



Életet az Éveknek

H Í R L E V É L

Nyugdíjasklubok és Idősek "Életet az Éveknek"
Országos Szövetségének Havilapja



Mátrafűrésztáncosok Bene-Egylet Táncsoportja



Győrújbarát Nyugdíjasklubja



Mosonszolnok Nyugdíjasklubja



Dunántúli kártyaverseny résztvevői



„Életet az éveknek” Nyugdíjasklub (Bócs)

**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

2015. április

A jövő lég és helyiségtisztító rendszere.

A készüléket a német PRO-AQUA cég gyártja, mely 2001-ben alakult. Jelenleg a világ 38 országában van jelen. 2014. jan.-tól Magyarországon is. A tulajdonosok fontosnak tartják, hogy a terméket kizárólag Németországban gyártják, ezáltal garantálják a nagy értékű alapanyag felhasználást, a technikai tökéletességet és funkcionalitást, ami jelentősen növeli a kezelési komfortérzetet. A modern design optikailag is kerekké teszi az összképet.

A **VIVENSO** lég- és helyiségtisztító rendszer egy speciális szűrési eljárás alapján működő multifunkciós berendezés. A **VIVENSO** a hagyományos filterek segítségével történő szűrés helyett, a természetben is kiválóan működő vízsűrítőt alkalmazza, mely kiegészül egy speciális szeparációs technológiával. Ennek köszönhető a kimagaslóan egyedülálló hatékonysága.

Működési elv:

A vízzel feltöltött VIVENSO berendezés úgy tisztítja a levegőt, mint ahogyan az eső mossa át azt a természetben. Az óriási szívóerőnek köszönhetően beáramló, percenként 3300 liter levegő, nagymértékben „felkorbácsolja” a tartályban lévő 3 liternyi vizet, melynek következtében a vízfelület a sokszorosára nő. A nagyobb szemcse nagyságú makro szennyeződések a vízfürdő a beáramló levegőből azonnal kiszűri. A tartály felső részén a max. 27.000/perc fordulatszámmal forgó speciális szeparátor pedig, a mikro szennyeződések átjutását akadályozza meg. A nagy sebességgel forgó szeparátorról visszaverődő részecskéket a víz megköti és így a berendezést 99,996%-os tisztaságú, 48-55%-os relatív páratartalmú levegő hagyja el.

Legfontosabb funkciók:

1. Légtisztítás: a VIVENSO a beltéri levegőt pormentessé teszi, helyiségenként napi 8-10 perc használattal. *A porral együtt a polleneket, allergéneket, penészgombát, atkaürüléket, vírusokat, baktériumokat is leköti a szeparációs technológiának köszönhetően.*

2. Párásítás: a készüléket elhagyó közel 100%-os tisztaságú levegő az élettanilag ideális 48-perc használattal. A porral együtt a polleneket, allergéneket, penészgombát, atkaürüléket, vírusokat, baktériumokat is leköti a szeparációs technológiának köszönhetően. 55% relatív páratartalmú, függetlenül attól, hogy beáramló levegő páratartalma mekkora.

Megfelelő ideig való működtetéssel a helyiség páratartalmát képes az ideális értékre beállítani, függetlenül attól, hogy előtte magas vagy alacsony volt.

3. Levegőfertőtlenítés: a cseppfertőzéssel terjedő betegségeket okozó vírusok baktériumok nagy része a levegőben található. A VIVENSO bekapcsolása előtt levegőfertőtlenítőt szert juttatunk a vízbe, így az használat közben elpusztítja a vízbe jutó kórokozókat.

4. Levegőillatosítás: A készülék alkalmas illat-és aroma anyagok légtérbe juttatására is.

5. Szagelszívás: a beáramló levegővel a szagérzetet okozó gázok, gőzök is a víztartályba kerülnek, a vízben megkötődnek, és a nem kívánt szagoktól mentes, tiszta levegő jut vissza a légtérbe.

6. Aromaterápia: az aroma olajból csak néhány cseppet juttatunk vízbe, onnan a visszaáramló levegő szétporlasztva viszi magával a gyógyító illóolajat, ami 6-8 órán át lebegve a légtérbe marad, így belélegezve hosszú időn keresztül fejti ki hatását. Allergia, asztma, hörghurut, krupp esetén, többek között az eukaliptusz, borsmenta, citromolaj használata javasolt.

7. Inhalálás: kamilla vagy eukaliptusz aromát a vízbe adagolva hideg inhalálást végezhetünk.

8. Takarítás: készülékünk úgy van kialakítva, hogy az összes takarító eszköznket helyettesíteni tudjuk vele. Biztosítja az igényes, hatékony, időtakarékos takarítás lehetőségét

A VIVENSO egy olyan multi funkciós készülék melynek 23+1 funkciója van, ezért képes lakásunkat tisztántartani és egészségünket megőrizni. Ha valaki allergiás, asztmás vagy csak az átlagosnál igényesebb a tisztaságra és szeretne hatékonyan, könnyedén, ugyanakkor gyorsan végezni a takarítással akkor számára az igazi megoldás a VIVENSO.

Bővebb felvilágosításért, kipróbálási lehetőség miatt forduljon hozzánk bizalommal!
Home Relax Hungary Kft



Home Relax Hungary Kft.
1043. Budapest, Berda J.u. 22 fsz. 16
9023. Győr, Attila u. 39.
Tel.: 96/815-420; 96/815-400
Mobil: 20/353-99-47
e-mail: info@homerelax.hu



Kedves Klubtagok!

Hírlevelünk előző száma, mint azt korábbi írásomban is említettem, a Hírlevél különszáma volt. Azért döntöttünk a különszám megjelentetéséről, mert az Országos Egészségfejlesztési Intézettel kötött együttműködési megállapodásunk olyan jelentős programról szól, amely reményeink szerint tagjaink többségéhez eljut. Szerettük volna, ha már azokban a napokban megismeritek a lényegét, amikor az kezdődik.

Az **Országos Egészségfejlesztési Intézettel** kötött megállapodással partnerei lettünk az Intézet egyik projektjének, a „Népegészségügyi kommunikáció fejlesztése” címűnek. Közös szeretnénk az idős korcsoportokhoz tartozók fizikai és lelki egészségének megőrzését szolgáló programokat létrehozni. A megyei szervezetinkből érkező visszajelzések szerint a közös munka több helyen is megkezdődött. Szövetségünk megalakulásának pillanatától feladatának tekintette mind a fizikai, mind pedig a mentális egészség megőrzésének támogatását, hiszen alapvető feladatunknak tartjuk hozzájárulni ahhoz, hogy tagjaink szellemileg is, fizikailag is a lehető legjobb állapotban éjék mindennapjaikat. Európa számos más országában, ahol szintén növekszik az idősök aránya, az emberek sokkal hosszabb életet élnek, mint hazánkban. Van olyan ország, ahol akár 5-10 évvel is tovább élvezhetik az élet szépségeit. Még nagyobb különbségeket látunk, ha azt vizsgáljuk, hány évig élnek egészségesen az emberek. Sajnos, hazánkban a hosszabb élethez nem kapcsolódik automatikusan az egészség. Az egészségért tenni is kell. Persze, hozzáteszem, tudjuk, erre minden embernek más az esélye! Nem mindenki tud évente legalább egyszer gyógyüdülőben felfrissülni; nem mindenki engedheti meg magának még azt sem, hogy egy-két napra magára hagyja az állatokat. Nem utolsó sorban olyan visszajelzéseket is kapunk, hogy vannak, akik a gyógyszereiket nem tudják kiváltani; a fogukat nem tudják megcsináltatni. Ez a közös program igyekszik azt megmutatni, hogy a különböző helyzetben lévő emberek mit tehetnek meg önmagukért. Szinte mindenki tehet valamit a saját egészséges érdekében. Arra biztatlak benneteket, vegyetek részt a programokon, és ki-ki találja meg a kedvére való tennivalót a saját egészsége érdekében. Szövetségünk szakmai és szervező munkával támogatja az idősök gyógyüdülését, sportolását, a művészeti csoportok létrejöttét és működését, a szűrőprogramokat,

az egészségről szóló tájékoztatókat, és számos más tevékenységet. Szeretnénk, ha minél több öröm lenne az életetekben, hiszen sok évtized munkája után, a gyerekek és unokák nevelésével végzett áldozatos évek után, ezt megérdemlitek.

Kötöttünk egy másik megállapodást is. A **Fogyasztóvédők Országos Egyesülete (FOE)** a Magyar Nemzeti Bank támogatásával valósítja meg „A FOE oktatási tevékenysége a szépkorú fogyasztók pénzügyi ismereteinek javításáért” című projektjét. Nyolc településen, Apajon, Ceglédbercelen, Zalaegerszegen, Kapuváron, Szekszárdon, Veszprémben és Békéscsabán kerül sor a képzésre egy-egy konferencia keretében. Ez egyben azt is jelenti, hogy a magas színvonalú, kiváló előadásokat 7 megyében mintegy 350-400 tagunk hallgathatja meg. Kérlek benneteket, minél szélesebb körben vigyék tovább az idősök életét biztonságosabbá tevő hasznos információkat. Egyúttal szeretném megköszönni a FOE elnökének, Horváth György úrnak, hogy ezt a programot elhozta hozzánk. Köszönöm a megyei elnököknek a szervezést. Örölnék, ha tapasztalataitokat a következő lapszámban olvashatnánk.

Az elmúlt években együttműködtünk a MAKASZ-szal is. Voltak, akik azt a Klubkártyát, amit közösen adtunk ki, jól használták. Én magam többször vásároltam könyvet, benzint és mást, kedvezménnyel. Volt úgy, hogy egyetlen vásárlásnál 500 forint kedvezményt kaptam. Sajnos, a visszajelzések többsége azonban arról szólt, hogy a kártya „nem működik”. 2015. augusztus 31. napjával a MAKASZ-szal a szerződésünk lejár, és a visszajelzéseitekre figyelemmel, nem fogjuk meghosszabbítani. ugyanakkor azok, akik ez alatt az idő alatt megtanulták használni, találtak olyan termékeket, szolgáltatásokat, amelyeket a jövőben is szeretnének kedvezményesen megvásárolni, ajánljuk, hogy a www.makasz.hu honlapon csatlakozzanak egyénileg a MAKASZ tagsághoz.

Találkozunk hamarosan Balatonfüreden!

Szép tavaszt, szép húsvéti ünnepeket kívánok Nektek!

Üdvözlettel: Hegyesiné Orsós Éva, elnök

EGÉSZSÉG

Az **Országos Egészségfejlesztési Intézettel** kötött megállapodással az „**Életet az éveknek**” **Klubszövetség** partnere lett az Intézet egyik projektjének, a „Népegészségügyi kommunikáció fejlesztése” címűnek.

Sikertörténetek: helyi kommunikátorok által szervezett lokális akciók

Ülőtorna időseknek

Helyi kommunikátor: Kristóf Judit, Nyugat-Dunántúli régió, Mosonmagyaróvár



Együttműködő szakmai partnerek: Kistérségi Egyesített Szociális Intézmény, EFI Mosonmagyaróvár

A gyógytornással összeállított ülőtornát egyszerű, játékos feladatok követték lufik és kézilabdák használatával, melyek elsődleges célja az volt, hogy az idős emberek feloldódjanak, és egymásra figyelve játszanak, mozogjanak. Az idős bentlakók nagyon élvezték a labdás játékokat, a végén ők kérték, hogy játszanak tovább, sőt, énekeltek is. A helyi kommunikátor kolléga márciustól havonta két alkalommal látogat el az intézménybe tornát és játékos foglalkozást tartani az időseknek.

Emellett szabadtéri programokat is tervez, mint például a séta és torna az intézmény kertjében.

Meghívás egy sétára az emlérák ellen

Helyi kommunikátor: Illés Ibolya, Közép-Dunántúl régió, Sümeg

Együttműködő szakmai partnerek: Védőnői Szolgálat dolgozói, Menopausa és Osteoporosis Egyesület tagjai, Sümegi Általános Iskola tanárai

Figyelemfelkeltő séta, abból a célból, hogy a szűrés életet ment. A Védőnői Szolgálat épületéből indult útjára a rendezvény, a meghívott kör Sümeg lakossága volt. A megjelent érdeklődőknek a védőnők rózsaszín szalagot tűztek ki. Először tájékoztató előadás hangzott el a magyarországi emlérákkal kapcsolatos morbiditási és mortalitási adatokról. A filmvetítéssel színesített program után mell muláson lehetett gyakorolni az emlé önvizsgálatát.

A program aktív része a séta volt: felkerekedett a csapat, kezükben rózsaszínű lufival és rózsaszín szalaggal a ruhájukon, majd körbesétálták a belvárost, ahol sokan csatlakoztak hozzájuk, hiszen a vidám hangulat, a jóízű beszélgetések, a mozgás öröme mindenkinek vonzó. Bízunk benne, hogy jövőre is lesz lehetőség a figyelemfelkeltő sétára.



Nordic Walking túra

Helyi kommunikátor: Ilyés Erzsébet, Sirok, Észak-Alföld régió



Együttműködő szakmai partnerek: Parádfürdői Állami Kórház, Nyírjes Nyugdíjas Klub

A Parádfürdői Állami Kórház Egészségfejlesztési irodája rendszeres sétákat, túrákat szervez a kistérség 4 településén. Az egyébként is aktívan működő helyi nyugdíjasklub programjainak alappillére a túrázás, viszont az idős emberek egyre nehezebben mozognak. Erre ideális megoldás a Nordic Walking, melyet mozgásszervi problémákkal küszködők is végezhetnek. A csapat nagyon lelkes - már készülnek a szarvaskői Csipkebogyó Fesztivál mellett más túrás programokra.

KLUBRÓL-KLUBRA

Néhány mondat a Bakonycsernyei Nyugdíjasklubról



A Bakony alján, Bakonycsernyén működik klubunk, amely az elmúlt évben ünnepelte 25. évfordulóját. Minden hétfőn jövünk össze. A férfiak kártyáznak, a nők inkább beszélgetnek. Megünnepeljük a névnapokat, az 50 éves házassági évfordulókat, akik sajnos egyre kevesebben vannak. Klubunk tagjainak életkora egyre magasabb, ezért kirándulásokra kevés az igény, de nyáron a fürdőkbe több alkalommal is eljutunk. Büszkeségünk a női énekkarunk, akik népdalt, de főként bányászdalokat énekelnek. 2014-ben Keszthelyen ezüst fokozatunknak nagyon örültünk. A helyi bányásznapon és más rendezvényeken is szívesen énekelünk. A környező településeken is szívesen vendégszerepelünk. Idén áprilisban a balatonfüredi megmérettetésre készülünk.

Boros Miklósné

Gratulálunk!

2014. december 22-e nagy nap volt Művelődési Házunk életében, hiszen nálunk ünnepelte 80. születésnapját Balázs István, a Sárgarózsa Népdalkör elnöke. Pista bácsi kedves meghívását mi is szívesen elfogadtuk, így a család és a barátok mellett mi is részesei voltunk az ünnepelt boldogságának. Elsőként felesége, Ágika köszöntötte a születésnapost, egy gyönyörű, 80-as számmal díszített arany pecsétgyűrűvel. A rokonok, barátok jókívánságai és szép ajándékai után következhetett a Deszki Jóbarát Csárda által készített sok-sok finomság, majd az ünnepelt egészségére finom pezsgővel koccintottak. A várva várt feketeerdő torta is megérkezett, amelynek felszeletelése kisebb gondot okozott Pista bácsinak, de mint annyi mindennel az életben, ezzel is megbirkózott. Sütemény is volt bőven, hiszen a kedves ismerősök nem jöttek üres kézzel. A hangulat nagyon jó volt, még táncra is perdült az ünneplő társaság. Nagyon örülünk, hogy mi is részt vehettünk a nagy napon, köszönjük a szíves vendéglátást! A Művelődési Ház összes dolgozója nevében kívánok Pista bácsinak hosszú, boldog és egészségesen gazdag életet szerető családjá körében, és továbbra is nagy szeretettel látjuk mindig intézményünkben!



Balázs István

Idősek Találkoztak Mezőnagymihályon

A Mezőcsáti Kistérség Idősügyi Tanácsa által meghirdetett Idősek Találkozója került sor Mezőnagymihályon. Sok szeretettel és nagy tisztelettel fogadtuk a szomszédos települések meghívott vendégeit, polgármestereit, jegyzőit, Vida Lászlóné kistérségi elnök asszonyt, valamint Szőnyi Gábornét, az „Életet az éveknek” Szövetség Borsod-Abaúj-Zemplén megyei elnökét. A rendezvényen képviseltették magukat a hejőpapi, igrici, mezőcsáti, tiszatárjani, tiszakeszi, tiszadorogmai és természetesen a mezőnagymihályi klubok tagjai. Közel 150 fő népesítette be a termet, mely különös varázssal töltötte el szívünket. Nagy örömmel és izgalommal és lelkesen készültünk a vendégfogadásra. Ezek az együttlétek erősítik a közösségek alakulását, jó érzéssel töltik el mind a házigazdákat, mind a vendégeket. Csordultig tele szeretettel és ragaszkodással köszöntöttük egymást jó ismerősként, hiszen már többször is találkoztunk hasonló rendezvényeken Ároktőn, Tiszatárjában, Tiszadorogmán, Igricben, Tiszakeszin, Mezőcsáton. Mezőnagymihály csendes, rendezett település, a Borsodi Mezőség égböve. Megbecsüljük és tiszteletben tartjuk időseinket. A finom ebédet megelőzve a község polgármestere köszöntötte a vendégeket. Tóth József, a helyi

klub vezetője, egyben a Népdalkör tagja is, pohárköszöntőt mondott. Előtte azonban átvették az elismerő oklevelet, hiszen a Népdalkör Budapesten, a Kárpátmedencei Népdaltalálkozó Országos Versenyén Vass Lajos Kiemelt Nagydíjban részesült. A finom ebédet annyi házi sütemény zárta, hogy ilyen csak lakodalmakban lát az ember. Mezőnagymihály történetét Konczné Tegzes Erika alpolgármester asszony, a nap egyik főszervezője ismertette. Meghatározott szempontok szerint egy 10 kérdésből összeállított Totót töltöttek ki a települések csapatai. A falu történetéből és az év során készült közös fotókból feltett kérdésekre meglepően sokan tudták a válaszokat. A versenyt hihetetlen komolysággal küzdötték végig, a győztesek pedig nyitótáncot járhattak és csokoládét kaptak ajándékba. Kis himzett könyvjelzőt is vihetett haza minden kedves jelen lévő, melyet a helyiek készítettek Mezőnagymihály felirattal. Az ilyen és hasonló rendezvények csapatomunkat igényelnek. Az Önkormányzat, a Művelődési Ház, a Konyha és a Kistérségi Szociális Ellátó Központ dolgozói nélkül nem jöhetett volna létre ez a találkozó. Köszönet minden önzetlen segítségért. Konczné Tegzes Erika alpolgármester

Bácsai Gyöngyvirág Nyugdíjasklub



Bácsai Gyöngyvirág Nyugdíjasklub nagyon szép ünnepséget rendezett. Az 1848. március 15. eseményeire emlékeztünk. Az ünnepségen az alkalomhoz illő versek és énekek hangzottak el.

Csöndes Lászlóné klubvezető

ÜDÜLÉS**HAJDÚSZOBOSZLÓ – PANZIÓ**

Hajdúszoboszlót a „reumások Mekkája”-ként is szokták emlegetni, a város már nyolcvan éve, a hévíz felszínre törése óta fogadja a fürdőzni és gyógyulni vágyó vendégeket. A város és környéke kisebb-nagyobb kirándulásokra csábítja az ideérkezőket: debreceni városlátogatás, puszta-program a Hortobágyon, kirándulás Egerbe, Tokajba, a borok városába, tiszai hajókázás.

A Panzió a Gyógyfürdő bejáratától 70 m-re található.

A Panzió szobáinak kialakításánál az enteriőr elegáns stílusát, a vendégek lehetséges igényeit kívántuk összhangba hozni. A vendégek komfortérzetét a szobák alapfelszereltségéhez tartozó fürdőszoba, LCD tv, mini hűtő és ingyenes internet csatlakozás teszi teljessé. A szoba alapfelszereltsége esetenként kihúzható kanapéval egészül ki, így a szoba akár 3-4 fő elhelyezésére is alkalmas. Szobáink zuhanyzós fürdőszobával, illetve csaknem minden szoba erkéllyel rendelkezik.

Wellness részlegünkben infrasauna és jakuzzi kényezteti a vendégeket.

Elhelyezés: Panzióban (fürdőszobás, televízióval, hűtővel, Wifivel ellátott 2-3-4 ágyas szobákban).

Térítési díj: Étkezés a panzióban. Az árak az idegenforgalmi adót nem tartalmazzák. Idegenforgalmi adó mértéke 450 Ft/fő/éjszaka. Egyágyas felár 50 %.

Ellátás: reggeli: 12 féle, étlapról választható reggeli
vacsora: étlapról választható vacsora (3 féle menüválasztásos, vagy 10 féle főétel). A reggeli és a vacsora árát a részvételi díj tartalmazza.

Csoportkedvezmény: 16 fő részvevő esetén egy fő számára ingyenes üdülést biztosítunk.

Időszak	4nap/3éj/2fő	5nap/4éj/2fő	6nap/5éj/2fő	7nap/6éj/2fő
2015.01.07. – 05.31.	31.300,- Ft	42.200,- Ft	52.000,- Ft	63.000,- Ft
2015.06.01. – 08.31.	38.300,- Ft	51.200,- Ft	65.000,- Ft	76.000,- Ft
2015.09.01. – 12.29.	31.300,- Ft	42.200,- Ft	52.000,- Ft	63.000,- Ft

SIÓFOK SZÁLLÓ

A **Szálló** a déli part legkedveltebb üdülőhelyén, Siófokon az **ARANYPARTON** helyezkedik el. A siófoki szabad strand 50 méterre található, Siófok központja 15 perc sétával elérhető. A szálló retro hangulatot idézve, csendes, nyugodt környezetben kellemes kikapcsolódást nyújt a pihenni vágyók számára.

Vendégeink kényelmét a 60 férőhelyes, 5 db egylégterű családi 4 ágyas szoba és a 14 db 2 ágyas szoba biztosítja. A családi szobákban 2 pótágy is elhelyezhető.

Szobáink nem dohányzóak és mind pótágyazható. Minden szobához tartozik fürdőszoba, hűtőszekrény, televízió. Ingyenes parkolási lehetőség a szálló területén, ingyenes WiFi használat a közösségi helyiségekben.

SZÉP kártya elfogadóhely (K&H, OTP, MKB). Erzsébet utalvány elfogadóhely.

Térítési díj:

ELŐ-UTÓSZÉZONBAN: 2015.05.01. – 2015.06.14. és	2015.09.01. – 2015.09.30.	4.200 Ft/fő/éj
KÖZÉPSZÉZONBAN: 2015.06.15. – 2015.06.30.	.	5.800 Ft/fő/éj
FŐSZÉZONBAN: 2015.07.01. – 2015.08.24.		7.200 Ft/fő/éj

Az árak tartalmazzák: A svédasztalos reggelit, mini TV használatát, mini hűtő használatát, a rezszi költségét, a végtakarítás költségét, az Áfa-t.

Az ár nem tartalmazza a helyi idegenforgalmi adót, amit minden 18 év feletti vendégnek meg kell fizetnie, ami 400 Ft/fő/éj.

Igény esetén rendelhető meleg, háromfogásos ebéd és vacsora min. 10 fő esetén. Vacsora: 1990 Ft/fő/alkalom. Ebéd és vacsora: 3980 Ft/fő/alkalom.

Ajánlott programok: Siófoki városnézés a Lili-Puth kisvonattal, Galerius Élményfürdő és Wellness Központ (1 km a szállástól), Tihanyi, vagy Badacsonyi hajókirándulás.

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

GYULA - PANZIÓ**ÜDÜLÉS**

A Panzió Gyula szívében, csendes, barátságos helyen található, a belvárostól 500, a fürdőtől mindössze 80 méterre. Rendkívül szolid árai és kiváló fekvése miatt a Gyulára látogatók kedvelt szálláshelye.

Szolgáltatások: reggeliző, szintenként egy-egy jól felszerelt teakonyha étkező helyiséggel, füvesített, virágos udvar kerti garnitúrával, parkoló a telek előtt.

Ellátás: helyben kontinentális reggeli

Elhelyezés: felújított kétszintes ház, 2 ágyas, esetenként pótágyazható, színes Tv-vel felszerelt szobákban, (melyekhez saját fürdőszoba kapcsolódik), illetve 4 személyes családi apartmanokban (nappali, hálószoba, WC, fürdő, Tv).

Térítési díj:

Időszak	3nap/2éj	5nap/4 éj	6nap/5 éj	8nap/7éj nyugdíjas ajánlat
2015. 01.02. - 05.15. és 09.18. - 12.24.	6.990 Ft	10.990 Ft	12.990 Ft	14.990 Ft
2015. 05.15. - 06.26. és 08.23. - 09.18.	7.990 Ft	14.990 Ft	17.990 Ft	19.990 Ft
2015.06.26. - 08.23. (főszézon)	9.990 Ft	17.990 Ft	21.990 Ft	23.990 Ft

Gyermekek kedvezmény: valamennyi árból (szállás és étkezés is) 2 felnőtt mellett 3. és 4. ágyon: 0-6 éves korig: 100 %, 6-14 éves korig: 50 %, 14-18 éves korig csak a reggelis árakból: 30%. Gyermekek kedvezmény főágyon 14 éves korig: 15 %. Kedvezmény felnőtteknek pótágyon: 20 %. Egyfős felár: 30 %. Az idegenforgalmi adót az árak nem tartalmazzák.

KISKUNHALAS – SZÁLLODA***

A Duna-Tisza közén, Budapesttől délre 130 km-re fekszik. Kecskemét, Baja, Szeged, Kalocsa, Kiskunfélegyháza mind 50-60 km-re található. Szőlő- és gyümölcstermő vidék, 1987 óta szőlő- és bor városa megtisztelő cím birtokosa. A város idegenforgalmi vonzereje a bevizsgált és igazolt gyógyhatásokkal rendelkező Csipke gyógyvíz: reumatológiai megbetegedések kezelésére, nőgyógyászati panaszok enyhítésére, baleseti sérülések utókezelésére, műtétek utáni rehabilitációra, mozgásszervi betegségek, ideggyógyászati megbetegedések és perifériás keringési betegségek gyógyítására alkalmas. **A gyógyfürdő a szállodától 2 percre található, télen és nyáron is üzemel.**

Ellátás: svédasztalos reggeli, igény szerint háromfogásos félpanziós vacsora.

Elhelyezés: A szálloda 30 szobával várja a pihenni vágyókat egy-, illetve kétágyas elhelyezéssel (pótágyazási lehetőség biztosított). Minden szoba erkélyes, fürdőszobás, színes televízióval, minibárral, telefonnal, szobaszéffel, hajszárítóval felszerelt, többségük klímatisztított. A lift az akadálymentes közlekedést szolgálja. Konferenciaterem és wellness-részleg szaunákkal, masszázsmecénével, trópusi zuhannyal, masszázsfotelrel szolgálja a vendégek kényelmét.

Térítési díj:

Éjszakák száma	Egyágyas szobában reggelivel	Egyágyas szobában félpanziós ellátással	Kétágyas szobában reggelivel	Kétágyas szobában félpanziós ellátással
2 éj esetén	9.000 Ft/fő/éj	10.600 Ft/fő/éj	6.900 Ft/fő/éj	8.500 Ft/fő/éj
3-5 éj esetén	8.050 Ft/fő/éj	9.600 Ft/fő/éj	6.000 Ft/fő/éj	7.600 Ft/fő/éj
6 éjszakától	6.900 Ft/fő/éj	8.500 Ft/fő/éj	5.700 Ft/fő/éj	7.300 Ft/fő/éj

Az árak tartalmazzák: a megjelölt étkezési formát, a szállást, a szálloda wellness részlegének használatát.

A szálloda ajándékként fürdőbelépőt biztosít a Kiskunhalasi Gyógyfürdőbe. Az ár az idegenforgalmi adót nem tartalmazza, melynek mértéke 300 Ft/fő/éj.

Csoportkedvezmény: 20 fő feletti létszám esetén a csoport szervezőjének grátisz ott tartózkodást biztosítanak. Csoportos részvételnél igény szerint zenés est, illetve kirándulások szervezésében segítséget nyújtanak.

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

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

Hagyományoknak megfelelően minden évben megrendezésre kerül a Megyei Versmondó Verseny a klubok között. Eddig minden évben Solt adott helyet e nemes vetélkedőnek. Köszönet Solt Város Önkormányzatának és polgármesterének Kalmár Pálnak, az "Életet az éveknek" Nyugdíjasklubok Bács-Kiskun Megyei Egyesületének és a Solti Petőfi Nyugdíjas Egyesület valamennyi tagjának, hogy ebben az évben is Solton került megrendezésre a versmondó verseny 2015. március 11-én. Az Úr is ránk mosolygott, mivel gyönyörű tavaszias időt adott. Minden adott volt, hogy jó napunk legyen. Gyönyörű verseket hallhattunk lelkes közönséggel és szigorú, de igazságos zsűri közreműködésével.

Végül nagy küzdelemben I. helyezést ért el K. Szabó Benedek, a Hírös Város Nyugdíjasklub tagja: Mátyás József Télutó hava című versével. Nagyon jó volt a versválasztás és gyönyörűen adta elő.

II. helyezett Hideg István, a Petőfi Bajtársi Egység című versével.

III. helyezést Madár Ferencné, a Kissolti Nyugdíjas Egyesület versenyzője: Csokonai Vitéz Mihály A Reményhez című versével ért el. Mindenkinek gratulálunk. A verseny után megvendégelték a versenyzőket és a szurkolósereget is. Ezt követően elbeszélgettünk. Megint volt egy szép napunk.

Herczeg László



Vendégek voltunk!



Farsangi mulatságra érkezett meghívó a **Pásztói Nyugdíjas Klub** részére a **Nagybátonyi Nyugdíjasklubtól**. És mi örömmel mentünk. A helyi művelődésházban szépen megterített asztal és sok kedves ember fogadott minket. A mulatság a vendéglátóink jelmezeseinek felvonulásával kezdődött, csak néhányat említve, volt Ludas Matyi, Kukorica Jancsi és Ursula nővér is. Minden jelmezéről Zsuzsika, a nagybátonyi klubvezető kis vidám történetet mondott a nézők nagy derűségére. Mi színpadi jelenettel készültünk, a Rátóti csikótojástadtuk elő. Sikerünk volt és még egy meghívót is kaptunk a Nyugdíjas Ki Mit Tud-ra. Ezt követően elkezdődött a bál, a vidám forgatagban valahogy a lába most senkinek sem fájt. A szünetekben azért volt időnk ismerkedni, új embereket, sorsokat megismerni és új barátokat találhattunk. Most újból kicsit kijebb tárult nekünk a világ. Köszönjük a Nagybátonyi Klubnak ezt a szép délutánt.

Begella Lászlóné Pásztói Postás Nyugdíjasklub

FERGETEGES FARSANGI MULATSÁG

A Szabadbattyáni Móríc Zsigmond Nyugdíjasklub fergeteges, sokáig emlékezetes FARSANGI MULATSÁGOT rendezett.

Felvonultak a jelmezbe öltözött nyugdíjasaink! Volt ott boszorkány, utcalány, rendőr, arab sejk, hajós kapitány, stb.

A fánk versenyről nem is BESZÉLVE!

Meghívtuk a sárszentmihályi nyugdíjas barátainkat a farsangi multságunkra.

A jó zene, az ízes fánkok, süti és pogácsák, a finom házi bor csak fokozták a jó hangulatot.

Síffél Istvánné klubvezető



KLUBRÓL-KLUBRA

A Lábatlani Borostyán Baráti Kör bemutatkozása



A Duna mellett levő település Lábatlan lakói vagyunk, akik 4 éve elhatározták, hogy szervezett formában létrehozunk egy csapatot célok, értékek, feladatok meghatározásával.

A csoport nevét is úgy próbáltuk kitalálni, hogy jelentése tükrözze elképzelésünket.

Növényként a borostyán, a hűség, a barátság jelképe, a kő pedig a nyugalom és a béke szimbóluma.

A nyugdíjas szót azért nem tettük a nevünk-höz, mert vegyes a korosztályunk.

Minden ember átlép az emberi fejlődés utolsó szakaszába, hogy miként éljük meg, ez csakis rajtunk múlik. Mert lehet ezt az időszakot megélni életünk csúcspontjaként, ahol felfedezzük a kor szépségét, mit jelent szépen,

derűsen megöregedni, hanyatlás és leépülés helyett. Amikor egy emberre ránehezedik a magány, legyenek mellette új barátok, programok, máris jobbá válik az életünk, ezért hoztuk létre a Borostyán Baráti Kört. (BBK)

Néhány mondatot magunkról:

Kéthetente találkozunk a Vitéz Sággy Antal Városi Könyvtárban, ahol mindent közösen beszélünk meg. Különböző érdeklődésű és kreatív emberekből álló csapat valamennyi tagja a maga módján kiveszi részét a munkából. Minden évben megrendezzük a szüreti felvonulást, ez egy hatalmas szervezést igénylő feladat. A majálist is felvettük a kulturális programjaink közé. Már hagyomány, hogy minden évben 2 alkalommal rendbe tesszük a Lábatlani Szent István park és parkoló területét (március 15, augusztus 20.). Amatőr kórusunk rendszeresen részt vesz a városi rendezvényeken és az ünnepeken. Kirándulunk, járjuk az országot, kulturális rendezvények hallgatói, nézői vagyunk. Megünnepeljük a BBK. alakulásának évfordulóját, a szilvesztert, a farsangot sem hagyjuk ki zene és tánc nélkül.

Az országos és megyei kézimunka kiállítás állandó résztvevői vagyunk, ahol komoly elismerésben részesültünk, de a városban is több alkalommal láthatták munkáinkat az itt élő emberek. Sokat járunk túrázni, gyalogolni, kisebb csoportokban sétálunk, akinek kedve, ideje és egészsége engedi. Országos és helyi kiírások megpályázásával és elnyerésével is gazdagítottuk városunkat.

Bebizonyítottuk, elsősorban önmagunknak, hogy valódi cél érdekében egy emberként kiválóan működő közösségként mindenre képesek vagyunk. Hisszük és valljuk, hogy a baráti kapcsolatok aktív ápolása, a pozitív hozzáállás, az életmódunk mind a saját életünk minőségét javítja, mert ebben a korban nem a teljesítmény, hanem a siker a fontos!

Varga Gyuláné Zsuzsa

FARSANGOLÁS SÁGVÁRON

Ságvár Község "Szivárvány" Nyugdíjas Klubjának tagsága a Balatonkiliti Máltai Szeretetszolgálat fiataljaitól meghívást kapott közös farsangolásra. A két szervezetet több éves barátság köti össze. A házigazda fiatalok az ősi néphagyományokat követve maszkába öltözve, ötletes, tartalmas műsorral készültek, majd tánccházá alakulva somogyi néptáncokat mutattak be. Az idős vendégek viszonzásul elmesélték, hogy az ő gyermekkorukban a hosszú téli estéket hogyan hasznosították a falusi emberek.



Abban az időben ismeretlen volt a televízió. A meleg lakásokba behúzódva tollfosztókat tartottak. Főleg a lányos házaknál neveltek libákat a staffirung készítéséhez. Tollpárnák és paplanok kitömésével hasznosították a fosztott tollat. A farsangi rendezvény az udvaron kiszabáb égetésével, közös énekkel egybekötött körtáncsal ért véget. Tisztelet és nagyrabecsülés az ifjúsági közösség felkészítőinek. A nyugdíjasok nevében:

Kőrösi Lajosné elnökhelyettes

ÜDÜLÉS

KEDVEZMÉNYES ÁRAK - NYUGDÍJAS KLUBTAGOK RÉSZÉRE

**HÉVÍZ, Hotel Alba ******50 %**

2 ágyas elhelyezéssel, **reggelis ellátással**. **A hévízi tótól 150 m-re** épült kényelmes, családias 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
9.490 Ft	16.490 Ft	21.490 Ft

Érvényes:
2015. május 08. - július 03.
között

Vacsora felár: 1 500 Ft / fő / alkalom

**GYULA, Jázmin Panzió****50 %**

2 ágyas szobában, reggelivel. A **Jázmin Panzió** Gyula szívében, csendes, barátságos helyen található, a belvárostól 500, a fürdő nyári bejáratától mindössze 80 méterre. Rendkívül szolid árai és kiváló fekvése miatt a Gyulára látogatók kedvelt szálláshelye.

2 éjszaka/fő	4 éjszaka/fő	7 éjszaka/fő
Előszезon: 6.990 Ft Középszezon: 7.990 Ft	Előszезon: 10.990 Ft Középszezon: 14.990 Ft	Előszезon: 14.990 Ft Középszezon: 19.990 Ft

Érvényes:
Előszезon:
március 15.- május 15.
Középszezon:
május 15.- június 26.

Vacsora felár: 1 100 Ft / fő / alkalom

**GYULA, Gaál-Vár Apartmanok****50 %**

2-3-4-5-6 fős apartmanokban, reggelivel. Az apartmanház Gyula történelmi belvárosában, ám csendes, a Várfürdővel szomszédos utcában található. A múemlékház mediterrán kert 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
Előszезon: 6.990 Ft Középszezon: 7.990 Ft	Előszезon: 10.990 Ft Középszezon: 14.990 Ft	Előszезon: 14.990 Ft Középszezon: 19.990 Ft

Érvényes:
Előszезon:
március 15.- május 15.
Középszezon:
május 15.- június 26.

Vacsora felár: 1 100 Ft / fő / alkalom

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

Betekintés az „Életet az éveknek” Fővárosi Szervezetének életébe

Az „Életet az éveknek” Nyugdíjasklubok Szövetsége, mint civilszervezet, sok tekintetben az idősek minőségi életének letéteményese.

Közösséget nyújt több tízezer ember számára, lehetőséget kulturális aktivitásra, a hagyományok őrzésétől, az alkotó kreativitásig, sportolásra, utazásra, üdülésre.

2010-ben a Budapesti Szervezet Elnöksége újjá alakult, mert felismertük a fővárosi klubok ezerarcú tevékenységét. Egy professzionális csapat kezdett el dolgozni: célul tűzve az egészség megőrzését, amelyben Medveczki Arankának köszönhetően az elmúlt években szoros kapcsolatot építettünk ki a Richter Gedeon Gyógyszergyárral, egészségnapokat, szűrő vizsgálatokat, egészséges életmóddal kapcsolatos felvilágosító programok sorát rendeztük.

Súlyt fektettünk a mozgásra, sportnapok mellett meridián tornát ajánlottunk minden klubnak.

Illés Éva és a Rácuk csapata a XVII. kerületből minden eseményben partnerek voltak, és nem volt olyan kérés, amiben ne segítettek volna első szóra.

Hasonlóan sokat dolgozik közöttünk Csohány Gábor, aki mind a belföldi, mind a külföldi programokat rendkívül lelkiismeretesen szervezi. 2014-ben 20 csoport budapesti látogatását koordinálta, a visszajelzések szerint sok sikerrel. Év végén nagy sikere van az adventi sétáknak.

A kultúra Budapesten sokszínű: kiállítások, színházak, bemutatók, hangversenyek, minden napra jut élmény, és ennek a gazdag programnak a megismerése, kedvezményes látogatása elsősorban Mészáros Istvánnak köszönhető.

2014-ben a Knoll István Emlékév kapcsán rendezett kiállítás és film készítése Renfer István vezetésével valósult meg.

A budapestiek szociális tevékenysége is sok időst hívott közénk: kiemelkedő a X. kerületben Bors Ildikó vezetésével a hajléktalan szülők gyerekeinek nyújtott rendszeres foglal-

kozás. Modell értékűvé vált a Mentor Nagyi programunk. Szociális területen a tapasztalatcsere programok is sikeresek, köszönet érte Bányász Évának a XIII. kerületben, Balázs Piroskának Kíspesten.

Az idősek oktatásának jelentőségét több felsőoktatási intézmény is felismerte, így az ELTE is, és örömmel vett részt a tervezésben, a szervezésben, az Almamáterben. Három évvel ezelőtt Striker Sándor egyetemi docens vezetésével az ELTE felkészült a **Harmadik Kor Egyeteme** program bevezetésére. 2015-ben harmadik éve, hogy a Fővárosi Önkormányzat támogatja ezt a programot.

Az igényfelmérés, amelyet az ELTE andragógiai tanszék vezetője - korábban Striker Sándor, ebben az évben Kereszty Orsolya egyetemi docens irányít - arra mutatott rá, hogy az aktív időskor egyik fontos eleme a tanulás iránti vágy.

Budapesten az idősek szervezetek között jó a kapcsolat, így a senior akadémiák, a Harmadik Kor Egyeteme, a Szabadegyetemek összehangolt programja nagyon sok érdekes témát ölel fel és több százan látogatják.

Mindannyian megtanultuk a life long learning koncepciót: egy életen át tart a tanulás.

Végül új programunk 2015-ben a Cédrus programhoz csatlakozás, amely reményeink szerint munkaalkalmat is biztosít a hosszabb ideig élő és egészséges munkát vállaló időseknek. Mert nemcsak tanulni szeretnénk egy életen át, hanem tapasztalataink átadására is szükség van, s ennek a lehetőségét is szeretnénk megteremteni. Az adminisztráció, a napi munka Csizmás Klára és Medveczki Aranka lelkiismeretes munkája. A Hírlevelünk Zara Katát dicséri.

Mindezek alapján az elmúlt négy év megerősített bennünket abban, hogy a Szövetségen belül, mint tagszervezet önálló egyesületté váljunk, akik öregbitjük az „Életet az éveknek” jó hírét.

Dr. Talyigás Katalin fővárosi elnök

HARMADIK KOR EGYETEME

ELTE - A tevékeny időskorért PROGRAMJA

2015. márc. 11. 14:00-15:30

Prof. Mérő László, egyetemi tanár (ELTE PPK): A csodák logikája

2015. márc. 18. 14:00-15:30

Prof. Örkény Antal, egyetemi tanár (ELTE TáTK): A romák társadalmi kirekesztődésének szociológiai és társadalom-lélektani vonatkozásai

2015. márc. 25. 14:00-15:30

Dr. Prazsák Gergő PhD, tudományos munkatárs (ELTE TáTK): Értékek és kultúra

2015. ápr. 8. 14:00-15:30

Dr. Kiss Farkas Gábor PhD, egyetemi adjunktus (ELTE BTK): Hogyan emlékeztek a középkorban?

2015. ápr. 22. 14:00-15:30

Kovács Krisztina (ELTE BGGYK, ELTE fogyatékosügyi koordinátor): Komplex akadálymentesítés, egyenlő esélyű hozzáférés, egyszerű alkalmazkodás

2015. ápr. 29. 14:00-15:30

Dr. Kajtár Gábor PhD, egyetemi adjunktus (ELTE ÁJK): Az általános erőszaktípusok rendszerének hatékonysága a posztbipoláris világban

2015. máj. 6. 14:00-15:30

Dr. habil. Fehér Katalin CSc, professor emeritus (ELTE PPK): Nők a reneszánsz Itáliában

2015. máj. 13. 14:00-15:30

Dr. habil. Lénárd Sándor PhD, egyetemi docens (ELTE PPK): Generációk közötti együttélés és az iskola

Az előadások helyszíne: ELTE PPK, 1075 Budapest, Kazinczy u. 23-27.

ELÉRHETŐSÉGEK

A programsorozat hivatalos honlapja: www.harmadikkor.elte.hu

E-mail: info@karrier.elte.hu

Telefonszám: 1/411-6500 mellék: 1382

H, K, Cs, P: 9:00-15:00

SZ: 13:00-19:00



RICHTER GEDEON

Egészség és felelősség

Hét éve járja az országot a jótékony egészségprogram

Újabb évadába lép a Richter Egészségváros országjáró egészségprogram sorozat. Ez alkalomból a programot útjára indító hazai gyógyszercég, a Richter Gedeon Nyrt. kommunikációs vezetőjével, Beke Zsuzsával beszélgettünk többek között az egészség és felelősség társadalmi kérdéseiről.

– A Richter Egészségváros mára ismertté és elismertté vált a lakosok körében. Mi készítette a Richtert, hogy egy ilyen programot hívjon életre?

– Társaságunk számára nem kérdéses, hogy elsősorban azon a területen kell társadalmi szerepet vállalnia, amelyben tevékenykedik, így a magyar természettudományok és az oktatás mellett a legfontosabb terület számunkra a hazai egészségügy. Már az alapító, Richter Gedeon is rengeteg energiát, munkát és anyagiakat fordított az egészségügy fejlesztésére, hiszen a gyógyítást szolgáló munkájához az innováció, a folyamatos fejlesztés elengedhetetlen volt. Emellett amikor tehetett, jótékonykodott. Tudta, ezek a befektetések mind a jövőt szolgálják. Ma is ez az elgondolás határozza meg szerepvállalásunkat, és ez a szellemiség övezi azt a felelős gondolkodást, amellyel a társadalmi célú programjainkat, közöttük a Richter Egészségvárost létrehoztuk.

– Miért éppen Egészségváros?

– Rálátásunk van a magyar egészségügy helyzetére, nehézségeire mind az alapellátást, mind a szakellátást tekintve. A magyarországi statisztikák lesújtóak, se reghajtók vagyunk Európában. A rossz egészségi állapot számtalan negatív hatását ismerjük, amelyek súlyos terhet rónak a családokra, a közösségekre. Közben mindenhol halljuk, és mi is ezt valljuk, milyen fontos a megelőzés. A gyógyszercégekkel szemben is létezik egyfajta társadalmi elvárás és növekvő igény, hogy tartalmaz, értékes egészségprogramokat, tanácsokat, az életminőséget javító életmódmodellt mutassanak a lakosságnak egészségük megőrzésének elősegítésére. Ne feledjük, hogy életminőségünket 40 százalékban befolyásolják az életviteli tényezők, ami azt jelenti, hogy az egészségmegőrzésben az egyéni felelősség szerepe óriási. Ugyanakkor ezt nemcsak felismerni szükséges, bár már ez is felelősség, de ami ennél még fontosabb, megtenni érte az első lépést. És itt jön a képbe az Egészségváros...

– Aminek a mottója: egészség ezreknek, milliók a kórháznak. Mit takar?

– A Richter Egészségváros Programot egészségügyi köznevelő szándékkal, az egészségtudatos gondolkodás, az egyéni felelősség és a cselekvés szemléletének elmélyítése szándékával indítottuk útjára. Mindemellett lakossági összefogással próbáljuk segíteni a hazai kórházak működését. Hogyan is tesszük mind-

ezt? A Richter Egészségváros tulajdonképpen a városok főterére beköltöző karaván, szórakoztató szabadidős esemény, szűrésekkel, egészségügyi tanácsadással, ismeretterjesztő előadásokkal, fitnesz-, torna- és családi programokkal, színpadi műsorral felnőtteknek, gyerekeknek, fiatalnak és időseknek egyaránt. Itt mindenki egyszerre tehet valamit saját maga egészségeért és városa egészségügyének fejlesztéséért. Társaságunk ugyanis helyszínenként kétmillió forint alapadományt ajánl fel a helyi kórház számára, amelyet minden résztvevő az elvégzett szűrővizsgálatok, meghallgatott előadások, tanácsadások, tornák után kapott adománypontokkal növelhet. Minél aktívabban cselekszik valaki saját egészsége érdekében, annál nagyobb mértékben járul hozzá városa kórházának fejlesztéséhez a Richter adománya által. Így mindenki jól jár: a sok ezer résztvevő egészsége, illetve a betegségmegelőzés érdekében tett igyekezete sok millió forintot jelent a kórházaknak, amelyet műszervásárlásra fordítanak.

– Mik az eddigi eredmények, és hogyan tovább?

– Hét évvel ezelőtt nem gondoltuk, hogy ekkora lesz az igény mind a kórházak, mind a lakosság részéről az Egészségváros iránt. Az újabb és újabb jelentkezők között szinte várólista alakult ki. Eddig 40 városban fordultunk meg, a lakosok aktív részvételével összesen több mint 170 millió forintot adományoztunk a kórházaknak. Igyekszünk a programot az ország minden részébe eljuttatni.



Fotó: Adományátadás, Orosháza 2014. (Egészségváros archív)

FOGYASZTÓVÉDELEM

Tájékoztató a BauMax Magyarország Zrt üzleteinek bezárásával kapcsolatban

„Biztos jó a nyárra vásárolt fűnyíró? Működik a fűrógép? Ezeket is érdemes még most ellenőrizni.

A BauMax 2015 második negyedévében vonul ki Magyarországról, ezt már korábban közölte a barkácsáruház. Az ugyanakkor még teljes körben nem tisztázott, hogy ezután ki biztosítja a vásárlók szavatossági és jótállási jogait.

A szabály egyértelmű: az üzlet megszűnését követően is érvényesek a jogszabályokban biztosított szavatossági és jótállási jogok. Hibás termék esetén a fogyasztó kérheti a hibás termék javítását vagy cseréjét, vagy ha a vállalkozás ezeket nem vállalja, akkor a vásárló megfelelő árszállítást igényelhet, vagy elállhat a szerződéstől. Ezek a jogok a vásárlástól számított két éven belül érvényesíthetők, a kötelező vagy önként vállalt jótállással rendelkező termékek esetében pedig a jótállási szabályok alkalmazandók a vásárlástól számított egy éven keresztül.

A törvény szerint ha egy cég végelszámolás keretében szűnik meg, az ezt követően - esetlegesen - felmerülő szavatossági, jótállási és kártérítési kötelezettségek rendezése érdekében kötelező harmadik személy kijelölése, illetve céltartalék képzése ezen kötelezettségek teljesítéséhez. Tehát a vásárlók a későbbiek során felmerülő, egyébként az áruházal szemben támasztandó szavatossági, jótállási, illetve kártérítési igényeiket a végelszámoló által kijelölt harmadik személy felé jelezhetik.

A fentiekben túl fontos megemlíteni, hogy az új Polgári Törvénykönyv hatályba lépésével hazánkban is bevezetésre került a termékszavatosság intézménye, ami alapján a gyártóval szemben közvetlenül érvényesíthetik a fogyasztók a megvásárolt termék hibás voltával kapcsolatos javítási, illetve csereigényüket. A gyártót a termékszavatosság az adott termék általa történő forgalomba hozatalától számított két évig terheli, amely határidő jogvesztőnek minősül.

A Nemzeti Fogyasztóvédelmi Hatóság (NFH) a folyamatok tisztázása érdekében felvette a kapcsolatot a BauMax Magyarország Zrt-vel, ezt követően a cég honlapján tájékoztatást tett közzé, amely szerint az utolsó áruház bezárását követően a cég honlapján közzéteszi a jövőbeni ügyintézés helyszínét, illetve a megbízott szervizpartnerek elérhetőségeit.

Az NFH mindezzel együtt óvatosságra és a kellő körültekintésre int minden fogyasztót, aki a nagy árszállítás alatt a megszűnő vállalkozás boltjaiban vásárolt. A termékeket érdemes még most kibontani, és a működésüket ellenőrizni, hiszen április után a jótállási és szavatossági jogok érvényesítése bonyolultabb lehet, még akkor is, ha a jogi szabályozás a legtöbb kérdésre megfelelő választ ad. Fogyasztói megkeresések már most is beszámoltak olyan, a vásárlás helyszínén elhangzott szóbeli tájékoztatásról, mely szerint az üzletek bezárását követően nem lesz lehetőség „reklamálásra”.

Ulcz Miklós



**Előfizethető
a kézbesítőknél és a postákon!**

**Megrendelését eljuttathatja
elektronikus úton is:
a hirlapelofizetes@posta.hu címre,
telefonon a (06-80) 444-444 zöld számmal**

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

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

Cím: Budapest, 1053 Királyi Pál u. 20. I/3.

Tel/fax: 06/1/327-0118

Email: nyugszov@hu.inter.net

www: eletetazeveknek.hu

Lapzárta: minden hónap 14-én

Felelős főszerkesztő: Pirosné Dóczy Gabriella

Felelős kiadó: Dr. Hegyesiné Orsós Éva elnök

„Életet az éveknek”
HÍRLEVÉL



ÜDÜLÉS

Engedje, hogy Nagyatád Önt is elvarázsolja!

Felüdülés

Szállás svédasztalos félpanziós ellátással **6.800 Ft/fő/éj** + IFA (min. 2 éj esetén)

Gyógykúra

5 éjszaka szállás svédasztalos félpanziós ellátással,
18 db gyógykezeléssel és napi fürdőbelépővel

37.000 Ft/fő + IFA

Ajánlataink 2015. április 01. – június 30-ig érvényesek! IFA: 400 Ft/fő/éj, Egyágyas felár: 2.000 Ft/éj

Április hónapban, minden héten élménydús, szervezett kirándulásokkal várjuk Önöket!
- Nárcisz napok, Nagysalléri vadaspark, Vidrapark, Borkóstoló, Erdei kisvasutazás -

Tengernyi élvezet

6 nap/5 éjszaka szállás a Hotel Solarban svédasztalos félpanziós ellátással
és autóbuszos, **horvátországi tengerparti kirándulással**

Résztvételi díj: 45.500 Ft/fő + IFA

Gyermekeknek: 10.000 Ft/fő (12 éves korig, 2 felnőttel egy szobában)

Szabad időpontok: 2015. június 29. - július 04-ig, 2015. július 18. - 23-ig, 2015. augusztus 17.- 22-ig

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

Az „Életet az éveknek” Szolnok megyei Nyugdíjas Szervezete gyászol!

2015. január 15-én Gyalog Lajosné, sokunknak MACA, Maca néni 79 éves korában örökre távozott közülünk. Ő volt az, akit még betegsége sem tudta meggátolni abban, hogy az idősekért dolgozzon. Alapító tagja volt az „Életet az éveknek” Szolnok megyei Nyugdíjasok szervezetének, de ott volt az Országos Szövetség alakulásánál is.

Mezőtúr városában Ő volt az, aki nagyon sokat tett az idősekért, szervezte, irányította a nyugdíjas közösség nagy csoportját. Nem csak Mezőtúr Városa ismerte és szerette, az ország sok-sok megyéjének, városainak nyugdíjas csoportjai szívesen fogadták meghívásait és vettek rész rendezvényein. Az „Életet az éveknek” Szolnok megyei Nyugdíjasok szervezete Elnökségének meghatározó vezetője volt több évtizeden át, bölcsességével, jó tanácsaival és baráti szándékaival segítette a megyei szervezetet. Mosolygós, beszédes lénye örökre emlénkben fog élni!

Viszontlátásra a Földnek porában,
Viszontlátásra az Égi sugárban,
Viszontlátásra a Holdnak udvarán,
Vagy a Tejút valamely csillagán! (R.S.)

Kedves Maca! Nyugodj Békében.

„Életet az éveknek” Szolnok Megyei Szervezete
Gombás Gáborné elnök

LÉPCSŐLIFTEK

Kiváló állapotú, használt lépcsőliftek megfizethető áron, garanciával.

www.lepcsoliftek.hu

LÉPCSŐ-
LIFTEK

Nincs többé kiszolgáltatott helyzetben, a mozgásában korlátozott személy, mert egyedül is tudja kezelni a lépcsőliftet, nem kell hozzá segítség.

A lépcsőlift használata javítja életminőségét, növeli a komfortérzetét.

A lépcsőliftek kis helyigényüknek köszönhetően szűk lépcsőfeljárókra, egyenes és kanyarodó lépcsőkre egyaránt telepíthetők. A kiszállás megkönnyítése érdekében a szék kifordítható. Használaton kívül, felhajtott állapotban lehet parkoltatni. Távirányítóval és kézi vezérővel is kezelhető.

A lépcsőliftek akkumulátorral működnek, így áramszünet esetén is üzemeltethetők.

Cégünk fő célkitűzése, hogy a mozgásukban korlátozott személyek részére nyújtson kedvező megoldást.

Kiváló állapotú, használt akadálymentesítési berendezéseket, széklifteket kínálunk széles választékban kül- és beltérre egyaránt, helyszíni felméréssel, tervezéssel elérhető áron.

Biztonságos, kényelmes és egyszerű megoldás a lépcsők jelentette nehézségek leküzdéséhez.



Használaton kívül, felhajtott állapotban is lehet parkoltatni.



A kiszállás megkönnyítése érdekében a szék kifordítható.



Egyenes és kanyarodó lépcsőre egyaránt telepíthető székliftek.



Székliftek széles választékát kínálunk kül- és beltérre egyaránt.

Könnyítse meg életét, hívjon bizalommal: 06 20 243 3741

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 szörsejtek 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 családfele 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 azokról 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 zajártalom: ütevfűró 110, egy puska elsülése 120 decibel. Bizonyos munkaköröknél 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 Hallókészítő 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, XIII. ker., Béke utca 13-19	1/858-7667
Budapest, XI. ker., Kosztolányi Dezső tér 11.	1/398-8692
Budapest, XIX. 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, Szegfű utca 1-3.	62/534-410
Kaposvár, Fő u. 31.	82/889-103
Kecskemét, Nagykőrösi u. 2.	76/403-886
Mosonmagyaróvár, Régi Vámház tér 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
Szekszárd, 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, Brusznyai utca 18-20.	88/889-101
Zalaegerszeg, Petőfi Sándor utca 20.	92/887-001