

HÍRLEVÉL, 2021/1.

ÉFOÉSZ BAZ Megyei Érdekvédelmi Egyesülete

3526 Miskolc, Szeles u. 57., 3501 Miskolc, Pf. 428. tel: 06-30/3477-963

Ügyfélfogadásunk az új koronavírus járványhelyzet miatt szünetel.

Telefonon, e-mail címünkön és postai levelezési címünkön elérhetőek vagyunk.

Adószám: 184 024 831 05 OTP számlaszám: 117 340 04 - 203 488 87

e-mail: efoeszbaz@gmail.com honlap: www.ertelmifogyatekosbaz.hu

Hírleveleink és egyesületünk több évre visszamenő tevékenysége képekben az ÉFOÉSZ országos honlapján: www.efoesz.hu MAGUNKRÓL menüpont, MEGYEI SZERVEZETEK HÍRLEVELEI rovatban is megtekinthetők.

Kedves Tagjaink!

Innocent Ernő magyar drámaíró (1903-1978) kedves soraival kívánunk **áldott, boldog 2021-es évet MINDENKINEK.**

Kívánok boldog új évet minden kis bogárnak!. . . . a Napnak, a Holdnak, a lámpavilágnak, minden szál virágnak, kéknek, liláknak, boldog új esztendőt az egész világnak!

**** Ismételten köszönetet mondok az ÉFOÉSZ-nek, Egyesületünk és az Önálló Életviteli Centrum vezetésének, minden segítőnknek, támogatónk, akikre a 2020. év nehéz körülményei között is folyamatosan számíthattunk.**

**** Köszönöm a kedves visszajelzéseket, amelyek a YouTube-os szereplésekkel és „Az életem és emlékeim a 2020. évi új koronavírus járvány idejéről” című kiadványunk megjelenésével kapcsolatban kaptam. Bemásolom Kovács Katalin, a MÁON munkatársának – a pályázatban résztvevők felkészítőjének - levelét.**

„A MÁON Református Szeretetotthon lakói boldogan vettek részt az ősszel kiírt irodalmi pályázatban. Szívesen meséltek életükről, mindennapjaikról, azokról a programokról, amikben részt vettek a COVID-19 vírus idején. Nagyon lelkesek voltak a fogalmazás írása alatt, és szebbnél szebb rajzok születtek a pályázat nyomán. Az eredményre való várakozás izgalommal töltötte el lakóinkat, napról napra emlegették, hogy vajon mit lehet majd „nyerni”, és ki lesz a nyertese a pályázatnak.

Mikor hírt kaptunk a díjkiosztás időpontjáról, tapsviharban törtek ki a fiatalok. Sajnos személyesen nem tudtak ott lenni a díjkiosztáson, mivel a szociális intézményekben jelenleg kijárási tilalom van, de megígértem Nekik, hogy elhozom az ajándékokat. Mikor beléptem az ajtón a hatalmas csomagokkal, rögtön megrohantak a lakók, és kíváncsian várták, hogy vajon mindegyikük kap-e csomagot. Tartottunk egy „házi ünnepséget”, és annak keretében osztottam ki az átvett ajándékokat, kihangsúlyozva, hogy minden pályázó milyen ügyesen dolgozott, és hogy milyen büszke vagyok rájuk. Nagyon örültek a könyveknek, a csokinak, a szaloncukornak, az okleveleket pedig büszkén mutogatták társaiknak.

A csodaszép kiadványt azóta is féltve őrzik, sokszor nézegetik, csodálják. Jó volt elolvasni más sérült emberek írásait, beszélgetni arról, hogy ki hogyan vészelte át ezt a nehéz időszakot. Nagyon szépen köszönjük a lehetőséget, hogy részt vehettünk ebben a pályázatban, és külön hálásak vagyunk a kedves ajándékokért, amivel nagy örömet szereztek lakóinknak!” Kedves Katalin, szívesen!

**** Vincze Ákos „kiváló költő tagunk” decemberben küldött versét: „Amit érzek” is öröm volt olvasni.**

Mit érzek? Bennem beszél. Olykor fújja a tavaszi szél, perzseli nyár tüzes parazsa, ősz rá bús könnyét hullatja.	Fehéren takarja be a tél, fagyba bezárni nem fél. Szeretet kulcsa, mely nyitja, türelem ami lassan feloldja	énemet, látható valóságával, telve érzelemmel vággyal, így szívem már bátran szól, köszönettel, ezer hálával.
---	--	--

**** Nehezen térek át a szép lírai dolgokról a „mindennapok valóságába”, de meg kell tennem.**

Elkezdődtek a **koronavírus elleni védőoltások** hazánkban, amely ingyenes és önkéntes. Csak az illetékes hatóság által bevizsgált és elfogadott oltóanyag használható. A **vakcina** elősegíti, hogy az immunrendszer (a szervezet természetes védelme) antitesteket és a vírus ellen ható vérsejteket termeljen, így nyújtson védelmet a COVID 19 ellen. A védőoltások nem okozhatnak Önnek COVID-19-betegséget. A koronavírus elleni védettség kialakulásához általában két oltásra van szükség, a vakcinát 21 illetve 28 napos különbséggel szükséges beadni. Az oltottak védelme csak a vakcina második adagját követően alakul ki, várhatóan 1-2 héten belül. Az oltóanyagokat nem lehet felcserélni, az első és a második oltást ugyanazon oltóanyaggal kell elvégezni. (Mint minden vakcinánál, a COVID-19 megbetegedés ellen végzett vakcináció esetében is előfordulhat, hogy az nem véd meg minden beoltott személyt.) (Forrás: https://koronavirus.gov.hu/sites/default/files/sites/default/files/imce/vedooltas_kisokos.pdf)

Ellenjavallatok: akut (heveny) lázas betegség, várandósság, a beadandó vakcina bármely összetevőjével szembeni súlyos allergiás reakció, a kórtörténetben súlyos, kórházi ellátást igénylő gyógyszerrel (pl .penicillin) vagy védőoltással kapcsolatos anafilaxiás reakció, 18 év alatti életkor. Azon személyek is olthatók a vakcinával, akik kórtörténetében 3 hónapon túli igazolt COVID-19 fertőzés szerepel. Az oltás krónikus (idült) betegséggel rendelkező személyeknek adható, akiknél nem áll fenn az oltásra vonatkozó kontraindikáció (ellenjavallat).

Mellékhatások: A védőoltás beadása után oltási reakciók fordulhatnak elő. Ezek közül a leggyakoribbak: fájdalom a beadás helyén, fejfájás, hidegrázás, fáradtság, izomfájdalom, láz, injekció beadási helyén jelentkező duzzanat. Nagyon ritkán előfordulhat: megnagyobbodott nyirokcsomók (hónalji nyirokcsomó duzzanata, érzékenysége),rossz közérzet, végtagfájdalom, álmatlanság, viszketés az injekció beadási helyén. Ezek általában enyhék vagy közepesen súlyosak és a vakcina beadása után pár napon belül elmúlnak. Szorongással kapcsolatos reakciók (ájulás, kapkodó légzés, stb.). Az ügyintézés gyorsítása érdekében kinyomtatva, kitéve hozza magával a beleegyező nyilatkozatot. (mellékelve) <https://koronavirus.gov.hu/letoltheto-tajekoztatok> A védőoltás előtt – a szokásos napi ritmusának megfelelően – igyon és egyen! Olyan öltözékben érkezzen, amiben könnyen szabaddá tudja tenni a felkarját! (A védőoltással kapcsolatban további információkat olvashat a www.nnk.gov.hu a www.vakcinainfo.gov.hu és a www.koronavirus.gov.hu honlapokon. Az oltóanyagokra vonatkozó részletes információt (alkalmazási előírat, betegájékoztató) az alábbi honlapon érhető el: <https://ogyei.gov.hu/gyogyszeradatbazis>)

** A **2021. évi munkarend** a következőképpen alakul a 14/2020.(V. 13.) ITM rendelet (a 2021. évi munkaszüneti napok körüli munkarendről) alapján: <https://ado.hu/munkaugyek/2021-evi-munkaszuneti-napok-es-athelyezett-munkanapok-igy-tervezzen/> **Ünnepnapok, illetve pihenőnapok a hozzájuk tartozó áthelyezett munkanapokkal 2021-ben:**

január 1. péntek	Új Év	pihenőnap (3 napos hétvége)
március 15. hétfő	Nemzeti ünnep pihenőnap	3 napos hétvége
április 2. péntek	Nagypéntek	pihenőnap
április 5. hétfő	Húsvét	pihenőnap (4 napos hétvége)
május 1. szombat	Munka Ünnepe	hétvége
május 24. hétfő	Pünkösöd	pihenőnap (3 napos hétvége)
augusztus 20. péntek	Államalapítás ünnepe	pihenőnap (3 napos hétvége)
augusztus 21. szombat	pihenőnap	pihenőnap
augusztus 28. szombat	munkanap	áthelyezett munkanap
október 23. szombat	56-os Forradalom Ünnepe	hétvége
november 1. hétfő	Mindenszentek	pihenőnap (3 napos hétvége)
december 11. szombat	munkanap	áthelyezett munkanap
december 24. péntek	Szenteste	pihenőnap
december 25. szombat	Karácsony	hétvége
december 26. vasárnap	Karácsony	hétvége (3 napos hétvége)
2022. január 1. szombat	Új Év	hétvége

A BAZ megyei Önálló Életviteli Centrum 2021. január havi programjai

Az ÉFOÉSZ „Fogyatékkal élők mindennapjait segítő infokommunikációs alapú távszolgáltatás” (IKT) EFOP 1.1.5-17-2017-00003 projekt keretében, a projekt fenntartási ideje alatt, január hónapban az Önálló Életviteli Centrum 1 db. online workshopot tartott.
A jelenlegi iskolalátogatási korlátozás miatt, a programjainkat, továbbra sem tudjuk megtartani, Miskolc, Szeles u. 57. szám alatti irodánkban, vagy az iskolában.
- 2021.01.29-én , online, a Messengeren tartottunk, ebben az évben az 1. workshopot , családban élő fiatalok részvételével. A workshop témája a „ Támogatott lakhatás ” volt. A foglalkozáson a résztvevők nagyon aktívak voltak. Elmondták egymásnak azt is, ki mennyire tud, vagy miben vesz részt az otthoni mindennapi feladatokban. A kedvenc időtöltésükről szívesen beszélgettek egymás között.
A workshopot Séra Tiborné mentor és Borosnyói Tiborné vezette, közreműködött Pajzger Sándor önérvényesítő.

A járványhelyzet miatt, irodai **ügyfélfogadásunkat** átmenetileg szüneteltetjük, de telefonszámunkon (**06-30/3477-963**), e-mail címünkön (efoeszbaz@gmail.com) és postai levelezési címünkön: **3501 Miskolc, Pf. 428** elérhetőek vagyunk. A fentiek visszavonásig érvényesek. Köszönjük megértésüket. Az évi tagdíj változatlanul 1200.-Ft/ő/év.

Miskolc, 2021. január

Dr.Szabó Mária
az egyesület elnöke

**ÉFOÉSZ BAZ MEGYEI ÉRDEKVÉDELMI EGYESÜLETE MISKOLC, 2021. január
2020. évi MIKULÁS-KARÁCSONYI egyesületi ajándékozás, események**



A miskolci Tüskevár óvoda aranyos kis ovisai örülnek a Mikulás csomagoknak.



A Dél-Borsodi Integrált Szoc. Intézmény Görömbölyi Támogat-lak lakóinak is kiváló műsora volt.



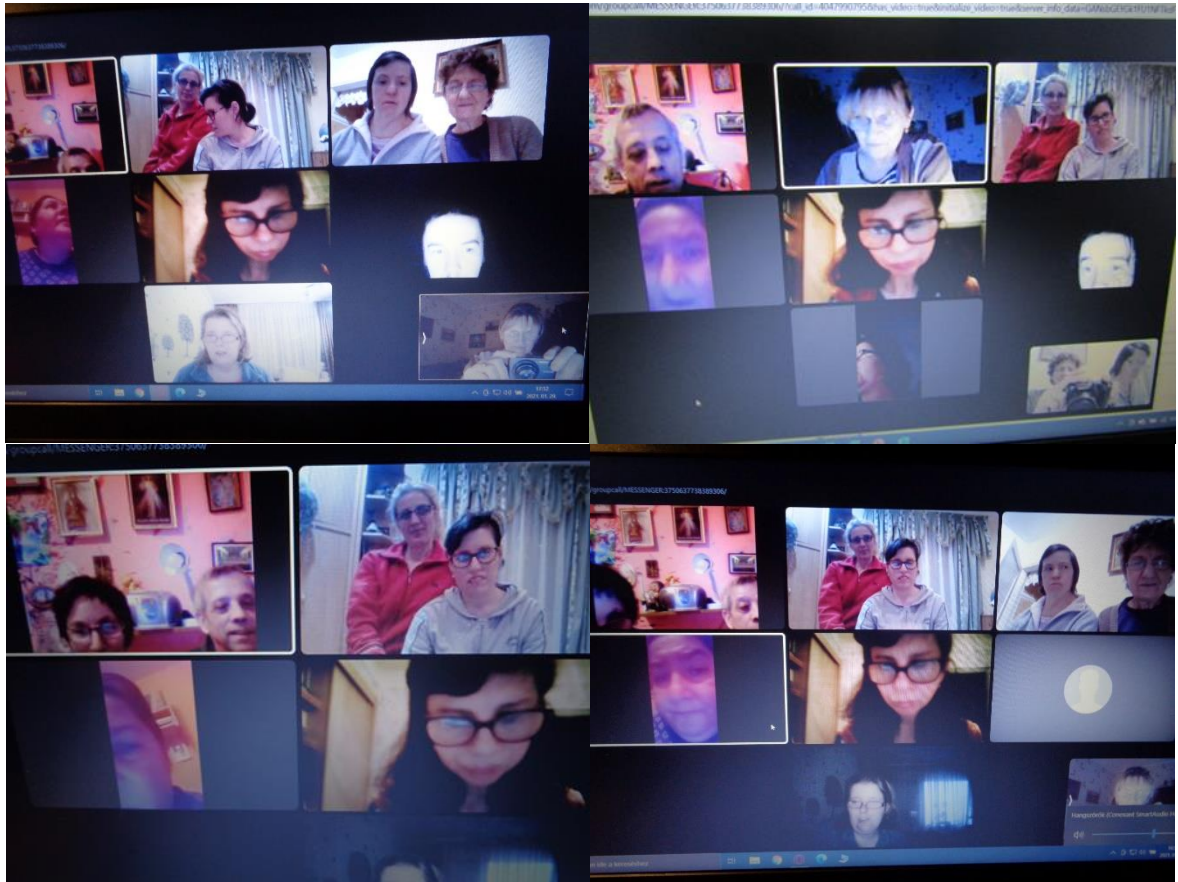
A MÁON nyolc tehetséges „kiadványszerzője”, felkészítőjükkal, Kovács Katalinnal. (Bal o.)
Jobb o. kép: Hírneves PARAMUZSIKUSAINK Csekéné Altrichter Judit tanárnővel



A nagyszerű YouTube-os műsort adó AZISZI Boldogkőváraljai Otthona lakói az ajándékokkal

ÉFOÉSZ BAZ MEGYEI ÉRDEKVÉDELMI EGYESÜLETE Miskolc

Önálló Életviteli Centrum (ÖÉC), IKT Projekt Hiradó – képekben
2021. január -workshop (Kép: 4 db./esemény)



2021.01.29. Workshop online- Messenger, Témája: „Támogatott lakhatás”



Pajger Sándor Önérvényesítő, Séra Tiborné Mentor és Borosnyói Tiborné ÖÉC vezető