

# TÁMPONT



A MOZGÁSKORLÁTOZOTTAK MÉLYKÚTI EGYESÜLETÉNEK ALKALMI KIADVÁNYA \* 2008. JANUÁR

## MEGHÍVÓ

Szeretettel meghívjuk Önt  
egyesületünk vidám-zenés farsangi

## KI MIT TUD -jára

2008. január 26-án (szombaton) du. 3 órára  
a Művelődési Házba.

A műsorban fellép:  
Egyesületünk Anna-táncsoportja,  
valamint a KI MIT TUD-ra jelentkező egyesületi tagok.

### KEDVES EGYESÜLETI TAGUNK!

Amennyiben Ön járásképtelen, vagy nehezen mozog,  
de a rendezvényen részt szeretne venni,  
beszállításáról és hazaszállításáról gondoskodni fogunk.

Ez irányú igényét január 23-ig szíveskedjék jelezni  
az egyesület irodájában vagy telefonon.

A belépő: 1 db tombolatárgy

MEGJELENÉSÉRE FELTÉTLENÜL SZÁMÍTUNK!

Mélykút, 2008. január 3.

Üdvözlettel:

Holka Istvánné  
elnök

Rasztik Tibor  
titkár



*„Újra kezdeni mindent e világon,  
– megteremtteni, ami nincs sehol,  
de itt van mindannyiunkban mégis,  
belőlünk sürgelve dalol,  
újra hiteti, hogy eljön  
valami, valamikor, valahol...”*

Ezekkel a gondolatokkal kívánok minden kedves egyesületi tagunknak, családtagjaiknak, támogatóinknak békés, boldog, szeretetben eltöltött újsztendőt.

Holka Istvánné elnök

## Programjaink:

- **EGYESÜLETI KI MIT TUD**-ra hívjuk tagtársainkat a Művelődési Házba 2008. január 26. (szombat) du. 3-órakor. Fellép egyesületünk Anna-táncsoportja és a vetélkedőre jelentkező tagtársak. Szerény vendéglátással és élőzenével várjuk szeretettel tagjainkat.
- **ORVOSI ELŐADÁS** a Csorba-házban! Dr. Gasztonyi Gyöngyi reumatológus szakorvos tart előadást 2008. február 14-én (csütörtök) du. 3-órakor. Téma: Csontritkulás és mozgásszervi megbetegedések. Minden érdeklődőt szeretettel várunk!
- **GYÓGYÜDÜLÉS HAJDÚSZOBOSZLÓN!** Időpontja: 2008. november 9-16.

## Mi történt 2007-ben?

*Az évzáró ünnepségünkön elhangzott beszámoló az „Értékünk az ember” gondolatkörébe fonódott. Most az egész év eseményeit időrendi sorrendbe szedtem:*

- **Január 3.** Vezetőségi ülés.
- **Január 5.** Gyógytorna megbeszélés délután 3 órakor. Eszter Rita bemutatkozása a Csorba Házban (40 fő).
- **Január 6.** Kerekesszékes találkozó a könyvtárban 6 fő részvételével.
- **Január 8.** EB elnöke ellenőrzést tartott.
- **Január 17.** Gyógytermék bemutató volt 10 fővel. Ugyanezen a napon számítógépes tanfolyam indult.
- **Január 22.** Civil Kerekasztal megbeszélés a könyvtárban, melyen 10 civil szervezet képviseltette magát.
- **Január 27.** Farsangi Ki-Mit-Tud? 120 fő részvételével, 18 felépővel. Bácsalmáson a Mozgáskorlátozottak Egyesülete Évzárója volt, melyen a zord időjárás miatt nem tudtunk jelen lenni.
- **Február 3.** Kerekesszékes találkozó.
- **Február 10.** A hajdúszoboszlói gyógyüdülő csoport találkozója és tájékoztató a 2007-es gyógyüdülési lehetőségekről 100 fő jelenlétével.
- **Február 14.** Dr. Pető Ildikó belgyógyász szakorvos tartott előadást 60 fő érdeklődő előtt.
- **Február 15.** Megkezdődött a kommunikációs tréning 15 fő önkéntes részvételével. Ma volt a BACISZSZ közgyűlés Baján, melyen 1 fő képviselte egyesületünket.
- **Február 17.** Asszonybál Bácsalmáson az Anna táncsoport részvételével.
- **Február 19.** Nyugdíjas farsangi multság a Csorba Házban.
- **Február 24.** Szeged gyógyfürdőzés 16 fővel.
- **Március 4-9-ig** Mosonmagyaróvárra indultunk tanulmányútra, pályázati kereten belül vezetősségi tagjainkkal, melyen a partner egyesületek részéről is részt vett 2 fő.
- **Március 14.** Délután koszorúzás, melyen egyesületünk egy csoportja is jelen volt.
- **Március 22.** Kommunikációs tréning. Könyvelési tanácsadás, pályázati tanácsadás.
- **Március 23.** Közgyűlésen 80 fő jelent meg.
- **Március 28.** Jázmin virágkötő klubunk foglalkozása. Tojásfestés, húsvéti díszek készítése.
- **Március 31.** Megyei civil szervezetek szövetsége egyesület alakuló ülése Ménteleken.
- **Április 2.** Tanulmányút Hortobágyra 3 fő részvételével, mely szintén a pályázat része.
- **Április 3.** Húsvéti csomagokat önkénteseink vitték el az ágyban fekvő 40 tagtársunknak.
- **Április 21.** Polgármesteri Hivatal által meghirdetett szemégyűjtési akcióban részt vettünk 20 fővel.
- **Április 2.** „Esélyegyenlőség virágai” c. rajzversenyre egy fő nevezett Kecskemétre.
- **Május 6-9.** Egyenlő Bánásmód Hivatal 3 napos előadása Kecskeméten 1 fő részvételével.
- **Május 12.** MEOSZ Küldöttgyűlés Budapesten.
- **Május 14.** Kerekesszékes tagtársak számítógépes tanfolyama indult 6 fővel. Ma volt a nyugdíjas klubban névnap, melyen egyesületi tagjaink egy csoportja is részt vett.
- **Május 15.** Elkészült az egyesület akkreditációs kérvénye.
- **Május 18.** Jázmin virágkötő Klub tagjaival készítettünk virágkompozíciókat, tombolát csomagoltunk.
- **Május 20.** Esélyegyenlőségi nap a Művelődési Házban. 170 fő tagunk jelent meg a rendezvényen.
- **Május 27.** Keceli virágkiállítás megtekintése 5 fővel.
- **Június 2.** Kerekesszékes találkozó a Zöldfa utcán, egy tagtársnál. 8 fő töltött el kellemes beszélgetéssel egy délelőttöt.
- **Június 4.** Budapesten Bekő Lajosné (Csöpike) MEOSZ munkatárs gyászmiséjén vettünk részt.
- **Június 9-10.** Szombat-vasárnap. Lovasnapok Mélykúton, melynek programján egyesületünk több tagja is részt vett.
- **Június 16.** Kétnapos Eger-Mezőkövesdi kirándulás, 40 fővel.
- **Június 23.** Méntelek, Falunap. Megyei Civil Szövetség elnökségi ülése.
- **Június 27.** Bácsalmási társ egyesület 5 vezetőségi tagja tapasztalatcserére látogatott hozzánk.
- **Június 30.** Lakitelek – Fogyatékosok napja. A rendezvényre 27 fővel mentünk. A főzőversenyen az I. díjat nyertük el. Hazaérkezvén a Csorba Házi esték műsorát tekintettük meg.
- **Július 8.** Kiskunmajsai gyógyfürdőzés 71 fővel.
- **Július 12-13.** Jászszentlászló – képzés.
- **Július 14.** Kiskunhalasi Egyesület „Figyelj ránk” rendezvényén 20 fővel vettünk részt, az Anna-táncsoport műsort adott.
- **Szeptember 1.** Kerekesszékesek találkozója a Fenyő Miksa könyvtárban.
- **Szeptember 11.** Kommunikációs tréning 15 fő önkéntessel.
- **Szeptember 21.** Képzés Budapesten.
- **Szeptember 22.** Póniverseny és a szüreti felvonulás az Anna-táncsoport részvételével.
- **Szeptember 25.** Kommunikációs tréning.
- **Szeptember 28.** A Jázmin virágkötő klub tagjai adventi koszorúkat kötöttek 10 fővel.
- **Szeptember 30.** Szüreti multság 200 fő jelenlétével.
- **Október 9.** Kommunikációs tréning a 15 fő önkéntes részvételével.
- **Október 10.** Mórahalomra mentünk 15 fővel az Erzsébet Gyógyfürdőbe bérletet váltani, ami mindössze 1.800 Ft 10 alkalomra a MEOSZ igazolvány felmutatásával.
- **Október 21.** Bácsalmási társ egyesület külföldi konzorciumos partnerrel találkozott. Az ünnepélyen egyesületünket egy fő képviselte. A Jánoshalmi MK egyesület hagyományos Pöttyös Báljára egyesületünkől 2 fő vett részt.
- **Október 23.** Kedd. A koszorúzási ünnepségen egyesületünk kis csoportja vett részt, koszorút helyeztünk el a forradalmi emlékműnél.
- **Október 24.** Kommunikációs tréning.
- **Október 27.** A 20 éves a Bácsalmási nyugdíjas klub jubiláló ünnepélyén 20 fővel vettünk részt. Anna táncsoportunk színvonalas tánccal köszöntötték az ünneplőket.
- **November 4-11-ig.** Hajdúszoboszlói gyógyüdülésre mentünk 64 fővel, immár 13. alkalommal.
- **November 15.** Budapesten a MEOSZ-ban 2 fő könyvelői képzésen vett részt.
- **November 22.** Civil Fórum 32 fő jelenlétével. Bácsalmás, Jánoshalma, Kiskunhalas Kistérség Civil vezetői részére előadást tartottak az NCA Tanács és a Dél-Magyarországi Regionális Kollégium Vezetői.
- **November 23.** Budapest. Képzés és látogatás a Mozgássérültek Országos Intézetébe.
- **November 24.** Szombat Szedlerinda Népzenei Egyesület népzenei találkozóján vettünk részt 40 fővel. Anna táncsoportunk itt is tánccal színesítette a programot.
- **November 25.** Jázmin Virágkötő klub tagjai adventi koszorúkat kötöttek 10 fővel.
- **December 1.** Kerekesszékes találkozó 8 fővel. Adventi koszorú kötés volt a program. Ezen a napon 20 fő Kecelre utazott a Virágkiállítás megtekintésére.
- **December 8.** Galambfesztyárlon 24 lelkes versenyző süteménysütésben jeleskedett. A verseny eredményeként az I. és II. díjat hoztuk el. Ugyanekkor a főzőversenyen résztvevő egy versenyzőnk az I. díjat kapta.
- **December 9.** Öregmajorban szentmise után János Atyát köszöntöttük esperesi kinevezése alkalmából. Az öregmajori csoportunk süteménnyel kedveskedett a mélykúti tagoknak, jelenlévőknek, mi pedig narancssal ajándékoztuk meg őket a közelgő karácsonyi hangulatban.



• **December 12.** Kibővített vezetőségi ülésen értékeltük az évet, készülődünk az évzáró ünnepélyre. Az Öregek Otthonában ezen a napon a Jázmin virágkötő klub részéről 33 idős néninek készítettem karácsonyi díszet, s ezzel kívántam mindannyiuknak békés, boldog karácsonyt, egyesületünk tagjai és magam nevében.

• **December 14.** Budapest Csupaszívek Társasága képzés.

• **December 15.** A Kiskunhalasi Egyesület karácsonyi és egyben 10 éves évfordulóját ünnepelte, melyen egyesületünket kettő fő képviselte.

• **December 16.** Karácsony előtti évzáró ünnepség 200 fő részvételével. A meghitt hangulatú rendezvényt a mélykúti óvodások, Kopcsék Tamás és Sári Diana tánc tette emlékezetessé.

• **December 17.** Jánoshalmán megalakult a Kistérségi Civil Egyesület, melyhez egyesületünk is csatlakozik.

• **December 29.** A 2007. év záró programja Pécssett, a Hyppolit, a lakály c. zenés játék megtekintése volt. Ezen a nagyszerű előadáson 42 fő vett részt.

*Holka Istvánné elnök*

## Vicc

### ELMEGYÓGYINTÉZETBEN

Újságíró készít riportot az elmeógyógyintézetben. Azt kérdi a főorvostól:

– Hogyan állapítják meg egy páciensről, hogy már elhagyhatja a kórházat?

– Vannak olyan feladataink, amiket helyesen végrehajtva bizonyíthatják elmeállapotukat.

– Tudna egy ilyen példát mondani?

– Persze. Vegyük például ezt: van egy kád, teli vízzel. Van a fürdőszobában három tárgy: egy kiskanál, egy pohár és egy vödör. Melyikkel tünnetné el a vizet a kádból?

– Ó, hát ez egyszerű! Minden normális ember a vödört választaná.

– Nem, minden normális ember kihúzná a dugót a kádból.

## Rokkantsnyugdíj helyett rehabilitációs járadék

Magyarországon jelenleg mintegy nyolcszáz ezer fő megváltozott munkaképességű, rokkantsnyugdíjas, akiknek több mint a fele, 450 ezer nyugdíjkorhatár alatti személy. Közülük csupán tíz százalék dolgozik. A jogszabályi változtatások elsősorban ezt a csoportot érintik, jövőbeli célként jelölve meg megmaradt munkaképességük felerősítését.

A megmaradt munkaképesség megállapítására új orvosszakértői rendszert hoznak létre, illetve bevezetik a rehabilitációs járadékot. Mit jelent a komplex minősítési rendszer,

ki jogosult a rehabilitációs járadéokra? Igénylés, megállapítás, folyósítás? Hol és mekkora összeg? És meddig?

Annyi biztos, hogy 2008. január 1-jétől lépett életbe az ide vonatkozó törvény. A többi pedig számtalan kérdőjel!

A tervek szerint minden kistérségben kialakítják az új komplex rehabilitációs szolgáltatási rendszert. Bizakodva várjuk a szolgáltatási rendszer működését, hogy tagjainknak ez irányú, nem kevésbé fontos kérdéseikre megfelelő tájékoztatást tudjunk adni.

*Forrás: Internet*

## Mórahalmi kedvezményes bérlet

Mint már több ízben közzétettük a Mórahalmi Erzsébet Gyógyfürdőben azon egyesületi tagjainknak, akik érvényes MEOSZ tagsági könyvvel rendelkeznek, kedvezményes bérletet vásárolhatnak. A 10 alkalomra szóló bérletet 3 hónap alatt lehet felhasználni egyéni odautazással. Aki teheti, és szüksége is van a termásvíz adta gyógyulásra, használja ki a lehetőséget, és váltson bérletet.

## A MAGYAR NEMZETI ÜDÜLÉSI ALAPÍTVÁNY 2008. ÉVI PÁLYÁZATAIRÓL

A Magyar Nemzeti Üdülési Alapítvány továbbra is támogatja a szociálisan rászorultak kedvezményes üdültetését. Az érintettek 2008. február 1-jétől pályázat útján igényelhetnek támogatást.

A pályázati kiírások és a szükséges formanyomtatványok január közepétől állnak rendelkezésünkre.

További információt ügyfélfogadási időben tudunk biztosítani.

## Recept: HÁJAS KALÁCS

*Hozzávalók: 30 dkg hár, 40 dkg liszt, 2 tojás sárgája, só, fehérbor, lekvár*

A hajat megtisztítjuk hártáitól, húsdarálón megdaráljuk, és hideg helyre tesszük. A lisztből, a tojássárgákból, a fehérborból rétestésztát gyúrunk, jól kidolgozzuk, hogy apró hólyagok keletkezzenek a tészta felületén. Lisztezett gyúródeszkán 1,5 cm vastagra nyújtjuk, és késsel rásimítjuk a hajat. A tésztát könnyszerűen összehajtogatjuk, 1 cm

vastagra nyújtjuk, és még kétszer hajtogatjuk, közben mindig legalább 20 percet pihentetjük. Az utolsó pihentetés után fél cm vastagra nyújtjuk, forró kessel felvagdossuk 4 cm széles és 7 cm hosszú darabokra. Mind egyik tézsdarabra egy diónyi lekvárt rakunk. Félbehajtuk, megszórjuk cukros mandulával vagy vagdalt dióval. Sütés előtt két órát pihentetjük hideg helyen. Közepes hőmérsékletű sütőben sütjük.

## TÁMOGATÁSOK, KEDVEZMÉNYEK

Az alábbiakban felsoroljuk azon támogatási formákat, melyek jogosultsági feltételeiknek megfelelő esetben egyesületünknek igényelhető, vagy ügyintézésében segítséget tudunk nyújtani: • Lakás-akadálymentesítési támogatás; • Közlekedési támogatás (parkolási igazolvány); • Fogyatékosági támogatás; • Súlyos fogyatékosok kedvezményei a Mélykúti Önkormányzatnál; • Egyszeri gyógyszersegély; • Méltányossági nyugdíjmelési kérelmek

További részletes tájékoztatást ügyfélfogadási időben, egyesületi irodánkban adunk.

## SZOLGÁLTATÁSAINK

Ügyintézés, tanácsadás, klubfoglalkozások, előadások, kirándulások és kedvezményes szolgáltatások szervezése, vérnyomásmérés, gyógytorna, gyógyüdültetés, szobai kerékpár és gyógyászati segédeszközök kölcsönzése. Könyvet-házhoz program, ingyenes internetes szolgáltatások.

## TAGDÍJAINKRÓL

A tavalyi közgyűlésünk határozata szerint egyesületünk éves tagdíja változatlanul 1.000 Ft. Kérjük, hogy befizetéseiket kizárólag a FÓKUSZ Takarékszövetkezet mélykúti fiókjában tegyék meg. (Mélykút, Petőfi tér 3.) Befizetés előtt, ügyfélfogadási időben szíveskedjenek felkeresni egyesületi irodánkat.

## SZJA 1%-RÓL

Kérjük egyesületi tagjainkat, hogy személyi jövedelemadójuk 1%-ának felajánlásával támogassák egyesületünk működési céljainak megvalósítását. Ha Ön nem fizet SZJA-t, kérje meg családtagjait, ismerőseit, barátait, hogy részünkre tegyék meg felajánlásaikat. **Adószámunk: 18343438-1-03 Köszönjük!**

**Közlekedési támogatás beadásának határideje: április 30-a, a Polgármesteri Hivatalban.**



# EGYESÜLETÜNK ÉLETÉBŐL



Jázmin virágkötő klub



Községi szemétygyűjtési akció



Móraalmi gyógyfürdő



Hajdúszoboszlói vidám est



Anna táncklub fellépése Kiskunhalason



Óvodások  
az Évzáró ünnepségen



Majsai ebéd



Számítógépes tanfolyam



Tagjaink  
az orvosi előadáson



A KI MIT TUD közönsége

## FŐBB TÁMOGATÓINK

Mélykút Nagyközség Önkormányzata • R. K. Egyházközség  
MEOSZ • NEMZETI CIVIL ALAP • EMITEL RT • BKKM-i Szociális Közalapítvány  
FEBŐSZ • Szvetnik Joachim Általános Iskola • JOZSMÁR BT – Baromfi szaküzlet

**TÁMPONT** 

A Mozgáskorlátozottak Mélykúti Egyesületének alkalmi kiadványa

Felelős kiadó:

Holka Istvánné elnök

6449 Mélykút, Petőfi tér 17.

Ügyfélfogadás:

szerdán 14-17 óráig

csütörtökön 9-12 óráig

Telefon: 77 460 010

Mobil: 06 70 458 2450

(Holka Istvánné)

06 70 387 0512 (Rasztik Tibor)

E-mail: [mmemelykut@emitelnet.hu](mailto:mmemelykut@emitelnet.hu)

Honlap: [www.mmemelykut.hu](http://www.mmemelykut.hu)