

Hifa-Ro INFO



2009
anul VII évf.
nr. 28. szám
Trimestrul IV. negyedév

Segítség Mindenkinek - Ajutor pentru Toți

A Hifa-România Segítség Mindenkinek Egyesület negyedévi ingyenes lapja - Revista trimestrială gratuită a Asociației Hifa-România Ajutor pentru Toți

Azstali sport ...

Sport de masă ...

Közös étkezés ...

La masă împreună ...



Karácsonya készülőben

Pregătire pe Crăciun



A Mikulással

Cu Moș Crăciun



Dragi prieteni (pag. 3) ♦ Babi (pag. 4) ♦ Cecilia (pag. 5) ♦ Recunoștința (pag. 9) ♦ Să ne cunoaștem

trupul! III. (pag. 10) ♦ Convenția ONU din 2006 privind Dizabilitatea (pag. 14) ♦ ...

Recunoștința nu este doar cea mai importantă dintre virtuți, ci și părintele tuturor celorlalte!

Marcus Tullius Cicero

Crăciun Fericit și La Mulți Ani!

Din sumar...

A tartalomból...

Kedvezmánytalan (3 olt.) ♦ Babi (4 olt.) ♦ Cecilia (5 olt.) ♦ Hálásdus (9 olt.) ♦ Ismerítik meg
teastúkert! III. (10 olt.) ♦ A 2006-os Fogantakosigyi ENSZ Egyezmény (14 olt.) ♦ ...

A hálásdus nem csak a legfontosabb az erények között, hanem az összesnek szülöjje!

Marcus Tullius Cicero

Magyarországon Gyakoroltak a Kalandosodások És Bölgék Újra Elválasztása

Tevékenységeinket támogatták 2009-ban

SZÜLŐFÖLD ALAP, FUNDATIA COMMUNITAS, CONSILIUL JUDEȚEAN MUREŞ, MUNICIPIUL TG-MUREŞ, DANONE SA, ALY MONY COM SRL, MASTER DRUCK, TRANSPORT LOCAL SA TG-MUREŞ, FOMCO SRL, ADIMAG SRL, SPECTRA, SC ALLCOLORS SRL, ZIMEX SRL, ROMHOLMA SRL, SMILEY SRL, EFENDI SRL, KILYEN SERV SRL, TOTH PEKSEG GĂLEŞTI, PAROHIA ROMANO-CATOLICĂ TG-MUREŞ NR. I, RADIO TG-MUREŞ, ASOCIAȚIA ACTIUNEÀ EUROPEANĂ, FERMA OPREA-AVI COM, SPECTRA, INTELIGENT IT MARKÓ BÉLA, SÁNTHA TIBOR, POKORNÝ LÁSZLÓ, SIKÓ ÉVA, MARKÓ ENIKŐ, ERDŐS ELLÁ, DR. KOLOZSVÁRY ZOLTÁN

Segíts, hogy segíthessünk!
KÖSZÖNÖJÜK!



Ennek a lapszámnak nyomtatását a Szülőföld Alap támogatta!



Tipărirea acestui număr a revistei a fost sprijinită de Szülőföld Alap!

Köszönjük, hogy adja 2%-val támogatja munkánkat. Számítunk Önre a jövőben is!

2%

Asociația Hifa-România
Cod de identificare fiscală: 13226582
Cod IBAN: RO30RNCB0188034979810001

Vă mulțumim că ne sprijiniți cu 2% din impozit. Contăm pe Dumneavoastră și în viitor!

HIFA-RO INFO

Főszerkesztő
Főszerkesztő-helyettes

Elérhetőség

Bankszámlaszám

Kérjük, adományozza adójá 2%-át!

Nyomtatja

HIFA-RO INFO

Simon Judit-Gy.
Antalfi Imola
Kelemen Attila

Hifa-România,
RO 540554 Tg-Mureş
Str. Pandurilor 18/1
Tel: 0265-247679, 0744-529742
E-mail: hifa_ro@yahoo.com
Website: www.hifa.home.ro

BCR Tg-Mureş str. Gh. Doja 1-3,
Hifa-România Ajutor pentru Toți,
RO30RNCB0188034979810001/RON
RO03RNCB0188034979810002/EUR
RO46RNCB0188034979810004/USD

Cod fiscal: 13226582

Master Druck Tel: 0265-262359

HIFA-RO INFO

Redactor șef
Vice-redactor șef

Contact

Cont bancar

Vă rugăm, donați 2% din impozitul dumneavoastră!

Tipărește

Kedves barátaim

Tavaly ünnepeltük a Hifa-Ro Info folyóiratunk 5 éves évfordulóját. Nagy örööm volt számunkra, hogy szavainkkal, üzeneteinkkel eljuthattunk és eljuthatunk Önökhoz, családjaikhoz, barátaikhoz.

Jövőben ismét ünnepelünk: a Hifa-România Egyesület 10 éves lesz. Sokan közülünk talán nem is merték remélni, hogy idáig eljutunk, de meggyőződésem, hogy éppen azért vagyunk itt, mert többen voltunk, akik bíztunk és tudtuk, hogy Egyesületünknek léteznie kell és temnie kell értünk.

Az elmúlt években sokat tanultunk egymástól, fejlődtünk toleranciában, felelősségtudatban, megértemtük, hogy mennyire fontos a közösség megtartó ereje, a szeretet, egymás tisztelete. A távolságok megszűntek számunkra, az együvé tartozás érzése és az újratállkozás reménye, öröme ad erőt a minden napok nehézségeinek elviseléséhez.

A hálaadás pillanata ez! Hálásak vagyunk, hogy tehetünk egymásért és másokért, azért, hogy erősek vagyunk a minden napokban, hogy nem adjuk fel! Vajon elgondolkodunk-e azon, hogy naponta hányszor adhatnánk hálát mindezekért. A hálaadásnak mindenapi élettünk részévé kell válnia. Ha folyamatosan azt kutatnánk élettünkben, hogy miért tartozunk köszönettel, nem jutna időnk elkedvetlenedni a sikertelenségek, nehézségek miatt. Hiszen, ha jobban meggondoljuk, még a rossz dolgok is a javunkra válhatalnak, ha rögtön nem is értük az értelmüket. De higgyék el nekem, több jó történik az élettünkben, mint rossz! Csak akarjuk inkább a jót észrevenni!

Engedjük, hadd tudatosuljon bennünk az igazság, a meggyőződés, hogy nem önmagunkért élünk és vagyunk, hanem mindenekért, akikkel az élet valamilyen formában összeköt.

Nos, mielőtt átlépnénk az Új Esztendőbe adjunk hálát a sok jóért, amit kaptunk, és azért is, amit nem kaptunk. Legyünk hálásak egyszerűen azért, hogy élünk, és azért is, hogy ezt az évet együtt kezdtettük a hagyományos vártszilveszteri programunkkal. Együtt örülhettünk a feltámadt Krisztussal a Húsvéti lelknapkor. A közös kirándulások, a Fraternitas továbbképző tábor mind-mind erőt adott ahhoz, hogy ne adjuk fel álmainkat. Képezhetünk magunkat, másokat! Ugy érzem - és remélem ezzel az érzéssel nem vagyok egyedül -, hogy szervezetünk minden nyiunk életének szerves részévé vált, és ez örömmel töl tél.

Igyekeztünk segíteni, ahogy és ahol tehettük, mindenek támogatásával, akik mellénk álltak lelkiekben anyagiag, önkéntes munkájukkal, vagy egyszerűen csak jó tanácsokkal látta el.

Sikerült előre lépni a Hifa-Park terüünk születésében: megtaláltuk a projekt elindításához elengedhetetlen földterületet, és kifizettük a vételár egy részét! A Pókakeresztrúron megvásárolt terület arra vár, hogy rajta felépüljön minden, ami sokaknak segítségére lesz majd. A Hifa-Park így kezd lassan valóságá válni, bár álmunk

Dragi prieteni

În anul 2008 am sărbătorit cea de-a cincea aniversare a revistei noastre Hifa-RO Info. Pentru noi a însemnat o mare bucurie faptul că, prin cuvinte simple și mesaje am ajuns și sperăm că vom ajunge în continuare la D-voastră, la familile și prietenii D-voastră.

La anul vom sărbători din nou, și anume: cea de-a zecea aniversare a Asociației Hifa-România. Mulți dintre noi nici nu am visat că o să ajungem așa departe, dar am convingerea, că de aceea suntem aici, pentru că unindu-ne forțele am avut încredere că Asociația noastră trebuie să existe, să ne ajute în continuare.

În anii precedenți, am putut învăța multe unii de la alții, am devenit mai toleranți, mai responsabili, înțelegând importanța spiritului solidarității, a dragostei și a respectului reciproc. Distanțele dintre noi au dispărut și sentimentul de unitate, speranța și bucuria revederii ne ajută să trecem cu bine peste necazurile vieții cotidiene.

Acesta este momentul recunoștinței! Suntem recunoscători că putem să ne ajutăm între noi dar și pe alții, recunoscători că avem puterea să depăşim problemele zilnice și să nu renunțăm niciodată. Oare ne gândim de câte ori am putea să fim recunoscători zilnic pentru toate acestea? Recunoștința trebuie să devină parte integrantă a vieții noastre cotidiene. Dacă zilnic ne-am punem întrebarea pentru ce anume trebuie să fim recunoscători, nu am nevoie să ajunge timpul să fim bosumflați din cauza eșecurilor și greutăților vieții cotidiene. Dacă ne gândim mai bine, și lucrurile rele pot avea „un efect pozitiv” asupra noastră chiar dacă, pe moment, nu înțelegem rostul acestora.

Dar credeți-mă că, în viața noastră se întâmplă foarte multe lucruri pozitive, doar că trebuie să ne dăm seama acest lucru, trebuie să ne preocupă partea pozitivă a evenimentelor.

Trebuie să conștientizăm că nu suntem ființe izolate, ci existăm pentru cei de care viața ne leagă. Înainte de a păsi în Noul An, să fim recunoscători lui Dumnezeu pentru ceea ce am primit, și deoarece, și pentru ceea ce n-am primit. Să fim recunoscători pentru simplul fapt că trăim, și că am reușit să începem anul împreună, prin petrecerea de Anul Nou care a devenit deja o tradiție. Ne-am bucurat împreună la Învierea lui Isus cu ocazia Sfintelor Sărbători de Paști, cu ocazia excursiilor pe care le-am făcut împreună, cu ocazia taberelor Fraternitas. Toate aceste evenimente ne-au dat putere să nu renunțăm la visele noastre. Am reușit să învățăm multe și i-am învățat și pe cei din jurul nostru. Simt, și sper că nu sunt singură cu acest sentiment, că Asociația a devenit parte integrantă a vieții noastre, și că acest aspect ne bucură.

Am încercat să ajutăm unde și cum am putut, spiritual, material cu sprijinul celor care ni s-au alăturat prin munca lor de voluntariat, sau prin sfârurile lor. Am reușit să progresăm în cadrul proiectului nostru „Parcul Hifa”. Am reușit să achiziționăm suprafața de teren necesară proiectului nostru, achitând parțial prețul. Terenul din Păinjeni așteaptă, ca pe ea să fie construit ceea ce pentru mulți dintre noi cu siguranță va însemna un ajutor important. Astfel, începe să se contureze proiectul Parcul Hifa, dar până la implementarea visului nostru, trebuie să mai trezem peste multe greutăți. Rugăciunile

beteljesüléséhez még sok nehézséggel kell megbírkóznunk... A közös íma, a jószándék, egy más bátorítása segít, a szívben jött munkának teremtő ereje van. Merjünk álmودni, akárunk imádkozni, tegyük jó! Higgyünk abban, hogy nem vagyunk magunkra utalva, hogy vannak álmaintak felkaroló, gondjainkban mellettünk álló emberek, lelkünk teljen meg reménnyel és bizakodással. Istennek legyen hála!

Simon Judit Gyöngyi



Babi

Néhány évvel ezelőtt Bihar megyében, Kerekin egy fogyatékkal élők részére szervezett rendezvényen találkoztam először Babival. Értelmes, jókedélyű fiatal hölgy, akiről hamar kiderült, hogy nemcsak mozgásérült, aki kerekessékbén ül, hanem súlyos látásérült is: egyáltalán nem lát. Időnként telefonon beszélgetünk és úgy gondoltuk, hogy néhány dolgot elmesél magáról a Hifa-Ro Info olvasóinak, hiszen minden rejttetnek tűnő életből meríthetünk tanulságos dolgokat.

Babi (Mezei Ilona) Berettyószéplakon született 1967-ben december 26-án. Ketten vannak testvérek. Összetartó családban nőtt fel, később ez méginkább bebizonyosodik, amikor „belép” az életébe a Sclerozis multiplex.

Gyerkekoráról sok szép, életre szóló emléket hozott magával. Egy kedves történetet mesélt el. 11 éves volt, amikor a családdal elmentek egy kiruccanásra. Épp a Fogarason ereszkedtek le, amikor egy medve álta el útjukat. Különös turistabarát volt a medve: miután elfogadta a felkínált mézeskalácsot, másról elindult a következő autó felé kunyerálni. Ők azonban nem akartak adni semmit, de a medve rátte szállt a kocsira, követelőzön, „ragaszkodva álláspontjához”. Igy Babiék le is fényképeztek ezt a nem mindennapjai jelenetet.

Széplakon, majd Margitán járt iskolába, ahol végül le is érettségitte. 1985-ben elkezdett dolgozni, majd rá egy évre megismerte párfát, akit 1987-ben házasodtak össze. Szerelmük gyümölcsöként 2 lánynak adtak életet, aikre nagyon büszke. Azonban, mint minden házasságban történnek szép, és kevésbé szép dolgok. Az élet viharai zátonyra vitték a házasság hajóját és így 1996-ban szétváltak útjaik. Ekkor még nem volt tudatában annak, hogy mi vár rá, mit tarthat az élet számára. Már 1994-től jelentkeztek a betegség első tünetei, egyre kevesebb és kevesebb ereje volt. A munkahelyet kénytelen volt otthagyni, a látása is egyre jobban romlott. A tanáctalanság, a tehetetlenség érzése az egyre jobban romló egészségi állapotával szemben és válása nagyon megviselte. Hogyan tovább? Úgy érezte már nincs semmi értelme az életének.

1998-ban ismerte meg jelenlegi párfát, épp időben, hogy még láthassa őt, hiszen 2000-től már egyáltalán nem lát. Elemér odaadó, segítőkész ember, aki tanulmányozva Babi betegségét, megértette és tudatában volt annak, hogy mi vár kettőjükre. De a szerelem nem ismer akadályt, mondjuk sokszor. Hissük, vagy sem, de

noastre, ale tuturor, buna intenție, încurajările reciproce ne ajută. Munca sufletească are puterea de a clădi. Să îndrăznești să visăm, să ne rugăm, să facem lucruri bune. Trebuie să avem încredere că nu suntem singuri, că sunt persoane care ne sprijină în atingerea visurilor și rezolvarea problemelor noastre, iar sufletul nostru să fie plin de speranță și încredere. Mulțumim Lui Dumnezeu!

*Simon Judit Gyöngyi
Traducere Somogyi Robert*

Cu Babi m-am întâlnit acum câțiva ani la Cherechiu din județul Bihor, cu ocazia unei întâlniri organizate pentru persoanele cu dizabilități. Mi-am dat seama repede că este o persoană isteată, voioasă. Și mi-am mai dat seama că este nu numai legată de scaunul cu rotile, dar este și nevăzătoare. Câteodată vorbeam la telefon, și ne-am gândit că ar fi bine să ne împărtăsească câteva idei despre ea cititorilor revistei Hifa-Ro Info, deoarece din fiecare viață învăluită în mister putem trage niște concluzii pozitive.

Babi, Mezei Ilona s-a născut la 26 decembrie 1967 la Suplacu de Barcău. Provine dintr-o familie unită, iar acest fapt iese și mai mult în evidență după ce a fost diagnosticată cu boala scleroză multiplă în plăci. Mai are o soră, iar din copilărie are o mulțime de amintiri frumoase.

Mi-a povestit o întâmplare drăgălașă. Avea 11 ani, când împreună cu familia a plecat într-o excursie în munții Făgărași. Când coborau munții, dintr-o dată în calea lor a apărut o ursoaică prietenoasă cu turiștii. I-au oferit turta dulce, după care ursoaica a început efectiv să cersească și la următorul vehicul. Pasagerii autovehiculului, familia lui Babi nu i-au dat nimic. Așa că ursoaica încăpățânată și perseverentă și-a pus labele pe mașină, astfel au avut timp să fotografieze această scenă deosebit de rară.

Babi și-a urmat studiile la Suplacu de Barcău iar diploma de bacalaureat a obținut-o la Marghita. În 1985 a început să lucreze, după un an a făcut cunoștință cu viitorul soț cu care s-a căsătorit în 1987. Din dragostea lor s-au născut două fetițe frumoase, dar cum în fiecare căsnicie există și lucruri bune și triste, au început să apară probleme și la ei. Furtuna vieții a dus la recif vaporul căsnicie, astfel că în 1996 drumurile lor s-au despărțit. Aceasta a fost perioada în care nu era în totalitate conștientă despre ce-i rezervă viață în continuare. Primele semne ale bolii au început să apară în 1994, simțindu-se din ce în ce mai slabită. Mai târziu i s-a deteriorat din ce în ce mai mult vederea, fiind nevoită să renunțe și la serviciu. Neputința și ulterior divorțul au afectat-o foarte mult. Ce se va mai întâmpla? Își punea întrebarea astăzi continuu?

Nu-și mai vedea rostul vietii, și totuși în 1998 cu doi ani înainte să-și piardă definitiv vederea se întâmplă un lucru minunat. Face cunoștință cu Elemér, un bărbat plin de devotament și gataoricănd să-i acorde ajutor. Învățând multe despre boala de care suferă Babi, el a înțeles ce-i așteaptă pe amândoi și a acceptat situația.

mindig megdöbbentenek az ilyen példák. Léteznek emberek, akik nem áldozatnak tekintik társuk gondozását, hanem magától értetődően felvál-lajk azt, akit szere-tnek, nem félve attól, hogy ki mit mond.

Elemér volt az, aki bátorította Babit, aki elfogadtatta betegségét vicces modorával, aki megértette vele, hogy az élet nem áll meg itt. Éjszaka-i műszakot vál-lalva évek óta Babi mellett van. Eme-leton laknak, de ez nem akadályozza meg öket, hogy időnként barátokat, rokonokat, sorstársakat látogassanak. Élnek és örülnek egymásnak.

Babi hálát ad azért, amit kapott az élettől. Már kis-nokája is van, akit bár soha sem látott, nagyon szeret és sokat játszik vele. Annak ellenére, hogy álmaiban ott szerepel az újra látni és újra járni, úgy érzi mégiscsak szerencsés ember, mert körülveszi őt egy szerető család, hiszen mi másra, mint a szeretetre van igazán szük-ségünk... Arra biztat mindenkit, hogy soha nem szabad feladni, lemondani az élet örömeiről, mert az az igazán fontos, hogy a szépet, a jót kerssük mindenben és mindenkiben.

Aki szeretné felvenni a kapcsolatot Babival, megteheti a 0259/368466 telefonszámon.

Simon Judit Gyöngyi

Văzând exemplul lor, trebuie să afirmăm că credință că dragoste este nelimitată și nu cunoaște obstacole.



Elemér nu consideră că se sacrifică, ci își asumă cu dragoste problemele lui Babi, nefiind interesat de părerea celor din jur. Cu mult humor încurajează, acceptă boala ei, înțelegând că viață nu se oprește aici. Lucrând numai în tură de noapte, în timpul zilei este alături de Babi. Locuiesc la etaj, dar acest fapt nu împiedică să-si viziteze din când

în când prietenii, rudele. Trăiesc și se bucură de prezența celuilalt.

Babi este recunoscătoare pentru ceea ce a primit de la viață. Deja are un nepoțel, pe care nu-l vede dar cu care se joacă foarte mult. Cu toate că visul ei de a vedea și a se deplasa nu se mai poate împlini, ea se consideră totuși o persoană norocoasă, fiind înconjurată de o familie iubitoare căci ea știe: de dragoste avem nevoie cel mai mult. Ea îi îndeamnă pe toți să nu renunțe la luptă, pentru că e important să privim partea cea bună a lucrurilor, să privim înainte.

Cine dorește să ia legătura cu Babi o poate face la telefonul: 0259/368466

*Simon Judit Gyöngyi
Traducere Somogyi Róbert*



Cecilia

Gyerekkori emlékek

A nevem Sámuel Cecilia, Székelyudvarhelyen születtem és 38 éves vagyok. Édesanyám szintén székelyudvarhelyi születésű, édesapám maroshévízi. Édesanyám egyedüli gyerek volt, édesapám népes családból származik: 12-en voltak testvérek, közülük ma már csak heten élnek. Én is egyikeként nevelkedtem, mivel még megszületésem előtt elhunyt egy 12 éves fiútestvérem. Korán, 14 évesen elvesztettem édesanyámat. Ekkor váltam hirtelen kislányból felnőtté. Édesapám nem nősült újra. Én voltam az élete és később a családom, gyerekeim. Mindazonáltal, hogy korán elvesztettem édesanyámat, a gyerekkoromra visszaemlékezve csak szépet és jót mesélhetnék. Csodálatos, harmonikus, szerető,

Amintiri din perioada copilăriei

Numele meu este Samuel Cecilia, m-am născut în Odorheiu-Secuiesc și am 38 de ani. Mama mea provine de asemenea din Odorheiu-Secuiesc, tata s-a născut la Toplița. Mama era singură la părinti, tata provenind dintr-o familie numerosă cu doisprezece frați din care trăiesc doar şapte. Si eu eram singură la părinti, deoarece înainte de a mă naște, fratele meu de 12 ani a decedat. Mi-am pierdut mama la o vîrstă fragedă, aveam 14 ani. Astfel m-am maturizat repede. Tata nu s-a mai recăsătorit, iar în viață lui eu aveam un loc central, mai târziu și copiii mei aveau același „rol”. Cu toate că mi-am pierdut mama la o vîrstă fragedă, îmi amintesc de copilăria mea cu drag despre care vă pot povesti numai lucruri bune și frumoase. Am crescut într-o familie plină de armonie, dragoste și

megértő családban nőttem fel. Köszönöm Istennek, hogy ezekből a tulajdonságokból én is örökölhettem. Egy bájos kis történet él bennem: Édesanyám súlyos szívbeteg volt, de utolsó percig nem érezte a családdal. Hat éves voltam, és mivel édesanyám nagyon szerette a természetet, így sokat sétáltunk, kirándultunk, ha engedték a körlülmények. Egy tavaszi délutánon elmentünk kettesben (mivel édesapám dolgozott) a Székelyudvarhely melletti Szejkére, autóbusszal. Csodálatos délutánt töltöttünk együtt. Elsétáltunk Orbán Balázs síremlékéhez, majd ibolyát szedgettünk. Végállomásunk a Szejke vízforráshoz vezetett. Ott friss forrásvizet ittunk. Hazaérve este, amikor édesapám hazajött a munkából, elfáradva de ragyogó szemekkel számoltam be a délutáni kirándulásunkról, és óriási nagy gyerekseretettemmel adtam oda az én két kis kezemmel szedett ibolyacsokrot apukámnak. Ezután elmentem lefektüdni és emlékszem mennyire boldog voltam, hogy anyukámmal tölthettem egy felejthetetlen szép délutánt és a munkából fáradtan haza érkező apukámnak örömöt szerezhettem. Ennek a kis történetnek mindenki hatására volt életemre, a mai napig. Akkor még gyerekként átléve, de föleg a most, visszagondolva a tanulság: nem kell sok pénz egy kirándulásra, sem egy csokor virágra, sem ahhoz, hogy szeretetünket ki tudjuk nyilvánítani.

Visszaemlékezve a családi történetekre mindig örööm és boldogság tölt el, mindenkor mellett, hogy korán elvesztem imádott édesanyámát, akitől annyi jót és szépet kaptam, hogy ha ezekre visszagondolok úgy érzem, most is mellettem van, és ugyanúgy viagyáz rám, mint gyerekkoromban.

A tanulás fontossága

A székelyudvarhelyi Tamási Áron gimnáziumban érettségiztem és miután fiatalon mentem férjhez, később használtam ki minden lehetőséget, hogy tovább képezzem magam. Több tanfolyamat végeztem (könyvelés, élelmiszer-, marketing-menedzsment) sőt egészségügyi szakvégzettséget: akkreditált diplomát is szerztem ápolói szakon. Nem éppen azt végeztem, amit szerettem volna, de Isten segítségével és saját akaratomnak köszönhetően mégis azt tanulhattam ami közel állt hozzáim. A munkámban hasznát vesszem minden egyes képzésemnek, úgy érzem, hogy ez hasonló a mondáshoz: ahány nyelvet tudsz, annyi ember vagy. Ebben az esetben a bő tudás az, amivel hasznára tudok lenni a családnak, a társadalomnak és nem utolsó sorban önmagamnak. Személyiségeink fejlesztése nagyon lényeges!

Házasság, család

Soha sem akartam férjhez menni, a gyerek-korból eredő cukorbetegségem miatt. De másnéven alakult, amikor ex-férjemmel találkoztam (12 évet voltunk házasok), akihez 1991-ben mentem férjhez. Még abban az évben koraszülöttként megszületett

intelegetere. Íi mulțumesc lui Dumnezeu, că am moștenit și eu din aceste calități. Port în sufletul meu o poveste înduioșitoare. Mama suferea de o boală cardiacă severă, fără să lase vreo impresie despre existența acesteia în sănătatea familiei. Îmi amintesc că aveam şase ani, și datorită faptului că mamei îi plăcea foarte mult natura, făceam multe drumejii și ne duceam în excursii dacă timpul ne permitea. Într-o zi însoțită de primăvară ne-am deplasat la Băile SEICHE cu autobuzul. Am petrecut o după amiază de neuitat. Am poposit la mormântul lui ORBAN BALAZS iar apoi am cules viorele. Ultima noastră destinație a fost izvorul de la Feliceni, unde am băut apă proaspătă de izvor. Seară am ajuns acasă, iar când tata a sosit obosit de la serviciu, i-am povestit despre excursia noastră înmânându-i buchetul de viorele cules de mine. După aceea m-am dus la culcare, și îmi amintesc că de bucuroasă eram, că am reușit să petrec o după-amiază de neuitat cu mama, și i-am făcut o bucurie tatălui meu care venea acasă obosit de la serviciu. Această mică poveste m-a marcat întreaga viață, chiar și în ziua de azi îmi amintesc cu drag. Pe atunci trăiam această experiență ca și copil, dar gândindu-mă la prezent, am dobândit o lecție de viață și anume: nu-ți trebuie mulți bani pentru o călătorie, un buchet de flori sau pentru a-ți exterioriza sentimentele.

Aducându-mi aminte de povestile familiale, mă cuprinde un sentiment de bucurie și fericire. Cu toate că mi-am pierdut mama la o vîrstă fragedă, am primit de la ea atâta lucru bună și frumoase, încât dacă mă gândesc la acestea, simt că și cum ea ar fi încă lângă mine, ar avea grija de mine, cum a făcut-o și în timpul copilăriei mele.

Importanța studiului

Am absolvit gimnaziul Tamási ÁRON din Odorheiu-Secuiesc, și după ce m-am măritat foarte tânără, am profitat de oportunitățile ivite de a mă perfecționea. Am absolvit mai multe cursuri cum ar fi: contabilitate, curs în industria alimentară, curs de marketing, management, mai mult: am obținut licență la secția de asistență medicală. Nu am terminat ceea ce aş fi dorit, dar cu ajutorul lui Dumnezeu, am absolvit ceea ce îmi este cel mai aproape și anume domeniul sănătății. În activitatea mea zilnică, îmi sunt de folos toate cunoștințele pe care le-am acumulat, și cred că acest fapt se asemănă cu propoziția: cu cât mai multe limbi vorbești cu atât ești mai apreciat ca om. Studiile mele mă ajută mult să fiu de folos familiei, societății și nu în ultimul rând mă ajută și pe mine personal. Dezvoltarea personalității noastre consider că este un lucru foarte important.

Căsătorie, familie

Din cauza diabetului de care sufăr încă din copilărie niciodată nu am vrut să mă mărit. Dar am avut alt destin, astfel când m-am întâlnit cu fostul meu soț (am fost căsătoriți 12 ani) el mi-a schimbat viața și în 1991 ne-am căsătorit. În același an s-a născut

első gyerekünk (kislányunk) Tímea. Elég nehéz volt a terhességi időszak, három hónapig a vásárhelyi körházban feküdve nap, mint nap attól rettegtem, hogy bármikor elveszíthetem. De hála Istennek, hétfelhónapra megszületett, 1,85 kg-val és nagyon gyenge kis ellenálló szervezettel. Három hónapig volt kórházban, másfél hónapot inkubátorban, majd másfél hónapot üveges kiságyban, de végül három hónaposon 3 kg-al hazába engedték. A második gyereket minden orvos ellenézte, mert a kislányom születése után négy évre volt egy spontán vesztésem, és eléggyé megviselte szervezetemet. Több próbálkozás után 1999-ben megszületett 2,05 kg-al makkegészséges kisfiam, Barna. Tehát elmondhattam, hogy kimondhatatlannal boldog és büszke édesanyja vagyok a két gyereknek. Egy szép család vagyunk, sokszor tervvel, céllal. Azonban, minthogy minden szép, ami életemben történt, nem tartott sokáig. 2003-ban elváltunk, és teljesen nulláról újrakezdtem két kiskorú gyerekkel az életem. De a Jó Isten és csodálatos apukám segítségével közös erővel újra talpra tudtam állni. Mindig a családom jelentette és jelenti nekem a boldogságot, bármilyen nehézségekkel is kell szembe nézni.

Fordulópontok

Életemben több fordulópont is volt, többször történt rossz, olyankor, amikor modhatni a legboldogabb voltam. Ilyen volt az, amikor 14 éves gyerekként hirtelen elvesztettem édesanyámát, és hirtelen felnötté kellett válnom. A második a családalapítás, ami nem igazán úgy történt, ahogy elképzeltem. A harmadik a válás, ez is teljesen megváltoztatta életem. A negyedik a lábam elvesztése. Egy éve sikerült alapítanom egy sportegyesületet mozgáskorlátozottak számára, ami szintén változást hozott életemben. Ez megtanított arra, hogy minden változás az életemben attól függetlenül, hogy mind fájdalmas volt, mégis mind jó hatást eredményezett. Egyre jobban erősítettek kitűzött céljaim elérésében, arra készítetve, hogy ne adjam fel. minden helyzetben van kiút, csak meg kell keresni, rá kell találni, kitartónak, türelmesnek kell lenni.

A Sirály Egyesület

Az isteni gondviselés vezetett a Sirály születéséhez. Életem negyedik fordulópontja volt és nehéz időszakban történt. Nyolc hónappal azt követően, hogy amputálták lábam, megismerkedtem egy szekszárdi üriemberrel, aki többször beszélgetés után elmondta, hogy van egy sportegyesülete mozgáskorlátozottak részére. Nekem akkor még rejtelyle volt az a fogalom, hogy sport, már csak az én esetemben is, nem beszélve azokról a személyekről, akik még felállni vagy kiszállni sem tudnak a kerekesszékből. Ez az ember hozott ki engem a sötét méllységből. Mindig arról beszélt, hogy mennyi lehetőség van, amivel elhélünk, csak el kell indulni az úton, mert nem lehetetlen. Hosszú türelmes kitartása mellett sikerült oly szinten meggyőzni, hogy augusztus-

prematur, la 7 luni fetița noastră Tímea, ea fiind primul nostru copil. Perioada de dinaintea nașterii a fost una extrem de grea, eu fiind internată pe timp de trei luni la maternitatea din Târgu Mureș, cu teama că aș putea să pierd în orice clipă. Dar slavă Domnului s-a născut la 7 luni cu o greutate de 1,85 kg, cu un organism slab. A petrecut 3 luni în spital, șase săptămâni în incubator, iar încă șase săptămâni într-un patut din sticla. Abia când a atins greutatea de 3 kilograme ne-au externat. Medicii mi-au contraindicat o a doua sarcină, deoarece la 4 ani de la nașterea fetiței mele, am pierdut o sarcină, fapt ce mi-a afectat organismul. După mai multe încercări în 1999 s-a născut cu o greutate de 2,05 kg băiețelul meu, Barna. Pot spune că sunt o mamă fericită, mândră a doi copiilor. Am fost o familie frumoasă cu multe teluri și aspirații. Cu toate acestea, la fel ca toate întâmplările bune din viața mea, fericirea nu a durat mult. Am divorțat în 2003, și cu doi copii mici am luat totul de la capăt. Datorită credinței în Dumnezeu, și a sprăjinului tatălui meu, am reușit să trec peste această situație grea. Pentru mine întotdeauna familia a reprezentat și reprezintă fericirea, oricare ar fi necazul peste care trebuie să trec.

Momente de cotitură în viața mea

În viața mea pot să spune că au existat mai multe momente de cotitură, exact în acelea în care erau cea mai fericită. Primul moment de cotitură a fost când la 14 ani mi-am pierdut mama. A urmat momentul întemeierii familiei, ceea ce nu a decurs cum mi-aș fi dorit eu. Al treilea, care mi-a marcat profund viața, a fost divorțul. Al patrulea moment de cotitură a fost pierderea piciorului, dar evenimentele s-au ținut în lanț. Astfel acum un an am reușit să înființez o asociație sportivă pentru persoanele cu dizabilități locomotorii, fapt care mi-a marcat din nou viața. Contextul creat m-a învățat că oricâte schimbări negative ai avea în viață, până la urmă acestea pot avea și un efect pozitiv. Ele te fac să lupti pentru atingerea telurilor propuse și să nu renunți niciodată. Orice problemă, situație are o rezolvare, noi trebuie doar să găsim soluția potrivită și să avem răbdare.

Asociația Sirály

Providența lui Dumnezeu a dus la crearea Asociației Sirály. Această idee mi-a venit în a patra și cea mai grea perioadă a vieții mele. Ideea mea a venit după 8 luni de la amputația piciorului meu, când m-am întâlnit cu un domn din Szekszárd, Ungaria, care după mai multe discuții mi-a povestit despre existența unui centru sportiv și de recreere pentru persoanele cu dizabilități. Pentru mine această concepție era încă un mister, ca și pentru cei care nu se puteau ridica din scaunul cu roțile. Acest domn m-a scos din starea de neputință. Îmi spunea că trebuie să pornim pe un drum și să încercăm să găsim posibilitățile și soluțiile. După lungi chibzuieri am pornit în luna august cu un copil de 10 ani spre Szekszárd, spre a mă convinge despre lucrurile

a nagyvilágnak. Buszról kocsiba, kocsiból vonatra ülve elmentem Szekszárdra megnézni mindazt, amit eddig csak szóban hallottam. Megérkezve Szekszárdra egy Nemzetközi asztalitenisz versenyre, amit mozgáskorlátozottak számára rendeztek, nagyon meghatódtam, mondhatni ledöbbentett a látvány. Mind Magyarország, mind România több városából érkeztek versenyzők, kb. 80 személy, nálamnál sokkal súlyosabb korlátosságokkal, és mind vidámk, mosolygókak, sportban aktív személyek. Első napom hihetetlen érzésekkel tele dús nap volt, itt említem meg, hogy először fogtam útot kezemben, de versenyeznem kellett.

A döntés

Másnap, amikor már jobban ismertük egymást a résztvevőkkel, akkor egy olyan lehetőség előállítottak, hogy csatlakozzam valamelyik romániai egyesülethez. Ekkor ugrott be nekem az az ötlet, hogy „miért csatlakoznék egy kolozsvári egyesülethez?”, amikor Udvarhelyen is vannak hozzáim hasonló fogyatékkal élő személyek. Kell egy egyesület, kell adni lehetőséget az itthoniaknak is, hadd legyen egy célunk: mozgáskorlátozottak részére rendszeres sportolás, versenyzés szervezése, valamint a sporttevékenység feltételéinek megeremtése, fejlesztése!!!

Akkor elmondtam gondolataimat az ottani résztvevőknek, és ott helyben kaptam olyan segítőkészségű ajánlatokat, támogatásokat, hogy ekkor már tudtam, kell legyen Székelyudvarhelyen egy sportegyesület mozgáskorlátozottak számára.

Tevékenységek

A célunk az, hogy a fogyatékkal élők érdekeit képviseljük, sportolási lehetőségeket teremtsünk, versenyeket szervezzünk, más szervezetekkel együttműködjünk, versenyekre való utazásokat lebonyolítsunk, anyagi forrásokat szerezzenk. Szeretnénk minden lehetséges sportágot kipróbálni, amiben a fogyatékkal élők állapotuk függvényében tevékenykedhetnek.



despre care până în acel moment nu am auzit. Ajungând la Szekszárd la o competiție internațională de tenis de masă, organizată pentru persoane cu dizabilități, am rămas plăcut surprinsă de ceea ce am văzut. La această competiție au participat peste 80 de persoane din Ungaria și România, persoane care prezintă o dizabilitate și mai accentuată decât a mea, dar care erau zâmbitori și practicau sportul activ. Prima mea zi a fost plină de evenimente emoționante, pentru că era prima oară când mănuiam o paletă de ping-pong și eram una dintre concurenții acestei competiții.

Decizia

A doua zi când ne-am cunoscut și mai bine cu ceilalți concurenți am fost pusă în situația de a mă alătura unei asociații din Cluj. Atunci mi-a venit

ideea de a înființa o asociație similară și la Odorhei unde există persoane cu aceiași soartă ca și mine și cărora le-aș putea acorda o sansă. Trebuie asigurate condiții de sport și persoanelor cu afecțiuni locomotorii, și totodată organizarea de competiții sportive pentru ei.

Le-am împărtășit ideile și datorită sprijinului acordat, am înființat și la Odorheiu-Secuiesc o organizație sportivă pentru persoanele cu dizabilități.

Activități

Scopul nostru este de a reprezenta interesele persoanelor cu dizabilități, de a crea condiții optime pentru sport, organizarea de competiții sportive, colaborarea cu alte asociații de acest gen, asigurarea deplasărilor la competiții sportive, crearea cadrului material. Am dorit să oferim posibilitatea practicării diverselor sporturi, indiferent de gradul lor de handicap de care suferă.

Üzenet

Amíg egészséges vagy, minden szépnek látszik.
 Hulló könnyed is szívárvánnyá válik,
 De ha megbetegedsz, gyűlnek szívedben a gondok.
 Körülötted teljesen megváltoznak a dolgok.

De rövid az élet, és túl sok a könnyed,
 Mikor mosolyogsza, a másét törlöd le.
 Mert ahogy Te élsz, úgy élnek még mások.
 S ha majd álmód valósággá válik.
 Ne feledd el sok a jó barátod!

Aki szeretné felvenni velünk a kapcsolatot, megteheti a 0740-202881 vagy 0366-106323 telefonszámokon.

Sámuél Cecilia - A.C.S.Siraly S.E

**Hálaadás**

Azt hiszem a mi kultúránkban kissé pejoratív a fentemlített szó, illetve a hozzá kapcsolt jelentéstudatunk. Hiszen a mai világban lassan minden csak úgy működik körülöttünk, ha folyamatosan olajozzuk a gépeket. Ha hálásak vagyunk lépten-nyomon azoknak, akik tettek érettünk valamit, nem véve figyelembe azt, hogy minden kötelességikhöz tartozott-e vagy sem.

Ezért hát talán annak jött el az ideje, hogy átformáljuk magunkban a hálaadás fogalmát.

Mi is a hálaadás? Elsősorban köszönet – szívből, anyagi juttatások nélkül, inkább érzelmi és gondolati síkon – és viselkedési megnívánulásokban. Es ettől a szerepméről, vagy ebben a hálaadó szerepben nem kell föltétlenül gerinctelenek vagy elesetnek lennem – hiszen éppen olyan értékekkel rendelkezem, mint az aki éppen segített rajtam/nekem.

Es ez nincs másként a hit-életünkben sem. Karácsony előtt/alatt eljön a hálaadás ideje. Sokszor nehézségekbe ütközünk – szintén kulturális alapoknak köszönhetően – annak a megfogalmazásában is, hogy tulajdonképpen mi is az a mi életünkben, amiért hálásnak kellene lennünk. minden annyira készpénznek tűnik – persze, hogy megvan a létemhez szükséges minden, persze, hogy egészségnek örvendek – kisebb, nagyobb bajokat leszámítva, hiszen lehetne minden rosszabb is, és persze, hogy a családom is rendben van. Merne ne így lenni!

Inkább arra vagyunk hajlamosak, hogy mi mindezért nem tartozunk hálával: hiszen ha két ember bármilyen szituációban megáll beszélgetni, nemtől függetlenül – előbb utóbbit arra terelődik a beszélgetés fonalá, hogy mennyi rossz van életükben. Senki, vagy szinte senki nem beszel úgy – hogy Istenem, mennyi mindenért vagyok is hálás...

Talán ezen kellene valamilyen szinten változtatni. Azért fogalmazok így, mert fontos a hitelesség önmagam előtt. Mi az a határ, ahol még őszintén és valóban tiszta szívből hálás tudok lenni?

Mesaj

Până când ești sănătos totul pare frumos. Lacrimile și se transformă în curcubeu. Dar dacă te îmbolnăvești, în sufletul tău se adună supărările.

În jurul tău lucrurile se schimbă total. Viața este scurtă și lacrimile sunt multe. Când zâmbesti și sterzi lacrima celuilalt. Cum trăiesc tu, aşa mai trăiesc și alții. Când visul devine realitate, nu uita că ai mulți prieteni.

Cine dorește să ia legătura cu noi o poate face la numerele de telefon: 0740-202881 sau 0366-106323.

Sámuél Cecilia - A.C.S.Siraly S.E.
 Traducere Somogyi Róbert

Recunoștința

Recunoștința – cred că în cultura noastră, sensul cuvântului de mai sus este „pejorativ”, deoarece în zilele noastre, toate funcționează numai dacă „ungem în continuare aparatura”. Dacă suntem recunoscători la fiecare pas, celor care au făcut ceva pentru noi ne-luând în considerare dacă acest gest a fost de datoria lor sau nu.

Datorită acestui considerent a venit vremea să redefinim conceptul recunoștinței .

Ce este de fapt recunoștința? - în primul rând mulțumire care se manifestă la nivel sentimental și al comportamentului, fără să așteptăm o recompensă materială în schimb. În acest „rol” al meu nu trebuie să dau dovadă de nepăsare sau să fiu compătimit, deoarece dispun de același valori ca și cel care m-a ajutat. Acest fapt nu este altfel nicăi în viața noastră spirituală. Înainte și în timpul Crăciunului vine vremea recunoștinței.

Încă întâmpinămulte dificultăți în definirea conceptului de recunoștință - concret pentru ce trebuie să fim de fapt recunoscători. Totul pare să se reducă numai la bani. Sigur că am resursele pentru a avea un trai decent, sigur că sunt sănătos și dacă privim micile probleme zilnice, ar putea fi mai rău, și nu în ultimul rând, familia este bine. Cum ar fi altfel?

Mai degrabă să vedem toate cele pentru care nu ne trebuie „recunoștință”! De exemplu dacă doi oameni se opresc la discuții, în mod sigur firul discuției va duce spre subiectul: câte lucruri rele sunt în viața noastră. Nicidcum nu vorbim despre faptul că pentru multe lucruri trebuie să fim recunoscători.

Acest lucru ar trebui schimbat cumva. Unde este nivelul la care putem fi recunoscători din toată inima? Recunoscători lui Dumnezeu pentru că nu toate lucrurile pe care le avem, sunt de la sine înțelese, cât și pentru faptul că există.

Hálás Istennek – mert nem egészen magától érte elődő az amim van, és az amiért én magam vagyok. Hálás önmagammak, ha erre sikerül ráébrednem idejében. Hálás a körülöttem élöknek – hiszen annyiszor sikerül megbántanom őket – és tulajdonkeppen ők a legfontosabbak nekem – mi is lenne velem nélkülik? És gerincesen hálás azoknak akik apróbb és nagyobb szívessegeket tesznek velem – főként azzal meghálálva, hogy én is elérhető és jelen vagyok/leszek azoknak, akik rám számítanak – mert így azt is tudom, hogy aki a legkisebb jót megtesz a másikkal, az magával az Isten Fiával cselekszik jót és jól. Ez már egy határtalan hálaadás □ amit ha sikerül határainon belül vinnem és hitelesen cselekedhem – talán a világ jobbá tételehez is hozzájárultam, saját környezetem, saját kicsi önrészem megváltoztatása által.

Nos, ez az igazi hálaadás – amit nem csak Kárcsonyra kívánok, hanem egy egész átfogó életprogram erejére és idejére. Mert minden nem utópia, hanem egyszerű mosolyokból, kedves szavakból, összinte pillantásokból és elismerő szavakból összeálló mentsvár. Önmagunknak, a bennünk lakó szomorú és lelkünkben elmagányosodott Istennek, környezetünknek.

Igazi napos, derűs és hittel teli hálaadás – mindenféle anyagi ráfordítás nélkül.

Csata Varga Éva - pszichológus, szociálpedagógus



Ismerjük meg testünket! III.

A felső végtagon megkülönböztetünk vállövet és szabad végtagot. Ez utóbbi három részből áll, kar, alkár és kéz. A vállóból vázát két csont, a kulcscsont és lapocka képezi.

A szabad vétag a vállövhöz a vállízületben rögzül. A kar egyetlen csontja, a karcson, sima kerek fejben végződik, amely a lapockában elhelyezkedő ízületi várába illeszkedik. Az ízületi vápa nem túl mély, és sokkal kisebb mint a karcson feje. Ez az elrendeződés teszi lehetővé, hogy a karunkat a testről minden irányba elmozdíthatassuk (9. ábra).

Az alkár vázát két párhuzamos csont, a singcsont és orsócsont képezi. A kar és az alkár a könyökízületben illeszkedik össze (10. ábra) A könyökízület legjellegzetesebb csontját a singcsont felső része alkotja. Az orsócsont feje gömbszerű, szélein lekerékített, tetején lapos. A felső lapos rész rácsúszik a felkarcsontra, a gömbölyű részek pedig elfordulnak az orsócsonthoz képest, így nagymértékben megnövekszik a karok mozgatási lehetősége.

A kéz vázát számos csont és ízület képezi. A kéz nagyfokú rugalmassága a csuklónál kezdődik, ahol a nyolc kéztestcsont két, egyenként négy csontból álló sorban helyezkedik el. A kavicsokra emlékeztető kéztestcsontok elhelyezkedése és ízesítése valójában nagyon finom. Belülük kiindulva öt középcsonthúzódik végig a kézen. A kézközépcsontok nagyjából egyforma alakúak, csak a hosszuk különböző. E csontok mindegyike egy-egy

Recunoscătoare mie însămi, că am reușit să-mi dau seama din timp de acest fapt. Recunoscătoare celor din jur, pe care îi supăr de atâtea ori, cu toate ca ei sunt cei mai importanți pentru mine. Ce s-ar întâmpla cu mine fără sprijinul lor? Să recunoscătoare acelora care îmi fac un serviciu minor ori major – recunoșcându-le faptele prin gestul meu de a-i ajuta și pe ei, pentru că cel care face un bine cuiva - stă de fapt în serviciul lui Isus, iar această formă de recunoștință este una necondiționată. Dacă reușesc să transmit acest mesaj, poate că o să contribui și eu într-o anumită măsură la îmbunătățirea climatului din jurul meu.

Aceasta este de fapt definiția recunoștinței pe care ar trebui să o simt nu doar în timpul Crăciunului, ci de-a lungul întregii vieți. Aceasta nu este o simplă utopie, ci o adeverătată fortăreață de salvare construită din zâmbete, cuvinte dragi, priviri sincere și recunoștință. Salvare pentru noi însine, pentru Dumnezeul din sufletul nostru și pentru toți cei care ne înconjoară.

O adeverătată recunoștință senină, plină de credință și lipsită de orice sacrificiu material.

*Csata Varga Eva – psiholog, pedagog social
Traducere Somogyi Róbert*

Să ne cunoaștem trupul! III.

Oasele membrului superior sunt reprezentate de oasele centurii pectorale, scheletul porțiunii libere a membrului superior, și oasele mâinii.

Centura pectorală este alcăută din două oase, clavicula și scapula, iar porțiunea liberă a membrului superior din humerus, ulna și radius. Porțiunea liberă a membrului superior se inseră pe centura pectorială prin articulația umărului. Extermitatea superioară, voluminoasă a umerusului se termină în capul humerusului, reprezentând o terime dintr-o sferă, având o suprafață articulară netedă. Acesta vine în contact cu suprafața articulară excavată de pe scapula, numită cavitatea glenoidală. Mărimea și adâncimea acestei cavități fac posibile realizarea unor mișcări ample, pe care le putem executa cu membrul superior. (figura 9)

Scheletul antebrațului este alcăut din două oase paralele, radiusul și ulna. Brațul și antebrațul sunt unită prin articulația cotului. Extremitatea superioară a ulnei prezintă o apofiză puternică așezată vertical, numită olecranon. Fața ei anterioară este concavă, articulară, iar cea posteroară convexă, rugoasă. În cadrul articulației, această parte articulară se rotește față de radius. (figura 10)

Oasele mâinii sunt reprezentate de o serie de oase mici, interconectate de numeroase articulații. La baza mâinii găsim opt oase carpiene, oase mici, neregulate, juxtapuse, pe două rânduri de câte patru. De la acest nivel pornesc cele cinci oase metacarpiene, care formează împreună masivul metacarpian sau metacarpul.

csonttal ízesül. Mindkét kezünkön 14 ujjperccsont van, melyekből négy ujjon három-három, a hüvelykujjon pedig kettő van (11. ábra).

A kéz fogó végtag, amelyet az emberrel legközelebb rokon emberszerű majmok kezével szemben a hüvelykujj erős fejlettsége és a többi négy ujjal való szembeállítottsága tünteti ki. Ezzel nem csupán tárgyak egyszerű megragadására, hanem finomabb manipulációjukra alkalmas „műszer” végtaggá vált.

Az alsó végtag a felsőhöz analóg módon medenceövből és szabad alsó végtagból áll. A szabad végtag részei: a comb, a lábszár és a láb.

A medenceötvet a két nagy medencecsontból álló és a keresztcsonnal ízesülő rendszer hozza létre, teljesen zárt gyűrűt alkotva. A vallóvhöz képest lényeges szerkezeti különbségeket mutató medenceöv hordozza a testsűly legnagyobb részét, egyenes helyzetben tartja a testet, és meghatározó szerepe van a helyzetváltoztatásban. A medenceötvet alkotó csontok a gerincel való összekötetések révén egy döntően statikus rendszert hoznak létre, mely a szabad alsó végtagnak sokkal korlátozottabb mozgásáteret enged meg.

A szabad végtag a csípőizületben illeszkedik a medenceövhöz (12. ábra). A karcsonthoz hasonlóan, a testünk legnagyobb csontja, a combcsont, szintén gömbölyű fejjel rendelkezik, mely tökéletesen belesimul a csípőizület vápjába. A lábszár vázát két párhuzamos csöves csont alkotja. Elöl helyezkedik el a lábszárcsont, hátul pedig a szárkapocs, mely minden végeivel ízesül az előbbitől. A szárkapocs vékony, csavart csont, rajta erednek a lábízmok. A lábszárcsontok alsó végei képezik a boka csontokat, a tibia bőlső, a fibula a külső bokát alkotja (13. ábra).

A test számos csontja az életfontosságú szervek védelmét szolgálja. A koponya (14, 15 ábra), a mögötté rejlő legfontosabb szervükkel, az aggyal, az atlantivágból való kiemelkedés és a lét magasabb rendű formájával való átmérőt jelképezi. 22 csont vesz részt alkotásában, melyeket az arckoponya és az agykoponya összetevőire oszthatunk fel. A kettőt megközelítőleg egy, a felső szemgödör szélektől a külső hallójáratokhoz haladó, ferde sík választja el.

Az agykoponya lényegében az agyvelőt körülvevő csontos tok. Felső része kétoldalról kissé összenyomott ellipszoid vagy gömbhéj, alsó részét előlről hátrafelé három, lápcsőzetesen mind mélyebbre szálló gödör képezi. Nyolc csontból áll, amelyeket varratoknak nevezett csontüsszekötések kapcsolnak egybe. A koponya elülső részét az ívet homlokcsont, amely a homlokot és a szemüreg felső részét hozza létre. A két halántécsont képezi a koponya oldalsó és részben alsó részét, egyben magában foglalja a középső és bőlső fulhöz vezető csatornát.

A szülőcsatomban való átjutáskor a koponya rendszerint összenyomódik, és enyhén megnyúlik, de néhány nap múlva a fej visszanyeri eredeti alakját. A koponya lágy részeit, a kutacsokat alkotó rostos hátyák megkeményednek, összerönök, és egésszen addig fennmaradnak amíg a csontok össze nem formák. A hat fő kutacs közül a legnagyobb a koponyatő közepeén elhelyezkedő, rombusz alakú nagykutacs. Ez záródik be legkésőbb, mintegy 18 hónapos korban.

Oasele degetelor sunt oase scurte. Se găsesc în număr de trei pentru fiecare deget, cu excepția pollicelui, care are numai două. (figura 11)

Mâna omului, formată în totalitate din 29 de piese osoase, legate între ele printr-un număr mare de articulații, puse în mișcare de un complicat de un complicat sistem musculotendinos, este destinația primul rând prehensiunii. Prin această mișcare suntem capabili nu numai de paucarea obiectelor, ci și de o manipulare mai fină a acestora.

Membrul inferior, în mod analog cu cel superior, este compus din regiunea pelviană, scheletul porțiunii libere a membrului inferior, și oasele piciorului.

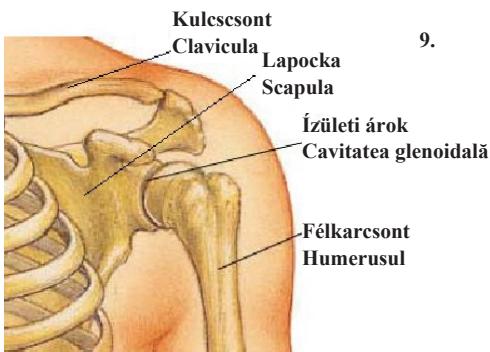
Centura pelviană cuprinde bazinul. Bazinul este centura osoasă situată în josul abdomenului ce susține coloana vertebrală, căreia sunt atașate porțiunile libere ale membrelor inferioare. Bazinul este format din cele două oase iliace, care se articulează în spate, de o manieră rigidă cu osul sacru, prelungit în jos cu cocisul. Această construcție rigidă, prin articulația coxofemurală, contribuie la realizarea celor două funcții de bază îndeplinite de membrul inferior, adică cea de suport pentru greutatea corpului, și cea de locomotie.

Articulația coxofemurală reprezintă articulația proximală a membrului inferior, cu un rol esențial în statică și în locomotie. Femurul, osul cel mai voluminos al corpului uman, prezintă la extremitatea superioară, în mod foarte asemănător cu humerusul, un capăt mare, voluminos, capul femural, cu suprafață articulară. Aceasta, la rândul ei, se va insera de cavitatea articulară de pe osul iliac, acetabulul. (figura 12). Tibia și fibula alcătuiesc scheletul gambei, tibia fiind situat anterior, iar fibula posterior. Acesta din urmă este un os subțire, turtit, pe care se inseră mușchii membrului inferior. Extremitățile inferioare ale oaselor gambei iau parte din alcătuirea articulației gleznei. (figura 13)

Craniul, sau cutia craniiană, (figura 13, 14) este o structură osoasă care conține și protejează encefalul, adică creierul. Acesta se află în partea superioară a endoscheletului mamiferelor. Craniul uman este compus din 22 de oase, care iau parte în realizarea neurocraniului și viscero-craniului, adică craniului feței.

Pe de altă parte, craniul poate fi segmentat pe verticală, și în acest caz se vorbeste despre craniul superior, sau boltă craniiană și craniul inferior, sau baza craniului. Boltă este formată din oasele frontal (partea verticală), parietali, parte din oasele temporalilor și occipital (partea superioară). Baza cuprinde restul părților scheletului cranian. Limita între bază și boltă este reprezentată printr-o linie care formează o circumferință sinuoasă și care pleacă de la depresiunea naso-frontală până la protuberanța occipitală externă.

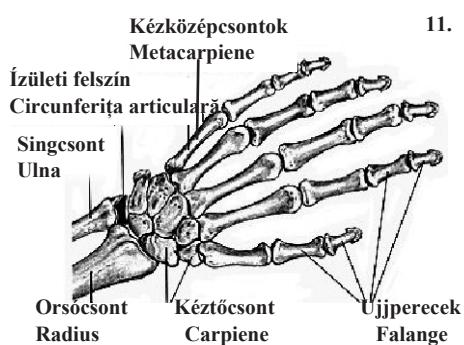
La naștere, oasele plate ale craniului nu sunt complete osificate și sunt separate de spații ocupate de țesut conjunctiv fibros, care în viitor va contribui la formarea definitivă a oaselor și a articulațiilor oaselor. În acele locuri în care se articulează mai mult de două oase, suturile sunt ample și formează șase fontanele, două impare și mediane: fontanela anterioară și posterioară; două laterale și pare: mastoidea și sfenoida. Fontanelele au o importanță capitală în timpul nașterii pentru că permit suprapunerea



9.



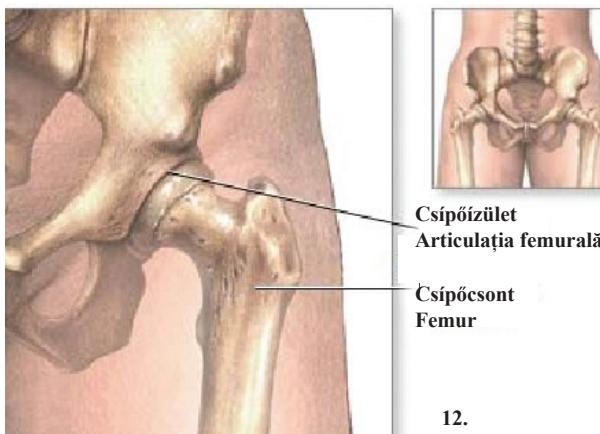
10.



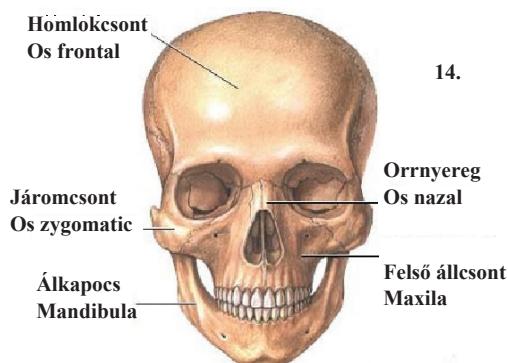
11.



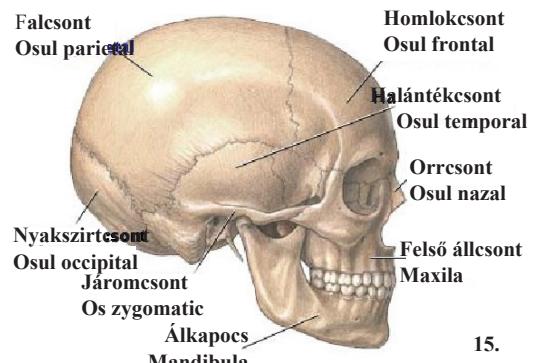
13.



12.



14.



15.

Az arckoponya két előre divergáló, négyoldalú, piramis alakú szemgödörből áll, továbbá az előbbi kettő közé ékelődő felül keskeny, de lejebb kiszélesedő, középső sővénnyel páros üreggészérválasztott orrtüregből, és az ettől vízszintes csontlemezekkel elválasztott, lefelé és hátrafelé csontos fal nélküli szájüregből. 4 csontból tevődik össze, fő alkotrésze a két felső állcsont. Ezek, az állkapocs kivételével, az összes többi arcossonttal kapcsolatban állnak. Részt vesznek a szemüreg, az orrtüreg, és a szájüreg létrehozásában. Ez utóbbinál az állcsontokhoz illeszkedik a felső fogisor. A felső állcsont minden oldalon előredomborodik, és a járomcsonthoz kapcsolódik.

Az arckoponya legnagyobb, és egyben az egyetlen mozgó ízülettel rendelkező csontja, az állkapocs. Ebbe illeszkedik be az alsó fogisor. Alakja patkóra emlékeztető, melynek szárai a halántékcsonthoz kapcsolódnak, így hozva létre az állkapocsízületet. Ezen ízület mozgásai nem olvashatók le az ízfelszínek alakjáról, bonyolultak és egyénileg változatosak, és messzemenően alkalmazkodnak a rágás során, illetve a beszéd kialakításának folyamatában kialakuló különleges erő és helyzetviszonyokhoz.

Osszeállította Dr. Kalló Imola

Bibliografia / Bibliografie:

1. Seres-Strurn L., Costache M, Solomon B. : Anatomia membrului superior, UMF Tg.-Mureş, 1997

2. Szentágothai J.: Functionalis anatomia, Medicina, Budapest, 1975

3. Clark O. E. J. (ed.): Az emberi test, Medicina, Budapest, 1993

4. külső hivatkozások (referințe externe): <http://www.erg.bme.hu/emania/2001/szmodicsj/index.html>, <http://termtud.akg.hu/okt/10/14mozgas.htm>, <http://emberi-test.uw.hu/osztaly-11/ora-008/ora-008.htm>, <http://bitepito.hu/pir/pir.php?selectedarticleid=767>, www.3bscientific.hu, www.pirula.net, www.csontmester.hu, <http://www.referatele.com/referate/biologie/online/16/SCHELET---Totul-despre-scheletul-uman-referatele-com.php>, http://www.e-scoala.ro/biologie/sistemul_oses.html, <http://blogenciclopedia.blogspot.com/2007/07/scheletul.html>, <http://www.ecursuri.ro/referate/referate.php?report=anatomia-aparatului-locomotor>, <http://www.sfatulmedicalui.ro/articol/Ortopedie/>, <http://www.zimmer.com/z/ctl/op/global/action/1/id/530/template/PC/navid/131>, http://www.wordinfo.info/words/index/info/view_unit/3338, <http://www.acslutions.com/anatomy.php>, http://backandneck.about.com/od/conditions/ss/tiltedpelvis_2.htm, <http://www.orthogate.org/patient-education/foot/foot-anatomy.html>, http://facultate.regielive.ro/referate/medicina/evaluarea_biomecanicii_soldului-87094.html, <http://ro.wikipedia.org/wiki/Craniu>, <http://www.informatiamedicala.ro/dictionar-medical/m/mandibula-4052.html>



A 2006-os Fogyatékosügyi ENSZ Egyezmény

A fogyatékkal élő személyek csoportja a legnagyobb és a leghátrányosabb helyzetű kisebbséget képezi, több mint 650 millió személyt foglal magába, akik sokszor megkülönböztető, kirekesztő, embertelen bánásmódban részesülnek. Ezen körülmények megszüntetésére irányuló válaszlépésként született meg a konvenció.

Az ENSZ közgyűlése 2006. decemberében fogadta el az Egyezményt, amely 2008. május 3-án lépett érvénybe. Az Egyezményt eddig 139 állam írta alá, 53 ratifikálta, a Fogyatékosággal élő személyek jogairól szóló egyezményhez tartozó Fakultativ Jegyzőkönyvet pedig 82 állam írta alá és 32 ratifikálta.

România 2007. szeptember 26-án írta alá az egyezményt, a Kiegészítő Jegyzőkönyvet pedig 2008. szeptember 25-én. A ratifikációs folyamat jelenleg is zajlik.

Az Egyezményt azzal a céllal fogadták el, hogy a fogyatékkal élő személyeknek ugyanazok a jogok legyenek biztosítva mint a társadalom többi tagjának, megadni nekik az esélyt saját döntések meghozatalára, és az önálló élet kialakítására.

plăcilor osoase ale craniului care dau posibilitatea trecerii capului fatului prin canalul de naștere. În timpul purerperiului, oasele revin la poziția lor inițială. În timpul copilăriei, palparea fontanelei anterioare permite verificarea normalității în dezvoltare, a osificării craniului precum și a presiunii intracraniene.

Craniul visceral, cunoscut sub denumirea generală de oasele feței, este un masiv osos, situat în partea anterioară a craniului și este constituit din 14 oase, dintre care mandibula este os nepereche și median. Celealte oase sunt pereche și sunt așezate simetric de o parte și alta a planului median. Ca și regiune, fața este alcăută din orbita ososă, care este o cavitate piramidală, a cărei perete superior este alcăut în mare parte din osul frontal, fosa nazală, și cavitarea bucală.

Este un os nepereche și singurul os mobil al scheletului capului. Este format din corp și două ramuri. Corpul are o formă de potcoavă și pe marginea lui superioară (alveolară) există 16 alveole dentare pentru dinții inferior. Fiecare ramură se divide în condil (situat posterior) și procesul coronoid (situat anterior). Condinul se articulează în cavitatea glenoidă a osului temporal formând articația temporomandibulară, care se adapta mult la funcțiile de masticare și vorbire.

Întocmit Dr. Kalló Imola

Convenția ONU din 2006 privind Dizabilitatea

Persoanele cu dizabilități reprezintă cea mai mare și dezavantajată minoritate, cuprinzând peste 650 milioane de oameni, care sunt supuși deseori unui tratament discriminativ, de excludere, dezumanizare din partea societății. Convenția s-a născut ca un răspuns indispensabil la aceste împrejurări.

Convenția a fost adoptată de către Adunarea Generală a Națiunilor Unite, în decembrie 2006, iar aceasta a intrat în vigoare la data de 3 mai 2008. Până în prezent Convenția a fost semnată de 139 de state, sunt 82 de state semnatare a Protocolului Optional, 53 de ratificări ale Convenției și 32 de ratificări ale Protocolului.

România a semnat Convenția la data de 26 septembrie 2007, iar Protocolul său optional la data de 25 septembrie 2008 și în prezent se află în curs de ratificare.

Convenția a fost adoptată cu scopul de a asigura persoanelor cu dizabilități aceleași drepturi și oportunități de care beneficiază toți ceilalți membri ai societății, de a le oferi șansa de a lua propriile decizii, și de a avea o viață independentă.

Az Egyezmény az alábbi nyolc alapelve répül (3.cikkely):

- Az emberi méltóság tiszteletben tartása, egyéni önállóság, beleértve a választás szabadságát és a személyi függetlenséget;
- A hátrányos megkülönböztetéstől való mentesség;
- Teljes és hatékony társadalmi részvétel és befogadás;
- A fogyatékossággal élő személyek különbözőségének tiszteletben tartása és elfogadásuk az emberi sokszínűség, valamint az emberiség részeként;
- Esélyegyenlőség;
- Hozzáférhetőség (9.cikkely);
- A nők és férfiak közötti egyenlőség
- A fogyatékossággal élő gyermekek formálódó képességeinek tisztelete, és a fogyatékossággal élő gyermekek identitásuk megőrzéséhez fűződő jogának tiszteletben tartása (7. cikkely).

Az Egyezmény egyik legfontosabb rendelkezése a 12. cikkelyben kerül megfogalmazásra: „A törvény előtti egyenlőség”, amelynek értelmében „A részes államok elismerik, hogy a fogyatékossággal élő személyeket az élet minden területén másokkal azonos alapon megilleti a jog-, illetőleg cselekvőképesség.” (12.cikkely 2. bekezdése) Szintén kiemelendő a 19. cikkely, mint az Egyezmény lényegi alapelt magába foglaló rendelkezés: „Az önálló életvitel és közösségebe való befogadás”: „Az Egyezményben részes államok elismerik a fogyatékossággal élő személyek egyenlő jogát a közösségen való élethez és másokkal egyenlő szabad döntéshez való jogát; minden szükséges és hatékony intézkedést megtesznek annak érdekében, hogy a fogyatékossággal élő személyek teljes mértékben elvezhessék e jogait és a teljes közösségi befogadást és részvételt.”

Az Egyezmény hazai jogba való átültetésének ellenőrzésére a 33. cikkely értelmében a részes államok koordinációs pontokat hoznak létre a kormányzatokon belül. A részes államok, jogi és közigazgatási rendszerüknek megfelelően, államon belül létrehoznak egy vagy több független mechanizmust magában foglaló keretrendszert, a megfelelő módon, amely monitorizálja a jelen Egyezmény végrehajtását. Nemzetközi szinten az ellenőrzés a Fogyatékossággal Elő Személyek Jogainak Bizottsága valamint a részes államok konferenciája által valósul meg. Minden részes állam a jelen Egyezménynek az adott államra vonatkozó hatálybalépését követő két éven belül az Egyesült Nemzetek Főtitkárán keresztül átfogó jelentésben köteles beszámolni a Bizottságnak az Egyezményben meghatározott kötelezettségek teljesítése érdekében tett intézkedéseiről, valamint az azok végrehajtásában megvalósított előrehaladásról. Ezt követően a részes államok legalább négyévente vagy a Bizottság által kért időpontban nyújtanak be újabb jelentést.

Kétségkívül jelentős lépés ezen Egyezmény elfogadása Románia által a fogyatékossággal élő

Convenția se bazează pe următoarele 8 principii (art.3):

- Respectul pentru demnitatea umană, autonomia individuală, inclusiv libertatea de alegere și independența persoanelor;
- Nediscriminarea;
- Participarea efectivă, deplină și integrarea în societate;
- Respectarea diferențelor și acceptarea persoanelor cu dizabilități, ca părți ale diversității umane și a umanității;
- Egalitatea șanselor;
- Accesibilitatea;
- Egalitatea între femei și bărbați;
- Respectul pentru capacitatele de evoluție a copiilor cu dizabilități și respectul pentru dreptul copiilor cu dizabilități de a-și păstra identitatea.

Una din cele mai importante dispoziții ale Convenției este cuprinsă în art. 12, care se referă la „Egalitatea în fața Legii”. În temeiul acesta „Statele Părți reafirmă că persoanele cu dizabilități au dreptul la recunoașterea, oriunde s-ar afla, a capacitații lor juridice” (art.3, al.1) Totodată trebuie accentuat și conținutul articolului 19, care reprezintă elementul central al Convenției. Articolul menționat face referire la viața independentă și integrarea în comunitate: „Statele Părți la această Convenție recunosc dreptul egal al tuturor persoanelor cu dizabilități de a trăi în comunitate, cu șanse egale cu ale celorlalți, și vor lua măsuri eficiente și adecvate pentru a se asigura că persoanele cu dizabilități se bucură pe deplin de acest drept și de deplina integrare în comunitate și participare la viața acesteia”.

În ceea ce privește implementarea Convenției la nivel național art.33 prevede faptul că statele părți trebuie să înființeze puncte focalizate naționale în cadrul Guvernului, care să monitorizeze implementarea prevederilor Convenției. Totodată statele trebuie să stabilească anumite mecanisme independente de monitorizare, în conformitate cu propriile sisteme juridice și administrative și trebuie să asigure participarea tuturor sectoarelor sociale la procesul de monitorizare. La nivel internațional monitorizarea se realizează de către Comitetul pentru Drepturile Persoanelor cu Dizabilități și de către Conferința statelor părți. Fiecare stat semnatar trebuie să prezinte Comitetului un raport amănuntit despre măsurile luate pentru punerea în aplicare a obligațiilor ce îi revin în conformitate cu prevederile Convenției și despre progresul înregistrat, în termen de doi ani după intrarea în vigoare a Convenției. Statele părți trebuie să prezintă rapoarte ulterioare cel puțin la fiecare patru ani precum și ori de câte ori solicită Comitetul.

Fără îndoială semnarea Convenției de către România este un pas important spre integrarea persoanelor cu dizabilități și sperăm că prin ratifi-

személyek integrálása felé és remélhetőleg a mihamarabbi ratifikálása és a nemzeti jogba való áltultetése révén javul e sebezhető réteg helyzete, az önálló életmód és törvény előtti egyenlő bánásmód kialakítása irányába, valamint elősegíti a fogyatékkal élő személyek elfogadását a társadalom körében.

Az Egyezmény teljes szövege az alábbi címen érhető el: <http://www.un.org/disabilities/documents/natl/hungary.doc>

Buzgó Ágnes - jogtanácsos



Buzgó Ágnes – consilier juridic

Ha megdobnak kövel...

Egy férfi éveken keresztül gyűjtött egy új Mercedesre. Végül a sok munka és félretett pénz meghozta a várva várt pillanatot. Nagy örömmel és izgalommal hajtott hazafelé, hogy családjának és barátainak is megmutathassa az új „álomautót”. Útközben megállt, hogy betérjen az egyik barátjához. Könnyedén talált egy helyet ahol beparkolhatott és rückerbe tette az autót. Nagy lendülettel elkezdett toltni, mire hallotta, hogy egy kó koppan az új autóján. Hirtelen lefélkészett és kiszállt. Látta, hogy egy kisfiú dobta meg a kocsiját, ezzel másris megsérült a gyönyörű fényezés. A férfi kikelve önmagából, így kezdtett el tüvöltözni: „Te normális vagy kölyök? Nincs neked eszed? Ha majd jól elverlek, el fog menni a kedved az ilyen örlütségektől, hogy mások kocsiját kövel dobáld!” „Bácsi kérem ne haragudjon!” - mondta a fiú. A férfit annyira elöntötte a düh, hogy nem is figyelt mi van körülötte. De a fiúcska így folytatta: „Elnézést, nem tehettem mást!” Túl messze voltam öntől, hogy meghallja a hangomat. Csak így állíthattam meg, hogy ne tollasson tovább.” És ekkor láttá meg a férfi, hogy a kocsija mögött egy kerekessékkel felborult gyerek van. „Ő a testvérem, és egyedül előre ment a kerekessékkel. De túl gyorsan gurult és a járdára szélén felborult, pont az ön kocsija mögé. Muszáj volt megdobni, hogy megállítsam magát!” Ekkor a férfi nagyon elszégyellte magát, és segített visszatenni a fiút a kerekessékkbe.

Az eset után a kocsin soha nem hozta helyre a fényezést. Az megmaradt emlékezetetőnek, hogy ha megdobnak kövel, talán azért van, hogy a figyelmünket felkeltsék, nehogy valami nagy bajt csinálunk.

JÉZUS halk, szelíd hangon szól a mi szívünkhez és szellemünkhez. Néha nincs időnk meghallani vagy túl elfoglaltak vagyunk, hogy figyeljünk ÖRÁ. Néha meg kell, hogy dobjanak kövel ahoz, hogy körülnezzük, mi is folyik az életünk körül. Kik vesznek körül minket, milyen döntéseket hozunk, mi az amit éppen véghez akarunk vinni, stb. EZ A TE DÖNTÉSED: - figyelsz a halk szelid hangra vagy megvárod még megdobnak kövel?

Ismeretlen szerző



carea și implementarea ei căt mai rapidă va îmbunătăți situația acestei categorii vulnerabile, spre accesibilitatea, independența și egalitatea lor în fața Legii, și totodată se va schimba și atitudinea societății față de aceste persoane.

Textul integral al Convenției se poate citi pe adresa: <http://www.anph.ro/legislatie.php?m=legislatie&ids=53>

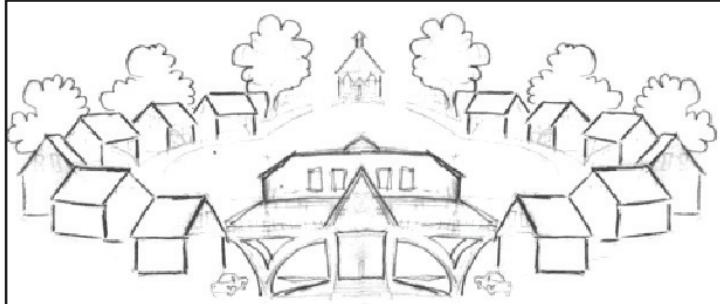
Nimerit de o piatră ...

Un individ a economisit ani de-a rândul pentru un nou Mercedes. În final munca și banii economiști au adus satisfacția pentru el. Entuziasmat și plin de emoții, abia aștepta ca să arate noua „mașină de vis” familiei și prietenilor. În drum s-a oprit la un prieten. A găsit ușor un loc de parcare și a început să dea cu spatele, când deodată a auzit că o piatră a nimerit noua lui mașină. A frânat brusc și a coborât din mașină. A văzut că un băiat i-a nimerit mașina, distrugând vopseaua lucioasă. Bărbatul și-a ieșit din fire și a început să urle: „Tu ești normal băiețe? ești întreg la minte? Dacă o să te bat, o să-ți piară cheful să arunci cu piatră după mașinile altora. Nenea, vă rog să mă scuzați spune băiatul. Bărbatul s-a înfuriat atât de tare, încât nu a observat ce e în jurul lui. Dar băiatul continuă: „Îmi pare rău, n-am avut ce face. Eram prea departe de dumneavoastră ca să-mi auziți vocea. Numai astfel am reușit să vă opresc ca să nu mai dați cu spatele.” Atunci a observat bărbatul că în spatele mașinii, se afla un copil, într-un scaun cu rotile care era răsturnat. „El este fratele meu, și a pornit singur în scaunul cu rotile. Dar scaunul cu rotile a prins viteză, și izbinderă-se de trotuar s-a răsturnat exact în spatele mașinii dumneavoastră. Era necesar să vă nimeresc ca să vă opriți.” Atunci, bărbatul s-a rușinat și l-a ajutat pe copil să se așeze din nou în scaunul cu rotile.

După incident n-a mai reparat stricăciunea de la mașină. Acesta a rămas drept „semn de avertizare” ca în cazul în care ești nimerit de o piatră acest lucru se întâmplă ca să nu produci o nenorocire și mai mare.

ISUS se adresează în „liniște” sufletului și spiritului nostru. Câteodată nu-l auzim, sau pur și simplu, suntem prea preocupăți ca să ne dăm seama că El există. Câteodată trebuie să ne nimerească o piatră, ca să ne dăm seama de ceea ce se întâmplă în viața noastră. Cine ne înconjoară, ce hotărâri luăm, ce vrem să finalizăm la un anumit moment etc. ESTE DECIZIA TA să ascultă de vocea blândă și liniștită sau aștepți să fii nimerit de o piatră?

*Autor necunoscut
Traducere Somogyi Róbert*



Kérjük, támogassa a Hifa-Park, fizikailag sérült személyek lakóotthonának létrehozását!

Vă rugăm, sprijiniți înființarea Parcului Hifa – centru din case tip familial pentru persoane cu dizabilități fizice!

HÍREK HÍREK HÍREK HÍREK

Egyesületünk **önkéntes munkán** alapszik. Szeretettel váunk mindenkit, aki szívesen ajándékozna szabadtérijejből. Köszönjük!



VÁSÁROLJON! Sérült és beteg személyek által készített üdvözlőlapokat, házassági meghívókat, gyöngyból fűzött nyakláncokat, karkötőket, fulbeválogat, agyag- és faragott dísztárgyakat, varrottasokat és egyebeket. Ezekből nyert bejövötelt a fogyatékos személyek támogatására és tevékenységeink megszervezésére használjuk!



AMENNYIBEN TAGJA SZERETNE LENNI EGYESÜLETÜNKNEK, TÁMOGATNI SZERETNÉ TERVEINKET, VAGY UJSÁGUNKBA SZERETNE ÍRNI, JELENTKEZZEN!



A **Marosvásárhelyi Rádióban** a hallgatók rendszeresen, minden hónap utolsó szerdáján, a László Edit *Összhang* című műsorában 17 és 18 óra között hallhatnak sérült személyek életéről, problémáiról.



ANUNȚURI ANUNȚURI ANUNȚURI

Asociația noastră se bazează pe **muncă voluntară**. Așteptăm pe toți cei care doresc să ofere din timpul lor liber. Mulțumim!



CUMPĂRAȚI! Felicitări și invitații de nuntă, lăptașare, brătări, cercei prelucrate din mărgele, ornamente din argilă, ornamente sculptate din lemn, cusături și altele confectionate de persoane cu dizabilități și bolnave! Veniturile proveniente din acestea sunt folosite în beneficiul persoanelor cu dizabilități și la activitățile organizate de noi!



DACĂ DORIȚI SĂ FIȚI MEMBRU AL ASOCIAȚIEI NOASTRE, SĂ NE AJUTAȚI ÎN REALIZĂRILE PROIECTELOR SAU SĂ PUBLICAȚI ÎN ZIARUL NOSTRU, CONTACTAȚI-NE!



La **Radio Tg-Mureș** ascultătorii au ocazia, ca în ultima zi de miercuri a fiecărei luni între orele 17-18, să asculte în limba maghiară emisiunea *Összhang*, a lui Laszló Edit, care prezintă aspecte din viața și problemele persoanelor cu dizabilități.



Felnőttképző kurzus



Curs Formator de formatori

