy ez nem egy puszta életrajzleírás, hanem egy olyan regény, mely bemutatja Fanny életének egyes állomásait, és hogy ezeket hogyan élte meg. Mi ösztönözte, gátolta, motiválta, és ebben kik segítettek.

Mosolyka folyamatosan harcol a korlátaival. És nem hajlandó földadni! Minden lehetőséget megragad élvezni az életet. Ő megtestesíti magát a reményt, és olyan erőt sugároz, melyből mindenki meríteni tud. Ugyanakkor sokat tanulhatunk tőle. Mindenképp érdemes elolvasni!



Kristine Barnett – A Szikra

Egy anya története a zseninevelésről



Jake most 14 éves, autizmusát két éves korában diagnosztizálták Amerikában. Az orvosok nem sok jövőt jósoltak neki, de az anyukája saját kezébe vette a fejlesztését, ezáltal kibontakoztatta fia tehetségét. Nyolcévesen már beiratkozott egy egyetemre és felsőfokú matematikát, fizikát és csillagászatot tanult. Ez a gyerek nagyon okos. És hogy ez a felszínre tört, csakis anyukája kitartásának köszönhető, aki ezt megírta ebben a visszaemlékezésben.

A könyv által betekintést nyerhetünk egy olyan család életébe, ahol autizmussal élő gyereket nevelnek. Nagyon jól bemutatja egy anya küzdését a gyerekéért, hogy bármit képes neki megadni, még ha lehetetlent is kér tőle. Kristine döntése alapján, nem arra koncentrált, hogy a fia mire képtelen, hanem a képességeire

összpontosított. Úgy vélekedik, hogy minden autista gyerekben érdemes megkeresni és felszítani a szikrát, amely segít neki kibontakozni.

„A szikra drámai, gondolatébresztő, szemléletformáló elbeszélés a félelmetes nehézségekkel szembeszálló szeretet és bátorság erejéről, a káprázatos lehetőségekről, amelyek akkor tárulnak föl, ha megtanuljuk, hogyan aknázzuk ki maradéktalanul a minden gyermekben, valamennyiünkben ténylegesen rejtőző képességeket.”

Szerintem nem csak autizmus szakirányosoknak jó olvasmány!

Gergely Kinga

Egy sérült gyermek könyörgése

Nyújtom kezem, segíts, kérlek,

Kicsi vagyok, s nagyon félek.

Egyedül a sötétben fázok,

Megértő társakra nem találok.

Mennék utánad, de gyenge a lábam,

Szaladnék veled, de csak fekszem a sárban.

Kiáltanám neved, de néma az ajkam,

Búslakodok csendben, egymagamban.

Barátokra így nem lelek,

Pedig nem ártottam neked.

Olyan vagyok, mint te, nézz rám,

...csak fekszem egyedül, s némán.

Nyújtom kezem, segíts, kérlek,

Kicsi vagyok, s nagyon félek.

Ne félj engem átölelni,

Fogadj el, és tudj szeretni!

M. Dorina





Mi lenne ha?

...újra gyerekek lehetnének? Vajon át tudnánk élni teljes szívvel, boldogan a karácsonyt? Rá tudnánk csodálkozni a szállingózó hóra, tudnánk élvezni a tél örömeit? Próbáljuk meg, legyünk egy kicsit újra gyerekek! Két kislány, a csodálatos alkotásaival segít most nekünk ebben!

A gyémánt hó

Lucskos, sáros tél volt. Nem lehetett hógolyózni, se szánkózni. Pedig Nikolett mennyire szeretett volna! Ugyanis nagyapja minden télen elvitte őt a Gulács hegy aljába szánkózni. Meg hógolyózni. Ez volt a karácsonyi ajándéka.

- Nem lesz karácsonyi meglepetésem! Jaj, jaj, jaj! – sírdogált.
- De lesz! – mondta az anyja. – Most kivételesen megveszem neked azt a drága játékot!
- Nem szeretném! Majd születésnapomra! Karácsonyi ajándéknak csak a szánkózást fogadom el!
- Jaj! De azt nem lehet!

Nikolett elpityeredett. Nagyon szeretett hógolyózni (és szánkózni). És ugye azt csak télen lehet, nagypapa pedig csak karácsonykor ér rá!

Egész nap nagyon levert volt: holnap lesz Szenteste, és nem tud játszani a hóban! Éjszaka azonban mentő ötlete támadt: kimászott az ágyból, fogott egy papírt és a következőt írta rá:

Kedves Angyalkák!

Nagyon szeretek szánkózni és hógolyózni, de ezen a télen nem lehet! Így hát úgy gondoltam, kérek tőletek havat: de nem lucskos, feketét, hanem szép gyémántot! Így aztán tudok majd szánkózni! Szeretettel: Niki.

A levelet kitette az ablakba. Másnap reggel pedig mindenki örömeire friss hó esett! Nagyon boldogok voltak a gyerekek (beleértve Nikolettet), és szánkózás meg hógolyózás közben Kiss Benedek jól ismert versét mondogatták:

*„Nagy hideg, nagy hó,
siklik a szánkó,
teli a hegyoldal
szánkóval és hóval,
visongó gyerekekkel,
pirosló fülekkel!”*

Ágoston Róza (9 éves, 3. osztályos tanuló)

A műhöz készített illusztráció a hátsó borítón található. Készítette: Ágoston Boglárka (7,5 éves, 2. osztályos), Róza testvére.



Marika néni kávézója

Egy hamburgeres, amit a figyelmetekbe ajánlok!

Ha kedvetek lenne enni valami finomat és laktatót egy kellemes helyen, de nem tudjátok hová menjete, akkor próbáljátok ki Marika néni kávézóját!

Ez egy olyan kellemes kis beülős hely, ahol az étlapon rengeteg fajta-féle hamburger kacsint rátok vissza. Mindenki ízlésének talál ott

megfelelőt, így a vegetáriánus hamburgertől kezdve a

fogyókúráson át a csípős paprikásig minden van. Már az étlapon hamburgerek nevéből láthatjuk, hogy itt el kell felejteni a hamburgerekről alkotott húspogácsa-salátával-ketchupp sztereotípiát.

Különlegessége ennek a hamburgerezőnek, hogy mi dönthetjük el, hogy milyen méretű hamburgerzsemlével kívánjunk megenni. A méretek 1-től 7-ig választhatóak, és összehasonlítási alapként segíthet, hogy egy a normál hamburgerméret, amit más büfékben vásárolhattok meg, az egyes vagy kettes méretnek feleltethető meg Marika néni mércéjével.

Marika néni saját kezűleg állítja össze a hamburgereket egy pult mögött. Sokszor beszélgetésbe elegyedek az ottani emberekkel, így velem is kedélyesen elbeszélgetett, mikor ellátogattam oda.

Aki nem szereti annyira a hamburgert, de kedvet kapott ahhoz, hogy megnézze a helyet, rendelhet magának húsos-zöldséges tálat, madártejszerű vaniliaturmixot vagy akár palacsintát is.

Ajánlom, hogy a választott ételek mellé kóstoljátok meg a házi teakeverékből készült meleg teát is!

Ja, és itt csak akkor kell fizetni a hamburgerért, ha ízlett. Na, kedvet kaptatok egy finom hamburgerhez?

Elérhetőség: <http://hamburger.hu/>

Cím: 1094 Budapest, Angyal u. 28.

Nyitva tartás: Hétfőtől-péntekig: 10.00-21.00

Megközelíthetőség: A 4-6-os villamos Mester utcai megállójától pár perc gyalog



Nyáry Veronika



Egyszerű és gyors karácsonyi sütemények

Mindannyian ismerjük azt a szituációt, amikor az utolsó pillanatban megyünk el bevásárolni, egy nappal karácsony előtt csomagoljuk be az ajándékokat, és semmire sincs időnk. A következőkben olyan recepteket olvashattok, amelyek nem csak egyszerűek és gyorsak, hanem látványosak is, és akár két ajándéksomagolás között meg tudjátok csinálni.

Havas fenyők

Azt hiszem nem is kell mondanom, nincs karácsony fenyőfa nélkül. Ezek a havas csodák nem csak finomak, hanem nagyon jól mutatnak az asztalon. Biztos vagyok benne, hogy a családtagok el lesznek ámulva a karácsonyi vacsoránál.

Hozzávalók:

Tészta: 1 tojássárgája

12 dkg porcukor

35 dkg liszt

25 dkg Rama margarin

További hozzávalók: 1 tojásfehérje

porcukor

aszalt sárgabarack

aszalt szilva

koktélcseresznye

Először a lisztet, és a porcukrot összekeverjük, majd a margarinnal összemorzsoljuk. Ezután hozzáadjuk a tojássárgáját, és tésztát gyúrunk belőle. Letakarjuk, és 1-2 órára hűtőszekrénybe tesszük (tökéletes ajándéksomagolási idő). Lisztezett deszkán kinyújtjuk (kb. 2 mm-re), és csillagokat szúrunk ki, amelyeknek közepét hurkapálcikával kilyukasztunk.

A tepsit kivajazzuk, ráhelyezzük a csillagokat, amelyeket tojásfehérjével

megkentünk. Előmelegített sütőben, 6-9 perc alatt készre sütjük.

A hurkapálcikára kezdésként tűzzük fel az aszalt szilvát, majd egy csillagot. Ezt követi az aszalt sárgabarack, majd egy újabb csillag. A tetejére pedig egy félbevágott koktélcseresznye kerül, ez koronázza meg a fenyőfánkat.

Tippek:

Ahhoz, hogy tényleg elérjük a havas hatást, szitáljunk porcukrot a kész műre.

Ha szeretnénk, a tésztába tehetünk zöld ételszínezőt, ami garantáltan előhozza a karácsonyfa hatást.



Kókuszos hóemberek

A karácsony elengedhetetlen a hó nélkül. Emlékeztek az érzésre? Amikor karácsony reggelén izgatottan pattantál ki az ágyból, az ablakpárkányon csüngtél, és csodálva bámultad, hogy kint minden porcukros. Én emlékszem. Emlékszem, ahogy anyut a karácsonyi főzőcske kellős közepén rángattam ki, hogy építsünk hóembert. Mert karácsony nincs a duci, kalapos, répaorrú ember nélkül. Ez a recept ezt az érzést adja egy kicsit vissza.

Hozzávalók:

egy rúd piros marcipán

30 dkg kókusz

30 dkg tejpor

25 dkg Rama margarin

40 dkg cukor

2 dl víz

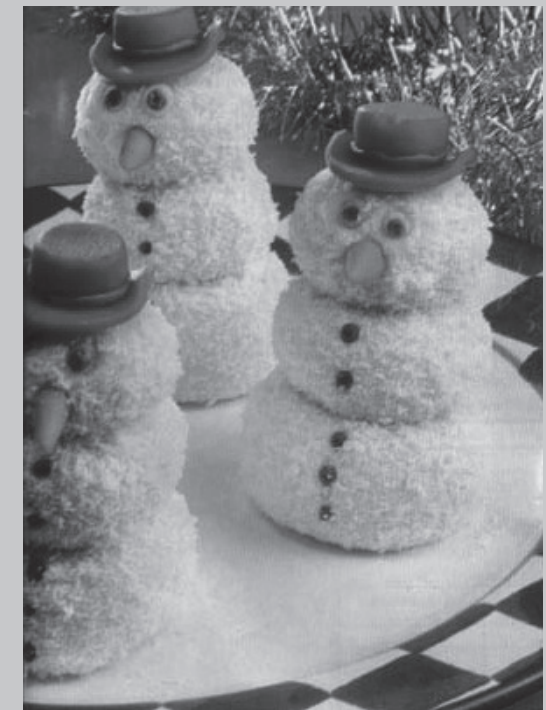
mandula, mazsola

A cukrot a vízzel elkeverjük, és simára főzzük. Hagyjuk, hogy langyosra hűljön, majd belekeverjük a margarint, a kókuszt, és végül a tejport. Ha kész, golyókat formázunk, és kókuszba forgatjuk őket. Az elkészült golyókat egymásra rakjuk. A marcipánból kalapot formázunk, a szemek és a gombok mazsolából, az orr pedig félbevágott mandulából van.

Tippek:

A golyók közepébe is rakhatunk mandulát.

Mazsola helyett olvasztott csokit, vagy akár franciadrazsét is rakhatunk.



Remélem hasznosak ezek a receptek, akár családi programnak is szuper (kistesót bevonni ér).

Jó étvágyat!

Papp Nikolett



Braille írás kicsit másképp

Veronika megismeri a két és fél éves kisöccsét, Gáborka lábát, ami tele van sebbel, karcolással.

- Ide az van írva Braille-írással, hogy „Bolond voltam és elestem”!



Nézőpont kérdése

Anya este puszit ad a gyerekeknek és jó éjt kíván, ők pedig válaszolnak.

Vera(8): - Jó éjszakát!

Gergő(6): - Jó éjszakát!

Gáborka(2,5): - Jójeggelt!

Fontosak a részletek

Reni(5,5) egyik nap a kutyasunkról, Pixiről érdeklődött.

- Mama, Pixi milyen kutya?

- Fiú.

- Jaj nem úgy, a típusára vagyok kíváncsi!



Szépérvék

Viktor(3) mikor szoknyában vagyok, mindig megdicsér.

- De szép ez a szoknya! Pöjdűj meg! Had lássam, hogy fojog!



Gyorstalpaló

Reni(5) egy fontos kérdéssel fordult felém egy nap:

- Judit, van egy képzeletbeli tündér-testvérem, aki vak. Holnap elhozom hozzád. Megtanítod olvasni?

- Persze.

- Jó! Egy délután elég lesz?

Egyszer volt...

Gergő(3) mesét mondott egy este:

- Volt egy szép kislány. Vége.

Utas tájékoztatás

Renivel vonatosat játszottunk. Ő volt a mozdonyvezető, én az utas. Kis gondolkodás után gondterhelten fordult hozzám:

- Kedves Utas! Kezddet félni, mert én még sosem vezettem vonatot. Úgy lettem masiniszta, hogy kisorsoltak engem a közönségből, szóval nem tudom mi lesz, kapaszkodj nagyon!



Helembai Judit



Játssz és nyerj!

Kedves Olvasók !

December vége felé mindenkiben feléled valami különös pozitív érzés, mely megkülönbözteti napjainkat a megszokott hétköznaptól. Ebben a feladatban is ezen lenne a hangsúly, hogy a különbséget kellene felfedezni és beküldeni megnevezve a jatek.a.barczin@gmail.com címre 2013. december 30-ig! A jó szórakozás mellett kívánnék még boldog karácsonyi ünnepeket és kitartást a vizsgaidőszakhoz !



Sztk

Zumba a Bárczin!

Időpontok:
Hétfő: 18:30-19:30
Szerda: 17:00-18:00

Helyszín:
Tornaterem

Oktató:
Lakatos Eszter

A bérlet ára: 6000 Ft/félév
A bérlettel az órarendben szereplő összes óra korlátlanul látogatható!
Csatlakozz hozzánk a facebookon:

Bővebb információ: elteaerobik.hu

ELTE AEROBIC



