



Életet az éveknek

Nyugdíjas Klubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetsége Hírlevele

2025. február



Szövetségünk sikeresen zárta a Mozgással-Tudással az Aktív Időskorért 2024 című programot. Azért, hogy Szövetségünk folytathassa a megkezdett szakmai munkát, s így az aktív életmód, a jobb életminőség minél szélesebb körben az idősödők és idősek mindennapjait jellemezhesse, új pályázatot nyújtottunk be. Ez a támogatási összeg lehetőséget adna arra, hogy jól felépített programunk az ország minden területére eljutva, az elért eredményekre építve a korcsoport még szélesebb körében a mindennapi élet részévé tegye a mozgás örömeit.
(Tovább olvasom)



Kedves Klubtagok!

2025. február 5-én tartottuk az év első megyei elnöki megbeszélését Budapesten. A megbeszélés az egész éves munkánk szempontjából nagy jelentőségű volt. Szó volt többek között a „Mozgással-Tudással az Aktív Időskorért Program 2025” idej terveiről.

Kérlek benneteket, ti is érdeklődjétek a megyei elnököknél, az elnökségek tagjainál a programokról. Vegyetek aktívan részt a tervezésben!

(Tovább olvasom)



Bemutakozunk

Ismerkedjétek meg az új vármegyei elnökökkel: Téczy Bélával Veszprém, Hideg Istvánnal Bács-Kiskun, Bozsó Mihállyal Jász-Nagykun-Szolnok és Zanati Zsuzsannával Somogy vármegye nemrégiben megválasztott elnökével.

(Tovább olvasom)



Fedezzük fel Hajdúszoboszló és környéke szépségeit!

Barátság Gyógy-és Wellnes Szálló*** – 2025. június 10-13. (kedd-csütörtök)

Az érdekes programok mellett a hagyományörző néptánc csoportok is bemutatkoznak.

(Tovább olvasom)

Tavasziünnep az Uránia Filmszínház Színháztermében

„Az ÉLET állomásai” címmel Szinetár Dóra előadása május 13., illetve 14-én (Tovább olvasom)



Klubról klubra, megyéről megyére Csongrád-Csanád, Heves, Győr-Moson-Sopron, Komárom-Esztergom és Hajdú-Bihar vármegyei klubok eseményeibe kukkanthattunk be, illetve a Magyar Kultúra napját köszöntők K11-ben tartott ünnepségéről tudósítanak klubtagjaink.

(Tovább olvasom)



Partnereink ajánlatából - Geers: „Legyen Ön a társalgás motorja!” Hallásvizsgálati és hallóeszköz ingyenes kipróbálási lehetőséget kínál a 13.oldalon.

A Budapesti Operettszínház márciusban is remek műsort kínál, az előadások időpontjait a 14. oldalon olvashatjátok.

A Hotel Solar Nagyatád érdekes tavaszi, nyár eleji programokat kínál a 15. oldalon.

„Életet az éveknek” Hírlevél

Szerkeszti a Szerkesztő Bizottság * Felelős szerkesztő: Szőke Rozália * Felelős kiadó: dr. Hegyesiné Orsós Éva

Kiadja: Nyugdíjas Klubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetsége * Cím: 1068 Budapest, Benczúr utca 45. IV. emelet

Tel./Fax: +36-1-3270118 * E-mail: hirlevel.eletetazeveknek@gmail.com * web: www.eletetazeveknek.hu

Belső terjesztésre! * ISSN 2.9.1./1003-1/2005



Mozgással - Tudással az Aktív Időskorért 2025

A programnak 5 fő elemét terveztük meg:

(1) a megismert és megkedvelt mozgásprogramok folytatása (gyaloglás, örömtánc, senior torna, meridián, jóga, memória-tréning stb.)

- Célunk és egyben munkamódszerünk a már kipróbált, „sok rendezvény”. A legnépszerűbb tevékenységek (örömtánc és gyaloglás) elterjesztése érdekében 100-100 új csoportot hozunk létre. Ez egyben azt is jelenti, hogy az aktív gyaloglóklubok számát jelentősen megemelnénk. Mindez azért fontos, mert láthatóvá tesz egy másik, egészségesebb életformát.

- Motiváció és helyi tervezés. Mindenekelőtt olyan településeken élőknek szeretnénk ebben a programrészben támogatást adni, ahol a feltételek gyengébbek, kevésbé találhatók meg a sportlétesítmények, szakemberek és/vagy a hozzáférést az anyagi körülmények nehezítik. Előnyben részesítjük azokat a kistérségeket, ahol nincs lehetőség helyi senior tréner alkalmazására, helyben más mozgásformákra. A kluboknak felajánljuk a csatlakozás lehetőségét (max. féloldalas motivációs levél) 20 programhoz, melyek keretében

- ✓ Inbody testösszetétel mérés, senior fitness teszt, ezek kiértékelése történik, motivációs előadás és bevezető „széktornát” kapnak;

- ✓ 10 db-os torna videótár megosztása a klubbal, akik a gyakorlatokat hetente legalább 1 alkalommal közösen végzik;

- ✓ helyi lehetőségek felméréssel kb. 3 szolgáltatóval helyi partnerhálózat kiépítése, amelyek kedvezményes szolgáltatást nyújtanak az időseknek;

- ✓ táplálkozási kisokos összeállítása és kiosztása a résztvevőknek;

- ✓ 3 hónap után visszamérés, kiértékelés.

- Együttműködés a MASPORT – Mozgásélmény senioroknak program népszerűsítésében.

- „Az vagy, amit megesszel!” című program. Főleg az idősek esetében nehezebb a megszokott, sok esetben az egészségre ártalmas ételek elhagyása, a főzési technikák átalakítása. Egyrészt táplálkozási szakértő bevonásával előadásokat, kóstolókat szervezünk, másrészt egy közösen összeállított szakácskönyvet (receptgyűjtés) adnánk ki.

(2) élményprogramok (fesztiválok, gyaloglótalálkozók stb.)

- Az élményprogramok iránt rendkívül nagy az igény. Ezekkel kapcsolatban a szövetség elvárása, hogy azok résztvevői köre érje el a legalább 250 főt és legalább 3 mozgásforma legyen a része. Minden szervezőtől azt kérjük, hogy a programelemek között legyen ott az örömtánc és a gyaloglás.

- Legalább 18 ilyen rendezvénnyel számolunk.

(3) aktív időződés, tudatos életútprogram (a szemléletváltás gyorsítása);

- Folytatjuk az interaktív előadásokat, melyek az idősek mellett ezúttal az időződőket is határozottabban szólítják meg.

- 15 programot tervezünk.

(4) partnerhálózat bővítése (idősbarát szolgáltatások tervezése és népszerűsítése; ezüstgazdaság stb.)

- A megkezdett munkát folytatnánk. Célunk, hogy a kedvezménykártyák mögé minél több olyan partnert állítsunk, akik nyitottak az idősbarát szolgáltatások kialakítására.

- A programrész népszerűsíti az idősbarát szolgáltatásokat, az

ezüstgazdaság fogalmát és ismertségét műhelymunkák, partnertalálkozók és egy konferencia keretében.

(5) a program ismertségét, kiszélesítést szolgáló programok (kulcsembereképzés, klubvezetőképzés, ismert emberek bevonása a programba, a program tudatos és hozzáértő kommunikálása stb.)

- A megelőző két pályázati program egyértelműen megmutatta, hogy a projekt hatékony bevezetése, elmélyítése képzést, műhelymunkákat igényel. Ezt a munkát folytatnánk a pályázati program keretei között (4 online képzés, 2x3 napos kulcsembereképzés, 7 régióban 2x1 napos klubvezetőképzés).

- A program „láthatóságát” szolgálnák a „Gyalogolj velünk!” és a „Táncolj velünk!” programok. Budapesten és valamennyi vármegyében megszervezünk egy legalább 150 fős örömtáncot a vármegye egyik településének főterén, parkjában stb. Erre tagjaink meghívják egy ismert embert, aki vállalja, hogy velük fog táncolni.

- Budapesten és valamennyi vármegyében szervezünk 5-5 olyan gyaloglást, ahol tagjainkkal fog gyalogolni egy ismert ember. Az ismert emberek bevonásától azt várjuk, hogy a program e találkozásai által is vonzóbb legyen. Nem utolsósorban azt gondoljuk, hogy ez a hatékonyabb kommunikációhoz, médiajelenléthez is hozzájárulhat.

- Olyan kommunikációs szakemberrel szeretnénk dolgozni, aki nemcsak szervezi a helyi médiát, de tudást is ad a hatékonyabb kommunikációhoz.

Miközben a tevékenységek – 270 tevékenységet tervezünk – meghatározó szerepet játszanak a programban, folytatjuk a hosszabb távra szóló építkező munkát. Tagjaink bevonásával folytatjuk a regionális adatbázisépítést a helyi szolgáltatókról, aktuálisan tartjuk a tagnyilvántartást, oktatjuk a kedvezménykártya, az okoseszközök használatát.

A programok megvalósításában valamennyi megyei szervezet, klub aktív közreműködésére lehetőség nyílik. A programok megvalósításához a pályázat forrásokat (anyagi támogatást és szakmai segítséget) is biztosít.

Januárban elindult a pályázat megvalósításának szakmai előkészítése valamennyi megyei szervezetünkben, felállt a szakmai lebonyolítást szervező, koordináló munkacsoport.

2025. január 28-án 10.00-12.30 óra között a Petőfi Irodalmi Múzeum Vörös szalonjába (1053 Budapest, Károlyi Mihály u. 16.) került sor az első partnertalálkozó megszervezésére. Az aktív időződésért végzett munkánk sikeréhez már eddig is hozzájárult a szervezetünk és a partner vállalatok közötti jó minőségű szakmai kapcsolat. Ez a pályázati program azt is lehetővé teszi, hogy feladatainkat még jobb adminisztratív háttérrel végezzük. Az elmúlt évben így lehetőségünk nyílt az elektronikus tagnyilvántartó rendszert bevezetésére, majd erre építve fejlesztettük az „Életet az éveknek” kedvezménykártyát, amelyet bemutatunk meghívott vendégeinknek a 2025-ös terveinkkel együtt. A jó hangulatú találkozón, kávé és sütemény mellett beszélgetünk az ez évi terveinkről, közös projektjeinket, az ezüstgazdaság fejlesztési lehetőségeiről.

Hegyesiné Orsós Éva

Kedves Klubtagok!

2025. február 5-én tartottuk az év első megyei elnöki megbeszélését Budapesten. Két megye elnöksége nem képviseltette magát. A megbeszélés az egész éves munkánk szempontjából nagy jelentőségű volt. A következő napirendeket tárgyaltuk:

1. A 2025. évi munkatervtervezet első olvasatban;
2. Okosóra Program – a felelős ügyvezető, dr. Juhász Roland tájékoztatója;
3. Az „Életet az éveknek” kedvezménykártya bevezetése;
4. Tájékoztató a „Mozgással-Tudással az Aktív Időskorért Program 2025” megvalósításának részleteiről;
5. A pályázati program kommunikációja – Bernáth Gábor szakértő;
6. Béres cseppek átvétele.

A napirendek előtt nagy örömmel köszöntöttem két új megyei elnökünket, Zanati Zsuzsannát (Somogy) és Téczy Bélát (Veszprém). Mindkettőjüknek jó munkát, a munkában sok örömet kívánok tagjaink körében. A rendezvényen Szolnok megyét már Bozsó Mihály képviselte, aki Gombás Marikát váltotta a megyei szervezet élén. Marikának köszönjük a sokéves lelkiismeretes munkáját. Misit már régi barátunkként köszöntöttük, hiszen Marika – mintaszerűen előkészítve a váltás – már hónapok óta Misivel együtt dolgozik, a rendezvényeinkre is meghívta. Hideg István Szabó Margitot váltotta Bács-Kiskun megyében. Ő sem ismeretlen előttünk, hiszen már a novemberi, 3 napos megyei elnöki munkamegbeszélésen is velünk volt. Köszönjük Margit munkáját, és jó egészséget kívánunk neked családot és klubtagjaid körében.

A 2025. éves munkaterv elkészítése hagyományosan a szövetség elnökhelyettesének a feladata. Nem könnyű feladatot vett át Paulics Istvántól dr. Kocsis Gyula! Ahhoz, hogy elkészülhessen az országos munkaterv, az eseménynaptár, szükség van arra, hogy a megyei elnökségek is elkészítsék saját munkatervüket. Ezt néhány megyei elnökség még

nem tette meg. A megyei elnöki megbeszélésen kértük, hogy ez történjék meg február 28-áig. Ez nemcsak az országos munkához szükséges, hanem főleg a megyei munka alapja. Hasonlóképpen fontos lenne, hogy elkészüljenek a megyei beszámolóok is a 2024. év szakmai munkájáról.



Vendégünk volt a rendezvényen dr. Juhász Roland ügyvezető (Kormányzati Szolgáltató Központ Nonprofit Kft.), aki bemutatta a gondosrát és a programot, ami mögötte van. Szívesen hallanánk azoknak a tapasztalatairól, akik már használják. Együttműködési megállapodást készítünk elő, mert szeretnénk, ha ezt a szolgáltatást minél több tagunk megismerné és használná.

A kedvezmény kártya április 1-jétől már használható lesz. Valamennyi „Életet az éveknek” rendezvényen kérni fogjuk a használatát. De látni fogjátok, igen sok kedvezményes programot szervezünk „mögé”! A használatáról online tájékoztatót fogunk adni, de kaptok rövid írásos tájékoztatót is.

A „Mozgással-Tudással az Aktív Időskorért Program 2025” nagy lehetőséget jelent a szervezetünk számára, klubtagjainknak számos programlehetőséget biztosít. De kihívást is jelent! Folyamatosan dolgozunk a megyei elnökökkel, hogy az ország minden területére eljussanak a programok. Kérlek benneteket, ti is érdeklődjétek a megyei elnököknél, az elnökségek tagjainál a programokról. Vegyetek aktívan részt a tervezésben!

Kedves Klubtagok!

Szép tavaszváró heteket kívánok nektek!

Üdvözlettel:

Hegyesiné Orsós Éva

Szabó Lőrinc: Tavasz

„Mi az?” – kérdezte Vén Rigó.
 „Tavasz” – felelt a Nap.
 „Megjött?” – kérdezte Vén Rigó.
 „Meg ám!” – felelt a Nap.

„Szeretsz?” – kérdezte Vén Rigó.
 „Szeretlek!” – szolt a Nap.
 „Akkor hát szép lesz a világ?”
 „Még szebb és boldogabb!”

Ady Endre: Kacag a föld

Nagyot kacag tavaszkor a Föld,
 Ha kitelelt, földetlen gazdák,
 Gazdagok gazdái, magyarok,
 Ekéiket beleakasztják.

Nagyot kacag tavaszkor a Föld,
 Nagyúrtól, paptól így tanulta:
 Milyen jó bolond is a paraszt,
 Új tavaszkor robotol újra.

Nagyot kacag tavaszkor a Föld:
 Ezer úrnak kell a kincs tétre
 S ezer éve ezért robotol
 Sok-sok millió cseléd-féle.



Négy vármegye, négy új elnök

A szövetség beszámoló és tisztújító közgyűlésére szeptemberben került sor a hatodik kerületi Benczúr utcában. A közgyűlésen az írásos beszámolók után tisztújításra is sor került. Erről korábban már beszámoltunk, de ezt megelőzően és ezt követően négy vármegyében is új elnököt, elnökséget választottak. Veszprém vármegyében Paulics István sajnálatos halála követelte meg a váltást, Bács-Kiskun vármegyében Sántáné Szabó Margit, Jász-Nagykun-Szolnok vármegyében pedig Gombás Gáborné lemondását követően választottak új elnököt, illetve elnökséget. Somogy Vármegyében eddig nem működött szervezetünk, de a közelmúltban végül felkerült a pont az „i”-re: megalakult a Somogy Vármegyei szervezet, és első alkalommal választott a szervezet elnököt, illetve elnökséget.

Bemutakozunk rovatunkban megismerkedünk Téczy Béával, Veszprém vármegye, Hidegh Istvánnal Bács-Kiskun vármegye, Bozsó Mihállyal Jász-Nagykun-Szolnok vármegye új elnökével, és Zanati Zsuzsannával, Somogy vármegye elnökével.

Téczy Béla

Az Életet az Éveknek Veszprém vármegyei szervezetének frissen megválasztott elnöke vagyok.



Májusban töltöm be a 65. életévemet, tehát viszonylag fiatalnak számítok. Polgári repülőmérnök, információrendszer-

szervezői és nyelvtanári diplomám van. Angol és orosz nyelvből felsőfokú, francia nyelvből pedig középfokú nyelvvizsgát tettem. 43 éve vagyok nős, egy fiam és egy csodálatos leányunokám van.

Aktív koromban 40 évig szolgáltam a Magyar Honvédségben. Sorkatonaként utász-tűzszerész alakulatnál teljesítettem szolgálatot, fiatal tisztként pedig a légi vezetési rendszer üzemeltetőjeként kezdtem pályafutásomat a légierőnél. Nagyon sokféle beosztást töltöttem be, közben kb. 28 évig voltam valamilyen szinten vezető.

Hét évig szolgáltam külföldön: 2004-től 2007-ig Belgiumban, a NATO főparancsnokságán voltam összekötő tiszt, illetve 2015-től 2019-ig Ukrajnában dolgoztam a NATO vezetés-irányítási, híradó, informatikai és kibervédelmi tanácsadóként. Büszke vagyok arra, hogy hazatérésem után részt vehettem az MH legfiatalabb haderőneme, a kiberműveleti erők létrehozásában. Onnan vonultam nyugdíjba 2023-ban, mint a Kiberműveleti Parancsnokság törzsfőnöke.

2023 őszén beléptem a Fegyveres erők veszprémi körzeti nyugdíjas klubjába és 2024-ben az ő jelölésük alapján kezdtem tevékenykedni az Életet az Éveknek Veszprém vármegyei szervezetében. A közelmúltban a vármegyei szervezet elnökévé választottak.

Zanati Zsuzsanna

1952. április 23-án születtem Somogytarnócan, egy dél-somogyi faluban. Általános iskolai tanulmányaimat szülőfalumban, a középiskolát a Csurgói Csokonai Vitéz Mihály Gimnáziumban végeztem.



1974-ben a Pécsi Tanárképző Főiskola hallgatójaként történelem-orsz szakra, későbbiekben az Eötvös Loránd Tudomány Egyetemen német nyelvtanár és német nyelv és irodalom szakra szereztem diplomát. 1974-től 2012-ig Kaposváron tanítottam általános, majd középiskolában.

A tanítás mellett Európai Unió projektjeinek koordinátoraként és pályázati íróként is tevékenykedtem. Diákjaimmal eredményesen szerepeltünk a Comenius programban és szakmai gyakorlatokon vettünk részt a Mobilitási projektek keretében.

2012-ben nyugdíjba vonultam. Nyugdíjas éveimben hiányzott a korábban megszokott aktivitás, így elkezdtem egy nyugdíjas közösség szervezését. Az általam irányított közösség, a „Nyírfácska” csatlakozott az Életet az Éveknek Országos Szövetségéhez, és eredményesen vettünk részt az Aktív Magyarországért programban.

Az elmúlt időszak kiemelt feladata volt a vidéki szervezetek közötti kapcsolat megteremtése. A feladatot sikeresen teljesítettük, és megalakult az Életet az Éveknek Országos Szövetség Somogy megyei csoportja. Elnökséget választottunk. A megyei elnöki feladatra megbízást kaptam nyugdíjas társaimtól.

Hideg István

Nyugalmozott őrnagy, 2024. november 7-től a Bács-Kiskun Megyei Egyesület elnöke.

30 év katonai szolgálat után kerültem nyugállományba 1998-ban. 1999-től vagyok a Kiskunfélegyházi Petőfi Sándor Bajtársi Egyesület tagja. 2008 és 2017 között titkár, 2017-től elnök. Tagegyesületem létszáma változó, jelenleg 79 tagja van a 2022-ben 50 éves egyesületnek. Feladatkörünk a katonai hagyományok őrzése, ápolása, új emlékek, emlékhelyek felkutatása, megvalósítása, hősi emlékművek, sírkertek gondozása stb., a pályára irányítás, a gondoskodási körünkbe tartozó bajtársak érdekképviselője.

2022-től vagyok a Dél-Alföldi Régió elnöke. Ez alatt Bács, Békés, Csongrád-Csanád megyét kell érteni, melyhez 13 tagegyesület, 880 tag tartozik Jánoshalmától Békéscsabáig. Valamennyi tagegyesület bejegyzett önálló szervezet. Itt a tagegyesületek által kezdeményezett programok összehangolása, az egymás rendezvényeire való mozgósítás, kegyeleti feladatok ellátása a feladatom.

Mátyus Imre alapító elnök idejéből ismerem a szervezetet, aminek 25 éve vagyok részese, ezen belül 8 évet titkárként tevékenykedtem. Ha visszatekintek az eltelt időre, azt kell jelentenem, hogy szép lassan a klubjaink kezdtek, csökkenni, az aktivitás egyre inkább visszaeset. Szerintem nem a korosodás miatt. Én az okok közül a kommunikáció, a kapcsolattartás hiányát látom. Ezt kell szemelőt tartani a jövőben.

Miben látom az előrehaladási lehetőséget? Minél több ismerettel rendelkezünk, annál tartalmasabb programokat tudunk megvalósítani. Valamennyi település egyedi programjait szeretnénk begyűjteni, kiemelve mind ezekből azokat a programokat, melyeket közösen, vagy meghívásos alapon szeretnénk megvalósítani.

Bízom abban, hogy megfelelő jó kapocs leszek az országos szövetség és a megyei klubok között. Szeretnék egy polgármesteri találkozót megszervezni májusban Kiskunfélegyházán. Lehet, hogy a szervezetünk 35 éves évfordulójával összekötve. Látnák, hallanák eredményeinket, megismerhetnék azokat a gondokat, melyek napjainkban valamennyi klub életét befolyásolják. Szeretném a klubvezetők figyelmét rá irányítani a tagságra és ezen túlmenően a település időseire. El kell érni, hogy a település lakossága felfigyeljen a meglévő kis közösségekre. Úgy ítélem meg, hogy az egyesület valamennyi klubja érzi és látja a problémákat, nyitottak az együttműködésre, az összefogásra.



Bozsó Mihály

A Jász-Nagykun-Szolnok Vármegyei Szervezet elnöke vagyok.

1980-ban születtem Szolnokon, majd szociális és humán középiskolai tanulmányaimat befejezve előbb Esztergomban az autópárhuzamban dolgoztam, ahonnan sorkatonai szolgálatra hívtak be 2000-ben. A katonai szolgálatot megismerve bent is maradtam a szerződéses állományban és 5 éven keresztül dolgoztam a honvédség keretein belül Szolnokon.

Egészségi állapotom miatt 2005-ben leszereltem, azt követően kerültem a Jászságba, ahol egy japán cégnél kezdtem el a munkát. 2006 óta Jánoshidán élek. Rövid időn belül a termelés mintagyártójaként és a tesztelési folyamatban dolgoztam, aminek köszönhetően több képzésen is részt vettem itthon és külföldön is. Így szereztem meg a belső auditori képesítést is. A cégnek köszönhetően Norvégiában és Kinában is tanulhattam, mely egy életre szóló élményt és tapasztalatot jelent.

A munka mellett a közösségi munka is előtérbe került. 2007 óta vagyok tagja kórusnak, színjátszó csoportnak és a település rendezvényein is segítek a szervezést, hangosítást. Ezt követően 2014-ben kaptam lehetőséget Jánoshidán a helyi könyvtár és művelődési ház vezetésére.

Még a középiskolában részt vettem egy kétéves alapfokú könyvtárosi képzésen, így a tudást kellett csak felfrissíteni. Jelenleg ebben a munkakörben dolgozom, kiegészítve, hogy a két intézmény külön vált. Jelenleg a közösségi színterek vezetője vagyok (turisztikai központ, faluház, könyvtár), több közösségi csoport tagjaként önkénteskedem, illetve a települési egyesületek munkáiban is részt veszek. A kulturális pályázatok megírásában és megvalósításában részt veszek. Második ciklusomat kezdtem meg az helyi önkormányzat képviselőjeként, emellett a Kisebbségi Önkormányzat kapcsolattartója és segítő munkatársa vagyok. A Hidi Nyugdíjas klubot 2014 óta vezetem, amely jelenleg 98 tagot számlál. Évente 8 megbeszélés tartunk, a klubbal 4-5 közös rendezvény és egy testvér klubtalálkozó szervezését végezzük közösen a településen.

Részt veszek a Tudatos öregedés 2030 programban. A megyei szervezet életében 2 éve veszek részt, és a 2024 novemberi tisztújításon engem választottak elnökké, mely nemcsak bizalmi feladat, hanem hivatás is.



Fedezzük fel Hajdúszoboszló és környéke szépségeit!

Barátság Gyógy-és Wellness Szálloda***

(4200 Hajdúszoboszló, Mátyás király sétány 19.)

2025. június 10-13. (kedd-csütörtök)

Tagjaink körében nagy az igény a közösségépítő programokra. Erre különösen a többnapos rendezvények adnak lehetőséget. Minden alkalommal tapasztaljuk, hogy az együtt töltött idő, a közös élmények, a szövetség munkájáról átadott információk után közösségünk erősebb lesz, és új klubok csatlakoznak hozzánk.

A szálloda elismert gyógyvize és wellness szolgáltatásai, kellemes környezete, a fakultatív programok garantálják a feltöltődést. **Hajdúszoboszló** gyógyvize kiválóan alkalmas idült mozgásszervi, belgyógyászati, nőgyógyászati betegségek gyógyítására, izom- és csontsérülések utókezelésére.

A Barátság Gyógy- és Wellness Szálloda***superior Hajdúszoboszló üdülőövezetében, a belváros közelében, csendes, nyugodt helyen található. A szálloda kényelmes szobákkal várja a kikapcsolódni vágyókat. Valamennyi szoba erkéllyel, színes televízióval, telefonnal, fürdőszobával, internettel felszerelt. A szálloda teljes körűen nemdohányzó. A program középpontjában a közösségépítő programok, a gyógyfürdőzés és a környék közös felfedezése áll.

Hagyományosan várjuk a **táncsoportok jelentkezését**. Bemutathattok hagyományörző táncot, néptáncot, modern táncot, szalontáncot stb.

Műsoridő: legfeljebb 10 perc.

NEVEZÉSI DÍJ:

Nyugdíjas Klubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetséghez tartozók részére, akik a szállodai szolgáltatást is igénybe veszik a Hotelben – 1500 Ft/csoport.

Más nyugdíjas szervezethez tartozóknak, és azoknak, akik a tagjaink, de nem vesznek igénybe szállodai szolgáltatást a Hotelben – 2500 Ft/csoport.

Utazás: egyénileg

Részvételi díj a Szövetség klubjaihoz tartozóknak:

- Kétágyas szobában 66.500 Ft/fő/4 nap (3 éjszaka)
- Egyágyas szobában 91.100 Ft/fő/4 nap (3 éjszaka)
- Junior három, illetve négyágyas apartmanban 64.100 Ft/fő/4 nap (3 éjszaka)

Részvételi díj a nem a Szövetségünkhöz tartozóknak:

- Kétágyas szobában 68.500 Ft/fő/4 nap (3 éjszaka)
- Egyágyas szobában 93.100 Ft/fő/4 nap (3 éjszaka)
- Junior három, illetve négyágyas apartmanban 66.100 Ft/fő/4 nap (3 éjszaka)

A csomagár tartalmazza:

- a svédasztalos reggelit, könnyű ebédet (13 és 15 óra között) és a büfévacsorát;
- az idegenforgalmi adót;
- a nyitvatartási idő alatt (7.00-20.00 óra között) a teljes wellness részleg használatát (bel- és kültéri gyógymedence élményelemekkel, váltó-, pezsgőfürdő, szauna, infrasauna, gőzfürdő, nyáron saját strand, úszómedence), fürdőköpeny-használatot, parkolási díjat és rendkívül gazdag programokat;
- reggelente reggeli torna (20 perc), jóga a mindennapi életben! (átmozgató, könnyű torna) 20 perc; naponta aquafitness;
- táplálkozás szakértő előadása kóstolóval egybekötve (60 perc);
- Meridián torna Cseri Melinda életvezetési tanácsadóval (30 perc);
- helyi őstermelők bemutatkozása (házi sajtok, kolbászok, lekvárok stb.);
- esténként élőzene (18.00-24.00 óra), közös tánc-tanulás.

Szobák elfoglalása az érkezés napján **14.00 órától**, a szobák elhagyása az elutazás napján **10.00 óráig**.

Fakultatív programok:

1. Látogatás Nagyváradra – egésznapos kirándulás

Nagyvárad a magyar határtól néhány kilométerre, az Alföld keleti peremén helyezkedik el, alapvetően sík területen, de már a várostól északra alacsony dombok húzódnak, tiszta időben pedig jól látszanak keletre az Erdélyi-szigethegység vonulatai. A történelmi Bihar vármegye székhelye formabontó módon két városközponttal is rendelkezik, melyeket a Sebes-Körös választ el egymástól. A város Fő utcája (Strada Republicii) és egyik főtere, a Bémer tér a színházzal és számtalan szecessziós palotával, a folyó északi oldalán elterülő Váradolaszi városrész-

ben fekszik. Itt található a római katolikus székes-egyház a püspöki palotával és a vasútállomás is. A folyótól délre, a Szent László-híd vezet át az Újvárosba, melynek központja a középületekkel, templomokkal, gyönyörű szecessziós palotákkal határolt Szent László tér.

A séta során megtekintjük Nagyvárad központi tere, a barokk stílusú, római katolikus Szent László-templomot, az ortodox, ún. Holdas-templomot, mely nevét a tornyában látható három méter átmérőjű forgó holdról kapta. A Szent Miklós székes-egyházat, mely a görög katolikus egyházhoz tartozik. Kőhajításnyira áll, a hídról gyönyörű látványt nyújtó bizánci-mór stílusú Neológ Zsinagóga. A Sebes-Körös felőli oldalon tornyosul az ifj. Rimanóczy Kálmán tervei alapján épült, eklektikus stílusú, neoreneszánsz főhomlokzatú Városháza.

A program legalább 40 fő részvételével indul el.

Részvételi díj: 8.500,-Ft/fő (valamennyi költséget tartalmaz)

2. Fedezzük fel Hajdúszoboszló „múzeumi negyedét” városnéző kisvonattal

A gyógyfürdőtől 1000 méterre található a Bocskai István Múzeum három épületében hét állandó kiállításon mutatja be Hajdúszoboszló kulturális örökségét.

A kiállítások interaktív élményt nyújtanak. A látogatók a történeti kiállításon kézbe vehetik a hajdúk fegyvereit és írhatnak palatáblán, a Retró-kiállításon kipróbálhatnak egy „Trabant-szimulátort”, a helytörténeti kiállításon pedig felpróbálhatják a helyiek hagyományos viseleteit. Míg a művészeti kiállításokban Picasso és Chagall alkotásai, addig a Fejedelmi Kincstárban a Bocskai-korona és jogar másolatai tekinthetők meg.

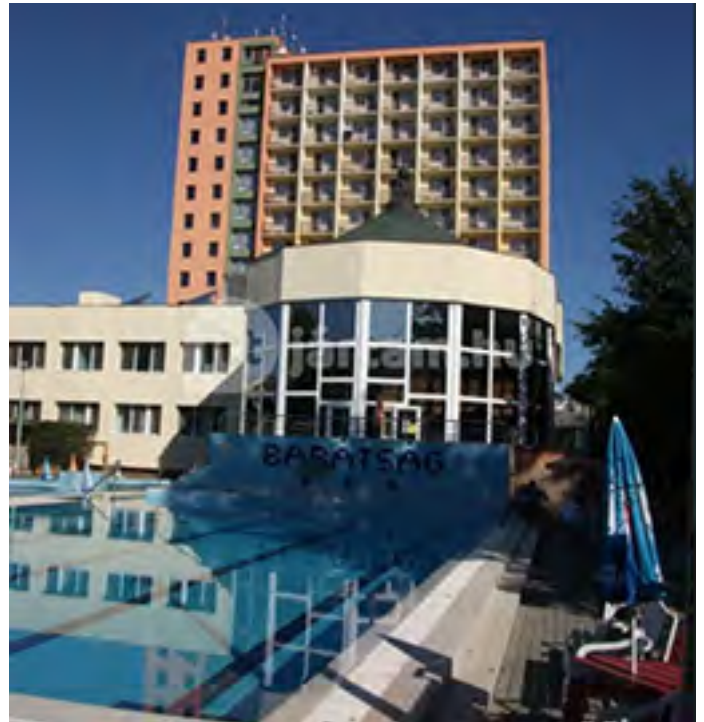
A Fejedelmi Kincstár tárlatvezetéssel történő megtekintése, mely 30 percet vesz igénybe, lehetőség nyílik a többi kiállítás megtekintésére kb. 1.5 órában. Ezt követően 16.30 órától városnézésre indulunk a kisvonattal a Bocskai Múzeumtól. Érkezés a Barátság Hotelhez 17.30 órakor.

A programon maximum: **50 fő** vehet részt.

Részvételi díj: 4.100,- Ft/fő (valamennyi költséget tartalmazza)

Jelentkezési határidő: 2025. április 15.

Visszaigazolást küldünk a jelentkezés elfogadásáról, és megadjuk a számlaszámot, ahová a szállás költséget, ha jelentkeztek valamelyik programra, nevezési díjakkal együtt, annak a költségét is egyben kérjük befizetni.



Jelentkezés módja:

A felhívásunkhoz csatolt jelentkezési lap megküldésével.

Szobalisták beküldési határideje: 2025. április 15.

Kérjük, hívjátok fel valamennyi jelentkező figyelmét arra, hogy úgy jelentkezzenek, visszatérítésre csak indokolt esetben (kórházi kezelés, haláleset, természeti katasztrófa, járványintézkedés) van lehetőség. A befizetést mindenki ennek a feltételnek az ismeretében tegye meg.

A részvétel visszamondása 2025. május 16-ig kötbérmentes, ez időpontot követően történő indokolt lemondás esetén 10%-os költséget kell felszámolnunk.

A programra legfeljebb 240 fő jelentkezését tudjuk elfogadni. A jelentkezéseket a jelentkezések sorrendjében fogadjuk el.

2025. május 10-ig részletes programot küldünk a résztvevőknek.

Jelentkezés és információ kérhető:

Nyugdíjas Klubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetsége
telefon: 06 1 327-0118,
e-mail: eletetazeveknekfesztival@gmail.com

**Nyugdíjas Klubok és Idősek
„Életet az éveknek” Országos Szövetsége
programszervezői**

Nyugdíjas Klubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetség

Kérjük, olvashatóan töltsd ki!

Beküldési határidő: 2025.április 15.

JELETKEZÉSI LAP

Fedezzük fel Hajdúszoboszló és környéke szépségeit!

Barátság Gyógy- és Wellness Szálloda***

2025. június 10-13. (kedd-péntek)

Helyszín: 4200 Hajdúszoboszló, Mátyás király sétány 19.

Egyéni jelentkezés esetén:

Jelentkező személy neve:

Jelentkező személy címe:

Email: telefonszám:

Klub jelentkezés esetén:

Csoport, klub neve:

Csoportvezető neve:

Csoportvezető levelezési cím:

Csoportvezető telefonszáma: email címe:

Jelentkezők száma:fő

„Életet az éveknek” Klubszövetség tagja: igen – nem (A megfelelőt, kérjük, húzza alá!)

A program keretében szeretnél-e/szeretnétek-e bemutatni táncprodukciót? Ha igen, kérünk, válaszolj az alábbi kérdésekre!

Bemutató időtartama: max. 10 perc. Fellépők száma: fő

Műsorszám címe, szerzője és betanítója:

Kíséret típusa (élőzene, CD):

Szükséges technika (CD lejátszó, mikrofon, stb.):

Szállást..... fő részére kérek

..... db egy ágyas szobát

..... db két ágyas szobát

..... db Junior három-, illetve négyágyas apartmanban.

Nagyvárad kirándulásonfővel veszünk részt.**„Múzeumi negyed” látogatása** fővel veszünk részt.*

A rendezvény megtartására a hatályos járványügyi szabályok szerint kerülhet sor!

*Csak a jelentkezőknek tudjuk garantálni a kiránduláson való részvételt.

A jelentkezési lapot kizárólag a program szervezéséhez használjuk, az azon szereplő információt a rendezvényt követően megsemmisítjük.

Jelentkezés és információ itt kérhető:**Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetsége**

1068 Budapest, Benczúr utca 45. IV. em.

Tel:06/1/327-0118 eletetazeveknekfesztival@gmail.com, nyugszov@hu.inter.net

A jelentkezési lap letölthető a www.eletetazeveknek.hu honlapunkról.

Dátum:

.....

aláírás

Tavaszünnep

előadás az Uránia Filmszínház Színháztermében
(1088 Budapest, Rákóczi út 21.)
2025. május 13. 10.15 óra
2025. május 14. 10.15 óra

„Az ÉLET állomásai”

zenés utazás a gyerekkortól a bölcsesség koráig ismert musical dalokon
és sanzonokon keresztül

SZINETÁR DÓRA előadása 2 részben



Immár évek óta hagyománynak számít, hogy közösen köszöntjük a tavaszt, búcsúztatjuk a nyarat, várjuk az adventet egy-egy nagyszerű programmal. Erre idén is lehetőséget kínálunk nektek.

Idei első koncertprogramunkra a már állandó helyszínünknek számító **Uránia Filmszínház** épületében kerül sor. Aki még nem járt ebben az épületben, igazi csodára számíthat, az előadás előtt rövid ismertetőt is hallhattok az épület történetéről.

Az előadás szünetében a filmszínház kiváló büfét ajánljuk nektek, ahol mindig finom sütemények, kávé várja a résztvevőket.

Szinetár Dóra neve egyet jelent az eleganciával, a lenyűgöző előadásmóddal és a szívhez szóló dallamokkal. Pályafutása során a musicalek, operettek és könnyűzenei műfajok világában is maradandót alkotott, és most egy különleges zenés műsorral varázsolja el a közönséget. Az előadás során a legismertebb dallamok mellett személyes kedvencei és izgalmas zenei meglepetések is felcsendülnek, mindezt egyedi előadásmóddal és meghitt hangulattal fűszerezve adja elő. Színészi tehetsége és csodálatos énekhangja garantálja, hogy mindenki felejthetetlen élménnyel gazdagodjon. Előadásában elhangzik többek közt: Éjjél – (Macskák), Valahol Európában, Nem bánok semmit sem – Piaf, Harmonikás – Piaf, Ma éjjel táncolnék – My Fair Lady, Az már nem én lennék – Elisabeth, Boldogság gyere haza!

A program

10.15-10.30 Rövid megnyitó, ismertető az épület történetéről

10.30-11.20 Előadás I. rész

11.20-12.00 Szünet

12.00-12.50 Előadás II. rész

A program részvételi költsége: 5500 Ft/fő

Fontos! A nagy érdeklődésre tekintettel két időpontban is megszervezzük az előadást. A résztvevőket a jelentkezés sorrendjében tudjuk fogadni, először az 1. első dátum szerinti napot töltjük. Ha valakinek csak a dátum szerinti 2. nap a megfelelő, a jelentkezéskor ezt jelezze! (Szükség esetén várólistát hozunk létre.)

Jelentkezési lap

Kérjük, olvashatóan töltsétek ki!

Jelentkező csoport neve:

Tagjai vagytok-e az „Élet az éveknek” Országos Szövetségének: igen nem

Csoport levelezési címe (irányítószámmal):

Csoport vezetőjének neve:

Telefonszáma: email címe:

Jelentkezők száma: fő

Jelentkezési határidő: 2025. március 31. (e-mailben vagy postai úton)

Visszajelzés: 2025. április 4. (A részvételi költséget csak azok fizessék be, akik a Szövetségtől erre e-mailen vagy telefonon visszajelzést kapnak 2023. június 30-áig.)

A befizetés határideje 2025. április 13.

Beküldési cím: „Élet az éveknek” Klubszövetség, 1068 Budapest, Benczúr u. 45.

Email: nyugszov@hu.inter.net

Az e-mail tárgyába írd be: URÁNIA 2025!

A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk! A rendezvényt csak megfelelő létszám esetén tartjuk meg.

Kérdés esetén keresd Fráter Évát a 06-1-327-0118 telefonszámon!

Dátum

.....

aláírás

*Az itt közölt adatokat a Szövetség kizárólag ennek a programnak a szervezéséhez használja fel, harmadik félnek nem adja ki, a rendezvényt követően a jelentkezési lapot megsemmisítjük.

„Fuszulyka” élet

A Fuszulyka Klub természetet és kultúrát kedvelő nyugdíjasok klubja, Csongrád-Csanád vármegyében, a tagok Szegváron élnek.

Klubunk 2015-ben alakult 15 fővel. Azóta taglétszámunk emelkedett, jelenleg 38-an vagyunk. Heti rendszerességgel tartunk klubfoglalkozást. Programjaink között szerepelnek: kirándulások, a falu szépítése virágokkal, kerékpározások a településünk külterületén, névnapok, kerek évfordulós születésnapok megünneplése, saját műsoros zenés-táncos bálók rendezése, szenior örömtánc foglalkozásokon és egészséges életmóddal kapcsolatos előadásokon, ünnepeinkhez kapcsolódó kulturális eseményeken való részvétel.

A klubon belül Népdalkör működik. Együttműködünk az önkormányzattal és a helyi civil szervezetekkel.

A 2024-es év is mozgalmas volt számunkra. Januárban új év köszöntőt tartottunk. Februárban farsangi fánkot sütöttünk az óvodásoknak és a klubtársainknak. A jó idő beálltával sétákat szerveztünk falunk jobb megismerése érdekében. Áprilisban meglátogattuk Kondoroson a Fehérliliom Népfőiskolát. Részt vettünk a szövetség 35. éves évfordulójára rendezett ünnepségen. Májusban megrendeztük a szokásos „Fuszulyka” bált. Május 27-én Lakitelken a Népfőiskolán töltöttünk egy na-



gyon szép napot. Cegléden és Cserkeszőlőn szenior örömtánc-táborban vettünk részt. Kirándultunk Cserkeszőlőre a fürdőbe. Júniusban előadást hallgattunk meg az egészséggel kapcsolatban. A nyári melegben többször látogattuk meg közösen a fagyizót. Negyedévenként megtartottuk az aktuális névnapokat, ősszel pedig megünnepeztük a 0 évszámra végződő születésnaposokat.

Októberben az Idősek Világnapja alkalmából kitüntetésekkel vette át klubtársaink Szegeden. Márton napi megemlékezést is tartottunk, utána libasíros kenyeret uzsonnáztunk. A községünk adventi rendezvényére süteményeket készítettünk.

Az óévtől a szilveszteri futáson búcsúztunk.

Vas Lászlóné Erzsébet

Rengeteg kihívás vár ránk



Elkezdődött a munka az Élet az Éveknek Heves Vármegyei szervezetében is. Hatvan adott otthont az összeövetelnek, Sánta Gyula volt megyei elnök emlékére minden év első hónapjában a Naplemente Nyugdíjas Klub szervezésében került sor a klub-

vezetői tanácskozásra. A helyi klub tagjai, minden évben gondoskodnak a jó hangulatról és a finom ételekről.

A helyi közélet szereplői, Horváth Richard polgármester, és Szinyei András alpolgármester minden rendezvényünk állandó vendégei. Fontosnak tartjuk a kapcsolattartást, hiszen a helyiek munkáját nagyban segítheti az adott önkormányzat apparátusa. A január a tervezésről szól a megyei szervezet életében, a programtervek összeállításáról, és a feladatok elosztásáról. A tanácskozás végére sikerült az eseménynaptárt is elkészíteni, időpontokkal és felelősökkel megjelölni az éves programjainkat. A számos esemény mellett 2025 őszén tisztújító közgyűlésre is sor kerül szervezetünk életében. Bátran kijelenthetem, az idén sem fogunk tétlenül ülni, rengeteg kihívás vár ránk, rendkívül aktívak leszünk 2025-ben, és nem csak az Aktív Magyarország programnak köszönhetően!

Lázár Tünde megyei elnök

A kunszigeti Sziget Gyöngye Nyugdíjas Klub vezetője – Pingiczerné Venesz Klára – jóvoltából, egy csodálatos színházi élménnyel kezdhettük meg az új évet. A Győri Nemzeti Színház három kiváló művésze tolmácsolásában nézhettük meg a „Hárman a padon” című, zártkörű előadást. A Kisfaludi terem valamennyi nézője a megyei Klubtanácsunk tagja volt. Köszönjük a szervezést, a kiváló előadást, a nagyszerű élményt!

Színházi élménnyel kezdődött az év



Tíz éves a Környei Szabadidő Nyugdijas Klub

Szűkösnek bizonyult a községi könyvtár olvasóterme 2015. január 5-én a környi Művelődési Házban, ahol Fazekas Mária kezdeményezésére gyülekeztek egyre többen, hogy csatlakozzanak a létrehozandó nyugdíjas klub alapító tagjaihoz. A jelenléti ívre végül – immáron az úgynevezett tükrös teremben – 31 aláírás került, a jelenlévők pedig kicsivel később arról is döntöttek, hogy a továbbiakban a Szabadidő Klub elnevezést viselje a civil kezdeményezés. A minél színesebb folytatás érdekében a klub alapítója akkor egy ötletládát is készített, s megállapodtak, hogy a következő alkalomra mindenki papírra veti a gondolatait...



Tíz esztendővel ezelőtt a klub megalapítója talán maga sem gondolta volna, hogy 2025 januárjában a tagság létszáma már meghaladja a félszázat, s hogy rendszeres összejöveteleikre, kirándulásaikra, programjaikra nemcsak helyből, de Vértessomlóról, Oroszlányból, Tatabányáról, Kömlődről is érkeznek.

Fazekas Mária nyolc esztendőn át vezette a csapatot nagy lelkesedéssel szebbnél-szebb helyekre, de sajnos győzedelmeskedett felette súlyos betegsége. Feladatait Barta Sándorné vette át, őt – szintén nagy lelkesedéssel – Kerecsényi József és Nagyné Tálosi Erzsébet segíti leginkább. A jubileumot január 13-án ünnepelte a tagság, a születésnap programot Troják Frigyes, az „Életet az éveknek” Komárom-Esztergom vármegyei szervezetének elnöke, valamint Varga Katalin, a képviselő-testület Kulturális, Oktatási, Sport és Nemzetiségi Bizottságának elnöke is megtisztelte jelenlétével.

„Akkor még mi is 10 évvel fiatalabbak voltunk, könnyebben mozogtunk, nem volt annyi bajunk, szabadnak éreztük magunkat a kirándulások során, sok új emberrel ismerkedtünk meg és feltöltöttünk... Legtöbben egyedülállóak, özvegyek voltunk, vagyunk, és itt találtuk meg a kikapcsolódást, a vigaszt, a felejtést egy kis időre – idézte fel a kezdeteket Barta Sándorné, majd hosszan sorolta az eltelt évtized számtalan kirándulását, élményét, emlékét Budapesttől Szlovéniáig, Bécsig.”

Saját programként rendszeresen járnak színházba, kiállításokra, múzeumba, megünneplik a Nőnapot, zsíros kenyér és gulyás partikat, karácsonyvárót tartanak és bátran néznek elébe a teke partiknak is. Az „Életet az éveknek” szervezetnek 5 éve tagjai, rendszeres résztvevői a sportvetélkedőknek, szellemi „összecsapásoknak”, álltak már a képzeletbeli dobogó legfelső fokán is.

Amikor az ember kilép az aktív dolgozói körből, van egy olyan érzése, hogy a társadalomnak már nincs szüksége a tevékenységére. Úgy érzi, hogy szinte leírták. A legtöbbjüknek ott a család, a gyerekek, unokák, dédunokák, akik még igénylik a segítséget. Aztán amikor ez a korszak is lecsengett, akkor

merül fel, hogy „hogyan tovább, most mi lesz?” – osztotta meg gondolatait Troják Frigyes, majd így folytatta: életünk egyik igen fontos szakasza az időskor, s tapasztaljuk, nem mindegy, hogyan éljük meg. Nyilván célokkal, tartalommal kell tudni megtölteni, hiszen az időskor is tele van szépséggel és gyönyörűséggel, csak élni kell vele tudni. A nyugdíjas klub egy olyan szervezet, egy olyan egység, amely lehetőséget teremt egyedülálló, magányosok, társaságra vágyók összefogására a számukra megfelelő programok kialakításával, barátságok, ismeretségek szövődésével. Az „Életet az éveknek” vármegyei elnöke elismerését fejezte ki a Környei klub számára, hiszen – mint mondta – ritka az olyan klub, amely még csak öt éve tagja a szervezetnek, és mégis komoly sikereket értek el a különböző programok, megmérettetések során. Hálásak vagyunk nektek mindazért a tevékenységért, amelyet a megyei és az országos szervezetben véghezvisztek! – mondta az elnök.

Imádom, amikor „tókörözünk” és a Gabika jön a kis „mopedjével”. Ez példaértékű számomra! Gabika egyébként is lehet nekünk példaképünk, hiszen erején felül, önzetlenül végzi a sok adminisztrációs munkát. A pénzügyeinket olyan oda figyellel kezel, hogy azt gondolom néha, ő egy varázsló – Babolcsai Sándorné fogalmazott így, a kirándulások egyik legnagyobb fegyvertényét pedig humorosan így írta le: imádom, amikor megyünk, mondjuk Budapestre 23-an, és haza is annyian jövünk. Nem hagyunk el senkit, pedig mentünk vonattal, metróval, gyalog, még esetleg villamossal is.

A klubot összetartó erőt pedig így jellemezte: vannak, akik a klubéleten kívül is jó barátságot ápolnak egymással. Szuper jó, mikor valamire járok, és egyszer csak rám köszön egy csoporttag. Ha valamiben segítségre van szükségünk, akkor biztos, hogy van valaki, aki a segítségünkre siet. De a legfontosabb, hogy tartozunk valahova, valakihez. Csak remélni tudom, hogy később is lesznek követőink és a klub megéli majd a következő tíz évet is.

**Barta Sándorné
klubvezető**

A Magyar Kultúra Napját ünnepeltük



A Magyar Kultúra Napját 1989 óta ünnepeljük január 22-én annak emlékére, hogy Kölcsey Ferenc ezen a napon tisztázta le és dátummal is megjelölte a Hymnus, a Magyar nép zivataros századai című költeményét.

Az Országos Széchényi Könyvtár 1946-ban – több tulajdonos után – megvásárolta a két lapon található, tintamarás miatt megsérült kéziratot.

Az ünnep alkalmával megemlékezünk a kulturális értékekről. Színházi előadásokat, irodalmi esteket, könyvbemutatókat, kiállításokat, koncerteket tartanak a külföldön élő magyarok is.

2025. január 28-án megtelt a budapesti Király utca 11-ben lévő Művészeti és Kulturális központ a 11 vármegyéből és Budapestről érkező 38 fellépő és 150 kísérő nyugdíjossal az Országos Kulturális Bizottság által meghirdetett programon.

A színvonalas, változatos műsor méltó megemlékezés volt a Magyar Kultúra Napja tiszteletére. Köszönjük a fellépők és kísérők aktív részvételét.

Délután, az ünnepi műsor után többen sétát tettek, nevezetességeket látogattak meg, a kulturális bizottság pedig megtartotta első ülését.

Tartalmas, szép napot töltöttünk együtt!

Szecsődi Józsefné

Évnyitó a Klubtanácsban

Ismételten Petőháza adott otthont a Győr-Moson-Sopron vármegyei klubtanács 2025-ös évindító értekezletének.

Zsámbokiné Buday Anna köszöntötte a megjelent klubvezetőket, valamint a település polgármesterét, aki szintén megtisztelte a tanácskozásunkat. Lévainé Soós Klára köszöntőjében elismerően nyilatkozott a megyei 35 éves jubileumi ünnepségről – a szervezéstől, a kivitelezésen át, az ünnepi műsorig. Nagyra értékeli azt a munkát, amelyet az idősök végeznek egymásért, ebben a szervezeti formában. Szívesen fogadja és támogatja a náluk szervezett programokat, és örömmel látja milyen nagy hozadéka van a különböző összejöveteleknek, találkozásoknak, versenyeknek.

A következőkben elnök asszonyunk tájékoztatta a megjelent klubvezetőket és az állandó meghívottakat az elkövetkező év feladatairól, elképzeléseiről. Kulturális és sportfelelőseink ismertették a beérkezett, egyeztetett programokat, majd azok pontos időpontjainak megbeszélésére, egyeztetésére került sor. Nagyon sok rendezvényünk lesz ebben az évben is. Mindezeket túl, az országos eseményeken való aktív részvételünkkel is gazdagítjuk programjainkat. Erre az évre eddig 45 féle rendezvényt terveztünk, ezen túl 4 vezetői tanácskozást, 3 csapatépítési kirándulást, továbbá 8 klubunknak lesz kerek évfordulós jubileuma. A klubtanács egyhangúlag fogadta el a programtervezetet.

Az értekezlet záró „akkordja” volt a Béres cseppek



kiosztása. Valamennyien örömmel és hálával fogadtuk ezt a rendkívüli adományt! Köszönet a Béres Alapítványnak a nagylelkű felajánlásáért!

A rendkívül jó hangulatban zajlott tanácskozásról mindenki elégedetten távozott, megköszönve a házigazda, a Petőházi Nefelejcs Nyugdíjas Egyesület kedves fogadtatását, barátságát.

Bízunk benne, hogy a betervezett eseményeket ismét maradéktalanul meg tudjuk valósítani.

Zárszóként kívánunk magunknak, támogatóinknak és a kedves olvasóknak jó erőt, egészséget!

Kovács Edit – kulturális felelős

Fotó: **Homoki András**

203 dalolni szerető klubtag számvetése

A Nostalgia 2002 Hagyományőrző Klub Egyesület ismét jó érzéssel zárja az évet, hisz ismét sikerült tervezet programjainkat megvalósítani. Egyesületünk nagyon sok hasonló csoporttal tartja a kapcsolatot, hisz idén is 17 emléklap boldog tulajdonosai vagyunk.

Június 1-én megtartottuk a XV. Szól a Nóta szál a Dal Dalos találkozónkat. A találkozót Jeneiné Dr. Egri Izabella polgármester és Szabó Sándorné Hajdú-Bihar Vármegyei elnöke köszöntötte. A környező településekről érkező, énekelni szerető csoportos és egyéni fellépők után Udvarhelyi Péter a Csokonai Nemzeti Színház Debrecen társulatának tagja operett műsorával szórakoztatta a 200 vendéget. A műsor után finom ebéd és szórakozás következett. Az ilyen dalos találkozók a magyar nóta túlélését segítik elő és erősítik a közösségi érzést, a baráti kapcsolatokat, ami a nyugdíjas emberek számára nagyon fontos dolog. Nagyon büszkék vagyunk, hogy ezúttal is 15 településről érkeztek hozzánk vendégek és mindannyian meglepődéssel távoznak Földesről.

Szeptember 23-tól Életet az Éveknek országos szövetség által szervezett Töltsd aktívan az éveidet 4 napos kiránduláson voltunk a Húség városában Sopronban, ami felejthetetlen élmény marad számunkra.

November 16-án megrendeztük a XIV. Erzsébet Katalin bált, melyet a Nostalgia Hagyományőrző Egyesület Hajdusági tánccal nyitott meg. A Gázláng Country Táncegyüttes, Pásztor Csabáné Viki műsora után Kiss Alexandra és Gyányi Pisti örökzöld slágereket énekeltek, és a Nadányi Zoltán Művelődési Ház Szenior Tánccsoportja elmaradhatatlan cigány tánccal a bált nyitotta meg. Ezek a programok szellemileg és lelkiileg is karban tartanak bennünket. Összegezve ez év eseményeit, tevékenységét, elmondható, hogy tartalmas és színes ismeretekkel és élményekkel gazdagodtunk. Köszönettel tartozunk a Bethlen Gábor Alapkezelő Zrt. Nemzeti Együttműködési Alap támogatásának, hiszen ezek a rendezvények a támogatás nélkül nem tudtak volna megvalósulni.

Földes Korbélyné, Nonn Rozália klubvezető

Geers

Legyen Ön a társalgás középontja!


Tapasztalja meg a hallás erejét!

Ha hallásproblémákkal küzd, a legújabb generációjú hallókészülékek segítenek, hogy újra a társalgás középontjába kerüljön! Az új **Phonak Sphere™ Infinio** hallókészülék a hallását és a társasági életét is felpezsdíti!

- ✓ Kivételes hangminőség és kényelem az első pillanattól kezdve
- ✓ Csökkenti a hallgatási erőfeszítést, ami akár 21%-kal kevesebb fáradságot eredményez a nap végén

Tapasztalja meg a hallókészülékekkel elérhető különbséget a hallása és életminősége szempontjából! Ingyenes teljeskörű hallásvizsgálat, csúcsmínőségű hallókészülékek ingyenes kipróbálása szaküzleteinkben.

Üzleteink listáját megtalálja: www.geers.hu

Vegye kezébe hallását és foglaljon időpontot hallásszakértőinkkel!  **06 80 182 182**

A KOCKÁZATOKRÓL OLVASSA EL A HASZNÁLATI ÚTMUTATÓT, VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT.

Megkezdődött a dolgos újév

Január 11-én a Petőházi Nefelejcs Nyugdíjas Egyesület is részt vett a közösségi ház szervezésében megtartott „kolbászolás” délutánon, így nyolc csapat szolgáltatta az ételt.

A munka dandárja Boha Istvánra és Rosta Endrére hárult, akik már előzőnap bepácolták a húst.

A sok főzőcsapat résztvevői mellett azért ők is helyálltak, hiszen a sült tarjájukat is sokan megkóstolták. A vásárlók elégedetten és jóllakottan távoztak az asztaltól. Ez a rendezvény számukra főként azért jelentett sokat, mert idén is sikerült részt venni a rendezvényen. Ez a nap az együttlétről és a vidámságról szólt.

Január 15-én a klubtagok rögtönzött műsorral emlékeztek meg a Don-kanyarban elesett, illetve munkatáborokban szenvedett hőseikről. Nem volt egy olyan klubtag sem, akit nem érintett volna ez az esemény valamilyen módon.

Kissné Horváth Júlia

„Kedves Klubvezetők, Kedves Tagok!

A tavasz eljövételével színházunk repertoárja is megújul. Aki lemaradt volna a legújabb operettünk-ről, a Cirkuszhercegnőről, márciusban lesz lehetősége megtekinteni. Együtt az Autistákért Gála néven újabb nemes ügy pártfogásában ad gálaműsort a Budapesti Operettszínház társulata. Színházunk kiemelkedő művésze, Nádasi Veronika egy bensőséges utazásra invitálja Önöket. Hello Barbra! címmel ad koncertet a Kálmán Imre Teátrumában, segítségül hívva a világhírű Barbra Streisand örök klasszikusait. Az újdonságok mellett pedig visszatérnek a régi nagy kedvencek is, mint például a Mágnás Miska, A mosoly országa vagy a Monte Cristo grófja. Tartson velünk Ön is, a megújulás időszakában!

2025. márciusi műsoraink kedvező időpontban (délelőtt-délután) lévő előadásaink:

Jekyll és Hyde: Március 1. (szombat) 14:30 óra

A mosoly országa: Március 9. (vasárnap) 11:00 óra

Rozsda Lovag és Fránya Frida: Március 8. (szombat) 11:00 óra

Mária főhadnagy: Március 16. (vasárnap) 15:00 óra

Mágnás Miska: Március 22. (szombat) 14:30 óra, Március 23. (vasárnap) 11:00 óra, Március 23. (vasárnap) 15:00 óra

A Cirkuszhercegnő: Március 27. (csütörtök) 18:00 óra, Március 28. (péntek) 18:00 óra, Március 29. (szombat) 11:00 óra, Március 29. (szombat) 15:00 óra, Március 30. (vasárnap) 11:00 óra

Nagyszínpados előadásaink: Jekyll és Hyde, A mosoly országa, Rozsda Lovag és Fránya Frida, Mária főhadnagy, Monte Cristo grófja, Mágnás Miska, Autista Gála, A Cirkuszhercegnő

Kisszínpados előadásaink: Veszedelmes Viszonyok, Szegény Dzsoni és Árnika, Anne Frank naplója, A képfaragó, Túl a Maszat-hegyen, Hello Barbra! - Nádasi Veronika estje Barbra Streisand dalaival. További időpontokért érdeklődjön a lenti elérhetőségek valamelyikén:

Fajka Zsanett

Tel.: 30/011-77-97

E-mail cím: fajka.zsanett@operett.hu

Cím: 1065, Budapest Nagymező utca 19. (H 10:00-17:00, K-P 9:00-17:00)

Március



Mágnás Miska



Rozsda Lovag és Fránya Frida



Mária főhadnagy



A Cirkuszhercegnő



Együtt az Autistákért Gála



A mosoly országa



Jekyll és Hyde



Monte Cristo grófja

További előadásaink:

Szegény Dzsoni és Árnika

Túl a Maszat-hegyen

Veszedelmes Viszonyok

Anne Frank naplója/ A képfaragó

Hello Barbra! - Nádasi Veronika estje Barbra Streisand dalaival

Fajka Zsanett

☎ 30/011-77-97

✉ fajka.zsanett@operett.hu

🏠 1065 Budapest, Nagymező utca 19.

BUDAPESTI



OPERETTSZÍNHÁZ

Húsvétotjunk együtt a Solarban!

Időpont: **2025. április 8-21. (4 nap/3 éj)**

A csomag tartalma:

- 3 éjszaka szállás
- svédasztalos félpanzió
- Húsvéti programok: tojásgurító verseny, a tojásfestés művésze - bemutató, séta az ország egyik legnagyobb tojásfájához idegenvezető kíséretében (ott kis piknik), Húsvéti locsolóbál)



Részvételi díj: 64.900 Ft/fő + IFA

Hosszabbítási lehetőség félpanzióval: 20.600 Ft/fő + IFA

Idegenforgalmi adó: 400 Ft/fő/éj

Egyágyas felár: 5000 Ft/éj

Gyermekkedvezmény: 2 felnőttel egy szobában lakó gyermek szállása és ellátása 12 éves korig pótágyon térítésmentes, a 2. gyermek 50 % kedvezménnyel az alapról.

Vártúra borral vagy bortúra várral... barangolás a horvát határ mentén

Időpont: **2025. június 12-14.**

2 éjszaka szállás légkondicionált szobában, svédasztalos félpanziós ellátással

Részvételi díj:

- Légkondicionált szobában **41.800 Ft/fő + IFA**
- Az idegenforgalmi adó 400 Ft/fő/éj
- Egyágyas felár: 5000 Ft/éj

Fakultatív autóbuzos kirándulás június 13-án

Virovitica (Verőce) Verőce-Drávamente megye székhelye, a festői Bilo-hegység és a Pannon síkság találkozásánál a magyar határ közelében
Városnézés – Szent Rókus plébániatemplom, Ferences kolostor, Pejacsevich barokk-klasszicista stílusú palota
Molvén a Nagyboldogasszony plébániatemplom megtekintése, amely híres zarándok hely.

Durđevacon városnézés keretében a 15. századi

Öreg vár látogatása, amely egy galériának is helyet ad. Majd a szívélyes horvát vendéglátást bemutató, hangulatos **borkóstoló** és **vacsora** a szőlőhegyen.

Részvételi díj: **18.100,- Ft/fő** + belépők (kb. 13-15 EUR)

A programot min. 25 fő részvételével rendezzük meg, a programköltség nem tartalmazza a külföldi betegség, baleset, poggyász biztosítást.

Csodálatos Plitvice

Európa egyik legszebb természeti csodája várja Önt, hisz a Plitvicei tavakat egyszer mindenkinek látnia kell!

Szállás félpanziós ellátással **2025. április 26-28.**
3 nap/2 éjszaka

Részvételi díj:

41.800 Ft/fő + IFA



Légkondicionált szobában

Az idegenforgalmi adó 400 Ft/fő/éj

Egyágyas felár: 5000 Ft/éj

Az itt tartózkodás ideje alatt zenés – táncos esttel kedveskedünk.

Fakultatív autóbuzos kirándulás 2025. április 27-én.

Úticél: Plitvicei tavak

Részvételi díj: 28.100 Ft/fő + Belépődíj (21 EUR/fő)

A programot min. 25 fő részvételével rendezzük meg, a programköltség nem tartalmazza a külföldi betegség, baleset, poggyász biztosítást.

Sok szeretettel várjuk Önöket!

Élmény és hagyomány

Ismerkedni hívjuk régi mesterségekkel és szokásokkal, somogyi tájakon!

Időpont: **2025. április 28 – május 1.** 4 nap/3 éj
3 éjszaka szállás légkondicionált szobában, svédasztalos félpanziós ellátással

Programok:

Autóbuzos kirándulás Kisbajomba.

Kisbajom a somogyi erdőség közepén található, picike zsákfalucska. Az országos műemlékvédelem alatt álló református templom és a Skanzen megtekintése után a programban **lovaskocsizás, hagyományos, népi mesterségek bemutatása (kóvács, kosárfonás, fafaragás), valamint sajtbemutató és falusi piknik** is szerepel.

- májusfa állítás
- Zenés, táncos est, műsorral
- ajándék gyógyfürdő belépő



Részvételi díj: **74.600 Ft/fő + IFA**

Egyágyas felár: 5.000 Ft/éj Idegenforgalmi adó: 400 Ft/fő/éj

Hotel Solar Nagyatád

7500 Nagyatád, Széchenyi tér 28.

Tel.: 82/504-135, 30/500-3135, 30/448-0050

marketing@hotelsolar.eu

