

Életet az éveknek



Nyugdíjas Klubok és Idősek „Életet az Éveknek” Országos Szövetsége Hírlevele

2024. augusztus

Kedves Klubtagok!

Mint tudjátok, tavaly október óta munkánkat az Aktív Magyarországért Állaptitkárság is támogatja. Az a szakmaiság, amit képviselnek, összhangban van mindazzal, amit alapításunk óta képviselünk. Az ország minden területéről jönnek a hírek a gyaloglóklubok létrehozásáról; kapjuk a fotókat az örömtáncról, a memóriatréningről, az erdei kirándulásokról, a művészeti fesztiválokon történő fel-lépésekről. Ebben a hírlevélben is több írás számol be klubjaink egészségmegőrző, vagy inkább öröm-szerző munkájáról.

Júliusban 18 esemény zajlott 6 vármegyei szerve-zetünk szervezésében. Ezekon közel 800-an vettek részt. Látjuk, hogy vannak olyan szervezeteink, amelyek jól megértették, hogy micsoda lehetőséget rejt a közösségépítésben, a tagjaink egészségének a megőrzésben ez a program. Ők úgy szervezik az örömtáncot, a gyalogló programokat, a memória-tréninget, a szűréseket stb., hogy ezekről a lehető legtöbb tagunkhoz eljusson az információ, minél többen részt is vegyenek a programokon. Nem véletlen, hogy ezekben a megyékben már a folytatást szervezik. Ez az igazi értelme ennek a programnak.

Szeptembertől online oktatási program fogja segíteni a megyei elnökök és az általuk megnevezett, „kulcsemberek” tudásának a bővítését. A képzési program végső célja a program fenntarthatóságá-nak a biztosítása. Azt szeretnénk, hogy minél töb-ben megértsék, felelősek vagyunk az egészségünk megőrzéséért, és ezért nekünk magunknak is töb-bet kell tennünk. Napokon belül kiküldjük a képzés tematikáját, amit megtalálhattok majd a honlapun-kon is.

Csak néhány adatot hozok nektek arra, mennyire fontos, hogy tegyünk magunkért. Persze, hozzá te-szem, nemcsak nekünk vannak feladataink! Fontos például, hogy a jó minőségű egészségügyi szolgál-tatásokhoz, a szükséges gyógyszerekhez mindenki hozzáférjen.

(folytatás a 3. oldalon)

A TARTALOMBÓL:

* Fedezzük fel Hajdúszoboszló és környéke szépségeit! - Program és jelentkezési lap *



Mozgással - Tudással az Aktív Időskorért Program 2024. megvalósításáról

Az Aktív Magyarország logója a NETAlálj kifogást! felirattal párhuzamosan több településen is feltűnt az utóbbi időben. A szövetséghez tar-tozó klubok tagjai körében a mozgás igen sok-féle formája népszerű. Azok, akiknek az egész-sége nagyobb megterhelést nem enged, azok a gyaloglásnak, egymás lakóhelye, a lakóhelyek környezetének megismerésével egybekötött sé-tának hódolnak, de nagy sikere van az örömtánc-nak, és mind többen hódolnak a bowlingozásnak is. Sőt, a memória tréninggel az agyunkat is megmozgatjuk.

Júliusban és augusztusban a Hírleveleinkben ezek a tudósítások töltik be a főszerepet, de tud-juk azt is, hogy a sportolásnak, a testmozgás-nak nemcsak a program keretein belül hódolnak nyugdíjas tagtársaink. A most közzétett írásban és fotókban is rögzített eseményeken kívül még sok helyen kapcsolódtak be az Aktív Magyaror-szág programba.

Augusztusi Hírlevelünkben a következő írások tudósítanak a nyugdíjasok mozgással töltött napjairól:

- Mozgással – Tudással Borsod-Abaúj-Zemplén vármegyében
- Öröm és örömtánc a Tisza-tónál
- Aktívan Csongrádban is
- Mozogni sosem késő
- Mozgással, tudással...
- Túronyi Piknik az Aktív Időskorért
- Sportnap Szandaszőlősen

Továbbra is várjuk az Aktív Magyarország **Mozgással - Tudással az Aktív Idősprogram megvalósításáról** szóló tudósításokat.



Idén októberben újra Senior+ Expo!

Ősszel ismét lesz Senior+ Expo Budapesten, a BOK csarnokban október 25-26-án

A tavalyihoz hasonlóan készülünk egészségszűrésekkel, korosztály-specifikus tanácsadásokkal, rengeteg kiállítóval, mozgássarokkal, izgalmas színpadi előadásokkal, sztár fellépőkkel. Mindkét nap az Operett-színház társulata fog ismert operetteket előadni, pénteken Csonka András zárja a napot.

Örömmel jelentjük be, hogy a Senior+ Expo és a Nyugdíjas Klubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetsége idei szorosabb együttműködése ismét lehetővé teszi, hogy kedvezményes jegyvásárlást biztosítsunk.

- A 10 főnél nagyobb létszámmal érkező csoportok esetén a kedvezményes jegyár díja: 2800 forint helyett 2000 forint, amennyiben a helyszíni vásárlás során bemondják, vagy a regisztráció során használják az „Életet az éveknek» jelszót. A jegyeket a helyszínen lehet megvásárolni és átvenni a főbejáratnál található jegypénztárban, de előzetes regisztrációs szükséges hozzá az info@seniorexpoplus.hu e-mail címen.

Újdonság idén a csoport vezetői kedvezmény:

- Amennyiben a csoport létszáma eléri a 15 főt, és előzetesen regisztrálnak, úgy a csoportvezetőnek ingyenes jegyet biztosítunk.
- Amennyiben a csoport létszáma eléri a 25 főt, és előzetesen regisztrálnak, úgy a csoportvezető részére 2 db ingyenes jegyet biztosítunk.

A csoportos regisztráció (10 fő feletti létszám) határideje: 2024. október 14.

Azoknak, akik október 14-ig nem tudtak a csoportos regisztrációban részt venni, a helyszínen, az esemény napján (október 25-26-án) jelszó használatával egyéni szinten is lesz lehetőség kedvezményes jegyvásárlásra.

Elérhetőségeink: Hering Krisztina +36302603012, és info@seniorexpoplus.hu.



A 2023-as rendezvény számokban

7.500 résztvevő

40+ kiállító

1.500 elvégzett szűrővizsgálat

SENIOR E·X·P·O

OKTÓBER 25-26.
BOK CSARNOK

HÁZIGAZDA

SZTÁRFELLÉPŐ



Kedves Klubtagok!

(folytatás az 1. oldalról)

A magyar férfiak 73 százaléka, míg a nők 87 százaléka éri meg a 65 évet, azonban az egészségben eltöltött további évek száma kifejezetten alacsony; mind férfiak, mind nők esetén 4,9 év, ami az Európai Unió egyik legrosszabbja. Vagyis az idősödő magyarok betegséggel, csökkenő életminőséggel élik nyugdíjas éveiket.



EU-s szinten a 65 éves férfiak várható további élettartama átlag **17,3 év**, a **nők pedig 20,9 év**. Ezzel szemben **Magyarországon** a férfiak esetében ez **csak 13,2 év**, illetve a nőknél, **17,3 év**. Ezek a számok rendkívül lehangolóak.

Közös erővel sokat tehetünk azért, hogy ezek a számok változzanak, és végső soron az életünk minősége javuljon. Augusztusban már elindult az első

regionális program is. Szabó Sándorné Elek Irénke, Hajdú-Bihari Szervezetünk elnöke Nádudvarra hívta meg Borsod-Abaúj-Zemplén és Szabolcs-Szatmár-Bereg megyei tagjainkat. Több mint 650-en vettek részt a rendezvényen, ahol voltak szűrések, volt gyaloglás, örömtánc, Rummikub, bemutatózási lehetőség a művészeti csoportoknak. És persze, tagjaink élvezték a gyógyvizet, az úszást is.

Kedves Klubtagok!

A hírlevélben, a Facebook oldalunkon sokat olvashattuk ezekről a programokról. A hírlevélben önálló rovatot hoztunk létre a programnak. A kommunikációban több változást is tervezünk, hogy minél több tagunkhoz eljusson az információ a programokról. Kérünk benneteket, hogy a jövőben azokat az írásokat, amelyeket a hírlevélbe szántok, a következő e-mail címre küldjétek el:

hirlevel.eletetazeveknek@gmail.com

Kérjük, ide írjatok, mert minden más e-mail cím, amire az írásaitokat küldtéték, meg fog szűnni – legalábbis a cikkek fogadására.

Szép és aktív nyarat kívánok minden kedves Klubtagunknak!

Üdvözlettel:

Hegyesiné Orsós Éva



Pillanatfelvételek a győri Holdfény klub mozgalmas életéből: augusztus 1-én Szenior tánc találkozó volt Pápán, közel ötszázán táncoltunk. A második képen a Holdfény klub táncosai Kukorelly Noémivel, a találkozó szervezőjével.

Impresszum

„Élet az éveknek” Hírlevél

Szerkeszti a Szerkesztő Bizottság

Felelős szerkesztő: Szőke Rozália • Felelős kiadó: dr. Hegyesiné Orsós Éva

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

Cím: 1068 Budapest, Benczúr utca 45.

Tel./Fax: 0036-1-3270118 • E-mail: hirlevel.eletetazeveknek@gmail.com • Web: www.eletetazeveknek.hu

Belső terjesztésre! • ISSN 2.9.1./1003-1/2005



Mozgással – Tudással az Aktív Időskorért program keretében Borsod-Abaúj-Zemplén vármegyében elsőként gyalogoltunk, illetve az interaktív előadást hallgattuk meg július 18-án. A Diósgyőri vártól a Vasgyári Községi házig tartott az utunk. Ez a távolság 3,5 km volt. A nagy meleg kicsit nehezítette az utunkat, de vidáman értük el a célt. Velünk gyalogolt **Kovács Krisztina** is, aki az Interaktív előadást tartotta. Nagyon színvonalas, az időskor minden szellemi és fizikai területének szinten tartását segítő, játékokkal színesített előadásban volt részünk. Köszönjük, hogy mindennek részesei lehettünk.

Iróczki Ferencné

Öröm és örömtánc a Tisza-tónál

23 csapat versenyzett és teljesítette a 10 állomás kihívásait Dinnyésháton a 9. Senior Sport és Egészségnapon. A feladatok nagyon szórakoztatóak voltak, örültünk, hogy mindenkit mosolyogni láttunk. Kiválóan játszottak a csapatok megküzdve a széllel, a ping-pong labdákkal, a vizes poharakkal és a puzzle bizonyos darabjaival. A célzóvíz és a zsíros golyó is jól működött, melynek meg is lett az eredménye.

A „Mozgással – Tudással az Aktív Időskorért Program 2024” az Aktív Magyarországiért Felelős Államtitkárság támogatásával valósult meg a Nyugdíjas Klubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetsége szervezésében. A program keretén belül a Heves Vármegyei Szervezethez tartozó klubok tagjai örömtánc oktatásban vehettek részt ezen a napon **Lajcsikné Erzsike** örömtánc oktató jóvoltából. Erzsike szakmai felkészültsége kiváló, számos zenével és koreográfiával készült a napra sokunk nagy örömeire. Nagyon aktívak és lelkesek voltak a résztvevők, valamennyi tánchoz nagy létszámmal csatlakoztak. A tánc után telefonszámok cseréjére is sor került, így barátságok is kötődtek, és új közösségek ismerték meg egymást a közös mozgás által.

A tánc mellett gyalogoltunk a Tisza-gáton, egészségügyi szűréseken vettünk részt, és nagyon sokat mozogtunk. A jelen lévő unokákat is sikerült bevonni a táncba. Nagy kedvet kapott mindenki, így még lelkesebben készülünk egy új koreográfiával az idősek napjára.

Első lett Besenyőtelek, második Egerfarmos, harmadik Eger – EKE, negyedik az Örökzöld férfiak Tiszánána csapata. Gratulálunk mindenkinek!

Lázár Tünde



Harmadik alkalommal megrendezett Túronyi Pikniken, az „Életet az éveknek” klubszövetség 14 baranyai nyugdíjas klubja vett részt, 150 fővel. Idén az eső miatt sajnos a tervezett gyaloglást kevesebben vállalták, de néhányan, a bátrabbak elindultak. A többiek az öröm táncban vettek részt.

7 település nevezett be a palacsintasütő versenybe. A közösen eltöltött idő, a finom ebéd, a sok különleges palacsinta, a zeneszó és tánc határozta meg a nap kitűnő hangulatát.

A rendezvény kísérő programja volt a Mozgással Tudással az Aktív Időskorért programnak.

Kárpáti Zita

Aktívan Csongrádban is

Örömtánc, előadás a mozgásról, gyalogtúra, Memória tréning, bowling, közös játék...



Csongrád-Csanád vármegyében az Aktív Magyarországért felelős államtitkárság támogatásával megvalósított megyei pályázati feladatokat eredményesen és sikeresen teljesítettük. A szervezés és a rendezés során kellő tapasztalatot is szereztünk, hogy hasonló rendezvények során még mit lehet másképpen is megcsinálni.

Az örömtáncot és a mozgást-gyaloglást az interaktív előadással együtt július 1-én tartottuk. A nagy kánikula ellenére a kisteleki Klebelsberg Művelődési Házban nagyon kellemes „hőmérséklet” és hangulat fogadott. A résztvevők a térség nyugdíjasai klubjaiból jöttek el és nem bánták meg. Az örömtáncról szóban is elhangzottak történetek, majd a gyakorlás során mindenki igyekezett minél több mozgáselemet megjegyezni. Játékos volt az egész, mégis feszesen „dolgoztak” a lábak és karok. Nagyon élvezték a sok új táncot, melyet megismerhettek. Sokan voltak, akik először álltak be a táncba, de azt mondták, hogy most elfáradtak, de folytatják. Megszerették az oktatót – **Brigit** –, aki egyébként az egész megyében tartottunk, a frissítő italok és a szendvicsek gyorsan fogytak.

A szünet után **Kovács Kriszta** szenior tréner tartott nagyon színvonalas előadást az egészséggel összefüggésben a mozgásról, annak szükségességéről. Hogyan végezzük a különböző gyakorlatokat, a bemelegítő edzéseket, hogy ne sérüljön meg senki stb. A folytatásban olyan játékos elemeket vitt az előadásába, melyet mindenki örömmel végzett el, és elmondásuk szerint többen a saját klubjukban is megpróbálják elvégezni. A játék igazából egy nagyon jó közös élményt nyújtott a jelenlévőknek.

A nagy meleg miatt a gyalogló sétát kicsit később

tartottuk meg, ahogy a hőség enyhült, a művelődési háztól a horgász-tóig sétáltunk.

Július 8-ra hívtuk nyugdíjasainkat Szatymazra, a Dankó Pista Művelődési Házba, a Memória tréningre. A 41 fokos kánikula ellenére nagyon kellemes körülmények között hallgattuk Brigit, az „agyturkászt” arról, hogy mit is rejt ez a már sokszor hallott fogalom, a memória tréning. Egy magával ragadó, színvonalas és játékos formában végigvezetett előadásban ismerkedhettünk meg a memória bajainkkal, és több játékos feladat elvégzése után, a többség már élvezte a játékot. Köszönjük ezt trénerünk jól összeállított feladatsorának, amely után egy jót pihentünk, frissítettünk és falatoztunk, kávéztunk, sőt még őszibarackot is kóstolhattunk. A pihenés után már hiányzott az újabb feladat. Nagyon jól érezte magát mindenki, és egy kellemes nap után készülhettünk a harmadik programnapra.

Július 17-én délután elfoglaltuk a 100 éves Fogadót Szatymazon, és egy igen nagy bowlingolást csaptunk. Sokan voltunk, de elfértünk a fogadóban. A játékot két pályán kezdtük megismerni, gyakorolni. Örömujjongás volt egy-egy tarolás, vagy egy félre sodródott golyót látva. A hosszú csatározás már versenyszerűvé vált, talán egyik másik „versenyzőnek” megnyúlt a dobókarja is. A végére igazi verseny csapat lettünk. Ezt meg fogjuk ismételni.

Összegezve: kiválasztottunk három olyan napot, amikor a legmelegebb volt, de kaptunk három olyan napot, melyet szívből kívánunk mindenkinek. A legjobb csapatépítő volt ez a három nap! Nagyon köszönjük, hogy részesei lehettünk a közös pályázati munkának.

Egyben köszönjük a támogatóinknak, és a trénerünknek ezt a szép élményt!

Szalai Antal



Sportnap Szandaszőlősen

Nyugdíjasok és Idősek „Életet az éveknek” Jász-Nagykun-Szolnok Vármegye szervezete július 4-én a szandaszőlősi művelődési háznál tartotta az évente visszatérően megrendezett megyei sport napot, ezúttal a tizenharmadikat. A rendezvényen 18 településről, valamint Szolnok városából mintegy 145 klubtagunk vett részt. Rendezvényünket megtisztelte **dr. Kállai Mária** országgyűlési képviselő, **Szalay Ferenc** Szolnok Város polgármestere, akik kedves, biztató, elismerő szavaikkal köszöntötték szervezünket és jelenlévő tagjainkat.

Szanyi István Szandaszőlős képviselője a rendezvényünk kiadásához anyagi támogatást nyújtott. Köszönjük! Budapestről az „Életet az éveknek” Országos Szövetség részéről **Medveczki Aranka**, a szövetség sportbizottságának helyettes vezetője volt jelen. Köszöntötte a klubok tagjait és a vendégeket, és segített a versenyek lebonyolításában. A köszöntések után a szabadban zenére tornáztunk, a tornát **Nagy-Bana Zsanett** kedvesen, jó torna mozgásokkal tette kellemessé az egészségünkre kedvező hatású mozgást. Jó volt látni a sok vidám, mosolygós arcot és a fiatalosan tornázó tagjainkat. A kb. 40 perces tornát követően öt sportágban versenyeztek tagjaink.

Közben **Mihályi János és kollegája**, mint szakácsok, kettő nagy bográcsban főzték a birka pörköltet, a finom illata betöltötte a teret. Természetesen a teremben **Kajos Kálmán** kellemes zenéjét élvezhettük. Ebéd előtt egy kis gyomorerősítő és jöhetett a finom birka pörkölt burgonyával, savanyúsággal és egy üveg ásványvízzel. A kellemes hangulatot fokozta a versenyben elért eredmények alapján mind az öt sportágban az első három helyezett elismerése, díjazása, ezt követően a tombola húzása is vidámságot egy kis izgalmat okozott tagjainknál, hiszen nagyon szépek voltak a tombola tárgyak, ami köszönhető a kluboknak, akik ajándékként hozták. Továbbra is szól a zene és táncoltak, illetve hallgatták a jó zenét és örömmel beszélgettek egymással klubtagjaink.



Rendezvényünk sikerességéhez nagyban hozzájárult a napsugaras idő, és köszönet azon tagjainknak, akik valami formában segítettek, hogy sikeres legyen az együtt töltött napunk.

Mihályi Jánosné



Mozgással, tudással...

Bács-Kiskun Vármegyében július 9-én Solton találkoztak a mozgásra, tudásra vállalkozók, vágyakozók a „Mozgással – Tudással az Aktív Időskorért” program szervezésében.

A városközi Napsugár klubból 13-an, a solti Petőfi Egyedületből 17-en jöttek el, hogy a Mozgással – Tudással az Aktív Időskorért 2024 program részeként **Karacs Erika** tréner irányításával mozgassák meg nemcsak a testüket, hanem a memóriájukat is.

Sántáné Szabó Margit

Mozogni sosem késő



Ezzel a szlogennel indítottuk útnak a „Mozgással – Tudással az Aktív Időskorért” című Regionális Nap szervezését Hajdú-Bihar Vármegyében, amely kibővült Borsod-Abaúj-Zemplén és Szabolcs-Szatmár-Bereg Vármegyék „Életet az éveknek” tagjaival is. Helyszínül a Nádudvari Gyógy és Strandfürdőt választottuk, mert többször megtapasztaltuk már a városvezetés segítő hozzáállását, amire mint később kiderült, a szokásosnál is nagyobb szükség lett.

Tervezéskor 300 jelentkezővel kalkuláltunk, a változatos program kínálat, a sok kísérő program, az újszerűség azonban olyan nagy érdeklődést váltott ki, hogy két héttel a rendezvény előtt le kellett zárni a jelentkezéseket, de így is 651-en regisztráltak. Hajdú-Bihar Vármegyei Szervezetünk elnökeként elsőként én köszöntöttem a szép számú közönséget, azt a Senecától vett idézetet ajánlva tagjaink figyelmébe, hogy „**Nem élni jó, hanem jól élni jó**”. Ezért viszont tenni kell, mert a WHO kutatásai alapján is az egészségi állapotunkra a legnagyobb hatással az egyén egészségmagatartása, életmódja van. Megelőlegezve azt, hogy képet kaphatnak a jelenlévők **Kovács Kriszta** senior tréner előadásából arról, hogy mit **tehetünk saját magunkért, egészségünkért, jó közérzetünkért és hogy mozogni jó**.

Révész Máriusz Államtitkár gondolatait az Aktív Magyarországiért felelős Államtitkárság projektvezetője, **Horváth Rita** ismertette. Az üzenetben szerepelt, hogy „Azokon a helyszíneken vagyunk sikeresek, ahol van ember a gáton” Üzenjük államtitkár úrnak, hogy itt voltunk szép számmal, amiről a projekt vezető asszony személyesen is meggyőződött. Nagyon köszönjük neki az aktív részvételt.

Dr. Hegyesiné Orsós Éva, az országos szövetség elnöke is örömét fejezte ki a nagyszámú érdeklődő közönség miatt, és kiemelte a mozgás szükségességét idős korban. A Hajdú-Bihar Vármegyei Ön-

kormányzat részéről **Bulcsu László** alelnök ismerősként köszöntötte szervezetünk tagságát (mivel rendezvényeink állandó meghívottja), és hatalmas gratulációja mellett további támogatásáról biztosította a tagságot.

A rendezvényt házigazdaként Nádudvar polgármestere, **Maczik Erika** nyitotta meg, egyben örömét fejezte ki, hogy évről-évre otthon biztosíthatnak ezeknek a nagyszabású rendezvényeknek, amelyet az Életet az éveknek Hajdú-Bihar Vármegyei Szervezete rendez.

A színpadon délelőtt a mozgásé, délután a szórakoztatásé volt a főszerep. Mindkét formát nagy érdeklődés kísérte egész nap, estébe nyúlóan. Jelen volt **Kiss Erzsébet** az Aktív Magyarország „arca” is, aki a gyalogló programot vezette, és mint igazi testnevelő bemelegítés után vidáman gyalogoltatta a szép számban mozogni vágyókat. A programok paralel folytak, egymás zavarása nélkül, így sosem volt nagy tömeg a fürdő területén. Megválaszthaták a tagok a számukra szimpatikus formákat. A vízi torna például két medencében is megvalósult, Erzsike és **Böszörményiné Szabó Mariann** gyógytornász vezetésével, amibe a jelenlévő városlakók is részt vettek. A senior örömtánc is olyan népszerűségnek örvendett, hogy 80 éven felüli tagok is vidáman táncoltak **Hódosné Dienes Gyöngyivel**. Számos program és kísérő rendezvény gazdagította a napot és tartotta mozgásban a jelen lévőket. Jó döntésnek bizonyult a helyszínválasztás is, mert ahol zárt térre volt szükség azt a légkondicionált Spotcentrum biztosította, a szép árnyas szabadterben pedig nem kellett a zsúfoltsággal küzdeni. Monspart Saroltát idézve: „**A természet a világ legcsodálatosabb spotstadionja.**”

Távozáskor vidáman mosolygó arcokkal köszönték meg a lehetőséget, hogy rész vehettek ezen a sokszínű, mozgalmas rendezvényen és jelezték, hogy szívesen jönnének máskor is. Köszönjük a meghívott vendégeinknek, hogy személyes részvétellel tiszteltek meg minket, Nádudvar Város vezetésének azt a sok segítséget, amit a sikeres lebonyolításhoz nyújtottak, minden résztvevőnek, szereplőnek, csoporttagnak azt a békés, felhőtlen hangulatot, ami az egész napot belengte. A nyár további részére feladatai ellátásához mindenkinek jó egészséget és aktív kikapcsolódást kívánok!

Szabó Sándorné Irénke



Fedezzük fel Hajdúszoboszló és környéke szépségeit!

Barátság Gyógy- és Wellness Szálloda ***

(4200 Hajdúszoboszló, Mátyás király sétány 19.)

2024. november 18-21. (hétfő-csütörtök)

Tagjaink körében nagy az igény a közösségépítő programokra. Erre különösen a többnapos rendezvények adnak lehetőséget. Minden alkalommal tapasztaljuk, hogy az együtt töltött idő, a közös élmények, a szövetség munkájáról átadott információk után közösségünk erősebb lesz, és új klubok csatlakoznak hozzánk.

A szálloda elismert gyógyvize és wellness szolgáltatásai, kellemes környezete, a fakultatív programok garantálják a feltöltődést. Hajdúszoboszló gyógyvize kiválóan alkalmas idült mozgásszervi, belgyógyászati, nőgyógyászati betegségek gyógyítására, izom- és csontsérülések utókezelésére.

A szállodában elérhető az MD orvosi kollagénterápia is, amely egy olyan injekciós kúra, amely hatékonyan képes csökkenteni a kopás, gyulladás, túlerőltetés, sportsérülés során fellépő fájdalmat és mozgásszervi panaszokat. Tagjaink a program alatt bővebb tájékoztatást is kaphatnak e hatékony terapiáról. A tartós eredmény eléréséhez legalább 4 alkalmas kúra szükséges. Ez igény esetén a program ideje alatt is elvégezhető. Itt olvashattok többet róla: www.mdkollagen.hu.

A Barátság Gyógy- és Wellness Szálloda***superior Hajdúszoboszló üdülőövezetében, a belváros közelében, csendes, nyugodt helyen található. A szálloda kényelmes szobákkal várja a kikapcsolódni vágyókat. Valamennyi szoba erkéllyel, színes televízióval, telefonnal, fürdőszobával, internettel felszerelt. A szálloda teljes körűen nemdohányzó. A program középpontjában a közösségépítő programok, az egészségmegőrzés, a gyógyfürdőzés és a környék közös felfedezése áll.

Hagyományosan várjuk a tánccsoportok jelentkezését. Bemutathattok hagyományőrző táncot, néptáncot, modern táncot, szalontáncot stb.

Műsoridő: legfeljebb 10 perc.

NEVEZÉSI DÍJ:

Nyugdíjas Klubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetséghez tartozók részére, akik a szállodai szolgáltatást is igénybe veszik a Hotelben – 1500 Ft/csoport.

Más nyugdíjas szervezethez tartozóknak, és azoknak, akik a tagjaink, de nem vesznek igénybe szállodai szolgáltatást a Hotelben – 2500 Ft/csoport.

Utazás: egyénileg

Részvételi díj a Szövetség klubjaihoz tartozóknak:

- Kétágyas szobában 60.500 Ft/fő/4 nap (3 éjszaka)
- Egyágyas szobában 78.500 Ft/fő/4 nap (3 éjszaka)
- Junior három, illetve négyágyas apartmanban 59.000 Ft/fő/4 nap (3 éjszaka)

Részvételi díj a nem a Szövetségünkhöz tartozóknak:

- Kétágyas szobában 62.500 Ft/fő/4 nap (3 éjszaka)
- Egyágyas szobában 80.500 Ft/fő/4 nap (3 éjszaka)
- Junior három, illetve négyágyas apartmanban 61.000 Ft/fő/4 nap (3 éjszaka)

A csomagár tartalmazza:

- a svédasztalos reggelit, könnyű ebédet (13 és 15 óra között) és a büfévacsorát;
- az idegenforgalmi adót;
- a nyitvatartási idő alatt (07.00-20.00 óra között) a teljes wellness részleg használatát (bel- és kültéri gyógymedence élményelemekkel, váltó-, pezsgőfürdő, szauna, infrasauna, gőzfürdő, nyáron saját strand, úszómedence), fürdőköpeny-használatot, parkolási díjat és rendkívül gazdag programokat;
- reggelente reggeli torna (20 perc), jóga a mindennapi életben! (átmozgató, könnyű torna) 20 perc; naponta aquafitness;
- táplálkozás szakértő előadása kóstolóval egybekötve (60 perc);
- Meridián torna Cseri Melinda életvezetési tanácsadóval (30 perc);
- helyi őstermelők bemutatkozása (házi sajtok, kolbászok, lekvárok stb.);
- esténként élőzene (18.00-24.00 óra), közös tánctanulás.

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

Fakultatív programok:

1. Berettyóújfalu–Zsáka – indulás november 19-én délelőtt

Az 1974-ben alapított **Bihari Múzeum** 2001-ben költözött Berettyóújfalu főterére, az 1874-ben épült egykori községháza épületébe. Az épület volt a város első emeletes épülete. A múzeum 8 termes állandó, valamint időszakos

kiállításokkal is várja az érdeklődőket. A Bihari Múzeum „Az év múzeuma 2014” díjjal büszkélkedhet, a múzeumban őrzött tudás széleskörű megosztásáért, az oktatásban, nevelésben játszott szerepéért a városban.

A berettyóújfalui zsidóság egykor a régió egyik legvirágzóbb közössége volt, megerősítve ezzel Berettyóújfalui központi szerepét a bihari térségben. Ennek példaként 1903-ban építették fel zsinagógájukat a híres Blum Amram rabbi vezetésével. Régi vágya teljesült a berettyóújfalui polgároknak és az egykor itt élt zsidó emberek leszármazottainak, hogy az évtizedekig vasbolt raktárként működő, majd üresen álló zsinagógát újra az eredeti fényében láthatják. A **Zsinagóga Kultúrtér** ma már nemcsak a berettyóújfaluiak számára vált közkedvelt kulturális térré, hanem az ősökre való emlékezés és a zsidó vallás gyakorlására is kiválóan alkalmas színtér.

Zsáka településen a Rhédey kastélyba látogatunk. A zsákai Rhédey kastélyt gróf Rhédey Gábor építtette 1858-ban. A kastély bástyaszerű elemekkel díszített formájával hívja fel magára a figyelmet, magán viselve a XIX. század kedvelt építészeti stílusának, a romantikus historicizmusnak a jegyeit.

1945-ben államosították a kastélyt, a főépületet a pártok, a melléképületeket a helyi földművelő szövetkezet használta. 1950-től kezdve iskola működött benne egészen 1984-ig. Védetté 1958-ban nyilvánították. A kastély jelenleg az egyetlen Rhédey emlékhely Magyarországon. A magyar történelem szempontjából meghatározó Rhédey családnak állít méltó emléket állandó kiállításával.

A program legalább 40 fő részvételével indul el.

Részvételi díj: 7.500-Ft/fő (valamennyi költséget tartalmaz)

2. Fedezzük fel Hajdúszoboszló „múzeumi negyedét” – indulás november 20-án, 13.30 órakor

A gyógyfürdőtől 1000 méterre található Bocskai István Múzeum három épületében hét állandó kiállításon mutatja be Hajdúszoboszló kulturális örökségét. A múzeumot autóbusszal közelítjük meg, majd a tárlatvezetés után rövid városnézésre kerül sor.

A kiállítások interaktív élményt nyújtanak. A látogatók a történeti kiállításon kézbe vehetik a hajdúk fegyvereit és írhatnak palatáblán, a Retró-kiállításon kipróbálhatnak egy „Trabant-szimulátort”, a helytörténeti kiállításban pedig felpróbálhatják a helyiek hagyományos viseleteit. Míg a művészeti kiállításokban Picasso és Chagall alkotásai, addig a Fejedelmi Kincstárban a Bocskai-korona és jogar másolatai tekinthetők meg.

A Fejedelmi Kincstár tárlatvezetéssel történő megtekintése után lehetőség nyílik a többi kiállítás megtekintésére kb.1,5-2 órában.

A programon maximum 50 fő vehet részt.

Részvételi díj: 3.200,- Ft/fő (valamennyi költséget tartalmazza)

3. Látogatás Debrecenbe, november 20-án, 9 órától

A debreceni református nagytemplom Debrecen legjellegzetesebb épülete, 1500 m²-es alapterületével az ország legnagyobb református temploma, ezenkívül a legnagyobb protestáns templom is az országban.

A debreceni Szent Anna-székesegyház a Debrecen-Nyíregyházi egyházmegye székes temploma, plébániatemplom. A katedrális 1993-ig csak plébániatemplomként működött, abban az évben ugyanis II. János Pál pápa székesegyházi rangra emelte a Debrecen-Nyíregyházi egyházmegye megalapításával. A barokk stílusú templom 1746-ra készült el, 1834-re copfstílusban épült át. Társszékesegyháza a nyíregyházi Magyarok Nagyasszonya társszékesegyház.

Részvételi díj: 6.950 Ft/fő (valamennyi költséget tartalmaz)

Visszaigazolást küldünk a jelentkezés elfogadásáról, és megadjuk a számlaszámot, ahová a szállás költséget, ha jelentkeztek valamelyik programra, nevezési díjakkal együtt, annak a költségét is egyben kérjük befizetni.

Jelentkezés módja:

A felhívásunkhoz csatolt jelentkezési lap megküldésével.

Részvételi díj befizetésének határideje, a lemondási feltételek: Befizetési határidő: 2024.október 15.

Szobalisták beküldési határideje: 2024. október 15.

Kérjük, hívjátok fel valamennyi jelentkező figyelmét arra, hogy úgy jelentkezzenek, visszatérítésre csak indokolt esetben (kórházi kezelés, haláleset, természeti katasztrófa, járványintézkedés) van lehetőség.

A befizetést mindenki ennek a feltételnek az ismeretében tegye meg.

A részvétel visszamondása 2024. október 16-ig kötbérmentes, ez időpontot követően történő indokolt lemondás és visszafizetés esetén is 10%-os költséget kell felszámolnunk.

A programra legfeljebb 240 fő jelentkezését tudjuk elfogadni. A jelentkezéseket a jelentkezések sorrendjében fogadjuk el.

2024. október 15-ig részletes programot küldünk a résztvevőknek.

Jelentkezés és információ kérhető itt:

Nyugdíjas Klubok és Idősek „Élet az éveknek” Országos Szövetsége

telefon: 06 1 327-0118, e-mail: eletetazeveknekfesztival@gmail.com

Nyugdíjas Klubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetség

Kérjük, olvashatóan töltsse ki!

Beküldési határidő: 2024. szeptember 15.

JELETKEZÉSI LAP

Fedezzük fel Hajdúszoboszló és környéke szépségeit!

Barátság Gyógy- és Wellness Szálloda***

2024. november 18-21. (hétfő-csütörtök)

Helyszín: 4200 Hajdúszoboszló, Mátyás király sétány 19.

Egyéni jelentkezés esetén:

Jelentkező személy neve:

Jelentkező személy címe:

Email: telefonszám:

Klub jelentkezés esetén:

Csoport, klub neve:

Csoportvezető neve:

Csoportvezető levelezési cím:

Csoportvezető telefonszáma: email címe:

Jelentkezők száma: fő A klub kódszáma:

A program keretében szeretnél-e/szeretnétek-e bemutatni táncprodukciót? Ha igen, kérünk, válaszolj az alábbi kérdésekre!

Bemutató időtartama: max. 10 perc.

Fellépők száma: fő

Műsorszám címe, szerzője és betanítója:

Kíséret típusa (élőzene, CD):

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

Szállást..... fő részére kérek

..... db egy ágyas szobát

..... db két ágyas szobát

..... db Junior három-, illetve négyágyas apartmanban.

Berettyóújfalu- Zsáka kiránduláson.....fővel veszünk részt.

Debreceni kiránduláson.....fővel veszünk részt.

„Múzeumi negyed” látogatása fővel veszünk részt.*

A rendezvény megtartására a hatályos járványügyi szabályok szerint kerülhet sor!

*Csak a jelentkezőknek tudjuk garantálni a kiránduláson való részvételt.

A jelentkezési lapot kizárólag a program szervezéséhez használjuk, az azon szereplő információt a rendezvényt követően megsemmisítjük.

Jelentkezés és információ itt kérhető:

Nyugdíjasklubok és Idősek „Életet az éveknek” Országos Szövetsége

1068 Budapest, Benczúr utca 45. IV. em. Tel.:06/1/327-0118

eletetazeveknekfesztival@gmail.com, nyugszov@hu.inter.net

A jelentkezési lap letölthető a www.eletetazeveknek.hu honlapunkról.

Dátum:

.....

aláírás

Kapcsolati tőke, mint erőforrás

Régóta készülök elmondani, hogy minden embernek vannak olyan kapcsolatai, értékei, amelyeket egy közösség nélküli világban csak kevesen élvezhetnek. A kistelepüléseken élők (1000 fő alatti népességre gondolok), ha például nincs egy helye az embereknek, ahol rendszeresen, célirányosan találkozhatnak, kölcsönösen hasznos cselekvéseket hajthatnak végre, akkor a humánerőforrás szegényes marad és a hátrányos, vagy halmozottan hátrányos helyzet konzerválódik. A faluban az idősek elszigetelődése, elmagányosodása szükségszerűen bekövetkezik.

Társas kapcsolatok közé sorolom a nyugdíjas klub mozgalmat. Kisgyőrben tudatosan építettem a meglévő kapcsolati tőkére és a tagság kapcsolati hálójára. A közösségépítésben erőforrást jelentett, ha Kossuth díjas művészt hívtam, vagy a Tudományos Akadémia tagját kértem fel. Én is önzetlenül felajánlottam filozófiai oktatói tudásomat, pedagógiai, szociológiai tapasztalataimat. Egy olyan helyet akartam létrehozni, ahol egymásnak adják a kilincset orvosok, tanárok, kulturális intézmények dolgozói, mentősök, gyógytornászok, természetgyógyászok, amatőr költők, művészek, zenészek, kézműves mesterek, egyházi személyiségek, pap, orgonaművész, az országos és a megyei sajtó munkatársai, újságírók, riporterek, polgármesterek. Nagy és kisebb civil szervezetek vezetői, az Élet az Éveknek megyei szövetség elnöke, munkatársai, a Vöröskereszt megyei és járási titkára, munkatársai, többször is megfordultak nálunk.

Az országos Gyalogló Klub mozgalomhoz való csatlakozás új lehetőségeket, motivációt jelentett. A településen ingatlant megvásárolt külföldi és magyar állampolgárok, mint pártoló tagok magunk köré gyűjtése mind erőforrás. Különösen nagy és nemes feladat más településeken működő klubokkal a kölcsönös kapcsolatok létesítése ápolása, konkrét találkozások, közös programok szervezése. Az Idősügyi Tanácsok vezetői, tagjai rendszeresen kaptak meghívást. Az országos és helyi képviselők sem hiányozhatnak a kapcsolati hálóból. Nagy érték, ha idősbarát önkormányzat és polgármester vezeti a települést. A szálak szövögetése elvezet a különböző minisztériumokhoz, például egy országos pályázatot, mely érinti az időseket.

Az „elszármazottak” is látens segítők lehetnek. További felsorolás helyett azt állítom, hogy egy nyugdíjas klub működésében a siker kulcsa nemcsak a tagságban rejlő képességeken, aktivitáson múlik, hanem hogy a közösség milyen társadalmi kapcsolati tőkével rendelkezik, és így milyen a bizalmi szint a szolidaritás. Talán hihetetlen, de mivel az apró falvakban szűkösek az anyagi források és mivel nem egyesületi vagy alapítványi keretek között működnek a klubok majdnem minden előadónk, akik nálunk szerepeltek, tiszteletdíjak kifizetése nélkül tevékenykedtek. Talán bíztak bennünk és méltónak találták a klubtagságot a szellemi támogatásra. Egymásnak adták a kilincset!

Kozma Ferenc

ELIT

— cipő —

az egészséges lábért




LÁB

EGÉSZSÉGÜGYI

SZŰRÉS

Az egészséges lábért

www.elitgyogycipo.hu

Kapcsolattartó:

| | |
|-------------------|----------------------|
| <i>Nagy Anita</i> | <i>Magyar Balázs</i> |
| 20 / 771 - 2417 | 20 / 239 - 8836 |

Aratóünnep Bük városában

Az Életet az Éveknek Győr-Moson-Sopron Megyei Klubtanácshoz csatlakozott klubok a hagyomány-ápolásból rendszeresen kiveszik részüket. Teszik ezt úgy, hogy tájegységük hagyományait, szokásait más klubok is megismerhessék hazánkban. Rendszeresen hívnak meg klubokat más tájegységről, vagy ellátogatnak oda.

Július 13-án Bük város meghívására hét klubunk aratói látogattak el a 33. alkalommal megrendezett Aratóünnep eseményeire. Bük Város Önkormányzata és munkatársai nagy tapasztalattal rendelkeznek, de új elemekkel bővítve tették emlékezetessé a 15 aratóbanda tagjainak és a népes érdeklődőknek az eseményt. A résztvevők a régi aratások elemeit felidézve gyülekeztek a feladatra, részt vettek az aratás előtti szentmisén, ahol hálát adtak a jó termésért, majd a város megszépült utcáin vonulva megközelítették az aratás helyszínét.

A munka előtt a fürdőnél felállított színpadon dr. Németh Sándor polgármester köszöntötte az aratókat. A kézikaszás aratás után a folklór műsornak, és az aratóbálnak is ez volt a helyszíne. Az aratóbandák a köszöntő és a részvételért kapott emléklap átvétele után jó hangulatban érkeztek az aratás helyszínére, ahol bemutatták, hogyan végezték ezt a nehéz nyári munkát régen. A bemutató eredményes volt, jó hangulatban telt, amit az ott készlt fotók is bizonyítanak. Köszönet a szervezőknek és a résztvevőknek!

Varga József



Szépkorúak Fesztiválja Borsodban

Az „Életet az Éveknek” Nyugdíjas Klubok és Idősek Országos Szövetsége az idén ünnepli megalakulásának 35.évfordulóját. Ebből az alkalomból rendeztük meg a Borsod-Abaúj-Zemplén vármegyei klubok a Szépkorúak Fesztiválját.

Nagyon sokszínű programmal készültek a fellépők. Hallottunk megható prózai jelenetet és vidám verseket. Az énekelni szerető klubok tagjai magyar nótát, táncdalt, operettet és retró dalt adtak elő. A táncoslábú nyugdíjasok szinte minden stílusát bemutatták ennek a műfajnak.

A műsorok végén közösen elénekeltük a „Nyugdíjasok Himnuszát”.

A fesztivál zárásaként a jó hangulatban lévő közönség minden tagja táncra perdült.

Iróczki Ferencné Rózsika elnök



Egészség hét

Örömmel ajánljuk újra figyelmükbe szeptemberi programként ezt a fantasztikus hetet.
Töltődjenek fel nálunk, mi gondoskodunk a jókedvről és a pihenésről is!

Időpont: 2024.09.09-14. (5 éjszaka)

Ellátás: félpanzió

Ajándék programok:

- Nordic Walking oktatás
- Nordic túra túravezetővel
- Meridián torna, Testébresztő torna, Vizitorna
- Szenior tánc, Élőzenés- táncos est

Részvételi díj:

Prémium szobában: (felújított, zuhanyzós, klímás)

95.000 Ft/fő + IFA (400 Ft/fő/éj) Egyágyas felár: 4500 Ft/éj

Igény esetén fürdőköpenyt és strandtörölközőt térítésmentesen biztosítunk.

Sok szeretettel várjuk Önöket!



Tengerparti kiruccanás

Fedezze fel Ön is a tenger varázsát egy felejthetetlen kirándulás keretében!

Ismerje meg a lenyűgöző pálmafák alatt a mediterrán életérzést, csodálja meg Opátia eleganciáját, élvezze a napfényt és az Adria hűsítő habjait!

Időpont: 2024.08.30-09.02. (4 nap 3 éjszaka)

Szolgáltatások :

- 3 éjszaka szállás a Hotel Solar kétágyas, standard szobáiban
- svédasztalos félpanziós ellátás
- 1 Gyógyfürdő vagy strandfürdő belépő
- egész napos autóbuzsós kirándulás a horvát tengerpartra,
 - városnézés Opátiában
 - fürdőzés az Adriában

Részvételi díj: 86.500 Ft/fő + IFA Egyágyas felár: 3.000 Ft/éj



Hosszabbítási lehetőség: 17.600 Ft/fő/éj + IFA (400,-Ft/fő/éj)

Légh kondicionált prémium szoba felára: 2.000,-Ft/fő/éj



Hotel Solar ***

Tel.:(82)504-135, M.: +3630/500-3135
7500 Nagyatád, Széchenyi tér 28.
marketing@hotelsolar.eu
www.hotelsolar.hu



Országos tánctalálkozó

A Kabai Őszirózsa Hagyományőrző Egyesület 15 éve rendez Országos Tánctalálkozót. Így volt ez június 29-én is, amikor az ország hat vármegyéjéből érkeztek hozzánk a táncoslábú vendégek. A találkozót Bodó Sándor országgyűlési képviselő és Kiss Gáborné alpolgármester nyitotta meg, és köszöntötte a hozzánk érkező vendégeket, majd elkezdődött a közel három órás műsor. Nálunk már hagyomány, hogy a miénk a nyitó tánc, ami most a szatmári tánc volt. Ezt követte több szebbnél szebb tánc. A teljesség igénye nélkül volt hajdúsági, country, cigány, bajor, kán-kán, bécsi keringő, baka, sramli tánc. Természetesen a finálé is az őszirózsásoké volt, a Magyar Rózsa tánccal zártuk a műsort. A jó hangulatú rendezvényen 16 csoport, 22 táncot mutatott be, több mint 100 fellépővel. Ezután oklevelek és plakettek átadására került sor, melyet a fellépő táncosok kaptak hála jeléül. Zárásként Molnár Ferencné megyei vezetőnk mondott pár elismerő jó szót a rendezvényről. Köszönjük mindazoknak, akik részesei voltak a mai napnak, és szép táncukkal szórakoztatták a nézőket. A Tánctalálkozó a Bethlen Gábor Alapkezelő Zrt támogatásával valósult meg.

Köszönjük mindenkinek-e szép napot.

Befejezésül a mottónk: „Ha táncolsz élsz, ha élsz táncolsz!”

Kiss Lajosné



Jó hallás vízközelen?

A hallókészülék-viselés többé nem lehet akadálya a nyári vizes élményeknek!

A **Phonak Audéo Life™ Lumity** hallókészülék úgy nyújt kivételesen tiszta, természetes hangzást, hogy közben **akár fél méter mélységig** elviseli a fürdözést természetes vizekben (tó vagy tenger) vagy akár a strandon a medencében.

Emellett **jól bírja az izzadságot**, ezért ideális megoldás azok számára, akik hallókészülékeiket fizikailag megterhelő környezetben is használni szeretnék.

Phonak Audéo Life™ Lumity. Ismerje meg, próbálja ki!
Augusztusban 50% kedvezménnyel
Geers Halláscentrumokban!

Kérjen időpontot: **06 80 182 182**

www.geers.hu

Geers



Dalostalálkozó Németkéren

Az „Életet az éveknek” Országos Szövetség Tolna Vármegyei szervezetének tagja, a németkéri Nyugdíjasok Egyesülete dalostalálkozót szervezett Németkéren július 12-én. A rendezvényre 14 településről 191 nyugdíjas érkezett, a helyi tagokkal együtt 250-en vettek részt a kulturális programon. Megtisztelte részvételével a rendezvényt Süli János országgyűlési képviselő. Elkísérte nyugdíjas kórusát dr. Bozsoki Róbert Bátaszék polgármestere, Pethes József Újireg polgármestere, a faddiakat pedig Bali Ervin alpolgármester.

A találkozó vendégfogadással kezdődött. Kilenc órától érkeztek a csoportok.

A Lavina Kft. által sütött finom pogácsával és kávéval kínálták a helyi nyugdíjasok a vendégeket.

Tíz órakor kezdődött a Római Katolikus templomban a koncert, melyen megmutathatták a kórusok mit tanultak és gyakoroltak az elmúlt hetekben.

A programot Főberné Orova Valéria, a szervezet Tolna vármegyei elnöke nyitotta meg, majd Horváthné Gál Erika, Németkér polgármestere köszöntötte a résztvevőket.

Működésünk legfőbb motiválója az örömszerzés és a minden nyugdíjasunkban meglévő tettvágy és tehetség kibontakoztatása. Erről szólt a találkozó is. A koncerten 11 kórus, egy szólista, és egy szájharmonikás csillogtatta meg tudását. A koncert után



a szabadidőparkban a hús fák alatt folytatódott a találkozó. Nagyon finom ebéddel vendégeltük meg a résztvevőket, melyet zeneszó mellett elfogyasztottak. Az ebéd után a helyi nyugdíjasok által sütött finom süteményt szolgáltuk fel a vendégeknek, majd következhetett a tánc. A találkozó 18 órakor ért véget.

A dalostalálkozót támogatta a Nemzeti Együttműködési Alap és Civil támogatások Igazgatósága, Bethlen Gábor Alapkezelő ZRT, Németkér Község Önkormányzata, Németkéri Német Nemzetiségi Önkormányzat, Lavina Kft., LA-MI-ÁG Bt., Nepp Henrik, MVM, Németkéri Nyugdíjasok.

Főberné Orova Valéria

Gasztronómia-Tánc-Sport – Péteri Görhöny Fesztivál & IV. Kistérségi Nyugdíjas Tánctalálkozó



A Péteri Hagymányórzó Egyesület és a Péteri Nyugdíjas Klub szervezésében 2024. szeptember 14-én a Péteri Kastélykert ben (Földvári-Boér park 1.)

Görhönysütő verseny és színpadi produkciók mellett egész nap Gér Petra büfé, Csuhas Kürtöskalács, Péteri Ízörzők Gasztronómiai Egyesület sátrai és jó hangulat várja a kedves vendégeket.

A naphoz kapcsolódva Péteri Község Önkormányzata megrendezi az I. Péteri Görhöny Futás versenyét!

Részletes program hamarosan, figyeljék facebook oldalainkat!



Mozgalmas hónapok Pest vármegyében

Kedves Hírlevél Olvasók az élményeimet szeretném megosztani veletek, mely a két hozzám tartozó nyugdíjasklub életében bekövetkezett jelentős évforduló alkalmából tartottak.

Május 10-én a csobánkai Vadvirág Nyugdíjas Klub tartotta megalakulásának 35 éves évfordulóját. Baróthy Györgyné klubvezető köszöntötte a tagokat és a meghívottakat. Megemlítette, hogy a klubot annak idején Horváth Ferencné (Manócska) alapította. Később Bordács Ibolya vezette, aki ezen az ünnepségen is jelen volt. A nagy eseményen a klub tagjain kívül a pilisi térségből, Pilisvörösvár, Pilisszántó, Szentendre nyugdíjas klub tagjai is részt vettek, akik műsoraikkal emelték az ünnep jelentőségét. Megható volt Völgyes József polgármester köszöntője, aki méltatta a klub eddigi tevékenységét, és kívánt a továbbiakban is eredményes munkát.

Az Életet az Éveknek Pest vármegye Klubok Egyesületének elnöke, Peredi Tivadarné Díszoklevéllel ismerte el a klub eddigi tevékenységét, és eredményekben gazdag jövőt kívánt. Virággal köszöntötte a klub korábbi vezetőjét, Bordács Ibolyát.

A megnyitót követően meghallgattuk a csobánkai énekkar színvonalas műsorát, majd a Szentendrei Nyugdíjasklub tánckarának előadását. Ezután Denis Lajos énekes következett, aki citerán adta elő műsorát. Amit ismertünk, azt együtt, közösen is énekeltük.

A Pilisvörösvári Népdalkör német és magyar nyelvű dalokkal kedveskedett a megjelenteknek. Pintér Bonus Sándor színész csodálatos dallamokkal búvölt el bennünket A pilisvörösvári nyugdíjas klub tánckarának tagjai a méltán népszerű „Lábikóka” műsorukat mutatták be. Végül, de nem utolsó sorban a Pilisszántói Nyugdíjas Klub tánckara „Boszorkány” táncával lepelt meg bennünket. Igazán élvezetes műsor volt.

A megemlékezést jó hangulatú közös vacsora zárta. Kívánom, hogy legyen még sok ilyen együtt töltött boldog évük.

Július 7-én a Pilisvörösvári Nyugdíjasklub tartotta a megalakulásuk negyvenedik évfordulóját. E nevezetes évfordulón a klubtagokon kívül részt vett az „Életet az éveknek Országos Szövetségének ügyvezetője, Rauch Edit, és a Pest Vármegyei Klubok



Egyesületének elnöke, Peredi Tivadarné is. Meghívást kapott és részt vett az ünnepségen Mátrahegyi Erzsébet, aki a Pilisvörösvári Önkormányzatot, Sax László a Német Nemzetiségi Önkormányzatot képviselte.

Zsebe Jánosné a Vörösvárért Nyugdíjas Egyesület elnöke köszöntötte e jeles, 40 éves évforduló alkalmából megjelent tagokat és a meghívott vendégeket. Elmondta, hogy 1984-ben, amikor megalakult ez a klub, nem gondolta senki, hogy ünnepelni tudjuk a 40.-ik évfordulót. Méltatta a korábbi klub vezetőt, Prohászka Istvánt, aki 20 éven át vezette ezt a klubot. Említést tett azokról is, akik annak idején megálmották és életre hívták, a klubot.

Pilisvörösvár vezetése részéről, köszöntőt mondott Mátrahegyi Erzsébet és Sax László. Mindketten méltatták a 40.-ik évfordulót és sok sikert kívántak a további évekre is.

Rauh Edit, és Peredi Tivadarné az „Életet az éveknek” Országos és Pest Vármegye Klubok nevében Díszoklevelet adott át Zsebe Jánosné elnökasszonynak. Mindketten sikereiben gazdag jövőt kívántak az egyesület tagjainak.

A megnyitót követően Prohászka István korábbi klub vezető videó vetítéssel egybekötött beszámolót tartott az elmúlt évek jelentősebb eseményeiről. Ezt követően fellépett a Nostalgia Énekkar, a Sárga Rózsa Tánccsoport, a Pilisszentkeresztzi Községi Ház Tánccsoportja. A pilisvörösvári nemzetiségi tánccsoport izeletőt adott a magyar és sváb táncokból. Ezen a napon két fiatal tehetség (CRIATO FITKID) mutatta be a táncstudását, ami a mai kor tánc kultúráját jelzi. A délutáni fellépéseket a Pilisszántói Nyugdíjas Klub zárta, boszorkány táncot mutattak be. A közönség nagy derűltséggel fogadta a műsort.

Ezt az estét is vacsorával folytatták, majd az ünnep csúcsaként tortával kedveskedtek a vendégeknek.

Az estnek meglepetés vendége is volt Peller Anna színművésznő személyében. Közel két órás műsorral lepte meg az ünnepelőket. Élmény volt hallgatni és vele együtt is énekelni.

Köszönöm, hogy meghívtatok, és jelen lehettem mindkét Klub évfordulójának Ünnepején.

Valóczki Lászlóné, Pilisi területi képviselő

