



HÍRLEVÉL

Nyugdíjasok Egyesülete Pécs 2022. 9. szám: szeptember

*„A múlt már elesett hatalmunkból,
a jövődönék azonban még urai vagyunk.”
(Széchenyi)*

A szövevényes dunántúli tájban
A musttól pezsgő szüreték helyén,
Az áldomások zengő városában
Jártál-e? Mert ott születtem én.

Kopányi György

Négyszögből domborul a kupola,
félhold, kereszt megkékült fénybe karcol,
hegyoldal lenget ferdült hátteret,
motor, gyerekszáj dzsessz-zsivajt kavar,
harang kondul,
eget hasít riadt galambcsapat:
fejét fölkapja Hunyadi lova.

Lovász Pál

Lásd, ma a város a színek, a fények esti zenéje:
tornyokon és a tetők vonalán szép
csipke terül szét: füst szövedéke.

András Endre: Pécsi képeslap

A hullámos város felett
harangok hang-leve folyt.
De mind fölitta a Hold
hogy éjszaka lett.

Weöres Sándor

Szeptember 1. Pécs város ünnepe

Költők versei Pécsről

Örvendj, Pécs! Csontváry hatalmas vásznai eztán
Múzeumod mélyén keltenek áhítatot.
Gyúl a zarándoknép tereden, ha csodálni kívánja
Mária kútját és őstrege cédrusait.
Így hág Pécs a világ tetejére, hol isteni Etna,
Szebb a valóságnál, mennyet emelve honol.

Weöres Sándor

A Borsos Miklós-költötte
Bronz-Janus kalapkarimáján
bögyös galamb totyog
– gvárdián a kerengőn –
Füleli turbékoló frátereit
nehogy valamelyik botfűlű novicius
félrevigye a recitativót

Lenn seszínű fűben
fönn a játékbástya-falon
gurgulázó barokk-burukk
Kótyagos gallyakat csipkéz
a felelőtlen Tavaszelő

Angyalfrizurás felhő vár
az esti Angelusra
A galambzsoltár puha homályba fészkel
Cimbalomhangú vers pendül
a koszorútlan költő bronz-ajkán

Pákolitz István

Ennyi fény, ennyi fény!
Ez már a fény utolja.
Az ősz kirakta foltjait a tájra.
Ölében viszi a Mecsek a télbe
embereid és házaid.

Csorba Győző

Szeptember az év kilencedik hónapja a Gergely-naptárban, és 30 napos. E hónap neve a latin septem szóból ered, melynek jelentése hét, mivel szeptember eredetileg az év hetedik hónapja volt a római naptárban. A 18. századi nyelvújítók szerint a szeptember: gyümölcsönös. A népi kalendárium Szent Mihály havának nevezi, Őszelő és Földanya hava néven is szerepelt.

Érdekességek szeptemberről:

- szept. 1. A város napja Pécssett
- 16. A hangzáskultúra napja
- 18. A rokkantak napja
- 20. Az európai kultúra napja
- 21. A magyar dráma napja (*Madách: Az ember tragédiája*)
Alzheimer világnap
- 22. Autómentes nap
- 29. A kávé napja
- 30. A népmese napja
- szept. első vasárnapja: Bányásznapi
- utolsó vasárnapja: A szív napja



Szüreti bál
2022. október 8. 16 órától
Slyven Étterem

**Menü 3.400,- Ft/ fő , jegyek augusztus 1-től október 3-ig válthatók
a Majorossy I. utcai irodában**

| A | B | C |
|----------------------------------|------------------------------|--|
| Pécsváradi szelet rizibizivel | Bakonyi szelet galuskával | Rántott sajt rántott gomba rántott karfiol rizs és tartármártás |

Bányászokra emlékeztünk

A bányásznapi (szeptember első vasárnapja) hosszú múltú hagyományra tekint vissza. 1951 előtt bányavidékenként eltérő időpontban tartották.

1951-től szeptember első vasárnapján országosan egységesen tartják a bányásznapot, az 1919. szeptember 6-án eldőrdült tatabányai csendőrsortűz áldozatainak emlékére. A tatabányai bányászat nagyon mostoha körülményei, az 1950-es nagy bányaszerencsétlenség és az ezek miatti elégedetlenséget akarták csillapítani a bányásznapi törvénybe iktatásával.

Egyesületünk képviselőjében szeptember 3-án a Hősök terei emlékműnél és szeptember 4-én az Ágoston téri központi Bányásznapi ünnepségen *Barhóné Szabó Anna* elnökségi tag és *Tomics János* elnökhelyettes koszorúzott.

Klubjaink a Pécsi Kulturális Központ által szervezett ünnepségen és főzőversenyen vettek részt. Négy bográcsban rotyogott az étel, ami aztán hamar el is fogyott a sok finom süteménnyel, itókával együtt. Jó hangulatban töltöttünk el együtt egy szép vasárnap délelőttöt. Ebéd után a szórakoztató műsort és a képműkiállítást néztük meg.



Az elnökség csapata



Ernő és a teniszesezők



Mártika és csapata



Nyugdíjas csapatok



Koszorúzás az Ágoston téren

„SZENIOR ÖRÖMTÁNC MÁRIÁVAL – PÉCS” táncsoport bemutatkozása

2017 szeptemberében – Béres Mária Szenior Örömtánc oktató vezetésével – Pécs Kertvárosában megalakult a Szenior Örömtánc Máriával táncsoportja.

A táncosok segítségével egyre több táncfalalkozón, városi és város környéki rendezvényen többszáz táncolni vágyó szeniorokú embert táncoltatnak meg nagy sikerrel. Hirdetik a tánc jótékony hatását az idősödő szervezetre.

2018 februárjában megalakult egy fellépő táncsoport, akik a tánc népszerűsítését tűzték képzeletbeli zászlójukra. Az ország különböző pontjain mutatják be örömtáncműsoraikat. Vezetőjükkel együtt népszerűsítő, tájékoztató előadásokon vesznek részt, ilyeneket szerveznek, rendeznek.

2018-ban megrendezték az I. Dél-Dunántúli Örömtánc-találkozót, majd 2019-ben az I. Örömtánc Konferenciát.

2019 tavaszán egy országos KI MIT TUD-on, a szakmai zsűri előtt mérették meg tudásukat, ahol „KIEMELT ARANY MINŐSÍTÉS”-ben részesültek.

2019 szeptemberében a Tanulófesztiválon 296 fő 65+-os táncos egyszerre lépkedett a Radetzky induló dallamára. Ezzel megdöntötték az akkori magyar rekordot, melyet – hivatalosan – Redit szervezésével felülírtak egy újabb táncfalalkozón.

Béres Mária – szenior örömtánc oktató - 3 helyszínen, 3 alkalommal foglalkozik táncosaival. Rendszeresen tart ismeretterjesztő, bemutató foglalkozásokat több fórumon, helyszínen. A pécsi, és baranyai oktatók nagy részének mentora volt.

A csoportokhoz bármikor lehet csatlakozni, Nem kell bejelentkezni, csupán az adott helyszínen, adott időpontban el kell jönni és be lehet csatlakozni az órákba. Mindenkit nagy szeretettel várnak.

Béres Mária
rafi1956@gmail.com

| Helyszín | | Időpont | |
|----------------------------|---|-------------|-------------|
| Intézmény megnevezése | Cím | Nap | Óra |
| PKK Melinda Közösségi Ház | Pécs, Melinda u. 1/1. | hétfőnként | 16.00-17.00 |
| PKK Apáczai Művelődési Ház | Pécs, Apáczai Csere János körtér 1/D (1. em. tárgyaló) | keddenként | 10.00-11.00 |
| FORDAN Tánccentrum | Pécs, Indóház tér 2. (volt DELTA étterem) | szerdánként | 10.00-11.00 |

#BEACTIVE

MOZDULJ TE IS EURÓPÁVAL!

Az Európai Sporthét alkalmából a Nyugdíjasok Egyesülete
a Baranya Megyei Szabadidősport Szövetséggel közösen
2022. szeptember 29-én, csütörtökön
Szenior Mozgásnapot szervez.

Aki szeretne ezen a napon néhány órát mozgással eltölteni a
friss levegőn, azt a következő programmal várjuk:
gyalogos kirándulás a Malomvölgyi tóhoz,
könnyed bemelegítő és levezető torna
nordicwalking-oktatás

Találkozó 8.45-kor a Malomvölgyi úti buszmegállóban
Elérhető a 7-es autóbusszal (8.20-kor indul a Főpályaudvarról).

Kérünk mindenkit, hogy kényelmes öltözetben
és csukott lábbeliben érkezzen!

A rendezvényen a részvétel ingyenes, és a rendezők
apró meglepetéssel jutalmazzák a programban való részvételt.

Érdeklődni, jelentkezni lehet a

nyugegy@gmail.com és a szeniorkirandulok@gmail.com

email-címen vagy a

06-30/492-6862 telefonon.

Tegyünk együtt az egészségünkért!



JÓGA

Testi-lelki felüdülés, erőnlét és lazítás

Az utóbbi években a jóga népszerűsége jelentősen megnövekedett. Többféle formáját művelik már országszerte. Gyökeresen megváltozott az egészséghez, a spiritualizmushoz fűződő viszonyunk, másképpen látjuk az ember környezetben elfoglalt helyét, új megoldásokat keresünk mindennapi létezésünk gondjaira. Zavaros időköt élünk, a környezet a túlélésért küzd, lelki és fizikai terhek nehezednek ránk, és miközben új betegségek tűnnek fel, ismét jelentkeznek olyanok is, amelyekről azt hittük, legyőztük őket antibiotikumokkal.

Ezeket a körülményeket nem mindig tudunk változtatni, de meg tudjuk tanulni, miként állhatjuk meg helyünket velük szemben. A jóga tökéletes megoldást kínál, mert harmóniát és egyensúlyt hoz életünkbe:

ha lelkiállapotunk kiegyensúlyozott, képesek vagyunk problémáink nyugodt és ésszerű megoldására, ha fizikai állapotunk jobb, ellenállóbbak vagyunk a betegségekkel szemben.

Rövid időn belül párom, szüleim gyógyíthatatlan betegsége, majd elvesztése súlyos lelki, majd fizikai traumát okozott. Nem láttam meg a körülöttem lévő szépséget, csak a bajokkal, a problémák megoldásával voltam elfoglalva. De nem mondtam le az „énidőm”-ről, s rendszeresen jártam jógára. Szinte észrevétlenül megtanultam befelé gondolkodni, megnyugtatni magam. A lelkem után a fizikai bajok is megszűntek. Ezt a nehéz időszakot a jóga segítette túlélni. Több csoporttársam is átélte hasonló tragédiákat, s a magam példájával biztattam őket.

A jóga-rendszer egyetemes igazságokon nyugszik, így hát senki vallásos meggyőződésével nem ütközik. **Jógázni bárki, bármikor – akár férfi, akár nő, korra és foglalkozásra való tekintet nélkül – megtanulhat.** Átalakítja és új perspektívával, új tudatossággal és friss filozófiával gazdagítja, javítja egészségi állapotunkat.

Itt a lehetőség „karnyújtásnyira”!
**Minden csütörtökön a Dobó István u. 86-90. alatt (B.É.K.Egyesület)
du. 5 órától fél 7 óráig jóga-foglalkozás.**

Szükséges felszerelés: kényelmes ruha, törölköző vagy jógaszőnyeg, polifoam.
Első óra ingyen (kóstolgatás), egyébként 1.000 Ft alkalmanként.

A jógát vezeti: Böttkösné, Ica

Szolnok Borbála

PARADICSOMI DELTAVIDÉK A DRÁVASZÖGBEN

KOPÁCSI-RÉT – ESZÉK – SZLAVÓNIA

Időpont: 2022. október 14. (1 nap)

- 1. nap: Pécs,** (Indulás: 6.30 órakor Vasút u. – Jókai u. kereszteződénél lévő parkolóból) – **HORVÁTORSZÁG: Kopács,** az egykori római út mentén fekvő, kora Árpád-kori magyar halászfalu (a helyi halászati hagyományok megismerése, élő emlékek a délszláv háború megpróbáltatásairól) – **Kopácsi-rét Természeti Park,** a Dráva–Duna-torkolatnál kialakult 238 hektáros mocsárvidék, kiterjedt vízvilág, rendkívül gazdag állatvilággal (előadás a terület vízvilágáról a látogatóközpontban, séta a víztükör felett kacskaringózó, fából épült sétányrendszeren, majd helyi szakvezetővel **hajó- és gyalogtúra a fokozottan védett területeken** a sekély, mocsaras holtágakban; látogatás a Habsburg főhercegségi uradalomban, Tito vadászkastélyának megtekintése. – **Eszék/Osijek ,** az ősi átkelőhely a Dráván, Szlavónia fővárosa (séta a belvárosban és a Dráva partján emelkedő várban, Szent Péter és Pál-templom, Régi városháza, Szlavóniai Múzeum, Szent Jakab-templom és kolostor) – Eszék vagy Csúza (estebéd) – **Kiskőszeg** (gyönyörű kilátás a városkára és a Duna kanyarulatára) – Hazatérés a Duna–Dráva Nemzeti Park érintésével – Pécs

Estebéd: halpaprikás gyufatésztával, 1 pohár, borral

Utazás: légkondicionált autóbusszal

Ár:

min. 35 fő esetén: 13.000 HUF/fő + 10 EUR/fő vagy 75 HRK

min. 20 – max. 26 fő esetén: 16.000 HUF/fő, + 12 EUR vagy 90 HRK

(utazás autóbusszal, parkolási díjak, sofőri napidíj, csoportvezetés, étkezés, szervezési költség a Kopácsi-rét program költsége).

A program díjának befizetésére szeptember 9-től szeptember 30-ig van lehetőség az egyesület irodájában 8.00-tól 12.00 óráig. Az eurót vagy horvát kunát a buszon szedjük össze.

A programmal kapcsolatban érdeklődni lehet

- a Nyugdíjasok Egyesületében személyesen,
- a 06-20/250-4801 telefonszámon, nyugegy@gmail.com címen
- vagy Lovák Ibolya szervezőnél a 06-30/492-6862 telefonon, szeniorkirandulok@gmail.com email-címen





MEGHÍVÓ

*A Nyugdíjasok Egyesülete tisztelettel meghívja
minden nyugdíjas társunkat és családtagjait
a 6. Pécsi Tanuló Város Fesztivál keretében szervezett
kulturális bemutatónkra*

**Időpont: 2022. szeptember 24.
14 óra**

Helyszín: Pécs, Jókai téri szabadtéri színpad

Fellépők:

Assonantia Nőikar
Baranya Bokréta Népdalkör
Búzavirág Néptáncsoport
Énekvarázs Dalkör
Nyugdíjasok Körzeti Egyesülete-Pécsvárad Férfikórus
Belügyi Szervek Táncsoportja
Első Pécsi Szenior Örömtánc Csoport
Szenior Örömtánc Máriával
id. Kása Dániel Felnőtt Néptáncsoport Pécsszabolcs
Pécsvárad Nyugdíjas Hagyományőrző Táncsoport
Borsós István tárogató
Lépő Ignác szájharmonika
Lépő Ignácné Rozi népdalénekes

Balatoní Rendezű

A Nyugdíjasok Egyesűleteinek Országos Szűvetsűge (<https://www.nyosz.hu>) a szűvetség tagjainak kulturális találkozóját, a 10. Balatoní Rendezűt 2022. augusztus 28. és szeptember 1. között szervezte meg Csupakon. Augusztus 28-án *Béres Mária* örműtűnc-oktató vett részt a programon. Augusztus 29-én két „dalos” csapatunk a Baranya Bokréta Népalkör, *Radnóti Léda* vezetűsével és a Bűzavirág Népalkör *Kunvűriné Okos Ilona* vezetűsével szerepelt a délelűtti versenypogramban. Mindkét csapat arany minűsítűst szerzett.



Szenior Örműtűnc Fesztivűl
rűszteveűi



Bűzavirág Népalkör



Baranya Bokréta Népalkör



Az egész csapat hazautazás elűtt



Pécs Megyei Jogú Város
Önkormányzatának (51%) és a Pannon Hőerőmű
Zrt. (49%) tulajdonában lévő PÉTÁV Pécsi
Távfűtő Kft. Pécsen több mint 31 ezer lakást
és közel

1000 egyéb felhasználót szolgál ki távfűtéssel és
használati meleg-vízzel. Biztosítja az ehhez
szükséges berendezések üzemeltetését,
karbantartását. 120 km hosszú
vezetékrendszeren és 20 km közműalagúton
keresztül, 627 hőközpont és 459 szekunder
felhasználói hőközpont közbeiktatásával
szolgálja ki fogyasztóit.

A PÉTÁV Kft. küldetése a vevői
komfortigények maradéktalan kielégítését célzó,
kényelmet és biztonságot nyújtó, folyamatosan
bővülő, versenyképes, fenntartható szolgáltatás
megvalósítása.

Elérhetőségek:

- PÉTÁV Pécsi Távfűtő Kft.
- 7623 Pécs, Tüzér u. 18-20.
- Levélcím: 7601 Pécs, Pf. 59
- Telefon: 72/503-400
- Ügyfélszolgálat: 72/503-402
- e-mail: petavkft@petav.hu



**Ha Ön e-számlára vált, nemcsak egy gyors,
biztonságos, kényelmes szolgáltatást választ,
hanem a környezetet is kíméli. Az e-számla
szolgáltatás díjmentes, az elektronikus számlák
gyorsan és könnyen visszakereshetők, nem kell
a számlák tárolásáról gondoskodnia, nincs
kézbesítési határidő, otthonából rendezheti a
számla kifizetését is.**

Környezetbarát energia

Központi ügyfélszolgálati iroda:

Cím: Pécs, Magyar Lajos u. 4.
Az ügyfélszolgálat akadálymentesen
megközelíthető a Tüzér utcai bejáraton
keresztül.
Telefonos ügyintézés: 503-402
Fax: 503-441

Kihelyezett ügyfélszolgálati iroda:

Cím: 7626 Pécs, Búza tér 8/B
Telefonos ügyfélszolgálatunkat
hétfő, kedd, szerda napokon
8-tól 15-ig, csütörtökön 8-tól 20-ig,
pénteki napokon pedig 8-tól 12 óráig
érhetik el.
Telefonos hibabejelentés:
mindennap 0 és 24 óra között

Elektronikus levelezési cím: ugyfelszolgalat@petav.hu

E-ügyfélszolgálat: <http://petav.hu/ugyfelszolgalat/>

Ügyfélfogadás időpontjai:

Magyar Lajos utcai központi
ügyfélszolgálat:

hétfő: 8-tól 15-ig, kedd: 8-tól 15-ig
szerda: 8-tól 15-ig, csütörtök: 8-tól
20-ig péntek: 8-12 óra között

Búza téri kihelyezett ügyfélszolgálat:

hétfő, kedd, szerda: 8-tól 15 óráig
csütörtök: 8-tól 17 óráig
péntek: 8-tól 12 óráig

Regisztráljon a

**www.teleszamla.vectrum.hu
oldalon!**

Honlap: www.petav.hu

Olvasmányajánló:

Sally Bedeli Smith: Erzsébet, a királynő
Egy modern uralkodó élete

A korona című sorozat egyik hiteles forrása ez az életrajzi kötet. A számtalan interjúra és korábban sosem hivatkozott dokumentumra támaszkodó könyv figyelemre méltó portré II. Erzsébetéről, aki humorérzékkel és mérhetetlen józansággal végzi kötelességét. Emellett lenyűgöző beszámoló arról a modernkori vállalkozásról, amivé az uralkodás vált.



Ügyeletek, szolgáltatások

7625 Pécs, Majorossy I. u. 15. Tel.: 06-20/259-9011
nyugegy@gmail.com www.nyugegy.hu

Tagfelvétel, egyéni tagdíjbefizetés, újság-, hírlevél-átvétel, információ

szerda, csütörtök: 9-től 11 óráig

Pénztári órák: hétfő, szerda: 8-tól 10 óráig

Horgász Egyesület ügyeleti elérhetősége

Ügyélfogadás: kedd, péntek 9-től 12 óráig

Telefon: 06-20/364-6607

Felelős kiadó: Molnár Ferenc

A Nyugdíjasok Egyesülete honlapja: <https://nyugegy.hu>
Telefonos QR-kódolvasóval közvetlenül meg lehet nyitni

