

60+

AZ ÉLETKÉPEK
MAGAZIN MELLÉKLETE
NEM CSAK
SZÉPKORÚAKNAK

2019. III. 21.
VII. ÉVFOLYAM
3. SZÁM

Olvasmány lesz
a demencia

Mesélnek
a régi falvédők

A lélek
lekvárja



Olvasmány lesz a demencia



FOTÓ: XV. MEDIA, NAGY BOTOND

Különleges lehetőséghez jutott a XV. kerület, igen-csak testhezálló lehetőséghez. Ahogy azt Reiszné Naszádi Magdolnától, a népjóléti és intézményfelügyeleti főosztályának vezetőjétől megtudtuk, a kerület az Európai Unió által meghirdetett Erasmus+Pro-age nemzetközi pályázaton mintegy 30 ezer eurót nyert, melyet az időskorúak aktív öregedési programjára fordíthat majd.

– A mai szépkorúak már sokkal aktívabban élnek meg a nyugdíjas éveiket, mint a korábbi nemzedékek – mondta a szakember. – Ez arra is visszavezethető, hogy az átlagéletkor is nőtt. Mi pedig ehhez szeretnénk segítséget nyújtani nekik.

Reiszné Naszádi Magdolna elmondta, hogy a 65 éven felüliek száma már régóta húszezer feletti a kerületben, akik tehát „komoly erőt” képviselnek és akikre oda kell figyelni. Ez egyik ilyen „odafigyelős” program az Alzheimer Café nevet viselő rendezvénysorozat, amely

nagyon népszerű az idősebb korosztály körében.

– A mostani pályázat kezdeményezője a Baranya megyei Alsómocsolád volt, amely egy mindössze háromszázhusz fős település, ám példaértékű, ahogy pályázni tudnak – mondta a főosztályvezető. – Velük már régebb óta jó viszonyt ápolunk, és amikor partnert kerestek ehhez az uniós pályázatukhoz, egy szlovén és egy norvég partner mellett ránk esett a választásuk.

A konzorcium tavaly év végén nyerte el a pályázatot, az első szakmai találkozó február 14-én Alsómocsoládon volt, a XV. kerület pedig várhatóan augusztusban lesz a házigazdája az újabb egyeztetésnek.

– Addigra már mindegyik félnek nagyjából kétszen kell lennie a saját vállalásával. Mi egy 75 oldalas gyakorlati kézikönyv elkészítését vállaltuk, melynek célja, hogy tanácsot adjon az időskori butulás mielőbbi felismerésére, illetve a demencia szinten tartására. Ez az érintett családoknak is jó segítség, hogy a demenciában szenvedő rokont minél tovább otthon tarthassák – válaszolta a szakember.

Ezt az innovatív és hiánypótló szakmai munkát orvosok és gondozók írják majd. A könyv magyar és angol nyelven készül, illetve online formában fogják terjeszteni, így a konzorcium országaiban, valamint az uniós összes országában elérhető lesz.

R. T.



ARCHIV FOTÓ: XV. MEDIA, NAGY BOTOND

Eltemetve, de nem feledve

Szomorúan kezdődött a 2019-es esztendő a Pest-újpalotai Evangélikus Egyházközség számára. Ugyanis 75 éves korában, január 23-án hosszan tartó súlyos betegség után elhunyt Hódos Árpád, a gyülekezet felügyelője.

Hódos Árpád és családja az elsők között költözött az újpalotai lakótelepre. Ezt követően pedig szinte azonnal belépett a lakóhelyéhez legközelebb eső pestújhelyi evangélikus gyülekezetbe. Akkoriban is nagyon aktív volt, ennek köszönhetően elég hamar, már 1977-ben a presbitérium tagjává választották. Nem mellesleg abban az esztendőben született Szabó András jelenlegi lelkész is. Presbiterből pedig 1996-ban a gyülekezet felügyelője lett.

– A protestáns egyházaknál a világi vezetők nagyon fontos szerepet töltenek be – mondta Szabó András lelkész. – Gyakorlatilag minden világi feladatot irányítaniuk, koordinálniuk, sokszor pedig saját maguknak csinálniuk kell. Árpád nagyon jó volt ebben, a gyülekezetben mindenki tisztelte és szerette őt.

Hódos Árpád civilben a



FORRÁS: PESTÚJHELYI-ÚJPALOTAI EVANGÉLIKUS EGYHÁZKÖZSÉG

vendéglátásban dolgozott. Sokáig alkalmazottként, majd pedig vállalkozóként egy cateringcéget üzemeltetett. Ezt a gyülekezet hétköznapijaiban is kamatoztatta. Neki köszönhetően minden közös ünnepen csodálatosan megterített asztal várta a presbitereket és a gyülekezeti tagokat, az egyik legszebb példája volt ennek a húsvéti közös reggeli. Illetve ő volt az, aki az istentisztelet utáni közös kávézás szokását is bevezette. Ezenkívül a gyülekezet férfitársulatának állandó vendéglátója is volt.

– Nagyon fog hiányozni az állandó figyelme és segítőkészsége. Jómagam és az elődöm, Kendhe Péter is kezdő lelkészként kerültünk a gyülekezet élére, és mindketten nagyon sokat köszönhetünk Árpádnak azért, hogy hamar be tudtuk illeszkedni – mondta a lelkész.

Hódos Árpádot március 1-jén helyezték örök nyugalomra a Rákospalotai köztemetőben. A gyülekezet pedig még tavasszal kénytelen lesz új világi vezetőt választani, aki valószínűleg ismét a 15 presbiter közül kerül ki.

Riersch Tamás

Beszélgetések az Alzheimer-kórról

A XV. kerületi Alzheimer-kórral küzdők családtagjai, hozzátartozói számára kötetlen beszélgetéseket tartunk havonta, másfél órás időtartamban a hasonló nehézségekkel küzdő emberek társaságában, mentálhigiénés szakemberek segítségével.

Várjuk azokat, akik szívesen megosztanák tapasztalataikat egy megtartó közösségben, ahol együtt, illetve szakemberek segítségével keressük a válaszokat a naponta felmerülő kérdésekre.

Helyszín: Újpalotai Család- és Gyermejközpont, Zsókavár utca 24–26.

Következő alkalom:

2017. március 27. (szerda) 17 óra

Vendégünk Nagy Ildikó – Időseket és Demen-

ciával Élőket Segítő Szolgálat gerontológiai szakgondozója. Téma: *Hasznos időtöltés otthon, ha igen, hogyan?*

2017. április 11. (csütörtök) 9.30–16 óra
Vendégünk Juhász Ágnes demenciaspecialista *A demenciával élők szükségletei* – ha Ő jól van, nekem is könnyebb című workshop.
A program limitált létszámú, érkezési sorrendben fogadjuk a jelentkezéseket.

2017. május (Időpont egyeztetés alatt)
Tervezett program: *Demensbarát Skanzen* – látogatás Szentendrén.
A program limitált létszámú, érkezési sorrendben fogadjuk a jelentkezéseket.

Bővebb információt László Margit és Kiss Ilona nyújt, a 414 0880, 414 0879 számokon.

Mesélnek a régi falvédők

Életbölcsesek, idealisztikus életképek, amely szerelmepárt vagy a konyhában tüsténkedő háziasszonyt ábrázol virágornamentikával övezve. A kék vagy piros fonállal kivarrt fehér falvédők ma már ritkaságszámba mennek, pedig hajdan minden magyar konyhában ott díszeltek. Városrészeinkben most megcsodálhatjuk nagyanyaink kézműves „aranyköpéseit”.

FOTÓK: XV MEDIA, NAGY BOTOND



Jungvirthné Bús Erzsébet több mint húsz éve hódol szenvedélyének: falvédőket és régi textíliákat gyűjt. Tavaly nyáron nővérével, Gabriellával a vigántpetendi plébánián rendezte meg első kiállítását. Erzsébet, családi kötődés miatt, nagy figyelmet fordít a sváb falvédőkre, melyekből mintegy 100 szerepel kollekciójában. Kerületünkben a Pestújhelyi Közösségi Házban majd 600 darabos gyűjteményéből mintegy ötvenet mutat be kiállítás keretében április 5-éig a ház nyitvatartási idejében.

Jungvirthné Bús Erzsébet elmondta: a beszerzést főként internetes portálokon keresz-

tül intézi, de piacokon, vásárokon is talált már szép darabokat, és vannak, amelyeket ajándékba kapott. Kitért arra is, hogy a gyűjteménnyel „az



ősök iránti tiszteletünk is kifejeződik, hiszen rengeteg munkát, kitartó szorgalmat igényelt egy ilyen falvédő elkészítése”.

A XIX. század második felében nagyon elterjedt volt az egyszerű háztartások konyhájában a fehér vászon alapon vidám színekkel hímzett kisebb falvédő. Ezeket az asszonyok nagy előszeretettel hímezték, általában a hétköznapi életből vették a példát, a terítőre a személyek és tárgyak körvonalait öltéssel kézimunkázták.

Ezekon általában felirat is volt, mely ízlés és stílus szerint több helyen előfordulhatott: vízszintesen, függőlegesen, esetleg körben, de talán a legjellemzőbb az aláírás volt. A feliratok a leggyakrabban népdalidézetek, szólások, közmondások voltak. Ezeket a szövegeket is az előbb említett öltésekkel hímezték. A szélei lehetnek rojtosak, beszegettek, különböző színnel és mintával hímzettek.

(béres)



A lélek lekvárja



Nagy Edit, a PeKH munkatársa és Saly Noémi

Stílszerű témával rukkolt elő nőnapkor a Pestújhelyi Közösségi Ház. A befőzés örömeit osztotta meg Saly Noémi, aki *Spájsz* című könyvét mutatta be a kerületi közönségnek március 8-án.

FOTÓ: XV MEDIA, NAGY BOTOND

A téma azért érdekes, mert egy olyan tevékenységet jár körül, mely az idősebb generáció számára mondhatni védjegyként szolgált. A nagymama lekvárja, befőttje szállóigeként honosodott meg nyelvünkben, nem véletlenül.

Régen természetes volt, hogy a háziasszony a hosszú télre, ünnepekre készülve mindig tudott valami ínycsiklandó finomságot varázsolni az asztalra. A pestújhelyi asszonyok ma is előszeretettel zárják üvegbe a kertjeikben megtermett finomságaik ízét. A helyi kertbarát kör lelkesen buzdítja az új beköltözőket, is, hogy praktikáikat bátran próbálják ki a kezdő háziasszonyok is. Ehhez pedig minden bizonnyal remek támpontot ad Saly Noémi is, aki évek óta oszlopos tagja a Magyar Konyha magazinnak.

A Magyar Kereskedelmi

és Vendéglátóipari Múzeum muzeológusának kötete a befőzés rejtelmeibe kalauzol el bennünket. A könyvben szereplő 80 recepttel mi is könnyen válhatunk a befőzés nagymestereivé. A szerző az egyszerű, mégis a sokszínű ételgazdagságot kínálja olvasójának. Egy szép spájsz a konyha lelke, a gyönyörű képeket látva pedig a szánkban érezzük a gyümölcsök-zöldségek zamatát.

A receptek szezonálisan lefedik az elrakandókat tavasztól nyárig, a medvehagymától a déligyümölcsökig, és ráadásul még néhány nem klasszikus befőzés recept: likőr, fűszerolaj, kence és egy desszert elkészítési módját is megosztja velünk. Ahogy bevezetőjében írja: „a befőzés nagyszerű módja annak, hogy kicsalogassuk a családtagokat a konyhába – gyümölcs-magozás közben olyan jókat lehet beszélgetni –, az együtt főzött lekvár pedig úgy össze tud ragasztani két vagy több embert, mint a mogyorós puszedlit.” A könyv már megtalálható a nagyobb könyv-áruházak polcain. **B. I.**

HALLÓKÉSZÜLÉK AKCIÓ

Widex D30 hallókészülék akció április közepéig



Teljes ár:

39 990 Ft

Akár havi 4 részletre

**INGYENES
HALLÁSVIZSGÁLAT
INGYENES
PRÓBAHORDÁS**

Cím:

1042 Budapest, Árpád út 70.

Nyitva:

H,SZ,CS: 8:00-16:30, K: 8:00-18:30

P: 8:00-14:00

Telefon:

06 (1) 200 1118

Email:

ujpesthallas@levelcenter.hu

Az akció 2019. 04. 12-ig vagy a készlet erejéig érvényes. Akciós hallókészülék vásárlása kizárólag teljeskörű audiológiai vizsgálat után lehetséges, ha a halláscsökkenés megfelelően ellátható a készülékkel. A vizsgálat és illesztés a szakmai irányelvek maximális betartásával történik.

**WIDEX® HALLÓKÉSZÜLÉK
STÚDIO**

