



Élet az Éveknek

H Í R L E V É L

Nyugdíjasklubok és Idősek "Élet az Éveknek"
Országos Szövetségének Havilapja



Csokonyavisontai Nyugdíjasklub tagjai



Pásztó és környéke Nyugdíjasklub tagjai



Miskolci Szivárvány Nyugdíjas Egyesület tagjai



Téti „Élet az éveknek” Nyugdíjasklub tagjai



Báthori István Nyugdíjasklub tagjai (Nyírbátor)

A Nyugdíjasklubok és Idősek „Élet az éveknek” Országos Szövetsége tisztelettel várja
az SZJA 1 % felajánlásokat.

A felajánlott összeget országos, megyei rendezvényeink támogatásához szeretnénk felhasználni.

Adószámunk: 19012377-2-41

2016. Április

„Életet az éveknek”

speciális gyógykúracsomag

Csomagajánlatunk a következő szolgáltatásokat tartalmazza:

- Min. 4 éjszaka szállás standard kétágyas szobában
- Félpanziós ellátás (svédasztalos reggeli, svédasztalos vagy 4-fogásos vacsora)
- Gyógykúracsomag: Ingyenes orvosi (reumatológiai) állapotfelmérő vizsgálat (hétköznapi);
- Napi gyógymedence használat
- Napi 3 db orvos által előírt kezelés (komplex). Kezelések: gyögmasszázs, elektroterápia, FANGO, gyógypakolás, mágneskezelés, terápiás laser, gyógytorna (csak hétköznapi)
- 20 % kedvezményes kupon masszázsarainkból / fő
- Beltéri élményelemekkel felszerelt úszómedence használata
- Alpesi szaunafalu: Finn- és bio szaunák használata
- Gőzfürdő használata
- Hétköznapi aquafitness órákon való részvétel
- Fürdőköpeny a szobában
- Internet (Wi-Fi) használat, szobaszéf
- Zárt parkoló használata

Éjszakák	Elő és utószezon	Főszezon
	2016.01.01. - 06.24.	2016.06.25 - 09.30.
	2016.10.01. - 12.23	
4 éjszaka esetén	11 600 Ft / fő / éj	14 600 Ft / fő / éj
7 éjszaka esetén	10 800 Ft / fő / éj	13 800 Ft / fő / éj
10 éjszaka esetén	10 200 Ft / fő / éj	13 000 Ft / fő / éj
14 éjszaka esetén	9 600 Ft / fő / éj	12 600 Ft / fő / éj

Akció további részletei:

- Az akció min. 4 éjszaka foglalása esetén érvényes (kivéve kiemelt és ünnepi időszakok)
- Az idegenforgalmi adót az árak nem tartalmazzák, külön fizetendő (430 Ft / felnőtt / éj)
- TB által támogatott kezelések feltételeihez, kérje tájékoztatásunkat a 06 72 / 580 820 telefonszámon vagy a balneo@thermalhotelharkany.hu e-mail címen.

Felárak	
Superior kétágyas szoba	4 000 Ft/szoba/éj
Superior médium szoba	6 000 Ft/szoba/éj
Standard apartman	6 000 Ft/szoba/éj
Superior apartman	8 000 Ft/szoba/éj
Teljes panzió	2 500 Ft/fő/éj
Kisállat (takarítási díj)	4 000 Ft/éj
Pótágy	9 000 Ft/fő/éj

KEDVES KLUBTAGOK

Kedves Klubtagok!

Remélem, kellemesen teltek az ünnep napjai! Sok klub szervezett locsolóbált, s ahol erre nem került sor, tudjuk, a klubok férfitagjai meglátogatták és meglocsolták a hölgyeket. A szép időben bizonyára jól esett a beszélgetés, a vendéglátó sonka, a finom bor és pálinka.

Szövetségünk készül a májusi közgyűlésre. Mint mindig, most is áttekintjük az előző tapasztalatait: összegezzük az eredményeinket, sorra vesszük a megoldást igénylő problémákat. Azt már most látjuk, hogy olyan régi és új szolgáltatásokat kell biztosítanunk, amelyek képesek megerősíteni a megyei szervezetek munkáját, a megyei szervezetek és az Országos Szövetség közötti kapcsolatot. Abban, hogy melyek legyenek ezek a szolgáltatások, sokat jelent a budapesti és megyei elnökök véleménye, amelyek megismerésére az országos elnökség megyei elnökökkel kibővített fórumán, illetve kisebb csoportokban, egy-egy témáról beszélgetve kerül sor. Ugyancsak hasznos munkamódszer a megyei elnökségek és az országos elnökség együttes ülése. Ezeket a megbeszéléseket, konzultációkat folyamatosan szervezzük az év folyamán. Azt már most látjuk, hogy a legnagyobb gondot a forráshiány okozza. Nem jelent kevesebb problémát az sem, hogy munkánk egyre több szakszerűséget igényel, és ehhez a friss tudással, helyi kapcsolatokkal rendelkező utánpótlás nélkülözhetetlen.

A megyei elnökök a **pályázatfigyelést, a pályázatírást** jelölték meg olyan feladatnak, melyek megoldásához szakmai segítségre lenne szükségük. Partnerünk, az Önkonet Kft. neve nem ismeretlen előttetek. Már többször találkoztatok velük, hiszen szervezik az idősek egyetemét, számítógépes tanfolyamokat biztosítanak tagjainknak. Most a bennünket érdekelhető pályázatokat is figyelik, továbbá vállalják a pályázatok elkészítését és menedzselését is. Több éves gyakorlattal rendelkeznek ezen a területen is, fordulatok hozzájuk bizalommal. Az elérhetőségüket itt találjátok:

Önkonet Kft. 1094 Budapest, Balázs Béla u. 18. T: 1/887-3842, 887-3843, Fax: 1/887-3844 E-mail: info@onkonet.hu, ügyvezető igazgató: Petrus László, a Szövetséget érintő pályázati ügyekben illetékes munkatárs: Veréb Szilvia.

Ugyancsak több elnök jelezte, hogy a civil szervezetek működésével kapcsolatos **jogszabályváltozások értelmezése** jelent megoldhatatlan nehézséget. Egy-egy témában előadások, konzultációk biztosítását tervezzük.

Az utánpótlás megtalálása, a civilszervezetek egy-egy szakmai feladatának ellátására az elnökség tagjainak felkészítése, az elnökség belső munkamegosztásának kialakítása, a csapatszerű működés, szintén komoly kihívást jelent. Olyan pályázatot készítettünk az Önkonet Kft. segítségével, amely talán az eddigiekhez képest több lehetőséget ad a **belső képzésünk** megerősítésére.

Tájékoztatlak benneteket arról is, hogy a Magyar Szakszervezetek Szövetsége nyugdíjas tagozata, a Nyugdíjasok Országos Képviselőlete, a Szakszervezetek Együttműködési Fóruma nyugdíjas tagozata és a Nyugdíjasok Országos Szövetsége elnöksége közös állásfoglalást fogadott el, melyet továbbított a kormány illetékesének a 2016. évi nyugdíjak alakulásáról. Az állásfoglalás tartalmát röviden összefoglalom.

A kormány 2016. január 1-jétől 1,6%-kal emelte a nyugdíjak összegét. Az intézkedés minden időskori ellátást érinti, így tehát vonatkozik az öregségi nyugdíjra, a hozzátartozói, a korhatár előtti ellátásokra, a szolgálati járandóságra, a rokkantsági, rehabilitációs ellátásokra és a baleseti járadékokra is. Ezek a változások hozzávetőlegesen 2,6 millió embert érintenek.

A kormányzat a 2016. évi költségvetésben 1,6%-os inflációval számolt, ugyanakkor a jegybank év eleji prognózisában már 1,9% szerepel. A kormány 2010-ben vállalta, hogy megőrzi a nyugdíjak reálértékét.

Az 1,6%-os inflációkövető emelést minimumként írja elő a törvény. Az alapkövetelményünk az, hogy a nyugdíjak ne veszítsék el értéküket. Az inflációkövetés nem jelenti, hogy a nyugellátás megőrizné az értékét. A pénzromlás mértékének meghatározásakor a nemzetgazdaságban átlagos fogyasztói szokások alapján kialakított árváltozás jelenti az adott évi inflációt, de attól akár jelentősen is eltérhetnek a nyugdíjasok fogyasztói szokásai, így más a fogyasztói kosarak tartalma.

A nyugdíjas szervezetek, így az „Életet az éveknek” Országos Szövetsége, mint a NYOK tagszervezete, magasabb nyugdíjemelést követelnek. A nyugdíjas fogyasztói kosárral számított árindex nem esik egybe az általános inflációs rátával. 2015. évben például, a nyugdíjas árindex 0,5 százalékponttal magasabb volt az általános indexnél. Az élelmiszerek ára decemberben 2,2%-kal magasabb volt az előző év decemberinél. Ezen belül az idényáras élelmiszerek 23 százalékkal drágultak. Az idei évben is várható az élelmiszerárak átlagosnál nagyobb mértékű emelkedése.

A nyugdíjas kosarakban jelentős helyet foglalnak el az élelmiszerek, és az idősök gyógyszerekre is többet költenek, mint a lakosság átlaga. A nyugdíjasok a legnagyobb gyógyszerfogyasztói réteg; a gyógyszerek havonta történő árváltozásai, általában emelkedése, sokat ront az idősök helyzetén. Határozott véleményünk, hogy a nyugdíjemelés mértékét csak a nyugdíjas fogyasztói kosár alapján lehet hitelesen megállapítani. Egyértelmű, hogy a mai „inflációkövető” gyakorlat a nyugdíjak leértékelődéséhez vezet, ami a nyugdíjasok elszegényedését vetíti előre. Nő az aktívak és a nyugdíjasok közötti jövedelemkülönbség, de nő az egyes nyugdíjas csoportok közötti különbség is. Ez utóbbi folyamatot erősíti a nyugdíjplafon eltörlése, miközben a kormány cinikusan viszonyul a jelentős számú, havi 50 ezer forint alatti nyugdíjasokhoz. A kormány nem teljesíti a kötelezettségét a különböző időpontban nyugdíjazottak ellátása közötti növekvő különbségek csökkentése érdekében sem.

Indokoltnak tartjuk a nyugdíjak tisztességes emelését. A magyar gazdaság teljesítőképességéhez és a nyugdíjas fogyasztói kosárhoz viszonyítva is kevés az 1,6%-os emelés. Az aláírók között magam is azt képviseltem, igényt tartunk arra, hogy a jelenlegi és a várható gazdasági mutatók alapján a kormány kiegészítő nyugdíjemelésről döntsön.

Elfogadhatatlan, hogy a kormányzati kommunikáció azt erősíti, hogy a nyugdíjak reálértéke 10 százalékkal nőtt. Ez a hamis, alaptalan állítás a nyugdíjasokkal, az idősekkel szembeni előítéleteket erősíti, az egyes társadalmi csoportok közötti ellentéteket szítja. Eközben egyetlen szó nem esik arról, hogy az általános létbizonytalanságban a nyugdíjas családtag lett az egyedüli biztos pont. A saját rezsiköltségei mellett fizeti munkanélküli gyerekeiét; a gyerekei és unokái tandíját. A nyugdíjasok életminőségét rontja az egészségügyben tapasztalt, a gyógyító munkát ellehetetlenítő állapotok; a szociális ellátásban dolgozók rossz élet- és munkakörülményei; a szociális szolgáltatások hozzáférést szigorító intézkedések.

Az öregségi nyugdíjminimum jelenleg 28.500 Ft, amely 2008 óta, 8 éve (!) változatlan. Követeltük a nyugdíjminimum 50.000 Ft-ra történő emelését, majd ennek az összeghatárnak a minden évben, a vonatkozó törvény szerinti, és a nyugdíjas fogyasztói kosárra is tekintettel lévő, emelését. Az értékmegőrzésnek az öregségi minimumnyugdíjra is vonatkoznia kell.

Ugyancsak felszólítottuk a kormányt, vizsgálja meg, milyen problémákat eredményezett a kényszernyugdíjazás, nyugdíj melletti foglalkoztatás korlátozása.

Levelünkre eddig még nem kaptunk választ. Számíthatok arra, ha megérkezik, teljes terjedelmében közreadjuk.

Üdvözlettel: Hegyesiné Orsós Éva, elnök

KLUBRÓL-KLUBRA

Kártya verseny Győr megyében



2016-ban is megrendezte a **Rába Győri Nyugdíjas Egyesület** a Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetségének Győr-Moson-Sopron Megyei Elnöksége által szervezett megyei kártyaversenyt. A 34 résztvevő 4 fordulón keresztül küzdött a díjakért.

A verseny eredményhirdetésekor mindenki elismeréssel adózott a győzteseknek.

A képen a győztesek és a versenyzők egy csoportja látható.

A tiszalöki Ezüsfenyő Nyugdíjas klub életéből

Az 55 fővel működő klubban februárban megkezdődtek az összejövetelek. Elkészítettük a munkatervet a tagság és a vezetőség javaslatai alapján. Ismét terveztünk szép kirándulásokat, név- és születésnap ünnepségeket, szavalóversenyt, gyógyfürdő látogatásokat.

Február végén farsangi multságot rendeztünk. A szóra-koztató műsorban felléptek énekeseink, vers- és viccmon-dóink, no meg a tréfás jelenetek előadói.

Ezután következett a jelmezek felvonulása: volt ott várkis-asszony, csárdás királynő, indiai úrnő, virágárus lány, csúnya boszorkány, cowboy lány, Miki egér, csésze fejű hölgy. A szereplők és a nézők egyaránt jól szórakoztak, élvezték a multságot késő estig.

A finom vacsora után tovább fokozta a hangulatot a tombolasorsolás izgalma.

Mindenki elégedetten távozott, várva a következő havi összejöveteleket.



Nyugdíja farsang Villányban



A **Villányi Nyugdíjas Klub** farsangi bált tartott a helyi Csillagvölgy étteremben.

A meghívottak soraiban ültek a kisváros vezetői, beleértve az intézményi, önkormányzati, egyházi vezetőket. Vendégként megjelent a Kásádi és a Beremendi Nyugdíjas Klub, valamint a Kislippó Lakóiért Egyesület tagjainak népes csapata. A zenét Harmuth Csaba és barátai zenekar szolgáltatta, a töltött káposztás vacsorát a helyi konyha prezentálta. A bevezető köszöntők után megtelt a táncparkett, vacsora, majd az álarcos felvonulás és bemutatkozás következett. Az álarcosok huszonegy változata jelent meg ötletesebbnél-ötletesebb jelmezekkel, a külső megjelenítés nagyon jó énekekkel és szövegekkel párosult.

A maskarások felvonulása után ismét megtelt a táncparkett, és ki-ki ropta, ahogy a lába bírta. A következő várva-várt esemény a tombolasorsolás következett, közel száz tárgy várta a gazdáját, minden találat nagy örömet okozott a tombolajegyek gazdáinak. Ismét tánc következett, melynek vidámságában egyforma volt a nyertes és a nyeretlen. Éjfél közelítette az óra mutatója, amikor is a megfáradt társaság hazaindult.

Egy nagyszerű és vidám este tulajdonosai lettek a résztvevők, melyhez hasonlóra még sok alkalommal lenne szükség a mostani rohanó világban.

Befejezőként csodálat és köszönet a Villányi Borászoknak és Vállalkozóknak, az ő adományaik és felajánlásai (borok, tárgyak) nélkül nem lett volna ilyen sikeres, hangulatos, vidám ez az este. Köszönjük! *Teqzes Emil*

KLUBRÓL-KLUBRA

„Az Élet nem áll meg- csak fáj”



TURBU CZ GYULÁNÉ
1950-2016

A remény, hogy bírod még - nem várt!
A célod-elérted, utad véget ért,
s nem maradt más nekünk, csak az Őszikék!
Sikereid - boldogságod nem volt hiába való -
Az aktív életed nehezen pótolható!
Égi székből, ha lenézel ránk, itt vagy köztünk,
Szívekben, emlékekben! /Liana/

Eltávozott közülünk Turbucz Gyuláné, a Körösladányi „Őszikék” Nyugdíjas Klub, és az Észak-Békés Megyei Nyugdíjas Szervezetek Egyesületének elnök asszonya! Pihenj Békében mindenki Icusa!

A Lovászpatonai Nefelejcs Nyugdíjasklub kirándulásáról röviden

Két kis busszal indultunk Ausztriába, Fraknó várát látogattuk meg. Már a szerpentin felé a buszból csodáltuk a vár szépségét. Idegenvezetőnk a középkori fegyverek sokaságát és a kincstár mérhetetlen gazdagságát mutatta meg. Hazafelé volt is témánk. Idehaza sok várunkat most építik újjá, vagy renoválják milliárdokért, amelyeket a törökök romboltak le, vagy a Habsburgok robbantottak föl.

Doborjánban Liszt Ferenc szülőházánál, Nagycenken pedig a Széchenyi család mauzóleumában Széchenyi István előtt tisztelegtünk.

Nem túl régen adták át a felújított, régi fényében tündöklő Esterházy-kastélyt Fertődön. E kastély gazdagsága szépségében rejlik. Elmerengtünk, hogy múlik az idő. Az 1950-es években gépállomás működött a kastélyban, a földszinten „kőrmös” traktorokat szereltek.

Utunk Csornán a Sárkány Étteremben a „csülök Pékné módra” elegáns felszolgálásával és elfogyasztásával fejeződött be, mindenki megelégedésére.



Varga Béla

Visszapillantás az elmúlt Örökzöld Karácsonyi ünnepségre

A nyíregyházi **Örökzöld Nyugdíjas Egyesület** tagjai karácsonyi ünnepet tartottak a Városmajori Művelődési Házban. Már a gyülekezés pillanatában magával ragadott valamennyiünket az ünnep meghittsége, titokzatossága.

Megszokott termünkbe lépve fenyőillat, s az asztalon égő gyertyák sajátos hangulata fogadott bennünket. Valamennyien ünnepelőbe öltöztünk, de ez nem csupán az ünnepi ruhát jelentette, hanem azt is, hogy a szeretet ünnepének méltó fogadására ünnepi lélekkel vártuk a mai délutánt.

Összejövetelünk a megszokott módon kezdődött. Felhangzott indulónk jól ismert szövege a „Szeressük egymást gyerekek”, amely egyben mintegy összekötötte a délután további eseményeit.

A karácsonyi csengő csilingelése után Szondy Barna, egyesületünk elnöke, majd díszvendégünk Jeszenszky András képviselő úr szavai és verses összeállításának

középpontjában az ünnep állt: Karácsony ünnepe. Mindketten ezt méltatták.

Az így megteremtett ünnepi hangulatot fokozta tovább az egyesületi tagokból verbuválódott kamarakórus éneke Jakab Sándorné Vicuska vezetésével. Az énekkari számok között elhangzó versek, karácsonyi leírások egyesek szemébe könnyeket csaltak: a régmúlta gondoltak, a távoli gyerekkorok karácsonyára. A műsor lezárásaként közel hetvenen énekeltük együtt a „Kis karácsony, nagy karácsony....” kezdetű dalt.

Az ezt követő meghitt pillanatokban valamennyien meghatódva szorongattuk a karácsonyi csomagot, és ennek hatása alatt fogyasztottuk el az ünnepi ebédet és a finom süteményeket. Csodálatos élménnyel térünk haza otthonunkba a nagycsaládból a saját családkhoz, köszönjük.

Kóder Ferencné Marika klubtag

KLUBRÓL-KLUBRA

Szomszédolás a Koppány-völgyében

A történet még 2014. szeptemberében indult, amikor a Nyugdíjasok Siófoki Egyesülete „örökbe fogadta” Kisbárapátit, a Somogy megye Koppány-völgye szívében, Siófoktól 60 kilométerre fekvő kistelepülést.

Érdekes módon a két település már a Tihanyi-alapítólevélben is említésre kerül Gyeszmó (majd 1232-ben Füzeapáti), illetve a mai Siófok, Fok néven, amit Faragó Sándor nyugdíjas térképész mérnök tagtársunk, a „Mesebeli Fok-folyó legendája” című értekezéséből is tudhatunk. Tehát idáig visszavezethető a települések „életjelei”, itt a Dunántúl az egykori Pannónia szívében.

A történelem viharai újra összehoztak bennünket. A kis település a rendszerváltást követően többszörösen hátrányos helyzetbe került, az átalakult mezőgazdaság és a kistérségben megszűnő ipar következményeként. Egymásra találtunk és kidolgoztuk a támogatás formáit és lehetőségeit.

Minden évben gyűjtést szervezünk, amelyet húsvét és advent idejére ütemezünk, hogy segítsünk a rászoruló településen. Most is számolatlanul jött a felajánlás, amit már eljuttattunk a település önkormányzatához, akik az elosztásról gondoskodnak. Főleg ruhanemű, műszaki cikkek, bútor és a gyerekeknek édesség került az adományba.

Hogy személyessé tegyük a kapcsolatot, egy kirándulást, találkozást szerveztünk azok számára, akik adakoznak, s akik azt fogadják.

Autóbuszra szálltunk és közel 60 fővel – Andocs (kis magyar Lorettó) a búcsújáró hely érintésével - utaztunk Kisbárapátiba. A két nyugdíjas szervezet műsorral is készült, amit Kiss Jánosné polgármester asszony konferált fel és méltatta az együttműködést. Az esemény jelentőségét fémjelzi, hogy jelen volt és ajándékkal kedveskedett a résztvevőknek Witzmann Mihály, a térség országgyűlési képviselője is, aki ekként fogalmazott: „dicséretes, hogy ilyen kiváló együttműködések alakulhatnak ki egy tehetősebb város és egy hátrányosabb helyzetű kis somogyi falu között, és nem szégyellni való, ha kinyújtjuk kezünket a gyengébbek felé”. A műsort és a protokollt a könnyedebb jó hangulatú estebéd, ismerkedés, poharazgatás követte, ami tovább erősítette a két nyugdíjas szervezet és a települések kapcsolatát.

Amit érdemes kihangsúlyozni, hogy az egymás iránti figyelem, a karitatív tevékenység mindig különös jelentőséggel bír, mert a leszakadók akkor is gyámoltásra szorulnak, ha „Magyarország jobban teljesíti!”

Jánossy Gábor

A tokaji aszú mindenkit jókedvre derített (Ajka-Bakonygyepes, VCZA)

Ötven fő érdeklődő indult teli izgalommal és komoly elvárásokkal útnak Veszprémbe, a Petőfi színházba, hogy megnézze a „Tokaji aszú”-t, aminek igen komoly dicsérő előhangjai felkorbácsolták a színházszerető gyepesiek érdeklődését. A Gyepesi Örökségünk Egyesület szervezte színházlátogatás sokadszorra mozgatta meg az esőtől és rossz időtől megfáradt, otthonaikba bújó gyepesieket, akiket az úton mosolygó napsugár és simogató szellő is elkísért. Az elvárások beigazolódtak, a beharangozó kritikák igaznak bizonyultak: az operett rajongók frenetikus sze-

reposztásban, virtuóz játékot mutató, nevetőizmokat komolyan megmozgató előadásnak lehetnek tanúi. Szem nem maradt szárazon a majd három órás játék alatt. Hazafelé a buszon a slágereket dúdolván és a poénokat ismételve utaztak a gyepesiek, akik e nagyon jól sikerült színházlátogatás után buzgón bíztatták Áment Márton elnököt, hogy szervezzen ismét egy hasonlóan emlékezetes estét. A színház repertoárját áttanulmányozva, komoly esély van arra, hogy a gyepesiek ez évben még helyet foglalnak a Petőfi színház nézőterén.

Az névnaposokat ünnepeltük a veszprémi Erzsébet Nyugdíjasklubban

Kellemesen eltöltött közös ebéden vettünk részt. Így erősítve az összetartozás érzését. Mindnyájan jól éreztük magunkat.

Ványa Magdolna nyugdíjasklub vezető



KLUBRÓL-KLUBRA

Szépkorúakká „cseperedtek” az Ádándi Népdalkörösök



Ádánd a Kelet-balatoni régió közel 2100 fős települése Siófok szomszédságában.

A 750 éves település joggal büszke a múltjára és arra, hogy a hagyományőrzés egyik fontos letéteményese a 30 éves jubileumát ünneplő **Népdalkör**.

Összegyűltünk vagy kétszázan a falu Művelődési Házában, hogy részesei lehessünk egy gálának, mert meghívták a határon túli testvérszervezeteik népdal- és néptáncsoportjait is. Itt voltak Csíkmadaras, Doroszló, Kupuszina, Csóka és a hazai Látrány képviselői.

Az egyesület elnöke Neisz Péter méltatta a 30 éves kórus munkáját, akik 30-35 fővel a kezdetektől sikert-sikerre halmozva ápolják a magyar népdalkincs gyöngyszemeit.

A meghívott vendégek ízelítőt adtak az Erdélyben, a Vajdaságban és a Felvidéken élő magyarság hagyomány-ápolásából. Megelevenedtek a színes népviseletbe öltözött asszonyok, lányok és a férfinép által ízes magyarsággal megőrzött népdalok és táncok a publikum nagy örömeire.

A határon túliak hozták a fúvósait és cigányzenekarukat, akik a talpalávalót húzták.

A jubiláló dalkört méltatta a település polgármestere Szatmári Kornélia. A Dalkör emléklakettet, elismerő oklevelet, tárgy- és pénzutalványt vehetett át.

Elismerésben részesült Házi Ferencné művészeti vezető, aki a kezdetektől a sikerek kovácsa.

Elhozták ajándékaikat a testvérszervezetek is. Díszes erdélyi faragványok, vajdasági majolikák és visszaemlékezések szaporítják ezen túl az ádándiak gyűjteményét, amelyeknek lassacskán egy külön kiállítási helyiséget kell igénybe venni.

A háromórás gálát közös vacsora és jóízű beszélgetés, közös nótázás és tánc követte.

Kívánjuk, hogy a 30 éves Ádándi Dalkör szaporítsa a jubileumok sorát, szerepléseikkel járuljanak hozzá a magyar népdalkincs megőrzéséhez széles e hazában és határon túl. Tárja ki kapuit a követő generációk előtt, hiszen a maiak már szépkorúakká „cseperedtek”.

Jánossy Gábor

Tasson vendégszerepelt a Kunbaracsi Nyugdíjasklub

A Kunbaracsi Gyöngyvirág Nyugdíjasklub Tasson vendégszerepelt, a Darányi Alapítvány vezetője Szilágyi József meghívására mentünk el. Józsi bácsi régi jó barátja a klubunknak. Most búcsúzott az alapítvány vezetésétől. A búcsúztatáson kb. 200 meghívott volt jelen, a Tassi református templomban, ahol ökumenikus Istentiszteleten egyházi és népdalokat adtunk elő. Mi "A Csitári hegyek alatt" című népdalt és a "Vezess Jézusunk" református éneket adtuk elő. A vendég művész Mészáros János Elek volt. Utána az állófogadáson Józsi bácsi búcsúzott, kitűnő vendéglátás mellett. Minden fellépő kapott Józsi bácsitól egy serleget, egy szál rózsával és mellé egy puszit. A mi serlegünket Mártika, az énekkar vezetője vette át. További jó egészséget sok, szép napokat, éveket kívánunk Szilágyi Józsi bácsinak és a családjának:

a Kunbaracsi Gyöngyvirág Nyugdíjasklub tagjai



Neked van már Ügyfélkapud?

Azért teszem fel ezt a kérdést, mert a mai napon senki sem mondhatja, még a nyugdíjas sem, hogy ugyan minek az nekem. Az Ügyfélkapun keresztül az állampolgárok egyedi azonosítással biztonságosan léphetnek kapcsolatba közigazgatási szervekkel, és a hivatali ügyeket könnyebben, gyorsabban és személyes utánajárás nélkül intézhetik. Az Ügyfélkapu nyitáshoz létre kell hozni egy személyes ügyfélkapu azonosítót, amely egy regisztrációs eljárás, amelyet az ügyfél kezdeményezhet bármely okmányirodában, kormányhivatalban, adóhatóság ügyfélszolgálatán. Kell hozzá egy személyi igazolvány, vagy útlevél, egy kitalált felhasználónév és egy olyan e-mail cím, ahová majd az első belépéshez szükséges kód érkezik.

Az Ügyfélkapun keresztül intézhető ügyek és szolgáltatások olyan sokrétűek, hogy itt nem tudnám felsorolni, de megtekinthető az interneten (www.magyarorszag.hu).

Borsányiné Fazekas Terézia

ÉRDEKVÉDELEM**BŰNMEGELŐZÉSI TANÁCSOK****Ajánlások a betörések megelőzésére:**

A betörések nagy részét a délelőtti órákban és éjszaka követik el. A védekezés legmegfelelőbb módja a mechanikai (zárak, rácsok) és elektronikus (riasztók) védelem együttes kialakítása. Az idős emberek idejük nagy részét otthon töltik, így őket ez a bűncselekmény leginkább akkor fenyegeti, ha hosszabb időre elutaznak. Erre az időszakra célszerű az említett technikák mellett más módszerekkel is biztosítani a fokozott védelmet.

A postaládákban felgyülemlett reklámújságok, szórólapok jelzésként szolgálnak a betörők számára, ezért tanácsos megkérni egy megbízható szomszédot, ismerőst, hogy naponta ürítse a postaládát.

Szintén ajánlott, ha naponta – főként az esti órákban – egy ismerős elmegy a lakásba, szellőztet, felkapcsolja a villanyokat, ezzel is jelezve, hogy a lakás nem üres. Ha van rá lehetőség, szereltesse fel időzített kapcsolót, ami az előre beprogramozott időpontokban felkapcsolja a villanyt, bekapcsolja a televíziót, rádiót azt a látszatot keltve, hogy a lakók otthon tartózkodnak. Ha van üzenetrögzítő, ne mondják rá, hogy elutaznak.

Ajánlások a zseblopások megelőzése érdekében:

A zseblopásokat jellemzően az utcán, tömegközlekedési eszközökön, piacokon követik el. Javasolt, hogy nappalra időzítsék a bevásárlást, és a pénztárcájukat tartsák biztos helyen, soha ne a kosár vagy a táska tetején!

Kerüljék a túlszűfolt helyeket, a táskájukat szorítsák magukhoz, a pénztárcájukat tegyék biztos helyre!

Bankkártyájukat soha ne tartsák a PIN kóddal együtt!

Ha mégis megtörtént a lopás, és észre is vették, ne szálljanak szembe a támadóval, mert általában többen vannak, és kiszámíthatatlanok a reakcióik! Hívjanak segítséget (járművezetőt, jegykezelőt, járőröket, utastársakat) és mielőbb értesítsék a rendőrséget!

Ha az iratok mellett a lakáskulcsot is elvitték, sürgősen cseréltessék le a zárat, ha pedig a bankkártyájuk tűnt el, azt mihamarabb tiltassák le!

Elutazáskor fokozottan vigyázzanak, mert a pályaudvarokon és vonatokon jellemzőek a csomaglopások! Bőröndjeiket ne bízzák ismeretlenekre, használják inkább a csomagmegőrzőt! Le- és felszálláskor is ügyeljenek táskáikra, ne bízzák idegen emberekre! Lopás esetén értesítsék a jegykezelőt és a rendőrséget!

Ajánlások a besurranásos lopások megelőzése érdekében:

A besurranásos lopásokat jellemzően éjszaka követik el, de természetesen nappal is előfordulnak, elsősorban családi házaknál és földszinti lakásoknál. Célszerű rácsot felszerelni a földszinti ablakokra, a bejárati ajtót pedig zárva tartani. Az értékeket ne hagyják elől, zárják el, lehetőleg lemez- vagy pénz-kazettákba! Ha rajtakapnak egy besurranó tolvajt, a helyzetet mérlegelve gondolják át, hogy szembe szállnak-e vele.

Ajánlások a trükkös lopások megelőzése érdekében:

A trükkös lopások elkövetési módszerére jellemző, hogy az elkövető valamilyen ürüggyel bekéredzkedik a lakásba, elvonja a házigazda figyelmét (pl. kér egy pohár vizet), illetve valamilyen módon megpróbálja eltávolítani a szobából, majd összeszedi az értékeket, és sietősen távozik a lakásból.

Az ál víz- és gázóra leolvasók a „mérőkészülékek leolvasásának”, a szerelők a „házban tapasztalt rendellenességek” elhárításának ürügyén jutnak be a lakásba, ahonnan a sértett figyelmének elterelésével különféle értékeket tulajdonítanak el.

Az álügynökök különféle kedvezőnek tűnő üzletek felajánlásával bírják rá az idős embereket a lakásba való bejutásra, majd eltulajdonítják az értékeket.

Az álrendőrök módszerére jellemző, hogy a kihozott nyugdíj bemutatását kérik arra hivatkozva, hogy a bankjegyek hamisak, ezért azokat lefoglalják, és megígérik, hogy az ellenértéket később postán kiküldik.

Ne engedjen be senkit a lakásba - még akkor se, ha hivatalos szerv vagy vállalat képviselőjének mondja magát -, akinek személyazonosságáról nem győződött meg hitelt érdemlően! A kerületi kapitányság, vállalat, közmű szolgáltató felhívásával ellenőrizze le, hogy valóban azokkal van-e dolga, akiknek mondják magukat! Amennyiben társasházban lakik és valamilyen közmű probléma van, arról a gondnoknak mindenképpen tudnia kell. Ha mégis megtörtént a lopás, az elkövető által használt tárgyakat ne dobják ki, ne mossák el, mert ezek nagy segítséget jelentenek a későbbi nyomozásban! Fokozottan vigyázzanak, ha az utcán, aluljárókban kéregető személyeknek pénzt adnak!

Ajánlások a csalások megelőzése érdekében:

A csalások, sikkasztások elkövetői az emberek jó szándékát, tapasztalatlanságát használják ki. Felkeresik a lakásukon az idős embereket, és jó minőségű termékeket a bolti árnál jóval olcsóbban kínálnak megvételre. Valójában ezek az áruk silány minőségű, hamisított vagy lopott dolgok. Semmiképp sem szabad vásárolni ezektől az „ügynököktől”, hiszen ez törvénytelen, illetve semmilyen számlát, garanciát nem kapnak!

A csalók különböző történeteket előadva próbálnak pénzt kiszedni az idős emberektől. Legtöbbször előnyös befektetést ajánlanak, magas kamatot ígérve kérnek kölcsönt, illetve jótékony célokra gyűjtenek. Az ilyen bűncselekmények elkerülése érdekében csak biztos és ismert pénzintézetekre bízzák a pénzüket! Képviselőiket csak előzetes időpont egyeztetés alapján fogadják.

A csalók gyakran díjbeszedőnek, különböző alapítványok képviselőinek adják ki magukat. Ebben az esetben győződjenek meg arról, hogy az adott személynek joga van-e átvenni a pénzt! Minden esetben kell kapni valamilyen számlát, vagy átvételi elismervényt. Ha ezek után sem bíznak benne, lehetőség van csekket kérni, amelyen rajta vannak a kérdéses intézmény adatai.

Az idősök és a bűnözés kapcsolata - Az áldozattá válás megelőzése

Ingatlancsalások

Az ingatlancsalások jelentős hányadát is főleg idősök – jellemzően 60 éves kort meghaladó sértettek sérelmére követik el. A sértettek többnyire egyedül élnek, gyakran időskori szellemi leépülésben szenvednek, esetleg komoly mentális betegségük van. A fentiek miatt könnyen bízhatók rá arra, hogy a tulajdon átruházáshoz szükséges szerződést aláírják. Az elkövetők leggyakrabban járadéki jellegű szerződést íratnak alá a sértettel, sokszor egyidejűleg a sértetthez költözve, ami azt eredményezte, hogy annak esetlegesen egyéb anyagi javait is megszerezték (pl. nyugdíj).

Trükkös lopások

Az idősök gyakran válnak besurranásos lopás áldozatává, melyhez nagymértékben hozzájárul a sértett közreható magatartása (nyitva hagyott kapuajtó, záratlan lakásajtó) is, illetve az a tény, hogy kismértékben védik vagyonvédelmi eszközökkel ingatlanukat. A trükkös lopások elkövetői különféle hivatalos személyeknek (önkormányzatok és állami cégek munkatársainak, Elektromos Művek, Vízművek alkalmazottainak) adják ki magukat, és az áldozatok jóhiszeműségét, gyanakvásának hiányát kihasználva tulajdonítanak el tőlük különböző értékeket (ékszereket, készpénzt) azok lakásából. A sértettek gyakran maguk hívják, engedik be az elkövetőket lakásukba, udvarukba, ahol nem figyelnek vagyontárgyaikra, egyéb értékeikre, készpénzükre. Előfordul, hogy fenti bűncselekményt az érintett sértettek nem is észlelik, arra csak akkor derül fény, amikor az elkövetők elfogásra kerülnek, és azok vallomásukban tárják fel az általuk korábban elkövetett cselekményeket. Amennyiben a cselekményt mégis észlelik az áldozatok és ellenállnak, megkísérlik vagyontárgyaikat megvédeni, a vagyon elleni bűncselekmény akár a testi épséget is veszélyeztető cselekménnyé alakulhat. Kellő óvatossággal és bizalmatlansággal a trükkös lopások megelőzhetők.

Az áldozattá válás megelőzése

Az időskorúak, mint általában különösen védtelen csoport védekezési képességeinek növelése azzal is emelhető, ha az áldozattá válás reális kockázata számukra láthatóvá válik, és egyben az elkerülés, a megelőzés eszközeit, módszereit, megismerhetik. Éppen ezért a sértetté válás megelőzésének legfontosabb állomása a jellemző áldozati magatartások rendszerezése, a bűncselekmények létrejöttét elősegítő okok, körülmények feltárása, és mindehhez illesztve a védelem megszervezése és kiépítése. Ezt a feladatot az ORFK Bűnmegelőzési és Áldozatvédelmi Osztályának szakmai irányításával kiemelt hangsúllyal végzik a megyei (és budapesti) rendőr-főkapitányságok bűnmegelőzési osztályai. A kapitányságok negyedévente elemzést készítenek az időskorúak sérelmére elkövetett bűncselekményekkel kapcsolatban, melyet elemeznek, kiértékelnek. A

vezetők ennek megfelelően szervezik a rendőrségi akciókat, járőr útvonalakat. A kapitányságok bűnmegelőzési csoportjai folyamatos kapcsolatot tartanak a helyi önkormányzatokkal, polgárőr szervezetekkel, helyi médiával, ismertetik azokat a bűncselekményeket, elkövetési módokat melyek ezen sértetti kör biztonságát veszélyeztetik. Az elmúlt időszakban valamennyi területi szerv kiemelt figyelmet fordított az idősök védelmére, áldozattá válásuk elkerülésére, felvilágosításukra. Ennek érdekében rendszeresen éltek a helyi írott és elektronikus sajtó nyújtotta tájékoztatás lehetőségével ajánlások, cikkek, riportok formájában. A bűnmegelőzési osztályok referensei személyes találkozó keretében felvették a kapcsolatot a törtenelmi egyházak vezetőivel az idősök védelme érdekében, remélve, hogy az ajánlások a hívek mind szélesebb köréhez eljutnak.

A Rendőrség intézkedései az idősök védelme érdekében a teljesség igénye nélkül:

- Rendezvényeken, beszélgetéseken megelőzési lehetőségek ismertetése;
- Konferenciák szervezése e témában, felvilágosító előadások tartása nyugdíjas-otthonokban, klubokban, rendezvényeken, TV-ben, rádióban;
- Részvétel megyei és városi nyugdíjas szövetségek által tartott értekezleteken;
- Bűnmegelőzési szórólapok, kiadványok, elektronikus hírlevelek készítése megyénként a polgárőrség bevonásával kampányszerű projektek a betöréses, besurranásos, trükkös lopások, zseblopások, gépkocsi feltörések megelőzésére;
- Körzeti megbízottak felkészítése idős, illetve egyedül élő idős emberek sérelmére elkövetett bűncselekmények elleni fellépés hatékony eszközeire;
- Idegenforgalmi idényben az üdülőövezetekben fokozott járőrözés, nagyobb létszámú rendőri jelenlét biztosítása;
- Bűnügyi fertőzöttségi térképek elkészítése alapján: bűnügyi akciók tervezése az időskorúak sérelmére elkövetett bűncselekményekkel leginkább fertőzött területekre;
- Bűnmegelőzési ismeretek elhelyezése, oktatása a falugondnoki továbbképzések tananyagában;
- Veszélyeztetett időszakokban (Halottak Napja, karácsonyi bevásárlás, fűtési szezon kezdete, nyugdíjfizetés) külön figyelemfelhívások, tájékoztatások;
- Mechanikai, elektronikai védelmi rendszerek nyugdíjas korosztály számára történő bemutatása, lehetőség teremtése azok megvásárlására;
- Oktatófilmek készítése
- Sokak által látogatott, forgalmas helyeken (vasút, buszpályaudvar, posta, önkormányzatok) információs táblák megjelentetése;

Forrás: ORFK

KULTÚRA

AMATŐR VERSÍRÓINK TOLLÁBÓL IDÉZÜNK

Tomorszky Istvánné

BORT, BÚZÁT, BÉKESSÉGET!

Bort, búzát és békességet
Magyarország és a Föld népének!
Istenem, hallgasd kérésemet,
Hogy Ők boldogan éljenek!

Boldogok legyenek gyermekeink,
Adassék nekik munkahelyük!
Hogy a szép családi asztalon
Legyen minden nap friss kenyér!

Unokáinknak gondtalan
Szép gyermekéveik legyenek!
A tudományt gyarapítsák
És modern világban éljenek!

Kérem a mai felnőtteket,
Hogy időben cselekedjenek,
Az utódaink érezzék azt,
Hogy az őseik rendes emberek.

Ha egyszer a mi időnk lejár,
A földi élettől el kell válnunk,
Nyugodtan hajtsuk le fejünket,
Gyermekeinknek jobb sorsot várunk!

Krizsán Sándor

CSÁRDA A HEGYEN

Libegőn, a légen át
Vezet az út a hegyre fel,
Madarak szállnak odafenn,
A fenség, a magasság énekel.

A megpihenés temploma ő,
S benne kedves asztalok,
Virág, s szemben a vén havas,
Közben borral koccintgatok.

A táj ezernyi színével
Engem is megrészegít,
Szemem a magasokat járja,
Hallgatom a hegyek énekét.

Odalenn a völgyben
Piros tetős házikók sora,
A zöld fenyvesek között,
Mint pirosuló ékkövek sora.

Vonat füttyent, a hang száll,
Visszhang száll a völgy felett,
Hófelhő száll az égen.
A szépségtől elbűvölten
Imára kulcsolom a kezem!

Hesp Edéné

KÉRÉS AZ ÉLŐKHÖZ

Csak amíg itt vagyok,
Míg köztetek járok,
hozhattok vázámba
Egy-egy szál virágot.

Csak amíg itt vagyok
beszélhetek veled,
Láthatom mosolyod,
Várom leveledet.

Csak amíg itt vagyok
Melletted az úton,
Vigyázz rám! Figyelj rám!
Más dolgod van tudom!

De csak míg itt vagyok
Tudod ezt megtenni.
Ne csak temetéskor
Kezdj velem törődni ...

Pfitzerné Cseh Sarolta

KÖSZÖNÖM

Tőled kaptam ezt az érzést. Köszönöm.
Így könnyebb a késő útkeresés.
Segít úrrá lenni bánaton, közönyön.
Így könnyebb lesz a feledés.

Jót tettél velem anélkül, hogy tudnád,
Legyen ez az én titkom, csak az enyém.
Úgy érzem velem vagy,
mintha kezem fognád.
Ismét fellángolt bennem a remény.

Szeretném hinni, hogy még szerethetek,
s hinni: engem is szeretnek még.
Szívem melegét hadd sugározzam szét.
s ha te is érzed, az nekem elég.

Jáger Ferenc

FUTOK AZ IDŐVEL

Hogy futnak a napok,
rettegek – borzadok,
fogynak a hónapok,
szaladnak az évek.

Mit ér már az élet,
ha futnak a napok,
fogynak a hónapok,
múlnak is az évek.

Becsukom a szemem,
pörgetem a napot,
lépnek a hónapok,
számolom az évet.

Bele is sárgulok,
elfogynak az évek,
elhalnak a hónapok,
elillannak napok.

Csak ez lenne az életünk,
születünk, máris elhalunk?
Egy rohanás ez az élet,
futunk, rohanunk, számolunk!

Koczka István

VALLOMÁS

Szeretlek téged reggel, este,
kiolthatatlan szerelemmel,
hisz tőled kapok minden szépet,
ezért imádlak én csak téged.

Mátyus Imre

KÖSZÖNTŐ NŐKNEK

Hány alkalmat elszalasztunk,
Hogy elmondjuk, bennünk mi él.

Vannak életünkben dolgok,
Fontosabbak, a többinél.
Lehet, hogy emberi szemérem,
Vagy csak, a szív szégyenkezik
megmutatni, bent mit érez,
De az agy, az emlékezik.
Ha szavak nem mutatják,
helyettük itt a sok virág.
Próbálja ma kipótolni,
szavaink csendes zavarát.
Mert a világ, már csak ilyen,
két félből lesz majd egy egész.
Mint nyár jön minden tavaszra,
s sötét éj után kél a fény.
Így vagyunk mi férfiak is.
Nők nélkül milyen a világ?
Hisz a rét is, csak akkor szép,
ha virít benne a sok virág.
Mert a nők, csak virágszálak.
Van közöttük bimbó elég,
teljes nyílásban pompázó,
de van, kit megcsípett a dér.
Én ezt a szép virágcsokrot,
gondoltam ide elhozom,
az itt lévő szép virágoknak
a Nőnapon, most átadom.
Tavasz jön már a világba.
Melegítse a szívüket,
fényes napsugárral együtt,
felétek szálló szeretet!

ÜDÜLÉS

EXTRA KEDVEZMÉNYES ÁRAK - NYUGDÍJAS KLUBTAGOK RÉSZÉRE



Érvényes:
**2016. május 05. –
július 06.**

HÉVÍZ, Hotel Alba**

2 ágyas elhelyezéssel, **reggelis ellátással. A hévízi tótól 150 m-re** épült kényelmes, családi hangulatú, barátságos hotel. **Rendkívül kedvező árai és a 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
9.190 Ft	16.790 Ft	22.990 Ft

Vacsora felár: 1 500 Ft / fő / alkalom



Érvényes:
**2016. május 01. –
június 11.**

LEÁNYFALU, Kerekhegy Vendégház

A **Kerekhegy Panzió** Leányfalun található, nem messze a híres leányfalui gyógyfürdőtől, csendes nyugodt környezetben a hegyoldalon, gyönyörű kilátással a Szentendrei-szigetre és a Pócsmegyeri-tóra. Ideális pihenésre, kikapcsolódásra, családok részére, pihenni vágyó pároknak, túrázóknak, kirándulóknak.

2 éjszaka/fő	4 éjszaka/fő	7 éjszaka/fő
10.990 Ft	20.790 Ft	35.490 Ft

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

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

Köszönjük!

PROGRAMAJÁNLÓ

Meghívó a Nyugdíjasklubok XVI. STRAND-PARTY-jára, 2016. július 30-án Szolnokra a Tiszaligeti Strand- és Termálfürdőbe.

Jelentkezési határidő: 2016. július 10.
Bővebb információ: Bozsóné Fazekas Rozália
Szolnok, 5000 Kőműves út 11.
Telefon: 06/30/536-0682, 06/56/344-875

PROGRAMAJÁNLÓ

Meghívó a Nyugdíjasklubok Béke Találkozójára Tápiószelére, 2016. május 7-én.
Helyszín: Tápiószéle Népkert.

Bővebb információ: Borostyán Nyugdíjasklub Egyesület. Tápiószéle, 2766 Posta u. 2.
Telefon: 06/20/3735-294, 06/30/6263-653

FOGYASZTÓVÉDELEM**Az éjszakai fények veszélyei**

Ha éjszaka felkelünk, nem szeretünk nagy fényt kapcsolni, mert a szemünk hozzászokott a sötét-hez, és ilyenkor bántó az erős fény. Ahol viszont nagyon sötét van, de szeretnénk eljutni a lakás egy másik pontjára, ott jó szolgálatot tesz egy éjjeli fény, amely csak egy gyenge fényt ad, pont annyit, hogy eltaláljunk a kívánt helyre, és megtaláljuk, amit keresünk, és nem utolsó sorban elkerülhetjük a bútorok sarkába, lábába való ütközést vagy megbotlást.

A villamos készülékek, amelyek hálózati feszültségről működnek sok esetben okozhatnak baleseteket, így ennél a termékkörnél is vannak problémás pontok.

Ezeket a lámpákat legtöbbször hozzáférhető helyen helyezzük el – pl. egy fali aljzatban –, ezért fontos, hogy a készülék kialakítása ne olyan legyen, hogy azt a gyerekek játékszernek nézzék. Sok ilyen lámpatest formáz kisállatot, mesefigurát, vagy csak nyomatként szerepel rajta, amitől a gyermek számára vonzóvá válik.

Másik fontos követelmény, hogy az izzót ne lehessen kicserélni a már hálózatra csatlakoztatott lámpatesten. Ezt a követelményt legegyszerűbben úgy oldják meg, hogy a burát, ami lehetővé teszi az izzóhoz való hozzáférést, csak a hálózatról leválasztott állapotban lehet leszerelni, illetve eltávolítani. Ennek ellenére ez a kifogásolt termékeknel a jellemző hibák között van.

A szinte kizárólag szigetelőanyag burkolatú lámpatesteken alapkövetelmény, hogy a foglalat és annak környezetében ne lehessen megérinteni a feszültség alatt lévő fém részeket. Vonatkozik ez a burkolat illesztéseire is, amelyeknél szinte láthatatlanul veszélyesen közel kerülhet a feszültség alatti rész a megérinthető felülethez. A tapasztalatok szerint a vizsgálatok során előfordul megérinthető

feszültség alatt levő kiálló foglalatrész, lámpafej is, ami áramütést okozhat.

Nem szabad figyelmen kívül hagyni a burkolat megfelelő szilárdságát, valamint a lámpatest tömegét, amely káros nyomtatékot fejthet ki a csatlakozó aljzatra.

Ezeknél a termékeknel a lámpatestből alakítják ki a csatlakozódugót, így a készülék közvetlenül a hálózati csatlakozó aljzatba dugaszolható. Az ilyen csatlakozó dugónak lényeges méreteit és jellemzőit tekintve éppen úgy meg kell felelni az előírásoknak, mint a vezetékre szerelt dugónak.

Nem egy készülék izzója E12 menetű és ezért nem csereszabatos (szabványos: E14).

Az elmúlt időszakban vizsgált 9 fajta irányfény egyike sem felelt meg a szabvány követelményeinek.

Mindezek alapján a Nemzeti Fogyasztóvédelmi Hatóság folyamatosan vizsgálja a kérdéses termékkört.

A nem biztonságos éjszakai lámpák esetében a Hatóság elrendeli azok forgalomból történő kivonását és visszahívását.

A veszélyes termékek magas aránya miatt a Nemzeti Fogyasztóvédelmi Hatóság továbbra is szükségesnek tartja a következő években a termékkör rendszeres, átfogó ellenőrzését, termékbiztonsági vizsgálatokat, a veszélyes termékek forgalomból való kiszűrését.

A nem biztonságos készülékeket és az NFH által letiltott egyéb veszélyes termékek az alábbi linken érhetők el:

<http://www.nfh.hu/veszelyes-termek>

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
Lapzárta: minden hónap 14-én
Főszerkesztő: Pirosné Dóczi Gabriella
Felelős kiadó: Dr. Hegyesiné Orsós Éva elnök

„Életet az éveknek”
HÍRLEVÉL

Kedves Nyugdíjasok!

Engedjék meg, hogy ezúton mutassuk be, hogy miért érdemes Nagyatádra jönni-ük és a Hotel Solart választaniuk kikapcsolódásuk potenciális helyszínéül.

- Szép, **nyugodt, virágos** város
- Kellemes, **pihentető** szállás
- **Családias** hangulat
- A szálloda mellett **gyógyfürdő**, amely az ország egyik legjobb minőségű gyógyvizével rendelkezik
- Szakemberek által végzett **gyógykezelések**, akár háziorvosi beutaló nélkül
- **Kedvező árfekvés**
- Élmenydús, szervezett **kirándulások** idegenvezetővel

Senior üdülés 2016.

4 nap/3 éjszaka szállás napi 3 étkezéssel
(büféasztalos reggeli és vacsora, délben levesbüfé)
22.200 Ft/fő + IFA

6 nap/5 éjszaka szállás napi 3 étkezéssel
(büféasztalos reggeli és vacsora, délben levesbüfé)
37.000 Ft/fő + IFA

Gyógykúra

6 nap/ 5 éjszaka szállás napi 3 étkezéssel
(büféasztalos reggeli és vacsora, délben levesbüfé),
18 db gyógykezeléssel és napi fürdőbelépővel
40.000 Ft/fő + IFA

IFA: 400 Ft/fő/éj

Egyágyas felár: 2.000 Ft/éj

Ajánlatunk 2016. április 01- június 30-ig (kivétel a kiemelt időszakok) érvényes!

Több felújított szobával várjuk kedves vendégeinket!

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



RICHTER GEDEON

Richter a nőkért

A Richter Gedeon Nyrt. abban a rendkívüli helyzetben van, hogy kivételes rálátással bír a magyar nők helyzetére abból adódóan, hogy a korszerű nőgyógyászati készítmények fejlesztése és forgalmazása is a tevékenységéhez tartozik: gondoskodik a nők egészségéről a tinédzser kortól kezdve egészen a változó korig. A fejlesztéseknek köszönhetően ma már mindazon vállalatok közül, amelyek világszerte nőgyógyászati termékekkel foglalkoznak, a Richter rendelkezik az egyik legszélesebb termékválasztékkal, ezek: fogamzásgátlók, sürgősségi fogamzásgátlók, hormonpótló és gombaölő készítmények, valamint mióma kezelésére szolgáló gyógyszer. Ez a gondoskodás azonban felelősséggel is jár, ezért a társaság feladatának tekinti, hogy a nők lelki, társadalmi jólétéért is tegyen.

A Richter Gedeon Nyrt. öt évvel ezelőtt indította el Richter a Nőkért Programját, amelynek több eleme van. A **Richter-Terézanyu Klub** teret és alkalmat biztosít egy támogató női közösség létrejöttének. A közel ezer főt számláló klub nyitott mindazok számára, akik elfogadó, dinamikus közösséghez akarnak tartozni és a közösségért maguk is szívesen tesznek. Emellett a **Terézanyu pályázaton** a nők hangot adhatnak problémáiknak, tabuk nélkül beszélhetnek róla. A Richter a Nőkért Program kiemelt eleme a 2011-ben alapított **Richter Aranyanyu Díj**, melynek célja a nők társadalmi megbecsülésének és önbecsülésének növelése. A kifejezetten nőknek szóló elismerést a Richter Gedeon Nyrt. és Rácz Zsuzsa író hozta létre.

Négy kategóriában lehet Aranyanyut jelölni, a köztünk élő „hősnőket”, akik pedagógusként, orvosként, egészségügyi szakdolgozóként dolgoznak, vagy szociális területen tevékenykednek.

Idén **„Nőnek lenni jó!”** elnevezéssel új elemmel bővült a program, amely azt a tényt állítja a középpontba, miszerint a nők minden életkorban, minden életszakaszban boldognak érezhetik magukat – akár egy kedves, apró gesztus, nekik kijáró megkülönböztetett figyelem okán, akár az életük egy-egy markáns, a nőiséghez kötődő pillanatának megéléséskor.

A Richter a Nőkért Program igyekszik a legtöbb nő számára valami igazán fontosat nyújtani: önbecsülést, saját maguk, nőiségük értékelését, a különlegesség elismerését minden életkorban.

A Richter Gedeon Nyrt. hisz abban, hogy a pozitív értékek képviselete mellett a közösségteremtő klubokkal, a nők számára fontos témákban folytatott párbeszéddel, vagy a Richter Aranyanyu díjazottjain keresztül inspiráló példák bemutatásával értéket teremt, és hogy mindezek egy lépéssel közelebb viszik a nőket testi-lelki és társadalmi jólétük megteremtéséhez és fenntartásához.

Figyelemre méltó, hogy létezik egy hazai gyógyszergyár, amely különös, kiemelt figyelemmel fordul a nők felé és tevékenységének minden percében arra fókuszál, hogy a nők egészségét féltő gondoskodással megóvjá.



Nőnek lenni jó

...mert bízhatunk a Richter Gedeon évszázados tapasztalatában és gondoskodásában, hiszen a nőgyógyászat területén egyedülálló szaktudással rendelkezik, és hatékony terápiákat nyújt világszínvonalon.

www.richteranokert.hu



RICHTER GEDEON

Rólunk gondoskodik

GEERS⁺ HALLANI ÖRÖM

Élje át újra a tavasz hangjait!



- Hallja a madarak énekét és a virágba borult fák körül a méhek zümmögését?
- Hallja a bicikliző gyerekek csengőjének hangját?
- Nem érti tisztán a kertben tevékenykedő szomszéd beszédét és többször vissza kell kérdeznie?

Amennyiben úgy veszi észre ezek a hangok „eltűntek”, akkor Önnek hallókészülékre lehet szüksége.

Vegyen részt **INGYENES** hallásvizsgálaton **2016. április 1. és április 30.** között bármely GEERS Hallásközpontban és most **70% kedvezménnyel** vásárolhatja meg a **Selectic HD 250** típusú hallókészüléket, amely **175 000 Ft megtakarítást** jelenthet Önnek hallókészülékenként.

Éljen újra felszabadultan és beszélgesen egy jót szomszédjával, családtagjaival vagy barátaival.

Sok szeretettel várjuk!

Kérjen időpontot hallásvizsgálatra ingyenesen hívható telefonszámunkon!



06 80 182 182

Selectic HD 250 Hallókészülék



Teljes ár: ~~250 000 Ft*~~ helyett

Most csak: **75 000 Ft***

*A feltüntetett árak egy darab hallókészülékre vonatkoznak.



Az akció is kizárólag a Selectic HD 250 típusú hallókészülékre vonatkozik és a készlet erejéig, illetve az akció visszavonásáig érvényes. Az akcióban való részvétel feltétele az Ingyenes hallásvizsgálaton való részvétel 2016. április 1. és április 30. között valamely GEERS szaküzletben. A hallásvizsgálatra a 06 80 182 182 ingyenesen hívható számon hétfőtől csütörtökig 8:00-17:00 között, pénteken 8:00-14:30 között egyeztethető időpontot, illetve érdeklődhet az akció további részleteiről. Az akcióban feltüntetett árak forintban értendők és tartalmazzák az ÁFA-t. A Selectic HD 250 gyógyászati segédeszköz. A tájékoztatás nem teljes körű, a termék alkalmazása előtt támaszkodjon a használati útmutatóra.