

Újbudán bővít a TATA



Tornával indult a Föld Napja a Bikásban



Újbuda minden 60+ lakosa lehet egészséges és aktív



Okos ovis
gyalogosok



Újbuda Veled Zöldül!

**Elindult Újbuda legújabb
környezetvédelmi programja,
amelynek az a célja, hogy idén
november 11-éig összesen 1111
fát ültessenek a kerületben.
A program egyedülálló Buda-
pesten.**

Újbuda Önkormányzata április 22-én városrészszőlődíó akcióval ünnepelte meg a Föld Napját, így hívták fel a figyelmet a környezettudatos gondolkodásra, a közösségi zöld területek bővítésének megővásának fontosságára. Idén a Föld Napján a kerület több pontján telepítettek facsemetéket, először a Károli Gáspár téri

játszóterén, ahol a helyi önkormányzati képviselők, valamint *Simicskó István* országgyűlési képviselő közösen ültették el az első hat hársfát. A projekt szlogenje az Újbuda Veled Zöldül!, ezzel a következő hónapokban sokszor és sok helyen lehet majd találkozni a kerületben.

(Folytatás a 3. oldalon)

(Folytatás a 3. oldalon)



Perceken múlt a döntőbe jutás

Parádés küzdelmet láthatott a közönség a férfi vízilabda ob I elődöntőjének harmadik mérkőzésén április 22-én, ahol csak az utolsó percekben tudott fordítani a Szolnok az OSC ellen

Az összecsapás előtt az volt a kérdés, ki lesz az Eger ellenfele a finálében. Az OSC-Újbuda kezdte jobban a Szolnok elleni kikiéccset, és az első negyed 3–2-re megnyerte. A folytatás is nagy küzdelmet hozott, az utolsó negyedig a vendég fővárosiak vezettek, több találattal is. Végül egygólos előnnyel (7–6) kezdtek a negyedik játékrészt. Hat perccel a vége előtt *Younger* egyenlített, majd *Gór-Nagy* révén ismét az OSC vezetett (7–8). Itt aztán a Szolnok minden tartalék erejét mozgósította, és zsinórban három gólt szerzett; a dudaszó előtt másfél perccel módosította a Tisza-parti *Vámos* 10–8-ra az állást. Az OSC rendkívüli erejét bizonyítja, hogy még így is majdnem döntetlenre mentette a meccset. *Zalánki Geraő* szépített forból, majd egy jó véde-



kezés után villámtámadással vágott vissza az OSC. Egyedül a 70 százalékos hatékonysággal védő Kardos Gergely tudott időben reagálni: kiűtötte Salamon lövését, és nem lett meg az egyenlítő gól. Így végül a címvédő mérkőzhet ismét az Egerrel a finálében. Tóth László, az OSC vezetőedzője a mérkőzés után büszkén nyilatkozott mind a tizennégy játékosáról, szerinte néhány apróságon múlt a mérkőzés. Hasonló érzésekről számolt be Gór-Nagy Miklós, akiben még élénken élt a BVSC ellen idegenben veszített mérkőzés hangulata, amikor is az edzőváltás után a papírfорма szerint jóval gyengébb ellenféllel szemben maradtak alul. Ezúttal csupán egy Kardos-védés döntött a Szolnok javára a végjátékban, ami azt jelenti, hogy óriási utat tett meg a csapat. Véleménye szerint igazi élmény volt a mérkőzés a játékosoknak, még akkor is, ha most az került a sportalmanachba, hogy a harmadik helyért kell küzdeniük. A teljesítményük erőit a folytatáshoz: megmutatkozott, hogy akarással, egymásért küzdéssel igenis képesek lehetnek nagy eredményekre. (H. L.)

 (H, L) 

Újbudán bővít a TATA



Ünnepélyes eseményen adták át az indiai TATA vállalatcsoporthoz tartozó TATA Consultancy Services (TCS) szoftverfejlesztő cég irodaházát az újbudai bázison. Ez egyúttal azt jelenti, hogy a vállalat 500 fővel bővíti szakembergárdáját a XI. kerületi „zöld” irodában.

A helyi telephellyel rendelkező TATA Consultancy Services szoftverfejlesztő és szolgáltató vállalati kapacitása 500 fővel, irodaterülete pedig 5000 négyzetméternyi felülettel bővül. *Hoffmann Tamás* polgármester elmondta, az Újbudán található egyetemi városrész, illetve az Infopark cégeinek jelenléte már eddig is folyamatos támogatást biztosított a K+F+I magyarországi szegmensének. Hozzátette: a szoftverfejlesztés területén hazánk folyamatosan fokozza tekintélyét, a TCS a jó szoftverexport-pozíció védelme érdekében erősíti itteni védő-

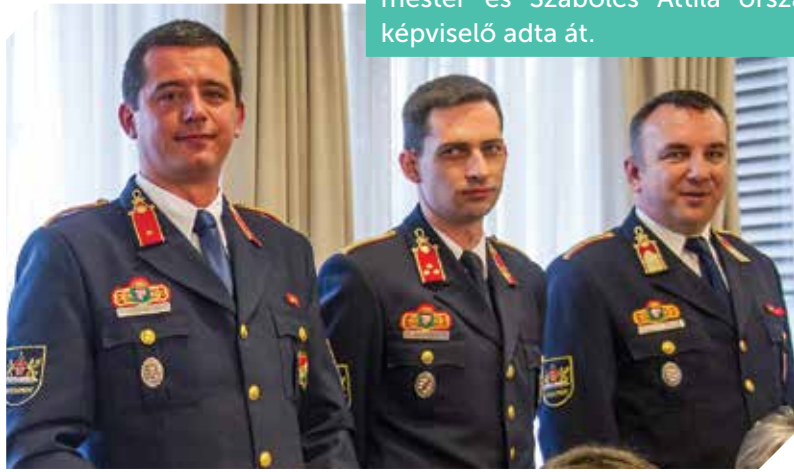
bástyáját. A növekedés olyan tudásbázisra épül, amelynek egyik pillére az egyetemekről érkező gyakornoki munka. A kerület üzleti életére pezsdítően hat a mostani terjeszkedés, amely egyúttal példaértékű lehet más nemzetközileg elismert vállalatoknak, melyeknek Újbuda méltó környezetet kínál.

– A keleti nyitás stratégiaiának újabb sikere a TATA budapesti kapacitásbővítése – mondta az irodaavató alkalmából a külgazdasági és külügyminiszter. *Szijjártó Péter* hozzátette, a TCS India legnagyobb IT vállalata, magyarországi központjában 1800 magasan képzett közgazdász, informatikus és fejlesztő dolgozik. A TCS humán erőforrás-tevékenysége példaértékű, hiszen az alkalmazottak több mint fele nő, 10 százalékuk pedig egyetemi hallgató. Az új irodával inspiratív környezetet alakítanak ki a munkavállalóknak, hogy a legjobban tudják hasznosítani tudásukat.

(T. K.)

Emelkedett a támogatások jogosultsági köre

A törvényi előírás szerint a helyhatóságoknak legkésőbb 2018. december 31-éig új kerületi építési szabályzatokat kell készíteniük. Az első ütemben, hosszas előkészítés és sokrétű egyeztetés után elkészült a Ferencváros-Kelenföld vasútvonal–Budaörsi út–Kőérberki út–Egér út–Andor utca–Galvani út–Duna folyam által határolt terület kerületi építési szabályzata. A csaknem 770 hektáros zóna Újbuda területének közel egynegyedét fedi le, itt található a kerület városfejlesztési szempontból talán legjelentősebb részei, valamint a Kelenföldi pályaudvar.



Újbuda Önkormányzata a járművel várakozás rendjéről és díjáról szóló rendeletében szabályozta a Vincellér utcában telepített elektromos autótöltő-állomás használatának feltételeit. E szerint a töltőál-



A képviselő-testület április 27-i ülése az „Újbuda közbiztonságáért” címek átadásával kezdődött. Az elismerést ez évben Szalka Enikő rendőr alezredes, valamint Szabó Rafael (képünkön) tűzoltó hadnagy kapta. Az okleveleket Hoffmann Tamás polgármester és Szabolcs Attila országgyűlési képviselő adta át.

kívüli támogatás, valamint a temetési támogatás jogosultsági jövedelemhatára. A rendszeres támogatások fontos feltétele, hogy a kérelmező nem rendelkezhet egy meghatározott értéket meghaladó vagyonnal. A javaslat e tekintetben is eny-

hőzzájárással lehet felvételt nyerni. Az előterjesztő, Molnár László alpolgármester azt javasolta, hogy legyen lehetőség az összeg csökkentésére vagy elengedésére. Az egyedi elbírálás szerinti méltányosságról első fokon a Szociális és Egészségügyi Bizottság dönt.

A jogszabályváltozások és a tapasztalatok miatt szükségessé vált, hogy a 2009-ben elfogadott és 2015-ben módosított, a fás szárú növények védelméről szóló önkormányzati rendeletet újraalkossák. Erről következő lapszámunkban olvashatnak részletesebben.

(V. L.)

» EGÉSZSÉGROVAT

Tudta-e Ön, hogy...

...a szervezetben az inzulin mennyisége szigorúan szabályozott. Kóros állapotokban az inzulin mennyisége megnő, a sejtek válaszkészsége csökken, vagyis inzulinrezisztencia alakul ki. Ezt a rezisztenciát a szervezet még több inzulin termelésével igyekszik áttérni, de ezzel csak a rezisztencia fokozódik, ördögi kört alakítva ki. Az inzulin termelését nem tudja a hasnyálmirigy végtelen mértékben folytatni, előbb-utóbb kimerül az inzulintermelés, a vércukorszint tartósan, kórosan megemelkedik és cukorbetegség alakul ki.

– Az inzulin fokozza az izom-, és a zsírszövet glukózfelvételét, a májban és az izomban a cukorraktárak felépülését (glikogén formájában), a zsírsavszintézist és gátolja a zsír lebontást – hangsúlyozza *dr. Koppány Viktória*, a Budai Magánorvosi Centrum endokrinológusa. – Az inzulin a petefészekben fokozza az androgéntermelést (férfihormon, túlsúlyt okoz) és a rendes peteérési folyamat megáll, ciszták alakulnak ki. A magas inzulin szint tehát hozzájárul a PCOS kialakulásához – figyelmeztet a szakorvos. – Ha a fenti folyamatok a sejtek inzulinra adott csökkent vagy elmaradt válasza, azaz az inzulinrezisztencia miatt sérülnek, számos panasz, tünet, végső soron cukorbetegség is kialakulhat. Az inzulinrezisztencia gyanúját felkeltő tünetek között sok olyan található, amely alacsony vércukorszint vagy a gátolt zsírbontás következménye. Ilyenek például: étkezések

után rövid idővel ismét éhség, főleg cukorra, remegés, az éhezéssel rossz tolerálása, fáradékonyság, fokozott izzadás éjszaka vagy hajnalban is, szájszárazság, gyengeség, a menstruációs ciklus felborulása, teherbeesési nehezítettség, vetélés, memóriazavar, koncentrációs nehézség, valamint megfelelő diéta és mozgás mellett is elmaradó fogyás, sőt, inkább hízás – mondja *dr. Koppány Viktória*. – Kivizsgálása vércukorterheléssel történik, mely során cukoroldat megívását követően meghatározott időközönként levett vérből a vér cukor- és inzulinszintjét egyidőben megméri. Ezen értékek összehasonlítása, kiemlése mind cukorbetegségre, mind inzulinrezisztenciára választ ad. A kezelés 3 fő pilléren nyugszik: diéta (naponta legalább ötször étkezni, kb. 2,5–3 óránként, az egyes étkezésekkor meghatározott mennyiségű és minőségű szénhidrátot kell fogyasztani. A második a testmozgás, a sport legalább heti 3 alkalommal fél órát ajánlott mozogni. A harmadik, ha szükséges, a gyógyszeres kezelés, a metformin hatóanyagú készítmény a leggyakrabban választott. Látható, hogy a sok bajt, problémát, panaszt okozó inzulinrezisztencia felismerhető, kivizsgálható és kezelhető, megelőzve ezzel számos egyéb betegséget. Éppen ezért, amennyiben észleli a fenti tüneteket, mihamarabb forduljon szakorvoshoz!



Az Egészségrovatot a



BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM támogatta.

Magánorvosi Centrumunkban elegáns környezetben várjuk pácienseinket, akik magas színvonalú egészségügyi ellátásban részesülnek szakembereink segítségével.

- KARDIOLÓGIA SZŰRÉSI CSOMAGOK
- ÜZEMORVOSI ELLÁTÁS
- ULTRAHANGOS VIZSGÁLATOK
- DIABETOLÓGIA, ENDOKRINOLÓGIA
- BŐRGYÓGYÁSZAT, ALLERGOLÓGIA
- NŐGYÓGYÁSZAT, UROLÓGIA
- LABORATORIUMI VIZSGÁLATOK
- MENEDZSERSZŰRÉS
- BELGYÓGYÁSZAT, GASTROENTEROLÓGIA
- PSZICHOLÓGIA, PSZICHIÁTRIA
- GYERMEKGYÓGYÁSZAT
- REUMATOLÓGIA
- NEUROLÓGIA
- ORTOPÉDIA

Budai Öltözőpont, egy pont az egészségéért!!
1117 Budapest, Fehérvári út 82. Bejárat a Bánát utca felől.
Tel.: 06-1-794-3980, 06-20-356-4353; Fax: 06-1-794-3980
info@budaioltokpont.hu · www.budaimaganrendelo.hu

VÁRJUK ÖNT IS MAGÁNORVOSI CENTRUMUNKBAN!

BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM

Fővárosi elismerés a Rendőrség Napján

Nagy Istvánt, Újbuda Önkormányzatának közbiztonsági referensét Budapest Közbiztonságáért díjjal jutalmazták, amelyet április 21-én, a Rendőrség Napja alkalmából vehetett át. A kitüntetés olyan személynek adható, aki hosszú ideje kiemagasló munkát végez a közbiztonság javítása érdekében.



Nem csak ügynöklisták vannak a mágnesszalagokon

Az újbudai Ifjúsági Kereszténydemokrata Szövetség (IKSZ) vendége volt Máthé Áron, a Nemzeti Emlékezet Bizottsága (NEB) elnökhelyettese. A történész, szociológus a mágnesszalagokkal kapcsolatos kutatásokról beszélt.



Befejezte az állambiztonsági mágnesszalagok vizsgálatát, és javasolta azok titkosításának feloldását a NEB, valamint a Nemzetbiztonsági Szolgálatok Történeti Levéltára. Ezzel összefüggésben a bizottság elnökhelyettese, *Máthé Áron* tartott előadást a KDNP újbudai irodájában, az

IKSZ helyi csoportjának szervezésében. Kiderült, hogy bár a mágnesszalagokon található

lambiztonsági szervek milyen rendszer szerint milyen adatokat rögzítettek, ám a részletes történeti kiértékelés még hátra van. – Nem mindegy, hogy valaki beszerzett ügynöklistát, annak kapcsolataként vagy egy tervezett szervezés célpontjaként került a névsorba, és az sem mindegy,

hogy a beszerzés után milyen tevékenységet végzett – mondta *Máthé Áron*.

A NEB szerint ezekkel az adatokkal hasonlóan kellene eljárni, mint a papíralapú rekordokkal, amelyek évek óta hozzáférhetőek tudományos kutatási célokra, illetve érintettség vélelme esetén magán betekintésre is.

(B. Gy.)

Újbuda Veled Zöldül!

(Folytatás 1. oldalról)
– Követendő példa minden olyan kezdeményezés, amely révén olyan területeket is beültetünk fákkal ahol kisebb vagy gyér a zöld növényzet. Ezzel újra tehetünk valamit környezetünk érdekében – fogalmazott *Simicskó István* honvédelmi miniszter, aki maga is ásót ragadott, hogy elültessen egy facsemetét. Újbuda országgyűlési képviselője felhívta a figyelmet arra is, hogy a fásítás eredményét elsősorban unokáink fogják élvezni, de ezzel tartozunk az utókornak és a környezetnek is.



– A fák természeti kincseink, nekik köszönhetjük az oxigéndús, tiszta levegőt, a hűsítő árnyékot a tűző nyári napsütésben és az élhetőbb környezetet rohanó mindennapjainkban. Mi ezzel az akcióval igyekszünk kifejezni hálán-

kat a Földnek természeti kincseiért – hangsúlyozta a miniszter.
A csemeték mellé táblákat is kihelyeztek, rajtuk a fa sorszámaival, illetve néhány érdekes és hasznos információval a növényekről. A tervek szerint pár hónapon belül az önkormányzat pályázatot is indít arra, hogy a lakosok örökbe fogadják a csemetéket.
Az egész fővárosban egyedinek számít, hogy ilyen rövid idő alatt ilyen nagy mennyiségű facsemetét ültet az önkormányzat. Ezért a kerület célja, hogy a programba bevonja az

oktatási-nevelési intézményeket és a lakosságot is. Rájuk a gondozásban is nagy hangsúly kerül, így teljeseedik be az Újbuda Veled Zöldül! szlogen valódi mondanivalója.

(T.K)

HÍRKÉP



A FŐTÁV Zrt. a Föld Napja alkalmából fákat adományozott a kerületnek, amelyek április 27-én kerültek a helyükre, a Tétényi út és a Tétényi köz sarkánál található parkban. A 12 fa ültetésében Hoffmann Tamás polgármester is részt vett, aki példaértékűnek nevezte a cég gesztusát. A Szentimrevárosi Egyesület jóvoltából egy újabb fa szépit tovább Újbudát a Balogh lejtőn. A fát Maróti Ervin Arnold, a Gulagot is megjárt lelkes tisztelére telepítették.



Nem lehet elég korán elkezdeni



Tavaszi Ovi Olimpiát rendezett az Újbuda Sportjáért Nonprofit Kft. a Gabányi László Sportcsarnokban április 20-án. 12 intézményből érkeztek gyermekek, hogy játékos sorversenyeken vetélkedjenek egymással.

A rendezvény legfőbb célja, hogy a közösen megélt élmények hatására a mozgás szeretete a kicsik életének részévé váljon. Az Ovi Olimpia kifejezetten a négy-hat éves korosztály igényeihez igazodva a mozgáskoordináció fejlesztését állítja középpontba. Változatos, színes sportszerek segítségével javítja a finommotoros képességeket, olyan játékos feladatokon keresztül, mint a nyuszigrás, a babzsákkal egyensúlyozás, vagy a különböző ügyességi labdajátékok.

– Rajtunk, szülőkön múlik, mennyi mozgási lehetőséget teremtünk gyermekeinknek, milyen példát mutatunk nekik – hangsúlyozta *Simicskó István* honvédelmi miniszter, Újbuda országgyűlési képviselője aki úgy látja, a sport iránti elköteleződés a mozgás iránti vágyból, az önfeledt, szórakoztató játékokból táplál-

kozik. Már óvodáskorban meg kell ismertetni a gyerekekkel a testmozgás örömeit ahhoz, hogy később tudatosan élő, egészséges felnőtté váljanak. Az országgyűlési képviselő arra is felhívta a figyelmet, hogy a világtörténelem legnagyobb alakjai úgy értek el saját területeiken sikereket, hogy mellette rendszeresen sportoltak.

Hoffmann Tamás polgármester arról beszélt, hogy új sportágak meghonosításának köszönhetően egyre szélesebb az a választék a kerületben, amelyben mindenki megtalálhatja a leginkább testhez állót.

Elképesztő hangulatban zajlottak a sorversenyek. A gyerekek felszabadultan, hangosan ujjongva szurkoltak csoporthátsáiknak, majd



sikerélményekkel és ajándékokkal tértek haza. Az ez alkalomra készített hátizsák pólót, buborékfúját, jojót és kirakót rejtett. Az óvodapedagógusok korábbi tapasztalatai szerint a kicsik még hosszú hetekig emlegetik az Ovi Olimpiát: a sorversenyek labdajátékait játsszák az udvaron, a tanult mozgásformák, a közös és önfeledt szurkolás visszaköszönnék rajzaikon.

(H. L.)



REVI

**Remény a szabaduláshoz
Értelem az élethez
Választás a lehetőségek közül!**

APACSOPORT INDUL ÚJ BUDÁN!
A Katolikus Karitás Rév Szolgálata újra Apacsoportot indít már gyermeket nevelő apák és leendő apák részére.

Téma lesz többek között:

- hogyan válunk apává,
- az apa jelenléte és szerepe a mai családokban,
- új feladatok, kihívások, örömök az apaságban,
- apa és anya feladatmegosztása a gyermeknevelésben,
- résztvevők által hozott kérdések megbeszélésére is lesz lehetőség.

A FOGLALKOZÁSOK HELYSZÍNE:
Katolikus Karitás Rév Szolgálat,
XI. ker. Csóka utca 5.
Első alkalom:
2017. május 15., hétfő 17.30

caritas hungarica

JELENTKEZÉS ÉS INFORMÁCIÓ:
Katolikus Karitás Rév Szolgálat,
06 1 466 44 55
caritas.revbp@mail.datanet.hu

Emberi Erőforrások Minisztériuma
KAB-ME-16-C-25551

www.karitas.hu

- Franchise partnereket keresünk
- Naponta friss pörkölés és szállítás
- Barista képzés
- Kávégépek, kiegészítők és őrök forgalmazása, szervizelése

Semiramis
A kávé élvezete.

1115 Budapest, Csóka u. 9.
Telefon: 06 (1) 205 3804
Tel./Fax: 06 (1) 203 7640
www.semiramiskave.hu

GASZTROENTEROLÓGIAI MAGÁNRENDELÉS A XI. KERÜLETBEN!

Dr. Szőnyi Mihály
Szeretettel várom a gyomor-bélrendszeri panaszokkal küszködő pácienseket! Nyelőcső-, gyomor-, hasnyálmirigy-, epe-, máj-, bélrendszeri problémákkal forduljon hozzánk bizalommal!

Gyomorégés? Reflux? Puffadás? Székrekedés? Hasmenés? Kíméletes endoszkópos vizsgálatok, vastagbélrák szűrés.

Bejelentkezés: 06-20-356-4353

PEST-BUDA LÁTKÉP
A heti választás havi melléklete

heti választás

KERESSE a május 11-i SZÁMBANI!

Korzó: Kultúrtörténeti séták híres emberekkel
Architúra: Építészkritika a főváros épületeiről
Polc: Könyvajánló Budát, Pestet érintő témákról

MAGYAR AUTÓKLUB - MŰSZAKI VIZSGA AKCIÓ

2017. május 9-11-ig
Szgk műszaki átvizsgálás **2.210 Ft**,
ha a jármű műszaki állapota megfelelő
MŰSZAKI VIZSGA 16.290 Ft.
Nem csak klubtagoknak!

1112 Budapest, Budaörsi út 138.
Tel: 1/310-2958, 06-20/288-6786

CITY TAXI
2-111-111

+36 1 2-111-111

UTAZÁSAIHOZ VÁLASSZON MEGBÍZHATÓ PARTNERT!

AUTÓINKBAN BANKKÁRTYÁVAL IS FIZETHET!

paypass, Mastercard, Maestro, VISA, VISA ELECTRON, AMERICAN EXPRESS

Minősített budapesti taxi

QR code

Manual Hungary Kft.
Hivatalos Konica Minolta márkakereskedés és márkaszerviz

> Bérbeadás, eladás, márkaszerviz
> Költségelemzés
> Üzemeltetés

Újbudai cégek részére 10% kedvezményt biztosítunk!
iroda@manualhungary.hu | www.szinesfenymasolok.hu

Környezetvédelem Albertfalván

Különleges programmal ünnepelték a Föld Napját a Petőfi Sándor Általános Iskolában. Április 20-án vetélkedőkkel, játékokkal, vetítéssel egybekötött interaktív földrajzórakkal és állatsimogatóssal várták a diákokat Farkas Krisztina önkormányzati képviselő kezdeményezésére.

Hatodik alkalommal szerveztek saját Föld napi rendezvényt az albertfalvi iskolában, amelyre egész napos programsorozattal készültek a tanulók. Farkas Krisztina önkormányzati képviselő úgy válogatta össze az eseményeket, hogy minden gyereknek maradandó élményt jelentsenek.



Még a tanulás is a környezetvédelemről szól a Föld Napján

témája a hegy volt, annak földrajzi, geológiai, biológiai, irodalmi vonatkozásaival.

A rendezvény sztárjai Bogyó és Charlie voltak, akik illedelmesen túrték a simogatást, gazdájuk, Sugár Péter kutyaoktató pedig a fe-

lelős állattartásról beszélt a diákoknak. Szerinte nem szabad a gyerekekre hagyni a döntést, hogy legyen-e kis házikedvencük, vagy sem. A felnőtteknek kell felvállalni a gondozói feladatokat, hogy a jó példa nyomán a kicsikből is felelős gazdi váljon.

A Petőfi Sándor Általános Iskola egész évben kiemelt feladatként kezeli a környezet védelmét, ökoiskolaként az újrahasznosítást, az élőlények szeretetét és a természet szépségeit állítja a figyelem középpontjába. Az intézmény igazgatója, Pereszlényiné Kocsis Éva elmondta:

a „Zöldköznapi” programban minden esztendőben sütőolajgyűjtést, madáretetőkészítő-versenyt rendeznek, környezettudatos vásárlással kapcsolatos órákat tartanak, emellett közösen udvart takarítanak, kertészkednek.



Az önkormányzat környezetvédelmi osztálya játékos fejtörőkkel készült; a jó megfejtésekért jutalom járt. Kollár Lajos hegymászó, a Magyarok a világ nyolcezresein expedíció vezetője filmeket vetített; a rendhagyó földrajzóra

Tornával indult a Föld Napja a Bikásban



„A természet hatalmas, az ember parányi, ezért aztán az ember léte attól függ, milyen kapcsolatot tud teremteni a természettel”. Szent-Györgyi Albert ezen gondolatára épült az idei Föld Napja.

A szokáshoz híven ezúttal is reggeli tornával kezdődött a rendezvény, amelyen a kerület általános iskolásai és óvodásai vettek részt. A mozgás-

lehet és kell is védeni, óvni – mondta. Az ilyen napok és a rendezvény szereplői – így a Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesület, valamint a Duna-Ipoly Nemzeti Park – mind arra figyelmeztetik a gyermekeket, hogy a nagyvárosi létből is érdemes ellátogatni a természetbe. Hoffmann Tamás példaként említette a nemzeti park által működtetett Sas-hegyi Látogatóközpontot és tanösvényt. A reggeli torna után a gyerekek kísérőikkel megnézték az

díjkiosztón elmondta: a rajzok és a „műves alkotások” azért lettek szépek, aprólékosan kidolgozottak, így élethűek, mert a kicsik környezettudatos nevelése óriási hangsúlyt kap Újbudán. – Nemcsak az iskolákban, de az óvodákban is évek óta zajlik a környezeti nevelés, idén pedig már a bölcsődések is részesülhetnek ebben, hiszen a természet szeretetére nem lehet elég korán megtanítani a gyermekeket – tette hozzá a polgármester.

– A Föld Napját már több esztendeje megrendezik a kerületben, országsszerte egyedülálló módon – hangsúlyozta Györfyné Molnár Ilona humánszolgálati igazgató. Újbudán nagy hangsúlyt kap az áprilisi rendezvénysorozat. A természet szeretete nem jön mindenkinek automatikusan, a helyi oktatási módszertannak köszönhetően azonban a gyerekek már kicsi korban találkozhatnak azokkal a növényekkel, állatokkal, amelyek a magyar természeti kincs ékei. A versenyművek között – különleges csoportmunka eredményeként – számos ökoturizmussal kapcsolatos plakát, füveskönyv- és gyógynövénymeghatározó is érkezett a zsűri asztalára. A díjkiosztó napján ezeket is kiállították az iskolában.

(T. K.)



ra az Újbudai Grosics Gyula Sport és Általános Iskola volt növendékei buzdították a korán kelőket. Az április 21-i eseménynek a Bikás park adott otthont, megnyitóján Hoffmann Tamás polgármester is részt vett, aki arra emlékeztetett, hogy az idei szélsőséges áprilisi időjárás arra utal, hogy fokozottan kell ügyelni a bolygóra. – Az időjárást és a természetet nem lehet uralni, utóbbit azonban

például roskadozott a folyosó a kiállított gyerekrajzoktól: mogyorós pelét, tengelicet, szarvasbogarát, békát, harcsát, illetve hóvirágot, vadalmafát és tölcsérgombát is láthattak az alkotásokon az érdeklődők. A Föld Napja alkalmából meghirdetett rajzversenyre több száz mű érkezett be, a zsűri alig tudta kiválasztani a legjobbak közül is a legjobbakat. Hoffmann Tamás az ünnepélyes

Újbudai INGATLANPIACI

2017. május 6.

10.00-18.00

börze

B32 Galéria és Kultúrtér

1111 Budapest, Bartók Béla út 32.

Mennyit ér az ingatlanom? Hol és hogyan tudnám a legegyszerűbben eladni?
Milyen ingatlanba fektessek? Régit vagy újat vásároljak?
Építkezek vagy felújítok? Milyen szakemberekkel dolgoztassak? Van-e rá garancia?
És miből tudom mindezt finanszírozni? CSOK, hitel, állami támogatás vagy lakástakarék?
Esetleg örökség? Befektetés vagy családi fészék?

ÖNNEK IS KÉRDÉSE VAN?
JÖJJÖN EL HOZZÁNK, VÁLASZOKKAL VÁRJUK!



Előadások:

- 10.00 Megnyitó
- 10.00 Új lakópark, új arculat Újbudán - bemutatkozik a BUDAPART
- 11.00 A finanszírozás hátteréről - **praktikus tanácsok a CIB Banktól**
- 12.00 Újbuda ingatlanpiaci szemmel - kereslet, kínálat és árak alakulása (ingatlan.com)
- 13.00 Ingatlan vásárlás eladósodás nélkül (OVb)
- 14.00 Ingatlan jogi kérdések - az adásvétel buktatói (Dr. Szedlár Anna Ügyvédi Iroda)
- 15.00 Így építsünk családi házat! - **A tervektől a kivitelezésig** (GGZS Kft.)
- 16.00 Társasházkezelési 1x1 (Újbuda Prizma Társasházkezelő Iroda)
- 17.00 Álomból valóság - **Szász Katalin tanácsadó hasznos tippjei** a saját tulajdonú ingatlan eléréséhez

A rendezvény látogatása ingyenes! A media@ujbuda.hu e-mail címen regisztrálók közül hárman családi könyvcsomagot nyernek!
A tárgyban tüntessék fel: „Ingatlanpiaci börze”. További részletek: www.ujbuda.hu

Az Újbudai Ingatlanpiaci börze védnökei: **Dr. Hoffmann Tamás** - Újbuda polgármestere
Dr. Simicskó István - honvédelmi miniszter, Újbuda országgyűlési képviselője

Egész nap személyre szabott tanácsokkal, értékes információkkal várjuk Önöket:

CIB BANK

BUDAPART

otp Ingatlan

Balla Ingatlan

K&H

ÚJBUDA

ingatlan.com

ELITE PARK

Groupama

Szász Katalin

ÚJBUDA PRIZMA

Dr. Szedlár Anna

DUNA HOUSE

GGZS KFT

INGATLAN

LOTUS

OVb

MAJMAK

PÁLYÁZATI FELHÍVÁS

ÜRES HELYSÉGEK ÉRTÉKESÍTÉSÉRE

A Budapest Főváros XI. Kerület Újbuda Önkormányzata (1113 Bp., Bocskai út 39–41.) az alábbiakban felsorolt üres ingatlanai értékesítésére pályázatot írt ki:

ssz.	cím	m ²	Hrsz	elhelyezkedés	megtekintés időpontja 2017. év április
1.	Bartók Béla út 37.	93	5048/0/A/51	belső pince	12-én 11.00–11.15
2.	Bartók Béla út 132.	121	3450/0/A/1	belső pince	12-én 09.30–09.45
3.	Bertalan L. u. 26.	90	5000/0/A/39	utcai bejáratú pince	11-én 09.00–09.15
4.	Bocskai út 75.	117	4596/5/A/37	belső pince	12-én 10.15–10.30
5.	Bölcös u. 5.	142	4158/62/A/47	előkertből nyíló pince	10-én 09.00–09.15
6.	Budafoki út 41.	94	5018/1/A/32	udvari lejárátú pince	10-én 09.30–09.45
7.	Hamzsabégyi út 31.	44	4366/4/A/1	belső pince	13-án 10.15–10.30
8.	Hengermalom út 12.	21	3878/1/A/1	belső pince	13-án 09.30–09.45
9.	Karinthy F. út 4–6.	49	4253/0/A/6	udvari bejáratú pince	11-én 10.45–11.00
10.	Karinthy F. út 12.	49	4233/0/A/28	belső pince	11-én 10.15–10.30
11.	Kende u. 7.	30	5004/0/A/1	belső pince	11-én 09.30–09.45
12.	Kruspér u. 1/B	38	5533/4/A/2	belső pince	10-én 10.15–10.30
13.	Tibavár u. 4.	13	4568/138/A/2	előkertből nyíló pince	12-én 09.00–09.15

A pályázat benyújtásának határideje: 2017. május 15. (hétfő) 12.00 óra

A pályázatok benyújtásának helye: Budapest Főváros XI. Kerület Újbuda Polgármesteri Hivatal Vagyongazdálkodási Osztály (1113 Bp., Zsombolyai u. 5. II. em. 206. szoba).

A pályázat feltételeit a részletes pályázati kiírás tartalmazza, mely a pályázati adattal együtt átvethető a Budapest Főváros XI. Kerület Újbuda Polgármesteri Hivatala Vagyongazdálkodási Osztályán (XI., Zsombolyai u. 5. II. em. 206. szoba), illetőleg letölthető a www.ujbuda.hu honlapról.

További információ kapható a 381-1311-es és a 3724-686-os telefonszámon.

Budapest, 2017. március 22.

Gazdasági Bizottság

Bölcsődék Napja: díjazták a dolgozókat

A kerület bölcsődéire nemcsak az önkormányzat vezetői, az intézmények alkalmazottai lehetnek büszkék, hanem egész Újbuda, mondta Molnár László alpolgármester a hetedszer megrendezett Bölcsődék Napján a B32 Galéria és Kultúrtérben. Idén is több nevelő részesült polgármesteri dicséretben, és átadták a magyar bölcsődékért alapított Akócsi Ágnes-díjat is.



Molnár László alpolgármester osztotta ki a díjakat és a dicséreteteket

A Kuckó Bölcsőde kisgyermeknevelője, Zsolnai Dóra gitárjátékával és énekével kezdődött az idei Bölcsődék Napja a B32 Galéria és Kultúrtérben. – Az elmúlt években hatalmas fejlődés jellemezte a bölcsődei intézményrendszert és a nevelői munkát – emelte ki Molnár László alpolgármester. – Ez annak is köszönhető, hogy a bölcsődei ellátás hivatalosan is a legnagyobb ellátórendszerek egyike, a köznevelés része lett. A bölcsődei nevelők, pedagógusok emberfeletti munkát végeznek, amit nem csupán kerületszerte, de Újbuda határain túl is méltatnak. Az önkormányzat is igyekszik kivenni részét az intézmények támogatásából: bár a lehetőségek korlátozottak, sikersztorik mindig akadnak, ilyen például a Dúdoló Bölcsődében néhány napja átadott sóbarlang, mezítlás és fűszerkert – tette hozzá. – Újdonság a kerületben, hogy bővülnek az alapszolgáltatások, azaz változik a felügyeleti és a játékos, délutáni felvigyázó rendszer – mondta az Egyesített Bölcsődei Intézmények intézményvezető-helyettese. Ez a gyesen, gyeden lévő anyukákat segíti azzal, hogy gyermekük néhány órát közösségben, szakszerű felügyelet mellett tölthet. Ugyancsak kedvező fordulat, hogy a középfokú végzettségűek is részesülhetnek a pedagógus-életpályamodell részeként járó bérkiegészítésben. Idén is több kisgyermeknevelő kapott polgármesteri dicséretet, amelyeket Molnár László alpolgármester adott át.

» A HÓNAP BABÁJA



Gere Bánk Attila kapta a legtöbb szavazatot legutóbb Újbuda Facebook-oldalán, így büszkén viselheti Ő is a hónap babája címet. Bánk Attila 2017. január 17-én született 3860 grammal és 56 centivel. Nagyon szeret aludni, leginkább akkor élvezi ezen hobbiját, amikor szüleivel sétál a Bikás parkban. Édesanyja és édesapja a Szent István Egyetem munkatársa, így gyermekük is gyakori látogatója az intézménynek és a Budai Arborétumnak.

Kiemelkedő szakmai munkáért dicséretben részesült:

NAGY ÁGNES – BÓBITA BÖLCŐDE

1982 óta bölcsődében dolgozik, 1997 szeptemberétől a XI. kerületben. 2004-ben szerzett szakgondozónői oklevelet. Munkáját megbízhatóan, nagy hozzáértéssel végzi, a szülőknek mindig elérhető, segítőkész. Fontos számára a szakma képviselete, a szakmai értékek továbbadása. A gyerekekkel hamar megtalálja a közös hangot, kellemes légkört teremt a csoportban. Vidám alaptermészete sokszor átsegíti a napi nehézségeken, támogatva ezzel kollégáit is. Tanácsaira, meglátásaira munkatársai hallgatnak. A tanulókat szívesen tanítja, oktatja.

KURUCZ MÁRIA VERONIKA – NAPSUGÁR BÖLCŐDE

1985 óta biztosítja a gyerekek számára a szeretetteljes légkört, segíti harmonikus testi-lelki és szociális fejlődésüket. Igyekszik maximális felkészültséggel, empátiával, szakszerűen gondozni a rábízott gyerekeket. Nagy figyelmet fordít az egészséges életmód kialakítására, fontos számára a szülővel való kapcsolattartás, rendszeresen kommunikál a gyermekek fejlődésével kapcsolatos eseményekről. Szívesen vesz részt szakmai továbbképzéseken, fórumokon. Napi nevelő-gondozó munkáján felül a képző intézmények tanulóinak gyakorlati felkészítésében is részt vesz. Folyamatosan konzultál a kollégákkal, szakmai vezetőkkel, szakemberekkel a gyermekek fejlődésének elősegítése érdekében. Munkáját megbízhatóan, nagy odafigyeléssel, szeretettel végzi, kollégáival tisztelettudó, segítőkész.

SIMONNÉ HELLENBACH ANDREA – SZEMÜNK FÉNYE KÖZPONTI BÖLCŐDE

Technikai alkalmazottként több mint öt éve kiemelkedő, példaeértékű munkájával ideális modell a kerületben dolgozóknak is. Csendes, szerény egyéniség, feladataiban mindig pontos, megbízható, szorgalmas. Jó kolléga, akire minden helyzetben számítani lehet. Környezete tisztaságára, rendezettségére maximálisan ügyel. A kisgyermeknevelők munkájához ideális hátteret biztosít. Minden lehetőséget megragad, hogy aktív részese legyen a Szemünk Fénye Bölcsőde mindennapjainak. Gyermkekkel, szülőkkel is jó kapcsolatot ápol, tiszteletben tartva a kompetenciahatárait.

SAGÁT GÁBORNÉ – KUCKÓ BÖLCŐDE

Több mint negyven esztendeje tevékenykedik a kerületben. Pályafutását a Fonyód utcai – mai nevén Bóbita – bölcsődében kezdte, ahol a rábízott gyermekeket nevelte-gondozta. 2000 óta dolgozik a Kuckó Bölcsődében, bölcsődevezető-helyettesként látja el feladatát. A szülőkkel és a munkatársakkal jó kapcsolatot ápol. Nagy élettapasztalattal rendelkezik, így a kollégák bármikor számíthatnak rá, észrevételeivel és tanácsaival sokszor nyújt segítséget. Empatikus egyénisége révén tisztelet övezi a kollektíván belül. Kiegyensúlyozott, derűs személyiség.

BALÁZS-KERCŐS BERNADETTE – EGYESÍTETT BÖLCŐDEI INTÉZMÉNYEK

Az Egyesített Bölcsődei Intézmények központi feladatainak ellátásában öt éve kulcsfontosságú szerepe van. Munkáját tudatosan, felkészülten és lelkiismeretesen végzi, mindig lehet rá számítani, gyorsan reagál az új helyzetekre, naprakész a törvények, rendeletek értelmezésében, figyel az előírások betartására. Folyamatosan tanul, érdeklődik, konzultál a kitűzött célok elérése érdekében. Emberi magatartása, szorgalma példaeértékű, kiegyensúlyozott személyiség. Precíz, kitarító munkavégzés jellemzi.

A polgármesteri dicséret mellett kiosztották a Magyar Bölcsődék Egyesülete által „A Magyar Bölcsődékért” alapított Akócsi Ágnes-díjat, amely azoknak adományozható, akik a bölcsődék ügyéért fáradhatatlanul, példamutatóan dolgoznak, és a bölcsődék értékeinek gyarapításában kiemelkedő teljesítményt nyújtanak. Idén Schmidka Istvánné, a Bóbita Bölcsőde vezetője nyerte el a kitüntetést. A díjátadó után Kádár Annamária pszichológus, egyetemi adjunktus tartott előadást a Mese hatása a 3 éven aluliak fejlődésére címmel.

(T. K.)

Budapest a tehetséggondozás európai fővárosa

Rekordösszeget szánnak a jövő évi költségvetésből tehetséggondozásra – közölte az Emberi Erőforrások Minisztériumának (EMMI) család-, ifjúság- és nemzetközi ügyekért felelős államtitkára, Novák Katalin a Budapesti Tehetség Konferencia megnyitóján.



2009 óta hatszorosa emelték az erre szánt összeget, a jövő évi költségvetésben pedig minden eddiginél többet, 3,1 milliárd forintot fordítanak rá. Ez bő 10 százalékkal haladja meg az előző évi ráfordítást.

Magyarország felismerte, hogy a jövőt a tehetséges fiatalok, az ő felkarolásuk és támogatásuk határozza meg. Ez nem jöhött volna létre az olyan állampolgárok nélkül, akik a Nemzeti Tehetség Programnak ajánlják fel személyi jövedelemadójuk egy százalékát. Eleinte csupán mintegy 50 ezren éltek ezzel a lehetőséggel évente, mostanra azonban már több mint 350 ezren gondolják úgy, hogy a jó képességű ifjúságot szeretnék támogatni. A projektben évente 350 ezer fiatal támogatnak a sport, a kultúra és a természettudományok terén, kezdve az óvodától, túlnyúlva a felsőoktatáson is. Novák Katalin úgy fogalmazott: Magyarország a tehetséggondozás fővárosa Európában, hiszen Budapesten van az Európai Tehetség Központ, és magyar javaslat alapján már európai tehetségnapot is rendeznek.

(T. K.)

Színpompás virágözön akár árnyékban is

Kerttulajdonosként mindenki egész évben „tomboló” kerti virágkavalkádról álmodik. Sajnos a virágzó kerti növények többsége napos helyet igényel. Milyen virágos növényeket ültessünk abban az esetben, ha kertünk inkább árnyékos helyekben bővelkedik? – Talán a legismertebb árnyéki virágzó cserje a hortenzia, hatalmas, fehér, rózsaszín vagy kék virágú fajtái szinte egész nyáron széppé tehetik kertünk félárnyékos, árnyékos zugait – javasolja Gáfor Gergő, a Fitoland Kft. okleveles kertész-mérnöke. – Ültessük savanyú földdel, nyáron öntözzük bőven, és az akár egyméteresre is megnövő hajtásait tavasszal vágjuk vissza húsz centiméterre.



hoz hasonlóan ők is a savanyú talajt kedvelik. Mikor levirágzottak, vágjuk vissza, hogy következő tavasszal még több virág legyen rajtuk.

Évről évre egyre nagyobb területet elfoglalva terjed az árnyékban a sásliliom (Hemerocallis). Változatos színekben pompázó fajtáinak hatalmas, trombita formájú virágai júniusban, júliusban nyílnak. Igénytelen, jó szárazságtűrő növény. Tavasszal vágjuk le az elszáradt leveleket és tápozzuk meg.

Házfalak, kerítések félárnyékos szakaszainak kedvelt futónövénye a klemátisz. Lila, rózsaszín vagy fehér virágai júniustól októberig nyílnak. Öntözzük és tápozzuk gyakran, így lesznek üde színfoltjai kertjeinknek.



Ebben az időszakban borulnak virágba az azáleák kerti fajtái is, ilyenkor annyi virág nyílik a növényeken, hogy leveleik szinte nem is látszanak, csak a fehér, a rózsaszín, a piros vagy a lila virágaik. A hortenziák-



Árnyéktűrő növények A FITOLANDBAN!

FITOLAND BUDAFOK: 1223 Budapest, Rókaes. u. 2-4. (Szoborpark mellett)
WWW.FITOLAND.HU

Nemzeti Konzultáció
2017



2.

**Az elmúlt időszakban
egymást követték
a terrortámadások Európában.
Ennek ellenére Brüsszel
kényszeríteni akarja
Magyarországot, hogy az illegális
bevándorlókat engedjük be.**

Ön szerint mit tegyen
Magyarország?

Kérjük, mondja el véleményét,
vegyen részt a nemzeti konzultációban!



ÁLLÍTSUK MEG
BRÜSSZELT!

Innovációs Nap az ELTE-n

Tizenegyedik alkalommal rendezték meg az ELTE Innovációs Napot az önkormányzat közreműködésével. Az idei szakmai rendezvény egyik újdísa volt, hogy április 18-án startup expó is tartottak az egyetem lány-mányosi campusán. Az Inno-vációs Nap fő célja, hogy a fiatalok az egyetemen szer-zett elméleti tudást a gyakorlatban is kamatoz-tatni tudják.

Hoffmann Tamás polgármester felismerve a kerületi egyetemekben rejlő potenciált, fontosnak tartja, hogy Újbudán még inkább javuljanak a fia-



talok továbbtanulási lehetőségei. Az így létrejött tudásbázis azonban önmagában még nem elegendő, lényeges, hogy a frissdiplomások a tanultakat minél előbb hasznosítani tudják a gyakorlatban is. A polgármester bejelentette: az eddigi évek sikereire való tekintettel idén is kiírták az Újbudai Hallgatói Startup Pályázatot – ez mára a harmadik alkalom, hogy a kerületi

diákok megmérkőzhetnek egymással. A szakértő zsűri (ELTE, Műegyetem, Corvinus Egyetem, Design Terminál, Budapesti Vállalkozásfejlesztési Alapítvány és a Fivosz tagjai) kiválasztja a tíz legjobbnak ígérkező pályázatot, később ők röviden prezentálják ötleteiket, majd ezek közül a négy legjobban szereplőt díjaznak egymillió forinttal és egyévi mentorálással. Az előző két esztendőben körülbelül negyven újbudai fiatal indult a versenyen, idén a pályázat leadási határideje szeptember 10.

Kerekgyártó Gábor vállalkozásfejlesztési tanácsnok úgy véli, alapvető, hogy az egyetemisták a startup kiállításon a tudományos jellegű előadások mellett betekintést nyerhessenek a vállalkozók életébe is. Ezért az ELTE



eseményén – háromperces időkeretben – több fiatal vállalkozó is beszámolt ötleteiről, valamint elindított startupjáról.



A rendezvényen részt vett *Lepsényi István* Gazdaságfejlesztésért és -szabályozásért felelős államtitkár a Nemzetgazdasági Minisztériumból, valamint *Pálinkás József*, a Nemzeti Kutatási, Fejlesztési és Innovációs Hivatal elnöke is. A szakmai napon átadták az ELTE Innovatív Kutatója díjat *Pál Gábornak* és *Szakács Dávidnak*, *Varholik Máté* pedig a Hallgatói Innovatív Ötletpályázat első helyezéséért járó elismerést vehette át.

(H. S.)

Webáruházakról a Spin-off Klubban

Az internetes vásárlás egyre népszerűbb a fogyasztók körében, így a vállalkozók is egyre szívesebben próbálkoznak webáruház üzemeltetésével. A Spin-off Klubban Perényi András reklámszakember, digitális üzletfejlesztési tanácsadó mesélt tapasztalatairól, a tévhitekről és a bevált fejlesztési irányokról a B32 Galéria és Kultúrterben április 24-én.

Perényi András húszévesen, szinte egyik napról a másikra hozta létre reklámügynökségét, az Insomniát. Mind sikeresebb lett, ám ez rengeteg munkával járt: napi 10–12 órát dolgozott. Tíz évvel később azt vette észre, hogy bár már ötven alkalmazottja van, még mindig nincs szabadideje. Függetlenebb életre vágyott, ezért eladta részét a reklámügynökségből, majd néhány külföldön töltött esztendő után megnyitotta első webáruházát.

A szakember azóta számos online vállalkozás ötletgazdája lett, miközben több webáruházat üzemeltet. Úgy véli, ez a munka anyagi, fizikai és földrajzi függetlenséget jelent. Négy dologra azonban feltétlenül figyelni kell: a logisztikára, a marketingre, az internetes oldal működésére és magára a termékre. Érdemes először kis

méretű, könnyen elküldhető árukkal kezdeni, hosszú távon viszont sokkal kifizetődőbb, ha nem egy termék eladására koncentrálunk, hanem arra törekszünk, hogy a

ingyen vagy havidíjas előfizetéssel, a regisztráció pedig nem vesz igénybe több időt egy délutánnál.

Nem lehet előre megjósolni, hogy az eladni kívánt árucikk si-



vevők később is vásároljanak nálunk. Ezért hatékony lehet például e-maileket küldeni az akcióról, az új termékekről – a legjobb, ha a reklámmal a vásárlók érzelmeire igyekszünk hatni.

Az előadó bevált módszere, hogy a bevétel egyharmadrészét költik a termékek beszerzésére, egyharmadot a marketingre és egyharmad a profit. Természetesen ezt nem lehet mindig pontosan betartani, de jó irányelv az ár meghatározásakor. Azt is elárulta, hogy manapság nem kell informatikai szaktudás webáruház létrehozásához: külföldi fejlesztők profi oldalakat kínálnak

(H. S.)

májusi

AKCIÓ

-8 200,- -14%
6 990,-

CUPIDON
2/AKC/színes
kárpicokkal
(40 x 40 x 35)

119 990,- -8%
109 990,-

KAIRO
rugós, ágyneműtartós,
nyitható kanapéágy drapp+mintás
(200 x 98, f.f.: 140 x 200)

189 990,- -10%
169 990,-

GEO
rugós, nyitható, ágyneműtartós
sarokgarnitúra II/szürke színben
(333 x 200, f.f.: 140 x 300)

35 990,- -16%
29 990,-

VENEZIA
karszék 1/2 tölgy-rózsá
(70 x 78 x 65)

69 990,- -14%
59 990,-

TEXAS
rugós,
ágyneműtartós
heverő
1/drapp kárpittal
(90 x 202, fekvőf.: 90 x 200)

164 990,- -21%
129 990,-

JUKKA
rugós,
ágyneműtartós
franciaágy
AKC/mustár-U színben
(168 x 213, fekvőf.: 160 x 200)

90 x 200
31 500,- -11%
27 990,-

VAKUUM-MF12+2
- fekvőfelülete: közép kemény
- bevonata: speciális Bamboo mosható huzat
- súlykorlát: 110 kg
- felépítése: hideg hab + memory foam
- egyéb extrák: vakuum

90 x 200
51 990,- -11%
45 990,-

FITT-4MF
- fekvőfelülete: közép kemény
- bevonata: Bayscent Neutralizer mosható huzat
- súlykorlát: 130 kg
- felépítése: hideg hab + kókusz
- egyéb extrák: memory foam

-20%

BOX
bútorcsalád többféle színben,
gazdag elemválasztékban

YOLANDA
dohányzóasztal
(103 x 50 x 63)

16 500,- -8%
14 990,-

A feltüntetett árakat és kedvezményeket 2017.05.02-05.31. között, a készlet erejéig garantáljuk, kizárólag a bútorra vonatkoznak, a dekorációt nem tartalmazzák! Az akciós árak a feltüntetett kedvezményt már tartalmazzák. Az árak HUF-ban értendők és az ÁFA-t tartalmazzák, a kárpiczott bútorok esetében alapkategóriás vagy akciós szövetre vonatkoznak, melyek színe, mintázata változó. A méretek tájékoztató jellegűek! *Hazai bútorban a legnagyobb kínálat a bemutatottak összesített mérete és a 90% feletti hazai bútorforgalmazás arány alapján. A nyomdai hibáért felelősséget nem vállalunk! Minden jog fenntartva: RS®

Budapest XIII., Reitter F. u. 78.
(Reitter F. u. - Fáy u. sarok)
Nyitva: H-Szo: 10-19^h

Budapest XVIII., Gyömrői út 79-83.
(Gyorsforgalmi aluljárónál)
Nyitva: H-Szo: 10-19^h

Budaörs, Építők útja 2-4., B épület
(A körforgalomnál)
Nyitva: H-Szo: 10-19^h

Budaörs, Raktár u. 3.
(DISZKONT ÉRTEKESÍTÉS RAKTÁRRÓL AZONNALI)
Nyitva: H-Szo: 10-19^h

HA BÚTORT KERES!

HAAZI
BÚTORBAN

A LEGNAGYOBB
KINÁLAT

Sikeresen zárult az életminőséget javító önkormányza

Újbuda minden hatvan fe egészséges és aktív életere



- Az önkéntesek segítségével bárki részt vehet a 60+ Program havi több mint 300 rendezvényén – emelte ki Hoffmann Tamás polgármester



Újbuda 320 millió forintot kapott

A találkozózn a szakmai támogatást nyújtó Miniszterelnökség képviseletében *Vitályos Eszter*, az európai uniós fejlesztésekért felelős államtitkár mondott köszöntőt. Kérdésünkre kifejtette, Újbuda példamutató eredményeket ért el az 'projektben. A Norvég Alap s célzott támogatására nyolc ada 320 millió forintot kapott. dőszak ellenére a XI. kerületi gmozgattak az eredmény éréka a Kérő utcai módszertani ábbá a profizmust is, amellyel felépült, amelynek részeként ult képzéseknek köszönhetően t igénylők kérései pedig célba kár.

egy esztendőben és a partnerváros a helyi szépkő szervezeti mo pontok, amely szolgáltatás ké ték a helyi kö az önkéntesek port, vagyis a nyerése jelent segítségnyújtó torok gondosk önkéntesek sz ta össze *Györf*

Ép testbe

A projektpartnerek Központ igazgatója szegezve elmondta, hogy a feladat kérdése az, hogy a norvégiai miniszternek az egészséges és biztonságos élethez szükséges és szükséges áramhoz, első sorban a közreműködés. Az önkéntes vékenységeik és kerti munkájuk hozzájárul a közreműködéshez. Az önkéntesek kerülnek ki a projektből, akik aktívabban részt vesznek a konkrét segítségnyújtásban, az aktivizál, motiválják és önkéntesek és önkéntesek benyomással a közreműködésben. A szakmai szemléletet a F. T. vezeti.

Partnerek

A zárókonferencia Újbuda, Debrecen, Önkéntes Községi Egészségügyi Bizottság a XI. kerülethez tartozó idősorban szerzett tapasztalatok idősor” projektje Újbuda Önkormányzatán, továbbfejlesztésére a projekt részletes Működési Tervét cserélhetné ki a vég Øvre-Eik

Sikeresen vették az akadályokat az „Egészséges és aktív időskor” projekt első szakaszának résztvevői. Újbuda Önkormányzata ennek részeként önkéntesek bevonásával nyújt életminőséget javító komplex szolgáltatást az időskorúaknak.

Az „Egészséges és aktív időskor” című projekt április 19-i ünnepélyes zárókonferenciáján Újbuda Önkormányzata, valamint a partnervárosok és -intézmények résztvevői osztották meg egymással tapasztalataikat. A programot azzal a céllal hívták életre, hogy önkéntesek bevonásával egy teljesen újfajta segítő szolgáltatást hozzanak létre szépkorúak számára, amely kiegészíti, egyben tehermentesíti az önkormányzat egészségügyi és szociális ellátórendszerét. A pro-

jekt szervesen illeszkedik a kerület úttörő jellegű, Magyarországon egyedülálló időügyi stratégiájába, az Újbuda 60+ Programba.

Hoffmann Tamás polgármester az eseményen hangsúlyozta: a projekt sikerességét nem pusztán a rendezvény helyszíne, azaz a program részeként felújított Kőrő utcai Újbuda Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ léte bizonyítja. Ez a Norvég Alap által támogatott projektnek köszönhetően januárban nyitotta meg kapuit az önkéntesek és az érdeklődő idősök előtt. A polgármester rámutatott: az önkéntesek toborzása nyomán a 42 ezer 60 évesnél idősebb helyi lakos közül bárki részt vehet a 60+ program havi több mint 300 rendezvényén – akár úgy, hogy elkísérik őket –, illetve van, aki a ház körüli teendőkhöz segít: elmegy az érintettel a boltba, elugrik helyette a patikába.

„Egészséges és aktív időszak” projektben. A Norvég Alap összesen 2,4 milliárd forintos célzott támogatására nyolc önkormányzat pályázott, Újbuda 320 millió forintot kapott. – A viszonylag rövid projektidőszak ellenére a XI. kerületi résztvevők minden követ megmozgattak az eredmény érdekében. Ennek ékes bizonyítéka a Kérő utcai módszertani központ. Meg kell említeni továbbá a profizmust is, amellyel a projekt szervezeti modellje felépült, amelynek részeként az önkéntesek a számukra indult képzéseknek köszönhetően segíthetnek, a szolgáltatásokat igénylők kérései pedig célba érnek – tette hozzá az államtitkár.

Országos adatok szerint míg 1970-ben a várható átlagos élettartam 70 év körül járt, 2015-ben már 75–78 évig éltek az emberek. Napjainkban az idősek adják a teljes lakosság negyedét, a XI. kerületben a 30 százalékát. Ezért az elmúlt



Az idősek nappali ellátása (idősklubjaink) az ideális választás!

**A társaságot keresőket Újbuda
öt pontján, hétköznaponként 8–16 óra
között várják a szakmai munkatársak
és a befogadó közösségek.**

Idősklubjainkban minden kerületi nyugdíjasnak lehetősége nyílik a tartalmas szabadidő eltöltésére, vagy az életviteli problémák megoldásának keresésére szakember segítségével. Mindegyik helyszínen mód van napi egyszeri meleg étkezésre (tértítés ellenében), figyelembe véve az esetlegesen indokolt diétákat is. Ha valakinek szüksége vagy igénye mutatkozik rá, tisztálkodásra, mosásra is mód van.

Összességében: lehetőséget biztosítunk a fizikai, egészségügyi, szociális és mentális állapotnak megfelelő programokon való részvételre.

A felvétel a megfelelő formanyomtatványok kitöltésével és leadásával történik, a felvételhez a kérelmező háziorvosának szakvéleménye is szükséges!

A következő lapszámokban
bemutatjuk idősklubjainkat.
Újbudai Szociális Szolgálat
1119 Budapest, Keveháza u.6.
06/1/203-1327 • info@uszosz.ujbuda.hu

ti projekt első szakasza eletti lakosa t élhet



Az első lépések

Az elérhető egészségügyi és szociális szolgáltatások körének bővítése érdekében a kerület vezetése 2013 óta folyamatosan kereste az igénybe vehető pluszforrásokat. Ilyen lehetőség volt a Norvég Alap által 2013-ban meghirdetett keretösszeg, amelyet a témához kapcsolódó önkormányzati kapacitásfejlesztéshez lehet felhasználni. Újbuda „Egészséges és aktív idősor” címen nyújtotta be pályázatát, amelyet a kiíró április 19-én fogadott el. A partnerség elsődleges célja, hogy minél több önkéntest vonjanak be az adott településen vagy városrészben élő időseket érintő szociális munkába. Azon túlmenően, hogy ezzel javítani lehet a házi ellátás színvonalát, az önkéntesek aktívabbá, tartalmasabbá is teszik a 60 felettiek mindennapjait. Ennek érdekében innovatív és hiánypótló szolgáltatásokat vezetnek és vezettek be, valamint kidolgozták az önkéntesek felkészítését, továbbképzését szolgáló komplex tananyagot.



ben rendkívül intenzív munka zajlott Újbudán
rosokban. Elsőként alapos felmérést végeztek
orúak igényeiről. Ezt követően kidolgozták a
dell koncepcióját, és létrejöttek a helyi köz-
rek elősegítik az önkéntesek bevonását, az új
ordinálását. A projekt keretében felkészítet-
ordinációért felelős munkatársakat, valamint
et is. – Az egyik legnagyobb kihívást a célso-
z idősek elérése, megszólítása, bizalmuk meg-
ette. Végül megkezdődhetett a „tesztüzem”, a
s a gyakorlatban, amelyben a helyi koordiná-
odtak arról, hogy az idősek igényei és a bevont
olgáltatásai találkozzanak egymással – foglal-
fyné Molnár Ilona humánszolgálati igazgató.

n ép lélek

ner Csongrád Megyei Egészségügyi Ellátó
gatója, *Kallai Árpád* eddigi tapasztalait ösz-
ndta: „a projekt ezen szakasza sikerrel zá-
tok sora vár még ránk”. Az egyik legégetőbb
gyan lehet az önkéntesség alapkoncepcióját a
tához hasonlóan vonzóvá tenni. Változtatni
ségügyi szolgáltatások elérhetőségén is. Az
aktív időskort a jelenlegi rendszer csak ne-
tudja kiszolgálni, az ilyen projekteknek hála
-osok is hozzájuthatnak minden információ-
n az önkéntesek és a módszertani központok
sével.

sek segíteni tudnak az idősek mindennapi te-
ben: a bevásárlásban, a közlekedésben, a házi-
ákban. Ezzel együtt társaságot nyújtanak, ami
sokakat sújtó magányérzet csökkentéséhez.
k részben maguk is az idősebb korosztályból
ezzel ők is hasznosabbnak érezhetik magu-
n telnek napjaik. A program tehát nemcsak a
égnyújtás miatt hasznos, hanem azért is, mert
militál és közösséget épít. – A részt vevő idő-
sek garantáltan rengeteg pozitív élménnyel és
gazdagodnak, ami mind egyéni, mind összetár-
pontból jobb életminőséget eredményezhet –
óth András, az Önkéntes Központ Alapítvány



mányzat képviselője elmondta, rendkívül hasznosnak találta az idősek önkéntesek általi kíséretével kapcsolatos tudnivalókat. Norvégiában elsősorban a közösségi élet szervezését tartották fontosnak, illetve azt, hogy a szépkorúak ismerjék a közvetlen közelükben élőket. Így könnyebben válnak ők is elérhetővé, illetve kérhetnek gyors segítséget. Az „Egészséges és Aktív Idősor” projekt – amely a Miniszterelnökség szakmai támogatása nélkül nem jöhetett volna létre – több mint 1,1 millió eurós költségvetésből valósult meg, ennek 95 százalékát a Norvég Alap támogatásából finanszírozták.

(T. K.)



Változás!

Május 15-étől a Kérő u. 3. szám alá költözik a 60+ program központja

Május 15-étől megnyílik a Kérő u. 3. szám alatti idősbarát központ a nagyközönség és a 60+ program közkedvelt régi és újabb eseményei számára. A programközpont eddig az Egészséges és Aktív Idősor projekt részeként megvalósult kerületi időssegítő szolgáltatás és néhány 60+ program helyszíneként szolgált, azonban ez május 15-étől kibővül.

A legfontosabb változás, hogy az Újbuda 60+ Programmal kapcsolatos ügyfélszolgálat (pl. a 60+ kedvezménykártya, a Színházjáró Program jegyátvétele), így az ügyintézés is átköltözik a Bölcső utcai programközpontból.

Az Őrmezei Községi Ház mögött található új programközpont jó közlekedéssel megközelíthető: több busszal, valamint a 4-es metró végállomásáról, a Kelenföldi pályaudvartól is elérhető (Őrmező irányába) párperces sétával.

A Bölcső utcai központ módosított nyitvatartással, kevesebb programmal és szolgáltatással, de továbbra is biztosítja az aktív idősor programjait.

A 60+ programmal kapcsolatban

A Kérő utcai programközpont május 15-én 9 órakor nyit, a programokról, szolgáltatásokról a 372-4636-os telefonszámon érdeklődhetnek minden hétköznap 8–14 óra között.

Sikerrel zárult a muskátlivásár



A korábbi évekhez hasonlóan idén is nagy érdeklődés kísérte az újbudai muskátlivásárt. Száz forintért három totó virágot vihettek haza, aki április 22-én ellátogatott valamelyik kerületi árusítóbhelyre. Az Újbuda Önkormányzata által meghirdetett kedvezményes vásáron a kerületi lakcímkártyával rendelkező lakosok vehettek

részt, őket öt helyszínen: az albertfalvai piacon, a gazdagréti piacon, a Baranyai és Bölcső utca sarkánál, az őrmezői piacon, illetve a Bikás parknál szemben, a Tétényi út 38. előtt várták a hivatalos dolgozói és a helyi önkormányzati képviselők. A Föld Napja alkalmából meghirdetett akción több mint tízezer növény talált gazdára.



Megunt ruháival most bárki segíthet

Április 22-én immáron ötödik alkalommal indult útjára az Adok-Kapok Napok, Magyarország legnagyobb minőségi ruhagyűjtő akciója. A Premier Outlet az Ökumenikus Segélyszervezettel összefogva még közel két hétig, május 14-éig várja az adományokat. Segíts Te is, a jótett nem marad hála nélkül!



Ami legfőbbünknek csupán egy megunt, feleslegesé vált ruhadarab, az egy nehezebb körülmények között élő család számára esélyt jelenthet az újrakezdethez, és az előítéletektől mentes élethez, hogy levet-

hessék a nem megfelelő öltözet adta negatív megkülönböztetések. A hétköznapi ruhák mellett elegánsabb viseleteket is várunk, hiszen egy öltöny vagy egy kosztüm nagyot lendíthet egy állásinterjún.

Ha úgy gondolod, hogy a Te szekrényedre is ráférne a szortírozás, akkor ne habozz, hozd el megunt, már nem használt, esetleg kinőtt ruháidat, játékaidat és sportszereidet május 14-éig a Premier Outletbe, Magyarország legnagyobb minőségi ruhagyűjtő akciójára! A felajánlásokat az Ökumenikus Segélyszervezet juttatja majd el megfelelő helyre: olyan nélkülözni kényszerülő gyerekek, családok számára, akiknek a mindennapok kiadásai mellett nem telik ruhára, cipőre. A jöttet nem marad hála nélkül: az adományozók segítségét akár 50%-os kedvezményekre jogosító kuponokkal köszöni meg a Premier Outlet, mely május 8. és 14. között, hétfőtől vasárnapig használható fel.

Az elmúlt években bebizonyosodott, hogy az emberek szeretnek összefogni, segíteni másokon: 2013-ban 18 000, 2014-ben 40 000, 2015-ben rekord mennyiségű, 80 000 adomány gyűlt össze, melyet 2016-ban is sikerült megtartani.

A Premier Outletben található Adománygyűjtő Ponton (106-os üzlet) május 14-éig, vasárnapig várják a jó minőségű használt, tiszta ruhákat, játékokat és sportszereket a hátrányos helyzetben lévő gyermekek, családok számára.

**További információ: www.premier.hu
www.facebook.com/PremierOutletCenter**



OSSIAN LEMEZBEMUTATÓ KONCERT A TRACK SZÍNPADÁN

ÁPRILIS 21-ÉN MEGJELENT AZ OSSIAN ZENEKAR ÚJ
STÚDIÓALBUMA. „AZ IGAZI SZABADSÁG?” CÍMŰ LEMEZ. MÁR
A MEGJELENÉS NAPJÁN ARANYLEMEZ LETT. MINDEZT
REKORD IDŐ ALATT ÉRTE EL A LEGENDÁS HEAVY METAL
CSAPAT. AZ OSSIAN KÖVETKEZŐ NAGY DOBÁSA MÁJUS 6-ÁN
LESZ A BARBA NEGRA TRACKBEN! A LEMEZBEMUTATÓ
KONCERT KÜLÖNLEGES VENDEGE A KALAPÁCS ÉS AZ AKUSZTIKA.



- 
05. 06. OSSIAN - LEMEZBEMUTATÓ KONCERT
05. 07. B.A.P 2017 WORLD TOUR
'PARTY BABY' BUDAPEST BOOM
05. 12. MOBILMÁNIA, P.BOX, CHEROKEE
05. 13. DEPRESSZIÓ
05. 19. SUPERNEM
05. 20. KÁRPÁTIA
05. 25. THE GRENMA
05. 26. HANGYA 50 – KÜLÖNLEGES SZÜLINAPI KONCERT
05. 27. RATM TRIBUTE BY SUBSCRIBE
+ RAMMSTEIN BY RAMMSTURM
05. 28. ÖRÖKSÉG

JÁTÉK

KINEK A BECENEVE AZ, HOGY HANGYA?
VÁLASZÁT KÜLDJE A
JATEK@BARBANEGRA.HU
CÍMRE ÉS NYERJEN PÁROS BELÉPŐT!

WWW.BARBANEGRA.HU

FACEBOOK.COM/BARBANEGRANUNGAR



Kína, a nagy falat



Albertfalvi Közösségi Ház

Anyák napja
Az AKH Opera- és Dalstúdió ünnepi hangversenye 2017. május 5. 18 óra
A koncerten az édesanyák és a szeretet jegyében népszerű operaszíndarabokat hallhatunk, valamint közismert dallamok csendülnek fel. A rendezvényen Gyurkovics Zsuzsa Jászai Mari-díjas színművész nyitja meg Csák József operatársaságának Nyári Nyugalom című festménykiállítását. Részvételi díj: 500 Ft



KÍNA, a nagy falat
Ismerkedjünk egy kicsit Kínával!
2017. május 13. 16–21 óráig
A tematikus nap részeként közelebb kerülhetünk az európaiaktól merőben eltérő és rendkívüli mélységeket rejtő

kultúrához. Ízelítőül álljon itt néhány falat: kínai filozófia, hit és orvoslás, tájcsibemutató karddal, úti beszámoló és film, a kínai nyelv, az írásjegyek és a kalligráfia,

Kelenvölgyi Közösségi Ház

Baker Ági Élmények, hangulatok című tárlatának megnyitójára várják az érdeklődőket május 5-én 18 órakor a Kelenvölgyi Közösségi Házba. Május 7-én 8 órától autómobilbörzét tartanak, asztalt foglalni a következő telefonszámon lehet: 06/20/389-0442. **Sturdi Miklós** előadásában május 12-én 18 órától újra bepillanthatnak az érdeklődők Kelenvölgy történetébe. A téma ezúttal: neves kelenvölgyi személyiségek. A bolhapiaci hangulatot kedvelők pedig május 13-án reggel 8 órától válogathatnak kedvükre a garázsvásáron fellelhető portékák között (asztalfoglalás telefonon: 06/70/492-5496).

feng shui, teaszertartás, hangszerezés, harcművészeti bemutatók, „öltözz be kínainak”, olvasósarok és kézműves foglalkozás gyerekeknek. Belépő: 800 Ft

Őrmezei Közösségi Ház

Május 12-én 17 órakor Barátaink, a színészek címmel nyílik kiállítás a Kő-Tárlat Galériában. Színészeink gyakran mutatkoznak kedvenc állataikkal, az Őrmezei Közösségi Ház fotókiállítását e szeretett élőlények ihlették. Össze fogtak egy vidám tablót, hogy bemutassák a legkedvesebb színészeiket, gazdáikat – hű társaikat. A PIM – Országos Színház-történeti Múzeum és Intézet fotógyűjteményéből a képeket Füle Péter és Hargittay Mária válogatta. A tárlat megtekinthető május 31-éig. A belépés díjtalan.

Anyák napi Néptáncfesztivál



„Örömnapp ez a nap, virágszirmot bont a nap, akácvirág, tulipán, téged köszönt anyukám”.

Minden kedves érdeklődőt vár az Újbudai Babszem Táncgyűttes a MOM Kulturális Központban május 7-én. A 17 éve működő táncgyűttes minden évben megszervezi az újbudai óvodák közreműködésével az Anyák napi Néptáncfesztivált. A Timár Sándor Kossuth-díjas néptáncpedagógus által megfogalmazott pedagógiai módszer egyedülálló a világon. Japántól Amerikáig jönnek hozzá táncosok, hogy

megismerjék módszerét. Az Újbudai Babszem Táncgyűttes két tanára **Rikassy Barbara** és **Gubik József** is a Mestertől tanulták pedagógiai hitvallásukat. – Néptáncos hagyományaink továbbadását minél korábban kell elkezdni. Úgy tanítunk, mint ahogyan az édesanya tanítja gyermekét beszélni – mondja Rikassy Barbara táncpedagógus. A XI. kerületben számos óvodában folyik néptáncoktatás követve a Timár-pedagógiát. A fesztivál lehetőséget teremt az óvodák bemutatkozására, a kis táncosok pedig előadhathatják az egész évben tanult táncaikat.

(X)

Sztár a Hadikban

Gryllus Dorka volt a vendége a Miért van ez így? címmel februárban indult kulturális műsor legutóbbi programjának a Hadik Kávéházban. A résztvevők most is **Földvári Péter**, a Karinthy Színház munkatársa segítségével ismerhették meg a meghívottat. Ezúttal azt kívánta feltárni, milyen utat járt be a színésznő, amíg eljutott a közönségig és a szakmai elismerésig.

SZAJRÉ
a nadrág
NERCBANDA
Második nekifutás

PÉTER
AVAGY SZÉLHÁMOS KERESTETIK
A bolond lány
Nyitott ablak
KLOTILD NÉNI

BEMUTATÓINK A 36. ÉVADBAN
THORNTON WILDER:
A MI KIS VÁROSUNK
HARSÁNYI - ZÁGON - EISEMANN:
XIV. RENÉ
A REJTŐ-KÖPÖNYEG
KARINTHY FRIGYES:
TANÁR ÚR KÉREM

KARINTHY
KARINTHY SZÍNHÁZ. CSALÁDBAN MARAD.

**JÓTETT HELYÉBE
KEDVEZMÉNYEKET
VÁRJ!**

**ADOK-KAPOK
NAPOK
ÁPRILIS 22.-
MÁJUS 14.**

Hozd el jó állapotú használt ruháidat, cipőidet a Premier Outlet 106-os üzletében április 22. és május 14. között üzemelő Adománygyűjtő Pontba! Segítségedet egy május 8-tól 14-ig felhasználható, kedvezményekre jogosító kuponfuzettel köszönjük meg.

Partnerünk: ÖKUMENIKUS SEGÉLYSZERVEZET HÍVÓKÖZPONTJA

Médiapartnerek: **nők lapja** RÁDIÓ 1 **PREMIER OUTLET BUDAPEST**

www.premier.hu
facebook.com/PremierOutletCenter

» PROGRAMAJÁNLÓ

Ajánló az Újbuda 60+ közel 300 havi programjából

Május 4. 14.00–15.00 Weiner Leó zeneiskola anyák napi koncertje

Csak jó idő esetén lesz megrendezve! Előzetes telefonos regisztráció szükséges! Helyszín: USZOSZ, XI., Keveháza u. 6.; szabadtéri rendezvény; ingyenes; tájékoztatás: 789-2055, 06/70/4920-397

Május 8. 16.00–18.00 Útifilmvetítés: Szicília

Valentin Ferencné 60+ program önkéntes
Helyszín: USZOSZ Gazdagréti Idősek Klubja, XI., Gazdagréti tér 1.; ingyenes; tájékoztatás: minden hétköznap 8.00–14.00 óra között a 372-4636-os telefonszámon

Május 9. 18.00–19.00 Zsolti bácsi konyhája-gasztroklub

Téma: vadas marha

Helyszín: Albertfalvi Közösségi Ház, XI., Gyékényes u. 45-47.; belépő: 300 Ft/fő; tájékoztatás: minden hétköznap 10.00–18.00 óra között a 204-6788-as telefonszámon

Május 10. 60+ természetjárás

Mátra-hegység: Mátraszentlászló–Vörös kő–Mátraszentistván–Mátraszentimre (itt megszakítható)–Galyatető.
Táv: 15 km, szint: 400 m. Előzetes jelentkezés szükséges!
Találkozó: 6.30, Stadionok, Volán pu. (ind. 6.45); ingyenes; jelentkezés: Somóczi Szilvia (CAOLA), 06/30/340-3490

Május 10. 17.00–19.00 Horgoló Kör

Helyszín: Kelenvölgyi Közösségi Ház, XI., Kardhegy u. 2.; költség: 300 Ft; elérhetőség: 424-5363

Május 10. 18.00–19.00 Abonyi Maya: Chopin cisz-moll keringő fotókiállítás megnyitója

A tárlat június 6-áig látogatható nyitvatartási időben.

Helyszín: Albertfalvi Közösségi Ház, XI., Gyékényes u. 45-47.; ingyenes; elérhetőség: minden hétköznap 10.00–18.00 óra között a 204-6788-as telefonszámon

Május 11. 15.00–17.00 Számítástechnika a mindennapokban

Dokumentumok mentése. Előzetes regisztráció szükséges! Helyszín: USZOSZ Gazdagréti Idősek Klubja, XI., Gazdagréti tér 1.; ingyenes; Geréb Gerda klubvezető, minden hétköznap 8.00–16.00 óra között a 786-6084-es telefonszámon

Május 12. 18.00–20.00 Kelenvölgy története

Sturdik Miklós előadássorozata. Témája: Neves kelenvölgyi személyiségek. Helyszín: Kelenvölgyi Közösségi Ház, XI., Kardhegy u. 2.; ingyenes; elérhetőség: 424-5363

Május 15. 16.00–18.00 Útifilmvetítés: Málta-Gozó

Valentin Ferencné 60+ program önkéntes. Helyszín: USZOSZ Gazdagréti Idősek Klubja, XI., Gazdagréti tér 1.; ingyenes; elérhetőség: minden hétköznap 8.00–14.00 óra között a 372-4636-os telefonszámon

Május 16. 60+ városismereti séta – Látogatás Hatvanba

Hatvanba látogatunk, ahol megtekintjük a szépen felújított város nevezetességeit. Előzetes jelentkezés szükséges! Találkozó: 7.00, Keleti pályaudvar, az induló vonat vége; a vonat 7.35-kor indul; költség: vonatjegy Bp. bérlettel 930 Ft egy irányba, 65 év felett ingyenes + múzeumi belépők; jelentkezés: Domoszlai Erzsébet 60+ program önkéntes, domoszlai.erzsebet@gmail.com, 06/30/862-8152

Május 17. és 31. 9.30–11.30 Dietetikai (táplálkozási) tanácsadás

Személyes tanácsadás táplálkozási szakemberrel. Előzetes jelentkezés szükséges! Helyszín: Újbudai Szenior Programközpont, XI., Bölcső u. 3.; ingyenes; jelentkezés: hétköznap 8.00–14.00 óra között a 372-4636-os telefonszámon

Május 18. Evangélikus Országos Múzeum – Luther öröksége c. kiállítás megtekintése

Ezüstnet Egyesület. Előzetes jelentkezéshez kötött! Találkozás: 10.00, Deák téri templom bejárat; belépődíj: 500 Ft/fő, 70 felett ingyenes + idegenvezetés díja mindenkinek! 5000 Ft/csoport, 1 főre jutó összeg létszámfüggő; jelentkezés: buliczkajutka@gmail.com e-mail címen vagy minden hétköznap 8.00–14.00 óra között a 372-4636-os telefonszámon

További programok és információ:

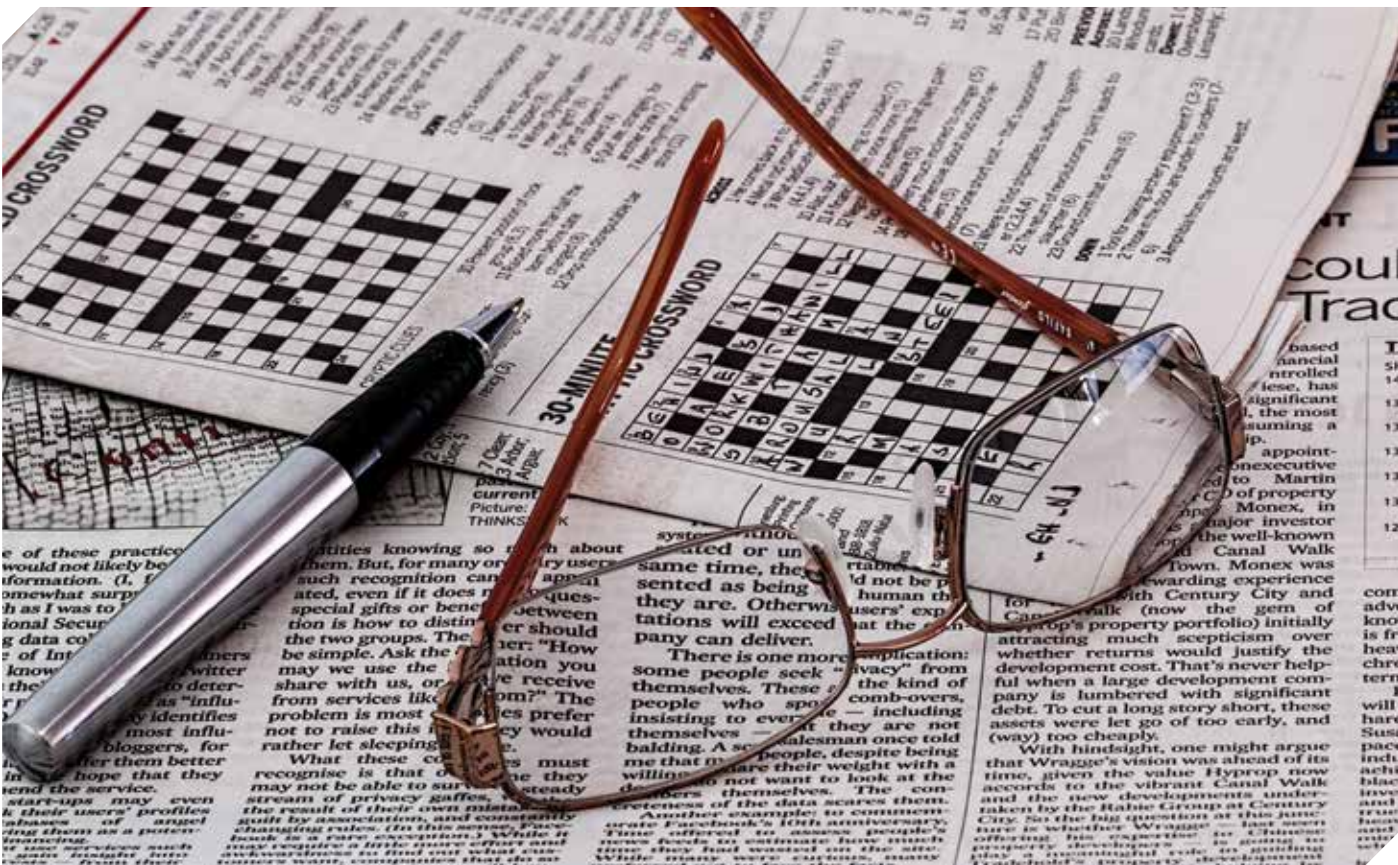
ÚJBUDAI SZENIOR PROGRAMKÖZPONT

Cím: 1117 Budapest, Bölcső u. 3. | Telefon: 372-4636
Nyitva tartás: hétköznap 8–14 óra között
Web: idosbarat.ujbuda.hu/ujbuda-60-program
facebook.com/Ujbuda60pluszProgram
E-mail: 60plusz@ujbuda.hu

Zenés kímélő torna Majorszky Klára gyógytestnevelővel

Minden hétfőn 15 órától a Gazdagréti Közösségi Házban! Az első alkalom ingyenes, további alkalmak: 200 Ft/alkalom. Folyamatos csatlakozási lehetőség! További információ, előzetes jelentkezés: majorszky@gmail.com, 0620/443-7048

XIV. Szenior Országos Rejvényfejtő Verseny 2017.



Idéje: 2017. május 28-án, vasárnap 10.30 óra

Helye: Újbuda Polgármesteri Hivatala (XI., Zsombolyai u. 5., földszinti Tanácssterem)

Kategóriák:

1. Sudoku (logikai) rejtvény
2. Rejtvényfejtés (kezdő, középhaladó, haladó, haladóbb)

Korcsoport: 60 éves kor felett

Nevezés: 2017. május 8–15. között az Újbudai Szenior Programközpontban személyesen (XI., Bölcső u. 3.), vagy a 06/20/573-1839-es telefonszámon kizárólag SMS-ben május 8-ától, valamint a neva40@freemail.hu e-mail címen. Nevezéskor kérjük feltüntetni a lakhelyet, születési évszámot és a választott kategóriát.

Verseny rendezője: Rejtvényfejtők Országos Egyesülete és Újbuda Önkormányzatának Polgármesteri Hivatala (XI., Bocskai út 39–41.)

Lebonyolítás: Valamennyi kategóriában 2-2 rejtvényt kell megoldani, emelkedő nehézségi szinttel.

A fejtési idő max. 1,5-1,5 óra

A verseny zökkenőmentes lebonyolítása érdekében a több számban induló résztvevők megfejtett rejtvényeiket folyamatosan adhatják le, illetve vehetik át a következőt.

Díjazás: Valamennyi kategóriában az I. helyezettek kupa, I–III. helyezettek érem és oklevél díjazásban részesülnek. A kerületi és nem kerületi lakosokat külön díjazzuk.

Országos Szenior Egyéni Rapidsakk-Bajnokság újbudai elődöntő – 2017.

Idéje: 2017. május 20., szombat 10.00 óra

Helye: Gazdagréti Közösségi Ház (XI., Törökugrató u. 9.)
Nevezés: 2017. május 3-ától folyamatosan május 15-én 16.00 óráig a gkh@ujbuda.hu e-mail címen.
A nevezés díjtalan!

Korosztály:
2017. június 30-áig a 60. életévét betöltött hölgyek és urak.

Verseny rendezője:

Újbuda Önkormányzatának Polgármesteri Hivatala

(XI., Bocskai út 39–41.) és a Gazdagréti Közösségi Ház.

Díjazás: az I–III. helyezettek és az I–VI. helyezettek oklevél díjazásban részesülnek.
A legeredményesebb női és férfiversenyző lehetőséget nyer a 2017. szeptember 14–15-én megrendendő nagykanizsai országos döntőn való részvételre!
MINDEN KEDVES ÉRDEKLŐDŐT SZERETETTEL VÁRUNK!!

Nevezési feltételek: A nagy érdeklődésre tekintettel sudokuban két kategóriát, illetve rejtvényfejtésben azok számára, akik a haladóban többször voltak elsők, egy „haladóbb” kategóriát indítunk. ROE-tagok minősítésüknél alacsonyabb kategóriában nem indulhatnak, valamint a haladónál magasabb minősítésűek a versenyen csak „haladóbb” kategóriában vehetnek részt. Akik a korábbi versenyeken legalább kétszer első, illetve legalább háromszor az első 3 hely valamelyikén végeztek, csak egy kategóriával feljebb indulhatnak!

A kategóriaválasztás megkönnyítése érdekében tájékoztatást adunk a rejtvénytípusokról:

- Kezdő Rejtvények: Skandináv típusú Hagyományos

- Középhaladó Rejtvények: Mozaik Olasz (betűs segítséggel)

- Haladó Rejtvények: Szimmetrikus sziget Félig folyamatos olasz

- „Haladóbb” Rejtvények: Félig kevert Olasz Félig-meddig megkevertük

Sudoku 1: könnyebb feladatok
Sudoku 2: nehezebb feladatok

Eredményhirdetés: kb. 15 óraker

MINDEN KEDVES ÉRDEKLŐDŐT SZERETETTEL VÁRUNK!!

Bűnmegelőzési előadás Örmezőn

Az Újbuda 60+ Program Bűnmegelőzési Alprogramja részeként ismét várjuk azokat a szépkorúakat, akik szeretnék elkerülni, hogy bűncselekmény áldozatává váljanak, valamint többet kívánnak tenni saját biztonságuk érdekében.

Május 17-én 14.00 órától az új idősbárát központban, az Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központban (1112 Bp., Kérő u. 2.) a XI. kerületi rendőrkapitányság munkatársa tart előadást az aktuális bűnügyi kérdésekről, helyzetéről, különböző bűnözői trükkökről, módszerekről és a megelőzés módjairól.

További információ: minden hétköznap 8.00–14.00 óra között az Újbudai Szenior Programközpontban vagy a 372-4636-os telefonszámon.

Lelki segítő beszélgetések időseknek

Különböző lelki problémával kapcsolatos személyes beszélgetések képzett önkéntesekkel. Előzetes jelentkezés szükséges!

Helyszín: Újbudai Szenior Programközpont, XI., Bölcső u. 3. vagy Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ, XI., Kérő u. 3.; ingyenes; jelentkezés: minden hétköznap 8.00–14.00 óra között a 372-4636-os telefonszámon.

Környezettudatos program a Dúdoló bölcsiben



Sóbarlangot, mezítlábas és fűszerkertet, valamint gyíkparadicsomot avattak az Őrmezői Dúdoló Bölcsődében.

Az Őrmezői sóbarlangban öttonnányi holt-tengeri só, valamint fény- és hangterápia segíti a kisgyermek egészségének megőrzését. A pár négyzetméteres sóbarlang levegője csillapíthatja a köhögést, jótékony hatással van számos légúti és egyéb problémára. A sóterápia különösen hasznos gyerekeknek, preventív jellege náluk hangsúlyosabb, mint a felnőtteknél. – A kicsik nemcsak észrevétlenül gyógyulhatnak, hanem játszhatnak, és sóhomokozás közben énekes madarak füttykoncertjét is hallgathatják CD-ről – mondta a bölcsőde vezetője, *Dékány Krisztina*.

Szintén a Dúdolóban avatták fel a terület második mezítlábas kertjét. A megvalósításhoz szükséges

összeget részben Újbuda Önkormányzata adta, miután 2016-tól a bölcsődésekre is kiterjesztette környezettudatos nevelési programját. *Hoffmann Tamás* polgármester az avatón elmondta: mindez rendkívül fontos a nagyvárosi gyermekek életében, ugyanis a környezettudatos nevelés révén nem

csak elméleti tudást szerezhetnek a környezetkárosító, illetve -kímélő tevékenységekről, hanem felfedezhetik a növény- és állatvilág szépségét, különlegességét is. Idesorolta a különféle anyagok (fű, murva, kavics, homok), valamint a hőmérséklet és az eltérő simaságú felületek megismerését. *Hégli Imre*, az önkormányzat környezetvédelmi osztályának vezetője a frissen avatott fűszerkertről elmondta: az apró kaspókba zsályát, rozmarinot, mentát és bazsalikomot ültettek. A gyíkparadicsomba pedig 12 egyedet telepítettek, amelyek a felmelegedő fatuskókon élvezhetik majd a nap erejét.

A környezettudatos nevelési program részeként 2016 őszétől lehet pályázni az Újbuda Környezettudatos Bölcsődéje címre. A fejlesztéshez 100 ezer forintos támogatást biztosít az önkormányzat.

(T. K.)



Okos ovis gyalogosok

Játékos interaktív koncert részeként tanulhatták meg a gazdagréti Pitypang Óvoda kisgyermekai a biztonságos közlekedés szabályait.

Az apróságok találkozhattak a különböző funkciójú jelzőtáblákkal, minizebrával, miközben a Csi-

Az Okos gyalogos című zenés, interaktív foglalkozás ötlete *Vonsik Vivien* fejéből pattant ki, aki kollégájával szolgáltatta a műsort.

A különleges rendezvényen *Liskány Csaba*, a XI. kerület rendőrkapitánya is részt vett. Érdeklődésünkre hangsúlyozta, a gyerekeknek előadott „okos gyalogos” rendkívül hasznos



pet-csapat zenekar tagjai játékos dallamokat és mondókákat adtak elő. Megtudhatták például, hogy a zebrán csak az egyik szülő, az óvónéni vagy a csoport másik ovisának a kezét fogva szabad átkelni, miután balra, jobbra és újra balra néztek. Azt is megtanulhatták, hogy biciklizni kizárólag bukósisakkal és könyök-, illetve térdvédővel szabad.

volt, mivel azt vallja, hogy a közlekedési szabályokat nem lehet elég korán elsajátítani. Az óvodásoknak tartott játékos koncert nem jöhetett volna létre alpolgármester támogatása nélkül. Ötgyermekes édesanyaként ő is nap mint nap megtapasztalja, milyen veszélyek leselkedhetnek a legkisebbekre az utcákon, járdákon.

(T. K.)

CINCOGNÁK AZ EGEREK?
HEMZSEGNEK A ROVAROK?
RIKÁCSOLNAK A MADARAK?

HA ÖN IS NAP MINT NAP SZEMBESÜL
EZEKKEL A KELLEMETLEN
PROBLÉMÁKKAL, AKKOR
A MEGOLDÁS AZ:

IRTÓ
TRIO

GYORS ÉS SZAKSZERŰ
SZOLGÁLTATÁS KÁRTEVŐK ELLEN!
HÍVJON MINKET A 06 1 315 0420
SZÁMON ÉS SZÜNTESSE MEG
VELÜNK A PROBLÉMÁT!



IRTÓ
TRIO



★ 100% ★
• GARANCIA •
★ ★ ★

ELÉRHETŐSÉG, RENDELÉSFELVÉTEL:

Tel.: 06 1 315 0420 | 06 1 209 9021 | 06 1 209 9022 | 06 30 641 0590 | 06 30 592 1190 | 06 30 537 8924
Fax: 06 1 209 4736 E-mail: ertekesites@irtotrio.hu, irtoszer@irtotrio.hu

www.irtotrio.hu

1 KATTINTÁS, 2 FONTOS ÜGY

LÉPJEN BE AZ ÜGYFÉLKAPURA
ELLENŐRIZZE AZ **e-SZJA** BEVALLÁSÁT,
ÉS AJÁNLJA FEL
ADÓJA 1+1%-ÁT
A CIVIL SZERVEZETEK,
ALAPÍTVÁNYOK, EGYHÁZAK,
VAGY TEHETSÉGEK
TÁMOGATÁSÁRA.

Határidő:
Május 22.



Nemzeti Adó-
és Vámhivatal

» FELHÍVÁS



Százötvenezer forint bírsággal sújtható Újbudán a közterületi alkoholfogyasztás. Ugyancsak szabálysértési eljárást von maga után, ha valaki indokulatlanul megsérti a csendrendeletet a nyugalmi időszakban, vagyis munkanapokon este 8 és reggel 8 között, szombaton, vasárnap és ünnepnapokon éjjeltől reggel 9-ig.

Szigorú szabályzatok vonatkoznak a közterületek rendeltetésszerű használatára, így például a tiltott helyen való górdeszakázásra, görkorsolyázásra, rollerezésre és kerékpározásra is.

Büntetésre számíthat az is, akit a közterület-felügyelők szemtelésen kapnak közterületen, közforgalmú épületben vagy tömegközlekedési eszközön.

» PÁRTOK ESEMÉNYEL

» A XI. KERÜLETI FIDESZ PROGRAMJAI

Budafoki út 9–11. Tel.: 209-3439. Nyitva tartás: hétköznapi 14–18 óráig.

Dr. Oláh András Sándor ügyvéd következő ingyenes jogi tanácsadása május 23-án 16 órától lesz. Hétfőnként 14–16 óráig táplálkozási tanácsadás várja az érdeklődőket.

» A XI. KERÜLETI MSZP PROGRAMJAI

Méznök utca 40. Tel.: 205-3655. Nyitva tartás: hétfő, kedd, csütörtök: 10–13; kedd, szerda, péntek: 15–17 óráig, e-mail: ujbuda@mszp.hu, www.ujbuda.mszp.hu, www.ujbuda.mszp.hu.

Településképi Arculati Kézikönyv és Településképi Rendelet készítésének megkezdéséről

A településfejlesztési koncepcióról, az integrált településfejlesztési stratégiáról és a településrendezési eszközökről, valamint egyes településrendezési sajátos jogintézményekről szóló 314/212. (XI.8.) Kormányrendelet 29/A.§-nak megfelelően, ezúton tájékoztatom Önöket, hogy Budapest Főváros XI. Kerület Újbuda Önkormányzata a településképi védelméről szóló 2016. évi LXXIV. törvény értelmében a Településképi Arculati Kézikönyv és a Településképi Rendelet készítését megkezdte.

Az Arculati Kézikönyv elsősorban a lakosság és a döntéshozók tájékoztatását segítő, szemléletformáló eszköz. Célja, hogy lényegre törően, mindenki számára érthető módon mutassa be a kerület építészeti arculatát meghatározó jellemzőket, épített és természeti értékeket, valamint a közös lakókörnyezet minőségi alakításával kapcsolatos elvárásokat, javaslatokat. A kézikönyv összegyűjti a település helyi építészeti stílusjegyeit, és azokat a minőségi elvárásokat, melyeket egy építkezésnél figyelembe kell venni. Az elkészült kiadvány közérthető formában, jó példák bemutatásával segítséget nyújt az építetők és építésszek számára is annak érdekében, hogy esztétikus épületek és építmények alakulhassanak ki.

Az Arculati Kézikönyv készítésénél kiemelten fontos szempont, hogy azt széles körű helyi támogatás övezze, hiszen hosszú távon befolyásolja a település épített és természeti környezetének alakulását, így a település életét, a helyi lakosság lakókörnyezetét. Ezért készítésébe bevonjuk a lakosságot, hogy érdemi

[facebook.com/mszpujbuda](https://www.facebook.com/mszpujbuda). Jogi tanácsadás: minden hónap harmadik szerdáján 15.30–17.30 óra között. Pszichológiai tanácsadás: minden hónap első keddjén 14–17 óra között (telefonos egyeztetés: Szőlősi Ágnesnél 06/20/979-3369).

» A XI. KERÜLETI KDNP PROGRAMJAI
Karinthy F. út 9. Tel.: 209-0474. Nyitva hétköznapi 14–18 óra között.
Május 3-án, szerdán 18 órai kezdettel dr. Faigl Ilona tart előadást a XI. kerületi KDNP-irodában Élet a halál után címmel. Minden érdeklődőt várnak a szervezők.

» A XI. KERÜLETI LMP PROGRAMJAI
Cím: Fadrusz u. 2. Tel.: 06/30/571-1922. Web: facebook.com/impdelbuda, E-mail: bp1122@lehetmas.hu, Blog: delbudamaskepp.blog.hu Az Újbudai LMP Klub minden hónap első péntekén 18–21 óra között, az F2 Klubban (Fadrusz utca 2.) várja az érdeklődőket. Jöjjen el, és beszéljünk helyi vagy országos ügyekről, problémákról, és ismerje meg a javaslatainkat!

» A XI. KERÜLETI JOBBIK PROGRAMJAI
Villányi út 20/A. Tel.: 06/70/3799-701, 365-1488.

Nyitva tartás: hétfőtől péntekig 8.30–16 óráig.

» A XI. KERÜLETI PM PROGRAMJAI
Villányi út 89. Tel.: 06/70/947-4091. Fogadóóra megbeszélés szerint.

» A XI. KERÜLETI DEMOKRATIKUS KOALÍCIÓ PROGRAMJAI
Újbudai Alapszervezet elérhetőségei: **1506 Budapest 116, Pf.: 147.,** e-mail: budapest2@dkp.hu, Facebook: Demokratikus Koalíció Újbuda. Telefonos elérhetőség: Rádi Károly ügyvezető alelnök: 06/30/547-7468.

» APRÓHIRDETÉS

» LAKÁS, INGATLAN

A FŐNIX Iroda 20 éves tapasztalattal és ügyfélmegelégedéssel a budai ingatlanok értékesítésében várja megítéslő megbízását. Alacsony jutalék. Gondos ügyintézés. T.: 06/30/9545-797. Visszahívjuk.

ÓRMEZŐI lakótelepen eladó két szoba hallos, V. emeleti, 55 nm-es lakás. Irányár: 20,5 M Ft. 06/20/354-5025.

INGATLANIRODÁNK eladó budapesti lakásokat keres ügyfeleink. Gyorsan vevőt hozunk, jutalék 3%, ügyvéd ingyenes. Ismerősének lakása eladó? Hívjon, ajánlási jutalékot kap! Laurus Ingatlan, 06/20/9-600-600.

» OKTATÁS

ALLEE- nál angol-német! 466-5301, 06/30/259-7091.

» VÍZ, GÁZ, VILLANY, FŰTÉS

VILLANYSZERELÉS azonnal! Hibaelhárítástól a teljes felújításig. Petrás József mester. ELMŰ által minősített és ajánlott vállalkozó! 246-9021, 06/20/934-4664.

DUGULÁSELHÁRÍTÁS azonnal. 06/20/398-2881.

» LAKÁSSZERVIZ

LAKÁSFELÚJÍTÁS! Minden egy kézben. 202-2505, 06/30/251-3800.

» TV, SZÁMÍTÓGÉP

SZÁMÍTÓGÉP-JAVÍTÁS, telepítés, vírusirtás. Ingyenes kiszállással. 06/30/8572-653.

» SZOLGÁLTATÁS

LAKÁSKIÜRÍTÉS akár INGYEN, hagyatékfelvásárlás, költöztetés, lakáskiürítés

egyben. Értékeit beszámolom vagy megveszem.

06/30/742-4558.
DUGULÁSELHÁRÍTÁS a kerületben: 06/30/9210-948.

KÖLTÖZTETÉS, lomtalanítás, áruszállítás. 403-9357, 06/20/972-0347, 06/30/589-7542.

WWW.AJTOABLAKDOKTOR.HU ablakok, ajtók javítása, zárak cseréje, festése, szigetelése, üvegezése garanciával, felmérés díjtalan. Horváth Ákos, 06/70/550-0269.

KONTÉNERES sitt, sóder, termőföld, zöldhulladék szállítása. 06/20/944-4759.

LAKATOS: zárcsere, kerítés, rács, féltető, kapuk gyártása, ajtóbehozók. 06/20/380-8988.

TETŐFEDÉS, bádогоzás, kis munkák is. Tel.: 06/30/401-7462.

SZOBAFESTŐ munkát vállal. 06/30/913-8245.

ÉPÜLET- és bútorasztalos vállalkozó munkát vállal, 28 éves tapasztalat. 06/20/3372-196.

REDŐNYJAVÍTÁS, gurtncsere. 06/20/321-0601.

KONTÉNERES sittszállítás, sóder, homok, zöldhulladék, termőföld. 06/20/4646-233.

REDŐNYMŰK ÁK, készítés, javítás, szúnyogháló, gurtncsere, megbízhatóság, elfogatható ár. 06/30/212-9919.

» GYÓGYÁSZAT

GYÓGYPEDIKŰR-kosmetika otthonában. 06/30/206-4801.

PEDIKŰR, kozmetika, masszázs: Kanizsai u. 7.-ben vagy otthonában. 06/20/919-6311.

» RÉGISÉG

PAPIRRÉGISÉG, képeslap, fotó, jelvény, kitüntetés készpénzes helyszíni felvásárlása. 06/70/609-9985.

PAPÍR- és FÉMPÉNZT, bélyeget, képeslapot, papírrégiséget, régiségeket vásárolunk és árverésre

módon beleszólhassanak otthonuk, környezetük alakításába. A kézikönyv kidolgozásához elengedhetetlen, hogy minél pontosabb képet kapjunk közös településünk településképi meghatározó adottságairól, ennek megismerésében pedig leginkább a helyi lakosok tudnak segítséget nyújtani.

A településképi rendelet az arculati kézikönyv alapján készül. Biztosítja a településképi védelmét a településképi követelmények meghatározásával, önkormányzati támogatási és ösztönző rendszer kialakításával, illetve településképi-érvényesítési eszközök alkalmazásával.

A Településképi Arculati Kézikönyv és a Településképi Rendelet készítésével kapcsolatos véleményüket, észrevételeiket, ötleteiket a lakosok Lakossági Fórumon 2017. május 8-án 12–18 óra között a Polgármesteri Hivatal Főépítési Irodáján (1113 Budapest, Zsombolyai utca 4. V. emelet) személyesen, vagy 2017. május 31-éig a foepitesz@ujbuda.hu e-mail címen írásban tehetik meg!

Szívesen veszünk fényképeket értékesnek ítélt építészeti részletekről, terekről, utcákról, egyedi/követendő kortárs vagy historikus épületekről. Fontos, hogy a fotók küldésénél a szövegben jelöljük meg, hol található a fényképezett objektum, és milyen szempontok miatt küldi az anyagot.

Az Arculati Kézikönyv-tervezettel kapcsolatos lakossági véleménynyilvánításra a partnerségi egyeztetés részeként kerül sor. A véleményezési dokumentum a www.ujbuda.hu oldal Hirdetményei között, valamint a Főépítési Iroda oldaláról lesz elérhető. A partnerségi egyeztetés pontos időpontjáról a későbbiekben fogjuk tájékoztatni Önöket a helyben szokásos módon.

Takács Viktor

főépítés

BARABÁS RICHÁRD (PM)
Időpont-egyeztetés: 06/70/947-4091, barabas.richard@parbeszedmagyarorszagert.hu

DR. BÁCS MÁRTON (MSZP-DK) önk. képvis. Egyeztetés: 06/70/902-1837, 204-2805

BUDAI MIKLÓS (MSZP) önk. képvis. Minden hónap második csütörtökén 17 órától. Napraforgó Óvoda (Bikszádi út 57–59.) Bejelentkezés: 06/30/948-9341.

CSERNUS LÁSZLÓ (FIDESZ) önk. képvis. Egyeztetés: 06/20/597-5600, csernus.laszlo@fidesz.hu

FARKAS KRISZTINA (FIDESZ) önk. képvis. Minden hónap utolsó hétfőjén 17–18.30 óráig. Albertfalvi Községi Ház (Gyékényes u. 45–47.)

GAJÁRSZKI ÁRON (LMP) önk. képvis. Fogadóóra e-mailes egyeztetés alapján: gajarszki.aron@ujbuda.hu

GÖRÖG ANDRÁS (MSZP) önk. képvis. E-mail: mail@gorogandras.hu. Tel.: 30/966-2187

GYORGYEVICS MIKLÓS (KDNP) önk. képvis. Minden hónap első keddjén 16.30–18.00 óráig. KDNP-iroda (Karinthy F. út 9.) gyorgyevics.miklos@ujbuda.hu

HAIDAR NORBERT (FIDESZ) önk. képvis. Minden hónap első hétfőjén 16.30–18.00 óráig. Nyitnikék Óvoda (Kanizsai u. 17–23.) haidar.norbert@ujbuda.hu

HINTSCH GYÖRGY ISTVÁN (MSZP-DK)
06/30/655-3015, hintsch.gy@gmail.com

JANKÓ ISTVÁN (FIDESZ) önk. képvis. janko.istvan@fidesz.hu, előzetes telefonos egyeztetés alapján: 06/30/655-3033

JUNGHAUSZ RAJMUND (FIDESZ) önk. képvis. Fogadóórája előzetesegyeztetés alapján: 06/70/942-4624, e-mail: junghausz.rajmund@fidesz.hu

KELLER ZSOLT (MSZP-DK)
Egyeztetés: 06/70/339-6580, zsoltkeller1@gmail.com

KERÉKGYÁRTÓ GÁBOR (FIDESZ) önk. képvis. Időpont-egyeztetés: kerekgyarto.gabor@ujbuda.hu, 06/30/817-2313

KIRÁLY NÓRA (FIDESZ) alpolgármester Alpolgármesteri fogadóóra: telefonos egyeztetés alapján, Zsombolyai utca 5. Tel.: 372-4620 www.kirallynora.hu

LUDÁNYI ATTILA (FIDESZ) önk. képvis. Fogadóóra előzetes egyeztetés alapján: 06/20/475-0130, ludanyi.attila@fidesz.hu

DR. MOLNÁR LÁSZLÓ (KDNP) alpolgármester Képviselői fogadóóra: minden hó első keddjén 16.30–18 óráig, KDNP-iroda, (Karinthy F. út 9.) Alpolgármesteri: minden hó második szerda 15–16.30 óráig. Bejelentkezés módja személyesen vagy telefonon. Újbuda Önkormányzata, Budapest, Zsombolyai út 4. II. emelet 204. Pappné Mika Edit 3724-672 telefonszámon.

NAGYNÉ ANTAL ANIKÓ (FIDESZ) önk. képvis. E-mail: n.antal.aniko@ujbuda.hu Telefon: +36/70/383-7230. Fogadóóra: minden hónap első keddjén 17–18 óráig, Bethlen Gábor Általános Iskola és Gimnázium (Bartók Béla út 141.)

SASS SZILÁRD (FIDESZ) önk. képvis. Fogadóóra időpont és helyszín egyeztetése e-mailen vagy telefonon lehetséges. E-mail: sass.szilard@ujbuda.hu. Telefon: +36/20/669-3832

DR. SIMICSKÓ ISTVÁN (FIDESZ-KDNP) ögy. képvis. Bejelentkezés alapján: 06/20/200-0781, simicsko.istvan@fidesz.hu, Zsombolyai u. 5.

SZABOLCS ATTILA (FIDESZ) ögy. képvis. Minden hónap első csütörtökén. XXII. kerületi Polgármesteri Hivatal (I. em. 44.) Bejelentkezés: 482-0188

SZABÓ ANDRÁS (FIDESZ) önk. képvis. Időpont-egyeztetés: 06/30/321-2408

SZABÓ GYÖRGY (JOBBIK) önk. képvis. Időpont-egyeztetés: szabo.gyorgy@jobbik.hu

TURBÓK JÁNOSNÉ (FIDESZ) önk. képvis. Időpont-egyeztetés: 06/70/902-1836 Minden hónap első hétfőjén 16–18 óráig. KDNP-iroda (Karinthy F. út 9.)

VÉCSEI ÉVA (MSZP)

Fogadóóráját minden hónap első csütörtökén 16.30–17.30 között tartja a Keveháza Utcai Óvodában (Keveháza u. 4.)

WENDLERNÉ DR. PIRIGYI KATALIN (FIDESZ) önk. képvis. Telefonon történő előzetes egyeztetés alapján, tel.: 06/70/902-1839. Minden hó első keddjén 16–18 óráig, Kelenvölgyi Községi Ház (Kardhegy u. 2.), Weiner Leó zeneiskola (Neszmélyi u. 30.) minden hónap utolsó péntekén 17–18.30-ig.

» KERÜLETI OKMANYIRODA

Újranyílt a Bocskai út 39–41. száma alatti, továbbá folyamatosan üzemel a Budafoki út 59. szám alatti kormányablak is az alábbi ügyfélfogadási rend szerint:

Hétfő: 7.00–17.00
Kedd: 8.00–18.00
Szerda: 8.00–20.00
Csütörtök: 8.00–18.00
Péntek: 8.00–15.00

» IMPRESSZUM

Főszerkesztő: Hőnyi Gyula • Szerkesztőség: 1113 Budapest, Zsombolyai utca 5. • Telefon: 381-1307, e-mail: media@ujbuda.hu • Kiadja a KözPont Újbudai, Kulturális, Pedagógiai és Média Kft. • Ügyvezető igazgató Hőnyi Gyula • Megjelenik 80 000 példányban • Szerkesztők: Veres László, Kapin Viktória • Korrektor: Paola Fernández

• Újságírók: Horváth Lídia, Kelemen Angelika, Tóth Kata • Hirdetés: Szobonya Timea • Tervezőszerkesztő: KOV

• Nyomtatás: Lapcom Zrt., 9021 Győr, Újlak u. 4/a. • Felelős vezető: Andreas Merz vezérigazgató • Terjeszti az Újbuda Prizma Közhazsnú Nonprofit Kft.

• Az újságban megjelent hirdetések és hirdetések tartalmáért a szerkesztőség felelősséget nem vállal. Személyes apróhirdetés feladás: hétfőn és szerdán 8-15 óráig a 207. irodában.

Friss zöldségleves percek alatt



Ha nincs ötletünk, hogy milyen fogással nyűgözzük le családtagjainkat a vasárnapi ebédnél, akkor a következő recept biztosan hiánypótló lesz! A tavaszi hónapokban vadásszuk a friss zöldségeket a piacon, viszont a sok zöld, zsenge levél között már nemcsak a népszerű medvehagymát, hanem a spenótleveleket is megtaláljuk. Nem is gondolnánk, hogy egy pici borsóval vegyítve milyen pazar „erőlevest” lehet készíteni belőle. A szuperélelmek táborába tartozó spenót ugyanis tele van antioxidánsokkal, emellett a keringésünkre is jó hatással van, sőt, flavonoidtartalmának köszönhetően segíti az immunrendszerünk egészségét is. Forrón és hűtve is nagyon ízletes. Ha melegen tálaljuk, érdemes akár apró kenyérkockákkal megszór-

ni, amelyek a hő hatására omlóssá, puhává válnak. A VakVarjú Vendéglő konyhafőnöke, Bukszár Tamás most egy kellemes, selymes tavaszi finomságot mutat be!

Spenótos zöldborsóleves

- Hozzávalók:**
- 5 teáskanál extraszűz olívaolaj
 - 1 közepes méretű hagyma
 - 1 gerezd fokhagyma
 - durva só és frissen őrölt bors
 - 2 csésze alaplé (lehetőleg csirkehúsleves)
 - 40 dkg zöldborsó (fagyaszott)
 - 20 dkg spenót (bébi)
 - 1,5 teáskanál frissen facsart citromlé

Elkészítés:

Egy serpenyőbe tegyünk négy evőkanál olajat, adjuk hozzá az apróra kockázott hagymát, törjük bele a fokhagymát, fűszerezzük fél teáskanálnyi sóval és csipetnyi borssal. Pirítsuk legalább három percig. Öntsük hozzá az alaplevet, majd forraljuk az egészet össze. Adjuk hozzá a borsót, és kis lángon pároljuk addig, amíg meg nem puhul. Ezután keverjük bele a spenótleveleket. Fedjük le, és főzzük 2–3 percig, aztán az egészet öntsük át egy mixerbe, és folyamatos keveréssel adagoljunk hozzá vizet, amíg el nem éri a kívánt sűrűséget. Végül tegyük pikánssá egy teáskanál citromlével, fél teáskanál sóval és egy csipetnyi borssal. Tálaláskor díszítsük egy pici tejfőllel a tetején!

ÚJ LAKÓINK

Szeretettel várjuk szerkesztőségünkbe a kerületi babákról készült elbűvölő fényképeket. A fotókat elektronikus formában a media@ujbuda.hu e-mail címre várjuk. A tárgyban mindenképp jelezzék: Újbuda új lakói.



Soós Petra Flóra vagyok, 2017. február 24-én 3010 grammal láttam meg a napvilágot. Anyukám, apukám és a tesóim nagyon vártak már.

Horváth Veronika 2016. október 24-én hajnalban született, míg két bátyja otthon az igazak álmát aludta. Érkezésével teljesült a leghőbb vágyam, 3 csodálatos gyermek anyukája lehetek.



Kertész Kevin a nevem, 2016. november 28-án 3540 grammal és 52 centivel jöttem a világra szüleim legnagyobb örömeire. Már most nagyon eleven és mozgékony kisgyerek vagyok, anyukámmal szeretek tornázni és biciklizni járni. A Kondorosi Uszodánál lakom, bár a fürdetés nem a szívem csücske. Imádom, hogy a szüleim magukkal visznek mindenhol, és együtt csinálunk mindent.

A REGIO JÁTÉK az Új Lakóinknak ajándékot ajánlott fel!

REGIO JÁTÉK

Játszani öröm!

Nándorfejérvári út 23-25. és az ALLEE 2. emeletén

www.regiojatek.hu

Egy gombóc fagylalt, hogy kerekesebb legyen a világ!



A kellemes idő beköszöntével egyre nagyobb népszerűségnek örvendenek a különböző ízekben elkészített hűsítő finomságok. Van, aki az édes, tejszínes, krémes fagylaltokat szereti, míg más a friss, savanykásabb ízvilágú gyümölcsös gombócokért rajong. A nyáridéző desszertet fogyaszthatjuk önmagában, de kívá-

ló gyümölcs-kelyhek vagy torták díszítéséhez, a lényeg, hogy sosem elég belőle! A korábbi évekhez hasonlóan idén is minden érdeklődőt vár a Fagylalt Napja 2017 elnevezésű program, ami a tavalyi évben is közel 500 egység és több mint 120 ezer fagylaltimádó részvételével került megrendezésre. A hús gombócokat a kicsik és nagyok is előszeretettel fogyasztják, legyen szó családi délutánról, vagy egy ebéd utáni desszetről, a fagylalt mindig mosolyt csal az arcokra.

(X)

LuluCafe
Kávézó és cukrászda

FAGYLALT NAPOT TARTUNK

MÁJUS 7-8-ÁN
(VAN GYEREKADAG IS)

MINDEN FAGYLALT -50%

Lulu Cafe • 1116 Budapest Fehérvári út 168. • ☎ 877 4890, (70) 908 0082

Super 8 Bistro

NYITÁSI AKCIÓ!

Május 6-7-én minden hamburgeres menühöz

EGY HAMBURGERT VAGY 2 KORSÓ CSAPOLT BORSODI SÖRT ADUNK AJÁNDÉKBA.

Super 8 Bistro • 1116 Budapest Fehérvári út 168. • ☎ 877 4890, (70) 908 0082

Nyitvatartás: hétfő-szombat 8-22, vasárnap 8-20