



Életet az éveknek

Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az Éveknek” Országos Szövetsége Hírlevele

2017. május

Kedves Klubtagok!

Az elmúlt hetekben sok kérdést kaptunk a nyugdíjemeléssel kapcsolatban. Sokan nem értik, mit fogunk kapni novemberben.

A nyugdíjemelés a törvény szerint inflációkövető. 2017. január 1-jétől a nyugdíjak 1,6%-kal emelkedtek. Az emelésnek ezt a mértékét a nyugdíjas szervezetek többsége kifogásolta. Mindenekelőtt azért, mert a kormányzati prognózisok is lényegesen magasabb inflációval számoltak a 2016. évben a költségvetés készítésének időszakában. Azóta már tudjuk, hogy az infláció az év első hónapjaiban magasabb volt 1,6%-nál.

A nyugdíjasok életminőségének megőrzését ma már az inflációkövető nyugdíjemelés nem biztosítja. Jól látszik, hogy az aktívak béremelkedése a másik tényező, ami befolyásolja az életminőségünket. A nyugdíjas szervezetek kezdeményezték a tárgyalásokat. Választ eddig nem kaptunk.

Az inflációval történő emelés mellett sok szó esik a nyugdíjprémiumról is. 2009. évben, a Bajnai kormánnyal történt megállapodás arról szólt, ha a gazdaság jobban teljesít, ennek az eredményéből a nyugdíjasok is részesülni fognak. A törvény, melyet akkor fogadtak el, és ma is hatályos, így szól:

„Ha a **bruttó hazai termék** változatlan áron számított **növekedésének a tárgyévben várható mértéke a 3,5 százalékot meghaladja**, és az **államháztartás — a központi költségvetésről szóló törvényben meghatározott — tárgyévi egyenlegcélja várhatóan teljesül**, a tárgyév novemberében nyugdíjprémiumot kell fizetni annak a személynek, aki a tárgyévet megelőző év legalább egy napján, valamint a tárgyév novemberében a társadalombiztosítási nyugdíjrendszer keretében járó vagy azzal a 6. §(4) bekezdése alapján egy tekintet alá eső

a) hozzá tartozói nyugellátásban — ide nem értve az ideiglenes özvegyi nyugdíjat — részesül, vagy

c) a b) pontban nem említett nyugellátásban — ide nem értve a rehabilitációs járadékot — részesül, és a 18. § (1) bekezdése szerinti életkort a tárgyévet megelőzően betöltötte.

(6) A nyugdíjprémium összege a következő két szám szorzata:

a) a bruttó hazai termék változatlan áron számított növekedése — tárgyévben várható — mértékének 3,5-del csökkentett összege, de legfeljebb 4,

b) a nyugellátás november havi összegének 25 százaléka, de legfeljebb 20 000 forint.

(7) Ha a bruttó hazai termék változatlan áron számított növekedésének - a központi költségvetésről szóló törvényben - tárgyévre tervezett mértéke a 3,5 százalékot meghaladja, a nyugdíjprémium kiadásainak fedezetére a Nyugdíjbiztosítási Alap költségvetésében céltartalékot kell képezni.

(Folytatás a 3. oldalon)

*Szórd szét kincseid – a gazdagság legyél te magad.
Nyúdd szét díszeid – a szépség legyél te magad.
Feledd el mulatságaid – a vígság legyél te magad.
Égesd el könyveid – a bölcsesség legyél te magad.
Pazarold el izmaid – az erő legyél te magad.
Oltsd ki lángjaid – a szerelem legyél te magad.
Űzd el szánalmaid – a jóság legyél te magad.
Dúld fel hiedelmeid – a hit legyél te magad.
Törd át gátjaid – a világ legyél te magad.
Vedd egybe életed-halálad – a teljesség legyél te magad.*

(Weöres Sándor)



**Szeretettel gratulálunk
a hónapban születésnapjukat,
névnapjukat, évfordulójukat
ünneplőknek!
Egészséget, jókedvet,
boldogságot!**

**Ha adózol és van rá lehetőség,
add a Nyugdíjasklubok és Idősek
„Életet az Éveknek”
Országos Szövetségének az 1%-ot!
Kérd meg adózó ismerőseid,
tegyék ők is ezt!
Köszönjük!**

**Adószámunk:
19012377-2-41**



PRIMA-PROTETIKA Kft.

minőség • szakértelem • megbízhatóság

www.prima-protetika.hu

Járást segítő eszközök

A járás olyan segédeszközeire, mint a bot, a mankó, a járókeret, a rollátor, az idősödő embereknek egyre nagyobb szükségük lehet. Egy segédeszköz csak akkor hasznos segítőtárs, ha használatával a mindennapi életvitel, a teljesen egészséges emberéhez képest, csak kis mértékben tér el. Fontos, hogy az eszköz felhasználóbarát legyen!

Hogyan segítik a járást?

Részleges, vagy teljes tehermentesítéssel: csonttöréseknél, gyulladásos megbetegedéseknél, részleges bénulásoknál, vagy egyéb izomgyengeséget okozó megbetegedéseknél.

A stabilitás fokozással: járás közben a segédeszköz segítséget nyújthat abban, hogy a különböző oldalirányú elmozdulásokat lassítja vagy megakadályozza. Ezen termékek használatával a járási felület "magnövekszik, kiszélesedik".

Rollátorok



Járóbotok

fa- és fém kivitelben



Könyök- és hónaljmanók



Állítható járókeretek összecsukható kivitelben is



Látogasson el webáruházunkba, ahol bármely termék vásárlása esetén **5% kedvezményben** részesül, 2017.06.30-ig, a kupon érvényesítése esetén.

webaruhaz.prima-protetika.hu

KUPON
5%
kedvezmény

Kupon kód:
ppelet

Érvényesség ideje:
2017. 02. 09 - 2017. 06. 30.



Kedves Klubtagok!

(Folytatás az 1. oldalról)

(8) A nyugdíjprémiumot a nyugdíjfolyósító szerv hivatalból, a november havi nyugellátással együtt folyósítja. A nyugdíjprémium megállapításáról határozatot nem kell hozni.” Ennek a szakmai szövegnek az értelmezésével a következő lapokban foglalkozni fogunk. A lényeg, novemberben számíthatunk nyugdíjmelésre, mert az infláció lényegesen magasabb lesz 1,6%-nál. Az emelés egyben a nyugdíj összegét is megemeli, beépül a nyugdíjba. A nyugdíjprémium, ahogyan az a fenti szövegből kiderül, még nem biztos. Ez két tényezőn múlik. Az egyik a gazdaság növekedése, a másik a költségvetésben tervezett egyenlegcél teljesítése. Ez az összeg nem épül be a nyugdíjba.



A Szövetség már az ősze készül. Meghirdettük a soproni programunkat, az egrit és ebben a lapban már gyulai mozgásfesztiválra is jelentkezhettek. Hamarosan meghirdetjük a 2017. szeptember 28-án, a Vigadóban tervezett koncertet is. Végezetük örömmel értesítelek benneteket arról, hogy partneri kapcsolatot alakítottunk ki a Budapesti Operettszínházzal. A Budapesti Operettszínház kizárólag nekünk állított össze egy új bérletet a következő évadra! A bérlet neve: „Életet az éveknek!”. A bérlet 3 előadást tartalmaz vasárnap délelőtti időpontokban. A 3 előadást tartalmazó bérlet árai, helytől függően, változnak (1800-3600-5000-6000-6500-8300-11000 Ft/bérlet/3 előadás). Bízunk benne, sokan leszünk, hiszen nagyszerű előadásokat ajánlottak nekünk. A csárdáskirálynő, A Luxemburg grófja és a Mágnes Miska a legnépszerűbb operettek közé tartoznak. Köszönet a színház munkatársainak, akik nyitottak voltak az Országos Szövetség kérésére. Igazán idősbárát bérletet alakítottak ki.

Üdvözlettel: Hegyesiné Orsós Éva, elnök

Erős János ebben az évben ünnepelte volna 80. születésnapját. 2017 február 2-án örökre elment. János távozása veszteség a családjának, és veszteség az érdeklődő klubtagoknak. Klubvezetői munkáját az emberek iránti nagy szeretettel, felelősen végezte. Sokan úgy fogalmaztak: még mindig nem fogták fel, hogy többé nem szervezi az életüket. Nagyon szerették és tisztelték. Az Országos Szövetség is búcsúzik tőle. Munkáját a megyei szervezet vezetőségi tagjaként ismertük meg. Kívánjuk a hamarosan 20. születésnapját ünneplő klubnak, azzal állítsanak emléket Jánosnak, hogy az örökségét, az emberek iránti felelős szeretetet gyakorolják a következő 20 évben is. Nyugodjon békében!



Boldog születésnapot a mi drága Icukánknak! Ezt az életkort már büszkeség megosztani: Deák Józsefné, Icuka, önkéntesünk, budapesti szervezetünk 1992-2008. közötti elnöke betöltötte a 90. életévét április 25-én. Személyében egy önzetlen, mindig segítőkész embert ismerhettünk meg, aki a kezdetektől nagy odaadással dolgozott idős társainkért. Klubszövetségünk irodájában meleg szeretettel — no és persze tortával, szamócás és szőlős gyerekpezsgővel (!) köszöntöttük, kívánva még sok-sok egészségben, boldogságban eltöltött éveket közöttünk!



Ódry Lajos június 5-én tölti be 95. életévét, a Zala megyei klubszövetség legidősebb tagja. Ezúton kívánunk neki boldog születésnapot és jó egészséget, további örömteli éveket. Ódry Lajos nyugállományú őrnagy aktív korában a zalaegerszegi volt honvéd zenekar karnagya, a helyi zenei élet meghatározó alakja volt. Nyugdíjas évei sem telnek tétlenül, 31 évvel ezelőtt alapítója volt a Kertvárosi nyugdíjas klubnak, annak első elnöke, de mindemellett még számos nyugdíjas klub tagja, s

négy klub dalkörének vezetője, betanító karvezetője. Több zenemű szerzője, alkotója az Egerszeg Indulónak. Ódry Lajos munkásságát a város is Pro Urbe díjjal ismerte el 2014-ben. Lajos bácsit születésnapja alkalmából tisztelettel köszönti az országos és a megyei elnökség és kíván neki további boldog, aktív munkás éveket.

„Életet az éveknek” Hírlevél

Szerkeszti a Szerkesztő Bizottság

Felelős szerkesztő: Luif Ibolya

Felelős kiadó: dr. Hegyesiné Orsós Éva

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

Cím: 1094 Budapest, Balázs Béla utca 18. II. emelet

Tel./Fax: 0036-1-3270118

E-mail: eletetazeveknekhirlevel@gmail.com

Web: www.eletetazeveknek.hu

Nyomás: Synra Nyomda és Kiadó Kft.

1102 Budapest, Hölg utca 50/B.

Nyomdavezető: Szűcs Péter

Belső terjesztésre!

Vetélkedés Arany Jánosról

A koroncói Jázminvirág nyugdíjas klub Arany János születésének 200. évfordulója alkalmából vetélkedőt hirdetett a szomszédos kluboknak. A vetélkedő anyagát, a kérdéseket *Regner Margit* kultúrfelölőnk állította össze, és egyben vállalta két segítőjével a vetélkedő levezetését is. Április 1-én fél 2-kor nagy izgalommal gyülekeztünk a szép, felújított koroncói Szolgáltatóházban: a rábapatonai nyugdíjasok Baráti Köre, az Esthajnalcsillag nyugdíjas klub Győrszemere-Hegy, az Őszidő nyugdíjas klub Sokorópatkáról és Szerecsenyből az Idősek nyugdíjas klubja valamint a házigazdák. A versenyünkön részt vett Koroncó polgármestere, *Radicsné Kincses Mária* is. A zsűri tagjai *Németné Máté Éva*, a II. Rákóczi Ferenc Általános Iskola igazgatója, *Zsámbokiné Buday Anna*, az „Élet az Éveknek” Nyugdíjas Szövetség Győr-Sopron megyei elnöke és polgármesterünk. A zsűri elnöki tisztét Zsámbokiné látta el. Nagyon színvonalas, mindenre kiterjedő versenynek lehettünk tanúi! A nyugdíjasok alapos felkészülésről tettek tanúságot. Felidézhetjük nagy magyar költőnk, írónk munkásságát, hazafiságát, magyarságát. A vetélkedő eredménye: 1. Koroncó, 2. Rábapatonna, 3. Győrszemere-Hegy, 4. Sokorópatka, 5. Szerecseny! Mindenkinnek gratulálunk a sikeres szerepléshez! Toldiból jeletet mutatott be minden csapat. Nagyszerű színészi, koreográfusi produkcióknak lehettünk tanúi. Kodály Zoltán és Illyés Gyula azt mondta: „Arany maga a nép”! A költő így ír Petőfinék: „S mi vagyok én, kérde, Egy népi sarjadék, Ki törzömnek élek, érette, általa”. Legyünk büszkék nagy költőnkre, legnagyobb ballada írónkra! A vetélkedő vacsorával, beszélgetéssel ért véget, melyet köszönünk az önkormányzat és a klub tagjainak! Tartalmas, vidám délutánt tölthettünk barátainkkal, köszönjük! Várunk benneteket máskor is!

Basák Lászlóné klubvezető



Versűnnep Veszprémben

Sok éve szervezzük mindig más helyszínen a Költészet Napja tiszteletére Vers- és Prózamondó versenyünket. Most a házigazda a Laczkó Dezső Nyugdíjas Klub volt Veszprémből és a helyszíne az Eötvös Károly Megyei Könyvtár Kisfaludy terme. 24 versmondó és több mint 80 kíséző, verset szerető vett részt a rendezvényen a megye 14 településéről.

A találkozó kezdeteként a veszprémi Zeneiskola két növendéke szólaltatott meg klasszikus művet fuvalán- A Laczkó Dezső klub vezetője, *Kanyár Erika* köszöntötte a résztvevő vers- és prózamondókat, valamint a szépszájú közönséget. Ezt követően *Horváth Magda*, a megyei egyesület kultúrosa emlékezett a Költészet Napjára és József Attilára. Beszédében megemlékezett arról is, hogy Arany János kétszáz éve, 1817. március 2-án született Nagyszalontán. Költő zenink a 19. század magyar költészetének központi alakja, a magyar nyelv máig utolérhetetlen mestere volt.

A versek elhangzása után vidám beszélgetés következett, megbeszélve ki hogyan érezte, miként sikerült az előadása. A nézők közül kinek melyik tetszett és miért. Nagy sikert arattak a vidámabb hangulatú művek, a melankónikusak bizony könnye-

ket is előcsaltak. A vendéglátó klub tagjai süteményekkel és szendviccsel kínálták a maratoni hosszúságú „versűnnep” vendégeit. Eközben a zsűri tanácskozott és meghozta döntését. Minden résztvevő kapott emléklapot és könyvajándékot, melyet a rendező veszprémi klub gyűjtött össze.

A végeredmény az alábbiak szerint alakult:

1. hely *Vajai Károlyné* Ajka Regős Klub
2. hely *Rohrer Lászlóné* Veszprém Dózsa Klub
3. hely *Soósné Gödöny Terézia* Ajka Egészségügyiek Klubja
3. hely *Preininger Sándorné* Ajka Diabétesz Klub

A prózamondók között az egyedülként induló *Varga Istvánné* szuggesztív módon adott elő egy Fekete István történetet, amelyet a zsűri szintén 1. hellyel jutalmazott. A találkozó végén a zsűri elnöke, a veszprémi Vácsi Mihály Irodalmi Színpad művészeti vezetője értékelte az előadásokat. Kiemelte, milyen csodálatos dolog, hogy ennyien szeretik a verset a nyugdíjasok körében és vállalják a közönség előtti megmérettetést..

Befejezésül a megyei elnök és *Takács József* megyei alelnök adta át az okleveleket és ajándékokat.

Paulics István

Nőnap az Őszirozásoknál

Egyesületünknel már hagyomány a Nőnap megünneplése. Ez évben ez volt az első nagy rendezvényünk, melyre 10 baráti klub fogadta el a meghívást. A kabai művelődési ház aulája zsúfoltságig megtelt a 160 fővel. Több klub jött Földesről, Püspökladányból, érkeztek Sárrétudvariból, Báránról, Tetétlenről, Berettyóújfaluból és a helyi klubokból. *Dr. Bálint Albert*, városunk jegyzője és *Bodó Sándor* országgyűlési képviselőnk nyitotta meg és egy-egy szál szegfűvel köszöntötte a vendégeket. Természetesen körünkben volt *Szegi Emma* polgármester és *Vágó Emese*, a Művelődési ház vezetője is. Nőnap alkalmából a műsort a férfi vendégtől kaptuk, sok szép nótát, operettet. Meglepetés műsor is szokott lenni, most a Balmazújvárosi Nagy-Sziki Néptáncsoport fergeteges táncaikat láthattuk. A fiatal táncosok kitettek magukért köszönjük, természetesen a vezetőjüknek is, aki egyben a táncokat is betanította *Szarvas Imréné* Katikának is köszönjük. Boldogok vagyunk, hogy megismerhettük-e kiscsapatot.

Ezután következett a vacsora, melyet *Házi Lajos* és munkatársai igen csak finomra készítettek, vendégeink pedig jó étvágyal fogyasztották. Majd a zene tánc következett, vidáman jókedvvel roptuk a táncot. Ilyenkor nem fáj, semmi boldogok vagyunk együtt, kikapcsolódunk, a szürke hétköznapiakból új barátságok alakulnak, szórakozunk, bulizunk úgy nyugdíjas módra egy kicsit. Kellenek ezek a jó hangulatok, hogy feltöltődjünk erőt merítsünk a további hetekhez hónapokhoz.

A sok táncolás után következett a tombola sorsolás. Nagyon

sok nyeremény volt, ami mind gazdára talált! A legszerencsésebb a Püspökladányi házaspár volt, aki a fő díjat vihette haza. Minden jó is véget ér egyszer, sajnos ez is, elhallgatott a zene kialudtak a fények és haza mentek a vendégek. Befejezésül megköszönöm *Dr. Bálint Albertnek*, *Tanka Lajosnak* és *Hodosi Lajosnének* önzetlen támogatásukat! Azoknak a tagoknak is köszönöm, akik részesei voltak a rendezvény sikeres lebonyolításában.

Kiss Lajosné



Szivárványos hírek

Éves Közgyűlésre gyűltek össze a Hajdúdorogi Szivárvány **Hagyományörző** Egyesület tagjai a Strandfürdő Jurta épületében, ahová meghívásukra ellátogatott a polgármester, az alpolgármesterek és a képviselőtestület tagjai. Az elnöki beszámoló felelevenítette a 2016. évi programokat, melyek a következők:

- * Előadást szerveztek „Hajdú táncok nyomában” címmel dr. Kardos László néptánc oktató, néptánc történet kutató közreműködésével.
- * A helyi Hazai és bölér fesztivál programját több műsorszámmal színesítették.
- * Bensőséges, családi hangulatban köszöntötték Zováth Sándornét 80. születésnapján.
- * Nőnapon a férfiak cserepes virággal köszöntötték a nőket.
- * Hajdúnánáson a nőnap rendezvényen vettek részt az Egyesület női tagjai.
- * Húsvétot követően a férfiak meglöcsölték a hölgyeket, akik hímes tojással és süteménnyel köszönték meg.
- * A Városi Könyvtárban a Költészet napján megzenésített verseket adtak elő.
- * Nagyszalonán az Anyák napi kórustalálkózón az énekesek mellett a versmondók is szerepeltek.
- * Az Esélyegyenlőségi Napon is bemutatták műsorukat.
- * A Hazavárón 6 műsorszámmal kedveskedtek a nézőknek.
- * Kabán az Országos TáncTalálkózón mutatták be legújabb táncukat.
- * A hajdúvidi Falunapon több műsorszámmal szórakoztatták a nagyerdeműt.
- * Nádudvaron a Strandfesztiválon volt a következő fellépésük. Ezen nap délutánján a Lecsőfesztivál volt fellépésük helyszíne.
- * Háromnapos olaszországi utazáson vettek

részt, az előző évi Ki Mit Tud? döntőjében kapott kiemelt arany minősítés jutalmául. * Nyárbúcsúztató Slambucfőző versenyen is előadták műsorukat. * Kezdő Felnőtt Néptáncosok Országos Találkózóján volt a következő fellépésük Debrecenben, a Nagyerdei szabadtéri színpadon. * A Kulturális Örökség Napján, a Krisztuskatonák ünnepének mindkét napján szerepeltek. * Idősek Világnapja alkalmából szervezett Világ Gyalogló Napon végig sétáltak Hajdúdorog nevezetességeit érintve. * A debreceni Megyeháza Árpád termében megtartott Idősek Világnapján az Egyesület tagjai műsorszámukkal köszöntötték az egybegyűlteket. * Mozgáskorlátozottak Megyei Sütifesztiválján Hajdúnánáson énekes műsorokat adtak elő. * A nőtagok Férfi nap alkalmából felköszöntötték tagtársaikat. * Ismét meghívást kaptak a 2 napos Öregtáncosok Országos Találkózójára, Csepelre. * Az előző évekhez hasonlóan meglátogatták és megajándékozták Hajdúnánáson a „Segítséggel élők otthonának” értelmileg sérült lakóit.

A közgyűlés további részében a terveket, majd a gazdaságvezető beszámolóját hallhatták. A hozzászólásokat az Egyesület életét bemutató filmvetítés, majd a vacsora követte. Ezután a házigazdák hangulatos műsorral kedveskedtek a megjelenteknek. Az éjfél pezsgőbontás után a tombola sorsoláskor értékes ajándékok találtak gazdára. A hajnalig tartó mulatozáshoz kitűnő zenész szolgáltatta a talpalávalót. Jó volt újra együtt lenni, jó volt önfeláldozóan szórakozni ebben a családi légkörben. Az Egyesület tagjai szeretnék megköszöni mindazoknak, akik támogatásukkal hozzájárultak sikeres működésükhöz.

Nagy Gizella



A hajdúszoboszlói Barátság Gyógy- és Wellness Szálloda***superior kedvezményes előszezonai ajánlatai az „Életet az éveknek” klubtagok részére!

Nagy lazítás Mini gyógycsomaggal (6 nap/5 éj)

Tartalma: 5 éjszaka szállás félpanzió plusz ellátással, gyógy-, váltó-, pezsgőfürdő, szauna-, infrasauna, gőzfürdő, saját strand használat, fürdőköpeny, orvosi vizsgálat, 4 alkalommal orvosi masszázs, 4 alkalommal elektroterápiás kezelés vagy BEMER-kezelés, térítésmentes animációs programok

Kétágyas szobában 51.900.-Ft-tól/fő

Az ajánlat érvényes 2017. június 30-ig, vasárnap és csütörtök közötti érkezéssel!

Pünkösdi wellness Hajdúszoboszlón (4 nap/3 éj)

Tartalma: 3 éjszaka szállás félpanzió plusz ellátással, gyógy-, váltó-, pezsgőfürdő, szauna-, infrasauna, gőzfürdő, saját strand használat, fürdőköpeny, pünkösdi animációs programok

Kétágyas szobában 31.600.-Ft-tól/fő

Az ajánlat érvényes 2017. 06.02. és 06.05. közötti időszakban!

„Barátságos ismerkedő csomag” Csoportoknak

Tartalma: információs anyag postai úton a kért példányszámban, csoportos kedvezményrel összeállított csomagajánlat a létszámnak megfelelően a kért időszakra, „Barátság rendezvény” a megjelölt helyszínen, ízelítő a szálloda szolgáltatásaiból (masszázs, sütikóstoló, prezentáció)

Teljesen ingyenesen!



Foglaláskor hivatkozzon az „ÉLETET az Éveknek” ajánlatra!

A szeniorok igazi kincsek!

Szállodánk szolgáltatásaival segít, hogy fényük mindig ragyogjon:

- felújított kétágyas szobák, valamennyi erkéllyel, fürdőszobával felszerelt,
 - saját gyógyászati részlet TB támogatott kezelésekkel, reumatológus szakorvossal. A kezelések igénybevételéhez beutaló nem szükséges, kizárólag a TAJ kártya,
 - saját fürdőrészleg 2 különböző hőfokú gyógyvizes medencével, szauna, gőzfürdő, pezsgőfürdő, infrasauna, váltófürdő, 1 szabadtéri gyógyvizes medence,
 - az Életet az Éveknek által minősített Idősbarát Szálloda,
 - hetente 4 alkalommal élőzene, 2 alkalommal operett és magyar népdal műsor,
- Referenciáink, Visszatérő kedves szenior csoportjaink, a teljesség igénye nélkül:
 Pomázról a Holdvilág-árok Egyesület, Százhalombattáról a Dunamenti Erőmű Nyugdíjas Csoportja,
 Kartali Nyugdíjas Csoport



Bővebb információ és foglalás

4200 Hajdúszoboszló, Mátyás király sétány 19.

Tel.: +36-52/558-570, +36-52/558-592

E-mail: sales@baratsag.hu, www.baratsag.hu

Kék Ibolya Túra 2017

Felhőtlen égbolt, szikrázó napsütés, kellemes hőmérséklet fogadta a Kék Ibolya túrára érkezőket Mátrafüreden 2017 április elsején, az Életet az Éveknek Országos Szövetsége és a Bene Egylet közös rendezvényén. A jó időnek is köszönhetően rekord számú résztvevő érkezett (16 klubból, 210 fő) a Bene Házba. A szervezők a korábbi évektől eltérő, új útvonalakat jelöltek ki a túrán résztvevőknek. A szokásos Mátrafüredi nevezetességek mellett a Tarma-kút, és a Peresi erdészház volt a cél állomás.

A rendezvény megnyitásán jelen volt *Tóth János* Mátrafüredi Részönkormányzat helyettes vezetője, *Sánta Gyula*, az Életet az Éveknek Országos Szövetségének alelnöke, megyei elnök, *Horváth Imre József* a Bene Egylet elnöke, aki örömmel köszöntötte a megjelenteket, külön kiemelten a Kabáról az „Őszirozsa” Nyugdíjas Egyesülettől érkezetteket. A szokásos „eligazítás” után a résztvevők három csoportba a túravezetők és kísérőik társaságába elindultak a kijelölt célállomások felé. Visszaérkezést megelőzően ki-ki megebédelhetett a Benevár étterembe. Ezt követően a túrázók három fős csapatokba a környezeti ismeretek 13+1 –es TOTÓ kitöltésével foglalkozkodtak. A szervezők véleményével ellentétben nem is bizonyult túl könnyűnek a teszt. Hiszen a végeredmény, nem volt telitalálatos a kitöltött TOTÓK között. A legjobb eredményt, 1. helyezést a Kabai csapat 12+1, 2. helyezést a Vámosgyörki csapat 12-es, 3. helyezést sorsolással a Hortiak 11+1-el, értek el. Az eredményhirdetésen természetesen szerény tárgyjuta-

lomban részesültek a helyezettek. Szokásainknak megfelelően a résztvevő klubok emléklapot és emléktárgyat kaptak. Mint minden alkalommal most is ajándékot adtunk át a legfiatalabb, *Veres Violetta* 3 éves (Karácsond), és a legidősebb, *Bak Jánosné* 87 éves (Hatvan „Naplemente”) résztvevőnek. Külön ajándékot adtunk a legtávolabbról érkező Kabai legfiatalabb, résztvevőnek (*Szarvas Adrienn* 9 éves)

Nagyon jó hangulatú, sikeres napot tudhattunk magunk mögött. Annak reményébe váltunk el, hogy a június 3.-án megrendezésre kerülő Hanák Kolos emléktúrán is hasonló létszámban leszünk jelen.

Horváth Imre József BENE Egylet elnöke



Vigyázzunk egymásra!



A Vámosgyörki Őszirozsa Nyugdíjas klub áprilisi klubnapján, *Lovász Gergely* főtörzsőrmester tájékoztatást adott a településen történt bűncselekményekről. Felhívta a nyugdíjasok figyelmét arra, hogy a bűnözők milyen trükkökkel (valamely szolgáltató munkatársának kiadva magukat, hivatkozva rokon, unoka balesetére, házaló árusok) károsítják meg a jóhiszemű lakosságot. Kérte, hogy mindenki figyelje környezetét. Szokatlant, rendellenes dolgokat látva, az általa megadott telefonszámon értesítsék.

Kovács Miklósné, Lujza klubvezető

Tavaszi vigadalom

Az Életet az Éveknek Somogy megyei szervezete április másodikán „KI MIT TUD”-ot rendezett. A rendezvényen szép számmal vettek részt a Somogy megyei klubok. A rendezvényen vendégül láttuk a pécsváradai lányokat, a magyarhertelendi fiúkat és a komlói táncoslányokat. A műsort jelenlétével támogatta Zala megyéből *Kocsis Gyula* megyei elnök, Baranya megyéből *Sipos Imréné* megyei elnök és Balatonmáriafürdő polgármestere, *Galács György*. Színvonalas műsorokat láttunk, a zsűrinek nagyon nehéz dolga volt a győztesek megválasztásában. Szoros küzdelem végén győztesként került ki a Sávolyi dalkör és a Nagybajomi Őszikék Nyugdíjas klub, akik ezzel továbbjutottak az ősszel megrendezendő Budapesti Syma Sportcsarnok rendezvényére, a Nyugdíjas Expóra. Díszvendégünk volt a Marcali Imre Sándor Szeretetszínház. Műsorunk végén táncmulatságot tartottunk, mindenki pozitív élménnyel tért haza a rendezvényről. Köszönetet szeretnék mondani mindazoknak a kluboknak akik részt vettek rendezvényünkön, jól érezték magukat és velünk együtt szórakoztak. Kívánok további sok sikert és jó munkát az idei évhez!

Horváth Istvánné Somogy megyei elnök

Családként vár évről-évre

Nyári gyermekkedvezményünk:

a szállás, svédasztalos félpanziós ellátással 2 felnőttel egy szobában

12 éves korig **INGYENES!**

(Időszak: 2017. 06. 01.- 08. 31.)



Áraink minimum 3 éjszaka esetén:

7.900 Ft/fő/éj +IFA

Idegenforgalmi adó: 400 Ft/fő/éj

Egyágyas felár: 2000 Ft/szoba/éj

Prémium szoba felár: 3000Ft/szoba/éj

Fürdőbelépő: felnőtt: 1400 Ft

gyerek, nyugdíjas: 850Ft

Hotel Solar

Nagyatád, Széchenyi tér 28.

infosolar@t-online.hu

06-82/504-135



Nyugdíjas klubok versengtek Zircen

Kora tavaszas, verőfényes napsütésben gyülekeztek a megyéből érkező nyugdíjas klubok tagjai a sakk - és rejtvényfejtő versenyre a Városi Könyvtár közművelődési klubtermében. Az esemény a Zirc Városi Nyugdíjas Klub és a Nyugdíjasok „Élet az éveknek” Veszprém Megyei Egyesület közös, évnyitó rendezvénye volt. Pék László, a társszervező Zirc Városi Nyugdíjasklub vezetője köszöntötte a megjelenteket. Ottó Péter Zirc város polgármestere nyitotta meg a rendezvényt, s örömet fejezte ki, hogy ismét ilyen szép számmal képviseltetik magukat a szépkorúak a versenyen. Takács József alelnök is üdvözölte a jelenlévőket, a főszervező Nyugdíjasok „Élet az Éveknek” Veszprém Megyei Egyesülete részéről. A továbbiakban Czingler Sándor versenybíró ismertette a versenyzésre vonatkozó legfontosabb tudnivalókat. Ezt követően a sakkozók és a rejtvényfejtők két külön teremben láttak munkához. Feszült figyelem, izgalom és versenyláz járta át a levegőt. A résztvevők három kategóriában: keresztrejtvényben, sudokuban és sakkban mérték össze tudásukat. A következő eredmények születtek:

Keresztrejtvény: 1. Márton Lászlóné (Fegyveres Erők, Veszprém) 2. Madarászné K. Ágnes (Csebszaltó Nyugdíjasklub, Balatonfűzfő) 3. Lukács László (Sédvölgy Nyugdíjas Klub, Veszprém)

Sudoku: 1. Gombás Klára (Bánkis Természetjárók, Ajka) 2. Madarászné K. Ágnes, 3. Szabó Lajos (mindketten Csebszaltó, Balatonfűzfő)

Sakk, egyéni: 1. Kurics László Endre 2. Szabó Vilmos 3. Galambos László

Csapat: 1. Bakonyszentlászló, 2. Bánkis Természetjárók, Ajka

Csaba Lilla



Harmincévesek a bakonyszentkirályiak



A bakonyszentkirályi „Erzsébet” Nyugdíjas Klub 2017. április 1-én ünnepelte fennállásának harmincadik évfordulóját. A jeles eseményre meghívta a Darnószeli és a Veszprémvarsányi Nyugdíjas Klub tagjait is. Az ünnepelést kulturális műsorral kezdtük meg. Mindkét meghívott klub énekkarra készült az alkalomra. Hallhattunk szebb-nél-szebb énekeket, népdalokat. Színpadra lépett rajtuk kívül még a Zörög Néptánc-együttes. Az előadásokat az ünnepelt klub zárta lakodalmos mulatsággal.

A műsorok után Paulics István, az „Élet az éveknek” országos szövetség Veszprém megyei elnöke is köszöntötte az ünnepelőket. Ezt követően közösen elénekeltük a rendezvényen résztvevő klubok kedvenc

nótáit. A Művelődési ház csak úgy zengett a hangos énekléstől. A közös éneklés után következett a várva várt ebéd.

Az ebédet a bakonyszentkirályi Önkormányzat finanszírozta. Ebéd után pedig asztalra kerültek a jobbnál-jobb sütemények, melyeket a bakonyszentkirályi „Erzsébet” Nyugdíjasklub tagjai sütöttek. Egy évfordulóról nem hiányozhat a tánc és a zene. Egyik kedves klubtagunknak köszönhetően a miénkről sem maradt el. Mindenki nagyon jól érezte magát, s bízunk benne, hogy még sok évfordulót ünnepelhetünk meg közösen.

Csapóné Schwarcz Marianna klubvezető

Vers mindenkinek!

2016-ban a nagyszerű „Ki Mit Tud” versenyt követően elhatároztuk, hogy 2017-ben külön is figyelmet fordítunk az irodalmat szerető, verseket életük részének tekintő klubtagokra. Az év elején kiválasztottuk az időpontot: április 11-ét, a Költészet Napját, és meghirdettük a programot. Legnagyobb örömünkre több klubban is szokásos program a versmondás, irodalomolvasás, könyvklub. A megadott időpontig húszan jelentkeztek különböző klubokból versolvasásra, mondásra.

Renfer István a Taurus klub vezetője vállalta a nap forgatókönyvének elkészítését, és Zahora Máriával (Tv dramaturggal) együtt felkészültek a beküldött versek történetének, hátterének bemutatására. Nagyon örültünk április 11-én a megjelent versmondóknak és kísérőiknek, ahogy egyre többen érkeztek a József Attila Művelődési Központba. Köszönet a XIII. kerület Önkormányzatának a megfelelő körülmények biztosításáért és Kósa Viktória, a József Attila Művelődési Központ munkatársa segítő munkájáért.

Az ünnepélyes megnyitót követően József Attila Mama című versével indult a versmondás, majd sorjázta a XIX. és a XX. század legszebb magyar versei (az Arany János év kapcsán több is elhangzott). Miért választották ezeket a verseket a klubtagok? – kérdeztem többeket. Azért, mert ezek a versek emlékeztetnek a fiatalságunkra, (pl. Vajda János Mont Blanc című verse), mert időszerűek ma is a költői üzenetek (Tompai Mihály: A Gólyához, A madár fiaihoz, Arany János: A walesi bárdok), vagy egyszerűen, mert szépek, dallamosak, mosolyt varázsolnak az arcunkra, mint Petőfi Sándor: Arany Lacinak című verse.



Volt, aki sírt, volt, hogy magunkban mondtuk a versmondóval a szöveget, s volt, hogy együtt sírtunk, vagy nevtünk a vidám sorokon. Minősített szép nappá vált szívünkben 2017. április 11, a nyelvi gazdagság, az érzelmi kultúra, a költői üzenetek, a versek szépsége bennünket emelt fel, összetartozunk, egy nagycsalád vagyunk.

A közös fénykép József Attila szobra előtt jelezte, jó volt ma együtt lenni, verseket mondani, hallgatni. Elhangzott többek részéről az igény: jövőre folytassuk, és kortárs irodalommal is foglalkozunk. Megígérjük, folytatjuk dalban, versben fiatalokkal együtt. A görög filozófiában a szép és jó egymást feltételező, egymást kiteljesítő kategóriák, amely az erkölcsileg jóban jelenhet meg, ezt az etikai jót éltük meg, köszönet érte minden versmondónak!

Talyigás Kati

VÁLTOZÁS!

Kedves Klubtagok!

Partneri kapcsolatot alakítottunk ki a Budapesti Operettszínházzal. A Budapesti Operettszínház kizárólag nekünk állított össze egy új bérletet a következő évadra! A bérlet neve: **„Élet az éveknek!”** 3 előadást tartalmaz szombat illetve vasárnap délelőtti időpontokban.

A 3 előadást tartalmazó bérlet árai helytől függően: 2.100-4.200-7.000-7.500-9.800-12.600 Ft

Luxemburg grófia 2018. január 28. 11.00 óra

A chicagói hercegnő 2018. április 28. 11.00 óra

Mágnás Miska 2018. május 6. 11.00 óra

Május közepétől június 11-éig kizárólag a klubtagok vásárolhatnak bérletet!

Egyelőre csak előjegyzést vesz fel az Operettszínház jegyirodája.

Kérünk benneteket, hogy keressétek közvetlenül a kapcsolattartónkat, **Bozsogi Nórá**t, aki minden jegy- és bérletvásárlásban segít.

Elérhetősége:

Közönségkapcsolati Osztály

Budapesti Operettszínház

<http://www.operett.hu/>

Tel/fax.: 353-2172, 269-0118

Mobil: +36-70-628-78-21

E-mail: bozsogi.nora@operett.hu



XIX. Duna-Kőrös-Maros-Tisza Eurorégiós Fesztivál



Immár 19-dik alkalommal tartották meg a nyugdíjasklubok a Duna-Kőrös-Maros-Tisza Eurorégiós Nyugdíjas Amatőr Művészeti Fesztivált április 8-án a Csongrád megyei Bordányban, amelyet az „Élet az éveknek” Nyugdíjas Klubok Csongrád Megyei Egyesületének második állomása volt és a helyi Nefelejcs Nyugdíjas Klub bonyolított le. Az egyesületből kialakított kis csapat szépen és zökkenőmentesen vezette le a rendezvényt. Az esemény ceremónia mestere *Szalai Antal*, a nyugdíjas klub vezetője volt. A rendezvényt *Kiss-Patik Péter*, Bordány nagyközség alpolgármestere nyitotta meg, aki beszédében többek között tolmácsolta *Tanács Gábor* polgármester jókívánásait is. A találkozóra mintegy 130 érdeklődő érkezett, akik közül 90-en mutatták be népdalkörös, énekes, versmondó illetve táncos produkciójukat. A 19 fellépő csoport nagy része már hagyományosan visszatérő erre az alkalomra Bordányba és mindig igyekeznek újabb részletet bemutatni sokrétű tudásukból. Elsőként a bordányi Borostyán Dalkör állt színpadra, majd soron követték őket a többiek. Nagyszerű hangulat és kitűnő jókedv alakult ki a színházteremben a nap folya-

mán. A fellépők valamennyien oklevelet és virágot vehettek át, annak elismeréséért. A fellépések *Urbán Istvánné* megyei elnök záróbeszédével ért véget, akit születésnapja alkalmából Szalai Antal köszöntött. A fesztivál a Vadgesztenye étterem által elkészített ebéddel és egy kis táncos mulatozással zárult. A nyugdíjas klub tagjai örülnek, hogy Bordány kulturális életébe ők is adni tudnak valamit, hiszen ezzel is felpezsdül egy kicsit a település kulturális világa. Ez úton szeretnék megköszönni mindenki támogatását, hogy ez az esemény létrejöhetett és remélve, hogy mindenki jól érezte magát, valamennyi résztvevőt és minden kedves olvasót előzetesen is szeretettel meghívunk a jövő évi, huszadik alkalomból megrendezésre kerülő jubileumi előadásra.



Az „Aranydaru” Szállítómű Nyugdíjas Egyesület az idei évben is megszervezte a már hagyományosnak mondható bálját a Campusban. Vendégeink voltak a budapesti IX. kerület Nyugdíjas Klubjának tagjai. A talpalávalót egy budapesti cigányzenekar szolgáltatta. A vacsora finom, a hangulat kellemes volt. Tánc, beszélgetés, ismerkedés a vendégekkel. Remekül sikerült a rendezvényünk.

Versbarátok Vérteskethelyen

Már második alkalommal Vérteskethelyen került megtartásra szövetségünk Komárom-Esztergom megyei szervezetének Költségvetési napi rendezvénye. *Sárközi Lászlóné* klubelnök köszöntő szavai után *Tóth János*, a település polgármestere rövid beszédében elmondta, szeretné ha ez a rendezvény sorozattá nőné ki magát és a versbarátok még több ízben itt találkoznának. Versszeretetét mi sem bizonyítja jobban: beszédét *Alföldi Géza* „Csak a gyökér kitartson” című versével fejezte be, melyben tovább él a Babits-i gondolat „*hulljon a lomb csak éljen a fa*”. *Troják Frigyes* megyei elnök a kultúra fontos összekötő szerepét hangsúlyozta. Az idősödő emberek milyen sokan szeretik a verseket, maguk is írnak, nagy költőink gondolatait tolmácsolva szereznek örömet maguknak és másoknak. *Rostás Jánosné* ez alkalommal is igen emlékezetes műsort állított össze, amely a Fekete János iskola két 2. osztályos tanulójának énekével és bájos versmondásával kezdődött.

Ezt követően folyamatosan egymást követték a szebbnél szebb versek. Az Arany János évforduló kapcsán sok Arany János, Petőfi vers mellett, Tóth Árpád, Reményik Sándor, Ju-

hász Gyula, Várnai Zseni, Móra Ferenc versei is elhangoztak. Nagy sikert aratott Móra Ferenc „Hegedű” című költeménye *Muháros Éva* előadásában, valamint az „Indul a bakterház” regényrészlet, amelyet *Cservenyák Erzsébet* adott elő, utána Zsolt és Bendegúz hangját.

A verseket *Kevert Lászlóné* Ete-i népdalénekes csodás énekhangja törte meg, aki a „Távolból” című Petőfi-vers („Kis lak áll a nagy Duna mentén” kezdetű dal) összes versszakát elénekelte, amely ma is az anyai szeretet utolérhetetlen művészi megfogalmazása. A műsor zárószámaként a helyi „Kis Langallik” népi-tánc csoport fergeteges táncát csodálhattuk meg. A résztvevők a település polgármesterétől és a szövetség megyei elnökétől is emléklapot kaptak. Az ünnepi hangulatot fokozta, hogy a résztvevők kezdetkor a Himnusz, befejezéskor a Szózatot felállva, kellő áhítattal hallgatták meg *Petőfalvi Hedvig* előadásában. A rövid baráti beszélgetéseket követően „Szomoron ismét találkozunk” jelszóval, vidám hangulatban köszöntünk el egymástól.

Id. Bankó Róbert

40 éve együtt

Padragkút Ajka városrésze. A Bakony délnyugati, dombos vidékén terül el. Itt ülte április végén megalakulásának 40. évfordulóját a Jó szerencsét Nyugdíjas Klub. Az ünnepen vendégünk volt Ajka város polgármestere *Schwartz Béla* és több képviselő. A köszöntők után emléklapot kaptak a legrégibb tagok. *Szabó Jenőné* beszélt a klub történetéről, az itt folyó munkáról. 1977-ben nyugdíjas bányászok alapították a klubot, neve a bányászok szép köszöntése lett. Vezetői voltak: *Keszthelyi Lajos*, *Horváth József*, *Lémon Vincéné*. 2003-tól *Mohos Imréné* az irányító. A klubban vidám, beszélgetős, munkás élet folyik. Aktívan részt veszünk a település életében: parkot gondozunk, virágosítunk, helyben és vidéken is főzünk. Műsorral szerepelünk idősök napján, karácsonykor helyben s a városban. Sok játékos vetélkedőt tartunk, rejtvényfejtünk, kártyázunk. Köszöntőt, virágot, tortát kapnak az aktuális név és kerek születésnaposok. Az egészség megőrzéséről előadásokat hallgatunk. A férfiak verses nőnap-i köszöntőjét Ivó napján viszonzozzuk. Zömében dobogós helyen végzünk a megyei versenyeken, versmondásban, szellemi vetélkedőn, 10 próbán, tekében, kártyában,



népdaléneklésben, néptáncban. Az ünnepen vidám műsort adtunk. Volt tréfás jelenet, vers, néptánc, népszokás bemutató. A műsor dallal zárult. *Puskás Károly* helyi képviselő hatalmas tortát ajándékozott nekünk. Köszönjük. A vendégfogadás alatt minden jelenlevő megtekinthette a 10 év alatt összegyűlt okleveleket, a kézimunka kiállítást. Belelapozhatott a klub több éves életét bemutató könyveinkbe. Reméljük továbbra is tudjuk munkánk folytatni, ehhez támogatást is kapunk az önkormányzattól.

Mohos Imréné klubvezető

Nyugdíjas Olimpia

Április 8-án rendezték meg a Győr-Moson –Sopron megyei Beled városában tízedik alkalommal a nyugdíjas Olimpiát. A versenyt *Zsámbokiné Buday Anna* az Életet az Éveknek országos szövetség megyei elnöke nyitotta meg. *Berta László* Beled város alpolgármestere kedves szavakkal köszöntötte a megjelenteket. Őt követően *Horváth-Stipkovics Vivien* köszöntött és vezette a versenyt. 14 csapat versengett. A résztvevők: Répceszemere, Mosonszolnok, Rábatamási, Győr-Bácsa, Petőháza, Kapuvár, Beled, Rábakecöl, Osló, Edve, Fertőszentmiklós, Himod, Kiszalud, Jánossomorja. A csapatok nagyon szépen szerepeltek, a feladatokat vidáman oldották meg. A zsűrinek nehéz dolga volt kiválasztani a legjobbakat. Végül megszületett az eredmény! Első helyezett Rábatamási csapata, 2. Petőháza csapata, 3. Győr-Bácsa csapata lett.



Tavaszcím, télűző



A Nádasdladányban a Községi ház nemcsak a szombati előadáson volt megtelve. Már a pénteki főpróbára is szép számmal ellátogattak az érdeklődők, akik tudják, hogy a nyugdíjas klub minden évben megrendezett műsoráról nem szabad lemaradni. Télűzős boszorkánytánc, kóló vagy charleston a klubtagoknak nem jelent akadályt. Igaz több hónapos próbák sora előzi meg és lázas előkészületek, hogy minden flottul működjön amikor a függöny felgördül. A két és fél órás műsorban idén vendégként a Várpalotai Bán Aladár Általános iskolából érkezett három tanuló mutatkozott be szalagos táncukkal. Sikerük receptjének kérdésére a klub vezetője *Buzásné Irénke* adta meg a választ.

— Ez a korosztály átélt egy világháborút, sok szörnyűséget, kemény munkával keresték a boldogulást és nekik akkor nem volt lehetőségük vidámkodni, játszózni. Ők most játsszák el az eddig el nem játszhatott játékaikat.

Reméljük, még sokáig élvezhetjük e nagyszerű közösség programjait!

MEGHÍVÓ

a „Mozgás egy életen át”, az „Életet az éveknek” Fesztiváljára

2017. november 9-11. Gyula, Hotel Erkel**** (Gyula, Várkert u.1.)

Szövetségünk fennállása óta élharcosa az aktív időskor koncepció megismertetésének, és gyakorlatba történő átültetésének. A tavalyi, sikeres rendezvényt követően ismét Gyulára hívunk benneteket. Ha részt vesztek ezen a rendezvényen, túl azon, hogy nagyon jól fogjátok érezni magatokat, ismét részesei lesztek egy fontos, a magyarországi idősekről szóló ügynek. Az idők életminőségét erősen befolyásolja egészségi állapotuk, mozgásszabadságuk. **Ezzel a rendezvénnyel szeretnénk ismét felhívni a figyelmet arra, hogy az idősebb korosztályhoz tartozóknak, koruknak, egészségi állapotuknak megfelelő fizikai aktivitásra van szükségük.** A fizikai aktivitás, mert a fizikai állóképesség, az izomerő csökkenése; a mozgások beszűkülése rontja életünk minőségét. A mozgás, egyben örömforrás is! Sok közös élményünk bizonyítja, hogy mozogni, táncolni, kirándulni, úszni, tekézní, jógázni együtt könnyebb. Várjuk azoknak a kluboknak, csoportoknak, tagjainknak a jelentkezését a 3 napos rendezvényre, akik szívesen mutatnák be, ők milyen mozgásformát választanak egészségük megőrzése, közösségi kapcsolataik megerősítése érdekében. **Fellépési, bemutatkozási lehetőséget biztosítunk tánc csoportok, tornacsoportok részére maximum: 8 perc időtartamban.** A program központjában a mozgás áll. De a résztvevők hallgathatnak majd kiscsoportos beszélgetések keretén belül előadásokat az időskori táplálkozásról, gyógyszereszedési szokásokról. **Az előadások mellett láthatunk különféle torna-és táncbemutatókat.** Tervezünk sétát, melynek során megismerhetitek Gyula nevezetességeit. Terveink szerint ismét lesz senior gerinctorna, jóga, pilates, senior zumba, teljesítménytúra, örömtánc, mely programba ezúttal be is lehet kapcsolódni. Lesz tánc tanítás is! Meghívott vendégeink között köszönhetjük az Esések iskolája alapítóját, Dobrotka Bélát és munkatársát, aki bemutatót tart a helyes esésből, amit több csoportban is kipróbálhattok. Balázs Mari senior táncoktató bemutatója is biztos sikert ígér. Bízunk benne, hogy velünk lesz Zalainai Klári is, akivel az esésmegelőzésről konzultálhattok. Mint mindig, a program második napján ismerkedési est keretében zenés, táncos programon vehettek részt. A program fáradalmait a Hotelből közvetlenül megközelíthet Várfürdő gyógy és strandfürdőben pihenhetitek ki.

Tavaly együtt örültünk annak, hogy a rendezvény fővédnöke, Czene Attila, olimpiai bajnok, a Magyar Szabadidősport Szövetség elnöke részt vett a megnyitón, köszöntött bennünket. Örömrökre idén is elvállalta, hogy a rendezvény védnöke lesz. A programot a Magyar Szabadidősport Szövetség szakmai támogatásával valósíthatjuk meg.

Nevezés: A jelentkezéseket **2017. június 30-áig** várjuk a nevezési lapon. Kérjük, hogy minél előbb jelentkezzenek, ne várjátok meg a határidő végét, így a feldolgozás folyamatos lehet.

Nevezési díj:

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

csoportoknak: 2500 Ft/csoport

Más nyugdíjas szervezethez tartozóknak, akik két éjszakát töltenek a hotelben, és azoknak, akik az „Életet az éveknek” Klubszövetséghez tartoznak, de nem vesznek igénybe szállodai szolgáltatást:

csoportoknak: 3500 Ft/csoport

Más nyugdíjas szervezethez tartozóknak, akik nem igénylik a szállodai szolgáltatást:

csoportoknak: 4500 Ft/csoport

A nevezési díjat, a szállodai szolgáltatás díját a visszaigazolásunkat követően kell befizetni. A visszaigazolással egy időben küldjük meg a befizetéshez szükséges csekket. A visszaigazolásokat minden jelentkező **2017. július 15-éig** kézhez kapja. A részvételi díjakat legkésőbb **2017. augusztus 15-éig** kell befizetni. Tudjuk, hogy sok klubban nyári szünet lesz, ezért kérjük, hogy a klubvezető, csoportvezető már a jelentkezéskor hívja fel a tagok figyelmét a díjfizetésre és gyűjtse össze a részvételi díjat.

ERKEL HOTEL GYULA ****

A részvételi díj két éjszakás foglalás esetén a Szövetséghez tartozó kluboknak, tagjainknak:

3 nap/2 éjszaka félpanziós ellátással: **23.500,- Ft/fő/2éj** kétágyas szobában

3 nap/2 éjszaka félpanziós ellátással: **25.000,- Ft/fő/2éj** egyágyas szobában

A részvételi díj két éjszakás foglalás esetén a Szövetséghez **nem** tartozó kluboknak, résztvevőknek:

3 nap/2 éjszaka félpanziós ellátással: **25.500,- Ft/fő/2éj** kétágyas szobában

3 nap/2 éjszaka félpanziós ellátással: **27.000,- Ft/fő/2éj** egyágyas szobában

Az ár tartalmazza a szállást félpanzióval (büfé reggelivel, büfé vacsorával, illetve november 10-én leves-és főzelékbüfét 12.00-13.00 óra között, korlátlan belépésre jogosító gyógy-és strandbelépőt a Várfürdőbe, ÁFA- t, fürdőköntöst, ingyenes parkolást, programokon való részvételt, zenés-táncos esten való részvételt. A fürdőköntös elvesztése esetén **7.000,- Ft** kauciót kell fizetni. A programban szerepelnek egyéb fakultatív programok is.: Városnéző körséta, idegenvezetővel: **1.200,-Ft/fő**, Gyula főbb nevezetességei kisvonattal utazva: **800,-Ft/fő**. A gyönyörűen felújított gyulai Almássy kastély és Látogatóközpont igazi élményt, érdekes programot kínál: **1.600,-Ft/fő**. Ezekre a Hotelben lévő Tourinform irodánál jelentkezhetek érkezést követően.

Jelentkezés és információ kérhető:

Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetsége

Budapest, 1094 Balázs Béla u. 18. II. em. Tel:06/1/327-0118

eletetazeveknekfesztival@gmail.com, info@nyugszov.hu, www.eletetazeveknek.hu

Mindenkit szeretettel várunk!

Kérjük, olvashatóan töltse ki!

Beküldési határidő: **2017. június 30.**

Beküldési cím: „Élet az éveknek” Klubszövetség, 1094 Budapest, Balázs Béla út 18. II/em.

NEVEZÉSI LAP

„Mozgás egy életen át”, az Élet az éveknek II. Mozdásfesztiválja

HOTEL ERKEL** GYULA 2017. november 9-10-11. (csütörtök – péntek – szombat)**

Egyéni jelentkezés esetén:

Jelentkező személy neve:

Jelentkező személy címe:

Email:

Telefonszám:

Klub jelentkezés esetén:

Csoport, klub neve:

Csoportvezető neve:

Csoportvezető lakcíme:

Csoportvezető telefonszáma:

E-mail címe:

Jelentkezők száma:fő

A Fesztiválon szeretnél-e/szeretnétek-e bemutatni azt a táncot, mozgásformát, mely hozzájárul egészséged/egészségetek megőrzéséhez, ami örömet jelent (pl.: néptánc, moderntánc, pilates, zumba, NIA stb.)?

Ha igen, kérünk, válaszoljál az alábbi kérdésekre!

Bemutatókzási idő: max: 8 perc.

Fellépők száma: fő

Műsorszám címe:

Műsorszám szerzője:

Műsorszám betanítója:

Kíséret típusa (élőzene, CD, pendrive):

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

Szállást fő részére kérek:

..... db kétágyas szobát

..... db egyágyas szobát

Érkezés várható ideje (óra):

Kérsz-e/kértek-e segítséget az érkezési állomás és a szálloda között:

Dátum:.....

.....
aláírás



Dr. Helfferich Frigyes PhD
fül-orr-gégész,
audiológus, orvos ezredes

FELHÍVÁS!

Országos Egészségfelmérés – fókuszban a hallás

Felmérésünk célja, hogy átfogó képet kapjunk a magyar lakosság körében egyre gyakrabban tapasztalható hallásvesztés és beszédértési nehézség mértékéről, valamint arról, hogyan befolyásolja ez az állapot az érintettek mindennapjait. A felmérés szakmai háttérét Dr. Helfferich Frigyes PhD fül-orr-gégész és audiologus főorvos, orvos ezredes biztosítja. A kapott eredményeket az általa vezetett szakértői csoport kiértékelés után továbbítja egy hallásfejlesztéssel foglalkozó, nemzetközi vállalatához, amely termékfejlesztésekhez és tudományos kutatásokhoz használja fel az Önöktől kapott információkat.

Még jól hall, de előfordult már Önnel, hogy nehezen értette meg a beszédet?

Országszerte 2000 olyan személy jelentkezését várjuk, akik az alábbi felsorolás alapján magukra ismernek:

- Előfordul, hogy vissza kell kérdeznie beszélgetések alkalmával?
- Környezete szerint túl hangosan hallgatja a TV-t/rádiót?
- Nehezen érti meg a beszélgető partnerét telefonálás közben?
- Zajban, nagyobb társaságban gondot okoz a beszéd pontos megértése?

A kutatás résztvevői egy kérdőív kitöltését követően teljes körű és ingyenes hallásvizsgálaton, valamint személyre szabott tanácsadáson vesznek részt. Probléma és igény esetén saját otthonukban, kötelezettségmentesen kipróbálhatják, hogy a legmodernebb technológiával készült, miniatürizált kommunikációs eszközök milyen mértékben javítják a hallást és beszédét.

A felmérés megvalósításában háttérsegítséget nyújt a Pannon Halláscentrumok és a Geers országos hálózata.

Jelentkezzen most és részvételével segítse a felmérés sikerességét!

ÉLETE
LEGFONTOSABB
TÁRSA.
VISELJE
GONDJÁT!

A Panangin® Forte hatóanyagai, a magnézium és a kálium, segítik a szívizom működését.



RICHTER GEDEON

A kezelőorvos jóváhagyásával.

Gyártó: Richter Gedeon NyRt. 1103 Budapest, Gyömrői út 19-21.

Gyógyszerbiztonsági Osztály: +36 1 505 70 32, drugsafety@richter.hu

A Panangin® Forte recept nélkül kapható gyógyszer.

www.panangin.hu



Version ID: KEDP/VAAB5B, LZD.: 2017.04.24.

A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL OLVASSA EL
A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!