

III. évf. 4. szám | 2015. április 7.

60/

Fiatalos élet száz év felett

II. oldal

Kevesebbe kerül a házi segítségnyújtás

III. oldal

Egy örökifjú atléta

IV. oldal

Az ÉLETképek magazin melléklete – nem csak szépkorúaknak



FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

**IDŐSBARÁT VÁLLALKOZÁSOK
A XV. KERÜLETBEN**
**A 60+ Levendula Kedvezménykártya
elfogadóhelyei**
TÖMPE JÓZSEF EGYÉNI VÁLLALKOZÓ

- Manikűr, pedikűr, kozmetika,
Ági 20 921 3693 15% kedvezménnyel
- Női-férfi fodrászat – Gergő: 20 779 0981
10% kedvezménnyel
- Könyvelés, adótanácsadás
10-15% kedvezménnyel
- Pénzügyi tanácsadás 100% –
Józs: 20 476 6372

☎ 1157 Budapest, Nyírpalota út 77.

GÁ-LA '98 BT. (KÉPVISELŐ: VÖRÖS GÁBOR)

- Gá-La Bútor (mindenre 10%)

☎ 1157 Budapest, Erdőkerülő u. 7.

☎ 418 3954

WIKING SZÁMÍTÁSTECHNIKA KFT.

(KÉPVISELŐ: DEBRECENI DÁVID)

- Helyszíni számítógép-szerelés,
karbantartás 20% kedvezménnyel
- tanulom.hu éves díjból 500 Ft kedvezmény

☎ 1158 Budapest, Thököly u. 14. fszt. 1.

☎ 06 20 530 1966

☎ http://www.nii.hu

**MP DEKORÁCIÓ KFT. (KÉPVISELŐ: MOLNÁR
PÉTER)**

- Papír, írószerszám, nyomtatványbolt
– mindenre 10%

☎ 1152 Budapest, Rákos út 88.

☎ 06 20 420 4138

☎ www.mpdekoracio.hu

VARJÚ PÉTERNÉ EGYÉNI VÁLLALKOZÓ

- Családi fodrászat – mindenre 10%
- 10 alkalom után 20%-os kedvezmény

☎ 1157 Budapest, Nyírpalota út 33. fszt.

☎ 06 30 631 9504, 20 213 3284

GYEREKPARK KFT.

(KÉPVISELŐ: VÉGHÉNYÉ DR. FEKETE ÉVA)

- Kölyökpark 20% a belépődíj
teljes összegéből

☎ 1152 Budapest, Szentmihályi út 131.

☎ 06 70 391 1483

FLORA EURODENT 2000 BT.

(KÉPVISELŐ: BÁTHORY GYÖRGY)

- Fogászat – kivehető fogpótlás, fogközlékvétel,
foghúzás 15%-os kedvezménnyel

☎ 1157 Budapest, Nyírpalota út 73.

☎ 06 30 931 7649

DUGONITS LÁSZLÓ EGYÉNI VÁLLALKOZÓ

- Cipésmester – mindenre 10%

☎ 1156 Budapest, Páskomliget utca 17.

☎ 06 30 905 1541

HOMOLYA ISTVÁNNÉ EGYÉNI VÁLLALKOZÓ

- VÉNUSZ ÁRUHÁZ mindenre 20-30%

☎ 1151 Budapest, Fő út 86.

☎ 307 9232

Fiatalos élet száz év felett



Tavasz elején különleges találkozásra siettünk Rákospalotára. Az egyik legidősebb lakosunk, a 103 éves Matuz Jánosné és családja fogadta a helyi médiát. Utunkra elkísért Agárdi János önkormányzati képviselő, dr. Pintér Gábor alpolgármester, Ponicsán Erzsébet evangélikus lelkész is, akik évek óta jó barátságban vannak Teri nénivel.

A kedves, fizikailag és szellemileg, korához képest, remek állapotban lévő Teri néni igencsak meglepett minket, mikor elmondta, kedvenc időtöltése a kereszt-rejtvényfejtés. Mindemellert szívesen olvas és rendszeresen eljár istentiszteletre a Régifőti úti evangélikus nagytemplomba.

A beszélgetésünk alatt számos emlékről mesélt. Születése óta a kerületben él, sőt leszármazottai is évszázadok óta a területen éltek. Férje is idevalósi volt, így lo-kálpatriótaként megannyi érdekességet

FOTÓ: XV. MÉDIA, NAGY BOTOND

mondott Rákospalotáról. Előkerült a palotai népviselet is, melyet ma is örömmel visel, valamint a gyermekkori templomba járásról is felidézett emlékeket.

Az evangélikus gyülekezet legidősebb tagjaként sok mindent megélt, mint mondta, kisdiaikként iskola előtt mindig istentiszteletre mentek, később a nagytemplom építését is lelkesen fogadták. Kiemelte, hogy szegénységben éltek, a munkát soha nem vetette meg, 15 évesen szegődött a kötőgyárba, ahol fia születéséig dolgozott.

Teri néni ma is nagy szeretetben él fiával és menyével, boldogságát két unokája és négy dédunokája teszi teljessé, akik a nagymama augusztusi születésnapját már most izgatottan várják.

(beres)

Az önkormányzat nevében köszöntötték Lula Antalné Emma néni 95 éves születésnapján, márciusban. Emma néni fia és unokái is megünnepelték a jeles napon.

A kerületvezetés képviselői ugyancsak márciusban köszöntötték Tabányi Györgyné Emília Sarolta néni 90. születésnapja alkalmából. A születésnapos még férjével költözött az Olajág Otthonba, sajnos jelenleg egyedül él az intézményben.



Kevesebbe kerül a házi segítségnyújtás

Az szociális szolgáltatásokról és szociális ellátásokról szóló rendelet szabályozza többek között a személyes gondoskodásért fizetendő térítési díjak mértékét, ezért ezt a határozatot minden évben tárgyalnia kell a képviselő-testületnek. Márciusi ülésükön a képviselők módosították a rendeletet.

A módosítás értelmében a személyi térítési díjakat nem emeli idén az önkormányzat, sőt a házi segítségnyújtás esetében a térítési díj csökkentését szavazta meg a testület. Ezt a szociális ellátást tavaly száznegyvennyolcan vették igénybe. Nekik jó hír, hogy ezért a szolgáltatásért idén kevesebbet kell majd fizetniük.

Április 1-jétől nettó 28 500 forint jövedelem alatt 90, 28 501 és 42 750 forint között 190, 42 751 és 57 000 forint között 300, 57 001 és 71 250 forint között 400, 71 251 és 99 750 forint között 550, 99 751 és 128 250 forint között 700, míg 128 251 forintos jövedelem felett 1100 forintot kell fizetni óránként az ellátásért.

Az előterjesztésből kiderül, hogy a személyi térítési díjak – az idősök klubjai kivételével – nem változtak jelentősen az utóbbi években. Az idősök klubjaiban még 2013-ban napi 100 forintról napi 10 forintra csökkentették a díjat, melynek eredményeként az ellátást igénybe vevők száma számottevően emelkedett.

J. Á.



**„LEVENDULA”
AZ AKTÍV IDŐSKOR
SZABADEGYETEME 2015**
Tanulni minden korban érdemes!

A tavalyi év sikere után a Zsigmond Király Főiskolával együttműködve, idén is folytatódik a „Levendula” 60+ program keretében az Aktív Időskor Szabadegyeteme.

Az előadásokat az ország legkiválóbb oktatói, a Zsigmond Király Főiskola tanárai tartják. Az előadások után kötetlen beszélgetésre nyílik lehetőség.

Előadások 2015 tavaszán:

04. 13. hétfő, 16 óra
Sulyok Tamás: Tanulni az interneten – tanulni az internetet szenior korban is

04. 27. hétfő, 16 óra
Veresné Dr. Bálint Mária: Időskori cukorbetegség - megelőzés, veszélyek, megoldások

05. 11. hétfő, 16 óra
Dr. Jászberényi József: Szexualitás és szerelem időskorban

Az előadások helyszíne:
Budapest Főváros XV. kerületi Önkormányzat Díszterme
(1153 Budapest, Bocskai utca 1-3.).

Az előadásokon a részvétel ingyenes.
Az előadások sorrendje változhat.



IDŐSBARÁT VÁLLALKOZÁSOK A XV. KERÜLETBEN

A 60+ Levendula Kedvezménykártya elfogadóhelyei

TA CONTROLL 7 KFT. (KÉPV.: TAKÁCS ANDRÁS)

- Műanyag nyílászárók cseréje, javítása (10-15%)
- a XV. kerületben nincs kiszállási díj

☎ 1151 Budapest, Fő út 36.

☎ 06 70 600 9741 • 306 5863

✉ tac7kft@gmail.com

ORBÁN GYÖRGYNÉ EGYÉNI VÁLLALKOZÓ

- Nyírpalota Fodrász Szalon
10% kedvezmény

☎ 1151 Budapest, Nyírpalota út 53. fszt.

☎ 06 20 508 3341

ÚJBOR PALOTA KFT. (KÉPVISELI: LAKI CSABA)

- Minden termékre 5% kedvezmény

☎ 1152 Budapest, Fő utca 39.

☎ 06 70 676 1677 Vezér Zsuzsanna

POCSAI GYÖRGY EGYÉNI VÁLLALKOZÓ

- Szobafestő, tapétázó, mázoló
- mindenre 10%,
téli időszakra 15% kedvezmény

☎ 1155 Budapest, Obsitos utca 3.

☎ 06 20 313 7268 • 306 5204

✉ www.festogyuri.hu

KIS TÍMEA EGYÉNI VÁLLALKOZÓ

- Heliconia Virágsziget
- mindenre 10% kedvezmény

☎ 1152 Budapest, Illyés Gyula utca 12–16.

☎ 709 4328 • 06 70 327 6932

✉ www.viragsziget.hu

ZILIZI TÜNDE ERZSÉBET EGYÉNI VÁLLALKOZÓ

- Fodrászat
- mindenre 15% kedvezmény

☎ 1157 Budapest, Zsókavár út 32.

☎ 410 3989 • 06 20 422 4651

ÁBRAHÁM ZOLTÁNNÉ EGYÉNI VÁLLALKOZÓ

- Ildikó Szalon
- fodrászat és infrasauna 10-10% kedvezmény

☎ 1157 Budapest, Erdőkerülő u. 18.

☎ 06 20 9161 981 • 416 3242

✉ E-mail: info@ildiko-szalon.hu

✉ www.ildikoszalon.hu

A szalon csak bejelentkezésre működik!

PALOTA SECURITY KFT. (KÉPV.: BRINGYE JÁNOS)

- Bármely megbízás esetén a munkadíjakból 10% kedvezmény
- Riasztórendszer telepítése, korszerűsítése
- Videomegfigyelő rendszer telepítése, korszerűsítése
- Szolgáltatási díjakból (diszpécser szolgálat, járórszolgálat) 10% kedvezmény

☎ 1154 Budapest, Tompa Mihály u. 45.

☎ 306 0170

✉ info@palsec.hu

✉ www.palsec.hu

IDŐSBARÁT VÁLLALKOZÁSOK A XV. KERÜLETBEN

A 60+ Levendula Kedvezménykártya elfogadóhelyei

KISKÓCOS BT.

Joódy Gézáni (1151 Bp., Fő u. 82. 1/3.)

- vágás, dauer 10-10% kedvezmény

Kiskócos Fodrászat Budapest

☒ IV. ker., Kiss János u. 17.

☎ 06 20 243 5035

KOZMA IBOLYA GYÓGYPEDIKÚRÓS

- Bármely megbízás esetén a munkadíjából 10% kedvezmény (pedikúr, manikúr, masszázs, alapközműszolgáltatás)
- A szolgáltatásokban mobil, a vállalkozás székhelyén is fogad.

☒ 1157 Budapest, Kórákspark 41. 3/7.

☎ 06 20 622 4210

VITAHARMONIA (ARTHURNÉ BERINDZA IBOLYA EGYÉNI VÁLLALKOZÓ)

- Bármely megbízás esetén a munkadíjából 15% kedvezmény
- (alkalmazkodási zavarok, életvezetési nehézségek, táplálkozási zavarok, veszteségek feldolgozása, gyász, betegségek, sorselemzés)
- Előzetes időpont-egyeztetés szükséges!

☎ 306 5581, 06 20 347 8203

☒ www.vitaharmonia.hu

☒ 1151 Budapest, Kovács Kálmán tér 13/a

KATAMÁS BT. (KÉPVISELI: GÁTI TAMÁS)

- 60 év feletti kerületi lakosok számára 10% munkadíjkedvezmény
- 70 év feletti kerületi lakosok számára 20% munkadíjkedvezmény
- energetikai mérnöki tanácsadás 20% kedvezmény
- Napelemek, napelemes rendszerek tervezése, kivitelezése 10% kedvezmény

Az ajánlat nem vonatkozik az anyagárra.

☒ 1152 Budapest, Rákos út 91.

☒ gatitamas52@gmail.com

☎ 06/70 944-8762

A Palota 60+ Levendula Kedvezménykártya programról az önkormányzat saját médiafelületein rendszeresen tájékoztat.

Várjuk a XV. kerületben működő idősbarát vállalkozók csatlakozását a kedvezménykártya programhoz.

Amennyiben Ön is társulna vállalkozásával, további tájékoztatást kap a következő telefonszámokon:

- 305 3251, 305 3185

A felsorolásban feltüntetett adatokért a szerkesztőség nem vállal felelősséget.

Egy örökifjú atléta

Idén már 19. alkalommal rendezett a Pólus Center és a kerületi önkormányzat futónapot. Mindenki korának és fizikai állapotának megfelelően választhatott távot, a legtöbbet azonban kétségtelenül a verseny egyik szervezője, Ziegner Károly „futotta”. Ez persze a rendezvény szervezőjétől el is várható, ám Karcsi bácsi teljesítménye az életkora ismeretében mindenképpen megsüvegeendő.



Idén már 85 esztendő vagyok, ráadásul ebből mindet Rákospalotán töltöttem – mondta az idős atléta, aki nem futóként, hanem focikapusként kezdte pályafutá-

sát. – A Növényolajgyár csapatában védtem először. A Láng SK, valamint az Óbudai FC színeiben még az NB II.-ben is játszottam. Az előbbi csapatnak volt először füves pályája Budapesten, ahol az akkori válogatott ellen is több edzőmérkőzésen védhettem.

Az akkumulátorgyárban dolgozó sportoló egy gyári szpartakiádon vált atlétává. Amelyik számban rajthoz állt, mindegyikben aranyérmes lett. Erre már az atlétikai szövetség illetékesei is felkapták a fejüket.

– 100 méteres futóként az 1956-os olimpiára is kiutazhattam volna, ám én inkább a családomat választottam. Jól döntöttem, mert az akkori lakásunk közelében nagy lövöldözések voltak – mondja a sportember.

Ami Karcsi bácsinak nem sikerült, az a lányának igen. Ziegner Anikó ugyanis 1976-ban tagja volt az olimpiai csapatnak, és Montrealban távolugrásban a 10. helyen végzett.

Ziegner Károly nagyjából ettől az időszaktól kezdve lett a Magyar és a Budapesti Atlétikai Szövetség mindenesé. Volt szállásmester, de dolgozott szakosztályvezetőjeként is. A mai napig aktív versenybíró, és neki köszönhető, hogy az atlétikában ötvenként a születésnapjukon felköszöntik a 70 év feletti versenybírókat és az országos csúcstartókat.

– A feleségem szokta mondani, hogy „eddig fociztál, atlétizáltál, legalább a hátralevő húsz évet töltsük már együtt”. Ezért ma már kevesebbet dolgozom, de a Pólus Futónap a szívügyem. Amíg lehet, szervezni szeretném – mondja Ziegner Károly.

Riersch Tamás

FORRÁS: ZIEGNER KÁROLY

