

# 60 /

Idén sem felejtünk!

II. oldal

Innováció az idősgondozásban

III. oldal

Az ÉLETképek magazin melléklete – nem csak szépkorúaknak



ARCHÍV FOTÓ: XV MÉDIA, NAGY BOTOND

# Idén sem felejtünk!



**Az Alzheimer Café Újpalota január 25-én tartja az idei év első programját, majd február 22-én tartják a következő rendezvényt. Évindítóként a hozzátartozók érzelmi igényeit járják körbe szakember segítségével – írják a kerületi eszixv.hu honlapon.**

A fórumon január 25-én *Segítség! Nem bírom!* címmel a hozzátartozók érzelmi szükségleteit veszik górcső alá. Az Alzheimer-kórral és egyéb demenciával élő betegeknél ugyanis jelentős viselkedésbeli változások következnek be, melyre a környezetük nincs felkészülve. Az érintett új szokásaival, viselkedésével különböző érzelmeket – zavart, meghökkenést, bosszúságot, kétségbeesést, lelkiismeret-furdalást – vált ki, melyek kezelése, elfogadása nehézséget jelent a sze-

rettei, gondozói számára. Mit tehetünk? Ezekre a kérdésekre keresik a választ dr. Pék Győző egyetemi docens iránymutatásával.

Ezt követően február 22-én dr. Égerházi Anikó egyetemi docens ismereti majd az új módszert a demencia felismerésére. Az Alzheimer-kór az idősödők betegsége, amelyet meggyógyítani nem, csak kezelni lehet. Fontos, hogy a betegre a család-



tagok kellő figyelmet fordítsanak, mert mentális állapotát szerettei törődése kedvezően befolyásolja. Az Alzheimer Café elnevezésű hozzátartozói fórum a feledékenységben szenvedőknek és gondozóiknak nyújt segítséget, melyet 1997-ben Hollandiában hozta létre Bère Miesen

pszichiáter ötlete alapján. Magyarországon dr. Menyhárt Miklós nevéhez fűződik a mozgalom elindítása, aki Győrben alakította meg az első kávéházat. Újpalotán 2016-ban indult a kezdeményezés, havonta egy alkalommal, csütörtöki napokon délután 5-től 7 óráig a Pajtás Étteremben (Zsókavár utca 24–26.) ta-

lálkozhatnak szakemberek és hozzátartozók. A kötetlen beszélgetések alkalmával az érdeklődőknek lehetőségük van egymással megosztani gondolataikat, kicserélni tapasztalataikat, beszélni az elakadásokról, a nehézségekről. A rendezvény nyitott, bármikor lehet csatlakozni.

(bi)

## Felhívás díszoklevél-kérelmek benyújtására

A XV. kerületi önkormányzat felhívja azon XV. kerületben élő vagy a kerületben legalább 30 évet tanító pedagógusok figyelmét, akik 50, 60, 65, illetve 70 éve szerezték meg diplomájukat, hogy kérelmüket 2018. február 15-ig nyújtsák be a Polgármesteri Kabinet Társadalmi Kapcsolatok Csoportjához.

(1153 Budapest, Bocskai u. 1–3. A épület, 111-es szoba)

A beérkezett kérelmeket elbírálás végett továbbítjuk a jogutód felsőoktatási intézményeknek. Kérjük, hogy a kérelemhez csatolják:

- a diplomamásolatot,
- a szakmai önéletrajzot,
- a munkakönyv másolatát,
- a legalább 30 éves pályán eltöltött munkaviszony igazolását,
- az éves öregségi nyugdíj megállapításáról szóló dokumentumot,
- az esetleges korábbi díszoklevél másolatát,
- valamint a kérelemben tüntesse fel a pontos lakcímét és telefonszámát.

A díszoklevelek átadására a kerületi pedagógusnapon kerül sor, június 1-én pénteken a Hubay Jenő Zeneiskolában.

Érdeklődni a 06 1 305 3132-es telefonszámon lehet Andula Zsuzsanna rendezvényszervezőnél.

## Felhívás „Aranylakodalomra”

Kedves Kerületi Lakosok!

Tisztelettel várjuk azon házaspárok jelentkezését, akik az idei évben töltik 50. házassági évfordulójukat, és ezt szeretnék velünk közösen ünnepelni, házassági fogadalmukat jelképesen megújítani.

Az esemény tervezett időpontja: 2018. március 22. (csütörtök) 15.00 óra

Jelentkezési határidő: 2018. március 01. csütörtök

Kérem, ügyfélfogadási időben jelentkezzenek a XV. Kerületi Önkormányzat Polgármesteri Kabinetén, Andula Zsuzsanna vagy Bányász Gergő rendezvényszervezőnél.

(1153 Budapest, Bocskai u. 1–3. „A” épület, I. emelet 111. szoba. Telefon: 06 1 305 3132,

e-mail: [andula.zsuzsanna@bpxv.hu](mailto:andula.zsuzsanna@bpxv.hu) vagy [banyasz.gergo@bpxv.hu](mailto:banyasz.gergo@bpxv.hu)

A jelentkezéshez szükséges dokumentumok: személyi igazolvány, házassági anyakönyvi kivonat, valamint az együtt töltött 50 év rövid, legfeljebb egyoldalas bemutatása.

Az ünnepség valamennyi résztvevő számára ingyenes!

Jelentkezésüket szeretettel várjuk!

Hajdu László polgármester

# Innováció az idősgondozásban



**Az idősök számának világméretű növekedése számos kihívás elé állítja az idősgondozásban tevékenykedő szakembereket. Egyre többen élnek meg a magas életkort, mely számos egészségügyi, pszichológiai, szociológiai és gazdasági kérdést vet fel. A szociális szférában dolgozók folyamatosan keresik az innovatív megoldásokat.**

Az önkormányzati területi gondozás új egységvezetője, Katonáné Jordáki Ildikó arról tájékoztatta lapunkat, hogy ezúttal önkénteseket keresnek az otthonukban élő emberek támogatására, valamint a szociális étkezést is szeretnék felendíteni.

## Önkéntesség

A kerületünkben elindított Levendula 60+ program célja az aktív nyugdíjasok bevonása különböző helyi programokba. Az Egyesített Szociális Intézmény Területi Gondozása olyan terület, ahol égető

szükség mutatkozik önkéntes civilekre, akik a szakemberek munkáját segítik az idősellátásban. Az egységvezető kiemelte, olyan nyugdíjas jelentkezőket várnak, akik szívesen vállalnának például felolvasást, közös programszervezést, sétát, szabadidő-eltöltést vagy épp kísérést, megkönnyítve ezzel embertársaik mindennapjait. Az önkénteseket mentorok koordinálják, előképzettség nem szükséges, azonban egy felkészítő tréninget el kell végezniük az érdeklődőknek, melyről tanúsítványt kapnak. Bővebb információ és jelentkezés személyesen Időseket Segítő Szolgálat, Arany János utca 51. szám, telefonon a 307 6326-os számon Balázs Brigitta koordinátornál.

## Szociális étkezés

Katonáné Jordáki Ildikó a szociális étkezésre is kitért, szeretnének minél több helyi nyugdíjast arra buzdítani, hogy vegyék igénybe a Terü-



Katonáné Jordáki Ildikó

leti Gondozás étkezésszolgáltatását. Elmondta, az étkezés a hét minden napjára igényelhető, a lakosság szükségleteinek megfelelően a lakóhelyéhez legközelebb eső Időseket Segítő Szolgálatnál (Rákospalotán az Arany János utca 51., Pestújhelyen a Klebelsberg Kunó utca 20/A, Újpalotán a Kontyfa utca 3. szám alatt). Az ételt helyben is meg lehet enni, de elvitelt és kiszállítást is lehet igényelni.

## Pajtás Étterem

Az Újpalotán élők a Pajtás Étteremből vihetik el az ételt vagy fogyasztatják helyben. Az igénylők kétféle menüből választhatnak egy hónapra előre. Külön menüt kínálnak az epebetegeknek és cukorbetegeknek, melyet dietetikus állít össze.

Minden évben a képviselő-testü-

Katonáné Jordáki Ildikó lokálpatrióta, 2016-ben került a helyi szociális szférába, tavaly vette át a Területi Gondozás irányítását. Sokáig az egészségügyben tevékenykedett, majd tanulmányait kibővítve a szociális ágazatban kamatoztatta tudását. Munkájával arra törekszik, hogy minden XV. kerületi idős rászoruló hozzájuthasson a számára szükséges szolgáltatáshoz, ami a mindennapjait megkönnyítheti. A Területi Gondozásban továbbra is a minőségi szolgáltatást, örömteli, gördülékeny munkamórált szeretné szorgalmazni.

let határozza meg a térítési díj mértékét, melyet az önkormányzat helyi rendelete szabályoz az egyén jövedelme alapján.

(BI)

## MEGOSSZABBÍTOTT HALLÓKÉSZÜLÉK AKCIÓ!

Widex D30 hallókészülék akció február végéig!

**INGYENES HALLÁSVIZSGÁLAT**  
Teljes kivizsgálás  
Professzionális ellátás



Teljes ár:  
**39990 Ft**

Akár 4 havi részletre

Cím: 1042 Budapest,  
Árpád út 70.  
/Újpesti Áruház, Árpád úti oldal/  
Telefon: +36 1 200 1118  
email: ujpesthallas@levelcenter.hu

**WIDEX**® HALLÓKÉSZÜLÉK  
STÚDIÓ

Az akció február 28-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.

Az Add a kezdet bűnmegelőzési program keretében január 15-én Az áldozattá válás megelőzése – besurranó tolvajok, trükkös lopások címmel tartott előadást Danielisz Béla c. főiskolai docens és Sikó Ildikó nyugalmazott rendőr ezredes. Ezt követően a két előadó február 15-én délután 1 órától az Időseket Segítő Szolgálatban (Klebelsberg utca 20/A) A település biztonsága, környezetünk biztonsága – hogyan óvhatjuk egészségünket és környezetünket? címmel, majd március 7-én délelőtt 11 órakor az Időseket Segítő Szolgálatban (Arany János utca 51.) Az áldozattá válás megelőzése – közterületi rendtelenségek címmel tart előadást.

## ÜZLETI APRÓ

## AJTÓ, ABLAK

**Ablakjavítás, www.ajtoablak-doktor.hu** 24 éve vállalom kedvező árakon ablakok, ajtók javítását, illesztését, záruk cseréjét, festését, hőszigetelő üvegezését, szigetelését garanciával. Felmérés díjtalan! Horvát Ákos, telefon: 06 70 550 0269

## ÜVEGEZÉS

**ÜVEGES! Ablak, ajtó, erkély, kirkakat üvegezése.** Hőszigetelő üvegek, zuhanykabinok beépítése. Régi keretek átalakítása hőszigetelő üveg befogadására. Gyorsan, tisztán, pontosan! Biztosításra is! Nagy Miklós, telefon: +36 20 9777 150

## FESTMÉNYEK

**19–20. századi magyar és külföldi művészek festményeit** keressük megvételre készpénzért gyűjtők, befektetők részére. Nemes Galéria 1024 Budapest, Szilágyi Erzsébet fasor 3. Tel.: 302 8696, mobil: 06 30 949 2900, Email: [nemes.gyula@nemesgaleria.hu](mailto:nemes.gyula@nemesgaleria.hu)

## PEDIKŪR

**Pedikűrös délután és hétfőn,** szalonban és háznál is, időpont-egyeztetés: 06 31 311 5939

## HIRDETÉSFELVÉTEL

1153 Budapest,  
Bocskai utca 1–3.

E-mail:  
[hirdetes@xvmedia.hu](mailto:hirdetes@xvmedia.hu)

## LAKOSSÁGI HIRDETÉSEK

## INGATLAN

**Eladó: Újpalotai piacnál** 2+1 szoba hálós, 2 erkélyes, 68 nm-es, körpanorámás öröklakás. Felújított ablakok, ajtó, radiátorok, járólappok, nagy konyha. Ár 21,2 millió Ft. Ingatlanosok ne hívjanak!!! Tel.: 06 20 258 1912 v. 06 1 707 8298

**A XV. ker.-ben eladó** saroktelken lévő, 75 nm-es felújítandó családi ház, vállalkozásra is alkalmas. Budapesti, illetve vidéki cseremegoldás is érdekel. Tel.: 06 20 497 3086

**Adok XV. kerületben felújításra** szoruló tetőteres családi házat hozzáépítési lehetőséggel + 120 n-öl telekkel. Kérek panellakást 1+2 félszobásat, tehermenteset + 6,5 millió forintot. Tel.: 06 1 308 1413

**Eladó sürgősséggel,** betegség miatt, egy szarvasgedei családi ház. Nógrád megye, Pesttől 67 km, nyaralónak is jó. 3 szoba, tágas, jó állapotú. Terasz, nagy kert, udvar, garázs is van. Azonnal költözhető, bútorozottan. Tehermentes. Irányár: 6,8 millió Ft. Tel.: 06 70 392 5858

**Eladó: Újpesti piacnál** 23 nm-es szoba, konyha, fürdőszoba, fszt.-i, galériázható, átlagos állapotú öröklakás, régi emeletes házban. Gázkonvektor, bojler, vízóra van. Ár 11,3 millió Ft. Tel.: 06 20 258 1912 v. 06 1 707 8298. Ingatlanosok ne hívjanak!!!

**Keresünk a XV. kerületben** telket 360 nm/ esetleg bontandó házzal 10 millió körül, vagy tökéletes szerkezetű, de tatarozandó házat 25 millió Ft körül. Tel.: 06 20 377 7904

## LAKHATÁS

**Külön bejáratú, bútorozott** albérlési szobát keres vagy házrész, kisebb lakást bérelne megbízható, nemdohányzó, állásban lévő nő. Tel.: 06 30 310 3263

## ADOK-VESEK

**Eladó: Pierre Cardin márkájú,** jó állapotú, többfunkciós gyermekocsi tartozékokkal. Tel.: 06 20 967 8196

**Eladó: 1 db Zepter gyártmányú** kézi nyeles masszírozó, tölthető. Ár 20 E Ft. Tel.: 06 70 905 9066

**Eladó: 1 db szenes vasaló** 10 E Ft, 1 db rozsdamentes egy-medencés mosogatótál szifonnal 6500 Ft. Tel.: 06 30 927 6359

**Eladó: Alig használt erős,** masszív kiságy pelenkázórésszel. Fából és nem fából készült vonatok, játékok, plüssjátékok hiány miatt. Tel.: 06 20 457 9140 mindennap délután 14 órától.

**Eladó: LEG Magic alakformáló** újszerű 5 E Ft, valamint fémváz kempingágy, szintén újszerű 6 E Ft. Tel.: 06 1 306 5331 v. 06 30 356 6590

**Eladó: masszív tetőcsomagartó** Ladára is. Vas gyertyatartók, 1-es mosogató + csöpögtetővel, szagelszívó, madárkalitka. Nissan dísztarcsák. Tel.: 07 70 537 8880

## MUNKA

**Internethez beállítót,** internetre hirdetést feltevőt keresek. Tel.: 06 20 527 6855, 06 70 532 6370

## SZOLGÁLTATÁS

**Okleveles gyógymasszőr,** gyógytornász a XV. kerületben otthonában kezeléseket vállal. Alkalmoszerű frissítőmasszázs, gyógytorna, kúraszerűen gyógymasszázs, nyirokmasszázs, betegség utáni gyógytorna. Tel.: 06 20 257 9590

**Középkorú nő idős ember** gondozását, bevásárlást, ügyintéztést vállalna – eltartást, lakásért. Tel.: 06 20 967 8196

## Friss nyugdíjas, felnőtt

szakápoló vagyok. 40 évet dolgoztam fekvőbeteg-osztályokon. XV. kerületben lakom, az otthonomhoz közel válllok otthoni ápolást, idősgondozást, házi segítségnyújtást részmunkaidőben. Tel.: 06 1 418 7459 v. 06 70 283 6788

## TÁRSKERESÉS

**Társat keresek: XV. kerületben** lakom, 66 éves, 170 cm, 85 kg, 70 év alatti, káros szenvedélytől mentes urak hívjanak. Tel.: 06 70 905 9066 reggel 9 és este 20 óra között.

**Özvegy tanárnő vagyok,** 74 éves, szeretnék egy kedves, intelligens, megbízható urat találni, akivel még szebb az élet. Tel.: 06 20 377 7904

**A kerületben lakó, 176 cm,** 75 kg, 52 éves független férfi keresi párját komoly kapcsolatra. Tel.: 06 70 356 2236

**Életjáradékot fizet idős** személynek ingatlanáért cserébe, vagy eltartási szerződést köt megbízható, középkorú házaspár. Tel.: 06 30 789 6018

**A kerületi lakosok számára – szolgáltatások kivételével**

**– legfeljebb 20 szóig ingyenes megjelenést biztosítunk.**

**A hirdetések az adott**

**terjedelmi lehetőségek**

**figyelembevételével, a beérkezés sorrendjében közöljük.**

**A hirdetések tartalmáért**

**a szerkesztőség nem vállal**

**felelősséget.**