



Élet az Éveknek

H Í R L E V É L

Nyugdíjasklubok és Idősek "Élet az Éveknek"
Országos Szövetségének Havilapja



Lajosmizsei „Őszikék” Nyugdíjasklub



Kelet-Balaton Kistérségi Társulás tagjai



Kabai Nyugdíjasok Baráti Egyesülete



Gyöngyvirág Nyugdíjasklub tagjai (Kunbaracs)



Bokréta Nyugdíjasklub (Táp)

Országos Szövetségünk elkészítette a
2014. évi kedvezményes üdülési ajánlatát,
melyet a 2014. január havi Hírlevelük mellékleteként
minden klubvezetőnk részére megküldtünk.
Kérjük a klubvezetőket, hogy hívják fel a klubtagok
figyelmét a Szövetségünk által ajánlott üdülési
lehetőségekre.
Elérhetőségeink megtalálható az üdülési ajánlatban!

2014. február

IDŐSGONDOZÓ MOBILTELEFON ÚJDONSÁG

Életet az éveknek Szövetség ajánlásával!



BRUTTÓ ÁR:
29.990 FORINT

➤ Szeretné baj esetén, egy gombnyomással háziorvosát, családtagját, rokonát, ismerősét értesíteni akár otthon van, akár az utcán történik Önnel valami baj? Hiszen nem minden esetben van nálunk a telefon, vagy olyan helyzetbe kerülünk (baleset, rosszullét), hogy nem tudunk telefonálni.

➤ Idegenkedik az új technológiáktól? Nem ismeri a mobiltelefonokat? - **VAN MEGOLDÁS!**

Önnek nem kell a telefontal foglalkoznia, csak egy KARPARECET kell magán hordania, amely vízálló, ütésálló. Baj esetén a PIROS gombot kell megnyomni. Önnek más teendője nincsen.

A karparecet fürdés közben sem kell levennie, miközben a telefont nem kell bevinni a fürdőszobába. Ha elmegy hazulról bevásárolni, vagy kirándulni a telefont beteszi a táskájába, a karparecet természetesen a kezén tartja. Így baj esetén, a lakáson kívül is hasznos eszköz az idősgondozó mobiltelefon.

A piros gomb megnyomását követően a készülék öt előre programozott számot sorban felhív, valamint opcionálisan SMS üzenetet küld (a szöveg előre beállítható). Amennyiben a hívott fél fogadja a hívást, akkor az Ön készüléke automatikusan kihangosított állapotba kerül, így távolról is tud beszélni a hívott féllel.

A készülék kártya független, bármelyik szolgáltató, hagyományos SIM kártyájával működik. A csomag SIM kártyát nem tartalmaz! A telefon nagy nyomógombokkal, nagy karakter kijelzővel, Bluetooth kapcsolati lehetőséggel, elemlámpával, töltőbölcsővel rendelkezik a könnyebb kezelhetőség érdekében. A készülék magyar nyelvű menüvel és hangbemondással rendelkezik! A készülék alkalmas fotók készítésére és beépített rádióval is rendelkezik.

**A telefon forgalmazója a Young V.T.S. Informatikai és Kereskedelmi Kft.
1139 Budapest, Frangepán u. 26.**

Kérjük, megrendelését a megrendelőlap megküldésével a **Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetsége** postacímére, vagy email címére megküldeni. **1053 Budapest, Királyi Pál utca 20 I/3., Telf/fax: 06/1/327-0118, Email: nyugszov@hu.inter.net**

MAXCOM MM715BB Idősgondozó mobiltelefon MEGRENDELŐ LAP

Név.....

Cím:.....

Szállítási cím (ha más, mint a számlakiállítási cím).....

Telefonszám (a futár ezt a számot fogja hívni kiszállítás előtt!).....

Megrendelt mennyiség.....

Aláírás.....

Dátum:.....

Kérjük, hogy minden adatot nyomtatott nagy betűkkel, olvashatóan töltsenek ki!

Amennyiben ezen a megrendelő lapon keresztül rendeli meg az eszközt, úgy a Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetségét is támogatja vásárlásával egyben!

***A házhozszállítás költsége belföldön 1.590 Ft + ÁFA, melyet a készülék ára nem tartalmaz!**

KEDVES KLUBTAGOK



Kedves Klubtagok!

Mindenekelőtt szeretném megköszönni Nektek a sok karácsonyi és újévi üdvözetet. Köszönjük a képeslapokat, a telefonhívásokat, az sms-eket és az e-mailben küldött sok szép, csilingelő, daloló hangos képeslapot. Még egyszer az elnökség és a magam nevében is sok boldogságot, biztonságot, jó egészséget kívánok Nektek!

Mint tudjátok, a Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetsége **fennállásának 25. évfordulóját ünnepeli ebben az évben.** Elnökségünk ülésezett az év elején, és döntöttünk azokról az eseményekről, amelyek alkalmat adnak majd az év folyamán, kisebb és nagyobb közösségben is, a megemlékezésre. Minden megyei szervezetünket arra biztatunk, tervezzék meg a saját megemlékezésüket. Egy-egy megyében, egymáshoz közelebb, sok olyan emlék van, amit érdemes összegyűjteni, megmutatni egymásnak. Ilyenkor előkerül egy-egy fotó, emléklap, ami előhívja az emlékeket az együtt eltöltött üdülésről, táncmulatságról, kulturális vetélkedőről. A fotókon viszont láthatjátok magatokat... fiatalon. Igen, hiszen szerencsére sok olyan tagunk van, aki 20-25 éve csatlakozott Klubszövetségünkhöz. És persze, ilyenkor mindig megemlékezünk azokról is, akik már nincsenek közöttünk.

Több olyan programot tervezünk, ahová az ország minden területéről várunk benneteket. Ismét több mint ezren jelentkeztek a **balatonfüredi kulturális fesztiválra.** Meglepetésekkel készülünk. A ma már hagyományosnak nevezhető, 3 napos programunk a 25 éves évforduló egyik méltó eseménye lesz.

Budapesti Szervezetünk készíti elő a **Knoll Emlékülést.** Az ülésen megemlékezünk alapítóinkról, és erre az alkalomra elkészül egy film, amivel Knoll Istvánnak, alapító elnökünknek állítunk emléket. A mintegy 20 perces film, válogatás lesz Knoll István filmjeiből. Itt szeretnénk átadni a Knoll emléklapokat, díszleveleket is azoknak, akik kiemelkedő munkát végeztek közösségünkért.

Október 20-án, a felújított **Zeneakadémiára** hívunk meg benneteket. Igazán szép koncerttel fejezzük be az ünnepi évet!

Más rendezvényekről is döntöttünk. Szeretnénk ebben az évben megszervezni az **egészségkonferenciát.** Szövetségünk az elmúlt 25 évben folyamatosan azon dolgozott, s teszi ezt ma is, hogy az egyre hosszabb élet éveket mind jobb egészségi állapotban éljék tagjaink. E kezdeményezéseink nemcsak tagjainkat, hanem a magyarországi idősek valamennyi közösségét is érintik. Gondoljunk csak arra az úttörőszerepünkre,

amit az üdülésszervezés terén végeztünk. Szövetségünk hívta fel a figyelmet arra, hogy az időseknek is érdemes üdülést szervezni, majd kezdeményeztük az Idősbarát Szálloda cím adományozását. A konferencián hazai és külföldi jó gyakorlatokat fogunk bemutatni.

Budapesti Szervezetünk és a Fejér megyeiek **kiállítását szerveznek.** Kérlek, támogassátok munkájukat azzal, hogy ti is összegyűjtitek és elkülditek azokat az emlékeket, amikről azt gondoljátok, mások is örömmel nézik meg őket, hiszen régi, közös emlékeket idéznek fel. Örömmel veszik majd, ha a kiállítást meg is látogatjátok. Időben szólni fogunk a megnyitásról.

Tisztelt Klubtagok!

Az ünnepi készülődés mellett persze, ott vannak a hétköznapiak is. Rögtön az év elején sok telefont, megkeresést kaptunk a fürdőjegyek elosztása miatt. Az év végén sokan örültek a Magyar Nemzeti Üdülési Alapítvány által meghirdetett kedvezményes lehetőségnek. Az év elején meg sokan bánatosak voltak, mert a jegyek másfél hét alatt elfogytak. Szép számmal volt olyan is, aki fel volt háborodva, s kérték, álljunk ki az érdekükben. Mint a Szövetség elnökeként és mint a Nyugdíjasok Országos Képviselője elnökeként, megtettem. Valóban igaz, hogy a Magyar Nemzeti Üdülési Alapítvány pályázata nem jelezte, hogy mindösszesen csak 15 ezer ember juthat kedvezményes fürdőjegyhez. Ez az érintett korcsoport, a jogosultak 0,8%-a! Ráadásul, a pályázati feltételként megjelölt, a Nyugdíjfolyósító Igazgatóság által a pályázó nevére kiállított 2013. évi nyugdíjigazolás számos helyen az év első heteiben még nem jutott el a nyugdíjashoz. Jeleztem, hogy így a pályázók egy része önhibáján kívül nem adhatta be a pályázatát. Ez egyértelműen a pályázat diszkriminatív eleme volt.

Még el sem kezdődött a tél! Sokan azonban már megfagytak. Köztük olyanok is, akiket a halál a lakásukban ért. Egyre többen válnak kiszolgáltatottá, dönteniük kell, odaadják-e a kisnyugdíjukat a gyerekeiknek, vagy egyenek, kiváltsák-e a gyógyszereiket.

Figyeljetek egymásra, segítsétek a környezetetekben élő kiszolgáltatott embereket.

Elhatároztam, hogy mai írásomat is úgy zárom: a jó szó, a figyelem, a szeretet értelmet ad az életnek, és... időnként életet menthet.

Üdvözléssel: Hegyesiné Orsós Éva, elnök

KLUBRÓL-KLUBRA



Ki Tud Többet az „Életet az éveknek” Klubszövetségről

JUBILEUMI VETÉLKEDŐ

- második forduló -

A Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetsége **2014. évben ünnepli 25 éves jubileumát**. Az évforduló alkalmából 3 fordulós vetélkedőt hirdet tagjai körében. A három forduló alkalmával 7-7 kérdést teszünk fel, mely mind a Szövetségünk 25 éves tevékenységéről szólnak, azzal vannak összefüggésben.

A kérdésekre választ találhattok a www.eletetazeveknek.hu honlapon, az Internet más oldalain, a több éve folyamatosan megjelenő „Életet az éveknek” Hírlevél írásában. A megfejtéseket levélben, vagy emailen kérjük a Szövetség elérhetőségére megküldeni: Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetsége: Budapest, 1053 Királyi Pál u. 20. I/3, tel/fax: 06/1/327-0118, Email: nyugszov@hu.inter.net

Kérjük, hogy a megfejtéseket tartalmazó levélben szerepeljen a beküldő neve, címe, telefonszáma, nyugdíjasklubjának neve. Egy klubból több megfejtés is érkezhet. Kérjük, egyértelműen tüntessék fel a megfejtés számát és betűjelét, pl.: 1/a. A borítékra írjátok rá, JUBILEUMI VETÉLKEDŐ. A második forduló válaszainak a beküldési határideje 2014. február 28. Helyes megfejtőnek számít az, aki mind a három forduló kérdéseire beküldi a helyes választ. A legjobb három megfejtő között értékes ajándékot sorsolunk ki.

8./ Melyik az a nagy országos idős szervezet, melynek egyik alapítója Országos Szövetségünk? (A helyes választ kérjük aláhúzni.)

- a./ Nyugdíjasok Országos Szövetsége
- b./ Nyugdíjas Egyesületek Országos Szövetsége
- c./ Nyugdíjasok Országos Képviselőlete

9./ Kinek a kezdeményezésére és mikortól ünnepeljük az Idősek Világnapját? (A helyes választ kérjük aláhúzni.)

- a./ Európa Tanács 1989.
- b./ ENSZ 1991.
- c./ FIAPA 2004.

10./ Mikor ünnepeljük az Idősek Világnapját? (A helyes választ kérjük aláhúzni.)

- a./ október 01.
- b./ november 15.
- c./ március 08.

11./ A Szövetség megalakulásától napjainkig hány elnöke volt a Szövetségnek? (A helyes választ kérjük aláhúzni.)

- a./ 2

b./ 3

c./ 4

12./ Sorolja fel a Szövetség volt és jelenlegi elnökeinek nevét, időrendi sorrendben, megalakulásunktól napjainkig?

.....
.....
.....

13./ Soroljon fel legalább 3 olyan országos művészeti programot, rendezvényt, mely az Országos Szövetség kulturális munkáját fémjelzi?

- a./
- b./
- c./

14./ Melyik volt az a jelentős (több fordulós) művészeti esemény, amely egyik legnagyobb magyar költőnk nevéhez kötődik? (A helyes választ kérjük aláhúzni.)

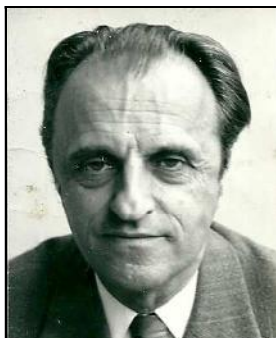
- a./ Arany János Országos Szavaló Verseny
- b./ József Attila Országos Szavaló Verseny
- c./ Petőfi Sándor Országos Szavaló Verseny

Emlékezés

Az ünnepekhez közeledve eszünkbe jutnak eltávozott hozzátartozóink, rokonaink, jó barátaink, ismerőseink. Rájuk emlékezünk, kik eltávoztak az élők soraiból, hiszen az idő múlása fátylat borít bánatunkra. Emlékezetemben élénken él még egy szomorú nap, szeptemberben elvesztettünk egy jó embert és igaz barátot, Katikát, Sándor Imrénét, ki az „Életet az Éveknek” Nyugdíjas Szövetségnek is megbecsült, kitüntetett tagja volt. Nyolc évvel ezelőtt ismertem meg. Már az első találkozásunknál megérintett értelmes tekintete, kritikus, szókimondó egyénisége. Úgy gondoltam, egy kicsit „szórszálhasogató”, a későbbiek során azonban rájöttem, nagyon jól látja a dolgokat, kritikái mindig barátiak és építő jellegűek voltak. Meghallgatott másokat és elfogadta érveiket is. Csapatával, a Kisterenyei Kastélykert Klub tagjaival kiemelkedő munkát végzett. A rendezvényekre

mindig nagyon igényesen készültek, hiszen pedagógusként a hosszú évek alatt ezt szokta meg. Szervező munkája kiváló és sokrétű volt. Huszonnégy év alatt idős társainak számos élmény teli programot rendezett. Büszke voltam, hogy a barátomnak tekinthettem. Megható volt hallgatni, amint temetésén – a technika segítségével – ő maga mondja el élete történetét, ő búcsúzott el tőlünk. Ezt is gondosan megtervezte, mint annyi mást. A temetőhegyen ballagva koporsója után elgondolkoztam, hogyan veszítünk el egyre több igaz embert, jó barátot, s vajon mi kellőképpen megköszöntük-e neki munkáját, értékeltük-e tevékenységét, éreztük-e hálánkat, elbúcsúztunk-e tőle méltóképpen? Így utólag szívből búcsúzunk tőle, és örök nyugalommal kívánunk neki.

Vidó Józsefné



**A Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az éveknek”
Országos Szövetsége
25 ÉVES JUBILEUMA ALKALMÁBÓL
Alapító Elnökére KNOLL ISTVÁNRA emlékezik**

A Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetsége életében 1998. augusztus 28-a szomorú gyásznapi volt. Ezen a napon hunyt el, hosszas betegség után, Knoll István, a Szövetség alapító elnöke, az „Életet az éveknek” mozgalom megalkotója, „szülőatyja”.

Knoll István 1924. július 28-án, Bicskén született, ahol édesapja falusi orvosként dolgozott. Édesanyja Pojlák Anna. Gimnáziumi tanulmányait Pestre kerülve a II. Rákóczi Ferenc Gimnáziumban folytatta, és ott is érettségizett. Érettségi után a Fővárosi **Tanács** Szociálpolitikai Osztályán dolgozott, és ezzel egyidőben elvégezte filmművészeti tanulmányait is, majd a Filmgyárban dolgozott. Eközben esti tagozaton elvégezte a filmoperatőri tanulmányokat is.

1956-tól a Magyar Filmhíradónál dolgozott, kezdetben segédoperatőrként, majd önálló rendező-operatőri munkakörben. Ennek során közel 30 országban járt tudósítónak. Angol és német nyelven beszélt. A filmhíradói tevékenység mellett önállóan készített riport- és dokumentumfilmeket, melyekkel számtalan hazai és külföldi díjat nyert.

Javaslatára 1970 márciusában, a Magyar Televízióban megkezdődött az "Életet az éveknek" nyugdíjasok műsora, melyet 15 éven keresztül rendezett. Jó néhány alkalommal nívódíjat is kapott érte. A műsor kapcsán kérték fel a Hazafias Népfront vezetői arra, hogy vállalja el a Népfront idősök ügyeivel foglalkozó bizottságának elnöki tisztét. Ezt a feladatot is éveken át végezte.

Balázs Béla-díjat kapott, majd Erdemes Művész-kitüntetés, s SZOT-díjjal is elismerték.

A TV műsora mintegy életre hívta, majd abból terebélyesedett a Nyugdíjasklubok mozgalma. Az egyesülési törvény hiánya miatt ez kezdetben csak Baráti Körként működhetett, majd 1989-ben megalakult a Nyugdíjasklubok és Idősek "Életet az éveknek" Országos Szövetsége. Ennek első perctől haláláig megválasztott elnöke volt.

Elnökségének ideje alatt együtt élt, együtt lélegzett az idősökkel, ismerte, értette problémáikat, gondolataikat, igényeiket és kívánságaikat. Nemcsak mint egy nagy egységre, társadalmi csoportra figyelt oda, hanem volt energiája és ereje, hogy a hozzá fordulóknak személyes problémákkal is foglalkozzon. Nem volt fárasztó számára, hogy több száz kilométerre lévő kis faluban működő, 10 fős klub rendezvényén is megjelenjen.

Folyamatosan azon dolgozott, hogy az idősök a társadalom megbecsült és elismert állampolgárai

legyenek, életüket aktívan éljék. Művész ember lévén sokat tett a kultúra, a hagyományok megőrzése és átadása terén.

A nyugdíjasok érdekképviselője, érdekvédője terén is elévülhetetlen eredmények fűződnek nevéhez.

A Nyugdíjasok Országos Kamarájának, majd később az ebből megalakult Nyugdíjasok Országos Képviselőtestületének alapítója, s kezdettől fogva haláláig megválasztott elnöke volt.

A létrehozott Nyugdíjbiztosítási Önkormányzatban, mint országosan megválasztott képviselő, négy éven át tevékenykedett.

Az idősök szervezeteinek küldötteként 1 éven át a Magyar Televízió Társadalmi Kuratóriumának, s azt követően a Magyar Rádió Társadalmi Kuratóriumának a tagja volt.

Az első országos Időügyi Tanácsnak nemcsak a tagja, hanem egyben a szóvivője is volt.

A Pest megyében működő nyugdíjasklubok kérésére a Nyugdíjasklubok és Idősek "Életet az éveknek" Országos Szövetsége, mint társadalmi szervezet, elindult a Pest megyei Önkormányzati választásokon, s ennek eredményeként megyei önkormányzati képviselőként tevékenykedett haláláig.

A Népjóléti Miniszter 1998-ban állami kitüntetésben részesítette.

Kérjük valamennyi megyei szervezetünk tagját, klubvezetőit, mindazokat, akik személyesen és mindazokat, akik mások elbeszéléseiből ismerték, hogy Knoll István tevékenységének felelevenítésével, egy perces felállással, vagy gyertyagyújtással emlékezzenek Rá.

Kérjük, emlékezzenek vissza arra a nagyszerű emberre, aki életének utolsó évtizedeit az "Életet az éveknek" mozgalom megalkotására, fejlesztésére, az idősök sorsának jobbítására fordította, s tette ezt önzetlennél, hallatlan odaadással és szeretettel.

KLUBRÓL-KLUBRA

Egy év a közösségi életünkben – fotó a címlapon -

A **Kabai Nyugdíjasok Baráti Egyesülete** tagjai számára szinte észrevétlenül surrant el a 2013-as év. Elteltek a napok és hónapok, de nem tettek és eredmények nélkül. Mi nyugdíjasok sokat teszünk saját és mások érdekeinek figyelembevételével a közösségért. Összekovácsolt egységként tartjuk egymással a kapcsolatot. A hátunk mögött kullogó idő, sok szép emléket cipel magával.

Az elmúlt évben igen sok meghívásnak tettünk eleget. Ötvenhárom alkalommal kaptunk különböző településekről, baráti kluboktól meghívást, huszonegy alkalommal részt is tudtunk venni, remek hangulatban és sok élménnyel, tapasztalattal tértünk haza, s öregbítettük városunk hírnevét. Büszkék vagyunk az Egyesület Búzaírág Pávkörére, hiszen sok helyen ők képviselik az Egyesületet.

Számos nagyszabású rendezvényre kaptunk felkérést, melyet teljesítettünk: pl. Tiszaörs Fürdő 80. éves fennállásának ünnepe, Kabai Káposztás Nap, ahol első

helyezést értünk el, Debrecenben a Régi Ízek Fesztiválja, Budapesten a Láng Művelődési Központban Országos Nyugdíjas Népdalkörök Találkozója, Derecskén I. Országos Bor- és Summásdal Fesztivál, Budapesten a Nyugdíjas Expo. 2013-ban két nagyobb rendezvényünk volt: egyik tavasszal, a hetedik alkalommal megrendezett Dalos Találkozó, melyen 110–120 fő vett részt és novemberben az összevont közös név- és születésnapok megünneplése.

Nagy szükség van a közösségi rendezvényekre, ahol a nyugdíjasok közelebb kerülnek egymáshoz, hogy jól érezzék magukat, megfelelkezve gondjaikról, bajaikról.

Köszönet az Egyesület tagjainak, akik aktívan kivették részüket a programok és a rendezvények zavartalan lebonyolításában, illetve részvételükkel támogatták az Egyesület munkáját.

Gere Gyuláné elnök

Évforduló

A **Györségi Nefelejcs Egyesület Nyugdíjasklub** tagjai örömteli izgalommal készültek a klub fennállásának 25. éves évfordulójára, melyet rengeteg tervezés és készülődés előzött meg. A jubileumi ünnepet a nemrég elkészült szép művelődési házban tartották, ahol valamennyien a régi és az új tagok, valamint a meghívott vendégek kényelmesen elfértek.

Az ünnepségre meghívták Kara Ákos országgyűlési képviselőt és Ferenczi Zsolt polgármestert. Testvér klubjaikat a tápiak, a tápszentmiklósiak és a nyúli klub tagjait is nagy szeretettel fogadták. A klubvezető Vasi Fodor Miklósné a klubnapló alapján felelevenítette a 25 év méltó eseményeit.

Ezután a klub tagjai egy kis műsort adtak elő, mely nagy sikert aratott. A műsort, amire a tagok örömmel

és izgalommal készültek, a vendégek nagy tapssal köszöntek meg. A meghívott klubok vezetői szép szavakkal köszöntötték a jubiláló klub tagjait. Kara Ákos köszöntője mellé minden nyugdíjas egy szál virágot is kapott. A polgármester úr a további sikeres klubélethez jó egészséget kívánt és egy hatalmas üveg pezsgőt ajándékozott a klubnak.

A műsor és a köszöntők után átmentek a templomba, ahol János atya misét celebrált az elhunyt klubtagok lelki üdvéért.

Visszatérve az ünnepség helyszínére finom ételek, italok és sütemények várták a résztvevőket. Jó hangulat kerekedett, nagy beszélgetésekkel és nótázással fejeződött be az ünnepség.

Szép emlék és nagy élmény marad mindenki számára ez a jelentős esemény.

Vasi Fodor Miklósné

15 éve a szépkorúakért

Szép számú jelenlévővel ünnepelte megalakulásának 15 éves évfordulóját a **Gyepesi Nyugdíjas Klub**. A régi iskola megszokott, klubhelységnek kikiáltott termében tartotta jubileumi összejövetelét a falu szépkorúinak társasága, melyen majd 70 fő volt jelen. Az alapító tagok (Hegyi Lászlóné, Hegyi László, Hornyák Árminné, Búzás Lajosné, Véber Ágnes, Áment Jánosné, Magyaróvári Mihály, Magyaróvári Mihályné, Pék Gyula, Rózsavölgyi Józsefné, Öveges Tibor, Öveges Tiborné és Rosta Rudolf) mellett az éveik során csatlakozottak is nagy örömmel és büszkeséggel koccintottak az évfordulóra, s ugyancsak dicsérő szavakkal méltatták az eltelt időt a meghívott vendégek is: Horváth József alpolgármester, Pék Attila önkormányzati képviselő és Czingler Sándor, az „Életet az éveknek” Megyei Egyesület elnökségi tagja.

A köszöntő beszédet Samuné Zsuzsa mondta, míg az eltelt 15 év képzeletbeli időutazásának

idegenvezetőjeként Rosta Rudolf villantott fel eseményeket.

A jubileumi összejövetelt összekötötték a hagyományos névnaposai koccintással is, a második félév névnaposok kaptak vastapsot és nótát ajándékba.

Az est egyik csúcspontja a profin koreografált és előadott kultúrműsor volt, a másik természetesen az ínycsiklandozó vacsora, mellyel Szabó Gyula és neje örvendeztette meg az ünneplőket. A mennyei falatokat jó borokkal öblítették, s az asszonyok által készített süteményekkel „fojtották le”.

A nyugdíjas rendezvények elmaradhatatlan „kelléke”, a nótacsokor sem váratott sokáig magára: a vacsora után majd’ éjfélig bírták a torkok.

Nagyon jó hangulatú, a jubileumhoz méltó, emlékezetes este volt.

(VCZA Ajka-Bakonygyepes)

KLUBRÓL-KLUBRA

45 éves a Derecskei Hagyományörző Nyugdíjasklub

2013. december 7-én a Derecskei Hagyományörző Nyugdíjas klub hetedik alkalommal rendezte meg Nyugdíjas Gálaműsorát, egybe kötve a klub 45 éves évfordulójával.

Az ünnepséget Kocsis Róbert, a Hadú-Bihar megyei Közgyűlés Alelnöke, valamint Bakó István Derecske város polgármestere, mint fővédnökök nyitották meg. A rendezvényen köszöntőt mondott Dr. Vitányi Iván képviselő.

Meglepetés előadással készült a Civil Összefogás Egyesület Böröcsök Klára elnök vezetésével.

A meghívott 11 klub vezetői is köszöntötték a 45 éves jubileumát ünneplő klubot, majd iskolás gyerekek színjátszó előadással tették színesebbé a programot.

A köszöntő beszédek után Farkas Sándorné klubvezető méltatta a klub elért eredményeit, sikereit. Beszédében elmondta, hogy a klub 1968. október 1-én alakult 10 fő részvételével és Suhai Józsefné vezetésével, a klubvezetői poszton őt Pap Elemér és Balla János követte. Az akkor újonnan épült Művelődés Ház adott otthont számukra, itt találkoztak kéthetente. Együtt jártak moziba, színházba, megünnepezték egymás névnapját, nőnapot, anyák napját, a nyári időszakban fürdőzéssel egybekötött klubtalálkozókra mentek. Énekkart is alakítottak, először csak férfiakból állt a kórus, katonadalokat énekeltek, később hölgyek is csatlakoztak hozzájuk. Az énekkar a megalakulása óta sikeresen működik.

Megalakulásuk első éve után a klub vezetését Berényi Ervinné vette át, aki 22 évig volt a klub vezetője, majd őt 1991-ben Kiss Józsefné követte, aki követte az elődök által lerakott utat, melyet sikeresen tovább fejlesztett és bővített programokkal. Kiss Józsefné 14 éven át vezette a klubot, majd 2005-ben Farkas

Sándornét választották meg klubvezetőnek, aki jelenleg is irányítja a klubot. A stabil alapokkal rendelkező klub folytatta az elődök által lerakott utat, és újabb ötletekkel bővítették a közösség életét. Ilyen program, pl. a hetedik alkalommal megrendezett Hajdú-Bihar Megyei Humorfesztivál, vagy a Nyugdíjas Gála. Harmadik alkalommal országos rendezvényt is szerveznek Bordal és Summásdal Fesztivál néven.

Létrehozták Betlehemes Csoportjukat, mely már hetedik éve működik és a hagyományok felelevenítése, megőrzése a céljuk.

Táncscsoportjuk 5 éve működik, ma már férfiak is kapcsolódtak a táncosokhoz.

A 45 év alatt jó kapcsolatokat alakítottak ki a környező települések klubjaival, amit az évek múlásával egyre gyarapítottak. Ápolják a kapcsolatot Derecske város testvértelepüléseivel, sőt határon túli magyar klubokkal is.

A klub nem tudna sikeresen működni, ha a mindenkori városvezetés nem támogatná a klubot, mely mind anyagiakban, mind erkölcsi és szakmai támogatásban mutatkozik meg.

A klub tagjai remélik, hogy a jövő generációjának is lesz lehetősége arra, hogy hasonlóan pozitív közösségi élményekkel gazdagodjanak.

A klub vezetősége mindig támaszkodhat a klubtagokra, akik jönnek és teszik a dolgukat magukért, a klubért, a közösségért, a városért.

A 45 évnyi élményre történő visszatekintést finom vacsora követte, majd Szabó Lajos magyar nótá énekes műsora következett. Az ünnepség hajnali három órakor ért véget.

Farkas Sándorné klubvezető

Évzáró tanácskozás Miskolcon

Az „Életet az éveknek” Nyugdíjas Szövetség Borsod-Abaúj-Zemplén Megyei Szervezete Miskolcon, a Vasgyári Közösségi Házban tartotta meg 2013. december 19-én az év végi klubvezetői tanácskozását.

A tanácskozáson 51 fő vett részt. Szőnyi Gáborné megyei elnök rövid tájékoztatást adott az elmúlt időszakban végzett feladatokról, majd vázolta a 2014-es év legfontosabb feladatait. Hangsúlyozta, hogy az „Életet az éveknek” Szövetség 2014-ben ünnepli fennállásának 25 éves évfordulóját.

Ezt követően Sebőné Bíró Klára a kedvezményes üdülésre hívta fel a figyelmet, hogy minél többen vegyék igénybe. Víg Gyuláné a nyugdíjasokat érintő szociális kedvezményekről szólt. Barcsi Lajosné, a harsányi klub vezetője tájékoztatta a résztvevőket, hogy Harsányban megnyitották a sóbarlangot, melynek látogatására invitált mindenkit.

A klubvezetői tanácskozáson elhangzott beszédek után a résztvevőket bőségesen megterített süteményes asztalok és italok várták.

A tanácskozás fénypontja a rövid kultúrműsor volt. A műsorban fellépett a Mezőkeresztesi Szent Erzsébet Kórus, a Miskolci Nyugdíjas Magányosok Klubja, a Hernádnémeti Naplemente Klub, a Miskolci Mosolyország Egyesület, a Mályi Klub, a Miskolc Szenior Klub, a Martintelepi Klub, a Miskolc Távközlési és Postás Klub és az Encsi Évgyűrűk Klubja.

A műsor végén a hangulatot emelte Víg Gyuláné, aki vicceket mesélt. Az év végi összejövetel igazán emlékezetesen jó hangulatban telt.

Szőnyi Gáborné megyei elnök

KLUBKÁRTYA

ÉLETET AZ ÉVEKNEK" KLUBKÁRTYA

1/ Mi a kártya feladata?

Elsősorban az „Életet az éveknek” Klubmozgalomhoz való tartozást fejezi ki, a tagság igazolására szolgál, a Szövetség által szervezett programokon, rendezvényeken, akciókon való kedvezményes, illetve ingyenes részvételt teszi lehetővé. Az „Életet az éveknek” közösséghez való elkötelezettség, az összetartozás jelképe.

Másodsorban kedvezménykártya, melyet a MAKASZ-hoz való csatlakozásunk biztosít. A kedvezmények széleskörűek, ennek felsorolására jelen levelünkben nem vállalkozhatunk, de a www.makasz.hu oldalon a kedvezmények felsorolása megtalálható. Az is megtalálható, hogy mely településen és üzletekben használható fel a kártya. Számos kedvezmény az ország egész területén igénybe vehető. Más kedvezmények a települések egy részén érhetők el. A visszajelzések azt mutatják, hogy évente két-három alkalommal használva, a kártya ára megtérül. Aki a vásárlásai előtt rendszeresen tájékozódik, hol kaphat kedvezményt a kártyával, évente akár több ezer forintot is megtakaríthat.

2/ Mennyibe kerül az „Életet az éveknek” Klubkártya?

Az „Életet az éveknek” Szövetség klubjaihoz tartozó idősok részére **700 Ft/év**.

Az „Életet az éveknek” Szövetség tagjainak hozzátartozói részére a társkártya **1.100 Ft/év**.

3/ Mit vállalunk a Klubkártya igénylésekor?

Három éven keresztül kötelezően meg kell hosszabbítani a klubkártyát, a klubkártya minden év szeptember végétől a következő év szeptember végéig használható, majd a belekerülési összeg újabb megfizetésével újabb egy éven át igénybe vehető a kártya nyújtotta kedvezmény.

4/ Hogyan lehetünk kártyatulajdonosok?

A nyugdíjas klubvezetők összegyűjtik a kártyát igénylők névsorát, és azt **minden évben, legkésőbb április 20-ig** eljuttatják Szövetségünk címére. Ezt követően a beérkezett igényeket a Szövetség visszaigazolja, és a kártya díjának megfizetéséhez szükséges csekket megküldi a klubvezetőnek. A befizetést követően a MAKASZ a kártyákat legyártatja. Ezt követően Szövetségünk eljuttatja a kártyát a klubvezetőn keresztül a klubtagokhoz.

5/ Milyen kedvezmények vehetők igénybe a kártyával?

Csak néhány lehetőséget emelünk ki, hiszen nagyon sok kedvezményt ajánl a klubkártya, ezekről – ahogyan már említettük – a www.makasz.hu honlapon, vagy a **06/1/281-1190 MAKASZ**

ügyfélszolgálati telefonszámon, illetve az info@makasz.hu email címen lehet informálódni.

- AGIP HUNGÁRIA (üzemanyag kedvezmény: 8 Ft/liter)
- Rapidus Optika (**szemüvegkészítés** 30 % kedvezmény)
- Salus Gyógypont **Egészség Áruház** (10 %)
- **Herbária Szaküzletek** (5 %)
- Bringó Hintó kölcsönzés a Margitszigeten (10 %)
- MÁV Nosztalgia Parkba belépő (10 %)
- Remagnet Kft. **mágnessterápiás eszközök** (10 %)
- MEDOC **Egészségközpont:** egészségügyi szolgáltatások, CT-lézer-mammográfia (10 %)
- Több helyen és helyszínen **fogászati központok** 10 %-os kedvezmény
- **Lakás felszerelések:** pl.: Matrackirály (10 %), Praktiker (minden hónapban 3 napján 10 %), Euronics (3 %) – elektronikai szaküzlet
- **Kultúra:** Álomautó Múzeum (20 %), József Attila Színház (20 %), Alexandra Könyvárúhá (5 %),
- **Telefon:** VODAFON MAKASZ kedvezményes tarifacsomag
- **Bank:** K&H Bank különböző kedvezmény csomagjai
- **Újság előfizetések,** pl.: Blikk, Nők Lapja, Nemzeti Sport, Best, Színes RTV, Színes két hetes TV műsor, TVR-hét, 168 óra, Élet és Irodalom, HVG, Zsaru Magazin, Családi lap
- **Étterem:** pl. Burger King 10 %, Vöröspostakocsi étterem 10 %, stb.
- **REGIO Játékbolt** (10 %)

6/ Mi a teendő, ha már rendelkezünk klubkártyával?

A Hírlevelünk 9. oldalán található megrendelőlap kitöltésekor meg kell jelölni, hogy már rendelkeznek klubkártyával. A megrendelőlapot 2014. április 20-ig el kell juttatni a Szövetségük valamelyik elérhetőségére, majd a meghosszabbítás díjának befizetését követően szeptember hónapban megküldjük a meghosszabbítást biztosító vonalkódos matricát, melyet a kártyára rá kell ragasztani. Mint tudjuk a kártyák szeptember végétől a következő év szeptember végéig érvényesek.

Az Megrendelőlap a Hírlevél következő oldalán található.

KLUBKÁRTYA

Folytatás a 8. oldalról!

MEGRENDELŐLAP

AZ „ÉLETET AZ ÉVEKNEK” Makasz KLUBKÁRTYA IGÉNYLÉSÉHEZ

Klubtagoknak 700 Ft/év, klubtagok hozzátartozóinak társkártya 1.100 Ft/év

Kérjük olvashatóan kitölteni és az adatokat pontosan, teljes körűen megadni.

Beküldendő: Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetsége
 Budapest, 1053 Királyi Pál u. 20. I/3., Tel/fax: 06/1/327-0118
 Email: nyugszov@hu.inter.net

Beküldési határidő: 2014. április 20. A megrendelőlap igény szerint sokszorosítható.

Nyugdíjasklub neve:

Nyugdíjasklub vezető neve:

Nyugdíjasklub vezető címe:

Nyugdíjasklub vezető telefon és email címe:

Megye:

Kérjük megjelölni X-szel minden személynél, hogy milyen kártyát igényel!

	Tagkártya	Társkártya	Új kártya	Hosszabbítás
Név:				
Lakcím:				
Telefon:				
Email:				

	Tagkártya	Társkártya	Új kártya	Hosszabbítás
Név:				
Lakcím:				
Telefon:				
Email:				

	Tagkártya	Társkártya	Új kártya	Hosszabbítás
Név:				
Lakcím:				
Telefon:				
Email:				

	Tagkártya	Társkártya	Új kártya	Hosszabbítás
Név:				
Lakcím:				
Telefon:				
Email:				

	Tagkártya	Társkártya	Új kártya	Hosszabbítás
Név:				
Lakcím:				
Telefon:				
Email:				

Megjegyzés: fontos minden személynél egy email címet megjelölni, hogy folyamatosan tudjuk a tagokat az újabb és újabb kedvezményekről értesíteni!

Dátum:

.....
 Klubvezető aláírása



RICHTER GEDEON

Feledékenység okai

A feledékenység lehet a szellemi leépülés, az Alzheimer-kór egyik első tünete, éppen ezért sokan megijednek, amikor észreveszik magukon, hogy nem emlékeznek alapvető dolgokra.

A memória romlása valóban utalhat arra, hogy elkezdődött egy lassú leépülés, de nagyon sok más is állhat a háttérben. Ezek legtöbbje könnyen megszüntethető ok, vagy lassítható folyamat, de gondolni kell rájuk, és tenni ellenük, mert e nélkül tovább fokozódnak a tünetek.

Stressz: A sok stressz nagyon leterheli a gondolkodást, szétszórttá, felületessé tesz, csökkenti a koncentráló képességet, és így okoz feledékenységet.

Fáradtság: A kialvatlanság, az állandó igénybevétel rontja a szellemi képességeket, így a memóriát is.

A figyelem szétaprózódása: A figyelem szóródása, angol kifejezéssel élve a "multi-tasking" kifejezetten káros. Az ilyen jellegű munkavégzés fárasztó, és a kognitív képességek romlásához vezet.

Depresszió: A hangulatzavar tünetei megtévesztően hasonlítanak a demencia tüneteire. A betegek képtelenek koncentrálni, amit feledékenységnek élnek meg. Gyakran nem tudnak válaszolni kérdésekre, de ez többnyire a kedvetlenség, érdektelenség számlájára írható, nem a tényleges emlékezetvesztésnek köszönhető.

Szorongás: A szorongással járó leblokkolás hamar elmúlik. A baj akkor

van, amikor a szorongás tartóssá válik, és emiatt a memóriazavar is állandósul.

Gyógyszerek: A gyógyszereknek sokféle mellékhatása van, így vannak olyan szerek, melyek tompaságot, koncentrációra való képtelenséget, emlékezetkiesést okoznak, ezért mindig érdemes elolvasni a betegájékoztatót.

Alkohol, drogok: Ezek az élvezeti szerek mind a rövid, mind a hosszú távú memóriára károsan hatnak. Alkalmazásuk következményei megjósolhatatlanok, de a pillanatnyi emlékezetkieséstől, az évekkel később jelentkező szellemi leépülésig bármit okozhatnak.

Szervi betegségek: A vese- és májbetegségek mindegyike okozhat zavartságot.

A pajzsmirigy megbetegedéseinél az agy anyagcseréje lassul, ami a gondolkodás lassulásában nyilvánul meg. Megfelelő kezelésével, illetve hormonpótlással a kognitív képességek is visszatérnek.

Fertőzések: Húgyúti fertőzés, tüdőgyulladás szintén okozhat demenciához hasonló tüneteket, különösen a 65 év feletti emberekben.

Agyi keringészavar: Az agy vérellátásának átmeneti romlása szintén eredményezhet lassulást, összeszedetlenséget, zavartságot. Hirtelen fellépő tünetek esetén azonnal orvoshoz kell fordulni!

Dr. Muszil Dóra

forrás: www.felejte.hu

ÜDÜDLÉS**Engedje, hogy Nagyatád Önt is elvarázsolja!
Hotel Solar**

Tavaszi Üdülés**2014. március 01-től - május 31-ig:**Szállás svédasztalos félpanziós ellátással (minimum 2 éj esetén):
6.800 Ft/fő/éj + IFA**Minimum 5 éjszaka esetén****napi fürdőbelépőt,****vagy gyógykúrát adunk ajándékba!**

A gyógykúra napi fürdőbelépőt és 18 gyógykezelést tartalmaz.

Varázslatos Plitvice**2014. április 18.**Kirándulás autóbusszal a Plitvicei tavakhoz
Szállóvendégek részére: 10.000 Ft/fő + Belépődíj

Óriási gyerekkedvezménya tavaszi szünetben (**2014. április 17.-22. között**)
12 éves korig, két felnőttel egy szobában a szállás félpanziós ellátással INGYENES.

IFA: 400 Ft/fő/éj, Egyágyas felár: 2.000 Ft/éj

Csoportok esetén minden 16. fő számára a részvétel ingyenes!

Szép kártyát is elfogadunk!

**JELENTKEZÉS ÉS INFORMÁCIÓ KÉRÉS:****Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetsége**
Budapest, 1053 Királyi Pál u 20. I/3. Tel/fax: 06/1/327-0118
Email: nyugszov@hu.inter.net

KLUBRÓL-KLUBRA

Ünnepeltek az Idősek Zagyarékason

Zagyvarékasi Kékibolya Nyugdíjas Műkedvelő Csoport megalakulásának 20. évfordulóját ünnepelte. Munkájuk célja, hogy a magyar néptánc, a magyar népzene ismertté váljon a fiatalabb korosztály körében is, és minél több követője legyen. Munkásságuk eredményét számos szakmai díjjal, kitüntetéssel ismerték már el. Műsorukkal megyei és országos szintű rendezvényeken lépnek fel. Az országhatárokon túl is ismertté tették a magyar néptánc és népzene hagyományait. A csoport alapítója Fekete Gáborné vezető és Földes Imre művészeti vezető. Földes Imre művészeti vezető az elmúlt 20 év történetét könyvben örökítette meg,

mely a jubileumi ünepségen került átadásra. A könyv címe: „Akik a hagyomány ápolásáért élnek”. A könyv bevezetőjében Földes Imre azt írta, hogy a könyvet biztatásnak szánja, valamint útmutatásként bízva abban, hogy töretlen erővel viszik tovább az eddig elért eredményekben gazdag művészeti munkát, mely méltán öregbíti Zagyarékas és Jász-Nagykun-Szolnok megye hírnevét.

Az „Életet az éveknek” Szolnok Megyei Szervezete szívből gratulál az ünnepelteknek és további munkájukhoz sok sikert, erdményt és szeretetteljes együttműködést kíván.

Gombás Gáborné megyei elnök

„Trükkös” előadás



A **Gyepesi Nyugdíjasklub és a Gyepesi Örökségünk Egyesület** szervezésében sokakat érintő és érdeklő előadásra került sor. Simon László, az Ajkai Rendőrkapitányság bűnmegelőzési osztályának áldozatvédelmi referense tartott érdekes előadást a manapság sajnos elterjedőben lévő, elsősorban idős emberek kárára elkövetett trükkös lopásokról és azok elkerülési lehetőségeiről. A Gyepesi Kultúrház zsúfolásig megtelt nagytermében a téma szakavatottja hasznos ötletekkel is ellátta a jelenlévőket. Felhívta a figyelmet a „csalafinta pénzbeszedőkre”, akik az idősök jóhiszeműségére „utazva” gyűjtenek sokszor

nem is létező segélyszervezeteknek, beteg gyerekeknek, időseknek, állatoknak, ilyen-olyan mondvacsinált károsultaknak. Szó volt még az áldozatvédelemről is, és egy érdekes, eddig sokak számára ismeretlen segítő „eljárást” is bemutatott a jól felkészült rendőrőrmester: nevezetesen, hogy létezik egy ún. pénzügyi segítség is, olyan áldozatoknak, akik pl. nem tudják kiváltani életfontosságú gyógyszereiket, nem tudnak tüzelőt venni vagy épp az aktuális számlák kifizetése okoz számukra igen komoly terhet, mert bűnelkövetés áldozatává váltak. Ilyenkor gyors elbírálás után, kérelem alapján kaphatnak a rászoruló „áldozatok” anyagi segítséget. Minden tekintetben hasznos, érdekes előadás volt, hallgatói kérdésekkel tarkítva.

VCZA

Szösszenet az Izsáki Ezüst Gólya Nyugdíjasklub életéből

Az Izsáki Ezüst Gólya Nyugdíjasklub vezetője **Árvai Istvánné** nemcsak a kártyajáték területén ért el sikereket, hanem 2013. szeptember 25-én Izsák Önkormányzata Díszpolgári Oklevelet adományozott részére, elismerve munkáját. 20 éve sikeres klubvezető, 12 évig az „Életet az Éveknek” Bács-Kiskun Megyei Szervezetének vezetőségi tagja volt. Először kultúrosként, majd ezt követően titkárként tevékenykedett. Köszönet a munkájáért és gratulálunk a kitüntetéshez.

Herczeg László megyei alelnök



A Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetsége tisztelettel várja az SZJA 1 % felajánlásokat. A felajánlott összeget országos, megyei rendezvényeink támogatásához szeretnénk felhasználni.

Adószámunk: 19012377-2-41

FOGYASZTÓVÉDELEM

Tájékoztató a fogyasztói csoportokról szóló szabályok módosításáról

A fogyasztói csoportokat szervező vállalkozásokkal kapcsolatos problémák már jól ismertek: A hitelnyújtásnak látszó hirdetéseket közzé tevő „csoportszervező” vállalkozások szóban rendszerint készpénzt, hitelt ígérnek a koruk vagy anyagi helyzetük folytán kiszolgáltatott fogyasztók számára. Az ügyfelek pedig csak később szembesülnek azzal, hogy az ígért összeget a vállalt határidőre nem kapják meg, sőt, az általuk befizetésre került pénzhez is csak a tíz-tizenöt évre szóló szerződések lejártá után juthatnak hozzá – kamat nélkül –, amennyiben akkor létezik még az adott vállalkozás.

A 2014. január elsejétől hatályba lépett a fogyasztói csoportokról szóló 530/2013. (XII.30.) Kormányrendelet (a továbbiakban: Korm. rendelet), amely szigorú előírásokat tartalmaz a 2012. január elsejét megelőzően létrehozott csoportokra vonatkozóan. A Korm. rendelet értelmében e cégek kötelesek bejelenteni tevékenységüket 2014. január 31-ig a Nemzeti Fogyasztóvédelmi Hatóságnak. A bejelentésben többek között már számot kell adniuk arról, hogy a fogyasztói csoport megalakulása óta egyáltalán mekkora összeget fordítottak a fogyasztók által meghatározott dolgok tulajdonjogának megszerzésére, illetve, hogy az egyes tagok közül ténylegesen hány fogyasztó jutott hozzá az általa remélt dologhoz. A fogyasztói csoportot szervező vállalkozásoknak továbbá a tagok befizetéseit elkülönített számlán kell tartania, amelyek a felhasználásig a tagokat illetik meg a befizetések arányában. A befizetésekkel a cég nem rendelkezhet, csak rendkívül szigorú kivételekkel. E kivételek közé tartozik az az eset, ha egy tag lehetőséget szerez a meghatározott dolog tulajdonjogának megszerzésére és ezzel az összegnek az eladó részére történő kifizetésére. A szerződésben rögzített időtartam végén használható fel még ez az összeg akkor, ha sor került a szerződés felmondására és a taggal elszámolni a felmondásig teljesített befizetések együttes összege erejéig.

Átláthatóbb tájékoztatást kapnak emellett a fogyasztók befizetéseikről: a cégnek ugyanis minden év január 31-ig írásban tájékoztatnia kell a tagot a megelőző év december 31-ig teljesített valamennyi befizetéséről, és az elkülönített számla terhére a megelőző évben teljesített kifizetésekről. A fogyasztó továbbá bármikor tájékoztatást kérhet arról, hogy az elkülönített számlán éppen mekkora összeg áll rendelkezésre, és annak mekkora a kamata. A fogyasztói csoport lényege, hogy a tagok az általuk előre meghatározott dolog tulajdonjogának megszerzésére sorsolás útján vagy a szerződésben meghatározott többletfeltétel vállalása esetén szerezhetnek lehetőséget. A Korm. rendelet értelmében erre úgynevezett nyilvános kiválasztás útján kerül sor. A vállalkozás kötelezettsége ennek pontos helyszínéről és időpontjáról a fogyasztói csoport valamennyi tagját értesíteni írásban úgy, hogy azt a tag legkésőbb a kiválasztást megelőzően nyolc nappal megkapja. A nyilvános kiválasztásról pedig jegyzőkönyvet köteles készíteni, amely megküldésre kell, hogy kerüljön a fogyasztóvédelmi hatóságnak.

A szerződések felmondásának egyes esetei is részletesen meghatározásra kerültek. A fogyasztóknak fontos tudniuk, hogy ha lehetőséget szereztek már a kiválasztott dolog tulajdonjogának megszerzésére, nem szüntethetik meg rendes felmondással a szerződést addig, amíg valamennyi kötelezettségüknek maradéktalanul eleget nem tettek. Ha a fogyasztó rendes felmondás útján mondja fel a szerződését, úgy az addig teljesített befizetések összegét a szerződésben meghatározott időtartam lejártát megelőzően a vállalkozás kizárólag a saját pénzeszközei terhére fizetheti vissza – ez azonban nem kötelezettsége, erről saját maga dönt. Amennyiben ezzel a lehetőséggel nem él, úgy az elszámolásra kizárólag a szerződésben rögzített időtartam végén kerülhet sor.

Más a helyzet viszont akkor, ha a tag a szerződést azonnali hatállyal mondja fel: erre akkor van módja, ha a vállalkozás megsérti a taggal szembeni kötelezettségét (például nem értesíti a tagot megfelelően a nyilvános kiválasztásról). Ez esetben a cég köteles saját pénzeszközei terhére a felmondástól számított hatvan napon belül visszafizetni a felmondásig teljesített befizetések összegét. A vállalkozás szintén élhet az azonnali hatályú felmondás lehetőségével – ide tartozik az az eset, ha a tag ismételt felszólítás ellenére, legalább három alkalommal nem tesz eleget a szerződés szerinti fizetési kötelezettségének. Ugyanakkor lényeges, hogy a taggal való elszámolásra ez esetben csupán a szerződésben rögzített időtartam végén kerül sor. A fogyasztói csoportot szervező cégek mindössze egy esetben jogosultak arra, hogy a még hátralévő részletek teljes összegét azonnal követeljék és ezt a követelést érvényesítsék: ha a dolog tulajdonjogát a fogyasztó már megszerezte és a vállalkozás azonnali hatállyal mondta fel a szerződést. Nem követelhető viszont a tagtól semmilyen befizetés, ha az már valamennyi fizetési kötelezettségét teljesítette esedékesség előtt, és megszerezte a meghatározott dolgot.

Lényeges, hogy a fenti előírások azokra a fogyasztókra is vonatkoznak, akik 2014. január elsejét megelőzően léptek be a 2012. január elsejét megelőzően létrehozott fogyasztói csoportba.

Végül, de nem utolsósorban fontos tisztázni: a fogyasztóvédelemről szóló 1997. évi CLV. törvény szintén változott 2014. január elsejétől, ennek értelmében nyilvános felhívás útján már tilos a fogyasztói csoportokba tagokat toborozni, azaz jogszabályba ütközik, ha egy ilyen cég például ingyenes reklámújságban – vagy bármilyen sajtótermékben – kínálja szolgáltatását. Meghatározásra került emellett az is, hogy a 2012. január 1-jétől létrehozott fogyasztói csoportba új fogyasztó kizárólag „kieső”, a csoportból kilépő fogyasztó helyére vehető fel, akkor, ha az előző tag szerződése felmondással szűnt meg.

Ulcz Miklós



Kiadja: Nyugdíjasklubok és Idősek „Élet az éveknek”
Országos Szövetsége
Budapest, 1053 Királyi Pál u. 20. I/3.
Tel/fax: 06/1/327-0118
Email: nyugszov@hu.inter.net www.eletazeveknek.hu
Lapzártá: minden hónap 18-án
Főszerkesztő: Pirosné Dóczi Gabriella
Felelős kiadó: Dr. Hegyesiné Orsós Éva elnök

„Élet az éveknek”
HÍRLEVÉL

KLUBRÓL-KLUBRA

Beszámoló egy határ menti nyugdíjas rendezvényről - köszönjük a meghívást!

Beregsurány 635 fős község Kárpátalja szomszédságában. Szombaton (2013. november 16-án) a helyi 16 fős **Kossuth Lajos Nyugdíjasklub** Vass Pálné vezetésével rendezte meg a második Határ Menti Nyugdíjas Találkozót.

Eljöttek Kárpátalja öt településéről (42-en): Asztélyból 10 fő, Beregdédáról 5 fő, Beregszászról 12 fő, Kígyósról 10 fő és Nagybégányból 5 fő. Szabolcs-Szatmár-Bereg megyén belüli, Beregsurány közeli településekről Gulácsról 10 fő, Mátészalkáról (két klubból) 16 fő, Tákosról 10 fő és Tornyospálcaról 1 fő képviselte klubját. Először érkezett Nyírbéltelek Nyugdíjas Klubból 5 fő, és Debrecenből jómagam.

Nagyon barátságos hangulatban, két órás műsorral kezdődött a Találkozó, ahol a fellépők nagy sikert arattak. Külön színesítette a rendezvényt a beregdaróci fiatalok fellépése. A műsort tombola követte, majd vacsora és vidám zenés multság következett. Mindenki jól érezte magát, el is határozták, hogy megismétlik jövőre is.

A több mint százfős rendezvény helyszíne a Bay-kúria volt. Az épületet Bay Ferenc és testvérei emeltették, amelyben jelenleg a községi Teleház és a Könyvtár működik.

Cséti Imre



Nyugdíjas egészségnap

Egy lépéssel közelebb kerültek az egészséges élethez, akik 2013. november 29-én **Debrecenben** a Péterfia úti laktanyában részt vehettek a **Bocskai István Bajtársi Egyesület** rendezésében - az új Széchenyi Terv keretei között - életre keltett ötrészes egészségügyi program második egészségnapján.

Mint azt az egyesület elnökétől, Szarka Jánostól megtudtuk, az egyesület kiemelkedő feladatának tekinti az egészségre nevelő, szemléletformáló magatartás elsajátítását, és szorgalmazza az olyan életmódprogramokon való aktív részvételt, amelyek felhívják a tagok figyelmét a legsúlyosabb népbetegségekre. Ilyenek a szív- és érrendszeri, továbbá a daganatos megbetegedések, a káros szenvedélyek, a dohányzás, az alkoholfogyasztás, a kedvezőtlen táplálkozási szokások, valamint a fizikai inaktivitás miatt kialakuló testi, lelki betegségek. Míg Koller Beáta és Aszalós Gergely ötödéves orvostanhallgatók érdekes és

igen színvonalas előadásaikkal elméleti síkon közelítették meg a fenti témákat, addig Vicziánné Erzsike és Tőzsérné Muci a mozgás szerepét hangsúlyozva tornáztatta meg a nyugdíjas résztvevőket.

Szabó Kata által helyszínen készített ízletes padlizsánkrém és répatorta Koroknainé Margó segítségével került a tízóraihoz papírtányérrajra. Az egészségfelmérés harcos katonái Cserkó Gábor és neje Magdika, valamint Szarkáné Irmuska voltak. A tesztlapok, egészségtotók kitöltése után, az orvostanhallgatók fórum keretei között válaszoltak a feltett kérdésekre. A jól sikerült egészségnapon a férjében és vitaminokban gazdag egészséges táplálkozást az ebéd képviselte. Végül a Bocskai István Bajtársi Egyesület egészségnapja a visszajelzések, ötletek gyűjtésével, kiértékelésével jó hangulatban végződött.

Majzik

Ilona

Nyugdíjasok vetélkedtek Gárdonyi Gézáról

A Gárdonyi Géza Emlékévhez csatlakozva a **csikvándi Fehér Akác Nyugdíjas Klub** irodalmi vetélkedőt hirdetett a nagy magyar író tiszteletére. A cél talán nem is a vetélkedés volt, hanem az író műveinek újraolvasása, a sokoldalú „bájos lángelme” alaposabb megismerése. Gárdonyit sokan csak az Egri Csillagok írójaként ismerik, pedig Ő valóságos polihisztor volt, minden érdekelte. Festett, zenét szerzett, vívott, sakkozott, felfedezett egy pókot, botanikus kertje volt, régészkedett. A vetélkedőre részletesen meg kellett ismeri Gárdonyi életrajzi adatait, el kellett olvasni Az Öreg tekintetes és az Aggyisten, Biri kisregényeket, az Én falum kötetben található novellákat. Ismerni kellett a kiválasztott művekben szereplők jellemábrázolását, az író nyelvezetét, a kor társadalomrajzát. A csikvándi kastélyban működő IKSZT adott helyet a vetélkedőnek, ahol a megjelenteket Tóth Lídia Ágota klubvezető köszöntötte, majd Kozma Tibor polgármester mutatta be a községet. Beke Márton főosztályvezető, az Emberi Erőforrások Minisztériuma Közművelődési Osztálya

részéről arra emlékeztetett, hogy minden résztvevő számára jutalom ez a nap, közös emlékezés a nagy íróra. Az EMMI az első három helyezett részére díjat ajánlott fel. A vetélkedő anyagát Baksa Péter tanár úr állította össze. Az 5 tagú csapatoknak írásban, szóban kellett számot adni felkészültségükről, be kellett mutatni egy novella szépségét és elő kellett adni egy dramatizált jelenetet. A csapatok válaszait zsűri értékelt. A vetélkedő eredménye: I. helyezett: Bokréta Nyugdíjas Klub (Táp), II. helyezett: Nefelejcs Nyugdíjas Klub (Nyúl) és a Fehér Akác Nyugdíjas Klub (Csikvánd), III. helyezett: Nyugdíjas Egyesület (Mosonszentmiklós). A zsűri elnöke zárszóként elmondta, hogy dicséretes volt a csapatok tudása, a felkészülés hónapjai alatt bizonyára sokat forgatták Gárdonyi műveit, újra gyönyörködtek alkotásaiban. A vetélkedés izgalmait után finom ebéd, majd dr. Magassy Dániel vezetésével egy könnyed séta következett a szőlőhegyen, ahol a nádfődeles pincék gazdái jó borokkal várták a vendégeket.

Fülöp Anna Mosonszentmiklós

PRP-porckezelés – Vérünk által gyógyulni



Gyakori csípő- és térdízületi fájdalmaink enyhítéséhez nem kell feltétlenül idegen anyagokat bevinnünk a szervezetünkbe, de még a műtét is halasztható, sőt elkerülhető, ha megfelelő gyógymódot választunk: ilyen eljárás a PRP-kezelés.

Az ízületi fájdalmakkal küszködők számára a saját vérukból kinyert kis mennyiségű növekedési faktor visszajuttatása a szervezetbe komoly javulást eredményezhet. A szépségiparban már régóta alkalmazzák az efféle eljárást, de a baleseti sérülésekben sem ismeretlen fogalom a PRP-injekció – tudjuk meg dr. Ambrus Szilárd ortopéd- és traumatológus szakorvostól. Mostantól viszont többek között a kopásos, ízületi betegségekre, insztrakadásokra, szalagok sérüléseire is megoldást nyújthat, ha orvosunk a saját vérünket használja fel a fájdalmak megszüntetésére.

A külföldön már régóta alkalmazott kezelés március óta az ORMOS Intézetben is elérhető. A vérlemezék növekedési faktorban gazdagok – ezen alapul a PRP-kezelés. E vérlemezék a vörös- és fehérvérsejtek mellett találhatók meg a vérben, és a belőlük kiszabaduló anyagok kötőszövet-képződést, ezáltal pedig gyorsabb regenerációt, gyógyulást eredményeznek – magyarázza dr. Ambrus Szilárd. Térd- és csípőízületi bántalmak esetén a kopott porckréteg újraképződését segítik – megszüntetve ezzel a kínzó fájdalmat.

A kezelés első lépéseként elengedhetetlen a páciens teljes körű kivizsgálása, amibe ter-

mészetesen beletartozik a korábbi kórképek megismerése, a különböző laboratóriumi és képalkotó vizsgálatok. Ezután a levett, 10-20 milliliter vérből steril és laboratóriumi körülmények között nyerik ki a vörös- és fehérvérsejteket, s természetesen a vérplazmát. Ez utóbbiban a legnagyobb a vérlemezék száma, így csupán a plazmát injektózzák vissza a szervezetbe – a megfelelő helyre szűrve. Így az közvetlenül a károsodott szövetbe kerül, ezzel is gyorsítva a gyógyulás folyamatát.



A kezelés után elengedhetetlen a pihenés. Legalább egy-két napig javallott a fizikai munka kerülése – és ha betartjuk az orvosi utasítást, a kezelés után sokkal könnyebben végazzuk mindennapi teendőinket, legyen szó házimunkáról, kertészkedésről, vagy éppen sportról.

ORMOS Intézet

1184 Budapest, Hengersor u. 73.

Tel.: 06 1 295 5063

E-mail: titkarsag@ormosintezet.hu

Honlap: www.ormosintezet.hu/kezelesek

boulevard online



blvd.hu

■ egészség ■ pihenés ■ szórakozás