

60/

IV. évf. 10. szám | 2016. december 12.

Búcsú a legidősebb polgárunktól

II. oldal

Egészségmegőrzés minden-kor

III. 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

- Kozmetika, fodrászat 10% kedvezmény
 - Számviteli szolgáltatás 10% kedvezmény
 - Ingyenes pénzügyi tanácsadás
- ☎ 1157 Budapest, Nyírpalota út 77.
☎ 06 20 476 6372

GÁ-LA '98 BT. (VÖRÖS GÁBOR)

- Gá-La Bútor – mindenre 10% kedvezmény
- ☎ 1157 Budapest, Erdőkerülő u. 7.
☎ 418 3954

WIKING SZÁMÍTÁSTECHNIKA KFT. (DEBRECENI DÁVID)

- Helyszíni számítógép-szerelés, -karbantartás 20% kedvezménnyel
- ☎ 1158 Budapest, Thököly u. 14. fszt. 1.
☎ 06 20 530 1966
www.nii.hu

MP DEKORÁCIÓ KFT. (MOLNÁR PÉTER)

- Papír, írószerszám, nyomtatványbolt – mindenre 10% kedvezmény
- ☎ 1152 Budapest, Rákos út 88.
☎ 06 20 420 4138
www.mpdekoracio.hu

CSALÁDI FODRÁSZAT (BUNÁSZ GÁBORNÉ)

- mindenre 10% kedvezmény
- ☎ 1157 Budapest, Nyírpalota út 33. fszt.
☎ 06 20 213 3284

GYEREKPARK KFT. (VÉGHÉ DR. FEKETE ÉVA)

- Kölyökpark: 20% kedvezmény a belépődíj teljes összegéből
- ☎ 1152 Budapest, Szentmihályi út 131.
☎ 06 70 391 1483

FLORA EURODENT 2000 BT. (BÁTHORY GYÖRGY)

- Kivehető fogpótlás, fogkölevétel, foghúzás 15% kedvezmény
- ☎ 1157 Budapest, Nyírpalota út 73.
☎ 06 30 931 7649

DUGONITS LÁSZLÓ EGYÉNI VÁLLALKOZÓ

- Cipésmester – mindenre 10% kedvezmény
- ☎ 1156 Budapest, Páskomliget utca 17.
☎ 06 30 905 1541

TA CONTROLL 7 KFT. (TAKÁCS ANDRÁS)

- Műanyag nyílászárók cseréje, javítása – 10% kedvezmény
- ☎ 1151 Budapest, Fő út 36.
☎ 06 70 600 9741 • 306 5863
tac7kft@gmail.com

VÉNUSZ ÁRUHÁZ (HOMOLYA ISTVÁNNÉ)

- mindenre 20-30% kedvezmény
- ☎ 1151 Budapest, Fő út 86.
☎ 307 9232

ILDIKÓ SZALON (ÁBRAHÁM ZOLTÁNNÉ)

- fodrászat és infrasauna 10% kedvezmény (csak bejelentkezésre)
- ☎ 1157 Budapest, Erdőkerülő utca 18.
☎ 06 20 9161 981 • 416 3242
E-mail: info@ildiko-szalon.hu
www.ildikoszalon.hu

POCSAI GYÖRGY EGYÉNI VÁLLALKOZÓ

- Szobafestő, tapétázó, mázó
 - mindenre 10%, téli időszakra 15% kedvezmény
- ☎ 1155 Budapest, Obsitos utca 3.
☎ 06 20 313 7268 • 306 5204

HELICONIA VIRÁGSZIGET (KIS TÍMEA)

- mindenre 10% kedvezmény
- ☎ 1152 Budapest, Illyés Gyula utca 12-16.
☎ 06 70 327 6932 • 709 4328
www.viragsziget.hu

KATAMÁS BT. (GÁTI TAMÁS)

- 60 év feletti kerületi lakosok számára 10% munkadíj-kedvezmény
- 70 év feletti kerületi lakosok számára 20% munkadíj-kedvezmény
- energetikai mérnöki tanácsadás 20% kedvezmény
- villanszerelés 20% kedvezmény

Az ajánlat nem vonatkozik az anyagárra.

☎ 1152 Budapest, Rákos út 91.
gatitamas52@gmail.com
☎ 06 70 944 8762

Búcsú a legidősebb polgárunktól



Eltávozott közülünk kerületünk legidősebb lakója, Almássy Gizella Anna néni, aki életének 107. évében, 2016. november 12-én hajnalban csendesen elaludt. Ez év januárjában még Hajdu László polgármesterrel együtt sokan köszöntötték Gizella nénit 106. születésnapján. Nyugodjon békében!

Gizella néni 2001 óta volt az Olajág Otthonok újjalotai intézményének lakója. Életútjáról többször beszámoltunk. Iskoláinak befejezése után írónként helyezkedett el, majd tizenhét évesen ment férjhez. Férjét 1945-ben letartóztatták, és a recski táborba küldték. Gizella nénit is kitétek állásából, majd egy vasöntőben segédmunkásként helyezkedett el.

Válása után a természetjáró szakosztály egyik túságján ismerte meg második férjét, Almássy Aladárt. A viharos történelmi időkben úgy alakult, hogy 1956 novemberében Ausztriába, onnan Amerikába mentek, ahol New Yorktól nem messze telepedtek le. A tengerentúlon a hazához

való kötődést a Transsylvania klubtagság jelentette számukra, ahol sok magyarral ismerkedtek meg. Találkoztak Spéter Erzsébettel, Szeleczky Zitával, Wass Alberttel, Gábor Zsazsával és Szörényi Évával, akivel szoros barátságot kötöttek. A mérnöként dolgozó férjével rengeteget utaztak, bebarangolták Amerika negyvenhét államát.

Gizella néniék 1978-ban Kaliforniába költöztek. Közben többször is hazalátogattak, végül 1984. július 31-én azzal a szándékkal jöttek Magyarországra, hogy vesznek maguknak egy kis házat, itt folytatják életüket. Azonban augusztus 2-án férje elhunyt egy balesetben, és Gizella néni egyedül maradt. Úgy döntött, tervüket egymaga is véghezviszi. Felszámolta életét Los Angelesben, és kérvényezte a hazatelepülését, amelyet meg is kapott.

Az otthonban sok baráttra lelt, szerette a kártyaparikát, a beszélgetéseket, ahol szívesen elevenítette fel a régi emlékeit.

(béres)

ÓVAKODJUNK AZ ÁLPOSTÁSOKTÓL!

Nem a járási és kormányhivatalok munkatársai viszik ki az Erzsébet-utalványokat, hanem a Posta szállítja ki a nyugdíjasoknak legkésőbb december 31-ig a kormány által juttatott tízezer forint értékű utalványt – írta az *MTI*. Kérjük kedves Olvasóinkat, legyenek óvatosak, és ha bárki becsönget azzal, hogy Erzsébet-utalványt hozott, csak a Posta alkalmazottjának nyissanak ajtót!



Egészségmegőrzés minden-kor

Immár hagyomány, hogy minden évben a Csoknói Kulturális és Sportközponttal együttműködve alternatív gyógy módokkal ismerkedhetnek meg a Levendula 60+ programban a nyugdíjasok. A cél annak tudatosítása, hogy sokat tehetünk egészségünk megőrzéséért a hagyományos orvoslás kiegészítőjeként.

A program november 25-én reggel meridián-tornával kezdődött, amit Mattyasovszky Péter vezetett, akivel rendszeresen találkozhatnak a lakosok az Eötvös utcai művelődési házban.

A dr. Eöry Ajándok által elterjesztett tornának már több követője és gyakorlóhelye van a kerületünkben. Az előadásokra pedig négy lábú vendégek is érkeztek dr. Juharos Ágotával, aki önkéntes munkatársaival bemutatót tartott arról, mi az

állatok szerepe a gyógyításban, hol és hogyan használható a kutyás terápia.

Ezt követően Zám Mária a testet, lelket karbantartó tánc fontosságáról beszélt, ami idősebb korban igencsak jótékony hatású. A táncból a nehezebben mozgók sem maradtak ki, ugyanis Almási Judit ülőtánc-foglalkozást is tartott, míg Pazár Kinga a harmónia megteremtésének egy egyszerű módszerével ismertette meg a hallgatóságot.

Tabi Hajnalka az ETKA-jogát népszerűsítette, aki a Klebelsberg Kunó utcai Idősek Klubjában is minden héten csütörtökön délelőtt tart foglalkozásokat. A szervezők elmondták: meditációval zárták a napot. „Csodás belső utazást tettünk a hangtálak, csengők, gongok, különleges hangszerek és Szedlacsek Katalin gyönyörű hangja segítségével.” B. I.

FOTÓK: XV MEDIA, VARGOSZ



IDŐSBARÁT VÁLLALKOZÁSOK A XV. KERÜLETBEN

A 60+ Levendula Kedvezménykártya elfogadóhelyei

FODRÁSZAT (ZILIZI TÜNDE ERZSÉBET)

- mindenre 15% kedvezmény
- ☎ 1157 Budapest, Zsókavár utca 32.
- ☎ 06 20 422 4651

KISKÓCOS BT. (JOÓDY GÉZÁNÉ)

- vágás, dauer 10-10% kedvezmény
- ☎ 1041 Budapest, Kiss János u. 17.
- ☎ 06 20 243 5035

PALOTA SECURITY KFT. (BRINGYE JÁNOS)

- Bármely megbízás esetén a munkadíjakból 10% kedvezmény
- Riasztórendszer telepítése, korszerűsítése
- Videomegfigyelő rendszer telepítése, korszerűsítése
- Szolgáltatási díjakból (diszpécser szolgálat, járőr szolgálat) 10% kedvezmény
- ☎ 1154 Budapest, Tompa Mihály u. 45.
- ☎ 306 0170
- ✉ info@palsec.hu
- 🌐 www.palsec.hu

KOZMA IBOLYA GYÓGYPEDIKŰRŐS

- Munkadíjakból 10% kedvezmény
- ☎ 1157 Budapest, Kórákspark 41. 3/7.
- ☎ 06 20 622 4210

VITA-HARMONIA (ARTHURNÉ BERINDZA IBOLYA)

- Bármely megbízás esetén a munkadíjakból 15% kedvezmény (alkalmazkodási zavarok, életvezetési nehézségek, táplálkozási zavarok, veszteségek feldolgozása, gyász, betegségek, sorselemzés)
- Előzetes időpont-egyeztetés szükséges!
- ☎ 1151 Budapest, Kovácsi Kálmán tér 13/a
- ☎ 06 20 347 8203 • 306 5581

RU-CI SZERVIZ KFT. (BOGNÁR JÓZSEF)

- 10% kedvezmény cipőjavításra, ruhajavításra és bőrdíszmű javítására
- ☎ 1153 Budapest, Deák u. 6.
- ☎ 06 20 206 3355

SZÉPSÉGSZALON „REMYVERA” BT. (BÁTOR MIHÁLY)

- Mindenre 20% kedvezmény
- ☎ 1152 Budapest, Szentmihályi út 131.
- ☎ 06 70 280 4955

„GYÓGYÍTÓ LÉPÉSEK” (GÖDE ARNOLDNÉ)

- Minden szolgáltatásra 10% kedvezmény
- ☎ 1154 Budapest, Wesselényi u. 4.
- ☎ 30 330 9111

SZAKIKA BT. (KIKÁ KOZMETIKA) (SZAKÁL KRISZTINA)

- Mindenre 10% kedvezmény
- ☎ 1154 Budapest, Bercsényi Miklós u. 61.
- ☎ 06 20 595 4209

ILDI KOZMETIKA (SZÚCS ILDIKÓ)

- Mindenre 10% kedvezmény
- ☎ 1154 Budapest, Wesselényi u. 84.
- ☎ 06 20 550 7259

ÚJPALOTA PATIKA BT. (DR. DEDINSZKY CSABÁNÉ)

- 5% kedvezmény a gyógyszerárban kapható összes egyéb termékre (gyógyszerekre nem)
- ☎ 1157 Budapest, Zsókavár u. 43.
- ☎ Tel.: +36 1 417 4937

FESTÉKTÁR KFT. (BARI JÓZSEF ATTILA EGYÉNI VÁLLALKOZÓ)

- festék és vegyiárú – mindenre 5% kedvezmény
- ☎ 1151 Budapest, Fő út 25.
- ☎ 06 20 371 2971

GYŰMÖLCS PATIKA (ZÖLDSÉGBOLT)

- a tojás kivételével minden termékre 10% kedvezményt ad
- ☎ 1151 Budapest Fő u. 80.
- ☎ 06 70 942 3044

Idősbarát vállalkozás – Legyünk együtt sikerebbek!

Tisztelt Vállalkozók!

Csatlakozzanak önök is az Idősbarát Vállalkozói Programhoz! Várjuk azoknak a XV. kerületben működő vállalkozóknak, kereskedőknek, cégeknek és üzleteknek a jelentkezését, amelyek fontosnak tartják, hogy felajánlott kedvezményeik biztosításával növeljék ismertségüket, kapcsolatrendszerüket és forgalmukat. További tájékoztatás hivatali időben az alábbi telefonszámon: 305 3251, 305 3185



Nyolc első helyezett lett az idősek klubjainak hidegtálversenyén a Levendula 60+ program keretében szervezett megmérettetésen, amit a Csokonai Művelődési Házban tartottak december 8-án. Tavaly a sütemények királynői versenyeztek édességremekeikkel az elsőségért az ünnepek előtt.



FOTÓK: XY MÉDIA, NAGY BOTOND



Jobbágy Mária mentálhigiénikus, a Levendula 60+ program koordinátora

