

Generációnk

XII. évfolyam 12. szám

Ára: 240 Ft



Gündel
Takács

Gábor: Most vagyok a helyemen!

Aktuális

A karácsony
fáról



9. oldal

NYOSZ-hírek

Tisztújítás
a NYOSZ-
ban



12. oldal

Sport

Téli
síüdülés



27. oldal

Együttműködő partner: a Nyugdíjasok Országos Szövetsége

Papp András: Karácsonyi óhaj

Szikkadt, száraz kenyér helyett
foszlós, meleg kalácsot,
bú, baj, bánat helyett
békés, boldog karácsonyt.

Mint ahogy szepl tlen,
friss havat ad az ég,
úgy adjon baráti jobbot
önmagának az emberiség.

Minden kedves olvasónknak kívánunk áldott, békés Karácsonyt,
jó egészséget, örömeket és sikereket az új évre:
a kiadó, a szerkesztőség és a NYOSZ vezet i

2

Január

H	5	12	19	26	
K	6	13	20	27	
Sz	7	14	21	28	
Cs	1	8	15	22	29
P	2	9	16	23	30
Sz	3	10	17	24	31
V	4	11	18	25	

Február

H	2	9	16	23
K	3	10	17	24
Sz	4	11	18	25
Cs	5	12	19	26
P	6	13	20	27
Sz	7	14	21	28
V	1	8	15	22

Március

H	2	9	16	23	30
K	3	10	17	24	31
Sz	4	11	18	25	
Cs	5	12	19	26	
P	6	13	20	27	
Sz	7	14	21	28	
V	1	8	15	22	29

2

Április

H	6	13	20	27	
K	7	14	21	28	
Sz	1	8	15	22	29
Cs	2	9	16	23	30
P	3	10	17	24	
Sz	4	11	18	25	
V	5	12	19	26	

Május

H	4	11	18	25	
K	5	12	19	26	
Sz	6	13	20	27	
Cs	7	14	21	28	
P	1	8	15	22	29
Sz	2	9	16	23	30
V	3	10	17	24	31

Június

H	1	8	15	22	29
K	2	9	16	23	30
Sz	3	10	17	24	
Cs	4	11	18	25	
P	5	12	19	26	
Sz	6	13	20	27	
V	7	14	21	28	

0

Július

H	6	13	20	27	
K	7	14	21	28	
Sz	1	8	15	22	29
Cs	2	9	16	23	30
P	3	10	17	24	31
Sz	4	11	18	25	
V	5	12	19	26	

Augusztus

H	3	10	17	24	31
K	4	11	18	25	
Sz	5	12	19	26	
Cs	6	13	20	27	
P	7	14	21	28	
Sz	1	8	15	22	29
V	2	9	16	23	30

Szeptember

H	7	14	21	28	
K	1	8	15	22	29
Sz	2	9	16	23	30
Cs	3	10	17	24	
P	4	11	18	25	
Sz	5	12	19	26	
V	6	13	20	27	

1

Október

H	5	12	19	26	
K	6	13	20	27	
Sz	7	14	21	28	
Cs	1	8	15	22	29
P	2	9	16	23	30
Sz	3	10	17	24	31
V	4	11	18	25	

November

H	2	9	16	23	30
K	3	10	17	24	
Sz	4	11	18	25	
Cs	5	12	19	26	
P	6	13	20	27	
Sz	7	14	21	28	
V	1	8	15	22	29

December

H	7	14	21	28	
K	1	8	15	22	29
Sz	2	9	16	23	30
Cs	3	10	17	24	31
P	4	11	18	25	
Sz	5	12	19	26	
V	6	13	20	27	

5



Címlap- sztori

4. oldal

Karácsonyi gondolatok

10. oldal



Nyugdíjas Expo

11. oldal

Váci Mihály ünnepség	14. oldal
Békési kolbászünnep	15. oldal
Id sügyi Stratégia	20. oldal
Út a pénzügyi bölcsességhez	32. oldal

Generációnk magazin

Impresszum

Kiadó: Szenior 2003 Kft, 1074 Budapest
Szövetség u. 9.

Felel s kiadó: a kft ügyvezet je
Felel s szerkeszt : a szerkeszt bizottság
elnöke

Elnök: Némethné Jankovics Györgyi
El fizetésben terjeszti a Nyugdíjasok
Országos Szövetsége és a Magyar Posta
Megjelenik minden hónap els felében.
El fizetés igényelhet a
kiado@generacionk.hu email címen, a
06/1/210-0326-os telefonszámon és a
postahivatalokban.

Kéziratokat nem rzünk meg és nem küldünk
vissza. A szerkesztés miatti rövidítés jogát
fenntartjuk!

Nyomdai munkák: Oláh Nyomda, 1211
Budapest, Központi út 69-71.
ISSN 1589-9373

Cikkek küldhet k a NYOSZ címére: 1074
Budapest Szövetség u. 9., vagy email fiókjába:
nyosz@enternet.hu.

Kegyetlen valóság



*Mai történetem egyszer en, tár-
gyilagosan is megírható lenne, mint
valami híranyag, egyesek szerint tán
kár is a nyomdafestéket, papírlapot
pazarolni rá. Nem így gondolom én,
de nem lennék igaz, ha nem tenném
hozzá: érintett vagyok az ügyben s
ebb l adódóan elfogult is. Mélyebben
átérem a történet lehetetlenségét, könyörtelenségét, igazságtalanságát és minden
porcikám tiltakozva sajogja: b nös lennék én is, ha nem kiáltanám világga ezt
az ormótlan, kegyetlen, emberinek sem nevezhet bestelenséget.*

*Egy ismer söm a kárvallott. Nem veri nagy dobra, ha nem mesélném el, tán
soha senki sem tudná meg a történetét. Nem az m faja sem a bosszúállás a
történektért, sem az igazságtételért való kardoskodás. Vagy legalább is most
már, 82 évesen nem...*

*Két hónapja - buszra várván, ami jócskán megkésve jött - egy vendég mos-
dóját felkeresve a világítás nélküli mellékhelyiségben megbotlott, elesett, moz-
dulni sem tudott, csak feküdt ijedten a hideg kövön. Szerencsére nem volt egye-
dül, párja egészségfélt n, ijedtségt l szinte tehetetlen feleségként rizte, míg a
ment re vártak. Tíz perc, húsz perc, már vagy fél óra, a ment még sehol. A
mozdulatlanságye nyomasztóbb, fájó a tehetetlenség, a segíteni akarás hiába-
valósága. Emberünk ijedtsége fokozódik, nem érzi a lábát, a gerincét - mi lesz
ebb l? Az asszony szinte imádkozik - egyik percben azért, hogy ne legyen
nagyobb baj, a másikban hogy érjen már ide a segítség. Ketten vannak, vagy
inkább hárman: a két öreg és a baj. S a házigazda, a vendég s? Nyoma sincs.
Lassan egy órája várnak, a száj kiszárad, a vérnyomás az egekben, a tehetetlen
idegesség lassan sírásra biggyeszi az ajkakat. Jól jönne legalább pár korty ital,
h sít nek, nyugtatónak. - 500.- Ft - szól a vendég s, s részér l letudva minden
tennivaló. Mit foglalkozna azzal, hogy a két kisöregnek mi a gondja? S hogy
vétkesek a bajban? Ki foglalkozik ilyennel? És egyébként is: ez egy üzlet, ahol
mindennek ára van. A frissít nek is, még ha tán életet ment, akkor is.*

*Túl vannak már a nehezén. A combnyaktörés jól gyógyul, még 82 évesen is.
Nincs kártérítés, sem igényrá, csak egy a fontos: miel bb gyógyuljon a seb.*

*De vajon a lelki seb begyógyul? Vajon az az ember, aki életen át azt kereste,
miben lehet szolgálnia embertársait, hogyan tudja mindezt zokszó nélkül "meg-
emészteni"? nem háborog, nem emlegeti a történeket, csak bennem moco-
rog piszkosul: hát kiveszett minden könyörület az emberekb l? Anyagias világunk
minden csökevényét muszáj szó nélkül hagyva - beletör dnünk abba: menthe-
tetlen könyörtelenség lesz az id s ember "osztályrésze", ha bajban, gondban
segítségért kiáltana?*

*Nagyon, nagyon szomorúan írom le, mert szívem szerint tagadnám: a fiatal
mentalitása úgy látszik néha ilyen - most mindenesetre ilyen volt. És tudom,
mert más helyen megtapasztaltam, az id sek kortársi segíteni akarása sokszor
a másik végét. Vége-hossza nincs - ha egy nyugdíjas klubtag megbetegszik - a
segít akaratainak.*

*Lehet, nem tudom, nem mi vagyunk jók és k a rosszak, csupán mi még érzé-
kenyek vagyunk az emberi gesztusokra, és tudjuk, mit jelent: ha baj van, lesz,
aki szó nélkül segít. k pedig, a könyörtelenül érzéketlenek már valószínű leg
sosem fogják megtanulni: segíteni a bajban nem csak tisztesség dolga, de ember-
ségünk leg szintébb, legtermészetesebb megnyilvánulása is*

Némethné Jankovics Györgyi

Most vagyok a helyemen!



Egyszer összeírta, kik születtek meg rajta kívül még 1964-ben, azt tervezte, hogy kötetbe foglalja a pályájukat. Szeretne valamilyen nyomot hagyni a világban, miként azok a Gundelek, akik a magyar vendéglátás legendái lettek. Közben is megtalálta helyét a vendéglátásban: vendégnek szeret lenni. Gundel Takács Gábor színésznek készült, de megkerülhetetlen és profi televíziós m sorvezetként és sportriporterként vált igazi kedvencé.

- A Robert De Nirot meginterjúvolni kívánó újságírók kapnak egy témalistát, melyből kiderül, mit nem szabad megkérdezni a filmsztártól. Gundel Takács Gábor is felsorolhatna, miről nem lehet tőle kíváncsiskodni?

- Nincs ilyen listám. A bulvarsajtónak komoly gondot is jelent, hogy körülöttem nincsenek balhék, botrányok.

- Gondolom, ez cseppet sem zavarja.

- Nem zavar. Egy bizonyos ponton túl igyekszem a családomat megvédeni, azt persze többször megírták, hogy a feleségem fogorvos és három gyermeket nevelünk. Amikor a legnagyobb gyerekem nyolc éves volt, egyszer megjegyezte, hogy nem szeretne benne lenni az újságokban. Meg is kérdeztem tőle, miért nem, esetleg bántottak az iskolában? Kijelentette, senki nem bántotta, de tartsák békén, ne tegyék be a fényképét az újságokba. Tudomásul kell venni, hogy a gyerekeim nem közszereplők, ők magánemberek. Valamilyen módon persze megélik, hogy az én gyerekeim, nem tudnak elbújni, de van egy határ, melyen túl már nem kívánnak szerepelni. Szeretnék a saját életüket élni, nekem pedig ezt megértve meg kell védenem őket, ha szükséges. Nincs semmilyen takargatni valónk, egyszer én tiszteletben kell tartanom a saját életüket. Egyébként pedig ebben a szempontból nem vagyok macerás páli.

- Olyannyira nem, hogy szívesen ad interjút. Miként Szilágyi János interjúkötetében az önnel készült beszélgetés elé azt írta: "A mi szakmánkban lemegy az adás, elszáll a szó, a könyv viszont örökre megmarad. Köszönöm János, hogy megírta belőlünk valamit!" Ennyire fontos, hogy nyomot hagyjon a világban?

- Az ember szeretne valamilyen nyomot hagyni a világban. Nem jó viszont, hogy olyan világban élünk, melyben az a fontos, mások mit tesznek, hogyan élnek, mások mit gondolnak rólunk. Azt látom, az emberek sokkal többet tudnak másokról, mint magukról. Miközben az lenne fontos, hogy az ember saját magáról mit gondol. Számomra elsődleges, hogy abból a sok mindenből, amivel foglalkozom és abból a sok találkozásból, ami a munkámmal együtt jár, mit tanulhatok és felfedezhetek magamról. Másrészt pedig, ha Szilágyi János megkér valamire, az megtiszteltetés. Az eltemetett riporter nemzedéknek olyan emblematikus alakja, akit sokra tartok szakmailag. Köszönettel is tartozom, amiért szerepelhettem a Kollégák című interjúkötetében és ezzel rólam is megírta valamit. Cseppet sem melleleg, az, hogy valamit megírt az emberről, az inkább a család szempontjából fontos.

- Mi tagadás, ebben a szempontból is szerencsés, hiszen a híres vendéglistás, Gundel Károly dédunokája. Márpedig sok minden megírta a legendás familiáról.

- Azért is szerencsés vagyok, mert az egyik nagyapám öccse, Gundel Imre megírta a család történetét, ennél fogva az ember elvehet egy könyvet és tanulmányozhatja a múltat.

Ráadásul mindez nem csupán egyszer családja arról, ki mikor született és kik voltak a gyermekei, hanem különböző sztorik, emberi történetek gyümölcse is. Jó ez abból a szempontból is, hogy majd ha az unokáim, a dédunokáim elolvassak mindezt, rólam is többet tudnak meg. Fontosak a gyökerek, kell, hogy tisztázzuk a hagyományokat.

- Jelent-e bármilyen kötelezettséget Gundel-leszármazottnak lenni? Mondjuk, jól kell tudni főzni, szeretni a jó ételeket és kötelező éttermet nyitni?

- Egyik sem kötelező. Sokszor megkérdezik, talán éppen a Gundel rokonság miatt, hogy tudok-e főzni? Nem, mert nem is érdekel a főzés. A gasztronómiához viszont vonzódok, egyszer bele is vágtam egy étteremnyitásba. Egy-másfél év alatt azonban rá kellett jönnöm, hogy nem az én világom üzletembernek lenni. Azt szoktam mondani, hogy ebben az egy-másfél évben megtaláltam a helyemet a vendéglátásban: vendégnek szeretek lenni. Ingyenc vagyok, ha külföldön vagyok, igyekszem megkóstolni az adott ország jellegzetes ételkülönlegességeit, de nem azért, mert kötelező. A Gundel név bizonyos szempontból felelősség is. Rangot adtak a névnek, viselnie valamit kellett az asztalra, és ehhez méltónak kell lenni. Ennek a névnek a nimbuszát nem lehet lerombolni, ezzel a névvel nem lehet galádságot elkövetni, mert az rájuk is visszahatna.

- Otthon olykor elkerülnek a Gundel-receptek?

- A feleségem barmit el tud készíteni az eredeti Gundel-szakácskönyvből, például a fogas filét rákpörkölttel, és természetesen a klasszikus Gundel-palacsintát, amit egyébként - és ezt kevesen tudják - tilos meggyújtani, mert akkor elillan belőle a rum. A porcukrot pedig úgy karamellizáljuk, hogy a tálalás előtt két percre betesszük a sütőbe. Büszke vagyok arra, hogy a Gundel örökség hungarikum lett, miközben a családnak sajnos, már nincs köze a városligeti Gundel-étteremhez. Mégis kifejezetten jó viszonyt ápolunk az étterem korábbi vezetésével és persze, a mostanival is. Májusban volt egy kerti ünnepség az épület 120. évfordulója alkalmából, örömmel vállaltam a műsorvezetést, nagyon kellemes volt a hangulat és jó volt látni, mennyire megszépült ott minden.

- Más. Összeszámolta már, a világ hány országában, városában járt?

- Európában alig van hely, ahol meg nem jártam, a világ mintegy negyvenöt országában megfordultam már, ami persze nem kevés, de nem is olyan különlegesen sok. A munkámnak köszönhetően például négyszer voltam Finnországban és Portugáliában, igaz, az utóbbiban az egyik utazás nyaralás volt. Az olaszországi és az ausztriai kiküldetéseket viszont már nem is számolom. Nagyon szeretek utazni, szeretek látni, felfedezni, és ha van időm, a munka mellett igyekszem némi turistáskodást is becsempészni. Mondhatom, szerencsés vagyok, hogy a munkám sok helyre elvisz, de ha tehetem, magamtól is elutazom más országokba.

- Életrajzából tudható, hogy színésznek készült. Eltöprengett már azon, hogy ha anno felveszik a színiakadémiaira, mindez kimaradt volna az életéből?



- Igen. Azt gondolom, most vagyok a helyemen. Ha mégis sikerül színésznek lennem és ott ragadok egy színházban, valószínűleg közepes színészként léptem volna színpadra.

Négyszer jelentkeztem a Színház- és Filmművészeti Főiskolára - akkor még így hívták -, s amikor negyedszer is elutasítottak, Ascher Tamás azt mondta: "Nem biztos, hogy maga színész a színházban". Valaki pedig úgy jellemezte, hogy "olyan ügyes színész vagy". Színésznél persze ez nem igazán a legjobb jelző, hiszen a színész ne "ügyes" legyen, hanem, minimum tehetséges. Színészként bizonyosan nem lennék a helyemen, és kevésbé élnék olyan harmonikus életet, ahogyan most. Azzal foglalkozhatok, amire talán a leginkább alkalmas vagyok. Márpedig ez hozzájárul az ember saját harmóniájához, ez pedig visszahat a munkámra. Szerintem érdekes is, hogy egyfajta harmóniában élem az életemet. Összességében örülök, hogy így alakult az életem.

- 1964-ben született, augusztusban volt ötven éves. Egyszer azt nyilatkozta, könyvet ír a "hatvannégyesekről". Mi lett az ötlet sorsa?

- Megpróbáltam összeszámolni, mely közismert emberek születtek még 1964-ben: Habsburg György, Bochkor Gábor, Rókuszfalvy Pál, Geszti Péter, Für Anikó, Szulák Andrea, Albert Györgyi, Gyulay Zsolt, Kautzky Armand... Önmagában ez persze nem érdekes, de abból a szempontból talán igen, hogy a hatvannégyesek életük első huszonöt évét a szocializmusban éltek le, abban nevelkedtek,

az életük második huszonöt évét pedig abban a rendszerben, amelyben most vagyunk. Így csinált karriert, ehhez kellett alkalmazkodnia, így kellett gyerekeket nevelnie. Érdekes helyzet, hogy nekem is más koordináta-rendszerben kellett gyerekeket nevelnem, mint amilyenben felnőttem. Megváltozott a világ és nem tudom hozni azokat a mintákat, amelyekben én nőttem fel. A tervezett könyvben az érdekelt volna, ki hogyan élte meg ezt a kettősséget. Érdekes emberi történetek születhettek volna, de úgy néz ki, nem lesz időm megírni.

- S ha valaki arra kérné, írjon egy fejezetet a magyar nemzeti karakterről szóló könyvbe arról, hogy milyen játékos a magyar, s mennyire kedveli a vetélkedés sorokat, milyen jellemzőket sorolna fel?

- A magyar ember komolyan veszi ezeket a játékokat. Láttam hasonló olasz, spanyol televíziós vetélkedőket, ott a versenyzők lazábbak, kevésbé fontos számukra a győzelem, a nyereség, az a céljuk, hogy játsszanak egy jót, neveszenek, jól érezzék magukat, semmi más nem számít. Persze, nem rossz tulajdonsága a magyarnak, hogy viszont nyerni szeretne, de ezzel együtt szeretné jól is érezni magát.

- Milyen típust kedvel a sorvezetőként: aki nagyon tud, vagy aki igazi showman, esetleg a legideálisabb játékos a kettő között?

- Szeretem, ha valaki tud, de az nem jó, ha ennek ellenére nem nyilvánul meg. Ezeknek a mai vetélkedés soroknak nem tesz jót, ha a játékos nagyon okos, de bezárkózik, és semmi nem történik vele, mert az nem más, mint keresztretjérvény-fejtés. Nem is szeretem a "kvíz sor" kifejezést, hiszen ezek a vetélkedők ma már összetettebbek, az angol nem véletlenül használja a "gameshow" megnevezést, mert a játékshow-nak ma már fontos része a játék is, a nevetés, hogy érdekességek kerüljenek szóba, s jobban megismerhet legyen a játékos is. Ezért mondom, hogy ma már az ilyen típusú sorok másról is szólnak, mint arról, mennyit tud a játékos.

- És mit kell tudnia a játékshow-k sorvezetőjének?

- Minden sor sornak megvan a maga ritmusa, dramaturgiája, de alapvetően a játékosokra figyelek. Különbözőek a játékosok és sokféleképpen élnek meg a vetélkedő helyzetet. Izgulnak, visszahúzódnak, szívesen szerepelnek, feszültek vagy ellazulnak. Ha én odafigyelek, hogy a játékos jól érezze magát, a néző is jobban élvezi a műsort. Ha fe-

szült légkört teremtek, és pellengérré állítom a játékost, ez a nézőre is rossz hatással lehet. Másrészt, ha neveltségessé teszlek valakit, az komoly felelősség is, azon a játékoson másnap gúnyolódhatnak a munkahelyen, sőt a gyereket kinevelhetik az iskolában.

- Időnkénti szarkasztikus humora miatt mintha olykor hajlamos is lenne erre.

- Van egyfajta cinikus humorom, de figyelek arra, hogy ne lépjek át bizonyos határokat. Elfordult, hogy észrevettem, valaki rosszul reagált erre és azonnal igyekeztem szavakkal "megsimogatni", hiszen nem célom, hogy bárkit is megbántsak. Nem hiszek abban, hogy a néző jól szórakozik, ha kifigurázunk játékosokat, és áldozati bárányként odavetjük őket a nézettség oltárára. Csak abban hiszek, hogy az a jó, ha a játékos kellemesen érzi magát, jó szájjal távozik, még akkor is, ha nem sikerül nyernie. Számára vállalhatóan játszott egy jót és ettől a nézőben sincs hiányérzet.

- Egyebek közt ön közvetítette a helyszínről a braziliai futball-világbajnokság mérkőzéseit. A sportriporter soha nem árulhatja el, kinek szurkol, inkább úgy kérdezem, lehetnek favoritjai a vébégyőzelekre?

- Mindig vannak favoritjaim, de történhetnek meglepetések. Ez volt a harmadik labdarúgó világbajnokság, amit közvetíthettem, a felkészülés is rengeteg munkával, apró jegyzettel járt. Hogy mást ne mondjak, négy éve a holland-spanyol vébé döntőre készülve még a két ország uralkodó családjának is utánanéztem. Tudtam, hogy valamelyik herceg vagy hercegnő biztosan ott lesz a lelátón, és ha a kamera már ötödször mutatja és én ötödször nem tudom, kivel van szó, azt a nézőt is bosszantom, aki felismeri, és azt is, aki tudja, kivel van szó. Egy vébé rengeteg utazással is jár, a televízióban egy külön csapat szervezte meg, melyik napon, melyik szállodában, stadionban kellett lennem, hol, melyik repülőgépre kellett felszállnom, ami nagyon komoly elzetes logisztikai munkát igényelt.

- A sorprogramok ellenére Braziliában is volt alkalma gyarapítani érmegyőzelményét?

- Természetesen. Megkerestem a bolhapiacot Rio de Janeiroban is, ahogyan négy éve, a dél-afrikai focivébé ideje alatt sem hagytam ki Johannesburgban a hasonló "intézményt". Braziliában rengeteg élményt gyűjtöttem, de azokról majd legközelebb mesélek... *Csontos*

"Bölcs" gondolatok idős korban...

Az én koromban nem bánt, hogy a gondolataim elkalandoznak, csak mindig azon izgulok egy kicsit, hogy visszajönnek-e....

Lehajolsz, hogy bekösd a cipődet, és egyszer csak azt kérdezed magadtól: Mit is tudnék még csinálni, ha már egyszer itt alant vagyok?

Ne egyél egészséges ételt - a te korodban már szükség van minden konzerváló szerre.

Probiotikumokkal a mentális egészségért

Tudományos körökben is kezd széles elismertséget kivívni a gondolat, hogy a beleinkben él baktériumok sokrét módon befolyásolják agyunk m ködését.

A "probiotikus" hívószóval forgalmazott élelmiszerek gyártói régóta hangoztatják, hogy ha a megfelelő bélbaktériumokkal népesítjük be beleinket, az szellemünk egészségére is pozitívan hat ki. Az idegtudomány sokáig hős szkepticizmussal viseltette e tanokkal szemben; az utóbbi években azonban egyre sokasodnak a bélflóra és a különböző mentális betegségek - például az autizmus vagy a depresszió - kapcsolatát alátámasztó megfigyelések. Úgyhogy a kutatók már nemcsak azon törik a fejüket, miként lehetne ezeket az eredményeket a klinikumban kamatoztatni, hanem azon is, hogyan tervezhetnének megdönthetetlen bizonyítékot szolgáló kísérleteket.

Az idei évben az USA mentális egészségért felelős szövetségi intézete, a US National Institute of Mental

Health több mint 1 millió dollárt szentelt egy a bélflóra - modernebb nevén: a bél-mikrobiom - és az agy kapcsolatát elemző új kutatási programra. A mikrobiom és az agy összefüggésének eddig megismert bizonyítékait november 19-én, az amerikai Society for Neuroscience éves kongresszusán mutatták be a területtel foglalkozó idegtudósok.

Hogyan befolyásolják a bélbaktériumok az agym ködést?

Bár a bél-mikrobiom összetétele és egyes viselkedési zavarok, különösen az autizmus közötti kapcsolatra már régebben felfigyelt a tudomány, a kutatók csak most kezdik megérteni, milyen úton-módon lehetnek képesek a bélbaktériumok az agym ködését befolyásolni. Az immunrendszer szintje bizonyosan szerepet játszik, csakúgy, mint az agyat az emésztő traktussal összekötő bolygóideg. A baktériumok anyagcseretermékei is hatással lehetnek az agyra: például legalább kétfajta bélbaktérium állítja el melléktermékként a gamma-aminovajsav (GABA) nevű idegületátvivő anyagot.

A mikrobiom valószínűleg az élet korai szakaszában fejti ki a legnagyobb hatást az agyra. A washingtoni találkozón bemutatott tanulmányokban kutatók arra hívták fel a figyelmet, hogy a császármetszéssel világra segített, ezért a természetes úton születettek 1 eltérő bélflórával rendelkező egerek jóval hajlamosabbak a szorongásra és a depresszió-szerű tünetekre. A császárral született egereknek nem volt módjuk begyjni a hüvelyben élő baktériumokat - a legelsőket, amelyekkel egy emlős az élete során találkozik -, egész életre szólóan befolyásolta mentális egészségüket.

Am még a konferencián bemutatott úttörő kutatások résztvevői is szkeptikusak afelől, vajon az állatkísérletek eredményei mennyire ültethetők át az emberre. Mazmanian elismerte: "a legjobb jóindulattal is minimális" a probiotikumok emberi viselkedésre kifejtett hatása. Szerinte mégis fontos, hogy a kutatók egyre inkább elkezdjenek a mentális betegségek felé a mikrobiom irányából közelíteni.

Mekkora a fertőzésveszély a tömegközlekedési eszközökön?

A tél beálltával egyre zsúfoltabbak a tömegközlekedési járművek, egyszerűen kapaszkodunk, ajtót nyitunk, használjuk az üléseket, a tisztaságuk azonban néha hagy maga után kívánnivalót.

Az elírások szerint a vonatokat átlagosan kéthetente takarítják át kívül és belül is nagy alaposítással. Emellett természetesen napi szintű munkákra is szükség van, amelyeket a végállomásokon végezhetnek el a takarítók, ilyen esetekben a mellékhelyiségek tisztítása, fertőtlenítése az elsődleges feladat, de fel is törölnék, és a szemeteseket is kiürítik - tudtuk meg a MÁV-START Zrt. szóvivőjétől. A társaság az ország

számos pontján rendelkezik gépi csimosóval, segítségükkel pedig akár fagyban is lehet takarítani a járműveket. Kifejtette, ha valaki szennyezi a vonatot, a csomagokat vagy éppen utastársait, az illetőt a jegykezelő kizárhatja az utazásból, és nyolcezer forintos helyszíni bírságot kell fizetnie, illetve a későbbi tisztítással kapcsolatos költségeket is meg kell térítenie.



Nagy Éva, a gyógyszerésztől tudtuk meg, hogy a kapaszkodók megfogása zömében rossz érzést vált ki az emberekből, ám eddigi praxisa során még nem találkozott olyan pácienssel, aki emiatt kapott volna el valamilyen betegséget.

Mint mondta, a kórokozók elméletileg terjedhetnek ilyen módon, de ehhez többnyire szoros kontaktus kell. Példaként az atkákat és a tetveket említette. A gyógyszerész szerint elsősorban arra kell ügyelni, hogy mindenki saját magát tartsa tisztán, ragacsos kézzel lehet legnehezebb megnyúlunk a kapaszkodók után, használjunk előtte kézfertőtlenítőt, törölkendőt.

Ferenc pápa: a nép vezetői ne hatalom- és pénzvágyból cselekedjenek

Az egyházban ne az egyéni érdek és az egymással való versengés, hanem a közös jó számítson - szólította fel a családról szóló püspöki szinódus résztvevőit Ferenc pápa a Szent Péter bazilikában a tanácskozást megnyitó szentmisén.

Az október 5-19. közötti szinódust megkezdő misén a püspöki találkozón résztvevő több mint kétszáz bíboros és püspök koncelebrált az egyházzal. Közöttük volt Erdő Péter, a szinódus főrelátora (a tanácskozás fő témájának felvezetője), aki az oltárnál a pápa jobbján állt. Az alkalomból a Szent Péter bazilika oltáránál kiállították Szent Péter apostolnak az altemplomból felhozott ereklyéit.

Homíliájában Ferenc pápa a szinódus résztvevőit arra emlékeztette, hogy a tanácskozás célja nem az, hogy szép és eredeti elképzelésekről vitatkozzanak, vagy azon versenyezzenek, ki a legokosabb. Az egyházzal hangsúlyozta: a családról szóló szinódus célja az, hogy az egyház gondjaiba vegye az emberiséget alkotó családokat. Ferenc pápa arra kérte a szinódusi atyákat, alázattal és kreativitással dolgozzanak. Az egyházzal a szinódust megelőző vitákra utalt, amelyek során a Vatikán bíborosai a sajtón keresztül üzenetek egymásnak a szinódus témáival kapcsolatban.

- Elég volt az egyéni érdekekből, ne a hatalom és pénzhőség vezesse a nép vezetőit, legyen szó akár politikusokról, akár egyháziakról - szögezte le Ferenc pápa. Úgy fogalmazott, hogy a rossz pásztorok elviselhetetlen teherrel sújtják a népet, miközben a kutyákat sem mozdítják. A szinódus sikeréért szombat este imavirrasztást tartottak a Szent Péter téren. Az egyház hallja meg saját kora szavát - hangoztatta Ferenc pápa.

A családról szóló szinóduson több mint 250 pap és laikus tanácskozott két héten át a Vatikánban a házassággal kapcsolatos problémákról, házasságról, családalapításról, gyermekvállalásról, a gyermekek neveléséről, a párkapcsolatok elromlásáról, válásról. Szó volt a házasságon kívüli és az azonos neműek közötti párkapcsolatban élőkről, a hagyományos



mányos családi modell gondjairól és felbomlásáról, a család nehézségeiről a gazdasági válság okozta egyre mélyebb szegénységben. A szinódus záródokumentumát október 18-án fogadták el. A szinóduson 14 házaspár is részt vesz, az egyikben a feleség katolikus, a férj muzulmán. (mti)

Majzik
Ilona:
Mi végre
a tél?
Egekig ér a platán bánata,
hisz rozsdabarna haja
vég nélkül hullik a múltó avarra.
Tar feje kietlen,
így hát fel-felzizzen
a decemberi csöndben

egy-egy panaszos levél.
Mi végre a tél?
Vén fejem százéves,
ám a lelkem ifjú,
s bolond szívem a télben is
tavaszt remél.

Öt érdekesség, amit nem ismert a karácsonyfáról

Milyen az igazi karácsonyfa? Megdöbbenő tényeket gyűjtünk össze a karácsonyfa kapcsán, amiket a legtöbben még csak nem is sejtettek korábban!

Közeleg az év legszebb és egyben legfontosabb ünnepe, a Karácsony. Ebben az időszokban minden családnak megvannak a saját hagyományai, egyvalami azonban a legtöbb esetben azonos: Szentestére egy tündöklő karácsonyfa ékesíti majd az otthonokat. A karácsonyfa-állítás ma már a legtöbb család életében természetesnek hat, mondhatni egy gyermekkorból megmaradt, és szüleinktől, nagyszüleinktől átvett szokást takar. Belegondoltunk-e azonban abba, hogy honnan is ered a karácsonyfa története, egyáltalán miből alakult ki ez a csodás tradíció?

Az első magyar karácsonyfa

A karácsonyfa történetéről számtalan különböző forrás maradt fent. Ami biztos, hogy egy német eredetű szokásról van szó, ahol a népesség a téli napforduló okán állított el szőrdíszes fákat otthonaikban. A hagyománynak tehát eredetileg semmi köze sem volt a keresztény valláshoz, az egyház csak jóval később, a 15-16. században vette át. Az első karácsonyfákat a hivatalosított történelmi adatok szerint az 1500-as évek végén, az 1600-as évek elején állították Németországban, ahonnan ez a szép szokás csakhamar meghódította egész Európát. Az első magyar karácsonyfa története a 19. századig nyúlik vissza, egyes források szerint 1824-ben, Aszódon került felállításra, de csak mintegy 100 esztendővel később vált olyan népszerűvé, hogy országszerte általánosságban is jellemzővé, mondhatni tradícióvá vált a családok körében.

A szaloncukor, mint hungarikum

Egy fenyőfa csak és kizárólag akkor válik karácsonyfává, ha díszeket

aggatunk rá! Az első díszek éppen ezért egyidősek az első karácsonyfákkal, noha akkoriban még nem gömböket és szaloncukrokat aggattak a zöld ágacskákra, hanem gyümölcsöket, tobozokat,ogyorót és diót. Az évek során aztán a díszítés egyre fényesebbé vált, és Magyarországon egy igazi különlegességgel, a szaloncukorral egészült ki, aminek a története az első magyar karácsonyfák megjelenéséig vezethet vissza. A hazai cukrászok ugyanis kitalálták, hogy selyempapírba csomagolt finomságokkal még vonzóbbá tudnák tenni a fenyőfákat, így a 19. század első felében forgalomba kerültek az első szaloncukrok, amelyek azóta is csak és kizárólag a magyar karácsonyfákat díszítik, külföldön ugyanis nem szokás ilyen édességeket aggatni a fára.

Évente több mint 2 millió karácsonyfát állítanak Magyarországon

Az Európai Unió átlaghoz mérten Magyarországon kiemelkedően sok fenyőfa fogy el az ünnepi szezonban azért, hogy a családok így tudjanak hódolni a karácsony hagyománynak. Számszerűsítve, egy évben 2 millió 200 ezer karácsonyfát adnak el hazánkban, ami a 10 milliós lakosságra nézve kiemelkedő adat. A legfontosabb adat pedig az, hogy egész Európában 60 millió fenyőfa fogy el ebben az időszaki időszakban.

Mit ajándékozunk? A karácsonyi elvárásokban az a legnehezebb,



hogy megtaláljuk a megfelelő ajándékot szeretteinknek. Amíg nálunk nagyon sokan szívesen látnának a fa alatt technológiai kütyüt vagy más eszközt, addig a világ más helyein egészen más a módi.

Karácsonyfák a legkevesebb tükrében

Ma már számtalan olyan Guinness Rekord is létezik a karácsonyfák kapcsán, amelyek garantáltan elkerekítetik a szemünket. Elég csak a világ eddigi legdrágább karácsonyfáját felhozni példának, amelyet 2010-ben állítottak Abu-Dhabi egyik bevásárlóközpontjában. Ezen a fenyőfán mindössze 181 darab dísz kapott helyet, ám többségük különféle drágakövekből és nemesfémekből állt, így a teljes dekoráció összértéke 2,5 milliárd forintot tett ki. A rekordok könyve ezen felül regisztrálta már a világ legmagasabb és legöregebb fenyőfáját is! Ennek címet 1950-ben zsebelhette be egy csodálatos Douglas fenyő Seattle városában, aminek 67,36 méteres magasságát azóta sem tudta felülmúlni egyetlen karácsonyfa sem. A világ legidősebb fenyőfáját ezzel szemben Angliában regisztrálták, egy 125 éves mini-fenyő képében, ami mindössze 30 centiméter magas, és tulajdonosai évtizedek óta minden karácsonykor feldíszítik.

Karácsonyi varázslat

Végezetül pedig egy érdekesség a karácsonyhoz, illetve a karácsonyfához kötődő hagyományokkal, valamint misztériumokkal kapcsolatban! Amennyiben a Jézuska egyetlen este alatt végezni akar a világ minden otthonában a karácsonyfák felállításával és az ajándékok elhelyezésével, akkor másodpercenként 822 otthonot kell felkeresnie, amihez legalább 1046 kilométeres sebességgel kellene száguldoznia másodpercenként. Hogy miként lehetséges mindez? Természetesen a karácsonyi varázslattal!

(B)



Karácsonyi gondolatok



Advent első napjaiban különös hangulatok lesznek úrrá az embereken. A várakozás, a vágyakozás kegyelmi állapotában meggyújtjuk akár képzeletbeli karácsonyi gyertyáinkat, és egy pillanatra megállunk az örök körforgásban.

Kínálkozik egy ünnep, amikor az emberek nyitnak némi rést szorosra zárt lelki páncéljaikon, többségük odafigyel szeretteire, és ebből a figyelmességből juthat másoknak is.

A karácsony nem csak egy nap, nem lehet csak egy nap, nem múlik a huszonegyedik óra leteltével, hanem a karácsony egy érzés, a szeretet érzése. Minden szívből szóló karácsonyi énekekben, a kályha tüzeinek ropogásában és melegében, az ünnepi ebéd közben, a beszélgetésben és mosolygásban, képeslapban, amit egy barát vagy a család küldött, minden, amit ebből meghallunk, és ami elgondolkodtat bennünket, az maga a szeretet.

Karácsonykor az ember mindig hisz egy kisé a csodában, nemcsak te és én, hanem az egész világ, az emberiség. Ez a csoda nem a színes szalagokkal átkötött dobozokban rejlik. Kevésbé a feldíszített zöld fenyő alatt találsz. Ezt a csodát másutt kell keresni, másutt lehet megtalálni. Ez a csoda a kedves szavakban, szinte, szívből jövő kívánságokban, szeretet érzésben érkezik, amikor mindenki jó a másikhoz, és keressük egymás örömeit. És kell ennél nagyobb ajándék? Sokan vallják - magam is - nincs szükségünk masnis csillogásra, márkás szertetre, sem pedig üres kivagyiságra.

Csak egy esélyt kell adnunk egymásnak, hogy egyszer talán szebb napokra ébredünk, egy biztos üzenetre, hogy a világban mindig marad fény és remény.

Ezzel bizonyosan így vannak azok, akikre ráborult a karácsonyi szomorúság, amely szorítóbb, reménytelenebb, mint a más napokon jelentkező. Hiszen aki karácsonykor szomorú, az kétszeresen az, mert mások olyan boldogok, békések, örvendeznek. Akit karácsony estéjén szorít sarokba magányossága, akit most kínoz a friss gyász fájdalma, aki most szenved kórházi ágyán, aki most irigykedik mások otthonának békességére, azt kétszeresen gyötéri a kín, kétszeresen sújtja a gyász és fájdalom. Számukra adhat különösen vigaszt, támaszt, együttérzést és örömet az a kortársi közösség, amelynek tagjai tán most is együtt várják az ünnepet.

Az idős társadalom ünnepén - a karácsony szeretetteljes hangulatával átítatva - a generációnk megerősített vár környezetét. Nyugdíjas vezetéként számos közösség, nyugdíjas társ megnyilatkozásait hallva, látva egyértelműen letisztult bennem az idős ember szeretet-éhsége és szeretetet adni akarása. Emlékezzünk csak indulónkra, kedvenc verseinkre, írások, köszöntőkre, dalok sokaságára: mindebből árad a szeretet vágyása. Persze vannak más óhajtások is a generációnkban, amelyek szintúgy fontosak, és amelyekkel nem árt néha számot vetni. Az ünnep erre is alkalom lehet, és tényleg kínál is az alkalmat.

Az idős ember legfőbb vágya a biztonságban rejlik. Kívánjuk az anyagi biztonságot, és az életünk védelmét minden típusú bántalmazás ellen. Valljuk, hogy minden idősnek joga van az emberi bánásmódról és a minőségi ellátásra. Tiltakozunk a korszerűtlen, az idős kor hátrányos megkülönböztetés minden megnyilvánulása ellen. Kívánjuk a nemzedékek közti megértést, az egymás iránti felelősségérzet javulását. Valljuk a tevékeny idős szellemiségét, melyben a legfontosabb helyen a családi és társadalmi életben való aktív közreműködés áll. És nem utolsósorban kívánjuk, hogy mindezeket a számunka fontos vágyakat legyen, aki megjelenítse, képviselje, megvalósításán munkálkodjon.

Ha mindez megvalósulna, ha ilyenné válna a világ és a környezetünk, no és persze mi magunk is, akkor közelebb kerülnénk ahhoz az álomhoz, amelyet karácsony kapcsán Wass Albert így fogalmaz meg: legyen fordítva minden: háromszázhatvanégy nap az évben legyen a szereteté, s egyetlen csak a többi dolgoké, s még annak is elég az estéje. De hozhatnám példának a józsef attilai tiszteletet, amelyet közösen rakunk meg, és amelynek melege minden ember számára megadatik.

Végezetül azt kívánom, hogy a karácsony a harmónia, a béke, és a szeretet meghitt, bensőséges hangulatát hozza valamennyiünknek, családjukban és közösségeikben egyaránt.

Némethné Jankovics Györgyi - NYOSZ elnök

A fenti gondolatok 2014. december 1-én Nyíregyházán, a Szabolcs-Szatmár-Bereg megyei nyugdíjasok számára szervezett Idős Karácsonyan hangzott el, ahol többek között tizenhét 50. és négy 60. házassági évfordulós párt ünnepeltünk.



Nyugdijas Expoztunk



2014. december 5-én, a budapesti Syma Konferencia és Rendezvényközpontban a Nyugdijasok Országos Szövetsége "kötelekébe tartozó" művészeti csoportok, nyugdíjasok mutatkoztak be a Nyugdijas Expo Nagy-színpadán.

A budapesti szenior táncosok, a Heves megyei dalosok, táncosok (a Domoszlói Nefelejcs Klub kórusa és a Gyöngynagyi Nyugdijas Klub táncsotja) után a Borsod-Abaúj-Zemplén Megyei és Miskolc Városi Nyugdijasok Érdekvédelmi Szövetsége csoportjai mutatkoztak be a szép számú közönségnek. Ezzel az alkalommal a rendezvény díszvendégeiként fél órással sor-folyammal szórakoztatták a "nagyérdeműt". A szövetség elnöke köszöntőjében néhány szóval bemutatatta a megyét, és az ott folyó szervezett nyugdíjas életet:

"Borsod-Abaúj-Zemplén megyét valamikor nagyon is jelentős ipari megyeként tartották számon. Ma már másról híres: Abaúj a pálinkájáról (Gönci barack); Borsod a söréről; és Zemplén (Tokaj hegyalja révén) a boráról. Szoktuk is mondani, hogy az a nyugdíjas, aki iszik, alkoholt fogyaszt,

az ezt nem bánatában teszi - mivel gyermekei/unokái a jobb megélhetés reményében kényszerültek tőle távol menni -, vagy azért sem, mert alkoholisták, hanem azért, mert lokálpatrióták.

Kedves Közönség! Szövetségünk az ország manapság eléggé mostohán kezelt megyéjében, mintegy 260 ezer nyugdíjból/nyugdijszer ellátásból élő kortársunk testi-, lelki-, szellemi jó közérzete érdekében munkálkodik. Nyugdijas klubjaink több mint 90 százalékában működnek hagyományteremtő és valamilyen művészeti ágban jeleskedő csoportok. Olyan egyének, akik másokat is szórakoztatva, szívesen mutatják be tudásukat, tehetségüket.

Kis sorunkban a megye nyugdíjas, amatőr művészetét is szeretnénk ismertetni, mégpedig a legjobbak tolmácsolásában. Emlékezve a két nagy világegésben hűsiesen helytállóakra, az első sorszámban, Pápai Imre, a miskolci "Avas" Nyugdijas Klub tagja katonadalokat énekel; majd Abaújból, Fügödről, a Fügödi Nyugdijas Klub Férfi Kórusa népdalösszeállítását hallhatják, majd az Ózdi

Nyugdijas Klub tánckara Sárközi táncokat mutat be; eztán Darvas Szilárd: Legenda a n teremtéséről c. versét, Péderi István, megyei elnökségünk tagja, az Encsi Nyugdijas Klub versmondója tolmácsolásában hallhatják; végül Jobbágy Endre, a miskolci "Dallamok Szárnyán Nyugdijas Művészeti Klub" tagja, és Tompa András, a Borsod-Abaúj-Zemplén Megyei Egyesület tagja operett dalokkal és ének számokkal szórakoztatják önöket."

Ezt követően a résztvevők rövid műsor keretében kaptak ízelítést a BAZ megye nyugdíjasainak amatőr művészeti életéből.

A NYOSZ műsorát az országos hírnév küszöbén álló Abda Rábcza Dalkör dallamaival zárták.

A Szövetség standja is nagy érdeklődésre tartott számot: a nyugdíjas társak - egyetértve a szövetség hitvallásával, miszerint a nyugdíjasok számára a legfontosabb: a biztonság, a minőségi ellátás, a nemzedéki szolidaritás, a társadalmi szerepvállalás és a nyugdíjas érdekképviselés - öt ujjuk felemelésével jelezve egyetértésüket fotózkodtak, és felajánlották a kampány céljaira fotóikat. *(tudósítónktól)*



Tisztújítás a NYOSZ-ban "Gy ztes csapaton ne változtass!"

December 10-én - három éves mandátumuk lejártával - a NYOSZ sz kebb irányító testülete, az Elnökség leköszönt. A Jelöl Bizottság felel sségteljes és eredményes munkájában, valamint a tagszervezeti küldöttek megfelel számú jelenlétében bíva 10-ére hívta össze az Elnökség a tisztújító Küldöttgy lést.

Az új alapszabályunk szerint 4 éves id tartamra választottunk testületeket, elnökséget, felügyel bizottságot és elnököt.

Tagszervezeteinkben ismét nem kellett csalódnunk, átérzve a megbízatás fontosságát, 78%-os megjelenés mellett eredményes küldöttgy lést bonyolítottunk le.

Némethné Jankovics Györgyi ciklust értékel beszéde indította az értekezlet érdemi munkáját. Elnök aszszony beszámolójában szólt a szövetség hagyományos tevékenységi körébe tartozó rendezvényekr l, és kiemelte: a hagyományok rzésére

mellett a hagyományok teremtésére, és a hagyományok meghaladására is vállalkozott a szövetség az elmúlt 3 évben. Szólt az elmúlt id szak kiemelt feladatairól: a hazai és nemzetközi partnerkapcsolati "építkezésr l", az id szak fontos, jelent s, el re mutató kezdeményezéseir l (új alapszabály, 25. évforduló, kutatás, Csillebérc, irodalmi antológiák, média megjelenések gyarapodása, NYOSZ kártya, vállalkozói projektek, Nyugdíjasok Együttm ködési Fóruma, hírlevél - honlap - facebook jelenlét, tagszervezeti gyarapodás, iroda átalakítás, stb). Számot adott az Elnökség érdemi munkájáról, és megosztotta önkritikus gondolatait a szövetség környezetében tapasztalható gondokról. Beszámolója végén a delegáltak figyelmébe ajánlotta a leköszön elnökséget, amelynek minden tagja vállalta az újabb, 4 évre szóló megmértést.

Gy ztes csapaton ne változtass! - oly sokat hallott elvet most komolyan

vette a küldöttgy lést, ugyanis a korábbi elnökséget és az elnököt, valamint a felügyel bizottság tagjait is 100%-os támogatottsággal választották meg a titkos szavazás során.

Így 2014-18. között a NYOSZ irányító testülete tagjai:

Elnök:

Némethné Jankovics Györgyi,

Elnökhelyettes:

Teszárovics Miklós, Szrenka Pálné, Oskovics György, Szendr di György,

Tagok:

Véghné Reményi Mária, Szabó Pál, Somogyvári Attila és Demeter Ferenc.

A FEB tagjai:

Kiss Lászlóné, dr. Balogh László és dr. Palotai Ferencné

A tisztújítást követ en kellemes hangulatban köszönte meg a szövetség legjobb 10 aktivistájának a munkáját, majd hangulatos, szerény vendég látás mellett kívántak egymásnak áldott, békés ünnepeket. *(tudósítónktól)*



Kitüntetettjeink

A Nyugdíjasok Országos Szövetsége évzáró köldöttgy lésén - a tag-szervezeteik ajánlásainak alapján - évente elismeri tíz legjobb aktivistáját. Idén elismer oklevelet és könyvjáándékokt adományozott a szövetség:

Turbucz Gyuláné részére a nyugdíjasokért, a közösség érdekében kifejtett kimagasló, áldozatkész munkája elismeréséül.

A körösladányi szikék Nyugdíjas klubot 12 éve vezet társunk majd két évtizede vállalt munkát a megyei szövetségben, jelenleg is a szeghalmi járás nyugdíjasainak vezet je. A Díszoklevéllel megköszönjük a példamutató egyesületi elnöknek, járási és megyei nyugdíjas vezet nek, hogy az id sek szolgálatát választotta, s kívánunk töretlen lendületet, jó egészséget és szép sikereket.

Géczi Ern né részére, aki az encsi "Évgy r k" Nyugdíjas Klub vezet je.

25 éve vállalt szolgálatát példamutató kitartással végzi. Az általa vezetett klub kiemelked kulturális tevékenysége nem csak sz kebb hazájában, hanem a határon túl is elismerést váltott ki. A megyei szavalóversenyek állandó szervez je, önzetlen házigazda.

Elismerésre méltó emberi magatartásával, a nyugdíjasokért végzett több évtizedes odaadó munkájával érdemelte ki szövetségünk elismerését.

Kívánunk további munkájához töretlen lendületet, jó egészséget és szép sikereket.

Bán Sándor részére, aki a Hódmez vásárhelyi Nyugdíjas Szövetség elnökségi tagja.

Tíz éve végzett felel ssgteljes vezet i munkájában a sport és a fogyasztóvédelmi feladatok ellátása kapta f hangsúlyt. Sikeres pályázatok, népszerű ismeretterjeszt és fogyasztóvédelmi el adások, egyéb projektek jelzik munkájának jeles állomásait. Tevékenysége túlmutat az id sek közösségein, hasznos tudását a generációk közti együttm ködés terén - a középiskolások körében végzett programok által - is kamatoztatta, valamint a helyi

médiákban tartott tájékoztatóival a szövetség jó híréhez is hozzájárult.

Kívánunk további munkájához töretlen lendületet, jó egészséget és szép sikereket.

Demény Istvánné részére, aki a Jász-Nagykun- Szolnok megyei Nyugdíjasok Kulturális és Érdekvédelmi Egyesületének elnöke.

Több évtizedes megyei vezet i munkája mellett kisebb klubközösség vezetését is vállalta. Számos, kiemelked helyi, megyei kulturális és szórakoztató program megálmodója és megvalósítója. Ezek közül kiemelésre érdemes az Id sek Népf iskolája, a Barangolás program és a több évtizeden át gondozott Országos Költészeti Szemle. Személyes kapcsolataival, és személyisége "varázsával" folyamatosan szolgálja az id sek életmin ségének javítása érdekében vállalt küldetését.

Kívánunk további munkájához töretlen lendületet, jó egészséget és szép sikereket.

Skretyuk Lászlóné részére, aki a Zala Megyei Nyugdíjasok Érdekvédelmi Szervezete elnökhelyettese.

Immár nyolcadik éve végzi a vezet elnök helyettesítésével járó feladatok mellett a szervezet adminisztrációját, pénzügyeinek bonyolítását. A NYOSZ ügyeinek helyi képviselőként élénjáró, emellett fontos kulturális vállalkozásokat teljesít. Megbízható, szolgálatkész egyéniségét nem csak a helyi közösség, hanem az országos szövetség is nagyra értékeli.

Kívánunk további munkájához töretlen lendületet, jó egészséget és szép sikereket.

néhai Guáth Imre, és Guáth Imréné

a Csepak Nyugdíjas Klub hajdani elnöke, valamint felesége és f segít társa részére.

A csepaki klubot b tíz éve Imre vezetésével hozták létre, és mára a klub a környék meghatározó nyugdíjas közösségévé vált. El adások, egészségmeg rz és történelmi ismer-

retterjeszt programok, sport események, de pl. a jelz rendszeres id s gondozás kiépítése is jellemezte a házaspár közös ténykedését. A Középdunántúli Regionális Nyugdíjas Találkozó több mint 10 éven át jeles eseménye volt a helyi és az országos nyugdíjas életnek egyaránt.

Guáth Imre júniusban bekövetkezett haláláig a település önkormányzati képvisel ként is szolgálta az id s korosztály érdekeit. Emlékét meg rizve jelen oklevéllel is kifejezzük nagyrabecsülésünket és köszönetünket a Guáth házaspárnak.

Radnóti Adél részére, aki a pécsi nyugdíjas egyesület kulturális bizottságának elnöke.

Els sorban az egyesület kulturális életének meghatározó egyénisége, a magyar nyelv és irodalom, valamint az ének-zene egyetemes értékeinek képvisel je, szorgalmazója a nyugdíjas mozgalomban. Jelent s és elismerésre méltó munkája volt az egyesület 20 éves munkáját bemutató kötet létrehozása. Havonta készíti el az egyesület Hírlevelét, ha kell, szervez, ha kell, verset mond, kórust vezet, zs riz stb.

Sokoldalú, megyén, régió, határon átnyúló tevékenysége példaérték , melyet jelen oklevéllel ismerünk el. Kívánunk további munkájához töretlen lendületet, jó egészséget és szép sikereket.

Merkli Józsefné aki a Gy r-Moson-Sopron megyei Pannon Nyugdíjas Szövetség és az Arabona Nyugdíjas Egyesület életének is meghatározó egyénisége.

Két évtizedes vezet tevékenysége alapjául a helyi Pedagógus Nyugdíjas Klubban végzett munka szolgált, végül két cikluson át a megyei szövetség ügyvezet elnöke volt. Megyei, régiós és országos versenyek lebonyolítását példaérték en végezte, kirándulások szervez je, hazai és külföldi kapcsolatok jeles ápolója.

A személyét megérdemelten övez tisztelethez és elismeréshez a díszoklevéllel a Nyugdíjasok Országos Szövetsége is csatlakozik.

Horváth János részére, aki a Vas Megye és Szombathely MJV. Nyugdíjas Szövetségének alelnöke.

Tizennégy éves nyugdíjas mozgalmi tevékenysége meghatározó a megye nyugdíjas életében. Kiváló szervező egyénisége elsősorban a túrák, kirándulások létrehozásában nyilatkozott meg. A tudományos ismeretterjesztés és a szövetség külkapcsolatainak ápolása terén is elévülhetetlen érdemeket szerzett.

Idős korát megtisztelt és köszönetünket kifejező szándékunk jeléül a NYOSZ jelen díszoklevél adományozásával kívánja kifejezni nagyrabecsülését.

Szalai Józsefné részére, aki a Nyugdíjasok Budapesti Szövetsége alapító tagja, és a szövetség korábbi elnökhelyettese.

Igazi közösségi emberi tulajdonságai a 25 éve alakult NYUBUSZ indulásakor is megmutatkoztak már. A több évtizedes munkája jeles területei: a szociális ügyek, üdülések, pályázatok intézése, tanácsadás, segélyezés, idősotthoni ügyintézés stb. mind az idősügyi kimagaslóan hatékony és értékes aktivistájává tette.

A személyét megérdemelten övező tisztelethez és elismeréshez a Nyugdíjasok Országos Szövetsége is csatlakozik.

A Sényi Szociális Szolgáltató Központ kollektívája részére.

Az intézmény 17 évvel ezelőtt megalakulását követően létrejött idősokklubjából mára egy sokoldalú, nemzedékek közötti párbeszédre alapuló, kiváló települési intézmény jött létre. Az ott dolgozó munkatársak egyformán felelősséggel kezelik az idősok és a gyermekek sorsát érintő helyzeteket. Számos kulturális, egészségmegőrző programot szerveznek, mellyel nem csak a település, de a nyugdíjas mozgalom jó hírét is terjesztik.

Az intézmény vezetője és munkatársai nagyon sokat tesznek azért, hogy a településen boldog gyermekek és aktív, egészséges idősok éljenek. Példaérték munkájukért, és a generációk közötti szeretetteljes együttműködés szolgálatáért a megyei és az országos szövetség elismerő köszönetét fejezzük ki.



Baranyi Ferenc



Keres Emil

"EZER NYELVEN HALLGATOK"

"Ezer nyelven hallgatok" címmel november 27-én a Váci Mihály Baráti Társaság és a Nyugdíjasok Budapesti Szövetsége (NYUBUSZ) által szervezett irodalmi estén emlékeztünk Váci Mihály születésének 90.évfordulójára a TEMI F városi Művelődési Ház nagytermében, amely az alkalomra megtelt az érdeklődő közönséggel.

Tíz évvel ezelőtt, Váci Mihály 80. születésnapján, a NYUBUSZ által tartott rendezvényen is jelen volt Baranyi Ferenc Kossuth-díjas költő, Keres Emil Kossuth-díjas színművész, Ladányi András író ugyanúgy, mint ezen az irodalmi esten is. Az említettek kivül még eljött Szakonyi Károly Kossuth-díjas író, Dinnyés József eladóművész, Sipos Mihály a Kossuth-díjjal kitüntetett Muzsikás együttes hegedűművésze. A négy Kossuth-díjas művész emlékezőse mellett Zsirai László költő, író, Farkas László irodalomkritikus is beszélt a költőről.

Nyíregyházát, a szülőföldet, az onnan származó Ladányi András, a Váci Mihály Baráti Társaság elnöke, valamint Zánki-Tóth Enikő, a FMH szakmai vezetője képviselte. Eljöttek még Nyíregyházáról a Váci Mihály Irodalmi Kávéház, valamint a Váci Mihály Kulturális Egyesület képviselői is.

Jelen volt még - archív felvételen - az ünnepelt, és a nemrég körünkben

eltávozott Avar István színművész, aki az "Ezer nyelven hallgatok" című verset mondta el, valamint Latinovits Zoltán színművész. Maga a költő, Váci Mihály a szegények hatalmáról beszélt.

Megható volt látni, hallgatni ket amint megidéztek Váci Mihályt. A verseket hallgatva - azt gondolom - ma igazán élők és aktuálisak Váci Mihály versei.

A hallgatóság nagy része a közép illetve az idősebb korosztályból tevődött össze. Az ifjúságot a Budapesti Váci Mihály Kollégium diákjai képviselték, akik szép műsorral, a költő verseivel emlékeztek.

Fellépésükkel erősítették Hámori István Péter költő szavait:

"Itt vannak. Mihály,

(...)

Fiatal alakok, ifjú hittel, vágyakozva szebbre és jobbra, jönnek városok dzsungeléből és barázdákban botladozva.

(...)

Úgy kapod, mint a példakép, lobogással és szeretettel."

Király Istvánné - a NYUBUSZ alelnöke



Zsirai László



Az ifjúság

Aktív nyugdíjas élet Békés megyében

A 2014. év vége felé sem lankadt a Békés Megyei Nyugdíjas Egyesületek Szövetsége vezet jének, Szrenka Pálné Erzsikének és kis csapatának a munkakedve, k ugyanis október végén rendezték meg az Id sek Világnapja megyei ünnepséget Békéscsabán a már hagyományos többnapos országos gasztronómiai nagyrendezvényen, a Csabai Kolbászfesztiválon.

A fesztivál második napján a rendezvény nagysátra a nyugdíjasoké volt. A városi és megyei hivatalos üdvözlések után Szrenka Pálné, a Békés Megyei Nyugdíjas Egyesületek Szövetsége elnöke köszöntötte a megjelent Békés megyei nyugdíjas klubok és egyesületek vezetőit, megjelent tagjait, majd a kit n en összeállított megemlékezést tartott a világnap alkalmából, amelyben kitért a nyugdíjasok országos és helyi helyzetének aktualitásaira, a velük való állandó tör dés és képviselőlet fontosságára. Ezután a megye két legid sebb tagjának (92 és 94 évesek) adott át emléklapot és ajándékot, valamint ezenkívül még 23 f , a megyei szervezetek által javasolt legaktívabb nyugdíjas tag vehetett át emléklapot, ajándékot és virágot.

Ezután következett el a Csabai Kolbászfesztivál által meghirdetett nyugdíjasok kolbászgúró versenyé. Az idén már a kedvezményes keretek között meghirdetett kolbászgúró versenyre a megyéb l és az ország minden részéb l mintegy 80 nyugdíjas csapat érkezett, akik díszítették asztalukat, el készültek, majd da-



Az érdekl d tömegek



A fellép t áncosok



A gyúrás gy ztes zsadányiak



A sarkadiak

ráltak, gyúrtak és töltötték a kolbászt hogy a zs ri dönthessen a helyezésekr l.

A vidám kolbászgúró versenyen és forgatag él zenei aláfestéssel, és a VI. Országos Szenior Táncverseny legjobbainak bemutatkozó m sorával folytatódott. Az eredményhirdetés el tt még alkalom adódott a hagyományos disznótoros ebéd elfogyasztására és egy-két pohár hazai gyümölcsf zet termék megköstölésére.

Az ez évi csabai nyugdíjas kolbászgúró verseny gy ztesei a Békés megyei Zsadányi Nyugdíjasok Egyesületének tagjai lettek Szatmári István elnök vezetése mellett. Az eredményhirdetés után felszabadult hangulatban telt a nap.

A Békés Megyei Szövetség vezet i ezután sem pihenhetek, ugyanis a megyében több szervezet év végi rendezvényére látogattak el.

December közepén Karácsonyi Fenyő ünnep néven zenés, m soros, ebéddel egybekötött ünnepséget rendeztek a megyei szövetséghez tartozó klubok, egyesületek vezet inek, tagjainak, melyre nagyszámú érdekl d érkezett a megye különböz pontjairól. A kit n hangulatú rendezvény kés délutánig tartott, amit hagyományként szeretnének folytatni. Szrenka Pálné Erzsike minden klub és egyesület vetet jének és tagjainak boldog ünnepeket kívánt.

Mizó Ferenc



A dobozi csapat

A ladányiak találkozója



Püspökladányi kórus



Jászladányiak

Szeptember 13-án Jászladányban nagy siker, immár hagyományos találkozón vettek részt azok a nyugdíjas egyesületek, amelyek Ladány nevezet településen működnek. Ezúttal a helyi Jászladányi Nyugdíjas Klub vendégei voltak Körösladány, Püspökladány, Mez ladány és Tiszaladány egyesületei, klubjai küldöttei. Sajnos, a meghívás ellenére Nádasdladány és Ladánybene hiányzott a résztvevők közül.

Az észak-szabolcsi Mez ladányból bizony kora reggel kellett elindulnunk Bartha Attila polgármester kíséretével, hogy időre odaérjünk, mert a program szerint 9 órakor a római templomban misével és zászlószenteléssel kezdődött a találkozó. Mint régi ismerősök, örömmel üdvözöltük egymást. Majd a Mezővárosi Házban a helyi és a megyei vezetők köszöntése következett, a vendégklubok vezetői viszont ajándékokat adtak át a házigazdának, közben a zászlójukra emlékként vitt szalagot kötöttük. Aztán megkezdődött a változatos kultúrmasor. Minden településről hoztak jellegzetes masoraszámokat. Voltak szavateratok, szóló énekes számok, táncsoport, énekkarok, egyéni fellépések. Valamennyi szép, sikeres bemutatkozás volt,

nem unatkoztunk. Nagy sikert aratott a püspökladányi Sárreői Együttes masora, a körösladányi énekkar, a tiszaladányi versmondó. Mi, mez ladányiak igyekeztünk cigánytáncunkkal és ifjabb Babják Péter szóló gitárjával hangulatos produkciót bemutatni. Ez olyan sikeres volt, hogy még táncra is perdültek a teremben. A citerások mellett különleges hatása és sikere volt a mi szájharmonikás fellépésünknek, amellyel megénekelgettünk valamennyi résztvevőt. A masorról videófelvételek készültek, melyeket a szervezetk a YouTube-on X. Körös és Ladány nevezet települések találkozója Jászladányon néven, 25 részletben közzétettek érdemes végignézni!

A fogadtatás igazán jó volt, baráti hangulat, testvériszeretet volt jellemző. Sokan mondták ott, miért nincs ilyen más települések nyugdíjasai között is? A mi találkozóink évek óta mindenütt nagy sikert arattak. Nálunk, Mezőladányban a múlt évben, korábban pedig a többi Ladányban is.

Jövöre Tiszaladány ad helyet a találkozóknak. Reméljük hasonló jókról számolhatok majd be.

Babják Péter klubelnök, Mez ladány



Szalagkötözés

Énekkari Találkozó Répcelakon

A fenti idézettel kezdődött november 8-án, Répcelakon a köszönt a Kistérségi Énekkari Találkozón. A m vel dési ház dolgozói nevében szólt a köszöntés a hegyfalui, a sárvári, a bogvoszlói, a rábapatyi és persze a Répcelaki Nyugdíjas Énekkar tagjainak, valamint az Ümmög Együttes táncosainak.

Már hetekkel ezelőtt vidám éneklés volt hangos a próba terem. A nyugdíjas asszonyok Varga Hennivel, a vezetőjükkel együtt gyakoroltak. Nagyon készültek, mertők voltak a meghívói, illetve házigazdái a rendezvénynek. Hagyomány ez térségünkben, hogy minden évben találkoznak a népdalt szerető kórusok. Eléneklék dalaikat és beszélgetnek terveikről, elképzeléseikről.

De ezek a nótás kedves asszonyok nem csak szépen énekelnek, hanem nagyon finom süteményeket is tudnak készíteni, amivel a vendégeiket kí-

nálják. Így hát fehér asztal mellett szólt az ének a második sor után. Gyönyörű volt, mikor a közel száz résztvevő és a hallgatóság énekelte a szebbnél szebb dalokat.

A Répcelaki Nyugdíjasklub Énekkarának tagjai 19 éve énekelnek együtt. Számos rangos díj, elismerés tulajdonosai. A városi rendezvények, falunapok második sorát színesítik produk-

"Mindenik embernek a lelkében dal van és a saját lelkét hallja minden dalban. És akinek szép a lelkében az ének, az, hallja a mások énekét szépen."

ciójukkal. Minden alkalomra kitartó munkával, lelkesedéssel készülnek. Az énekkar legidősebb tagja 84 éves, aki a találkozón roptta a táncot városunk polgármesterével.

Szép napunk volt. Következik az adventi készülődés, mert ott is lesz feladatunk.

Vizvárdy Tamásné



Idősek Világnapja Kabán

Egyesületünk évek óta megrendezi október utolsó szombatján az Idősek Világnapja alkalmából a "Nem csak a 20 éveseké a világ" rendezvényét, mely a civil szervezetek vidám sorában.

Így volt ez idén is. A helyi Nótaklub és Tamasz nyugdíjasai, a környező települések klubjai és mi, "szírózsások" adtuk az egész estés második sort.

Előtte azonban felköszöntöttük a jelenlévő nyugdíjasokat, és virágcsokorral kedveskedtünk legidősebb vendégünknek, Haja Józsefnének.

Természetesen egy üveg borral Egyesületünk legidősebb tagját, Váradi Kálmánt is megköszöntöttük. Majd egy szép verssel kedveskedtünk minden jelenlévő vendégünknek.

Ezt követően Szegi Emma polgármester megnyitotta a rendezvényt. A

címadó dalunkat Mórincz Erzsébet énekelte, aki Hajdúböszörményből érkezett.

A teljesség igénye nélkül, volt vers, ének, tánc, jelenet és citera szó is.

Idén egy új csoport társult vidám társaságunkhoz, akik Mikepércsre érkeztek dalcsokorról és táncdalokkal. M soruk nagyon tetszet a közönségnek nagy tapssal jutalmazták. Remélem nek is jól érezték magukat, újra eljönnek hozzánk és a barátság folytatódik a jövőben is.

Fiatallépek is voltak közöttünk, Papp Attila Debrecenből és Rácz Dóra Püspökladányból érkezett. Szép korúak között jó látni fiatal arcokat, akik elmondásuk szerint még jól is érezték magukat körünkben, aminek mi nagyon örülünk, és a jövőben is számíthatunk rájuk! A három órás második sort az szírózsák tánc csoport vidám

kis tánca zárta, amit a címadó dalra táncoltak. A telt házas közönség nagy tapssal jutalmazta az egész második sort, ezzel megköszönve a fellépők munkáját. Véget ért a második sor, kialudtak a fények, üres lett a színpad, csendes lett a ház.

A folytatás a napközi ebédlőjében volt, ahol szépen megterített asztal és finom vacsora várta a közel 120 főt. Utána zene, tánc, tombola. Ropták is éjfélig, ilyenkor elfelejtjük bánatukat, kisidőre fiatalok és vidámak voltak. Minden jó véget ér egyszer, sajnos ez is. De az élmény még sokáig él bennünk! Van mire visszagondolni, emlékezni!

Végül megköszönöm a támogatók segítségét és azoknak a munkáját akik részesei voltak, hogy ez a rendezvény megvalósulhatott.

Kiss Lajosné

A Biblia maradandó tanulsággal szolgál

Szeretnék beszámolni egy csodálatos délutánról, mely a Biblia jegyében szervezött. A kecskeméti Nyugdíjas Szövetség hagyományos vetélkedése immáron negyedik alkalommal került be a munkatervbe. Két fontos aspektusa van a rendezvénynek: egyrészt az ökumenia jegyében összekapcsolja a különböző felekezeteket, a jelentősebb vallások képviselőit, másrészt az idősöket és az iskolásokat közös versenyre invitálja.

Régóta célja a Szövetségnek, hogy a generációk közötti szakadékot próbálja meg áthidalni. Több olyan rendezvényt hívott és hív létre, amely az úgynevezett "egy iskola - egy klub" kapcsolatot elmozdítja. Ennek egy nagyon kedves és népszerű formájává lett a bibliaismereti vetélkedés.

A rendezvény támogatói között tudhatjuk az Idősügyi Tanácsot, valamint a város vezetését is. Ez utóbbi testület tagjai személyesen is megítélik a rendezvényt.

Az idei megmérettetés feladatSORának az összeállítását az Evangélikus Gyülekezet vezető lelkésze, Kis János és lelkésznőjük, Hulej Enikő vállalta. A versenyt levezető tisztség is rájuk osztatott. A helyet a Református Kollégium biztosította a gimnáziumukban. Az eseményen - mint minden alkalommal - helyet kapott valamennyi jelentősebb felekezet képviselője, a Szövetség és az önkormányzat delegáltja.

Ez évben kilenc klub igyekezett csapatával a győzelem felé, bár egyet-

értés volt a tekintetben, hogy valójában nem a győzelem az igazán fontos. Itt csak nyertesek lehetnek, hiszen a lényeges az volt, hogy forgattuk a Könyvek Könyvét, s általa lélekben gyarapodtunk.

A szervezők mindig a Szentírás valamely részét jelölik ki a felkészülés tárgyaként, mely ez évben Lukács Evangéliumának példabeszédeit jelentette. A megszívlelend tanulságokkal szolgáló példabeszédekben rejlik igazságot nem lehet pontszámokkal mérni. Az eredmények éppen ezért csak nagyon kevésbé szóródtak, ám lettek mégis első és kevésbé első. Remek volt, ahogyan a gyerekek és a nagyok együtt gondolkodtak. Ám a jelentős számban szurkoló közönség sem ültetett a babérjain, ket is mozgatta kérdéseivel Kis János lelkész úr. Az aktivitást fokozandó valamint

pihenés gyanánt közös énektanulás is fokozta a jó hangulatot.

Végül sorra került az eredményhirdetés. Dr. Tiba István a Szövetség elnöke átadta a vándorszerleget a győztes csapatnak, valamint az első három helyezettnek könyvjutalmat. Minden versenyző kapott emléklapot, a testnek csokoládét, a léleknek útravalóul egy Igét. Az eseményt közös ima és egy szerény megvendégelés zárta le. Nagyon lélekelmél és tanulságos délutánt töltöttünk együtt, ezért szeretném másokkal is megosztani ezt az élményt.

Mert: "aki lámpást gyűjt, nem takarja le edénnyel, úgy alá sem rejt, hanem lámpatartóba teszi, hogy akik be-
mennek, lássák a világosságot."

(Lukács: 8:16)

Juhászné Balasi Franciska, egy versenyző



Rövid hírek a NYOSZ háza tájáról:

A NYOSZ nyert az MNB pénzügyi fogyasztóvédelmi pályázatán. Ennek eredményeként Budapesten és egyes nagyvárosokban (ahol a NYOSZ tagszervezetek vállalják a szervezést) ún. nagyinét tanfolyami keretek között ingyenesen fogjuk oktatni az érdeklődőket az internet segítségével megvalósítható pénzügyi műveletekre (pl. netbankolás, internetes vásárlás stb.). Az oktatás iránt érdeklődők jelentkezését várjuk. Elérhetőségek: 06/1/210-0326, nyosz@enternet.hu, 1073 Budapest, Szövetség u. 9.

A NYOSZ-kártyák lecserélésének folyamatát elkezdjük szervezni, azonban míg az új, nagy tömeg kártya legyártása elkészül, addig a korábbi kártyák érvényesítését ingyenes matricáját igényelni lehet a NYOSZ-ban. Elérhetőségek: 06/1/210-0326, nyosz@enternet.hu, 1073 Budapest, Szövetség u. 9.

A központi iroda december 23. és január 10. között - szabadság miatt - zárva lesz, indokolt esetben Horváthné Julika elérhető a nyosz@enternet.hu email címen, illetve a 30/574-9097-es mobil számon.

Új tagok a F NIX Nagyasszony Egyesületében

A már nemzetközivé vált egyesület, az idei évben a Zala megyei Murakeresztúron tartotta közgyűlését, és itt került sor a nagyasszonyi kitüntetések átadására. Pavlicz Lajos József polgármester úr köszöntje után Porcoláb Lászlóné elnök asszony adott tájékoztatást az idei évben végzett munkáról, az egyesület céljairól. A díjazottak tiszteletére adott gálaműsorban felléptek a helyi kulturális csoportok, illetve a szlovéniai Kapcáról érkezett énekkar és a Beleznai Hagymányosok.

A nézetteret zsűfoglalásig megtöltötték a vendégek. A rendezvényt megtisztelte professor dr. Gadányi Károly Murakeresztúr díszpolgára és Teleki László országgyűlési képviselő is. A hivatalos részt fogadás követte, ahol fehér asztal mellett folyt az ismerkedés. A finom süteményekkel

nagyasszonyaink gondoskodtak. Köszönet a helyi szervezőknek, köztük Kovácsné Deák Erzsébet nagyasszony társunknak és Kovácsné Kovács Anna iskola igazgatónak, a helyi Horvát Kisebbség vezetőjének a támogatásért és a segítségért - nyilatkozta Halászi Attiláné az egyesület titkára.

Az idei kitüntetettek: Gárdonyi

Mihályné Osztopán, Grosch Jánosné Kisbárapáti, Hényel Zoltánné Pécs, Herczeg Jánosné Kaposmér, Huszár Józsefné Veszprém, Kern Éva Homokszentgyörgy, Marija Herzenjak Kapca (Szlovénia), Minkó Anna Pécs, Pinkert Ida Csúza (Horvátország), Selek Mártonné Murakeresztúr.

Györke József



Értékeltek az ÁFÉSZ-nyugdijasok

Évértékelés gyűlések össze a nagyatyai áfészes-nyugdijasok. Lakosa Ferenc elnök elmondta, hogy ismét tartalmas évet zárt 38 fős csoportjuk. Egy perces néma felállással emlékeztek meg az év közben elhunyt Kiss Lászlóné tagtársukra.

Ez évben is a pótszilveszterrel kezdték az évet, majd a nappal

folytatták programjukat. Ellátogattak a közeli Ágneslakra, ahol megcsodálták a szigeten lévő arborétumot. A kirándulást követően finom estebéd után Kálmán László zenéjére késztig daloltak és táncoltak.

A strandfürdő területén nem csak társadalmi munkát végeztek, hanem egy nagyszerű sportnapot is szer-

veztek. Aktívan bekapcsolódtak a városi rendezvényekbe. Igaz, ők nem táncolnak és énekelnek, de sátorverésben, kiszolgálásban mindig megállják helyüket. Különösen a városi gyermeknap rendezvényen.

A jövőt illetően feladatuknak tekintik a hagyományos rendezvények megvalósítását, a városi rendezvények segítségét, valamint szeretnék a szponzorok számát növelni, hogy még több programot tudjanak megvalósítani az elkövetkezendő időszakban.

Ormai István polgármester úr is megköszönte áldozatos és önzetlen munkájukat, s további anyagi és erkölcsi támogatásról biztosította a jelenlévőket.

Végezetül köszöntötték egymást a "mindenki névnapja" alkalmából, majd késztig a terített asztal mellett elevenítették fel korábbi élményeiket.

Györke József



Id sügyi Stratégia

A szegedi Id sügyi Akadémián 2014. november 5-én Baghyné Makra Ilona elhangzott előadása - rövidített és szerkesztett változata

Szeged város önkormányzata fontos feladatának tekinti azt, hogy id s polgárai folyamatosan tájékozódjanak az id ket érint és életüket meghatározó világról. Ezért 2014. évben is megszervezte az Id sek Akadémiáját. Az Id sek Akadémiája nyitó előadását vázlatos formában adom közre írásomban.

Az Id sek Akadémiájával a város folytatja a korábban elkezdett munkát, melynek előzménye mintegy 23 évvel ezelőtt, 1991-ben kezdődött azzal, hogy az ENSZ javaslatának elfogadásával hazánkban, és Szegeden is először 1991. október 1-én megrendezték az Id sek Világnapját, melyet azóta megszakítás nélkül minden évben ünnepélyes keretek között tartanak meg.

Az ENSZ javaslatát más világszervezetek is folytatták. Az UNESCO (Egyesült Nemzetek Nevelésügyi, Tudományos és Kulturális Szervezete) 1997-ben, a WHO 2002 (Egészségügyi Világszervezet), az Európai Unió egészségügyi stratégiája 2008-2013-ban, WHO Európai Regionális Irodája által 2012-ben kibocsátott Egészséges Öregedés Európai Stratégiája és cselekvési terve és nem utolsósorban a Magyar Köztársaság kormánya a H/10500. számú 2009. évi országgyűlési határozatával, hosszú távú nemzeti, Id sügyi Stratégiát fogadott elő a 2009-2034-ig tartó időszakra.

Melyek azok a változások körünkben, amelyek indokolják, hogy a világ nemzeti államainak közpolitikai gondolkodásában központi helyet szerepeltesse, a szakpolitikát pedig az id s emberek és egyben a nemzeti államok figyelmét a kérdés megoldásának szolgálatába állítsa?

Mindenekelőtt az, hogy a Földön egyre több ember, ezen belül egyre több id s ember él.

Ennek alátámasztására szükséges egy kis kitekintés tennünk az elkövetkezendő 20, 50, és 100 évre.

Mi várható a Földön a népesség alakulásában az elkövetkezendő

években, évtizedekben?

A világ lakossága az utóbbi 40 évben megkétszereződött, és ma több mint 6 milliárd ember él a Földön. A fejlődő országokban végbement demográfiai robbanás miatt az afrikai, ázsiai és latin-amerikai földrészekén minden 15. hónapban 100 millióval gyarapodik a népesség, míg Európában csökken. A népesség növekedési üteme lassult az utóbbi években, de várhatóan nagysága 9 milliárd főre 2050-ig.

Mi a következménye a lakosság növekedésének a Földön?

A világ népességének gyors szaporodása aggodalomra ad okot, a Föld túlnépesedése miatt. A növekedéssel a földi ökoszisztéma veszélybe kerül, a természeti erőforrások túlzott használata következtében. Ezzel együtt nő a légkör szén-dioxid tartalma, a globális felmelegedés és a környezet-szennyezés.

Mi várható Európában?

Az előrejelzés szerint Európa kivételével, az összes kontinens népessége növekszik. Míg a fejlett országok többségének népessége fokozatosan csökken, - ide tartozik Európa, - a fejlődő országoké folyamatosan nő.

Valamennyi kontinens népessége csökken, de legjelentősebben Európában. Ezen belül is legjelentősebben a fogyás a közép-kelet-európai országokban. A legnagyobb visszaesés Bulgáriában és Oroszországban következhet be. Az előbbi 7,8 milliós lakosságának 38 százalékát veszítheti el az évszázad közepére, az utóbbinak 146 millió jelenlegi lakóinak száma, ahol 17 százalékkal, csaknem 25 millióval élnek majd kevesebben.

Mi várható a szomszédos államokban és hazánkban?

Az előrejelzések szerint jelentősen fogy szomszédjaink népessége is: Szlovákiáé a jelenlegi 5,4 millióról 4,7-re, Ukrajnáé 47,4 millióról 38,4-re, Romániáé 21,7 millióról 15,7-re, Szerbia és Montenegróé 10,7 millióról 10,2-re, Horvátországé 4,4 millióról 3,8-ra, Szlovéniáé pedig 2 millióról 1,7

millióra csökkenhet.

Az egyetlen szomszédunk, Ausztria ahol az előrejelzések szerint csekély mértékben ugyan, de növekedhet a népesség: itt a jelenlegi 8,1 millió helyett 8,2 millióan élhetnek a század közepén.

Hazánk lakossága 2014. január 1-jén 9 877 365 fő volt, amely 1981 óta a születések alacsony, és a halálozások magas száma miatt csökken tendenciát mutat, struktúráját tekintve elöregedő. A lakossága az előrejelzések szerint 2025-ben 8,9 millió, 2050-ben pedig már csak 7,6 millió fő lesz.

Johnnathan Swift skót írótól származik a gondolat, - aki a maga korában matuzsálemi kort, 78 évet élt meg - "Mindenkinek sokáig akar élni, de senki sem akar megöregedni", ma is él a gondolat, létezik valóság abban az értelemben, hogy az emberi élet hossza egyre jobban kitolódik. Az öregkor szépségéhez, tartalmasságához és élhetőségéhez pedig minden nemzeti állammal kötelessége hozzájárulni.

Ezt fogalmazzák meg az Id sügyi Nemzeti Stratégiák, és ez a feladata a hazai Id sügyi Stratégiának is.

"Körünkben több id s ember él a Földön, mint bármikor ezelőtt, és arányuk a lakosság egészéhez viszonyítva tovább növekszik. Ezek az id s felnőttek nagymértékben hozzá tudnak járulni a társadalom fejlődéséhez." - fogalmazódott meg az UNESCO 1997-es, Hamburgi Nyilatkozatában.

Éppen ezért nagyon lényeges, hogy egyenlő eséllyel és igényeiknek megfelelően kaphassanak a tanulás és munkával járó lehetőségeivel.

Az öregedés örök kérdéseivel új kérdés társul: hogyan jut el a közpolitika oda, hogy az id s emberekkel kapcsolatban már nem a problémák kezelése, hanem magának az id s kornak az átalakítása jelenti a kitűzött célt.

A probléma háttere nem ismeretlen. A polgári demokrácia mindenkori kormányának feladata az, hogy polgáraitól gondoskodjon olyan törvényekkel, amelyek alkalmazásával,

egy biztonságos, elégedett, nyugodt, gyarapodó, és kiegyensúlyozott társadalmi közeget teremt, minden korosztály számára. Ebben az id skorúak számára is.

Az id skori aktivitást sok kérdés megoldása és megélése jelenti. Ennek a sok kérdésnek a feltételeit dolgozta ki, és emelte a megvalósítás rangjára a 2009-ben született országgy lési határozat.

A nemzetállami és a helyi id spolitika közötti kapcsolat legfontosabb hazai eszközeit az "Id sbarát Önkormányzat" pályázatok, valamint az esélyegyenl ségi programok jelenítik meg.

Hazánk Id sügyi Stratégiájában fontos szerep jutott a hosszú távú és keresztmetszet , a jelenre is és a jöv - re is fókuszáló jöv tervezési technikának. A legf bb céljai meghatározása hosszú távon - 2034-ig megvalósításra váró - feladatai is egyben:

- A születéskor várható élettartam közelítse az európai uniós átlagot.
 - Az egészségben eltöltött évek számának növekedjen.
 - Az aktív élet fenntartása er södjön.
 - Az id skori jövedelembiztonsága megeremtdjön.
 - Er södjön a társadalmi integráció.
 - A különböz szolgáltatások (egészségügyi, szociális, oktatási, kulturális stb.) igénybevételének lehet sége biztosított legyen.
 - Összehangolódjon az id söd k és id sek szükségleteinek és érdekeinek figyelembevétele.
 - Biztosított legyen az id sek élethosszig tartó tanulásának támogatása, a digitális tananyagok hozzáférhet ségének biztosításával is.
 - Az "aktív id södés" feltételeinek er sítése, mely nem csupán a fizikai aktivitást, a munkaer piacon maradást jelenti, hanem a társadalmi, kulturális, civil életben való aktív részvételt is.
 - Az id södési folyamat "menedzsmentjének" elterjesztése már a fiatalokban,
 - a társadalmi szemléletváltás mind a gazdasági, mind az id södés társadalmi megítélését és megélését illet en.
- A magyar kormány az "Id sbarát Önkormányzati Díj" pályázati kiírásában, illetve a helyi "Esélyegyenl -

ségi program" készítését meghatározó jogszabályban fogalmazott meg kívánalmakat az önkormányzati id spolitikával kapcsolatban. A két dokumentum jelent s mértékben túllép a korábbi jogszabályok szemléletén, és olyan elvárásokat jelenít meg, melyek közvetlenül a nemzetközi színtereken megfogalmazott id spolitikai elgondolásokból eredeztethet ek.

Id sbarát Önkormányzatok Díjat az 58/2004 (VI.12.) ESZCSM-BM együttes rendelete szabályozta. Szeged város 2007-ben részesült ebben a kitüntetésben.

A város példaérték en szervezi és irányítja az Id sügyi Stratégiából reá háruló feladatok megvalósítását. Id sügyi Stratégiával rendelkezik. Megalkította és m ködteti az Id sügyi Tanácsot, melynek élén a polgármester áll. Id sügyi referenst, f állású dolgozóként foglalkoztat, aki személyében az Id sügyi Tanács titkára is. A képvisel testület folyamatosan kéri számon az id sek érdekében végzett évi munkát. Minden évben elkészül az éves program a nyugdíjas, m köd szervezetek támogatásának, segítségének feladatairól. Az Id sügyi Tanács e program alapján végzi munkáját, melynek megvalósítási eredményeir l a képvisel testületnek számol be. Az id s, beteg, egyedül él k részére bentlakásos intézményhálózatot m ködtet. A nyugdíjas szervezetek részére évente legalább egy alkalommal pályázat útján m ködésükhöz támogatást nyújt. Rendszeresen tájékoztatják az id sügyi szervezeteket a város el tt álló feladatokról és bevonják ket azok megvalósításába. Az önkor-

mányzat intézményt tart fenn az id - sekkel való rendszeres foglalkozásra, a velük való találkozásra, az önkormányzat és az id sek kapcsolatának er sítésére. Szervezik évi rendszerességgel az id seket érint akadémiát. A határon átnyúló kapcsolatok keretében együttm ködést alakítottak ki a Romániai Magyar Nyugdíjas Szövetséggel, és a Szabadkai Nyugdíjas Egyesülettel. Rendszeres és évente visszatér kulturális, szórakoztató, sportos programokat szerveznek. Minden év október 1-én az Id sek Világnapja alkalmából ünnepélyesen is emlékeznek az id sekre. Az értük végzett sokévi munka jutalmául, kitüntetések adnak át azoknak, akik rászolgáltak arra. A kitüntetés mellé pénzjutalomban is részesítik ket.

Az Id sügyi Nemzeti Stratégia hazai megvalósításának elért eredményit a KSH megfelelő statisztikai módszerekkel minden két évben méri, és minden két évben megjelenteti mérésének eredményeit. Az Id sügyi Stratégia elfogadása óta több alkalommal került kiadásra az EZÜSTKOR ID SKORÚAK MAGYARORSZÁGON c. statisztikai adatokat és elemzéseket tartalmazó könyv, ami pontos válaszokat ad arra, hogy milyen irányú változásokon mentek végbe a megel z kiadvány megjelenése óta. A statisztikai mérések eredményi visszajeleznek a kormánynak arról, hogy a stratégiában meghatározott tennivalók megvalósításának egyes kérdései mekkora hatásokkal élnek és vannak jelen életünkben.

Baghnyé Makra Ilona - a Csongrád Megyei Nyugdíjas Szövetség elnöke



Válaszok a minisztertől 1 - 2.

Korábbi számunkban olvashattak arról, hogy október 1-én, az Idők Világnapján újjáalakult az országos Időügyi Tanács, melynek ismét nem lett meghívott tagja a NYOSZ, ahogy más, hasonlóan jelents taglétszámmal bíró nyugdíjas szervezet sem. Így hát ismét távolabb kerültünk az információktól, a döntés befolyásolástól, a hatékonyabb érdekvédelem gyakorlásától, attól, hogy "első kézben" kapjunk híreket az időügyet érintő elképzelésekről. Ezért a korábban már megkezdett gyakorlathoz visszatérve segítséget kértünk parlamenti képviselőktől, hogy kérdéseinkre, a nyugdíjas közösségeket, azok tagjait foglalkoztató problémákra írásos kérdések benyújtása által szerezzenek hivatalos válaszokat a terület illetékes, vezető politikusaitól. Így most tehát "első kézben" kapott híreket, szándékokat és ígéreteket tudunk közölni lapunk hasábjain, melyek a későbbiekre vonatkozóan - akár megvalósulnak a bennük foglaltak, akár nem - a nyugdíjasok tájékozottságát mindenképpen javítják. (A levelezés nyomán követhet a www.parlament.hu oldalon)

"*Mikortól tervezik a nyugdíjkorhatár emelését?*" című írásbeli kérdésre - Balog Zoltán miniszter úr megbízásából - az alábbi választ adom.

A Kormány nem tárgyalta a nyugdíjkorhatár emelésével kapcsolatos elterjesztést és nem is szerepel a napirendjén, erre vonatkozó tervek nincsenek.

Révári Bence
államtitkár

"*Az október 1-jével megalakult új Időügyi Tanács összetételéről és tervezett tevékenységéről miert nem nyilatkozik érdemben a kormányzat?*" című írásbeli kérdésre - Balog Zoltán miniszter úr megbízásából - az alábbi választ adom.

Az Időügyi Tanácsot elszöri az 1116/1996. (XII.6.) Kormányhatározat hozta létre a Kormány tanácsadó testületeként, mandátuma ebben az időben a Kormány mandátumához kötött. A jelenleg hatályos 1275/2010. (XII.8.) Kormányhatározat meghatározza a Tanács feladatait, felépítését, a tagok jogait. Az Időügyi Tanács tevékenységében a 1493/2014. (IX.4.) Kormányhatározat annyiban módosította az 1275/2010. (XII.8.) Kormányhatározatot, hogy az új kormányzati struktúrának megfelelően jelölte ki az állandó meghívottak körét.

A 2014. október 1-jén, az idő Világnapján újjáalakult Időügyi Tanácsnak is a mindenkori miniszterelnök az elnöke, alelnöke az EMMI Család- és Ifjúságügyért Felelős Államtitkára.

Abban sem történt változás, hogy a tagokat a mindenkori kormányfő kéri fel, hiszen az Időügyi Tanács a Kormány tanácsadó testülete. Az Időügyi Tanács tagjai továbbra is Dr. Bene Ildikó; Beszterczey András; Dr. Blaskovich Erzsébet; Endry Zsuzsanna, Dr. Gázsó Ferenc, Prof. Dr. Hámori József, Prof. Dr. Iván László, Monspart Sarolta, Pozsgay Imre, Sessler György, Sztojanovics András, Zsák Jánosné.

Az Időügyi Tanács elnökének sajtó-nyilvános beszédében megismerhetjük, hogy Miniszterelnök úr azt kérte a tagoktól, hogy "inkább úgy fogják föl a saját maguk szerepét, arra mozgósítsák az erőiket, hogy mit tudnak mondani az ország mindenkori vezetőinek a saját élettapasztalatuk aranyfedezetét felhasználva, amit az ország javára azok, vagyis mi, ebben a pillanatban, hasznosítani tudunk".

Révári Bence
államtitkár

"*Az elkövetkezendő négy évben változnak vagy sem a nők 40 éves jogosultsági idővel történő nyugdíjba vonulásának feltételei?*" című írásbeli kérdésre - Balog Zoltán miniszter úr megbízásából - az alábbi választ adom.

A nők számára 40 év jogosultsági idő alapján igénybe vehető kedvezményes öregségi nyugdíj beváltotta a konstrukcióhoz fűzött várakozásokat. A kedvezmény igénybevételének jogosultsági feltételeiről rendelkező jogszabály módosítására - a jogosult kör kibővítését illetően - nem volt szükség. Az érintett célcsoportból

eddig több mint 120 ezren vették igénybe ezt az ellátást. A nők 40 éves kedvezményt igénylők átlagos életkora közel 58 év, vagyis ebben az évben a kedvezmény mintegy 4,5 évvel korábbi nyugdíjba vonulást eredményez a nyugdíjkorhatárhoz képest.

Mindezekre tekintettel a jogosultsági feltételek változtatását nem tervezzük.

Révári Bence
államtitkár

"*Tervezik az elkövetkezendő négy évben az alap-, illetve munkanyugdíjak bevezetését, illetve megállapítását?*" című írásbeli kérdésre - Balog Zoltán miniszter úr megbízásából - az alábbi választ adom.

Ismételten javaslom Önnek, hogy ne vegyen komolyan minden légből kapott híresztelést, különösen az olyan témákkal kell vigyázni, ami egy érzékeny, több millió embert érintő területtel kapcsolatos.

Megnyugtatom: értesülése teljesen alaptalan, nincs olyan kormányzati szándék, hogy az Ön által leírtak bevezetésre kerüljenek.

A Kormány sikeresen biztosította, hogy a nyugdíjrendszer ma lényegesen stabilabb, fenntarthatóbb, mint 2010 előtt. Mindezt úgy érték el, hogy közben folyamatos emelésekkel biztosítottuk a nyugdíjak értékállóságát és jelenleg is gondoskodunk a nyugdíjak értékének megőrzéséről, ezzel ellentétben a szocialisták a 13. havi nyugdíjat is elvették a nyugdíjasoktól.

Révári Bence
államtitkár

(folytatjuk)

A szolidaritás a pénztárnál kezd dik?

Ugye, sokan emlékeznek még azokra a régi szép id kre, amikor mindenkinek volt munkája itthon, és a termékek nagy része hazai gyárakban, magyar munkaer vel készültek el?

Igen, a '89 el tti id k ezek, és ha kivesszük a mögötte álló ideológiát, és szigorúan csak a gazdasági oldalát nézzük, akkor valószínűleg abban sokan egyetérthetnek, hogy volt létbiztonsága az embereknek, és a fiatalok bátran vágta neki a családalapításnak még 30 éves koruk el tt is. Persze, más volt a rendszer, de a nyugati világokban ugyanolyan jólét volt és van a mai napig is, hát akkor hol van itt a kutya elásva?

Sokszor feltettem már magamban a kérdést: tényleg csak a vezet ink a felel sek minden bajunkért? Az igaz, hogy egy angol is, és egy osztrák is szidja saját politikusait, de akkor mégis mi a csudától élnek jobban ezek az emberek, mint mi?

A válasz persze sok tényez s, de mégis van egy közös bennük, nyugatiakban, amely bennünk még valahogy nem alakult ki. Ez a különbség pedig nem más, minthogy a saját országának, népének termékeit vásárolják meg els re a boltokban, még akkor is, ha az valamivel drágább, mint az alacsony bérekért dolgozó keletiek, távolkeletiek termékei! Próbálna meg

valaki eladni egy osztrák háziasszonynak egy pl: Olaszországban készült étolajat! Pedig ott jobban süt a Nap. Nagyon nehezen lehetne, mert k a hazait veszik meg! Ugyanez a helyzet az angolokkal, németekkel, franciákkal és minden olyan európai állam polgárával, ahová mi is tartozni szeretnénk a jobblét ígérete miatt.

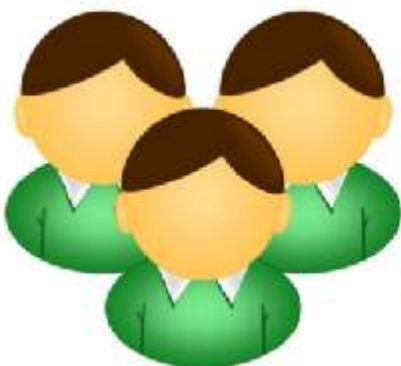
Viszont ha a mai keres osztály - amely a jelenlegi nyugdíjakat termeli ki - vásárlásai tudatosság nélkül folytatódna tovább, akkor már a gyerekek se, az unokának meg pláne nem lesz nyugdíja, ugyanis az átlag magyar ember már abból is a külföldi terméket veszi, amelynek lenne hazai megfelelője, de a szolidaritás helyett - amit a nyugatiak is használnak - csak az számít, hogy mi az olcsóbb. Egyes termékek valóban olcsóbbak lehetnek 20, 50, vagy akár 150 forinttal is, de semmi nem lehet annyira olcsó, hogy itthon termel gyárak zárjanak be emiatt, a fiataloknak külföldre kelljen menniük, ahol a legtöbbjüket csak másodrangú emberként kezelik. Mind eközben van egy fantasztikus országunk, amit nem is olyan rég még Európa éléskamrájának hívtak, ugye?

Ha ezen sorok olvasása közben most a kifogások hada ütközik össze önben, hogy "de hát már nincs is semmib l hazai", meg a "magyar sokkal

drágább", és amúgy is "mindez az aktuális kormány dolga", akkor van egy jó meg egy rossz hírünk ezt illet en. A kormányok teszi a dolgukat, amit lehet kritizálni meg támogatni is, de az biztos, hogy senki mögött nem áll ott valaki, aki kényszeríti a felesleges külföldi termék vásárlására. Ezen túlmen en léteznek olyan megoldások is, amelyek a hazai munkahelyek újratemtését szolgálják, és a vásárlói kényelmünkbl sem kell nagyon lemondani ahhoz, hogy ön olcsón vásároljon magyar terméket. Mindössze el kell vetni a "dögöljön meg a szomszéd tehene is" elvet, és mint a számunkra irigyelt országokban, nekünk is ideje felismerni a gazdasági szolidaritás jelent ségét. Mert együtt könnyebb - ezért vásároljon ön is hazai terméket ott, ahol lehet. Örömmel vesszük, és megtiszteltetésnek érezzük, ha szentel pár percet a gazdasági szolidaritási programunk megismerésére, ahol az ön családjának is lehet munkája, és így önt is körünkben üdvözölhetjük majd.

"A szolidaritás a pénztárnál kezd dik!"

További részletek a weblapunkon:
<http://100000munkahely.hu/>



Az alábbi verset egy kedves olvasónk küldte be szerkesztőségünkbe azzal a megjegyzéssel, hogy a vers elhangzott napjainkban Budapesten, a Katona József Színházban, az "Illaberek" előadásán, és ledöbbsentette a közönséget.

Kiss Judit Ágnes: Szó
 Hazából,
 hogyha még bírod,
 Ne menj el, ó, magyar.
 Hogy menekülj, lesz mindig ok,
 És mindig, hogy maradj.
 Itt áldozat, s vajon mi ott?
 Bevándorló lehetsz,
 Nem tudhatod, végül melyik
 A súlyosabb kereszt.
 Ez a föld régóta ugar,
 Terméketlen, sivár,
 De van még, ki zenét szerez,
 És színházat csinál,
 Szeret és harcol semmiért,
 Mert másként nem tehet.
 Hogy itt vagy, erőt ad nekik,
 S akik itt vannak veled.
 Lehet, hogy nem jön jobb soha,
 Ki itt él, mély repül.
 Megúszhatják a vétkesek,
 S te bűnhődés vétkesül.
 Míg annyi jóval tele
 A másik serpenyő,
 Ha baj van, ki ne mentené,
 Ami még menthet?
 De itt van szükség rád nagyon,
 Sötétben lenni fény,
 Hogy fölemeld, ki megrogyott,
 És bátorítsd, ki fél.
 Maradj, mert meg kell védeni,
 Kinek nincs is hova,
 Legyen szegény, hajléktalan,
 Zsidó, meleg, roma,
 Vagy bárki más, aki alól
 Kihúzták a talajt.
 Légy fül, ha semmit nem tehetsz,
 Ki hallja még a jajt.
 Ez frontvonal, ez harcmező,
 S még így is otthonod,
 Rád simul minden rég bejárt
 Tereid, kamaszkorod.
 Taposhatnak röhögve mind
 Az összes elveden,
 De szétolvadnak a szavak
 Az anyanyelveden.
 Ne hidd, hogy semmi eszközöd,
 Fegyver vagy te magad,
 Mind különleges ügynök az,
 Ki mégis itt marad.
 Maradj, tövisnek börtön alatt,
 Ha bírod még, magyar,
 Légy viszkete seb, mit kéz
 Álmában is vakar.
 Itt áldás is, másutt csak egy
 Bevándorló lehetsz.
 Ki mondja meg, végül melyik
 A súlyosabb kereszt.

Szegénységet konzerváló költségvetés

A KSH adatai alapján hazánkban a legalsó és legfelső jövedelmi tízed között 8-szoros a különbség, az alsó jövedelmi csoportokba tartozók száma, a középrétegek száma csökken, a felső rétegek száma nő. Tovább nyílik az olló a napos oldalon élők javára. Az Európai Bizottság jelentése is rámutat arra, hogy hazánkban a válság kezdete óta valamennyi szegénységi mutató jelentősen mértékben romlott és ez a trend folytatódik. Ha a KDNP országgyűlési képviselői olyan lelkesedéssel lépnek fel a szegénység ellen, mint amilyen nagy lendülettel próbálják a vasárnapi nyitvatartást szabályozni, akkor bizonyára más képet mutatna a magyar társadalom.

A 2015. évi költségvetési törvényjavaslat erősíti az elmúlt években kialakult tendenciát. Az elterjesztésben hangsúlyozzák, hogy "minden erővel segítjük a gyermekes családok megélhetését". Az közismert, hogy hazánkban a szegény családokban van több gyerek, a családi pótlék összege 6 éve változatlan, így az infláció miatt mintegy 20% értékcsökkenés van. Ezen támogatás minden gyermeket nevelő családot megillet, viszont a családi adókedvezmény elsősorban a magas jövedelemmel rendelkező családokat preferálja. A kormányoknak nem azokat a családokat kell támogatni, akik a jelentős jövedelem miatt nem szorulnak rá az állam segítségére, hanem azokat, akik kevés jövedelemmel rendelkeznek.

Több írásomban szoltam már arról, hogy XIII. Leó, II. János Pál és Ferenc pápa a szegény családok megsegítését szorgalmazza. II. János Pál 1984-ben rámutatott arra, hogy "az Egyház számára a szegényekkel való törődés elsődlegesen teológiai kategória, megelvezve minden kulturális, szociológiai, politikai vagy filozófiai kategóriát". Ferenc pápa is hangsúlyozza: senki sem mondhatja, hogy távol tartja magát a szegényektől. A pápa ezen kijelentését különösen az államnak kell megszívlelni, mert elsősorban a kormány feladata a szegények felkarolása. Ezt a társadalmi igazságosság is megköveteli. Ugyanakkor az egykulcsos személyi jövedelemadó miatt tovább nő a piacgazdaság igazságtalan elosztásának mértéke. A braziliai püspökök rámutattak arra, hogy nem elegendő mindenkinek elegendő ételmezt adni, hanem minden embernek lehetőséget kell teremteni a jólétre. Ez csak akkor valósítható meg, ha a szegények számára is lehetőséget tesszük a korszerű oktatási intézményekbe való bejutást. Sajnos a 2015. évi költségvetési törvényjavaslat nem biztosítja az oktatási intézmények fejlesztését, a szegény családok gyermekeinek továbbtanulását.

Az Igazságosság és Béke Pápai Tanácsa hangsúlyozza, hogy "az állam feladata a társadalmi közjó gondozása és elmozdítása". A Tanácsban rámutattak arra is, hogy ez mély szociális alázatot követel. A 2015. évi költségvetési törvényjavaslat nem tükrözi vissza a szociális alázatot, mert a kormány sok segélyt felszámol, a kevés adóerővel rendelkező helyi önkormányzatok viszont nem képesek a segélyek kifizetésére.

Dr. Takács Imre - Hajdúszoboszló

Milyen volt régen a karácsony?

Kinn hópolyheket lobogtat a könny szél. Esteledik. A szobában vörösen szökken a fény. Lány lehelete át- oson a falakon.

Csendben édes kettesben. Nagypapa ölében a kis unoka. Ketten együtt így er sek. Sokszor milyen jókat tudnak kacagni. Jó ez a biztonság. Szélesen terpeszked fotelben rejt znek el a világ el l. Az apró, gyermek megtalálta a helyét. Az izg -mozgó kis lábak lassan elcsendesednek. Éles szemei kíváncsian figyelnek. A nagypapa mesél. Közben ráncai kisimulnak. A mese ritmusa átrezgi egész testüket. Mir l mesél a nagypapa? Arról, hogy milyen volt régen a karácsony.

Mikor kicsiny gyermek volt, karácsony este a kályha melegénél várták

a csodát. Készültek a karácsonyra. Jók voltak! Megérte jónak lenni! Megjött a Jézuska. Szótlanul csodálták, ahogy a karácsonyfa csillagokat szikrázik. Sokszor felkeltek akkor éjszaka, mert látni akarták újból és újból a csodát. A konyhán ünnepi asztal várta a családot. Egyszer volt, mint a jászol. Nem volt pompa az asztalon, csak amire tellett.

Az estharang imára hívó hangjára csöndes áhitattal vonultak a templomba. Azon a karácsonyon a rossz felett átnyúlt a szeretet. Hosszú volt a karja.

Akkor kezet nyújtottak az emberek egymásnak, mindegy volt, ki és miféle. Keresték egymásban a jót. Közel voltak, elérték egymást.

A mese végén nagypapa feljebb húzza a kis lurkó lábait, mert er sen csúsznak lefelé. Párnás kezei gyégeden ölelik a puha kis vállakat. Szemük sugarának találkozása egy-egy szívdobbanás. Benne van a titkos üzenet. Én is szeretlek téged.

Öregember létére még bírja az élet ostromát. Tréfás vénember, olyan mókás féle. A mesét régóta szereti. Még kisgyermekként vetette el benne az édesanyja.

Öregből az id . A fáradság langy fuvallata álmodt hint a pici fejére. Széliden elsötétül a világ, de a csillag örök-ké világít.

*Fehér Levente
Szombathely*

Engedje, hogy Nagyatád Önt is elvarázsolja! Hotel Solar



Somogyi ízek, borok és hangulat

2015. január 23-25- ig

Somogyország déli részére ahol egyesek szerint a "madár sem jár" egy hangulatos hétvégére invitáljuk Önöket. A program keretében finomabbnál finomabb somogyi ételeket és helyi, kistermel i min ségi borokat kínálunk. Az élményt a kisbajomi kirándulás és a "Betyár bál" teszi felejthetlenné.

1. nap: Érkezés a Hotel Solarba, városnézés Nagyatádon, délután borkóstoló
2. nap: Déllel tt fürdési lehet ség a szállodával szemben lév gyógyfürd ben
Délután utazás Kisbajomba. Itt megtekintjük a Skanzent, amely a hajdani népi építészet emlékeit rzi. A programot kemencében sült langalló, pálinka és házi szörp kóstolás egészíti ki. Igazi különlegesség a Kolónia Együttes roma táncbemutatója, amelyet autentikus cigányzenekar kísér. Vacsora után a szállodában "Betyár bál"
3. nap: Hazautazás

Részvételi díj: 13.100 Ft/f + IFA

amely tartalmazza a 2 éjszaka szállást, svédasztalos félpanziós ellátással, programköltéssel, idegenvezet vel.

Tél a Solarban

Ajánlatunk

2015. január 2-t l
február 28-ig minimum
2 éjszakai foglalás esetén
érvényes

**Szállás
svédasztalos
félpanzióval,
ajándék
fürd belép vel**

**5.900 Ft/f /éj
+ IFA**

IFA: 400 Ft/f /éj, Egyágyas felár: 2.000 Ft/éj, Fürd belép (nyugdíjas): 750 Ft/f
Kisbajomi kirándulás útiköltsége különjáráttal: 1.500 Ft/f

Hotel Solar Nagyatád*** - Tel: 82/504-135, 30/697-2668 - infosolar@t-online.hu

Szervezzük a Generációnk magazin 2015. évi el fizetését!

Az árak és a korábban alkalmazott gyakorlat némiképp változott, melynek lényege: díjazzuk azokat a szervezeteket, amelyek több lapot igényelnek, illetve azokat, amelyek a postaköltség csökkentése céljából vállalják, hogy a postán veszik át a küldeményeket. Bízunk abban, hogy a magazin színvonalának fejlődése okot ad majd arra, hogy az el fizetés szám növekedjen.

El fizetési díjak 2015. évre (egy évfolyamra (db), azaz 12 számra)

1 db el fizetés lakcímre küldve:	2 600.- / évfolyam/db/év
2-5 db el fizetés címre küldve:	2 000.- / évfolyam/db/év
6-16 db el fizetés címre küldve:	1 600.- / évfolyam/db/év
17-100 db el fizetés címre küldve:	1 500.- / évfolyam/db/év
17-100 db el fizetés postán marad:	1 300.- / évfolyam/db/év
100 db felett (tagszervezetekhez) postán marad:	1 100.- / évfolyam/db/év

A Generációnk magazin 2015. évi el fizetéséhez igényl lapot kérünk szépen megküldeni a NYOSZ címre (1074 Budapest, Szövetség u. 9.). Az igényl lapon kérjük feltüntetni:

- a megrendel szervezet nevét (amelyre a számlát kéri), címét, a kapcsolattartó nevét és telefonszámát

- amennyiben a magazint lakcímre kéri, akkor a lakcímet

- amennyiben a küldeményt postán veszik át, úgy a posta címet

- a megrendelt példányszámot

- az árat összesen

- ha csekken kívánják befizetni, akkor jelezzék, hogy csekket kérnek

- ha utalni fogják az összeget, az utalás címzettje a Nyugdíjasok Országos Szövetsége - számlaszám : OTP 11705008-20413882

Szeretnénk jelezni, hogy 2015-t l a januári számot még postázzuk a 2014. évi el fizet nek, a februárit azonban már csak azok kapják meg, akik az el fizetési díjat február 1-ig a NYOSZ számára befizették / elutalták.

A Nyugdíjasok Országos Szövetsége és a kiadó Szenior 2003 Kft a következő évadban is számít érdekl d olvasóira, és irogató, tudósító közösségi közrem ködre a színvonalas nyugdíjas tájékoztatás érdekében. Várjuk megrendeléseiket, olvasói igényüket.

A Nyugdíjasok Országos Szövetsége nevében: Némethné Jankovics Györgyi - elnök

A Szenior 2003 Kft kiadó nevében: Rajosné Bujnyik Éva - ügyvezet

Örömnünnep az " szikéknél"

Rendhagyóan alakult a Körösladányi " szikék" Nyugdíjas Klub 2014. november 10-i klubfoglalkozása. Klubtársaink Pekker Ferenc és Ferencné, Juci megosztották velünk az 50 éves házassági évfordulójuk megünneplését. Nem mindennapi eseménynek lehettünk részesei. Jó szívvel vettük, hogy megtisztelték közösségünket és együtt köszönthettük ket megható idézetekkel, versekkel, sok-sok jó kívánsággal és szebbnél szebb virágokkal.

Ezúton is gratulálunk nekik, kívánunk még sok együtt töltött évet egészségben, békességben, szeretetben. Munkájukra, aktivitásukra továbbra is számítunk a nyugdíjas mozgalomban. Köszönjük, hogy együtt ünnepelethettünk!

Turbucz Gyuláné, klubvezet



Téli üdülés, síelés Ausztriában

A Nyugdíjasok Országos Szövetsége, Vas Megye és Szombathely MJV, Nyugdíjas Szövetsége, és az Aranykorúak Sportegyesülete lehet séget biztosít a téli üdülésre, a síelés iránt érdeklődőknek, főleg nyugdíjasoknak és családtagjaiknak téli kikapcsolódásra.

A téli üdülés időtartama:

6 nap (5 éjszaka)

Időpontja:

2015. március 1-6 között.

Helye:

Lackenhof, Alsó-Ausztriában az 1893 m magas Ötscher hegy lábánál fekvő kis üdülőfalu. Lehetősegek sífutópálya, szánkópálya jégteke, lovas-szán.

Szállás: 2 ágyas, zuhanyzós szobákban. A szállodában ingyenesen használhatjuk: biliárd, WiFi internet, szauna, gőzfürdő, asztalitenisz, TV



szoba magyar nyelvű csatornákkal is, közös helyiségek, sítárolók stb.

Ellátás:

svédasztalos félpanzió.

Téli üdülés költsége:

Szállás és étkezés: 200 Euro/fő, mely tartalmazza az idegenforgalmi adót. A 10 km-re lévő élményfürdő beutazás ingyenes, belépő 20 főtől 10 Euro. (Március 4-ig du. program!)

Utazás: különjáratú autóbuszal.

Útiköltség oda és vissza

(kb. 600 km)

6.000 Ft/fő

Indulás:

03.01-én 10 óra

Szombathelyről - MMIK parkoló.

Kötelező biztosítás:

3.000 Ft/fő

A síelés 5 napos siberlete

144 Euro - csoportos!

Sífelvonók: 150 m-re a szállástól!

Fekete, kék, piros sípályák!

Jelentkezés:

telefonon vagy e-mailben

2015. január 09-ig, de foglalás az

első részlet befizetésével

2015. január 20-ig!

Jelentkezési cím:

Vas Megye és SZMJV, Nyugdíjas Szöv., Székhely, Ady tér 5. MMIK

E-mail:

vasm.nyugdszov@freemail.hu ,
tel.: 94/788-419 (délutáni órákban)

Jelentkezést követően az első részlet (100 Euro) befizetése a Szövetség irodájában, a nem Vas megyei banki átutalással a Cabbiano Travel utazási irodában. Jelentkezést követően a banki számlaszámot közöljük. A jelentkezéskor az elérhető segítséget (e-mail címüket is!) adják meg. Második részlet fennmaradó költségét (100 eurót és 9.000,- Ft-ot) 2015. február 20-ig kérjük befizetni az első részlethez hasonlóan. Siberlet árát (144 Euro), a résztvevők az autóbuszban fogják befizetni. Felvilágosítás: 06-70/375-17-45 számon az esti órákban, Laki Lászlótól kérhetik. Igény esetén sioktatást is tudunk biztosítani, önköltséges alapon.

Laki László és Dancs István szervezik



96 évesen is a sportvonzásában

Az Aranykorúak Sport és Egészséges Életmód Egyesület teniszbarátainak egy csoportja teniszversennyel egybekötve köszöntötte Minier Tibort (a fotón az első sorban), az egyesület tagját 96. születésnapja alkalmából! Kívánták Tibi bácsinak derék, vidám jövőt, egészségesen, és azt, hogy a 100. születésnapját is pár év múlva köszönthessék közösen (a most ünneplők is ott tudjanak lenni!).

Az ünneplő maga is résztvevett a 3 órás teniszversenyben, hiszen hetente rendszeresen teniszoz két-két órát.

Összeállította:

Laki László, egyesületi elnök



A szerkesztőség is szívből gratulál az szenior sportembernek, és kíván további jó egészséget, szép sportsikereket és baráti együttléteket az egyesület közösségében.

A F taxi mindent tud a taxizásról

Szunomár Tibor, a F taxi Zrt. vezérigazgatója anno a F taxiról írta diplomamunkáját, dolgozott itt mérnökként, s persze, taxisként is. A nyugat-európai tapasztalatszerzés után egyike a F taxi XXI. századi történetalakítójának. Olyan csapatot teremtett, mellyel valódi korszakváltást hoztak létre a legismertebb és az egyik legrégebbi f városi cégnél és mellyel ma már egy huszonegyedik századi fuvarszervező céget irányíthat. Nem véletlen tehát, hogy a vezérigazgató és vele együtt a százegy esztendő s F taxi Zrt. mindent tud a szakmáról.

- Azt mondják, igazi szakmai presztízs f taxisnak lenni.

- Sokat tettünk azért, hogy ez így legyen. Olyan, informatikával is felszerelt munkakörnyezetet teremtettünk, ahol kellemesen lehet dolgozni, és magas színvonalon lehet szolgáltatni. Mindennek az el nyeit az utasok is és a velünk szerződtött taxisok is élvezhetik. Mindkét félnek meg kell felelnünk. Mi kezdtük el a csendes címkiadást is, ami eleinte ellenkezést váltott ki a taxisokból, hiszen megszokták és hozzátartozott a taxizás hangulatához az URH használata. Ma pedig már eljutottunk odáig, hogy k mondják, jó f taxisnak lenni, ami nagyon dolog.

- Nagyon népszerű volt Kern András híresen zseniális taxis száma is a Rádiókabaréban err l az URH-s hangulatról, melyen kívül másfajta hagyományokat is említhetnénk a cég történetéb l.

- Külföldön is azt tapasztaltam, hogy a hagyományok nagyon fontosak egy cégnél, különösen egy ilyen régi cégnél. A F taxi mindig híres volt arról, hogy szociális érzékenységet tanúsított a partnerei, az általa foglalkoztatottak iránt. Amikor bevezették a taxik kötelező sárgítását, a F - taxi volt az egyetlen fuvarcég, aki megfinanszírozta a költségét a vele szerződtött és ezt igényl taxisoknak. Ügyelünk arra is, hogy ezt az egyébként nem könnyű szolgáltatást biztonságban végezhessék. Ezért is kötöttünk élet-és balesetbiztosítást, ami nemcsak a taxisokra, hanem az utasainkra is

érvényes. A kor elvárásainak megfelelő en igyekszünk környezettudatosak lenni, elektromos autót vásároltunk, a flottában el nyben vannak a környezetkímél jármű típusok, ez a több mint kilencszáz gépkocsiból álló flottánk húsz százalékát teszi ki. Emelt szintű szolgáltatásunk a Prémium és az A+ kategória, melyben a taxisnak kötelező az öltöny, a fehér ing, az idegen nyelvtudás. Ott vagyunk a repülőtéren, rangot jelent, hogy mi dolgozunk az Operaháznak, a TV2-nek és számos közintézménynek.

- Szociális érzékenységük jelzése az is, hogy felvették a kapcsolatot a Magyarországi Mozgássérültek Egyesületével is?

- Cégünk megváltozott munkaképességűeket is foglalkoztat. Értékes emberek, jól dolgoznak. Kerekesszékekkel is használható munkahelyeket alakítottunk ki számukra. Szerződést kötünk az Mozgáskorlátozottak Egyesületeinek Országos Szövetségével és a tagszervezeteikkel is. Mi látjuk el a szállításukat, gépkocsijainkkal kerekesszékesek is szállíthatók. Ha speciális igényük van, elre jelzik és teljesítjük! A cég szociális érzékenységét jelzi, hogy tudjuk: egy taxis normális megélhetéséhez hány fuvarra van szükség havonta, és kínosan ügyelünk, hogy ez ne legyen kevesebb. Ha a taxis jól érzi magát és nem anyagi gondok foglalkoztatják, minőségi szolgáltatást nyújt. Márpedig arra is törekszünk, hogy minél több, elégedettségre okot adó szolgáltatást kínáljunk.

- Mir l vallanak a visszajelzésekről?

- Az informatikai rendszerünkben lehet segítség van panaszbejelentésekre, valamennyit kivizsgáljuk, és visszajelzünk a panaszbejelentőnek. Szerencsére pozitív visszajelzések is érkeznek. Megható volt, amikor egy kollégánk rendelést kapott egy hölgytől, aki rosszul volt, s kérte, vigye haza. A taxis azonban elvitte egy rendelést, ahol kiderült, hogy életmentő beavatkozásra van szükség. A hölgy megköszönte, hogy ilyen kollégáink vannak. Az etikai bizottságunk jellemzően kevesebbet ülésezik...



A Nap és a Föld között

A F taxi Zrt. és jogelődjei az elmúlt 101 év alatt a Nap-Föld távolság hatvanszorosát tették meg gépkocsijaikkal: 9.000.000.000 kilométert, több mint 280 millió utassal!

- Mi a helyzet az idősebb korosztállyal? Igénybe veszik az Önök szolgáltatásait? Vagy számukra már luxuscikk a taxizás?

- Minden kutatás azt bizonyítja, hogy a F taxi a legismertebb fuvarozó cég Budapesten, és leginkább az idősebbek körében, hiszen velünk nőttek fel. Kérem a mi stabil megrendelőkönk és mindig fokozottabban figyelünk, ha kéri rendelnek, főleg, ha orvoshoz, kórházba mennek, vagy onnan kell hazaszállítani őket. Az idősek emlékeznek még arra, hogy valamikor volt a kisautó, a Moszkvics, a nagykocsi, a Pobjeda, később a Warsawa, majd jöttek a Ladák.

- Vannak-e a korosztálynak szánt kedvezményeik?

- Kedvezményeket, a hatósági rögzített ár miatt nem adhatunk a nyugdíjasoknak, de igyekszünk plusz szolgáltatásokkal élni, ha kell, a taxis az idősebb utas csomagját akár az emeletre is segít felvinni. Visszatérő utasainkat megkülönböztetett figyelemben részesítjük, például az igényeknek megfelelő kocsit küldünk. Bizonyos kor felett nem biztos,

hogy valaki egy alacsony padlólemezű autóba szeretne ülni. Az informatikai rendszer bármilyen utasigény kielégítését lehetővé teszi. Egyébként az idősebb korosztályból is vannak próbautasaink, hogy mérni tudjuk a velük kapcsolatos, a számukra esetleg szükséges szolgáltatások színvonalát.

- Igénybe veszik-e a nyugdíjasok a F taxi egyéb szolgáltatásait?

- Gyakran élnek az előrendelés lehetőségével, és idősek is használhatják az előre feltölthető prepaid kártyát, amely a honlapunkon is hozzáférhető tranzakciót biztosít. Ez a szolgáltatás nagyon praktikus akkor is, ha barátjuk, ismerősük érkezik külföldről a repülőtérre, és taxit küldenek eléjük. Itt ez a zseniális szlogen, a "Meglépetések helyett!": nálunk biztos lehet az utas, hogy nem verik át, a megfelelő tarifával dolgoznak, és a legrövidebb útvonalat választják, ha mégsem, kivizsgáljuk és visszafizettetjük a különbséget.

(x)



Kis állatok testközelből I





Kos
III. 21. - IV. 20.

Karácsonyig minden a munkáról szól majd. Az otthoni problémákat engedje el, fleg a karrierjére koncentráljon, mert folyamatos sikerek várnak önre. Az ünnepeket már békés nyugalomban tölti szerettei körében, és január elejéig lesz ideje pihenésre is.



Oroszlán
VII. 23. - VIII. 23.

Most sikerrel jár, ha új munkát keres. Ha otthon dolgozik, úgy érzi, szeretne emberek köré kerülni, ezért váltásra készül. Az ünnepek előtt túlköltezheti magát, legyen megfontoltabb! Szívproblémája jelentkezhet, de több pihenéssel megelőzi a bajt.



Nyilas
XI. 23. - XII. 21.

Karácsony előtt ér a csúcsra pénzügyi téren, de decemberben kisebb gondok is jelentkezhetnek. Lehet munkahelyváltás, vagy zavar a munkában. Az egészségi állapota jó, de javíthatja, ha nagyobb figyelmet fordít a máj, gerinc, térd, fog problémáira.



Bika
IV. 21. - V. 20.

Kedvező változásra számíthat az év utolsó hónapjában, elkezdődik valami, ami hosszú távra kihat az ön és családja életére. Szabadidejében nézzen körül otthon, mi az - ruha, használati tárgy -, amit már feleslegesnek érez, és adjon vagy ajándékozza el!



Szűz
VIII. 24. - IX. 22.

Engedje el a múltat, ne várja, hogy a "rég szép idők" visszatérnek. Ne gondoljon mindig a munkájára, a külvilág dolgaira, a jelenre otthonára, szereteteire koncentráljon. Az érzelmi harmóniának köszönhetően általános egészségi állapota is javul.



Bak
XII. 22. - I. 20.

Anyagi téren december 22-ig tart a kedvező időszak, később több erőfeszítésre lesz szüksége pénzügyi céljai eléréséhez. Nagy változások vannak készülben a felszín alatt, ám a Bakok csak azt hiszik el, amit látnak. Ideje ezen a gondolkodáson változtatni!



Ikrek
V. 21. - VI. 21.

Szeretne több időt tölteni családjával, barátaival, ám december közepéig nem teheti meg. Kitartásának azonban meglesz az eredménye! Az ünnepek előtt tegyen rendet otthonában, a régi újságoktól, felesleges prospektusoktól szabaduljon meg!



Mérleg
IX. 23. - X. 22.

Pénzügyi helyzete egyre pozitívabb, de most a munka kevésbé foglalkoztatja, nem csak az ünnepek miatt. Úgy érzi, szüksége van belső harmóniára, amit pozitív gondolatokkal vonzhat be. Ezekben a hetekben a család, az érzelmi feltöltés és a legfontosabb.



Vízöntő
I. 21. - II. 19.

Decemberben önmaga boldogulására gondoljon, próbáljon megállni a saját lábán. A belső ereje megvan hozzá, csak a kedvező feltételeket kell megteremtenie, és gyorsan elérheti a céljait. Új főnöke lesz, de ha a régi marad, kevésbé lesz szigorú önnel.



Rák
VI. 22. - VII. 22.

A problémái megoldására a december nem a megfelelő időszak, arra az új év első hónapjaiban lesz lehetősége. Most alkalmazkodjon a helyzethez. Fordítson több figyelmet az egészségére, mielőtt kellemetlen tüneteket észlelnél! Ne engedje mindkét végén a gyertyát!



Skorpió
X. 23. - XI. 22.

Komoly változás áll be a gondolkodásában, erre szüksége lesz, mert konfliktusok zavarják meg a családi békét. Türelemmel elkerülheti a helyzet rosszabbodását. Itt az idő anyagi forrásainak jobb kihasználására, nagyobb bevásárlásait tudja a legelőt.



Halak
II. 20. - III. 20.

Az uralkodó bolygó a Neptunusz, amely segíti abban, hogy képes legyen egy komoly változtatásra. Ön már készen áll rá! Ez azt is jelenti, hogy sikeres hónap elé néz. Karrier terén a céljai felé megtörtént az előrelépés, de még nehéz döntéseket kell meghoznia.

H
U
M
O
R

Generációs különbségek





Nagymama a kis unokájához:
- Kisfiam, én nem értem ezeket a mai zenéket!
- De nagymama, ez a porszívó.

Skót karácsony

A skót kislány megkérdezi az apjától:
- Apa, mi lesz karácsonykor a fa alatt?
- Parketta, kisfiam, parketta...

Sz nyeg

Párizsban rázza a sz nyeg egy arab vendégmunkás az emeleti ablakban. Arra jár egy francia és felkiált:
- Mi van, Ali, nem indul?

		Meder- fegyver	Bojptel- ten közter- letek	Dizony Kiváló lényező	Kazdó- dik a folyó	Kváló minő- ségű	Hölgyem Amikor (régl)	Vedd üldő- zőbel		
Energia- termelő üzem				Vilmos gárdsza Tréfas Itel						
Sziget- lakó nép				Szrién nem		Azonos betűk		Japán lő: ...Kobo	Buka- resti autójel	Seró- dóten dűhősek
Lakoma				Karcol		Duplázza adottság				
Agas- kodó								2		S
Haszon- talan gyom	Híres egyetem Lada- városzat	Kicsi- nyesen jelle- ktelen	Fertőző beteg- ség		Győtrő főjda- lom			Dívat- márka Előtag- ként: uj		
1								Tiltás A vas vegyjela		Kettős betű Ebben az évben
Ma- nyra- félékhez tartozó népzet- ség	Hajtja								Zamela Infóban van!	
Mérő- eszköz	Körökel fut		Lám Ciprusi város					Megszó- tal a herang	Fodra- szati kellék	
		Vágtag Épület- rész						Tibet szerve- marha	4	NAZ Csen Károly
Ehész ásvány	Flatal Italma									Szida Tápisz- kocik
Elkop	Félig hallód!							Egy- másra helyez		Ujjrégl Angol idő
Japán város				Görög film- szár: ...Papas	Céget gründölő Őriz		Boldog püspök Rámája			
Koros			Római 1049 Jelen		Sértet- len Kötszer		Mogas- ra tartja Autó- márka			Román terep- járó
Régi vágó- eszköz	3	Óruga- kövek Sietős						Vágó- rész Tóni		Aktuális időszak Elsőkor angolul
			Képé- ben van! Ecény- tartója		Hasad a jég Hójáró				Althóni levégő ...be- dzsán	
Rövid- ített be- osztott!		Likőr- ízestő Órnagyár férfinév				Maléria Hans helyesel				Semmi Sötét sarok
Torkol vizzel báztit				Fegyver Támed a kalona		Fámpánz Köszl Jénában				Nesze, fogd, a tied!
		Rádium Kérdő- szócseka		Gazda- ségi épület		Olasz folyó Tiltás			Meg- előgel Eme	
Rövid, kültői eleje	C				Előd Ritka férfinév		Névelő Táncol lejt	A harna- dik sze- mlyl	É	
					Férfinév Egy- kormák					
		Nagyon örög Tomplo- máról híres lele- pülés			Rövid hónapl Éjteli					

Október havi
megfejtésünk:
Az élet meghosszabbításának
egész titka abban rejlik, hogy ne
rövidítsük meg.
Könyvjutalomban részesül a
megfejt k közül
Borbély Kálmán, Veszprém.
Ehavi rejtvény megfejtésének
határideje:
2014. január 15.
Beküldési cím:
kiado@generacionk.hu
Szenior 2003 Kft
1074 Budapest Szövetség u. 9.

Rejtvényünk számozott soraiban négy karácsonyi szimbólum jelentését rejtettük el.

Út a pénzügyi bölcsességhez XXIII.

A pénz és a b ség

Eddigi írásaim jelent s részében konkrét pénzügyi problémákról, megoldásokról, javaslatokról írtam. Ebben a hónapban els sorban pénzügyekkel összefügg , stratégia, gondolkodásmódbeli elmélkedést szeretnék megosztani az olvasókkal. December egyébként is kritikus hónap, mivel a karácsonyhoz kapcsolódó kiadások szinte mindenhol felborítják családi költségvetést.

Nem tanítottak meg minket annak idején a pénzzel bánni. S t, azt nevelték belénk, hogy akinek sok pénze van, az nem tisztességes úton jutott hozzá. Ferde szemmel néztünk azokra, akik anyagilag boldogultak az életben. Ezt az érzést napjainkban is gyakran megtapasztaljuk. A sajtóban azokat a híreket olvashatjuk, hogy kik és milyen tisztességtelenül jutottak nagy vagyonokhoz, ugyanakkor nem látjuk azokat a tisztességes vállalkozókat, akik hosszú évek munkájával, pénzüket is kockáztatva gazdagodtak meg. Persze ezek az emberek nem dicsekszenek. Többségük nem él hivalkodó luxusban, miközben sok ember megélhetését is biztosítják. Tehát nem kell a gazdag emberekt l tartani, csak a tisztességtelenekt l.

A gyarapodás az élet természetes velejárója. Igaz ez globálisan és az egyének szintjén is. Az, hogy az ember egyre többet és többet akar, nem feltétlenül a kapzsiság jele. Akárhogy is kerülgatjük a témát, ki kell mondani nyíltan: az embereknek pénzre van szüksége, hogy be tudja teljesíteni küldetését. Sokba kerül, mire a szükséges képességeket megszerzi bárki is. Az iskola, a kollégium, a tankönyvek, a szakkörök, a hangszerek - rengeteg pénz. Nyelvtanulás, nyelvvizsga nélkülözhetetlen egy külföldi munkavállaláshoz, vagy egy komolyabb, jól fizet-

t munkahelyhez. A családalapítás, a saját otthon biztonsága, a szórakozás, a hobbi, az utazás, mind természetes igénye az embernek. Ezek mind hozzátartoznak ahhoz, hogy b ségben éljünk, hogy minden a rendelkezésünkre álljon, amire szükségünk van.

Hadd mondjak el egy személyes példát a gyarapodásra, a b ségre. Gyerekkoromból még halványan emlékszem rá, amikor villany gyúlt fel a nagymamám földes szobájában. Az már konkrét emlék, hogy a szobaajtó fölött volt a néprádió, egy barna, szövetborítású doboz, amelyb l hétféleként a Szabó családot hallgattuk. Amikor megjelent a tv, több család is összegyűlt egy ismer snél, aki tudott venni egy készüléket. Már általános iskolás voltam, amikor kaptam egy zsebrádiót. Emlékszenek még, hogy hány évet kellett várni egy vezetékes telefonra, mire beszerelték a lakásba? 24 éve vettem az els színes tv-t, nem sokkal kés bb lett meg a Commodore 64 számítógépem. Mobiltelefonom 1996-ban lett, igaz, munkahelyi készülék volt. Ma pedig mindenkinek van a családban saját okostelefonja, amely a telefon funkción kívül zenegép, könyvolvasó, video lejátszó, színes tv, valamint internet elérési lehet ség, kis számítógép és még sorolhatnám. Számítógép, internet ma már szinte minden családban van. Ez bizony a fejlődés, a gyarapodás, a b ség megnyilvánulása mindenki életében! Lehet többre vágni. Lehet panaszkodni. Vannak nehézségek, anyagi problémák az ember életében. Mégis azt mondom, soha nem éltem, soha nem éltünk ilyen b ségben, mint most. Soha nem nyílt annyi lehet ség a szakmai és a hétköznapi fejlődésre kibontakozásra, mint napjainkban. A korszer informatika mindenki számára

elérhető. A világ kinyílt, a világ össze-ment. Órák alatt elérhetünk szinte mindenhová. A lótól, a kerékpártól milyen gyorsan eljutottunk a tömegközlekedésig, a repülőig, a saját autóig.

Csak hát a technika, a világ gyorsabban fejlődött, mint mi magunk. Nem vesszük észre a lehet ségeket. Nem szerezünk meg a szükséges ismereteket a korszer technikához. Félnünk változtatni, nem merünk belevágni új dolgokba, kerüljük a kockázatokat. Hiányzik bel lünk a vállalkozói szemlélet.

Ne irigyelje mások vagyonát, hanem örüljön neki, ha egyre több jómódú embert lát. Azokat vegye példaképül, akik mindezt tisztességesen érték el. Ne fecsérelje a figyelmét, az idejét a hitvány emberekre. Higgycsél el, olyan törvényszer ségek mozgatják a világot, amelyek igazságot szolgáltatnak mindenkinek el bb-utóbb.

Mindannyian elérhetjük a b ség állapotát. Amink van, már az is sokkal több, mint amink volt néhány évtizeddel ezel tt. Gondolja ezt át, vegye számba a sikereit, eredményeit, és becsülje meg azt, amije van. Legyen tisztában vele, mire van még szüksége, életének melyik szegmensét szeretné még jobban kibontakoztatni. Mind egy, hány éves. Az életkorra, a nyugdíjas állapotra hivatkozás csak kifogás. Bátran vágjon bele új dolgokba. Tanuljon a gyerekeit l, az unokájától, a sikeres és tisztességes emberekt l, szakemberekt l, hozzáért kt l. Vegyen számítógépet, ismerje meg az internetben rejli lehet ségeket. Ne szégyellje, hogy ehhez pénzre van szüksége. A pénz jó, ha van. A több pénz több lehet ség. A lehet ségek kihasználása maga a b ség.

Sajti László

Stonehenge Bankház - szervezeti igazgató

Amennyiben a cikkel kapcsolatban észrevétele, kérdése van, keresse a cikk íróját a 06-70-546-0011 számon, vagy a nyosz@shbankhaz.hu e-mail címen. Pénzügyi problémáinak megoldásához vegye igénybe szakért ink segítségét, akik telefonon, vagy el re egyeztetett személyes találkozó keretében is az Ön rendelkezésére állnak. Ezzel kapcsolatos igényét a fenti elérhet ségeken, valamint a 06-82-512-190-es telefonszámon jelezheti. Minden második héten, csütörtökön 14 órától 16 óráig pedig pénzügyi szakért ink fogadóórát tartanak Budapesten, az Akadémia utca 1. sz. alatt. A részvételhez el zetes bejelentkezés szükséges, hogy minél személyre szabottabb legyen a tanácsadás. Bejelentkezés a 06-20-267-9064-es telefonon lehetséges. A szaktanácsadás ingyenes és diszkrét, az Ön igényeinek, lehet ségeinek és a pénzügyi intézetek aktuális kínálatának figyelembe vételével történik.