

# Hírlevél

A Johannita Segítő Szolgálat kiadványa

XIII. évfolyam 1. szám

2012. április

Szerkeszti: Porcsalmy László

Ez évi első számunkban ismét az anyagiakkal kezdjük: március végére sikerült az állami támogatás első megkapott felével elszámolni. Ez bizony sok időt vett igénybe, az október végén megkapott pénz elszámolását december közepén nyújtottuk be, s ezt – többszöri módosítás és hiánypótlás után – március végén fogadták el. A 20 millió forintból 275 ezret vissza kellett utalni, mert nem volt megfelelő a bizonylatolás, illetve olyan költséget akartunk elszámolni, amely nem volt a tervben (pl. az iroda takarítása), ezért azt nem tehettük bele. Így a visszafizetendő összeg alig több mint a támogatás 1 százaléka, ami – ahhoz képest, hogy ilyen mélységű elszámolást most először készítettünk – sikeresnek tekinthető. Az elszámolás részletességéről némi képet adhat, hogy 600-nál is több oldalnyi dokumentumot kellett másolnunk, kinyomtatnunk, hitelesítenünk és benyújtatnunk...

Mint legutóbbi számunkban jeleztük, szerződésmódosítást kezdeményeztünk a késői utalás miatt, s ennek helyt is adott a Minisztérium, s május végéig felhasználhatjuk a tavalyról „megmaradt” 20 millió forintot. Szükségünk is van rá, hiszen az ez évi támogatásról még mindig nem tudunk bizonyosat. De bízunk abban, hogy a szükségeset most is kirendeli az Úr.

Most tehát már izgatottan várjuk a visszamaradó összeg utalását.

Az év elején is nagy volt a **segélyszállítmány** forgalmunk. Németországból több teherautó adomány érkezett, több tucat kórházi ágy, 7 darab lélegeztetőgép, bútorok, élelmiszer (müzli) stb... Ezek eljuttatásáról részletesebben **Rövid Híreink** közt olvashatnak. Volt olyan fuvarunk is, ami egyenesen Orosházára érkezett egy otthonba – ezt a minisztérium ajánlotta figyelmünkbe – volt, ami Hódmezővásárhelyre, Nagyváradra vagy éppen a Sarepta otthonba ment.

És a szállítmányoknak egyelőre nem érünk a végére, minden héten jön valami, most éppen mentős illetve katasztrófavédelmi ruhák, bútorok és kórházi ágyneműk érkezése várható.

Megkezdődött a gyűjtés az **Ormánság** javára. A Dunamelléki Református Egyházkerület gyülekezeteibe már elpostáztuk az adománygyűjtő íveket, a püspök úr ajánló soraival. Erre a célra külön alszámlát nyitottunk, hogy a beérkező adományokat egyszerűbb legyen kezelni. Reményeink szerint a többi református gyülekezetet is felkereshetjük kérésünkkel.

Ha a Kedves Olvasók közül valaki támogatni szeretné ezt a célt, az OTP-nél vezetett alábbi számlára utalt támogatással segíthet: 11705008-20499385

**Hedrehelyen** az általunk működtetett **idősek klubjában** nagy szeretettel dolgoznak, ahonnan az alábbi jelentést kaptuk:

### **Idősek klubja a Zselic kapujában**

Hedrehely festői környezetben fekvő dél-somogyi falucska, a Zselic nyugati lábánál, amely a középkorban mezővárosi jogokkal dicsekedhetett. A történelmi múlt után a mostani helyzet korántsem ilyen rózsás, az 500 lakosú kistelepülésnek a jelenben szembesülnie kell zsákfaluk minden gondjával.

Üde színfoltja a településnek az idősek klubja, amelynek utcai homlokzatán a Johannita Segítő Szolgálat zászlaja leng, távolról is odavonzza az arra sétálók tekintetét.

Az épületben a heti két nyitva tartási napon akár 10-12 helybeli nyugdíjas is szorgoskodik a számukra szervezett kézműves foglalkozásokon, ahol szebbnél szebb kézimunkák kerülnek ki a még mindig ügyes kezekből. Az itt készített tárgyakat a falunapon is kiállították, ahol Hedrehely apraja-nagyja is megcsodálhatta őket. De a klub tagjai akkor a leglelkesebbek, ha a helyi óvodásoknak készíthetnek valami szépet a jelesebb ünnepekre.

Az óvodások is nagyon örülnek a számukra készített ajándékoknak, és műsorral köszönik meg azokat a nagymamáknak, nagypapáknak.

Persze nincs mindig kedvük dolgozni. Van, hogy a nap csak beszélgetéssel, filmnézéssel telik, amelyhez teasüteményeket, teát, kávét és üdítőt kínál Patkó Lajosné – Irénke – a klub mostani vezetője, aki a foglalkozásokat is irányítja.

Az egyre jobban megbecsült születésnapokon házi sütésű sütemények és torta is kerül az asztalra a tagtársak, barátok jó kívánságai mellé. Egyszer-egyszer még vidám nótaszó is felcsendül.

Évente egyszer lehetőség van kirándulásra is, amelynek úti célja 2011-ben Fonyód volt, persze nem annyira a fürdés, hanem a helyi látnivalók, múzeumok miatt, amit a klubtagok nagy érdeklődéssel tekintettek meg.

Ha pedig az olvasottaktól kedvet kapunk és belépünk a barátságos épület ajtaján, szemben a faliújságon nagy betűkkel ezt láthatjuk: „nem csak a húszéveseké a világ”.

Kívánjuk, hogy ez még sokáig így maradjon!

Kissné Huros Katalin – Hedrehely

Tavaly megkereste a **3B Scientific Kft.** a Segítő Szolgálatot azzal, hogy a dolgozóik között tartott szavazáson mi nyertük el annak a lehetőségét, hogy a máskor karácsonyi céges ajándékokra fordított összegből nekünk adnak olyan eszközöket, amelyeket tovább adhatunk illetve használhatunk. (Köszönet annak a dolgozónak, aki ismerte a működésünket, és „beajánlotta” szervezetünket is a „versenyző” szervezetek közé, s így lehetőségünk adódott erre az adományra!)



Februárban vettük át az iskolai fejlesztő eszközöket, amelyeket Kárpátaljára vittünk, s elsősegélynyújtóink egy újralesztési tanbábúval gazdagodtak.

**Terényben** a téli fagyok után befejezéséhez közeledik az előkert, az utak és a kerítés átalakítása. Sajnos a nagy hidegben ismét elfagyott a vízóra, ezért annak másik – fagyvédelemből kell keresnünk.

A nyári hetek kezdenek betelni. Aki szeretne gyülekezetével, iskolájával ott tölteni valamennyi időt, javasoljuk, hogy mielőbb jelentkezzen be.

Hét fős küldöttség érkezett **Baden-Württemberg**ből márciusban. A nemrégiben hivatalba lépett altagozat vezető, prof. Hartmut Neumann és társai – többek között a már régóta sokat segítő Hans Klein, és társaik kiegészülve feleségeikkel is – Szombathelyen, a Sarepta otthonban és más, általuk támogatott intézményekben tettek látogatást. Budapesten megnézték a raktárunkat és rövid kötetlen megbeszélést folytattak a Segítő Szolgálat elnökével és ügyvezetőjével.

A találkozó hasznos volt, mert több, korábban már felmerült, de eddig még részletesen nem egyeztetett kérdést sikerült megnyugtatóan rendezni. Az állami támogatásnak köszönhetően erről a területről is több szállítmányt kaphatunk, amelyeket – miután meggyőződtek a tárolás és a szétosztás megfelelőségéről – megújult lelkesedéssel szerveznek.

Porcsalmy László

2011 nyarától 2012 januárjáig lehetőségünk nyílt arra, hogy **az Érdi Önkormányzat Időseket Ellátó Központját** egy speciális módon támogassuk, egy gyógytornász részmunkaidős alkalmazásával. Az idősök közt végzett munkájáról számol be a következőkben maga a gyógytornász, Kornerné Pataki Szilvia, akinek ezúton is köszönjük értékes munkáját!

### **Gyógytorna a Topoly utcai szociális otthonban**

Gyógytornászként a célom a gondozottak aktivitásának megőrzése és/vagy fejlesztése, a mozgásszervi betegségek megelőzése, illetve az ellátottak testi-lelki jólétének biztosítása volt. A gyógytornát egyéni és csoportos foglalkozásokon végezték.

Egyéni tornát azok a lakók kaptak, akik akut mozgásszervi károsodást szenvedtek, vagy olyan, főként neurológiai betegségük volt, mely életüket végig kíséri és kezelés nélkül életminőségüket negatívan befolyásolja. Így egyéni tornában részesültek a féloldalt bénultak, akut gerinc-, térd- és nyakfájdalommal küzdők, valamint sok nyirok és vénás keringészavaros lakó. Mobilizáláshoz és izomerősítéshez saját segédeszközöket is alkalmaztam, úgymint labda, fizioball, gumiszalag. Különböző technikákkal javítottam a mozgásfunkciót (PNF, McKenzie, Bhorat). A fájdalom enyhítésére pedig elektromos stimulációt végeztem Tenspro21 géppel. Sok ellátottnak elég volt, ha csak megsétáltattam, vagy csak megmutattam a helyes használatát, beállítását a segédeszközöknek, illetve életmódbeli tanácsokkal láttam el őket. A csoportos órák bárki számára elérhetőek voltak, heti négy alkalommal. Ilyenkor különböző mozgásprogramot állítottam össze.

Ezek a mozgásprogramok a következők voltak: **Légző torna:** Helyes légzés és köptetési technikák betanítása, mely nem terhelhető, tüdőproblémákkal küzdő betegeknél előnyös. **Értorna:** Az artériás-, vénás-, és nyirokkeringést javítja, csökkenti a végtagok dagadását, feszülését és fájdalmát. **Autogén tréning:** A relaxációt, izmok ellazítását segíti. **Ügyességi feladatok:** Labdával vagy anélkül cél-, aszimmetrikus-, szimmetrikus feladatok, mely nem csak a testet, de az agyat is megtornáztatja. **Egyensúly feladatok:** Tartalmaznak álló-, járó-, testsúly áthelyező feladatokat, segítve az ellátottak biztosabb járását. **Cardio-tréning:** Szívbetegeknél előnyös, mert edzi a szívet, csökkenti a vérnyomást.

A tornákon minden alkalommal volt izomerősítés, izomnyújtás és ízületmobilizáló feladatsor.



Ezek különböző testtájakra irányulóan történtek, mely csoportóránként változott. Kiemelt testtájak: nyak és váll, törzs, alsóvégtagok. A feladatokat az ellátottak ülve és állva végezték. Az óra végén életmódbeli tanácsokkal láttam el a résztvevőket és megbeszéltük a torna közben felmerülő mozgásszervi problémákat.

Mivel ebben az otthonban főként krónikus mozgásszervi problémákkal küzdő lakók élnek, ezért

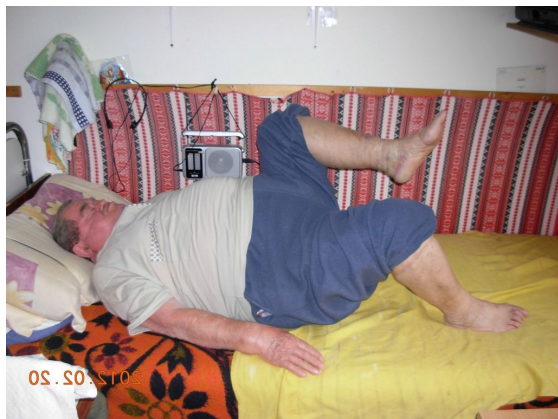
a gyógytorna eredményességét nehéz kimutatni. Hiszem és tudom, hogy sok gondozott életminőségét javítottam, és megkönnyítettem a nővérek munkáját is. Végezetül egy-két ellátott eredményeit mutatnám be:

Erzsike több éve él féloldalt bénultként. A gyógytorna előtt a nővérek segítségére szorult, ha öltözködni kellett, ma már egyedül öltözködik.



Marika 6 éve nem volt képes felülni, egész nap fekszik, annyira kötöttek az izmai az agyvérzés következménye miatt. Gyógytorna hatására nem csak a pelenkázás vált könnyebbé, de most már ülve is tud enni.

Bea deréktól lefelé lebénult. Az orvosok sem tudják az okát, de a beteggel közölték, hogy örökké béna marad. Fél év passzív mobilizálás után Bea jobb lába elkezdett aktívan mozogni, 3 év óta először tudott tolókocsiban ülni.



Sándor kezdetben elzárkózott a gyógytornától, de állandó vénás és nyirok-keringésszavara miatt lábai óriásira dagadtak. Emiatt rászánta magát a kezelésre. Ma már lábai normálméretűek, a tornát minden nap várja és a kompressziós harisnya viselésére is rá tudtuk a nővérekkel beszélni.

Terike karácsony előtt kapott agyvérzést. Rehabilitációra alkalmatlannak minősítette az orvos. A mindennapos gyógytorna hatására életkedve kezd visszatérni, csakúgy, mint izomereje, ma már kerettel kis távolságot képes megtenni.

Kornerné Pataki Szilvia

Meg kell jegyeznünk, hogy a finanszírozás ezévi bizonytalansága miatt ezt a szolgáltatást egyelőre szüneteltetjük, de reméljük, hogy amint a pénzügyi háttér ismét lehetővé teszi, Szilvia ismét johannita színekben mnkába állhat. (a szerk.)

### **A budapesti elsősegélynyújtó csoport 2012-es nyitánya**

2012 első negyedévében jelentős, előremutató lépéseket tehattunk meg, ezúttal a képzéseink terén. Januárban amellet, hogy immár menetrendszerűen ügyeletet adtunk a Fáy utcában megrendezésre kerülő LaCrosse New Year's Cup sportrendezvényen, egy széleskörű program előkészítésén kezdtünk dolgozni. A programban 30 órás, alapszintű elsősegélynyújtó képzésünket kínáltunk fel középiskolások és felsőoktatásban résztvevők számára. Az előkészítési munkákban sokat segített, ezért a program elindulásban igen jelentős szerepet vállalt egyik önkéntesünk, Korolovszky Júlia, aki nélkül az intézmények megszólítása sokkal nehezebbnek bizonyult volna.

Számos budapesti és vonzáskörzetében működő oktatási intézményt kerestünk meg, végül pedig a következő csoportok realizálódtak: Deák Téri Evangélikus Gimnáziumban 1 csoport, Lónyay Református Gimnáziumban 2 csoport, Sylvester János Protestáns Gimnáziumban 1 csoport, ELTE Tanító- és Óvóképző Karán 1 csoport, Nemzeti Közszerológati Egyetem Rendészettudományi Karán 1 csoport, Pázmány Péter Katolikus Egyetem Bölcsészettudományi Karán 3 csoport és a Károli Gáspár Református Egyetem Bölcsészettudományi Karán, tömbösített formában. Budakeszin pedig a Prohászka Ottokár Katolikus Gimnáziumban most még csak – bemutató jelleggel – osztályfőnöki óra és

iskolanap keretében vittük a gyerekekhez közelebb az elsősegélynyújtás világát. Ezeket a képzéseket immár a Munkaügyi Központ által felnőttoktatási nyilvántartásba bejegyzett szervezetként végezhettük.

Több felsőoktatási intézményben is szívélyesen fogadtak minket, így érdemesnek tartjuk, sőt jó kilátás van arra, amin jelenleg is dolgozunk: ezekben az intézményekben az őszi félévtől a tanulmányi rendszerbe beépítve, tantárgyként felvehető kurzusnak legyen meghirdetve az elsősegély.

A hallgatókon, diákokon túl sok esetben magunk, a gyerekekkel foglalkozó pedagógusok, oktatók is intenzív érdeklődést mutatnak ilyen témájú képzés iránt. Ennek hozományaként több helyen tárgyalások folynak a tanári kar számára indított képzésekről is. Az is világossá vált, hogy ennyi képzés adminisztratív, szervezési és lebonyolítási feladataihoz viszont már az önkéntes kapacitás kevés, ezért februártól Fekete Istvánt, egy régi önkéntesünket kértük meg, hogy munkatársként lássa el ezeket a feladatokat. Reméljük, hogy forrásaink kitartanak, és módunk lesz folytatni ezt a programot, még több intézmény és még szélesebb célcsoport bevonásával.

Még egy fontos változásról számolunk be csoportunk életéből. Dr. Eörsi Dániel szakmai vezetőnket Dr. Szedlák Miklós követi ebben a funkcióban. Új szakmai vezetőnk, egyáltalán nem új szereplő szervezetünkben, hiszen kezdeti lépéseinknél, elsősegélyképzéseinken már részt vett oktatóként és vizsgáztatóként is. Az Úr Isten most arra indította, hogy köztünk szolgáljon feleségével, Dr. Szedlák Ritával együtt. Bemutatkozásuk februári házi elsősegélyversenyünkön volt.

Hálát adunk az Úr Istennek, hogy Eörsi Dánielt adta csapatunknak vezetőül, akinek a nevéhez fűződik – többek közt – elsősegélynyújtóink képzési, kompetencia és vizsgáztatási rendszerének kialakítása és formába öntése. Hálát adunk továbbá azért, hogy az Úr Jézus Szedlák Miklóst most (újra) közénk vezette. Kérjük Atyánk áldását mindkettejük életére, családjára és munkájára! Buzdítunk is mindenkit, hogy hordozza imádságban őket!

Szabján Imre

A tavaly bevált receptet követve idén is megkértük leendő emelt szintű elsősegélynyújtóinkat, hogy szervezzék meg és bonyolítsák le a házi elsősegélynyújtó versenyünket, erről számol be a következőkben az egyik szervező:

## **II. johannita házi elsősegélynyújtó verseny**

Szorgos előkészületekkel telt az év első két hónapja, ugyanis házi elsősegélynyújtó versenyünket ezúttal februárban tartottuk. A vasárnapi programot közös Istentisztelettel kezdtük, melyet a VIII. kerületi Salétrom utcai református templom gyülekezetéhez csatlakozva hallgathattunk. A verseny 11 órakor kezdődött egy 30 kérdésből álló tesztsorral, melyet egyénileg kellett kitölteni.

A teszt megírását követően a versenyzőket párokba rendezve indítottuk el a szituációs feladatok helyszínére, ahol a járőrpároknak (egy emelt és egy alap szintű ellátó) legjobb tudásuk szerint kellett teljesítenie. A helyszín a tavalyihoz hasonlóan egy orvosi rendelő



szolgált, ezúton is köszönjük Dr. Eörsi Dánielnek a felajánlást. Idén igyekeztünk a hangsúlyt az együttműködés fontosságára, valamint a beteg-ellátó illetve az ellátók közti kommunikációra fektetni. A szituációk kidolgozásakor célunk volt, hogy az ellátóknak összességében kelljen alkalmazni a tanultakat, a saját folyamatára szerint eljárni, illetve hogy külön-külön az alap és emelt szintű ellátóknak is érdekes, élvezetes feladatokat adjunk.



Új szakmai vezetőnk, Dr. Szedlák Miklós, is tevőlegesen részt vett a versenyben, ami kitűnő alkalom volt arra, hogy a johannita elsősegélynyújtó fiatalok tudását felmérje, illetve az elvárásokat, hiányosságokat, erősségeinket és szakmai szempontrendszerünket a két orvos gyakorlatban működve lássa, megvitassa, megbeszélje.

Korolovszky Júlia

#### Rövid hírek:

- Az első negyedév sem bizonyult „uborkaszazonnak” a segélyszállítmányok érkezése és szétosztása tekintetében. A teljesség igénye nélkül a következőkben említenénk néhányat:
- Az Otthon Segítünk Alapítványon keresztül osztottunk szét több mázsa müzlit és lekvárt.
- Március elején Zán Fábián Sándor püspök úr kérésére vittünk segélyszállítmányt Kárpátaljára, egyebek mellett könyveket, óvodai játékokat.
- A Szent János Kórház több osztályára, több körben kerülhettek kórházi ágyak, éjjeli szekrények, betegemelő, rollátorok, törülközők, lepedők, gézek, vatták, beteghálóingek és kórházi ruházat.
- A SOTE Pulmonológiai Klinikája kapott 7 db lélegeztető gépet, de egyházi egészségügyi intézményt is támogattunk, ezúttal a Budai Irgalmasrendi Kórház munkáját kerekesszékekkel, rollátorokkal és egy speciális eszközzel tudtuk segíteni.
- A Bethesda Házibeteg Szakápolási és Háziápolási Szolgálati Filián keresztül, három rászoruló beteghez kerültek kórházi ágyak.
- Tovább támogattuk az Érdi Önkormányzat Időseket Ellátó Központját, ezúttal asztalokkal és lámpákkal.

- A Nagyvárad Rogériuszi Református Egyházközség gyülekezeti házának építkezését a 2011 végén érkezett jelentős mennyiségű ajtó adományokkal segítettük.
- A beérkező adományokból tudtunk segíteni a Nagycsaládosok Országos Egyesületének Zuglói Csoportját több kisbusznyai adománnyal. Így a rászoruló családoknak eljuttathattunk lekvárt, müzlit, székeket, babakocsikat, hűtőket valamint fagyasztókat, és nem utolsósorban 150 doboz ruhát.
- Mátészalkai és szombathelyi helyi szervezetünkkel összedolgozva a Mátészalkai Kálvin János Református Iskolának iskolapadokat és számítógépeket adhattunk.
- A 25. sz. Szent Imre Cserkészcsapat fiatalok közt végzett munkájához pedig könyvekkel járulhattunk hozzá.

*Áldott Húsvétot kívánunk minden Kedves Olvasónknak!*