

# Hírlevél

A DELTA MAGYAR PARKINSON EGYESÜLET NEGYEDÉVENKÉNT  
MEGJELENŐ LAPJA

2010. OKTÓBER



**DELTA Magyar Parkinson Egyesület**  
1195 Budapest XIX., Jahn Ferenc u. 62-66.

[www.fogomakezed.hu](http://www.fogomakezed.hu)

## **Az éves programba foglaltak eddigi teljesítése az alábbiak szerint alakult:**

- A meghatározott programtervezet alapján továbbra is rendszeresen (negyedévenként) megtartottuk a klubösszejevetelünket.
- Vezetőségi üléseink szintén rendszeresek voltak, bár nehézségek is felléptek, mivel a vezetőségi tagok közül többen átmenetileg rosszabb állapotban vannak.
- Hírlevelek negyedévente történő megjelenését továbbra is biztosítjuk tagjaink részére. Azok számára, akik nem tudnak részt venni közgyűléseinken, a lehetőségeinkhez mérten postázzuk.
- Folytatódik továbbra is a kiscsoportos tornatermi foglalkozás, mely a mozgásterápia része. Az érdeklődés nagy, de sajnos a nagy távolságok miatt igen változó a résztvevők száma. Itt kell megjegyezni, hogy az SZJA 1%-ból vásárlásra került 10 db labda, 1 db mini-hifi (a zenére történő mozgás érdekében), valamint beszerzés alatt áll 5 db Nordic-Walking bot.
- Az idén is részt vettünk a Parkinson Világnapi rendezvényen, amely most Miskolcon került megrendezésre. Az esemény igen érdekes és tartalmas volt. A részvételért köszönet a támogatóinknak.
- A pályázati lehetőségeket folyamatosan figyeljük, ez állandó feladatot jelent Egyesület számára. Sajnos eddig nem sikerült a nyertesek közé kerülni.
- Az Egyesület ambuláns betegei idén is egy hetet töltöttek Gárdonyban – önellátás mellett. A rossz idő ellenére is jól éreztük magunkat. A szabadidő eltöltése tartalmas volt (játszottunk, énekeltünk stb.)
- Tovább folytatódott „Fogom a kezed” című program a Pearl Hungary Promóciós és Szolgáltató KFT közreműködésével.
- Továbbra is együttműködünk az Önkormányzattal, folyamatosan tartjuk a kapcsolatot. Segítséget nyújtottak a Himnuszunk CD-re való feléneklésében, köszönettel tartozunk érte. Ezt levélben is megerősítettük.
- 2010. áprilisában lehetőséget kaptunk a Duna TV Család-Barát című élő műsorában. Beszámoltunk az Egyesület munkájáról és a „Fogom a kezed” című programról.
- Egyesületünk támogatásával kiadásra került Szentes Béla vezetőségi tagunk második verseskötete „Minden perc ajándék” címmel.

**Komlódi Lászlóné**  
Egyesületi elnök

# Parkinson

Úgy érzem, mintha homlokomra lenne sütvé  
ez a név, ez a megbélyegző csúfos jel,  
mint akinek nem megbocsátható a bűne,  
mely alól az égiek sem oldozhatnak fel.

Ez a bélyeg, ez a Parkinson nevű billog  
átrajzolta arcomat, s torzult a formája,  
görcs fogja lábamat, a testem meg-meginog,  
és nem segít ezen senkinek sem imája.

Mit gondolhatnak rólam, ha csoszogva járok,  
a járművekre szállva sete-sután lépek,  
vagy letapadok, és elindulni nem tudok?  
Tán azt, hogy sokat iszom, s alkoholon élek.

Ó, ezt már megszoktam és nem törődöm vele,  
és nem is reagálok sem tettel, sem szóval,  
a bajom mocsarába nem süllyedek bele,  
hanem megbékélve élek a súlyos kórral.

Én Parkinson doktorra jó szívvel gondolok,  
őt áldani, tisztelni miért lenne hiba?  
Róla hálás szavakat gyakran elmormolok,  
még akkor is, ha neve rám égetett stigma.

**Szentes Béla verse**

# Gyümölcszedés, szőlőszüret

A növénytermesztési munkán kívül a fenti munkák igen nagy feladatot adnak a falusi embereknek, ezeket szeretném ismertetni az alábbi írásomban.

Szüleimnek 1 kh. 322 négyszögöl szőlőterülete volt Borota községben. Ez körülbelül 22 km-re volt az otthonunktól. A távolság már alaptól meghatározója volt a megművelés nehézségeinek. A szőlővel már nagyon korán találkoztam. Nyáron hasznos foglalkozásom volt az atyai nagyapámat kísérni a szőlőbe, mivel agyvérzése után nehezen mozgott és segítségre szorult. Ezt a feladatot 8 és 10 éves korom között végeztem. Nagyon finom csemegeszőlő és borszőlő valamint gyümölcs ért a területen. Nyári feladatunk a nagyapámnak és nekem az volt, hogy hetente elkocsiztunk a szőlőbe és összeszedtük a lehullott gyümölcsöket. A kocsink egy könnyű egylovas kocsi volt, amelybe Tataháznál fogtak be és mi onnan indultunk. Megérkezésünk után lesegítettem nagyapámat az árnyékba, ezután én a lehullott gyümölcsöket felszedtem és a kocsiderékba öntöttem. Mikor készen lettem megittam a lovat, mi is ettünk pár falatot és elindultunk haza. A lehullott gyümölcsöt a hízott disznókkal etettük meg.

A szőlő területe szépen karban volt tartva. A nyugati részén ásott kúttal biztosították a mindenkori permetlevelet. Kelet felé szép gazdasági épület volt, szoba-konyha és kamrával. Az épület előtt beálló szín volt a lovak védelmére, négy ló kényelmesen elfért alatta. A konyhában egy tűzhely, a szobában egy kályha volt, ezek szükségesek is voltak, mivel a munkák ősszel többször elhúzódtak. A területen volt egy venyigetároló hely is. A levágott ágakat itt tárolták, majd mikor a kocsi kevésbé volt terhelve áruval elszállították.

Röviden ismertetném még a szőlőterületen található gyümölcsfákat:

- Cigánymeggy
- Pándi üvegmeleggy
- Cseresznyefák
- Barackfák
- Almafák
- Körtefák

A fák gondozása és gyümölcsük leszedése, osztályozása is nagy odafigyelést igényelt. Mikor beértek Tataházáról vonult fel egy szedő brigád, akik szedték, osztályozták és csomagolták az árut. A gyümölcsöket még éjszaka Jánoshalmára és Bajára szállítottuk.

A gyümölcsök érése, szedése és eladása után a következő nagy munka a szőlőszüret volt. A területet egész évben egy borotai illetőségű fiatalember őrizte. A kapálásokat és a permetezéseket egy tataházi csapat végezte. A szőlőszüretre nagyon fel kellett készülnünk. A leszedett szőlőt Tataházára, a Rákóczi u. 42 szám alatti házhoz szállítottuk. Előtte a pincében lévő tiszta hordókat újra átmostuk, kéneztük és előkészítettük a must fogadására. A pincét fertőtlenítő mésszel kimeszeltük. A darálót, azaz a szőlőzúzó és a préseket újra elmostuk, majd előkészítettük a zúzókat, tehát minden szürethez használandó eszközt rendbe tettük.



A szüret körülbelül három napig tartott. Nyolc-kilenc szedő szedte, három kocsi pedig hordókkal felszerelve hordta a szőlőt Tataházára. Ott ketten készítették elő a szőlőt a préselésre. A munka a következő módon történt: a kocsiról a bezúzóba, majd a présbe került a szőlő. A présből gumicsövön keresztül eresztették hordókba a mustot. Két préselés után a keletkezett törköly egy előkészített fakádba került, amelyet a pálinkafőzésig sárral tapasztottak be.

A szőlő is többféle van, étkezési, valamint borszőlő is. Külön kiemelném a kövidinka szőlőt, amelyet a szüretelők külön szedtek. Ezt a fajtát télen, a padláson újságpapírra szépen szétraktuk és folyamatosan fogyasztottuk. A szüret munkáit végzők is kaptak egy-egy szüretelő kosárral (kb. egy 15 literes vödörnek felel meg), ugyanis kalákában folyt a szüret.

A préselés után, illetve a szüret befejeztével minden eszközt, ami részt vett a munkában el kellett mosni és tárolni a következő évig.

A must megforrása után az első fejtést elvégeztük. Befejezésként még egy sztori jutott az eszembe. Egyik alkalommal, cseresznyeszedés után, a gyümölcsöt előkészítve édesapámmal Bajára szállítottuk egy kereskedésbe. Éjjel kettőkor indultunk, én az indulás után elaludtam, majd a bajai vámhoz érve felébredtem. Ébredés után mintha valami hiányzott volna a fejemről. Igen, a sapkám leesett a fejemről és nem a kocsiba, hanem az útra. Nagyon bántott a dolog, édesapám látva bánatomat vásárolt nekem egy új sapkát.

**Juhász Márton, DMPE tag,**  
az utókor tájékoztatására.

# Árvai János: Hunyadi Mátyás szobor

Egyesületünk tagjával, Árvai Jánossal már mindannyian megismerkedhettünk, Ő az a betegtársunk, aki a 2007. évi „Fogom a kezed” című pályázaton Batthyány Lajosról készült szobrával a különdíjat nyerte meg.

2010. augusztus 21-én Árvai János újabb műve került bemutatásra: Balatonkenesén a Hunyadi Mátyásról készült szobrát avatták fel a „Hagyományok hétvégéje” című program keretében.



# Öregem is szép lehet...

Azt mondod, öregem nem szép az élet,  
sőt, utálod, megveted e létet,  
hogy e korban nem terem virág, csak gaz?  
Bizony ez nem igaz, így nem igaz.  
Hallgasd meg, hogy erről mit gondolok én,  
ki szintén idős, de lehet, hogy már vén,  
s amit mondok az nem szózat, nem vigasz,  
bizony ez így igaz, ez így igaz.  
Rég születtem, már sok éve létezem,  
és nem volt mindig derűs az életem,  
mégis hálás vagyok, hogyan lennék az,  
bizony ez így igaz, ez így igaz.  
Élni jó, bár öregem ez nem könnyű,  
mert több a szürke nap, mint gyönyörű,  
de a szürke napban is rejlik vigasz,  
bizony ez így igaz, ez így igaz.  
Találd meg azt, ki fogja kezedet,  
ki minden nap bátorít és rád nevet,  
legyen az férfi, legyen az nő, mindegy az,  
bizony ez így igaz, ez így igaz.  
Hidd el, hogy öregem is szép az élet,  
csak keresni, kutatni kell a szépet,  
s tudd, hogy ez nem ámítás, nem vigasz,  
bizony ez így igaz, ez így igaz.

**Szentes Béla verse**



# Újra együtt - üdültünk

Dicséretes és hasznos, hogy a Delta Magyar Parkinson Egyesület minden évben szervez közös üdülést. Az idén szeptember 4-től 11-ig került erre sor, Gárdonyban 14 fő részvételével. Én ezt az eseményt viccesen „túlélő programnak” neveztem el, mert az üdüléssel járó minden teendőt a betegeknek kellett elvégezni. Úgymint: az oda-vissza utazást (hozzátartozók segítségével), a vásárlást, a főzést és minden egyebet, ami a 14 fő ellátásához kellett.



Az időjárás nem örvendeztetett meg bennünket. Hűvös volt és szinte minden nap esett az eső. Minket azonban ez nem keserített el. Hasznos és szórakoztató programokkal töltöttük az időt. Szellemi társasjátékokkal versenyeztünk, dalesteket szerveztünk. Egyik társunk jóvoltából kitűnő zene kíséretben is volt részünk.





Nagyon tanulságosnak és hasznosnak bizonyult két olyan közös beszélgetés, amelyeknek témái a Parkinson betegség okozta nehézségek kezelésének könnyítésének, illetve az azokhoz kapcsolható új tapasztalatok, azok közreadása volt. Ezek a beszélgetések nem mondhatók szokványosnak. Mivel mindnyájan ugyanabban a cipőben járunk, egymás között könnyebben, gátlások nélkül szólhatott ki-ki a maga tapasztalatairól és adhatta közre.



Az üdülés azért is fontos volt, mert erősítette a közösség gyógyító erejét, rendre szoktatott, jókedvet és lelki felüdülést is adott, „ha veletek vagyok, könnyebb a kereszt” idézet tőlem. Ez úton is köszönet mindazoknak, akik segítettek bennünket. Jövőre is szívesen megyünk, ha lehetőség lesz rá.

**Szentes Béla**  
Vezetőségi tag

# *Minden perc ajándék*

Már ismét elmúlt egy esztendő,  
vajon mit fog hozni a jövő?  
Jót vagy talán rosszat, ki tudhatja,  
ezt még a jó Isten is titkolja.  
Az ifjú nem firtatja a jövőt,  
ha küzdeni kell, ingyen kap erőt.  
Az idősnek egyre fogy az ereje,  
a jövőért küzdeni nincs kedve.  
Hát ne is törődjünk a jövővel,  
csak a holnapi következővel,  
mert ajándék lesz minden napunk,  
ha a percnek is örülni tudunk.

**Szentes Béla verse**

# Egyesületi hírek



2010. szeptember 28. és október 01. között került megrendezésre Skóciában, Glasgowban a második Parkinson Világkongresszus, melyen dr. Fazekas András főorvos vett részt.

A kongresszuson a „Fogom a kezéd – készülődés egy pályázatra” című videónk levetítésre került, az eredményhirdetés során pedig elismerésben részesült.