



Életet az Éveknek

H Í R L E V É L

Nyugdíjasklubok és Idősek "Életet az Éveknek"
Országos Szövetségének Havilapja



V. Balatonfüredi „Életet az éveknek” Fesztivál résztvevői



V. Balatonfüredi „Életet az éveknek” Fesztivál résztvevői



V. Balatonfüredi „Életet az éveknek” Fesztivál résztvevői



V. Balatonfüredi „Életet az éveknek” Fesztivál résztvevői



V. Balatonfüredi „Életet az éveknek” Fesztivál résztvevői

A Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az éveknek”
Országos Szövetsége

2015. október 16-17-18-án rendezi meg a
III. EGRI „ÉLETET AZ ÉVEKNEK” FESZTIVÁLT.
Jelentkezési határidő: 2015. június 15.

2015. Június

NÉHÁNY PILLANAT A 2015. ÁPRILIS 19-20-21-ÉN MEGRENDEZETT V. BALATONFÜREDI "ÉLETET AZ ÉVEKNEK" FESZTIVÁL RÉSZTVEVŐIRŐL

A programról további fotókat láthatnak a www.eletetazeveknek.hu honlapon



KEDVES KLUBTAGOK

Kedves Klubtagok!

2015. áprilisában jubilált a balatonfüredi Annabella Hotelben megrendezésre került művészeti fesztiválunk, melyről ebben a lapszámban részletesen olvashattok. Immáron **5. alkalommal került megrendezésre a 3 napos művészeti fesztivál**, melyet mindig összekötünk baráti beszélgetésekkel, hajókirándulással, tájékoztató programokkal, szűrésekkel. A jubileum alkalmából rövid összefoglalást adok nektek. Mindezelőtt szervezetünk munkájának elismerése, hogy mind az öt alkalommal megtisztelte rendezvényünket és köszöntötte a résztvevőket Balatonfüred polgármestere, dr. Bóka István úr és a szállodaigazgató, Vászoly Judit asszony. A rendezvény események számát Balatonfüred életében is. 2015. áprilisában a résztvevők száma átlépte az 5 ezer főt, a szállodában töltött vendégéjszakák száma pedig, megközelítette a 8 ezret. Ezek alatt az évek alatt mintegy 60 millió forintot költöttünk el a településen a szállodai, éttermi, művelődési, turisztikai és egyéb szolgáltatásokra. Ezzel hozzájárultunk munkahelyek megtartásához, az aktív idősor gyakorlatának népszerűsítéséhez. A jubileumi eseményre ismételt ellátogatott a Duna Televízió, s a rendezvényünkről rövid összefoglalót adtak a **Család-barát Magazin** műsorában. Köszönöm mindenkinek, aki részt vett a szervezésben, azoknak, akik eljöttek és hozzájárultak Szövetségünk hírnevének még ismertebbé tételéhez.

Április végén Rubina Sándorral, a Szövetség alelnökével **látogatást tettünk Komárom-Esztergom megyei szervezetünk klubvezetői találkozóján**. Erre a találkozóra az Országos Szövetség elnökségének a kezdeményezésére került sor. Bizonyára sokan tudjátok, hogy a volt elnök, az általunk becsült, Szódáné Mazalin Eva, két éve kórházban van. Sajnos, Éva állapota az elmúlt két évben nem változott. Ebben a megyében a szervezetünk egyesületi formában működött. Az elnök megbetegedését követően – a klubvezetők és az elnökség tagjainak erőfeszítései ellenére – az egyesületi munkával járó kötelezettségek nem teljesítése, az egyesület felszámolását eredményezte. Azt azonban sem ők, sem az Országos Szövetség elnöksége nem szeretné, ha a klubok irányítás nélkül maradnának. A találkozó arról győzött meg, hogy a megyében a nehézségek ellenére is erős a szervezetünk, és közösen képesek leszünk leküzdeni az akadályokat. Most tehát fel kell készülni a választásra. A közös munkát fogja segíteni a június második felében sorra kerülő nagyatádi vezetőképző is.

Május hónapban is folytatódtak a tanácskozások. A **Fogyasztóvédők Országos Egyesülete (FOE)** a Magyar Nemzeti Bank támogatásával valósítja meg **„A FOE oktatási tevékenysége a szépkorú fogyasztók pénzügyi ismereteinek javításáért”** című projektjét. Szövetségünk partner e program megvalósításában.

Nyolc településen, Apajon, Békéscsabán, Ceglédbercelen, Kapuváron, Szekszárdon, Szolnokon, Veszprémben és Zalaegerszegen kerülhetett sor a képzésre.

A tanácskozások jó visszhangot váltanak ki, és tagságunk azokban a megyékben is, ahová ez a program nem jutott el, igényli a hasonló tartalmú előadásokat és konzultációs lehetőségeket. Ígérem, keresni fogjuk a pályázati lehetőségeket, partneri kapcsolatot, hogy mindenhová eljussanak a kiváló felkészültségű szakértők előadásai, mert a közérthetően megfogalmazott, sok gyakorlati példát tartalmazó előadások, a kérdésekre adott válaszok hozzájárulnak tagjaink nagyobb biztonságához a pénz világában.

Az **Országos Egészségfejlesztési Intézzel (OEFI)** kötött megállapodás programjai még június hónapban is tartani fognak. Használjátok ki a lehetőséget! Azt remélem, olyan emberi és szakmai kapcsolatok alakulnak ki a megyei elnökök, a klubvezetők és az egészség kommunikátorok között, amelyek a projekt zárását követően is megmaradnak, s támogatni fogják az idősök egészségének megőrzését. A megyei elnököktől folyamatosan érkeznek visszajelzések arról, hogy a „Népegészségügyi kommunikáció fejlesztése” című projekt munkatársai szervezik a klubokban a sétákat, a kirándulásokat, a tornát és a gyógytornát, az egészségmegőrzésről szóló előadásokat. Mester Marika, Nógrád megye elnöke, több közös programról is beszámolt. Az egyiknek Kazár adott helyet. Nézzétek meg a facebook közösségi portálon a tudósítást, ahol fotó is látható a programról! Örülök, hogy egyre többen itt is megosztjátok élményeiteket, tapasztalataitokat.

Mikor ezt az írást olvassátok, Szövetségünk, 2015. május 20-án, már megtartotta az éves beszámoló **küldöttközgyűlését**. A postás a küldötteknek vaskos csomagot kézbesített. Időben elkészült a szakmai beszámoló, a pénzügyi jelentés, a költségvetés, a munkaprogram és a felügyelő bizottság valamint a független könyvvizsgáló jelentése. Minden évben kérni szoktuk a megyei elnököket, hogy ismertessék meg ezeknek a jelentéseknek a tartalmát a tagsággal. Kérlek benneteket, ha még nem találkoztatok velük, feltétlenül ismerjétek meg. Természetesen a www.eletetazeveknek.hu oldalon a küldöttközgyűlésen elfogadott dokumentumokat teljes terjedelmükben olvashatjátok.

Kedves Klubtagok!

Végezetül kellemes nyári pihenést kívánok nektek! Használjátok ki a szép időt, s ha tehetitek, menjetek el pár napra üdülni, vegyétek igénybe a gyógyüdülők különféle szolgáltatásait. Sétáljatok nagyokat, kiránduljatok, és főleg töltsétek időt a szeretteitek és a barátaitok körében.

Hegyesiné Orsós Éva

KULTÚRA

NYUGDÍJAS AMATŐR MŰVÉSZETI CSOPORTOK ÉS SZÓLISTÁK

„ÉLETET AZ ÉVEKNEK” V. BALATONFÜREDI FESZTIVÁLJA

2015. ÁPRILIS 19-20-21. – fotó a címlapon és a 2. oldalon –



Ötödik alkalommal került megrendezésre Balatonfüreden a Hotel Annabellában az „Életet az éveknek” Fesztivál. A három napos Fesztiválra érkezettek száma közel 1000 fő volt. 117 műsor-számban gyönyörködhetek a résztvevők, volt több olyan klub is volt, akik mint nézők jöttek el szurkolni a fellépő együtteseknek, szólistáknak. Sokan voltak olyanok is, akiket a gazdag programok sora csábított el és persze Balatonfüred, mint a Balaton egyik legszebb települése.

A Fesztivál résztvevőit Dr. Bóka István Balatonfüred polgármestere és Vaszolyi Judit, a Hotel Annabella igazgatója köszöntötte. Dr. Hegyesiné Orsós Éva Szövetségünk elnöke nyitotta meg a Fesztivált. Örömet fejezte ki, hogy évről-évre vannak visszatérő csoportok, szólisták, de nem kevés azok száma sem, akikkel első ízben találkozhatunk.

A három nap alatt – mint eddig is – láthattunk, hallhattunk szárnyaikat bontogató csoportokat, egy azonban biztos, valamennyiüket a baráti kapcsolatok ápolása, egymás kultúrájának a megismerése hozott el ide.

Természetesen a csoportok és a szólisták többsége magas színvonalon, legjobb tudása szerint mutatta be műsorát. Műsoraik élményszerűek voltak. Valamennyi produkciót a közönség nagy tapssal jutalmazta.

A zsűri (tagjai: Hoffmanné Kovács Edit tánctanár, Molnár József ének-zenei szakértő, Greskó Gáborné nyugdíjas pedagógus és Ölyüs Imréné az Országos Baráti Kör vezetője) hasznos tanácsokkal látta el a közreműködő csoportokat, szólistákat. Ki-ki a maga szintjén profitálhatott belőle.

A rendezvényt megtisztelte jelenlétével: Szőnyi Gáborné Borsod-Abaúj-Zemplén, Rubina Sándor Fejér, Zsámbokiné Buday Anna Győr-Moson-Sopron, Gombás Gáborné Jász-Nagykun-Szolnok, valamint Paulics István Veszprém megye elnöke, a látásában az országos rendezőbizottság munkáját se



Valamennyi csoport és szólista sikeres művészeti munkájuk elismeréseként Díszoklevelet vehetett át.

Nagy öröm volt számunkra, hogy a Duna TV elfogadta meghívásunkat a Fesztiválra. Műsoraik sokaságából felvételeket készített, melyet május 2-án a Duna TV, Család-Barát műsorának keretében láthattunk, hallhattunk.

[FOLYTATÁS AZ 5. OLDALON!]

V. BALATONFÜREDI „ÉLETET AZ ÉVEKNEK” FESZTIVÁL

Szövetségünk több fakultatív programot igyekezett a Fesztivál résztvevői számára biztosítani. A választék nagy volt, ki-ki maga dönthette el, hogy melyik programon kíván részt venni. Több mint 350 fő ment el hajókirándulásra, több mint 600 fő a Liliput Kft. kisvonatával balatonfüredi városnézést tett. Sok lelkes híve mondta el a kirándulás után, hogy Balatonfüred megbecsüli épített örökségét, hiszen minden régi villa, történelmi épület régi pompájában ragyog.

Köszönetet mondunk a Richter Gedeon Nyrt-nek, a Geers Hallkészülék Kft-nek, a Bausch&Lomb-nak, a Home Relax Hungary Kft-nek és az Orto-Max Med Kft-nek, hogy szűrőprogramokat biztosítottak tagjainknak. A szűrések száma közelítette az ezret.

A Richter Gedeon munkatársai testsúlyt, testmegindexet, vérnyomásmérést (BMI), illetve fontos életmód tanácsadást végeztek. A Geers Hallókészülék Kft. munkatársai hallásszűrést végeztek és adtak tanácsokat a hallásproblémával küzdő idősök részére.

A Bausch&Lomb szemfenék vizsgálatának nagy sikere volt.

Az Orto-Max Med Kft. gyógyászati segédeszközök (vérnyomásmérők, különböző talpbetétek, gyógycipők, stb.) bemutatásával, tanácsadással segített a hozzájuk forduló idősöknek.

A Home Relax Kft. munkatársai állapotfelmérést és alternatív gyógyászati segédeszközök bemutatását végezte.

Ez egyben azt jelenti, hogy csaknem minden résztvevő legalább egy szűrésen részt vett. Ha történetesen voltak olyanok – és voltak – akik többféle szűrésen is részt vettek, nem vagyunk bánatosak.

A rendezvény sikerét fokozta a második nap estéjén megrendezett zenés táncos ismerkedési est, melyen éjjel fél tizenkettőig ropták a táncot a résztvevők.



Köszönet a résztvevő csoportoknak és szólistáknak, nem kifelejtve azokat a tagokat, akik csak nézőnek érkeztek és tapsoltak a fellépőknek.

Köszönet továbbá azoknak a munkatársaknak, önkéntes tagjainknak, akiknek több havi előkészítő munkája és a helyszínen végzett áldozatos, felelősségteljes tevékenységének köszönhetően valósult meg ez a nagyszerű Fesztivál. Meg kell említenünk őket név szerint is: Krizsán Sándorné, Pirosné Dóczi Gabriella, Jávari Györgyné, Duduschné Fazekas Katalin, Szántó Györgyné, Kalmár Gyuláné.

Reméljük jövőre is találkozunk, és a hatodik balatonfüredi Fesztiválunk is hasonlóan nagyszerűen fog sikerülni.

Krizsán Sándorné és Pirosné Dóczi Gabriella

KLUBRÓL-KLUBRA

Édesanyám, lelkem

Édesanyám, lelkem, vigaszom,
oltalmam, milyen ott feküdni lent a
koporsóban?

Fáj ott is a lábad s a kérdőjel hátad,
vagy tán ott is társad a néma
alázat?

Bevallom, én, cudar, árvák között
árva, bizony rosszul tűröm, hogy
oda vagy zárva.

Pedig vigasztalnak, szép, hosszú
volt életed, atyádként fogadott
jóságos Istened.

De én mégis kérdek, megkövetve
kérdlek, kihez fussak eztán, ha
majd fáj az élet?

Édesanyám, lelkem, végezetül tedd
meg, ott se feledd soha, hogy én
szerettelek!

Majzik Ilona

Szépkorúak filmdélutánja

Már két, teltházas filmvetítésen túl vannak azok a gyepesi érdeklődők, akik elfogadták Törökné Marika meghívását, aki hagyományteremtő szándékkal indított „Filmklubot” a művelődési házban. Évente négy találkát tervez Marika a filmek szerelmeseinek, s elsősorban olyan témákban gondolkodik, amik érdeklődésre tarthatnak számot a falu lakóinak körében: a már levetített Polányi Passió és a Brenner János vértanú papról készült dokumentum film komoly számú érdeklődőt csábított a filmes szeánszra. Volt, aki még unokáját is elhozta, mondván, ha már élőben nem láthatta a Passiót, filmen hadd kövesse, élje át a csodát.

Az elsősorban nyugdíjas korosztálynak kitalált legújabb program pozitív visszhangot kapott, aki ott volt, élményekkel telve tért haza, s a második alkalomra például szomszédját, barátneját is magával hozta.

Az egyre gyarapodó nézőközönség legközelebb ősszel kap újabb „filmbombát”, ugyanis a tavasz, s a nyár beköszöntével egyre sokasodnak a kerti munkálatok, s a föld hívó szava erősebb (az időjárást és a friss gyümölcsre, zöldségre szomjazó családtagokat is beleértve) a filmkockáknál is. De a szervező eddigi, kis faluja közösségeért tett fáradozásait ismerve, minden bizonnyal hallunk még teltházas filmdélutánról talán még filmmaratonról is.

Vargáné Czobor Andrea (Ajka)

Békés megyeiek Rómában



A Körösladányi „Őszikék” Nyugdíjasklub csodálatos hetet töltött együtt április 12-18-ig Olaszországban. A várva várt kora hajnali indulás után első szállásunk Montecatini Terme térségében volt, majd tovább utazva Firenze történelmi és kulturális nevezetességeivel ismerkedtünk. A következő négy éjszakát Róma mellett, a Hotel L' Ottava névre hallgató szállodában töltöttük. Három napig Róma leírhatatlan szépségeivel ismerkedtünk.

Mindig nagyon elfáradtunk, de a látnivalók utáni vágy erőt adott a következő naphoz.

Semmit nem szerettünk volna kihagyni, nyilván ehhez hozzájárult az idegenvezetőnk Hernádfői Csaba lexikális tudása és előadó készsége is. Ezt követően Tivolibá kirándultunk. Ez is maga a csoda volt. Rómától elbúcsúzva egy csodálatos környezetben lévő borászathoz folytattuk utunkat, majd a borkóstoló után egy bolognai szálláson megpihentünk és indultunk haza. A félpanziós ellátás mellett volt lehetőségünk az olasz pizzát is megkóstolni. Nagyon gyorsan eltelt a hét nap és a nyárból majdnem telbe jöttünk haza.

Ezúton is köszönet érte mindenkinek, aki valamilyen szinten hozzájárult e csodálatos program megvalósításához.

Turbucz Gyuláné klubvezető

KLUBRÓL-KLUBRA

Arany és Bronz

Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetség által kiírt négy **területi kártyaverseny** egyikét, a keleti régióban évek óta Kabán az **Őszirózsa Hagyományőrző Egyesületünk** rendezi. Így volt ez március 26-án is, amikor 8 rómi és 2 ulti csapat mérte össze tudását. Nógrád, Heves és Hajdú-Bihar megyéből összesen 50 fő érkezett Kabára. Sánta Gyula Országos Alelnök látta el a versenybírói feladatokat. Sportszerű játék, vidám hangulat, jó ellátás a verseny alatt. Délutánra meglett az eredmény.

Rómi csapat: I. helyezett Hatvan Naplemente Klub 34pont, II. helyezett Kaba Őszirózsa Egyesület 34pont (pont egyenlőségénél a segédpontot veszik figyelembe.), III. helyezett Kaba Tamasz Egyesület 31pont.

Rómi egyéni: I. helyezett Kovács Jánosné Hatvan Naplemente Klub 12pont, II. helyezett Simonek Sándorné Kaba Őszirózsa Egyesület 10pont, III. helyezett Görgényi Jánosné Nógrádmegyer 10pont.

Ulti csapat: I. helyezett Kaba 29pont, II. helyezett Kaba 24pont.

Ulti egyéni: I. helyezett Haja István 11pont, II. helyezett Kádár Viktor 10pont, III. helyezett Dr. Benei József 9pont (mind Kabaiak).

A versenyzők jól érezték magukat, megköszönték a vendégszeretetünket, és ki hangsúlyozták, hogy jövőre is jönnek, mert szeretnek Kabára jönni. Befejezés-ként úgy búcsúztak, találkozunk áprilisban, az Országos Kártyaversenyen!

II. rész

Eljött a nagy nap! Április 23-án **Budapest**en a **Nyugdíjasok Országos Kártyaversenyén** találkoztunk a kártya "szerelmeseivel" a Láng Művelődési központban. Itt már a területi versenyek dobogósai voltak. Szinte mindenki ismerte egymást, hisz évek óta általában ugyanazok az arcok mosolyognak ránk. Itt a tét is nagyobb, hiszen nem csak területi szinten, hanem országosan is bizonyítani kell!

Hajdú-Bihar megyét 2 Kabai csapat képviselte. Az Őszirózsa Hagyományőrző Egyesületünk 4 fős csapata nagy izgalommal várta a kezdést. Sánta Gyula és Czingler Sándor, a Nyugdíjasklubok és Idősek "Életet

az éveknek" Országos Szövetség alelnökei köszöntötték a résztvevőket és nyitották meg a versenyt. Ők voltak a versenybírók is!

Svájci rendszer alapján (3x7 parti) játszottunk. Rómi-ban 13 csapat, ulti-ban 6 csapat versenyzett. Az eredmények fej-fej mellett alakultak. Igazából az utolsó hét osztás döntötte el a végeredményt! Végül több egyforma pontszámnál a segéd pontokat vették figyelembe, majd délután 4 órakor eredményhirdetés következett.

Eredményünk: Rómi csapatban 36 ponttal **ELSŐK** lettünk! Ez lett az **ARANY** érem!!!

Eredményünk Rómi egyéniben Nagy Lászlóné 11 ponttal harmadik lett! Ez lett a **BRONZ** érem!!!

Csapatomnak csak gratulálni tudok a kimagasló eredményéhez! A megyének és Kabának is szépen csillog az **ARANY** és a **BRONZ**!!! Az Őszirózsa Hagyományőrző Egyesületnek pedig két éremmel több lesz a szekrényében!

Remélem jövőre is megrendezzük a területi kártyaversenyt és az országos versenyre is eljutunk.



Kiss Lajosné

Május 1-én ünnepeltek Kunbaracson

Kunbaracson a Gyöngyvirág Nyugdíjasklub a Május 1-ét kinn a nagyon szép Bagóerdőben ünnepelte. Régi járművek találkozáját láttuk, Hegedűsné Borika zsűri tag volt a főzőversenyen. Klubunk is készült palacsintával és kolbászos paprikás krumplival. Jól éreztük magunkat a szép erdőben.

Hunyadfi Anikó klubtag



KLUBRÓL-KLUBRA

Hírek a Borsod-Abaúj-Zemplén megyei kluboktól

Az **"Őszirozsa Népdalkör" Nyékládháza** megrendezte a XV. "Tavaszi szél vizet áraszt" Dalostalálkozóját 2015. április 25-én. A megnyitót az új felállított "Zászlóparkban" a polgármester asszony tartotta, majd felvonulás volt a Kossuth utcán. Ezután került sor a Nyékládházi Kossuth Lajos Általános Iskola tornatermében a fellépő együttesek műsorára. Meghívott vendég volt az "Életet az éveknek" Megyei Szervezet elnöke Szőnyi Gáborné is.

12 Nyugdíjasklub együttese adott fergeteges műsort nagy sikerrel, majd finom ebéd zárta a napot. További sok sikert kívánunk mindenkinek.

Az Európai Bizottság Egészségügyi és Fogyasztóvédelmi Főigazgatósága **"Az egészséges család" címmel programot** indított a lakosság részére a zöldség- és gyümölcs fogyasztásának növelése érdekében. Észak-Magyarország területére felkérést kapott az "Életet az éveknek" Szövetség megyei szer-

vezete, hogy a nyugdíjasoknak szervezze meg a gyümölcs csomagok osztását. Miskolcon, Vadnán és a környező településeken jutattuk el a gyümölcsöket, zöldségeket, összesen 10 alkalommal az idősekhez. A csomagosztás minden hónap harmadik keddjén történt.

A nyugdíjasok nagy örömmel fogadták és fogyasztották el a kapott zöldséget és gyümölcsöt. Köszönet az adományért.

Az "Életet az éveknek" Borsod-Abaúj-Zemplén Megyei Szervezete fájdalommal tudatja, hogy **Kovács Endré** (született Tóth Erzsébet), az **ongai "Barátság" Nyugdíjasklub vezetője** türelemmel viselt, hosszan tartó betegség után elhunyt, 2015. április 25-én.

Őszinte részvétünk a családnak, emlékét megőrizzük.

Szőnyi Gáborné megyei elnök

Búcsú

Őszinte fájdalommal tudatjuk, hogy 2015. április 29-én **Bagi Antalné**, Magdika 76 éves korában örökre távozott közülünk. 1966 óta tagja volt a **szolnoki Baross Gábor Vasutas Nyugdíjasklubnak**, míg 2005. évtől klubvezető helyettesé választották. Magdika vidám egyéniség volt, jó humorral megáldva. A

néptánc csoportnak oszlopos tagja volt és a jelene-tekben is szívesen szerepelt. Hosszú, súlyos betegség után szíve megszűnt dobogni.

Hiányzol Magdika, emléked megőrizzük, nyugodj békében.

Bodor Istvánné klubvezető

NEMZEDÉKEK VERS-, PRÓZA- ÉS MESEMONDÓ VERSENYE HATVANBAN

2015. április 10-én az "Életet az éveknek" Országos Szövetség Heves megyei Szervezete a hatvani Naplemente Nyugdíjasklubbal közösen 15. alkalommal rendezte meg a Nemzedékek Találkozóját, Versenyét. A rendezvényre a Vadászati Múzeum Dísztermében került sor.

A rendezvény fővédnöke Horváth Richárd Hatvan város polgármestere volt.

A fiatalokat 12 fő képviselte. Tagjai: óvodások, általános iskolások és középiskolások voltak.

A nyugdíjasok zömmel Heves megyéből (11 településről) érkeztek, mintegy 30 fővel. Nógrád megyéből 6 fő és Borsod-Abaúj-Zemplén megyéből 1 fő vett részt a Versenyen.

A résztvevőket Horváth Richárd polgármester köszöntötte. Köszöntő szavai után a fiatalok bemutatkozására került sor, akik csodálatos mese- és versmondásokkal elbűvölték a közönséget. Köszönet a pedagógusoknak, akik megszerettették a mese- és versmondást a fiatalokkal, köszönet a szülőknek, akik ebben partnerek voltak.

A nyugdíjasok bemutatkozását a helyi Naplemente Nyugdíjasklub énekkara nyitotta meg.

Sok régi kedves versmondó produkcióját hallhattuk, de nem voltak kevesen azok sem, akikkel első ízben találkoztunk.

A zsűri tagjai: Padányiné Kalocsay Edit óvodavezető, Lázár Tünde, a Tiszanánai Naplemente Nyugdíjasklub

Egyesület vezetője és Krizsán Sándorné országos kulturális alelnök voltak.

A zsűri az alábbi szempontok figyelembevételével értékelt: a./ a versmondó mennyire tudta a költő gondolatát tolmácsolni, b./ egyéniségének megfelelő verset választott-e.

Több jó mesemondó, vers- és prózamonddó meghallgatás után, a zsűri Heves megyéből 10 főt javasolt az Országos Találkozón való részvétellel.

A Nógrád megyeiek egy jól felkészült csapattal érkeztek, külön megbeszélés alapján kerülnek meghívásra az Országos Találkozóra.

A Borsod-Abaúj-Zemplén megyéből érkező egy személyt is továbbjutásra javasolta a zsűri.

A verseny befejeztével Horváth Richárd polgármester megköszönte a résztvevők felkészülését és sikeres további szereplést kívánt részükre. Ezt követően került sor az Emléklapok és az erre az alkalomra készült dísz tárgyak átadására.

Köszönet a rendezvény szervezőinek és rendezőinek fáradhatatlan munkájukért, akik Sánta Gyula megyei elnök és Kalmár Gyuláné megyei elnökségi tag vezetésével jelesre vizsgáztak.

A helyi TV felvételeket és riportokat készített a rendezvényről.

Krizsán Sándorné

KLUBRÓL-KLUBRA

Szösszenet

az "Életet az éveknek" Nyugdíjasklubok Bács-Kiskun Megyei Egyesületének életéből



Hagyományoknak megfelelően minden évben megrendezésre kerül a „Megyei Népdal, Népzene, Humor, Hangszerszóló és Néptánc Verseny”. Idén április 18-án került megrendezésre. Ebben az évben **Harta** adott helyet e nemes vetélkedőnek. Köszönet Dollestein László polgármester úrnak, az "Életet az éveknek" Nyugdíjasklubok Bács-Kiskun Megyei Egyesületének, a Hartai Civil Információs Klub és a Harta Hársfavirág Szociális Központ vezetőjének és minden tagjának. Az Úr is ránk mosolygott mivel gyönyörű tavaszi időt adott. Minden adott volt, hogy jó napunk legyen. Finom Hartai juhtúróval és Hartai kolbással fogadtak minket. Gyönyörű dalokat hallhattunk, lélekmelengető táncokat láttunk és a humor az fenomenális volt. Lelkes közönséggel és szigorú, de igazságos zsűri közreműködésével folyt le a verseny.

Végül nagy küzdelemben szóló ének kategóriában I. helyezést ért el Hársfői Péterné és Lehoczki Imre, a Hartai Civil Információs Klub tagjai. Néptánc kategóriában I. helyezést ért el a Tiszaalpári Árpádfejedelem Nyugdíjasklub Tánckara. Egyéb tánc kategóriában I. helyezést ért el a Solti Kulturális Egyesület. Hangszerszóló kategóriában I. helyezett lett Farkas Pál, a Kaskantyúi „Életet az éveknek” Nyugdíjasklub tagja. Humor kategóriában I. helyezést ért el a Hartai Hársfavirág Szociális Központ együttese. Mindenkinek gratulálunk. A verseny után megébédeltünk, majd a helyi múzeumokat és a templomokat látogattuk meg. Csodálatos település, nagy a tisztaság, barátságos emberek, lelkes múzeológusok lakják. Élmény volt hallgatni, ahogy bemutatták településüket. Megint volt egy szép napunk.

Herczeg László Városvédő Napugár Nyugdíjasklub vezetője, Megyei elnökhelyettes

Így telt el az első negyedév



A **Derecskei Jóbarátok Nyugdíjasklubja** 2015. év eddig eltelt időszakában sem tétlenkedett. Már több meghívásnak tett eleget, mint pl. a helyi városi dísznótoron való szereplés, illetve a Debreceni Szépkorúak Nyugdíjas Klubnál, a Pocsaji, a Kabai, az Esztári és a Mikepércsi Kluboknál való látogatás és szereplés. Már négy meghívást vissza kellett mondani, mivel felkérést kaptunk március 20-ára klubtagjainktól, az **50 éves házassági évfordulójukat ünneplő Sáfrány házaspártól**, hogy szervezzük meg és tegyük színesebbé szereplésünkkel, egy 60 perces műsorral a rendezvényüket. A Klub vállalva a felkérést az ide illő dalsokkal, szóval, verssel, tánccal és a házaspár által előadott énekkel készült a családdal együtt tartott 80 fős aranylakodalomra. Kezdődött az előkészület a régi hagyományok szerinti csigakészítéssel, legénybúcsúval, amely igazi hírverése volt az eseménynek, feldíszített lovas fogat és a dalolós legények, zenészek részvételével, akik a várost körbe kocsikázva, dalolva jelezték a lakosságnak, hogy mire is készülünk. Női tagjaink közül többen is részt vettek a finom házi sütemények elkészítésében. A család apraja-nagyja és a nyugdíjasklub tagjai már 19-én elkezdtek a terem feldíszítését és megterítését, készülve a nagy napra. Pénteken reggel már a sütemények összegyűjtése és a tányérokra való szétakasztása volt a feladat.

A vendégvárás után 17 órakor megkezdődött az aranylakodalom. A műsorvezető felkérte a Jóbarátok Nyugdíjas Klub vezetőjét, hogy köszöntse a kedves vendégeket: Bakó Istvánt Derecske város polgármesterét, Szabó Sándornét Derecske város anyakönyvvezetőjét, Varga Zoltánt és Varga Zoltánnét Derecske város lelkipásztorait. Ezután megkezdődött a műsor, amelyet nagy tapssal jutalmazott meg a közönség. Rövid szünet után következett a finom vacsora: egy kupica pálinka, tyúkhúsleves csigával, főtt hússal, répával, töltött káposzta, birkapörkölt, burgonya, savanyúság, a sós-édes sütemények, italok. A finom vacsorát zene és tánc követte, majd meglepetésként, mint „sztárvendég” Postás Józsi jelent meg a színpadon a család szervezésében. Éjfélkor háromemeletes tűzijátékos tortával és pezsgős koccintással köszöntöttük az ünnepeltek. Hajnalig roptuk a fiatal generációval a táncot, melyhez kiváló hangulatot teremtett a zenész. Megköszönve a kitűnő vendéglátást, kívántunk a Sáfrány házaspárnak továbbra is együtt eltöltött boldog éveket és nagyon jó egészséget szeretett családjuk körében, és reméljük, hogy a 60-ik házassági évfordulót is együtt töltik majd.

Dávid Józsefné

KLUBRÓL-KLUBRA

Fogyasztóvédelmi előadás Apajon

2015. március 19-én Pest megyei klubvezetői továbbképzés keretében, a Magyar Nemzeti Bank és a Fogyasztóvédelem Országos Egyesülete támogatásával került sor a nyugdíjasok oktatására. Az előadás címe: „A szépkorú fogyasztók pénzügyi ismereteinek javításáért”.

A Fogyasztóvédelem Országos Egyesülete képviselői Kispál Edit és Noviczi Csilla tartották az előadást.

Az előadáson Pest megyéből részt vettek: Nagykőrös, Szigetbecse, Szigetcsép, Pilisszántó, Örkény, Dunavarsány, Aporka, Délegyháza, Szigetújfalu, Szigetszentmiklós, Dunaharaszti és természetesen a házigazda Apaj Nyugdíjasklubjainak képviselői.

Az előadás a „Tavaszcseré” Nyugdíjas Egyesület klubházában lett megtartva. Mindenki meg volt elégedve, nagyon sokat tanultunk a nívós előadásokból. Ebédszünetben a támogatásból kapott pénzből szendvicseket, kávét, pogácsát és üdítőt szolgáltunk fel. Köszönjük az előadónak a színvonalas előadást.

Molnár Ferencné



Anyák Napja ünnepség Fejér megyében

A Nyugdíjas Szervezetek „Élet az éveknek” Fejér Megyei Szövetsége 2015. május 7-én rendezte meg a hagyományos Anyák Napj ünnepségét a székesfehérvári CIVIL HÁZ-ban.

A 250 fős színházterem szinte megtelt a Megyei Szövetséghez tartozó idősokkal. Rubina Sándor megyei elnök köszöntőjében kiemelte az édesanya és a gyermek közötti egész életre szóló, egymás iránti szeretetet, valamint a nagymamák és unokák közötti kölcsönös, egymáshoz való ragaszkodást.

A műsort a hat fős soponyai Zichy János Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola második osztályos tanulóinak verses köszöntője nyitotta meg. A továbbiakban a megyei nyugdíjasklubok kultúrscsoportjai

léptek a színpadra és adták az Anyák Napjához kapcsolódó műsort. Fellépett a műsorban: Soponya Őszi Napsugár Klub énekkara, Ráckeresztúri Darázsderék táncgyűttes, Sárszentágotai Csillagfűrt Klub énekkara, Mórról Bihari Gergő tanuló trombita szólóval, Abai Fehér Tearózsa Klub énekkara, Móri Ezerjó táncgyűttes, Enyingi Balatonbozsok Búzavirág Klubból Réfi Piroška szóló énekes, Iszakszentgyörgyi Havasi Gyopár énekkar.

Az ünnepelték tapsal és néha könnyes szemmel köszönték meg a számukra rendezett színvonalas műsort és kellemes délelőttöt.

Megyei elnökség

Költészet napja Bakonyzentkirályon

2015. április 10-én, 10 órai kezdettel került megrendezésre Bakonyzentkirályon, a bakonyzentkirályi „Erzsébet” Nyugdíjas Klub, a bakonyzentkirályi Önkormányzat és az „Élet az éveknek” Veszprém Megyei Egyesületének szervezésében, a Szavalók és Próza-mondók Találkozója. A Költészet Napja alkalmából, József Attila születésének 110. évfordulóján, Veszprém megye 15 nyugdíjas klubjának tagjaitól szebbnél, szebb versek és prózák hangzottak el. Hallhattunk József Attila, Ady Endre, Kiss Judit Ágnes, Ágh István, Szécsi Margit, R. Tagore, Wass Albert, Nagy László, Fekete István, Reményik Sándor verseiből.

Olyan magas színvonalú volt a megmérettetés, hogy a zsűri két első, két második és két harmadik helyezést adott.

Ezt követően pedig a Művelődési Ház előcsarnokában zsíros kenyérrel, süteménnyel, üdítővel és borral vendégül láttuk a résztvevőket és kísérőiket.

A falatozás mellett kötetlen beszélgetés folyt a versek szeretetéről, könyvekről, klubokról. Jól éreztük magunkat. Örültünk, hogy a bakonyzentkirályi „Erzsébet” Nyugdíjas Klub lehetett a házigazdája e jeles eseménynek.

Csapóné Schwarcz Marianna klubvezető



ÜDÜLÉS

EXTRA KEDVEZMÉNYES ÁRAK - NYUGDÍJAS KLUBTAGOK RÉSZÉRE



50 %

HÉVÍZ, Hotel Alba **

2 ágyas elhelyezéssel, **reggelis ellátással**. A **hévízi tótól 150 m-re** épült kényelmes, családi hangulatú, barátságos hotel. **Rendkívül kedvező árai és fürdő melletti elhelyezkedése** miatt szállodánk hosszú évek óta a Hévízre pihenni, kikapcsolódni, üdülni, feltöltődni vágyók kedvelt szálláshelye.

2 éjszaka/fő	4 éjszaka/fő	7 éjszaka/fő
10.490 Ft	18.490 Ft	23.490 Ft

Vacsora felár: 1.500 Ft / fő / alkalom

Érvényes:
2015. július 03. - augusztus 21. között



50 %

GYULA, Gesztenyés Vendégház

2 ágyas szobában, reggelivel. A **Gesztenyés Vendégház** Gyula szívében, csendes, barátságos helyen nyíló vadonatúj szálláshely, a belvárostól 700, a fürdő nyári bejáratától mindössze 400 méterre. Rendkívül szolid árai és kiváló fekvése miatt a Gyulára látogatók ígéretes szálláshelye.

2 éjszaka/fő	4 éjszaka/fő	7 éjszaka/fő
7.990 Ft	14.990 Ft	19.990 Ft

Vacsora felár: 1.100 Ft / fő / alkalom

Érvényes:
2015. június 05. - július 31. között



50 %

GYULA, Gaál-Vár Apartmanok

2-3-4-5-6 fős apartmanokban, reggelivel. Az apartmanház Gyula történelmi belvárosában, ám csendes a Várfürdővel szomszédos utcában található. A műemlékház mediterrán kertet fog közre, melyben lehetőség van vendégeinknek szabadtéri sütésre-főzésre. Nagyobb baráti társaság részére is ajánljuk. Minden vendégünknek kedvezményes fürdőbelépőt biztosítunk.

2 éjszaka/fő	4 éjszaka/fő	7 éjszaka/fő
9.990 Ft	17.990 Ft	23.990 Ft

Vacsora felár: 1.100 Ft / fő / alkalom

Érvényes:
2015. június 26. - augusztus 23. között

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

FOGYASZTÓVÉDELEM**Hogyan érvényesítse jogait külföldi utazása során?**

„A nyári időszak sokakat külföldi nyaralásra csábít. A felmérések szerint az idén – sok év után először – ismét fellendült a nyaralási kedv, mérhetően több utazást terveznek idén nyáron külföldre, mint az elmúlt időszakban idáig. Azért, hogy ne kerüljön kellemetlen helyzetbe a külföldi pihenés során, az NFH szervezetén belül működő **Európai Fogyasztói Központ** legfontosabb tanácsait az alábbiakban osztja meg az utazókkal.

- Indulás előtt érdemes felírni az adott országban lévő magyar nagykövetség telefonszámát, és megoldhatatlannak tűnő baj esetén érdemes őket tárcsázni.

- Minden bizonylatot, számlát, beszállókártyát őrizzen meg, mert ezzel igazolhatja a történetet, ha utólag kell reklamálnia.

- Akármilyen probléma felmerülése esetén első körben a társaság helyi képviselőjénél kell reklamálni, jelezni a kifogást. Ez lehet a telepített idegvezető, az utazási iroda kinti munkatársa, vagy a légitársaság képviselője. Mindenképp kérjen jegyzőkönyvet a reklamációról, bejelentésről.

- Ha nem beszéli az adott nyelvet, kérjen segítséget az utastársaktól, és rögzítsék a problémát a helyszínen.

- Amennyiben a panaszt nem sikerült megoldani, orvosolni az utazás során, forduljon az Európai Fogyasztói Központhoz (1008 Budapest,

József körút 6.), akik kinti társközpontjuk segítségével veszik fel a szolgáltatóval a kapcsolatot, és próbálják megoldani a problémát. Ez azonban nem jelent instant megoldást, a szervezet nem tudja Önt hazahozni, nem ad pénzbeli támogatást, csak megmondja, hogy mit tehet adott helyzetben. A bejelentést megteheti akár online is, vagy telefonon.

- Ha diszkont légitársasággal utazik, akkor jó tudni, hogy ezek a társaságok nem üzemeltetnek csatlakozó járatokat. Ez azt jelenti, hogy minden szakasz külön járatnak számít, így a légitársaság nem felel érte, ha az utas lekési az átszállást, ezért tehát nem reklamálhat.

- A diszkont - vagy fapados járatok - sok mindenre számítanak fel különdíjat. Ezeket érdemes előre megnézni, mert ha túl nagy a csomag, vagy nem csekkol be online, tetemes összeget kérhetnek el, és még reklamálni sem nagyon lehet.

- Ha autót bérel, figyeljen oda rá, hogy a kölcsönző 14 napra el fog különíteni egy összeget a bankkártyáján, amit nem fog tudni használni. Ez adott esetben több száz euró is lehet, így érdemes úgy kalkulálnia az utazását, hogy ez is beleférjen a büdzsébe.

- Amennyiben biztosra akar menni, kössön biztosítást, akár a járatkésésre és a csomagjára is!”

Ulcz Miklós



Kiadja: 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
www.eletetazeveknek.hu
Lapzártá: minden hónap 14-én
Főszerkesztő: Pirosné Dóczi Gabriella
Felelős kiadó: Dr. Hegyesiné Orsós Éva elnök

„Életet az éveknek”
HÍRLEVÉL

Kedves Nagyszülők!
Engedje, hogy Nagyatád Önt is elvarázsolja!

Ne hagyják ki nyári gyerekkedvezményünket, amely során ingyen hozhatják el üdülni unokáikat.

Felpezsdítő nyár

2015. július 01.- augusztus 31-ig (kivételesen a kiemelt időszakok)
Szállás svédasztalos félpanziós ellátással, napi fürdőbelépővel
7.900 Ft/fő/éj + IFA (min. 2 éj esetén)

Óriási gyerekkedvezmény

12 éves korig két felnőttel egy szobában a szállás félpanzióval ingyenes!

Kalandhét a somogyi betyárok nyomában

Szállás félpanziós ellátással, napi strandbelépővel
Természet közeli gyerekprogramokkal kicsiknek, nagyoknak

Programok:

bátorságpróba, kincskereső túra, szalonnasütés, játék- és sportprogramok, kézműves foglalkozások, állatsimogató, sátrazás, strandolás

Részvételi díjak:

	3 éjszaka	5 éjszaka
Gyermek *	6.500 Ft/fő	10.000 Ft/fő
Felnőtt	23.700 Ft/fő + IFA	39.500 Ft/fő + IFA

*12 éves korig 2 felnőttel egy szobában

Szabad időpontok: 2015. július 04. – 09-ig, 2015. augusztus 02. – 07-ig,
2015. augusztus 19. – 24-ig

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

Engedje, hogy Nagyatád Önt is elvarázsolja!

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

Pósa Lajos Centenárium Egerben

Egerben a Bartakovics Béla Községi Házban Pósa Lajos (Nemesradnót 1850. - Budapest 1914) költő, meseíró, nótaszövegíró, lapszerkesztő halálának 100. évfordulójára Emlékműsort rendezett az **Ezüstidő Szabadidős Egyesület**.

A Pósa Emlékév közel 60 rendezvényt tartalmaz határon innen és túl. A Mesekirály, a szegedi évek után a fővárosban 25 évig szerkesztette Az Én Újságom gyermek hetilapot. 40 év írói pályafutása alatt sok száz verset, 50 kötetnyi mesét, 800 nótaszöveget írt, amelyből 400-at megzenésítettek, ennek több mint felét Dankó Pista.

A cigányzenés műsorban a legszebb Pósa nóták, versek, mesék hangzottak el. A rimaszombatiak Pósa-tortával, az egriek a Mesekirály Egri rozé 2013-as borával kínálták a vendégeket.

Fűrész János elnök



RICHTER GEDEON

Érrendszerünk, egészségünk védelmében

Ha orvosként csak egyetlen mondatos tanácsot adhatnék bárkinek (mindenkinek) élete bármely szakaszában, azt mondanám: vigyázzon az érrendszerére.

Érhálózatunk artériákból (verőerekből), vénákból (visszerekből) és a két rendszer érintkezését biztosító mikroeres hálózattól (hajszálerekből) áll. Ezen a rugalmas csőhálózaton bonyolódik a szervezet sejtjeinek tápanyag- és oxigénellátása, illetve a salakanyagok és a széndioxid eltávolítása. Az átlagban ötliternyi vér mozgásban tartásáért a szívünk a felelős, amely bonyolult, precíziósan vezérelt pumpaként működik.

Valamennyien hallottunk az érrelmeszesedésről (arterioszklerózisról). Ilyenkor a verőerek belhártyájának kóros elváltozásáról van szó: különböző káros anyagok kirakódnak, kitapadnak, helyenként vagy szélesebb területen szűkítik, merevítik az ér belső ürtérét, ezáltal akadályozzák az ellátandó szerv tápanyag- és oxigénellátását. Amennyiben ez tartósan fennáll, változó súlyosságú szervkárosodás alakul ki. Nemritkán kisebb-nagyobb rögök szakadhatnak le a beteg érbelhártyájáról, és a keringésbe kerülve érelzáródást (ezáltal szövetelhalást) okozhatnak. Klasszikus esete ennek a szív-izomzatot ellátó koszorús erek szűkülete, legrosszabb esetben elzáródása, de hasonló mechanizmus szerint alakul ki az agyi érkatasztrófa, a stroke is – sokszor halált, máskor tartós bénulást okozva. A szív verőereinek megbetegedése járhat visszatérő – elsősorban terhelésre jelentkező – erős mellkasi fájdalommal, nehézlégzéssel, de fatális esetben szívmegállással is.

Életkori sajátosságként (50 év fölött) és a mozgásszegény életmód következtében az erek kötőszövetes és simaizom rétegei folyamatosan veszítenek tónusukból, rugalmasságukból, ezáltal romlik a véráramlás sebessége, az érrendszer pumpafunkciója, mindez nehezíti a szív munkáját, a szövetek megfelelő vérellátását. Érdemes szót ejteni

a lakosság jelentős részét érintő magasvérnyomás-betegségről (hypertonia) is. Ha valakinek orvos által kezelendőnek minősített magas vérnyomása van, okkal feltételezhetjük, hogy az érrendszere már nem hibátlan. A kórosan és tartósan emelkedett vérnyomás egyrészt lehet éreredetű, másrészt biztosan rontja az érrendszer és a szív állapotát – kezelése és rendszeres kontrollja indokolt.

Hogyan kerül a képbe egy urológus szakorvos, ha az érrendszer állapotáról, fontosságáról van szó?

Az urológiai szakrendelést rendszeresen felkeresik különböző életkorú férfiak, akik szexuális teljesítőképességük csökkenéséről, merevedési problémákról panaszkodnak. Ezen tünetek hátterében többnyire – 50 éves kor fölött szinte kizárólag – érrendszeri károsodás áll. Emellett szól a betegek kórtörténete (magas vérnyomás, nem ritkán cukorbetegség), kóros laborértékeik (emelkedett koleszterin, húgysav, vércukor), a túlsúly, mozgásszegény életmód, kis terhelésre jelentkező nehézlégzés, dohányzás, túlzott alkoholfogyasztás. A férfiasság gyengülése fontos jele lehet a páciens érrendszeri veszélyeztetettségének.

Mit ajánl a hölgyeknek, uraknak – különösen 50 év fölött – érrendszerük védelmében egy tapasztalt szakorvos?

Ne dohányozzon, állati eredetű zsiradékot minimálisra, alkoholt csak keveset fogyasztson! Hetente 5-6 alkalommal 30 perc kocogást vagy tempós sétát, amely megemeli a légzésszámot, pulzusszámot, vérnyomást, 10 percenként változtatva a mozgás intenzitását. Rendszeresen vegyen részt az elérhető szűrővizsgálatokon, időnként – panaszmentesen is – konzultáljon családdorvosával!

dr. Varga Győző
urológus szakorvos

Online magazinok férfiaknak

Férfias hírek,
minden, ami egy
férfit érdekelhet!



Online szakorvosi
rendelések,
kérdesse
szakértőinket!

Hallótávolságon belül

Fontos a jó hallás. Enyhébb fülgyulladásnál is tapasztalhatunk halláscsökkenést, ám az idő előrehaladtával szinte elkerülhetetlen a károsodás.

Az öregedés velejárójának tartják a halláscsökkenést, mely a szőrsejtek fokozatos elhalásával magyarázható, és már az „ötödik X” után jelentkezhet. A hallásproblémával küzdők jellemzően 5-10 évet várnak, míg egyáltalán szakember segítségét kéri, pedig az időben felismert halláscsökkenés jó eredménnyel kezelhető.

Amikor „elnémulnak” a madarak

Sokan vannak, akik azt hiszik, hogy tökéletesen hallanak. Eleinte nem veszik észre a madárcsicsergést, mert először a magasabb frekvenciájú hangok „tűnnek el”, majd a mélyebbekkel is gondok adódnak. Mivel ezek az emberek kiesnek a kommunikációból, nem jelent számukra örömet a társasági élet: egyre kevesebbet mennek színházba, baráti társaságba, a zenehallgatás sem tudja őket lekötöni. A hallássérültek jelentős része hangos beszéddel kommunikál. Az előnytelen helyzetek akkor alakulnak ki, amikor több személlyel kell társalogni zajosabb környezetben. Mivel nem akarják kitenni magukat ezzel kapcsolatos bármilyen kellemetlenségnek, egyre több időt töltenek egyedül, ám sokan még ilyen esetben is tagadnak.

Rendkívüli szerepe van a családnak

Mert kitől is várhatjuk el igazán, hogy odafigyeljen ránk. Legközelebbi hozzátartozóink azok, akikben megbízhatunk, akiktől megkaphatjuk a maximális segítséget. Nekik tűnik fel először, ha a családfő hangosabban beszél, és a televíziót is extra hangerőn hallja csak. Ők azok, akiket valóban aggaszt ez az idegenek által megmosolygott probléma, akik nem a „szelektív hallásra” fogják, ha anya sokadszori kérésre sem nyitja ki az ajtót, mert a csengőt sem hallja. Többnyire a családtagoktól értesülhetnek a rászorulókról a lehetőségekről, amelyek segítségével ismét visszakerülnek a hangok világába. A legcsekélyebb jelnél keressünk fel hozzátartozóinkkal egy halláscentrumot, ahol megelőzhetjük a további kellemetlenséget.

Sziréna és fékcikorgás

A minket körülvevő környezeti zaj jelentősen károsíthatja hallásunkat. Akár az utcai forgalom, munkahelyeken, szórakozóhelyeken erős hanghatás is halláskárosodást okozhat. Az ép hallással rendelkező emberek nehezen tudják elképzelni milyen a halláscsökkenés, hogy az így élő emberek hogyan érzékelik a fékcikorgást vagy a sziréna hangját.

Az Európai Unió 85 decibelben maximalizálta a forgalomba hozandó összes, fülhallgatóval hallgatható zenelejátszó készülék hangerejének biztonsági küszöbértékét. Bizonyos munkakörökben nem ritka az ennél is magasabb zajterhelés: útvefűző 110, egy puskas elsülése 120 decibel. Bizonyos munkakörökben feltétlenül szükséges a védelmi előírások betartása.

A számok önmagukért beszélnek:

- Világszerte 500 millió ember küzd valamilyen hallás problémával
- Európában körülbelül 70 millió ember érintett
- Magyarországon minden 10. ember érintett
- A statisztikák szerint a 65-70 éves korosztály 25%, a 70 év felettiek 35-40% szenved különböző mértékű halláskárosodást

GEERS
HALLANI ÖRÖM

Ingyenes hallásvizsgálat és tanácsadás

Magyarország
28 pontján.



Hívja ingyenes számunkat, hogy
sorban állás nélkül vehesse
igénybe szolgáltatásainkat!



GEERS Hallókészülék Szaküzletek

Baja, Kossuth utca 2-4.	79/522-560
Békéscsaba, Andrássy út 11.	66/889-102
Budapest, VI. ker., Bajcsy-Zsilinszky út 19. sz.	1/472-0586
Budapest, III. ker., Vörösvári út 88-96.	1/250-4199
Budapest, XII. ker., Béke utca 13-19	1/858-7667
Budapest, X. ker., Kosztolányi Dezső tér 11.	1/398-8692
Budapest, XX. ker., Üllői út 283.	1/398-8280
Debrecen, Csapó utca 65.	52/537-440
Dunaújváros, Dózsa Gy. u. 1/b.	25/406-994
Eger, Ersek út 11.	36/889-105
Gyöngyös, Dózsa György út 20-22.	37/300-414
Gyöngyös, Szent Bertalan u. 10.	37/889-105
Győr, Árpád út 34.	96/517-132
Hódmezővásárhely, Szagfő utca 1-3.	62/534-410
Kaposvár, Fő u. 31.	82/889-103
Kecskemét, Nagykőrösi u. 2.	76/403-886
Mosonmagyaróvár, Régi Várműtár 2-4.	96/579-418
Miskolc, Kerpely Antal utca 1.	46/530-376
Miskolc, Madarász Viktor utca 13.	46/887-008
Nyíregyháza, Arany János utca 2-12.	42/500-272
Pécs, Bajcsy Zsilinszky u. 2/1.	72/225-146
Sopron, Várkerület 106.	99/887-001
Szeged, Arany János utca 14.	62/421-328
Székesvárad, Széchenyi u. 59.	74/887-004
Székesfehérvár, Liszt Ferenc u. 9.	22/303-115
Szolnok, Boldog Sándor István körút 4/a.	56/887-002
Vác, Káptalan u. 14. fsz. 11.	27/887-310
Veszprém, Bruszlyai utca 18-20.	88/889-101
Zalaegerszeg, Petőfi Sándor utca 20.	92/887-001