



Kertvárosi

Nyugdíjas Magazin

A XVI. kerületi
Területi Szociális Szolgálat
tájékoztató hírlevele • 14/4

Hasznos hírek, fontos információk a XVI. kerületi nyugdíjasoknak



Nyugdíjasok pilótája

2-3. oldal

FŰTÉSI TÁMOGATÁS PÁLYÁZAT

3-4. oldal

Nyugdíjasok receptversenye

14. oldal



Ili néni életei

5-7. oldal

Simó Zoltánné, Ili néni születésnapjára, balról Kovács Péter polgármester, jobbra Szabó Géza, a kerület díszpolgára és felesége, Simó Anikó

Skandináv keresztrejtvény

12. oldal

Tisztelt Olvasók, Kedves Nyugdíjasok!

A Kertvárosi Nyugdíjas Magazin ez évi utolsó számát tartja a kezében a Kedves Olvasó. Bizom abban, hogy az újságban szereplő témák ismét fontos információforrást jelentenek a kertvárosi nyugdíjasok számára, valamint emellett a szórakozást is szolgálják. Sokak számára lehet segítség az önkormányzat által újra megszavazott fűtési támogatás. A most 90 éves Ili néni vállalkozóként még ma is aktív adófizető, cikkünkben megismerhetik kalandregénybe illő életét. Egyre több megfejtés érkezik a magazin rejtvény rovatához, így közkívánatra folytatjuk ezen rovatunkat is. Remélem, hogy nem csak rejtvénymegfejtés, hanem igen sok érdekes recept is érkezik az újság szerkesztőségéhez a nyugdíjasok receptversenyével kapcsolatban. Az ünnepek közeledtével kívánok mindenkinek áldott karácsonyt és nagyon boldog, egészségben eltöltött új évet.



Dr. Csomor Ervin
alpolgármester

DÉLUTÁN – INGYENESEN HÍVHATÓ LELKISEGÉLY SZOLGÁLAT

(lelki, orvosi, jogi és betegjogi tanácsadás)
Minden nap 18.00 és 21.00 között
Telefon: 06-80-200-866

XVI. KERÜLETI RENDŐRKAPITÁNYSÁG

1163 Budapest, Veres Péter út 101.
Ügyelet: 407-0767
Ingyenesen hívható központi szám: 107, 112

XVI. KERÜLET KERTVÁROSI EGÉSZSÉGÜGYI SZOLGÁLAT

1163 Budapest, Jókai utca 3. • Előjegyzés: 401-1300

TÜDŐGONDOZÓ, BŐRGYÓGYÁSZAT

1165 Budapest, Hunyadvár utca 43/b • Tel: 06-20-669-2082

ÉJJEL-NAPPAL IGÉNYBE VEHETŐ

FELNŐTT HÁZIORVOSI ÜGYELET:

1165 Budapest, Benő utca 3. • Telefon: 407-4045

TERÜLETI SZOCIÁLIS SZOLGÁLAT

(házi segítségnyújtás, étkezés, nappali ellátás, jelzőrendszeres szolgáltatás)
Telefon/Fax: 401-0576

NYUGDÍJASOK SEGÍTŐ SZOLGÁLATA

(kisebb ház körüli javítási munkák, nyugdíjasok szállító szolgálata)
1162 Budapest, János u. 49.
Telefon: 06-40-200-801

A nyugdíjasok pilótája

A XVI. kerületi Polgármesteri Hivatal négy éve Nyugdíjasok Segítő Szolgálatára néven bevezetett egy mára rendkívüli népszerűségnek örvendő szolgáltatást. Az önkormányzat a kerületi betegeket saját gépkocsijával ingyen szállítja a kertvárosi szakorvosi rendelőbe és a kistarcsai kórházba. A siker tevékeny részese a „nyugdíjasok pilótája”, a készséges, jó kedélyű Csomor Laci bácsi is, akit a munkájáról kérdeztük.



– *Mennyire népszerű ez a szolgáltatás? Tudnak-e róla a kerületi nyugdíjasok, rászorulóok?*

– Jól ismerik az emberek. A nyugdíjas klubokban is rendszeresen reklámoztuk, de a körzeti orvosok is propagálták, így hamar a fülekbe jutott. Az én telefonszámomat már sokan jobban tudják, mint egy-két közérdekű számot. Népszerűségét az is növelte, hogy a szolgáltatás felér egy rezsicsökkentéssel: az SZTK-ba vagy kórházba járó betegeknek viccesen, de 5-6000 Ft-tal felemeltük a nyugdíját, mert nem kell taxira költeni, nem kell szomszédot kérni, nem kell a barátnak nyavalyogni. A kistarcsai kórházba, ha ki kell menni a betegnek az oda vissza 5000Ft - persze ha nem vágják át... Ha viszont nekünk telefonál, mi 80-90%-ban teljesítjük a kérést. Persze nem mindig jön össze, de az általában nem rajtunk múlik, sokat kell várni az SZTK-ban vagy a kórházban elcsúszik a dolog.

– *Hogy zajlik egy munkanapja?*

– Reggel 7.30 felé odaérek a János utcai irodába, ahol megkapom az aznapi címeteket. Majd a lista alapján megkeresem az utcát, felveszem a beteget vagy betegeket és a rendelőbe szállítom, majd haza is viszem. Ha valakinek hosszabb ideig tart egy vizsgálata, addig másokért is elmegyek. Ha valahol bármi okból csúszás van, akkor én már rutinosan telefonon megoldom

a problémát. Mert az utcák megtalálása nem gond, de a házsámok gyakran hiányoznak és elmegy az idő a keresgéssel. Az sem ritka, hogy az utasok eltévesztik az időpontot, és akkor elkezdenek balhézni az SZTK-ban. Én mondom nekik, nem mostanra szól az időpont. Mindegy az – válaszolják – akkor is jönni kell! Hát azért már kicsit feledékenyek, általában 70-80 év felettiek.

Szóval hétfőn megkezdem a munkát olyan 7.00-7.30-kor, befejezem péntek este. Nagy ritkán még szombaton is megyek, ha például valakit a kistarcsai kórházból csak ekkor engednek ki. Az utasaim nagyon hálásak, mostanában mindig üzenik, hogy az önkormányzatnak, a polgármesternek, az alpolgármesternek, a szociális dolgozóknak kellemes ünnepeket és boldog új évet kívánnak. De kérdezik azt is gyakran, hogy mivel tartoznak? Mondom semmivel! Inkább imádkozzon! – teszem hozzá. De hát hogyan? – értetlenkednek. Imádkozzon –javaslom –, hogy ez az önkormányzati vezetés maradjon sokáig, mert akkor megmarad ez a szolgáltatás!

– *Személyautóval jár, de nem lenne gazdaságosabb és kényelmesebb egy mikrobusszal?*

– Ez a Suzuki – „a mi autónk” - teljesen megfelelő, nem lehet amúgy sem négy-öt embert szállítani

egyszerre. Az egyiknek 8 órára kell menni, másiknak 9-re, ezt személykocsival lehet a legjobban megoldani. Ebbe is beférne négy személy, de inkább kettőt viszek egyszerre, általában mindenki elől szeretne ülni, mert vagy a lába nem fér el, vagy a súlyfelesleg miatt hátra nehezen kászálódik be. Egy nap átlag 10-12 embert szállítok, nem is nagyon jelentkezik többen. Ha betelt a nap, átteszik máskorra az időpontot, így szépen eloszlik a munka a hónapban.

– Nem megterhelő-e ez az egész napos munka nyugdíjasként, miért vállalja?

– Hát minden bizonnyal hozzájárul az anyagi oldal is, a kisnyugdíjam elbírja a kiegészítést. Már abba akartam hagyni, de az SZTK-ban nyavalyognak az idős asszonyok, hogy mi lesz Laci bácsi, ha már maga nem lesz? ...Szóval ez a valóság. Még egy darabig tudom csinálni, 70 év az nem olyan nagy idő, mások még nőszülnek is ilyenkor. De szeretem is az időseket. Mert én is az vagyok és ráadásul egyedül élek már. Olyan jó, mikor a derekam fáj és azt mondom a szomszédnak, hogy gyere már segíts felhúzni a zoknim. Hát nekik is ugyanolyan jól esik, mikor beviszem őket a rendelőbe vagy a kórházba.

Ismét:

FŰTÉSI TÁMOGATÁS PÁLYÁZAT

Az Önkormányzat a 2006/2007. évi fűtési szezon-tól kezdődően támogatás nyújtásával járul hozzá a szociálisan rászoruló lakosság fűtési költségeihez.

Az elmúlt években a nagycsaládosok mellett a nyugdíjasok kerültek a célzottan támogatottak körébe.

A 2008/2009. évtől az időskorúak járadékában részesülők is jogosultak a támogatásra.

Fűtési támogatás annak a kérelmezőnek nyújtható, akinek háztartásában az egy főre jutó jövedelem nem haladja meg: nem egyedülélő nyugdíjas kérelmező esetén a 62.700.- Ft -ot, egyedülélő nyugdíjas kérelmező esetén pedig a 68.400.- Ft-ot.

Annak érdekében, hogy a jövedelmükhöz képest aránytalanul magas fűtési számlával rendelkezők magasabb jövedelemhatár esetén is támogathatóak legyenek, a fűtési támogatásról szóló rendeletben szerepel egy méltányossági lehetőség is.

Tekintettel arra, hogy a fűtési költségek még a rezsiszökkentés mellett is számottevő kiadást jelentenek a háztartások részére, a méltányossági jövedelem határ az idei évben megemelésre került, így – méltánylást érdemlő helyzetben – lehetőség van a fűtési támogatás igénybevételére magasabb egy főre jutó jövedelem esetén is.

Méltányosságból nyújthat be kérelmet a Polgármesterhez, akinek háztartásában az egy főre jutó jövedelem nem haladja meg: nem egyedülélő nyugdíjas kérelmező esetén a 71.250.- Ft -ot, egyedülélő nyugdíjas kérelmező esetén pedig a 76.950.- Ft -ot.

A fűtési támogatás összege december, január, február, március hónapokra, havi 4.000.- Ft mely egy összegben, január hónapban kerül kifizetésre.

A támogatás a vezetékes gázzal, illetve villannyal fűtők esetén a szolgáltatók útján kerül folyósításra, amennyiben pedig a fűtési költséget a közös költség tartalmazza, a támogatás a társasház, vagy lakásszövetkezet felé kerül utalásra. A támogatás összege a szolgáltató által kiállított számlán kerül jóváírásra.

A pályázatokat 2014. december 19. napjáig a Polgármesteri Hivatal Szociális Irodáján lehet benyújtani.

(A teljes pályázati felhívás lapunk következő oldalán megtalálható.)



Budapest Főváros
XVI. kerületi
Önkormányzata

Nyugdíjasok Szállító Szolgálat

Rendszeres úti célok:

- **SASHALMI PIAC:**
minden hónap 1. és 3. szombatja
- **BEVÁSÁRLÓKÖZPONT:**
igény szerint



**Előzetes
időpontegyeztetés**

a Területi Szociális Szolgálatnál

**Gaálné Szilágyi Erzsébet koordinátorral
telefonon hétfőtől péntekig, 9 és 13 óra között
a 407-2812-es számon (üzenet is hagyható),
vagy a szallitoszol@gmail.com e-mail címen.**

**A szolgáltatás minden kertvárosi
idős polgár számára ingyenes.**

Pályázat fűtési támogatásra

Budapest Főváros XVI. Kerületi Önkormányzat Polgármestere pályázatot hirdet **nagycsaládosok és nyugdíjasok** fűtési támogatására.

A fűtési támogatás Budapest Főváros XVI. Kerületi Önkormányzat Képviselő-testületének 20/2014. (XI. 3.) önkormányzati rendelete alapján nyújtható.

A pályázati igénylőlap **2014. november 3. napjától** a Polgármesteri Hivatal (1163 Budapest, Havashalom u. 43.) Igazgatási és Ügyfélszolgálati Irodáján, valamint Szociális Irodáján vehető át, továbbá a hivatal www.budapest16.hu honlapjáról tölthető le.

A pályázatot

2014. december 19. napjáig

a Polgármesteri Hivatal Szociális Irodáján

lehet benyújtani.

A határidő elmulasztása jogvesztő.

A fűtési támogatás annak a kérelmezőnek nyújtható, akinek - a rendeletben meghatározott egyéb jogosultsági feltételek fennállása esetén - háztartásában az egy főre jutó jövedelem nem haladja meg:

- nagycsaládos kérelmező esetén az **57.000.- Ft** -ot,
- nem egyedülélő nyugdíjas kérelmező esetén a **62.700.- Ft** -ot,
- egyedülélő nyugdíjas kérelmező esetén a **68.400.- Ft** -ot.

Méltányosságból nyújthat be kérelmet a Polgármesterhez, akinek - a rendeletben meghatározott egyéb jogosultsági feltételek fennállása esetén - háztartásában az egy főre jutó jövedelem nem haladja meg:

- nagycsaládos kérelmező esetén a **68.400.- Ft** -ot,
- nem egyedülélő nyugdíjas kérelmező esetén a **71.250.- Ft** -ot,
- egyedülélő nyugdíjas kérelmező esetén a **76.950.- Ft** -ot,

és jövedelméhez képest a fűtési számlájának kifizetése számára aránytalanul magas terhet okoz.

A pályázathoz mellékelni kell:

- a kérelmezőnek és a vele egy háztartásban élőknek a kérelem benyújtását megelőző hónap nettó jövedelmének igazolását,
- 16. életévét betöltött tanuló(k) vonatkozásában nappali tagozatos jogviszonyt igazoló iskolalátogatási igazolást,
- a kérelem benyújtását megelőző hónapra a szolgáltató által kiállított fűtési számlát, ha a társasház egy közös gázmérővel rendelkezik, a közös képviselő, vagy képvisellel megbízott személy erről szóló igazolását, szolgáltató hiányában a fűtés módjáról tett nyilatkozatot.

A pályázatot a Polgármester a pályázat lejártát követő 30 napon belül bírálja el.

Kovács Péter
Polgármester

A három fenyőfa

Ili néni életei

Bizonyára mindenkinek megvannak a családi történetei arról, milyen volt megélni és túlélni a két világháború borzalmait. Nekünk, akik már „békeidőben” nőtték fel, szinte felfoghatatlanok, átélhetetlenek ezek a sorsok. Sajnos már kevesen élnek azok közül, akik még hitelesen mesélnének, szerencsénkre, épp a napokban kilencvenedik születésnapját ünneplő és még aktívan dolgozó Simó Zoltánné, Ili néni megosztotta saját élettörténetét lapunk olvasóival.

– 1924. november 3-án, két és fél évvel a bátyám után születtem Franciaországban egy vidéki kistelepülésen. A szüleim itt próbáltak szerencsét. Az én apám fantasztikusan ügyes ember volt. Már fiatal korában nagyon szép jövő állt előtte, rengeteg szakmát ismert, de hát ugye külföldön egy idegennek nem olyan egyszerű érvényesülni, hiába gondolják azt az emberek, hogy ott rendbe szedhetik az életüket. Apám mindig a nyelvtanulásra buzdított minket, mert ez neki is sokat segített: megsebesült még az első világháborúban, aztán fogságba is került, ahol ő lett a foglyotáborban a foglyok vezetője, mert nagyon jól tudott olaszul. Ennek köszönhetően valóságos barátság szövődött az örökkel, így könnyebb volt túlélni ezeket az időket.

– Anyukám Besztercebányáról származott, ez ugye még akkor Ferenc Jóskához tartozó Magyarország volt. Magyar iskolába járt, de tudott szlovákul is, meggyönyörűen cimbalmozott. Még Franciaországban is velünk volt a cimbalom, egy-két alkalommal koncertet is adott, kíváncsiak voltak a franciák, hogy miféle húros hangszer lehet ez.



A kis Ilike bátyjával, szüleivel Franciaországban



Ili néni köszöntése a 90. születésnapján

– Szóval Franciaországban édesapám nagyon sok mindennel foglalkozott. Mikor én születtem, egy elektromos szolgáltató műnél dolgozott, kaptak egy szolgálati lakást is. Ez lett a szülőházam, mivel kórházi ellátás nem nagyon volt annak idején, bába segített a világra, szép, erős gyermek voltam. Szüleim a kis házzal kaptak egy földterületet is, ott három évig gazdálkodtak. Apám saját maga csinált keltetőgépeket, a kiscsirkék, majdnem a kezünkben születtek. Imádtuk őket a bátyámmal együtt.

Úgy jeleztük anyukámnak, hogy már fenn vagyunk reggel, hogy kotkodácsoltunk! Anyukám feljött az emeletre – az első emeleten volt a szobánk – és becsúsztatott egy tojást a takarónk alá, fölemelte – Ni! Hisz itt egy tojás!... és akár hiszik, akár nem, pár évig elhittem, hogy tényleg én tojtam! Sajnos hiába csinálta a keltetőgépet apánk, beütött a kolera és elpusztult az összes csirke.

– Mint említettem apámnak több szakmája is volt. Óragyárban is dolgozott, órás is volt, autójavító és fényképész is, úgyhogy

(Folytatás a következő oldalon)

Ili néni életei

(Folytatás az előző oldalról)

mindig volt valami. Átköltöztünk egy másik faluba, de apámnak köszönhetően ott is elég népszerűek voltunk: ha valami baj volt, például tűz, akkor apámat hívták segíteni, az volt a híre, hogy ő mindenben segít. Közben cukrászdát is nyitottak, ami csak hétfégenként működött. Emlékszem, anyukám egész éjjel sütött egy fafűtésű kemencében, aztán vasárnap reggel feljött a szobánkba és már kaptuk is a finom süteményeket reggelire.

Szappanízú kávé

– Apukámról is van egy anekdota: apám házhoz is ment nagy órákat javítani. Egyszer egy öreg nénihez ment, aki kávéval kínálta. Ő elfogadta, de akkor látja, hogy a néni egy harisnyába, egy férfi zokniba szűri a kávéját. Apámnak elment a kedve a kóstolástól.

– Nem ízlik a kávé? – kérdezte a néni.

– Hát olyan szappan íze van – felelte apám.

– Pedig olyan jól kiöblítettem – csodálkozott a néni.

– Aztán 1936-ban sztrájkok voltak, akkor a francia melósok – hogy mondjam szebben, a munkások – követelték apám elbocsátását, mert konkurenciának tekintették. Sajnos a francia egy ilyen nép: a franciákon kívül mindenki piszkos idegen. Fogalmuk sem volt tu-



Ili néni édesanyjának sírja a fenyőfákkal. Sötét kabátjában vaddisznónak vélte egy orvvadász

lajdonképpen, hogy a magyarok honnan jöttek, kifélék és hogy mi is az a Budapest.

– Aztán innen is továbbálltunk. Már nagyon szegények voltunk. Apám jelentkezett egy csőd szélén álló céghez. Éjjel-nappal dolgozott – a tulajdonos szerint is ő mentette meg a bezárástól a vállalkozást. Imádta az apámat. Hazaköltözésünkig ott is maradtunk.

Elveszett az állampolgárság

– 1938-ban Magyarországra jöttünk volna nyaralni, de meglepetésre nem fogadták el az útlevelet. Kisült, távollétünkben elvesztettük a magyar állampolgárságunkat. Apámnak el kellett utaznia Párizsba az esküt letenni. Nagyon gratuláltak neki ott a magyar követségen – ilyen magyarok kellene! Szóval ide jöttünk nyaralni. A testvéremnek és nekem is nem csak a város, Budapest tetszett, hanem volt rengeteg unokatestvérünk is. Föl is vetették a rokonok, hogy maradjanak itt a gyerekek, de hát melyik szülő válna meg a gyermekétől... 38-ban jöttünk nyaralni és 39-ben kitört a háború... Aztán 41. januárjában a bátyám megbetegedett és akkor döntöttük el, hogy végleg visszajövünk Magyarországra.

– A bátyám sokat sportolt, az orvosok nem vették észre, hogy valami lappang benne. Tuberkulózis. Már

nagyon beteg volt és apám egyik vonatról a másikra cipelte a karjaiban. Aztán jött a nagy meglepetés, megérkezünk Genf-be és visszautasította a pénzünket a hordár – azt hittük csak valamilyen gavallér gesztusból, de kisült, hogy teljesen devalválódott a francia frank és hiába volt egy komolyabb végkielégítése apámnak abból a gyárból, ahol üzemvezető volt, nem ért semmit a pénz. Elutaztunk Bernbe, a magyar követségre, ahol adtak úti segílyt és így tudtunk Budapestbe jönni. De ezt persze nem adták ingyen, havonta az előjáróságra kellett menni, és részletekben visszafizetni a kölcsönt. Sajnos a bátyám nehezen került be a János kórházba és egy hét múlva meghalt.

– Magyar lány lettem. Magyarul tudtam – a szülők kint a magyart használták egymás közt – de messze voltam attól, hogy jól beszéljek. Foglalkozott velem egy idős pedagógusnő, aztán érettségiztem a Veres Pálné Gimnáziumban.

– A második világháborút egy XIV. kerületi, Bíbor utcai lakásban vészeltük át. Alatta óvóhely volt, oda menekültünk, mikor bombáztak. Úgy emlékszem, az első hódítók románok voltak. A népeket kizavarták. Apám megsebesült és anyukám bátyja is – aki az Ipolyságban lakott, onnan hozta haza apám, mert akkor már ott is nagyon lőttek. Szóval a népeket, a nőket, a gyerekeket kiüldözték. Pár óra alatt ott kellett hagyni a lakást. Apám meg a nagybátyám nem tudott sebesülten egyáltalán megmoccanni, ott hagyták őket a lakásban. A végén fölgyújtották a pincéket, ahová az emberek mindent levittek, az értékeiket – amijük volt.

– A háború alatt apám sokat járt Balassagyarmatra, ott is lakott egy nagybátyám. Ezekben az időkben az emberek a nélkülöző városból vidékre mentek élelemért. Apám ezen a környéken nagyon sok jó emberrel megismerkedett, mindig visszament egyedül, tőlük hozott rendelésre ezt-azt, ami a városban hiánycikk volt. Anyám nagyon nyugtalankodott, félt, hogy előbb-utóbb valami baja lesz és el is döntötte, hogy kísérni fogja apukámat. Emlékszem, 1946.



március 13-án egy erdőn mentek keresztül egy apám készítette kiskocsival, abban vitték az árut. Már sötétedett. Egy fiatalember, egy 17 éves fiú dum-dum golyóval lőtt. Anyukám éppen tartotta vissza a kocsit, egy fekete kabát volt rajta. Talán azt gondolta a fiú, hogy egy vaddisznó. Apám rohant utána, ha már megcsinálta a bajt, legalább jöjjön és segítsen. Bizony az csak szaladt, a fiú elszaladt. Büntetést soha nem kapott, mert amikor az összes lehetséges orvvadászt begyűjtötték, apám nem tudta azonosítani, már más sapka volt rajta. Meg hát nem is akarta, hogy így ártatlanul... Mert ilyen jó ember volt.

Anyám sírján három óriási fenyőfa áll. Ezeket csemetéként halála napján az erdőben gyűjtötte - a fia sírjára szánta.

– Ez egy nagy tragédia volt az életemben. Aztán 5 év múlva apám is meghalt rákban. *Teljesen egyedül maradtam a családkból.* Szerencsére apám már megismerte a vőlegényemet, aki aztán a férjem lett, sőt még kérdezte is, hogy mikor lesz már az esküvő. Mondtam, amikor majd jobban leszel! Erre ő: -No, akkor majd tényleg meggyógyulok!

Mindig a nyelvtudásomból éltem – közben németül és angolul is megtanultam – idegen nyelvű levelezőként és tolmácsként, később csoportvezetőként dolgoztam. Férjem 77 éves volt amikor vállalkozásba kezdett, gépkocsi kezelési és javítási

könyveket fordított. Abba is bedolgoztam és férjem halála után egyedül folytattam.

– Szép házasságban éltünk, nincs 10 éve, hogy a férjem meghalt. Utazgattunk is amellet, hogy sokat dolgoztunk. Van két szép gyermekünk és három unokánk és két dédunokánk. Nyugdíjas vagyok, most van felszámolás alatt ez a kis vállalkozás, ami tulajdonképpen a férjem munkájának a folytatása, amit most már közel tíz éve én vittem a gyermekeim segítségével. Itt a környéken lakunk mindannyian.

– Nagy tévedés az, ha valaki azt gondolja, hogy Magyarország rossz. Nem rosszabb, mint másutt.

Lejegyezte: Mészáros Péter

Mi lett a rokkantigazolványokkal?

Nagy felháborodást keltett országszerte, mikor kiderült, hogy sokan visszaélnék a mozgássérült igazolványokkal: tehetős emberek parkolnak a mozgássérülteknek fenntartott ingyenes parkolóhelyekre. Demonstratív büntetőeljárások indultak jeles lebukottak ellen, s a kormány pedig megszigorította az orvosi vizsgálatot, és ennek következtében helyből meg is szűntek a mozgáskorlátozott adókedvezmények.

Eszti mama Szentmihályról már évek óta egyre nehezebben jár, mert az alsó lábszárában az izomzat sorvadóban van. Ezt az állapotát eddig akceptálták, megkapta a mozgáskorlátozott igazolványt, és jár az öregecske Suzukija után a gépjárműadó-kedvezmény is – egészen 2013-ig. Mikor a tavaszi adóbefizetési szezonban kiderült, hogy immár adó alá esik a Suzuki, akkor bebandukolt háromlábú botjával az önkormányzatba, és kiderült, hogy alá kell vetnie magát egy orvosszakértői vizsgálatnak, ha továbbra is adómentesnek szeretné tudni az autóját.

A jogszabályi szigorítás ugyanis úgy történt, hogy a mozgáskorlátozott kedvezményeket szabályozó kormányrendeletbe beiktatták a 8. paragrafus után egy 8/A jelű rendelkezést, ami pontosan meghatározza, hogy ki jogosult a kedvezmények igénybevételére. Mivel sokakat érdeklő információról van szó, pontosan ideidézzük azt a szempontrendszert, amivel a szakértői bizottság dolgozik: „A szakértői szerv közlekedőképességében súlyosan akadályozottnak minősíti azt a személyt, akinek a komplex minősítésre vonatkozó részletes szabályokról szóló 7/2012. (II. 14.) NEFMI rendelet 1. melléklete szerinti: a) mozgásszervi részkárosodása; b) idegrendszeri károsodás okozta felső végtagi részkárosodása; c) idegrendszeri károsodásból eredő járászavara; d) alsó, illetve felső végtagi perifériás keringési károsodás miatti részkárosodása, vagy; e) az egészségi állapot meghatározásának módszerére vonatkozó szabályok alapján az a)–d) pont szerinti két részkárosodása együttesen eléri vagy meghaladja a 40%-ot, és közlekedési képessége a d4452, d4500, d4501 vagy d4702 FNO kódok szerint legalább súlyosan nehezített.”

Ez a szabályozás már eléggé szigorúnak tűnik ahhoz, hogy széllelbeült színészek és vállalkozók ne juthas-

sanak némi dugipénz átadásával mozgáskorlátozott igazolványhoz, de Eszti mamát is megdolgoztatta az új szabályozás. Az önkormányzatból át kellett baktatnia az Okmányirodára, mivel ott lehetett a vizsgálatra bejelentkezni. Voltak vagy harmincan, de sikerült a dolgot megugrania – megtörtént a bejelentkezés már 2013 márciusában. Az önkormányzati adóhatóságnál pedig mondták neki, hogy amíg nem történik meg a vizsgálat, addig nem is kell az adót befizetnie.

Az idő telt, múlt, eljött az ősz, és nagyon úgy tűnt, hogy idén ebből a vizsgálatból már nem lesz semmi – a rend érdekében mégiscsak be kellett fizetni azt a gépjárműadót (de mondták, hogy ha megtörténik a szakértői felülvizsgálat, és Eszti néni valóban eléri a 40 százalékot, akkor visszautalják a befizetett adót).



Idén márciusban Eszti néni megünnepelte a vizsgálatra való várakozása első éves évfordulóját, s már csak további negyedévet kellett várnia arra, hogy a rehabilitációs bizottság elé kerüljön.

Júniusban eljött a nagy nap, és Eszti néni megjelent a zuglói Thököly úton székelő rehabilitációs bizottság előtt. Vitte a korábbi orvosi papírjait, meg hát ahogy közlekedett imbolyogva a háromlábú botjával, már az önmagáért beszélt. A bizottság tagjai nagyon aranyosak voltak, különféle közlekedési helyzeteket kellett mímelnie, hogy menne-e vagy nem, elérné-e a buszt, felmászni tudna-e rá, aztán megkérték, hogy ugyan üljön már fel az asztalra, meg ilyesmi – lényegében az idézett jogszabálynak megfelelően vizsgálták, hogy a mozgáskárosodás mértéke eléri-e a negyven százalékot.

A vizsgálat eredményéről helyben nem tájékoztatták Eszti nénit, viszont innen már felgyorsultak az események – legalábbis az addigi sebességhez mérten. Júliusban kapott egy hivatalos értesítést az Okmányirodától, miszerint megérkezett a felülvizsgálat eredménye, és azt továbbították az önkormányzati adóhatóságtól. További egy hónapot kellett arra várnia, hogy az adóhatóság megküldje neki a rehabilitációs iratokat, de minden jó, ha a vége jó: a bizottság állásfoglalása szerint a mozgáskorlátozottsága eléri a 40 százalékot, s ez az állapot véglegesnek is tekinthető, tehát nem kell további felülvizsgálatokon részt vennie.

Egy nyugdíjas miatt bírságolták félmillióra a vezérigazgatót

Egy sashalmi nyugdíjas asszony panaszbejelentése nyomán a Magyar Telekom Távközlési Rt-t 5 millió forintos bírsággal, a cég vezérigazgatóját, Christopher Mattheisent pedig személyre szabott 500 ezer forintos bírsággal sújtotta a Nemzeti Média- és Hírközlési Hatóság, mivel több alkalommal és ismételten megsértették a hibabejelentések kezelésére és a hibaelhárításra vonatkozó szabályokat.

A történet úgy kezdődött, hogy főhősünk, Ida (aki civilben nyugdíjas ugyan, de igen aktív közéleti tevékenységet folytat), 2013 novemberében előfizetői szerződést kötött a Telekommal internet, TV és telefon szolgáltatásra. A szolgáltatásban rendszeres zavarokat tapasztalt, hol a telefon, hol a TV nem működött, és bár a panaszos ezekről rendszeres írásbeli bejelentés tett, sőt több alkalommal meg is jelent személyesen az ügyfélszolgálaton, a panaszolt problémák megoldása csak késedelmesen történt meg, és a szolgáltatási díjból való visszatérítés is igen kaotikus és számára követhetetlen volt. A pontot az i-betűre az tette fel, hogy a Telekom megemelte a szolgáltatás díját, annak ellenére, hogy előzőleg két éves hűségidőben állapotok meg, és szerinte ez a szolgáltatót éppúgy kötelemben tartja, mint őt. Ekkor fordult panaszával a médiahatósághoz, kérve őket, hogy intézkedjenek az előfizetői szerződés felbontása érdekében.

A médiahatóságnak erre ugyan nincsen hatásköre, a kérelem indoklásaként elküldött előfizetői panaszokat viszont alapos vizsgálatnak vetették alá. Ehhez bekérték a Telekomtól a hibabejelentések dokumentációját (amit gondosan őrizniük kell), és összevetették a panaszos által előadottakkal (amit bizonyítékként alátámasztott a céggel folytatott papír alapú levelezés).

A szolgáltatóra ugyanis igen szigorú szabályok vonatkoznak, hogy hiba esetén mennyi időn belül kötelesek a szolgáltatás helyreállítására: a hiba bejelentésétől a hiba kijavításáig eltelt idő nem haladhatja meg a 72 órát – mondja ki a jogszabály.

A bepanaszolt időszakban a Magyar Telekom a bejelentett hibákat vagy nagy késéssel javította ki, vagy az olyan panaszokat, hogy a készülék nem ad vonalat, egyszerűen figyelmen kívül hagyta, és nem hibabejelentésként, hanem ügyfélpanaszként kezelte, és semmit nem tett a hiba kiderítése érdekében.



A szolgáltatás kimaradása esetén az ügyfél díjvisszatérítésre és kötbérre is igényt tarthat. A Magyar Telekom valami egészen sajátos módon kezelte a díjvisszatérítéseket, hogy mikor és miért írtak jóvá az asszony telefonszámlájából, azt nem lehetett kideríteni. Ida összességében nem járt rosszul, mert a hírközlési hatóság által kimutatott 22 ezer forintos visszatérítés helyett több mint 30 ezret kapott, de ezt olyan kaotikusan, hogy az nem csupán az ügyfél, hanem a hatóság számára is teljesen követhetetlen volt.

Megesett, hogy a 15 ezer forintos visszatérítési kötelezettséggel szemben jóváírtak a panaszos aktuális számláján 14.999,97 Ft összeget. A felügyelethez küldött panaszban külön pontként szerepelt, hogy a cég által küldött számlák teljesen követhetetlen – ezen így nem is lehet csodálkozni...

A vizsgált időszakban a hatóság összesen nyolc jogsértést talált, és a kiszabott ötmillió forintos bírságot ennek megfelelően állapította meg, figyelembe véve a cég éves árbevételét. A folyamatos jogsértések miatt a vezető bírságolását is indokoltnak tartották, így szabtak ki a vezérigazgatóra félmillió forintos bírságot.

A sashalmi nyugdíjas asszony ugyanezt az ügyet a Kormányhivatal fogyasztóvédelmi felügyelőségénél is bepanaszolta. Az ügyet ott a fogyasztóvédelmi szabályok szerint vizsgálták és szintén elmarasztalták a céget. A korábban jelzett levelek ugyanis nem csak hibabejelentést, hanem egyéb kérdést és panaszt is tartalmaztak, és ezeket a szolgáltató vagy nem válaszolta meg, vagy nem adott minden kérdésre megfelelő választ. A felügyelőség határozata szerint a feltárt jogsértéssel sérült a fogyasztó tájékoztatáshoz fűződő alapvető joga, illetve olyan alapvető jogokat sértettek, melyeknek megtartása valamennyi fogyasztó elemi érdeke. A Telekom ezt az ügyet 90 ezer forintos bírsággal megúszta.

Egy tüsszentés milliárdnyi vírust szór szét

Hogyan vigyázzunk magunkra náthaszezonban?

Beköszöntött az ősz, itt van a náthaszezon újra. Ilyenkor egy tút sem lehet leejteni az orvosi rendelők várótermeiben, a betegek egymásnak adják a kilincset, ezért aktuális a kérdésünk Dr. Kasza László fül-orr-gégész szakorvoshoz: milyen be-

– *Milyen betegségek gyengíthetnek le leggyakrabban az őszi időszakban?*

– A hűvösebb idő bejövetelével az ember nyálkahártyájának az immunitása lecsökken és az amúgy is jelen lévő baktériumok, vírusok ilyenkor aktiválódnak, emiatt jön létre az úgynevezett megfázás. Ezek a baktériumok, mint egy időzített bomba jelen vannak az orr és a garat nyálkahártyáján, csak amikor hidegebb levegő éri azt, aktiválódnak és jön létre egy felső légúti fertőzés. Zömében most a náthás problémák a jellemzőek, mint a torokfájás és ezek szövődményei, például a középfülgulladás, de lehet a kór az alsó légutakra is, kialakulhat tüdőgyulladás, hörghurut. Fontos hangsúlyozni, hogy a hasonló kiváltó okok a tünetek különbözőségét okozhatják, tehát ez mindenkinél más és más, kinek mire van hajlama.

Van aki légcsőproblémára hajlamos és az inkább köhögni fog, van akinek általában a torka szokott begyulladni vagy van akinek idült mandulaproblémája van és mandulagyulladás lesz.

– *Van e olyan időszakos betegség, ami az idősebbekre jellemzőbb?*

– Nem tudnám korosztályokra bontani, ez minden korosztályt érint, nem korfüggő. Inkább a gyerekek a veszélyeztetettebbek, orrmandulájuk nagyobb, jobban

tegségek fordulnak elő leggyakrabban a szezonban, tudunk-e tenni valamit a megelőzésükért, illetve ha már gyakori társunk a zsebkendő, lehet-e a nyavalyákat házi praktikákkal purgálni vagy egyből orvoshoz siessünk?

beduzzad. Idősebb korban, ha úgy nézzük, még kevesebb is a gond, nincs már nagyon orrmandula sem, garatmandula is a korról el szokott sorvadni, meg a korosabbak nem mozognak annyit kint a hűvösebb időben.

– *Hogyan lehet védekezni?*

– Nincs biztos módszer a megelőzésre. Ha valakinél kialakulnak ilyen felső légúti tünetek, akkor érdemes vény nélkül kapható orrspray-t használni, különböző hurutoldókkal próbálkozni, ami a felhalmozódó váladékot fellazítja. Fontos, hogy az onnan elkerüljön, mert abban hemzsegnek a baktériumok. Az orrspray-vel csökken a váladéktermelés, átjárhatóvá teszi a légutakat, összehúzza a nyálkahártyát, és ha mellé köptetőt szed, akkor a képződő váladék az arcüregben, homloküregben fo-



lyékonyvá válik és könnyebben kiürül.

Orrcseppek is kaphatók, de mi orvosok jobban szeretjük a spray-eket, hatékonyabbak. Nagyon fontos, hogy ezeket az orrspray-eket csak egy hétig szabad használni, mert ezek érösszehúzó hatásúak. Vannak esetek, például magas vérnyomásnál, ami főként időseknél gyakori, amikor nem javallott. Kis mennyiségben is, de fel tud szívódni a szervezetbe az orrnyálkahártyából és további vérnyomásproblémát okozhat. Ez nagyon kicsi veszély, de ugye az

ember nem szereti a pici veszélyt sem. De hangsúlyozom, ha be van orvos által állítva a vérnyomás, akkor természetesen többet használ, mint amilyen veszélyt jelent. Érdeemes még infralámpázni, háromszor negyedórát, a meleg erősíti az immunitást. Ha nem is tesz csodát az infralámpa, de tünetileg sokat segíthet.

– **És mi a helyzet a reklámokból jól ismert vény nélkül vásárolható megfázás elleni szerekkel?**

– Ezek is segíthetnek a probléma kezelésében, de inkább közérzetjavítók, tüneti kezelést nyújtanak, ami vírusnál egyébként jó, mert úgymint a szervezet dolgozza ki a védelmet. Azáltal, hogy csökkentik a nyálkahártyaduzzanatot az orrban, ezek az anyagok is megelőzik a szövődmények kialakulását. Fontos, hogy tudjuk, ezeket sem lehet egy hétnél tovább szedni. Van bennük fájdalom és lázcsillapító hatású paracetamol, ami hosszú távon májmérgezést okozhat, szigorúan be kell tartani a dobozban mellékelt utasításokat. Szedjük vitaminkat, de ezek sem csodaszerek, általában nem ezeknek a hiánya miatt vannak a megbetegedések. Nincs olyan, hogy erősítjük az immunrendszert, az immunrendszer az önmagától erős, maximum legyengül átmenetileg (pl. egyéb betegségeknél)

– **Meddig próbálkozzunk otthoni módszerekkel?**

– Ha egy hét után sem múlnak a panaszok, marad a köhögés, akkor először a háziorvoshoz kell elmenni, s ha ő javasolja, akkor keressük fel a fül-orr-gégészt. Ide is jöhet persze rögtön a páciens, nem kell beutaló, de igazából az esetek nagy többsége olyan, amit a háziorvos is el tudna látni. A fertőzések kisebb része bakteriális, antibiotikumot nem kell adni ilyenkor, beválnak a tüneti kezelések, ha valamilyen szövődmény lép fel, akkor kell antibiotikum vagy szakorvosi vizsgálat. Ha hőemelkedésünk van, nem kell tennünk semmit, de 38 celsius fok fölött szük-

séges a lázcsillapítás, mert akkor már káros a szervezet számára a tartós hőmérséklet-emelkedés. 37-38 celsius fok között még optimális a helyzet, akkor jobban működik az immunrendszer.

– **Mi van a fertőzésekkel? Eddig arról beszéltünk, mindenki önmagában hordja a baktériumokat...**

– Vannak olyan vírusok, mint az influenza, illetve különféle felső légúti vírusok, melyeket egymásnak adunk át. Ezek nem a legyengülés miatt hatnak, hanem az újdonságuknál fogva fertőznek. Évről évre jön egy új mutáns, egy új variáció és arra nincs felkészülve senkinek az immunrendszere. Amiről eddig beszéltünk, azok ismertek a szervezet számára, védekeznek is ellenük, csak ha legyengülünk, akkor támadnak meg.

– **Hogyan védekezzenek az idősebbek, hogy ne is kapják el a betegséget?**

– Ilyenkor az őszi időszakban a betegségek terjedésének legfőbb oka, hogy egy-egy fertőzött ember elmegy a közösségbe és terjeszti a kórokozókat. Ez elsősorban az iskolásokra igaz, de a nyugdíjasokat is érintheti, ők is könnyebben elkapathatják a kórokozókat, például az unokáktól. Ezt nehéz elkerülni, mert mivel a szülők dolgoznak a beteg unokára általában a nagyszülők vigyáznak. Nem szabad a beteg unokát ölelgetni, puszigatni, erre nagyon oda kell figyelni. Továbbá, ha valaki beteg, inkább maradjon otthon, ne látogasson közösségekbe, aminek idősebbeknél egyik tipikus példája a piacjárás, ezt lehetőleg kerülni kell ilyenkor. A vírusok terjedésének megakadályozására nem igazán tudunk mit tenni: valaki eltüsszenti magát és milliárdnyi vírust szór szét. Nem járhatunk állandóan szájmascskban, de még az sem jelentene százszázalékos védelmet. Téli időszakban a sapka sál viselése ajánlott, melegen tartja a kritikus helyeket, de hangsúlyozom, biztos módszer a megfázás elkerülésére nincs.

A XVI. ker. Önkormányzat Területi Szociális Szolgálat által működtetett Nyugdíjasok Segítő és Szállító Szolgáltatánál az alábbi

változások léptek életbe: Koordinátor: *Lucza Józsefné (Livia)* Tel: a mobil telefonról is hívható 407-2008 vagy a 06-40/200-801 (mindakétszámonüzenetrögzítővan).

Budapest, XVI. ker. János u. 49.

Változás a Segítő és Szállító Szolgáltatánál

A Nyugdíjasok Segítő Szolgálat az alábbiakban tud segítséget nyújtani:

- kerti munkák(tavaszi kerti munkák, fűnyírás, őszi lombgyűjtés, hó eltakarítás, házon belüli szakembert nem igénylő kisebb javítások);
- betegszállítás a kerületi háziorvosi és szakrendelőbe, és a kistarcsai Flór Ferenc Kórházba.

Gazdára talált a főnyeremény



Előző számunk keresztrejtvényének nyertese Udovecz Tibor lett, aki feleségével Cinkotán, a Vidámvásár utca elején él. Nagy örömmel fogadta a nyeremény hírért, és nyomban oda is állt ahhoz az asztalhoz, ahová majd a nyeremény számítógépet fogja beállítani (pontosabban beállítatni, hiszen a beszerelés feladatát a Flas Com szakemberei végzik el). Udovecz Tibor elmondta, hogy életében még soha nem nyert semmit, így ez számára hatalmas meglepetés, és pompás ajándék így karácsony előtt. Beszélgetés közben elmondta, hogy húsz éve rokkantnyug-



díjas a gerincével, korábban szép munkákat végzett, dolgozott például az Andrássy úti fasor felújításán. Bal oldali képünkön a nyertes, Udovecz Tibor látható, a jobb oldali képen pedig Csomor Ervin alpolgármester a keresztrejtvényre érkezett rengeteg megfejtéssel.

Ajándéksomagot nyert Tápai Béla (Akácfa u.), Reitenboch Györgyi (Beniczky u.), Németh Tivadarné (Táncsics u.), Komár Imréné (Mészáros J. u.) és Pandol Lipótné (Műszerész u.). A nyerteseknek gratulálunk és további kellemes rejtvényfejtést kívánunk!

Gyógytorna az ön otthonában tapasztalt szakembertől tel: 06-30-683-2811

Nordic Walking edzések a XVI. kerületben, heti 6 alkalommal:

Hétfő, Szerda, Péntek: reggel 6:30 – 7:30; Helyszín: Havashalom park (a Polgármesteri hivatal előtt)

Szerda, Vasárnap: 17:00 – 19:00; Helyszín: volt mátyásföldi repülőtér, nyárfa-liget

(Késő ősszel, télen, s kora tavasszal az időpont módosul, a nap állása szerint, korábban kezdődnek a délutáni edzések, a pontos kezdésről Bisztrai György ad felvilágosítást: 06-20-596 5653)

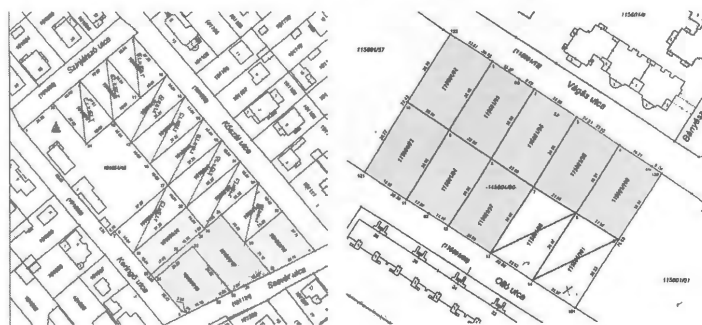


Hasznos tudnivalók az első edzés előtt:

- öltözzünk rétegesen, • olyan kényelmes edzőcipő vagy bakancs, ami nem ázik be a fűben való gyalogláshoz, • 3-5 dl folyadék (nyáron, ásványvíz télen pedig meleg ital pl. tea), • pontosság, mert mindig pernyi pontosan kezdődnek az edzések, a bemelegítő és a nyújtó gyakorlatokat az edző mutatja, csak utánozni kell.

Költöztesse közelebb gyermekét, unokáját

Frekvenciált helyen lévő építési telkek vásárolhatók az önkormányzattól

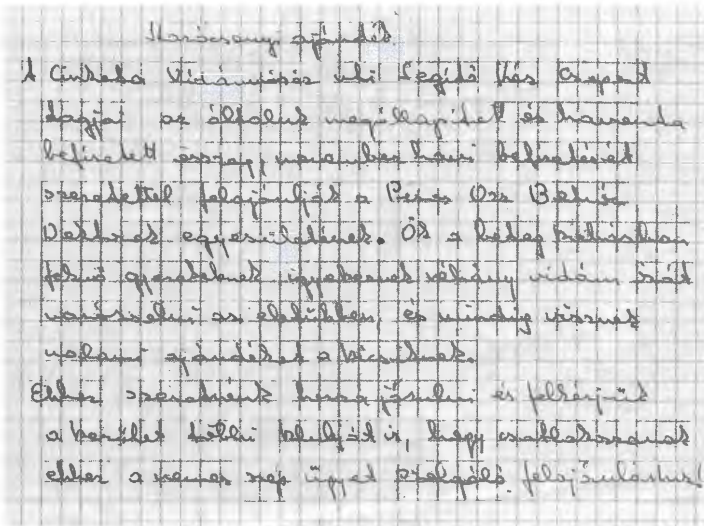


Néhány telk még eladó a Sasvár utca mentén, a Kőszál és a Keringő utca között, 14,4 – 21,5 millió Ft + ÁFA áron

Négy telk eladó az Olló utca és Vágás utca közötti területen, kb. 920 nm-es telkek bruttó 21 millió forintos vételáron

Pontos részletek a www.budapest16.hu honlapon az Ingatlanhirdetések menüpont alatt, illetve 4011-480 telefonszámon, vagy a drlukacs@bp16.hu e-mail címen lehet érdeklődni.

Felhívás karácsonyi ajándéokra



A fenti kézzel írt üzenetet Cinkotáról kaptuk, és a Segítő Kéz csoport felhívását tartalmazza. Eszerint az általuk befizetett havi összeg novemberi részét szeretettel felajánlják a Piros Orr Bohócdoktorok számára, akik a betegszobában fekvő gyermekeket vidítják fel, és ajándékokat is visznek a kicsiknek. Ehhez szeretnének hozzájárulni, és felkérjük a kerület többi klubját is, hogy csatlakozzanak ehhez a nemes és szép ügyet szolgáló felajánláshoz.

Nyugdíjasok receptversenye

Nem vitás, hogy a nagykik készítik a legfinomabb ételeket, erről legendás történetek keringenek közkezen. Nyugdíjas magazinunk a maga szerény eszközeivel közre szeretne működni abban, hogy ezek a receptek minél szélesebb nyilvánosságot kapjanak, ezért receptversenyt hirdetünk.

Nevezni lehet bármilyen levessel, főétellel, süteménnyel, aminek pontos leírását eljuttatják hozzánk, olyan módon, hogy a Területi Szociális Szolgálat bármelyik idősek klubjában zárt borítékban átadják a leírást a gondozónőknek, vagy a klubvezetőnek. Kérnénk, hogy a borítékban, a recept mellett tüntették fel a nevüket, címüket, és ha van, akkor a telefonszámukat is, és az is jó lenne, ha tudnánk, hogy a közeljövőben mikor tervezik az ételt (valamilyen családi alkalomból) elkészíteni. Olyan pontos leírást kérnénk, hogy annak alapján bárki, aki ismeri a konyhai technológia alapvető fogásait, az ételt elő tudja állítani. A legjobb recepteket lapunkban folyamatosan közreadjuk, és bemutatjuk azt az alkotó-olvasónkat is, aki a receptjét közkinccsé tette.



Tészák Sándor rajza

– Tehetek én arról, hogy a Sashalmi piacon ilyen turbó seprűt árulnak...?

Közéleti hölgyek – más szerepben

Sosem látott divatbemutató-ra került sor november 22-én, a Kertváros Bálján az Erzsébet-ligeti Színházban. Dr. Kolyvek Antónia, aki egy személyben ügyvéd és az Antony Design ruhatervezője, ez alkalommal a báli közönségnek is bemutatta kollekciója legszebb darabjait. Hogy a bemutató még érdekesebb legyen, manókeneknek a kerület vezetőinek feleségeit valamint ismert közéleti szereplőket kért fel, akik nagy sikerrel mutatták be a ruhakölteményeket.



Képünkön a modellek, akiket név szerint is bemutatnák. Tehát (balról) **Tárnok Mária**, Kovács Péter polgármester felesége; **Simon Beáta**, Szatmáry Kristóf parlamenti képviselő felesége; **Gubola Krisztina**, Dr. Csomor Ervin alpolgármester felesége; **Szatmáry-Jáhl Angéla**, a Budapesti Kereskedelmi és Iparkamara Kereskedelmi Tagozatának elnöke, és a Tagsoportelnökök Kollégiumának elnöke; **Dr. Láposi Enikő**, a XVI. kerületi Önkormányzat Gazdálkodási Ügyosztály vezetője; **Dr. Kolyvek Antónia** ügyvéd, ruhatervező; **Szabó Réka Zsuzsanna**, a XVI. Kerületi (önkormányzati) Újság főszerkesztője; **Paor Lilla**, az LP Média Stúdió (6-os csatorna TV-műsor) igazgatója; **Dr. Kozma Enikő**, a XVI. kerületi Önkormányzat alpolgármesteri jogi referense; **Szász Kata**, Szász József alpolgármester felesége és **Dr. Lukács Titanilla**, a XVI. kerületi Önkormányzat Vagyongazdálkodási Irodavezetője.

A ZENE ÉS A TÁNC NEM ISMER HATÁROKAT – ez volt a jelmondata annak a szeniortáncos eseménynek, amit 2014. október 19-én tartottak az Alsó-Ausztriai Horn városban. A XVI. kerületi **Szenior Örömtánc Klub** tagjai immáron harmadjára utaztak Ausztriába, hogy találkozzanak szeniortáncos barátaikkal. A népes kiránduló csoport 45 főből állt, és összesen három napot töltöttek a „sógoroknál”.

A látogatás – a barátság elmélyítése mellett – módot adott tárgyalásokra is felelős vezetőkkel, melyeknek a témája az volt, hogy miképpen tudnák az osztrák szervek segíteni Magyarországon a szeniortánc elterjesztését és népszerűsítését, illetve a szeniortánc-oktatók jövőbeni képzését.

A táncünnepegen többek között megjelent az Osztrák Szeniortánc Szövetség elnök asszonya, **Gabriele Wießner** is, aki a beszéde végén bejelentette, hogy a Szeniortánc Világszövetség Kongresszusi Előkészítő Bizottsága úgy döntött, hogy a 2016-ban Burgenlandban megrendezendő



világszövetségi találkozóra meghívják **Csirmaz Szilviát**, a mind ez ideig egyetlen magyarországi szeniortánc-oktatót és még egy főt, hogy ezzel is segítsék Magyarország jövőbeni csatlakozását a Szeniortánc Világszövetségbe.

A táncolás mellett jutott idő egyéb programokra is. A kirándulók megtekintették a Maissauban található különleges ametisztbányát, az altenburgi kolostort, és bejárták a festői kisváros, Horn utcáit és tereit, valamint a visszaúton egy négyórás sétát tettek Bécsben.

Sashalmi Piac

A hét minden napján friss magyar élelmiszer!



Nyitva tartás:

H-K: 06-16

Sz-P: 06-18

Szo: 06-14

V: 06-12

Tel.: +36-1-9501785

Email: info@sashalmipiac.hu

www.sashalmipiac.hu

Sashalmi Közösségi terem

Sportcsarnok és rendezvényterem.

Rendezvények cateringgel max. 300 főig!



Tel.: +36-20-2871703

Email: szabo.gergely@sashalmipiac.hu



402-2148

ERZSÉBETLIGETI
USZODA
1165 Újszász u. 106-108.

SZENTMIHÁLYI
USZODA
1162 Bp. Segesvár u. 26.



402-2170

www.uszodak16.hu



	2013. évi ár
Belépő nyugdíjas-diák *	920,-
Belépő nyugdíjas-diák szaunás *	1.420,-
Belépő nyugdíjas-diák idősávos *	700,-
Belépő nyugdíjas-diák idősávos szaunás *	1.200,-
Bérlet 10 nyugdíjas-diák	7.830,-
Bérlet 10 nyugdíjas-diák szaunás	11.720,-
Bérlet 10 nyugdíjas-diák idősávos (9-16-ig)	5.940,-
Bérlet 10 nyugdíjas-diák idősáv. szaunás (9-16-ig)	9.830,-
Szolárium 10 perces	680,-
Szolárium 15 perces	970,-
Szolárium 20 perces	1.190,-
Szolárium bérlet 10 alkalom 10 perces	5.180,-
Szolárium bérlet 10 alkalom 15 perces	7.560,-
Szolárium bérlet 10 alkalom 20 perces	8.910,-

* A Kertváros Kártyával rendelkezők a csillaggal jelölt belépőkből **10% kedvezményt** kapnak!