



A XI. kerület közéleti lapja

XXXI. évf. 9. szám | 2021. május 5. | ujbuda.hu

ÚJBUDA



Újbuda | Föld | Örmező | Gazdagrét | Albertfalva | Sashegy | Gellérthegy | Szentimre város



Tavaszi takarítás

3

ZÖLD ÁPRILIS ÚJBUDÁN:
Új gépekkel takarít a Prizma I
Szemétszedési akciók A Föld napján
I Faültetési program I
Harc az illegális hulladék ellen

Fokozatos nyitás a védetteknek

Elérhette a négymilliót a legalább egyszer beoltottak száma, így a kormány korábbi bejelentésének megfelelően múlt szombattól továbblazulhattak a járványügyi korlátozások, elsősorban azok számára, akiket már védettnek tekintenek.

A kijárási tilalom már csak éjféltől hajnali öt óráig tart, az üzletekben este 11-ig lehet vásárolni. Ugyancsak 23 óráig tarthatnak nyitva a vendéglátóhelyek, a védettségi igazolvánnyal rendelkezők ezek belső terét is igénybe vehetik (kiskorúakat is bevihetnek) maszk nélkül. Utóbbi továbbra

sem lesz kötelező a kerthelyiségek, teraszok vendégeinek sem – miközben a teraszokkal gyakran egy szinten lévő közterületeken igen –, a felszolgálóknak azonban viselniük kell. A vendéglátóhelyekre – ellentétben az üzletekkel – nem vezettek be távolságtartási vagy létszámkorlátozási előírásokat (holott az április utolsó hétvégéjén, a teraszok megnyitása után kialakult tömegjelenetek láttán sok szak-



ember figyelmeztetett azok veszélyeire). A lazítással járó további előnyök mind a védettségi igazolványok birtokosaira, illetve a társaságukban lévő kiskorúakra vonatkoznak. Előttük nyílnak meg a szálláshelyek, az uszodák, a jégpályák, az edzőtermek, a sportlétesítmények, és ők mehetnek majd újból színházba, moziba, múzeumokba, könyvtárba, sporteseményre vagy állatkertbe is. A közökirat-

nak minősülő védettségi igazolvány meglétét az adott helyszín üzemeltetőjének, illetve a szolgáltatás nyújtójának kell ellenőriznie, pénzbüntetés, sőt elzárás terhe mellett, és ugyancsak szigorúan büntetik majd az ilyen dokumentum hamisítását.

A kulturális eseményeket este 11-ig be kell fejezni, csakúgy mint a sportrendezvényeket. A fenti helyszíneken, illetve eseményeken nem lesz kötelező a maszk – a közterületeken, az üzletekben és a tömegközlekedésben viszont továbbra is hordani kell. Érvényben marad az is, hogy kerüendő a csoportosulás, a gyülekezés pedig tilos. Emellett továbbra is tilos zenés-táncos eseményt rendezni, illetve ezek helyszínén tartózkodni – vagyis a koncertekre, fesztiválokra még várni kell.

Folytatás a 2. oldalon

Oltás után is óvatosan

Vakcina tapasztalatok: Dorogi Gábor háziorvost kérdeztük



MTI/Szigetváry Zsolt

Mindenki egyenlő

8

Férfiak és nők egyenlő bére, fogyatékkal élők rehabilitációja: fókuszban az esélyegyenlőség



Kerti szonáta

15

A nők lelkierejének története Finy Petra új könyvében



A magyar sport napja

16

A pandémia sem állhat az olimpiára készülő sportolóink útjába



Oltás után úszás

Uszodabérletet kaptak a szakrendelő dolgozói

Mivel a kerületi orvosaink, szakápolóink és minden egészségügyi dolgozónk folyamatosan erőn felül teljesítenek, munkájukat – az újbudaik nevében is – megköszönve *Bakai-Nagy Zita* alpolgármester és *Simon Károly*, az Újbuda Sportjáért Nonprofit Kft. ügyvezetője uszodabérlettel ajándékozta meg a Szent Kristóf Szakrendelő munkatársait. A bérleteket a Nyéki Imre Uszodában és a Sport 11-ben használhatják fel év végéig. – Nem igazságos, de a járványügyi helyzet jelenleg még mindig nem teszi lehetővé, hogy az egészségügyi dolgozók önfeláldan kikapcsolódhassanak, hiszen továbbra is óriási szerepük van a vírus elleni mindennapi küzdelemben – mondta lapunknak az alpolgármester.



Speciális fecskendővel oltanak a szakrendelőben



A Szent Kristóf Szakrendelőben már több mint tízezer embert oltottak be, és egy felajánlásnak köszönhetően speciális eszközök könnyítik meg a folyamatot.

Újbuda Önkormányzata 800 különleges fecskendőt juttatott el a szakrendelőnek, hogy ezzel is elősegítse az újbudai oltási program sikerét. Az eszközöket egy névtelenséget kérő egészségügyi vállalkozás

ajánlotta fel Újbudának. A holttérmentes fecskendőnek köszönhetően nem vész kárba egyetlen csepp vakcina sem, 10–15 százalékkal több embert lehet így beolteni, mint a hagyományos eszközzel.

A fecskendőket *Orosz Anna* alpolgármester adta át *dr. Lehoczky Péternek*, a Szent Kristóf Szakrendelő főigazgatójának.



Fontos, hogy aki tud, segítsen

Egy újbudai székhelyű számítástechnikai cég, a **Component Soft Kft.** közel hárommillió forint értékben adományozott felső kategóriás laptopokat és szoftvereket a Szent Imre Kórház munkatársainak.

– A támogatást olyan, kiváló munkát végző egészségügyi dolgozóknak, ápolóknak, segédápolóknak, takarítóknak, adminisztratív munkatársaknak, mentőskönek szánjuk, akiknek az online oktatás miatt nagy szükségük van számítógépre – mondta el a huszonhét éve Újbudán működő Component Soft vezetője, *Erdélyi Ernő*. Olyan családnak, ahol a szülők kórházi alkalmazottak, és gyerekeik nem tudnak otthon egyszerre tanulni a géphíány miatt, vagy nincs anyagi lehetőségük egy modernebb készülék megvásárlására.

– Cégünk olyan informatikai technológiákkal foglalkozik (pl. Kuberntes, Opensack), amelyeket a járvány miatt megváltozott körülmények között szinte már

mindenki használ, még akkor is, ha nem tud rólok, mert nem találkozik velük közvetlenül – számolt be Erdélyi Ernő. – Ezek a technológiák ott vannak szinte mindenben, ami a felhőről jön. A profilunk olyan, hogy a pandémia új lehetőséget, nagyobb mozgásterületet, több bevételt hozott cégünknek. Ezért is gondoltuk úgy, hogy valamit visszaadunk ebből az egészségügyben dolgozóknak, akik minden nap a mi életünkért, biztonságunkért küzdenek. Tíz nagy teljesítményű laptopot adományoztunk a Szent Imre Kórháznak, a működésükhöz szükséges szoftverekkel együtt. Azt kértük az intézmény vezetésétől, hogy válasszák ki a kimagasló és példamutató teljesítményű munkatársak közül azokat, akiknek a legnagyobb szükségük lehet ezekre. Tizennégy dolgozót nevezett meg a kórház, közülük kellett végül tízet kisorsolni. Ebből is látszik, hogy van még mit segíteni, volna helye az adományoknak bőven. Reméljük, a mi példánk üzenet a többi, kerületben működő vállalkozás számára. Fontos, hogy aki tud, segítsen – emelte ki a Component Soft Kft. vezetője.

Fokozatos nyitás a védetteknek

Folytatás az 1. oldalról

A magán- és családi rendezvényekre vonatkozó, tavaly november óta érvényes korlátozások még nem változtak, vagyis ezeken legfeljebb tízen lehetnek jelen (14 év alattiakat nem számítva), az esküvőkön kizárólag a szülők, a testvérek és a tanúk vehetnek részt – lakodalomról szó sem lehet –, a temetéseken pedig legfeljebb 50 ember jelenhet meg. *Gulyás Gergely* Miniszterelnökséget vezető miniszter a múlt csütörtöki kormányinfón azt közölte, hogy ötmillió oltás elérése után egyéb lazítások jöhetnek, és feloldhatják a lakodalmak tilalmát (ekkor még a regisztráltak száma is kevesebb volt). *Orbán Viktor* kormányfő másnap a Kossuth Rádióban azt mondta hogy még nem tudni, hány beoltottnál jöhet el a következő nyitási szakasz – ebben közrejárhat, hogy mint fogalmazott, „lanyhult a lelkesedés” az oltás iránt.

Gulyás Gergely tájékoztatásából az is kiderült, hogy ezen a héten újra elindulnak az egynapos sebészeti ellátások, május 9-étől pedig tajszám nélkül is lehet oltást kérni. Az már korábban ismert volt, hogy az óvodások és az alsó tagozatosok után május 10-étől visszatérnek az oktatási intézményekbe a felső tagozatosok, illetve a középiskolások is. Az 5–12. évfolyamos diákok eszerint a tanév utolsó öt hetében vesznek majd részt a jelenléti oktatásban. Május 10. után megkezdik a 16–18 évesek oltását is.



Látogathatók az idősothtonok

A szakosított szociális intézményekben – például az idősothtonok, illetve a fogyatékkal élőket vagy a szenvedélybetegeket gondozó otthonok – múlt héten feloldották a látogatási és kijárási tilalmat. Az ott élőket a védettségi igazolvánnyal rendelkező hozzátartozók, valamint azok kiskorú rokonai látogathatják. Az intézményeket is csak a védettségi igazolványok birtokosai hagyhatják el, 72 óránál hosszabb távollét esetén negatív eredményű gyorstesztel térhetnek vissza.

Lépjük át a határainkat!

Interjú Hintsch György alpolgármesterrel

„A koronavírus-járvány időszakában fokozottan megjelent a higiénia, a rendezett környezet igénye. Hogyan választ erre az önkormányzat?”

Röviden: a hulladékgyűjtők gyakoribb ürítésével, sürűbb fertőtlenítéssel, a zöldfelületek karbantartásával, a közterület-felügyelet kiemelt járőrözésével, és természetesen még több és több takarítással. Év elején 100 új hulladékgyűjtőt helyeztünk ki, ezeket átlag hetente kétszer, a terheltebb területeken gyakrabban, például a Bikás parkban napi rendszerességgel ürítjük ki. A Zöld Újbuda Konzorcium munkatársai kitakarították a kerületben lévő összes játszóteret, szám szerint 90 parkot, eltüntették a tél nyomait: összeszedték az avart, a szemetet, gyomlálta, felásták a homokozókat, felmérték a játszóeszközök hibáit. Facebook-oldalunkon (facebook.com/ujbuda/fenykepek) folyamatosan végig lehetett ezt kísérni, minden játszóteréről fotó készült. Nagyon köszönöm a szülőktől érkezett észrevételeket, kéréseket, igyekeztünk ezeket teljesíteni. Az Újbuda Prizma hat hete folyamatosan tisztítja a kerületet. Minden városrészben kézi takarítás, gyommentesítés történik, és négy új takarítógép is segíti a munkát. Bár szűkösek a forrásaink, további gépek vásárlását tervezzük, így még hatékonyabbá tehető a munka.

Április 30-án tartottunk az Allee-Móricz Zsigmond körtér–Kosztolányi tér területen egy teljes körű takarítást. Ez összehangolt

akció volt, hiszen ebben a térségben több tulajdonos feladata találkozik (FKF, Budapest Közut, FŐKERT, Prizma). Az FKF nagy takarítógépe és locsológépe a fővárosi részekben dolgozott, emellett az éjszaka folyamán fertőtlenítették az aluljárókat. A zöldfelületi munkákat a FŐKERT, a kézi és kisgépekkel való takarítást a Prizma végezte. Ez igazi csapatmunka volt.

„A csapatmunka nem csak erre az akcióra volt, igaz?”

Szerencsére nem. Nagyon fontosnak tartom, hogy a tiszta, rendezett közterületek megővésében mindenkinek megvan a maga feladata, kötelezettsége. Hiszen a házak előtt az ott lakóknak kell rendet tenni, ahogy a közterületen is a tulajdonosnak. Mi ettől függetlenül gyakran nem azt nézzük, kié a feladat, hanem ha erőforrásunk van rá, akkor elvégezzük. Mert a kerület a tulajdonostól függetlenül a miénk! Mindannyiunk! Ezért közös feladatunk annak takarítása, tisztántartása is.

Örülök, hogy ebben az évben nagyon sok civil szervezet, egyesület, vállalkozás „átlépve határait” bevállalt olyan feladatot, amellyel a közösséggért tett valamit. Szemetet gyűjtöttek például a Bartók-negyed tagjai, civilek, képviselők, közösségi házak, lakók.

Idén már 240 facsemetét ültetett az önkormányzat, igyekeztünk ezeket minden városrészre elosztani, számos lakossági



kérés érkezett, hogy hova ültessünk. Ehhez csatlakoztak további ültetésekkel civil csoportok, mint a Woodapest vagy a 10 Millió Fa XI. kerületi csoport. Bízom benne, hogy lesz ennek összefolytatása, lesznek még közös ültetések.

„A környezettudatosság egyre több család életének része, hogyan segíti ezt az önkormányzat?”

Úgy gondolom, ebben is több olyan lépést tettünk az elmúlt időszakban, amelyek jó kezdetet jelentenek, és mindenképpen folytatni fogjuk. Évek óta nem volt a kerületben ütemezett faápolás, idén viszont mintegy 50 utcában szakemberek végeztek gallyazást. Ez nélkülözhetetlen, hiszen így nemcsak egészséges faállományt kap kerületünk, de megelőzhető a szélsőséges időjárás okozta káresetek, fakidőlések is.

Továbbfolytatódott az ingyenes komposztáló program, a Feneketlen-tónál a FŐKERT kialakított egy közösségi komposztálót, a Prizma pedig minden lakónak biztosítja a zöldhulladék gyűjtéséhez az ingyenes zsákokat, melyeket az FKF elszállít. Most is lehet regisztrálni a házhoz menő aprítékoltásra. Megtartottuk ősszel a lomtanítást, idén is tervezi ezt az FKF. A járvány idején is működött a kerületben a Bánk bán utcai hulladékudvar, négy ponton adható le használt olaj. A Prizma által szervezett veszélyeshulladék-gyűjtés alkalmával közel 12 tonna hulladékot szállítottak el.

Azt gondolom, hogy aki tudatosan, környezetbarát, de legfőképpen legális módon akar megszabadulni a háztartásában keletkező hulladéktól, annak van erre módja, lehetősége a kerületben.

Újbuda

Közösségi szemétszedés a Föld napján

Tavaszi takarítás



Az Újbudán működő Alapjárt.hu autós magazin szerkesztősége évek óta szedi A Föld napján a szemetet munkahelye környékén. Idén nagyobb akció szervezték: *Bába Szilvia* önkormányzati képviselőt kérték fel, hogy jelölje ki a takarítás helyszínét, aki – *Junghausz Rajmund* képviselőtársával és környékbeli lakókkal együtt – maga is beállt a patakpartot és a mellette lévő kis erdőt megtisztító húsz szemétszedő közé.

A Dobogó úti illegális szeméttelrakatok felszámolásához a hulladekvadasz.hu is hozzájárult kesztyűvel és zsákokkal, a gyűjtőkonténert pedig az Újbuda Prizma szállította a helyszínre.



Az akcióhoz idén *Barabás Richárd* alpolgármesterrel együttműködve több kerületi kulturális és civil szervezet is csatlakozott, így járulva hozzá Újbuda megtisztításához, a köztisztaság fontosságának, közös felelősségének népszerűsítéséhez.

Minden szervezet vállalta, hogy egy választott területen összeszedi a hulladékot, kitakarítja a környéket. Így tisztult meg a Duna-part (Kortárs Építészeti Központ és a Budapest 100 önkéntesei), a Gellért-hegy (ArtEcho Egyesület), a Gárdonyi tér és környéke (Eleven Blokk, Bartók Boulevard Egyesület, Kelet Kávézó, Hadik Kávéház), valamint a Hamzsabégi sétány (Valyo, Transz Art Café). Az önkéntesek figyeltek a járványhelyzetre: szétosztódva, úgyelve a távolságtartásra, maszkban takarítottak.



Újbuda A Föld napjához kapcsolódóan akciósozrotat indított, amely június 5-én, a környezetvédelmi világnapon zárul. A programban a kerület vezetői hívják fel a figyelmet a zöld környezet megővésének fontosságára helyi projektek és célok bemutatásával. Az erről készült filmeket hétről hétre megtekinthetik az Újbuda Televízióban és Újbuda Facebook-oldalán.

SZEMÉLYES SZERETETTEL MÁSOKÉRT

1%

Kérjük, **ADÓJA 1%-ával** támogassa a **Katolikus Karitás** munkáját.

KARITÁST TÁMOGATÓ ALAPÍTVÁNY – ADÓSZÁM: 19666275-1-43

ZÖLD SZIGET

PÁLYÁZAT 2021-BEN IS!

BEADÁSI HATÁRIDŐ: 2021. AUGUSZTUS 31.

kozigazgasas.ujbuda.hu/ környezetvedelmi-palyazatok

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



A tervek szerint ez év második felében elkezdődhet a Gellért-hegyi Citadella átépítése, és ha a most közzétett látványterveknek megfelelően fejeződik be, akkor nehéz lesz ráismerni a több mint 170 esztendő örödményre.



Az már korábban ismert volt, hogy a 20 milliárd forintos állami beruházással elkészülő felújítás nyomán a Citadellában helyet kap egy kiállítás a magyarság szabadságküzdelméről, a belsejében pedig park lesz medencével. Az Artist Design Stúdió és a Pagony Táj- és Kertépítész Kft. látványterveiből mostanra az is kiderült, hogy a Duna felé néző kerek bástya (rondella) falát a Szabadság-szobor mögötti részen megbontják, és onnan impozáns lépcsősor vezet majd a parkosított belső udvarra. A vele szemben lévő rondella falába is széles átjárót vágnak az udvar felé, emellett két oldalsó lépcsőt is kiépítenek. A Szabadság híd felé néző oldalra nyíló lépcső aljába eredetileg szőlőskertet képzeltek el (a Gellért-hegy a 19. század végéig híres borvidék volt, amíg a filoxéra ki nem pusztította a szőlőket), de a legújabb hírek szerint inkább nem bolygatják meg a védett növények élőhelyét. A Tabánra néző oldalra vezető lépcsőről a tervezett Gellért-hegyi sikló fogadóállomását is el lehet majd érn.



A siklót a 25 százalékban a Budapesti Közlekedési Központ, fennmaradó részében magánbefektetők kezében lévő Gellért-hegyi Sikló Kft. tervezi megépíteni, concessziós alapon, a Hegyalja út felől (ehhez mintegy száz fát kell kivágni). Egy tavaly júliusi kormányhatározat szerint viszont a kormány a fővárossal egyetértésben úgy döntött, hogy közberuházásként valósítják meg a siklót – emlékeztetett április 23-án a Facebookon *Tüttő Kata* főpolgármester-helyettes. Bejegyzése szerint a Fővárosi Kormányhivatal arról tájékoztatta, hogy a sikló építési engedélye februárban lejárt, és nem lehet meghosszabbítani.

Zöldterület, de a fejlesztés nem marad el

A Déli Körvasút beruházást nem érinti a kormánydöntés a Hamzsabégyi sétányról

Az Országgyűlés egy nagyobb törvény-csomag részeként megteremtette a Hamzsabégyi sétány zöldterületté nyilvánításának lehetőségét, másfél évvel azután, hogy 2019 decemberében Újbuda Önkormányzata határozatban kérte a törvénymódosítás kezdeményezését.

A sétány átalakítási terveit és a helyi lakókat aggasztó vasúteruházást ez a sikerként beállított lépés azonban már nem érinti, sőt a törvénymódosítás indoklása épp a fentiekre hivatkozik. – Hamis ábrándokat kelthet Újbuda lakóiban az a bejelentés, hogy egy fontos, parkként funkcionáló sétány zöldterületté minősítése minden problémát megold – mondta lapunknak



Bakai-Nagy Zita alpolgármester. – *Simicskó István* országgyűlési képviselő bejelentése a törvénymódosításról olyan benyomást keltett, mintha változna valami az évek óta la-

kossági tiltakozást tárgyát képező Déli Körvasút fejlesztés sétányt átalakító terveinek ügyében, de sajnos ez nem igaz. A Hamzsabégyi sétány környékén élők ugyanis elsősorban attól tartanak, hogy a vasútfejlesztés miatt megvalósuló vágánybővítés csökkenti a zöldte-

ritület mértékét. A terület átminősítését a jelenlegi önkormányzat már korábban kezdeményezte, de ezt nem próbálta meg úgy beállítani, mintha ezzel meg lehetne akadályozni az átalakításokat – tette hozzá az alpolgármester. – Újbuda felelős vezetőiként nem hangulatot

Újbuda

Testületi ülés helyett: online egyeztetés és tájékoztató EU-s projekt a hátrányos helyzetű fiatalokért

A koronavírus-járvány idején nincs lehetőség képviselő-testületi ülést tartani, így Úbudán az átlátható döntések érdekében a képviselők írásban kapják meg az előterjesztéseket, amelyekhez módosító javaslatot fűzhetnek, majd szavazhatnak.

– Célunk, hogy egy olyan projekt valósuljon meg, amely javítja a hátrányos helyzetű fiatalok életét, lehetőséget és forrásokat ad nekik a könnyebb beilleszkedéshez – mondta Újbuda polgármestere.

A bevezető után *Szentandrassy-Sárkány Tamás* jegyző ismertette a napirendi pontokat és a döntéseket. Az első napirendi pont az Újbuda Önkormányzatának tulajdonában álló lakások, illetve nem lakás céljára szolgáló helyiségek bérbeadásáról szóló rendelet módosítása volt. A rendeletmódosítást 17 igen mellett 8 tartózkodással javasolták elfogadásra a képviselők. Utána az Újbuda környezetének védelméért elismerő cím adományozásáról döntöttek. Itt az első határozatban jelölt személyt egyhangú igennel fogadták el, ám a másod-



dik határozatban javasolt személy csak tizenkettő igent kapott, így nem érte el az egyszerű többséget. Az Újbuda Gamesz és a gazdálkodási körébe tartozó, gazdasági szervezettel nem rendelkező intézmények munkameg-

osztásáról, a felelősségvállalás rendjéről szóló határozatot 17 igennel támogatták a képviselők, vagyis megvolt az egyszerű többség.

A Szent Kristóf Szakrendelő többletkapacitás befogadási kérelmét 25 igennel, tehát egyhangúan támogatták. Napirendre került még a szociális ügyek elbírálása, itt 24 igen és 1 tartózkodás született. Egyhangú igennel döntöttek a képviselők a fogadtatós személyek otthoni ellátásával kapcsolatos ellátási szerződés ügyében.

A Hadik Kávéház Kft. tagi kölcsöne visszafizetésének módosítására vonatkozó határozatot 24 igen és 1 tartózkodás mellett fogadták el. Az Újbuda Prizma Közhazsnú Nonprofit Kft. által üzemeltetett parkoló hosszú távú közterület-használatára vonatkozó előterjesztést 17 képviselő támogatta, 8 viszont tartózkodott.

A hátrányos helyzetű fiatalok beilleszkedésének segítésére és európai uniós tudatok erősítésére elnyert pályázatot 24 igennel 1 tartózkodás mellett hagyta jóvá a testület.

Utolsó napirendi pontként a lejárt határidejű határozatok végrehajtásáról szóló határozatokat fogadták el egyhangúan. A testületi egyeztetés során az előterjesztésekre nemleges válasz egy sem érkezett.

LEGNÉPSZERŰBB SZOLGÁLTATÁSAINK

- ✓ COVIDON ÁTESETT BETEGEK VIZSGÁLATA
- ✓ CT
- ✓ MAMMOGRÁFIA
- ✓ MR
- ✓ TÜDŐSZŰRÉS (ALACSONY DOZISÚ TÜDŐ CT)

ÚJ! ÍZÜLETI ULTRAHANG
ÚJRA ELÉRHETŐ!

A parkolóhely kereséssel nem kell bajlódni, ingyenes, zárt, őrzött parkolónk áll rendelkezésére.

- 1117 Budapest Hunyadi János út 9.
- +36 1 505 8888
- www.pet.hu

Sport-napok

MÁJUS 8-16.
Szombattól a következő hét vasárnapjáig!
A biztonságos vásárlás élményéért irány a szabad levegő!

akár **70%** kedvezmény*

% premier outlet Budapest

www.premier.hu

*Az akciót 2021. május 8-tól 16-ig, illetve a készlet erejéig tart. A kedvezmények feltételként változnak.

A segítség Harley Davidsonon érkezett



Nemes ügy szolgáltatában pattantak motorra a magyar harley-sok: a Jaromir Open Road Bázis Étterem által felajánlott ételadomány szállítását a Harley-Davidson Budapest Chapter klub vállalta, amelynek tagjai örömmel ajánlották fel, hogy csodaszép motorkerékpárjaikon viszik el azt az Újbudai Humán Szolgáltató Központhoz (ÚHSZK). A motorosok egy hétig minden hétköznap 20 adag meleg ételt juttatnak el az intézményhez, összesen 100 adagot kapnak az ÚHSZK segítségével a rászoruló családok.

A budapesti Harley-Davidson Szalonnán lévő Jaromir Open Road Bázis Étterem a nagyközönség előtt még nem nyílt meg, a H-D Budapest csapata azonban úgy érezte, hogy ezzel a kihívásokkal teli időszakban cselekedni kell. A próbüzemben működő konyhát felhasz-

nálva mozgósította a motoros közösséget, hogy ha csak egy picit is, de segíteni tudjanak a nélkülöző, bajba jutott embereknek.

Az első adag ételeket a kerületben élő, hátrányos helyzetű gyermekes családok kapják, amelyekkel az ÚHSZK kollégái rendszeres kapcsolatban állnak. Mind az öt napon más-más családokhoz érkezik az adomány annak érdekében, hogy minél többen részesüljenek belőle.

– Kerületünkben kiemelt figyelmet fordítunk a hátrányos helyzetű családok támogatására. Ezen intézményben egy több mint 50 fős csapattal nap mint nap azon dolgozunk, hogy minél több támogatást nyújthassunk nekik. Örülünk, hogy sok kerületi cég fontosnak tartja a társadalmi felelősségvállalást, és megköszönünk minden támogatást, ami segítséget nyújt a rászoruló családoknak – nyilatkozta *Bakai-Nagy Zita*, Újbuda alpolgármestere.

Újbuda



kék hírek

Kábítószer-fogyasztót fogtak kelenföldön

2021. április 21-én délután a BRFK XI. Kerületi Rendőrkapitányság körzeti megbízottai a Kelenföldi pályaudvar közelében található zöld területen igazoltattak három személyt, akik érzékelhetően kábítószeres befolyásoltság alatt álltak. A rendőrök a helyszínen meghallgatták a társaság tagjait, majd bűncselekmény elkövetésének gyanúja miatt előállították őket a XI. kerületi rendőrkapitányságra. Egyiküknél a gyors-teszt pozitív eredményt mutatott, ezért őt az újbudai nyomozók drog birtoklása vétség miatt gyanúsítottként hallgatták ki.

Kamerafelvétel buktatta le a tolvajt

Az újbudai rendőrök elfogták és gyanúsítottként hallgatták ki azt a férfit, aki a gyanú szerint 2021. április 22-én hajnalban a XI. kerületi Hauszmann Alajos utcában található tenispályához tartozó irodába tört be, és onnan készpénzt vitt el. A sporttelep biztonsági kamerái rögzítették a bűncselekmény helyszínére érkező elkövetőt, akít a felvételek segítségével a rendőrök azonosítottak. A gyanúsítottat az ügyészség indítványára a bíróság 30 napra letartóztatásba helyezte.



Elfogták a gépkocsifeltörőt

A BRFK XI. Kerületi Rendőrkapitányság nyomozói a napokban azonosították egy tavalyi gépkocsifeltörés elkövetőjét. *R. László* a gyanú szerint 2020. november 11-én egy Barázda utcai telephelyen parkoló teherautót tört fel, ahonnan kerteszeti származékokat és gépeket lopott, összesen egymillió forint értékben. A kirendelt

genetikai szakértő segítségével a nyomozók az elmúlt hetekben azonosították az elkövetőt. Az újbudai nyomozók *R. Lászlót* elfogták, és lopás megalapozott gyanúja miatt gyanúsítottként hallgatták ki. A rendőrség elrendelte őrizetbe vételét, majd az ügyészség indítványára a bíróság a 2021. április 25-én tartott tárgyaláson *R. Lászlót* 30 napra letartóztatásba helyezte.

Ne hagyja magát megteveszteni!

Rendőrnek álcázott csalók próbálhatnak információkat szerezni, illetve a lakásba bejutni, hogy értékeket lopjanak. Álrendőrökkel kapcsolatos bejelentés sem 2021-ben, sem az előző évben nem érkezett a XI. kerületi rendőrkapitányságra, ám ha furcsa történettel csengetnek be magukat rendőrnek kiadó személyek, udvariasan kérjék el a jelvéyszámukat. Ha nem adnak jelvéyszámot, akkor biztosan nem utcaban található tenispályához tartozó irodába tört be, és onnan készpénzt vitt el. A sporttelep biztonsági kamerái rögzítették a bűncselekmény helyszínére érkező elkövetőt, akít a felvételek segítségével a rendőrök azonosítottak. A gyanúsítottat az ügyészség indítványára a bíróság 30 napra letartóztatásba helyezte.

rendőrök. Ne engedjenek be idegeneket a lakásukba! A hivatásos rendőröknek egyedi, személyre szóló jelvéyszámuk van. A rendőrség felhívja a figyelmet arra, hogy a hivatásos rendőrt egyenruhája és azon elhelyezett jelvénye vagy szolgálati igazolványa és a jelvénye igazolja. A civil ruhás rendőr az intézkedés megkezdése előtt – ha az intézkedés eredményességét veszélyezteti, akkor utána – köteles a nevét, azonosító számát, valamint az intézkedés tényét és célját szóban közölni, igazolványát és jelvényét felmutatni.

A Budapesti Rendőr-főkapitányság kéri, hogy ha valakinek álrendőrökről van konkrét információja, esetleg felmerül, hogy így próbálták megkárosítani, hívja haladéktalanul a 112-es segélyhívó telefonszámot.



Nemzeti Táncszínház



HÁZHOZ JÖN A TÁNCMŰVÉSZET

ONLINE BEMUTATÓ ELŐADÁSOK

www.tancszinhaz.hu



A legrosszabb vakcina a be nem adott vakcina

Oltási tapasztalatok: interjú Dorogi Gábor örmezői háziorvossal

Jól halad a koronavírus elleni oltás Örmezőn, de sokan még mindig nem regisztráltak. A beoltottaknak továbbra is vigyázni kell, hiszen a vakcina csak a súlyosabb szövődmények ellen ad védettséget, a betegség ellen nem. Általában sikerül mindenkinek azt az oltást megkapnia, amelyiket szeretné, bár aki válogat, annak lehet, hogy pár hetet várnia kell.

Jól állnak az átoltottsággal *dr. Dorogi Gábor* örmezei körzetében – derül ki a háziorvos lapunk kérdésére adott válaszából. A múlt héten már nagyjából 1400-an kapták meg legalább az első oltást – igaz, ez nagyon nagy létszámú praxis. Ezen felül még 400-500-an jelentkeztek, és persze itt is akadnak jó páran, akik még nem regisztráltak. Dorogi doktor úgy véli a szakirodalom alapján, hogy az agresszívebben terjedő új mutánsok miatt akár nyolcvan százalékos átoltottság is kell a közös védelemhez, de hatvan-hetven biztosan. Most erős ötven százaléknál tartanak.

Az örmezei páciensek mind az öt ma rendelkezésre álló vakcinából kaptak, vagy a rendelőben, vagy az oltóponton. Az oltásra jelentkezők egy részének határozott elképzelése van, melyet szeretne, de a tapasztalatok szerint ebben is van változás. Korábban többen, főleg a fiatalok, a nyugatiakat részesítették előnyben, most már előfordul olyan is, aki egy bizonyos keletihez ragaszkodik. A rendelőben feljegyzik, ki melyiket szeretné, és ha olyan érkezik, akkor szólnak neki. Tehát aki nagyon ragaszkodik valamelyik fajtához, az sem marad ki a programból, nem kerül a sor végére. De azzal számolnia kell, hogy akár négy-öt hetet is várakozni kényszerül.

Felvetettük, hogy talán nem erősíti a keleti vakcina népszerűségét az Európai Parlament határozata, amely szerint csak az Európai Gyógyszerügynökség által jóváhagyott vakcinával oltottak kaphatnak szabad mozgást biztosító uniós védettségi igazolást. A más vakcinával oltottak beutazási lehetőségeiről majd az egyes tagállamok döntenek. Dorogi doktor arra hívta fel a figyelmet, hogy orvosszakmai szempontból a legrosszabb vakcina a be nem adott vakcina. Egyelőre nem lát nagy különbséget az oltások között – az idő hozza majd meg a választ arról, melyik mit ér. Ennek fényében még a szabályok is alakulhatnak, változhatnak – véli.

Érdelklődtünk az oltások hatékonyságáról is, arról, hogy betegedtek-e meg a vakcináció után emberek. – Az én praxisomban is előfordul, hogy két oltás között valaki covidos lesz, ekkora esetszámmal ez természetes jelenség – mondta az örmezei háziorvos. – A hatékonyságról még relatíve kevés az ismeretünk, rövid idejű tapasztalatokkal rendelkezünk. Azt tudjuk, hogy az oltások nagyjából csak két héttel a második adag után kezdik teljes egészében kifejteni a ha-

tásukat. De nem oltunk még elég régen ahhoz, hogy a második oltás utáni két hétről sok minden kiderüljön. Bizunk benne, hogy a vakcinák valóban elérik azt a határfokot, amit a vizsgálatok mutattak. A két oltás közti időszakra több a gyakorlati ismeretünk, volt, aki elkapta ekkor a covidot. Ezért

lában a második után jelentkezik több reakció, de súlyos mellékhatást senkinél nem tapasztaltunk. Olyanok is vannak, akiknél semmi sem jelentkezett, ám náluk is ugyanúgy kialakulhatott a védelem – tette hozzá.

A doktor nem látja értelmét annak, hogy a vakcina hatásosságát megmérjük – ami főleg a kínai után került fel többekben –, mint mondta, ezt hangsúlyozzák a szakértők is. Nem is egyszerű minden összetevőjét mérni az immunitásnak, a sejt immunitását sokkal bonyolultabb. Ráadásul ha valakinek magas antitestszám jön ki, abba az illúzióba sodorhatja, hogy biztosan nem betegszik meg. Akinél meg nem



A mellékhatásokat illetően vegyesek a tapasztalatok, nem köthető igazán az egyes vakcinákhoz, hogy melyik után mi történik

találnak antitestet, az kétségbe eshet, pedig ettől még jó lehet az immunitása.

Örmezőn egyébként már lényegesen csökkent az esetszám – mutatott rá a házi-orvos –, az elmúlt időszakban inkább a fiatalok körében terjedt a fertőzés, hiszen az oltásokat eddig többnyire az idősebbek kapták.

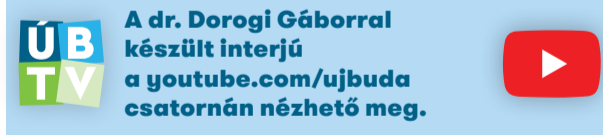
A védelmi szabályokat az oltottaknak is be kell tartaniuk. – Mindenkinél elmondom, főleg az első oltás után, úgy élje az életét, mintha nem is kapott volna szűrást – emelte ki a doktor. – És a második után is el kell tennie két hétnek, hogy kialakuljon a teljes védelem. Vagyis továbbra is használjuk a maszkot, tartsunk távolságot, és fertőtlenítsük a kezünket.

Dorogi doktort arról is megkérdeztük, mennyire tart attól, hogy a kelles nyitás után, amikor elindult az iskola, lehet foci meccsre járni, boltokba, vendéglőbe, újra sok covidos beteg lesz.

– Félünk az egészségügyben, hogy egy újabb hullám bekövetkezhet – válaszolta.

Ezért kérünk mindenkit, hogy tartson be minden szabályt. Jobb felkészülni a rosszabbra, legfeljebb pozitív éretelemben csalódnunk.

D. J.



MAG PUB
Bercsényi u. 9.
www.magpub.hu

NYITVA VAGYUNK
TRÓFEA GRILL ÉTTEREM ÚJBUDA
1117 Budapest, Hauszmann A. u. 6/b
+36 1 481 3000 • trofeagrill.com

CSALÁDI FOTÓZÁS
ÚJBUDÁN KEDVEZMÉNNYEL!
+36-20-994-2980

LEMÉREM
CSOMAGOLÁSMENTES BOLT
Hozd magaddal saját tárolóedényeidet és vigyél haza mindentől annyit, amennyire szükséged van!
1119 Tétényi út 39.
FB/IG: @lemerembolt
lemerem.hu

TRANZIT

Mindenki egyenlő

Május 5. – Az esélyegyenlőség világnapja

Rehabilitációs munkát nyújt a Budapest Esély

Újabb olyan nonprofit cég költözött Újbudára, amelynek célja, hogy segítse a fogyatékkal élő felnőttek társadalmi integrációját.

A kerület esélyegyenlőség terén bizonyított pozitív hozzáállására más, Újbudán kívüli szervezetek is felhívtak. Most a Budapest Esély Nonprofit Kft. alakította ki a Budafoki út 12. alatt új foglalkoztatóját, ahol felnőttkori egészségkárosodott, illetve fogyatékkal élő emberek társadalmi integrációját fogják segíteni. Korábban is hasonló feladatot ellátó cég működött itt: az autizmussal élő emberek közreműködésével kézműves csokládákat gyártó Kocka Csoki kinőtte ezt a helyiséget, most a 25 éve létező, a főváros által létrehozott Budapest Esély valósítja meg itt újabb tervét.

Dobai Sándor intézményvezetőlől meg tudtuk, hogy egészségkárosodott emberek, fogyatékossggal élő személyek fognak itt dolgozni. A munkavégzéshez, a munkaerőpiachoz szükséges kulcsképeket fejlesztik, felkészítve őket akár az önálló munkavégzésre is. Hosszas kutatómunkával, szakmai egyeztetéseken egy újonnan megalkotott, egyedi módszertant dolgoztak ki, amelyet itt alkalmaznak majd először. Az itt dolgozók mentoraik segítségével újrahasznosított alapanyagokból fognak készíteni papírpapírműveket, amelyeket irodák, háztartások is használhatnak. Az alapanyagot a Budapest Esély irodáiban keletkező papírhulladék adja majd, a gyár-



tás során szigorúan kézműves technológiákat alkalmaznak. Azért sem használnak gépeket, mert abban hisznek, hogy így sikeresebb lesz a fogyatékkal élők gyakorlati képességeinek fejlesztése, az itt elvégzett munka rehabilitációs hatása is így lesz igazí, sőt, munkavédelmi szempontból is okos döntés a gépesítés teljes mellőzése. A műhely már kész, a prések, papírmerítő kádak mellé hamarosan megérkeznek a foglalkoztatottak, és beindulhat a program, amelynek résztvevői nem éles helyzetben kipróbálhatják, hogy milyen egy munkahelyen dolgozni.



gozni, hogy megváltozott munkaképességű emberek is elérhetnek sikereket, önbizalomra, gyakorlatra, új motivációra tehetnek szert, és munkájukért anyagi ellenszolgáltatást kapnak. Így a fejlesztési célokon túl egzisztenciális segítséget is ad majd a nonprofit vállalkozás a foglalkoztatottaknak.

Vannak olyan ügyfelek, akik nem rendelkeznek azzal a kompetenciaszinttel, hogy önállóan alkalmazkodni tudjanak, és megragadjanak a munkaerőpiacon, de vannak olyanok is, akik már képesek minderre. Náluk a színtentartást, illetve a további képességek fejlesztését tűzték ki célul. A mentorok között vannak pedagógusok, a képzőművészet, iparművészet területeiről érkező szakemberek, szakpszichológus is segíteni fogja az itt folyó munkát, és alkalmanként gyógytornász is ellátogat majd a Budafoki útra.

A Budapest Esély munkatársai az elmúlt évtizedekben bizonyították munkájuk eredményességét, a foglalkoztatottakon napról napra nyomon követhetik a pozitív változást. Ezért is érzékelik hozzájuk egyre több ügyfél, mert valóban óriási segítség a megváltozott munkaképességűeknek, hogy türelmes, szakértő mentorok támogatják őket a munkaerőpiaci integrációban, az önálló életvitel megvalósításában, számos tanácsal gazdagítva őket.

Az intézményvezető elárulta, hogy amikor a tevékenységük bővítéséről döntöttek, célirányosan olyan kerületet kerestek új telephelyüknek, ahol már tapasztalható a nyitottság az ilyen típusú tevékenységet végző szervezetek irányában. A Budapest Esély munkatársai úgy látják, hogy Újbuda Önkormányzata már hosszú ideje céltudatos, valóban élő, jól végiggondolt esélyegyenlőségi stratégiát működtet, és ennek ők is szeretnék hasznos szereplőivé válni.

D. B. S.

2009 óta ünneplik világszerte az esélyegyenlőség napját május 5-én. Ekkor lépett hatályba az Európai Unió alapszerződését több ponton módosító Lisszaboni Szerződés, amely kimondja a demokratikus egyenlőség, a képvisleti demokrácia és a részvételi demokrácia három alapelvét. Az Európai Unió Alapjogi Chartája nem került be közvetlen módon a Lisszaboni Szerződésbe, de annak a 6. cikkének (1) bekezdése alapján a szerződésekkel azonos kötelező jogi erővel bír. Az Európai Unió Alapjogi Chartájának 21. cikke tiltja a hátrányos megkülönböztetést minden formáját, azaz többek között a nem, faj, szín, etnikai vagy társadalmi származás, genetikai tulajdonság, nyelv, vallás vagy más meggyőződés,

politikai vagy más vélemény, nemzeti kisebbséghez tartozás, vagyoni helyzet, születés, fogyatékossg, életkor vagy szexuális irányultság alapján történő megkülönböztetést. Így vált az uniós jogrend fontos elemévé az alapvető jogok védelme, a diszkrimináció tilalma. Magyarországon a 2003. évi CXCV. törvény az egyenlő bánásmódról és az esélyegyenlőség előmozdításáról meghatározza az egyenlő bánásmód követelményeinek érvényesítését a foglalkoztatás, a szociális biztonság és egészségügy, a lakhatás, az oktatás és képzés, valamint az áruk forgalma és szolgáltatások igénybevételeinek területén. A Köztársasági Esélyegyenlőségi Program célja, hogy az élet valamennyi területén megelőzze a hátrányos megkülönböztetést, és elősegítse egyes társadalmi csoportok tagjainak esélyegyenlőségét. Az egyenlő bánásmódról és az esélyegyenlőség előmozdításáról szóló törvény hozta létre az Egyenlő Bánásmód Hatóságot, amely országos hatáskörű államigazgatási szerv volt, de 2021. január 1-jétől beolvadt az Alapvető Jogok Biztosának Hivatalába. Ez azt jelenti, hogy az Egyenlő Bánásmód Hatóság feladatait az alapvető jogok biztos veszi át. Az ombudsman közigazgatási hatósági eljárás keretében jár el az egyenlő bánásmódot és az esélyegyenlőség előmozdítását érintő ügyekben a vonatkozó eljárás szabályoknak megfelelően. Az ügyfelek ezen ügyekben is a korábban megszokott módokon fordulhatnak az alapvető jogok biztosához.

Nagyon fontos feladatunk a szemléletformálás

Újbuda Önkormányzata saját programokkal is fellép mindenféle hátrányos megkülönböztetés ellen. A kerület esélyegyenlőségi koncepciójáról, terveiről Bakai-Nagy Zita alpolgármesterrel beszélgettünk.

„Minden demokráciában nagyon lényeges az egyenlő bánásmód betartása, így Magyarországon is. Milyen hiányosságok vannak még? Min lehetne javítani?”

Szépen haladtunk az elmúlt évtizedekben ezen a téren, de sajnos még mindig nagyon sok olyan terület van, ahol nem beszélhetünk esélyegyenlőségről. Ilyen a nők hátrányos megkülönböztetése, a vallási megkülönböztetés, de életkor, származás alapján is sokakat ér még ma is diszkrimináció. Ezek ellen továbbra is harcolunk országos szinten.

„2020 decemberében Újbuda Önkormányzatának képviselő-testülete elfogadta az immár harmadik ötéves időszakra szóló Kerületi Esélyegyenlőségi Programot. Mit tehet egy önkormányzat, hogy hatékonyan lépjen fel a hátrányos megkülönböztetéssel szemben?”

Nagyon fontos feladatunk a szemléletformálás, figyelemfelhívás. Például a nők egyenjogúsága terén: még mindig előfordul, hogy a nők ugyanazért a munkáért kevesebb bért kapnak, mint a férfiak. Harcolunk a fogyatékkal élők akadálymentes közlekedéséért, a mélyszegénységben élők és hajléktalanságba kényszerültek felemeléséért. Ezek a legégetőbb problémák, amelyekre mind-mind kitér a mi esélyegyenlőségi tervünk, és kerületi szinten ezekkel fogunk foglalkozni.

„Újbuda Önkormányzata saját dolgozói részére hivatali esélyegyenlőségi tervet dolgozott ki. Ebből mit sikerült megvalósítani?”

A hivatal a mi munkavállalóink összessége, itt egyszerűbben meg tudjuk valósítani esélyegyenlőségi törekvéseinket. Kisgyermekes szülőknek részmondaitó biztosítunk, a szabadságok kiadásánál figyelembe vesszük az iskolai szüneteket a családoso esetében. Sikerral működött a játszószozobánk is, ami különösen a nyári szünet idején volt nagy segítség, a pandémia után a nálunk dolgozó szülők ezt újra igénybe vehetik majd. A nyugdíj előtt állóknak segítünk a hivatali ügyintézésben, az akadályok lekü-



désében. Igen fontos, hogy támogassuk a kollégák előremenetelét, ezért képzéseket nyújtunk nekik.

„Az érzékenyítésben is szerepet vállal már régóta az önkormányzat. Milyen esélyegyenlőségi programjai vannak a kerületnek?”

Sajnos most, a pandémia idején nem tudtuk folytatni a „Jobb velünk a világ” rendezvényt, melynek során a kerületben tanuló negyedik osztályosok játékos formában ismerhetik meg a fogyatékkal élők mindennapjait. Ide meghívást kapnak a Down Alapítvány, a Nem Adom Fel Alapítvány, a Montágh Imre iskola, az Újbuda Prizma – ahol megváltozott munkaképességű emberek rehabilitációjával foglalkoznak –, és sokan itt találkoznak a gyerekek közül először azzal, hogyan élnek a fogyatékkal élők, mivel foglalkoznak. Ez nagyon fontos esemény, és a gyerekek is nagyon szeretik. Másik ilyen rendezvényünk a „Közös a Napunk!”, amely során óvodapedagógusok akkreditált képzésben

ismerkednek a fogyatékkal élők világával, az integráció lehetőségeivel. Ilyenkor a Montágh Imre iskola tanulói bemutatnak egy mesedarabot. Ezt követően az óvodások szüleivel beszélgetnek el szakemberek, miként tudják úgy nevelni gyermekeiket, hogy ők maguk is könnyebben teremtsenek a jövőben kapcsolatot fogyatékkal élő társaikkal, így segítve az integráció folyamatát.

„Az önkormányzat tavaly csatlakozott az Amnesty International „Egy lépéssel közelebb” kampányához. Miért volt ez fontos lépés?”

Mi hiszünk abban, hogy ugyanazért a munkáért ugyanazt a fizetést kell kapják a nők és a férfiak. Az önkormányzatoknál, a közszolgáltatásban nemtől függetlenül az iskolázottság és a munkaviszonyban eltöltött idő befolyásolja a munkabér mértékét, tehát a saját munkavállalóinknál nincs és nem is jöhet létre hátrányos megkülönböztetés. Sajnos más területeken még mindig van egyenlőtlenség ezen a téren, és kell ellene tenni. Mi ezért csatlakoztunk ehhez a kampányhoz, mert szeretnénk kiállni, és felhívni a figyelmet arra, hogy minden munkahelyen fel kell számolni a nemek közötti egyenlőtlenségeket.

„Ön hogyan látja azt a változást, hogy az Egyenlő Bánásmód Hatóság beolvadt az Alapvető Jogok Biztosának Hivatalába?”

Szerintem ez nagyon rossz döntés volt. Korábban egy törvény szabályozta és hozta létre az Egyenlő Bánásmód Hatóságot, ez külön felhívta az emberek figyelmét arra, milyen fontos az esélyegyenlőség, hogy a hátrányos megkülönböztetés ellen harcolni kell. Tudták, melyik hatósághoz fordulhatnak, ha őket hátrányos megkülönböztetés érte. Ez a beolvasztás azért volt rossz döntés a kormány részéről, mert a sokak egyéb ügy mellett kevesebb figyelmet fog kapni a jövőben az esélyegyenlőség kérdése. Újbuda Önkormányzata a XI. kerületben működő, esélyegyenlőséggel foglalkozó szervezetekkel, cégekkel is rendszeres, jó kapcsolatot ápol. Programjaik megvalósítását pályázatokkal segítjük, de céljaik eléréséhez gyakran nagyobb segítséget is tudunk adni. Idén a Bliss Alapítványnak tudunk segíteni, hogy a járvány időszakában újabb épületrészeket használhassanak a megfelelő távolságtartás érdekében, és oktatási tevékenységüket is folytathassák.



MESEKÖNYV

Hogyan éltek a hétköznapi lányok világszerte az évszázadok során? Mire vágytak a legjobban, mi nyugtalanította őket? A 33 történet lányokról régen és most című könyvben harminchárom történetet olvashatunk olyan lányokról, akik időben és térben is távol vannak egymástól. Ők mind nagyon más kulturális és földrajzi környezetben éltek és élnek, ám mind arra vágnak, hogy megértsék a világot, és boldogok legyenek. Elovlasva a történeteket, a gyerekek rádöbbenhetnek, mennyire hasonlítanak egymásra vallásuktól, bőrszínüktől, lakóhelyüktől és kulturális szokásaitól függetlenül. Egy remek kötet



arról, hogy több dolog köt össze bennünket, mint gondolnánk. 33 történet lányokról régen és most Napraforgó Kiadó

LÉLEK ÉS MOZGÁS

Goda Gábor vezetésével indul május végén az emberi kapcsolatok tréningje az Artusban. A Weight-flow Contact alaptré-



ning egy mozgásra és fizikai kontaktusra épülő önismereti kurzus, amely tényleges megtapasztalás útján segít megérteni és fejleszteni mindazt, ami egy dinamikus és harmonikus partneri viszony megteremtéséhez szükséges. Ilyen a támasz, a bizalom, az önállóság, a felelősség, a tolerancia és a kockázat. „Ez az első, háromnapos alkalom valószínűleg felkavar, felráz, sőt lehet, hogy kiborít. Ugyanakkor megerősít, felébreszt, változásra inspirál és tudatossá tesz” – olvasható az ajánlásban.

2021. május 28., 29. és 30. artus.hu

IRODALOM

A Pilinszky100 centenárium jegyében a száz esztendeje született és negyven éve elhunyt Baumgar-

ten-, József Attila- és Kossuth-díjas költő, Pilinszky János (1921–1981) előtt tiszteleg a Juhász Anna Irodalmi Szalon. Azt keresik, mit jelentenek nekünk ma, a 21. században a költő szavai, versei, munkássága, üzenete. Az egész éven át tartó eseménysorozatban beszélgetések, videók, zenei reflexiók, kiadványok és utazások mutatják be a 20. századi magyar irodalom egyik legjelentősebb alkotóját és a saját kapcsolódásunkat. A május 13-i programon zenélnék és beszélgetnek – a fiatal generáció reflexióit hallgathatják



meg. Vendégek: Nagy Lea költő; Regös Mátvás költő, író; Agócs Márton és Fejér Mihály, az Aurevoir zenekar frontemberei. Sorozatszerkesztő, házigazda: Juhász Anna irodalmár. NEKÜNK PILINSZKY/ Pilinszky100 Extra 1. 2021. május 13. 19.00 www.facebook.com/jairodalmiszalon

FILM

Jancsó Miklós ezúttal a „fényes szellők” korszakában modellezi a hatalmi erőszak és az emberi alávetettség viszonyát. Egy kolégiumfoglalás történetébe sűríti a forradalom természetrajzát:



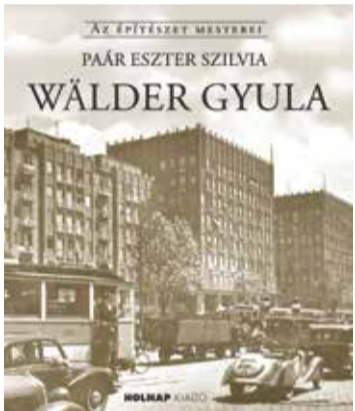
a mindenáron való, öncélú, tömeges személytelenségbe tumpuló és hatalmi erőszakra torkolló forradalom veszélyeire figyelmeztet. A Fényes szelek című filmet 1969-ben vetítették először, és olyan színészek játszottak benne, mint például Balázsovits Lajos, Bálint András, Drahota Andrea, Kosztolányi Balázs, vagy éppen az énekesnő, Kovács Kati. A Magyar Filmünnephez kapcsolódóan írt ki az Újbuda TV egy szavazást, hogy a nézők jelezzék, milyen klasszikusokat néznének meg szívesen a helyi kábelcsatornán. A Fényes szeleket és a Bá-

lint Andrással a film apropóján készült beszélgetést május 22-én tekinthetik meg a nézők.

Újbuda TV
2021. május 22. 20.00
Jancsó Miklós: Fényes szelek

Könyv

Wälder Gyula az 1920-as és 1930-as évek legfoglalkoztatóbb építészte volt, nevét mégis kevesen ismerik. Pedig olyan fontos és közismert épületeket tervezett, mint a Budai Ciszterci Szent Imre Gimnázium, vagy a buda-



pesti Madách téri téglahomlokzatú épületegyüttes. Magyarország több vidéki városában folytatott műemlékvédelmi tevékenységet. Neki köszönhető Eger egységes barokk városképe is.

Holnap Kiadó – Az építészeti mesterel • Paár Eszter Szilvia: Wälder Gyula. A Holnap Kiadó Könyvesboltja: 1111 Budapest, Zenta utca 5.; www.holnapkiado.hu

Budapesti Fotófesztivál

Online kiállítások a B32 oldalán

A teraszok, kerthelyiségek már telt házzal működnek, reményeink szerint rövidesen a kulturális intézmények is a helyszínen fogadhatják közönségüket. A B32 Galéria és Kultúrtér azonban biztosra megy: az online térben rendszeresen frissülő programokkal várja az érdeklődőket. Április végén két új kiállítás is megnyílt Facebook-oldalunkon.

Közösségi házak ajánlója

Albertfalvi Közösségi Ház
https://facebook.com/Albertfalva200

Május 11. 18.00
Firenze és az itáliai reneszánsz

– Dévényi Dömötör fotókiállítása
Az itáliai reneszánsz építészeti emblematisz helyszíne a varázslatos toszkán város, Firenze. Az óváros legendás szépsége, a Mediciek mecénási tevékenysége, Michelangelo és kortársainak művészi munkái méltán teszik világhírűvé az Arno partján épült várost. Dévényi Dömötör fotói nemcsak Firenze legismertebb építményeit mutatják be, hanem felvillantják a bennük rejlő részletek szépségét is.

Május 15. 10.00
Apu, anyu? Gyerekek!
– Offline családai délelőtti online
Egy kis időutazás, amikor apu és anyu gyerekek voltak. Milyen játékokat játszottak, milyen meséket hallgattak vagy néztek, milyen csokit ettek...

Május 17. 18.00
Női Sarok – Nők a magyar kultúrában
Legenda magyar színésznők II.
A 20. század elejétől tekintünk bele a magyar színművészek, színházak, a kezdődő filmzés világába. Ezúttal Fedák Sári, Bajor Gizi és Honthy Hanna életét kísérhetjük figyelemmel.

Albertfalvi Hely- és Iskolatörténeti Gyűjtemény
https://www.facebook.com/albertfalvihelytorteneti gyujtemeny

Helytörténet képekben
Régi fotók, tárgyak, bútorok, ásatási leletek során keresztül nyerhetünk bepillantást a kerület rész egyedi történetébe és az intézmény gyűjteményébe.

Gazdagréti Közösségi Ház
https://www.facebook.com/gazdagretikozossegihaz

Április 30.–május 23.
Méhés szabadtéri kiállítás
A méhek világnapja alkalmából szabadtéri tárlat nyílik az intézménynél, felhívva a figyelmet a méhek tömeges pusztulására. Aki ellátogatna a GKH épületéhez, hogy részt vegyen a méhes játékokban is, az a Facebook-oldalon tájékozódhat a részletekről.

Május 16. 10.00
Papírszínház Mesevasárnap – Hogyan nőtt nagyra az égbolt?
Az alacsony égbolt mindenkit zavar; a fák nem tudnak szabadon nőni, a madarak kénytelenek alacsonyan repülni, a felnőttek nem tudnak kiegyenesedve járni. A gyerekek

Május 20-áig látható a B32 oldalán három képzőművész, Kondor Attila, Mátyási Péter és Tolnay Imre online tárlata, Kétyes és bizonyosság – a fényképből indulva/in memoriam Baranyay András címmel.

Baranyay András (1938–2016) Kossuth-díjas képzőművész, a kortárs magyar művészet egyik legjelentősebb alakja volt. Sajátos, töprengő, a műfaji határokat finoman átjáró életművet hozott létre. Alkotásai a klasszikus fotográfia, a képgrafika és a festészet mezsgyéjén születtek. Filozofikus, melankolikus intim hangulatú képeivel újra meg újra rákérdezett a művészet és az élet küldetésére – hiábavalóságára. „Művei a kéte- ly és bizonyosság egymással érintkező ter-

gyűlést hívnak össze, hogy megoldást találjanak. A felnőttek először kinevetik őket, de végül közösen sikerül felemelniük az eget. Erre emlékeztetnek még ma is a colópók útorté lyukak, amelyeken éjszakánként átragyognak a csillagok. Lírái történet a kitarásról, a hitről, valamint arról, hogy ha az emberek összefognak, együtt hatalmas dolgokat képesek véghez vinni. A megtekintés a Facebook-oldalon ingyenes.

Kelenölggyi Közösségi Ház
https://www.facebook.com/kelenölggyikozossegihaz

Május 1–21.
Simon M. Veronika virtuális kiállítása
A Csernát, Munkácsy Mihály- és Holló László-díjas, Kunst Meister festőművész húsz festményorozatából a régi mesterségek, illetve a tájképek mellett a magyar hírességek arcképsarnokát tekinthetik meg az érdeklődők.

Május 15. 16.00
Kézműves foglalkozás
Lovas Zsuzsannával
Ezúttal olyan marionettkutyust készítünk együtt, amellyel a bábműsorok során a képernyő előtt a gyerekek is részesei lehetnek a hamarosan induló, pozitív pedagógiai alapokra épülő kelenölggyi Bábjáró történeteknek.

Online Kerekítő
A közösségi ház zárvatartása alatt is folytatódna a Kerekítő foglalkozások a megszokott időben a Facebook-oldalon keresztül. Mondokás Móka (0–3 éves korig): szerdánként 9.30. Bábos Torna (1–3 éveseknek): szerdánként 10.15. Foglalkozásvezető: Divényi Piroska

Örmezei Közösségi Ház
https://www.facebook.com/ormezei

Csütörtöknökné
19.00 órától
Házunk Táján – Szomszédainkra Zoolonok

Élőben követhető online beszélgetések, amelyekben olyan intézmények, szervezetek képviselőit szövegezzük meg, amelyek a közeli körben vannak, illetve akikkel együttműködünk különböző tevékenységekben. Május 6. – Az Örmezei Morus Szent Tamás Egyesület képviselője, Makrai Rita. Május 13. – A Civil TV11 alapítója, Csanádi László Május 20. – Az Örmezei Közakarat Egyesület alelnöke, Vendég Zsolt

Szombatonként 8.00 órától
Mesekuckó Katival
Mesélő: Viola-Kövári Katalin, az ÖKH kulturális szervezője.

A műsorváltozás jogát fenntartjuk!



rénúman fogantak. Baranyay szellemiségét tudatosan követve, részben tanítványaiaként, klasszikus iskolázottságunkba kapaszkodva, de a jelen és jövő kérdéseiben alámerülve, világunk felkavaró ökológiai, társadalmi történései mentén vallatjuk a fényképet és fogalmazzuk újra a képet – vallják a most kiállító művészek. – Mire való, mit jelen(ít) (meg) a fotográfia, miként tudunk kapcsolatba lépni személyes vizuális erőterein keresztül az idővel, meg tudjuk-e ragadni a kéte- lyt és a bizonyosságot? Mi a művész dolga, felelősséget kell-e éreznie és éreztetnie

egészségrovat

Tudta-e Ön, hogy...

...Magyarország a közepesen jódiányos területek közé tartozik, ami magában hordozza a pajzsmirigybetegek kialakulásának kockázatát? A kevés jó fogyasztása sok esetben önmagában is kiválthatja a pajzsmirigy megnagyobbodását. Az elváltozás hosszú ideig lapanghat, mire a konkrét panaszok megjelennek. Sokan nem ügyelnek az intő jelekre, pedig rendszeres szűréssel elkerülhető lenne a későbbiekben nehezen kezelhető betegség.

Dr. Koppány Viktória, a Budai Öltőközpont és Magánorvosi Centrum endokrinológus szakorvosa a pajzsmirigy működési zavarairól tájékoztatja az Olvasót: – A pajzsmirigy a gégeporc előtt helyezkedik el a nyakunkon. Amilyen kicsi, olyan széles körű hatása van az általános anyagcserére, vérkeringésszabályozásra, kolesterinszintre, szívritmusra, növekedésre, szellemi fejlődésre, hangulatra, nőknél menstruációra, sőt, a teherbeesésre is. Ha túl működik, az azt jelenti, hogy túl sok hormont termel, amely fogyást, fáradtságot, izzadást, szapora pulzust, szívritmuszavart, szemkioldedést, idegességet, vetélést okozhat. Ha viszont alulműködik, akkor hízással, gyengeséggel, a bőr kiszáradásával, koncentrációs nehézséggel, illetve magas kolesterinszinttel járhat. Mindkét eltérés okozhat vetélést, terhesség

műveivel környezete iránt, vagy hátat fordítson a sorskérdéseknek? A kérdéseken és kéte- lyen túl talán születnek válaszok és bizonyosság is.”

Szintén május 20-áig tekinthető meg a fiatal fotográfus, László Dóri Fejfák/Fafejek című online kiállítása a B32 Galéria és Kultúrtérben. Az alkotónak már 2020-ban lett volna tárlata Újbudán, ám a járvány felülírta a terveket. Közül egy évig kellett várni, hogy mégis megvalósulhasson a tárlat. Az alkotó ezekkel a szavakkal ajánlja munkáit: „Igazándiból azért ajánlanám a kiállítást megtekintésre fiataloknak és nagyoknak egyaránt, mert én csináltam, és nagyon szeretem, ha felhívhatom a figyelmet a szívemnek legkedvesebb témámra, amely én magam vagyok. Mindemellett azért igyekszem úgy csinálni a dolgokat, hogy lehessen nézni és kommunikálni vizuálisan is, már aki úgy szeretne éppen kommunikálni velem, illetve amúgy szöhlhat is mindenféle súlyos problémákról is a tárlat, mint például: élet, környezetszennyezés, gender, öko, háborúk, élet, környezetszennyezés, ugró malac, patkányok, háború...”

A tárlatot Cséka György esztéta nyitotta meg április 29-én a B32 Facebook-oldalán, a kurátor Somosi Rita művészettörténész volt. Mindkét esemény a Budapesti Fotófesztivál hivatalos programjának része, és Újbuda Önkormányzata, valamint a Nemzeti Kulturális Alap támogatásával valósult meg.

Újbuda

WIDEX® HALLÓKÉSZÜLÉK STÚDIO

INGYENES HALLÁSVIZSGÁLAT

PRÓBÁLJON WIDEX HALLÓKÉSZÜLÉKET INGYENESEN - AZ ÖN OTTHONÁBAN!

Egyeztessen velünk időpontot!

06 (1) 769 2916
06 (70) 335 8416

A járványügyi helyzetnek megfelelően a szükséges óvintézkedések betartásával várjuk Önöket!

BUDAPEST XI. kerület

Körösy J. u. 7-9. II/32.

Újbuda belvárosa

március 29. május 13.

Újbuda Önkormányzatának megbízásából a Kortárs Építészeti Központ kutatást végez a **helyi lakosság, munkavállalók és tanulók** körében.

Vegyél részt a kutatásban az online kérdőív kitöltésével. A kérdőív kitöltése 10 percet vesz igénybe. A felmérésben való részvétel önkéntes, a kitöltő személyi adatait és válaszait bizalmasan kezeljük, harmadik fél számára nem bocsátjuk rendelkezésre. A kutatás során összegyűjtött adatokat a Kortárs Építészeti Központ kutatócsoportja összesíti és elemzi.

A kutatás célja a helyi lakosok, munkavállalók és diákok véleményén keresztül megismerni Újbuda belvárosának megítélését és felmérni a helyi hiányosságokat.

Össz meg véleményedről Újbuda belvárosáról!

http://ujbudabelvarosa.hu

Melyik a kedvenc helyed környéken?

ÚJBUDA

#torták #pogácsák

#gyertekbeacukiba

#teasütemények

TRÓFEA CUKRÁSZDA

1117 Budapest, Hauszmann A. u. 6/b

+36 1 481 3004

ESKÜVŐ - RENDEZVÉNY

SPORT - CSALÁDI FOTÓZÁS

DENESBALAZSPHOTOGRAPHY

+36/30-650-4289

DENES_BALAZS_PHOTOGRAPHY

Minőségi MŰFÜVEK és SPORT MŰFÜVEK

/ FIFA Licences / a KINGGRASS-nál

Az S. Telelux Kft. 27. éve működik a XI. kerületben.

Iroda és bemutatóterem: 1118 Bp. Radányi u. 34.

mufu@telelux.hu +36 30 962 6499

www.kinggrass.hu

EGYEDI, EGZOTIKUS BŐRÉKSZEREK

DENERADESIGN.HU

info@denersdesign.hu

0630/9717290

Újra várjuk éttermünkben nagy szeretettel!

1116 Budapest, Érem u. 2.

+36 1 208 40 27

Részletek: buda.vakvarju.com

A BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM várja Önt minden reggel 6 órától, Savoya parki laborunk reggel 7 órától, már szombaton is!

LABORATÓRIUMI VIZSGÁLATOK

- Gyors leletközlés, kedvező árak, folyamatos akciók!
- Elérhető vérértel csecsemők és kisgyermek számára is!

RENDELŐINKBEN ELÉRHETŐK A COVID TESZTEK!

MINDÉZ ITT A KERÜLETBEN! BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM

BMC Labor: Fehérvári út 89–95. (bejárat a Kocsis u. felől)
BMC – Savoya: Hunyadi János út 19. (az Ételudvar mellett)

Online bejelentkezés:
www.bmclabor.hu/online-bejelentkezés/labor

recepicio@bmclabor.hu, info@budaimaganrendelo.hu, savoya.recepicio@budaimaganrendelo.hu

+36-1-445-0700

www.bmclabor.hu, www.budaimaganrendelo.hu

Az Egészségrovat a

BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM támogatata.

fogadóórák

DR. LÁSZLÓ IMRE (DK) polgármester. Online fogadóóra kérdéseket a fogadoora@ujbuda.hu e-mail címre küldhetnek.

BAKAI-NAGY ZITA (DK) 16. evk., alpolgármester. Előzetes egyeztetés alapján: +36/70/684-7145, bakai.nagy.zita@ujbuda.hu.

BARABÁS RICHÁRD, (PÁRBESZÉD) 1. evk. képviselő, kulturális alpolgármester. Minden hónap utolsó keddjén tart fogadóórát, a járványidőszak alatt az online: www.facebook.com/BarabasRichard oldalon. Itt is várjuk kérdéseiket. Telefonos elérhetőség: +36/70/684-7427. Levelezési cím: barabas.richard@ujbuda.hu

HINTSKS GYÖRGY (MSZP) alpolgármester. Alpolgármesteri fogadóóra minden hónap első szerdáján. Bejelentkezés az alábbi telefonszámon lehetséges: +36/70/684-7147.

OROSZ ANNA (MOMENTUM) alpolgármester, képviselő (Lágymányos). Alpolgármesteri fogadóóra minden hónap második hétfőjén 16–18 óra között. Bejelentkezés az alpolgármesteri titkárságon, telefonszám: +36/70/684-7369. Önkormányzati képviselői fogadóóra előzetes egyeztetés alapján. Elérhetőség, e-mail: orosz.anna@ujbuda.hu telefonszám: +36/70/684-7369

MOLNÁR GYULA (MSZP) egy. képv. Telefon: 06/30/566-4302

DR. SIMICSKÓ ISTVÁN (FIDESZ-KDNP) egy. képv. Bejelentkezés alapján: +36/20/200-0781, simicsko.istvan@fidesz.hu

BÁBA SZILVIA (JOBBIK) 13. evk., önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján telefonon a +36/70/3799-163 telefonszámon vagy a baba.szilvia@ujbuda.hu e-mail címen

DR. BÁCS MÁRTON (DK) 7. evk., önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: +36/70/902-1837, bacs.marton@ujbuda.hu

BEDŐ DÁVID (MOMENTUM) 14. evk., önk. képv. Telefon: 06/70/560-3919

BUDAI MIKLÓS (MSZP) 8. evk., önk. képv. Minden hónap első kedd 17–18 óra között. Mérmők utca 40., illetve előzetes egyeztetés alapján: +36/30/655-3042, budai.miklos@ujbuda.hu

CŠERNUS LÁSZLÓ (FIDESZ-KDNP) önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: +36/20/597-5600, csernus.laszlo@ujbuda.hu, csernus.laszlo@fidesz.hu

DAÁM ALEXANDRA (MOMENTUM) 6. evk., önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: daam.alexandra@ujbuda.hu, +36/30/184-3396

ERHARDT ATTILA (MOMENTUM) 12. evk., önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: erhardt.attila@ujbuda.hu, +36/20/316-2925

GÖRÖG ANDRÁS (MSZP) 11. evk., önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: +36/30/966-2187, mail@gorogandras.hu

DR. HOFFMANN TAMÁS (FIDESZ-KDNP) önk. képv. hoffmann.tamas@ujbuda.hu

JANKÓ ISTVÁN (FIDESZ-KDNP) önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: +36/30/655-3033, jankostvan58@gmail.com

JUNGHAUSZ RAJMUND (FIDESZ-KDNP) 15. evk., önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: +36/70/942-4624, junghausz.rajmund@ujbuda.hu

KELLER ZSOLT (MSZP) 17. evk., önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: +36/70/339-6580, zsoltkelleri@gmail.com

KREITLER-SAS MÁTÉ (LMP) 4. evk., önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: +36/30/571-1922, sas.mate@lehetmas.hu

DR. MOLNÁR LÁSZLÓ (FIDESZ-KDNP) önk. képv. +36/30/948-8084, molnar.laszlo@ujbuda.hu

NAGYNÉ ANTAL ANIKÓ (FIDESZ-KDNP) önk. képv. +36/70/383-7230, n.antal.aniko@ujbuda.hu

NÉMETH GYÖNGYVÉR (MOMENTUM) 2. evk., önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: nemeth.gyongyver@momentum.hu, +36/30/740-5960

NOVÁK ELŐD (MI HAZÁNK) önk. képv. Minden héten igény és egyeztetés szerint a Mi Hazánk Mozgalom Újbudai Szervezetének Bartók Béla út 96. alatti irodájában. Időseket és betegetek otthonukban is meglátogat! Egyeztetés: 06/30/358-2723, novak.elod@mi hazank.hu

RÁDI KÁROLY (DK) 10. evk., önk. képv. +36/30/547-7468, radi.karoly@ujbuda.hu

SZABÓ LÁSZLÓ (FIDESZ-KDNP) önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: +36/20/486-3300, szabo.laszlo@ujbuda.hu, szabo.laszlo@fidesz.hu

TÓTH MÁRTON (MSZP) 3. evk., önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: +36/30/164-4492, +36/70/413-2314, marton.toth@mszp.hu

VARGA GERGŐ (DK) 9. evk., önk. képv. Egyeztetés alapján: +36/70/475-9049, varga.gergo@ujbuda.hu

kerületi kormányablak

Bocskai út 39–41.

Hétfő: 8.00–18.00
Kedd: 8.00–16.00
Szerda: 11.00–19.00

Csütörtök: 8.00–18.00
Péntek: 8.00–14.00

ÁCS, TETŐFEDŐ, BÁDOGÓS

• zsinórelvezés
• szélvédőszekázás
• ereszcserék cseréje
• ereszcserék javítása, cseréje, takarítása
• tetőszekázatok teljes cseréje és fedése
• boázások javítása

Alpin-technikával.

06-80/919-4694

szakképzett mesterek

Kedvező árak!

pártok eseményei

■ A XI. KERÜLETI DEMOKRATIKUS KOALÍCIÓ PROGRAMJAI

Az újbudai választókerület elérhető-ségei: **e-mail: bp11@dkp.hu, www.facebook.com/demokratikuskoalicioujbuda, tel.: 06/70/850-5440, 06/21/300-1000. Az iroda címe: 1118 Bp., Kaptárkó u. 8.** Az iroda minden szerdán 16–19 óráig várja az érdeklődőket.

■ A XI. KERÜLETI FIDESZ PROGRAMJAI

A Fidesz XI. kerületi szervezetének Budafoki úti irodája a járványhelyzetre tekintettel zárva tart. A koronavírus elleni védekezés részeként segítjük az idősek és a betegségek miatt fokozottan veszélyeztetett csoportba tartozók otthonmaradását. Kérjük, hogy amennyiben szeretné igénybe venni önkéntes segítőink bevéárlásában, gyógyszerkiváltásában vagy csekkbefizetésben nyújtott segítségét, további egyeztetés céljából jelentkezzen az alábbi telefonszámon: **+36/20/2000-781. Cím: 1111 Bp., Budafoki út 9–11., mobil: +36/20/471-4972, e-mail: ujbuda@fidesz.hu, web: facebook.com/fidesz11ker, simicskoistvan.hu, facebook.com/simicskoistvan**

■ XI. KERÜLETI KDNP PROGRAMJAI

A kormány vészhelyzeti intézkedéseivel összhangban, a KDNP kerületi irodája

zárva tart. Megértésüket köszönjük! Vigyázzunk egymásra!

■ A XI. KERÜLETI JOBBIK PROGRAMJAI

Az Újbudai Jobbik elnöke és önkormányzati képviselője, **Bába Szilvia** a **+36/70/379-9163-as telefonszámon** és a **baba.szilvia@jobbik.hu** érhető el. Alapszervezetünk e-mail címe nem változott, továbbra is az ujbuda@jobbik.hu címre várjuk leveleiket, észrevételeiket. Kövessék híreinket a Jobbik Újbuda Facebook-oldalon!

■ A XI. KERÜLETI LMP PROGRAMJAI

Friss információ híreinkről, programjainkról: **www.facebook.com/lmpdelbuda, tel.: 06/20/209-5932, mail: bp1122@lehetmas.hu, blog: delbudamassepp.blog.hu.** Ha szeretné is sürgősen cselekedni kell a klímavészhelyzet miatt, és te is olyan világot szeretnél, ahol a profit nem előzi az embert, gyere, és csatlakozz hozzánk! Jelentkezés: lehetmas.hu/csatlakozz

■ A XI. KERÜLETI MSZP PROGRAMJAI

Telefonos ügyelet: 205-3655; e-mail: **ujbuda@mszp.hu, www.ujbuda.mszp.hu, www.facebook.com/mszp-ujbuda**

apróhirdetés

■ Lakás, ingatlan

INGATLANIRODÁNK eladó lakásokat keres! Jutalék 3,5%, ügyvéd ingyen, külföldi vevők elérése. Ismerős lakása eladó? Hívjon, Ön is jutalékot kap! 06/20/910-600-600.

■ Víz, gáz, villany, fűtés

FIGE Z. reg. Gázos, víz-fűtés: 06/30/966-0542. **VILLANYSZERELÉS** azonnal! Hibaelhárítástól a teljes felújításig, Petrács József villanyszerelő mester. ELMŰ-ügyintéző! 246-9021, 06/20/934-4664. **VÍZ-, FŰTÉSSZERELŐ** gyorsszolgálat! Csap, szifon, WC-tartály, radiátor, elszívó villanybojler cseréje, javítása: 06/70/642-7526.

■ Lakásszerviz

LAKÁSFELÚJÍTÁS teljes körűen 202-2505, 06/30/251-3800, **DR. SZÉKES TIBOR**

■ TV, számítógép

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

■ Szolgáltatás

ZÁRSZERELÉS, -JAVÍTÁS 0–24 óráig. Megbízható mérnök: 06/30/851-9333, zszserviz8@gmail.com

impresszum

Felélős szerkesztő: Tóth István Gergely • Szerkesztőség: 1113 Budapest, Zombolyai utca 5. • Levelezési cím: Bp. 1518 Pf.: 135 • Telefon: 381-1307 • e-mail: media11@ujbuda.hu • Kiadja a Média11 Kft. • Ügyvezető igazgató: Molnár Krisztina • Megjelenik 80 000 példányban • Szerkesztő: Szabó Márta • Korrektor: Paola Fernáandez • Újságírók: Dabos Balázs Silvius, Kelemen Angelika, Tallér Edina • Hirdetési: 381-1307 • marketing@ujbuda.hu • Tervezőszerkesztő: KOV • Nyomtatás: Mediaworks Hungary Zrt. • Felélős vezető: Szabady Balázs nyomda üzletág igazgató • Terjeszti a BauCOOL-Construct Kft. • Az újságban megjelent hirdetések és hirdetések tartalmáért a szerkesztőség felelősséget nem vállal. • A személyes apróhirdetés-feladás a járványhelyzet miatt szünetel.

pályázati felhívás

ÜRES ÉS ROSSZ MŰSZAKI ÁLLAPOTÚ LAKÁSOK KÖLTSÉGEIVEN TÖRTÉNŐ BÉRBEADÁSÁRA – 2021.

Az önkormányzati tulajdonban lévő lakások és nem lakás céljára szolgáló helyiségek bérbeadásáról szóló 34/2017. (IX. 26.) X/OK rendelet (továbbiakban: Rendelet) 14. § (2) bekezdésében kapott felhatalmazás alapján Budapest Főváros XI. Kerület Újbuda Önkormányzatának polgármestere (továbbiakban: Polgármester) az alábbi nyílt pályázatot teszi közzé.

Pályázat célja: Az önkormányzat pályázati úton kívánja bérbe adni azokat a tulajdonban álló, felújításra váró lakásingatlanokat, melyek a Rendelet 11. § (3) bekezdésének megfelelően csak pályázat alapján adhatók bérbe.

A pályázatra kiírt lakások:

- 1) Budapest, XI., Bartók Béla út 42. II. 20. Alapterület: 58 m², 2 szoba.
- 2) Budapest, XI., Erőmű utca 5. V. 2. Alapterület: 28 m², 1 szoba.
- 3) Budapest, XI., Nándorfejérvári utca 47. tszt. 1. Alapterület: 30 m², 1 szoba.
- 4) Budapest, XI., Rőf utca 10. als. 3. Alapterület: 24 m², 1 szoba.

Pályázat célközönsége:

A pályázaton részt vehet, aki a pályázati benyújtására megállapított hatátnapig a 18. életévét betöltöttné, illetve ha a pályázó házasságkötése alapján nagykorúvá vált,

és a pályázó a pályázatot megjelenésének időpontjában Budapest XI. kerület közigazgatási területén lakóhelyű, illetve tartózkodási hellyel rendelkezik, vagy igazoltan öt évnél hosszabb ideje közfelfedezett ellátó alkalmazotti munkaviszonnyal rendelkezik a XI. kerületben.

A pályázónak nyilatkoznia kell, hogy nyertesség esetén vállalja a pályázati lakás saját költségén történő felújítását 1 éven belül a pályázatban előírt módon, melyet az önkormányzat a pályázatban meghatározott költségben bérbeszámitással megtérít.

A bérleti szerződés időtartama határozott idejű, a felújítási munkák idejére 1 év, a felújítási munkák átadás-átvételé után további 15 év.

A pályázatot benyújtásának határideje: 2021. május 31.

A pályázatok beszerzésének lehetőségei:

A részletes pályázati kiírás és mellékletei az önkormányzat Polgármesteri Hivatalában (Budapest, XI. kerület, Zombolyai út 4. sz. alatt a portán, valamint Budapest, XI. kerület, Bocskai út 39–41. sz. alatt a recepción) átvethető, vagy az önkormányzat internetes oldaláról (<http://kozigazgatas.ujbuda.hu/hirdetotabla-palyazatok/>) letölthető.

Pályázni az jogosult, aki a kiírt pályázati feltételeknek maradéktalanul megfelel.

Budapest, 2021. április

Dr. László Imre polgármester s. k.

■ A XI. KERÜLETI MI HAZÁNK MOZGALOM PROGRAMJAI

A rendezvények, vendéglátóhelyek látogatásának oltási igazolványhoz kötése ellen, az oltás lehetőségével nem élők hátrányos megkülönböztetése és a túlzott lezárások ellen, többek közt az uszodák, edzőtermek, könyvtárak újranyitására alárásgyűjtést indított a párt a mihazank.hu/lezarasellen címen. XI. kerületi ügyekben a Mi Hazánk Újbudai Szervezetének elnökénél és önkormányzati képviselőjénél, **Novák Elődnél** lehet érdeklődni: **novak.elod@mihazank.hu, 06/30/358-2723.** Tagsági vagy szimpatizánsi támogatási lehetőség iránt érdeklődőknek információ a mihazank.hu/jelentkezés oldalon, helyi hírek: facebook.com/mihazankujbuda.

■ A XI. KERÜLETI MOMENTUM PROGRAMJAI

Kövésd munkánkat, akcióinkat Újbudán (<https://www.facebook.com/momentumujbuda/>)! Jelentkezz tagnak a Momentumhoz a <https://jelentkezés.momentum.hu/> oldalon, és légy részese a változásnak! Elérhetőségünk: bp11@momentum.hu

■ A XI. KERÜLETI PÁRBESZÉD PROGRAMJAI

A kialakult veszélyhelyzet ideje alatt telefonos felfogadásra van lehetőség az alábbi elérhetőségein: 06/70/475-9047.

Minden napra – hírek, tájékoztatók és kulturális programok a 60+ program Facebook-oldalán

Ma már közhely, hogy minden átköltözött a virtuális térbe, így az Újbuda 60+ Program is az interneten keresztül szervez eseményeket. Elsődleges, hivatalos kommunikációs csatornánkon a friss hírek, fontos, naprakész tájékoztatók mellett folyamatosan közléstünk interneten elérhető tartalmakat, amelyek önöknek érdekesek, szórakoztatóak lehetnek; koncertek, virtuális kiállítások, előadások, filmek, olvasnivalók stb. Kérjük és javasoljuk, hogy a hivatalos, hiteles és naprakész információkért rendszeresen keressék fel a 60+ program hivatalos oldalát a Facebookon!



Zárva tartanak a 60+ programközpontok

A járványügyi helyzet miatt az Újbuda 60+ Program központjai bizonytalan ideig zárva tartanak az időskorúak védelme és a vírusfertőzések hatékony megelőzése érdekében.

Kérjük, figyeljék az Újbuda 60+ Program Facebook-oldalát, illetve weboldalunkat (idosbarat.ujbuda.hu) a naprakész információkért, programjainkért! A 60+ program telefonos ügyfélszolgálatra elérhető hétköznap 9–14 óráig a 372-4636-os telefonszámon.

60+ programajánló

A teljes programkínálatról a www.idosbarat.ujbuda.hu honlapon az aktuális havi programlistában, illetve hétköznap 9–14 óráig a 372-4636-os telefonszámon érdeklődhets. A programokon való részvétel feltétele az Újbuda 60+ Kedvezménykártya, vagy annak folyamatban lévő igénylése!

Interneten zajló rendszeres programjaink

Origami

Foglalkozás minden hétfőn 14 órától A részvételhez Facebookon csatlakozzon az Origami (Újbuda 60+ Program) nevű csoporthoz teljes neve és a 60+ kedvezménykártya száma megadásával.

Do-in

Foglalkozás minden szerdán 12.30 órától A részvételhez Facebookon csatlakozzon a Do-in – japán jóga (Újbuda 60+ Program) nevű csoporthoz teljes neve és a 60+ kedvezménykártya száma megadásával.

Szenior örömtánc Andreával

Minden csütörtökön 17 órától A részvételhez Facebookon csatlakozzon a Szenior Örömtánc (Újbuda 60+ Program) csoporthoz teljes neve és a 60+ kedvezménykártya száma megadásával.

Online problémamegbeszélő csoportok

Pszichológus vezetésével csoportbeszélgetés különböző témák mentén keddenként 9.30–10.30 között (nagyobb létszám esetén a második csoport 11.00-kor kezd) Google Meet felületen. Jelentkezés: az idosbarat.

Felhívás a 100 évnél idősebb kerületi polgárok és hozzátartozóik részére

Kedves Olvasóink!

Az Idősbarát Önkormányzat díjjal kétszeresen is kitüntetett Újbuda Önkormányzata mindig kiemelt figyelmet fordít időse-



korú polgáira. Ezen tevékenységének újabb fejezeteként Újbuda 2021 februárjától fokozottabb figyelmet kíván fordítani 100 esztendősnél idősebb polgáira. Az Újbuda 60+ Program kéri a százéves kort betöltött polgárokat, illetve hozzátartozóikat, jelentkezzenek a program elérhetőségeinek valamelyikén, hogy felvehessük Önökkel a kapcsolatot.

Újbuda Önkormányzata az érintettek igénye esetén – a születésnapj köszöntés és a mindennapokra kiterjedő figyelem mellett – terve szerint interjúban mutatná be a százévesnél idősebb emberek élettörténetét. Az interjúk természetesen csak a járvány végetezével kezdődnek, és kizárólag azokkal, akik vállalják a részvételt. Kérjük, hogy a kapcsolattartással céljából minél előbb jelentkezzenek, hiszen fontos, hogy az időskorú emberek, valamint egy-egy hosszú, tartalmas élet tapasztalatai és értékei minél nagyobb megbecsülésnek és tiszteletnek örvendjenek.

Jelentkezni az Újbuda 60+ Program ismert elérhetőségein lehet; telefonon, e-mailben vagy személyesen a nyitvatartási időben a járványügyi előírások figyelembevételével.

A kapcsolat felvételét követően az önkormányzat az adatokat kizárólag az adatkezelési szabályok betartásával tárolja*.

*Budapest Főváros XI. Kerület Újbuda Önkormányzata mint Adatkezelő a rá vonatkozó Európai Unió általános adatvédelmi rendeletének (továbbiakban: GDPR) és a hazai adatvédelmi jogszabályoknak megfelelően gondoskodik személyes adatai védelméről. Tájékoztatjuk, hogy a jelentkezés során személyes adatok és a kapcsolattartás érdekében lakcím, e-mail cím és telefonszám megadása szükséges. A megadott személyes adatok adatkezelésének célja az Adatkezelő részéről a 100 évesnél idősebb kerületi polgárokkal történő kapcsolattartás és köszöntésük, segítségük lehetőségeinek a megteremtése. Az adatkezelés jogalapja a GDPR 6. cikk (1) bekezdése e) pontja, azaz az adatkezelés az Adatkezelő közhatalmi jogosítvány gyakorlásának keretében végzett feladat végrehajtásához szükséges. Az érintetti joggyakorlást, az Adatkezelő kötelezettségeit, valamint az Adatkezelő általános adatvédelmi gyakorlatát részletesebben az önkormányzat honlapján a www.ujbuda.hu/adatvedelem cím alatt, valamint a felhívás honlapján található, mellékelt adatkezelési tájékoztatóból ismerheti meg. Adatvédelmi tisztviselő elérhetősége: Levélcím: Budapest Főváros, XI. Kerület Újbuda Önkormányzata, 1113 Budapest, Bocskai út 39–41. E-mail: gdp@ujbuda.hu

ÚJBUDA 60+ PLUSZ

Felmerülő kérdéseiket feltehetik a 06/70/684-7412-es telefonszámon vagy e-mailben az it60plusz@ujbuda.hu címen. Kérjük, hogy kérdéseikkel felkészülve keressék munkatársunkat!

Duna-Ipoly Nemzeti Park előadása



Európai Nemzeti Parkok Május 18. 14.00 Május 24-én tartjuk az Európai Parkok Napját. Ennek alkalmából tart előadást **Kremncsán János**, a Duna-Ipoly Nemzeti Park munkatársa.

A részvételhez Facebookon csatlakozzon a DINPI-előadások (Újbuda 60+ Program) nevű csoporthoz, teljes neve és 60+ kedvezménykártya száma megadásával.

A programokon való részvétel feltétele az Újbuda 60+ Kedvezménykártya vagy annak folyamatban lévő igénylése.

A teljes hónap programját megtalálják és letölthetik az Idősbarát Újbuda honlapról, illetve Facebook-oldalunkról is!

ÚJBUDAI ÖNKÉNTES KOORDINÁCIÓS ÉS MÓDSZERTANI KÖZPONT
Az ügyfélfogadás szünetel. Cím: 1112 Budapest, Kérő utca 3.

CARING CITY | A GONDOSKODÓ VÁROS

ÚJBUDAI SZENIOR PROGRAMKÖZPONT
A nyitvatartás szünetel. Cím: 1117 Budapest, Bölcse utca 3.

TOVÁBBI ELÉRHETŐSÉGEINK
Levelezési cím: 1113 Budapest, Bocskai út 39–41. (A borítékra kérjük ráírni: Újbuda 60+ Program)
Központi telefonszám: [06 1] 372-4636 [H-P: 9.00–14.00] Önkéntes segítségnyújtó: 381-1361 [H-P: 9.00–13.00]
E-mail: 60plusz@ujbuda.hu • Weboldal: idosbarat.ujbuda.hu • Youtube csatornánk: **Újbuda 60+ Program**
facebook-oldalunk: **Újbuda 60+ Program** (www.facebook.com/Újbuda60pluszProgram)
Kövessen minket a Facebookon is!

Hagyományos alapanyag modern tálalásban

Ha kifogyunk a recepttöltekből, mindig jó ihletforrás lehet nagymamáink, dédmamáink receptgyűjteménye. Ám ezekben gyakran találkozhatunk olyan, elsőre ismeretlen alapanyagokkal, mint például a csirág. Ez mai napig az egyik legkedveltebb szezonális zöldségünk. Zsenge zöld szárából levest, köretet, rakottast, sőt, akár frissítő tavaszi salátát is készíthetünk.

A csirág nem más, mint a spárga régies magyar neve, mely a csiraág szóból ered. *Parcsetich Ernő*, a VakVarjú étterem séfje elhozta kedvenc spárgás halételét. Lássuk a vajhal receptjét spárgával, garnélával, kucsmagombával és tárkonyos veloutéval!

Elkészítés:

A zsenge spárgákat óvatosan megtisztítjuk, sós-citromos forrásban lévő vízben leforrázzuk, majd jeges vízben kihűtjük. A vaj 1/3-át egy mélyebb serpenyőben felolvasztjuk, hozzáadjuk a megmosott és apró kockákra vágott

póréit. Pár perc múlva rádobjuk a megmosott gombákat, sózzuk, teszünk hozzá egy kis fahérborsot, majd lassan puhára főzzük.

A veloutéhoz a maradék vaj felét felolvasztjuk, hozzáadjuk a lisztet, felöntjük a tejjel, és lassan felforraljuk, hogy krémes állagot kapjuk. Sózzuk, aztán beletesszük az összevágott tárkonyt és az ecetet. Adhatunk hozzá egy kevés frissen facsart citromlevet is, hogy még frissebb legyen az íze. Kavarunk rajta párat, majd lehűzzük a tűzről.

A halakat sózzuk, kevés citromlével meglocsoljuk, és serpenyőben, kevés olajon mind a két oldalát lassan aranybarnára sütjük. Egy másik serpenyőben a maradék vajat felolvasztjuk, hozzáadjuk a megtisztított rákokat, majd egy perc múlva a lecsepegtetett spárgákat is. Sózzuk, teszünk hozzá egy kevés citromlevet és készre pirítjuk.

Tálaláskor érdemes mélytányérral választani a velouté miatt. Először a veloutét, aztán rá a spárgákat, a halat, a gombát és a rákokat rétegezzük. Ha elegánsabb tálalásra vágyunk, lapos tányerre a hal mellé halmozzuk a köretet.

- hozzávalók 4 főre:
- 4x20 dkg vajhalfilé
 - 1 kg zöld spárga
 - 24 dkg vaj
 - 40 dkg 16/20-as garnéla
 - 10 dkg friss tárkony
 - 10 dkg kukoricaliszt
 - 0,5 l tej
 - 0,5 kg kucsmagomba
 - 1 db citrom
 - 0,5 dl tárkonyecet
 - 1 db kisebb póré



DIGI ELŐFIZETŐKNEK:

168

TELEKOM ELŐFIZETŐKNEK:

250

VODAFONE ELŐFIZETŐKNEK:

511



keresztrejtvény

Avar Judit: Tavaszias c. ciklusából idézünk 3 sort.
Vízintés: 1. Dél-amerikai sivatag. 7. **Az idézet első része (G, M).** 10. Kicsinyító képző. 12. Az Andok egyik országa. 13. Idegen lendület. 14. Égéstermek. 16. ... et labora! (ben-cés jelmondat). 17. Az istentisztelet rendjét megszabó könyv a protestánsoknál. 19. Határában található az ókori Gorsium. 20. Emelet, rövid. 21. Csendben van. 22. **Az idézet második része (Ü, É).** 23. Olykor. 25. Kiejtett kettős betű. 26. Felsőruházat. 27. Vissza: állóvíz. 28. Vízszint-szabályozó szerkezet. 30. Indíték. 32. Tanintézmény, rövid. 35. Szentendre városrésze. 37. Olimpiai bajnok saknagymester (István). 39. Centro chilei gyógyfürdő a fővárosban (TAES). 41. Ben-Hur barátja, majd ellensége Wallace regényében, eredeti írással. 43. Esernyő, régies szóval. 45. Nógrád megyei község. 46. Mértani fogalom. 48. A kromoszóma egy adott lókuszan elhelyezkedő gén variációja. 49. Új-Zéland és Ausztria gépkocsijelzése. 51. Csecsemőbeszéd. 52. Emléket töröle. 53. A zenei alaphangsor 4. és 8. hangja. 55. Electric Light Orchestra, rövid. 57. Csak, Berlinben! 59. Régi magyar személynév. 63. Basilides Zoltán. 64. Rostokol. 65. Ősi orosz fogatolási módszer. 66. Tibeti egyenmű betűi. 67. József Attila-díjas író, újságíró (István). 69. Héber férfinév, jelentése: fa (ILÁN). 70. 60 percnyi. 71. Vas megyei falu. 72. Erős izzadás utáni tünet.

Függőleges: 1. Egyszerű fehérje, amelyből hiányzik a kofaktor. 2. Natúra. 3. Menyasszony. 4. Réz vegyjele. 5. Tetten ér. 6. Nagyobb cég második számú vezetője, rövid. 7. Kézmeleg. 8. Becenévűből önállósult női név. 9. ... királya (Lalo). 10. Kéz, régies szóval. 11. Európa Kupa. 15. Mocsár. 17. Pára egyenmű betűi. 18. Autóközlekedési Tanintézet, rövid. 21. Víziállat. 22. Tenni, de csak a végén! 24. Norvég drámaíró, elől a keresztnevet kezdőbetűjével. 29. Járom. 31. Vadászkutya. 33. Templomi üllőpadosor a szentélyben. 34. Orosz filmrendező, forgatókönyvíró, színész (Alekszej Jakovlevics KAPLER). 36. **Az idézet negyedik része (M, M).** 37. Ókori római író, államférfi (Marcus Porcius Maior). 38. Jelenleg.

40. Mély hangot adó tompa zajjal előtte terem, költői szóval. 42. Szolmizációs hang. 44. Norma, Martin Ritt 1979-es filmje. 45. **Az idézet harmadik része (L, Á).** 47. Kolbászjelző. 50. Női énekhang. 52. Forchtenstein burgenlandi község magyar neve. 54. Ferde. 56. Azon a helyen. 58. Népi viselet: csipőt, combot vagy lábszárat is takaró, elől záródó kabátfele. 60. Duna menti német város. 61. ... Haan, világ bajnokai ezüstérmes holland labdarúgó, edző. 62. Első osztályú, rövid. 66. Trombitahang. 67. Einsteinium vegyjele. 68. Errefele! 70. Módi egyenmű betűi.

1	2	3	4		5	6	7	8		9	↘		10	11
12						13				14			15	
16					17				18		19			
20				21						22				↘
23		24			25			26					27	
28					29		30	31		32	33	34		
35				36		37			38		39		40	
41					42		43		44					
45					46		47		48					
		49		50		51		52						
53	54		55		56		57	58		59				
↘		60				61			62			63		
	64				65							66		
67					68		69					70		
71								72						

Beküldendő: vízsz. 7., 22., függ. 45. és 36. Beküldési határidő: a megjelenést követő hét keddje. Cím: 1518 Budapest, Pf.: 135. vagy a media11@ujbuda.hu e-mail címre. 2021. 8. SZÁM REJTVEJÉNEK MEGFEJTÉSE: „E világon ha ütsz tanyát, hétszer szállj meg az anyád”. Nyertes: Kárpáti Attila, 1119 Budapest, Etele út. Nyeremény: könyvjutalom, mely a szerkesztőségben (Zsombolyai u. 5.) vehető át.

A nők lelkierejének története



Első kötete 2006-ban jelent meg, azóta több mint harmincat írt. Gyermek- és ifjúsági regényei mellett felnőtteknek szóló könyveinek száma is gyarapodik. Idén tavasszal jelenik meg a legfrissebb, Kerti szonáta című regénye. Finy Petra Újbudán született, és most itt is él. Mint mondja: Újbuda színes, értelmes, élhető környék.

„Mennyire határoz meg téged mint művészt a környezeted? Milyen körülmények között tudsz hatékony lenni?”

Ha rend van az asztalomon, van egy vidám ablak, amelyen kinevezhetek, és növények vesznek körül. Bár a XII. kerületben nőttem fel, és egy darabig éltem az Andrásy úton, már 15 éve lakom Újbudán. A Szent Imre Kórházban születtem, aztán a két lányomat is ott szültem. A kör bezárult: visszavonzott valami oda, ahonnan elindultam az életbe. Nagyon szeretem a kerületet, a kis kávézókat, a könyvszekereket, a Feneketlen-tavat, a Gellért-hegyet, a rakpartot, a piacot a virágsorral: színes, értelmes, élhető környék.

A zene is meghatározó körülmény az alkotáshoz. Bizonyos szövegeimnek megvan a maga „író” zenéje vagy tracklistje, sokszor írok zenére. Mostanában a Lola Mar-shot hallgatom. De komoly zenét is sokat, a Kerti szonáta című regényemben egy-két

A határidő fontos műza,

ez tény, de ihlet nélkül nem tudok írni. Az ihlet pedig akkor csíphető el az én esetemben, ha megvan egy jelenet képi magja, azt látom végig magam előtt írás-kor. Mondok egy példát: az új regényem, a Kerti szonáta egyik jelenetében két nőt kiszabadítanak az '56-os forradalmárok a váci börtönből. De ők nem jönnek ki azonnal, hiába várták annyira a szabadságot, mert fontosabb nekik, hogy a börtön-évek alatt elvesztett szépségüket, nőies-ségüket sebtiben visszanyerjék. Rúzst szereznek, és csak azután lépnek ki az utcára, hogy felkenék a szájukra. Megtörtént eset, hogy női rabok sokkal később jöttek ki, mert még szépítkeztek, illetve belevon-tam a koncentrációs táborok felszabadításának azon pillanatát, amikor amerikai katonák rúzst osztottak a csontsovány nőknek. A jelenet magja pedig az volt, hogy a két sovány, kopott hajú, aszott bőrű, rab-ruhás nő vörös rúzzsal az ajkán lépdél végig az utcán. De büszkébben, ragyogóbban, mint bármelyik modell a kifutón.

„Honnan inspirálódasz?”

Kirándulok, „csak-úgy-olvasok” (nem munkaolvasásra gondolok, mert amúgy egy kiadósban dolgozom, ahol sok a „kötelező”), a kertben molyolok, zenét hallgatok, Lot-szi kutyákkal és a családommal sétálok. Podcastokat hallgatok (Az élet meg minden a kedvencem), vagy a Partizán You-

kedvencem meg is jelenik ezek közül.

„Mi visz jobban előre, az ihlet vagy a határidő?”

Miután az előző munkahelyemen úgy hozta a sors, hogy sok történéssel dolgozhattam együtt, egy ideje lényeges számomra, hogy a női sorsok mellett egy vagy több történelmi témának is utána menjek. A Marlenka esetében ez a XII. kerületi nyilasok és Kun páter borzalmas cselekedetei voltak, ame-

Tube-csatorna adásait nézem, *Pottyondy Edina* videóin nevetgélek. Amikor nyitva vannak a múzeumok, akkor térdrogyásig járok kiállításokra.

„Mi alapján választod a témáid?”

Miután az előző munkahelyemen úgy hozta a sors, hogy sok történéssel dolgozhattam együtt, egy ideje lényeges számomra, hogy a női sorsok mellett egy vagy több történelmi témának is utána menjek. A Marlenka esetében ez a XII. kerületi nyilasok és Kun páter borzalmas cselekedetei voltak, ame-

„Nem csak női sorsokat mutatok be, de női nehéz sorsokat, olyan témákat, amelyeket a társadalom tabusít

lyekről oly keveset beszélünk, hiába született meg *Zoltán Gábor* fontos könyve a témáról. Bár most szerencsére remek filmet készített róla a 444, aminek nagyon örültem. A Marlenka című regényemben Kun páter borzalmas cselekedeteivel állítottam szembe lélekterelő ellenpontként a Világ Igaza kitüntetés is elnyerő Sztéhló Gábort, aki ugyanebben a kerületben rengeteg zsidó gyereket mentett. Úgy kell elképzelni őket, mintha ugyanabban az időben egyszerre sétált volna a Városmajor környékén egy földre szállt angyal és egy pokolból szökött ördög.

„Felnőtt regényeidben gyakran foglalkozol női sorsokkal. Ez tudatos feladatvállalás a munkásságodban?”

Igen, ha valaki jobban megnézi a regényeimet, látható egyfajta koncepció ebben.

Nemcsak női sorsokat mutatok be, de női nehéz sorsokat, olyan témákat, amelyeket a társadalom tabusít, vagy azért nem írja meg őket férfiak, mert túl érzékenyek, túl ismeretlenek számára. Márpedig a depresszió rengeteg nőt érint (Madáraszszony), még ha ritkán beszélnek is róla; a válásnak egyértelműen a nők a nagyobb vesztesei a gyerekek mellett, főként, ha őket hagyják el (Akkor is); a családi traumahordozástól, diszfunkcionális családi létől szintén sok nő szenved (Marlenka). A nőknek annyi helyzetben és szerepben kell megfelelniük, ami számos plusz lelki terhet ró rájuk, és ugyan a társadalom lát-szólag mellettük áll, valójában még mindig nagyon egyedül vannak, és kiszolgáltatottak a sorsnak. Erre az első és a második karantén is jó példa volt.

„Legújabb, júniusban megjelenő regényedben, a Kerti Szonátában ismét a nő áll a középpontban. Milyen problémákat dolgoz fel ez a kötet?”

A fő témája a nők lelki erejének és szolidaritásának bemutatása a történelem során, a bátorságuk háborús vagy drámai helyzetekben. 1944-45, 1956 és 1987 fontos pillanatait mutatom be, ez utóbbi évnél a rendszerváltás előkészítéséből is bizonyos mozzanatokat. *Pető Andrea* története, az MTA doktora ezt mondja a regényről: „A női történetmondás ősi hagyományát felelevenítve állít emléket Finy Petra azoknak a magyar közelmúlt történetéből kihagyott nőknek, mint Rajk Júlia vagy a demokratikus ellenzék női tagjai, illetve életeményeknek, mint a második világháborús háborús nemi erőszak, aminek bizony ott lenne a helye a történelemkönyvekben.”

T. E.

SEGÍTÜNK A NYITÁSBAN



A világjárvány sem áll az olimpiára készülőkajakos útjába

Csipes Tamarával és Horváth Gáborral ünnepeljük a magyar sport napját



A kontinens első szabadtéri sportversenyét 1875. május 6-án Budapesten rendezte meg a Magyar Athletikai Club (MAC) – Magyarország legrégebbi sportegyesülete –, ennek emlékére 2000 óta ez a magyar sport napja. Ilyenkor adják át az Újbuda edzője és sportolója kitüntetések is. Két korábbi díjazottal beszélgettünk a magyar sport helyzetéről, a koronavírus-járványról és az olimpiai felkészülésről.

A koronavírus-járvány mennyire tudta megakasztani a felkészülést?

Cs. T.: Nekünk nem igazán okozott zavart. Nemzetközi versenyek elmaradtak, de az országos bajnokságot meg tudtuk rendezni. Sajnos fennakadások még most is vannak. Közel egy hónap múlva lesz az Európa-bajnokság, és a németek már visszamondták a részvételt. Egy olyan profi sportolót, aki olimpiára készül, nem zavarhat meg még egy világjárvány sem. Az elmúlt egy évben volt lehetőségünk alkalmazkodni a helyzethez.



Csipes Tamara
Olimpiai bajnok kajakozó, nyolcszor nyert világbajnokságot, és hat Európa-bajnoki címet is szerzett. Most Tokióba készül az olimpiára.

Horváth Gábor
Kétszeres olimpiai bajnok kajakozó, háromszor nyert világbajnokságot, kétszer Európa-bajnokságot. Az Újbuda Sportjáért Nonprofit Kft. szakmai igazgatója. A Honvéd kajak-kenu szakosztályának igazgatója.

Mennyire sikerült formába lendülni?

Cs. T.: Viszonylag zökkenőmentesen zajlik minden. Tavaly sem volt semmi gond, csak az első időszakban kellett megszokítani az edzőtábort, amikor bejött a vírus Magyarországra. Volt kisebb fennakadás pár hétig, de ezen könnyen átlendültünk, és azóta folyamatosan készülünk. Úgy érzem, nem szenvedtem semmi hátrányt. Remélem, hogy még előnyt is jelent ez az extra év a felkészülésben, nagyon várom már a versenyeket.

A zökkenőmentes felkészüléshez a jó háttér is elengedhetetlen. Milyen gondokkal küzdött a versenysportolókat kiszolgáló szakmai stáb?

H. G.: Sikerült megadnunk azt a sportolóknak, amire szükségük van. Az a feladatunk, hogy minden körülmények között megteremtjük a feltételeket. Persze akadtak extra gondjaink a szállások lefoglalásával, az utazás megszervezésével. Ebből a helyzetből azok tudnak jól kijönni, akik a legjobban alkalmazkodnak a megváltozott körülményekhez.

Mindketten megkapták korábban az Újbuda sportolója címet. Hogyan kötődnek a kerülethez?

Cs. T.: Újbudán nőttem fel, húszéves koromig csak itt éltem, de most már az edzésem helyszínéhez közelebb költöztem a siker érdekében. A kerület zöldövezeteit most is imádom, szüleim Újbudán élnek, szóval mindig szívesen megyek haza. Sőt, lehet, hogy egyszer még vissza is költözöm.

Kajak-kenu szempontjából Újbuda mennyire fontos helyszín?

H. G.: Dél-Budán sajnos csupán egy kajak egyesület van, a Lágymányosi Spari. Esetleg az öbölben elérhetne több egyesület, akár egy nagyobb bázist is lehetne építeni, de így is fontos helyszínnek tekinthető stratégiaiilag.

A kajak-kenu sportágban Magyarország hosszú ideje a világ élmezőnyében szerepel. Minek köszönhető ez, és mit tesznek azért, hogy ez így is maradjon?

H. G.: Mi szerencsések vagyunk, mert egy igen komoly generáció szolgáltatott példát,

segített minket abban, hogy sikeres sportolóvá válhassunk. Ha ezt a tendenciát folytatjuk, akkor sokáig marad az élvonalban a magyar kajak-kenu.

Cs. T.: Én már az a korosztály vagyok, ahol a technika jobban főszerepet kapott a kemény edzések mellett, meg kell találni a kettő közötti arany középutat. Nekem édesapám az edzőm, amióta elkezdtem kajakozni. Ő abból a korszakból jön, amelyben a kemény munkára alapoztak, ezt el is várja tőlem. Én pedig igyekszem odafigyelni a technikára, és megtalálni az egyensúlyt.

A következő hónapokban mi vár Tamarára?

Cs. T.: Egy hét múlva Szegeden lesz egy tájékoztató verseny. Itt nyerünk képet arról, ki hol tart a felkészülésben, rá három hétre lesz a válogató, ahol eldől, ki melyik hajóban fog indulni. Egyéniben és párosban két-két magyar egység lehet ott az olimpián. Jólátokba nem bocsátkoznék, de úgy érzem, igazán jól sikerült a felkészülésem, nagyon várom a versenyt. Az Európa-bajnokságra már az olimpiai csapat fog utazni.

Milyen esélyekkel indulnak Tokióba most a magyar kenusok, kajakosok? Hányszor szól majd a magyar himnusz?

H. G.: Én sem szeretnék jósolni, de nagyon bírom abban, hogy a lányok sikeresek lesznek. Tamarának különösen drukkolunk, mert ő is a Honvédhoz tartozik. Abban bírom, hogy a kajak-kenu legalább két aranyérmet hoz Magyarországnak Tokióban, hogy ez milyen összeállításban, kinek a nyakába kerül, az még kérdéses.

D. B. S.

Sport = testi-lelki egészség

– Újbuda nemrég elfogadott sportkoncepciójának középpontjában az egészség védelme, a sport testi és lelki egészségre gyakorolt pozitív hatása áll – nyilatkozta lapunknak a magyar sport napja kapcsán Bakai-Nagy Zita alpolgármester. – A járványhelyzetben kiemelten fontos üggyé vált a rendszeres testmozgás, hiszen a megfelelő általános egészségi állapot segít a fertőző betegségek leküzdésében. Szeretnénk, ha mindenki – legyen gyermek, felnőtt, idős, fogyatékkal élő – megtekinthetné a helyét a rendszerben, és ott találna magának elfoglaltságot, ahol az érdeklődésének, tehetségének figyelembevételével ideális. Azért dolgozunk, hogy erősödjön Újbudán a versenysport, és nőjenek a mindennapos testmozgás lehetőségei is – mondta az alpolgármester.

SEGÍTÜNK A NYITÁSBAN

ZINGBURGER & CO

ÚJ ZING BURGER ÚJBUDÁN (IS)!

Budapest, Körösy József u. 3-5

@zingburger

Mit fog csinálni a gyerkőcöd otthon a nyári szünet alatt? Nálunk van megoldás!

GYERTEK TÁBOROZNI

Részletek: bja.hu

BJA

BUDAI JUDO AKADÉMIA

1118 Bp., Csúshegyek utca 13-15
info@bja.hu, +36 30 495 4535

PROFESSZIONÁLIS SMINK ÉS FRIZURA AKÁR KISZÁLLÁSSAL

P. PARIS BEAUTY STUDIO

+36/30699-5828

P. PARIS BEAUTY STUDIO

ÚJRA-NYITOTTUNK!

VÁRUNK SZERETTEL MINDENKIT TRADICIONÁLIS MAGYAROS ÍZEKKEL, KIBŐVÍTETT VÁLASZTÉKKAL.

Bazsalikom Vendéglő

1116 Budapest, Gépész u. 32.
bazsalikomvendeglo.hu

SYRIANA

GYROS BÜFÉ A BOCSKAI ÚTON

FOGYASZD EL KEDVENC GYROSODAT A TERASZUNKON, VAGY RENDELD HÁZHOZ!

Választékunkban frissensülteket is találasz!

Már a Netpincéren és a Wolt applikációján is elérhetőek vagyunk!

NetPincér

Wolt

SYRIANA GYROS BÜFÉ

1113 Budapest, Bocskai út 33.