

Szegedi Mozgássérültek Alternatív Egyesülete

SOKOLDALÚ



2024 I. szám

Keresőtevékenység mellett is igényelhető rokkantsági vagy rehabilitációs ellátás

2024. január 1-jétől azok is kérhetik a megváltozott munkaképességű személyeknek járó rokkantsági, illetve rehabilitációs ellátás megállapítását, újraszámítását, akik az igénybejelentés időpontjában kereső tevékenységet folytatnak. A MEOSZ több alkalommal szót emelt a jogszabályváltozás érdekében, ugyanis e követelmény teljesítése sok esetben indokolatlan terhet jelentett az ellátást igénylők, de még az őket foglalkoztatók számára is. A hazai gazdasági szereplők versenyképességének erősítésével és a közigazgatás hatékonyságának növelésével összefüggő egyes törvények módosításáról szóló 2023. évi CIX. törvény alapján 2024. január elsejétől hatályon kívül helyezték az Mmtv. azon rendelkezéseit, melyek szerint a megváltozott munkaképességű személyek ellátásaira nem jogosult, aki a kérelem benyújtásakor kereső tevékenységet folytat. A módosítás természetesen a rehabilitációs ellátást, a rokkantsági-, illetve kivételes rokkantsági ellátást igénylőkre egyaránt vonatkozik. Azok is kérhetik az ellátás megállapítását vagy újraszámítását, akiknek az igényét korábban esetleg azért utasította el a hatóság, mert a kérelem benyújtásakor keresőtevékenységet folytattak. A megváltozott munkaképességűeknek járó ellátásokra az Mmtv. 2. §-a alapján jelenleg azok lehetnek jogosultak, akik:

- a hatóság komplex minősítése alapján megváltozott munkaképességűnek minősülnek (egészségi állapotuk 60 százalékos, vagy kisebb mértékű);
- rendelkeznek a törvény által előírt mértékű biztosítási idővel (a kérelem benyújtását megelőző 5 éven belül legalább 1095 nap, 10 éven belül legalább 2555 nap, 15 éven belül legalább 3650 nap biztosításban töltött idő);
- továbbá rendszeres pénzellátásban nem részesülnek.

A korábbi szabályozás és annak következményei. A megváltozott munkaképességű személyek ellátásairól és egyes törvények módosításáról rendelkező 2011. évi CXCV. törvény (Mmtv.) alapján a megváltozott munkaképességű embereknek járó ellátás megállapítására eddig csak akkor kerülhetett sor, ha az igénylő a kérelem benyújtásakor nem folytatott kereső tevékenységet; azaz nem állt biztosítási jogviszonyban, vagy e jogviszonyát, akár rövid időre is megszüntette, vagy - pl. fizetés nélküli szabadság igénybevételével – szüneteltette.

Figyelemmel arra, hogy 2021 óta a rokkantsági és a rehabilitációs ellátások mellett egyébként korlátlanul lehet munkát végezni, a fenti feltételek teljesítése indokolatlan, időnként pedig túlzottan bonyolult ügyintézészt követelt meg az érintettektől és a foglalkoztatóiktól egyaránt.

A korábbi szabályozás és annak következményei:

A megváltozott munkaképességű személyek ellátásairól és egyes törvények módosításáról rendelkező 2011. évi CXCV. törvény (Mmtv.) alapján a megváltozott munkaképességű embereknek járó ellátás megállapítására eddig csak akkor kerülhetett sor, ha az igénylő a kérelem benyújtásakor nem folytatott kereső tevékenységet; azaz nem állt biztosítási jogviszonyban, vagy e jogviszonyát, akár rövid időre is megszüntette, vagy - pl. fizetés nélküli szabadság igénybevételével - szüneteltette. Figyelemmel arra, hogy 2021 óta a rokkantsági és a rehabilitációs ellátások mellett egyébként korlátlanul lehet munkát végezni, a fenti feltételek teljesítése indokolatlan, időnként pedig túlzottan bonyolult ügyintézészt követelt meg az érintettektől és a foglalkoztatóiktól egyaránt. Az egyéni vállalkozók vállalkozásuk mellett például csak úgy tudtak ellátást igényelni, ha vállalkozói tevékenységüket legalább 30 napra szüneteltették (a vonatkozó szabályozás alapján ennél rövidebb ideig a vállalkozói jogviszony nem szüneteltethető.) Még bonyolultabb volt a helyzet a társas vállalkozások (közkereseti társaság, betéti társaság, korlátolt felelősségű társaság stb.) esetében, hiszen a társaság tevékenységében személyes közreműködést végző, vagy vezető tisztségviselő tag társas vállalkozói jogviszonya nem szüneteltethető. Az érintett tagnak tehát - ha ellátást igényelt - e jogviszonyát meg kellett szüntetni, ami adott esetben a társasági szerződés módosítását is szükségessé tette. Rehabilitációs ellátás esetén az érintett kötelezettségei közé tartozik az együttműködés, valamint a rehabilitációban való részvétel is, ami adott esetben a felajánlott, megfelelő munkahely elfogadását, azaz munkavégzést is jelent. A rehabilitáció, illetve a rehabilitációs pénzbeli ellátás legfeljebb 36 hónapos időtartamának lejártát követően, ha az érintett újból jogosult lehet ellátásra, azt igényelnie kell, azonban a korábbi szabályozás alapján kereső tevékenységet ilyenkor sem folytathatott. A rehabilitációs ellátás megállapítása érdekében annak ellenére kellett tehát keresőtevékenységét megszüntetni/szüneteltetni, hacsak rövid időre is, hogy a rehabilitáció során egyébként együttműködésre, ennek keretében pedig munkavégzésre is köteles. A keresőtevékenységre vonatkozó tilalom ráadásul azokra is vonatkozott, akik rokkantsági ellátás melletti munkavégzés során csupán ellátásuk újraszámítását kezdeményezték. Ők is csak úgy lehettek jogosultak az új, kedvezőbb összegű ellátásra, ha a kérelem előterjesztésekor nem folytattak kereső tevékenységet. A most felsorolt néhány példa is jól szemlélteti, milyen problémákat, nehézségeket jelentett az érintettek és foglalkoztatóik számára e követelmény előírása. A MEOSZ ezért több alkalommal és fórumon kezdeményezte, hogy az ellátás igénylésére kereső tevékenység folytatása esetén is sor kerülhessen, ha az igénylő személy esetében annak feltételei egyébként fennállnak.

Szegedi Mozgássérültek Alternatív Egyesülete

Klubélet

Egy kis beszélgetéssel

**Ördögné Benyhe Máriával
Veres Tímeával**

az alábbi témákban

Szeged, Csongrádi sgt. 76

10 órai kezdettel

Hétfők

2024. január 15. Kristályok
2024. január 22. Ásítás
2024. január 29. Málnalevél, szederlevél teák

2024. február 05. A pozitív gondolkodás hatása
2024. február 12. Tabletta, szirup, kenőcs
2024. február 19. Sokoldalú csirkehús
2024. február 26. Házi lekvárok előnyei

2024. március 04. Kuskusz, bulgur, tarhonya
2024. március 11. Méregtelenítés
2024. március 18. Tavaszi fáradtság okai
2024. március 25. Tavaszi megújulás

2024. április 08. Zsír vagy vaj
2024. április 15. Torma, ne csak Húsvétkor
2024. április 22. Pihentető alvás
2024. április 29. Mi a curry?

A programok változtatásának jogát fenntartjuk!

Alternatív Támogató Szolgálat

A támogató szolgáltatás célja a fogyatékos személyek lakókörnyezetben történő el- látása, elsősorban a lakáson kívüli közszolgáltatások elérésének segítése, valamint életvitelük önállóságának megőrzése mellett a lakáson belüli speciális segítségnyúj- tás biztosítása révén.

Mi a támogató szolgáltatás feladata?

- az alapvető szükségletek kielégítését segítő szolgáltatásokhoz, közszolgáltatásokhoz va- ló hozzájutás biztosítása (speciális személyi szállítás, szállító szolgálat működtetése),
- az általános egészségi állapotnak és a fogyatékoság jellegének megfelelő egészség- ügyi-szociális ellátásokhoz, valamint a fejlesztő tevékenységhez való hozzájutás.
- információnyújtás, ügyintézés, tanácsadás, a tanácsadást követően a társadalmi beil- leszkedést segítő szolgáltatásokhoz való hozzájutás biztosítása,
- segítségnyújtás a fogyatékos emberek társadalmi integrációjának megvalósulásához, va- lamint a családi, a közösségi, a kulturális, a szabadidős kapcsolatokban való egyenrangú részvételhez szükséges feltételek biztosítása,
- a fogyatékos személy munkavégzését, munkavállalását segítő szolgáltatások elérhetőse- gének, igénybevételének elősegítése.
- segítséget nyújt a fogyatékkal élő emberek személyi szükségletének kielégítéséhez. Életviteli, életfenntartási segítséget nyújt.

Személyi segítség: A támogató szolgálat személyi segítő szolgálatot működtet, amely segítséget nyújt a fogyatékkal élő emberek személyi szükségletének kielégítéséhez. Életviteli, életfenntartási segítséget nyújt.

PI: napi bevásárlásban, gondozási – ápolási feladatokban, házi munkában, mentális gondozásban.

Szociálisan rászorultaknak:

300Ft/óra (Súlyosan fogyatékos a fogyatékosági támogatásban, vakok személyi járadé- kában, illetve magasabb összegű családi pótlékban részesülő személy.)

Szállítás: Szállító szolgálat fogyatékkal élők vehetik igényben a közlekedésük meg- segítése érdekében.

A szállítási igényeket legalább 24 órával a szállítása előtt meg kell rendelni.

Szállítás rendelése: munkanapokon: 8 – 15:30 óra között **70/338-5830**

Szociálisan rászorultak: 200Ft/km (Súlyosan fogyatékos a fogyatékosági támogatásban, vakok személyi járadékában, illetve magasabb összegű családi pótlékban részesülő sze- mély.)

Szociálisan nem rászorultak. 250Ft/km vehetik igénybe a szállítást.

Alternatív Támogató Szolgálat

(Dobó Piroska vezető)

A szolgáltatások igénybevételéhez érdeklődni lehet telefonon:

0662/444-897, vagy 70/338-5830



SZEGEDI MOZGÁSSÉRÜLTEK ALTERNATÍV EGYESÜLETE ÁLTAL FENNTARTOTT TÁMOGATÓ SZOLGÁLAT

FOGYATÉKKAL ÉLŐKÉNT GONDOT OKOZ A KÖZLEKEDÉS?

MAGASABB ÖSSZEGŰ CSALÁDI PÓTLÉKBAN,
FOGYATÉKOSSÁGI TÁMOGATÁSBAN,
VAKOK SZEMÉLYI JÁRADÉKÁBAN RÉSZESÜL?

MI SEGÍTHETÜNK!

További információkért hívja
MUNKANAPOKON 8:00-15:30
között a Támogató Szolgálatot,
vagy érdeklődjön személyesen!

06/62 444-897
06/70 338-5830

6725 Szeged,
Veres Ács u. 17/b.



Mindenki karácsonya

A Szegedi Mozgássérültek Alternatív Egyesülete 2023. december 14. napján a Kecskési - telepi Művelődési házban megszervezte tagjai számára karácsonyi ünnepségét. A termet mely az ünnepségnek helyt adott gyönyörűen feldíszítettük és minden kedves tagunkat terített asztallal vártunk. Az ünnepi műsort Fekete Éva az egyesület elnöke indította szívhez szóló köszöntőjével melyben kellemes karácsonyi ünnepeket kívánt. A magasztos hangulat megteremtése után felléptek a Makray Fogyatékos Gyermekek Nappali Intézményének ellátottjai, Faragó Tamás rehab mentor, Dobó Piroska támogatószolgálat vezetője és Sántáné Kurunczi Mária. Minden fellépő vagy egy aranyos mesével, történettel vagy egy karácsonyi verssel kedveskedett és kívánt kellemes ünnepeket a tagoknak, de persze a vicc sem maradhatott ki, külön az „egyesületi híradó” is szót kapott. Az előadás sorozat alatt az egész termet áthatotta a ünnep hangulata. Ezt követően lehetőséget biztosítottunk tagjainknak a közös együttlét megélésére, beszélgetésre, töltökezésre, együtt ünneplésre. Végül minden tagot megleptünk egy kis csomaggal, ami tartós élelmiszert tartalmazott, egy kis ajándékkal.

Meghitt és vidám ünnepléssel teli hangulat volt telis tele beszélgetéssel. Mindenki külön hálás volt, hogy az egyesület, így gondol rájuk és ennyi szeretettel van feléjük. Nagy öröm volt számunkra is, hogy együtt lehettünk és nagyon kellemesen ünnepelehtük meg a szeretet ünnepét.


Külön köszönetet mondunk ezen rendezvény megvalósulásához
támogatóinknak, melyek:

- **Szeged Megyei Jogú Város fogyatékosügyi pályázata**
- **OTP bank**
- **Medikémia Zrt.**
- **Napcsillag Kft. (Eurofamily)**
- **Szegedi Paprika Zrt.**
- **Pharmainvest Kft.**



Makray Fogyatékkal Élő Gyermek Nappali Intézménye

A Makraysok ünnepi angyalai

 Gyaraki Zsuzsi	 Barna Lajosné, Olgi	 Fudó Kft.
 #szeretetsoki 2023	néni	 Szélmalom Vendéglő
kezdeményezés	 Kiss Csillag Alapítvány	 Szatmári család
 Hevesi Zoltán	 Schmidt Nóri és baráti	 Toledói karácsony
 Nagy Péter	köre	 Koromné Fenyvesi Rózsa,
 Koromné	 Gagyizdás angyalok	képviselő asszony
Fenyvesi Rózsa, képviselő asszony	 Partizán BBQ	ünnepi vacsorameghívása

Felsorolni is hosszas azoknak a listáját, akik az ünnepek alatt szeretettel gondoltak ránk, és adományaikkal gazdagították fiataljaink ünnepét.

Hevesi Zoltánnak hálásak vagyunk, hogy igent mondott a felkérésünkre, és eljött hozzánk, hogy mikulás ruhába bújva örömet szerezzen a fiataloknak. A gazdag csomagokat Gyaraki Zsuzsi hozta titkosan, aki a #szeretetsoki kezdeményezéshez csatlakozó sok-sok önzetlen adományozó szeretetsokiját tömte a zsákokba.

Koromné Fenyvesi Rózsa képviselő asszony, egy nagy doboz gyümölcssel és szaloncukorral lepett meg bennünket.

Nagy Péter hatalmas zsákban hozott egy-egy csomagot nekünk, igazi meglepetést okozva ezzel, mert ő is mindig gondol ránk.

Barna Lajosné Olgi néni, aki minden évben szeretettel küld csomagot a fiataloknak, idén egy-egy Mikulás csomaggal lepett meg bennünket, és kedves kis levélben írta meg jókívánságait. Fia, Attila hozta el nekünk a finomságokat.

A mi Jézuskánk ajándékai a Kiss Csillag Alapítvány jóvoltából kerültek a karácsonyfa alá. Nagyon nagy izgalom volt az intézményünkben, hiszen mire a fiatalok megérkeztek az ünnepünk reggelén, a Jézuska már odacsempészte ajándékait a karácsonyfa alá. 🎄

Svédasztalos karácsonyi ebédet varázsoltak ünnepi asztalunkra a Gagyzdás angyalok

Van egy közösség Szegeden, akik nem csak divatos ruhákat vásárolnak, hanem hatalmas szívükkel rászoruló gyerekek arcára csalnak mosolyt. Ők a Gagyzda ruhaüzlet vásárlói. Gálné Csáki Kata vezeti ezt a csoda kis helyet, és fogja össze a segítő kezeket. Nekik köszönhetően olyan lehetőséget kaptunk, amilyen még nem volt az intézményünkben. A finom ebéd után, minden fiatal megnyalta a tíz ujját. Sültes tálak, marhapörkölt és desszertként isteni fűszeres karácsonyi sütőtökös pite várt ránk.

Schmidt Nóri és baráti köre minden évben megajándékoz néhány rászoruló családunkat élelmiszerrel, hasznos holmival, tűzifával.

A tavalyi évhez hasonlóan Koromné Fenyvesi Rózsa, Móraváros képviselő asszonya, vacsorával köszönte meg, Szeged város nevében, a választókerületében működő intézmények dolgozóinak odaadó munkáját. Meghívására elmentünk mi is, és egy szép estét töltöttük el.

A szeretet nem ismer határokat, hét és félezer kilométerről is érkeztek ajándékok több, mint száz rászoruló gyermeknek. Toledoi karácsonyt rendeztek a Városházán, ennek keretein belül két fiatalunk is kapott karácsonyi csomagot. Egyéni kívánságaik alapján kaptak nagy értékű ajándékot, köszönve Koromné Fenyvesi Rózsa képviselő asszonyunknak, aki lehetőséget biztosított, hogy intézményünk két fiataljának is teljesüljön a kívánsága.

Az ünnepek előtt lepett meg bennünket a Szatmári család ajándékaival. Gyönyörű párnákat varrt Szatmáriné Gabi, sok-sok dekoráció, ruhák és partipoharak is voltak a csomagban. Újévben osztottuk ki a csomagot a fiatalok nagy örömeire. A partipoharak pótszilveszteri multságunk fontos kellékei lettek, és szülinapok alkalmával is használjuk.

Köszönjük mindannyiuknak, hogy szeretettel gondoltak ránk, és adományaikkal gazdagították fiataljaink ünnepét!

Minden évben egyre bővül azoknak a köre, akik bizalmat szavaznak intézményünknek, szívünk tele van hálával!

Szeged, 2024. 01.12.

Hódi-Forrai Éva
intézményvezető

Farsang

Gazdag Erzsébet: Itt a farsang

Itt a farsang, áll a bál,
keringőzik a kanál,
Csárdást jár a habverő,
bokázik a máktörő.

Dirreg, durrog a mozsár,
táncosra vár a kosár,
A kávészem int neki,
míg az őrlő pergeti.

Heje-huja vigalom!
habos fánk a jutalom.
Mákos patkó, babkávé,
értük van a parádé.



Itt a tavasz!



Mentovics Éva: Mulatság

Száll az ének, hív a nóta,
táncot ropunk reggel óta.
Gyors ritmusra dobban lábunk,
ma éjfélig meg sem állunk.

A Szegedi Mozgássérültek Alternatív Egyesülete

Farsangi mulatság

Makray Fogyatékkal Élő Gyermekek Nappali

Intézményének műsora

melyre szeretettel várjuk tagjainkat és családtagjaikat.

2024. február 22-én csütörtökön

9:30 órai kezdettel

az

Agóra Kamara termében

Szeged, Kálvária sgt. 23.



Szegedi Mozgássérültek Alternatív Egyesületének Klubélete**Szeged, Csongrádi sgt. 76****10 órai kezdettel****Filmnézés mint a moziban*****Film klub*****Minden kedden**

2024. január 16. Ki nevel a végén
2024. január 23. Casablanca
2024. január 30. Nekem nyolc

2024. február 6. Édes pillanatok
2024. február 13. Becéző szavak
2024. február 20. Ollókezű Edvárd
2024. február 27. kedd Oscar

2024. március 5 Good Will Hanting
2024. március 12 Huncutka
2024. március 19. Vasmacska kölykei
2024. március 26 Bakancslista

2024. április 2. Kedd Ruby segítségével
2024. április 9 kedd Bor Mámor Provance
2024. április 16. Kedd Kódvadászok



Élelmiszer adomány osztás

Egyesületünk 2024. évre érvényes tagsággal és élelmiszerbanki adatlapjával rendelkező szociálisan rászoruló tagjaink részére. Az élelmiszerek aznapi lejáratúak, melyet a METRO áruház adja át az Magyar Élelmiszerbanknak, melyet a Szegedi Mozgássérültek Alternatív Egyesület tagjai kaphatnak meg általunk. Egyesületünknek elszámolási kötelezettsége van az Magyar Élelmiszerbank felé.

Az alábbi időpontokban lehet jelentkezni hétfőnként (ünnepnapok kivételével) 8:00 - 12:00 között a 06/70-338-5830-as telefonszámon, az esti élelmiszercsomag szétosztására.

A jelentkezés napján a vezeték név kezdő betűjét kell nézni.

A-F:

2024. február 05. március 04. április 08. május 06.

G-K:

2024. február 12. március 11. április 15. május 13.

L-S:

2024.: február 19. március 18. április 22. május 27.

SZ-ZS:

2024.: február 26. március 25. április 29. június 03.

Szegedi Mozgássérültek Alternatív Egyesülete **2024. évi tagsági díja 1500 Ft/év**, melyet az Irodában (Veresács u. 17/b) lehet befizetni 8 – 14 óra között. A tagkönyv is szükséges hozzá.

Az élelmiszer csomag 2024. január 30-tól csak 2024. évre érvényes tagsági igazolvánnyal adható ki.

Szegedi Mozgássérültek Alternatív Egyesülete

Klubélete

Szeged, Csongrádi sgt. 76

10 órai kezdettel

Egy kis közös beszélgetés a megjelölt témákban.

Szerda

2024. január 17. Gálvölgyi János

2024. január 24. A kis Kabos

2024. január 31. Kvíz

2024. február 07. Retro TV műsorok

2024. február 14. Retro reklámok

2024. február 21. Retro esti mesék

2024. február 8. Kvíz

2024. március 06. Maksa Zoltán

2024. március 13. Benny Hill

2024. március 20. Elfeledett szép szavaink

2024. március 27. Kvíz

2024. április 03. Hogy telt a húsvét?

2024. április 10. Magyar színészek Márkus László

2024. április 17. Nagy Bandó András

2024. április 24. Kvíz

A program változtatás jogát fenntartjuk!

SORSTÁRSI TANÁCSADÁS

A szolgáltatás célja, hogy segítséget nyújtsunk a mozgásfogyatékosággal élőknek és megváltozott munkaképességűeknek, valamint családtagjaiknak a rájuk háruló nehézségek feldolgozásában, enyhítésében.

Kollégánk segítséget nyújt a szociális ügyintézésben, tájékoztat az igényelhető támogatásokról (pl. gépjárműszerzési támogatás, fogyatékosági támogatás, emelt összegű családi pótlék, stb.), jogosultsági feltételekről, aktuális jogszabályokról. A szolgáltatást igénybe vevők segítséget kapnak, hogy a speciális élethelyzetükből adódó nehézségek elhárítására szakmai segítséggel közös megoldást találjanak. Sorstársi tanácsadónk, egyesületünk irodájában, igény szerint a tanácsot kérő otthonában, áll rendelkezésre. Kollégánk törekszik arra, hogy kellemes, nyugodt légkört teremtsen a tanácsadások alkalmával. A tanácsadás előre egyeztetett időpontban, térítésmentesen vehető igénybe a lenti elérhetőségeken.

Faragó Tamás

Sorstársi tanácsadó

Elérhetőségek:

Telefon: 06-70-967-1844

E-mail: szmae.sorstarsi@gmail.com

Személyesen: hétfő-péntek 8-13 óra között

Egyesületünk irodájában.



Szegedi Mozgássérültek Alternatív Egyesülete
Klubélete

Sántáné Kurunczi Mária

író

Szeged, Csongrádi sgt. 76

10 órai kezdettel



Előadások:

Január 4. csütörtök Amerikai elnökök ivási szokásai

Január 11. csütörtök Januári jeles napok

Január 18. csütörtök Még egyszer a farsangról, fánk történet

– Jankovich Ferenc Egyszer kétszeri fánk

Január 24. Szerda KVÍZ műsor, Beszéljünk a GÉNIUSZ győztesről: Dr.

Kovács Attiláról

Január 25. csütörtök SAKKTÖRTÉNET

Február 1. csütörtök februári jeles napok

Február 8. csütörtök Érdekességek, régiségek

Február 14. Valentin nap – ismert költők szerelmes versei

Február 22. csütörtök érdekességek-különös történetek

Február 28. szerda KVÍZ, a kvíz története

Február 29. csütörtök Különös történetek...szökőévről

Március 7. csütörtök NŐNAPI ELŐZETES – novellák – a végén humor

Március 14. csütörtök márciusi jeles napok

Március 21. – A BOLDOGSÁG Világnapjáról – történetek – humor

Március 27. szerda KVÍZ

Március 28. csütörtök áprilisi bolond nap- előzetes, vidám történetek

Április 4. csütörtök régi-régi történet- április 4-ről

A program változtatás jogát fenntartjuk!

Receptár

FARSANGI FÁNK

HOZZÁVALÓK

50 dkg liszt
 1 dl tej
 1 dl víz
 4 dkg porcukor
 3 dkg élesztő
 2 db tojássárgája
 6 dkg vaj
 1 tk. vanília kivonat
 1 ek rumaroma
 1 db citrom
 1 csip. só
 olaj



ELKÉSZÍTÉS

A szalagos fánk elkészítéséhez a lisztet egy nagyobb tálba tesszük. A közepébe lyukat fúrunk, és beleöntjük a langyos tejet, vizet. A tejbe tesszük a porcukor felét, majd belemorzsoljuk az élesztőt, és rátesszük a maradék porcukrot. Hozzáadjuk a tojássárgákat, a felolvasztott vaját, a vaníliakivonatot, a rumot és a sót. Összedolgozzuk, és addig gyúrjuk, amíg sima tésztát kapunk. Letakarjuk egy konyharuhával, és meleg helyen 1 óra alatt a duplájára kelesztjük. Ha megkelt a tészta, lisztezett felületen ujjnyi vastagságúra nyújtjuk, és köröket szaggatunk belőle. Ezután letakarva 15 percig pihentetjük. Egy mélyebb serpenyőben annyi olajat hevítünk, hogy a fánkok "derekáig" érjen, vagyis ne érjenek majd a serpenyő aljára sütés közben. A fánkok közepét benyomjuk, majd kis adagokban, a lyukas oldalukkal lefelé sütni kezdjük, és lefedjük. Ha megsültek, megfordítjuk, és fedő nélkül készre sütjük.

A megsült fánkokat papírtörlőre szedjük, majd ízlés szerint porcukorral és lekvárral tálaljuk.

Szegedi Mozgássérültek Alternatív Egyesülete
Klubélete

Pénteki beszélgetés a következő témákban

Faragóné Bodó Eszterrel és

dr. Szabó Tamással

Szeged, Csongrádi sgt. 76

10 órai kezdettel

2024. január 19. Péntek Szombathely, Bükkfürdő

2024 január 26. Péntek Óriás tintahal vs. Fantom medúza Mélytengeri szörnyek

2024. február 2. Péntek 10 furcsa érdekesség az álmokról, amit eddig nem tudtál

2024. február 9 Péntek Grúzia

2024. február 16 Péntek Esztergom Párkány

2024. február 23.. Péntek Nagy fehér cápa vs. Gyilkos bálna Mélytengeri szörnyek

2024. március 1. Péntek 10. világhírű márka érdekes eredete

2024. március 8. Péntek Montenegró

2024. március 15. Péntek Nemzeti ünnep

2024. március 22. Péntek Húsvéti népszokások

2024. április 5. péntek Az elektromos autók történelme

2024. április 12. Péntek KÉKEK kékje, Görögország

2024. április 19. Péntek Szerencs és Sárospatak

A program változtatás jogát fenntartjuk!

Sántáné Kurunczi Mária

Vendégem az Öregség

Kopogtak. Nem. De kopogtak... A nyikorgó ajtót kitarva ott állt a küszöbön maga az Öregség. - Gyere be - mondtam. Kopogós botját a sarokba támasztotta, szusszant egyet, aztán nehézkesen leült az egyik kényelmes fotelbe. - Csakhogy megérkeztél, már nagyon vártalak. Mivel kínáljalak? - Csak hellyel! Nem iszom, nem dohányzom, édességet, zsíros ételeket nem eszem. Ja, egy pohár vizet, ha kérhetek, lehetőleg ne klóros csapvizet, vagy szennyes ásványvizet. - Akkor mit adhatok? - Ha van Anna víz, én azt iszom. Az az egészséges. - Meddig maradsz? – faggatom. - Az tőled függ. Mostantól mindennap melletted leszek. Vigyázok rád. Ne legyél meggondolatlan, óvatlan. - Azért folytathatom eddigi életem? - Persze, de ha olyat teszel, ami nem jó, én jelzek. Ezt megbeszéltük. De másnap már vitába is kezdtünk. - Mi a baj? – kérdeztem. - Rosszul indult a napod, este későn feküdtél le. Volt egy 104 éves japán asszony, aki azért élt olyan sokáig, mert mindennap nyolc órát aludt. - De én nem bírok éjjel aludni. - Láttam. Olvastál és írtál. Írtál és olvastál. Meg rejtvényt fejtettél. Aztán mikor végre elálmosodtál, megint eszedbe jutott valami, és megint felkapcsoltad a villanyt. Magad kapcsold ki! - Jó, majd megpróbálom. Teltek a napok. Hosszabbodtak az éjszakák. Az Öregség meg itt volt velem. Mindennap. Minden éjjel. Intett és figyelmeztetett. Mindenbe beleszólt. - Állj fel a számítógép mellől. Menj levegőre. Nézd, milyen szépen süt a nap. Hallod, a madarak, hogy dalolnak? - Ezt eddig is hallottam, és nem igaz, hogy állandóan a számítógép mellett ülök, miért mondasz ilyeneket?! Ha reggelként álmosan vettem elő a kávécsészét, az Öregség ott állt mellettem, kivette a kezemből. Na, nem azért, hogy ő készítse el nekem a kávé, hanem hogy leszoktasson róla. - Magas a vérnyomásod, és a sok kávé miatt nem tudsz aludni. - Na és – duzzogtam. Aztán nagy sokára tényleg leszoktam róla. Ám a reggelinél is mellettem állt, néha hátra is vágott: - Ne egyél annyit – mondogatta – magas a koleszterined, zsíros lesz a májad, megnő a hasad - és én attól félttem, teljesen elmegy az étvágyam. Ha reggel hideg volt, megittam egy kupica jó házi pálinkát, de ezt sem hagyta szó nélkül. - Egy úrinő nem iszik! - Na és, akkor nem vagyok úrinő, és különben is eddig is ittam, kávéztam, zsíros ételeket és jókat ettem, és semmi bajom nem volt. - Most majd lesz! – és megfenyegetett a botjával. Megint hetek, hónapok teltek el. Egy reggel arra ébredtem, hogy fáj a fejem, zsibbad a karom, és alig bírtam lemászni a lépcsőn. A súlyom is megnőtt. - Na, ugye, megmondtam, de nem hallgattál rám - korholt a megszokott módon. - Ne legyél rosszindulatú, kárörvendő. Egyáltalán miért nem mégy már el, hagyjál engem békén! Már mióta itt vendégeskedsz. Tudhatnád, akármilyen kedves vendég, három napig untig elég! - Ez most nem ilyen, és mondhatsz bármit, nem tudsz megsérteni, és el sem megyek. Majd meglátod, ha én itt hagylak, neked régen rossz. - Nem rosszabb, mint most, hogy mindig a nyomomban vagy, és mindig nyaggatsz, menj már el!!! Hallod!!!! - Ha én most kimegyek azon az ajtón, többé nem jövök vissza, de neked is véged van, nem éred meg a 126-dik éved. - Na és, mit érdekel az téged?! - Engem nem is, de te tehetetlen, elesett leszel nélkülem. Én pedig akkor is itt maradok veled, ha nem akarod. Bárhogy tiltakozhatsz, veled leszek az IDŐD VÉGÉIG. - Bánom is én – mondtam, és elraktam a kávé csészéket a szekrénybe, beállítottam a pálinkás üveget a helyére, elzártam a számítógépet, és belesüllyedtem a fotelba. Így éltem át a két ünnepet. Ki tudja, az év első munkanapján még vendégem lesz-e az ÖREGSÉG...nézzetek be hozzám, hogy meglessétek!

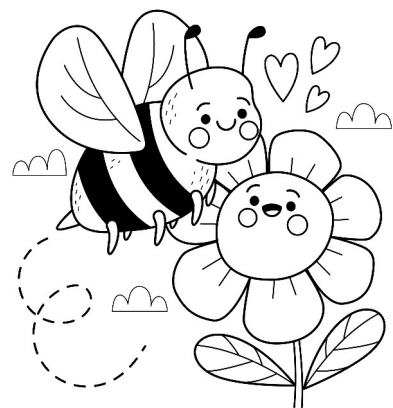
Viccek

A rovarok fociznak a réten. A méhecske odarepül az egyik, padon ülő bogárhoz és megkérdezi:

- Te miért nem játszol?
- Nem látod? Én vagyok a cserebogár!

Két virág beszélget:

- Szeretlek
- Én is!
- Jó, akkor hívjuk a méhecskét..



A baromfiudvarban fél kilós tojást tojt az egyik tyúk.

- Megmondanád, hogy sikerült? - kérdik tőle a többiek.
- Családi titok.
- Terveid a jövőre?
- Legközelebb egy kilós tojást fogok tojni.

Sajnálják, hogy nem tudták meg a titkot, így megkérdezik a kakast is, hogy hogy hozták össze ezt a hatalmas tojást?

- Családi titok. - mondja a kakas is.
- És mik a terveid a jövőre?
- Szétverem a strucc pofáját!

A Szegedi Mozgássérültek Alternatív Egyesülete

köszönettel vesz minden segítséget, ezért tisztelettel kérjük, személyi jövedelem adójának 1%-ával támogassa, egyesületi munkánkat. Ezen összeget az Intézményeink fejlesztésére fordítottuk , a fogyatékkal élő nappali intézményünkre , illetve a támogató szolgálat fejlesztésére, és biztonsági gyerekülések beszerzésére.

2022. évi személyjövedelem adó 1%-ból

2023. -évben

452.302 Ft.- összegben kaptunk támogatást, melyet ezúton is köszönünk!

Személyi Jövedelem adó 1%

RENDELKEZŐ NYILATKOZAT A BEFIZETETT ADÓ EGY SZÁZALÉKÁRÓL

A kedvezményezett adószáma:

1 9 0 8 5 6 5 8 – 1 – 0 6

A kedvezményezett neve:

Szegedi Mozgássérültek Alternatív Egyesülete