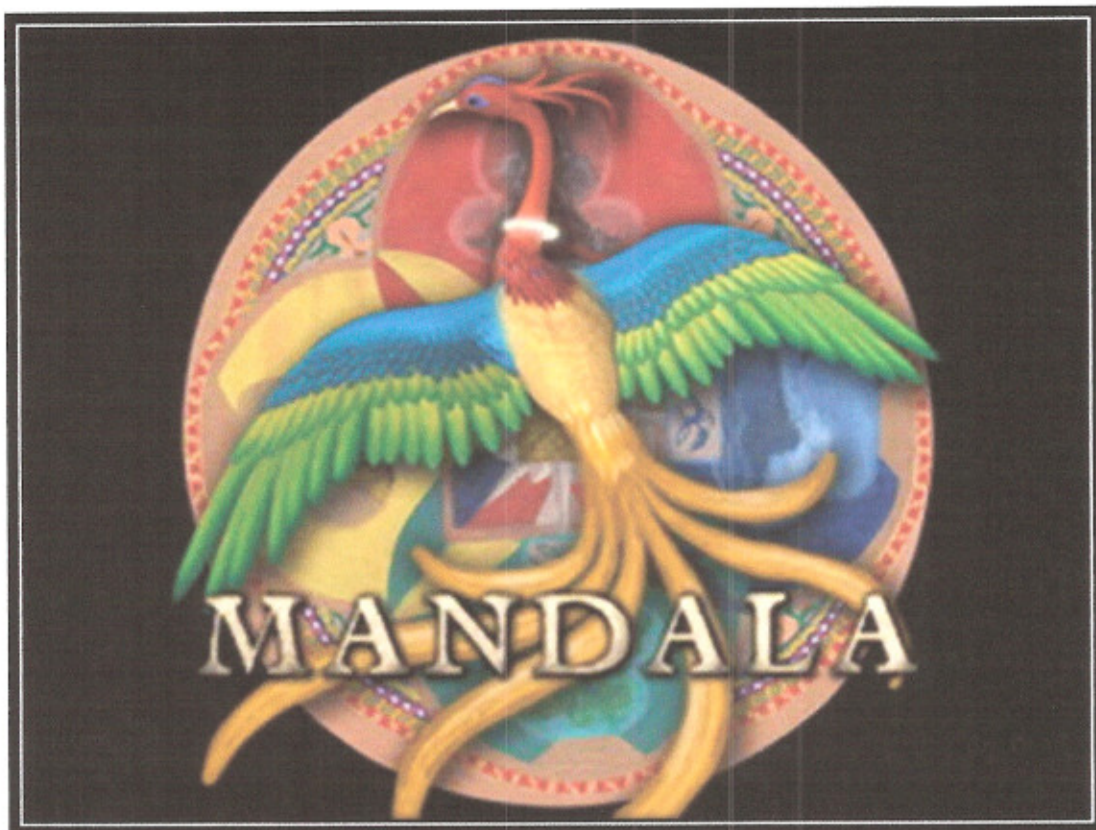




A SZENTGOTTHÁRDI PSZICHIÁTRIAI BETEGEK OTTHONÁNAK FOLYÓIRATA

A tartalomból:

Mindennapjaink a lakóotthonban	4. oldal
A hivatásos gondnok munkájáról	5. oldal
Csatafutás.....	6. oldal
Juniális	8. oldal
Pedálozz Velünk! – Háromnapos kerékpártúra	10. oldal
Színjátészó fesztivál Nagykanizsán.....	12. oldal



Köszöntő

Üdvözlünk, Kedves Olvasó!

Régi ismerősként tér vissza a Mandala, a Pszichiátriai Betegek Otthonának lapja. Amikor ez az újság készült dolgozóink és lakóink közreműködésével, egy tényezőt tartottunk szem előtt: a Mandala nekünk szól, rólunk szól és a mi arcunkat tükrözi. Azt, ahogyan az élet az otthonban zajlik...

A lap hasábjain a közelmúlt élmény gazdag eseményeit szeretnénk feleleveníteni képes beszámolóinkban, ezenkívül irodalmi alkotásokkal, rejtvényekkel kívánjuk szórakoztatni a Kedves Olvasót. Legalább ennyire fontosnak tartjuk, hogy hozzáférhetővé tegyük a lakókat érintő közérdekű információkat. Terveink szerint az újság háromhavonta jelenik meg a jövőben és nem titkolt célunk, hogy a Mandala valódi információ- és élményforrás legyen az Olvasó számára. Ennek érdekében örömmel fogadunk minden ötletet és javaslatot az újság tartalmával kapcsolatosan és hasonlóképpen szívesen fogadunk minden írást és cikket, mely helyet kaphat a lap hasábjain. Ünnepelesen kitárjuk a Mandala szerkesztőségének kapuit mindazok számára, akik kedvet éreznek ahhoz, hogy munkájukkal hozzájáruljanak az újság tartalmának alakulásához.

Egyúttal megköszönném az eddigi aktivitását minden dolgozónak és lakónak, aki részt vállalt a jelenlegi szám létrejöttében. Jelképesen átadjuk munkánk gyümölcsét, remélve, hogy a Kedves Olvasó magára ismer a sorokat olvasva...

A családias, de minden(ki)re nyitott szerkesztőség nevében:

Marjai Kamilla



Szeptember – Az ősz kapuja

Szent Mihály napjához több néphit is kapcsolódik. Mihály arkangyalról nem csak a keresztények, hanem a zsidók és a muzulmánok is tisztelettel emlékeznek, hiszen ő az, aki elbírálja az elhunytak jó és rossz cselekedeteit és emellett a holt lelkek őrzője és kísérője is. Szeptember 29-én jót tesz, ha éhgyomorra fogyasztunk kecske, vagy juhtejet. Ez a hónap a piros alma ünnepe is, amikor piros almát tehetünk a fürdővízbe, hogy szépek és egészségesek legyünk. Népi megfigyelés szerint, ha ezen a napon még itt vannak a fecskék, akkor nem lesz hideg a tél, viszont ha dörög az ég, az kemény telet jelez és ugyanerre utalhat az erős keleti szél is. A Szent György napján kihajtott állatokat ezen a napon hajtották vissza és ezen a napon kezdődik a szüreti szezon is. A Mihály napi vásárok reneszánszukat élik, igaz egy kissé más módon zajlanak, mint egykoron. Valaha földműves szerszámokat cseréltek a parasztok, ma viszont a gyerekek saját kézzel készített apróságai cserélnek gazdát. Szeptember a gasztrofesztiválok hónapja is. Ilyen rendezvények például a rácalmási Tökfesztivál, a Székesfehérvári Lecsófőző fesztivál vagy a nagykanizsai Dödöllefesztivál.

Holló Róbertné

Főzőverseny és majális

Idén ismét megrendezésre került a Civil Fórum által meghirdetett főzőverseny városunkban. A visszatérő baráti társaságok és civil szervezetek már jó ismerősként köszöntötték egymást a kellemes tavaszi időben. A május elsejéhez kötődő rendezvényen már többször elindult intézményünk csapata és így történt ez most is.



Mindenki kivette a részét a munkából

Az otthont képviselő lakók és kísérőik által megszavazott étel ez alkalommal a babos sertésragu volt, mivel a kiírás szerint a pillangós virágúak közül kellett választani az indulóknak. Mindenki kivette a részét a munkálatokból, van aki a tűz gyújtásánál, más a hús felaprításában, míg más a zöldségek pucolásában segédkezett. A kollektív és lelkes munka meghozta gyümölcsét. A kitűnőre sikeredett tápláló étel nagyon hamar elfogyott, bizonyítva a kifogástalan végeredményt. Nem csupán az étel készítői, hanem a kíváncsiskodók is bőven falatozhattak. Természetesen lehetőség volt megkóstolni más csapatok ételeit is, ki-ki ízlése szerint válogathatott a finomságok között.

Az eseményt kísérő városi rendezvényen fellépett Tabáni István is, aki érzelmes dalaival külön élmény jelentett a lakóinknak.

A rendezvény zárásaként mindenki kapott egy emléklapot és néhány dicsérő szót.

T. A.

Tavaszyitó fesztivál Acsádon

Intézményünk első alkalommal kapott meghívást az acsádi Idősek Otthonában megrendezett Tavasznyitó fesztiválra.

A már rég hagyománnyá vált eseményen tizenöt megyei otthon lakói és dolgozói adták elő műsorukat. Nagyon sokféle műfaj képviseltette magát: a bábelőadáson, mesemondáson, táncsoportokon túl színpadra álltak a hangszeres zene szerelmesei is. Intézményünk „Tavaszi zsongás” című összeállítással mutatkozott be, melyben fellépett Tóth Balázné és Kugler József Illés és Omega feldolgozásokkal, Hóbor Péter Demis Roussos egyveleggel, Erdei Antal pedig egy jól ismert Zámbo Jimmy dalt adott elő. Az előadás kétségtelenül nagy sikert aratott.



Intézményünk zenésze, Kugler József

Miután a többórás műsorfolyam véget ért, vendéglátóink ebéddel várták a fellépőket és kísérőiket. A nap zárásaként pedig mindenki átvehette az emléklapot és az ajándékokat, majd az intézmény igazgatójának méltató szavai zárták a rendezvényt.

A szépen felújított kastély méltó helye volt a tavasznyitó rendezvénynek, melyen remélhetőleg jövőre is színpadra állhatnak lakóink.

Földes Zsófia

Mindennapjaink a lakóotthonban



Lakóotthonunk, amire büszkék vagyunk

Örömmel invitálok mindenkit egy kis betekintésre a lakóotthon életébe.

Hogy milyen is az élet, kint, a lakóotthonban? Itt az éremnek minimum két oldala van. Elmagyarázom. Itt mindenki más, és a kellemes együttélés érdekében mindent több oldalról kell megközelíteni. Sosem mondunk ítéletet egyikőnk felett sem – mert megtanultuk. Az éremnek minimum két oldala van!

És persze ebből következik, hogy mindent közösen kell megbeszélni. Erre nyújtanak lehetőséget a hónap első csütörtökén megtartott lakógyűlések, csoportok.

Rengeteg közös feladatunk van. Ezek közül a legszembevetőbb a közös helységek takarítása. A kukák kitolása, a növények öntözése, aztán a gyomlálás, télen a hólapátolás. A saját kuckónkat mi takarítjuk. Tulajdonképpen az egész házat mi takarítjuk, tizennégyen.

Közösségi életünk fontos része az egymáson való segítség. Ez nagyon sokféle formában valósul meg. Jó szándékkal találkozunk, amikor megkérjük bicikli- és focirajongó társunkat, hogy ugyan, ugorjon el már nekünk a közeli szupermarketbe egy liter tejért. De pontosan ő az, aki lábsérülése miatt most annak a segítségnek örülhet, melyet egy másik társától kap a közös takarításban, ez szerintem igazán becsülendő.

Grillpartit szervezünk. Palacsintát sütünk. Pizzát rendelünk. Melegszendvicset készítünk. Egy-egy pillanatkép még a közös „lakomáinkról”. És itt a hangsúly –úgy vélem – a „közös” - ön van.

Mindezt persze csak akkor tehetjük meg nyugodt szívvel, ha az állatkaink már jóllaktak. Ők pedig: Domi, a kandúr, Picúr, a kislány cica, és Taita, a kis barnaszőrű tengerimalac. Természetesen ellátjuk, gondozzuk őket felelősséggel, bár sokszor másképp gondolkodunk ennek módjai felől, s néha vitázunk is erről...

Napjaink fő részét kitölti a munka. Szabadidős tevékenységeink változatosságot mutatnak a hangszeren való gyakorlástól a kerámiázásig bezárólag, sport, mozi, koncert, tévé, csatafutás, séta, és még mennyi minden felsorolható!

Közös programjaink között foglal még helyet a rövid és hosszú kirándulás, illetve az évente megszervezett nyaralás. Idén a fonyódligeti Erzsébet-táborban hat napot töltöttünk el néhányan, a Balaton partján.

Köztudott hogy a lakóotthonban nincs párórás kimenő, este kilenc óráig elhagyható, így kimenő kártyával sem rendelkezünk. Az állandó nővéri felügyelet egyre kevésbé szükséges, és ezért csak reggel és délután néznek ránk a mentálhigiénés nővérek. Gyógyszereinket magunk rakjuk ki felügyelettel egy hétre előre.

Külön érdekképviselői fórum is működik nálunk, mely két lakóból, egy személyzeti tagból, egy hozzátartozóból és a fenntartó képviselőjéből áll. Érdemben szólnak hozzá a különböző témákhoz az anyaintézményi érdekvédelmi fórum tevékenységében megrendezett üléseken.

Ez a rövid kalauz talán felkeltette az érdeklődést a lakóotthonban zajló dolgok iránt. Persze mennyi mindent lehetne még írni...

Rupert Regina

A hivatásos gondnok munkájáról - Interjú Jánosiné Vari Edittel



Valószínűleg intézményünk lakói közül sokakat érdekel a hivatásos gondnokok feladata, ezen belül kötelessége és lehetőségei. Ezért gondoltuk úgy, hogy pár kérdésre adott válasz segítségével kicsit átláthatóvá tegyük a munkájukat. Ehhez Jánosiné Vari Edit volt segítségünkre, aki a Polgármesteri Hivatalban fogadott minket és válaszolt kérdéseinkre. Íme:

- Először is azzal a kérdéssel fordulunk Önhöz, hogy miként lehet valaki hivatásos gondnokká?

- Olyan személy, aki büntetlen előéletű és a képesítési követelményeknek megfelel. Egyidejűleg 30 – 35 gondnokság alatt álló személy tartozhat hozzá. Kirendelése pedig a gondnokolt tiltakozása ellenére sem mellőzhető.

- Melyek a hivatásos gondnok teendői?

- Mindenképpen biztosítani kell egy elérhetőséget és tájékoztatni az adott intézményeket és személyeket a munkájával kapcsolatban, gondolok itt például a fogadóórák időpontjára, amit rendszeresen tartanak. A gondnokoltakat ismerniük kell, ügyeiket folyamatosan tanulmányozzák és minden információt összesítenek velük kapcsolatban. Hozzájuk tartozik a vagyonkezelés is, a jövedelmek – például a nyugdíj - kezelése, nyilatkozatok megtétele, levelezések és a számadások elkészítése.

- Ki ellenőrzi a munkájukat?

- A gondnoki tevékenység ellenőrzése a gyámhivatal feladata és ő is irányítja a munkájukat.

- Milyen esetben szűnhet meg a gondnok és a gondnokolt jogviszonya?

- Egyértelmű a helyzet akkor, ha a bíróság megszünteti a gondnokolt gondnokság alá helyezését. Ezt a gondnokolt is kezdeményezheti. Továbbá akkor, ha a kirendelt hivatásos gondnok feladatellátásra irányuló jogviszonya megszűnik, valamint ha a gondnokolt érdekében másik gondnok kirendelése szükséges.

- Mi történik, ha nem megfelelően végzi munkáját?

- Ha a kötelezettségének nem tesz eleget, akkor a gyámhivatal pert indít. Azonnali hatállyal felfüggesztik súlyos kötelezettségzegés esetén. Tisztában kell lennie a felelősségi formákkal, melyek a következők: munkajogi (munkaköri feladatok ellátása, szervezeti szabályok betartása), polgári jogi (jogellenes károkozásért), büntetőjogi (bűncselekmény elkövetéséért való felelősség) és államigazgatási jogi (államigazgatási eljárás során kirendelt gondnok esetén).

Holló Róbertné – Tóth Balázsné

Gondnokok fogadóórái

Ágoston Gábor	Hó utolsó szerda de. 9 óra
Jánosiné Vari Edit	Hó utolsó szerda de. 9 óra
Tóth Károlyné	Hó utolsó szerda de. 9 óra
Závecz József	Hó utolsó szerda de. 9 óra
Kovács Katalin	Hó utolsó szerda du. 15 óra
Glanz Zsuzsanna	Hó utolsó csütörtök du. 14 ó
Ágoston András	Hó utolsó csütörtök de. 14.30 ó
Szepesiné F. Erika	Hó utolsó kedd de. 9 óra
Varró Erika	Páros hó első csütörtök du. 14 ó

Ellátottjogi képviselő fogadóórája

Huszárné	Minden hó első szerdája
Török Katalin	9 – 13 óra

Csatafutás – lakóink is részt vettek a Történelmi napokhoz kapcsolódó rendezvényen

Az 1664-es szentgotthárdi csata emlékét felelevenítő Történelmi Napok több éve jelent ünnepet a sport, ezen belül a futás kedvelőinek is. Viszonylag újnak nevezhető az a kategória, ahol intézményünk lakói is rajthoz állhatnak. A mindössze három éves múltra visszatekintő parafutam 400 méteres távját 7 lakónk teljesítette, rajtuk kívül csupán egy induló volt.

A versenyt az óriási sebességgel kirobbanó Sztojka György nyerte, aki egyetlen pillanatig sem adott esélyt riválisainak. Hatalmas fölényrel nyerte a futamot, maga mögé utasítva társait.

Az első alkalommal rajthoz álló győztes elmondása szerint már régóta atletizál:

- Gyermekekorom óta sportolok, már nagyon sok versenyen indultam. Különösen a rövidtáv az erősségem.

Arra a kérdésemre, hogy miként éli meg a sikert, nemes egyszerűséggel csak ennyit felel:

- Már megszoktam.

Második helyezést ért el Puskás András, a bronzérmes pedig bátyja, Puskás Imre lett. Női kategóriában egyetlen indulóként Fehér Zsuzsanna teljesítette a 400 métert.



A résztvevők és díjaik – középen Sztojka György

T.A.

Filmklub



Havonta két alkalommal kerül sor filmvetítésre a foglalkoztató épület emeletén található klubszobában. A Filmklub célja elsősorban az, hogy az érdeklődők olyan jellegű alkotásokat láthassanak, melyek ritkán vagy egyáltalán nem láthatóak a moziban vagy a kereskedelmi csatornákon. A filmek műfaját tekintve nagyon színes a paletta: megtalálhatóak történelmi alkotások, drámák, vidámabb darabok, életrajzi filmek. A jelen lévők létszáma általában 10 – 15 fő között van. Ez írás célja többek közt, hogy kedvet csináljon az olvasóknak a következő alkotások megtekintéséhez. Ezért kértem fel Fehér Kornéliát, – aki a kezdetektől fogva részt vesz a vetítéseken – hogy pár mondatban vesse papírra tapasztalatait és ossza meg az olvasókkal. Íme:

„Örömmel írom le, hogy intézetünkben Filmklub (is) működik! Olyan filmcsemegéket láthatunk jó néhányan, mint a történelmi A másik Boleyn lány, az életrajzi Frida, a romantikus Rachel esküvője, a fekete humorú A gárdista, a drámai Dina vagyok vagy épp a humoráról világhírűvé lett Macskajaj. A filmek igen hatásosak, elgondolkodtatóak. Nívós produkciókról van szó, igazi művészek közvetítésével. Én a magam részéről szeretnék még több filmet látni, mert sohasem álltam fel úgy az előadás után, hogy miért jöttem el a klubba?

Végso gondolatként annyit: a hatások, amik érik az embert, sohasem feleslegesek!”

T.A.

Erzsébet tábor - Fonyódliget

Intézményünk lakói augusztusban részt vehettek a fonyódligeti Erzsébet táborban, ahol több mint 1100 gyermek és felnőtt nyaralt egyidőben. Rendkívül változatos programok vártak ránk, a körülmények kifogástalanok voltak, ahogy a társaság is. A tánc, dráma és film jegyében megszervezett tábor célja az volt, hogy a különböző fogyatékkal élők önkitaljeseését elősegítsék a művészetek által.



Szituációs játékokban a csapat

Természetesen először megismerkedtünk a várossal és a táborral, mely hatalmas területen fekszik és közel másfél kilométeres strandja van.

A gazdag kulturális program keretében láthattunk népi zenekart, táncházat, ezen túl részt vettünk „Ki mit tud?”-on, hajóztunk a Balatonon, napi rendszerességgel zajlottak a szituációs csoportfoglalkozások is.



Közös fénykép az egriekkel

A tábor résztvevői az ország minden részéről érkeztek, mi az egri csapattal kerültünk a legközelebbi kapcsolatba, közösen vettünk részt a programokon.

Józsa Károlyunk második helyezést ért el a helyi „Ki mit tud?”-on, ahol a Sasmadár című alkotását szavalta el. A táborzáró esemény idején pedig Lengyel Krisztina alkotásaiból nyílt rögtönzött kiállítás, sikert aratva. Ebből egy képet a táborvezető elkért az alkotótól és irodája falán helyezte el – ami nem kis elismerés.



A napi ötszöri ellátás mind mennyiségileg, mint minőségileg tökéletes volt, ahogy a segítő személyzet hozzáállása is. Ennek is köszönhető, hogy maradandó élményben volt részünk a szűk hét alatt és remélhetőleg jövőre is visszavár minket az Erzsébet tábor.

Molnár Tamásné

Tordas - „Időutazás” és „Bontsd ki Magad” Fesztivál



Török kényelem

2014. május 21-én Tordason jártunk lakóinkkal, ahol a szervezők az „Időutazás”, illetve a „Bontsd ki Magad” elnevezésű rendezvényt ötvözték. Céljuk a színjátszó találkozóval, hogy a lakók a drámapedagógia segítségével érettebb, felszabadultabb emberekké váljanak és inspirációt kapjanak a művészet adta eszközök által.

A török hódoltság idejének megelevenítését kaptuk feladatul. Próbáltunk olyan darabot választani, ami kicsiknek-nagyoknak egyaránt kedves, így esett választásunk A kiskakas gyémánt fél krajcárja című játékra.

A művet humoros köntösben szerettük volna bemutatni, a mai kor elemeit belecsempésztve. Énekkel, zenével, tánccal tettük színesebbé előadásunkat.

Végül eljött a nap, hogy megmutassuk magunk, felkészülésünk gyümölcsét. Hosszú útnak néztünk elébe, de ez nem vette el senki kedvét, nagy lelkesedéssel vágtunk neki az útnak.

A tordasi intézmény, a lakók, dolgozók, szereplők erre a napra a török időket idéző jelmezbe öltöztek, visszarepítve minket a török hódoltság idejére. Török kávézó várt minket, gyógyteaárus árulta portékáját az egyéb más finomságok mellett. A programkínálat széles körű volt, mindenki megtalálhatta a kedvére valót.

Az izgalmas és változatos stílusban bemutatott darabok után eljött az eredményhirdetés ideje, melyet már mindenki nagyon várt. Igaz, a vándorkupát nem mi hoztuk el, de rengeteg élménnyel és tapasztalattal lettünk gazdagabbak.

Majczán Beatrix

Beszámoló az Ekecsen megrendezett labdarúgó tornáról

A szlovákiai Ekecs községen tizedik alkalommal megszervezett labdarúgó tornára intézményünk első alkalommal nyert meghívást, melynek örömmel tettünk eleget. A csapatok több országból érkeztek, így a szlovák, magyar, román, cseh, osztrák és német résztvevők jelentek meg.



Csapatunk támadásban

A szállást sátorozással próbálták élménydúsabbá tenni, számunkra egy kollégium biztosított helyet a pihenésre. Kedvesen fogadtak minket, kávé és frissítő fogadta az érkezőket. Miután elfoglaltuk szállásunkat, visszatértünk a torna helyszínére, mely 10 perces sétára volt onnan. Itt a színpadon elhelyezett tévén a világbajnokság aktuális mérkőzését nézhettük. Ezután következett a vacsora, mellyel mindenki elégedett volt. A lakókat visszakísértük pihenni, majd technikai értekezlet következett, és a késő esti mérkőzés nyomon kísérése.

Másnap a reggeli után következett a torna megnyitója, amelyen jelen volt az ekecsi intézmény igazgatója, a település alpolgármestere, valamint Dr. Jády György, az MSOSZ elnöke. A himnuszok után kisvártatva kezdetét vette a torna.

Csapatunk nagyon jól vette az akadályokat, a csoportmérkőzések sikeresen zárultak, elsőként jutottak tovább. Ebéd után következtek a helyosztók, melyek már nem mentek fényesen, többek között az idő közben megérkezett eső miatt is, de a két vereség után is a harmadik helyen fejezték be a tornát. Sajnos az utolsó mérkőzésen egyik játékosunk lesérült, és csere híján emberhátrányban próbáltak helyt állni.

Az eredményhirdetés közben az eső is továbbállt, visszatért a napsütés, így az érmet és a serleget már verőfényben vették át a lakók. Gyors tisztálkodás után következett a vacsora és meccsnézés, majd az este hátralevő része kötetlen szórakozással telt.

Vasárnap a kiadós reggeli után hazaindultunk, az autóban ülve minden lakó úgy érezte, hogy a hétvégi torna sikeresen, de sajnos túl gyorsan ért véget.

Tóth Csaba

Juniális tovább él a hagyomány

A már több évtizedes múltra visszatekintő Juniális idén 11 intézmény részvételével került megrendezésre.



Intézményünk nyitótánc

A szeszélyes időjárás ellenére jó hangulatban megtartott összejövetel gazdag programokkal várta a hozzánk látogatókat.



A tordasi vendégek

A látványos nyitótáncban együtt szerepeltek intézményünk lakói és a mentálhigiénés csoport tagjai. Igazgatónk köszöntő szavai után sportvetélkedő vette kezdetét, melyen mindenki próbára tehetette képességeit számos sportágban. Volt célbadobás, lengőteke, kosárra dobás, asztalitenisz, futás valamint szellemi totó. Régi hagyomány a tombola is, melynek fődjá idén egy szentgotthárdi munkatárs által felajánlott kerékpár volt – Bázakerettye intézménye volt a szerencsés.



Az ebédet követően került sor az eredményhirdetésre és ajándékokkal lettek gazdagabbak a hozzánk látogató intézmények.

Az ezt követő kulturális műsor rendkívül színesre sikeredett, minden intézmény lakói színpadra álltak. Volt táncos darab, vidám előadás, irodalmi és zenés csokor, mi pedig egy török táncot adtunk elő. A napot bál zárta – méltóan a hagyományokhoz.

Holló Péterné

Pedálozz velünk! – három napos kerékpártúra

Intézményünk második alkalommal rendezte meg a „Pedálozz velünk!” elnevezésű, idén Ausztriát is érintő nemzetközi kerékpártúrát. A július 31. és augusztus 3. között lezajlott rendezvény immár 8 intézmény lakóit látta vendégül, ami 37 fogyatékkal élő és pszichiátriai beteg sportolót jelent, kísérőkkel együtt pedig 80 fő felett volt a résztvevők száma. A Magyar Speciális Olimpia Szövetség és intézményünk által szervezett három napos túra összesen nagyjából 210 kilométernyi tekerést garantált a vállalkozó kedvűek számára. A csapathoz csatlakoztak a Szentgotthárdi Kerékpár Egylet (SZEKERE) tagjai is, segítő szerepet vállalva a rendezvény során.



Úton Felsőszölnök felé

A nyitórendezvényt ugyan elmosta az eső, de szerencsére a későbbiekben már a napsütés volt a jellemző. Inkább a tikkasztó hőség és a fülledt levegő jelentette a kihívást.

A túra résztvevői három csoportra



osztva teljesítették a távokat, mindegyikhez csatlakozott egy kísérőautó, ami a tízórait és a szükséges vízmennyiséget biztosította a kerékpározók számára. A szükségszerű pihenők lehetőséget adtak arra, hogy barátkozzanak a résztvevők, bár a többség már régi ismerősként köszönthette egymást. A táj változatossága és szépsége mindenkit lenyűgözött, nagy élményt biztosítva az először ide látogatók számára. Akik még nem jártak Ausztriában azok most láthatták, mennyire rendezett települések vannak a határ túloldalán, miként hasznosítanak minden apró földdarabot. Vállalkozó kedvű résztvevők közt akadt, aki kosarát gombával teleszedve teljesítette a távot.



Rövid pihenő a németújvári (Güssing) vár alatt

Intézményünket öt lakó képviselte a kerékpártúrán, közülük Görög Tibort kérdeztem az elmúlt pár nap tapasztalatairól.

- Hogy értékelnéd a három napos rendezvényt? Milyen visszhangja volt a résztvevők közt?

- Mindenki pozitívan gondol vissza a túrára, csak jó véleményeket hallottam. Tetszett a táj, a hangulat jó volt, kellemesen elfáradt mindenki a nap végére.

- Az ellátással is elégedettek voltak a vendégek?

- A szállással igen, jobbra az ételekkel is, csupán a mennyiséget találták kevésnek. A fárasztó kerékpározás sok energiát kivett az emberből, és ezt nem sikerült kellőképpen pótolni az elmondásuk szerint.

- Mennyire gondoltad fárasztónak az adott távokat?

- A szombati táv fárasztó volt nagyon, de teljesíthető. A másik két nap jóval rövidebb szakaszai nem jelentettek különösebb feladatot. Emelkedőkből szerencsére nem volt sok, ez megkönnyítette a dolgot.

- A jövő? Vállalod a kihívást legközelebb is?

- Természetesen. Remélem lesz még lehetőségem kerékpározni ilyen rendezvényeken. Sok bicajost ismerek már a csapatokból és mindig újabb sportolókkal tudok megismerkedni.

Szerencsére komolyabb baleset nem történt a három napban, kisebb esések és műszaki hibák, eltévedések előfordultak, ám ezek hozzátartoznak az ilyen rendezvényekhez – még ha nem is szeretjük őket.



Közel a célhoz

A záróesemény keretein belül a szervezők megköszönték a támogatók és a segítők munkáját, emléklappal jutalmazva őket. Minden sportoló nyakába emlékérem került, majd leengedték a Magyar Speciális Olimpia zászlaját. Végül pedig a jelenlévők alkottak egy kört és megfogták egymás kezét, ezzel kifejezván az összetartozást.

T. A.

Nyárázó csütörtök szalonnával és tánccal

Bár sokak véleménye szerint nem sokat mutatott magából a nyár ez évben, mégis megrendezésre került intézményünkben a Nyárázó rendezvény, mely magába foglalta a közös szalonnasütést és az estig tartó bált.



Jó étvágyat!

Az időjárás azért erre a napra megemberelte magát, így szinte már hőségben indult a sütés kora délután. Már a kihirdetett időpont előtt szép számban gyülekeztek lakóink, a közel nyolcvan fő részére elkészített gazdag menü nagy sikert aratott a jelenlévőknél, ki-ki ízlése szerint válogathatott a finomságok közt.

A nem éppen könnyen emészthető étkezés után kiváló lehetőség volt a testmozgásra a bálon való részvétel. Talán a teli gyomor volt az oka, hogy kezdetben csak páran jelentek meg az ebédlőben, ők is inkább ültek, mint táncoltak. Szerencsére a későbbiekben ez megváltozott, szép lassan tele lett a táncparkett, egyre jobb lett a hangulat. Az idő sajnos gyorsan elrepült, de remélhetőleg felejthetetlen élmény volt a résztvevők számára ez a rendezvény, mely méltó zárása egy méltatlanul csapadékos nyárnak.

T. A.

Lakóönkormányzati Nap – irodalmi és kreatív pályázat

Az idei Ellátotti Önkormányzati Nap július 24-én került megrendezésre. Ennek keretein belül intézményünk kreatív és irodalmi pályázatot írt ki. Előbbi témája a hazaszeretet, egymás segítése, utóbbié szintén hasonló: az emberség, családom és gyökereim.

Ebben az évben személyesen is megjelentek a tompai, darvastói és budapesti Ráday úti otthon képviselői és pályázói. Ezeken túl még hét intézmény adott le pályamunkákat és természetesen minden kategóriában képviseltette magát intézményünk is.

A korábbi évekhez hasonlóan rendkívül színvonalas alkotások érkeztek, bár sajnos szerényebb mennyiségben. Közel ötven kreatív alkotást küldtek el, az irodalmi versenyen 33 vers és 17 próza vett részt a megmérettetésen. Viszonylag friss kategória a fotópályázat, mely más irányból világítja meg a kreativitást.



Irodalmi műsor a pályázati munkákból

A kreatív pályázat zsűrijében ott volt három lakónk: Icha Györgyné, Tóth Balázné, Holló Róbertné valamint Csomósné Boros Erika rajztanár és Ablaka Edina művészetterapeuta. Holló Róbertné a következőképpen vélekedett a pályázatról:

„Nagyon sok alkotás érkezett be, így nem volt könnyű dolgunk.

A művek formagazdagsága és változatossága, az élénk színek harmóniája jellemezte a nyertes képeket. Első helyezést ért el Márton Zsuzsa és Lengyel Krisztina. Zsuzsa Béke és nyugalom című alkotása, Lengyel Krisztina a virágok közt megjelenő Himnusz és Szózat képével nyerte el a zsűri figyelmét. Köszönjük a helyezettnek és a résztvevőknek, feledhetetlen élmény volt a kiállítás!”

Az irodalmi pályázat zsűrijében ugyancsak helyet foglalt Icha Györgyné, rajta kívül Tóth Andorné pedagógus és Takács Marianna művészetterapeuta. Előbbi így értékelte a beérkezett irodalmi pályaműveket:

„A 2014-es pályázatra beadott művek egyik jellemzője az volt, hogy voltak nagyon jó színvonalú alkotások és voltak gyengébbek is. Nem ért meglepetés, például Fehér Kornélia esetében, aki évek óta igen kimagasló teljesítményt mutat. Verseiben fellelhető belső vívódás és felfokozott érzelem is. Megemlíteném még a két zalaapáti versíró is, akik szintén profi módon alkotják meg verseiket. De nagy öröm számomra, hogy intézményünkben Józsa Károly évről évre fejlődik és egyre jobb verseket ír. A prózában meglepetés volt. Új hang jelentkezett: a szintén szentgotthárdi Holló Róbertné, aki méltán lett első helyezett. Három művet adott be és mind tartalmas és érdekes volt. De a többi helyezett is nagyon kitett magáért. Megtisztelő volt számomra, hogy zsűrizhettem ebben az évben is.”

A délelőtti folyamán a rövid műsor mellett Dr. Kapócs Gábor, intézményünk igazgatója méltatta a beérkezett munkákat, valamint rövid értékelést tartottak a zsűrik elnökei.

Ebéd után kulturális műsor várta az érdeklődőket, majd szellemi és ügyességi vetélkedőben mérhették össze tudásukat a csapatok. A napot bál zárta.

T. A.

Színjátszó Fesztivál Nagykanizsán

Idén kilencedik alkalommal került megrendezésre Nagykanizsán a Pszichiátriai Országos Színjátszó Fesztivál. A két napos megmérettetésen 23 intézmény előadói vettek részt. A fesztiválnak a Medgyaszay ház adott otthont.

Részvételünknek nagyon komoly előkészülete volt. Otthonunk színjátszó köre: mi lakók, a mentálhigiénés nővérek és segítők kemény feladat előtt álltunk a kezdetekkor. Már a darab kiválasztásánál komoly viták alakultak ki, végül egy vígjátékot választottunk. Kéri Ferenc: Helén, s a tehén avagy gyalog, mint Balogh című komédiája egy klasszikusokat idéző darab, amely alapja a félreértés. Ebből alakul ki a történet lényege: egy tehén eladása és egy lánykérés párhuzama.

Próbák sokasága várt ránk, közel 3 hónapos folyamat eredményeként tudtuk színpadra vinni a darabot. Egy helyi fellépés volt az első szereplésünk, a várt siker már itt sem maradt el, ami önbizalmat adott nekünk. A második napon került ránk a sor, természetesen nagy izgalommal vártuk a színpadra lépést. Lehetőségünkől függően megtekintettük mások előadásait is, láthattuk, hogy mennyire erős a mezőny és mennyire színvonalas darabok szórakoztatják a nagyjérdeműt.



Görög Tibor és Tóth Csaba

Eljött hát az idő, mindenki „gyomorideggel” küzdve várta a kezdést. Elmondható, hogy különösebb baki nélkül lezajlott az előadásunk, a közönség pedig hangos tapssal jutalmazta színpadra állásunkat.



Végül a zsűri döntése alapján ezüst fokozatot kapott színjátszó körünk, ami szép eredmény. A rendezvény zárásaként vendégül láttak minden szereplőt és kísérőt. Összességében elmondható, hogy egy tartalmas hétvégét tudhattunk magunk mögött, sok-sok tapasztalatot szereztünk és ráadásként nagyon jó hangulatban telt el a fesztivál.

<i>Gazda</i>	– Tóth Csaba (mentálhigiénés munkatárs)
<i>Gazdaasszony</i>	– Rupert Regina
<i>Helén, a lányuk</i>	– Lengyel Krisztina
<i>Balogh Kálmán</i>	– Józsa Károly
<i>A kérő</i>	– Görög Tibor
<i>Balogh Kázmér</i>	– Farkas István



Együtt a csapat

Józsa Károly

REJTVÉNY

Töltse ki az ábrát a meghatározások alapján! Helyes megfejtés esetén a középső két négyzetbe került betűkből egy védett madár nevét olvashatja össze. A megfejtéseket a Mentálhigiénés Csoport irodájába várjuk november 30-ig. A helyes megfejtések beküldői között nyereményt sorsolunk ki.

1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					

Meghatározások:

1. A tölgyfa makkja tájszóval
2. Kanyargós díszítés
3. Viaskodás
4. Hangosan beszél
5. Vad, zabolátlan
6. A kapus majdnem kivédi a lövést
7. Birkahangot hallató
8. Ruhaipari dolgozó

(A rejtvényt készítette: Holló Róbertné)

KÖZÉRDEKŰ INFORMÁCIÓK

Tornaterem nyitvatartása

Hétfő	8.15-9.00; 11.00-11.30;
Kedd	14.30-15.30
Szerda	11.00-11.30; 14.30-15.30
Péntek	8.15-9.00; 11.00-11.30

Könyvtár nyitvatartása

Hétfő	8.00-9.00
Szerda	14.00-15.30
Péntek	14.00-15.00

Büfé nyitvatartása

Hétfő, Kedd	8.30-15.30
Szerda, Csüt., Péntek	8.30-11.30

Számítógépek használata

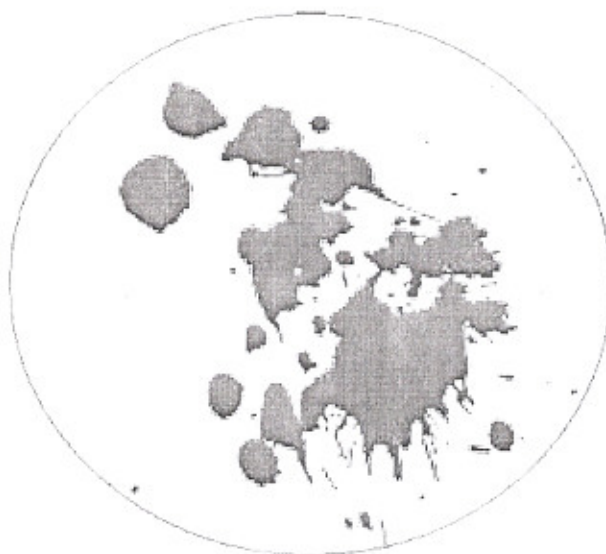
(Foglalkoztató épületben)

Hétköznapi	8.00-15.30
------------	------------

M a n d a l a

A szentgotthárdi Pszichiátriai Betegek Otthonának folyóirata

Különkiadás a 2014. évi Lakóönkormányzati Nap Irodalmi Pályázatának munkáiból



Alkotók:

Bakonyi László

Balogh József

Fehér Kornélia

Horváth Gáborné

Józsa Károly

Kiss Annamária

Kunsági Gyula

Kurucz Mária

Sápi Zita

Bakonyi László: Hazaszeretet

Kis hazám kedves nekem.
Izgalmasan élek,
Fürge tervem győz velem,
Így mennek az évek.

Léptem nyomán fű terem,
Mindig jól megmértek
Arra képzett emberek...
Mégsem annyit érek.

Jócskán kapni kellene
Átélt barátságot.
Néhány ember jellem:
Ily' szépet ki látott?

Egyként Isten nincs velem,
Mégis léptem járom.
Boldog álmom mély legyen,
Megmaradni vágyom.

Erdők-mezők vadonát,
S épített Egészet-
Így, átélve adom át:
Örök becsüt, szépet.

Kis Hazám kedves nekem,
Itt születtem, s élek.
Minden vágyam itt terem,
Semmitől sem félek.

Hazám kéri hű hitem
Boldogsággá tenni.
Barátságos, szép szíven
Méltóságot csenni.

Minden öröm kapuját
Tárni, nyitni vágyom,
Tárgyak méltatlan búját
Orvosolni várom.

Versem mindenegy sorát
Fogja át ítélet...
Bátor, győzelmes honát
Egy valósult élet.

Kurucz Mária: Szülőföld
-Édes az anyanyelv, a szülőföld és az anya-

Ki a szülőföldjét elhagyja,
Megtagadja múltját, s önmagát,
Idegenbe vész.
A babából baby lesz,
A viszontlátásból arrivederci.
Reggel mondd el a Himnuszt,
Délben Szózat a dal,
S mondd el a Miatyánkot,
Hiszen legszebb nyelv a magyar,
Hol édes az anya, s szívhez szól a harang.

Kurucz Mária: Magyarország

Kárpát-koszorúba font szomorú sors,
Leánykori neve Etelköz,
Kétezer évvel ezelőtt Keletről jött.



Kunsági Gyula: Magyarország

Piroslottak a csillagok
Minden épület homlokzatán.
Pirosló vérük csöpögött,
És kaszált a halál.

Fehér jégvirág
A rommá lőtt házak ablakán.
Fehér arcod halovány,
Eltűnt róla a vágy.

Zöld mezők, szürke városok
A Kárpát-medence lágy ölén.
Zöldre válthatna a lámpa már,
És felragyoghatna itt a fény.

Piros-fehér-zöld...
Lelkünk még üvölt.
Dolgozzunk, alkossunk erő fölött,
Hogy mindennél ékebben tündökölj!

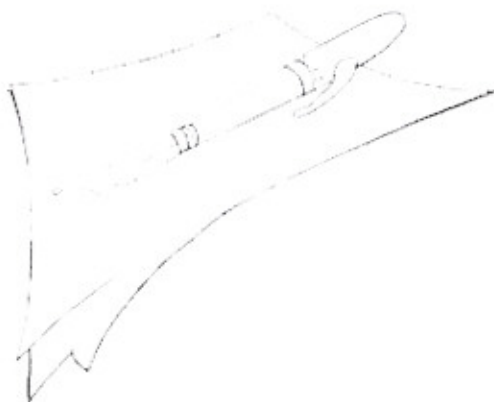
Piros-fehér-zöld...
Áldott légy anyaföld!
Add, hogy összes polgároddal
Csupán jó híreket közölj!

Piroslott ez a szerelem
Nászunk hajnalán,
Pirosló vér csöpögött
Combjaid belső falán.

Fehér tüllruhád
Szétszaggatta a szél.
Fehér arcod halovány,
Rádermedt a dér.
Zöld szemed kékíriszén
Egy könnyecsepp csillogott.
Zöld manók, gonosz ördögök
Lelopták róla a csillagot.

Piros-fehér-zöld...
Lelkünk még üvölt.
Dolgozzunk, alkossunk erő fölött,
Hogy mindennél ékebben tündökölj!

Piros-fehér-zöld...
Áldott légy anyaföld!
Add, hogy összes polgároddal
Csupán jó híreket közölj!
S mi megvédünk téged édes hazánk!
Erre népünk nevében esküszöm.



Sápi Zita: Majd

Majd ha mosolyodból sem hagyatsz nekem,
Meghúzódok a tenyeredben,
Veled leszek, ha nem viszel,
Schol sem leszek, ha keresel.

Sápi Zita: Felelős vagy

Felelős vagy minden kimondott szavadért,
Minden lazán vett, hanyag mozdulatért.
Valahol összeér a vörös és a fekete,
A bűn és a bűnhődés furcsa egyvelege.



Fehér Kornélia: (cím nélkül)

Szívemben
Esőmosta lábnyomok,
Magam vagyok.
Minden jót hiányolok.

Nem szép
A szép,
Mosoly helyébe
Zokogás lép,
Nincs nevetés
És öröm,

Üres az életem,
Lyukacsos közöny.
Nem várok
Mosolyt,
Szívből jövőt,
Nem kérek érzést,
Komolyt,
Csak emléktörőt.

Józsa Károly: A sasmadár

Magas szirtek büszke őre,
Már fel sem néz a hegytetőre.
Nem volt célja, nem volt álma,
Szárnyait már szét sem tárta.

Ahol a sötétség a legsötétebb,
Ott fény születik, hajnal ébred.
Álmot látott sasmadár,
Ébredezni kéne már.

Társa eljött álom képében,
Var és tükör két kezében.
Tépett szárnyú vén madár,
Fentről néz le mindig már.

Fennen szárnyal sasmadár,
Onnan néz le újra már.
Társát nézi vágyakozva,
Hívja őt is fel, magasba.

Magas szirten fészek bújik.
Két kis pelyhes szárnya nyílik,
Próbálgatják egyre bátran,
Szét is néznek a nagyvilágban.

A nagyvilág oly kegyetlen,
Szülő nélkül lehetetlen.
Tudjátok, hogy ott vagyok,
Magas csúcson landolok.

Balogh József: Mit kívánok

Kívánok én hitet, kedvet,
Szép szerelmet, hű türelmet,
Utakhoz fényt, csodát, álmot,
Békességet, boldogságot,
Magyar szót és égre kéket,
Emberarcú emberséget
Verseket, célt, igazságot
Daltól derűs, jobb világot,
Bokrok mellé társnak fákat,
Nappályt, amely el nem fárad,
Tekintetet szembenézve,
Éjt meg nappalt soha félve,
Kézfogásos tiszta csöndet,
És mosolyból minél többet!

Kiss Annamária: Este

Este van, este...
Ráborul a lelkekre.
Örülnek a gondok,
Hisz' nyomasztó koloncok

De nem baj, jön a hajnal,
Új nap bíbor palásttal.
Elszállnak a gondok,
Mint fekete hollók.

Horváth Gáborné: A pont

Összehúzó magamat,
Mint egy pont. Pont.
Kegyelem fejemre,
Pontosan, mint egy pont.

Pont én, én vagyok.
Hol egyenesen felkiáltó,
Hol meggörnyedt beteg.
Pont, mint egy pont.

