

A NYUGDÍJAS KLUBOK ÉS IDŐSEK „ÉLETET AZ ÉVEKNEK” ORSZÁGOS SZÖVETSÉGE SZAKMAI BESZÁMOLÓJA A 2023. ÉVBEN VÉGZETT TEVÉKENYSÉGÉRŐL

A Nyugdíjas Klubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetsége 1989. évben alakult meg 139 klub részvételével. A 2023. évben 759 klub tartozott a szövetséghez. Közülük 77 nem fizetett tagdíjat. Ezek többsége új belépő, illetve tagdíjrendezés folyamatában lévő klub. Az előző évhez hasonlóan a 2023. évben is 8 vármegyei szervezetünk egyesületi keretek között dolgozott. Az év során 14 megyéből ajánlottak klubokat felvételre az országos szövetségbe. Összesen 54 klub csatlakozott hozzánk. Borsod-Abaúj-Zemplén vármegyéből 8, Komárom-Esztergom vármegyéből 6, Zala, Fejér és Győr-Moson-Sopron vármegyéből 5-5, Veszprém vármegyéből 4, Csongrád vármegyéből 5, 2, Hajdú-Biharból 4, Jász-Nagykun-Szolnok vármegyéből 4, Heves, Nógrád és Tolna vármegyéből 2-2, Bács-Kiskun és Pest vármegyéből 1-1 klubot vettünk fel. A rendszeresen tagdíjat fizető klubok száma magas. A tagdíjfizetési morál változatlanul igen jónak tekinthető. Szövetségünk munkáját a 2023. évben is az alapszabályában foglalt célkitűzések határozták meg. A 2023 májusában tartottuk az éves küldöttközgyűlést, amely elfogadta a 2022. évről szóló beszámolót és a 2023. év munkatervét, valamint költségvetését.

Munkánk környezete

Az „Életet az éveknek” Országos Szövetsége munkáját, tagjaink életét a 2023. évben megkönnyítette a COVID járvány utáni nyitás. Határozottan érzékelhető volt tagjaink körében a közösség iránti fokozott igény. Ez megmutatkozott abban is, hogy nem volt olyan rendezvényünk, amelyre a meghirdetést követő 2-3 hétben, de néha ennél rövidebb időn belül is, ki ne került volna a teltház tábla. A közösséghez tartozásra, az értékes programokban való részvételre nagy volt az igény.

A járványidőszak éveiben átálltunk a jóval olcsóbban működtethető elektronikus Hírlevélre és az online felületeken megszervezhető megbeszélésekre. A 2023. évben a vármegyei szervezetek többsége készség szinten használja a kommunikációnak ezeket az eszközeit. A 2024. évben, amikor átállunk a klubok elektronikus nyilvántartására, elkerülhetetlen, hogy valamennyi elnökség rendelkezzen ezen a területen is megfelelő tudással, gyakorlati tapasztalattal. Ez mindenekelőtt azért szükséges, mert egy sor területen lemaradnak azok, akik ezen a területen nem szerzik meg a megfelelő tudást. De szükséges azért is, mert hosszabb távon olcsóbb, mint a papíralapú levelezés, az utazás stb. A szövetség működésében pl. jelentős megtakarítást is eredményezett az átállás. Ez a megtakarítás tette lehetővé a 2023. évben is, hogy igen jó körülmények között, a Benczúr Hotelben megszervezhettük a 3 napos megyei elnöki képzést, tapasztalatcserét.

Munkánk elismerésének tekintjük az Aktív Magyarországért Felelős Államtitkársággal az együttműködést. Az elnyert pályázat lehetőséget ad arra, hogy mindazt, amit az aktív időskorról tudunk, szélesebb körben oszthassuk meg, és ezzel az idősök jobb életminőségéhez járuljunk hozzá.

A megváltozott társadalmi-, gazdasági- és politikai környezet erősen hat az idősök helyzetére, mindennapjaira. A 2022. évet a gazdasági szakértők a száguldó infláció évének is nevezték. Bár a 2009. évet követően 11 évvel elindult a 13. havi nyugdíj visszaépítése – 2021. évben 1 heti nyugdíjat kaptunk ezen a jogcímen, majd 2022. és 2023. években 4 hetit -, a nyugdíjasok tömegeinek nem javultak az anyagi körülményei. 2010 óta megháromszorozódott a nyugdíjasszegénység! A visszajelzésekből tudható, hogy az élelmiszer megvásárlását, a rezsiszámlák kifizetését követően egyre több nyugdíjasnak nem marad pénze a gyógykezelésekre, a gyógyszerek kiváltására. A KSH áprilisi gyorsjelentése szerint a nyugdíjas infláció az első 3 hónapban 27,4; 26,9; illetve 26,7% volt, és a IV. hónapban sem csökkent 25,3% alá. Azaz már az év elején látható volt, ahhoz, hogy 2023-ban átlagosan 15% legyen az infláció - ahogyan ez a költségvetési törvényben/rendeletben szerepel -, az év hátralévő 8 hónapjában átlagosan 9,3%-os nyugdíjas infláció kellett volna. Ezért sürgette a NYUSZET

a nyugdíjkiegészítés előre hozását. Azóta már tudjuk, a nyugdíjas szervezetek jól látták, a 15% elérése irreális volt.

Szövetségünk a nyugdíjasok érdekképviselőit a Nyugdíjas Szervezetek Egyeztető Tanácsa (NYUSZET) keretei között látta el. A NYUSZET azt kérte a kormánytól, dolgozzon ki mechanizmust, ami lehetővé teszi a nyugdíjak tényleges inflációval történő emelését. A nyugdíjas korcsoporthoz tartozók életminőségét különösen rontja az egészségügyi ellátórendszer rossz állapota. A szervezet szakmai anyagokat is kidolgozott több területen a nyugdíjasok életminőségének javítása érdekében.

A NYUSZET 2023-ban összesen 8 közleményt adott ki. A sajtóban 2023. január 1-je és december 31-e között 242 alkalommal jelent meg a szervezet neve. Ehhez kapcsolódik még számos televíziós, rádiós nyilatkozat (ATV, RTL Klub, Szeged TV, Klikk TV, Klubrádió, Info Rádió). Ez azt jelenti, hogy működik a korábban meghatározott cél: a NYUSZET legyen az egyik legelismertebb, mértékadó szervezet. A szervezetet mára már szakmailag elismert, hiteles információforrásnak tartják, amely minden egyes témában felkészült szakértőkre támaszkodva alakítja ki álláspontját.

I. A főbb szakmai területekről részletesebben

a/ Kulturális és művészeti tevékenység, közösségi programok

Országos és vármegyei szinten is szövetségünk munkáját meghatározza a **kulturális, művészeti tevékenység, melynek erős közösségformáló ereje van.** E terület munkájának az irányításában fontos szerepet játszik az Országos Kulturális Bizottság, mely a 2023. évben már 19 fővel működött. Ebben az évben öt ülést tartottak. Közülünk az egyik „kihelyezett ülés” volt, melynek keretében csapatépítő tréninget szerveztek. A zalaegerszegi kihelyezett ülést támogatta az országos szövetség és a zalai szervezetünk. A kapcsolat a bizottság tagjai között folyamatos. Továbbra is várják, hogy a közös munkába bekapcsolódjanak annak a két vármegyének is a képviselői, ahol egyelőre még mindig nem működik megyei elnökség.

A 2023. évben főleg jelenléti programokra, személyes találkozások megszervezésére került sor. Klubtagjaink és a sok érdeklődő szívesen vett részt a különböző rendezvényeken, összejöveteleken. Ugyanakkor a kulturális bizottság tagjai megtapasztalták, hogy a járvány idején tagjaink egyre nagyobb része igen jól eligazodik a technika világában. Ennek ismeretében a járványt követően nem mondtak le az online programokról sem.

Mind a hagyományos, mind az új rendezvényeink rendkívül népszerűek. A programok egy része sokéves múltra tekint vissza. A bizottság fontosnak tartotta ezek megőrzését, továbbfejlesztését, s közben feladatuknak tekintették a tagjaink változó, új igényeihez alkalmazkodó programok tervezését.

A kiírásokat, felhívásokat a honlapon, a Hírlevélben megjelentették, és bizottság tagjai is nagyon aktívan vettek részt az információ megyei és klubszintre történő eljuttatásában.

A 2023. évben a bizottság több népszerű programot szervezett. Ezek közé tartoznak a következők:

- **5 fordulós városismereti vetélkedő**

A versenyben Békéscsaba, Miskolc, Szeged, Szolnok, Zalaegerszeg nevezetességeivel, épített örökségével, hírességeivel, gazdasági- és kulturális életével ismerkedhettek meg a feladatlapokat kitöltő tagjaink.

- **Mesterkurzus-különböző tájegységek népdalai** interaktív előadás, daltanulás

Az előadó Máthé Rita ének-zene tanár volt. Az előadás, daltanulás témája a terenyi népdalok megismerése, tanulása, a tájegység jellegzetességeinek bemutatása, megismerése. A szépszámú résztvevő a hangulatos, tartalmas nap után zeneileg új tudással gazdagodva, feltöltődve térhetett haza.

- **„Szólj költemény!”** - Vers- és Prózamondók Országos Találkozója a Petőfi év jegyében
Csodálatos verseket, megzenésített költeményeket hallhatott a közönség nyugdíjasaink előadásában. Méltó ünnep, méltó megemlékezés volt a nap. Maga a nagy költő is bizonyára ezt érezte volna!

- **Magyar Kultúra Napja**

Első alkalommal, váratlan felkérésre szerveztük meg ezt az ünnepi eseményt 2023. január 25-én. 6 vármegyéből érkeztek tagjaink. A kultúra különböző területeiről hozott produkciók nagy sikert arattak a közönség körében. Külön dicséretet érdemel a csodás viseletekben való megjelenés és a hangszeres bemutatások.

- **Fotó pályázat**

Az előző évben nagy sikert aratott ez az online program. A kiírás idén helyi hagyományok, kulturális események megörökítését állította a középpontba. Beérkezett pályamunkák a honlapon megtekinthetők. Értékelés, oklevél átadása: 2023. november.

- **„Budapest 150” - Ismerjük meg a 150 éves Budapestet!**

Budapesti szervezet hirdette meg a vármegyei klubok, egyesületek részére ezt a vetélkedőt. 14 öt fős csapat mérte össze tudását az előre megadott anyagok felhasználásával. A jól előkészített, szervezett vetélkedőt kulturális program, kiállítás, városnézés színesítette. Versenyzők, kísérők tartalmas, kellemes napot töltöttek együtt. Az első és utolsó helyezett csapat külön díjban részesült.

- **„Régi idők ételei”**

Ezzel a címmel online pályázatot hirdetett a bizottság. Az elkészített ételek fotói mellé kérték a pontos receptleírással. A pályázatra összesen 5 csapat jelentkezett.

- **„Mesék szárnyán” - Mesemondók Országos Találkozója**

7 vármegyéből 22 mesemondó bővölte el a közönséget. Mindenki nagy örömmel hallgatta a kiválasztott, teljes odaadással előadott műveket. Mindenki igyekezett hitelesen, megfelelő hanglejtéssel átadni a történeteket. Az előadók valamennyien ünnepi ruhában jelentek meg, többen viseletben. A zsűri tagjai sok hasznos tanácsot adtak a fellépőknek.

- **Szolisták és Művészeti csoportok Országos Találkozója**

Ebben az évben a bizottság hagyományteremtő szándékkal hirdette meg ezt a találkozót. 8 vármegyéből 23 igényes produkciót láthattunk, hallhattunk. A szigorú zsűri a szakmai értékelést követően egyénre szabott segítséget is adott a fellépőknek.

- **„Itt van a szép, víg karácsony”** címmel karácsonyköszöntő műsorral zárta a bizottság az évet.

2023. december 11-12-én 14 vármegyéből és Budapestről érkeztek fellépő tagjaink. Rendkívül sokrétű, gazdag karácsonyi műsorral örvendeztették meg a jelenlévőket mindkét napon.

A regionális programok szervezésében, lebonyolításában a kulturális bizottsági tagjai aktívan vettek részt, több esetben felelősei voltak a rendezvényeknek. A megyei szervezetekkel jó kapcsolatot alakítottak ki.

A bizottságnak szerepe volt művészeti fesztiváljaink, illetve bemutatkozásaink - Sopron, Parád, Balatonfüred, Hajdúszoboszló, Eger - megszervezésében. Balatonfüreden ebben az évben ismételtlen a korábban megszokott fesztiválhangulat uralkodott. A fellépők, fellépő csoportok száma 78 volt. Ezekre a fesztiválokra főleg népdalkörök, kórusok, táncscsoportok jelentkeztek, de szólóénekesek, hangszeresek és vidám jelenetek is színesítették a bemutatásokat. Az előadott produkciók változatosak, igényesek voltak. Dicséretesek az ízléses fellépőruhák, viseletek. A rendezvények látogatottságához, sikeréhez nagymértékben hozzájárult a gazdag programkínálat, a helyi szervezésű kirándulások, túrák, egészségügyi szűrések. A kísérőprogramokból minden résztvevő válogathatott kedve, egészségi állapota szerint. Köszönet a társszervező Győr-Moson-Sopron, Veszprém, Heves és Hajdú-Bihar megyei szervezeteinknek és a programszervezésben oroszlánrészt vállaló önkénteseknek!

Továbbra is nagyon népszerűek az **Uránia Filmszínházban** megszervezett programok. A programszervezés során kiemelt szempont az igényes műsorajánlat és a művészek idősek körében való ismertsége. Az Uránia Filmszínházban 3 alkalommal tartottunk rendezvényt. 2 alkalommal a Magyar Zenés Színház előadása szórakoztatta a közönséget. „Tavaszköszöntő” programunkkal Zerkovitz Bélára emlékeztünk, a „Zerkovitz úr, ébresztő című zenés darabot láthatták klubtagjaink. „Nyárbúcsúztató” programunkban pedig, „Szögény Dankó Pista” élete elevenedett meg olyan nagyszerű művészek előadásában, mint Kállay Bori, Bozsó József, Simon Boglárka és Jenei Gábor. A fergeteges talpalávalót a Dankó Cigányzenekar szolgáltatta, de legalább ekkora sikere volt a Dankó

Táncoknak. Adventkor az ünnepvárás a Kalácska együttes tette emlékeztetéssé számunkra. A 3 egynapos rendezvényen összesen 2225 klubtag vett részt. Mindhárom rendezvényünk esetében a nagy érdeklődésre tekintettel két egymást követő napon rendeztük meg a programokat.

Folytatódott a hagyományosan jó együttműködés a Budapesti Operettszínházzal. A továbbra is igen népszerű „Életet az éveknek” bérletet a 2023/24. évadra 747 klubtagunk vásárolta meg. A 3 alkalmas bérlet népszerű előadásokat tartalmaz (Monte Cristo Grófja, Szabadság, Szerelem, Mágán Miska). Ígéretesen alakul a Nemzeti Táncszínházzal is a kapcsolatunk.

A kulturális területén végzett munka sikeres és eredményes volt. A bizottság által szervezett rendezvényeken több mint 2 ezer Tagunk vett részt. A programok igen költséghatékonyan valósultak meg. Az év programjai sok bemutatkozási lehetőséget, tapasztalatcserét biztosítottak a klubtagoknak, klubvezetőknek, megyei szervezeteknek. Dicsérendő, hogy egyre több gyermek és fiatal vesz részt programjainkon. A bemutatkozási lehetőségek örömet okoztak az amatőr művészeknek, művészeti csoportoknak és a közönségnek. Tagjaink bátran mutatkoztak be az online térben. A bizottság tagjai igyekeznek a rendezvényeinknek megfelelő minőségű helyszíneket találni. A 2022. év végén ismerkedtek meg a budapesti K11 művelődési központtal, amely helyszín a 2023. évben már rendezvényeink otthonává vált, programjainak egy része már itt került megrendezésre. Bízunk abban, hogy a jövőben is sok, szép helyre tudjuk meghívni tagjainkat. Fontosnak tartjuk a következőkben is a megyék kulturális életének szakmai támogatását. A bizottság tagjai szeretnék minél több rendezvényre eljutni, megismerni a megyékben folyó értékes munkát, jó kezdeményezéseket, s közreműködni abban, hogy még többen ismerjék meg egymás értékeit. Ez a munka elindult a regionális kulturális rendezvények szervezésével. Homoki Andrásnak (Győr-Moson-Sopron megye) köszönhetően a rendezvények többségét videó- és képfelvételeken örökítették meg. A 2023. évben meghirdetett programok, rendezvények megvalósulása példamutató együttműködés és közös munka eredménye.

b/ Üdülés, sport és szabadidős tevékenység

Üdülés, szabadidős tevékenység:

Szövetségünk megalakulása óta feladatának tekinti az idősek, nyugdíjasok **kedvezményes üdülésének elősegítését**. Az idei évben továbbra is a jól ismert és megszokott négy szállodával tartottuk meg a kapcsolatot, és ezek üdülési lehetőségeit ajánlottuk szövetségünk tagjainak és hozzátartozóinak. Ezek az Idősbarát Szállodák számos egészségprogramot kínálnak. A szállodák - Sopronban, Hajdúszoboszlón, Zalakaroson és Nagyatádon – egész évben többféle turnusban, szervezett formában turisztikai- és egészségprogramokat is biztosítva várták a jelentkezőknek. Visszajelzéseik alapján érzékelhetően növekedett tagjaink üdülés, kikapcsolódás iránti igény a 2-3 évvel ezelőtti időszakhoz képest.

A korábbi évekhez képest rendkívüli mértékben nőtt a szövetség által szervezett 4 napos, közösségi élményekben gazdag művészeti- és sportprogramok, turisztikai élmények, elméleti előadások, foglalkozások iránti igény. Az elnökség - korábbi döntésének megfelelően - a 2023. évben is a hagyományos üdülésszervezés helyett a 4 napos programokat szervezte meg, tagjainknak pedig, a partner Idősbarát Szállodáknál a szövetség tagjai számára előkészített kedvezményes áron elérhető üdülési lehetőséget ajánlotta. Ezeket tagjaink közvetlenül szervezheték meg. A 2023. évben hét nagyrendezvényt szerveztünk. Ezekre Egerben, Parádfürdőn, Balatonfüreden, Hajdúszoboszlón, Kecskeméten és Sopronban került sor. Hajdúszoboszlóra tavasszal és ősszel is szerveztünk programot. Ezekre a 4 napos rendezvényeken 226 klubból érkezett több mint 2.200 tagunk. A szállodák minden esetben elismerően nyilatkoztak az „Életet az éveknek” Országos Szövetséggel való együttműködésről.

Sport, sportos jellegű tevékenységek

Szövetségünk Sportbizottsága a 2023. évre tervezett rendezvényeit megvalósította. Az év eleji és évvégi ülését a munkaterv szerinti napirendi pontokkal megtartotta. Ezen felül rendkívüli, kibővített munkamegbeszélés keretében megtárgyalta az OGYIK-hoz történő szervezett bekapcsolódás feladatait. Célunk, hogy minél több gyalogló klub alakuljon ki, egyre több tagunk élvezze a mozgás örömét. Azóta több alkalommal, több helyszínen szervezett az OGYIK a gyalogló klubtagok részére ingyenes gyalogló programnapot, melyre egyre többen regisztrálnak. Tartalmas előadások, tájékoztatók hangzanak el, majd séta követi az előadásokat. Ugyanitt tájékoztatást kaptak a Magyar Szabadidősport Szövetség által szervezett Mozgásélmény szenioroknak elnevezésű programokhoz való csatlakozás módjairól. A programsorozat célja, hogy online videósorozat formájában segítséget nyújtson a szenior korosztálynak a biztonságos otthoni sportolásban és a számukra teljesíthető gyakorlatok végzésében. A cél a szenior korosztály mozgásra ösztönzése, online elérhető videók segítségével. A visszajelzések alapján egyre több klubtag kapcsolódik be e programban, melynek előnye, hogy a korábban rögzített szenior tornák megismételhetők, bármikor levetíthetők, ismételhetők, akár a klubokban is. A Magyar Szabadidősport Szövetség két munkatársa adott tájékoztatást a 2024. évi szenior rendezvények tervezetéről.

2023. évben is a kártyaversenyek voltak a legnépesebbek. A tervezett helyszíneken nagy érdeklődés mellett versenyeztek klubtagjaink rómi- és ultijátékokban. Öröndetes, hogy egyre több helyen az ultiversenyt számítógépes programmal vezették le.

Másik legnépesebb sportos esemény a túraversenyek rendezése. A különböző területi versenyek népszerűségén túl 2023-ban nagy sikere volt a Szent Ferenc Kórház szakmai támogatásával rendezett országos versenynek, melyen 19 öt fős csapat versenyzett a helyezésekért. Itt szó esett a kardiotanösvények működéséről, a tanösvények pozitív élettani hatásairól, a további 10 tanösvény tervezett átadásáról. Örömmel csatlakoznak klubok ezekhez a rendezvényekhez. Igény szerint a lakossági túrákat szakképzett gyógytornászok vezetik. A túra során a megadott pontokon pulzusmérés történik. A kórházak megkapják a túra során mért egészségügyi adatokat, azok kiértékelése után szükség esetén további kivizsgálást javasolnak. Közel 30 kardiotanösvény áll az idősek rendelkezésére az országban, ahova szervezhetnek túrát, versenyt.

Továbbra is igen népszerűek a „tízpróba” versenyek, amit már 9. éve rendezünk meg regionális- és országos döntővel. Az országos döntő helyszínét hagyományosan a budapesti, Bakancsos úti sporttelep biztosította, ahol a kerületi alpolgármester a csapattagokkal közösen végezte a bemelegítő gyakorlatokat.

2023-ban - szerény érdeklődés mellett - először rendeztük meg vidéken az országos úszó bajnokságot. A helyszín a Balatonfüzű Olimpia Központ 50 m-es medencéje volt, melyet helyi támogató segítségével szövetségünk költségtérítés nélkül vehetett igénybe.

A tekebajnokság országos döntőjének változatlanul a BKV Előre SC felújított tekecsarnokában rendeztük növekvő részvétel mellett.

Néhány regionális előverseny után az országos sakkbajnokságot a Magyar Sakkszövetség székházában rendeztük meg, ahol ebben az évben is minden kelléket térítés nélkül vehettünk igénybe.

Egyre több nyugdíjas klub - köztük a szövetséghez tartozók is – regisztráltak a Világ Gyalogló Napra a Magyar Szabadidősport Szövetségnél. 2023-ban pl. egy vidéki kisváros rendezvényén „közreműködött” a helyi Kadetképző iskola 100 fős egyenruhás csoportja is.

Új kezdeményezés volt 2023-ban a Zala Vármegyei nyugdíjas klubok „Tekerj a szívedért” kerékpáros túrájának megrendezése.

Hagyományosnak számít Mosonszolnokon három vármegye – Győr-Moson-Sopron, Komárom-Esztergom és Veszprém - 10 öt fős csapatának sorversenye.

A sportbizottság törekedett arra ez évben is, hogy a sportos rendezvényeken minél több szakember segítse a szakmai munkát. Testnevelő tanárok, gyógytornászok, 16-szoros tájfutó Magyar Bajnok, Ulti Szövetség számítógépes programjával rendelkező nyugdíjas, vizsgázott szakoktató, teke versenybíró, nemzetközi sakk versenybíró stb.

c/ egészségmegőrző tevékenység

A 2023. év második felében létrejött a bizottság. Működésével kapcsolatban nagy az elvárás. Ezt a megyei elnöki találkozók is megerősítették a megyei elnökök.

A **Béres Alapítvány** 2023. év decemberében 9.540.000 Ft értékben 4000 db üveg Béres Cseppet adományozott tagjaink részére. Az adomány ünnepélyes átadására a Béres Alapítvány fennállásának 30. évfordulója rendezett ünnepség keretében történt. Szétosztása 2024 januárjában kezdődött meg. Megtisztelőnek tartjuk, hogy az alapítvány létrejötte óta támogatja idős tagjainkat.

A **Geers Halláscentrumokkal** folytatódott a közös munka. Pogány Mariann személyében állandó gazdája van a szűrőprogramoknak. Jól ismeri a szervezetünket, kapcsolata élő a megyei elnökökkel, klubvezetőkkel. A jó kapcsolatnak szerepe volt abban, hogy az elmúlt években tagjaink magas számban vettek részt szűréseken. A járvány időszakot követően növekedett a szűrések iránti igény. A járványt követő 2023. évben a vizsgálatok még mindig azt megmutatták, hogy jelentősen nőtt a hallássérültek száma. Jól érzékelhető volt az elmaradt szűrések kedvezőtlen hatása. Főleg a kistelepüléseken élő tagjainknak jelent sokat, hogy nem kell utazniuk a szűrésen való részvételért. Tagjainknak az ingyenes hallásszűrő vizsgálatok szervezését a 2024. évben is folytatjuk. Célunk, hogy lehetőség szerint a hallásszűrés a nagyrendezvények mellett egyre több vármegyei rendezvényre, klubfoglalkozásra is eljusson. Igyekszünk felhívni a figyelmet arra, hogy a hallásromlásra figyelni kell, mert az rontja az életminőségünket, sok esetben balesetek forrása.

Az **ELIT Ortopéd Cipógyártó Kft.** kiváló kapcsolatokat épített ki szövetségünkkel. Kevés olyan tagunk van, aki ne panaszkodna lábfájásra. Ezek a fájdalmak sokszor egy megfelelően elkészített cipővel enyhíthetők, vagy meg is szüntethetők. Partnerünk rövid idő alatt nagy népszerűsége tett szert tagjaink körében, akik igen pozitívan nyilatkoznak a készített cipők minőségéről. Szinte valamennyi nagyrendezvényen részt vesznek. Nemcsak szűrést végeznek ilyenkor, hanem kapcsolatokat is építenek. Szívesen elmennek a megyei, regionális rendezvényekre, de akár egy klubfoglalkozásra is.

A **Richter Gedeon Nyrt.** jelenléte Szövetségünk egészségmegőrző tevékenységében fontos szerepet tölt be. Sok hasznos információt juttattak el hozzánk a Hírlevélen keresztül. A Richter Egészségváros programokat szervező munkával, részvételünkkel támogattuk Szombathely, Székesfehérvár, Szeged, Mátészalka, Veresegyház, Baja településeken és Budapest X. kerületében.

Az év végén kötöttünk támogatói szerződést a **Berkemannal**. Bízunk abban, hogy tagjaink és a cég elégedettségével kísért új kapcsolat előtt állunk.

d/ képzés

Szövetségünk kezdeményezője, támogatója az idősök képzéseinek. Az idősök egyetemének előadásai tavasztól ismét elindultak az oktató termekben, a művelődési intézményekben. Szinte nincsen olyan vármegyei szervezetünk, ahol helyi, regionális vagy vármegyei szinten ne szerveztek volna tájékoztatókat, előadásokat. A 2023. évben előadások hangzottak el a környezetvédelemről, az időskori optimális gyógyszerfogyasztásról, az Internet és okostelefon használatáról, a bűnmegelőzésről és más témákról. Kulturális bizottságunk országosan meghirdetett, online „Városismereti vetélkedő” sorozatára idén többen jelentkeztek, mint tavaly. Sok további példát, jó gyakorlatot lehetne említeni. Régi igényünk a képzésekkel kapcsolatos tapasztalataink összegzése.

Minden megyei szervezetünk megszervezte a klubvezetők találkozóját, amik egyben a klubvezetők képzésének is tekinthetők. Volt olyan megye, ahol az év során csak 2-3 klubvezetői megbeszélés volt.

A megyei elnökségek többsége azonban legalább 4 találkozót szervezett. Ahol a megyei elnökségek gondot fordítottak a klubvezetőkkel való közös munkára, a rendszeres találkozók megszervezésére, a klubmozgalom erősödött.

Az országos szövetség gondot fordít a megyei vezetők tájékoztatására, képzésére. Ezek online és jelenléti formában zajlottak. A Budapesten, a Benczúr Hotelben megrendezett, hagyományosan 3 napos képzésre több vendéglőadó is kapott felkérést. Itt került sor a szövetség által kezdeményezett memóriatréning bemutatására. Úttörő szerepet játszottunk a Csehországban létrehozott Memória Központ magyarországi adaptálásában. Az EURAG szervezetén belül megismert program magyar változatának elkészítését a nyár folyamán, a cseh szakértő meghívásával, a trénerképzés követte. Szeretnénk, ha minél több klubunkba jutna el ez a program.

Legalább ennyire fontos, hogy 35 éves tevékenységünk elismeréseként tekintsünk a Bethlen Gábor Alapkezelő Zrt. és az Aktív Magyarországért Felelős Államtitkárság által támogatott pályázatainkra. Mindkettő lehetőséget adott arra, hogy az aktív idősorról szóló tudásunkat és tapasztalatunkat összegezzük, és még több emberhez eljuttassuk. A pályázat keretében értékes képzéseket szerveztünk. A Mozgással-Tudással az Aktív Idősorért pályázat programjai, a Szenior örömtánc és mentálhigiénés előadások a testi-lelki egészségfejlesztésért, a demencia megelőzéséért – NEAO –KP-1- 2023/8-000651 pályázati programunk szövetségünket erősítette.

II. Belső és külső kapcsolataink

a/ szervezeti élet

Szövetségünk működésében meghatározó szerepük van a megyei szervezeteknek, a megyei szervezetek munkáját irányító elnökségeknek. A megyei elnökségek a 2023. évben is megyénként eltérő számú klub munkáját irányították, szervezték. Több megyei szervezetben is éltek az online kapcsolattartással, az e-mailen történő kommunikálás lehetőségével.

A 2023. évben is elmondhatjuk, hogy azokban a megyékben, ahol az elnökségben jó munkamegosztást alakítottak ki, rendszeresen tartottak klubvezetői megbeszélések, munkaterv szerint dolgoznak, az „Életet az éveknek” Országos Szövetség elnökségével élő volt a kapcsolat, erősebb a nyugdíjasok kötődése az „Életet az éveknek” mozgalomhoz. Ezekben a megyékben a nehézségek ellenére sem csökkent, sőt, növekedett a klubok és a klubtagok száma. Több klubvezetőnek szerepe volt abban, hogy a leginkább rászoruló idős emberek segítséget kapjanak (ebédbiztosítása, rezsiszámlák kifizetése stb.). Zala megyei szervezetünk elnöke, az országos szövetség alelnöke, dr. Kocsis Gyula megyéjében ismételten megszervezte a méltányossági nyugdíjmelésre jogosultak kérelmeinek beadását. Munkájának szakmai tapasztalatait ismételten megosztotta a megyei elnökökkel is. Elismerésünket és köszönetünket szeretnénk kifejezni a végzett munkáért, a tagjaink iránti figyelemért.

Ugyancsak dr. Kocsis Gyulának köszönhetően közreadunk a Hírlevélben egy olyan szakmai útmutatót, ami a megyei szervezetek működését támogatja.

Az „Életet az éveknek” Országos Szövetsége Nógrád megyei szervezetében tisztújításra került sor, elnöknek Bognárné Csábi Erzsébetet választották. Munkáját több nagy szakmai tapasztalattal rendelkező elnökségi tag segíti. Az eseményen részt vett a szövetség elnöke, Hegyesiné Orsós Éva. Tisztújítás volt Csongrád vármegyében is. A megújult elnökséget Szalai Antal vezeti tovább. A budapesti szervezetben is választásra került sor, a szervezet Penczi Ildikót választotta meg elnöknek. Megválasztásukhoz gratulálunk.

Munkánkba annak a két megyének – Somogy és Vas – a klubvezetői, tagjai is aktívan vesznek részt, ahol nem működik megyei elnökség. Az országos szövetség alelnökei, dr. Kocsis Gyula és Szalai Antal területi képviselők több megyében is segítették a klubéletet.

A megyékben jól szervezett szakmai munka, a klubokban aktív közösségi programok folytak. Hajdú-Bihar megyei szervezetünk, élén a 2021. évben megválasztott új elnökkel, Szabó Sándorné Elek Irénkével, 2023. évre megháromszorozta az induláskori taglétszámot. Az eredmények mögött nagyon kemény, következetes munka áll. Ennek ellenére, még mindig csak a vármegye felében vannak jelen. Komoly elismeréseket elért művészeti csoportjaik vannak. A gyaloglóklubok szervezésében is kiemelkedő eredményt értek el. Aktív szerepet vállalnak a hajdúszoboszlói országos rendezvényeink megvalósításában is. Komárom-Esztergom vármegyei szervezetünk ebben az évben kiemelten foglalkozott az okos eszközök használatával, az internet biztonság kérdéseivel, a kiber-bűnözéssel az Idősek Akadémiája keretében. Együttműködtek a vármegyei Rendőrfőkapitánysággal. Az okoseszközökkel online vetélkedőt szerveztek „Falvak, városok mit tudhatok rólatok?„ címmel. Kulturális rendezvényük nagy létszámban vonzották a tagjainkat. A Fejér megyei elnökség és klubok által szervezett programok igen sokszínűek. Gondot fordítottak az aktív idősödést támogató programok vár szervezésére, számuk növelésére. Ilyen az egészségnap szervezése, az ingyenes szűrővizsgálatokra való figyelemfelhívás, a gyaloglóklubok, a Rummikub és örömtánc stb. szervezése. Gazdag kulturális élet folyik Fejérben. Figyelemreméltó szakmai kapcsolatokat alakítottak ki és ápolnak a megyében. Zalai szervezetünk gazdag munkájából nehéz lenne egy-egy elemet kiemelni. Talán, ami leginkább meghatározza a sikereiket, az a közösségi tervezés és a nagyon tudatosan szervezett jelenlét a médiában, a települések közéletében Az „Életet az éveknél” mozgalom bemutatása a települések kulcsszereplőinek eredményt hozott a klubok számának növekedésében is. Gondot fordítanak a külső-belső kommunikációra. Baranya megyében az új vezetés komoly kihívás előtt áll. A klubok létszáma az elmúlt években csökkent. Feladatuk a szervezetfejlesztés. Erre minden esélye megvan az új vezetésnek, hiszen a 2022. évben is értékes programokat valósítottak meg. Győr-Moson-Sopron megyei szervezetünk vezetése hagyományosan jó munkamegosztásban dolgozik, szoros a kapcsolatuk a klubvezetőkkel. A megyei klubvezetői megbeszélések magas színvonalú események. A soproni országos rendezvényhez nyújtott szakmai segítséget külön is köszönjük Zsámbokiné Buday Anna elnöknek és Kovács Ditke elnökségi tagnak. Tolna megyében Fóberné Orova Valéria elnök irányításával aktív elnökségi munka folyik. Az év során 5 sikeres, többszáz főt vonzó nagyrendezvényt bonyolítottak le. A gyaloglóklubok és az örömtánc szervezésében igen jó eredményeket értek el. Az országos rendezvények állandó résztvevői. Budapesti szervezetünk Budapest Másképpen címmel előadásokkal összekötött történelmi, kultúrtörténeti sétákat szerveztek; a könyvklub programjaikra a hazai kulturális élet kiválóságait hívták meg. Dr. Talyigás Katalinnak kiemelkedően fontos szerepe van a Nyugdíjas Szervezetek Egyetető Tanácsának munkájában. Ugyancsak elismert szerepet tölt be a Fővárosi Idősügyi Tanácsban. Budapest megalapításának 150. évfordulója alkalmából két vetélkedőt szerveztek. A szövetség megyei szervezeteinek meghirdetett vetélkedőn 11 csapat vett részt. Az Egyesületünk tagjai részére a 150. évforduló napján a Budapesti Történelmi Múzeumban, a múzeum munkatársaival közösen rendeztek a fővárosról szóló vetélkedőt. Nógrád vármegyében az új vezetés néhány területen – örömtánc, gyaloglóklubok, kártyajátékok – komoly szervezőerőt mutatott fel. Hagyományőrző rendezvényeik kimagasló színvonalúak. Tevékenységük, belső munkamegosztásuk kiszélesítésével a klubok száma is gyarapodhat. Az "Életet az éveknél" Nyugdíjas Klubok Csongrád Megyei Egyesülete életében változást hozott a nyár közepén megtartott tisztújítás. Új összetételű vezetőséget választott a tagság. Fontos szempont volt a fiatalítás. 7 alkalommal tartottak klubvezetői megbeszélést, ami az aktuális feladatok megbeszélése mellett lehetőséget adott a képzésre is. Céljuk a klubok számának növelése. Bács-Kiskun megyei egyesületünk hagyományosan gondot fordít a megyei Idősek Világnapja rendezvény megszervezésére, melynek lehetőség szerint évről évre más település a gazdája. A következő év egyik kiemelt feladatának a szervezetépítést javasoljuk. A klubok száma az elmúlt években jelentősen csökkent. A jobb belső munkamegosztás lehetőség adhat arra, hogy több információ jusson el a klubokhoz. A kecskeméti országos rendezvényhez nyújtott szakmai segítséget köszönjük Szabó Margit elnöknek. Igen értékes volt a rendezvény keretében megtartott klubvezetői megbeszélés. Heves megyei szervezetünk klublétszáma növekedett. Ez köszönhető az elnök és az elnökségi tagok folyamatos jelenétének a rendezvényeken, a színvonalas kulturális- és sportrendezvényeknek. Az év egyik legemlékezetesebb rendezvénye az egri Idősek Világnapja volt. Az egri és a parádi országos rendezvényhez nyújtott szakmai segítséget külön is köszönjük Lázár Tünde elnöknek. Veszprém megyei egyesületünk klubélete hagyományosan jól szervezett. Kiemelkedő szerepük van a szövetség legnagyobb rendezvényének, a balatonfüredi fesztiválnak a megszervezésében. Munkájuk egyik

kiemelkedő területe a kulturális-művészeti rendezvények szervezése. Az év egyik emlékezetes rendezvénye ismételten a zirci Egyházi Kórustalálkozó volt. A sportprogramok szervezése hagyományosan magas színvonalú. A Jász-Nagykun-Szolnok megyei szervezetünk életében változatlanul nagy szerepet játszik a hagyományörzés. A megyében országosan ismert programok zajlanak (tavaszköszöntő, anyák napja, sétálj az egészségedért, sport napok, ünnepek, évfordulók, stb.) A klubvezetői megbeszélések rendszeres, magas színvonalú megszervezése a záloga a növekvő klublétszámnak, az „Életet az éveknek” mozgalom népszerűségének a megyében. Szabolcs-Szatmár-Bereg megyében szinte minden hónapban volt több klub részvételével zajló rendezvény. A legemlékezetesebb megyei találkozó a Rétközi tónál, Szabolcsveresmartomban zajlott 350 fő részvételével. Az egész napos programot az országgyűlési képviselő és a polgármesterek támogatása tette lehetővé. Borsod-Abaúj-Zemplén vármegyében az rendszeresen megtartott elnökségi ülések, az egyesületek és klubok bemutatkozó programjai erősítették az „Életet az éveknek” mozgalom ismertségét. Nem véletlen, hogy a legtöbb új klubot hozták be a szövetségbe. A kulturális programok mellett a kirándulások, a séták határozták meg a tevékenységüket. Békés megyei szervezetünkben 2023 januárjában választás volt. A megújult elnökségben ismételten Zalai Józsefné tölti be az elnöki szerepet. Sokszínű munkájuk eredménye, hogy növekszik a klubok száma. A klubok közötti kapcsolatot erősíti az immáron hagyományos Szanazugi Találkozó, amit 6. alkalommal rendeztek meg 130 fő résztvevővel. Somogy és Vas vármegyékben nincsen elnökségünk. A klubokkal azonban jó kapcsolatot ápolunk, munkánkban részt vesznek.

A 2023. évben a megyei elnököknek, elnökségi tagoknak szóló megbeszélések online és „élőben” zajlottak. Az információ átadása mellett élményt adó, közösséget építő programokra is szólt az országos elnökség meghívása. Ilyen volt az őszi 3 napos tapasztalatcserénk, melyen csak Bács-Kiskun vármegyei szervezetünk nem képviseltette magát. A megyei elnökök rendkívül alaposan felkészültek, mások tapasztalatait várják. Sok jó gyakorlatról is számot adtak. Ezúttal több szakmai előadásra vendégelőadókat is felkértünk. Kiváló előadást tartott Révész Máriusz államtitkát a lakosság egészségi állapotáról; Farnadi Judit a szervezetfejlesztésről és Karacs Erika a memóriatréningről. A résztvevők úgy nyilatkoztak, hogy hasznosnak tartották a képzésnek ezt az új formáját.

A 2023. évben a klubok fegyelmezetten fizették a tagdíjat. A megyei elnököknek, Paulics István elnökhelyettesnek és Dudusch Katalin önkéntesnek köszönhető, hogy – számos egyeztetést követően – pontosabbak a nyilvántartások. Ezek minősége alapvetően attól függ, mennyire napra készek a megyei nyilvántartások. Munkánknak ez az alapja. Az híreket is oda tudjuk hatékonyan eljuttatni, ahol a megyei elnökségek kapcsolata élő a klubokkal. Mára mindenki sokkal jobban érti, ha a klubok időben befizetik a tagdíjat, az elsődlegesen a megyei szervezet működését segíti, hiszen a befizetett összeg 70%-át ellátmányként kapták vissza. Gratulálunk azoknak a megyei elnököknek, ahol már március-április hónapokban magas a befizetési arány.

b/ kommunikáció

Szövetségünk nagy hangsúlyt fektet tagszervezetei, tagjai információval való ellátására. A 2023. évben havonta jelent meg az „**Életet az éveknek**” **Hírlevél** online változata. Egyre többen keresik az e-mailben is elérhető és a honlapunkon is olvasható, letölthető Hírlevelet. Ahol a megyei elnökség, a klubvezetők gondot fordítottak a tagok tájékoztatására a változásról, hamar népszerűvé vált. A Hírlevél képes a kapcsolatok erősítésére az országos elnökség és a nyugdíjasklubok között; lehetőséget ad a klubok tapasztalatcseréjére; ellátja a klubokat, klubtagokat információval a Szövetség eseményeiről, lehetőségeiről, a nyugdíjas társadalmat érintő változásokról. A számok azt mutatják, egyre többen tudnak az online Hírlevelelről. Ebben az évbe már havonta közel 12 ezer körül volt a letöltések száma. Ez a korábban papíralapon kiküldött Hírlevél számának többszöröse. .

A követőink száma a Facebookon meghaladta a 3000-et. Évente több hírünk elér 10-12 ezer emberhez. A rekordot egy videoklip érte el, amely 2 hét alatt 370 ezer emberhez ért el. Egyre több megyei szervezetünknek, kluboknak van Facebook oldaluk. A Facebook szerepe egyre erőteljesebb a kommunikációban. Szeretnénk, ha ezzel a lehetőséggel valamennyi megyei szervezetünk élne. A

2023. évben is igyekeztünk információval ellátni a megújult www.eletetazeveknek.hu honlapokra látogató tagjainkat. A 2024. évben, a tapasztalatok összegzését követően, több változást is tervezünk.

c/ nemzetközi kapcsolatok

Országos szinten elsősorban az EURAG-hoz (idősek európai szervezete) kötnek bennünket szoros kapcsolatok. Az EURAG a 2023. évben is igen intenzíven dolgozott. Dr. Hegyesi Gábor nyugdíjas egyetemi tanár, akinek a nemzetközi szervezetekkel való együttműködésben jelentős tapasztalatai, biztos angol nyelvtudása van, a 2023. évben is folyamatosan dolgozott az EURAG-gal és az egyes tagszervezetekkel. Létrehozta azt a munkacsoportot, ami lehetővé tette a már Csehországban működő Memory Training program magyar nyelvű adaptálását. A képzést 2023. évben elindult, és azon 35 fő vett részt. A szervezet online ülésein a 2023. évben rendszeresen részt vettünk. Ott voltunk a prágai ülésen, majd a következő közgyűlésen, Tel Avivban. A közgyűlést követő tanácskozáson - Az infláció idősekre gyakorolt hatása témájú - az elnök, Hegyesiné Orsós Éva is előadást tartott.

Megyei szervezeteink, klubjaink a határon túli és külföldi testvérklubjaikkal kapcsolatot tartanak.

Összefoglalva: A beszámoló igyekezett teljes képet adni a 2023. évben végzett munkánkról. Az elmúlt évben szövetségünk a hírnevéhez méltóan dolgozott. Folytatnunk kell a szervezet megújítását, a változó körülményekhez való alkalmazkodást. A szövetséggel szembeni külső és belső elvárások az eddigieknél is erősebb szervezettségű közösséget igényelnek.

Köszönetet mondunk az országos, megyei elnökségek tagjainak, a klubvezetőknek, az önkéntes segítőknek, akik munkájukkal, szakmai tapasztalataikkal, szorgalmukkal sokat tettek idős társaikért és a klubmozgalom célkitűzéseinek megvalósításáért, az idősek biztonságáért.

Budapest, 2024. február 17.

dr. Hegyesiné Orsós Éva elnök sk.