

# MerekMozaik

I. évfolyam, 2. szám  
2024. június

## A gondolat ereje

**Már évek óta tudtam, hogy Boda Zoli és Csortos Zoli eltűnnek valami edzésre hétfőnként. Utánajártam. Majdnem olyan jó, mint az *Avatar* című filmben, csak valóságosabb.**

Egy harmadik emeleti szobában találtam rájuk. „Edzőikkel” egy teljesen új és megbízható rendszert mutattak be nekem. Bemutatkozott az Ebrainers, a Pázmány Péter Katolikus Egyetem Technológiai és Bionika Karának csapata, Köllöd Csaba és Adolf András, mindketten az egyetem PhD hallgatói. Elmondták, hogy szinte a semmiből építettek fel kevesebb mint öt év alatt egy olyan agyszámítógép-interfészrendszert, amely lehetővé teszi tetraplégiában szenvedő egyének számára, hogy akaratlagos gondolati utasításokkal vezéreljenek digitális eszközöket (tetraplégia: mind a négy végtag bénulása, okozhatja az agy vagy a gerincvelő károsodása, de olyan betegségek is, mint a nyitott gerinc vagy a járványos gyermekbénulás). Magyarországon két személy – a mi két Zolink – vesz részt ebben a kísérletben. Két négyvégtagsérült fiú (Csaba pilótának hívta őket), akik – tudjuk – a mindennapi életben segítségre szorulnak, támogatást igényelnek például a fürdéshez, öltözéshez, evéshez. Elektromos kerekesszékekkel robognak a piacra vásárolni, vagy éppen kiállításra, színházba járnak, rendszeres látogatói sportrendezvényeknek, különösen ott vannak a focimecsceken, hogy kedvenc csapatuknak szurkoljanak.

„Pilótáink 2019 óta szerves részét képezik a kísérletsorozatunknak, és mindig készen állnak a szórakozásra, mi-



közben mindent előkészítünk a következő jelfelvételre. Megingathatlan lelkesedésük és lelkesedésük tanúsodik a technológia erejéről és életeket átalakító páratlan képességéről” – mondta Csaba.

Közben egy átlátszó „úszósapkára hasonlító” EEG erősítő rendszert helyeztek fejükre – az elektroencefalográfia (EEG) tágabb értelemben véve egy pszichofiziológiai mérő eljárás, melynek segítségével a pszichés működés élettani hátterét vizsgálhatjuk meg, szűkebb értelemben pedig egy elektrofiziológiai mérőeszköz, mely az idegsejtek elektromos aktivitásának regisztrálására szolgál valós időben, szokták úgy is mondani: az EEG az agy EKG-ja –, a jelgyűjtéshez 64 elektródát csatoltak, így megindult az adatrögzítés. Idegi aktivitást mérnek így.

A fejbőr és az elektronok közé egy gélt töltenek és egy pálca segítségével addig stimulálják, míg a legkisebb el-

lenállást érnék el, melyről számítógép ad visszajelzést.

A műtermékszűrés és a jelfeldolgozás után neurális hálózatot használnak a pilóta szándékának osztályozására.

Aztán elindult a játék is, valóságból vett példák alapján dolgozták ki a feladatokat a fejlesztők.

A játékosok (pilóták) gondolataikkal, mintha egy egérrel irányítanának, járnak végig egy szobán, a szomszédos kijáratot keresik, kikerülve minden akadályt, legyen az szobanövény vagy egy éppen dolgozó robotporszívó.

Talán még nehezebb kihívást jelent, ha egy kulcsot kell megfelelően a zárba helyezni, vagy éppen pohárba ejteni egy jégkockát.

Így készülnek a zürichi versenyre is, melyet 2024. október 25-27-én rendeznek.

Mi itthon szurkolunk nektek: hajrá, Fiúk!

**MeMó**

## Nyár van, nyár

### „Röpke lepke száll virágra, zümmög száz bogár”

Az 1260 körül lejegyzett *Nyár-kánont* így éneklük manapság magyar szöveggel: „Röpke lepke száll virágra, zümmög száz bogár/ Lombos ágon csókot vált az ifjú gerlepár,/ Nyár van, nyár van, kakukk szól már a fák közt:/ Kakukk, de szép a nyár!”.

Már elballagtak, aztán leérettségiztek az itteni gimisek is. Elkezdődtek a felvételik.

Évek óta előbb virágzik az orgona, már szinte nyoma sincs a ballagásra, anyák napjára. Ezen a héten a piacon megajándékoztam magam egy csokor gyöngyvirággal. Az idős árus mondta, hogy két hét múlva már nem is lesz...

Nem gondolkodtam sokáig, a Marczibányi térig robogva is szagolgattam, beszippantva leírhatatlanul finom illatát.

Ilyenkor már sokan azon gondolkodnak, hol töltsék szabadságukat.

Nekünk kicsit nehezebb ez, akadálymentes nyaralóhely kevesebb...

Nagyon várjuk nyári beszámolóitokat. Merre jártatok? Milyen kényelmes, akadálymentes szállást találtatok? Hol leltetek segítőkre?

Mi mindent láttatok? Mit ajánlanátok egy itt élőnek?

Szóval csak záporoznak a kérdések bennem...

Amit tiszta szívből kívánunk: érezzétek nagyon jól magatokat! Vigyázzatok magatokra!

Feledhetetlen nyarat kívánunk!

**MeMó**

## Zöldüljünk: szemnek és szívnek ingere

**Intézetünk nagy előnye, hogy óriási zöldterülettel rendelkezik, gyümölcsfákkal, gyógynövényekkel és virágágyásokkal és sok-sok füves területtel. A serpentin tetején a magaságyásban fűszernövény termesztés folyik. Mindez az itteni kertészek gondos és szorgalmas munkáját dicséri.**

Az intézet belső tereit nagy méretű kaspókban sokféle virág díszíti. A lakószobákban viszont relatív kevés növény van, éppen ezért a szobák zöldítését tűztem ki célul ebben a cikkben. Szeretnék nektek olyan szobanövényt ajánlani, amelyek nemcsak szépek, de hasznosak is egyben a lakóközösség számára.

### **Hegyescsúcsú (vagy: Szobai) futóka (Euphorbia pulcherrima)**

Kevés odafigyelést igényel. Közepes fény- és vízigényű. Fő jellemzője, hogy a levegőt tisztítja.

### **Anyósnyelv (Sansevieria)**

Szintén népszerű és szívós, egyben igénytelen növénynek mondható, a liliomfélék családjába tartozik. Jótékony hatása, hogy kivonja a levegőből a mérgező vegyszereket, megköti a szén-dioxidot. Jelentős mennyiségű benzolt és formaldehidet tud kiszűrni a levegőből.

### **Aloe Vera vagy orvosi aloé (a képen)**

Nem szereti a közvetlen napfényt és kevés vizet igényel. Antioxidánsokban gazdag, belsőleg és külsőleg is igen sokrétűen alkalmazható gyógynövény. (Gyulladáscsökkentő és sebgyógyító.)

Ezen növényeket a Marczibányi tér felőli oldal, vagyis az északi oldal lakószobáiba ajánljuk.

A túlfoldalon, a déli részen intenzívebb és tápanyagdúsabb napfény éri a szobákat, oda közvetlen, sok napfényt igénylő növényeket ajánlok.

### **Kaktuszfélek, korallvirágok**

Sok napfényt és kevés vagy közepes vizet igényelnek.

Ezen növények sokat segítenek abban, hogy a lakószobák hangulatosabbak és otthonosabbak legyenek. A növények kiválasztásában **Burai Tímeával, a kertészet vezetőjével** egyeztettem.

Jó zöldülést mindenkinek!

**K. Tamás**





A csodás festmény Tóth Viktória munkája

## Sziget 2024 ínycsiklandás

**Az idei fesztiválmenü augusztus 7-től 12-ig tart. Már több mint három éve rendszeres Sziget-látogató vagyok. Ez idő alatt csak szuperlatívuszokban tudok nyilatkozni erről a nyári rendezvényről.**

Azt szeretném leszögezni, még mielőtt bárkiben felmerülne, hogy esetleg mi, mozgáskorlátozottak csak akadályt jelentünk egy ilyen jellegű és méretű összejövetelen, nagyon is jó helyen vagyunk, egy külön nekünk kialakított teresedésen, a nagy színpadtól körülbelül három percre. Rengeteg külföldivel volt szerencsém találkozni, akik rendkívül szimpatikusak voltak, körém gyűltek és együtt táncoltunk hajnalig. Számomra a legjobb élményt az jelentette, amikor öt jó erőben lévő fiatal megfogta a kocsimat és percekig a levegőbe tartottak.

Programok: van egy úgynevezett Colosseum nevű hely, itt csak techno zene szól. Én ezt nem annyira kultiválom, de ki mit szeret. Red Bull sátor: én ott szoktam kezdeni, ott az 1990-es évektől a mai napig felkapott örökzöld, illetve aktuális slágerekre bulizhatunk.

Természetesen nappal – zömmel a kisebbeknek – kézműves foglalkozásokat szerveznek, elsősegély-tanfolyamokat és ehhez hasonló színvonalas programokat tartanak. Van még emlékfal is, ahova felírhatod a különböző álmaidat és megnézheted, hogy teljesültek-e.

2024 tómondatokban: több száz koncert, jógaórák, hajós bulik, színházi és cirkuszi előadások, Sziget Beach, Fred Again, Martin Garrix, Sam Smith, Stormzy & még rengetegen a Szigeten! Stílusok: EDM, House, Hardstyle.

Tarts velünk! Gyorsan fogynak a jegyek! A nyár legjobb egy hete!

**Strasser Palkó**



Élmény a partyarc

## Olimpia a népek találkozója

**Idén kerül megrendezésre a XXXIII. nyári olimpiai játékok. Ezúttal a francia főváros, Párizs ad otthont ennek a világtalálkozónak, amely 2024. július 26-án kezdődik és augusztus 11-én ér véget. Így természetes, hogy erről a rendkívül népszerű eseményről az új belső sajtótermékünk is megemlékezik.**

Bevezetőnek kezdjük talán az olimpiák eredetével! Az első ókori játékokat i. e. 776-ban tartották a görögországi Olümpiában és egészen i. sz. 393-ig kerültek megrendezésre. Az olümpiai játékok rendszeresen ismétlődő atlétikai és vallási rendezvénysorozat volt Zeusz tiszteletére az éliszi Olümpia városában. A rendezvény kiemelt kulturális jelentőségét mutatja, hogy az ókori görögök az első olimpia évét tekintették időszámításuk kezdetének. Az első három olimpián csak egyetlen versenyszám volt: a stadionfutás, 192,27 méteres távjával. A későbbiekben ez kiegészült a pentatlonnal – stadionfutással, birkózással, távolugrással, diszkoszvetéssel és gerelyhajítással –, majd ezt követte az ökölvívás, a pankráció, a fegyveres futás, valamint a kocsis és lovasversenyek. A győzteseknek a szent olajfa ágából font koszorú járt, valamint halálukig díszpolgárokká váltak, és mentesültek az adófizetés alól.

A modern olimpiai játékok a francia báró, Pierre de Coubertin nevéhez fűződnek, aki a népek közti barátság kohéziós erejeként tekintett rá, éppen ezért az újkori olimpiák szimbóluma az öt karika, ami az öt kontinenst szimbolizálja. 1896-ban természetesen Athén adott helyt az első újkori olimpiának, a hagyományok szellemében.

## Paralimpiák

A paralimpiai játékok testi és értelmi fogyatékosok, sérültek számára rendezett nemzetközi sportversenyek az olimpiai játékok mintájára. A kerekesszékesek első versenyét 1948-ban, az olimpiával párhuzamosan rendezték. 1960-tól vált rendszeressé a Fogyatékosok Világjátéka. 1992-től szervezetileg összekapcsolták az olimpiával, és ugyanannak a helyszínén, három héttel annak vége után rendezik meg. Az első téli paralimpiai játékokat 1976-ban rendezték Svédországban.

Az egyenlő esélyek biztosítása érdekében a sportolókat kategóriákba osztják. A mozgássérülteknek több kategóriájuk van. Van kategóriája a látássérülteknek és a kis növésűeknek is, de az értelmi fogyatékosokat és a hallássérülteket is az egyéb kategóriába sorolják. Ezért nem vesznek részt siket sportolók a paralimpián.

A paralimpikonok küzdenek azért, hogy úgy kezeljék őket, mint az ép olimpikonokat. Ennek ellenére még mindig hátrányos helyzetben vannak azokhoz képest. A 2008-as paralimpia magyar érmesei csak tizedannyi díjazásban részesültek, mint az ép olimpikonok, mondván, hogy ők nem olimpikonok. A sportolók támogatása töredéke az épekének, ezért sokuk amatőrként versenyez.

Az első újkori olimpián 14 nemzet vett részt, 241 férfi indult 9 sportág 43 versenyszámában.

Olimpiákon Magyarország rendszerint elől végez az éremtáblázaton, a lélekszámot tekintve pedig, ha a lakosság szerint vetjük össze az eredményeket, akkor különösen kiemelkedően szerepelnek ezeken a versenyeken hazánk lányai és fiai, úgy a csapat-, mind az egyéni sportokban is. A következő sportokat érdemes figyelemmel kísérni és a televízió előtt szurkolni: hazánk hagyományosan jól szerepel a vízi sportokban, így a vízilabdában, úszásban, kajak-kenuban és egyéb evezős sportokban. Mindig érdemes figyelni a női és férfi kézilabdát, valamint a vívást, ahol szintén sikeresen helyállnak sportolónk. Női és férfi birkózásban is megszoktunk csípni egy-egy érmet.

Szeretnélek meginvitálni benneteket közös szurkolásra az ebédlőbe, ahol sokan együtt tudunk szurkolni versenyzőinknek! Véleményem szerint nem csak a játékok, hanem ezek megtekintése is kiváló közösségi program lehet. Én mindenképpen nézni fogom, ha teheted, gyere te is! Szurkoljunk együtt a mieinknek!

Hajrá magyarok!

**Kremser Tamás**

A XVII. nyári paralimpiai játékokra szintén Párizsban (Franciaországban) kerül sor, 2024. augusztus 28-a és szeptember 8-a között.

**Gulya István**



PARIS 2024



## Szebbé teszi az életet

**Fürgén szlalomozik társai közt az ebédlőben a kis méretű, könnyű mechanikus kerekesszékekkel. Melegség árad tekintetéből, mosolygva köszön lakótársainak.**

Segítségére lenni igyekszik azoknak, akik nem tudnak egyedül ebédelni, telefonálni, nem tudják a kávéautomatát használni, vagy nem tudnak hódolni a szenvedélyüknek a dohányzóban. Nem mindenki szeret segíteni, nem jön mindenkinek zsigerből a segítségnyújtás. Számára természetes, sőt, örömmel tölti el. Pedig ő is, mint sokunk, rendkívül nehéz háttérből érkezett közeink.

Varga Balázs 2001-ben látta meg a napvilágot Nyíregyházán, nyitott hátgerinccel született. Családjá annyira szegényes körülmények között élt, hogy az újszülött kisfiú csecsemőotthonba került. Hatéves volt, amikor ismét hazavitték, de hiába segítették őt mozgatni, emelgetni a testvérei, kerekesszéke miatt nem boldogult a pottyantós vécével, a döngölt földes padlójú házzal, a göröngyös kerttel, az egyenetlen udvarral. Egy évvel később a Fóti Gyermekvárosba költözött, nevelők felügyelete alá. Hamar barátokat szerzett, akikkel többnyire a környéken bóklásztak. A nevelők hol kedvesen, hol cudarul bántak velük, esetükben sajnos semmiképp nem beszélhetünk felhőtlen gyerekkorról.

A mostoha körülmények azonban nem törték meg, kitartásának köszönhetően mára két szakmával is rendelkezik: kézműves csokikészítő és számítógépes adatrögzítő. Az utóbbit a MEREK-ben szerezte, intézményünkbe járt be Fótról nap mint nap.

Jelenleg több mint egy éve itt lakik rehabilitációs státuszon a harmadik emeleten. Különleges hobbija miatt hívták fel a figyelmére rá, ugyanis hiphop-táncol kerekesszékekben. 2015 táján történt, hogy egy fóti rendezvényen fellépett Bärlein Zsolt, világ- és Európa-bajnok hiphop- és breaktáncos, nívódíjas táncművész. A férfi felfigyelt Balázásra, és közös munkára hívta. Többször felléptek együtt, melyről felvételeket Balázs TikTok oldalán, a @vargabalazs196 név alatt láthat az, aki követi.

Balázs számára az önzetlenség nem eseti cél, hanem életfilozófia. Például rendszeresen nyújt segítséget Józsi bácsinak, aki ugyanazon az emeleten lakik, mint ő, és a szájával irányítja az elektromos kerekesszéket. Tesz-vesz körülötte, vásárol a 71 éves embernek, ügyeket intéz. Megint más alkalommal a Fény utcai piacra gurult ki, hogy valakinek valamit kérésre elhozzon.

Jóérzéssel és örömmel tölt el ilyen látni. És ha most belegondolok, igen, sokszor vagyok a szemtanúja a MEREK-ben, hogy egyes lakótársak segítenek a másikon, úgy, ahogy képességeikhez mérten tudnak. Ez olyan szép. Szebbé teszik az életet. Jó példájukat követni fogom.

**Dékán Alexa**



Zsolt (balra) és Balázs (jobbra)

## Ásó, kapa, nagyharang

**Február második felében tartották a Házasság hetét, hazánkban immár 17. alkalommal. Egy héten át a család és házasság fontosságára kívánta felhívni a figyelmet az ebből az alkalomból tartott sok rendezvénysorozat.**

A Házasság hete több mint húsz éve indult Angliában, és ma már több mint 21 országban tartják meg.

A második emelet jól ismeri azt a házaspárt, a Kis családot, akik – ahogy ők mondják – „olaszosan” élnek. Gyakran hallani hangos civódásukat, ám ha odamegyek, már nyoma sincs a vitának, édesdeden néznek egymásra.

Orsi és Balázs 2016-ban találkoztak sok év után újra, amikor édesanyja halála után Orsi vidékről a MEREK-be költözött.

A találkozásra a páros női fele így emlékszik vissza: – Farkaséhes voltam... Habzsoltam a finom falatokat, amikor váratlanul odajött az asztalomhoz egy húszas éveiben járó, ereje teljében lévő, őzikeszemű, huncut, jóképű fiatalember.

Ezután még sok közös ebéd, beszélgetés hozta egyre közelebb őket egymáshoz.

– 2017. március 6-a óta vagyunk gerlepár – mondja Orsi, majd hozzáteszi –, fél évvel később, november 25-én tartottuk az eljegyzésünket, ma pedig már lassan öt éve, 2019. augusztus 30-a óta, „olaszosan” ugyan, de házasok vagyunk!

A szobájukban egy vázában a ma már elszáradt menyasszonyi csokor utal szerelmükre.

Kívánok nekik nagyon hosszú, boldog házasságban eltöltött életet!

**MeMó**



## Szeretmetmeteor

Becsapódik a szeretetmeteor, ahogy Pál Feri atya a színpadra szökken. Őszinte, fülig érő mosolyával olyan szeretetet áraszt magából, hogy a közönségből mindenki elfelejti búját-baját. Pál Ferenc Prima Primissima díjas, 57 éves római katolikus pap, mentálhigiénés szakember, motivációs előadó és író. Idén áprilisban a Marczibányi Téri Művelődési Központban beszélt a társkapcsolati kommunikációról *Végre megint értjük egymást!* címmel. Keserédes szituációk által, rendkívül szórakoztatóan, egyúttal bölcsen szemléltette, hogyan tud akarat-



lanul, ám teljes mértékben elbeszélni egymás mellett egy régóta együtt élő házaspár, férfi és nő mennyire különbözően működik! Többek közt erről is rengeteg tudással bír a nagyszerű lelki egészségügyi szakteknitély, akit intézményünk is meghívott, hogy tartson a MEREK lakóinak és dolgozóinak is előadást. Hogy elfogadja-e a meghívásunkat, az még a jövő zenéje.

Mi nagyon szeretnénk.

**Dékán Alexa**

„Kinyíltott egy új világ, egy új dimenzió, melynek varázsát sem film, sem mesteri színjáték nem adja vissza.

A leírt sorok életre kelnek, és te magad leszel benne a szereplő.

Nem kötöz meg egy „megrágott”, mások által készen eléd tárt történet, a halványabb részleteket a fantáziád festi meg.

Kinyíltott egy új világ, egy új dimenzió, kinyíltott a KÖNYV."

Merényi Krisztián

## Egy ikonikus épület: a kezdet és a vég

**Ken Follett brit író, aki történelmi kalandregényeket, valamint a XX. és a XXI. században játszódó krimiket és thrillereket ír. Világszerte több mint százmillió példányban adták el köteteit. A kedvencem. Leghíresebb írását, *A katedrális* szeretném ajánlani minden regénykedvelőnek.**

A középkori Angliában, akárcsak Európa más országaiban, az akkori élet minden területe a katedrális köré épült fel. Hiszen ezek az eredetileg hitéleti céllal épült építmények fizikailag is kimagaslottak az adott település építményei közül, akkoriban az átlag lakóházak nagyságrendekkel kisebb területet foglaltak el, mint napjainkban. A heti piacokat, vásárokat az istentiszteletek időpontjai köré szervezték, vagyis az adott település közösségi életét alapjában határozta meg egy ilyen vallási épület elhelyezkedése. Éppen ezért óriási harc folyt azért, hogy megyén belül melyik városban épüljön katedrális.

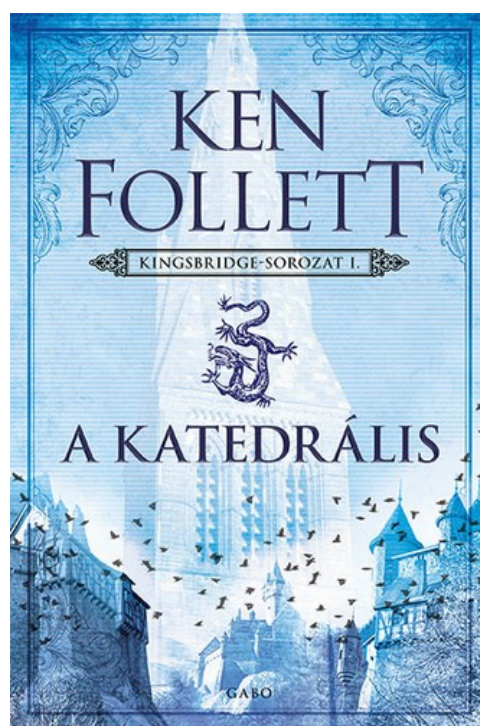
Természetesen regényünkben is vérre menő csaták zajlottak az építkezés jogáért, mivel ez óriási anyagi haszonnal is jár a regénybeli Kingsbridge városának és az ott élő iparosoknak is. Maga csak a hídpénz is jelentős bevételi forrás a település számára. Az ott élő kereskedők gazdagsága határozta meg a város fejlődését, erejét és életszínvonalát. Mindezekon túl pedig a sok-sok idegen ember hozta-vitte a híreket, ami – internet hiányában – szintén kulcsfontossággal bírt, hiszen az aktuális információ, már akkor is hatalom volt.

A történet a XII. századi Angliában játszódik. Fülöp, a tehetséges fiatal szerzetes kerül a kingsbridge-i apátság élére. Feltett szándéka megreformálni a kolostor pénzügyeit, és újra virágzóvá tenni az előző perjel alatt lezüllyedt szerzetesi közösséget. Jól tudja, hogy a templom is felújításra szorulna, hiszen a nyugati torony ledőlt, mégis el kell utasítania az állást kereső építőmester, Tamás ajánlatát, hiszen nincs pénze egy építkezésre. De nagyon úgy tűnik, hogy Tamásnak ez az utolsó esélye: hiszen egész télen munka nélkül volt, éhezett a családjával együtt, a felesége meghalt vándorlásuk közben, újszülött gyermeküket pedig Tamás kénytelen volt a sorsára hagyni. Végül

újdonsült mostohafia, Jankó avatkozik közbe: felgyújtja a templomot, így Fülöp kénytelen belevágni az újjáépítésbe. Ezzel elkezdődik egy kis közösség harca az életben maradásért, dacolva a polgárháborús idők viszontagságaival, természeti csapásokkal, és ellenségek folytonos árnykodásával, amit vagy negyven éves időtartamon át nyomon követhetünk a regény lapjain.

Ajánlom ezt a könyvet minden történelmi kalandregényt kedvelőnek!

**Kremser Tamás**





## Egy regény, ami önsegítő olvasmányként is hasznos

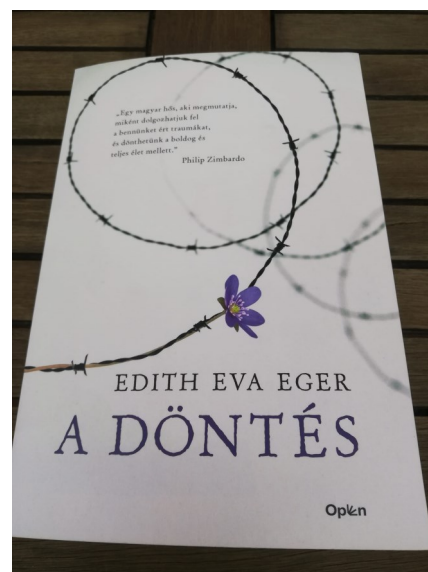
Edith Eva Eger *A döntés* című írása egy magyar hősnő életútját mutatja be, de annál jóval többről szól – nemcsak egy szokványos memoárt olvashatunk, hanem egy önsegítő könyvet is. A történet rávilágít arra, hogy mindig van választásunk, hogy hogyan élünk, hogyan éljük az életünket. A döntéseinkkel formáljuk a sorsunkat.

A regény első részében az író nő életét, gyermekkorát ismerhetjük meg, betekintést nyerhetünk a veszteségeibe, miképpen élte meg a deportálást. Ezek után olvashatunk a mindennapjai alakulásáról, betekinthetünk a munkájába. Nagy hatással volt rám az író nő könyve, segítségével új látásmódra találtam,

ami a nehéz helyzetekben segítségemre lesz. Kedvenc idézetem a könyvből: „A szabadságunk abban rejlik, hogy megtanuljuk magunkhoz ölelni azt, ami történt. A szabadság azt jelenti, hogy minden bátorságunkat összeszedve lebontjuk a börtön falait, egyik téglát a másik után”.

Kiknek ajánlanám a regényt? A célt keresőknek, valamilyen traumát átélt, depressziósoknak. De tulajdonképpen mindenkinek javasolnám ezt a letehetetlen könyvet, mert biztos vagyok benne, hogy mindenki megtalálja benne a saját üzenetét.

**Happy Moly**



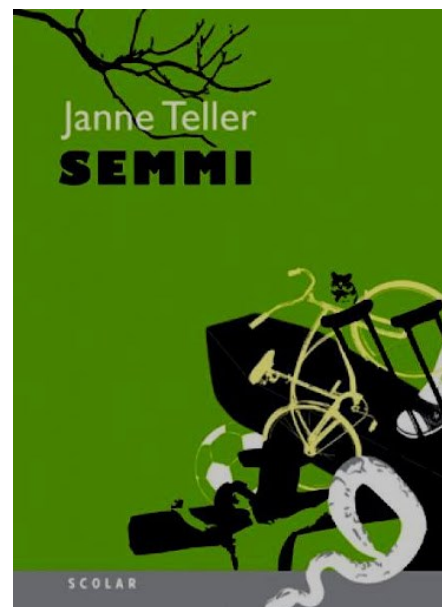
## A beteljesült mesék szomorúsága

Janne Teller leghíresebb műve, a *Semmi* súlyos filozófiai, erkölcsi és generációs problémákat boncolgató mű. Hatása példátlan volt Dániában: eleinte betiltották az iskolákban, majd a megjelenést követő évben (2001) váratlanul elnyerte a Dán Kulturális Minisztérium Gyermekkönyv-díját – azóta kötelező olvasmány.

A botránykönyv nemzetközi bestseller lett: 2008-ban megkapta a legjobb ifjúsági regénynek járó francia díjat (*Le Prix Libbylit*). Magyarországon évek óta hatalmas sikerrel játsszák a regényből készült ifjúsági előadást több színházban is. „Semminek sincs értelme, ezt régóta tudom. Ezért semmit sem érdemes csinálni. Erre most jöttem rá.” Ezekkel a szavakkal hagyja el Pierre egy nap az osztálytermet. Osztálytársai erre elhatározzák, hogy nihilista társuknak bebizonyítják az ellenkezőjét. A terv szerint egy régi pajtában gyűjtenek össze mindent, aminek van értelme. De először csak egy fejetlen játékbaba, egy zsoltároskönyv, régi fényképek, elszáradt rózsaszirmok gyűlnek össze. Ezért a diákok azt találják ki, hogy mindenkinek valami számára különlegesen fontosat kell odaadnia. Oléna a bokszesztyűjét, Hansnak az új versenybiciklijét, Husseinnek az imaszó-

nyegét, Frederiknek a dán zászlóját. Minél nagyobb az áldozat, annál nagyobb az értelme. Ami ártalmatlan játéknak indul, hamarosan kontrollálhatatlanná válik: Rikkének a copfjaitól, Gerdának a hörcsögétől kell megválnia. Kettejük még kegyetlenebb követelésekkel áll elő: Lis örökbefogadási oklevele, a kis Emil koporsója, egy kutyatetem és egy Jézus-szobor is az „értelem hegyén”, a „Fontos Dolgok Halmán” végzi. Akkor vadulnak csak igazán el az események, amikor Sofie-nak az ártatlanságát, a tehetségesen gitározó Jan-Johannak meg az ujját kell feláldoznia. Ekkor lépnek közbe a szülők és a rendőrség. Csak Pierre marad flegma. Kineveti a kamaszokat, akik ilyen áldozatokra képesek, csak hogy megtalálják az „értelmet”. Az osztálytársak éjszaka brutálisan bosszulják meg közönyét.

**Megyer Barnabás**



## Húszéves jubileumi boccia-bajnokság

A tatabányai Földi Imre Sportcsarnok 2024. április 6-án adott otthont a jubileumi sportrendezvénynek. A megnyitó a polgármester-asszony szavaival kezdődött, mint megtudtuk, a város és a vármegye országos viszonylatban élen jár a parasportok támogatásában. Szücsné Posztovics Ilona elmondta, most is kitörő örömmel fogadták a „boccia”-sokat. Ezután rövid áttekintést kaptunk az eltelt időszakról, ahol Novák-Garab Katalin nevét is megemlítették, mivel aktívan segítette az új boccia egyesület, a HUMANITÁS SE születését. Tevékenységét emléklappal jutalmazták, az alapító tagok is hasonlóképpen ebben a jutalomban részesültek.

A versenyre több helyről érkeztek a sportolók: Szegedtől Szombathelyig, beleértve a MEREK-et is. A nagy létszámra való tekintettel a mérkőzéseket két körre redukálták az eredetileg tervezett négyről, hogy időben hazafelé vehessük az utat.

Az egyesületünk tagjai kiválóan teljesítettek, büszkék vagyunk rájuk!

### Ákos

#### Eredményeink:

Hazai 1

1. hely: Hopka Katalin
2. hely: Juhász Anett

Hazai 2

1. hely: Lukácsné Orsós Erzsébet

BC2

1. hely: Kis Balázs
2. hely: Pálincás László

BC4

2. hely: Nausch Ákos
3. hely: Tóth Antal Tibor

Gratulálunk! Hajrá BOCCIA!



Kata első lett a jubileumi boccia-kupán



Új haj, új érem, a mosoly a régi:  
Pálesz örül

## Habos epres-túrós döbbenet

Irány a bolt, a piac a hozzávalók beszerzésére! Ha megvan minden, máris indulhat az elkészítés... – persze megint ülve, főzés nélkül.

Aki megízlelte, többször is evett belőle, nem tudod betelni vele. A kóstoló csapattól 10 pontot kaptam!

Hozzávalók: kb. 8 db babapiskóta, 25 dkg túró, 1 pohár joghurt, 2 db vaníliás cukor, 2 db lapzselatin a túróba, 1 gyümölcsös zselé a tetejére, fél citrom reszelt héja és kicsavart leve, gyümölcs (eper, málna, áfonya, de akár szeder is, ribizli, ami csak hozzáférhető a szezonban).

Elkészítés: az üvegtál aljába kerültek a piskóták. Közben mikróban elkészítettem a zselatint. Ezt – ha kihűlt – a joghurtba kevertem. Ebbe tettem a cukrot. Közben a túró villával szétnyomtam, beletettem a citromot és összekevertem a joghurttal. Mindez rákerült a piskóta tetejére, aztán egy napig pihent a hűtőben. Másnap gyümölcscsel díszítettem, végül rátettem a piros zselatin.

Feltétlenül próbáljátok ki, nagy sikerek lesz!

Jó étvágyat!

**Móni, a kis séf**



## Fordított felállás: ép ember kér segítséget, kerekesszékes támogat

**Működik a Margit körúton egy kormányhivatal. Budapest Főváros Kormányhivatala II. Kerületi Hivatala (Margit körút 47-49.). A MEREK-ben lakó mozgássérülteknek óriási segítséget jelent hivatalos okmányaik intézéséhez, hiszen egyrészt közel van a Marczibányi térhez, másrészt akadálymentes.**

No, nem teljesen, mert a dupla bejárati üvegajtót nem tudja kinyitni az, akinek nem működik jól a keze. Ezt ellensúlyozásképp a sorszámhúzó automatánál álló alkalmazott ugrik ajtót nyitni, amint lát egy kerekesszékes embert a hivatal felé közeledni.

Azon a napon, amikor ezeket a sorokat írom, költöztem be pontosan hat hónapja a MEREK-be tartós elhelyezéssel, és egy héttel rá jártam én is először ebben a hivatalban, hogy budapesti lakos váljon belőlem. Számomra történelmi pillanattal bírt az átjelentkezésem, mert évtizedek óta vágytam a fővárosba. A hivatalnokok is egytől egyig kedvesek és segítőkészek voltak velem és a kísérőmmel, érezhető volt a rutinjuk velünk szemben.

Ám a megszokásból is bárkit ki lehet billenteni. Mi is így tettünk akaratlanul az ép barátnőmmel, Zitával, akinek lejárt a személyi igazolványa és újra volt szüksége. Zitával megközelítettük a szóban forgó kormányhivatalt. Alig nyitotta ki nekem a külső bejárati ajtót, a sorszámhúzóznál álló hölgy azonnal a belső ajtóhoz ugrott, hogy kitarja előttem. Mosolyogva köszöntöttem és kedvesen tájékoztattam:

– Most én vagyok a kísérő, a barátnőm szeretne ügyet intézni.

Arcára azonnal kiült a döbbenet. Összszavardva nézett hol rám, hol a mögöttem érkező barátnőmre. „Most ki kinek a kije?! Ki miért van itt?!” – morfondírozhatott magában.

De végül csak elhangzott Zita felé a kérdés, hogy milyen ügyben adhat sorszámot. Minden a helyére került. Szinte azonnal szólítottak. Készült is Zitával a fénykép, pörögtek a dokumentumok, az aláírások. Mikor az első lépésekkel elkészültek, kérték, hogy ugyanazzal a sorszámmal várakozzunk még, szólítani fogják, amint az utolsó simítások is megvannak. Ki sem mentünk a belső helyiségből, félreálltunk egy olyan helyen, ahol nem zavartunk senkit. Egyszer csak az egyik hivatalnok sorszám nélkül intett a Zitának, aki a papírjaival oda is ment hozzá. Ott ismét zavartan nézett a hölgy, hogy én miért nem közeledem, meg is kérdezték a Zitát, hogy kinek lesz az ügyintézés? Mivel azt válaszolta, hogy a saját részére, ezért gyorsan meg is kérték, hogy fáradjon vissza mellém és várjon tovább. Zitával már mosolyogtunk magunkban, de közben jóleső örömmel töltött el, hogy ránk, fogyatékossgal élőkre ennyire figyelnek ebben a kormányhivatalban. Azonban semmiképp sem beszélhetünk az épek negatív diszkriminációjáról sem, mert percek múlva már Zita sorszámát is láthattuk a kijelzőn. Az egész procedúra kevesebb mint húsz perc alatt lezajlott. Mindenkinek ennyire gyors és zökkenőmentes ügyintézését kívánok!

Dékán Alexa

### Ez az utolsó tánc... (részlet)

**Mollinak**

Ez az utolsó tánc, de ne félj, lesz még folytatás!  
Ez az utolsó tánc, számomra ez az örömforrás!  
Ez nekünk az igazi boldogság!

Most még könnyű a búcsúzás,  
mert nemsoká újra látjuk egymást  
s folytatjuk a táncunkat tovább.

(...)

Addig csak annyit tehetek,  
hogy a szívemben megőrizlek Téged,  
mint örök kincset.

(...)

Kavarognak bennem az érzések,  
hogy is tudnék köszönetet mondani Neked?  
Szívünkben élnek a közös emlékek,  
érezem, ez a tánc soha nem érhet véget!

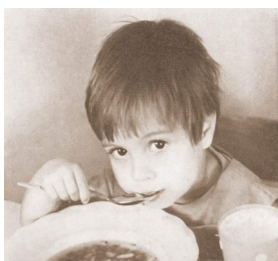
A tánc, amely lassú románccá vált,  
örülök majd, ha az élet visszasodor hozzád,  
én mindig emlékezni fogok rád.

**Vay Ábel**

# Apró mozaikok...

## Játék

Melyik várost láthatod a képen?  
A helyes megfejtők között utazást sorsolunk ki,  
egy általa megnevezett belföldi városba.  
Megfejtésedet a következő címre küldd el:  
**[merekmozaik@gmail.com](mailto:merekmozaik@gmail.com)**



1.



2.



3.



4.



5.



6.

A szerkesztőség néhány tagjának  
gyermekkori fotóját láthatjátok.

### Vajon ki kicsoda?

Megfejtésedet a következő címre  
küldd el:

**[merekmozaik@gmail.com](mailto:merekmozaik@gmail.com)**

Értékes nyeremény várja a helyes  
megfejtőt!

*Szerkesztőség:*

*Olvasószerkesztő: Gulya István*

*Nyelvi lektor: Mezei Mónika*

*Tördelés: Tóth Antal Tibor*

*Főszerkesztő: Forstreuter Tünde*

Önismeret:

Miért boldog itt mindenki rajtam kívül?

- Mert megtanulták, hogy mindenütt felfedezzék a jóságot és a szépséget.
- De miért nem látok én mindenütt jóságot és szépséget?
- Mert amit nem látsz magadban, azt rajtad kívül sem láthatod.

Anthony de Mello