

KÖZÉP-MAGYARORSZÁGI

Máltai Magazin



A Magyar Máltai Szeretetszolgálat Közép-Magyarországi Régiójának kiadványa

3. évfolyam 2. szám | 2026. június

A gondoskodó szeretet ünnepe Pátyon



„Képes vagyok rá!” – Rendhagyó úszóverseny Gödöllőn

Miért várják mindennap a nyugdíjasok a békásmegyeri klubot?

Játszva közösséget építeni



Kedves Olvasók!

Amikor kézbe veszitek magazinunkat, az események meglepnednek elóttetek, és bepillantást nyerhettek intézményeink, szolgálataink hétköznapijaiba és ünnepnapjaiba is.

Szolgálni szeretnénk a legelesettebbeket, szakmai tudásunkat használva jelen lenni az életükben és segítséget nyújtani életük különböző nehéz helyzeteiben. Munkánk minden területén számos értékes és fontos kezdeményezés valósul meg.

Az elmúlt időszakban kiemelt figyelmet kaptak a fogyatékos-sággal élő embertársaink számára nyújtott szolgáltatásaink, különösen azért, mert a régió stratégiai céljaival összhangban új támogatott lakhatás nyílt Pátyon. Magazinunkban beszámolunk a házszenelésről, és megismerhettek egy kedves Down-szindrómával élő házaspárt is. A pátyi, a gödi és a veresegyházi központtal működő támogatott lakhatásainkat a helyi sajtóban is bemutattuk, mert fontos számunkra, hogy minél szorosabb kapcsolatot alakítsunk ki a települések közösségeivel, és együtt formáljuk mindennapjainkat.

Kívánom, hogy magazinunk lapjait forgatva minél jobban megismerjétek színes máltai világunkat.

Jó olvasást kívánok!

Emília

Tartalom

Egymásnak teremtvé | 3

Down-szindrómával élő jegyespár költözött a pátyi támogatott lakhatási otthonba

A gondoskodó szeretet ünnepe | 5

Házszenelőt tartottak az új pátyi máltai intézményben

Zongoraszó, sütés-főzés, kirándulások | 8

Szeretettel gondoskodunk a fogyatékkal élő emberekről Veresegyházon és környékén is

Játszva közösséget építeni | 10

Programok a máltai játszótéren

Vidám és hasznos angolórák

Mariann-nal | 12

Bemutatjuk a KMR munkatársainak angoltanárát

„Képes vagyok rá!” | 13

Rendhagyó úszóverseny Gödöllőn

Miért várják mindennap a nyugdíjasok a békásmegyeri klubot? | 15

Egymásnak teremtvé

Down-szindrómával élő jegyespár költözött a pátyi támogatott lakhatási otthonba

Fodor Nikolettet és Varga Jenőt régóta ismerik a Máltai Szeretetszolgálat támogató intézményeiben: a budaörsi nappali ellátóba járnak, mindketten Down-szindrómával élnek. Hatéves koruktól ismerik egymást, és amikor Niki harmincéves lett, Jenő megkérte a kezét. Március végén beköltöztek a pátyi Csilla Háza Integrált Intézmény újonnan kialakított támogatott lakhatásának páros „lakosztályába”.

Aznap, amikor a pár beköltözött a házba, a néhány hete ott lakók már elindultak a műhelyekbe, nappali foglalkoztatókba, zajlott a hétköznapi élet. Március 2-ától fokozatosan foglalták el az egy- vagy kétágyas szobájukat az eddig családjukkal vagy más intézményben lakó, enyhe és középsúlyos értelmi fogyatékossgal élő, főként fiatal felnőttek – összesen tizenketten –, akik a Máltai Szeretetszolgálat Közép-Magyarországi Régiójának pátyi, monori, tököli és budaörsi nappali ellátó intézményeibe járnak.

Gyárfás Erzsébet, a ház vezetője és munkatársai fogadják a párt, mutatják meg a szobájukat, amelyet nagy örömmel vesznek birtokba a fiatalok. Két széles ágy, szekrény, örömmel pakolják be a dolgai-



kat, és nem kevés személyes tárgyat. Közben mesélnek: szeretnek zenét hallgatni, nótákat, operettet, NOX-ot; éneklük is a dalokat. Szívesen társasoznak, kártyáznak – meg is telik egy nagy fiók a játékaikkal. Niki esténként felolvass Jenőnek, mostanában a *Harry Pottert*, a *Pál utcai fiúkat*, a *repülő osztályt*. Nem fognak unatkozni,

hétköznapi visszajárnak majd Budaörsre, a Máltai Szeretetszolgálat napközijébe, és Pátyon is rengeteg program várja őket, nem is beszélve a lakótársakról.

Senki nem idegen, a ház munkatársai nagy gondot fordítottak arra, hogy a leendő lakók megismerjék egymást a három hónapos felkészítés során, de a régióban szervezett rendszeres közös programok révén sokan már évek óta ismerik egymást.

Közben Fodor Zoltán Ferencné Judit, Niki anyukája a konyhában pakolja el gondosan a magukkal hozott ételeket, főként Jenő számára, aki gluténérzékeny. Nem könnyű az elválás a szülőknek, de ki, amikor elkezdünk beszélgetni. Új helyzet, 37 év után nem kell majd senkiről gondoskodni. Ő eddig gondozta lányát mellett az édesanyját és a nagyszüleit is, most majd a pótszülőkről, a szomszédokról gondoskodnak, és tervezgetik, mivel is telnek majd a napjaik.

Mesél a fiatalokról, akik hatéves koruktól egy iskolába jártak, két szakiskolát végeztek, barátok voltak mindvégig. Otthon laktak, eleinte külön-külön, de Jenőt már régóta vitte magával a Fodor



család nyaralni, kirándulni. A fiút édesanyja gondozta, aki három éve meghalt. Akkor a Fodor család magához vette, Fodorné vállalta a gondnokságot. Jenő csak „drága anyósom”-nak és „drága apósom”-nak hívja őket. Szerető családban élnek együtt, Niki húgának nemsokára kisbabája születik, együtt örülnek neki, nagy a várakozás.

Adódik a kérdés, nem aggódnak-e. „Magunk miatt” – erősítik meg a szülők. Bízna a fiatalokban, és nagy a bizalmuk a Máltai Szeretetszolgálatban is. Sok jó tapasztalat van már mögöttük. Niki járatos a gyakorlati dolgokban. Amikor édesanyja egy időre kerekesszékebe kényszerült, ő gondozta. Elkészíti a hideg ételt, rendet rak, mos, tereget, elvégez minden ház körüli munkát. A technikai eszközöket is jól kezeli. Jenő gyógyszereit is ő adagolja, kikészíti a ruhákat, beállítja a fürdővizet. „Az én tükörképem, egy az egyben azt csinálja, amit én vele” – mondja Fodorné Judit, és nevetve teszi hozzá, hogy a természetét is örökölte, szabadszájú: ami a szívében, az a száján.

Előre szerettek volna gondoskodni a gyerekekről. „Ennél jobb lehetőséget sehol nem találnánk. Jó a társaság, szép a ház, a táj, vannak ismerősök, nem idegen a környezet.” Az intézményvezető szerint is fontos, hogy a szülők biztonságban



arról, mi lesz a gyerekekkel, ha ők már nem lesznek” – teszi hozzá az intézményvezető.

Nagy kegyelemnek tartja a család és a szakemberek is, hogy egymásra talált a két fiatal. „Példamutató, ahogy szeretik egymást, ahogy Niki gondoskodik Jenciről, vigyáz rá, és ahogy Jenci hatalmas szeretettel fordul Nikihez” – mondja róluk Gyárfás Erzsébet. Ahogy a szülők fogalmaznak, kiegészítik egymást. Niki gondolkodik és gondoskodik, Jenő pedig

A szülők és a fiatalok együtt mesélik, milyen volt az eljegyzési ünnepség. Viccelődnek, hogy hány tevét hozott Jenő ajándékba. Niki számára – pont a 30. születésnapja alkalmából – meglepetés volt a lánykérés, de rögtön igent mondott. Igazi, ünnepélyes alkalom volt rokonokkal, barátokkal, kerti partival. Niki úgy adta a kezét, hogy ha Jenci elvállalja a mosogatót... amit aztán nem tartott be, de nem számít, mondja.

Gyárfás Erzsébet emlékeztet, hogy 2018-ban már volt egy esküvő Pátyon, két lakóotthonban élő házasodott össze, ami maradandó élmény volt az egész közösségnek.

Örülnek, hogy a ház lehetőséget tud adni Nikiék számára is a páros élethez. Ő és munkatársai szeretettel és odafigyeléssel fordulnak minden lakó felé, megtanulják a gesztusaikat, igyekeznek minél jobban megismerni őket, hogy személyre szólóan tudják támogatni a fiatalokat a mindennapokban. Ajándékkal is készültek minden beköltözőnek, csokoládéval és cserépes korallvirággal.

Miután a lakók beköltöznek, a munkatársak velük együtt készítik el az együttélés szabályzatát, ami mindenkire nézve kötelező lesz. „Meg kell majd szokni egymást, de mindenki nagyon aranyos, igyekszik” – foglalja össze az intézményvezető a rájuk váró kihívást. Személyes gondoskodás, kreatív foglalkozások, gyönyörű táj, hatalmas kert, hamarosan termő cseresznyefák teszik könnyebbé a beköltözőknek a változást. Fodor Nikolett és Varga Jenő számára pedig egymás közelsége is.

Szöveg: Thullner Zsuzsanna
Fotó: Kovács Bence



tudják a támogatásra szoruló, intellektuális képességzavarral élő, speciális igényű fiatalokat. „A szülők korosodnak, és nő bennük az aggodalom, mi pedig támogatjuk, hogy a család időben gondoskodjon

ügyes, gyors – ő a futár, ha menni kell valahová. Jó úszó, országos versenyekre is járt korábban; sorolja az úszásnemeket, amikben versenyzett. Ha strandolni mennek, Jenci a lovacska, viszi Nikit a hátán.



A gondoskodó szeretet ünnepe

Házszenelőt tartottak az új pátyi máltai intézményben

A pátyi Csilla Háza Integrált Intézmény kápolnájában ünnepre – az újonnan megnyílt, tizenkét speciális szükségletű embernek otthont nyújtó támogatott lakhatás házavatójára – gyűltek össze május 19-én a lakóotthonok lakói, a nappali foglalkoztatókba járó enyhe és közép súlyos fogyatékkal élő emberek, családtagjaik, a velük dolgozó munkatársak, a helyi Kerámiaműhely csapata és a régió vezetésének tagjai.

Szentmisével kezdődött a nap az intézmény kápolnájában. Az oltárt olyan fogyatékkal élő emberek vették körül, akik elvégezték a ministránstanfolyamot, és szeretnék a szertartáson szolgálni. Kedves, vidám hangulatú szertartás volt, amelyen a hívőcsereg nagy átéssel vett részt, szívesen és lelkesen válaszolt a kérdésekre. A Beteszda fürdőnél lezajlott gyógyulás jelene hangzott

el az evangéliumból, amelyben a 36 éve betegséggel küzdő embert megkérdezte Jézus: „Szeretnél meggyógyulni?” „Szeretnék meggyógyulni” – hangozott a felolvasás közben a padsorok közül Frauenberger Márton, Marci válasza, aki szereti kommentálni az eseményeket, és úgy érezte, személyesen szólítja meg a Szentírást.

Kelényi Tamás József premontrei szerzetes homíliájában a szentmise olvasmányain elmélkedett, a hívekkel együtt, párbeszédet folytatva. Kiemelte, mennyire fontos imádsággal, Istennel ünnepelni. A miertre már a többiek adták meg a választ: „Megtisztítjuk magunkat, hálát adunk...” Nem vagyunk egyformák, és milyen jó, hogy mind mások vagyunk! Jobban kell figyelni azokra, akiknek nehezebb a helyzete – emelte ki, hozzátéve, hogy a pátyi házak is éppen azért vannak, hogy ők örömben tudjanak együtt élni. Jólesik az embernek, ha szeretik, dicsérik, elfogadják, ha tudja, hogy fontos – derült ki a beszélgetős szentbeszédből. Szükségünk van egymásra. Mindenki fontos, aki ágyban fekszik



és nem tud felkelni, az ugyanolyan értékes ember, mint aki megnyeri a százméteres síkfutást. A reflexiók alakították az elméket, a szívünk megváltoztatása, a szentté válás útja került a középpontba. Ha Jézust a szívünkbe fogadjuk, el tudunk kezdeni megváltozni olyanná, amilyennek Isten álmódott meg minket. Kis lépésekben tudunk szentté válni, és az új ház is a használói által fog megszentelődni, amikor odafigyelnek egymásra, megbocsátanak egymásnak – hangzott a tanítás.

A könyörgéseket a fogyatékkal élő emberek mondták az egyház szolgálóiért, a gondozóiért, mindazokért, akik magukra maradtak elesettségükben, és az új ház lakóközösségeért. Szép volt látni az odaadó figyelemmel szolgáló ministránsokat, hallani az átváltoztatóskor Marci sok „ámen”-jét, hallani a lelkes éneklést, kiállni az oltár köré a Miatyánk imádságára, kézen fogva kicsik és nagyok, segítők és segítették, szeretettől sugárzó közösségként.

Az ünnepség az udvaron folytatódott a ház átadásával és házszenteléssel. Morva Emília, a Közép-Magyarországi Régió vezetője köszöntötte az egybegyűlteket, és megosztotta: három évvel ezelőtt kezdték el tervezni, hogy a korábban üresen álló épületből egyszer tizenkét fogyatékos ember otthona lesz. A munkához sok tapasztalatot és tudást hoztak magukkal, hiszen egy nagy bentlakásos intézményből Gödön és másutt már

nyolc családi házba költöztettek át lakókat. A tapasztalat megerősítette, hogy az emberléptékű, közösségi lakhatás, közösségi befogadás valódi lehetőséget teremt az önállóbb, teljesebb életre.

Ez a ház több mint egy épület – hangsúlyozta. „Nem csupán falak, szobák és közös terek együttese, hanem az önállóbb élet, a biztonság, az emberi méltóság és az elfogadó közösség jelképe. Olyan otthon, ahol fogyatékossgal élő embertársaink nemcsak lakhatást kapnak, hanem lehetőséget arra, hogy saját életüket, mindennapjaikat, kapcsolataikat minél szabadabban és teljesebben élhessék meg.”



Ígéretet tett arra, hogy kollégáival együtt mindennap azon fognak dolgozni, hogy az ott élőknek segítsék az életük alakításában, a döntéshozásban, felelősségvállalásban, és mindezt egy biztonságos, elfogadó, támogató környezetben. Olyan közegben, „ahol lehet kérdezni, próbálkozni, hibázni és újrakezdeni is. Ahol egyéni utak vannak, és nem intézményi házirend. Ahonnan valaki dolgozni jár a településre, valaki pedig a nappali ellátást veszi igénybe.” Végül megköszönte a szülők és családtagok bizalmát, ami megtiszteltetés és felelősség is, és kifejezte reményét, hogy jól élnek majd vele.

Gyárfás Erzsébet, a Csilla Háza Integrált Intézmény vezetője köszönetet fejezte ki mindenkinek, aki lehetővé tette, hogy a projekt valóra váljon és működjön. „Hosszú és nehéz hónapok vannak mögöttünk, és még sok feladat áll előttünk is, de azt gondolom, hogy lassan valóban megvalósul az álmunk, hogy az ide beköltöző emberek igazi otthonra találjanak nálunk” – mondta. A lakókkal beszélgetve – akik még csak néhány hete költöztek be az új házba – érezni lehetett, hogy ez az álom megvalósulóban van, mindenki csillogó szemmel mesélte, milyen jó itt lakni, és többen kiemelték, mennyire megszerették egymást a többiekkel.

A köszöntő után a házszentelés szertartásával folytatódott az ünnepség. Zakeus története hangzott el, aki felmászott a fügefára, hogy jobban lássa Jézust. Könnyen azonosulunk Zakeussal mindannyian – mondta Kelényi József atya –, akik kicsinek érez-



Örömmel szeressünk, hiszen az üdvösség örömhírét kell továbbadnunk, mi vagyunk Krisztus keze és lába – zárta beszédét, majd elmondta az áldást a szabadban, és egyenként megáldotta a házakat, a szobákat.

A kertben felállított színpad előtt közben Mrázné Jäger Júlia, a Kerámiaműhely szakmai vezetője bemutatta Sándor Tibort, akinek családjában örökségként adódik tovább a zene szeretete, és aki tangóharmonika-szóval szórakoztatta a közönséget. Az ebédre várva a jó hangulatról gondoskodott a gondozottak egy

kreatív, csupa mosoly csapata, a Harangozó együttes is.

A Kerámiaműhely épületében zajlott a fogadás, süteményekkel és üdítővel várták a vendégeket, és hamarosan megérkezett a finom ebéd is, amit az asztaloknál, vagy a jó időnek hála a kertben is el lehetett fogyasztani. Az ünnepet mindenki nagy örömmel a Pátyi Máltai Zenekar koncertje zárta, amelynek hangja kicsalogatta az idősek otthonának lakóit is, hiszen az egész intézmény ünnepe az új ház megnyitása. A csodálatos természeti környezet, a házak elhelyezkedése kiváló teret biztosít az közös programoknak, így a generációk együttélésével még tágasabban megélhették a résztvevők, ami a megnyitón is elhangzott: ez a hely igazi otthona a benne élőknek, akik egy közösséget alkotnak.

A nap végén felvágták a hatalmas ünnepi tortát, majd átadták a Jakus Edina által megálmodott és közös munkával elkészült Tündéerkertet, amelyben a házakban élő 35 fogyatékossgal élő embernek lett egy-egy életfája. Mindenki a saját fájára tehetett a Kerámiaműhelyben elkészített, levélförmára ráírt névtábláját.

Szöveg: Thullner Zsuzsa

Fotó: Kovács Bence



zük magunkat, akiket csúfolnak, megvetnek. Ő a Mesterrel akart találkozni, akkor is, ha kinevetik, és Jézus nem ment el mellette, ahogyan mellénk is odaszegődik, ha kérjük, velünk van a bajban, fontosak vagyunk neki.

Lehetünk derűs keresztények – buzdította József atya a munkatársakat is –, tanúságot tehetünk az örömhírről, hogy van remény, lehet szeretni, elsőként, nem kell a másokra várni.



Zongoraszó, sütés-főzés, kirándulások

Szeretettel gondoskodunk a fogyatékkal élő emberekről Veresegyházon és környékén is

Veresegyházon, Órbottyánban és Erdőkertesen a Máltai Szeretetszolgálat öt támogatott lakhatást nyújtó házat tart fenn, mindegyikük felújított, korszerű, akadálymentesített, ahol a korábbi, nagy létszámú intézményekhez képest családiasabb körülmények között élhetnek az emberek. Az 56 lakó középsúlyos, súlyos és halmozottan súlyos fogyatékkal élő felnőtt, férfiak és nők, vannak nagyon fiatalok is, de az átlagéletkor 40 év körül van. Közülük sokan Down-szindrómával, epilepsziával élnek, autisták, látás- és hallássérültek, mozgásukban korlátozottak és egyéb krónikus társbetegségük vagy pszichiátriai diagnózisuk is van.

Mindezt figyelembe véve a karitatív szervezet a támogatott lakhatást nyújtó házakban arra törekszik, hogy a lehetőségekhez képest a legnagyobb önállóságot, támogatott döntési lehetőséget biztosítsa a fogyatékkal élő embereknek, és számos fejlesztési lehetőséget kínál. Órbottyánban a támogatott lakhatásokhoz kapcsolódóan nappali ellátó működik, ahol gyógypedagógusok, terápiás munkatársak segítségével képességfejlesztő foglalkozásokat tartanak, de a házakban is van lehetőség fejlesztő foglalkozásokra, sport- és szabadidős tevékenységekre. A Szeretetszolgálat munkatársai fontosnak tartják, hogy lakóik hasznos és jó feladatokkal töltsék az idejüket, ugyanakkor figyelembe veszik, hogy mint mindenkinek, nekik is szükségük van a pihenésre. Az órbottyáni nappali ellátó 32 főnek nyújt hasznos napközbeni elfoglaltságot több turnusban, csoportfoglalkozások keretében, de egyénre szabott fejlesztésekkel.

A lakók és a gondozók a házakban közösséget alkotnak, a rendezőelv a gondoskodó szeretet. Van napirend, ezzel együtt igyekeznek reagálni a lakók szükségleteire, az ő ritmusukhoz igazodni. A magasabb ellátási szükségletű embereket például emelőszerekkel juttatják el a fürdőszobába, egy speciális busz három kerekesszéket, illetve egy fekvő kerekesszéket tud szállítani,



ez lehetővé teszi, hogy eljussanak a nappali foglalkoztatóba, vagy akár fodrászhoz, vagy a boltba vásárolni. Van, aki iskolába szeretett volna járni, neki órákat szerveznek, oklevelet kap. Jártak a lakókkal a veresegyházi maciparkban, a gödöllői kastélyban,



a vácrátóti arborétumban is. Figyelnek a vágyaikra, együtt készülnek az ünnepekre, a születésnapok alkalmával különleges kívánságokat is teljesítenek. A legtöbben Gödről, az egykor Topházként ismert, később a Máltai Szeretetszolgálat Gondviselés Házává átalakított intézményből költöztek a számukra kialakított új házakba, nekik olykor hiányoznak a régi szobatársaik, ezért a munkatársak közös programokat szerveznek, ahol megélhetik a találkozás örömét.

A napi ötszöri étkezés gyanánt a pomáz-kiskovácsi Boldog Gellért Kórházban készült ételt szállítják a házakba, de gyakran kerül az asztalra olyan finomság, amit az ott élők megkívnának, a gondozóik pedig szívesen megfőzik, illetve a szezonhoz, ünnepekhez kapcsolódva is elkészítik a hagyományos ételeket, fánkot sütnek, sonkát főznek. Örülnek annak is, ha valaki süteménnyel kedveskedik.

Egyetemi hallgatók, gyógypedagógusok, joghallgatók, szociálpedagógusok rendszeresen megfordulnak a házakban, és jó hírt visznek. Decemberben a verebgyházi SPAR áruházban is lehet a házak munkatársaival találkozni az „Adni öröm!” gyűjtőakció alkal-

mából. Szívesen fogadnak önkénteseket, akik foglalkozásokat tartanak a lakóknak, vagy közreműködnek a programokban. Az egyik őrbottyáni házba például az utcában lakó nyugdíjas tanárnő rendszeresen eljár zenét tanítani. Az egyik lakó, egy fiatal lány különösen örül ennek, mert maga is tud játszani a zongorán, ami a nappaliban kapott helyet, és a többieknek is öröm, amikor hallgatják a társukat vagy a zenetanárnőt a hangszeren játszani.

Őrbottyánban két ház működik, a lakók súlyos, halmozott fogyatékkal élnek, de a gondoskodó szeretetből fakadnak sikerélmények. Elsőként az, hogy jókedvűen telnek a napjaik, a szükségleteikre odafigyelnek, és ez megelégedettséget okoz. De nagy öröm volt például az is, amikor egyszer az egyik Őrbottyánban élő, nem beszélő autista lakó a HÉV-megállóban megszólalt, illetve amikor a nappali ellátóban valaki magától használta azokat a jeleket, gesztusokat, amelyeket a gyógypedagógusok alkalmaznak a napirend, a napi szükségletek kifejezésére.

Az itt lakók számára tehát biztonságos lakhatást nyújtanak, emellett személyre szabott mindennapi támogatást, fejlesztési és tanulási lehetőségeket, társas kapcsolatokat és közösségi programokat, az ügyintézésben való támogatást, egészségügyi támogatást, étkezést. Fontos, hogy fejlődik az önállóságuk, megélhetik a saját döntéseiket, új készségeket tanulnak.

Nappal két, éjszaka egy gondozó viseli gondját az egyes házakban élőknek, illetve minden házban van egy esetfelelős, aki az ott élők és dolgozók munkáját menedzseli. Terápiás munkatársak, gyógypedagógusok is közreműködnek, és egészségügyi koordinátor is van, aki adagolja a gyógyszereket, és egészségügyi szakemberként segít. Szívesen fogadják a jelentkezőket, akik kedvet éreznek ahhoz, hogy a házakban lakókkal dolgozzanak.

Szöveg: Thullner Zsuzsa

Fotó: archiv





Játszva közösséget építeni Programok a máltai játszótérek

A kerítésen belül gyerekzsivaj hallatszik, a padokon szülők beszélgetnek, a faház ajtajában pedig egy szociális munkás fogadja az érkezőket. Első pillantásra ez is csak egy játszótér, néhány perc után azonban világossá válik: itt a játéknál jóval több történik.

A Magyar Máltai Szeretetszolgálat „Játszva megelőzni” programja 1998-ban indult azzal a céllal, hogy a lakótelepi környezetben élő családokat kimozdítsa a négy fal közül, és olyan közösségi teret hozzon létre, ahol a gyerekek biztonságban játszhatnak, és a programba a felnőttek is bekapcsolódhatnak. A program holland mintára épül, és az a lényege, hogy a játszótérekön keresztül a fiatalok-

nak kereteket, mintákat és lehetőségeket biztosítanak.

A máltai játszótérek mindegyike zárt, biztonságos tér, ahol egy kis faház is helyet kap. A beltér egyszerre játszóház, közösségi szoba és találkozási pont: rossz időben is van hova bemenni, beszélgetni, társasozni, tanulni. A játszótérek reggeltől késő délutánig – nyáron akár este hétig – nyitva tartanak, és sok család számára a mindennapok természetes részévé váltak. A különbség egy hagyományos játszótérhez képest leginkább abban rejlik, hogy itt nemcsak eszközök vannak, hanem szakemberek is: szociális munkások, akik figyelnek, beszélgetnek, kapcsolatokat építenek. Fontos, hogy nem vállalnak gyermekfelügyeletet a klasszikus értelem-

ben: a kiskorú gyermekért a szülő felel, a programokba a szülők is sokszor bekapcsolódnak. A gyerekek játékán keresztül gyakran a családi helyzetek is feltáruulnak, és ha szükséges, a segítségnyújtás is elindulhat – legyen szó egy egyszerű nyomtatásról, tanulási támogatásról vagy komolyabb odafigyelést igénylő helyzetről.

A játszótérek programja mindig változatos. Vannak előre meghirdetett események – kézműves-foglalkozások, sport, közös ünnepek –, de ugyanilyen fontos a spontaneitás. Ha valaki előáll egy ötlettel, gyakran azonnal teret kap: egy szülő kézműveskedést vezet, más nyelvórát tart, vagy közösségi estet szervez. A hangsúly azon van, hogy a tér valóban a közösség legyen, a programok az ő igényeiknek feleljenek meg.

A gyerekek számára a játszótér sokszor többet jelent, mint délutáni elfoglaltság. Van, aki itt tanul meg másokkal együttműködni: kivárni a sorát, elpakolni maga után, figyelni a másokra. Apró lépések, amelyek hosszú távon meghatározók lehetnek. A munkatársak szerint a programokon rendszeresen részt vevő gyerekek legtöbb esetben látványos fejlődésen mennek keresztül. A játszótérek közössége gyakran többgenerációssá válik. Előfordul, hogy egykori látogatók már a saját gyermekeiket hozzák vissza ugyanarra a helyre. Mindemellett az sem ritka, hogy ezek a fiatalok később visszatérnek: először önkéntesként, majd akár a Máltai Szeretetszolgálat munkatársaként.

A nyári időszak különösen mozgalmas. A hosszabb nyitvatartás mellett tematikus foglalkozások, sportprogramok, kézművesnapok és közös ünnepek várják a családokat, ezek bárki számára nyitottak. A játszótérek szociális dolgozói több helyszínen táborokat is szerveznek, olyan gyerekek számára, akiknek erre egyébként nem lenne lehetőségük. Így jött létre többek között 2025-ben a



szentendrei Pap-sziget Campingben a máltai játszótéres tábor, ahol sok kiskamasz tudott együtt strandolni, batikolni, lovagolni, sárkányhajózni és sok más élményt gyűjteni.

Aki betér a máltai játszótérek egyikébe (Budapesten ebben a négy utcában talál-

hatók: Gyűrű utca, Zemplén Győző utca, Kerék utca, Solymár utca), eldöntheti, hogyan szeretne jelen lenni: egyszerűen csak használja a játszótéret, vagy aktívan bekapcsolódik a közösség életébe.

Szöveg Greguss Anna

Fotó: Kovács Bence, Greguss Anna



Vidám és hasznos angolórák Mariann-nal

Bemutatjuk a KMR munkatársainak angoltanárát

Rácz Mariann 14 éve tanít angolt a szeretetszolgálat Közép-Magyarországi Régiójában a munkatársaknak. Valójában segítséget ad a tanuláshoz, legalábbis ő így mondja. Az órák főként beszélgetésre épülnek, de a felmerülő nyelvtani kérdésekre is választ adnak, és – hiszen a heti egy óra kevés – kedvet csinálnak a további tanuláshoz. Nem utolsósorban pedig vidám órák, munka előtt vagy közben, nem elveszik az energiát, hanem inkább feltöltötenek.

Többféle szinten indulnak a kurzusok, egyre inkább online, de előfordul még jelenléti oktatás is a Batthyány téren. A KMR munkatársai jelentkezhetnek, vezetőjük engedélyével, Mariann pedig a tudásuk alapján osztja őket csoportokba kezdőtől haladóig, reggel nyolc és délután 4 óra között. Olykor cserélődnek a résztvevők, de sokan évek óta járnak az órára, és arról számolnak be, hogy sokat fejlődtek a beszédértésben, bátrabban szólalnak meg. Házi feladat is van mindig, hiszen a fejlődéshez heti egy óra mellett erre nagy szükség van.

Mariann kedves személyisége meghatározza az órák hangulatát. Ahogyan magáról mondja: „Szeretek tanítani, hozzásegíteni másokat ahhoz, hogy jobban tudjanak, nyelvvizsgázzanak, sikeresebbek legyenek a nyelvben.” Angol

lánya kicsi volt, egy ideig fordított is szakszövegeket egy kötődő neveléssel foglalkozó egyesületnek, de az oktatás közelebb áll a szívéhez.

2012 fordulatot hozott az életében, amikor a Magyar Máltai Szeretetszolgálat angoltanárt keresett hajléktalan emberek és szociális munkások számára. Itt nem volt hátrány, hogy látássérült, belevágott a munkába, amit máig szívesen végez. Elmesélte, hogy korábban, amikor munkát keresett iskolában, adódott hátránya a látássérülésből, legfőképpen azért, mert sok helyen esélyt sem adtak, hogy megmutassa, hogyan tart meg egy órát. Pedig már a szakdolgozatát is ebből írta: nem látó tanár egy látó osztályban. Félték, hogy majd puskáznak a gyerekek, nem vesz észre fontos dolgokat. Elküldte az önéletrajzát vagy harminc iskolába, de csak egy helyre hívták be, ők viszont azonnal felvették. Nem is gondolták volna, hogy látássérültként milyen kifinomultan érzékeli, ami körülötte történik. Meghallotta, ha valaki a telefonja (még nem volt okostelefon) gombjait nyomogatta, ha egy diák joghurtot evett kiskanállal vagy beleharapott egy almába. És volt olyan is, hogy valaki puskázott, megkapta a jó jegyet, de egy hét múlva odajött, hogy szégyelli magát miatta.

A szeretetszolgálatnál eleinte a város számos pontján tartott órákat, vakvezető kutyája segítségével magabiztosan közlekedik a városban, eljut bárhová. Tanított Békásmegyeren, a Fő utcában, a Miklós utcában, a játszótéren. A Miklós utcai szállón kialakult egy hajléktalan emberekből álló csoport is, két-három éven át tanította őket, akadtak köztük olyanok, akik láttak ebben jövőt, hogy majd kimennek dolgozni külföldre.

A covidjárvány idején, amikor minden zárva volt, az online oktatás került előtérbe, aminek nagy előnye, hogy nemcsak



a közelben élők tudtak bekapcsolódni, hanem az egész KMR területéről jelentkezettek tanulók, ki Gödön, ki Pátyon, Erdőkertesen kapcsolódott be. Lassan ez vált természetessé, még ha eleinte hiányzott is a személyes kapcsolat. Mert a Máltai Szeretetszolgálat Mariann számára, ahogy a legtöbb munkatárs számára nem csupán egy munkahely, hanem közösség is, ahol jó kapcsolatok, baráti kötelékek alakulnak. A Fő utcában most is folyik jelenléti oktatás, de az online csoportoknál is sikerül kialakítani a személyességet, és Mariann reméli, hogy időnként lesz majd alkalom a nem virtuális találkozásra is.

Megkérdeztünk néhány „diákot”, mit jelent számukra az angoltanulás Mariann-nal:

Kormos Piroska tavaly tavasszal kezdett online angolórára járni, ahol nagyon hamar háromról kettőre csökkent a létszám, így ha a csoporttársa éppen nem ér rá, abban a privilégiumban részesül, hogy magánórát kap. Így összegezte: „Mariann órái beszédcentrikusak, az elmúlt egy évben egyre többet és hosszabban beszéltem. Különleges számomra, hogy az óra előtt előzetesen felkészülök fejben, hogy mit fogok válaszolni a »How was your week?« kérdésére, és a legtöbbször Mariann kérdései alapján egészen más irányba halad



nyelvtanár szakot végzett az ELTE-n, a nyelvtanárképző központban. Előbb nyelviskolában tanított, majd egy alapítványi gimnáziumban, Tatán. Amíg a

a beszélgetésünk, mint vártam. Ez segít abban, hogy egyre természetesebben és magabiztosabban szólaljak meg angolul. Mindig udvariasan és figyelmesen javítja a nyelvtani vagy kiejtésbeli hibáimat. Nyitott volt arra, hogy szakmai szövegekkel dolgozzunk, ami engem is jobban motivált a tanulásra. A házik tekintetében nem szigorú velünk, ugyanakkor kitartóan visszakérdez, ha hetek óta nem készültünk el egy feladattal. Számomra Mariann órái természetesek, szó lehet benne a mindennapi dolgainkról is, miközben az ünnepek, kiemelt napok, események témához sokszor kapcsolódnak angol szövegek, amikkel nemcsak a nyelvet gyakorolhatjuk, de ismeretekkel is gazda-

godunk, például a világ különböző pontjain ünnepelt húsvétról, a Coca Cola történetéről vagy a busójárásról. Figyel ránk mint emberekre is, visszakérdez a velünk történt életeseményekre, ettől az órái még közvetlenebbek. Köszönöm a lehetőséget, hogy vele gyakorolhatok.”

Bircherné Szilágyi Katalin, Bodor Kata, Diaz Kiss Silexis, Kovácsné Bogdán Krisztina, Novák Veronika egy csoportot alkotnak, közösen gondolták át, mit jelent nekik: „A mi kis csoportunk 2025 márciusában alakult meg, ekkor találkoztunk először Mariann-nal. Kezdetben elég féltékenyen szólaltunk meg az órákon, mert nem voltunk biztosak a helyes kiejtésben, nyelvtani szerkezetekben, de Mariann

már az első perctől fogva bátorított minket, hogy a meglévő, de éppen paszív angoltudásunk egyre inkább aktívvá váljon. Az óráinkon szóba kerülő témakörök változatosak, igazodunk a napi aktualitásokhoz, az elmúlt hét története-éhez, illetve a közeljövő eseményeihez. A beszédcentrikusság mellett a füleinket is edzésbe állítottuk, bár a hallás utáni szövegértésnél nagyon kell koncentrálnunk, de ott is igyekszünk és fejlődünk. Tanórán kívül is fordulhatunk Mariannhoz, bármikor segítőkészen válaszol. Vidám természetének és a megszokott oktatási módszerektől eltérő munkájának köszönhetően minden héten nagy örömmel várjuk a szerda reggel 9 órát!”

„Képes vagyok rá!” Rendhagyó úszóverseny Gödöllőn

Kiss Gergely háromszoros olimpiai bajnok vízilabdázó adta át az érmeket május 21-én azon az úszóversenyen, ahol a legnagyobb teljesítményt nem az időeredmények, hanem a megtett út jelentette. A Gödöllő Városi és Térségi Uszodában rendezett esemény végére minden résztvevő győztesként állhatott a dobogóra – még akkor is, ha sokan közülük néhány hónapja még a víz közelében sem érezték magukat biztonságban.

A „Képes vagyok rá!” elnevezésű programot a Magyar Máltai Szeretetszolgálat gödöllői Fogadó Támogató Szolgálat és Szenvedélybeteg Segítő Központja szervezte fogyatékos emberek számára. A kezdeményezés célja az volt, hogy a résztvevők játékos, támogató közegben mutathassák meg fejlődésüket, és olyan élményeket szerezzenek, amelyek megerősítik őket a mindennapokban is.

A verseny nem egy egyszeri ötlet eredménye volt. A háttérben több mint egy éve tartó közös munka állt: a vízi mozgásfejlesztő foglalkozások 2024-ben indultak, és azóta heti egy-két alkalommal biztosítottak lehetőséget a résztvevőknek arra, hogy fokozatosan ismerkedjenek meg a vízzel, és fejlődjenek. A rendezvény lebonyolításához, a színvonalas díjakhoz és az eszközök biztosításához a szervezők az adomanyozz.hu oldalon kértek segítséget, ahol pár hónap alatt össze is gyűlt az 1,6 millió forint célösszeg. A program megvalósítását a Gödöllő Városi és Térségi Uszoda is végig segítőkészen támogatta: a foglalkozásokhoz is kedvezményes belépést biztosítottak a résztvevők számára. A „Képes vagyok rá!” úszóverseny ennek a folyamatnak adott ünnepi keretet. A tizenhárom résztvevő hónapokon át készült a megmérettetésre, mindannyian a saját képességeikhez mérten. Volt, aki korábban még attól is tartott, hogy egyáltalán a vízbe merészkedjen, most pedig már bátran teljesítette a feladatokat, akár a víz alá is merült.



A versenyzők több intézményből érkeztek: a Gödöllői Fogadó Támogató Szolgálat és Szenvedélybeteg Segítő Központból, a Monori Szociális Alapszolgáltatásokat Nyújtó Integrált Intézményből, a gödi Gondviselés Háza Fogyatékos Emberek Otthonából, valamint a gödöllői intézmény partnerszervezetétől, a Tessedik Sámuel Evangélikus Szeretetszolgálat – Alapszolgáltatási Központ fogyatékos személyek nappali ellátását biztosító intézményéből. A közös felkészülés során nemcsak az úzásban fejlődtek, hanem egymással is kapcsolatot építettek, így a verseny egyben találkozás is volt.

A nap már a kezdés előtt különleges hangulatban telt. A verseny előtt a résztvevők arról számoltak be, hogy többen annyira várták ezt a délelőtti, hogy alig tudtak aludni előző éjszaka, és



volt, aki már a program kezdete előtt a medencébe szeretett volna ugrani. Az izgatottság és az öröm egyszerre volt jelen.

Az ünnepélyes bevonulás során minden résztvevőt név szerint mutattak be, és egy-egy erősségüket is kiemelték. A megnyitón Gémesi György polgármester személyesen köszöntötte a versenyzőket, és hangsúlyozta, hogy a felkészülés és a részvétel önmagában is komoly eredmény. Felidézte, hogy egyidőben ő is több sportversenyen részt vett, és bár dobogóra állni és elsőnek lenni mindig nagy élmény, egy versenyen érdemes úgy részt venni, hogy örömmel gondoljunk vissza a felkészülésre és magára a részvételre is. Kiemelte, hogy számára az a legfontosabb, hogy láthatják a résztvevőket, a fejlődésüket és a bátorságukat, majd megköszönte a Magyar Máltai Szeretetszolgálat munkáját. A szervezők részéről Szulyák Eleonóra, az MMSZ Közép-Magyarországi Régiójának fogyatékosellátásért felelős szakterületi vezetője is a versenyzőkhöz fordult, kiemelve, hogy ez a nap lehetőség arra, hogy megmutassák, milyen utat jártak be. Így fogalmazott: „Ma lehetőségek van megmutatni, hogyan segítitek egymást, és mi az eredménye a munkátoknak.”

A program közös bemelegítéssel indult, majd a résztvevők sorra próbálhatták ki magukat a választott versenyszámokban. A nevezők dönthették el, hogy gyors-, mell- vagy hátúszásban teljesítik a távot, itt párokban vagy hármasával versenyeztek, és a gyorsaság volt a cél. Ezután komplexebb, játékos feladatot is kaptak: a medence aljáról kellett három színes karikát időre összegyűjteniük.

Versenyt közben folyamatosan szólt a biztatás. Családtagok, segítők és munkatársak együtt szurkoltak, hangos taps és bátorító szavak kísérték a próbálkozásokat. A háttérben dolgozó szakemberek – köztük az úszásfoglalkozásokat vezető kollégák: Tusor Andrásné és Inzsöl Éva – hónapok óta segítették a résztvevőket ezen az úton.

A nap végén mindenki elismerésben részesült: oklevelek és ajándékok mellett az intézményeket is díjazták. A legeredményesebb a Monori Szociális Alapszolgáltatásokat Nyújtó Integrált Intézmény csapata lett, a legbátrabb csapat díját a Gödöllő Fogadó Támogató Szolgálat és Szenvedélybeteg Segítő Központ kapta, a leglelkesebb pedig a Magyar Máltai Szeretetszolgálat gödi Gondviselés Házának csapata lett.

A díjátadó ünnepélyes hangulatban zajlott, a tér lufikkal díszítve várta a résztvevőket, akik izgatottan gyűltek össze az eredményhirdetésre. Az érmeiket Kiss Gergely adta át, aki a magyar vízilabda-válogatott meghatározó tagjaként négy olimpián vett részt, és három aranyérmet nyert csapatával. Köszöntőjében közvetlen, baráti hangon szólt a résztvevőkhöz. Röviden felidézte saját útját, egészen hatéves koráig visszatekintve, amikor a sporttal való kapcsolata elkezdődött. Arról beszélt, hogy számára a mozgás az élet természetes része, és ma is fontosnak tartja, hogy mindenki törődjön a fizikai állapotával. Arra biztatta a versenyzőket, hogy ne hanyagolják el adottságaikat, tegyenek meg mindent önmagukért, hiszen ismerjük a mondást: Ép testben ép lélek.

A díjak átadásában önkormányzati képviselők is részt vettek, az ajándékokat Szulyák Eleonóra, míg a kupát Bige Orsolya, a gödöllői Fogadó Támogató Szolgálat és Szenvedélybeteg Segítő Központ intézményvezetője nyújtotta át. A hivatalos díjátadó után sem ért véget az esemény: Kiss Gergely időt szánt arra, hogy beszélgesse a résztvevőkkel, autogramot adjon, és személyesen is gratuláljon mindenkinek.

A „Képes vagyok rá!” nemcsak egy rendezvény elnevezése volt, hanem egy közös tapasztalat: annak felismerése, hogy kitartással mindenki képes előrelépni – a saját útján, a saját tempójában és megfelelő támogatással.

Szöveg: Greguss Anna
Fotó: Mózes Anita

Miért várják mindennap a nyugdíjasok a békásmegyeri klubot?

A Magyar Máltai Szeretetszolgálat Gondviselés Háza Békásmegyeri Integrált Intézmény idősklubjában a közös programok nemcsak elfoglaltságot jelentenek, hanem alkalmat adnak arra is, hogy a résztvevők megosszák egymással emlékeiket és élményeiket. A klub egyik napján a foglalkozás témája például március 15-e volt: amikor a csoport egyik tagja elszavalta a *Nemzeti dalt*, az utolsó versszaknál egy pillanatra elcsuklott a hangja. A többiek csendben figyeltek, a „Hol sírjaink domborulnak / Unokáink leborulnak” soroknál nem volt nehéz a résztvevőknek teljes szívükkel beleélniük magukat a vershelyzetbe. A szavalás után kvízkérdések és beszélgetés következett a korszakról.

Az intézmény nappali ellátása azoknak az időseknek nyújt segítséget, akik még önállóan élnek, de napközben közösségre, programokra vágnak. A klubban jelenleg 41 idősebb ember regisztrált, a programokat a klub munkatársai – Csúcs Zoltánné Mónika és Baloghné Csomor Éva – két hétre előre tervezik. A hét minden napjára jut valamilyen elfoglaltság.

A március 15-éről szóló foglalkozás során egymást követik a történetek. Érdekességeket osztanak meg egymással, meghallgatnak egy mesét, majd a résztvevők tavaszi verseket olvasnak fel. Később katonadalok csendülnek fel, köztük a *Kossuth Lajos azt üzenté* és a *Fel, fel, vitézek, a csatára*. Csak a játék közbeni gondolkodás idejére csendesedik el a terem. Az „ország-város” vetélkedőben komoly a verseny, de a játékoság végig megmarad. A résztvevők figyelnek egymásra, ugratják is egymást, de senki nem sértődik meg, inkább együtt nevetnek egy nagyot.

A foglalkozások nem csak időtöltést jelentenek: hozzájárulnak ahhoz, hogy a résztvevők megőrizzék fizikai és szellemi állapotukat, valamint társas kapcsolataikat. A klub életében rendszeres a gyógytorna, elérhető a vérnyomásmérés és a vércukorszint-ellenőrzés, és életvezetési kérdésekben is segítséget kapnak a tagok.

A közösség jelentőségét jól mutatja, hogy akik egészségi állapotuk miatt már nem tudnak eljönni, gyakran telefonon tartják a kapcsolatot a klub munkatársaival. Ilyenkor sokszor a magány kerül szóba: hiányzik a társaság és a közös programok. A klub tagjai között több a nő, sokan egyedül élnek. A kapcsolatok nem korlátozódnak a foglalkozások idejére: a résztvevők a klubon kívül is tartják egymással a kapcsolatot, segítik egymást a mindennapokban. A jelenlévők között olyan is van, aki személyes tapasztalatból ismeri a Máltai Szeretetszolgálat munkáját: korábban egy hozzátartozója kapott segítséget, ő pedig ezt szeretné viszonzni azzal, hogy önkéntesként kapcsolódik be a klub életébe.

Baloghné Csomor Éva munkatárs számára ez a hét, amikor március 15-ét is ünnepelték, különleges: nyugdíjba vonul, éppen

nyolc évvel azután, hogy 2018 márciusában megérkezett az intézménybe. Visszatekintve több olyan történetet is felidéz, amely számára a Gondviselés jelenlétét mutatta meg. Egy alkalommal például a táncos csoport fellépéséhez szerettek volna egyforma szoknyát készíteni, de nem volt alapanyaguk. Már épp elindultak vásárolni, amikor az adományok között nagy mennyiségű megfelelő anyagot találtak. Pont azon a napon érkezett. Egy másik esetben az énekesek gitáros kíséretet kerestek, amikor egy gimnazista fiatal jelentkezett önkéntes szolgálatra. Mint kiderült, régóta gitározik, és örömmel csatlakozott hozzájuk.

A klub nyitott közösségként működik: a katolikus lelkület jelen van, de nem kizáró módon. A programokba bárki bekapcsolódhat, vallási hovatartozástól függetlenül.



lódhat, vallási hovatartozástól függetlenül. A húsvétra készülve a keresztyén például különböző felekezetű és nem megkeresztelt klubtagok is részt vettek.

Az idősklub nemcsak programokat kínál, hanem egy olyan közösség is, amelyhez érdemes tartozni. Találkozóikat az Atlanti együttes dalának eléneklésével szokták zárni, amelynek gondolatait magukénak érzik:

*„Elszaladtak az évek felettünk, csendes szívvel nyugdíjasok lettünk.
Felnevelve gyermeket, családot, nyugdíjasként éljük a világot.
Nyugdíjasnak nincsen semmi vágya, csak, hogy boldog legyen a családja,
Szeretetlenben, boldogságban éljen, gyermekek és unokák körében.
Nyugdíjasklub ahova eljárunk, benne szintén otthonra találunk,
Legyen minden együtt töltött óra, szeretet és béke hordozója.
Mi lehet a nyugdíjassdal vége, legyen köztünk, s a világon béke,
Adjon Isten még sok boldog évet, békességet, erőt, egészséget.”*

Szöveg és fotó: Greguss Anna

