



LÓHÁTON JÖN A SEGÍTSÉG!

Nevetéstől hangos az egykor fóti gyermekvárosként ismert Károlyi István Gyermekközpont. Újraindultak ugyanis a sérült gyerekek számára szervezett lovas táborok.

Újra eljött október 15-e, a vakok és gyengénlátók világnapja. Ez jó alkalom arra, hogy elgondolkozzunk, milyen lehet örök sötétségben élni, és így tölteni minden egyes napot. A legtöbben el sem tudjuk képzelni ezt az állapotot, a Vakok Általános Iskolája néhány kis lakójának viszont ez a sors jutott. Hogy feledhetetlen élményeket szerezzek,

arról a Magyar Lovasterápia Szövetség és a Mol Új Európa Alapítványa közösen gondoskodik.

„A lovaglás eszköz, nem cél”

Mosolyognak, játszanak, egyetlen percre sem állnak meg. **Imi**, aki nemrég fejezte be a harmadik osztályt és **Melinda**, aki most töltötte be a nyolcat, igazán



CSÁNYI, A HÍRES TÁMOGATÓ

A Mol – Új Európa Alapítvány jószolgálati nagyköveteként Csányi Sándor színész is részt vett egy lovasterápiás foglalkozáson. Ő és a kisfia, Misi is szeret lovagolni, ezért örült, hogy ilyen élménydús programra kísérhette el a látássérült gyerekeket.

Már hároméves kortól fogadják a sérült gyerekeket, akik kivétel nélkül imádnak lovagolni

eleven gyerekek. Az, hogy nem látnak, szinte fel sem tűnik, annyira otthonosan mozognak a lovardában a gyógypedagógusok, terapeuták és persze a sok-sok állat között. **Bozori Gabriella**, a fóti lovasközpont vezetője elmondta lapunknak: nemcsak hatalmas élmény a gyerekeknek a lovaglás, de sok képességüket fejleszti.



Bozori Gabriella

– A lovaglás csupán eszköz, nem cél. Többféle területe van ennek a módszernek. A hipoterápia például a mozgásban akadályozottakat segíti, gyógytornászokkal, míg a lovas pszichoterápia a nehezebb eseteket, az agresszív vagy éppen szorongó, gyakran autista gyerekeket célozza meg. Már hároméves kortól jöhetnek hozzánk a picik. Év közben hetente tartunk foglalkozásokat, nyáron pedig egyhetes táborokat szervezünk a gyerekeknek.

Hogyan segít a lovas terápia?

De miben segíthet a sérült piciknek a természet, a lovak közelsége és a megannyi játékos feladat?

– Akik világtalanul születtek, azoknak máshogy fejlődik

a mozgásuk, bizonytalanabb a járáskéjük. A lovastorna fejlesztí az egyensúlyérzéküket, javítja a tartásukat. A lovas foglalkozásokon ráadásul új élethelyzetekben próbálhatják ki magukat, és az önismeretük is fejlődik – mondta el Gáborné Haáz Andrea, az alapítvány ügyvezetője.

A lovasközpont rendelkezik egy speciális, videoalapú mozgáselemző rendszerrel, amellyel le tudják mérni a terápiai hatásosságát. Az eredmények elengedhetetlenek a módszer fejlesztéséhez.

Mint az egészséges gyerekek...

– A kedvenc állatom a ló! Na jó, meg a kutyus... – kiabálta Melinda, aki alig-hogy lekászálódott a nyeregből, legszí-



Melinda sokféle sportban kiváló

vesebben máris ült volna vissza. Ügyes

volt, kaszkadőröket és artistákat megszégyenítő mozdulatokat mutatott be lóháton; mindenki tátott szájjal figyelte.

Az iskolában is őt tartják a legjobb tornásznak, mivel minden sportágban kiemelkedően teljesít. Imád úszni, és persze egy

nyolcéveshez illően nagyon cserfes.

– Már négyéves korom óta lovagolok! – mesélte lelkesen. – Az a jó, hogy a táborban azt is megtanítják, hogyan kell a lovacskákat ápolni, etetni-itatni.

Ez tehát valójában élményterápia. A gyerekek feltöltődve, színes élményekkel telve térnek haza, és az is biztos, hogy itt egy percig sem érzik, hogy bármiben hátrányban lennének egészséges társaikkal szemben. **hot!**

FELEDHETLEN TÁBOROK AZ ÖSSZEFOGÁS JEGYÉBEN

TUDTA-E?

A parasport a ló és a lovas együttes felkészültségén alapuló, kondíciójavító, sport-szerű tevékenység, amelytől a szellemileg vagy mozgásukban korlátozott résztvevők gyakran nem tudnak és nem is akarnak elszakadni. Ezért folytatják a „pályafutásukat” – akár profi versenyzőként.

Lapozzon!

Megismeri ezt a sztárt?



HIRDETÉS

Szimfonikusokkal lép színpadra

Adrien: Salvus gyógyvízzel óvom hangomat

Egészséges életmód, sok folyadék és Salvus gyógyvíz - ez Szekeres Adrien receptje arra, hogy gond nélkül énekelje végig az őszi-téli koncert turnét.

Különleges meglepetéssel készül az idei télre Szekeres Adrien: az énekesnő idén szimfonikus zenekari kísérettel lép fel.

– A koronát már az elején feltesszük: november 11-én, a szezonindító koncerten egy 70 tagú szimfonikus zenekarral lépek színpadra a Művészetek Palotájában. A zenészek egész este közreműködnek, nemcsak pár dal erejéig. Régi nagy álmom teljesül ezzel – magyarázta Szekeres Adrien. – Ebben a formációban Budapest, Kaposvár, Nyíregyháza és Debrecen mellett minél több

városban szeretnénk még bemutatni a koncertet.

Egyvalami viszont biztos: az egészségét és a hangját meg kell őriznie, hogy mindenütt a legjobb formáját nyújthassa.

– Óvodás gyermekeim vannak, ősszel és télen nálunk mindenkit kerülgetnek a betegségek, engem is. Mivel szakmailag épp ez az év egyik legfontosabb időszaka, ezért nem engedhetem meg, hogy betegség miatt ágyamra dőljek, vagy berekedjek. Gyógyszerellenes vagyok, ezért lehetőleg a legtermészetesebb megoldásokat kerestem – fejtegette az énekesnő. – Évek óta rendszeresen használom a Salvus gyógyvizet. Egyrészt inhalálok és párástok vele otthon egy ultrahangos párástó készülék segítségével, másrészt a táskámban mindig van egy Salvus Permet, amit közvetlenül a koncertek előtt használok. Nagyon fontos, hogy ne száradjon ki az ember torka, mert a kiszáradt nyálkahártya nyitott kapu a kórokozónak, a



bélelgett Salvus gyógyvíz permet pedig jótékonyan hat az énekléssel igénybe vett hangszálaimra is.

A Salvus Gyógyvíz Permet gyógyszerárakban és gyógytermék üzletekben, a Salvus Gyógyvíz élelmiszer áruházakban (SPAR, INTERSPAR, Kaiser's, Auchan, Coop) is kapható.



Salvus 1951 óta