



HÍRLEVÉL

Nyugdíjasok Egyesülete Pécs

2023. 9. szám: szeptember

„A másik ügyéhez egész létemmel van közöm.”

(Garai Gábor)

Szent Mihály hava – Őszelő – Földanya hava

Zörgő-morgó szeptember,
fecskét tovaűző, dombot
kikericsel lilán beborító,
szarvasok agancsát harcra
élesítő.

(Szepesi Attila)

Fekete István: **Múlik a nyár**

Bíbor bükklevél kalapja mellett,
szárazág-bottal köhécselve jár,
lába nyomán vadvizek fakadnak,
s zörren a szélben a tengeriszár.

Szeme sarkában ezüst pókháló,
s a fény az arcán öregesen nevet,
ha kong a hordó, és csordul a must
nyár szőlőhegyén, ha áll a szüret.

Alkonyba tűnik, ködbe enyészik,
aszott kezére dérharmat tapad,
ruhája régi pompáról beszél,
színes, ragyogó, bár itt-ott szakadt.

Öreg tarisznya húzza a vállát,
melyet vinni már alig-alig győz.
Sírón susog a nádszál utána,
nyár végi úton ott ballag az Ősz.

Petőfi Sándor:

Itt van az ősz, itt van újra

(részlet)

Itt van az ősz, itt van újra,
S szép, mint mindig, énnekem.
Tudja isten, hogy mi okból
Szeretem? de szeretem.

Kiülök a dombtetőre,
Innen nézek szertesét,
S hallgatom a fák lehulló
Levelének lágy nesztét.

Mosolyogva néz a földre
A szelíd nap sugara,
Mint elalvó gyermekére
Néz a szerető anya.

És valóban ősszel a föld
Csak elalszik, nem hal meg;
Szeméből is látszik, hogy csak
Álmos ő, de nem beteg.

Amilyen az Egyed nap
olyan az egész hónap
Az időt kisasszony napja
négy hétre előre szabja.

Szeptember

Szeptember 8.	Mária napja – A gólyák és a fecskék elrepülnek.
Szeptember 17.	Takarítási Világnap
Szeptember 21.	Máté napja – A mondás szerint ha Máté sír, és nem nevet, akkor borból lesz ecet.
Szeptember 22.	Európai Autómentes Nap
Szeptember 23.	Ősz napéjegyenlőség
Szeptember 25.	Folyók Világnapja
Szeptember 26.	A Tiszta hegyek napja
Szeptember 27.	Turizmus Világnapja
Szeptember 29.	Szt. Mihálykor keleti szél nagyon kemény telet ígér
Szeptember 30.	Benedek Elek születésnapja Népmese Napja

Tanévkezdésre:

Bárdosi Németh János: **Köszöntő**

Ha szeptemberben őszi felhők szállnak,
itt ver a lélek erős, meleg sátrat,
száz és száz édes, boldog tiszta gyermek,
kiből a jövő magjai kikelnek:
a szépre, jóra itt szedi meg lelkét,
őh ez a lélek, százszor szenteletessék,
de a Magszóró, az is legyen áldott,
kik széppé, naggyá teszik a világot.

JÁTÉKOS AGYTORNA

"Önmagunk művelése igazán
közösségi érdekű tevékenység."

Lucian Blaga

Hívjuk, várjuk a játékos kedvű 3 fős csapatokat!

A tesztet honlapunkon (www.nyugegy.hu) és a szeptemberi Hírlevélben is meg lehet találni.

Személyesen átvehető a Majorossy I. u. 15. sz. alatti irodában, vagy emailben lehet kérni a nyugegy@gmail.com címen, majd kitöltve visszaküldeni.

Beadási határidő: 2023. október 6. péntek, déli 12 óra

A szóbeli vetélkedőre küldjük a meghívókat a sikeres tesztek kitöltőinek.



Szeretettel meghívjuk **Szüreti bál** rendezvényünkre
2023.október 28-án 16 órai kezdettel a
Slyven Étterembe.

Jegyet a **Majorossy I. u. 15-**ben lehet megvásárolni
október 20-ig

Menü ára egyesületi tagoknak 4.200,- Ft.

Nem egyesületi tagok részére 4.600,- Ft.

Csoportos jegyvásárláshoz legyenek szívesek névsort mellékelni.

A menü	B menü	C menü
Sajttal sonkával töltött sertésszelet rántva pirított burgonya savanyúság	Csirkepaprikás galuskával	Rántott gomba rántott sajt rizs tartármártás

Parkinson Betegek Egyesülete Pécs

Egyesületünk 2004-ben alakult meg, „Parkinson Betegek Egyesülete” néven. Emberségünk, önértékelésünk helyreállításának, megtartásának hite, a közös sors megtapasztalásából fakadó erő és egymás segítségének szándéka hozta létre szervezetünket. Létszámunk 55 fő.

Célunk: a Parkinson kórban, illetve az egyéb idegrendszeri eredetű mozgászavarban szenvedő betegek összefogása, rehabilitációjának elősegítése, általános és sajátos érdekeinek képviselése, társadalmi esélyegyenlőségének megteremtése, új információk nyújtása a betegséggel kapcsolatban.

Fontos a kezdeti tünetek felismerése, a beteg öntevékenységének biztosítása és az egyesület munkáját széles körben ismertetni. Biztosítunk alternatív terápiákat (tánc, zene, dráma), szakmai előadásokat- baráti találkozókat, kulturális összejöveteleket, kirándulásokat, évente nyílt napot tartunk. Lehetőség van a személyes információra = PPP (Pécsi Parkinson Pont).

Táncterápia csoportunk bemutatkozott a PTE 650, a Kodály Központ Tánc, csillogás, szenvedély és a Táncosok tánccal Zentéért c. programokon valamint a Szenior Akadémián, ahol először adtuk elő a Parkinsonnal ÉLNI c. ismeretterjesztő anyagot.

Részt veszünk konferenciákon, Tanuló Város Fesztiválon szakmai előadással és civil szervezetek ünnepi műsorában.

Életjáték-társasjáték címmel színművet írtunk betegségünkről. A Mandulás játszóterén Emlékfát ültethettünk. Zenés-táncos évszáró esteket és évente Parkinson világnapot tartunk: 2022. április 9-én országos találkozót szerveztünk.

Együttműködünk az Énekvarázs, Szenior Örömtánc, Szenior Akadémia, valamint több esélyegyenlőségért és közösségépítésért dolgozó civil szervezettel. Közgyűléseink idejére amatőr művészek kiállítását rendezzük meg. Civil nagykövetünk *Dévényi Ildikó* színművésznő.

A velünk dolgozó terapeutákat sikerült elismerésben részesíteni javaslatunk alapján. Idősothtoni lakóknak rendszeresen táncterápia órákat tartunk. Szakmai háttérünket *dr. Kovács Norbert* professzor támogatja.

Sajtónk erősödik: Dunántúli Napló, Kossuth Rádió, Rádió 1, Vasutas Magazin, Made in Pécs, Tolnai Népszó, Zalai Hírlap, több városi TV, Duna TV Ridikül, 2022. április 11.

Ismeretterjesztő előadásunk: *Parkinsonnal ÉLNI*, 30-nál többször, pl. PTE-ÁOK és PTE-ETK karokon hangzott el.

Legközelebb 2023. szeptember 20. 17.00 órai kezdettel a Zsolnay negyed Herkules műhelyében lesz.

HETI TALÁLKOZÓ: minden szerda 10.00 – 12.00 óra.

Változás lehetséges!!!!

Helye: Vasutas MH, Pécs, Váradi A. u. 7.

Elérhetőségünk: www.pecsparkinson.hu

+36-30/473-8909

Valamennyi programunk nyitott és díjmentes!

Az Elnökség:

Titkár: *Markworth–Drozgyik Éva,*

Elnökhelyettes: *Nagy Lászlóné, Nelli*

Elnök: *Sárvári Erzsébet*



Programelőzetes:

2023. szeptember 30. szombat 18.00 óra Régi zsoldárok – koncert a Lyceum utcai templomban, díjmentes

2023. november 8. szerda 10-12 közt "Gyógyszerek hatásai" *Dr. Botz Lajos* professzor előadása a mellék- és kölcsönhatásokról, Vasutas MH, díjmentes

Ez történt a nyáron

Hosszú és forró volt a nyár, de ez nem szegte kedvét a szervezőknek és nekünk sem. Egyesületünk vezetősége és tagsága számos eseményen vett részt, melyekről az alábbiakban tudósítom az olvasókat.

Egykori délnyugati határváraink –határok nélkül címmel szerveztünk két napos utazást **Horvátországba és Szlovéniába**. A 40 fős csoporttal meglátogattuk Varasd, Trakostyán, Ptuj és Csáktornya várát. Jártunk Kumrovecben, Tito egykori szülőházában és a körülötte lévő skanzenben. Mariborban szálltunk meg. A kora délelőtti órákat városnézéssel töltöttük. Hosszú, kanyargós úton jutottunk el Jeruzalemba, ahol helyi ételspecialitásokat és finom borokat kóstoltunk.



Csoportunk a Ptuj-i várban

IV. Perekedi Családi és Gasztrofesztivál –Civil Falu kitelepülés

30-32 különböző civil szervezet képviselői, köztük egyesületünk elnöksége is látogattak el Baranyából Perekedre a Családi és Gasztrofesztiválra, megnézni, meghallgatni a műsorszámokat, újabb ismeretségeket kötni és megkóstolni a „központi” és a csoportonként elkészült lecsókat. A *Nyugdíjasok Egyesülete*, a *Bányászok Érdekvédelmi Kulturális Egyesülete* és a *Parkinson Betegek Egyesülete* képviselőit nagyon sok szervezetet látogattunk meg és mutattuk be egyesületeinket.



Beszélgetés a sátorban

Bányásznapi események

Szeptember első hétvégéjén a bányászokra emlékeztünk. **A Hősök terén tartott koszorúzási ünnepségen** Lovák Ibolya és Tomics János, a vasárnap délutáni **Ágoston téri központi koszorúzási ünnepségen** Barhóné Szabó Anna és Tomics János helyezte el egyesületünk nevében koszorút.

A Pécsi Kulturális Központ által szervezett Bányásznapi programon a

- Senior Teniszkлуб
- a Belügyi Szervek Nyugdíjas Klubja
- és a B.É.K.E. klubjai vettek részt

A színvonalas kulturális és sport-bemutatókon túl, főtt a bográcsban a sok finom étel. A Főzőversenyben a BM-esek csapata harmadik helyezést ért el. Gratulálunk!



Készül a finom babgulyás

A Nyugdíjasok Országos Szövetsége az idén ünnepelte 35. évfordulóját

A Balatonfüreden rendezett Szenior Örömtáncos programban Nagyné Marika táncosai vettek részt. A szombat esti gála ünnepségen Barhóné Szabó Anna képviselte egyesületünket.



A **Nyugdíjasok Országos Képviselete** Kiskunhalason tartotta kihelyezett ülését. Ennek fő témája Magyarország „**Helyreállítási és Ellenállóképességi Terve**” alapján a nyugdíjrendszer felülvizsgálata, reformlépések kialakítása. Az ülésen dr. Német Béla vett részt.

Pécs Megyei Jogú Város Ünnepi Közgyűlésén szeptember 1-én Molnár Ferenc elnök és Lovák Ibolya elnökhelyettes voltak jelen.

Bizonyára a **klubok életében** is történtek szép dolgok, voltak érdekes események a nyáron. Kérjük, hogy az erről szóló beszámolókat küldjék be nekünk. Szeretnénk, ha az októberi Hírlevélben és a Honlapunkon ezeket is bemutatathatnánk.

Lovák Ibolya
elnökhelyettes

SZENIOR MOZGÁSNAPOK

2023. október 9-14.



**Mozogjunk együtt a hét
minden napján!**

*Próbáljunk ki többféle
sportágat!*

Tornázzunk!

Ping-pongozzunk!

Gyalogoljunk!

Teniszezzünk!

*Ismerkedjünk a petanque
játékkal!*

Mikor és hol lesz erre lehetőség?

A részletekért figyeljék a Nyugdíjasok

Egyesületének honlapját

<http://nyugegy.hu/>,

a facebook oldalát

<https://www.facebook.com/>,

és a saját email fiókjukat!

#BEACTIVE

MOZDULJ TE IS EURÓPÁVAL!

Az Európai Sporthét alkalmából a Nyugdíjasok Egyesülete
a Baranya Megyei Szabadidősport Szövetséggel közösen
2023. szeptember 28-án, 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

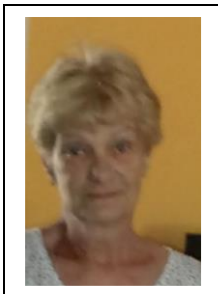
email-címen vagy a

06-30/492-6862 telefonon.

Tegyünk együtt az egészségünkért!



BÚCSÚZUNK



*"Megfordulok, – de merre menjek?
Hiszen Te nem vagy már sehol!
s mindig itt leszel valahol."
(Váci Mihály)*

*Fájdalommal tudatjuk, hogy Szalai Lászlóné, Éva,
egyesületünk volt adminisztrátora, életének 66. évében
elhunyt.
Emlékét szeretettel őrizzük.*





Pécs Megyei Jogú Város Önkormányzatának (51%) és a Pannon Hőerőmű Zrt. (49%) tulajdonában lévő PÉTÁV Pécsi Távfűtő Kft. Pécssett 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: ügyfelsozlgalat@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](http://www.petav.hu)

Olvasmányajánló:

Peller Mariann: Szerelemszövetség

A Végtelen kísértés folytatásában a főhősnő végre megérti, mire tanítja ez a kapcsolat. Peller Mariann műsorvezető, író második regényében arra buzdít, hogy merjük meglátni igazi énünket, mert ez lehet boldogságunk egyik záloga.



Programok, újság-, hírlevél-átvétel

7625 Pécs, Majorossy I. u. 15.

Telefon.: 06-20/259-9011 nyugegy@gmail.com

www.nyugegy.hu

Tagfelvétel, tagdíjbefizetés, kirándulás befizetése, pénzügyek

Dobó István u. 86-90.

szerdánként 8-tól 12 óráig

Telefon: 06-20/250-4801

Horgász Egyesület ügyeleti elérhetősége

Ügyfélfogadás: kedd, péntek 9-től 12 óráig

Telefon: 06-20/364-6607

Felelős kiadó: Molnár Ferenc

