



Életet az éveknek

Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az Éveknek” Országos Szövetsége Hírlevele 2017. november-december

Kedves Klubtagok!

Az elmúlt hetekben sokan kérdeztétek, milyen jogcímen, mekkora összeget kaptak a nyugdíjasok. Voltak, akik telefonon, írásban csalódásuknak adtak hangot, mert jóval magasabb összegre számítottak. Röviden összefoglalom az év végi kifizetések lényegét.

A kormányrendelet szerint a **januárig visszamenőleges egyösszegű**, a novemberi ellátás 9,6 százalékat kitevő nyugdíjkorrekciót azok kaphatták meg novemberben, a szokásos ellátásukkal együtt, akiknek a **járandóságát tavaly év végéig** állapították meg. Összesen 25 kategóriába tartoznak azok, akik a nyugdíjkorrekciót megkapták. Ezek a következők:

1. öregségi nyugdíjban,
2. özvegyi nyugdíjban,
3. szülői nyugdíjban,
4. árvaellátásban,
5. baleseti hozzátartozói nyugellátásban,
6. mezőgazdasági szövetkezeti öregségi, munkaképtelenségi, özvegyi járadékban,
7. mezőgazdasági szakszövetkezeti tagok növelt összegű öregségi, munkaképtelenségi, özvegyi járadékában,
8. korhatár előtti ellátásban,
9. szolgálati járandóságban,
10. átmeneti bányászjáradékban,
11. táncművészeti életjáradékban,
12. rokkantsági ellátásban,
13. rehabilitációs ellátásban,
14. baleseti járadékban,
15. bányászok egészségkárosodási járadékában,
16. fogyatékosági támogatásban,
17. vakok személyi járadékában,
18. rokkantsági járadékban,
19. Magyar Alkotóművészeti Közalapítvány által folyósított ellátásokról szóló kormányrendelet alapján folyósított ellátásban,
20. polgármesterek közszolgálati járadékában,
21. a honvédek jogállásáról szóló törvény szerinti árvák kiegészítő támogatásában,
22. a honvédek jogállásáról szóló törvény szerinti kiegészítő rokkantsági támogatásban,
23. a honvédek jogállásáról szóló törvény szerinti, valamint a rendvédelmi feladatokat ellátó szervek hivatásos állományának szolgálati jogviszonyáról szóló törvény szerinti kiegészítő hozzátartozói támogatásban,
24. az egyes személyes szabadságot korlátozó intézkedésekkel vagy semmissé nyilvánított elítéléssel összefüggésben járó – kormányrendelet alapján a Tny. 62. §-ában foglaltak szerint megemelendő – emelésben vagy
25. a nemzeti helytállásért elnevezésű pótlékban részesülnek (+ három kivétel).

Ha van még szív a földön,
És van még szeretet,
Úgy ma üljön a világ
Örömnünnepet!

(Dsida Jenő)



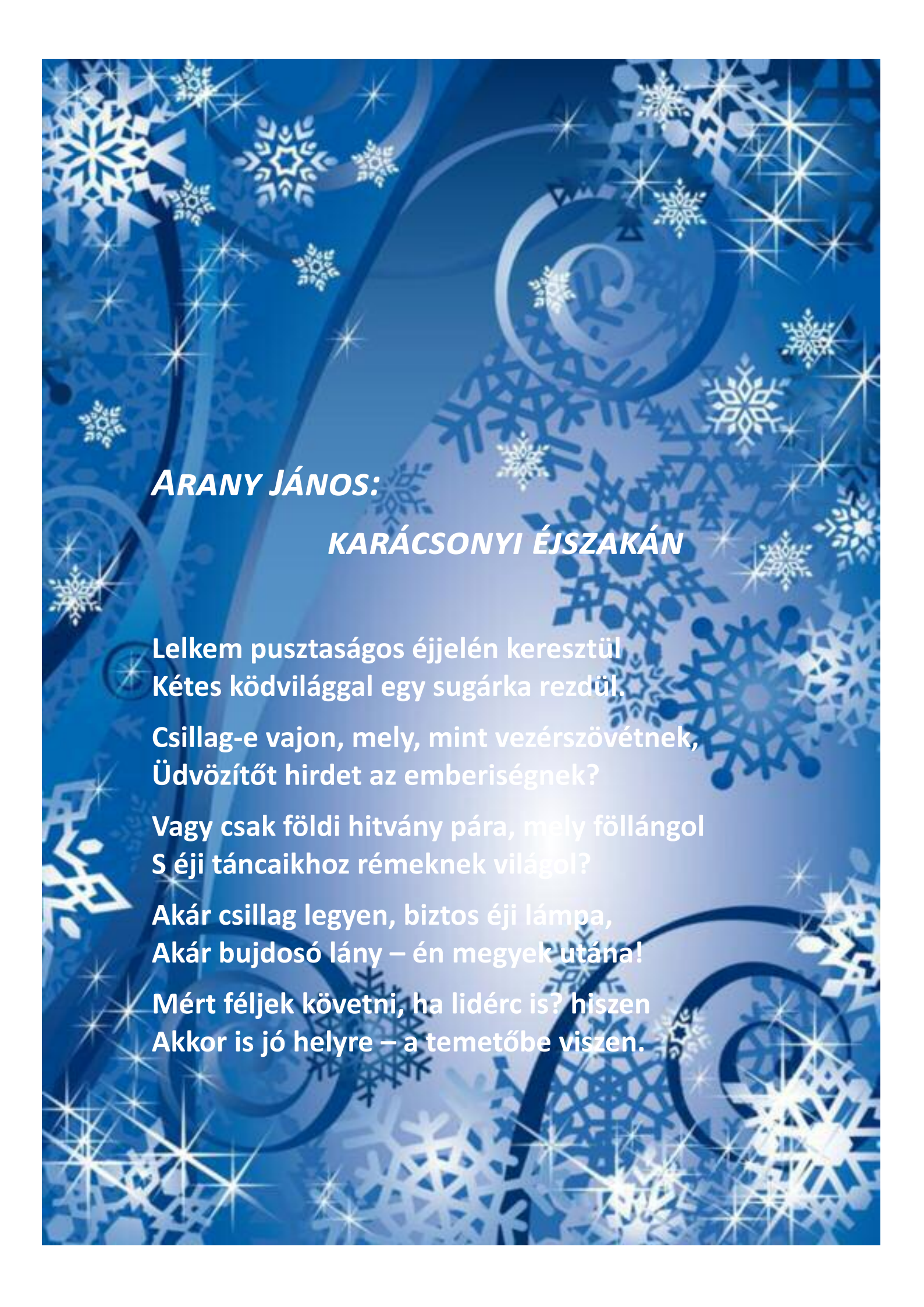
Szeretettel gratulálunk
a hónapban születésnapjukat,
névnapjukat, évfordulójukat
ünneplőknek!
Egészséget, jókedvet,
boldogságot!

Nyereményjáték

Budapesten, a Csillebércen és Margitszigeten megrendezett nyugdíjas találkozón a Hotel Solar Nagyatád is képviseltette magát. Nagyon sokaknak kiosztottak egy kérdéseket tartalmazó lapot. A helyes válaszokat adók között kisorsolták a nyereményjáték győztesét, melyben a díj, egy 2 főre szóló 2 éjszakás szállás, svédasztalos félpanziós ellátással a nagyatádi Hotel Solarban.

A nyertesek: Gyurasics Józsefné és Lukács Jolán. A szerencséseket e-mailben tájékoztatták, hogy első kézből értesüljenek a jó hírről.

Ézúton is köszönik mindenkinek, aki részt vett játékukban a margitszigeti és csillebércei találkozón!



ARANY JÁNOS:

KARÁCSONYI ÉJSZAKÁN

Lelkem pusztaságos éjjelén keresztül
Kétes ködvilággal egy sugárka rezdül.

Csillag-e vajon, mely, mint vezérszövétnek,
Üdvözítőt hirdet az emberiségnek?

Vagy csak földi hitvány pára, mely föllángol
S éji táncaikhoz rémeknek világol?

Akár csillag legyen, biztos éji lámpa,
Akár bujdosó lány – én megyek utána!

Mért féljek követni, ha lidérc is? hiszen
Akkor is jó helyre – a temetőbe viszen.

Kedves Klubtagok!

(Folytatás az 1. oldalról)

Amit itt leírtam, az általános szabály. Ugyanakkor elképzelhető, hogy valaki **időarányos korrekciót** kapott (például később megállapított járandóság, szüneteltetés vagy halálozás miatt). Az is kiderül a rendeletből, hogy a felsorolt kategóriába tartozó ellátás a rendelet hatálybalépését megelőzően (azaz 2017. november 1. előtt) szűnt meg halálozás miatt, akkor az időarányos korrekciót külön **kérelmezni kell**. Tehát ebben az esetben nem automatikus a folyósítás.

A **nyugdíjprémiumra** azok jogosultak, akik a 2016. év legalább egy napján, valamint 2017 novemberében:

- a) az öregségi nyugdíjkorhatár betöltése nélkül öregségi nyugdíjban vagy a Tny. 6. § (4) bekezdése alapján azzal egy tekintet alá eső ellátásban,
- b) ideiglenes özvegyi nyugdíjban,
- c) korhatár előtti ellátásban,
- d) szolgálati járandóságban,
- e) átmeneti bányászjáradékban,
- f) balettművészeti, illetve táncművészeti életjáradékban,
- g) rokkantsági ellátásban,
- h) rehabilitációs ellátásban,
- i) baleseti járadékban,
- j) bányászok egészségkárosodási járadékában,
- k) fogyatékosági támogatásban,
- l) vakok személyi járadékában,
- m) rokkantsági járadékban,
- n) Magyar Alkotóművészeti Közalapítvány által folyósított ellátásokról szóló kormányrendelet alapján folyósított ellátásban,
- o) polgármesterek közszolgálati járadékában,
- p) a honvédek jogállásáról szóló törvény szerinti árvák kiegészítő támogatásában,
- q) a honvédek jogállásáról szóló törvény szerinti kiegészítő rokkantsági támogatásban,
- r) a honvédek jogállásáról szóló törvény szerinti, valamint a rendvédelmi feladatokat ellátó szervek hivatásos állományának szolgálati jogviszonyáról szóló törvény szerinti kiegészítő hozzátartozói támogatásban,
- s) az egyes személyes szabadságot korlátozó intézkedésekkel vagy semmissé nyilvánított elítéléssel összefüggésben járó – kormányrendelet alapján a Tny. 62. §-ában foglaltak szerint megemelendő – emelésben vagy
- t) a nemzeti helytállásért elnevezésű pótlékban részesülnek (+ három kivétel).

A nyugdíjprémiumra vonatkozó törvényt 2009-ben, Bajnai Gordon kormánya fogadtatta el. A nyugdíjprémium egyösszegű juttatás. Fontos tudni, hogy nem épül bele a nyugdíjunkba, és a kifizetésre nincsen garancia a 2018. évben. A 2017. évben – 8 év után először – teljesültek azok a törvényi feltételek, amelyek a kifizetést lehetővé teszik. 2017-ben ugyanis a bruttó hazai termék (azaz a GDP) növekedése meghaladja a 3,5%-ot. A Nemzetgazdasági Minisztérium jelentése szerint a növekedés mértéke 4,1%, így a nyugdíjprémium (egyösszegű juttatás) számításához a következőképpen képezzük a szorzószámot: $4,1 - 3,5 = 0,6$. Ezt a számot kell megszorozni a nyugdíj egy negyedével, de legfeljebb 20 ezer forinttal. Vagyis, ha valakinek 80.000 forint a nyugdíja, 12.000 forintot kapott ($0,6 \cdot 20.000$



forint = 12.000 forint). De ekkora összeget kapott mindenki, akinek a nyugdíja 80.000 forint fölött van! Sajnos azonban, azok, akiknek a nyugdíjuk 80.000 forintnál alacsonyabb, 12.000 forint alatti összeget kaptak. A csalódás azzal volt összefüggésben, hogy a média folyamatosan azt kommunikálta, hogy Magyarország életében ilyen nagy összegű kifizetésre még nem került sor. Jobb lett volna, ha a szabályokat ismertették volna világosabban. Ekkor ugyanis sokan megértették volna, hogy nem a saját nyugdíjuk egy negyedét kell megszorozni a 0,6 %-kal.

Jó hír azonban, hogy a kormány jelentősen kiterjesztette a jogosultak körét: nem csak a törvényi feltételeknek megfelelő személyek kaphatnak nyugdíjprémiumot (egyszeri juttatást), hanem ennél jóval szélesebb kör, mindenekelőtt a nők kedvezményes nyugdíjában részesülő hölgyek, valamint az ideiglenes özvegyi nyugdíjasok, a megváltozott munkaképességű személyek ellátásaiban, a korhatár előtti ellátásban, szolgálati járandóságban részesülők, a rokkantsági járadékosok, a fogyatékosági támogatásban részesülők, a vakok személyi járadékában részesülők és több hasonló jogosult kategória tagjai.

Emellett a nyugdíjasok idén decemberben ismét számíthatnak Erzsébet-utalványra is, a tavalyi feltételekkel. Jövő januárban pedig a 2018-ra becsült infláció mértékével, 3%-kal tovább nőnek majd a nyugdíjak és a hasonló ellátások.

Álljon itt néhány szám: a prémium 30 milliárd, a korrekció 27 milliárd forintot tett ki.

Biztos vagyok benne, hogy az ünnepek közeledtével mindenkinek lesz mire költenie. Áldott, békés karácsonyi ünnepeket kívánok! Legyen sok örömtök, figyeljete egymásra!

Üdvözlettel: Hegyesiné Orsós Éva elnök

„Élet az éveknek” Hírlevél

Szerkeszti a Szerkesztő Bizottság

Felelős szerkesztő: Luif Ibolya

Felelős kiadó: dr. Hegyesiné Orsós Éva

Kiadja: Nyugdíjasklubok és Idősek „Élet 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!

ISSN 2.9.1./1003-1/2005

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



Adventi pihenés (3 nap / 2 éj)

Tartalma: 2 éjszaka szállás félpanzió plusz ellátással, gyógy-, váltó-, pezsgőfürdő, szauna-, infrasauna, gőzfürdő, gyermekpancsoló, animációs programok

Kétágyas szobában 23.500 Ft-tól/fő

Az ajánlat érvényes 2017. december 1-22. között!

Egyágyas felár nincs!

Karácsonyi ajánlat (3 nap/2 éj)

Tartalma: 2 éjszaka szállás félpanzió plusz ellátással, gyógy-, váltó-, pezsgőfürdő, szauna-, infrasauna, gőzfürdő, fürdőköpeny használat, közös karácsonyfa állítás, ünnepi műsoros vacsora

Kétágyas szobában 32.100 Ft-tól/fő

Egyágyas felár nincs!



Ajándékutalvány Szeretteinek

Ajándékozza a leggyorsabban a legfontosabbakat Szeretteinek Karácsonykor is:
egészséget, pihenést, gyógyulást!

Az utalvány csomagra és összegre is kérhető, személyes üzenettel.

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 fürdőreszleg 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 népi műsor



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

Jó egy kicsit emlékezni....

„Jó egy kicsit ünnepelni,
A régi tűznél melegedni,
Álmodni arról, ami rég volt,
Szórni az útra emlékfényport.”

A beledi Ezüsfenyő Nyugdíjas Klub 20 éves évfordulóját ünneplete október 24-én a Művelődési Házban. Meghívott vendégeink voltak Beled város polgármestere és a helyi önkormányzat képviselői., valamint az Életet az Éveknek Győr-Moson-Sopron megyei szövetségének elnöke, *Zsámbokiné Buday Anna*. A szomszédos klubokból Kisfaludról, Himodról és Fertőszentmiklósról is érkeztek vendégek. Elsőként *Horváth Cecília* csodás hangjában gyönyörködhattunk. Visszaemlékezést az egyik alapító tag, *Kótai Lászlóné* mondott. Megemlegetve a jó hangulatú, barátságos, derűs és mindig valami érdekes, értelmes, időszerű dologgal foglalkozó klubfoglalkozásokat, amely elsősorban az egykori klubvezető, *Gombás Lászlónak*

volt köszönhető. Fájó szívvel gondoltunk a jelenleg is tartósan beteg *Takács Györgyné Dudira* a dalkör volt aranykoszorús vezetőjére, akinél előző nap tett látogatást *Major Jenő* polgármester is. Az utóbbi évek eseményeit a jelenlegi klub és dalkör vezető *Tuba Lászlóné* foglalta össze. Gyertyagyújtással az elhunytjainkra is emlékeztünk. *Vaspöriné Kótai Szilvia* pedagógus Radnóti Miklós: Nem tudhatom című versével köszöntötte a „20 éveseket”. A behozott hatalmas torta tűzijáték fényeinek *Horváth-Stipkovits Vivien* vezetésével elénekeltük az „Azért vannak a jó barátok+ című dalt. Ezután a dalkör Rábaközi dalsokrát hallgathattuk, melyet jóízű és vidám hangulatú vacsora és beszélgetés követett. A rákövetkező napokban közösen részt vettünk egy szentmisén, a beledi Katolikus Templomban, melyet az Ezüsfenyő Nyugdíjas Klub élő és meghalt tagjaiért mondtunk.

Kótai Lászlóné alapító tag

A Rózsa Nyugdíjas Klub 30 éve

Nyugdíjasklubunk alapítása 1987-ben történt, a budapesti XVIII. kerület egyik legkorábban alakult civil társasága vagyunk. A 30. évforduló ünneplésével többen feltettük a kérdést, mi a titka klubunk hosszú sikeres működésének?

A titok nyitja: a kölcsönös tisztelet és megbecsülés teszi lehetővé az emberi barátságok kialakulását. A találkozások, beszélgetések igazi kikapcsolódást jelentenek. Az emberek megosztják egymással gondolataikat, életük eseményeit, gyerekeik, unokáik sikereit. A társaság szívesen van együtt. A nyugdíjas klubot *Dudás Istvánné Rózsika* vezette 25 évig, aki fontosnak tartotta a rendszeres, jó hangulatú klubdelutánokat, ahol új barátságok szövődtek. Számos közös programot szerveztek, közös utazáson vettek részt, Magyarország és a környező szomszédos országokban és többször Görögországban. Egészségmegőrzésük érdekében Magyarország gyógyfürdőit folyamatosan látogatják. Igen népszerű volt a kirándulással egybekötött egynapos gyógyfürdőzés. Minden évben egyhetes üdülésen is részt vettek, ahol a gyógyászati kezeléseken túl pihenés, kirándulás várt a nyaraló nyugdíjasokra. Rózsika érdemei közé tartozik, hogy a Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetség alapítótagja lettünk. *Dudás Istvánné* a klub vezetését 2011. év végén betegség miatt átadta, de elhunytáig klubunk örökös tagja maradt.

A nyugdíjas klubunk tovább folytatta a jó programokat és megőrizte az előző 25 év vívmányait. Számunkra is fontosak maradtak a rendszeres heti klubfoglalkozások. Az ország gyógyfürdőit látogatjuk tavasztól ősziig havonta egyszer, minden évben kétszer egyhetes gyógykezeléssel egybekötött üdülést szervezünk, jártunk Cserkeszőlőn, Hajdúszoboszlón, Zalakaroson, Berekfürdő gyógyfürdőiben. Klubunk célja az aktív nyugdíjas élet lett, ennek figyelembe vételével bővítettük és új programokat vezettünk be. Hagyományok ápolásával, kulturális tevékenységgel, és ismeretterjesztő előadásokkal színesítjük programjainkat: tavaszköszöntő, nőnap, anyák napja, kenyérünnep, idősek napja, szüreti mulatság, Márton-napi libaságok, karácsonyi ünnep, költészet napja, könyvbemutató, egészségügyi előadások, társasjátékok. Új célunk Magyarország városait megismer-

ni. Minden évben választunk egy várost, voltunk már Szekszárdon, Szegeden, Pápán, Baján, Nyíregyházán, az egynapos buszos kirándulások résztvevőinek száma 49 fő. Megtekintettük Budapest híres épületeit. Idén az első három negyedévben 240 érdeklődő volt ezen a programon. Sok érdeklődőt vonz az oktatási program: a Harmadik Kor Egyeteme, a Nyugdíjasok Akadémiája. Népszerűek a sportrendezvények: a tízpróba verseny, a teljesítmény túra, a ceglédi sportnapok, a gyulai mozgásfesztivál, a Világ Gyalogló Nap. Ott vagyunk az országos művészeti fesztiválokon, így Balatonfüreden, Sopronban, Egerben, ahol népdal és vers kategóriában szerepelünk. A „Szellőrózsza” Népdalkör 2016-ban alakult 15 fővel, citera kísérettel. Bemutatkoztak már országos fesztiválokon Egerben, Balatonfüreden, Tiszakécskén, valamint a XVIII. és a XVII. kerület rendezvényein. Tagjaink rendszeresen szerepelnek országos, budapesti, kerületi szavaló versenyeken. Szívesen megyünk színházba, zenés műsorokra, koncertekre, táncos rendezvényekre, múzeumba, kirándulni a társklubok tagjaival együtt.

Az egyes programok megvalósításához pályázatot nyújtunk be. Köszönjük a pályázati lehetőséget és az együttműködést a NYÉVE-nek, *Freyberg Lászlónak* és *Burka Erzsikének*. Köszönjük a jó tanácsokat *Szarvas Attila* alpolgármesternek, *Szalai Krisztinának*, az önkormányzat civil referensének. Köszönetünket fejezzük ki a társklubok vezetőinek, *Feryberg Lászlónak*, *Hidasi Oszkárénak*, *Harmat Istvánnénak*, *Bálint Ramónának*. Köszönetet mondunk a két kiváló túravezetőnek *Kerék Katinak*, *Borbély Sándornak*. Köszönetünket fejezzük ki *Szigeti Györgyinek* és *Kalteneker Erikának*, valamint a Rózsa Művelődési Ház minden dolgozójának, hogy évek óta gondoskodnak arról, hogy hétről-hétre jól érezzük magunkat.

Kedves Klubtársaim! Mindenkinek köszönöm a sok-sok önkéntes munkát, a jó programokat, kívánom, hogy klubunk még hosszú évekig sikeresen működjön, tegye lehetővé sok-sok nyugdíjasnak a tartalmas, örömteli, vidám életet. Ehhez mindannyiunknak nagyon jó egészséget kívánok, szeretettel!

BOLDOG 30. SZÜLETÉSNAPOT, RÓZSA NYUGDÍJAS KLUB!

Kovács Ferencné



Szövetségünk nevében szimbolikusan elnökünk vette át Budapesten a Béres Alapítvány adományát. Több mint 2000 üveg Béres Cseppet kaptunk, az értéke 3 millió forint. Minden tagunk nevében köszönjük az adományt, amit hamarosan eljuttatunk rászoruló tagjainkhoz.

A képen balról jobbra: *Váradi Mariann* Magyar Vöröskereszt egészségfejlesztési szakmai vezetője, *dr. Béres József*, a Béres Gyógyszergyár elnöke, *Kozma Imre* atya, a Magyar Máltai Szeretetszolgálat elnöke, *Béres Klára*, a Béres Alapítvány elnöke, *dr. Hegyesiné Orsós Éva*, a Nyugdíjasklubok és Idősek "Életet az éveknek" Országos Szövetségének elnöke, *Kőrösi-Gilicze Réka*, a Magyar Református Szeretetszolgálat kommunikációs vezetője, *Újlaky Judit*, a Magyar Ökumenikus Segélyszervezet munkatársa, *Écsy Gábor* atya, a Magyar Katolikus Karitászi Igazgatója.

Nagy siker volt a gyulai mozgásfesztivál

Az időskor nem betegség, hanem állapot. Ahhoz, hogy a munka befejezése után, a megérdemelt pihenésben sok örömről legyen, nekünk is tennünk kell. A lehetőségek megismertetése érdekében az „Életet az éveknek” Országos Szövetsége idén is megrendezte a Mozdásfesztivált Gyulán, az Erkel Hotelben. A nyugdíjas klubok szép számmal vettek részt a fesztiválon, így a Budapest XVIII. kerületi Rózsa Nyugdíjas Klub tagjai is ott voltak.

A fesztivál *Hegyesiné Orsós Éva* elnök megnyitójával kezdődött, majd *Dombóvári Vanda*, a Várfürdő kommunikációs igazgatója köszöntötte a megjelenteket. *Balázs Mari* interaktív táncelőadása, a megnyitó keretében a rövid programbemutatók (senior gerincjóga, Thai Chi, Esések Iskolája, rómi kártyajáték) sikert arattak. A megnyitót a Country táncbemutató zárta. Az örömtánc program többünknek sok örömet okozott.

Ismerkedtünk Gyula nevezetességeivel. Mindenkinek ajánljuk, látogasson el az Almásy Kastélyba, a Gyulai Várba, élvezze a Várfürdőt. A híres Százéves Cukrárszót is érdemes felkeresni egy-egy finom süteményért. A hotel aulájában helyi kiállítók termékeiből – így biomézest, híres gyulai kolbászt – vásárol-



szor a rómi verseny eredményhirdetésére. Nyugdíjas klubunkból *Purczel László* negyedik helyezést ért el, *Váradi Péter* társunk is szép eredménnyel zárta a versenyt.

Köszönjük a szövetségnek, a rendezésben résztvevő munkatársaknak, a támogatóknak, a hotel személyzetének, hogy feledhetetlen élményben volt részünk. Így búcsúztunk egymástól: „Jövőre Veled ugyanitt!”

A gyulai rendezvényen 257 fő vett részt. 6 féle mozgásforma, előadások, filmvetítés szerepelt a programban. A leglátogatottabb rendezvények a senior gerincjóga, a Thai Chi, az Aquafitness és a Rómi kártyajáték voltak. Köszönjük a Békés megye szerveztünk elnökének, *Pasek Mihálynének* és önkénteseinek a rendezvény ideje alatti segítséget, a nagyszénási és mezőkovácsházi fellépőknek a színvonalas műsort és a sok összegyűjtött értékes tombolatárgyat. Köszönjük a Richter Gyógyszergyárnak, a Prima-Protetika Kft-nek, a Magyar Szabadidősport Szövetségnek, a See Medical Kft-nek a támogatást, *Csirmaz Szilviának* és barátainak az örömtáncot, *Balázs Marinak* az interaktív táncbemutatót, *Zaltnai Klárinak* a közreműködést. Köszönjük a karcagi és pilisvörösvári nyugdíjaskluboknak az élvezetes táncbemutatókat.

Medveczki Aranka, Czingler Sándort és Szászné Granek Edit írása nyomán. A teljes írást lásd a Facebook oldalunkon!



hattunk. A szálloda remek séfje finom ételekkel kényeztetett bennünket. A tombola és a táncest emlékezetes marad. A jó zene a táncparketre csábított, roptuk a táncot. A fiatalok a teremben üldögélő időseket sorra bevonták a táncba. Itt került

Gobelin kiállítás



Szövetségünk egri Hotel Flórában rendezett Országos Nyugdíjas Kulturális Fesztiváljának kezdőnapján a Hegyesiné Orsós Éva által megnyitott Gobelin kiállítás nagy érdeklődést vonzott három héten keresztül. A Heves megyei Szervezet tagszervezeteinek összefogásával, a helyi Ezüstidő Szabadidős Egyesület koordinálásában létrejött kiállítás szépen bemutatta a gobelin-hímzés lehetőségeit.

Az 56 kiállító 175 alkotása és a régi korokból gyűjtött gobeli hímzései: faliképek, díszdobozok, órák, könyvborítók, párnák, ruhakiegészítők és más tárgyak a készítőik kezűességét dicsérte. A kiállítás alatt ismeretségek, barátságok szövődtek, tapasztalatokat cseréltek az alkotók. Egerben látogató csúcs született: 1300 fő tekintette meg a csoportos Gobelin kiállítást határon innen és túlról.

Reményeink szerint a jövőre tervezendő I. Világháborús relikviák kiállításunkat is hasonló érdeklődés fogja kísérni.

Fűrész János elnök, Ezüstidő Szabadidős Egyesület

Mi a boldogság?

2017. október 4-én, a „Boldogság forrása, egymást segítő közösségek bemutatása” címmel, a bakonyszentkirályi „Erzsébet” Nyugdíjas Klubban a könyvtári napok alkalmából *Haikné Molnár Viktória* könyvtáros meghívására beszélgetést, eszmecserét folytattunk a klub tagjaival, kinek mit is jelent a mai világban boldognak lenni. A sok érdekes, tanulságos hozzászólás mellett, egyik kedves klubtagunk *Schindlerné Kiss Ildikó* versben így foglalta össze mit is jelent a nyugdíjas klubban boldognak lenni.

Mi a boldogság?

*Mi vagyunk a falu lelke,
Tőlünk ered mindenki kedve.
Nincs advent vagy karácsony,
Hogy ne süssünk sütit, kalácsot.
Idősök napján szolgálunk műsorral,
Együtt is fellépünk az aprókkal.
30 éves jubileumot ültünk,
Darnózselit, Varsányt vendégeltük.
Fertő tónál kirándultunk,
A vörsi betlehemnél is jártunk.
Színházba jártunk a Tánczos bérlettel,
Vagy a bazilikába készülünk énekel.
Szívesen jövünk, örülünk egymásnak,
Ha jön a szerda, hiányzunk egymásnak.
Kis közösségünk összetartó erő,
Magasba repítő, szívet melengető.
Köszöntjük is egymást igaz szeretettel,
Sütivel, énekel, üdvözlő versel.
Maradjon ez így, csak ezt kívánom,
S máris teljesült egy szívbeli álom!*

Csapóné Schwarcz Marianna klubvezető

Lajosmizsei betlehem

A múlt készen van, a jelen szorgoskodik, a jövőt a remény táplálja. Rómából indult el ez a szép hagyomány. 1983-ban volt az első jászolkiállítás „100 Jászol” címmel. A nemzetközi kiállításra 40 országból érkeztek zsűrizett alkotások. 1993-ban kapott meghívást Magyarország először, majd évente volt, hogy többen is kijutottak erre a nagy eseményre.

A nemes ötlet hazánkban is kezdett elterjedni. Lajosmizse is egy-egy alkalommal részt vett az Örök Város kiállításán. A kilátogatók is hozták haza a jobbnál jobb ötleteket, Lajosmizsére *Prágai Angéla* Budapestről. Nagy-nagy lelkesedéssel, szorgalommal, egyéni elképzelésekkel felkeltette az Őszikék Nyugdíjas Klub tagjágának érdeklődését is. Szervezett kis szakköröket, megismertette az agyagozás, csuhézas tudományát. Előkerült a kiállításon horgolás, foltvarrás és mézeskalácsból készült alkotás is. Az első kiállításon óvodások, iskolások is részt vettek, több mint száz alkotó között szívet melengető szeretettel. Már akkor sok otthonban megjelent a Szent Család varázsa készülődés közben. Az adventi idő is egybe esik a kiállítással. A múlt évben, 2016-ban, 16. alkalommal rendezték meg a kiállítást. A Betlehemi Jászol Kiállítás 2017-ben bekerült Lajosmizse Értéktárába. Most a jövőről röviden. Erősen reménykedünk bízva a felnövekvő ifjúságban. Mottónak csak ennyit minden magyar keresztény család karácsonyfája alatt legyen ott a Szent Család, a Jászol és „Hirdesse”, megszületett a Megváltó.

Lajosmizsei Őszikék Nyugdíjas Klub elnöksége



Idősnapi Találkozó Tatabányán

Tatabányán az „Életet az éveknek” Komárom–Esztergom megyei szövetsége az éves munkatervnek megfelelően a Puskin Művelődési Otthonban október 25-én sikeres Idősnapi rendezvényt tartott, amelyet vers- és prózamondó találkozójával kötötték egybe. *Troják Frigyes* megyei elnök köszöntötte a meghívott vendégeket, *Bencsik János* országgyűlési képviselőt, *Zsámbokiné Buday Annát* a Győr megyei szövetség elnökét, és a megye nyugdíjasait.

— Örvedetes, hogy ez idén már másodízben ilyen nagy az érdeklődés a vers- és prózamondó találkozó iránt, ami bizonyítja a vers és a versmondás szeretetét és egyben a nyugdíjasok töretlen aktivitását és sokoldalú érdeklődését. — mondta.

Bencsik János országgyűlési képviselő gratulált és elismerését fejezte ki a megyei vezetés közösség-szervező munkájához, valamint az idősödő nyugdíjas emberek önzetlen tenni akarásához. A társadalom ma is nagymértékben számít az idősek tudására és tapasztalatára. A műsor a *Sárbereki Nyugdíjas Klub* „Lendület táncsoport” előadásával kezdődött, ezt követően *Rostás Jánosné* kultúros, a műsor szerkesztője sorba konferálta be a fellépőket. Nyitó versként *Bankó Róbert* Szakály Éva „Alkudozás” c. humoros versét mondta el. Nagy sikert arattak a vidám mesék: *Rigó Jankó* meséje és „Az asszony vétkecskéje” *Csordásné*, valamint *Kevert Lászlóné* előadásában. *Rády Gyulá-*



né és Muharos Éva szellemi próbának is beillő, mély gondolatokat megfogalmazó Márai Sándor és Vas Albert verset mondtak. *Borsányi Veronika* „A modell” című verssel nevette meg a közönséget. Zárásként *Zsámbokiné* összevontan értékelte a fellépőket, javaslatot tett három mesemondó és négy versmondó személyére, akik az országos rendezvényen vehetnének részt. Jó hangulatban köszöntünk el egymástól.

Id. Bankó Róbert

Remek hangulatban

A Nyugdíjas Klubok és Idősek „Életet az éveknek” Baranya megyei Szervezete 2017. október 28-án Idősek napi ünnepséget szervezett a Komlói Színház és Hangversenyeremben. Ünnepélyes köszöntőt mondott *Sipos Imréné* megyei elnök, és *Polics József* Komló város polgármestere, aki örömét fejezte ki, hogy minden évben Komló városában szervezik meg a megyei idősek napját, és megköszönte *Siposné Jolikának*, a megyei elnöknek a sok éves szervező tevékenységét. *Imri Lajos* egy szép verssel köszöntötte a megjelenteket.

Számos településre érkeztek a megyei rendezvényre: a *Komlói Őszirozsa Táncsoport*, *Markó Mihály* Mindszentgodisai versmondó, a *Pécs-Vasasi Berze Nagy János* Népdalkör, a *Pécsi Búzavirág Dalkör*, *Banó Jánosné* szólóénekes, a *Vásárosdombói Nyugdíjas Klub*, *Gyuricza István és párja Tamásiból*, *Tóthné Kovács Erzsébet* Beremendről, a *Kásádi Nyugdíjas Klub* Horvát Dalköre, a *Lánycsói Nyugdíjas Klub*, a *Sombereki Nyugdíjas Klub* Dalköre német és magyar nyelven, a *Pécsvárad* Körzeti Egyesület Dalköre szólistái és tánckara, *Szabó Károlyné* versmondó Mohácsról, *Pozsgai Tiborné* versmondó, *Ács Lászlóné*, *Petre Ferenc Sándor*, *Kovács János és Rónai Elemér* szólisták Sásdról, a *Sásdi Levendula Dalkör*, a *Szebényi Nyugdíjas Klub* Dalköre, *Wache Jánosné* gombos-szájharmonika Komló.

A műsor végén a megyei elnök, az intézmény vezetője *Horváth Lászlóné*, valamint a megyei elnökhelyettes, *Marosvölgyiné Piroska* oklevéllel és kis ajándéktárggyal köszönték meg a szereplést. Zenés vacsoraesttel zártuk az ünnepséget a komlói Vadvirág étteremben. A 200 fő remek hangulatban töltötte el az estét.

Sipos Imréné Baranya megyei elnök

Keresztrejtvényfejtők



Első alkalommal került sor az Életet az Éveknek Nyugdíjas Egyesület és a nyúli Nefelejcs Nyugdíjas Egyesület szervezésében a keresztrejtvény fejtő vetélkedőre. *Zsámbokiné Buday Anna* megyei elnök és *Géberné Gombás Márta* a nyúli Nefelejcs Egyesület vezetőjének köszöntő szavai és a zsűri bemutatása után kiosztották a feladatlapokat. A megye 18 településéről 54 játékos tornáztatta meg az agysejtjeit. A verseny időre és minden betű kitöltésére ment. A feladatot mindenki megoldotta, csak az idő volt az ellenfél. A verseny végén minden résztvevő emléklapot, a helyezettek könyvjutalmat kaptak. A nehéz helyzetben lévő 6 tagú zsűri elismerő szavakkal értékelte a rendezvényt. A játék szervezése és megrendezése *Géberné Gombás Mártát* dicséri, akinek az Egyesület tagjai nagy szertettel segítettek. A tartalmas délelőtti finom ebéddel, házilag készült sütemények, és nem véletlenül híres nyúli bor iszogatásával ért véget. Köszönjük az ötletet, jövőre újra találkozunk.

Bődecs Károlyné klubvezető, Győrújbarát

Kerek évforduló

Kerek évfordulót ünnepeltünk a Fejér megyei dégi Búzavirág népdalkörünkkel. 20 éve alakult a vegyes összetételű csoportunk. Kellemes hangulatú találkozón vettünk részt régi barátainkkal, Magyarkeszi, Mezőszilas és Igar dalköreivel. Színvonalas műsorok kerültek bemutatásra a számunkra jelentős eseményen, ahol közös énekléssel kezdtünk. Megemlékeztünk a szép emlékekről, a sikeres fellépésekről, köztük az olaszországi Piveroné gesztenyefesztiváljára gondolva, vagy arról az eseményről, amikor a televízió RTL csatornáján élő adásban énekelhettünk. A kedves, köszöntő beszédekkel követően finom vacsorát fogyasztottunk el. Az est egyik fénypontját jelentette a születésnap tortája érkezése. Meglepetésben is részesültünk, *Balogh Istvánné*, az Élet az éveknek Fejér megyei szervezetének alelnöke átadta részünkre a díszoklevelet. Tisztelettel köszönjük! Vidám mulatozással folytattuk az ünnepelést. Nagyon sok szeretettel megköszönöm dalos társaim kitartó, áldozatos munkáját. A mi „nagy családkunk” életének egyik fő értelme, a zene. Babits Mihállyal valljuk: „Az ének megszépíti az életet, az éneklők pedig másokét is.” Ezt tesszük, amíg csak élünk. További boldog éveket szeretetben, jó egészséggel, dalos kedvvel!

Lázár Melinda művészeti vezető

KÓTA minősítő

November 10-én került megrendezésre a KÓTA országos minősítő verseny Tatabányán a Széchenyi Művelődési Otthonban. Az előzetes jelentkezés alapján a KÓTA Országos Bizottsága négy Komárom megyei kórust jelölt ki a megmérettetésre: „Berek Dalkör” Tatabánya, Felsőgallai Nemzetiségi Énekkar, Környei Hagyományörző Dalkör, Ószirózsa Dalkör Tata. A színházterem zsúfolásig megtelt. *Saltzer Géza*, a műsor szervezője és szóvivője mutatta be a zsűri tagjait, külön köszöntötte *Erkel Ferenc* jelenlévő leszármazottját, a zsűri egyik tagját. A minősítő bizottság elnöke *Vatté János* népzene-művész főiskolai zenetanár, tagja *Karsai Klára* Karnagy, a KÓTA Nemzetiségi Bizottságának tagja volt. Az első fellépő, a Környei Nemzetiségi Vegyeskórus harmonika kísérettel német dalokat adott elő. Ezt követte *Mesterné Lupták Mariann* tanárnő vezetésével a tatai „Ószirózsa dalkör”. A katonai kötődésű tagság a népzene Katonadalok csoportjából válogatta össze műsorát. A nyugdíjasokból álló, jövőre 10 éves énekkar tagjainak átlagéletkora 76 év. A többszörös „Arany minősítéssel” rendelkező Sárberki „Berek dalkör” *Troják Frigyes* karnagy vezetésével különböző tájegységekről gyűjtött dalokból összeállított hagyományörző



műsorral lépett fel. A Felsőgallai Német Nemzetiségi Énekkar *Saltzer Géza* karnagy vezetésével, harmonika kísérettel német népzenevel szerepelt. A zsűrizés szünetében a közönség *Erkel Ferenc* emlékére összeállított műsort hallhatott. Az izgatottan várt értékelés eredménye a fellépők sorrendjében: Környei Német Nemzetiségi Dalkör „Aranyfokozat”, Ószirózsa Dalkör Tata „Dicséretes” minősítés, „Berek” Dalkör „Aranypáva Díj”, Felsőgallai Nemzetiségi énekkar „Aranyfokozat”

Id. Bankó Róbert



A vámosgyörki 1956-os megemlékezés szentmisével kezdődött, majd a civil és politikai szervezetek képviselői koszorúzással és főhajtással fejezték ki tiszteletüket 1956 hősei előtt. Az ünnepi műsornak a Községi Ház adott otthont. Hagyomány, hogy községünkben az Ószirózsák Nyugdíjas Klub tagjai elevenítik meg a történeteket. Az 1956-os eseményeket, politikai, emberi tragédiákat, szomorú élethelyzeteket, versben, dalban dolgozzák fel, hiteles képet adva a történetekről, hiszen valamennyien átélték az eseményeket.

Kovács Miklósné klubvezető



Oroszlány Barátainak Köre az Idősek Világnapja alkalmából *Oroszlányi Időskorúak Kiválósága* kitüntető címet adományozott *Molnár Ferencné*, *Potyondiné Takács Margit* és *Ürmös Lászlóné* részére a közösségi életben kiemelkedően fontos segítő tevékenységéért. Az idén alapított díjat a Nyugdíjas Értelmiségi Klub tagjaként, elsőként kapták meg.

Disznótoros hétvége



2018. január 20-23-ig

Ezúton szeretnénk meghívni Önöket egy igazi disznóvágásra, somogyi hagyományokkal színesítve.

A csomag tartalma:

4 nap/ 3 éjszaka szállás a Hotel Solarban

Svédasztalos félpanziós ellátás

Falusi disznótor

Hangulatos hurka- és kolbásztöltés

Italkínálat (forralt bor, pálinka, tea)

Disznóvágásos ételek

Pincemúzeum látogatása, helyi borok kóstolása

Nótázás harmonika kísérettel

Zenés est

Részvételi díj: 29.500 Ft/fő + IFA

Gyógykúra kedvezményesen

2018. 01. 31-ig

Csomag tartalma:

6 nap/ 5 éjszaka szállás a Hotel Solarban

Svédasztalos félpanzió

Délben ajándéklevés

18 db gyógykezelés és napi fürdőbelépő

Részvételi díj: 40.000 Ft/fő + IFA



Általános információk

mindkét ajánlatra vonatkozóan:

Hosszabbítási lehetőség: 7.400 Ft/fő/éj + IFA

IFA: 400 Ft/fő/éj (18 év felett)

Egyágyas felár: 2.000 Ft/éj

Fürdőbelépő:

nyugdíjas, diák: 850 Ft/fő, felnőtt: 1.400 Ft/fő

Hotel Solar *Nagyatád**

Széchenyi tér 28.

Tel: 82/504-135; 30/500-31-35

infosolar@t-online.hu



Lovászi Az Év Zalai Idősbarát Önkormányzata

Szeptember 16-án egész napos hagyományőrző napot szervezett Letenyén a Letenyéért Közéleti Egyesület. A 13-21 óra között zajló programsorozat során hagyományőrző egyesületek mutatkoznak be, ahol az énekkarunk, a Lovászi Olajbányász Művelődési Ház énekkara is rész vett.

Október 5-én A Lovászi Olajbányász Nyugdíjas Klub Egyesület a Gyaloglás Világnapja alkalmából Boda László emléktúrát szervezett. Boda László volt a Zala Megyei Idősügyi Tanács elnöke. Csapatunk az Olajbányász Kultúrházról indult délután 13 órakor. A cél a Lukú-hegy volt. 38 fővel vettünk részt a gyalogtúrán. Sokan útközben csatlakoztak a csapathoz. 5,5 kilométert gyalogoltunk, ragyogó napsütésben. A Lukú-hegyen az egyik tagtársunk házában vártak bennünket, az általuk készített finomságokkal, persze mi is vittünk süteményeket, borkorcsolyákat, amit jó hangulatban közösen fogyasztottunk el.

Október 11-én meghívást kaptunk kórustalálkozóra a Kodály



Zoltán emlékévé jegyében, amit a VOKE Kodály Zoltán Művelődési Ház szervezett. A rendezvényt Kámánné Szép Terézia intézményvezető nyitotta meg. Ünnepi köszöntőt Cseresnyés Péter államtitkár, országgyűlési képviselő mondott. A programban 10 helyi és városkörnyéki dalkör lépett színpadra.

Október 27-én az idősök napja rendezvény keretében adták át Az Év Zalai Idősbarát Önkormányzata címet Zalacsány és a házigazda települések önkormányzatai részére. Az elismerést Bene Csaba, a Zala Megyei Közgyűlés alelnöke adta át Léránt Ferencnek, Lovászi, illetve Nagy Lászlónénak, Zalacsány polgármestereinek. A kulturális műsorban felléptek a helyi iskolások, az óvodások, a lovászi és zalacsányi idősök dalkörei, a Mixelid Kamarakórus és Zalaapáti Harmonikazenekar.

Rónási Marika



Köszönet Olasz Gyuláné Icának!

Zalaegerszeg botfai városrészében 1997. július 19-én alakult meg az idősöket tömörítő klub Őszirozsa Nyugdíjas Klub néven. A Klub vezetője a megalakulás óta egészen 2017. október 15-ig Olasz Gyuláné volt. A klub a tagok aktív közreműködésével 15 éve hagyományteremtő céllal szervezett – a megyében először – tollfosztót, majd húshagyó keddi fánksütést, és 17 éven keresztül a klub szervezte a városrészben az „Idősök napját” műsorral, vendéglátással egybekötve. Az évet 1999-től karácsonyi ünneppel zárják. 2005. novemberétől évente rétes-napot tartanak, amelyre maguk készítenek finom réteseket. Nagyon sok jó hangulatú, tapasztalatszerző kiránduláson vettek részt. Mindennek a változatos tevékenységnek motorja klubvezető Olasz Gyuláné Ica volt, aki az elmúlt 20 év alatt rengeteg színvonalas műsort állított össze, és amelyekkel számos rendezvényen sikerrel szerepeltek. Pl.: borverseny, májusfa kitáncolás, városrész-napja, szüretköszöntő fesztivál, Idősök napja, karácsony stb.

Népdalkört 2000. szeptemberében alakítottak, amely a Népzenei Együttesek Országos minősítőjén 2003-ban ezüst, 2006. utáni években 4 alkalommal arany fokozatot ért el.

Zalaegerszeg Megyei Jogú Város Közgyűlése a példamutató, csak tiszta forrásból táplálkozó hagyományőrző közösségerősítő

tő tevékenységéért 2006. december 15-én „Zalaegerszeg díj”-at adományozott a klub kollektívájának. A klubvezető Olasz Gyuláné pedig kiemelkedő tevékenységéért, valamint az idősök érdekében végzett több évtizedes munkájáért 2016. október 24-én részesítette kitüntetésben a város közgyűlése és idősügyi tanácsa. Ez utóbbinak megalakulásától 2015-ig tagja is volt Olasz Gyuláné.

A klub tevékenységének jelmondata: „Őrizzük meg hagyományainkat, mert aki múltját elveszti, annak jövője sem lesz.” A jelmondat ma már sajnos Olasz Gyuláné klubvezetővel kapcsolatban is igaz. Ő ugyanis 2017. október 15-én korára és megromlott egészségi állapotára hivatkozva lemondott a klubvezetésről.

Kedves Ica, döntésed tiszteltben tartva, köszönjük eddigi, az idősök ügye mellett elkötelezett, példamutató és áldozatos munkáját a szövetség, a megyei szervezet és a magam nevében.

Kívánom egészségi állapotod mielőbbi javulását, és kívánok még neked, szerető családot körében eltöltendő sok-sok boldog évet.

Dr. Kocsis Gyula
a Zala Megyei Szervezet Elnöke

Táncolva fedezzük fel HAJDÚSZOBOSZLÓ és környéke szépségeit!

Barátság Gyógy- és Wellness Szálloda ***

4200 Hajdúszoboszló, Mátyás király sétány 19.

2018. június 7-10-én (csütörtök-vasárnap)

Hajdúszoboszlón még soha nem jártunk együtt! Töltsünk négy napot Hajdúszoboszlón! A szálloda elismert gyógyvize és wellness szolgáltatásai, kellemes környezete garantálják a feltöltődést. A fürdőzés mellett tervezünk fakultatív programokat is.

Hajdúszoboszló, a „Hajdú arany háromszög” (Debrecen-Hajdúszoboszló-Hortobágy) egyik meghatározó turisztikai célpontja Budapesttől 200 km-re. A város a gyógyvíz felszínre törése óta várja a pihenni, gyógyulni vágyókat. A gyógyvíz kiválóan alkalmas idült mozgásszervi, belgyógyászati, nőgyógyászati betegségek gyógyítására, izom- és csontsérülések utókezelésére.

A Barátság Gyógy- és Wellness Szálloda***^{superior} **Hajdúszoboszló** üdülőövezetében, csendes, nyugodt helyen található. A szálloda **115 kétágyas szobával, 15 apartmannal, 2 business apartmannal, 2 családi apartmannal**, egy korabeli stílusban berendezett **Hajdú szobával** és három mozgáskorlátozottak részére kialakított szobával biztosítja a nyugodt pihenést. Valamennyi szoba erkéllyel, színes televízióval, telefonnal, fürdőszobával, minibárral, szobaszéffel és internet elérhetőséggel felszerelt. A szálloda teljes körűen nemdohányzó.

A belváros a fürdő negyedétől nem messze található. Érdekes a város történetét, nevezetességeit is megismerni. A belváros kimagasló épülete a **Kálvin téri református templom**. Az úttest másik oldalán a **római katolikus felekezet temploma** áll, amelyet Szent László tiszteletére emeltek. A barokk stílusú templom freskóit is érdemes megnézni. A **Fazekas ház** az egykori falunak hatalmas mészakőből épült templomának helyén található nádfedeles emlékháza. Itt található a település egyetlen folyamatosan újuló, évszázadokat átélő, élő **népművészeti kiállítását** magába foglaló emlékháza. A **Bocskai Múzeum** udvarán, a 100 négyzetméteres fedett színben a környéken egyedülálló látványosságnak számít a mezőgazdaság-történeti kiállítás, amely a 19-20. század fordulójának technikai eszközeit vonultatja fel.

A program középpontjában a gyógyfürdőzés és a turisztikai programok állnak. Ugyanakkor régi kéréseknek teszünk eleget, amikor ezt a rendezvényt egyben táncfesztiválként is meghirdetjük. **Várjuk a tánc csoportok jelentkezését.** Bemutathattok hagyományörző táncot, néptáncot, modern táncot, szalontáncot stb.

Műsoridő: maximum 10 perc

NEVEZÉSI DÍJ:

„Életet az éveknek” Klubszövetséghez tartozók részére, akik a szállodai szolgáltatást is igénybe veszik a Hotelben – 2500 Ft/csoport

Más nyugdíjas szervezethez tartozóknak, és azoknak, akik a tagjaink, de nem vesznek igénybe szállodai szolgáltatást a Hotelben – 3500 Ft/csoport

Utazás: egyénileg

Résztvételi díj a Szövetség klubjaihoz tartozóknak:

Egyágyas szobában 38.200 Ft/fő/4 nap (3 éjszaka)

Kétágyas szobában 35.700 Ft/fő/4 nap (3 éjszaka)

Résztvételi díj a nem a Szövetségünkhöz tartozóknak:

Egyágyas szobában 39.900 Ft/fő/4 nap (3 éjszaka)

Kétágyas szobában 37.500 Ft/fő/4 nap (3 éjszaka)

Az csomagár tartalmazza:

- a svédasztalos reggelit, könnyű ebédet (13 és 15 óra között) és a büfévacsorát;
- az idegenforgalmi adót, melynek összege 500 Ft/fő/nap (1500 Ft/fő); továbbá nyitvatartási idő alatt (07.00-20.00 óra között) a teljes wellness részleg használatát (bel- és kültéri gyógymedence él-ményelemekkel, váltó-, pezsgőfürdő, szauna, infrasauna, gőzfürdő, nyáron saját strand, úszómedence), fürdőköpeny-használatot, parkolási díjat és rendkívül gazdag programokat, mint például:
 - * Hungarospa Fürdőkomplexum és Harangház látogatás kísérelővel (1,5 óra),
 - * reggelente reggeli torna (20 perc),
 - * a reumatológus szakorvos, a fizioterapeuta, a gyógytornász, a táplálkozás szakértő előadását (30-30 perc),



- * ingyenes vérnyomás- és vércukorszint mérést,
 - * Jóga a mindennapi életben! (átmozgató, könnyű torna) 20 perc
 - * Meridián torna Cseri Melinda életvezetési tanácsadóval (30 perc)
 - * Nordic Walking a természetben! (1 óra)
 - * Etká jóga senioroknak (30 perc)
 - * naponta Aquafitness
 - * helyi őstermelők bemutatkozása (házi sajtok, kolbászok, lekvárok, aszalt gyümölcsök),
 - * Tangó & Dió, tánccal az Alzheimer kór ellen – Dr. Nyéki Gabriella előadása (1,5 óra)
 - * Csoportos hangfürdő a testi lelki ellazulásért Török Diával
 - * első este Szabó Eszter és Drágán Lajos magyar népi- és operett műsora (40 perc),
 - * esténként élőzene Bagdacs Attilával (18.00-24.00 óra)
- közös tánc tanulás



Szobák elfoglalása az érkezés napján 14.00 órától, a szobák elhagyása az elutazás napján 10.00 óráig.

Fakultatív program:

1/ A hortobágyi félnapos kirándulás 2018. június 8.

busztranszfer Hortobágyra, idegenvezetés, Körszín, Pásztor múzeum, Kadarcsi Csárda Kiállítás, Hortobágyi Csárda, Darvak Világa Kiállítás megtekintése, pusztakocsikázás, az állatok élőhelyükön való megtekintésével

A program legalább 30 fő részvételével indul el.

Részvételi díj: 6.000,- Ft/fő (valamennyi költséget tartalmaz)

2/ Városnézés kisvonattal (max.: 50 fő) 800.-Ft/fő (1 óra)

3/ Látogatás lovaskocsival a Gazdaházba – ismerkedés a gyógynövények erejével, házi kenyér és gyógytea kóstoló -2.000 Ft/fő

Jelentkezési határidő: 2018. március 14.

A jelentkezést követően viszsaigazolást küldünk a jelentkezés elfogadásáról, és egyben megküldjük a részvételi díj befizetéséhez szükséges csekket, illetve megadjuk a számlaszámot, ahová a részvételi díj befizetését kérjük.

Jelentkezés módja: A felhívásunkhoz csatolt jelentkezési lap megküldésével.

Részvételi díj befizetésének határideje: 2018. április 18.

Kérjük, hogy a befizetést követően, a befizetési csekk másolatát szíveskedjete megküldeni Szövetségünknek (postacím: Nyugdíjas Klubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetsége, Budapest, 1094 Balázs Béla u. 18., vagy email: eletetazeveknkfesztival@gmail.com). Ha egy klubból többen jelentkeztek, a befizetési csekk másolatának megküldésével egy időben a résztvevők név szerinti listáját is küldjétek meg. Kérjük továbbá, írjátok meg, kik kerüljenek egy szobába.

Lemondási feltételek: A jelentkezés 2018. május 6-ig kötbérmentesen lemondható.

Kérjük, hívjátok fel valamennyi jelentkező figyelmét arra, hogy úgy jelentkezzenek, visszatérítésre csak indokolt esetben (kórházi kezelés, haláleset, természeti katasztrófa) van lehetőség. A befizetést mindenki ennek a feltételnek az ismeretében tegye meg.

A programot minimum 200 fő jelentkezése esetén szervezzük meg. A jelentkezéseket a jelentkezések sorrendjében fogadjuk el. Mindösszesen 280 fő részvétele lehetséges. 2018. május 15-éig részletes programot küldünk a résztvevőknek. A programra szeretettel várunk családtagokat, kísérőket ugyanezért az áráért.

Jelentkezés és információ kérhető:

Nyugdíjas Klubok és Idősek „Életet az éveknek”

Országos Szövetsége

Budapest, 1094 Budapest, Balázs Béla u. 18.

Tel/fax: 06 1 327-0118

eletetazeveknkfesztival@gmail.com



Kérjük, olvashatóan töltsse ki!

Beküldési határidő: 2018. március 14.

Beküldési cím: „Életet az éveknek” Klubszövetség, 1094 Budapest, Balázs Béla u. 18. II. emelet

N E V E Z É S I, ILLETVE J E L E N T K E Z É S I L A P
az „ÉLETET AZ ÉVEKNEK” Táncolva fedezzük fel HAJDÚSZOBOSZLÓ és környéke szépségeit!
2018. június 7- 8-9-10. (csütörtök-péntek-szombat-vasárnap)
Helyszín: 4200 Hajdúszoboszló, Mátyás király sétány 19.

CSOPORTOS ÉS EGYÉNI JELENTKEZŐK RÉSZÉRE

Klubja neve és művészeti csoportja neve:

Klubja címe:

Csoportvezető neve:

Csoportvezető lakcíme:

Telefonszáma: Email címe:

„Életet az éveknek” Klubszövetség tagja: igen – nem (A megfelelőt, kérjük, húzza alá!)

Fellépők száma: fő, résztvevők száma:

Kategória megnevezése:

Műsorszám címe, szerzője:

Betanítója (koreográfus stb.)

Kíséret típusa (élőzene, CD):

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

Műsorszám időtartama (max.: 10 perc/csoport):

Szállás igény: szállást kérek: igen nem (A megfelelő választ, kérjük, húzza alá!)

Szállást fő részére kérek

..... db egyágyas szobát

..... db kétágyas szobát

NEM CSOPORTTAL TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS ESETÉN:

Jelentkező személy neve:

Vele utazó személy(ek) neve:

Elhelyezési igény (Kérjük húzza alá!): egyágyas szoba – kétágyas szoba

Jelentkező lakcíme (irányítószámmal):

Telefonszáma: Email címe:

Hortobágyi kirándulásra jelentkezők száma: fő,

Látogatás lovaskocsival a Gazdaházba jelentkezők száma: fő

Tudomásul veszem, hogy a befizetést követően, melynek határideje 2018. április 18-a, a befizetési csekk másolatát, az utazók névsorát (egy szobába kerülők neve, lakcíme) a szállodai foglaláshoz a Szövetség elérhetőségére elküldöm.

Dátum:

.....
aláírás

Eseménydús év Héregen

Héreg Komárom-Esztergom megyében, a Gerecse hegység ölelésében fekvő ezer főt számláló gyönyörű település, mely 2016. évben *Magyarország legszebb fekvésű falva* címre pályázók egyike volt.

A 2017. év az előző évekhez hasonlóan sok-sok programmal tarkított. Önkormányzatunk képviselői szerint klubunk *a falu gyöngyszeme*. Jelenlegi taglétszámunk (pártoló tagokkal együtt) 45 fő. A klub vezetője, *Lenti Józsefné Erzsike* nagy szakértelemmel és lelkesedéssel szervezi a programokat. Kiváló segítőtársakkal rendelkezik.

Az évindító összejövetelünkön kettős jubileumi születésnapot ünnepeltünk. Januárban Bajon vettünk részt a nyugdíjas klub meghívására egy hangulatos klubnapon. Évek óta hagyomány a Doni hősök tiszteletére tartott megemlékezés. Februárban közreműködtünk az óvodások és iskolások részére szervezett farsangi bálon. Erre a hónapra is esett egy klubtagunk kerek születésnapjának megünneplése. A hagyományos farsangi bál fergeteges hangulatban zajlott. Híres énekesek, előadók jelmezébe bújva adtuk elő szórakoztató műsorunkat, melynek végén szalmabábu égetéssel üztük el a telet. Márciusban megünneptük a Nőnapot, és ismét egy klubtagunk kerek születésnapját is. Március 15-én részt vettünk az 1848/49-es forradalom és szabadságharcra emlékező ünnepélyen. Áprilisban a Tájházi napon babgulyást főztünk, tócsit süttünk, ezzel kínáltuk a látogatókat. A kukoricafosztás nemcsak a gyermekeknek volt érdekesség, sok felnőttnek is újdonságként hatott e régi szokás. Tarjánban a hagyományok napján tollfosztást mutattunk be. A Gyermelyi testvérklubunk meghívásának eleget téve vidám estét töltöttünk el velük. Egészségünk védelmében megjelentünk az Egészségnapon szervezett szűrővizsgálatokon. Tardoson a Malomvölgyben rendezte meg a Megyei Nyugdíjas Szövetség azt a vidám sportnapot, melyen többek között érdekes versenyeken vettünk részt. Májusban Pannonhalmára és Győrbe kirándultunk. Megtekintettük az apátságot, majd Győr nevezetességeit. Megismertük a város híres épületeinek érdekességeit, egyházi vonatkozásukat, a szobrokhoz és cégérekhez fűződő történeteket. Megcsodáltuk a régi patinájában tündöklő, ma is működő gyógyszertárat. A falunappal egybekötött gyermeknapon lecsót főztünk. Részt vettünk hősök napja alkalmából rendezett ünnepélyen. Június hónapban a községünkben található, Magyary Zoltán emlékére állított kopjafánál születési



évfordulós megemlékezést tartottunk. A múzeumok éjszakájának programján látogatóként vettünk részt. Jelen voltunk a Szent László király emlékévé és az 500 éves reformáció ünnepén. Az augusztus 20-i ökomenikus megemlékezés után közös fagyizást szerveztünk. Szeptemberben az iskolások első tanítási napjára időzített falujárás után paprikás krumplival és palacsintával vártuk ebédre a gyermekeket a Tájházban. A természetjárókkal közösen látogattunk el az 1526-os törökök elleni véres csatavesztés emlékére szervezett túrára és megemlékezésre, Pusztamarótra. Csatlakoztunk a Világ Gyalogló Naphoz, körbejártuk kis falunkat.

Aktív részesei vagyunk a Baráti Lovaskör által szervezett Baráti Lovastalálkozó rendezvénynek. A Színjárszókör jubileumi előadására közös műsorral készülünk. Elhunyt tagjaink emlékére a halottak napján sírjaiknál mécseseket gyűjtünk. Megtartjuk az idősek világnapját. A Márton napi felvonulás után elmaradhatatlan a *Szupernagyik* által készített palacsinta és zsíroskenyér. Közösen is megünnepeljük a Karácsonyt. Év végén évszázó összejövetelekre hívjuk a környező nyugdíjas klubok tagjait, Tardos, Gyermely, Baj községekből.

Összejöveteleinket minden hónap második és negyedik csütörtökén tartjuk. Minden hétfőn Pilates tornával tartjuk kordában kondícióinkat immár 4 éve. Félévente tartjuk a névnapokat. Rendezvényeinkre népviseleti ruhába öltözünk. A sikeres működéshez szükség van szponzori támogatásokra is, melyet ezúton is köszönünk. Községünk kiváló példa az összetartásra, egymásra való odafigyelésre, a helyi szervezetek közti jó együttműködésre, mely által színvonalas programok részesei lehet itt lakók és vendég egyaránt.

Pekár Katalin klubtag



Emeld fel a fejed, lásd meg a szépet...

A szecserenyi nyugdíjas klub október 21-én már tizenegyedik alkalommal rendezte meg a megyei nyugdíjas szervezetek szavalóversenyét. A művelődési házban megtartott rendezvényt házigazdaként *Matics Istvánné* klubvezető nyitotta meg, aki megemlékezett Arany János születésének 200. évfordulójáról és tiszteletére a költő „A világról” szóló versét szavalta el. Ezután *Zsámbokiné Buday Anna*, az „Életet az éveknek” Országos Nyugdíjas Szövetség Győr-Moson-Sopron megyei szervezetének elnöke és *Bolla Gyula*, Szecsereny község polgármestere köszöntötte a megjelenteket. A zsűritagok a téti általános iskola tanárai voltak, *Szabó Hajnalka* és *Lappints Árpádné*, akik az értékelés során elmondták, hogy tiszteletet érdemelnek az idős emberek, akik megtanulják a verseket és értő módon elő is adják. Annak is örültek, hogy vidám hangvételű versek tolmácsolását is vállalták, hiszen az életkorhoz, vagy most az őszi napokhoz igazodva nem kell szomorú témájú verseket választani. A műsor két részből állt. Az első részben hangoztak el a komoly mondanivalót megfogalmazó költemények, így hitvallás a hazaszeretetről, vagy gazdag érzelmek kifejezéséről. Míg a második rész egy gálaműsor volt, vidám témájú művekkel. Örömteli pillanatokat élhettünk át, amikor a Mosonszentmiklósról érkező *Ludikár Béláné* unokáival, *Alexandrával* és *Lizandrával* közös műsorszámot adott elő, ahol a kislányok versben mondtak köszönetet a nagymamának a habos kávéért, a mazsolás kalácsért és a simogató kezékért. Valamennyi versmondó a sikeres szereplésért oklevelet kapott, majd következett az eredményhirdetés. A verseny első helyezettje *Remete Gézáné* (Mosonszentmiklós), aki Piliszký János Apokrif című versét szavalta el nagy átéléssel. Második helyezést ért el *Tóth Jánosné* (Lébény), aki azt is elárulta, hogy Szecsereny községben született, ezért választotta Ady Endre *Hazamegyek a falumba* című versét. A harmadik díj nyertese *Ábrahám Ferencné* (Petőháza), Váci Mihálytól „Esz a homokra” című versét tolmácsolta. Kül-



öndíjat kapott: *Ötvös Dánielné* (Mosonszentmiklós) egy humoros székely mese előadásáért. A zsűritagok különdíját *Asztalos Gyuláné* (Petőháza) Radnóti Miklós Nem tudhatom című verséért és *Hajdúné Csuta Terézia* (Győr) kapta, aki a borról szóló saját költeményét adta elő. A díjkiosztása várva szíves vendéglátásban részesültünk, a kötetlen beszélgetések témája is a versek szeretete volt. Megjegyeztük Váci Mihály magvas sorait: „széjjel szóródní- eső a homokra- sivatagnyi reménytelen dologra, s ha nyár se lesz tőled- s a táj se zöldebb- kutakká gyűjt a mély:- soká isznak belőled!” Végül Dsida Jenő szép gondolatával adtunk egymásnak erőt, hogy jövőre újra találkozassunk: „emeld fel fejed, lásd meg a szépet, szemed kékjében égjen a fényed. Lásd meg végre, hogy szeretnek, még akkor is, ha nevetnek, hisz mosolyt te csalsz arcukra, ismerj bennük magad- ra!”

Fülöp Anna, Mosonszentmiklós

A Pásztó és Környéke Nyugdíjas Klub tagjai Kisterenyére látogattak el. Útjuk célja az ott található festői szépségű kastély, s azt körülvevő park volt. A kastély mintegy 13 hektáron terül el, az 1790-es években épült késő barokk stílusban, tornyain hagymakupolák találhatók. Az épületben 2003-tól *Szabó István* szobrászművész alkotásai kaptak helyet. A *fában faragott élet* című állandó kiállítás bányászati, történelmi néprajzi műveket foglal magában. A huszadik századi falusi élet jeleneteit fedezhetjük fel a szobrokban. A kastélylátogatás után a park hatalmas fái között élvezhették a jó levegőt. A nagyon szép kirándulást *Orosz Jánosné Juditka* szervezte meg.



Észtorna Zalában

Az „Életet az Éveknek” Nyugdíjas Szövetség Zala Megyei Szervezete a 2017. évi sakk-, kártya- és rejtvényfejtő bajnokságát november 30-án rendezte meg Zalaegerszegen az Apáczai ÁMK-ban. Sakk kategóriában első helyezést *Cseh-Németh János*, a Pakod és Dötki Nyugdíjasklub versenyzője szerezte meg. Második lett *Takács János*, a Katasztrófavédelmi Nyugdíjas-klubból. Utibban az ugyancsak pakodi *Varga László* lett az első helyezett, második *Káldi Zoltán* (Nagylengyeli Nyugdíjasklub), harmadik *Galla József* (Mezőgazdasági Nyugdíjasok Klubja) Römiben első *Nagy Józsefné* (Nefelejcs Nyugdíjasklub), második *dr. Doba László* (BGE Nyugdíjas klub), harmadik *Piazza György* (Nefelejcs). A rejtvényfejtést két kategóriában bonyolították le. A szókereső és olasz típusú rejtvény kategória győztese *Haász Gyula*, második *Raffai Lajos* (mindketten Szív- és Érbeteg Egyesület). A harmadik helyen holtversenyben végzett *Perl Istvánné* (Kertvárosi Nyugdíjasklub) és *Bangó Józsefné* (Nefelejcs). A másik rejtvénykategória a szókereső és a sudoku volt. Ebben első helyezett *Fülöp Katalin* (Kertvárosi Nyugdíjasklub), második *Török Ferencné* (Nefelejcs), harmadik pedig a Szív- és Érbeteg Egyesület versenyzője, *Táborfi Jánosné* lett.

Visszatekintés 15 évre

Egyesületünk idén október hetedikén ünnepelte a 15 éves évfordulóját. 2002. április 15-én 17 fő alapította meg a kabai Őszi-
rózsa Hagyományőrző Egyesületet. Közülük hét fő jelenleg is tag. Tizenöt évvel ezelőtt vezetőnek *Nagy Lászlónét*, helyettes-
nek engem választottak. Majd 5 év elteltével, a 2007-es közgyű-
lésen engem választottak meg vezetőnek. Idén ismét lejárt a
mandátumom, de a tagoktól öt évre ismét bizalmat kaptam.
Egyesületünk agyagi helyzete stabil, a nyertes pályázatok segí-
tenek abban, hogy a táncosainknak fellépő ruhát, cipőt tudjunk
vásárolni, a rendezvényeket színesebben, gazdagabban valósít-
suk meg. Köszönjük *Kiss Kingának*, aki a pályázatokat írja. Itt
köszönöm meg a támogatók önzetlen anyagi és egyéb segítsé-
gét is, mert ha kell, rájuk mindig lehet számítani.

2008-tól minden évben három nagy rendezvényünk van. Az
első márciusban a közös Nőnap és Farsang Itt férfi vendégeink
kedveskednek nekünk műsorral, ezután jelmezes barátaink
bemutatkozása, majd vacsora zene, tánc következik. A jó han-
gulatú rendezvényen 140-150 -en vannak.

Ezt követi nyáron a Táncalálkozó, mely már országosra nőtte ki
magát. Itt az ország több megyéjéből jönnek hozzánk, s hozzák
el szép táncainkat. A rendezvény attól színes, hogy a hagy-
ományőrző táncról a cha-cha-chán át a rockig minden látható!
Idén tizedik alkalommal sikerült megrendezni a Táncalálkozót
a Nemzeti Együttműködési Alap támogatásával! Pár adat a
négy órás műsorról: 140 fellépő, 22 tánc, a regisztráció szerint
242 fő volt jelen.

Harmadik nagy rendezvényünk a „Nem csak a 20 éveseké a
világ” Civil szervezetek vidám műsora az Idősek Világnapja al-
kalmából. Itt a baráti klubok adnak műsort, melyben megtalál-
ható a tánc, ének, vers, jelenet. A műsor után finom vacsora,
zene, tánc, szórakozás, amíg bírjuk! Ez a jubileumi rendezvé-
nyünk mottója is, csak kicsit nemesebb, mert ünnepeljük a



Őszi-
rózsa Hagyományőrző Egyesület 15 éves évfordulóját is! A
programot a Nemzeti Együttműködési Alap támogatásával
valósítottuk meg. Kiállítással is kedveskedtünk vendégeinknek,
az emléklapok, oklevelek, emléktárgyak, serlegek egy részét
láthatták. Pár adat a négy órás műsorról: 78 fellépő, 20 elő-
adás plusz sztárvendég, aki egy órás műsort adott! A regisztrá-
ció szerint 148 fő vett részt. Köszönjük tagjainknak, akik segí-
tettek e szép gála megvalósításában.

Pár mondat még az életünkből: évente kétszer sétálunk, tavasz-
szal a rák ellenes sétán veszünk részt. Októberben a Gyalogló
Világnap alkalmából 5-6 km gyalogolunk. Megrendezzük az
Országos Kártyaverseny egyik elődöntőjét és a mi is részt vesz-
szünk versenyeken kimagasló eredményekkel. Horgászverse-
nyek állandó résztvevői vagyunk, szép sikerekkel.

Kabán május elsején és a Káposztásnapon főzünk, az ételt közö-
sen fogyasztjuk el. A városi rendezvényeken ott vagyunk, ha
kell segítünk, fellépünk. Az idősek otthonába rendszeresen já-
runk, és táncainkkal örömet szerzünk az ott lakó idős emberek-
nek. Mozgalmas élet folyik egyesületünkben, létszámunk 42 fő.

Köszönöm azoknak, akik segítenek abban, hogy egyesületünk
ilyen stabil, aktív és sokoldalú életet élhet.

Klubvezetők kirándulása

November 15-én klubvezetői kirándulást tartottunk Zalában. A
megyei elnökség tagjai és tizenkilenc klub vezetője, összesen
47-en a délelőtti órákban megtekintettük Zalaváron a Kis-
Balaton Bemutatóházban egy, a tájról szóló ismeretterjesztő
kifilmeket. Megnéztük a ház kis-balatoni állandó kiállítását és
belehallgattunk az ott kialakított sötétszoba madárfütyös éj-
szakai hangjaiba. Láttuk az eredeti alapokra, 1996-ban Pelényi
Gyula tervei alapján ismételtelen felépített Szent István Kápol-
nát, belsejében kortárs szobrászok műveivel. Megtekintettük
Zala vármegye alapításának ezredik évfordulójára Makovecz
Imre által készített emlékkápolnát. Belsejében megcsodáltuk
szép Zalának legszebb tájait bemutató fotókat, „Zala Hét Cso-
dáját” és gyönyörködtünk a kápolna felsejében „felnövekedett”
életfában, melynek 283 levele a megye településeinek nevét
viseli.

A Kis-Balaton után Keszthelyre vitt utunk, és ott a Balaton Mú-
zeumban megtekintettük a Balatonról és környékéről, annak
múltbeli állapotáról szóló állandó kiállítását, illetve az éppen
időszaki kiállításaként látható *Haraszi László és Haraszi Janka*
festőművészek tárlatát. Innen Szendrey Júlia szülőházához vitt
autóbuszunk és ott az emlékszoba megtekintésével, illetve a

Pannon Egyetem Georgikon Karának oktatója, *dr. Lukács Gá-
bor* Szendrey Júlia életét ismertető kitűnő előadásának meg-
hallgatásával tiszteltük emléke előtt. A több száz, a Kárpát-
medence népeinek viseletébe öltöztetett babát bemutató Ba-
bamúzeum következett, majd Cserszegtomajra utaztunk. Cser-
szegtomajon a helyi Aranykorúak Nyugdíjas Klub, illetve annak
vezetője Tolveth Gyula vendégei voltunk. A nagyközség kultúr-
házában először borkóstoló keretében a Pannon Egyetem Ge-
orgikon Kara cserszegtomaji kísérleti telepén termelt szőlőkből
készült borokat kóstolhattunk, majd a megtekintettük a közsé-
get bemutató kifilmeket, Köszöntötte csoportunkat és egyben
szólt a községben működő nyugdíjasklub dicséretéről a polgár-
mester, *Bartha Gábor*, aki alpolgármestere *Szeles András* és a
kulturális bizottság elnöke, *Palkovics Zoltánné* társaságában
csatlakozott csoportunkhoz. Vendéglátóink kulturkőre *Koroncz
Katalin* vezetésével énekkel, tánccal, vidám jelentekkel, népdá-
lokkal, versekkel tarkított nagyszerű műsorral szórakoztattak
bennünket, utána pedig egy kitűnő vacsorát kaptunk tőlük,
melyet részünkről *Király Imre*, a csácsbozsoki Évgűrűk Nyugdí-
jasklub vezetője egy verssel köszönt meg. Az esti órákban hege-
dűszó mellett búcsúztunk el vendéglátóinktól.



A „PÉNZ ÉRTÉKE”
konferenciasorozat és kiadvány
a **PALLAS ATHÉNÉ DOMUS**
ANIMAE ALAPÍTVÁNY és az
ÉRTED ÉS VELED ALAPÍTVÁNY
támogatásával valósult meg.



Az embereknek azt javasolni, hogy hogyan osszák be pénzüket, mire költsék, avagy milyen konstrukcióba fektessék be, kockázatos vállalkozás. Mi sem próbáljuk meg ezt tenni. Ehelyett javaslatokat, iránymutatásokat fogalmazunk meg, ismereteket közvetítünk, és olyan stratégiákat mutatunk be, amelyek más embereknél már beváltak.

Az információkat, tanácsainkat *Balázsné Dr. Lendvai Marietta, Dr. Barancsik János, Dr. Morvai Gábor Dr. Sebestyén Tamás és Dr. Tóth József* a „Pénz értéke” konferenciasorozaton elhangzott előadásai alapján foglalmaztuk meg.



Általában minden életszakaszban gondolkodnak az emberek azon, hogy mivel tudják fizetésüket, nyugdíjukat kiegészíteni, hogy mire takarékoskodjanak, avagy mire vegyenek fel hitelt. A nyugdíjas években is sokan igyekeznek gyermeküket, unokájukat támogatni, de legalább azt elérni, hogy legyen egy kis megtakarításuk, és ne legyenek kiszolgáltatva.

Sokan rejtik pénzüket a párnájuk, avagy ágyuk alá, az íróasztalunkba, a kancsóba, lakásuk biztonságosnak vélt helyeire. Ám ezeket vizsgálják át elsőként a besurranó tolvajok, a nem kívánatos személyek pénzkeresés címén. A bankok és egyéb pénzintézetek megvédik pénzüket a tűzkártól, a rablóktól, egyéb katasztrófáktól. Most összegezzük a készpénz előnyeit és hátrányait!

- **Előnye az, hogy a készpénz likvid, vagyis szinte bármikor, bármilyen esetben felhasználható formája a vagyonnak;**
- **Azonban nagy összegű pénz otthonunkban való tartása kockázatos (vagy külön biztonsági intézkedéseket igényel);**
- **Infláció esetén értékvesztést szenvedünk el;**
- **Lemondunk az egyéb megtakarítási (befektetési) formák által nyújtott előnyökről (pl. magasabb hozamokról).**

Induljunk ki abból, hogy nem csak annyi a fizetésünk, a havi bevételünk, avagy a nyugdíjunk amennyi épp a számláink kifizetésére, a megélhetésre elég. Ebben az esetben tegyük félre a jövedelmünk egy bizonyos hányadát minden hónapban. A szakemberek azt tanácsolják, ha módunk van rá, az éves jövedelmünk legalább 5-10 %-át takarítsuk meg. A rendszeres megtakarítás egyrészt lehetővé teszi azt, hogy megvehessük azt, amit szeretnénk, megajándékozhatjuk szeretteinket és magunkat, másrészt könnyebbé teszi a váratlan eseményekre való reagálást, mint például, betegség, munkahely elvesztése, idős koraal járó gondok.



BEFEKTETÉS

Ha van egy kis megtakarításunk, ha módunk van arra, hogy befektessünk, akkor a pénzügyi döntéseink előtt mérlegeljük a következőket:

- **Célok, lehetőségek feltérképezése;**
- **Pénzügyi terv készítése.**



Akár magasabb, akár alacsonyabb összeget szeretnénk befektetni, alaposan gondoljuk át döntésünket! A megfelelő ajánlat kiválasztása előtt fontos, hogy tisztában legyünk a „hozam-likviditás (azaz gyors pénzzé tehetőség)-biztonság” összefüggéssel.

Egy befektetési ajánlat a „**hozam-likviditás-biztonság**” elvárások közül mindig **csak kettőnek tud**



megfelelni. Ezzel minden esetben számolnunk kell! Például azoknak a befektetéseknek, amelyek magas biztonsággal és magas likviditással járnak, többnyire alacsony a kamatuk, hozamuk. Általában igaz az, hogy minél könnyebben ki tudjuk venni a pénzünket a bankból, annál kisebb kamatot kapunk rá. **A betét és a befektetés leglényegesebb különbsége abban áll, hogy a betétnél a bank a tőkét és a kamatot is visszafizeti, míg a befektetésnél a várt magasabb hozam reményében a tőkénket is kockáztathatjuk.** Betétlekötés előtt mindig gondoljuk végig, hogy mennyi időre tudjuk nélkülözni pénzünket, azaz **mikor lesz/lehet szükségünk** rá, és azt úgy

kössük le, hogy a szükséges időpontban hozzájuthassunk!

A megtakarítási lehetőségek közül ma a legtöbb állampolgár bankbetétben tartja pénzét, mert biztonságosnak, kockázatmentesnek érzi azt. A bank egy bizalmi üzlet, hiszen a nehezen megtakarított pénzünket bízunk egy pénzintézetre, aki azt kihelyezi egy számunkra ismeretlen embernek, vagy cégnek hitelbe. Amennyiben a bank rosszul gazdálkodik, vagy a hitelfelvevők nem fizetik vissza a pénzünket, akkor komoly kár érhet bennünket. Amikor egy bankról elterjed az a hír, avagy álhír, hogy gondok vannak körülötte, a betétesek érthető reakciója, hogy megrohanják a pénzintézetet, hogy ők még biztos visszakapják a pénzüket. Ez a bankrun, avagy bankpánik. Csakhogy a pénz, amit a betétesek követelnek, nincs a bankban, hiszen azt helyezték ki hitelbe. Ezért egy ilyen bankpánik valószínű még a legjobb bankot is csődbe viheti, akkor is, ha valákra volt a fizetéseketelenségéről szóló hír.

BETÉTESEK VÉDELME



A betétesek védelmébe és közvetett módon a **magyar** pénzügyi szektor stabilitása érdekében megteremtették a betétbiztosítási alapokat. Az **OBA** rövidítés az **Országos Betétbiztosítási Alapot** takarja. Az alapot a betéteket nyújtó pénzintézetek töltik fel pénzzel. Esetleges bankcsőd esetén a beragadt betétek tulajdonosait ebből a keretből kártalanítják. Arra azonban figyelni kell, hogy hiába van valakinek 5 számlája egy banknál, akkor is csak 100 ezer euróig (árfolyamtól függően

mintegy 28-30 millió forintig) lesz kártalanítva. Talán feltételezhető, hogy az átlagember számára elég ez az értékhatár. Azonban ha valakinek ennél több pénze van, akkor azt javasolt több pénzintézetnél elhelyezni. Minden személy minden egyes pénzintézetnél jogosult a kártalanításra, az említett összeghatárig. Ha valaki ugyanannál a banknál magánemberként és egyéni vállalkozóként, vagy cégment is számlát vezet, akkor az betétbiztosítás szempontból külön betétnek minősül, azaz két külön „személynek” számít. Ha két (vagy több) személy nevén van a számla és a betét is közös, akkor kétszer, (vagy többször) vagyunk jogosultak a kártérítésre. A meghatalmazott nem számít számlatulajdonosnak.

A **kártalanítás** a betétre és annak kamatára is kiterjed, de az esetleges tartozást és a kamatadót levonják. A **tőke és kamata együttes összege** nem lépheti túl a **100 ezer eurós limitet**. Az azt meghaladó részt már nem térítik. (A kirívóan magas kamatokat, ami a lista szerinti kamatokat jóval meghaladja, a visszaélések kiszűrése miatt nem fizeti az OBA.)

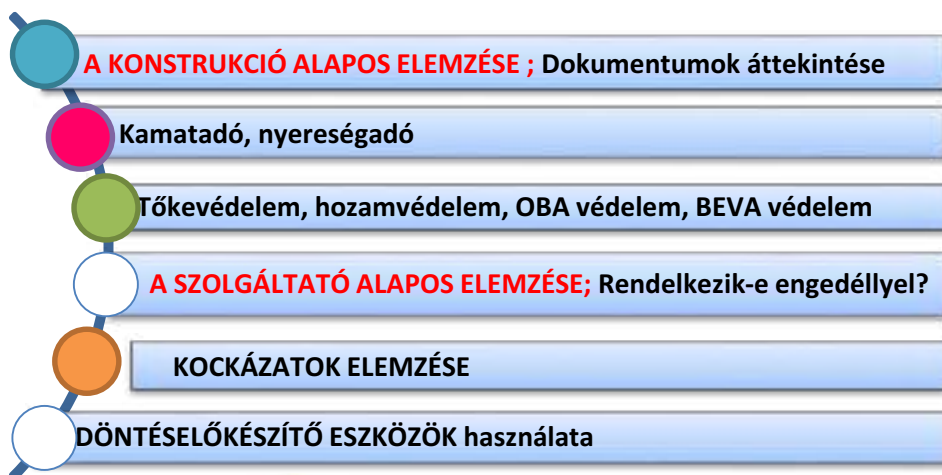
A betétbiztosítási védelem növelésére két lehetőség adódik:

- **több bank szolgáltatásait vegyük igénybe;**
- **növeljük a betét tulajdonosainak számát.**

Azt azonban nem árt szem előtt tartani, hogy nem minden védett, ami kamatozik, és nem szükségképpen védett az, aki banki ügyfél. (Nem védett, pl. önkéntes nyugdíjpénztári megtakarítás, kamatozó részvény, szövetkezeti részjegy, befektetői részjegy.)

Alig múlik el nap anélkül, hogy ne hallanánk, vagy ne látnánk reklámot valamilyen új megtakarítási formáról. Legyünk nyitottak, figyeljük a reklámokat, de azzal számoljunk, hogy ezek nem teljes körű tájékoztatást tartalmaznak! A befektetési tanácsadók előszeretettel hívják telefonon az embereket és 2 percet kérnek. Ne fektessünk be pusztán egy telefonbeszélgetés alapján!

Mielőtt befektetési döntés hoznánk javasolt megtenni a következőket, illetve végiggondolni az alábbi kérdéseket:



Próbáljunk meg minél több befektetési lehetőséget megismerni!

Ha nem egy ismert bankról van szó, akkor nézzünk utána, hogy rendelkezik-e engedéllyel a befektetési vállalkozás!

Számoljunk a díjakkal, költségekkel és az adókkal is!

Betételhelyezés előtt



feltétlenül olvassuk végig a szerződést, beleértve az apró betűs részeket is! Ha valamit nem értünk, kérjünk tájékoztatást! Ne írjuk alá azonnal a szerződést! Kérjünk kellő időt a tájékoztató dokumentumban foglaltak megértésére!

Ismerjük meg ezt a fogalmat: **Diverzifikáció!** A kockázat csökkentésének általánosan használt módszere a diverzifikálás, amikor a befektetéseket megosztjuk az egyes értékpapírok között. Azaz, ne egyetlen termékbe fektessük az összes pénzünket, hanem osszuk meg több befektetési /megtakarítási lehetőség között! Így csökkenthetjük a kockázatot.

Legyünk tisztában azzal, hogy a szolgáltatók (brókercégek) a jutalékból élnek: annál több pénzt keresnek, minél többet értékesítenek, és őket nem az befolyásolja, hogy a befektető nyer vagy veszít az üzletben!

PORTFÓLIÓ KIALAKÍTÁSA

Egy piacgazdaságban a következő befektetési formák a leggyakoribbak:

- **Bankbetét, Látra szóló betétek:** Folyószámlán lévő megtakarítások, amelyekhez a betéttulajdonosok azonnal hozzájuthatnak, azaz a pénzt



bármikor ki tudják venni. Ennek a formának a **két legnagyobb előnye a pénz biztonsága és a magas likviditás**. Az így őrzött összeg után **alacsony a kamat**. A folyószámla azonban plusz szolgáltatásokat nyújt. Egyrészt a folyószámlához kiadott bankkártyával több ezer pénzkidó automatából vehető fel pénz, illetve a kártya használható vásárlásra, másrészt a folyószámláról átutalások is teljesíthetők.

- **Bankbetét, Határidős (lekötött) betétek:** Azok a számlakövetelések, amelyeket az ügyfél egy előre meghatározott időre, **kedvezőbb kamatfeltételek** reményében leköt. A határidős **betétek feletti rendelkezés már korlátozott**, azaz lekötési, illetve felmondási időhöz kötött, amelyen belül a lekötött betét bármikor felvehető, de az kamatvesztéssel jár.
- **Kincstárjegy:** A kincstárjegy az **állam által kibocsátott, hitelviszonyt megtestesítő értékpapír**. **Rövid lejáratú**, futamideje maximum egy év lehet. **Bemutatóra szóló, átruházható, fix kamatozású**. Az állam garanciát jelent a visszafizetésre, rövid futamideje miatt pedig a kamatlábak változásából eredő kockázat elenyésző.
- **Letéti jegy:** A letéti jegy egy **pénzintézet vagy a Magyar Nemzeti Bank által kibocsátott**, kötvényszerű, **hitelviszonyt** megtestesítő, névre szóló értékpapír. **Középtávú** befektetés, 1-5 évre. Erre az értékpapírra magasabb kamatot ajánlanak, viszont elvárják, hogy bizonyos időre,- egyes esetekben akár 5 évre – adjunk hitelbe pénzünket. Amennyiben hamarabb szeretnénk pénzünkhöz jutni, akkor vagy nem jár érte kamat, vagy jelentősen kevesebb jár.
- **Kötvény:** Olyan névre szóló, **hitelviszonyt** megtestesítő értékpapír, amelynek kibocsátása során a kibocsátó (adós) arra vállal kötelezettséget, hogy a kötvény futamideje alatt keletkező kamatokat és az esetlegesen vállalt egyéb szolgáltatásokat a kötvényen meghatározott időben és módon megfizeti a kötvényt megvásárlók (hitelezők) számára. **Kibocsátó** lehet például az **állam, bankok, önkormányzatok, gazdálkodó szervezetek**. Az **államkötvény** az egyik legbiztonságosabb befektetés, hiszen visszafizetését a kormány garantálja. Az államkötvény kamata lehet fix, vagy változó. A futamidejére vonatkozóan nincsen jogszabályi előírás. A mindennapokban éven belüli és éven túli kibocsátások is előfordulnak, de vannak hosszú, 5 éven túli lejáratúak is.
- **Részvény:** Névre szóló, **részesedés vagy tagsági jogokat** testesít meg. A részvénytársaságok alapításakor, vagy alaptőkéjük felemelésekor kibocsátott értékpapír, amely a részvénytársaság alaptőkéjének meghatározott - a névértéknek megfelelő - hányadát testesíti meg. A részvény tulajdonosa a részvényes, aki az értékpapír megvásárlásával pénzét véglegesen a vállalkozás rendelkezésére bocsátja, a részvényét vissza nem válthatja, azonban másnak eladhatja. Arra jogosítja a tulajdonost, hogy a vállalkozás nyereségéből részesedjen. **Magas a kockázata, képes kiemelkedően magas hozamot, de veszteséget is hozni.**



A részvények árfolyamát nagyon sok tényező befolyásolhatja. A részvények értékelésénél ezért figyelembe kell vennünk a részvények egyedi kockázatát, illetve a piaci kockázatot is.

- A részvény **egyedi kockázata** a cég működéséből adódó kockázatot jelenti:
 - mennyire kockázatos iparágban működik, eredménye mennyire éri el a várakozásokat, milyen tulajdonosai vannak, milyen a társaság menedzsmentje, milyen osztalékpolitikája van, stb.
- A **piaci kockázat** értékelésénél meg kell vizsgálnunk az adott ország **makrogazdasági** (kamatpolitika, árfolyam-politika, költségvetés, infláció, fizetési mérleg, stb.) **politikai** (választások, stb.) **helyzetét**, illetve a **globális piaci helyzetet**. Milyen **árfolyam- és kamatpolitikát** folytatnak a vezető jegybankok, milyenek a makrogazdasági folyamatok (gazdasági növekedés, infláció, stb.).

HITEL

Életünk bármelyik szakaszában szükségünk lehet hitelfelvételre. Van, amikor egy tervezett vásárlás során, és van, amikor váratlan kiadáskor. Készítsünk családi költségvetést: összegezzük bevételeinket és kiadásainkat! Egy hitelfelvétellel akár több évre, évtizedre is kötelezettséget vállalunk. Ha a pénzügyi teherbíró képességünknel nagyobb hitelt veszünk fel, akkor megnő annak az esélye, hogy azt majd nem tudjuk maradéktalanul visszafizetni, és ennek súlyos következményei lehetnek. Legyünk körültekintőek!

Néha azt a látszatot keltik egyes hitelezők, mintha ajándékba adnák a pénzt, de ez az „ingyen pénz” veszélyes illúzió. A hitelezés az egy üzleti tevékenység. A hitelezők elvárják azt, hogy pénzüket kamattal és kezelési költséggel együtt visszakapják.

HITEL FAJTÁI (Fogyasztási és hosszabb lejáratú hitelek)



HITELFELVÉTEL



Mindig több banktól, 3-4-től kérjünk ajánlatot! Mérlegeljünk, soha ne azonnal döntsünk! A tanácsadást követően kérjünk időt, hogy átgondolhassuk az ajánlatot!

Minden esetben kérdezzünk rá a futamidő hosszára! Érdemes összehasonlítani a különböző futamidejű ajánlatokat is, így láthatjuk, hogy rövidebb vagy éppen hosszabb idő alatt mekkora törlesztőrészletre számíthatunk! A hosszabb futamidő alacsonyabb havi törlesztőrészletet, de összességében magasabb fizetendő kamatot eredményez.

Kardinális kérdés az is, hogy a hitel fix vagy változó kamatozású. A fix kamatozású hitel kiszámíthatóbb, jelentősen nem emelkedhet meg a törlesztőrészlet.

Kérdezzünk rá a hitelfelvétellel járó költségekre, és arra is, hogy a futamidő alatt ezek hogyan változhatnak, továbbá melyek az esetleges szerződés módosítás feltételei, és költségei!

Kérdezzünk rá arra is, hogy a hiteltermékhez kapcsolódóan milyen járulékos szolgáltatások igénybevétele kötelező, illetve lehetséges!

Tudakoljuk meg azt is, hogy milyen biztosítékokat kell nyújtani, és milyen következménye van annak, ha gondjaink támadnának a határidőre történő részletfizetéssel!

Milyen költséget tartalmaz a THM?

A kamat, a kezelési költség, a hitelbírálati díj, az értékbecslési díj és lakásépítéseknel a helyszíni szemlék díja, hitel közvetítőnek fizetendő díj, az ingatlan-nyilvántartási eljárás díja.

A számlavezetés és készpénz-helyettesítő fizetési eszköz használatának költségeit és a fizetési műveletekkel kapcsolatos egyéb költségeket, amennyiben a számla vezetését a hitelező előírja. Biztosítási és garancia díj, amennyiben a jelzáloghitelhez vagyonbiztosítás szükséges.

Mindezek mellett van, amit nem tartalmaz, például: közjegyzői díj.

Mekkora hitelt vehetünk fel?

- Egy szokásos számítás szerint a hitelezők maximum annyi hitelt adnak, amelynek költségvonzata a havi bruttó jövedelmünk 35-40%-át nem haladja meg.
- A hitelezők az összeg megállapításánál figyelembe veszik a már fennálló egyéb adósságainkat is.
- Egy általános szabály szerint körülbelül az éves jövedelmünk háromszorosát (de inkább két- és félszeresét) vehetjük fel jelzáloghitelként, a vásárolt ingatlanra.

HITELNYÚJTÁS



A hitelnyújtás előtt a pénzintézet megkísérel meggyőződni arról, hogy az ügyfél képes és kész a hitelt a megállapodásnak megfelelően visszafizetni. Ezt szolgálja a hitelképesség vizsgálata, amely az anyagi helyzet vizsgálatát és a jövőbeni gazdasági elképzelések áttekintését is magában foglalja. (Számos dokumentumot igényel. Kérjünk listát!)

Hitelbiztosítékok

Dologi biztosítékok fajtái

- **Zálogjog:** Jogosultság, amelynek alapján a jogosult - amennyiben a követelését a kötelezett esedékességgel nem teljesíti - követelésének biztosítására szolgáló zálogtárgy értékesítésével kielégítést szerezhet. A zálogjog tárgya nem lehet elidegenítési és terhelési tilalommal terhelt. A zálogjog arányosságán azt értjük, hogy megtörténhet, hogy a lekötött dolog értéke nem egyenlő a követeléssel. A kielégítés azonban mindig csak a követelés és járuléka erejéig történhet.
- **Jelzálogjog:** Főleg ingatlanon keletkezhet. Az ingatlan a tulajdonos birtokában marad, azt rendeltetésszerűen használhatja, de gondoskodnia kell értékének megőrzéséről. Csak pénzben meghatározott követelés biztosítására szolgál. A szerződés írásba foglalása és ingatlan-nyilvántartásba való bejegyzése kötelező. A jelzálogjogot a követelés összege, járuléka, költsége mértékére (vagy keretére) kell feljegyezni.

Személyi biztosíték: A kezesség, veszélyes dolog! A kezességet vállaló arra kötelezi magát, hogyha a hitelt felvevő nem fizet, ő fog helyette teljesíteni, azaz a kezes fizeti meg a tartozást. Sokan baráti, vagy rokoni gesztusnak, kötelességüknek tartva vállalják a kezességet és nem is tudják, milyen helyzetbe sodorják magukat.

Talán kevesen tudják, de létezik egy **Pénzügyi Tanácsadó Irodahálózat**, ahol **pénzügyi fogyasztóvédelmi** iránymutatást, tanácsot, segítséget kaphatunk pénzügyi kérdésekben, avagy panasz esetén, **térítésmentesen!** Összesen 13 megyében, illetve településen, Békéscsabán, Debrecenben, Egerben, Győrött, Kecskeméten, Miskolcon, Nyíregyházán, Pécsen, Salgótarjánban, Szegeden, Szolnokon, Tatabányán és Zalaegerszegen működnek irodáik. Központi telefonszám: 06-52-876-565.

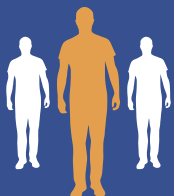
A döntéseinket ne érzelmi alapon hozzuk meg! Különösen hajlamosak lehetünk rossz elhatározásra életünk jelentős változásai során (például munka elvesztése, családi, anyagi gondok, haláleset) vagy amikor valamilyen kényszerhelyzetben nyomás alá kerülünk. Mielőtt gazdaságilag elköteleződnenék, tájékozódjunk, mérlegeljünk, adjunk időt magunknak!

Sipos Erika, a „**Pénz értéke**” konferencia kiadvány szerkesztője

RICHTER
EGÉSZSÉGVÁROS



Egészség ezreknek, milliók a kórháznak



148 800
RÉSZTVEVŐ



136 336
SZŰRÉS



31 175
FIGYELMEZTETŐ
EREDMÉNY

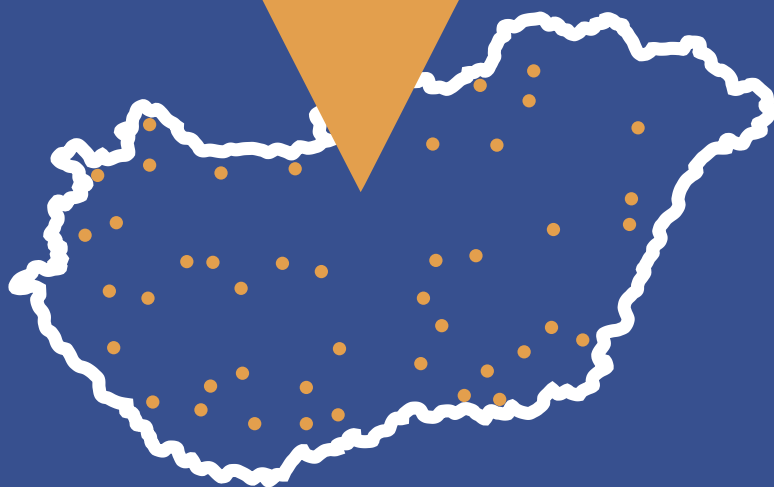


ÖSSZESEN

296 732 200
FORINT ADOMÁNY
A KÓRHÁZAKNAK

SOPRON NAGYKANIZSA SZENTES
HATVAN KAZINCBARCIKA BUDAPEST
MOHÁCS TATABÁNYA
DUNAÚJVÁROS
CSORNA KOMLÓ
BONYHÁD KISKUNFÉLEGYHÁZA
PÉCS DOMBÓVÁR NAGYATÁD

61
VÁROS



www.egeszsegvaros.hu



Az adományból

- szülészoba
- véradó helyiség
- röntgenberendezések
- lélegeztetőgépek
- terheléses EKG
- ultrahangkészülékek
- intenzív betegőrző monitorok
- sürgősségi felszerelések
- szén-dioxid terápiás gőzkabin
- tüdőszűrő berendezés felújítása
- koraszülött inkubátor
- videokolonoszkóp

és sok egyéb fejlesztés,
beruházás valósult meg
61 kórházban
a Richter Gedeon Nyrt.
támogatása és a lakosság
aktív részvétele által.



RICHTER GEDEON

Az egészség jegyében Nyíregyházán

A közelmúltban – több mint 120 nyugdíjas klubtag részvételével – Egészségnapot tartottunk a Városmajori Művelődési Házban. Öröm volt számomra, hogy a programon nemcsak az Örökzöld Nyugdíjas Egyesület tagjai, hanem a környező településeken működő klubok tagjai is részt vettek. Itt voltak a Nyíregyháza Nyugdíjas Szövetség egyesületeinek és klubjainak tagjai is.

2008-ban a Nyugdíjas Klubok és Idősek „Élet az éveknek” Országos Szövetsége a Richter Gedeon gyógyszercéggel együttműködve indított egészségügyi oktató, felvilágosító programot az időskorú lakosság egészségügyi ismereteinek bővítése és a prevenció (megelőzés) gondolkodás népszerűsítésére. A rendezvényen megjelenő klubtagok részvétele szélesebb kört is érint, hiszen az itt szerzett ismereteket továbbadják barátaiknak, családtagjaiknak is. A program keretében több előadást is

meghallgathattunk, tájékoztatást kaptunk az időskorú lakosságot érintő betegségekről. Az „Érelmeszesedés, a ketyegő bomba” című előadásból többek között megtudhattuk, hogy több betegségtípus előidézője lehet. Erre utalt a „Lépések az egészségért” című előadás is, amely már konkrét betegségekre hívta fel a figyelmünket az érzékszüllettel kapcsolatban. Az időskor rettegett betegségéről, az Alzheimer kóról is több fontos információt kaptunk, majd a csontritkulásról, annak kezelési lehetőségeiről és a „Tesztoszteron helyzet és annak következményei 50 év felett” című előadások is számos új ismerettel láttak el bennünket. Az előadásokat követő gyógytorna mindannyiunkat jólesően megmozgatott.

A programot az Örökzöld Nyugdíjas Egyesület énekkarának műsora zárta.

Szondy Barna elnök

Kémiantanárokat díjazott a Richter

Négy kémiantanár vehette át kiemelkedő szakmai munkásságáért a Magyar Kémiaoktatásért díjat a Magyar Tudományos Akadémián. Az elismerést a Richter Gedeon Alapítvány a Magyar Kémiaoktatásért kuratóriuma évente ítéli oda olyan középiskolai és általános iskolai kémiantanároknak, akik évtizedeken át tartó áldozatos munkájukkal jelentősen hozzájárulnak a magas színvonalú szakképzéshez, kiemelt figyelmet fordítanak a kémia oktatására, megszerettetésére, valamint a tehetséges diákok felkarolására.

A nemzetgazdaság versenyképességének alakulása nagymértékben függ az oktatás színvonalától, hiszen az innovációs eredmények legfőbb motorja a jól képzett szakemberek teljesítménye, ezért a Richter Gedeon Nyrt. kiemelten figyelemmel kíséri a magyar oktatás helyzetét. A társaság kötelességének érzi, hogy lehetőségeihez mérten folytassa támogató tevékenységét ezen a területen. A Richter Gedeon Alapítvány a Magyar Kémiaoktatásért kuratóriuma 19 éve ítéli oda a rangos elismerést, a személyenként 400 ezer forinttal járó díjat.

2017. évi díjazottak:

Karasz Gyöngyi, Gödöllői Török Ignác Gimnázium

Kertész Éva, Debreceni Szakképzési Centrum Vegyipari Szakgimnáziuma

Nagy István, Bonyhádi Petőfi Sándor Evangélikus Gimnázium, Kollégium és Általános Iskola

Váminé Hegyi Angéla, Székesfehérvári Kossuth Lajos Általános Iskola

A Richter Gedeon Nyrt. magyarországi központú, innovációra épülő, specializált multinacionális gyógyszer cég. A magyar irányítású Richter tevékenysége vertikálisan integrált: gyógyszer-gyártással, kutatás-fejlesztéssel, kereskedelemmel, marketinggel foglalkozik. Stratégiája az organikus növekedésre alapoz, célirányos akvizíciós tevékenységgel kiegészítve, elsősorban a nőgyógyászat területén. A cég küldetése, hogy az egészség megőrzését és az életminőség javítását szolgálja, többek között olyan magas hozzáadott értékű, originális és bioszimiláris termékek piacra vitelével, melyeknek a fejlesztésében és előállításában speciális tudása van. A 116 éves múlttal rendelkező Richternek az anyavállalat mellett öt országban működnek termelő és fejlesztő leányvállalatai, termékeit saját piachálózatán ke-



resztül a világ csaknem száz országába juttatja el. A Társaság közel 12 ezer főt foglalkoztat, árbevétele 2016-ban meghaladta az 1,2 milliárd eurót.

A Richter Gedeon Nyrt. tevékenységéhez kapcsolódóan az oktatást és az egészségügyet támogatja. A társaság stratégiájában meghatározó kutatás-fejlesztési tevékenység magas színvonalú megvalósításához elengedhetetlen a jövő szakembereinek képzése, az utánpótlás-nevelés támogatása. A társaság pályázatokon és alapítványokon keresztül évente több millió forinttal segíti a fiatal vegyészmérnökök és gyógyszerészhallgatók továbbképzését, valamint az oktatásban kimagasló szerepet betöltő tanárokat. A vegyész szakemberek képzésének támogatása mellett jelen van a műszaki, az orvosi, valamint a közgazdaságtudományi egyetemek támogatói között is.

Richter Gedeon Alapítvány a Magyar Kémiaoktatásért. Az alapítvány 1999-ben a Richter Gedeon gyógyszer cég kezdeményezésével jött létre azzal a szándékkal, hogy a vezető hazai gyógyszer-gyártó vállalat a magyarországi kémiaoktatásban és az azzal kapcsolatos ismeretterjesztésben közvetlenül vállalhasson támogató szerepet. Az alapítvány feladatai közé tartozik többek között a kémia oktatásában kiemelkedő eredményeket elérő tanárok elismerése és díjazása. Az alapítvány a Magyar Kémiaoktatásért díjjal közép- és általános iskolai kémiantanárokat kiemelkedő munkáját jutalmazza. Az alapítvány céljainak megvalósításán háromtagú kuratórium munkálkodik. A kuratórium a díjazottak kiválasztásához szükséges adatokat pályázati formában szerzi be.

Idősek napja a körösladányi Őszikéknél

Ha a hajadban megjelenik, néhány ezüst száll, egy kicsit harcolsz az éveiddel, de hidd el, az alább írt szlogen, alátámasztja az igazságot: „Attól még nem öreg valaki, hogy megélt néhány



évet”. A Körösladányi „Őszikék” Nyugdíjas Klub, a NEA nyertes pályázatával és a Körösladányi Önkormányzat támogatásával rendezte meg az Idősek Világnapját. Őszintén vallom, minden nyugdíjas társam igaz lelkét, szellemi, fizikai erejét adta az előkészületeknél. 234 vendég igényesen előkészített asztalokkal találkozott, amikor az Asztalos Miklós Művelődési Ház nagy termébe belépett. Emléklapokkal, elismerő oklevelekkel, szép kerámia tárgyakkal köszöntöttük időseinket. Kiváló előadással tették színvonalassá ezt a napot: *Fonyó Barbara* színművésznő, operaénekes, *Berkes János* érdemes művész, a Magyar Állami Operaház örökös tagja kísérte őket zongorán, *Hegedűs Valér* zongoraművész, orgonaművész. A vastapsos műsor után következett a nagyon finom ebéd és a kikapcsolódás. Ez a nap a MIÉNK volt, szépkorúaké, kik a társadalom hasznos tagjaiként ünnepelték az Idősek Világnapját, örök ifjú lélekkel! Köszönet mindenkinek!

Jónás Sándorné alelnök

Halló, még itt vagyok!

A Mezőkövesdi Matyó Nagymama klub az idén is megrendezte immár XVII. alkalommal a „Halló, még itt vagyok!” összejövetelét. Kilenc klub fogadta el a meghívásukat. Harminc változatos műsorszámmal kedveskedtek a nézőknek. *Varga Józsefné klubvezető* köszöntötte a megjelenteket és felkérte a rendezvény megnyitására *Tálai András* államtitkárt országgyűlési képviselőt.

Ezt követően *dr. Fekete Zoltán* polgármester köszöntötte a következőket, aki visszaemlékezett az elmúlt évek sikeres rendezvényeire. Az Életet az Éveknek Szervezetét *Szőnyi Gáborné* megyei elnök képviselte. A meghívott klubok Tibolddarócról, Mezőkövesdről, Miskolcra, Hatvanból, Szentesről, Maglódról, Fótról és Boldogkőváraljáról képviselték klubjukat. A rendezvény nagyon jó hangulatban telt el, sok tapsot kaptak a fellépők. Zárásként finom ebéd következett a Turul étteremben.

Ünnepeltek az Örökifjak



Október első hetében ünnepelte az oroszlányi nyugdíjas klub megalakulásának 5. évfordulóját. Ünnepi díszbe öltöztetett teremben, terített asztallal vártuk klubtagjainkat és a meghívott vendégeinket, akik az eltelt időszakban segítettek, támogatták klubéletünket. A hivatalos köszöntő és a 5 évnyi tevékenység rövid ismertetése után kezdődött a vidám része a délutánnak. A városi csoport humoros jelenettel rukkolt elő, melybe a polgármestereket is bevonták. A borbáliaiak török basáját legyezgették a háremhölgyek, közben lágyan „ringatták” csípőjüket. Páran összeállva dalban adták elő életünk alakulását. Ezután köszönő oklevelet adtunk át támogatóinknak, *Lazók Zoltán* polgármesternek, *Czunyiné dr. Bertalan Judit* képviselőasszonynak, *dr. File Beáta* jegyzőasszonynak, *Csonka László* bokodi polgármesternek, az együttműködő civil szervezetek vezetőinek és a szolgáltatók képviselőinek. Nekünk vezetőknél a klubtagok gyönyörű virágcsokorral köszönték meg éves munkánkat. A szép gondolatok után nehéz volt megszólalni. Közös munka, jó csapat eredménye, amit elértünk. Majd szép nagy csokitortákon a tűzijáték meggyújtásával vidáman énekeltük, hogy „Boldog, boldog, boldog születésnapot...” Mindenkinél felszolgáltuk az ünnepi sütit. Zeneszünk a húrok közé csapott, s kezdődött a tánc. A „Nemcsak a húszéveseké a világ” dallal zártuk a zenés összejövetelt. Ismét egy felejthetetlen délutánnal lettünk gazdagabbak.

Cserna Andrásné klubvezető Oroszlány

Megemlékezés

A Miskolci Vasas Nyugdíjas Klub *Kazai József* klubvezető szervezésében 1956-os megemlékezés tartott. Az ünnepségen mintegy 80 fő jelent meg. A Himnusz elhangzása után *Kiss József*, a Megyei Levéltár vezetője átfogó emlékezést tartott, ismertette a Miskolcon lezajlott eseményeket. A rendezvényen képviseltette magát a Vitézi rend elnöke, *Szabó István*, az 56-os elnökségből *Szabó István* elnök, a Nagy Imre Társaság elnöke *Doszpot Orsolya*. A klubvezető köszöntötte Csokonainé főtanácsost a Művelődési Házak igazgatónőjét, az Életet az Éveknek megyei elnökét, *Szőnyi Gábornét*, valamint *Emődi Gyula*, *Iroczy Ferencné*, *Fodor János* klubvezetőket. A zárzó után a jelenlévők elénekelték a Szózatot. Az összejövetel kellemes hangulatban, szendvics és boros tea fogyasztásával zárult.

Szőnyi Gáborné



Hallja tisztán szerettei hangját!

Az ünnepek közeledtével felerősödik bennünk az összetartozás igénye. Még fontosabbá válnak szeretteink és az egymásról való gondoskodás. Fontos, hogy mindenki egyformán élvezhesse a nagy családi és baráti összejövetelek nyújtotta rengeteg kellemes élményt. Ne hagyja, hogy hallásproblémája miatt akár Ön, akár hozz tartozója kirekesztetté váljon! Legyen részese ezeknek a beszélgetéseknek és nagy közös nevetéseknek!

Ha az alábbiak közül bármelyik kérdésre **igen** a válasz **kérjen most időpontot** ingyenes hallásvizsgálatra:

- Rendszeresen vissza kell kérdeznie a beszélgetések alkalmával?
- Környezete szerint túl hangosan hallgatja a TV-t/rádiót?
- Nehezen érti meg telefonálás alkalmával a beszélgetőpartnerét?

A hallásvizsgálat **fájdalommentes, nincs szükség beutalóra** és **december 1-31. között ingyenesen** vehető igénybe.

Hívjon minket időpontért ingyenesen hívható telefonszámunkon:

06 80 182 182



„Hóban ébred majd az ünnep,
Minden percben nevet ránk.
Tud-e bármi szebbet adni,
Mint a békés nagyvilág?”

Csondor Katalin



A betegségeket megelőzhetjük, — vagy legalábbis a kockázatot csökkenthetjük — ha gyümölcsben és zöldségben gazdag étrenden élünk, ha eleget mozgunk és ha pótoljuk a szükséges vitaminokat a szervezetünk számára.

A vitaminok sokat javíthatnak a szervezetben végbement károkon, megállíthatják, vagy lassíthatják sok betegség előrehaladását.

A vitaminok fogyasztása során azt is megfigyelhetjük, hogy nem betegszünk meg olyan gyakran, mint azok az emberek, akik nem szednek vitaminokat.

Válasszon kínálatunkból!

C-Vitamin 1000 mg 45 db

Nyújtott felszívódású C-Vitamin étrend-kiegészítő készítmény D3-vitaminnal, cinkkel és csipkebogyó kivonattal, mely fokozatosan adagolja a szervezetünk számára a C-vitamint. A C-vitamin, D3-vitamin és cink hozzájárulhat az immunrendszer normál működéséhez.



Valeriana Harmony kapszula 45 db

A kapszula hatóanyagai — macskagyökér kivonat, komlótoz és gólgotavirág gyógynövények — hozzájárulhatnak a pihentető alváshoz és nyugodt napokhoz.



Hair Caps Plusz 60 db

Hozzájárulhat a haj természetes növekedéséhez, megújulásához, a köles a cisztin és a B5 vitamin kombinációja segítheti az egészséges haj, köröm növekedést és a hajgyökerek anyagcseréjét.



Multivitamin felnőtteknek 45 db

Komplex vitaminokat és ásványi anyagokat tartalmazó készítmény, melynek összetevői segíthetik az immunrendszer megfelelő működését.



A kockázatokról olvassa el a használati útmutatót, vagy kérdezze meg kezelőorvosát!

Látogasson el webáruházunkba, ahol bármely termék vásárlása esetén **5% kedvezményben** részesül, 2017. 12. 27-ig, a kupon érvényesítése esetén.

webaruhaz.prima-protetika.hu

KUPON
5%
kedvezmény

Kupon kód:

ppelet

Érvényesség ideje:
2017. 12. 27-ig

