

ÉFOÉSZ BAZ VÁRMEGYEI ÉRDEKVÉDELMI EGYESÜLETE, HÍRLEVÉL, 2024/02.

Cím: 3526 Miskolc, Szeles u. 57., 3501 Miskolc, tel: 06-30/3477-963; Ügyfélfogadás: telefon elérhetőség: hétfő: 10.00-14.00-ig; Irodában: szerda: 10.00-14.00 óra; e-mail: efoeszbaz2023@gmail.com
honlap: www.ertelmifogyatekosbaz.hu Adószám: 18402483-1-05 OTP számlaszám: 11734004 - 20348887;
Hírleveleink és egyesületünk tevékenysége **képekben** az ÉFOÉSZ országos honlapján is megtekinthetők:
www.efoesz.hu MAGUNKRÓL menüpont, MEGYEI SZERVEZETEK HÍRLEVELEI rovat.
Facebook „**ÉFOÉSZ Miskolc**” néven <https://www.facebook.com/profile.php?id=100093881167247>

2024. február HÍRLEVÉL (02. számú)

Tisztelt Egyesületi Tagok!

Januári programokról néhány gondolat:

Február 9-én pénteken 13.30-tól kézműves foglalkozást tartottunk, farsangi álarcot készítettek a fiatalok Sternádel Sándorné gyógypedagógus vezetésével, munkáját köszönjük.

Február 16-án pénteken 14-16 óra között hagyományos farsangi mulatságot tartottunk a Miskolc-Éltes Mátyás Óvoda, Iskola és EGYMI (Miskolc, Szeles u. 57.) iskolában. Volt zene, tánc, zsákbamacska, mindenki jól érezte magát. Köszönjük a szülőknek a sok finomságot!

Február 23-án 13.30-tól önérvényesítő foglalkozáson vettek részt az érdeklődők a Szeles utcai iskolában. Farsang címmel Viziné Magyar Judit vezetésével, munkáját köszönjük.

Zeneterápiás foglalkozások: február 1.,8.,14.,22.,29. csütörtökön 16.00-17.30, helye: Éltes Mátyás Óvoda, Általános Iskola és EGYMI Tüskevár Tagiskolája (3532 Miskolc, Károly utca 10.), vezetője Csekéné Altrichter Judit gyógypedagógus, ének- zene tanár.

Februárban minden szerdán személyes ügyfélfogadást tartottunk a Szeles utcai iskolában.

A BAZ Vármegyei Önálló Életviteli Centrum 2024. február havi programjai

Az ÉFOÉSZ „Fogyatékkal élők mindennapjait segítő infokommunikációs alapú távszolgáltatás” (IKT) EFOP 1.1.5-17-2017-00003 projekt keretében, 2024. február hónapban az Önálló Életviteli Centrum 2 db. személyes jelenléti workshopot és 2 db. bentlakásos intézményben együttműködés keretében, 2 alkalommal tartott foglalkozást.
2024.02.15-én , 3529 Miskolc, Szilvás u. 39 szám alatt, a MÁON bentlakásos intézményben élő fiatalok részére tartottuk meg a 3. workshopot . A workshop témája: „ Szabadidő, időbeosztás ” volt.
2024.02.21-én 3532 Miskolc Rácz Ádám u. 35. szám alatt, a Csilla Báronő Szeretetotthonban tartottuk meg a 4. Workshopot , melynek témája: Ne bánts, én sem bántalak! Bántalmazás és megbirkózási stratégiák volt.
2024.02.08-án 3529 Miskolc, Szilvás u. 39 szám alatt, a MÁON Református Szeretetotthonban élő fiatalokkal, 2024.02.14-én 3532 Miskolc Rácz Ádám u. 35. szám alatt, a Csilla Báronő Szeretetotthonban a 2. sz. csoport részére tartottunk intézményi együttműködésben foglalkozást. A foglalkozás témája: Beszélgetés a tavaszról és gyakorlati foglalkozás , tavaszi dekoráció készítése a farsangra. Minden résztvevő, nagyon ügyesen vett részt a foglalkozásokon, mindkét csoporttal kellemes együttlétünk volt..
A foglalkozásokat Borosnyói Tiborné centrumvezető és Séra Tiborné mentor vezette. A workshopokon aktívan közreműködött, Pajger Sándor önérvényesítő. Köszönjük az intézmények és az ÖÉC munkatársainak egész évi támogató munkáját.

Márciusi programok:

Zeneterápia minden héten csütörtökön 16-17.30 között az Éltes Mátyás Óvoda, Általános Iskola és EGYMI Tüskevár Tagiskolában (3532 Miskolc, Károly utca 10.) a Károly utcán, Csekéné Altrichter Judit ének-zene tanárnő vezetésével.

Március 22-én 13.30-tól önérvényesítő foglalkozást tartunk Viziné Magyar Judit óvónő vezetésével a Miskolc-Éltes Mátyás Óvoda, Iskola és EGYMI (Miskolc, Szeles u. 57.) iskolában. Témája: a húsvéti hagyományok. Minden érdeklődőt szeretettel várunk!

Március 8-10. napja között lesz megrendezve Miskolcon a hagyományos kocsonyafesztivál városunkban színes programokkal, sokféle koncerttel, amelyeken tagjaink is bizonyára szívesen részt vesznek majd. a közösségi oldalunkon megtekinthetitek a programot. Mindenkinek jó szórakozást kívánunk!

Március 15. Nemzeti ünnep, emlékezünk meg az 1848-as forradalom és a szabadságharc eseményeiről, hőseiről, akik életüket áldozták hazánk függetlenségéért. Tisztelet és hála a hősöknek!

MEGHÍVÓ a 2024. április 19. (péntek) 13.30 órakor tartandó KÖZGYŰLÉSÜNKRÉ. Helye: az Éltes Mátyás Óvoda, Általános Iskola és EGYMI terme. (3526 Miskolc, Szeles u. 57.). Napirendi pontok a meghívóban található.

A Húsvét a keresztény világ egyik legnagyobb ünnepe. Jézus feltámadását ünneplik mindenhol a templomokban. A történet szerint két nappal előtte, pénteken, feszítették keresztre őt a római katonák, azzal gyanúsították, hogy forradalmat indíthatott volna a tanításával és hogy ő akart lenni a király. Ezért csúfságból tövis koronát tettek a fejére, kezét, lábát odaszegezték a kereszthez és a feje fölé odatűzték egy papírt, amin ez állt: I.N.R.I. – Iesus Nazarensis, Rex Iudaeae. Szegevény, meg is halt néhány órán belül, a családja eltemette, zsidó szokás szerint egy barlangot ásva a domboldalba az Olajfák Hegyén és egy nagy, nehéz kővel takarták be a sírt. Lévén, hogy másnap szombat volt és olyankor a tízparancsolat szerint pihenni kell, a családja és a tanítványai csak vasárnap mentek ki megint a sírhoz. De mit találtak ott...!? Üres volt a gödör! Egy angyal állt mellette és azt mondta a gyászolóknak: „Nincs már itt, mert feltámadt!”

Húsvét dátuma évről évre változik. Akkor vajon hogyan tudják, mikor kell ünnepelni? Pedig ezt te magad is kiszámolhatod úgy, hogy megfigyeled mikor van az első telihold március 21 után és akkor az utána következő első vasárnap lesz a Húsvét. Azért tudják, hogy akkor volt, mert a biblia szerint az ekkor ünnepelt zsidó Peszach első napján tartóztatták le Jézust. Az úgynevezett Utolsó Vacsora alkalmával (ismered-e a híres festményt?) Jézus és a tanítványai a Peszach előestéjén szokásos Széder estét ünnepelték meg, megtörve az élesztő nélkül sült kenyeret (maceszt) és megitták az előírt több pohár bort. Az istennőt szimbolizálta a tojás és a nyuszi, ez utóbbit Németországban kezdték el újra húsvéti szimbólumként használni az 1800-as években és onnan terjedt el ma már a világon mindenhol. De a világ minden táján ünnepelnek valamilyen tavaszi ünnepet a nem keresztények is. Mióta a világ világ, az emberek örvendeztek és megünnepelték a tavaszt, a természet felújulását. A leguniverzálisabb szimbólum a tojás, mivel az a termékenységet, új életet juttatja eszünkbe. Gyakori ötlet a tojások színezése, a „piros”, vagy „hímes” tojás, már az ősi Babilonban is csinálták. Később az egyiptomi templomokat is kidíszítették velük tavasszal. Ma a legmesteribben díszített tojásokat az ukránok készítik.

Sajtos roló receptje: (elkészítés ideje: 2 óra)

Hozzávalók: (adag: 18 db) 275 g leveles tészta (sütőpapírra feltekert),

A krémhez: 2,5 dl tej, 2 evőkanál liszt, 5 dkg puha vaj, 1 kávéskanál só, 1 csipet őrölt bors, 10 dkg natúr ömlesztett sajt, 10 dkg reszelt sajt, 1 db tojás a lekenéshez, 7 dkg reszelt sajt a rolók végére.

Elkészítése:

1. lépés: Először roló formákat készítettem: a tészta csomagolásának kartonját elvagdostam, fakanál nyele köré tekertem, majd alufóliával beborítottam.

2. lépés: A leveles tésztát 1,5 centis csíkokra vágtam.

3. lépés: A tészta csíkokat lazán a rolóforma köré tekertem úgy, hogy a tekerés kicsit fedje egymást. Sütőpapírral bélelt tepsibe fektettem.

4. lépés: A tojást felvertem, megkentem a tésztát. 180 C-on 15 percig sütöttem.

5. lépés: Közben a krémet elkészítettem: a tejet elkevertem a liszttel, sóztam, borsoztam, folyamatosan kevergetve sűrűre főztem. Kihűtöttem.

6. lépés: Az aranybarnára sült tésztákat a formán hűlni hagytam, majd óvatosan lehúztam.

7. lépés: A kihűlt masszát robotgéppel átkevertem. Hozzáadtam a vajat, belekevertem. Végül a reszelt és ömlesztett sajtokat kevertem el.

8. lépés: Az elkészült sajtkrémet habzsákba tettem és a rolókat két oldalról megtöltöttem.

9. lépés: A rolók végeit reszelt sajtba mártottam.

Mindenkinek jó étvágyat kívánunk hozzá! Könnyenérhető formában a közösségi oldalunkon is megtekinthető a receptet.

Utazási kedvezmények változásáról összefoglaló:

		2024. február 29. napjáig	2024. március 1. napjától
MÁV-VOLÁN (vonat, helyközi busz)	14 év alatt	50 %	INGYENES
	14-25 év között	diákigazolvánnyal 50 %	50 %
	fogyatékkal élők, tartósan betegek, nagycsaládosak	90 %	INGYENES
	közalkalmazottak		50 %
MVK Zrt. (helyi busz és villamos)	fogyatékkal élők, tartósan betegek, nagycsaládosak	INGYENES	INGYENES
		FONTOS! A kísérő csak akkor jogosult kedvezményre, ha a fogyatékkal élő személlyel együtt utazik!	

Az éves tagdíj összege változatlan 1230 Ft (érvényesítő bélyeggel együtt), kérnénk Tisztelt Tagjainkat, hogy szíveskedjenek a 2024. évre szóló tagdíjakat befizetni, melyet személyesen ügyfélfogadáson, vagy átutalással lehet megtenni. Érdeklődni a 06-30/3477-963 telefonszámon lehet.

Facebookon az „ÉFOÉSZ Miskolc” néven létrehozott közösségi oldalunkat <https://www.facebook.com/profile.php?id=100093881167247>, mindenki kövesse a feltett eseményeket és információkat.

Továbbá köszönjük, aki az adója 1%-val támogatja az egyesületünket!

Köszönet mindenkinek az egyesületünkért folytatott folyamatos munkájáért!

Miskolc, 2024. március

Szeretettel:

Novák Erika elnök és Gerő Ágnes titkár

ÉFOÉSZ BAZ VÁRMEGYEI ÉRDEKVÉDELMI EGYESÜLETE MISKOLC
2024. február események, programjaink



kézműves foglalkozás (2024.02.09.)



farsangi mulatság (2024.02.16.)



önérvényesítő foglalkozás (2024.02.23.)



parmuzikusok próbája (2024.02.1.,8.,14.,22.,29.)

ÉFOÉSZ BAZ VÁRMEGYEI ÉRDEKVÉDELMI EGYESÜLETE Miskolc
ÉFOÉSZ Önálló Életviteli Centrum BAZ vármegye IKT Projekt Híradó –képekben
2024. február Workshopok, szakmai együttműködések
Kép: 3-3 db./esemény



3. Workshop MÁON Református Szeretetotthon (3529 Miskolc, Szilvás u. 39.)
Téma: „Szabadidő, időbeosztás” (2024.02.15.)



4. Workshop Csilla Bárónő Szeretetotthon (3532 Miskolc, Rácz Ádám u. 35.)
Téma: „Ne bántsd, én sem bántalak! Bántalmazás és megbirkózási stratégiák” (2024.02.21.)



Szakmai együttműködés
MÁON Református Szeretetotthon (3529 Miskolc, Szilvás u. 39.) (2024.02. 08.)



Szakmai együttműködés
Csilla Bárónő Szeretetotthon (3532 Miskolc, Rácz Ádám u. 35.) (2024.02. 14.)