

**MEOSZ OTTI
SAJTÓFIGYELÉS**

A Magyar médiában a mozgáskorlátozottakról és a MEOSZ interaktív portálján a 108 egyesület által közölt információk tallózása

**A sajtóban megjelent információk
-- MÉDIA HÍREK --**

Emmi: Példaértékű a fogyatékoság magyarországi kezelése

Egy nemzetközi szervezet szerint is jó a helyzet

Az Emberi Erőforrások Minisztériumának szociálpolitikáért felelős helyettes államtitkára szerint példaértékű a fogyatékoság magyarországi kezelése. Nyitrai Imre az M1 aktuális csatorna kedd reggeli műsorában azt mondta, hogy ezt nemcsak ő látja így, hanem a fogyatékosággal élő embereknek szolgáltatást nyújtók európai szövetsége, a European Association of Service Providers for Persons with Disabilities (EASPD) is, amely a múlt héten ülésezett Magyarországon.

Tájékoztatása szerint ez Európa legjelentősebb ilyen típusú szövetsége, amelynek több mint 12 ezer tagja van, és komoly lobbierővel bír Brüsszelben.

Az EASPD a fogyatékosággal élő emberek szociális ellátását vizsgálta Magyarországon, például azt, hogy milyen lakással rendelkeznek, milyen az életminőségük vagy mennyi pénzt költenek.

A helyettes államtitkár hangsúlyozta, hogy a szövetség – amelynek képviselői eljöttek megtekinteni a szép eredményeket produkáló hazai újításokat - azt az álláspontot alakította ki, hogy a magyar rendszer bárhol megállná a helyét Európában.

Nyitrai Imre arról is beszélt, hogy 1998, az első Orbán-kormány óta tudatosan fejlesztik a fogyatékoságügyet. Ekkor kezdtek lakóotthonokat építeni, az államszocializmus gyakorlata ugyanis az volt, hogy nagy intézményekbe rejtették el a világ elől a fogyatékosággal élő embereket, nehogy rontsák a társadalmi képet.

A második Orbán-kormány idején, 2011-ben hosszú távú stratégiát fogadtak el annak érdekében, hogy minél előbb önálló életvitelre kapjon lehetőséget az akkor még 11-12 ezer, tömegintézményben lakó fogyatékos ember.

Idén "soha nem látott mértékű", csaknem 40 milliárd forintos fejlesztést indítanak a nagy intézmények kiváltására - emelte ki a helyettes államtitkár, hozzátéve: úgy véli, ősszel együttműködési megállapodást írnak alá az EASPD-vel.

forrás: magyarhirlap.hu

Nincs háziorvosa félmillió magyarnak

A lakosság öt százalékának már saját háziorvosa sincs, s az üres praxisok száma egyre nő.

Idén áprilisban már mintegy 260 olyan körzet volt, ahol legalább fél éve nem dolgozott állandó orvos. A legtöbb ilyen praxis éppen a legszegényebb régiókban található. A Political Capital legújabb, a Friedrich Ebert Alapítvány támogatásával készült kutatásából kiderül: még csak lassítani sem sikerült azt a folyamatot, amelyben egyre több szegény szorul ki az ellátásból – írja a nol.hu portálja.

Az Eurostat adatai szerint a szegénységgel és a társadalmi kirekesztődéssel kapcsolatos mutatók 2009-től romlottak Magyarországon. Ez az egészségügyben egyebek mellett azt jelenti, hogy egyre többen vannak olyanok, akik nem jutottak ellátáshoz, mert az túl drága vagy elérhetetlen számukra. A legmeglepőbb, hogy 2012-ig minden jövedelmi osztályban nőtt az ellátásból kiszorultak száma. Azóta már csak a legszegényebb ötödnél romlik a helyzet, de náluk egyre inkább.

A szegénység csak az egyik korlátja a hozzáférésnek, ha valaki emellett még idős vagy fogyatékos, további akadályokat kell leküzdenie, hogy eljusson az orvoshoz.

A hazai egészségügyben mind nagyobb teher hárul a családokra. A WHO adatai szerint 2014-ben az összes egészségügyi kiadás bő harmadát már a háztartások fizették. Ennek nagyobb része a gyógyszerek térítési díja, a második legjelentősebb összeg az, amit szakorvosokra költenek az emberek. Ez a tétel mostanra meghaladja az évi 200 milliárd forintot, miközben az állam ugyanezenre a szolgáltatásra 275 milliárdot költ.

Aki pedig jobb minőségű és soron kívüli ellátást is szeretne, annak igénybe kell vennie a kapcsolati vagy egyéb korrupciós csatornákat is.

forrás: weborvos.hu

Micsoda pazarlás a Tescóban: még a sör is a szemétben végzi

Az elmúlt egy évben a Tesco közel 60 ezer tonna élelmiszert dobott ki, ami 4 százalékos növekedést jelent az előző évhez képest. A több kidobott élelmiszer többsége az alkoholos italok és pékáruk nagyobb arányú selejtezésének köszönhető. A legtöbb kidobott étel viszont még mindig a kenyér és az előre csomagolt szendvicsek.

Az elmúlt egy évben 4 százalékkal több élelmiszert dobtak ki a Tescók, mint egy évvel korábban. Ennek köszönhetően összesen 59 400 tonna étel végezte a kukákban. Az emelkedés oka elsősorban

- A sörök,
- A borok,
- A tömények és
- A pékáruk

nagyobb arányú selejtezésének köszönhetőek - [írja](#) a Daily Mail.

Ez gyakorlatilag azt jelenti, hogy a minden századik megrendelt áru végül nem a vásárlók kosarában, hanem a szeméttelenen végezte. A legtöbb kidobott termék a sütődéből került ki, de a friss gyümölcs és zöldség részleg, illetve az előre csomagolt áruk (szendvicsek, kevert saláták) is sokszor a szemétben végezték.

Hogyan küzdenek a pazarlás ellen?

Franciaországban egyébként nemrég vezették be azt a törvényt, ami megtiltja, hogy a boltok élelmiszereket dobjanak ki. Az üzletek egyébként erre törekszenek, a lejáráthoz közeli termékeket leárazzák és kiemelt helyen árusítják, de akár arra is van lehetőség, hogy a rászorulóknak adják meg ezeket.

Angliában egyébként a Tesco már megállapodott egy jótékonyági szervezettel, amely a lejáráthoz közeli és az éppenszak lejárt (de még valószínűsíthetően még fogyasztásra alkalmas) élelmiszereket juttatja el a rászorulóknak. Emellett Magyarországon is egyre több kereskedő csatlakozik ehhez a kezdeményezéshez.

Az igazán nagy újítást a briteknél egy okostelefonra is letölthető alkalmazás adja. Ebbe az este szortírozásra kerülő termékeket a boltok feltöltik, így:

- A rászorulóknak maguk tudnak elmenni az ételért,
- A karitatív szervezetek pedig ez alapján a termékek elszállításáról és szétosztásáról tudnak gondoskodni.
-

Elsősorban szegény és fogyatékos gyermekeknek hajléktalan szállóknak és menekülttáboroknak szállítanak így élelmiszereket.

forrás: penzcentrum.hu

Már az olimpikonok sincsenek biztonságban?

Fegyverrel fenyegették, majd ellopták a hatszoros paraolimpikon Liesl Tesch biciklijét casárnapi Rio de Janeiróban. A két támadó a sportolók szállása előtti buszmegállóban csapott le az olimpikonra és fizioterapeutájára. Az Ausztrál Olimpiai Bizottság követeli, hogy hamarabb vessék be a 100 ezer fős biztonsági csapatot.

Szigorított védelmet követel az Ausztrál Olimpiai Bizottság a legutóbbi támadás fényében, ugyanis két férfi fegyverrel fenyegette meg vitorlás csapatukat az olimpikonok szálláshelye előtti buszmegállóban – írja a [CNN](#).

Liesl Tesch-t és fizioterapeutáját, Sarah Ross-t napközben támadták meg, és elmondásuk szerint az utcán sétáló emberek közül senki sem sietett a segítségükre.



“Rémisztő élmény volt”

Tesch az ausztrál Nine Networknek mesélt a támadás részleteiről. A két támadó közül az egyik megállt előtte, majd egy étteremről kezdett neki beszélni. A nő felhúzta a trikóját, hogy megmutassa: nincs nála pénz. A férfi ekkor lelökte a biciklijéről a földre, majd elbringázott. A másik mondott neki valamit brazilul, amit nem értett, de nem sokkal később már fegyvert szegeztek a fejének.

A kerekesszékes kosárlabdában és vitorlázásban is olimpiai érmeket szerző nő arra kérte a sportolókat, hogy nagyon vigyázzanak magukra, nem csak a játékok alatt, de a felkészülési időben is.

forrás: hirado.hu

VALÓDI ÉRTÉKTEREMTŐ KÖZFoglalkoztatás

Állatokat gondoznak, növénytermesztéssel foglalkoznak, hús- és sajtüzemben vagy malomban dolgoznak, valamint házakat építenek a közfoglalkoztatásra támaszkodva több településen. Jánoshidán megváltozott munkaképességű embereket is bevonnak a helyi gazdálkodásba. Sokan azok közül, akik bizonyítanak, piaci alapon is el tudnak helyezkedni.

– Ötven-hatvan korábbi közfoglalkoztatottunk helyezkedett el egy, a közelmúltban indult tabi üzemben, ők piaci alapon kaptak munkát – közölte lapunkkal a Tolna megyei Gyulaj polgármestere. Dobos Károlyné elmondta: emiatt újabb embereket kell bevonniuk a közfoglalkoztatásba, akiket ki is kell képezniük.

A hatvan ember „elvesztése” ellenére a közfoglalkoztatás tovább működik Gyulajon, ahol már csaknem 18 hektáron gazdálkodnak. A faluban állattartással is foglalkoznak: disznót, nyulat és csirkét nevelnek. Az állatokat – amelyeknek maguk termelik meg a kukoricát és búzát – a helyi szociális szövetkezet húsüzemében dolgozzák fel, a húsárut pedig helyben, valamint Dombóváron és Pécsért értékesítik. A megtermelt zöldség egy részét a savanyítóban hasznosítják, az üzemben készített szörpöt, paradicsomlét és savanyúságot szintén meg lehet vásárolni.

A Jász-Nagykun-Szolnok megyei Jánoshidán jelenleg 85-en vesznek részt a közfoglalkoztatásban, ők művelik meg az önkormányzat 35 hektár földjét is.

– Főleg szántóföldi növénytermesztést végzünk, mert harmadik éve van egy saját malmunk, ahol búza-, tönköly- és rozslisztet készítünk. Ebből nemcsak a környékbeli pékségeknek, lángossütőknek, pizzériáknak és közétkeztetést végző konyháknak szállítunk, de még a Dunántúlra is jut a lisztből – mondta el Eszes Béla polgármester.

A malomból kikerülő melléktermékeket és a természetett takarmánynövényeket a község állatállományánál hasznosítják. Az önkormányzat tulajdonában van 150 anyajuh, a megszülető bárányokat leadják, idén már több mint százat értékesítettek. A község mangalicaállománya tíz kocából áll, a süldők eladásából szintén szert tesznek bevételre. – Vannak baromfijaink is: kétszáz tyúkunk, körülbelül száz libánk, kacsa és gyöngytyúkunk. A tojásból és az élő baromfi eladásából egyaránt származik bevételünk.

Több mint egy éve pedig létesítettünk egy vadfarmot is, ahol 11 vaddisznónk van, de az állományt idén tovább fejlesztjük. A születő vadkanokat vadásztársaságoknak szeretnénk értékesíteni – fogalmazott Eszes Béla. Az önkormányzatnak van egy fafeldolgozó üzeme is, ahonnan a tüzelőt a faelgázosító kazánba viszik, azzal fűtik az intézményeiket. A településen így lényegében nem költenek gázra. A tüzifát vásárolják, az értékesebb részeket kiválogatják, az innen származó padlókból, deszkákból és oszlopokból ólakat, istállókat, karámokat építenek az állattenyésztő telepeken.

A szintén Jász-Nagykun-Szolnok megyei Tiszatenyőn az első pillanattól kezdve részt vesznek a közfoglalkoztatásban. – Időközben visszavettük a vállalkozótól a konyhánkat, és ma már több mint ezer főre főzünk, a közétkeztetésben hat településre szállítunk ételt. Van nyolcvan tehenünk, a tejet a most átadott sajtüzemben dolgozzuk fel. Tartunk tenyésztésre 35 húsertést, ennek köszönhetően éves szinten 600-700 állatot tudunk a konyhánkra bevinni, a húсарu egy részét pedig értékesítjük.

A csirkefarmunkon saját magunk keltetünk és nevelünk fel csirkét, a baromfit szintén eladjuk. Szeretnénk létrehozni egy vágóhidat is, a terveket beadtuk a Belügyminisztériumba, ahol jól fogadták az ötletünket – mutatott rá Kazinczi István, Tiszatenyő polgármestere. A településen megváltozott munkaképességű embereket is bevontak a közfoglalkoztatásba, ők szőnyeget szőnek vagy a savanyító üzemben dolgoznak. – Emellett földtégelákat is készítünk, amelyekből házakat építünk közfoglalkoztatásban. Tavaly nyáron adtuk át az első négylakásos ifjúsági házunkat, ez a lakóparkunk első része – közölte a polgármester. Ő is kiemelte, hogy a különböző programokban nagyon sok embernek adtak szakmát a kezébe, ők később piaci alapon el tudtak helyezkedni.

forrás: magyaridok.hu

Jogilag elismert státuszt nyert a Magyar Szociális Farm Szövetség

Átadták a Baráthegyi Majorság szociális farmjának új épületét. A „szociális farm” olyan gazdálkodási forma, mely egészség-promóciós és terápiás célokat valósít meg egyben. A farmok tagjai hátrányos helyzetű, fogyatékos és megváltozott munkaképességű személyeket vonnak be a gazdálkodásba.

A Szimbiozisz Alapítvány 15 éve hozta létre Miskolcon a Baráthegyi Majorságot, mely nemzetközileg is elismert „szociális farm”. Az elmúlt két évben az alapítvány országos

programot indított azért, hogy a szociális farmok ügye Magyarországon elterjedhessen, melynek feltétele a kapcsolódó jogi környezet kialakítása. A hat egyetemmel és neves szakértői csapattal létrehozott szakmai tanulmányt elsőként a Földművelésügyi Minisztérium fogadta be. A „Szociális farmok létrehozása Magyarországon” című projekt 2014 augusztusában indult.

Tóth Katalin, a Földművelésügyi Minisztérium nemzetközi kapcsolatokért felelős helyettes államtitkára és Kiss Gábor, Miskolc alpolgármestere június 15-én adta át a Baráthegyi Majorság szociális farmjának új épületét, amelybe hamarosan hat fogyatékkal élő fiatal költözhet be. A lakók egyszerre részesülnek szociális- és nappali ellátásban, ugyanakkor rendkívül fontos szerepet töltenek be az állattartással, növénytermesztéssel és élelmiszergyártással foglalkozó Majorság életében.

Az államtitkár beszédében kiemelte, hogy a projekt egyedülálló, hiszen egyszerre növeli a sérülékeny csoportok foglalkoztatottságát, miközben fontos eszköze a társadalmi szemléletformálásnak is.

2016 júniusában jogerős végzéssel megalakult a Magyar Szociális Farm Szövetség, melynek székhelye a most átadott 'Fűzfás Ház'. A Szövetség hivatalos bejegyzése által lehetővé vált, hogy a szociális farm, mint új, pozitív társadalmi - szociális, egészségügyi, foglalkoztatási és nevelési - funkciókkal kiegészülő mezőgazdasági modell Magyarországon jogilag is elismert státuszt nyerjen és mostantól hazánkban is adaptálhatóvá válnak a modell nemzetközi jó gyakorlatai.

forrás: agrotrend.hu

Kilencvenezer gyerek juthat el idén Erzsébet-táborba

Országosan mintegy ezer településen zajlanak programok, köztük napközis és fogyatékkal élőket fogadó táborok.

Mintegy kilencvenezer gyerek vesz részt idén az Erzsébet-táborok programjaiban az ország csaknem ezer településén, 4,4 milliárd forintos állami támogatásból - mondta az Emberi Erőforrások Minisztériumának család- és ifjúságügyért felelős államtitkára a zánkai Erzsébet Üdülőközpont és Tábor hétfői megnyitó ünnepségén.

Novák Katalin elmondta, hogy 2016-ban ötödik alkalommal rendezik meg a nyári Erzsébet-táborokat, amelyek fő helyszínei Zánka mellett Fonyódliget és az erdélyi Ivó. Országosan mintegy ezer településen zajlanak programok, köztük napközis és fogyatékkal élőket fogadó táborok.

Az elmúlt fél évtizedben mintegy háromszázezer gyerek töltötte szabadidejét az Erzsébet-táborok valamelyikében - tette hozzá.

Novák Katalin beszélt arról is, hogy a 73 tematikus tábort neves művészek és sportolók bevonásával szervezik meg. Az elmúlt évhez hasonlóan idén is érkeznek a táborba kárpátaljai gyermekek, összesen 2100-an. A gyerekek egy része az iskolán, más részük pedig a gyermekvédelmi hálózaton keresztül jelentkezett a táborba, mintegy 35 ezren pedig a településük közelében működő napközis táborokban tölthetik szabadidejüket.

Novák Katalin kitért arra, hogy a zánkai táborban mostantól turnusonként 1800, a fonyódligetiben pedig turnusonként ezer gyermek üdülhet jelképes anyagi hozzájárulás fejében tíz héten át, több mint kétszáz programvezető jóvoltából.

forrás: ma.hu

A 101 éves néni szerető gondoskodása fogyatékos fia iránt könnyeket csalt a szemünkbe

Hihetetlen, hogy az anyai szeretet mennyi erőt ad!

A malajziai Meliah Md Diah igazán különleges ember volt. Az idős asszony 101 éves kort élt meg, amivel már önmagában kuriózumnak számít. De ha megkérdezték, mire a legbüszkébb a hosszú életéből, azt mondta, amit talán minden anya megért: a 63 éves, fogyatékos fiára.

Meliah idős kora ellenére egymaga gondozta a fiát, Abdult azóta, hogy férje 20 évvel ezelőtt meghalt. Minden nap ellátta a férfi igényeit: főzött neki, reggelente felöltöztette, segített neki menni, és számtalan egyéb dologban, amire egyedül nem lenne képes. Az idős asszony néha már nem emlékezett minden házimunkára, amit el kellene végezni, de az imádott fia nevét és az iránta érzett mély szeretet soha nem felejtette.



A tavaly augusztusban készült képen Meliah épp főtt rizzsel eteti fiát, mielőtt a hosszú és fárasztó nap után nyugovóra térne. Abdullal az oldalán aludt el és nem ébredt fel többé. Természetes okból, álmában hunyt el, a szomszédban lakó rokon talát rá másnap.

Annak ellenére, hogy Abdul szellemileg és testileg is fogyatékos, tökéletesen tisztában volt vele, mi történt. Azóta a tágabb család gondozza a férfit, és bár Meliah már nincs köztük, a szeretete és ragaszkodása nem csak a saját családjukat hatja át, de mindenkinek gyönyörű példát állított.



forrás: kiskegyed.hu

Esélyek, tettek és mosolyok Fogyatékkal élők országos kulturális fesztiválja a művelődési központban 2016. június 21

Tizenötödik alkalommal adott helyet a Kemenesaljai Művelődési Központ és Könyvtár az Art Országos Kulturális Fesztiválnak, amelynek megvalósulásáért sokat tett a mozgássérültek vasi egyesületének celli csoportja, Holpert Jenőné vezetésével.

Holpert Jenőné úgy véli, hogy miközben nagyon sokan gondolkodnak, elmélkednek azon, hogy miért fontos az esélyegyenlőség, kevesen vannak olyan emberek, akik tesznek is érte valamit. A cselekvésnek a mozgássérültek vasi egyesülete celli csoportjának elhivatott vezetője szerint csak akkor van eredménye, ha a lelkünkben is azt érezzük, hogy tenni kell valamit.

vaol.huMindezek szellemében, a fizikai és lelki akadályokat legyőzve rendezték meg az ART Országos Kulturális Fesztivált Celldömölkön, a Kemenesaljai Művelődési Központ és Könyvtár színháztermében. Megérte a fáradozás. Holpert Jenőné arról tudósít, hogy a színházterem megtelt szereplőkkel és nézőkkel. Ezen a napon a sok küzdelemnek köszönhetően eltűntek a sérült és egészséges emberek között létező falak. Az idő megállt, és csak a szívükkel láttak az emberek. A siker egyértelmű: 52 címre küldték el a fesztiválfelhívást, ebből harmincan visszajeleztek és vállalták a fellépést. A KMKKban összesen 42 műsorszámnak, 180 szereplőnek tapsolhatott a közönség. Celldömölkön 15. alkalommal rendezték meg a fesztivált. 1990ben kezdtem meg ezt a munkát, és azt vallom, hogy a kapott mosolyok, a szeretet kincset érő jelei, az öröm és a meghatottság könnyei nincsenek korhoz kötve. Az itt fellépő emberektől sokat lehet tanulni, őszinték, szeretetre méltóak, és példaértékű a kitartásuk. Azt üzenik: Ne add fel, amíg élsz, soha! Csoportos tánc, örömből: a celli Népjóléti Szolgálat társulata. Országos fesztivál a KMKKban. Fotó: Gyuricza Imre A fesztivál lényege a találkozás és az örömteli együttlét, de a produkciókat szakmai zsűri is figyelemmel kísérte, a végén pedig a díjakról is dönteni kellett. Ilyenkor egyrészt mindenki egyértelműen győztes, másrészt: nézzük a helyezetteket. Vers és próza kategóriában az 1. helyen Farkas Péter (Szombathely) végzett, 2. lett Szabó Petra (Celldömölk), 3. Berki Viktória (Szombathely). Énekzene kategóriában 1. Nagy Viktor (Celldömölk), 2. Diószegi Piroska (Tatabánya), 3. Gáborné Tengölics Erika (Celldömölk). Jelenet kategóriában 1. a BiceBóca Egyesület (Mór), 2. a Népjóléti Szolgálat (Celldömölk), 3. a Fogyatékosok Otthona (Dáka). Egyéni tánc kategóriában a győri Kardos Marianna és Nagyné Bakos Marianna végzett az 1. helyen, 2. Gergely Sándor és László Antalné (Budapest), 3. Horváth Kitti Nikoletta (Celldömölk). Csoportos tánc kategóriában 1. lett a Rolling Kerekesszékes Táncsoprot (Herend), 2. a Bercsényi Miklós Általános Iskola csapata (Szombathely), 3. a Fogyatékosok Nappali Intézménye (Pápa). Különdíjasok: Lakatos Ferenc (Dáka), Fogyatékos Gyermek Otthona (Sopron), Fogyatékosok Otthona (Zsira), Szociális Szolgáltató és Információs Központ Fogyatékosok Nappali Intézménye (Körmend), Látássérültek Klubja (Ajka). Remélhetőleg Holpert Jenőné lelkesedése és aktivitása nem hagy alább. A fesztiválon Majthényi László megyei elnök és Fehér László polgármester mondott köszöntőt.

Egy rövid és egyszerű gyakorlat arra, hogy hogyan tegyük boldogabbá mindennapjainkat.

Bizonyára mindannyian ismerjük a mondást, hogy a pénz nem boldogít, de talán nem mindenki tudja pontosan, hogy miért is nem. A válasz az, hogy a boldogságnak több összetevője létezik, és a gondolkodásmódunk talán többet nyom a latba, mint a körülményeink.

Több kutatást is végeztek már a témában, az egyik különösen érdekesből az is kiderül, hogy például mozgássérült személyek és milliomosok boldogságszintje nem feltétlenül különbözik sokban - pedig ösztönösen azt gondolnánk, hogy az utóbbi csoport esélye nagyobb a boldogságra.

Valóban igaz, hogy egy nagyobb vagyon megszerzése és egy esetleges baleset elszenvedése közül az előbbi emel a hangulatunkon, utóbbi pedig átmenetileg ront, azonban ez a hatás egy idő után elhalványul, és más tényezők kerülnek előtérbe.

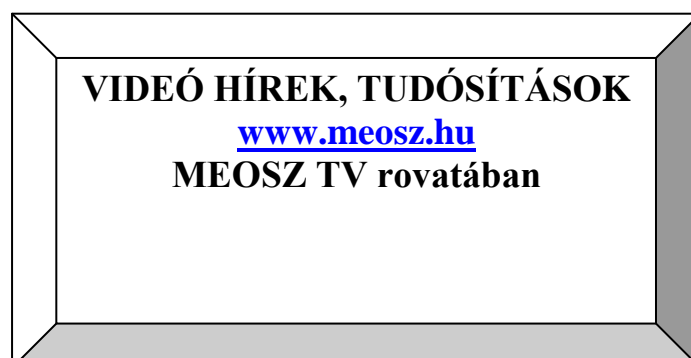
Valójában ugyanis az számít, hogy a körülöttünk lévő világban mennyire tudjuk észrevenni a szépséget, meglátni a jót, és megélni az adott pillanatot, ahelyett, hogy a múlton keseregünk, vagy a jövőn szoronganánk. Ha szeretné kipróbálni, az Ön életében is van-e vajon annyi szépség, ami boldogabbá tudná tenni, próbálja ki a következő gyakorlatot:

A következő héten minden este, lefekvés előtt írjon egy 10 tételből álló listát, amelyre azokat a dolgokat gyűjtse össze, amelyek a nap folyamán örömet okoztak, amelyekért hálát érez. Ez a hála irányulhat egy másik, konkrét személy felé (pl. hálás vagyok, hogy az eladó a boltban nagyon kedvesen rám mosolygott, vagy a páromnak, hogy levitte a szemetet); de irányulhat általánosságban az élet, a világ felé (pl. hálás vagyok, hogy láthattam ma a lemenő nap szépségét; vagy hogy hálás vagyok, hogy volt elég erőm kiállni saját magamért a munkahelyemen).

Az első pár tételt könnyű lesz megtalálnia, de mindenképp dolgozzon azon, hogy 10 ilyen apró boldogságforrást találjon a napjában, akármilyen nehéznek tűnik is. Eleinte talán inkább racionális mérlegelésre lesz szüksége, nehéz lesz a hálát valóban megélnie, de próbáljon meg arra az apró melegségérzésre összepontosítani, amit ezek a kis momentumok kiváltottak Önben, bármilyen rövid kis pillanatok voltak is.

Ha sikerül egy hétig írnia a listát, próbálja meg 30 napig vezetni - higgye el, megéri, utána jobb színben fogja látni a világot, és sokkal kisebb dolgokban is örömét fogja lelteni, ha engedi, hogy ezek az apróságok is megérintsék a lelkét.

forrás: pszichologuskereso.hu/blog



A MEOSZ tagegyesületei és partnerei információi
--- EGYESÜLETI INFORMÁCIÓK ---

-MUNKAAJÁNLATOK-

Telefonos operátor (távmunka)

Jelige: "PROMO"

Keresünk külsős telefonos operátor munkatársakat ideiglenes otthoni munkavégzésre távmunkában.

Korlátlan (nem mobil) internetre, kellemes hangra és minimális számítógépes tudásra, headsetre (kb. 1.500 Ft) van szükség (kivéve ha a gép (lap-top) rendelkezik mikrofonnal és hangszóróval. Az (internetes) telefonvonalat mi biztosítjuk.

Feladat: különböző piackutatási, felmérési feladatok ellátása előre megfogalmazott kérdések alapján, internetes felületen történő rögzítés kérdőívben.

Fizetés: teljesítmény (elvégzett interjúk és hívásindítások) alapján

Jelentkezni a MEOSZ Álláskulcs Munkaerőpiaci Szolgáltató Irodájánál lehet "PROMO" jeligével. Jelentkezését az allas@meosz.hu e-mail címre küldje. (Jelentkezésének továbbküldési feltétele díjtalan együttműködési megállapodásunk aláírása, melyet jelentkezése esetén e-mailen küldünk meg címére.)

Ha még nem regisztrált álláskeresőnk itt regisztrálhat. Csak regisztrált álláskeresőink jelentkezését tudjuk továbbítani!

Jelentkezési határidő: 2016 július 22.

•

