

**Békés, boldog
karácsonyt
kívánunk Nektek
és családtagjaitoknak!
Kívánunk az újévre
sok örömet,
és főleg jó egészséget!**



Életet az éveknek



Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az Éveknek” Országos Szövetsége Hírlevele

2023. december

Kedves Klubtagok!

A közelgő ünnepek alkalmából békés, boldog adventi várakozást, szép karácsonyt kívánok Nektek és szeretteiteknek! Kívánok sok örömet, jó egészséget a következő évre! Találkozunk jövőre is sok, élményekben gazdag program keretei között!

Eseményekben gazdag, szép évet zárunk. A 2023. év Szövetségünk életében a megelőző évhez képest is rendkívül sokszínű, változatos volt. Egyrészt ebben az évben az online megyei elnöki találkozók mellett ismét szerveztünk Budapesten 3 napos megyei elnöki tanácskozást. A szervezetek résztvevői egytől egyik azt jelezték vissza, hogy a program jól szolgálta a tapasztalatcserét, az új feladatokra történő felkészülést. Külön öröm volt, hogy új budapesti (Penczi Ildikó), megyei elnök (Bognárné Csábi Erzsébet) is csatlakozott hozzánk. Munkájukhoz sok sikert kívánunk!

A vezetőtársak megtisztelőnek tartották, hogy a rendezvényt Révész Máriusz államtitkár is köszöntötte, aki az Aktív Magyarországért Program felelőse. Értékes előadásban mutatta be az átfogó program környezetét. Büszkéek lehetünk arra, hogy e program megvalósításához mi is hozzájárulhatunk. A Mozgással-Tudással az Aktív Időskorért pályázati programunkat 7 millió forinttal támogatták. A program első részében Budapesten és 9 megyei szervezetünkben kerül sor interaktív előadásokra, melyek célja az aktív időskorral kapcsolatos szemlélet for-

(folytatás a 3. oldalon)

József Attila: Karácsony

*Legalább húsz fok hideg van,
Szelek és emberek énekelnek,
A lombok meghaltak, de született egy ember,
Meleg magvető hitünkről
Komolyan gondolkodnak a földek,
Az uccák biztos szerelemmel
Siető szíveket vezetnek,
Csak a szomorú szeretet latolgatja,
Hogy jó most, ahol nem vágtak ablakot,
Fa nélkül is befül az emberektől;
De hová teszik majd a muskátlikat?
Fölöttünk csengőn, tisztán énekel az ég
S az újszülött rügyező ágakkal
Lángot rak a fázó homlokok mögé.*

(1923. december)

A verset a YouTube-on meg is hallgathatjátok
[IDE kattintva](#)



100 milliós Bérés Csepp adomány a 30 éves Bérés Alapítványtól. Az adományozottak között idén is ott volt az Életet az éveknek szövetség is

**A tartalomból: Gondolatok egy megyei szervezet működését segítő jó gyakorlatokról *
Meghívó és jelentkezési lap a balatonfüredi fesztiválra * Idősbarát polgármesterek**



Jószolgálatlaltal ünnepelnek

100 milliós Béres csepp adomány a 30 éves Béres Alapítványtól

100 milliós Béres Csepp termékadománnyal ünnepelte 30. évfordulóját a Béres Alapítvány. A jubileum alkalmából a napokban megrendezett ünnepségen emlékeztek a három évtized alatt végzett munkásságukra, elért eredményekre, majd Béres Klára, a Béres Alapítvány elnöke és dr. Béres József, a Béres Gyógyszergyár elnöke 100 millió forint értékű Béres Cseppet adományozott a velük hosszú évek óta együttműködő 12 országos karitatív és egyházi szervezet részére.

A segítőszándék, id. dr. Béres József feltaláló éleztéméletéből, példájából adódóan, a Béres vállalati kultúrájának a kezdetektől része. A karitatív munka koordinálására 30 éve, 1993-ban jött létre a Béres Alapítvány a Teljes Életért, melynek feladata az élet teljességének, a testi, a lelki és a mentális egészség szolgálata.

A jubileumi eseményen Béres Klára, az Alapítvány elnöke ünnepi beszédben összegezte az elmúlt 30 év eseményeit, kiemelte eredményeit és köszönetet mondott a szervezeteknek, akiknek támogató együttműködésével az évek során emberek millióinak nyújthattak támaszt, adhattak segítséget. „A világban ma zajló háborúk, a gazdasági nehézségekkel, lelki vívódásokkal terhelt súlyos jelen, melyben élünk, arra int mindannyiunkat, hogy még odafigyelőbben, még odaadóbban forduljunk egymás felé. Szükség van az összefogásra, az odafigyelő, hatékony, példamutató segítségre, melyben a Béres immár három évtizede az élen jár. – mondta Béres Klára, és hozzátette - Ennyi évvel magunk mögött, talán azt is kijelenthetjük: csak így érdemes. Ma úgy ünneplünk, hogy ünnepünk egyúttal segítségnyújtás is legyen.”

A jubileumi eseményen a rászorulóknak segítése érdekében 100 millió forint értékű Béres Csepp adomány került átadásra. Az egészséget támogató termékeket, az ünnepségen jelenlévő 12 országos karitatív és egyházi szervezet vezetői vették át, akik sok éve szövetségesei a Béresnek a készítmények beteghez, idősekhez, rászorulókhöz való közvetlen és célzott eljuttatásában.

A Béres Alapítványról

„Örökölni kapni egy tiszta és szilárd értékrendet nagy ajándék és komoly felelősség is egyszerre.

Amellett, hogy erőforrás és iránytű, megtartani és továbbadni is kötelesség.” (Béres Klára)

„Fiam, ha segítséget kérnek tőled és te tudsz segíteni, akkor azt megtenni kötelességed”

(Id. Dr. Béres József édesanyjának tanítása)

1993-ban, a töretlen segíteni akarás szellemében alapította id. dr. Béres József és a Béres Gyógyszergyár a Béres Alapítvány a Teljes Életért közhasznú szervezetet, amely a vállalat elkötelezett jószolgálati tevékenységét szervezett formában, intézményes keretek között végzi. A Béres Alapítvány elnöke megalakulása óta Béres Klára. A három évtizede folyamatosan működő Béres Alapítvány célja az emberi élet teljességének, testi, lelki és mentális egészségének szolgálata. Munkájukkal igyekeznek hatékonyan hozzájárulni az emberek egészségéhez, segítik a rászorulókat, támogatják az oktatást, részt vállalnak a tehetséggondozásban, kultúránk őrzésében, továbbadásában és munkálkodnak az egyetemes értékek védelmében határainkon innen és túl.



Prof. dr. Hegyi Gabriella elnök - A Rák Ellen az Emberért A Holnapért Alapítvány, Dr. Hegyesiné Orsós Éva elnök - Nyugdíjasok Klubok és Idősek, „Életet az éveknek” Országos Szövetsége, Béres Klára elnök - Béres Alapítvány, Dr. Béres József elnök - Béres Gyógyszergyár, Dr. Muszbek Katalin orvosigazgató - Magyar Hospice Alapítvány, Dr. Fodor Antalné elnök - Magyar Vöröskereszt, Vajda Márta igazgató - A Rák Ellen az Emberért A Holnapért Alapítvány, Dr. Nagy András Péter elnök - Magyar ILCO Szövetség, Kozma Imre atya - Magyar Máltai Szeretetszolgálat, Écsy Gábor atya - Katolikus Karitás, Gaál Imre elnökhelyettes - Magyar Rákellenes Liga, Gáncs Kristóf elnökhelyettes - Magyar Ökumenikus Segélyszervezet, Dr. Szabó János elnök - Rákbetegek Országos Szervezete, Nagy Gábor ügyvezető igazgatóhelyettes - Magyar Református Szeretetszolgálat, Dr. Seszták István hivatalvezető főhelynök - Magyarországi Görögkatolikus Metropólia

Kedves Klubtagok!

(folytatás az 1. oldalról)

málása. Célunk a gyaloglóklubok szervezése, bekapcsolása az országos mozgalomba. Ugyancsak támogatja a program az örömtánc népszerűsítését. Február végére feláll a kedvezménykártya informatikai háttere. A kedvezménykártya úgy fogja a közösségünket erősíteni, hogy közben támogatja az elméletben megtanultak gyakorlatba történő átültetését.



Másrészt a 2023. év értékének tekintjük, hogy 7 négynapos és 5 egynapos rendezvényt szerveztünk. Valamennyi programunk iránt rendkívül nagy volt az érdeklődés. Tagjaink visszajelzései szerint a jól kiválasztott idősbárát szállodák; a szállodák tágabb, természeti és történeti környezeté, a programgazdagság, a jó szervezés mind hozzájárultak a rendezvények sikeréhez, közösségünk építéséhez. Szinte valamennyi rendezvény után két-három klub a felvételét kérte a tagjaink sorába. Nekem talán a legnagyobb élményt az jelentette, amikor új szállodák kerestek meg bennünk azzal, hogy hallották, mennyire megbízható partnerek vagyunk. Eljutott hozzájuk a hír arról is, hogy mi valamennyien önkéntesek vagyunk, a munkánkat a határtalan életkedv, a derű, az egymásra figyelés jellemzi. Úgy tűnik, hogy ezek olyan értékek, amik iránt nagy a „kereslet”!



Programjainkon részt vettek a partnereink is, akik olyan programokat, szolgáltatásokat hoztak, amikkel tagjaink igen elégedettek voltak. Sokan csináltattak gyógycipőt, igazi siker a hallásszűrés. Partnereink többsége az aktív korcsoportokhoz tartozik. Egy-egy ilyen rendezvényen azonban a munka mellett ők is jól érzik magukat, esténként beszélgetünk, beállnak közénk táncolni. Azt is elárulták nekünk, viszik a hírüket.



Büszkék vagyunk arra is, hogy ebben az évben is részesei voltunk a NYUSZET (Nyugdíjas Szervezetek Egyeztető Tanácsa) munkájának. A 2023-ban is több közleményt, állásfoglalást adott ki a nyugdíjasok érdekeit képviselő együttműködés. Munkáját indokolja az is, hogy a 65 éven felüliek körében 2010 óta háromszorosára, 4,9%-ról 14,5%-ra nőtt a szegények aránya, azaz a nyugdíjaskorúakról történő gondoskodásra, az elfogadható *életfeltételek biztosítására folyamatosan fel kell hívunk a figyelmét a kormányzatnak.*

65 éven felüliek körében mért érték magasabb a teljes népesség körében rögzített jövedelmi szegénységi aránynál, a romlás drasztikus. A nyugdíjas fogyasztói kosárral számított árindex októberben nem változott az előző hónaphoz, és 9,1%-kal emelkedett az egy évvel korábbihoz képest. Ez az ünnepekhez közeledve különösen szomorú.

Kedves Klubtagok!

Természetesen ennek az évnek a munkáját a 2023. évi beszámolóban részletesen is értékelni fogjuk. Kellemes készülődést, vidám baráti és családi összejöveteleket kívánok nektek!

Hegyesiné Orsós Éva, elnök



Gondolatok egy megyei szervezet működését segítő jó gyakorlatokról

ELSŐ RÉSZ: AZ ISMERTSÉG

Az Életet az Éveknek Klubszövetség 2023. október 24-26-a között megyei elnöki értekezletet tartott Budapesten a Benczúr Hotelben. Az értekezleten a megyei szervezetek vezetői és esetlegesen helyetteseik vettek részt. Az elnökök között újonnan megválasztottak, illetve évtizedes (vagy több évtizedes) elnöki gyakorlattal rendelkezők is voltak. Részben emiatt is az értekezlet egyik fő témája a megyei szervezet működését segítő jó gyakorlatok megbeszélése volt.

A megyei elnökök többsége beszámolt a megyékben megvalósított jó gyakorlatokról, működési mozzanatokról és emiatt is indokolt összefoglalni mit is kell jó gyakorlatnak tulajdonítanunk, mi az, ami elősegíti és megalapozza egy megyei szervezet hatékony működését, sőt vonzóvá teszi azt. Vonzóvá azért, hogy környezetében elfogadott legyen, olyan, amihez tartozni akarnak a nyugdíjas klubok és egyesületek. Mások pedig szívesen tekintenek rá partnerként és törekednek a vele való együttműködésre.

Jó gyakorlat alatt mindazt az ismétlődő tevékenységet kell érteni, amelyik mások sérelme nélkül elősegíti a megyei szervezet hatékony működését.

Ahhoz, hogy a környezetében (a megyéjében) elfogadott legyen a megyei szervezet fontos az, hogy tudjanak létezéséről, ismerjék. Az ismertség nem alakul ki önmagától, több összetevője van, és ezeket módszertanilag négy nagyobb csoportba a belső- és külső ismertségi, valamint az személyes- és szervezeti ismertségi kategóriába sorolhatjuk. Ezek a kategóriák esetenként át is fedik egymást.

Belső ismertség alatt azt kell értenünk, hogy a megyei szervezetnek (a megyei elnökségnek és munkatársaiknak) legyenek

a./ naprakész ismereteik a hozzájuk tartozó klubokról, azok vezetőiről, tagságáról, klubszintű tevékenységükről, a klubokon belül működő dal-, színjátszó-, olvasó- stb. csoportokról, azok érdeklődési köreiről,

b./ a kluboknak is legyenek ismereteik a megyei szervezetről és más klubok tevékenységéről.

Külső ismertség pedig azt jelenti, hogy társadalmi környezetünknek is legyen tudomása, ismerete az ott működő nyugdíjas klubról, a megyei szervezetről, de még az Életet az Éveknek szövetségről is. Saját érdekünk is, hogy környezetünk tudjon rólunk (a klubunkról, a megyei szervezetünkről, a szövetségünkről). Tudja kik vagyunk, mi a célunk, milyen tevékenységet végzünk, mely személyek azok, akikkel adott esetben kapcsolatba lehet lépni stb.

Más megközelítésből az ismertségnek van szemé-

lyes és szervezeti „ismertségi” része, azaz a szervezeti vezetőkről, de magáról a szervezetről is legyen tudomása annak a társadalmi közegnek, amelyben tevékenykedik.

Habár most csupán egy megyei szervezet működésére vonatkozóan beszélünk az ismertségről, de jó tudni, hogy mindezek a kritériumok ugyanúgy fontosak és érvényesek egy nyugdíjasklub, de akár az országos szövetség működtetése során is.

Fontos tudnunk, hogy az ismertség nem alakul ki magától, vagy legalább is nagyon lassú lenne ennek folyamata és ezért ennek megszerzéséért a megyei szervezetnek sokat kell tevékenykednie. Éppen emiatt javaslom, tekintsük át azokat a feltételeket és módszereket, amelyekkel a szervezet ismertsége elérhető, javítható és növelhető.

Egy megyei szervezetenél a vezető funkciók választással tölthetők be általában négyéves időtartamra. Az időtartam lejártát követően tisztújításra kerül sor. A tisztújítás alapfeltétele, hogy a választók – a klubok képviselői – rendelkezzenek megfelelő ismeretekkel a jelöltekről, mert csupán ezek alapján lehet sikeresen dönteni az egyes funkciókat betöltő személyekről.

Az ismeretek hiánya oda is vezethet, hogy a vezető kiválasztása elhibázott lesz, és arra alkalmatlan személy kerül vezetői beosztásba (sajnos volt erre már néhány példa szövetségünk 35 éve alatt). Az alkalmatlan vezető a szervezetet nem építi, hanem inkább lezülleszt, kapcsolatait szétzilálja stb. E probléma megoldása aztán sok keserűséget és sok munkát okoz a kluboknak, de még az országos elnökségnek is úgy, hogy később pedig a bizalom visszaszerzése még több feladatot ró az érintettekre.

Ebben az előző mondatban használtam egy fontos kifejezést – *bizalom* –, amely a vezetői jó gyakorlatok fontos kritériuma. Ennek kifejtésére később a munkamódszerekről szóló fejezetben szeretnék kitérni. Most azonban térjünk vissza az „ismertség” további elemzéséhez.

Egy-egy személy megismerésének két *közvetlen* módja van. Az egyik a bemutatkozás, amikor is az érintett maga beszél saját személyéről. A másik pedig a bemutatás. Bemutatáskor egy kívülálló, harmadik személy az, aki beszél az érintett bemutatandó személyről. Csupán zárójelben jegyzem meg, hogy egy személy megismerésének vannak nem közvetlen módjai is. Például olvasunk, hallunk róla, látjuk a fotóját, látjuk a tv-ben nyilatkozni, másik ismerősünk a távolból rámutat és megnevezi (lehetne még hosszasan sorolni).

A belső ismertség másik oldala, hogy a megválasztott megyei vezetőknek is legyenek naprakész ismereteik a klubokról, a klubvezetőkről, de még akár az egyes klubtagokról is. Fontos az is, hogy ezek

az ismeretek naprakészek legyenek (nem fordulhat elő, hogy egy klubvezető-váltásról csupán jóval később, vagy véletlenül értesül). Tudja a megyei vezetés, hogy melyik klub hol működik, milyen tevékenységet végez, mekkora a tagsága, milyen gyakran találkoznak stb. Ismerje a klubvezetőt, a klubvezetést, és azt is, hogyan, mi módon lehet őt elérni – és még sorolhatnám az elvárásokat.

A belső ismertségnek az is fontos követelménye, hogy az egyes klubok, klubvezetők is tudjanak egymásról, legyen kapcsolatuk egymással.

A belső ismertségnek *naprakész* működéséhez elengedhetetlenül szükséges egy *pontos nyilvántartás* fenntartása a klubokról, a vezetőkről, az elérhetőségükről stb. Erről is később, az információs rendszerről írtaknál részleteiben foglalkozunk.

A külső ismertség elérésének egyik követelménye, hogy a megyei szervezet nyilvánosan működjön. A nyilvános működés azt jelenti, hogy rendezvényeinkről, történéseinkről rendre tájékoztassuk egyrészt a klubjainkat (klubtagjainkat), illetve az írott sajtó és televízió, illetve az internet révén a megyei közvéleményt.

Semmilyen társadalmi szerveződés, így a megyei szervezet sem működik környezetétől független közegben és ezért fontos, hogy azok, akikkel működése során kapcsolatba kerülhet, tudjanak létezéséről. Ennek érdekében a megyei szervezet vezetésének tennie kell. Kapcsolatot kell teremteni mindazokkal, akikkel a kapcsolat kialakítása fontos a megyei szervezet működéséhez, legyenek azok művelődési-, vagy közösségi házak, önkormányzatok, színházak, sport és kulturális intézmények, egészségügyi intézetek, vállalkozások, támogatók, rendőrség, más civil szervezetek, szövetségek, vagy akár a sajtó képviselői.

Előfordulhat az is, amely szerint nem a megyei szervezet, hanem a külső szerveződés (például az ELIT Cipó, a Hotel Solar stb.) érdeke a kapcsolat kialakítása és ekkor az kíván velünk – nyilván saját tevékenységből eredő okból – kapcsolatot kialakítani. Ez esetben arról kell meggyőződnünk, hogy hiteles-e a bennünket megkereső szerveződés. Amennyiben igen, akkor ne zárkózzunk el a kapcsolat kialakításától, a megismeréstől. A kapcsolatot azonban csak akkor tartsuk fenn ez esetben, ha az megyei szervezet számára is előnyös.

Az ismertség kialakításának fontos módszere a *bemutakozás*. A bemutatkozás részben személyes, de legfőképpen a megyei szervezet bemutatása. Ehhez készíthetünk bemutatkozó „promóciós” anyagot, amelyben röviden beszélni kell szervezetünkről (neve, hova tartozik, mikor jött létre, hány tagja van, kik a tagok, hogyan működik és mi a célja). A bemutatkozás általában személyes. Sajtó útján, vagy rendezvény keretében, interneten azonban lehet az írásbeli, képi, vagy hangfelvétel is. Álljon itt néhány példa erre.

Zalaegerszegen Egerszeg Fesztivált tartanak nyaranta. Ennek keretében a Zalai Civil Központ szervezésében „Civil udvar” is létesül. Oda rendsze-

resen kipakolunk logóval, szórólapokkal, játékos feladatokkal, gyermekeknek szóló apró ajándékokkal, amiket sikeres feladatmegoldásért kaphatnak. Ez az alkalom lehetőséget teremt arra, hogy közvetlenül elbeszéljünk az emberekkel.

Tapasztaltuk, hogy egyes önkormányzatok körében alacsony az ismertségünk. Emiatt a nagyobb települések polgármestereihez bejelentkezve felkerestük őket és bemutattuk szervezetünket. Felajánlottuk, hogy a településre szervezünk rendezvényt, programot, vagy esetlegesen ott tartott rendezvényre is ugyanúgy kitelepülünk, mint a civil udvarba. Megtapasztaltuk, hogy ezekre a bemutatkozásainkra a polgármesterek is felkészültek és megosztották velünk a település idősekkel kapcsolatos elképzeléseit, tevékenységét. Beszámoltak arról is, hogy milyen gondokkal küszködnek ezen a téren. Ezek megoldásában a magunk eszközeivel segítségünket is felajánlottuk. Szinte mindenütt – egy kivétel azonban akadt – barátságosan fogadták bemutatkozásunkat. A településeken szerzett tapasztalatainkkal felkerestük a vármegye főispánját és a felmerült problémák megoldásában kértük a segítségét. Ugyanígy jártunk a kórházak vezetőinél és más, a polgármesterekkel történt megbeszélések során szóba került intézményeknél is, kérve őket is a felmerült problémák megoldásnak elősegítésére. E bemutatkozó látogatásaink hatására klubjaink száma is jelentősen növekedett és ez a növekedés egyértelműen a felkeresett település polgármesterének ajánlására történt.

Az ismertség nem állandó. Elvesztésének kiküszöböléséért is tenni szükséges. Ennek legalapvetőbb módszere a kapcsolatok rendszeres ápolása. Folyamatos kapcsolat kell a klubokkal, a klubvezetőkkel. Ennek támogatását szolgálja – amint azt már említettem – egy naprakész klubnyilvántartás. Alkalmanként, de visszatérő rendszerességgel indokolt a kapcsolatok felfrissítése a külső kapcsolatainkkal. E kapcsolatok fenntartásának fontos eszköze lehet egy „kapcsolati tábla” készítése, amely tartalmazza az egyes kapcsolatok kontakt személyeit, elérhetőségüket és az okot is, ami miatt a kapcsolat ápolása a megyei szervezet részére szükséges.

Magyarországon a megyei szervezetünk is adatkezelő, nyilvántart adatvédelem alá eső személyes adatokat és ezért fontos tudni, hogy a kapcsolatok kialakítása, fenntartása során be kell tartanunk az erre vonatkozó szabályokat. Kívülálló, harmadik fél részre ezek az adatok általában nem adhatók ki, illetve csak akkor, ha ehhez az adat tulajdonosa előzetesen hozzájárult (például üdülésre jelentkezésnél).

Legközelebb a szervezetirányítás jó gyakorlatairól vélt gondolataimat veszem sorra.

Dr. Kocsis Gyula
a zalai szervezet elnöke

MEGHÍVÓ

az „ÉLETET AZ ÉVEKNEK” NYUGDÍJAS AMATŐR MŰVÉSZETI
EGYÜTTESEK ÉS SZÓLISTÁK XIV. BALATONFÜREDI FESZTIVÁLJÁRA

2024. április 15-16-17-18. (hétfő-kedd-szerda-csütörtök)

Helyszín: Balatonfüred Annabella Hotel (Balatonfüred, Deák F. u. 25.)

Szövetségünk kiemelt rendezvénye a balatonfüredi „Életet az Éveknek” Fesztivál, melyre 2024-ben tizennegyedik alkalommal kerül sor.

A balatonfüredi fesztiválon sok produkcióval mutatkoznak be az amatőr művészek. Élményekben gazdag, vidám rendezvényre számíthatok 2024 áprilisában is. A program ideje alatt számos társasági eseményt is szervezünk. Lehetőség lesz kisvonatozni, hajózni, tihanyi buszos kiránduláson részt venni, ismerkedni a zenés-táncos esten.

Kategóriák:

1. Szóló ének (népdal, nóta, operett, sanzon stb.);
2. Vers, próza, mesemondás;
3. Hangszeres szólista, együttes;
4. Népdalkör, énekkar;
5. Tánccsoport (néptánc, moderntánc, szalontánc, hagyományőrző táncok stb.);
6. Színjátszás (jelenetek, kabarék stb.).

Műsoridő: egyéni szereplőknél 5 perc, csoportoknál 8 perc

Nevezés: A jelentkezéseket 2024. február 12-ig várjuk a nevezési lapon. Felhívjuk a figyelmet, hogy a csoportok és a szólisták részére külön nevezési lapot kell kiállítani!

Kérjük, hogy **a nevezési lapokat pontosan, hiánytalanul töltsétek ki** (produkció címe, műfaja, időtartama, technikai igény stb.)!! Lehetőség szerint e-mailben jelentkezettek.

Nevezési díj:

Az „Életet az éveknek” Klubszövetséghez tartozók részére, akik három éjszakát a hotelben töltenek:

- szólistáknak 1500 Ft/fő, csoportoknak: 2500 Ft/csoport

Más nyugdíjas szervezethez tartozóknak, akik három éjszakát a hotelben töltenek:

- szólistáknak: 2500 Ft/fő, csoportoknak: 3000 Ft/csoport

Azoknak, akik nem igénylik a szállodai szállásszolgáltatást:

- szólistáknak: 2500 Ft/fő, csoportoknak: 3000 Ft/csoport

A nevezési díjat, a szállodai szolgáltatás díját és a buszos kirándulások díját a visszaigazolásunkat követően kell befizetni a következő bankszámlaszámra:

OTP 11712004 20134440 00000000

A visszaigazolásokat **2024. február 23-ig** minden jelentkező kézhez kapja. A nevezési és a szállodai részvételi díjakat legkésőbb **2024. március 1-ig** kell befizetni. A megrendelt szolgáltatás kötbérmentes lemondására a Szövetségnek 2024. március 15-ig van lehetősége. 2024. március 17. és április 12. közötti lemondás esetén a szolgáltatás árából 50%-os díj térítendő, 2024. április 12. után pedig az ár 90%-a fizetendő. Kérjük, éppen ezért hívjátok fel valamennyi jelentkező figyelmét arra, hogy a befizetett díj visszatérítésére csak indokolt esetben (kórházi kezelés, haláleset, természeti katasztrófa) van lehetőség. Mindenki megfontoltan jelentkezzen!

**A BALATONFÜREDI ANNABELLA HOTEL-
BEN MEGRENDEZÉSRE KERÜLŐ NÉGYPÉNAPOS
RENDEZVÉNYRE**

a részvételi díj hároméjszakai foglalás esetén az „Életet az éveknek” klubtagoknak

kétágyas szobában: 4 nap/3 éjszaka 52.000 Ft/fő
egyágyas szobában: 4 nap/3 éjszaka 71.000 Ft/fő
háromágyas szobában: 4 nap/3 éjszaka 48.000 Ft/fő

a részvételi díj hároméjszakai foglalás esetén a nem az „Életet az éveknek” Klubszövetséghez tartozóknak

kétágyas szobában: 4 nap/3 éjszaka 54.000 Ft/fő
egyágyas szobában: 4 nap/3 éjszaka 73.000 Ft/fő
háromágyas szobában: 4 nap/3 éjszaka 50.000 Ft/fő

A **részvételi díj tartalmazza** a szállást félpanzióval (büfé reggelivel, büfévacsorával), uszoda és szauna használatot, belépést a szálloda saját strandjára, parkoló használatot, az áfá-t és az Ifa-t. Nem tartalmazza a nevezési díjat és a fakultatív programok költségét, a fürdőköntös díját.

A programban a következő **fakultatív programok** szerepelnek:

A 2024-es árak egy része (kisvonat, 1 órás hajózás) jelenleg még nem ismert, így az alább megadott árak tájékoztató jellegűek.

- **Városnézés a Liliput Kft. kisvonatával.** A kocsik fedettek, kényelmesek.

Útvonal: Hotel Annabella – Gyógytér – Szívkórház – Anna Grand Hotel – Kerek templom – Blaha villa – Jókai múzeum – Óváros – Polgármesteri Hivatal – Szt. István tér – Katolikus templom – Református templom – Aquapark – Kemping – Marina Hotel – Flamingó Hotel – Silver Hotel – Kikötő – Annabella Hotel. A kisvonaton hangosítással szakszerű idegenvezetés van.

Indulás a Hotel Annabella elől. Menetrend az információs az pultnál.

Részvételi díj: 1500 Ft

Lehetőség lesz a vasútállomásról, bus pályaudvarról érkezéskor a Hotelhoz szállításra. (1000 Ft/alkalom). Telefon: +36 20 968 3739

● **1 óras sétahajózás** – a 60 perces hajóúton Balatonfüred új arcával ismerkedhettek meg. A város partszakaszán végig hajózva megtekintjük a látnivalókat (Tagore-sétány, személyhajó kikötő, vitorláskikötők, szállodák, camping, vízisi pálya stb.), majd a Tihanyi-félsziget lenyűgöző szépsége, a Bencés Apátság, a Visszhang-domb és a kikötő mellett hajózva fordulunk vissza. A hajón van fedett rész is, és található rajta toalett. A részvételi díj 2.000,-Ft/fő, amit a helyszínen fizethettek be.

● **Esti sétahajózás** – Az előzetes jelentkezések függvényében sétahajó indul a Balaton esti fényének megtekintésére 1 óra időtartamban. Közben nosztalgia muzsika szól, és minden résztvevő kap egy pohár füredi bort. Indulás legalább 25 fő esetén. Részvételi díj: 4.000,-Ft/fő, amit a helyszínen fizethettek be.

● **Autóbuszos kirándulás Veszprémbe** 2024. április 16-án 12.30-17.30 órákor. A kb.: 4 órás kiránduláson a résztvevők megtekintik a veszprémi várnegyedet, a gyalogos sétán körbejárják a vár nevezetességeit. A csoportot hivatásos idegenvezető kalauzolja. A buszt legalább 35 fő esetén tudjuk indítani! A program előzetes jelentkezést és befizetést igényel. Részvételi díj: 4.900,-Ft/fő.

● **Autóbuszos kirándulás a Tihanyi-félszigetre.** 2024. április 17. 9.00-14.00 óra. A kb. 5 órás kirándulás keretében látogatást teszünk a Tihanyi Bencés Apátságban (Látogatóközpont, székesegyház). Az Apátságtól pár percre található a Levendula Ház Látogatóközpont, ahol sok érdekességet tudhatunk meg a Tihanyi-félszigetről. Ezt követően Tihany központjában buszos körsétát teszünk. A program előzetes jelentkezést és befizetést igényel. Részvételi díj: 8.500,-Ft/fő.

● **Autóbuszos kirándulás Herendre** 2024. április 16-án 9.00-14.00 óra

Herend a művészi porcelánkészítés hazai fellelővára. Nem is oly rég csak kiválasztott kevesek pillanthattak be a csodálatos műalkotások születésének rejtelmébe, ma ezt bárki megteheti! A Porcelanium színvonalas programokkal várja látogatóit. Mozifilm, korongosok és festők mutatják be hogyan lesz a porcelánmasszából tündöklő porcelántárgy. Idegenvezetők kísérik látogatókat a „kullisszák mögött” vezető úton.

A világ legnagyobb Herendi műtárggyűjteménye, a Porcelánművészeti Múzeum és a Herendi porcelán legszélesebb kínálatát nyújtó Viktória Márkabolt is Herenden található. Részvételi díj: 8.000,-Ft/fő

● **Balatonfüredi gasztroséta.** 2024. április 16-án 13.30-16.30 órákor és 2024. április 17-én 14.00-17.00 órákor ismerkedés Balatonfüred nevezetességeivel. A 3 órás séta keretében látogatást teszünk a Jókai Mór Emlékházban, ellátogatunk a Grand Hotelbe, mely az Anna Bál helyszíne, ahol kávé és sütemény vár bennünket. A séta érinti Balatonfüred más nevezetes helyszínét is. Részvételi díj: 5.000,-Ft/fő. A program előzetes jelentkezést igényel, de csak a helyszínen fizethető az érkezés napján.

● **Játékos vetélkedő** Veszprém vármegye nevezetességeiről 4-6 fős csoportok részvételével. A vetélkedőn való részvétel ingyenes, kérjük előzetesen jelentkezzenek.

● a szálloda uszodája, szaunája ingyenesen rendelkezésére áll azoknak, akik a szállodában legalább egy éjszakát eltöltenek (akik ezt a szolgáltatást igénybe kívánják venni, fürdőruháról gondoskodjanak);

● különböző együttműködő, támogató cégek bemutató kiállítása stb.;

● ingyenes szűrések.

Felhívjuk a figyelmeteket arra, hogy az autóbuszos kirándulásokra előzetesen kell jelentkezni. A kirándulások költségét a részvételi díjjal együtt kell befizetni. A buszokat, az idegenvezetőket előzetesen meg kell rendelnünk. Akik nem jelentkeznek, azoknak a kiránduláson való részvételét nem tudjuk garantálni.

A rendezvény előtt egy hónappal megküldjük a részletes programot.

Jelentkezés és információ:

Nyugdíjas Klubok és Idősek „Életet az éveknek”
Országos Szövetsége, 1068 Budapest, Benczúr
utca 45. IV. em., tel.: 36 1 3270118,

www.eletetazeveknek.hu

e-mail cím: eletetazeveknekesztival@gmail.com

Üdvözlettel:
**Hegyesiné Orsós Éva
elnök**

JELENTKEZÉSI LAP**az „ÉLETET AZ ÉVEKNEK” MŰVÉSZETI FESZTIVÁLJÁRA****2024. április 15-16-17-18. (hétfő-kedd-szerda-csütörtök)****Helyszín: Balatonfüred Annabella Hotel (Balatonfüred, Deák F. u. 25.)****CSOPORTOK/CSOPORTOSAN RÉSZTVEVŐK RÉSZÉRE**

Klubja neve:

Klubja címe:

Csoport/klubvezető levelezési címe:

Telefonszáma: Email címe:

Amennyiben fellép, a Művészeti csoport neve:

Fellépők száma:

Kategória megnevezése:

Műsorszám címe, szerzője:

Művészeti vezető, betanító (koreográfus, karvezető stb.)

Kíséret típusa (élőzene, CD):

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

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

Műsorszám időtartama (maximum 8 perc lehet!!!): perc

Szállás igény: szállást kérek: igen nem (A megfelelő választ, kérjük, húzza alá!)

Szállástfő részére kérek:

.....db egy ágyas szobát

.....db két ágyas szobát

.....db három ágyas szobát

A veszprémi autóbuzos kiránduláson (4.900,- Ft) fővel veszünk részt

A tihanyi autóbuzos kiránduláson (8.500,- Ft) fővel veszünk részt

Herendi kiránduláson.....(8.000,- Ft)..... fővel veszünk részt

A balatonfüredi gasztrosétán (5.000,- Ft): fővel veszünk részt

Egyéb kérés:

Dátum:

.....
aláírás

Kérjük, olvashatóan töltsétek ki a jelentkezési lapot!

Beküldési határidő: 2024.február 12.

eletetazeveknekfesztival@gmail.com

Beküldési cím: „Életet az éveknek” Klubszövetség, 1048 Budapest, Benczúr utca 45. IV. emelet

NEVEZÉSI LAP**az „ÉLETET AZ ÉVEKNEK” MŰVÉSZETI FESZTIVÁLJÁRA****2024. április 15-16-17-18. (hétfő-kedd-szerda-csütörtök)****Helyszín: Balatonfüred Annabella Hotel (Balatonfüred, Deák F. u. 25.)****SZÓLISTÁK, EGYÉNILEG – nem klubbal - ÉRKEZŐK RÉSZÉRE**

Szólista/résztevő neve:

Levelezési címe (irányítószámmal):

Telefonszáma: Email címe:

Klubja neve:

Klubja címe:

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

Fellépő kísérelője, vendégek száma:

Kategória megnevezése:

Műsorszám címe, szerzője:

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

Műsorszám időtartama (maximum 5 perc lehet!!!): perc

Szállás igény: szállást kérek: igen nem (A megfelelő választ, kérjük, húzza alá!)

Szállást fő részére kérek.

..... db egy ágyas szobát

..... db két ágyas szobát

.....db három ágyas szobát

A veszprémi autóbuzos kiránduláson (4.900,- Ft) fővel veszünk részt

A tihanyi autóbuzos kiránduláson (8.500,- Ft) fővel veszünk részt

A herendi kiránduláson.....(8.000,- Ft)..... fővel veszünk részt

A balatonfüredi gasztrosétán.....(5.000 Ft)..... fővel veszünk részt

Egyéb kérés:

Dátum:

.....
aláírás

Kérjük, olvashatóan töltsétek ki a jelentkezési lapot!

Beküldési határidő: 2023. február 12.Beküldési cím: eletetazeveknekesztival@gmail.com

„Életet az éveknek” Klubszövetség, 1048 Budapest, Benczúr u. 45. IV. emelet

Idősbarát polgármester díjat adtunk át

Az Idősek Világnapi ünnepi megemlékezésünk-ről beszámoltam már itt a Hírlevél hasábjain. Elmondtam azt is, hogy ezen alkalomból október másodikán a zalaegerszegi Városi Hangverseny és Kiállítóteremben a meghívott mintegy 300 klubtagunk és vendégeink, illetve a sajtó jelenlétében – ebben az évben már hatodik alkalommal – Idősbarát Polgármester Díjat adtunk át, az idén kivételesen három zalai kistépelülés polgármesterének. A díj minden esetben egy érem és egy diploma, mely tanúsítja a díj kiadását.

Általában évente egy polgármester kapta ezt a díjat. Klubvezetői értekezletünk azonban most amitt döntött e három polgármester elismerése mellett, mert úgy éreztük velük szemben adósságunk van. Adósságunk van a covid miatt. Ellentétben a nagyobb települések, városok adottságaival, a kis települések jóval kisebb anyagi forrásokkal, kisebb tárgyi eszközállománnyal és személyi háttérrel kellett hogy felvegyék a küzdelmet a településüket érintő, és főképpen az idősebb korosztályt veszélyeztető járvánnyal. A díjazott polgármesterek az idősekkel kapcsolatos önkormányzati feladatokon túl a járvány idején saját anyagi forrásaikat, lehetőségeiket nem kímélve gondoskodtak településeik idősebb polgáraitól, védve, óvva őket, segítve és támogatva klubjaikat annak érdekében, hogy minél kevesebbet betegítsen meg a vírus. A pandémia után pedig szorgalmazták, támogatták a közösségi élet aktivizálódását, és ebben személyes példát is mutattak környezetüknek.

Elismerésüket személyük bemutatásukkal, és mások számára jó példát mutatva az alábbiak szerint szeretném erősíteni.

Bázakerettye polgármestere,

CSATLÓS CSILLA

A polgármester asszony segítőkész, és lehetőségeihez képest sokat tesz a település idősebb polgáraiért. A helyi nyugdíjas klub helyiségét felújította, ott konyhát hozott létre és anyagilag is támogatja a klub működését. Amikor a nyugdíjas klub jelezte, hogy egy, az olajiparhoz kapcsolódó helytörténeti kiállítást szeretne létrehozni, a klubépület adig nem használt teremt erre a célra átalakította. Ennek a kiállításnak hamarosan ünnepélyes megnyitója lesz.



Az elmúlt januárban, amikor elektromos hiba miatt



Balaicz Zoltán, Szabó Gyula, Vigh László, Csárdi Tamás, dr. Kocsis Gyula, Vidovicsné Bene Erzsébet, Kozma Gábor az idősök hónapja zalaegerszegi nyitórendezvényén

egy rendezvény majdnem elmaradt, azonnal átengedte a klub részére saját ingatlanját, éttermének télikertjét.

Amikor a pandémia miatt elmaradt az ünnepség az idősök világnapján, minden 60 év feletti lakos egy vízforralót kapott ajándékba. Az egyesület javaslatára kezdeményezte, hogy az olajipari múlttal rendelkező épületek kerámia emléktáblát kapnak házszámmal és QR kóddal, mellyel az épület múltja leolvasható lesz. E kezdeményezést a polgármester és az önkormányzat is támogatja. Az ő jóvoltukból az első ilyen tábla a nyugdíjas klubot is magába foglaló régi iskola épületén lesz elhelyezve, azzal a felirattal, hogy a Bázakerettyei Olajipari Nyugdíjas Klub Egyesület állította.

A polgármester a klubrendezvényeken felkérésre aktív szerepet vállal, a legutóbbin például zsűrielnök volt.

(Csak zárójelben jegyzem meg, hogy Csatlós Csilla az átadáson nem tudott megjelenni, mert az illetékes ellenőrző hatóság pontosan erre az időpontra tűzte ki az önkormányzat ellenőrzését, és emiatt őt helyettesítve a díjat az ő nevében a község alpolgármestere, Szabó Gyula vette át.)

Zalacomár polgármestere,

CSÁRDI TAMÁS

2014 októbere óta áll Zalacomár élén, és gondoskodik annak mindennapi életéről, fejlődéséről. Szociálisan érzékeny, gyermekkorától nagy szülei nevelték, jelenleg pedig ő gondoskodik idős nagymamájáról. Kezdetől szem előtt tartotta, hogy a faluban élő idős emberek jól és biztonságban érezzék magukat a lakóközösségünkben.



Községben nappali ellátás keretében két Idősek Klubja, illetve a Máltai Szeretetszolgálat által működtetett Idősek Otthona is működik. A polgármesternek rendkívül jó a kapcsolata az ellátottakkal és az intézmények vezetőivel egyaránt. A szociális rendeletben foglalt kötelezettségeken túl igyekszik biztosítani, hogy idős lakóink is fontosnak érezzék magukat, legyenek, lehessenek céljaik.

A faluban 2007. óta működő klubot, az Egymásért Klubot a lehetőségeihez mérten maximálisan támogatja működésében, céljaink elérésében. Ennek eredményeképp összkomfortos klubhelyiséget alakítottak ki számukra, az önkormányzat pedig anyagilag is támogatta egyik évek óta dédelgetett álmukat, a Kincsház létrejöttét, hogy a későbbi generációk számára megőrizhessék örökségüket, a faluban fellelt szépségeket, hagyományokat.

Az önkormányzat az Egymásért klub megjelenésének egységességét, összetartozásuk megmutatását biztosítja a komáromvárosi fehérhímmel díszített ing, melynek elkészítéséhez anyagi fedezetet kaptak az önkormányzattól.

Szívügye az idősek sorsa, igyekszik mindennapjait is minél élhetőbbé, szebbé tenni.

A pandémia alatt, hogy a távolságok miatt senki ne kényszerüljön otthonában maradni, reggel és délután is minden gondozottat a hivatali járművel szállítottak a klubba, majd vissza az otthonukba. A mindennapokon túl is igyekszik megmutatni az időseknek, hogy fontosak a társadalom, a faluközösség számára, ezért nem maradhat el egy évben sem az idősek napi rendezvény. Minden tettetből, megnyilvánulásából látszik, hogy becsüli, tiszteli a kort, a mögötte levő bölcsességet, tapasztalatot.

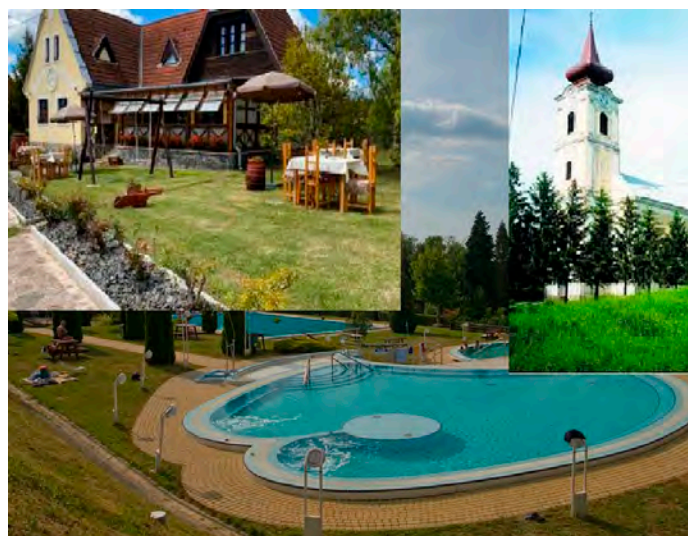
Munkásságát példának szánjuk minden regnáló, vagy leendő fiatal polgármester számára is. Empátiája, gondoskodó lényé, jószándéka, embersége elismerésképpen kiérdemli az Idősbarát Polgármester Díjat.

Kisgörbő polgármestere,

Kozma GÁBOR

Kisgörbőn, abban az aprófaluban hosszú évek óta az elöregedés, iskola-, óvoda-, posta-, bolt-nélküliség, a munkahelyek hiánya, az időseket szolgáló közösség-nélküliség voltak a leginkább használatban lévő fogalmak a mostani polgármester megválasztásáig.

Kozma Gábor polgármester megválasztása



óta fáradhatatlanul, kezdeményezően, a közösség megalapozására szolgálja a település lakosságát. Hozzáfogott a falu élhetővé tételéhez. Szociális térképet készített. Rendszeresen ír pályázatokat. Közösségépítésbe kezdett.

Kezdeményezésére megalakult a „Kézfogás nyugdíjasklub” és így a lakosság 40%-át kitevő idősek cselekvő öntevékeny testi szellemi és lelki otthonra találtak. A polgármester első dolga volt közösségi terek létrehozása, a faluház felújítása, felszerelése. Legutóbb pedig a falu központjában egy régóta elhanyagolt gazos, romos telek helyén átadtak egy gyönyörű közparkot, parkolót, emlékfalat, mely minden nemzedéket, de legfőképpen az időseket szolgálja.

Kikéri az idősek véleményét kerekasztal beszélgetéseken, igényli a klubtagok aktív részvételét a faluszépítésben, ünnepeken, rendezvényeken. Ezekbe bevonja az időseket és mára már ők a legcselekvőbb közreműködők segítők.

Rendszeresen a megyei és országos lapokban a híradások. Legutóbb a Nők Lapjában képekkel ábrázolva az idősek helyzetét, a nyugdíjasklub működését mutatták be. Az önkormányzat és az Idősbarát szemléletű polgármester erőfeszítései elismerésre méltóak.



(Ide kívánczok, hogy időközben országos méretben a község is elnyerte az Idősbarát Önkormányzat címet.)

Dr. Kocsis Gyula

a zalai Szervezet

elnöke

Petőfiről Zalában

Itt a Hírlevélben beszámoltunk már nemzetünk egyik legnagyobb géniusza, Petőfi Sándor születésének 200. évfordulója tiszteletére a kormány által Petőfi-emlékévvé nyilvánított 2023. év zalaí, nyugdíjasok körében szervezett rendezvényéről.

Petőfiről szóló, vagy vele kapcsolatos rendezvényeink során november 14-én egy a zalaí klubok körében meghirdetett Petőfi műveltségi vetélkedővel zártuk le. A rendezvényt a tavaly átadott, és az idén építészeti különdíjjal elismert Mindszentyneumban tartottuk meg Zalaegerszegen. A vetélkedőn a résztvevő csapatoknak 10 + 1, a Magyar Irodalomtörténeti Társaság Zalaí Tagozata elnöksége által összeállított, Petőfi életét és a korszakot feldolgozó kérdésre kellett választ adnia. A vetélkedő moderátora, a kérdések ismertetője Kiss Gábor főkönyvtáros, nyugdíjas könyvtárigazgató, az irodalomtörténeti társaság zalaí tagozatának elnökhelyettese volt, és neki a feladatsorok kiosztásában és beszédésében Vidovicsné Bene Erzsébet megyei elnökhelyettes és Németh Szilveszterné gazdasági alelnök segített. A vetélkedőn háromtagú zsűri tevékenykedett, melynek elnöke Csengei Ágota a Mindszentyneum igazgatója volt, tagjai pedig Szemes Béla, a már említett társaság zalaí tagozatának elnöke, és Iványi Ildikó a tagozat titkára, kulturális alelnökünk volt.

A vetélkedőt megzenésített Petőfi versek előadásával a zalaegerszegi Nefelejcs Nyugdíjas Klub dalköre nyitotta meg. Zalából a vetélkedőn tizenkét klub – Göcseji Barangolók Egyesület, a Szív- és Érbeteg Egyesület, a Besenyő a 2000-es Években Alapítvány Nyugdíjas Klubja, az Olajbányász Nyugdíjas Egyesület, a Nefelejcs Nyugdíjas Klub, a Cívil Nyugdíjas Klub, Kertvárosi Nyugdíjas Klub, az Évgyűrűk Nyugdíjas Klub, az Olajipari Nyugdíjasok Klubja Egyesület, a Nagykanizsai Nyugdíjas Pedagógus Egyesület, a Hagyományápoló Kertbarát és Kulturális Egyesület valamint a Bethlen Gábor Nyugdíjas Klub Egyesület – vett részt öt-öt tagú csapatával. A vetélkedőt támogatta a Hevesi Sándor Színház, a Petőfi Irodalmi Múzeum, a Béres Alapítvány, Lenti és Zalakaros polgármesterei, va-



lamint a Mindszentyneum. A vetélkedőről tudósított a Zalaí Hírlap, az Egerszeg Rádió, a Zalaegerszegi 7 nap, és a Zalaegerszegi Városi Televízió is.

Valamennyi csapat emléklapot, az első három helyezett oklevelet és a támogatók jóvoltából értékes ajándékokat vehettek át. A vetélkedő harmadik helyezettje az Olajipari Nyugdíjasok Klubja, a második az Olajbányász Nyugdíjas Egyesület lett, az első helyezést pedig a Besenyő a 2000-es Években Alapítvány Nyugdíjas Klubja lett. A Mindszentyneum különdíját – belépőket a Sisi kiállítás megnyitójára – két csapat, a Göcseji Barangolók Egyesület és az Évgyűrűk Nyugdíjas Klub csapata érdemelte ki.

Az eredményhirdetés után a résztvevők tárlatvezetéssel megtekinthették a Mindszentyneum állandó kiállításait.



„Velünk madarat lehet fogatni”

Erre a hívó szóra jöttek a foltvarró asszonyaink Nyíregyházától Szombathelyig, fittyet hányva a bizonytalan vasúti közlekedésnek, vonatpótló buszoknak.

Több mint 130 vendég érkezett, akiket bőséges büfé, sok árus és sok ölelés várt. Valahogy olyan ez a foltos élet, mint egy nagy család, ilyen alkalmakor találkozunk személyesen, beszélgetünk, varrunk, örülünk a szépnek, egymásnak.

A rendezvényt Szűcsné Posztovics Ilona, Tatabánya város polgármestere nyitotta meg kedves szavakkal, ahol épp erről a fajta közösségi életről, ennek fontosságáról beszélt, majd együtt elénekeltük a Foltvarrók himnuszát.

Ezután Kaszás Lilla Kata remek műsorral emelte a rendezvény fényét.

Elérkezett a nap fénypontja, a közös varrás, Lengyelné Fekete Mária, mint Mici, a picinyke cinke humoros és profi irányításával.

Megemlékeztünk Winkler Éva csoportosunkról, mindenki Winkyjéről, aki idén egy nagy küzdelem után az égi foltvarrók táborában öltöget, de érez-



tük, hogy fentről is ránk szól, hogy lányok nevesse-tek! Ennek eleget téve elénekeltük, és eltáncoltuk a Nád a házam teteje című nótát.

Nem maradhatott el a szokásos ajándékozás sem, az elmúlt kiállításon 1-1 blokkot kértünk a vendégektől, akik szép számmal eleget tettek kérésnek. Így 2 óvoda, a Turul óvoda és a Kodály óvoda is kapott textil képeket ajándékba.

Pályázatot is hirdettünk, „Lelkem kalitkája” címmel, amire 14 pályamunka is érkezett. A közönség sorából véletlenszerűen kiválasztott zsűri Sulyok Levente, Céhünk elnöke szakmai vezetésével bírálta el.

A mi munkáink mellett egy különleges kiállítással is készültünk, Winkler Dorottya babakészítőre emlékeztünk. Ez a kiállítás is a Tűbarátnők összefogásával jött létre, hiszen az ország minden szegletéből kaptunk „Dóris” babákat.

Meghívtuk a kiállításra a Puskin Művelődési Házban működő kreatív varrós csoport gyerekeit, akiket teljesen rabul ejtett a foltvarrás.

Hogy ne menjünk haza üres kézzel, volt tombola, és sok vásárolni való portéka.

Megtisztelt minket jelenlétével városunk polgármesterén, Szűcsné Posztovics Ilonán kívül városunk alpolgármestere, Lusztig Péter is, valamint Troják Frigyes, a Nyugdíjas Klubok és Idősek „Élet az éveknek” Komárom-Esztergom Vármegyei Szervezetének elnöke, és Sulyok Levente, a Magyar Foltvarró Céh elnöke.

Köszönjük a támogatásokat azoknak, akik segítettek a munkánkat: a Puskin Művelődési Ház, és a Művelődési Ház teljes személyzete, Copyland, a Kékes Kft., a Pozsgay Műhely Kft., a Pannon Húsbolt és a Zöldségbánya.

Jövőre folytatjuk az utazást: 80 perc alatt a Föld körül címmel, melyre mindenkit szeretettel meghívunk.



Egy emlékkönyv margójára

Avagy milyennek látnak minket

Ezeket a gondolatokat, úgy vélem, meg kell osztanom valamennyi nyugdíjas társammal, hiszen ebben a korban sokkal jobban felértékelődnek az elismerő szavak, a dicséret, a megbecsülés legapróbb megnyilvánulásai is. Számunkra a megítélésünk, fontosságunk pozitív megerősítése szinte életele-münk. Felpezsdíti alkotó kedvünket, tettekkész-ségünket, aktivitásunkat. El tudja feledtetni a gondokat, de még a fájdalmat is. Ragyogó arccal tudunk fellépni a közönség elé és dalolunk, verselünk, táncolunk, játszunk, avagy könyvet írunk. Ezek az érzések Mindenszentek után, Advent közeledtével még jobban felerősödnek. Kívánom, hogy az alábbi gondolatok idézzenek fel bennetek is valamilyen csodálatos érzést, emléket a saját élményeitekből!

*

A Csornai Írisz Nyugdíjas Egyesület fennállásának 50. évfordulójára jelent meg a Jubileumi Emlékkönyvünk. „Azzal a szándékkal, hogy felidézzük az elmúlt időszak emlékeit; a közös kirándulásokat, a meghitt beszélgetéseket, a szerepléseket, a pályázatírásokat, a különböző előadásokat, a színházi programokat, a sportrendezvényeket, a szövődő barátságokat és megannyi élményt. [...] Az olvasó elé tárjuk az első 40 évből fellelhető adatokat, emlékeket. Egyesületünk 10 éves tevékenységéből pedig témakörönkénti bontásban elevenítünk fel egy csokorra valót.” – írta bevezetőjében egyesületi elnökünk, Horváth Imréné.

*

„Örömteli, hogy a Csornai Írisz Nyugdíjas Egyesület igazi közösséggé kovácsolta a tagokat és értékes programokkal, törődéssel és szeretettel tölti meg a mindennapokat, annak érdekében, hogy Csornán igazán jó legyen nyugdíjasnak lenni. Köszönet elhivatottságukért, munkájukért, valamint azokért a csodás pillanatokért, amelyeket egy-egy rendezvényen fellépéseikkel, dalaikkal szereznek a közönségnek. Nagyra tartom az Egyesületnek a Csorna Város életében meghatározó szerepét és fontos küldetését, ezért szívből gratulálok a szép jubileumhoz! A Jóisten éltesse jó egészségben az Egyesület minden jelenlegi és jövőbeli tagját!” – fogalmazott Gyopáros Alpár, Csorna Város országgyűlési képviselője.

*

Városunk polgármestere, dr. Bónáné dr. Németh Katalin írta ajánlásában: „Azt gondolom, [...] tettekkész-ség, aktivitás és energia hatja át működésüket. [...] Kívánom, hogy ez a töretlen lelkesedés kísérelje tovább a csoportot az elkövetkezendő 50 évben is, test és lélek, lélek és test harmóniáját még nagyon sokáig őrizze meg, segítse őket ebben a szűkebb és tágabb közösségben rejlő erő!”

„Tevékenységük meghatározó Csorna életében, ott vannak a település rendezvényein, amiben kell, abban segítenek. Színes programjaikkal elűzik az egyedüllétet, közösségükben gyorsan telik az idő. Az 50 év alatt megtanulták azt, hogyan lehet az

idősek napjait tartalmassá tenni. [...] Nevüket nemcsak a megyében, hanem országosan is jegyzik. Népdalkörök, táncsoportjaik és szólistáik állandó résztvevői megyei és országos kulturális rendezvényeknek. [...] Az öregedés nem az élet alkonyát jelenti, hanem annak koronáját.” – mondta egy bölcs. „Úgy gondolom, hogy az 50 év eseményei bizonyították, a korona felkerülhet e közösség fejére és emelt fővel viselheti. [...] Tartásatok meg fiatalos lendületeteket, szerezzetek sok örömet egymásnak és tágabb környezeteteknek! Isten éltesse Benneteket még sokáig!” – foglalta írásba Zsámbokiné Buday Anna, az „Életet az éveknek” Országos Nyugdíjas Szövetség Győr-Moson-Sopron Megyei Klubtanácsának elnöke.

CSORNAI ÍRISZ

NYUGDÍJAS EGYESÜLET

JUBILEUMI

EMLÉKKÖNYVE

50

1973 - 2013 - 2023

Csorna Város Művelődési Központjának igazgatója, Szalayné Galambosi Tímea – 'Anya' így írt rólunk: „[...] amikor újra felkérést kaptam, hogy ismét mondjak köszöntőt, mint házigazda, először kicsit vonakodtam, mert beszédet írni nem oly egyszerű, legalábbis nekem. De Edit azzal győzött meg, hogy ezt meg kell tenned, mert ebben a helyzetben „Te, az anyánk vagy”! És bár az életkor fordított arányban van köztünk, mégis örömmel vállaltam ezt a szerepet. Mert egy anya mindig büszke a gyermekére. Elmeséli a barátoknak, rokonoknak, hogyan kezdett el járni, mit evett, ivott aznap a gyerkőc, melyik mesekönyv a kedvence? és mindig csillogó szemmel és csengő hangon teszi. Én is hasonló érzésekkel bírok. Büszkén mondom, hogy milyen ügyesek a Gyermekeim. Ahogy szerveződték az egyes programok, egyre sűrűbben történtek az egyeztetések, egyre többet próbáltak, tanakodtak, hogyan lehetne emlékezetessé, vidámmá tenni a napokat. Pontosság, alaposság, aprólékosság jellemezte és jellemzi munkájukat. Büszke vagyok, hogy van egy olyan tevékeny közössége a városnak, akik ötleteiket, terveiket, idejüket, tenni akarásuakat adják. Meg kell becsülni ezeket az értékeket, hisz egyre kevesebbel találkozunk nap, mint nap.”

*

„Az Egyesület létével, tevékenységével azt sugallja, hogy mennyi feladata, funkciója és teendője van az idősödő korosztálynak. Küldetésünk, hogy kultúrát

és értékeket ápoljunk, teremtsünk. A méltó idősor megéléséhez szükség van azokra az intézményekre, amelyek az idősok elvárásaihoz is igazodnak, akik életet, színt visznek be a falak közé.

A vezetőségünk jól látja, hogy mi az, ami az idősoket összeköti határainkon belül és kívül. Fáradhatatlanul dolgozik azért, hogy ezek az együttműködések megerősödjenek, és további tartalommal gazdagodjanak. Mozaikok rakják össze az életünket. Ezekre jó gondolni nehéz időkben is. A pandémia talán arra volt jó, hogy rádöbentsen minket arra, a közösség mennyire fontos. Számos nyugdíjas egyedül él. Ezek a találkozók felüdülést, valahova tartozást jelentenek továbbra is az életükben. Az ÍRISZ egy színpompás, sok fajt és fajtát számláló növénynemzetséghez tartozik, melynek gondozása nagyon egyszerű. Azonban, ha még gondosabban ápoljuk, a virágai nagyobbak, színesebbek lesznek. Ez a gondoskodó szeretet, ápolás jellemezze továbbra is az Egyesület minden tagját és segítőt! – fogalmazta meg Boda Imréné, sajtóreferens.

*

Mindig nagy büszkeséggel tölt el, amikor a kezembe fogom ezt a könyvet! Egyre jobban, és mélyebben érinti meg a lelkemet, hogy részese lehettem a megalkotásának. Hogy tagja lehetek ennek a közösségnek, hogy a családomon kívül van más hely, ahova tartozhatok.

Kovács Edit,
a Csornai Írisz Nyugdíjas Egyesület
ügyvezető alelnöke



Születésnaposok köszöntése

Ismét elérkezett egy olyan felemelő nap, amikor születésnaposokat ünnepelhetett a Petőházi NefelejcsNyugdíjas Egyesület, hiszen Ábrahám Ferencné és Deák Lajos 80. életévét töltötte be novemberben. Amint mindketten beléptek a terembe megszólalt a „Boldog születésnapot” című dal, amellyel az egyesület tagjai is együtt énekeltek. Ezt követően az egyesület elnöke Gréger Sándor felköszöntötte az ünnepelteket, majd mások is követték őt. A hivatalos formaságok után az örökifjú Születésnaposok vendégül látták az egybegyűlteket, aztán öhetett a nótázás, amely nem maradhat el egy ünnepi összejövetelnél sem.

Kissné Horváth Júlia



A Csornai Írisz

Nyugdíjas Egyesület Petőházán

A Csornai Írisz Nyugdíjas Egyesület tagjai 2023. november 16-án ellátogattak Petőházára.

Első állomásuk a Cukoripari és Helytörténeti kiállítás volt, ezt követően a falu felé vették az irányt. Az iskolánál található ártézikútból feltöltötték flakonjaikat, majd az Ivancsics pékséghez mentek, hogy a gyaloglást követő energiaveszteséget a pékség finomabbnál finomabb termékeiből pótolják.

Ezt követte az 1903-ban épült Szentháromság templom megtekintése kívül, belül. A sétálóutcat végig járva a belső tóhoz érkeztek, majd a millenniumipark mellett elhaladva a következő cél Kiss László papágájainak szemrevételezése volt.

Kicsit megfáradva, de élményekkel tele érkeztek vissza a látogatók a vasútállomásra.

K.H.J



Nagyatád visszavár

Október 16 és 18 között egy kellemes tanulmányúton vettünk részt Nagyatádon a Hotel Solar-ban az Életet az éveknek szövetség és a hotel jóvoltából.

A szoba elfoglalása után át mentünk a Thermál fürdőbe, remek hely volt ez az ismerkedésre. Kedves fogadtatásban volt részünk, az első este a szálloda marketing vezetője üdvözölte a jelenlévőket, ismertette a szálloda programjait, bemutatta a szállodát. A szálloda igazgatónöje is üdvözölte a megjelenteket.

Este, vacsora után zenés táncos esten vettünk részt.

Második nap a szálloda idegenvezetőjével buszra szálltunk és meglátogattunk három települést. Az első állomás Kisbajom volt, egy kicsi zsákfalú 388 lakossal, aminek 40 százaléka roma. A polgármester asszony, Szelidné Gerencsér Angyalka mutatta be a települést. Az ő polgármestersége egy örökség tovább vitele, amit becsülettel, a legjobb tudása szerint végez. Sok mindent egy eredményes pályázat elnyerése után tudtak megvalósítani; erdei iskola, tanösvény, skanzen, falumúzeum, parókia, jól felszerelt orvosi rendelő épült. Csodálatos a park, rendezettek az utcák.

Nagyon szép kis település, ajánlom mindenkinek, ha erre jár okvetlenül sétáljon végig a falun.

A második állomás a Kaszó lombkorona sétány volt. Vadaspark és kisvasút is található itt. Gyönyörű szép őszi színekben pompázott az erdő.

A harmadik helyszín Csurgó. Iliá Csaba bor lovag pincéjébe, a 400 éves Csokonai pincébe látogattunk. A házigazda finom horvát körte pálinkával, saját készítésű kétféle borral, almalével, langallóval, sült gesztenyével kínálta a társaságot. Kellemes program volt.

Köszönjük szépen a lehetőséget, hogy itt lehettünk. Új ismeretekkel és ismerősökkel gazdagodott a társaság. Meleg szívvel ajánlom ezt a kedves, gyönyörű szép várost Nagyatádot. Természetesen a szállodát is.

Barabás Jánosné

az adonyi Szép tájak kedvelői csoport vezetője

Vakok és Gyengénlátók

Látogatása a nyugdíjas egyesületnél

A Petőházi Nefelejcs Nyugdíjas Egyesület klubnapján, november 8-án ellátogatott a Vakok és Gyengénlátók soproni csoportjának néhány tagja, hogy „megtanítsa” a látókat arra, miként viselkedjenek a látássérültekkel.

Többek között azt is, hogy hogyan kell a vakvezető kutyához viszonyulni, amikor „dolgozik”. Abban az esetben, ha rajt van a hám, tilos megsimogatni, mert olyankor gazdája segítése a feladata. Am, amint lekerül róla a hám, ugyan úgy viselkedik, mint bármelyik kutya, akkor már akár meg is lehet simogatni.

A másik fontos kérdés az volt, hogy senki ne kerülje el a vakokat, hisz nem bűn segíteni nekik. Megmutatták azt is, hogy milyen módon kell megközelíteni őket, ha a támogatását ajánlja fel valaki. Kizárólag szemből, a kéz érintésével jelezze az illető segítő szándékát, hiszen csak így tudják megítélni azt, hogy hozzájuk szólnak. Számukra az otthonukban fontos az állandóság ahhoz, hogy önállóan el tudják látni azokat a feladatokat, amelyeket egy látó is megtesz nap, mint nap.

Tanulságos, és vidám délutánt töltöttek el együtt a látók és nem látók, hiszen egy dolog közös bennük, hogy mindenki egyforma, mindenki érző ember.

Kissné Horváth Júlia





Őszi Napfény kirándulás

A decsi Őszi Napfény Nyugdíjas Klub bőséges programjai mellett, minden évben szervez három napos kirándulást is. Erre a programra október elején került sor. A lelkes 20 fős csapat, amelynek több 70 év fölötti is résztvevője volt, sok kilométert tett meg a látnivalók megtekintése céljából ezekben a napokban.

A kirándulás fő úti célja Szentendre volt. Elindulás után először Budapesten álltunk meg, megtekintettük a Nagyboldogasszony (Mátyás) Templomot és a Halászbástyát. Majd szálláshelyünkön, Szentendrére ellátogattunk a méltán híres Kovács Margit Kerámiamúzeumba, és a Szamos Marcipán Múzeumba, majd a késő délutáni órákban sétáltunk a Duna parton. Mindenki kellemesen elfáradva foglalta el panziószobáját.

A második napon a szentendrei Szabadtéri Múzeumba látogattunk el, ahol hat tájegységben „vendégeskedtünk”. Erdély tájegység, amely tavaly nyílt meg, gyönyörű! Itt korhű ruhába öltözött „házigazdák” fogadtak Bennünket, élő történelemben volt részünk. Megnéztük a Felső-Tiszavidék a Felföldi Mezőváros, természetesen a Dél-Dunántúl, a Kisalföld és az Alföldi Mezőváros tájegységet, rácsodálkozva arra, hogy mennyire sokszínű volt, és napjainkban is az Magyarország, a hazánk. A harmadik napon sem unatkoztunk, Visegrádra ruccantunk át,

ahol a Fellegvárat és a kilátást csodáltuk meg, majd a Királyi Palota falai közt sétálhattunk tartalmas tárlatvezetés mellett. Én úgy gondolom, hogy a három nap legkülönlegesebb, extra programját pedig, már a hazafelé úton láthattuk, hiszen megálltunk Budapesten a 2022-ben átadott Magyar Zene Házánál. Épületsétát tettünk vezetéssel, és megnéztük az állandó kiállítást. Leírhatatlan sok szép, csodás különleges élménnyel lettünk gazdagabbak, mindenkinek ajánljuk, aki teheti, látogasson el a Zene Házába. A három együtt eltöltött nap pedig felejthetetlen élmény lesz számunkra! A sok kép, csak egy részét tudja visszaadni annak az élménynek, amennyivel gazdagabban jöttünk haza a kirándulásról, és már út közben tervezgettük hova is látogassunk el legközelebb!



Epöliek vendégségben

Az Örökifjak Nyugdíjas Klubunk meghívta az epöli nyugdíjas klubot, akikkel baráti kapcsolatot is ápolunk. Petőfi Sándor „A helység kalapácsa” eposzát adták elő. Az ingyenes rendezvényen a nézőteret rajtuk kívül a meghívott helyi klubok képviselői töltötték meg. Az eposz énekeinek történéseit ötletes megoldásokkal mutatták be.

Nagyon köszönjük, nagyszerű előadás volt. Gratulálunk, további sikeres szereplést, jó egészséget kívánunk az egész csapatnak.

Lám ismét bebizonyosodott, hogy „nemcsak a 20 éveseké a világ”. Visszavárjuk őket a következő előadásra is!

Természetesen részünkről a vendéglátás sem maradt el. Ismét kellemes délutánt töltöttünk együtt.

Cserna Andrásné klubvezető





Kistérségi találkozó Fertőszentmiklóson

November 25-én a fertőszentmiklósi Hagyomány-őrző Nyugdíjas Egyesület kistérségi találkozóra invitálta a baráti nyugdíjas egyesületeket. A meghívásnak eleget tett az acsalagi Lilaakác Nyugdíjas Klub, a móríchidai Marcal-menti Kórus, a sarródi Árvalányhaj Nyugdíjas Egyesület, a petőházi Nefelejcs Nyugdíjas Egyesület, és a fertőszéplaki Őszi-rózsa Nyugdíjas Egyesület.

Három órára megtelt a szabadidő központ nagyterme. A vendéglátók nevében Gordos András, valamint Horváth Tibor Fertőszentmiklós polgármestere köszöntötte a nyugdíjasokat. Néhány csoport előadással is készült, melyek bemutatása nagy sikert aratott a megjelentek között. Az móríchidaiak operett betéteket adtak elő, a fertőszéplaciai

és az acsalagiai rekeszizmot keményen igénybe vevő humoros jelenetekkel rukkoltak ki. Végül, de nem utolsó sorban a sarródiak táncukkal tették emlékezetessé ezt a délutánt. Az estebéd megérkeztéig két nótáskedvű móríchidai spontán mikrofont ragadott, és tovább szórakoztatta a közönséget, majd megérkezett az étel is.

Amikor már mindenki kellően jól lakott, Markó József és Márk Zoltán szolgáltatták a zenét az önfelelt tánchoz. Fájhat a láb, vagy a derék, ilyenkor minden meggyógyul egy röpke délutánra. Mint minden kistérségi találkozó, amikor újra összegyűlnek a régi ismerősök, hosszas beszélgetésekkel végződik.

Kissné Horváth Júlia

Impresszum

„Életet az éveknek” Hírlevél

Szerkeszti a Szerkesztő Bizottság

Felelős szerkesztő: Szőke Rozália • Felelős kiadó: dr. Hegyesiné Orsós Éva

Kiadja: Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetsége

Cím: 1068 Budapest, Benczúr u. 45. IV. emelet

Tel./Fax: 0036-1-3270118 • E-mail: hirlevel.eletetazeveknek@gmail.com • Web: www.eletetazeveknek.hu

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

Idősek alkotói tárlata

Az idén hetedszer hirdettük meg zalai idősek, nyugdíjasok részre az Idősek alkotói tárlatát képző-, ipar-, fotó- és népművészet területén. A tárlatnak a Hevesi Sándor Színház nézőtéri aulája adott helyet, megnyitására az Idősek Hónapja keretében október 16-án került sor, és november 3-án de. 10.00 óráig volt megtekinthető.

A tárlat egyik témája Petőfi és kora volt – figyelemmel születésének 200. évfordulója tiszteletére. A tárlatra amatőr alkotók neveztek be, de alkotásaikkal kapcsolatban biztosan állíthatjuk, hogy a professzionizmust nem nélkülöző kiváló alkotásokat mutattak be. Ebben az évben 19 alkotó mutatta be alkotásait.

A tárlatot a sajtó jelenlétében a színház igazgatója, dr. Besenczi Árpád Jászai-díjas színművész nyitotta meg, az alkotókat Gecse Péter Zalaegerszeg Megyei Jogú Város alpolgármestere is köszöntötte. A megnyitót moderálta, az alkotókat és alkotásaikat bemutatta Iványi Ildikó a zalai szervezet kulturális alelnöke. A színház amiatt is ideális helyszíne a tárlatnak, mert itt minden este 300-400 ember tekinthette meg az alkotásokat.

Dr. Kocsis Gyula



Nagy Molnár Jolán: Aranyszívű angyal

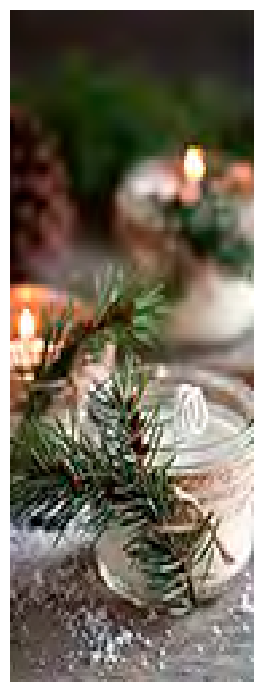
Elismerés

Katona Valériának

November 29-én Budapesten családokért felelős államtitkárság támogatásával a Monspart Sarolta Egészséges Életmódot Alapítvány és az Országos Gyalogló Idősek Klubhalozata közös ünnepi rendezvényt tartott, amelyen díjazták a legjobb gyaloglóklub vezetőket.

A díjazottak között van a Zalai Szervezetünkhöz tartozó zalaegerszegi Göcseji Barangolók vezetője Katona Valéria is. Gratulálunk Katona Valériának!

További sikereket kívánunk!



ELIT
cipő
Az egészséges lábért

LÁB EGÉSZSÉGÜGYI SZÜRÉS
Az egészséges lábért

www.elitgyogycipo.hu

Karcolattartó:
Nagy Anita: 20 / 221 - 2017 Magyar Balázs: 20 / 230 - 4816

Kellemes Karácsonyi Ünnepeket és Boldog Új Évet Kívánunk!

Anita & Balázs

ELIT
cipő
Az egészséges lábért

Sikeres Öregek Arcképcsarnoka

Fahidi Éva (1925-2023) 2.rész

Tróglitól a külkereskedelemig

Mielőtt visszajöttem Magyarországra, két évet feküdtem Érsekújváron az ágyban, 47-ig, és vártam a csodát. Hogy legyen valamitől értelme az életnek. Az én teljesen kiürült életemnek. Géza bátyám, aki úgy bánt velem, mintha édesapám akart volna lenni, Marx könyvét, A tőkét adta a kezembe, mintha tudta volna, hogy Marx tanai majd megmozgatják a fantáziámat. Mi a debreceni zárdában tanultunk a munkásmozgalomról, mert „ismerni kell az ellenséget ahhoz, hogy le lehessen győzni”, hangzott az örök igazság. Mire azonban egyre növekvő érdeklődéssel a könyv végére jutottam, szilárd meggyőződésemmé lett, hogy a marxizmus az egyetlen emberséges tan, és hogy nem is lehet más cél az életben, mint ennek érdekében dolgozni. Boldogan gondoltam arra, hogy végre teszek majd valami hasznosat, fontosat, emberségeset.

Radó István a Baranya megyei pártlap főszerkesztője volt. A találkozásunkat követő hetedik napon 1947. december 24-én, két tanú jelenlétében összeházasodtunk. Nagyon boldog voltam, eszembe sem jutott, hogy vajon a férjem is az. Egy csapásra mindent megkaptam, ami hiányzott: társadalmi státuszt, szerető családot, lelkesítő munkát. Az viszont nem jutott eszembe, hogy mit kapott a férjem. Azt csak jóval később tudtam meg, hogy volt egy életre szóló szerelme. Mai napig sem tudom, hogy miért engem, miért nem őt vette feleségül.

Pityuka volt minden. Tudta, mit tesz. Csupa jóra tanított engem, célt és értelmet adott nekem is, amikor végre rávezetett arra az egyetlen útra, ahol értelmesnek véltem azt, amivel foglalkozom: hogy ne legyen különbség az emberek között, mindenkinek járjon az egyenlő jog.

1951. március 22-én az AVH fekete autóval jött Radó Istvánért, aki egyik napról a másikra hithű elvtársból a nép ellensége lett. Én akkoriban népművelési osztályvezető voltam Baranyában, azonnal elbocsátottak, a lakásomból is kilakoltattak. Már megint lehetetlenné tették az életemet, már megint nem voltam ember, nem volt hozzám méltó munkám, elszakítottak az új családomtól, még lakásom sem volt. Túl sok megpróbáltatáson estem át, úgy érzem, méltánytalanul. Nekem így kell leélni az életemet, hogy lógok egy szál cénrán bele a nagyvilágba, és bár mikor elszakad, nincs kapaszkodó, a kutyának se kellek?

Hogy életben maradjak, Sztálinvárosba mentem dolgozni, és igazi segédmunkásként vehettem részt Magyarországon egyik legsikeresebb vállalkozásában: a legmodernebb szovjet típusú kohászat megteremtésében. A trógli (hordágszerű eszköz, amelyen két ember a kívánt helyre viszi a téglát, kavicsot, törmeléket, földet) cipelésben hű társam volt Pityúke. Bár én Birkenauban 50 kilós gránátokkal tréningeztem, a trógli nekem is nehéz volt. Ellátás tekintetében viszont megfogtam az Isten lábát. Míg az országban mindenütt hiány volt és jegyrendszer, itt élelmiszer volt bőven, még szalámi is.

Radó Istvánt két év után bizonyíték hiányában felmentették, Sztálin halálának köszönhetően, de amíg élt ferde szemmel néztek rá. A nyomásnak engedve elváltunk. Az első férjem családot alapított, két kislány apja lett, 54



éves korában autóbaleset áldozata lett.

A Sztálinvárosban töltött évek alatt rájöttem, hogy továbbtanulásra nincs lehetőségem. Az Állambiztonsági Szolgálatok Történeti Levéltár kezembe került lapjaiból szinte süttött, hogy mennyire gyűlölnék engem, a burzsujt, a milliomos lányát, akit feleségül mert venni egy „közülük”való, mert mi nem vagyunk, és soha nem is leszünk „mi”. Én mindig kívül maradok, nem lehet befogadni, ahol én vagyok, ott bizalmatlanság bűzlik messziről.

Édesapám arra tanított, hogy érdemes megtanulni, ami csak az utunkba kerül. Megtanultam többek között a gyors- és gépírást. A középiskolában a német-francia tanárnőm meg azt sulykolta belém, hogy nem elég egy nyelvet beszélni, a nyelvtanát is meg kell tanulni. Ezekkel a kincsekkel jelentkeztem a Rigó utcában nyelvvizsgára. Minden előkészítés nélkül, mindkét nyelvből felső fokon remekeltem. A magyar acélkereskedelem fellegvárában, a Metalimpex személyzeti osztályának ajtaján kopogtatam. Fölvettek. Kezdetben a számlázáson dolgoztam, közben tengernyi kereskedelmi fogalommal ismerkedtem meg. Ezek akkor töltődtek fel igazán tartalommal, amikor elvégeztem egy kohászati tanfolyamot. Az acél számomra útlevelet jelentett nyugatra. Mire én is viselhettem a külkeres megnevezést úgy, hogy évente akár négyszer is rám hullott az utazás malasztja, kialakult az a rendszer, hogy a Nemzeti Banknál számlát nyithattam a napidíjamból megtakarított összeg elhelyezésére. Összesen 48 évig tartó külkereskedelmi tevékenységem alatt a legfontosabb kereskedelmi területeim voltak: Észak-Afrika, Közel-Kelet, Nyugat-Európa, KGST országok. 1989-ben a külkereskedelmet már saját berkeimben – Pusztai Éva Külkereskedelmi Vállalatnál gyakoroltam.

Szerelmeim

Pityuka

Az első házasságom szerelemtől mentes volt. Pityukának nem voltam az esete. A nászéjszakára készülve ültem a fürdőkádban, behallatszott egy telefon beszélgetés, amit Pityuka a barátjával folytatott. Érdeklődött felőlem, a válasza meg így hangzott: „Tele van vele a fürdőkád, és nagyon szálkás.”

Lufbi

Jött a szempár, és mélyen belenézett a szemembe, és aztán csak azt a szempárt láttam, neveltünk egymásra, csak ez a nevetés volt a valóság, és ahogyan néztük egymást. Mindennek értelme lett. Mindennek örülni kellett: a napnak, a szélnek, az esőnek, mintha minden gondolatunk közös lenne, mintha nem is lehetne másképpen, csak együtt. Úgy éreztem, hogy most, most beteljesedett az, amit nagyon vártam, csak ki kellett nyújtani a kezem érte, ezt akartam mindig. Most végre tartozom valakihez. Nem vagyok végre gyökértelen, bele tudok kapaszkodni, együtt tudok vele nevetni, nem is akarok mást, csak úgy bele a nagyvilágba, értelmetlenül, a nevetésért, mint öncélért, örülni akarok a pusztá létemnek. Azt is mondhatnám, hogy öt teljes évig nem is érdekelt a valóság. Volt egy nagyszerű világ, a mi világunk. Minden benne volt, ami jó volt. Nagyon boldog voltam, és kitől voltam boldog: Lufbitól (Bátor Sándor). Öt év leteltével bejelenttem, hogy felszabadítom magam, és férjet keresek magamnak. Már nem lehetett tenni semmit, minden belefoglalt a családi örökségébe, az alkoholba.

Buksi

Pfeifer Béla (Buksi) megismerkedésünk másnapján elvitt a családjához bemutatni. Gyanútlan voltam, nem gondoltam, hogy ilyen csoda még létezik. Sok-sok felnőtt, sok-sok gyerek, minden korosztályból. Olyan, amilyen az én családom volt. Buksi számos unokatestvére, házaspár is, meg nőtlen is, nagybácsik és nagynénik átláthatatlan erdeje, de még barátoké is. Valahová hazaérkeztem. Úgy fogadott engem ez a sok ismeretlen, mintha száz éve ismernénk egymást.

A második férjem olyan kislányszem megakasztó volt: 185 centi magas, 34 éves, anyuka szemefénye, aki megszólalásig hasonlított korán elhalt apjára. Mindez valami nagyon vonzó, kedves, pajkos bájba ágyazva. Nem lehetett rá semmiért sem haragudni. Egy csecsemő ártatlanságával volt önző. Neki egyszerűen minden járt. Ő csak elvette a javait. Őszinte és nyílt szívű volt, munkatársai ma is rajongással beszélnek róla.

Buksinak a harmadik felesége voltam. Tüdőbetegsége miatt két felesége elhagyta. Sikerült gyógyszert beszerezniem külföldről, ami javított az állapotán. A családban öröklődött az agyvelőgyulladás hajlama, apja is ebbe halt bele, Bélát is elérte a végzete. Kényszernyugdíjba ment, 9 keserves év következett. 61 éves volt, amikor 1984. március 21-én meghalt.

Bandika

Andrási Andor író, életének utolsó évtizedében elválaszthatatlan társa lett. Az özvegy, két nagy gyermekes apa és az özvegy Fahidi Éva egymás vonzásába került, és lám lánggra gyúlt életük utolsó nagy szerelme. Az asszony talán még soha nem volt ilyen boldog. Nincs szebb dolog, mint egy kezdődő szerelem. Bandika kedves volt és infantilis, mint ő maga, az asszony úgy érezte most éli második gyermekkorát, neki most minden jár, mint akkor. Évtizedek óta nem nevetett annyit, mint most, minden mulatságos volt, annyit nevetett, még a könnye is kicsordult, és csak nevetett, nevetett... Beleszédült a lehetőségbe. Most élete végén lesz egy társa, igazi társa, akiben egy személyben megtalált mindent, amire vágyik, szellemi és testi társat, saját maga másik felét, aki úgy és annyira szereti, mint ő. Éva házában állandóan nagy

volt a jövés-menés. Bandika nem tudta összeszámolni, hány emberrel ismerkedett ott meg, csak azt tudta, hogy nagyon jól érzi magát közöttük, beszélgetni tudott velük, végre magához méltó társaságba került. Az asszony állandóan jött, ment, Németországba is, őt meg vitte magával, örült, hogy fitogtathatta nyelvtudását. Jól érezte magát, lubickolt a számára is érdekes szellemi közegben. Meg volt elégedve az éltével, élvezte, hogy az asszony szereti.

Nem sokkal halála előtt egy interjúban mondta el legbensőbb gondolatait Fahidi Éva: „Nem félek a haláltól, csak sajnálom elmenni. Nagyon sajnálom itt hagyni Bandikát, mert nagyon szeretem, és szeretek vele élni, csudajó dolgom van vele”.

Mi kell még a boldogsághoz?

Nagymamaság

Még fiatalasszony koromban megállapították, hogy a tudomány mai állása szerint nem lehet saját, vér szerinti gyereke. A sors útjai kiszámíthatatlanok, és a gyerek utáni vágyam kielégült.

Kende Éva gimnáziumi osztálytársam, legjobb barátnőm 50 éves korában a rák áldozata lett, de előbb még szült két gyönyörű gyereket, Juditot és Gergelyt. Évát sok éven át gondoztam, vigyáztam a gyerekekre, akikkel úgy összenőttünk, mintha az én gyerekeim lettek volna. Judit tehetséges zongorista, ott izgultam a koncertjein. Judit 1992-ben ikreket szült, Mihályt és Lucát. Gergely Kanadában nősült, gyermekei Marci és Zsófi. A nagy távolság ellenére velük is rendszeres kapcsolatomban van. Így aztán lett négy unokám. Kiélhettem nagymamai szenvedélyemet is.

Megbékélés

1989-ben Magyarország összes valamirevaló újságjában megjelent egy hirdetés, amelyben Stadtallendorf Magisztrátusa azoknak a jelentkezését kérte, akik a második világháborúban az allendorfi hadüzemekben dolgoztak. Amikor elolvastam a hirdetést, bennem is és Haftling-társaimban is, az volt az első gondolat: mit akarnak tőlünk még most is? Magyarországon élve ugyanis elképzelhetetlen volt az, ami Németországban addigra történt: a németek szembenéztek a múltjukkal, volt bátorságuk levonni a következtetést, és volt erejük felismerni a bűneiket.

1990-ben a „Találkozás Hete” alkalmával egy új Németországgal találkoztam. A mottó: „A megbékélés titka az emlékezés” alázattal felénk nyújtott kéz volt, el kellett fogadni.

2005. április 10-én Buchenwaldban és Weimarban emlékezett Németország, az összes német láger felszabadításának hatvanadik évfordulóján 1200 Haftlinger részvételével, Lengyelországból, Belgiumból, Hollandiából, Dániából, Oroszországból, Ukrajnából, Magyarországból, Erdélyből. Ott voltak a felszabadító szövetségi hadsereg, és szovjet Vörös Hadsereg képviselői is. A megemlékezés mottója az volt, hogy „A mai német identitás része a második világháború, Auschwitz, a tömegmészárlás, a faji megkülönböztetés”. és, hogy „a szovjet vörös hadsereg is felszabadítóként működött közre a náci Németország leverésében.”

Amikor A dolgok Lelke című könyvem megjelent Német-

Fahidi Éva (1925-2023)

2.rész

országban, nem várt hullámokat vert. Azóta felolvasásokat tartok, gyakran találkozom a középiskolások legfelső osztályával, vagyis 18-19 éves gyerekekkel. Misszióknak fogom fel ezeket az együttléteket. Ha hívnak, megyek. A gyerekektől pedig köszönőleveleket kapok.

Táncszínház

Nagymama púpját örökölve, az egészségért kényszer is volt mindig a mozgás. Én mindig, mindenütt táncoltam! Nekem valóban az alfám és omegám, mi sem természetesebb, mint hogy ehhez nyúlok, amikor azt a legfontosabbat akarom kifejezni, elmondani. 2015 volt akkor, és én addig-meddig mondtam, hogy nagyon meg kell ünnepegni a kilencvenedik születésnapomat, míg egyszer csak telefonált Szabó Réka koreográfus, színpadi rendező és azzal a sziporkázó ötlettel állt elő, hogy táncoljak együtt a nálam több mint 60 évvel fiatalabb Czuhorka Emesével a Tünet Együttes színpadán. Ritka örömteli időszak volt 2015 nyara és ősze, csak úgy lubickoltam a mély vízben, megvalósulni látszott, amiről azt mutattuk, hogy játék, pedig véresen komoly volt. Minden áldott nap edzés volt 2015 egész nyarán. Réka csuda dolgokat talált ki, Emese

se ráértett, mondtunk egy mondatot, megjött hozzá a mozdulat, észrevétlenül repült az idő. Volt hivatásos dramaturgunk is, kettő is: Peer Krisztián és Zsigó Anna. Kovács Claudia meg a maga sajátos szemszögéből lefényképezett mindent. És egyszerre 2015. október 13. volt, a premier napja. Két előadásunk volt, amit kitöltöttek a tisztelt érdeklődők. Kritikát is kaptunk, aztán eljátszottuk megint. 2018 őszeig 68-szor játszottuk el. A Vígszínház házi színpada befogadott bennünket, rendszeresen voltak előadásaink Bécsben is. 2016-ban a Sóvirág, azaz a létezés eufóriája a Legjobb stúdiószínházi előadás lett a MOST FESZT-en, és különdíjas a veszprémi A Tánc Fesztiválján. Ugyanabban az évben Színikritikusok Díja különdíját is elnyerte. Dokumentumfilm is készült belőle.

„Ha nő lennék, olyan szeretnék lenni, mint Éva, mert a világnak sok-sok olyan nőre van szüksége, mint ő. Szeretete, elfogadása, szelíd felemelő bölcsessége, huncutsága és tisztasága, tartása és hajlékonysága lenyűgöző.” (Mihályi György)

Dr. Tar József,

a Sikeres Öregedésért Egyesület elnöke

Geers!

„Az én hallásom már biztos kezekben van, és az Öné?”

Mire számíthatok a Geers Halláscentrumokban?

- ✓ Szakértő, felkészült kollégák várnak
- ✓ Teljeskörű, beszédértésre kiterjedő hallásvizsgálatot kapok INGYEN
- ✓ Orvossal is konzultálhatok, ha halláscsökkenésem van
- ✓ Akár azonnal hazavihetek hallókészüléket kipróbálásra INGYEN, még az ünnepek előtt

ÉN MÁR
FELKÉSZÜLTEM
AZ
ÜNNEPEKRE!

Most minden decemberben jelentkező ÚJ ügyfelünk puha polártakarót kap ajándékba!*

Jelentkezzen még ma:



06 80 182 182

* Hallásvizsgálat igénybevétele és 30 dB-t meghaladó halláseredmény átlag esetén, a készlet erejéig. Amennyiben van hallókészüléke, kérjük, annak kiskönyvét hozza magával!

Üzleteink listáját megtalálja honlapunkon: www.geers.hu



Első alkalommal vehették át gyógyszerészek a rangos szakmai elismerést – 3 kategóriában adták át a gyógyszerészeknek is a Richter Érdemérem díjat

A gyógyszerészek szakmai eredményeinek elismerése új fejezetet nyitott a Richter Érdemérem történetében: a Magyarországon gyógyszerészi tevékenységet folytató szakemberek most először nyújthatták be pályaműveiket a díj elnyerésére. A Richter Gedeon Nyrt. és szakmai partnere, a Magyar Gyógyszerészi Kamara 3 kategóriában várta a hazai gyógyszerészek pályamunkáit. Idén a betegkommunikáció, a prevenció, valamint a tudomány innováció területén elért egyedi ötleteket, hatékony megoldásmódokat díjazta a szakmai zsűri.

A Richter Érdemérem célja, hogy a hazai egészségügyi ellátórendszer különböző területein dolgozó szakemberek elkötelezett munkájának díjazásán túl támogatást nyújtson az olyan innovatív ötletek, jó gyakorlatok széleskörű elterjedéséhez, amelyek hosszú távon elősegíthetik a hazai egészségügy további modernizációját is.



Dr. Birinyi Péter Dr. * Hadnagy Ádám * Dr. Kovács Gabriella *
Dr. Némethné Dr. Ignác Andrea * Dr. Pető Szabolcs Botond * Dr. Virágné Dr. Vizard Márta

Az év leghatékonyabb betegkommunikációját folytató gyógyszerésze **Dr. Némethné Dr. Ignác Andrea** lett. [Ide kattintva](#) megismerhetik a győztes pályázati anyagát.

A betegkommunikáció kategóriában a zsűri **Dr. Pető Szabolcs Botondot** részesítette különdíjban. Pályázati anyaga [ide kattintva](#) elérhető.

Az év legjobb prevenció gyakorlatát folytató gyógyszerészének járó címet **Dr. Hadnagy Ádám** kapta. Pályázati anyagát [ide kattintva](#) ismerhetik meg.

A kategória különdíjasa **Dr. Kovács Gabriella** lett, pályázati anyaga szintén elérhető [erre a linkre](#) kattintva.

Az év legkiemelkedőbb tudományos vagy innovációs munkáját végző gyógyszerésze a zsűri döntése alapján **Dr. Virágné Dr. Vizard Márta** lett. Az ő pályázati anyagát is megismerhetik az [alábbi linkre](#) kattintva.

Küöldíjat ebben a kategóriában **Dr. Birinyi Péter** kapott a pályamunkájáért. Pályázati anyagát [ide kattintva](#) tekinthetik meg.

„A gyógyszerészek számára meghirdetett Richter Érdemérem díj lehetőséget ad arra, hogy méltó elismerésben részesíthessük az egészségügyi ágazat pótolhatatlan szakembereit, akik nem egyszerűen a gyógyszer expedíálással segítik a betegeket és a gyógyító munkát, de szorosan együttműködve az orvosokkal, széleskörű szaktudásukkal nap mint nap hozzájárulnak a gyógykezelések hatékonyságának növeléséhez és a páciensek megfelelő tájékoztatásához is. Azzal, hogy idén számukra is lehetőséget biztosítottunk a 2022-ben alapított szakmai elismerés elnyerésére, a betegellátás területén mutatott rendkívüli szerepüket szeretnénk kihangsúlyozni.” – nyilatkozta Bogsch Erik, a Richter Gedeon Nyrt. igazgatóságának elnöke.

„A Richter Érdemérem díjak átadása felemelő pillanat volt mind a gyógyszerész, mind a teljes egészségügyi szakma számára, hiszen ez az esemény ismételten ráirányította a figyelmet a gyógyszerészek nélkülözhetetlen munkájára. A magyar gyógyszergyártó vállalatnak köszönhetően a mai nap folyamán azok a kiváló szakembereink részesülhetnek méltó elismerésben, akik a mindennapok során rendkívüli elhivatottsággal szolgálják a betegek érdekeit, csakúgy, ahogy gyáralapító Richter Gedeon tette azt a XX. század első felében” – jegyezte meg Dr. Brezanóczy Ferenc, a Magyar Gyógyszerészi Kamara szakmai bizottságának elnöke.

A Richter Érdeméremet elnyerő gyógyszerészek elismerésül bruttó 2.000.000 forint értékű díjazásban részesülnek, továbbá a díjazottak jó gyakorlatait a www.richtererdemerem.hu weboldalon is elérhetővé válnak, hogy a jövőre nézve is inspirációként szolgálhassanak a szakma többi tagja számára.



„Kolbászolás” nap az egyesületben

Disznótör az egyesületben

A Petőházi Nefelejcs Nyugdíjas Egyesület „kolbászolás” napot tartott november 28-án. Gréger Sándor „profi” böllér, aki egyben az egyesület elnöke is, elvállalta, hogy kolbászt és hurkát készít.

A munka már előző nap megkezdődött, Gréger Sándor és segítője (Rosta Endre) számára, hiszen be kellett szerezni, és le kellett darálni a kolbászba valót. Reggel aztán folytatódhatott a munka, az asszonyok zsemlét aprítottak a véreshurkához, a férfiak pedig már elkezdték tölteni a bélbe a húst. Két óra előtt megérkeztek a klubtagok, és mialatt sült a kolbász, ők énekpróbával töltötték az időt. Nehéz volt úgy koncentrálniuk a feladatra, hogy mindenki orrát átjárta a kellemes illat. Lassan elérkezett az áhított finomságok kóstolása, amely addig tartott, amíg a bendő meg nem telt.

Köszönet Gréger Sándornak, hogy jól tartotta az egyesület tagjait, úgy, hogy magára vállalta a nem kis fáradsággal járó munka dandárját! Köszönet azért is, hogy mindig azon szorgoskodik, hogy az egyesület élete minél tartalmasabb legyen.

Kissné Horváth Júlia



B 2
Ú 0
É 2
K 4



Mozgással - Tudással az Aktív Idősprogram megvalósításáról

Mozgással-Tudással az Aktív Időskorért Program az Aktív Magyarországért felelős Államtitkárság támogatásával valósul meg az Országos Szövetség szervezésében. 10 megyében előadást, gyalogló-programot, örömtánc-és bowling programot szervezünk a helyben élő nyugdíjasok részvételével. Cél, hogy a program hozzájáruljon az aktív idősödéssel kapcsolatos szemlélet formálásához, az életminőség javulásához.

Az előadás egy interaktív élményprogram, melynek keretében a résztvevők játékos módon gyűjtik össze az információkat, hogy mit tehetnek saját magukért, a jó közérzetükért, a boldog időskorért. Fontos, hogy minden ember készüljön az időskorára és nyugdíjas évei alatt is tudatosan éljen. Az aktív, egészséges időskorért ugyanis mi magunk is sokat tehetünk. A mindennapi élet fontos részévé kell válnia a rendszeres mozgásnak, mely mozgásprogramok a testi-lelki egészséget is szolgálják.

Két megyében, két helyszínen zajlott a program keretén belül interaktív előadás és gyalogló program, Veszprém megyében, Ajkán, 2 helyszínen, Padragpusztán, illetve a csékuti városrészen séta, valamint Tolna megyében Decsen előadás, Szekszárdon pedig gyaloglás. Mert közösségben gyalogolva beszélgetni, egymás gondját-baját megbeszélni is sokkal közvetlenebbül lehet. Fontos tudatosítani, hogy TV nézés helyett, próbáljuk meg a sétát, a gyaloglást sokkal gyakrabban beiktatni minden napi életünkben, a saját egészségünk érdekében.

Az interaktív előadás keretén belül mind a két helyen a résztvevők játékos formában gyűjtöttek információt arról, hogy mit tehetnek saját magukért, egészségükért, közérzetükért, boldogságukért, a méltó időskorért.

A résztvevők egyöntetű véleménye mindkét helyszínen, hogy jól érezték magukat a programokon. Szívesen vennének részt még hasonló prezentációkon és szervezett sétán is.

Medveczki Aranka



Interaktív előadás Decsen



Ajka-Padragpuszta séta