

ÚJBUDA

A XI. KERÜLET
KÖZÉLETI LAPJA

XXVI. ÉVFOLYAM 8. SZÁM
2016. MÁJUS 4.

www.ujbuda.hu

Egyre több kiskamasz
bicajozik
a kerületben

ÚJBUDA ÚJSÁGOLVASÁSI SZOKÁSOK

Szokta-e Ön olvasni, ha igen, milyen gyakorisággal az Újbuda újságot (nyomatott formában)?

igen, minden alkalommal	39%
igen, ritkábban	17%
igen, havonta egyszer	18%
igen, 2-3 havonta	11%
soha nem szokta olvasni	15%

94% igen

Jó osztályzatot kapott az Újbuda újság

Anyák napja alkalmából szeretettel köszöntöm az édesanyákat és nagymamákat Újbuda Önkormányzata nevében!

dr. Hoffmann Tamás
polgármester

Föld Napja: fák és virágok kerületszerte

Kerületszerte közel 80 fát ültettek el a Föld Napján. Őrmezőn több helyszínen is megszépült: a Cirmos park közelében mostantól 20 csemete növekedhet tovább. Közülük tízet a FŐTÁV Zrt. adományozott Újbudának – *Herpai Attila*, a társaság pr- és kommunikációs osztályának vezetője ennek kapcsán a távfűtés környezetbarát mivoltát is hangsúlyozta. Őrmező önkormányzati képviselője, *Junghausz Rajmund* szerint a Föld napi faültetés hozzájárul ahhoz, hogy a kerület élhetőbbé és szerethetőbbé váljon. Őrmező másik helyszínén a Kossuth Lajos Gyermekotthon nevelői is élvezték az ültetés örömeit, és megtanulhatták, hogy a környezetet szépíteni és óvni kell. Őrmező után a Hengermalom köznél is volt facsemete-telepítés. Több mint száz új növény díszíti a kerületet az április 22-én tartott Föld Napja alkalmából. A kiültetett csemetékből, kerti növényekből óvodákba, parkokba és a járdaszegélyek mellé is jutott *Hoffmann Tamás* polgármester, valamint a részt vevő gyerekek és felnőttek munkája révén. Folytatódik a kerület óvodásai számára indított, nagy sikerű Madárbarát Program, a Madárdetektív-től az odúkészítésig. A kerületi madárbarát program elméleti és gyakorlati oktatáson keresztül ismerteti meg az óvodásokat a madarakkal.

(Összeállításunk a 12–13. oldalon)



Sushi és Kawasaki egy helyen

Japán kultúrájának sokszínűségével, gasztronómiájával, jellegzetességeivel ismerkedhettek meg azok, akik április 16-án ellátogattak az Albertfalvi Közösségi Házba.

A sushi és a misoleves készítését is megtanulhatták az Albertfalvi Közösségi Házba látogatók a Japán kultúráját, gasztronómiai érdekességeit, viseletét és találmányait bemutató egész napos rendezvényen. A programot egyebek közt a Japán Nagykövetség és a Japán Alapít-



vány jóvoltából szervezték meg, de magánszemélyek is részt vettek benne.

Az érdeklődők betekintést nyertek a kalligráfia készítés rejtelmeibe: megtudhatták, milyen eszközökkel és anyagokkal lehet előállítani ezeket a különleges képeket. Az öltözködés különlegességeit csaknem egyórás előadás során mutatták be, de meg lehetett csodálni a meditációs virágkészítést is. A kokesi baba készítőjétől pedig megtudtuk, hogy ezek a fából

SIKERSZTORI

Idén is megünnepezték a bölcsődei szakembereket

Hatodik alkalommal tartották meg a Bölcsődék Napját Újbudán, a B32 Galéria és Kultúrtérben, ahol öten részesültek polgármesteri dicséretben.

Április 21-ét 2010-ben nyilvánították a Bölcsődék Napjává, azóta minden évben részesülnek polgármesteri elismerésben a bölcsődei alkalmazottak. Idén öten vehették át *Hoffmann Tamás* polgármestertől a B32 Galéria és Kultúrtérben. Ez évben több intézmény is támogatásban részesül, emellett az önkormányzat a bölcsődékben folyó környezettudatos nevelést is segíti: *Hoffmann Tamás* a „mezítlábas kert” megnyitását említette példaként. *Unger Katalin*, az Egyesített Bölcsődei Intézmények vezetője a jutalmazott kolléganők mellett méltatta a kerület fővárosi és országos szinten is kiemelkedő bölcsődéket támogató tevékenységét is.



Molnár László alpolgármester elmondta, a napközbeni ellátást nyújtó bölcsődei intézményrendszernek meghatározó szerepe van az anyák munkavállalásában és a gyermekek szakszerű, egészséges fejlődését segítő gondozásában. Hozzátette: a bölcsődék támogatása fellendülőben van, és biztonságos jövőt jelent az intézményrendszernek. Az önkormányzat a költségvetésben több mint 700 millió forintot különített el erre a célra.

(Folytatás a 6. oldalon)

(T. K.)

KÉK HÍREK

Alkalom szüli a tolvajt

A XI. kerületi rendőrkapitányság eljárást folytat lopás bűntett elkövetésének meg-alapozott gyanúja miatt *F. Péter* 20 éves és *H. Lajos* 22 éves budapesti lakos ellen. A rendelkezésre álló adatok szerint a férfiak április 10-én este egy Karinthy Frigyes úti sörözőben – a sértett figyelmét elterelve – eltulajdonítottak egy pult alá akasztott fényképezőgép-táskát a benne lévő fényképezőgéppel, majd elhagyták a helyszínt. A sértett és a barátja észlelték a lopást, és a tettesek után mentek. *F. Péter* és *H. Lajos* menekülés közben a fényképezőgépet egy Ménesi úton parkoló gépkocsi alá rejtette. A kiérkező rendőrök a személyleírásnak köszönhetően elfogták a két elkövetőt és a fényképezőgépet is megtalálták.

Rendőrkézen a nyaklánckitépő

Az újbudai rendőrkapitányság nyomozást folytat *J. Tibor* 23 éves budapesti lakossal szemben, aki megalapozottan gyanúsítható azzal, hogy április 13-án délben egy Fehérvári úti társasház bejáratánál kitépte egy idős hölgy nyakából a nyakláncát, majd elmenekült. Személyi sérülés nem történt. A nyomozók pár órán belül azonosították az elkövetőt, és az ellene kiadott elfogatóparancsnak hála április 16-án a hajnali órákban elfogták. A férfit előállították a kerületi rendőrkapitányságra, ahol gyanúsítottként hallgatták ki. Vele szemben a további eljárást a BRFK XI. Kerületi Rendőrkapitányság folytatja le.

Életet mentettek az újbudai rendőrök

A XI. kerületi rendőrkapitányság munkatársai április 16-án 13 órakor állampolgári bejelentést kaptak arról, hogy egy idős nő járókerettel áll egy Bikás parkban lévő üzlet mellett, és nem reagál semmire. A kiérkező járőrök leültették a 88 éves, időérzékét, hallását, látását ideiglenesen elvesztő hölgyet, majd vizet adtak neki. A nő elmondta, hogy egyedül él, egy unokája van, aki soha nem látogatja meg. Le szokott menni sétálni, hogy emberek között legyen. Most hosszabb ideig sétált, és nem emlékszik semmire, de már jól érzi magát.

Fél órán belül elfogták a rablókat

Eljárást folytat a XI. kerületi rendőrkapitányság *H. Benjamin* 22 éves, *V. Miklós* 20 éves és a fiatalokú *Ő. R.* budapesti lakos ellen. A három fiatalember megalapozottan gyanúsítható azzal, hogy április 23-án éjjel, a Bartók Béla úton odaléptek egy ott sétáló 17 éves kínai állampolgárhoz és el-lökték. A földön fekvő sértett kezéből kitépték a mobiltelefonját, majd elmenekültek. A gyorsan kiérkező rendőrrajzoknak a sértett elmondta, milyen forgalmi rendszámú gépkocsival hagyták el a helyszínt az elkövetők, így a rablókat a közelben elfogták, majd előállították őket a kerületi rendőrkapitányságra. Gyanúsított kihallgatásuk során a bűncselekmény elkövetését beismerték, a bíróság elrendelte előzetes letartóztatásukat. *Liskány Csaba* újbudai kapitányságvezető lapunknak elmondta, a fokozott közterületi jelenléttel sikeresen tudnak fellépni a hasonló cselekményekkel szemben.

Biztonságosabb közlekedésre figyelmeztet a rendőrség

Közlekedésbiztonsági napot tartott Újbuda Rendőrkapitánysága polgárőrök bevonásával április 14-én, amelyhez Budafok, Érd, Budaörs Rendőrkapitánysága, valamint a BRFK Közlekedérendészeti Főosztálya is csatlakozott. A figyelemfelhívó kampány legfőbb célja a balesetmegelőzés volt.



Az ellenőrzés kiterjedt a gépjárművek műszaki állapotára, a körözött vagy forgalomból kivont, kitiltott járművek felkutatására, valamint a passzív biztonsági eszközök használatának betartására, legyen az gyerekülés vagy biztonsági öv. Azoknál, akik csak csekély súlyú szabálysértést követtek el, eltekintettek a hely-

színi bírság kiszabásától, és csupán figyelmeztetésben részesítették őket. A kisgyermekeseknek ajándékokat: láthatósági mellényt vagy fényvisszaverő matricát adtak. A kampány hatékonysága érdekében pedig a legmodernebb eszközöket is bevonták: a szabálysértőknek tableten játszottak le oktatófilmeket. – A biztonságos közlekedésre nevelő videókban olyan információk találhatók, amelyek talán hosszú távon is képesek a balesetmegelőzést szolgálni – mondta *Orosz Balázs*, a XI. kerületi rendőrkapitányság rendészeti osztályvezetője. – Abban bízunk, hogy az emberek megértik az ellenőrzésünk lényegét. Arra próbáljuk felhívni a figyelmüket, hogy az ő személyi biztonságuk

áll mindenek előtt – tette hozzá. A lapunk által megkérdezettek kivétel nélkül jónak tartották a kezdeményezést. Volt, aki elmondta, hogy már 50 éve vezet, és neki nem volt nagy újdonság a tableten látható kisfilm, de indokoltnak és helyesnek tartja a törekvést. Voltak, akik maguk is kifejezetten elégedetlenek azzal, hogy sok vezetőtársuk gyakran megszegi a szabályokat. – Elég sokan úgy vezetnek a városban, hogy nem igazán figyelnek egymásra. Index nélkül előznek, nem tartják be a sebességkorlátozást, átmennek a piros lámpán. Ebben a programban pedig rámutatnak ezekre a hiányosságokra – mondta egy fiatal férfi, aki szerint a friss jogosítvánnyal rendelkezőkre a gyorsajtás és a „menőzés” a legjellemzőbb, amiből aztán balesetek lesznek. Szerinte a kezdők jóval merészebben vezetnek, mint rutinosabb társaik. Akik már sok tapasztalatot gyűjtöttek az utakon, kifejezetten

tartanak a balesetektől, az értelmetlen tragédiáktól.

– Teljesen jó ötletnek tartom ezt a kampányt, és lehet, hogy hamarabb kellett volna elindítani. Valószínűleg akkor kevesebb közlekedési baleset és gázolás történt volna – mondta egy középkorú hölgy, aki elárulta, hogy mentésirányítóként dolgozik az Országos Mentőszolgálatnál. Így ő is nap mint nap szembesül azzal, milyen következményekkel járhat az óvatlanság: mint elmondta, sajnos sok az olyan baleset, ahol lejárt forgalmival rendelkező autó, illetve ittas személy okozza a tragédiát, és általában a vétlen fél jár rosszabbul.

Liskány Csaba rendőrkapitány elmondása szerint kifejezetten jól sikerült a biztonságosabb közlekedés érdekében indított figyelemfelhívó kampány, és a lakosság a jövőben is számíthat hasonló ellenőrzésekre.

(H. L.)

Bűnmegelőzési tanácsok az újbudai rendőrségtől

Nyaklánckitépés

Tavasszal a kabátok a szekrénybe kerülnek, a lazább, kivágott ruházat viselése miatt pedig megszaporodhat a nyaklánckitépéses lopások száma. Az utcán az elkövetők rálátnak, hogy milyen ékszereket visel valaki a fülében, a nyakán vagy a kezén. Ezért arra kérünk mindenkit, lehetőleg ne viseljen feltűnő ékszereket közterületen. Ha ékszereit mégis hordja, legyen körültekintő: kerülje a sötét útszakaszokat és mellékutakat, a közlekedési eszközökön pedig – lehetőség szerint – ne álljon közvetlenül az ajtó mellé. Ékszereiről készítsen jól beazonosítható fotókat.

Ha mégis megtörténik a baj:

- Azonnal kérjen segítséget!
- Próbálja megjegyezni az elkövető ruházatát, menekülésének irányát!
- Haladéktalanul hívja ki a rendőrséget, kiérkezését várja meg!

Kertes és víkendházak védelme:

- Az ingatlan körüli kerítést tartsa jó állapotban, a kaput, bejáratú ajtót mindig zárja kulcsra. Ne hagyja, hogy bárki észrevétlenül elbúj hasson kertjében, vágja vissza a sövényeket, bokrokat, fákat.
- Az ingatlan nyílászárói legyenek jól zárhatók, hosszabb távollét esetén szereltessen rájuk rácsokat! A házba építtessen ki biztonsági be- rendezéseket, használjon riasztót, mozgásér-

zékelőt, biztonsági kamerát, udvari világítást. Ez ingatlán bejáratánál helyezzen el erre figyelmeztető jelzést. • Hosszú távollét esetén ne hagyjon értékes műszaki cikkeket a házban, értékeit tárolja biztonságos helyen, lehetőleg rögzített széfiben. Vezessen listát értékeiről, azok egyedi azonosításra alkalmas sajátosságairól. Figyel-

jen környezetére, ismerje meg szomszédjait, ápoljon velük jó viszonyt. Egymás értékeit tartsák szemmel. Gondoskodjon arról, hogy postaládája mindennap ki legyen ürítve. Segítse a rendőrség munkáját! Ha gyanús személyeket lát, figyelje meg őket, írja fel a járművük forgalmi rendszámát, típusát, színét. Ha bármilyen gyanúsat észlel, hívja azonnal a rendőrséget!

Az Ön lakóhelyén szolgálatot teljesítő körzeti megbízottak (KMB)

I. KMB körzet:	II. KMB körzet:
Hegedűs Zoltán r. főőrzsáskész Tel: 06/70 489-3632	Gombár Lajos r. főőrzsáskész Tel: 06/70 489-3615
Veres Csaba r. főőrzsáskész Tel: 06/70 489-3558	Kukunberg Nándor r. főőrzsáskész Tel: 06/70 489-3617
Simai Barnabás r. főőrzsáskész Tel: 06/70 489-3623	Borbás György r. zászlós Tel: 06/70 489-3627
III. KMB körzet:	IV. KMB körzet:
Nagy Dániel r. főőrzsáskész Tel: 06/70 489-3631	Náncs Gábor r. főőrzsáskész Tel: 06/70 489-3635
Budai Gábor r. főőrzsáskész Tel: 06/70 489-3629	Fűs Balázs r. főőrzsáskész Tel: 06/70 489-3633
Lorkó Zsuzsanna r. főőrzsáskész Tel: 06/70 489-3633	Császár Tibor r. főőrzsáskész Tel: 06/70 489-3647
V. KMB körzet:	VI. KMB körzet:
Balogh Tibor r. főőrzsáskész Tel: 06/70 489-3635	Nemes Csaba r. főőrzsáskész Tel: 06/70 489-3645
Vadas Viktor r. főőrzsáskész Tel: 06/70 380-6349	Tóth Róbert r. főőrzsáskész Tel: 06/70 489-3643
Buzásné Fülöp Orsolya r. főőrzsáskész Tel: 06/70 374-1801	Keszler Béla r. főőrzsáskész Tel: 06/70 489-3649
	Nagy Gábor r. főőrzsáskész Tel: 06/70 372-7650

Körzeti térkép:

- I. körzet:** Sashegy, Sasad, Gazdagrét, Rupphegy, Spanyolrét, Madárhegy, Hosszúréti
- II. körzet:** Órmező, Dobogó, Órszög, Kőérberék, Kamaraderő, Péterhegy
- III. körzet:** Gellért-hegy
- IV. körzet:** Kelenföld
- V. körzet:** Lágymányos
- VI. körzet:** Albertfalva, Kelenölyg

Önökkel - Önökért

1% segítség 100% szeretet

Kérjük, adója 1%-ával támogassa a Katolikus Karitászt szolgáló szeretetét.

KARITÁSZT TÁMOGATÓ ALAPÍTVÁNY
Adószám: **19666275-1-43**

Ízületi gondokkal tornázní?

Nálunk lehetséges!

Az első alkalom ingyenes!

1114 Budapest, Bocskai út 16. fsz1.
Bejelentkezés: 06 1 791-6104
06 30 277-3157
www.slenderyoubudapest.hu

Slender You
Testharmonia Studio

CITY TAXI +36 1 2-111-111

UTAZÁSAIHOZ VÁLASZSON MEGBÍZHATÓ PARTNERT!

AUTÓINKBAN BANKKÁRTYÁVAL IS FIZETHET!

paypass, MasterCard, Maestro, VISA, VISA ELECTRON, AMERICAN EXPRESS

Minősített budapesti taxi

Ülésezett a képviselő-testület

Elfogadták a környezetvédelmi alap tavalyi felhasználásával kapcsolatos beszámolót, illetve a kerület 2015. évi zárszámadását a képviselő-testület április 21-i rendes ülésén.

A testületi ülés az „Újbuda közbiztonságáért” elismerő címek átadásával kezdődött. Idén *Kállai László* rendőr zászlós és *Winkler Sándor* tűzoltó százados részesült a jutalomban. Az okleveleket *Hoffmann Tamás* polgármes-

fortint körül alakult. A többlet ráadásul számos beruházás, fejlesztés mellett hitel- és törlesztési kötelezettség nélkül valósult meg. A napirendi pont tárgyalásakor Hoffmann Tamás örömmel számolt be arról, hogy a kerület vagyona 2015-ben – az előző évhez képest – 1,2 milliárd forinttal gyarapodott.

Hégli Imre, a Környezetvédelmi Osztály vezetőjének a környezetvédelmi alap tavalyi felhasználásával kapcsolatos beszámolója után – amelyben a Sas-hegy Barát Kert és sok más

egyéb program elindulásáról szólt – az ellenzék szóvá tette, hogy előző évben mindössze egy Sas-hegy Barát Kert díjat osztottak ki. Hégli Imre az önkormányzat számos egyéb környezetvédelmi tervének megvalósulását is kiemelte. Egyebek között azt, hogy 2015-ben újabb közösségi kertet adtak át, a Duna-Ipoly Nemzeti Park Igazgatóságával történő együttműködésnek köszönhetően számos kedvező folyamat zajlik, újabb biciklitámaszokat telepítettek, illetve elindult a gyerekek környezeti nevelése is.

250 ezer forintos támogatást szavazott meg a testület az Őrzők Közhasznú Alapítvány a Tűzoltó utcai Daganatos és Leukémiás Gyermekekért számára, a május 8-án, az Elevenparkban megrendezendő „Őrzők Családi Nap” megvalósítására.

(T. K.–V. L.)

Egyre több kiskamasz bicajozik a kerületben

Közlekedési versenyt rendezett az Újbudai Pedagógia Iroda a Bikás parkban az általános iskolás korosztály számára április 27-én. Az esős idő miatt kicsit kevesebben érkeztek a megszokottnál, de még így sokan vállalták a megmérettetést.

– Egyre többen kerékpároznak a városban – mondta *Nábrádi István*, a Lágymányosi Bárdos Lajos Két Tanítási Nyelvű Általános Iskola testnevelő tanára, aki segédkezett a verseny lebonyolításában. Elmondása szerint szeretnék elérni, hogy a gyerekek a szabályoknak megfelelően, emellett ügyesen, veszélymentesen tudjanak közlekedni a forgalomban. A Kerékpáros Iskola Kupa három fordulóból állt: írásbeli teszttel kezdődött, majd a legjobbak közlekedési és ügyességi pályán is bizonyíthattak. Szalomozás, szű-

kítóvel ellátott pályaszakasznak, kanyarodások, nyolcas alakzat és fékezési gyakorlatok is szerepeltek a feladatok között. A budapesti és az országos fordulóra a felső tagozatos diákok jutnak tovább. Az alsósoknak az Autóklub szervezi a megyei döntőt május 13-án „Ki a mester két keréken?” címmel. Utóbbinak országos és nemzetközi fordulója is van minden évben, amelynek idén Csehország ad otthont. Minden európai államból az országos versenyeken legjobban teljesítő két lány és két fiú képviselheti hazáját.

A felső tagozatos tanulók közül sokan számoltak be arról, hogy már nem a családjukkal, hanem a barátaikkal járnak kerékpározni. Különböző parkokban töltik a legtöbb időt, de van, amikor komolyabb túrára is vállalkoznak: feltekernek például a János-hegyre. Az odavezető úton pedig nem lehet elkerülni, hogy forgalmas helyeken is bicajozzanak. Saját véleményük szerint jól ismerik a szabályokat és jól boldogulnak a forgalomban, ha az autósok, illetve gyalogosok is kellőképpen figyelnek rájuk. (H. L.)

Átadták az új csomópontot

Használatba vehetik az autósok a Budaörsi úti új, kétszintű közúti csomópontot, amelyet a 4-es metró beruházásához kapcsolódva építettek.

Az átadáson *Tarlós István* elmondta: hosszú évek óta megoldatlan probléma zárult le a Budaörsi út és környéke rendezésével. – Az építkezés 2014-ben kezdődött, 85 hétig tar-

tok során kicserélték a teljes közműhálózatot, megújult a közvilágítás, kétszintű csomópont, akadálymentes gyalogos- és kerékpáros-aluljáró, valamint zajvédő fal épült. Szólt arról is, hogy a kivitelező az építkezés idején végig biztosította a közlekedést: úgy kellett egy felszín alatt is futó rendszert megépíteni, hogy közben a forgalmat csak a lehető legkisebb mértékben akadályozták.

– Folyamatosan bővül a P+R parkolók száma, jelenleg 1000 parkolóhely van már a 4-es metró kelenföldi végállomásánál, az év végére pedig mintegy 1500 parkolóhely áll majd az autósok rendelkezésére – mondta *Tarlós István*. A Budaörsi úti beruházás nettó 7,2 milliárd forintba került.

(MTI)



tott, a beruházásnak pedig naponta 120 ezer autós látja hasznát – közölte a főpolgármester. Emlékeztetett, a csomópont megépítése kifejezett vállalás volt az Európai Uniónál, egyik legfontosabb célja pedig a 4-es metró, a BKV- és Volán-járatok, valamint a P+R parkolók jobb elérésének biztosítása. Hozzátette, a beruházásnak köszönhetően egyszerűbbé válik az egyes közlekedési ágak közötti gyors, kényelmes és biztonságos átszállás. A főpolgármester arról is beszámolt, hogy a munkála-

BUDAÖRSI székhelyű élelmiszergyártó üzembe keresünk női és férfi kollégákat betanított munkára. Keresünk továbbá csomagológép-kezelőt, valamint árufeltöltőt.
Várjuk jelentkezéseiket a **06-20-510-7686-os** telefonszámon minden hétköznap **10–14 óra** között.



REGGELI



EBÉD



VACSORA

NAPI MENÜ
895 FT

1119 BUDAPEST, ANDOR UTCA 47-49.

www.m4bisztró.hu

M4
Bisztró
Jó élmények!

EGÉSZSÉGROVAT

Tudta-e Ön, hogy...

...az utóbbi 10 évben az allergiás betegek száma megkétszereződött. A felnőtt lakosság 20%-a szenved valamilyen allergiás betegségben, ekcémában, asztmában, táplálékallergiában, szénanáthában. Tavasztól egyre többet tartózkodunk a szabadban, sokat sétálunk, kirándulunk. A nyírfa, a mogoró barkái és a tavasszal nyíló virágok pora az arra érzékenyeknél kellemetlen allergiás tüneteket okoznak, bizonyos anyagok pedig a legkülönbözőbb reakciókat váltják ki a szervezetben, az orrfolyástól a migrénen keresztül akár a hirtelen halálig.

A leggyakoribb tavaszi allergiákról és a megelőzésről Dr. Gálffy Gabriellát, a Budai Oltóközpont és Magánorvosi Centrum allergológus szakorvosát kérdeztük:

Mit tegyünk az allergia kivédése, vagy a tünetek csökkentése érdekében? Hogyan előzhető meg az allergia kialakulása, mikor érdemes szakemberhez fordulni?

A leggyakoribb tavaszi allergének a korai fák pollenjei, amelyek akár február végétől már okozhattak panaszokat, ilyen például a mogoró és kicsit később virágzó nyírfa. Április közepétől a korai fák virágzása mellett megjelentek a fűpollenek és májusztól a késői fák virágai, amelyek jelentős allergiás panaszokkal járnak. Sok esetben a beteg életminőségének romlásához vezet, a leggyakoribb tünetek az orr-

folyás, orrdugulás, tüsszögés, szemviszketés, könnyezés, de gyakran nehézleghzéses panaszok is jelentkezhetnek a betegeknél. Az erős allergiás tünetek mellett az évek során asztma is kialakulhat a betegeknél. A tünetek észlelésekor mindenképpen forduljunk allergológushoz, pulmonológushoz vagy fül-orr-gégészhez. A korszerű lokális vagy orális antihisztamin vagy gyulladás-csökkentő antiallergiás készítményekkel a tüneteket tudjuk csökkenteni. Az allergológus szakorvos el tudja dönteni, hogy a betegnek javasolja-e az immunterápiás kezelést, ami nemcsak a tüneteket csökkenti, hanem az allergia okát is megoldja és sikeres kezelésével a betegek 60-70%-át tünetmentessé tudjuk tenni hosszabb időre. Ha az allergia kezelése mellett még mindig jelentkezik a köhögés vagy nehézlégzéses panaszokkal küzd a páciens, akkor javasolom, hogy forduljanak pulmonológushoz az asztma bronchiale kivizsgálása miatt. A mai korszerű antiallergiás készítmények és az immunterápiás kezelések mellett jelentős életminőség javulást tudunk adni az allergiás betegeknek, akik teljes életet tudnak élni a kezeléssel.

Az Egészségrovatot a



BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM
támogatta.

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

- KARDIOLÓGIA SZŰRÉSI CSOMAGOK
- ŰZEMORVOSI ELLÁTÁS
- ULTRAHANGOS VIZSGÁLATOK
- DIABETOLÓGIA, ENDOKRINOLÓGIA
- BŐRGYÓGYÁSZAT, ALLERGOLÓGIA
- NŐGYÓGYÁSZAT, UROLÓGIA
- LABORATÓRIUMI VIZSGÁLATOK

- MENEDZSERSZŰRÉS
- BELGYÓGYÁSZAT, GASZTROENTEROLÓGIA
- PSZICHOLÓGIA, PSZICHIÁTRIA
- GYERMEKGYÓGYÁSZAT
- REUMATOLÓGIA
- NEUROLÓGIA
- ORTOPÉDIA

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

VÁRJUK ÖNT IS MAGÁNORVOSI CENTRUMUNKBAN!

BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM



Bubbles®
Non-stop önkiszolgáló mosoda

TAVASZI NAGYMOSÁS AKÁR 1 ÓRA ALATT? CSAKIS A BUBBLESBEN!

KUPON
-10%
Kód: **ÚJBUDA02**
Érvényes 05.31-ig

A XI. kerületben már 3 helyen!

- Fehérvári út 168-178.
- Nádorliget utca 5.
- Törökugrató utca 2.

bubbles.hu

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



Semiramis
A házi divato.

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



Manual Hungary Kft.
Hivatalos Konica Minolta márkakereskedés és márkaszerviz

www.szinesfenymasolok.hu

- költségelemzés
- eladás, bérlés, márkaszerviz
- üzemeltetés

Újbudai cégek részére 10% kedvezményt biztosítunk!

iroda@manualhungary.hu

KONICA MINOLTA

A legapróbb támogatások is sokat segíthetnek Indul a bevallási szezon, dönteni kell az egy százalékról

Május 20-áig, az szja-bevallás határidejéig dönthetjük el, hogy adónk egy-egy százalékaival milyen célokat, civil vagy egyházi szervezeteket erősítsünk költségmentes adományunkkal. A felajánlások száma emelkedik ugyan, de az adófizetők majdnem fele még mindig nem él rendelkezési jogával, pedig a fogadó szervezeteknek ez óriási segítség a fontos és nélkülözhetetlen tevékenységük végzéséhez. Sokak számára nem egyértelmű, hogy az egyházak és a civilek között a felajánlások nem kell választani, mindkettőnek adható 1-1 százalék.

Tavaly csaknem egymilliárd forinttal nőtt az 1 százalékos felajánlások száma. Míg 2014-ben összesen 12,51 milliárd forintból döntöttek az adófizetők, 2015-ben 13,46 milliárd forint oszlott el a különböző civil szervezetek és egyházak között. Emelkedett

lyek 25 150 kedvezményezettre rendelkeztek érvényesen, míg 2014-ben ez a szám 31 302 volt.

A személyijövedelemadó-bevalláskor kis odafigyeléssel rengeteget segíthetünk a rászorulókon, sok szervezet az egy százalékokból látja el vagy fejleszti tevékenységét. A kétszer egy-egy százalék költségek nélkül juttatható civil szervezeteknek, illetve a történelmüként elismert egyházak valamelyikének vagy az ügynevezett kiemelt költségvetési előirányzatnak. Nem tiltók szándékunk, hogy olvasóinknál az Újbuda területén működő szervezetekből összeállított listával erősítsük a rendelkezési hajlandóságot. Természetesen a felsorolás kerületi szinten sem teljes körű, érdemes tájékozódni a NAV honlapján is.

Sokak számára nem egyértelmű, hogy a felajánlások nem kell választani az egyházak és a civilek között, mindkettőnek adható hozzájárulás. Az adófizető magánszemélyek minden esztendőben az egyszázalékos

Csak olyan szervezetek kerülhetnek a listára, melyek 2015. szeptember 30-áig kezdeményezték az előzetes regisztrációs eljárást és igazolták a feltételek meglétét. Továbbra is meg kell felelniük a szervezeteknek az alábbi szempontoknak is:

- magyarországi székhellyel rendelkezik
- működésével a magyarországi lakosság vagy a határon túli magyarság érdekeit szolgálja
- nyilatkozni kell arról, hogy
 - közvetlen politikai tevékenységet nem végez
 - nem volt köztartozása (a rendelkező nyilatkozat évének augusztus 1. napja és az általa tett nyilatkozat időpontja között)
 - megszakítás nélkül, teljesen közhasznú tevékenységet folytat (előző év január 1-jétől)
 - eleget tesz minden rá vonatkozó jogszabálynak

A http://www.nav.gov.hu/nav/szja1_1 oldalról a 2016-ben felajánlásra jogosult civil szervezetek, egyházak és a kiemelt költségvetési irányzatok, valamint technikai számaik könnyen elérhetők. A felajánlott összeg sikeres kiutalásáról 2015. szeptember 30-át követően a NAV elektronikus úton tájékoztatja az Ügyfélkapuval rendelkező magánszemélyeket.

a felajánlók száma is; míg 2014-ben 2,05 millió magánszemély tett érvényes adó 1 százalékos nyilatkozatot, addig 2015-ben 2,14 millió fő rendelkezett adójának 1 százalékáról. A civil szervezetek kapták a legtöbb támogatást tavaly is, de az egyházak támogatásai is nőttek.

Érdekes tendencia, hogy tavaly kevesebb szervezet között oszlott el a rendelkezések összege, mint a korábbi években. Az adófizető magánszemé-

civil támogatás mellett felajánlhatják adójuk +1 százalékát egy elismert egyház vagy a kiemelt költségvetési előirányzat (Nemzeti Tehetség Program) részére.

A 13,46 milliárd forint összegű felajánlásból a kiemelt költségvetési előirányzat 1,29 milliárd, a legismertebb egyházak pedig 4,32 milliárd forinttal gyarapodtak. Mindenképp pozitívum, hogy az egyházak 2015-ben mintegy 400 millió forinttal több támogatást kaptak.

Az egyházak minden évben kevesebb támogatást kapnak, mint a civilek. A szakértők szerint ennek egyik oka, hogy az egyházaknak adható 1 százalékokat később vezették be, nem terjedt el annyira, sokan a mai napig nem is tudnak erről a lehetőségről. A felajánlás hiányának másik oka vélhetően az, hogy az adózók egy része nem vallásos vagy nem tartozik egyik felekezethez sem. Kevesen tudják azonban, hogy az egyházak többsége nem csupán vallási tevékenységre, hanem sok esetben karitatív célokra, a rászorulókon való segítségre használja fel az 1 százalékos rendelkezéseket.

Tavaly is a civil szervezetek kapták a több felajánlást: a 13,46 milliárd forint összegű felajánlásból 7,85 milliárd forinttal részesedtek. A beteg gyermekeken segítő szervezetek voltak a legnépszerűbbek 2015-ben is, őket követték az állatvédő szervezetek.

(Újbuda)

ÓVODÁK			
Szervezet adószáma	Intézmény neve	Címe	Szervezet neve
Szentimrevárosi Óvoda			
18245361-1-43	Alsóhegy Utcai	Alsóhegy u. 13–15.	Alsóhegy Utcai Óvodáért Alapítvány
18253681-1-43	Badacsonyi u. 20–22.	Gesztenyéskert	Gesztenyéskert Óvodáért Alapítvány
18075883-1-43	Karolina	Karolina u. 64–72.	Karolina Gyermekkert Alapítvány
Albertfalvai Óvoda			
18237003-1-43	Bükköny	Bükköny u. 9.	Bükköny Alapítvány
18226182-1-43	Ezüstfenyő	Ezüstfenyő tér 1.	Körtemuzsika Óvoda Alapítvány
18251548-1-43	Pajkos	Pajkos u. 35.	Pajkos Óvodásokért Alapítvány
Dél-kelenföldi Óvoda			
18266030-1-43	Cseperedő	Albert u. 28–30.	„Cseperedjünk Egészségesen” Alapítvány
19669838-1-43	Lurkó	Bornemissza u. 21.	Gyermekálmom Alapítvány
18234048-1-43	Mozgólóda	Lecke u. 15–19.	Mozgólóda Óvoda Közhasznú Alapítvány
Lágymányosi Óvoda			
18071803-1-43	Fürkész	Bogdánfy u. 1/B	Bogdánfy Utcai Óvodáért Alapítvány
18250406-1-43	Nyitnikék	Kanizsai u. 17–25.	Kanizsai Gőzös Alapítvány
18260656-1-43	Újbudai Csicsergő Óvoda	Siroki u. 6.	Puhafészek Óvodai Alapítvány
Gazdagréti Óvoda			
18019649-1-43	Szivárvány	Gazdagréti tér 2/A	Gazdagréti Szivárvány Óvodáért Alapítvány
18051283-1-43	Pitypang	Csiki-hegyek u. 11.	Gyermekláncfű Alapítvány
Sasadi Óvoda			
18264447-1-43	Hétszínvirág	Dayka G. u. 4.	Újbudai Hétszínvirág Alapítvány
18234866-1-43	Tesz-Vesz	Zólyomi u. 20–22.	Zólyomi Óvoda Alapítvány
18256347-1-43	Törösvár Utca	Törösvár u. 19–21.	Álomvár Óvodasegítő Alapítvány
Kelenvölgyi Órmezei Óvoda			
19669903-2-43	Kelenvölgyi	Kecskeméti u. 11–15.	Alapítvány a Kelenvölgyi Óvodásokért
18229996-1-43	Napsugár	Menyecske u. 2.	Alapítvány a Kreatív Gyermekekért
18152102-2-43	Neszmélyi Út	Neszmélyi út 22–24.	Neszmélyi Úti Óvoda Gyermekéiért Alapítvány
Észak-kelenföldi Óvoda			
18238499-1-43	Napraforgó	Tétényi u. 46–48.	Bp. XI. ker. Tétényi-Bikszádi Óvoda Gyermekéiért Közhasznú Alapítvány
18096882-1-43	Palánták	Ménmók u. 42.	Mesekert Alapítvány
18240940-1-43	Keveháza Utca	Keveháza u. 4.	Keveháza Óvoda Alapítvány
Nem önkormányzati Óvodák			
19638593-2-43	Szent Gellért Óvoda	Ibrahim u. 20.	Szent Gellért Óvoda Egyesület
18230817-1-43	Rózsánevető Waldorf Óvoda	Bártfai u. 31. III. 4.	Dél-budai Waldorf Egyesület

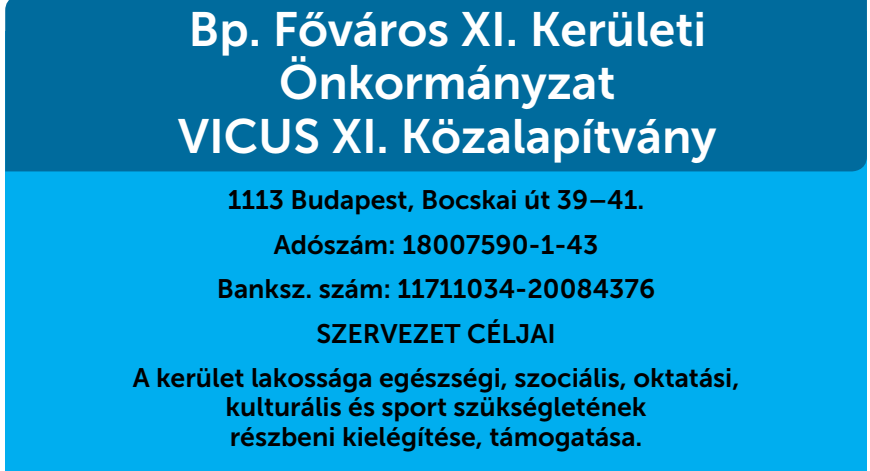
GYERMEKEKET SEGÍTŐ ALAPÍTVÁNYOK			
Szervezet adószáma	Szervezet neve	Címe	
18233566-1-43	Angolna Úszó és Gyógyúszóiskola Oktatási és Rehabilitációs Alapítvány	Tűzkő u. 6. IV. 19.	
19663289-1-43	Az Asztmás Gyermekéért Alapítvány	Alabástrom u. 8.	
18234426-1-43	Bölcsődei Kisgyermekellátásért Alapítvány	Tétényi út 46–48.	
19702449-1-43	Cilinder Színház és Iskola Alapítvány	Fadrusz u. 2. mfszt. 5/A	
18007648-1-43	Ciszterci Diák és Cserkész Alapítvány	Bartók B. u. 15/D	
18042955-1-43	Dyslexiás Gyermekéért Egyesület	Ulászó u. 32–36.	
18264416-1-43	Gyermekéért XI. Közhasznú Alapítvány	Radvány u. 34.	
18051283-1-43	Gyermekláncfű Alapítvány	Csíki-hegyek u. 11.	
19669838-1-43	Gyermekálmom Alapítvány	Bornemissza u. 21.	
18015092-1-43	Halmozottan Sérült Gyermekéért Alapítvány	Fraknó u. 14/A IV. 13.	
18236002-1-43	Iskolaszanatórium Alapítvány a Kórházban Fekvő Gyermekek Segítésére	Rimaszombati u. 2–4.	
19676023-1-43	Lidia Gyermekotthon Alapítvány	Szabolcska u. 16/B	
18253698-1-43	Magyar Daganatos Leukémiás Gyermekéért Alapítvány	Bártfai u. 44.	
18476239-1-43	Nagyamát Hanna Alapítvány – a Műhibák Megelőzéséért	Nádudvar u. 11/B	
18096507-1-43	Reménység Magjai Alapítvány – Gyermek és Ifjúsági Szolgálat	Bartók B. út 25.	
18682238-2-43	SOS Leukémiás Gyermekéért Alapítvány	Etele út 17. VII. 23.	
18264784-1-43	Titkos Pál Alapítvány a gyerekek egészségéért, neveléséért és oktatásáért	Hunyadi M. u. 56.	

EGYHÁZAK			
Technikai szám	Egyház neve		
0011	Magyar Katolikus Egyház		
0066	Magyarországi Református Egyház		
0035	Magyarországi Evangélikus Egyház		
0358	Magyarországi Zsidó Hitközségek Szövetsége		
0286	Magyarországi Baptista Egyház		
Szervezet adószáma	Szervezet neve	Címe	
18034501-1-43	Szent Gellért Templomépítő Alapítvány	Magyar Katolikus Egyház, Kelenföldi Szent Gellért-plébánia	
18055971-1-43	Szent Tádé Alapítvány az Ifjúságért	Magyar Katolikus Egyház, Magyarszentek Plébánia	
19666275-1-43	Karitász Támogató Alapítvány	Katolikus Karitász	
18232118-1-43	Kelenföldi Református Gyülekezeti Alapítvány	Kelenföldi Református Egyházközség	
18100961-1-43	Gazdagréti Református Alapítvány	Gazdagréti Református Egyházközség	
18006173-1-43	Kelenföldi Evangélikus Templomépítő Alapítvány	Kelenföldi Evangélikus Egyházközség	

ISKOLÁK			
Szervezet adószáma	Neve	Címe	Szervezet neve
19672830-1-43	Újbudai Ádám Jenő Fenntartói Gyakorló Ált. Isk.	Köbölkút u. 27.	Köbölkút Iskolaszék Alapítvány
19702205-1-43	Domokos Pál Péter Általános Isk.	Sopron u. 50.	„Szülők és Nevelők a Sopron Úti Iskoláért” Közhasznú Alapítvány
19672775-1-43	Gazdagrét-Törökugrató Általános Isk.	Törökugrató u. 15.	Törökugrató Utcai Alap Alapítvány
19702872-2-43	Gazdagrét-Csíkihegyek Általános Isk.	Csiki-hegyek u. 13–15.	Csiki-hegyek Utcai Iskola Alapítvány
19662958-1-43	Lágymányosi Bárdos Lajos Kéttannyelvű Ált. Isk. és Gimn.	Baranyai u. 16–18.	Praevolans Alapítvány
18249224-1-43	Lágymányosi Bárdos Lajos Kéttannyelvű Ált. Isk. és Gimn.	Baranyai u. 16–18.	Hargitai Lászlóné Alapítvány
18071968-1-43	Bethlen Gábor Általános Iskola és Újreál Gimn.	Bartók B. út 141.	Bethlen Gábor Újreál Alapítvány
18005811-1-43	Bethlen Gábor Általános Iskola és Újreál Gimn.	Fogócska u. 6.	Kincskereső Iskola Alapítvány
19636766-1-43	Újbudai Bocskai István Általános Iskola	Bocskai u. 47–49.	Bocskai Iskola Alapítvány
18244700-1-43	Újbudai Grosics Gyula Sport Általános Isk.	Bikszádi u. 11–15.	„Kölyök Aranycsapat” Közhasznú Alapítvány
19669821-1-43	Újbudai Grosics Gyula Sport Általános Isk.	Bikszádi u. 11–15.	Komplex Művészeti Nevelés Alapítvány
18251775-1-43	Farkasréti Általános Iskola	Érdi u. 2.	Farkasréti a Gyermekekért Alapítvány
19652674-1-43	Újbudai Gárdonyi Géza Általános Iskola	Bartók B. út 27.	Egri Csillagok Alapítvány
19671176-1-43	Újbudai József Attila Gimnázium	Váli u. 1.	JAG „Jelet Hagyni” Alapítvány
19652791-1-43	Kelenvölgyi Általános Iskola	Kecskeméti J. u. 14.	Iskolánkért-Gyermekünkért Alapítvány
19639927-1-43	Újbudai Montágh Imre Ált. Isk., Óvoda és Készségfejlesztő Speciális Szakisk.	Fogócska u. 4.	Fogyatékos Kisiskolásokért Alapítvány
18243527-1-43	Őrmezei Általános Iskola	Menyecske u. 2.	Alapítvány az Őrmezei Általános Iskola Diákjaiért
18240232-1-43	Újbudai Petőfi Sándor Általános Iskola	Kiskörös u. 1.	„Petőfi” Jövőjéért Alapítvány
18232558-1-43	Teleki Blanka Általános Iskola	Bikszádi u. 61–63.	Teleki Blanka Német Tagozatos Általános Iskoláért Alapítvány
18041394-1-43	Weiner Leó Zeneiskola és Zeneművészeti Szki.	Neszmélyi út 30.	Alapítvány az Ifjúság Zenei neveléséért
19677684-1-43	Albertfalvi Don Bosco Katolikus Ált. Isk.	Bükköny u. 3.	Albertfalvi Don Bosco Iskolaalapítvány
19022589-1-43	Carl Rogers Iskola	Aga u. 10.	C. Rogers Személyközpontú Iskola Alapítvány
18232699-1-43	Budai Ciszterci Szent Imre Gimnázium	Villányi út 27.	Alapítvány a Budai Ciszterci Szent Imre Gimnázium Fenntartásának Támogatására
19179117-1-43	Kürt Alapítványi Gimnázium	Bogdánfy u. 5/B	Kürt Alapítvány
19675936-1-43	Mechatronikai Szakközépiskola	Rétköz u. 39.	Mechatronika Alapítvány
18147304-1-43	Szent Benedek Iskolaközpont	Mezőkövesd út 10.	Anima Una Alapítvány
18228366-2-43	BME	Műegyetem rkp. 3.	Pro Progressio Alapítvány az egyetemi oktatásért, kutatásért

EGYÉB SZERVEZETEK			
Szervezet adószáma	Intézmény	Címe	
18234426-1-43	Egyesített Bölcsődei Intézmények, Bölcsődei Kisgyermekellátásért Alapítvány	Tétényi út 46–48.	
19639927-1-43	Fogyatékos Kisiskolásokért Alapítvány	Fogócska utca 4.	
19805528-1-43	BEAC Sportegyesület	Bogdánfy Ö. u. 10.	
18529904-2-43	Humusz Szövetség	Saru u. 11.	
18237900-1-43	Lágymányosi Spari Vízisport Diáksport és Szabadidős Egyesület	Vízpart u. 4.	
19654614-1-43	MAFC Sportjáért Alapítvány	Műegyetem rkp. 1–3. II. 1.	
18254589-1-43	Missio Christi Alapítvány	Fehérvári út 168–178.	
18056824-1-43	Őrmezői Morus Szent Tamás Egyesület	Jégvirág u. 6/B	
18041411-1-43	Szellemi Sérült Testvéreinkért Alapítvány	Ulászó u. 15.	
18520572-1-43	Kulturális Tizenegyes Egyesület	Bartók Béla út 15/C.	
19673460-1-43	Szent Imre Kórház Fejlesztési Alapítvány	Tétényi út 12–16.	
18007590-1-43	VICUS XI. Közalapítvány	Bocskai út 39–41.	
18136610-1-41	Játszva Sportolva Megelőzni Alapítvány	Hauszmann A. u. 5.	

ÁLLATOKAT SEGÍTŐ ALAPÍTVÁNYOK			
Szervezet adószáma	Szervezet neve	Címe	
18258473-1-43	Futrinka utca Kuttyavédő és Kutyák Szabadidősport Egyesület	Fraknó u. 14/B VIII. 27.	
19816016-1-43	Herman Otto Magyar Országos Állat- és Természetvédő E.	Nagyszőlős u. 21.	
18056738-1-43	Noé Bárkája Állatvédelmi Alapítvány	Villányi út 8. V. 3.	
18679779-1-43	Vasadi Állatmenhelyért és Otthontalan Állatokért Alapítvány	Nagymákfa u. 14.	



Fórum a migrációs kérdésekről

Ifj. Lomnici Zoltán alkotmányjogász, a Civil Összefogás Fórum (CÖF) szónívője volt a vendége a Budai Ciszterci Szent Imre Gimnázium Dísztermében április 14-én megtartott, migrációval foglalkozó fórumnak. Az eseményen részt vett Simicskó István honvédelmi miniszter is.

Lomnici Zoltán szerint a Civil Összefogás Fórum országjárásának egyetlen célja, hogy hiteles képet fessen a migrációs krízisről. A CÖF úgy véli, nagyobb a baj, mint azt sokan gondolják: a 24. órában vagyunk, hogy meg lehesen védeni az európai, ezen belül a magyar polgárokat a terrorveszélytől, amely tetten érhető konkrét terrorcselekményekben, akár a brüsszeli, akár a párizsi támadásokra gondolunk. – Ebben a szituációban nemzeti összefogásra van szükség – fogalmazott Lomnici.

Népándorlás címmel tartott előadásában elmondta, a

niszter is felszólalt. A kerület országgyűlési képviselője szerint az újbudaiaknak különösen fontos a közösségük. Úgy véli, a meghozott döntések befolyásolják a jövőt, meghatározzák, hogy gyermekeink és unokáink milyen világban élhetnek majd. A miniszter beszámolt a folyamatban lévő feladatokról is. Elmondta, hogy terrorrelenes akciócsomagot terveznek, amelyhez a rendőrségről és a nemzetbiztonsági szolgálatokról szóló törvény módosítására van szükség, kétharmados támogatottság mellett. Létrehoznának továbbá egy terrorrelenes információs és koordinációs



terrorcselekmények végrehajtói is migránsok, legyenek azok első-, másod-, harmadgenerációsok vagy frissen érkezettek. Véleménye szerint, ha nem akarjuk, hogy vérfürdővé váljon az egész Európai Unió, vagy hazánkban is előálljon a brüsszeli és párizsi terrorcselekményekhez hasonló helyzet, akkor hatékony biztonságpolitikai, közigazgatási és jogi eszközökre van szükség.

Lomnici Zoltán mellett Simicskó István honvédelmi mi-

központot, amelybe valamennyi meglévő titkosszolgálat delegál majd szakembereket, és amelynek legfontosabb feladata az információgyűjtés és a kormány tájékoztatása lesz. Állítása szerint alapörvény-módosítást igényel az a cél, hogy terrortámadás esetén a magyar honvédség felkészített erőt segítséget nyújthassanak a rendőrségnek. – Ezt a módosítást Európa számos országában megtették már.

(H. L.)

Idén is megünnepelték a bölcsődei szakembereket

(Folytatás az 1. oldalról)

A kerületben dolgozó 246 bölcsődei pedagógus közül eddig 25-en szereztek elsőfokú végzettséget, amely a pedagógus életpályamodellben való részvételüket is biztosítja. – Jövő évtől a középfokú

nagy-nagy szeretettel. Éveken keresztül családoknál dolgozott kihelyezett gondozónőként. Több családnál segített a szülőknek krízishelyzetük rendezésében (többes ikerszülés, halál, súlyos betegség esetén). A gyermekeket mindig ma-

nevelője. Munkájában mindig pontos, megbízható, tudatos nevelői magatartása ideális modellt biztosít fiatalabb kollégái és a kisgyermeknevelő tanulók, valamint a kerületben dolgozók számára is. Kisgyermeknevelőként 40 éve töretlen lelkesedéssel, gyermekszeretettel, nagy szakmai elhivatottsággal biztos támasza a bölcsődei kollektívának és a szülői közösségnek egyaránt. Cselekedeteiben a szavak és a tettek egysége valósul meg, következetes, kitartó akarat jellemzi.

Tatai Oszkárné

2007 óta dolgozik a Kuckó Bölcsőde konyháján, ahol 2013 decemberéig konyhalányként segítette a szakácsnő munkáját. 2014 januárjától a tálalókonyha feladatait látja el. Munkájára a tudatosság jellemző, melyhez kiegyensúlyozott személyiség társul.

Munkakörén kívüli feladatokban gyakran vesz részt, önként és szívesen segít, bármely technikai dolgozó távolléte esetén. Korát meghazudtoló erővel, lelkesedéssel és szorgalommal támogatja az egész bölcsőde működését. Emberi magatartása, szorgalma példaértékű. Derűs személyisége, optimizmusa jó hatással van munkatársaira.

Várhegyi Istvánné

Az Egyesített Bölcsődei Intézményekben közel negyven esztendeje dolgozik varrónőként, jelenleg a Katica Bölcsőde munkatársa. Megbízható, lelkiismeretes, pontos kolléga, a kerület összes bölcsődéjének segít varrónői kreativitásával. Szívesen vesz részt az intézmény szépítésében, dekorálásában, sok olyan ötlete, javaslata van, mely segíti a gyermekellátás tárgyi feltételeinek javítását. A kerület minden bölcsődevezetőjével jó a kapcsolata, minden kérést szívesen, pontosan, magas szakmai színvonalon teljesít. Munkájával, ötleteivel nagy segítség az Egyesített Bölcsődei Intézményeknek.



végzettségük is részt vehetnek ebben – jelentette be ugyanezen a napon az egyik televíziós csatornán Novák Katalin, az EMMI államtitkára. A Pesti Első Bölcsődei Egylet 1852. április 21-én Budapesten alapította meg az első bölcsődét. A budapesti Kalap utcai intézmény Forrayné Brunsvik Júlia (Brunsvik Teréz unokahúga) kezdeményezésére jött létre és nyújtott napközbeni ellátást kisgyermek számára.

Kiemelkedő szakmai munkájáért polgármesteri dicséretben részesült:

Demeter Pálné

1976 óta dolgozik kisgyermeknevelőként, 1982-től az Egyesített Bölcsődei Intézmények alkalmazottja, jelenleg a Bóbita Bölcsőde munkatársa. A kezdetektől megbízható, pontos, gyermekcentrikus nevelő. A kollégákat és a szülőket támogatja, tanácsaival segíti. Tudását folyamatosan bővíti, szakgondozónői képesítését munka mellett szerezte meg. A kerületben eltöltött több évtized alatt nagyon sok gyermeket gondozott, nevelt

gas színvonalon látta el, nem kisebbítve ezzel a családok jogait, kötelességeit. A fiatalok tanításában jó partner, képes továbbadni szakma szeretetét, a gyermekek ellátásával kapcsolatos tudását.

Ferenciné Mándli Ágnes

2004 óta dolgozik az Egyesített Bölcsődei Intézmények Pöttöm Bölcsődéjében. Szakmai munkáját lelkiismeretesen végzi. Kapcsolata a gyermekekkel és a szülőkkel példamutató, nagy türelemmel, megértéssel fordul feléjük. Humorral, csengő hangú énekszóval, mondókázással, meséléssel színesíti a gyermekek mindennapjait. Remek esztétikai érzéknek köszönhetően csoportszobájában mindig dekoratív, ami jó hatással van a gyermekek fejlődésére, szép érzékére. Kreativitása nélkülözhetetlen a bölcsőde megjelenésében. Az új kolléganők betanításában szívesen vállal szerepet. Tájékozott, széles látókörű. Áldozatos munkájával öregbíti a Pöttöm Bölcsőde jó hírét.

Mlinárik Jánosné

1976 óta a Szemünk Fénye Központi Bölcsőde csoportvezető kisgyermek-

PÁLYÁZATI FELHÍVÁS

Az ÖSSZEFOGÁS ÚJBUDÁÉRT EGYESÜLET

IRODALMI PÁLYÁZATOT

hirdet Újbuda az életterünk

címmel, próza kategóriában a XI. kerületben

állandó lakhellyel rendelkező lakosok

és a kerület tanintézményeinek nappali tagozatán

tanulmányokat folytató diákok számára.

PÁLYÁZÓK KÖRE:

Három kategóriában lehet pályázatot benyújtani:

- XI. kerületben állandó lakhellyel rendelkező, 30. életévüket betöltött lakosok
- XI. kerületben állandó lakhellyel rendelkező, 16–30. év közötti lakosok
- XI. kerületi tanintézmények nappali tagozatán tanulmányokat folytató, 16–30 év közötti fiatalok

Várjuk mindazok pályamunkáit, akik kedvtelésből írnak, azokat az amatőr írókat, akik kezdő szárnypróbálgatók, valamint azokat, akiknek művei kizárólag magánkiadású könyvekben vagy az amatőröknek fenntartott internetes irodalmi újságokban jelentek meg. A pályázat részt vehet bárki, aki a kiírásnak megfelel. A pályázat díjmentes.

Pályázat célja: a kerületben élő vagy tanuló amatőr irodalmi alkotók felkutatása, számukra bemutatkozási lehetőség biztosítása

Pályázat témája: Újbuda az életterünk, mit ad nekünk a kerület, miért jó itt lakni, milyen élményeink fűződnek a kerülethez, illetőleg kerületünk történelméből egyes események feldolgozása

Pályázati feltételek: a pályázó egy, eddig még semmilyen formában nem publikált művel pályázhat, melynek terjedelme Times New Roman 16 betűmérettel írva, legfeljebb 5 oldal lehet, nyomtatott vagy elektronikus formában, az egyesület címére (alul). A pályázati műre kérjük feltüntetni a pályázó jellegét, és a kísérő levélben kérjük megadni:

- a pályázó nevét, írói nevét
- életkorát
- lakcímét, e-mail címét, telefonszámát
- foglalkozását (tanulók esetében kérjük megadni a tanintézményt is, melynek hallgatója)
- a mű címét
- nyilatkozatát (Nyilatkozom, hogy a beadott pályamű a saját szellemi termékem, mely még nem jelent meg sem nyomtatásban, sem online felületen)

Kiíró fenntartja a jogot ahhoz, hogy a pályázók kiírásnak megfelelő helyzetét ellenőrizze. A pályamű beküldésével az alkotó automatikusan beleegyezését adja ahhoz, hogy a beküldött művét a Összefogás Újbudáért Egyesület elektronikus, illetve nyomtatott formában térítésmentesen közzé-

tegye, továbbá a Malom Közösségi Terében (1119 Budapest, Fehérvári út 88.) felolvasás keretében közreadja, továbbá vállalja, hogy pályaműve megjelentetésének kizárólagos joga az eredményhirdetést követően, 2016. december 31-éig a kiírói illeti, valamint tudomásul veszi, hogy amennyiben személyiségi vagy szerzői jogok vonatkozásában harmadik személynek bármilyen kifogása merülne fel, az esetben az ebből adódó teljes felelősség őt terheli. A szerző tudomásul veszi, hogy amennyiben a kiíró tudomására jut bármilyen szabálytalanság, elfogadja az azonnali kizárást.

PÁLYÁZAT VÉDNŐKEI:

Fővédnök: dr. Hoffman Tamás, Újbuda polgármestere
Védnökök: Nagyné Antal Anikó önkormányzati képviselő, dr. Ujfalvy Szabó Zsolt, az Összefogás Újbudáért Egyesület ügyvezetője és Kartinty Márton.

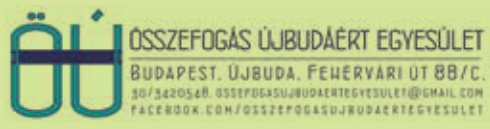
Pályázat elbírálása: a beérkezett pályaműveket a pályázat védnökei által megbízott ötös szakmai zsűri értékeli.

A zsűri többek között vizsgálja – a kiírásnak való megfelelése mellett – a pályamű formai és tartalmi kritériumait, kidolgozottságát, nyelvi kifejezőkészségét, műfaji sajátosságait, valamint a történetvezetést. Kategóriáinként a három első helyezettek tárgyjutalomban, a második és harmadik helyezettek oklevélben részesülnek és a zsűri fenntartja magának a jogot különdíj kiadására. Kiíró terveiben szerepel, hogy a zsűri által kategóriáinként legjobbnak ítélt hat pályaművet – felolvasó estkeretében – 2016 őszén megismerteti a közönséggel, a Malom Közösségi Térben (Budapest, XI., Fehérvári út 88.), illetve az összes pályaművet Újbuda Önkormányzatának támogatásával kiadvány vagy kiadványok formájában külön díjazás nélkül megjelenteti.

A pályázat beérkezésének határideje és címe: 2016. június 30., Összefogás Újbudáért Egyesület Malom Közösségi Tere, 1119 Budapest, Fehérvári út 88. (a borítékra kérjük feltüntetni a Pályázat szót)

Pályázat eredményhirdetése: 2016. november 11., melynek helyéről és pontos időpontjáról a nyerteseket értesítjük.

A pályázattal kapcsolatos kérdéseket **osszefogasujbudaertegyesulet@gmail.com** e-mail címre várjuk.



PÁLYÁZATI FELHÍVÁS

**ÜRES LAKÁSOK
KÖLTSÉGELVEN ALAPULÓ
BÉRBEADÁSÁRA – 2016**

Budapest Főváros XI. Kerület Újbuda Önkormányzat polgármestere a Budapest Főváros XI. Kerület Újbuda Önkormányzata (továbbiakban: önkormányzat) tulajdonában álló lakások és nem lakás céljára szolgáló helyiségek bérbeadásáról szóló 41/2001./XII.29./ XI.ÖK számú rendelete (a továbbiakban: R.) 13. § (2) bekezdésében kapott felhatalmazás alapján az alábbi nyílt pályázati felhívást teszi közzé:

Pályázat célja: az önkormányzat költségelven kívánja bére adni azokat a tulajdonában álló üres Budapest, XI. kerület, Albertfalva u 4. sz. alatti üres lakásingatlanokat, melyek a R. 10. § (2) bekezdésének megfelelően csak pályázat alapján adható bérbe.

A pályázatra kiírt lakások címe: A pályázati kiírásban felsorolt, Budapest, XI. kerület, Albertfalva u. 4. sz. alatti épületben lévő üres lakások bérletére lehet pályázatot benyújtani.

A lakásokra általánosan jellemző műszaki paraméterek:

- a lakások használt, de rendeltetésszerű használatra alkalmas állapotban vannak
- a lakások komfortfokozata: összkomfortos

Pályázat célközönsége: a pályázaton bárki részt vehet, aki a pályázat benyújtására megállapított határidőig a 18. életévét betöltötte, illetve ha a pályázó házasságkötése alapján nagykorúvá vált.

A pályázatok benyújtásának határideje: 2016. május 25. 16 óra

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

A pályázónak nyilatkoznia kell, hogy nyertesség esetén vállalja a pályázati lakásra irányadó mértékű havi lakbér háromszorosának óvadék címén történő megfizetését.

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

Budapest, 2016. április 25.

dr. Hoffmann Tamás
polgármester s.k.

FELHÍVÁS

TISZTELT KÖZÖS KÉPVISELŐK ÉS LAKÁSSZÖVETKEZETI ELNÖKÖK!

A következő Közös Képviselők Klubjának időpontja: 2016. május 9-én 16.00 órakor
Helye: Bp. Főv. XI. Ker. Újbuda Önkormányzata Polgármesteri Hivatal (XI., Zsombolyai utca 5.) földszinti nagyterem.

1. Az új országos Tűzvédelmi szabályzat hatásai a társasházak működésére (tűzvédelmi házirend)
Vendégünk: Pócsik Attila Dél-budai Katasztrófavédelmi Kirendeltség Tű alezredes

Kérdéseket előzetesen írásban is el lehet juttatni Budapest Főváros XI. Kerület Újbuda Önkormányzata Polgármesteri Hivatal Lakásgazdálkodási Osztály (1113 Budapest, Zsombolyai utca 4. III. 302.), Györfly József tanácsadó részére.

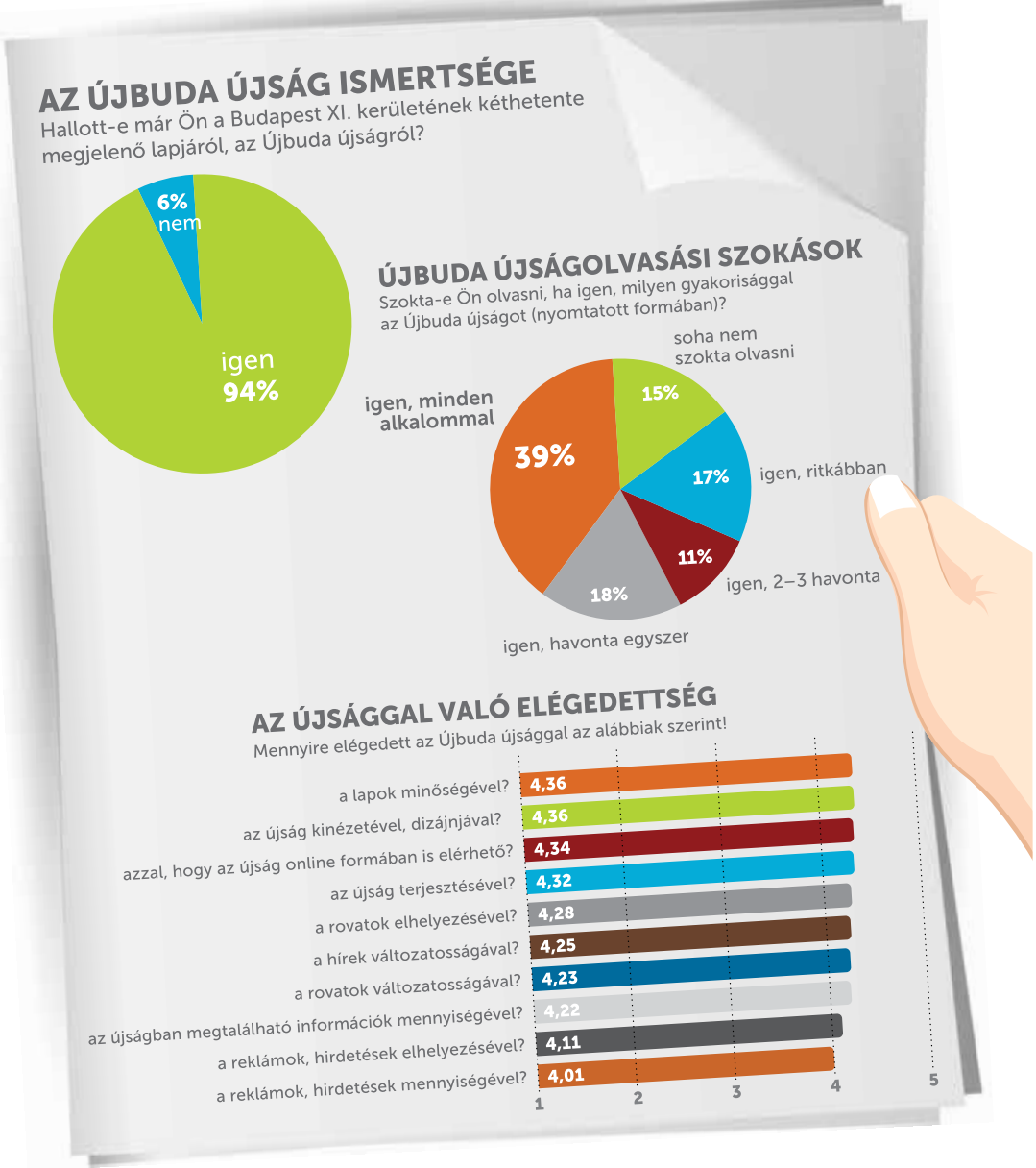
Az eredményes együttműködésünk reményében várjuk aktív közreműködésüket.

Budapest, 2016. április 22.

Mozsár Beatrix osztályvezető

Jó osztályzatot kapott az Újbuda újság

Kifejezetten magas ismertségi arányt és jó elégedettségi osztályzatot kapott az Újbuda újság az olvasóktól. A felmérést néhány hete a Kutatópont végezte.



Az újbudaiai 94 százaléka ismeri és 84 százaléka rendszeresen olvassa (több mint a fele havi rendszerességgel) a kerületi lapot – derült ki a Kutatópont által készített reprezentatív felmérésből. Mindez azt jelenti, hogy a valamivel több mint 80 ezer újbudai háztartás túlnyomó többsége veszi igénybe a kerület ezen médiaszolgáltatását.

A kutatás szerint a 40–59 évesek körében a legismertebb (98 százalék) a lap, ám a 60 év felettieknél is 95 százalékos a mutató. A kerületi lakosok médiaérzékenységet mutatja, hogy a fiatal korosztály (18–29 évesek) körében is nagyon magas, 85 százalék az ismertség, jól-lehet ebben a körben a legalacsonyabb (38 százalék) a havi rendszerességu olvasás. A 30–39 éveseknél – a Kutatópont adatai szerint – 52 százalékos a lap olvasottsága, míg az 50–59 évesek körében 57 százalék a mutató. Az Újbuda újság legaktívabb olvasói a 60 év felettiek, itt 70 százalékos a havi rendszeres olvasás.

A legkeresettebb rovatok az Aktuális, a Kultúri programajánlója és az Egészség, mellettük kiemelt helyet foglal el a kerületi fő témát

kináló Fókusz, illetve a rendőrségi információkat tartalmazó Kék hírek. Nemi meglepetés, hogy a 60+ rovat olvasottsága átlag alatti (43 százalék), annak ellenére, hogy a lapot az idősebb korosztály forgatja legszívesebben, ráadásul a kerület 60+ Programjának 20 ezer regisztrált felhasználója és több mint 17 ezer aktív tagja van.

A felmérés szerint a kerületi olvasók a fent említetteknek megfelelően az aktuális hírekből (lokális szinten) szeretnének többet kapni, illetve az egészséghez és a programokhoz kapcsolódóan akarnának több cikket olvasni.

Az újsággal való elégedettség a felmérés szerint több mint jó, az 1-től 5-ig terjedő skálán 4,36 pont. Ugyanennyit kapott az újság kinézete is, és csak kicsit alacsonyabb a tartalomra vonatkozó pontszám (4,25, illetve 4,23). A reklámokat illetően azonban a kép már árnyaltabb, a hirdetések mennyisége és a reklámok elhelyezése már csak közelíti a jó osztályzatot.

(H. Gy.)

ESÉLYEGYENLŐSÉG

Kerületünk az esélyegyenlőség megvalósítása terén is élen jár

Újbuda élen jár a fővárosi kerületek között az esélyegyenlőségi célok és az Európai Unióban egységesen előírt feladatok teljesítésében – összegezték az „Esélyegyenlőség Budapest 2016–2020” című konferencia résztvevői.

Idős- és családbarát politikájának köszönhetően vívta ki a fővárosi kerületek elismerését Újbuda Önkormányzata, ezt támasztja alá például az épületek akadálymentesítése, a jelzőlámpák „hangosítása”, az egészségügyi intézmények sorszámhívó rendszerének audiovizuális struktúrájának kiépítése. Szalai-Komka Norbert, a Budapest Esélyegyenlőségi Nonprofit Kft. módszertani szakértője a XI. kerületben tartott előadássorozat és kerekasztal-beszélgetés alkalmával elmondta, a példák iránymutatóak lehetnek a főváros többi kerületének. Újbuda ugyanis az esélyegyenlőség két pillérét biztosítja: a diszkrimináció kiszűrését és elkerülését, továbbá a hátrányos helyzetűek által képviselt értékek megteremtését.

Újbuda Önkormányzata felelős társadalmi szereplőként vállallja, hogy segíti a hátrányos helyzetben lévő embereket. Ösztönző és koordináló szerepével erősíti a helyi közösségeket, együttműködik a civil és a vállalati szférával, esélyegyenlőségi programjának részeként évek óta aktívan támogatja a fogyatékos emberek, valamint a nők és a családok társadalmi integrációját. Az ország legnagyobb idősbarát rendszere az Újbuda 60+ Program. Az önkormányzat önként vállalt és finanszírozott, saját szellemi terméke nem tartozik a szociális ellátórendszerhez, eredményeként többek között kiemelhető a 42 ezer ügyfél, a több mint 17 ezer átadott Újbuda 60+ Kedvezmény-

kártya, a kedvezményt adó 203 vállalkozás, a havonta átlag 300 idősbárát program és szolgáltatás.

Az önkormányzat a fogyatékosbarát intézkedések érdekében is partneri kapcsolatokat épített ki több fogyatékos emberekkel foglalkozó érdekképviselői és szolgáltató szervezettel. Mindezek között kiemelt szerepet szán a Közös a Napunk! című óvodai integrációt segítő szemléletformáló kezdeményezésnek, amelyet a Kézenfogva Alapítvánnyal és a Montágh Imre Általános Iskolával együttműködve vezetett be a

ket, civil szervezeteket és magánszemélyeket.

Molnár László alpolgármester is kiemelte Újbuda esélyegyenlőségi programjával kivívott zászlóshajó szerepét, ám szerinte sok még a teendő, nem szabad megállni. Példaként említette a különböző korosztályok közötti „híd” építését.

Az Esélyegyenlőség Budapest 2016–2020 című konferencián elhangzott előadások alkalmával a szakemberek Újbuda társadalmi felelősségvállalással és esélyegyenlőséggel kapcsolatos jó gyakorlataival ismerkedtek meg, különösen



kerület óvodáiban. Ez a projekt innovatív megközelítéssel segíti a fogyatékos emberek társadalmi integrációját.

A Családbarát Újbuda Programban mindvégig fontos célként fogalmazódott meg a munka és a magánélet összehangolása, a családok számára élhető környezet kialakítása, a kerület lehetőségeinek maximális kiaknázása. Az elmúlt években különböző életterületeket lefedő programok megszólították a kerület teljes lakosságát, Újbuda Önkormányzata pedig összefogásra szólította fel a vállalkozásokat, intézménye-

a fogyatékosok, az idős emberek, illetve a családok támogatása terén. Azt is meg tudták, hogy a 2017–2022 közötti időszakot átfogó Fővárosi Települési Esélyegyenlőségi Program (FTEP) célja, hogy a Budapest 2030 városfejlesztési koncepcióban és a rá alapozó stratégiában társadalmi területen megfogalmazott célokat konkretizálja és megvalósításukat segítse. E mellett elkészült a főváros demográfiai és főbb társadalomstatistikai helyzetképét feltáró anyag is, ez olyan problémákat fogalmaz meg, amelyekre az FTEP reagálni szándékozik. (T. K.)

FELHÍVÁS INGYENES HALLÁSSZŰRÉSRE

Tisztelt kerületi lakos!

Ezúton értesitem, hogy ingyenes hallásszűrést szervezünk a **XI. ker., Fehérvári út 79.** szám alatt lévő Starkey Hallásszalomban **2016. május 31-ig** hétköznap 8-16 óráig.

Amennyiben Ön gyakran visszakerdez, túl hangosan hallgatja a televíziót, vagy nehezen ért zajos környezetben, elengedhetetlen, hogy lemértesse hallását és meghallgassa szakember véleményét.

Az idejében felfedezett hallássérülés sokkal jobb eredménnyel kompenzálható, a hallás képessége nagyobb eséllyel rehabilitálható.

Ha túl későn történik meg az első hallásvizsgálat, akkor kialakulhatnak visszafordíthatatlan folyamatok. Az emberi kapcsolatok, csakúgy, mint a munkaképesség csorbát szenvedhetnek, hiszen jó hallás és beszédértés nélkül nem lehetséges hatékony kommunikáció.

Hallásszűrésünk ingyenes, önkéntes, teljesen fájdalommentes és mindössze 25 percet vesz igénybe.

A várakozás elkerülése érdekében időpont-egyeztetés céljából hívja kollégáimat az alábbi telefonszámokon:

06 1 462 6052 • 06 30 825 9273

Kérem, hogy a vizsgálatra TB kártyáját, személyi igazolványát, korábbi hallásvizsgálati leleteit (ha van ilyen), illetve amennyiben Ön hallókészüléket visel, annak nyilvántartási lapját (kiskönyvét) hozza magával!

Tisztelettel: **Dr. Póka László**
fül-orr-gégész, audiológus főorvos

A BUDAI KLUB-GALÉRIA
(Budapest, XI. kerület, Budafoki út 9–11.) szeretettel meghívja Önt és barátait **2016. május 5-én 18 órára KALMÁR PÁL** festő- és üvegművész kiállításának megnyitójára.

A tárlat fővédnöke: **HOFFMANN TAMÁS** polgármester.

Megnyitja: **Melocco Miklós** szobrászművész.

Közreműködnek: **Bokor Jutta** operaénekes és **Lugosi Anna** zongoraművész és **Keresztes-Nagy Árpád** kobzos énekmondó.

PÁLYÁZATI FELHÍVÁS

GARZONHÁZI LAKÁSOK FIATALOK RÉSZÉRE TÖRTÉNŐ BÉRBEADÁSÁRA – 2016

Budapest Főváros XI. Kerület Újbuda Önkormányzata polgármestere a Budapest Főváros XI. Kerület Újbuda Önkormányzata (továbbiakban: önkormányzat) tulajdonában álló lakások és nem lakás céljára szolgáló helyiségek bérbeadásáról szóló 41/2001./XII.29./ XI.ÖK számú rendelete (a továbbiakban: R.) 13. § (2) bekezdésében kapott felhatalmazás alapján az alábbi nyílt pályázati felhívást teszi közzé:

Pályázat célja: az önkormányzat fiatalok részére kívánja bérbe adni azokat a tulajdonában álló Budapest, XI., Fehérvári út 182–190/B sz. alatti üres garzonházi lakásingatlanokat, melyek a R. 10. § (2) bekezdésének megfelelően csak pályázat alapján adható bérbe.

A pályázatra kiírt lakások címe: a pályázati kiírásban felsorolt, Budapest, XI. kerület, Fehérvári út 182–190/B sz. alatti épületben lévő üres lakások bérletére lehet pályázatot benyújtani.

A lakásokra általánosan jellemző műszaki paraméterek:

- a lakások használt, de rendeltetészerű használatra alkalmas állapotban vannak
- a lakások komfortfokozata: összkomfortos

A pályázat célközönsége: a pályázaton bárki részt vehet, aki a pályázatot benyújtására megállapított határidőig a 18. életévét betöltötte, illetve ha a pályázó házasságkötése alapján nagykorúvá vált, valamint állandó jellegű kereső tevékenységet végző és lakáscélú életakarákosságot vállaló, a pályázatot benyújtási határidejéig 35. életévét be nem töltött, vagy a benyújtás évében 35. életévét betöltő házastárs, illetve életjárási kapcsolatban élő fiatal.

A pályázatok benyújtásának határideje: 2016. május 25. 16 óra

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

A pályázónak nyilatkoznia kell, hogy nyertesség esetén vállalja a pályázati lakásra irányadó mértékű lakbér háromszorosának óvadék címén történő megfizetését.

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

Budapest, 2016. április 25.

dr. Hoffmann Tamás
polgármester s.k.



Relaxációs csoportok az Újbudai Szenior Programközpontban

A mindennapi életben számtalan váratlan stresszhatás ér bennünket, amelynek kezelése alaposan igénybe veszi szervezete-tünket, kimeríti erőforrásainkat. A feszültségek csökkentésének egyik hatékony módja a relaxáció, amely könnyen elsajátítható.

Folytatódnak a relaxációs foglalkozások az Újbudai Szenior Programközpontban hétfői napokon kezdő és haladó csoport formájában. Az újabb 6 alkalmas kezdő tanfolyam május 23-án, hétfőn 13.00 órától indul, amely során az alapgyakorlatok elsajátítására van lehetőség. A haladó csoportokhoz folyamatosan lehet csatlakozni hétfőnként 14.00 órától, és azokat az érdeklődőket várjuk, akik már korábban részt vettek a 60+ relaxációs foglalkozásokon, és jobban el szeretnének mélyülni a relaxációs gyakorlatokban különböző témákat érintve.

Kérjük, hogy részvételi szándékukat május 17–20. között előzetesen jelezzék az Újbudai Szenior Programközpontban minden hétköznap 8.00–14.00 óráig (1113 Bp., Bölcső u. 3., tel.: 372-4636). A részvétel ingyenes.

További információt minden hétköznap 8.00–14.00 óráig az Újbudai Szenior Programközpontban kaphatnak.

Bővülnek az időskorúak számára elérhető dietetikai szolgáltatások

Az Újbuda 60+ Program 2014 óta vesz részt a Semmelweis Egyetem dietetikai hallgatóinak szakmai képzésében. 2016 első felében, februártól április végéig hat hallgató segítette a Szenior Programközpontban folyó étkezési tanácsadást.



A fiatal szakemberek a Bölcső utcába látogató érdeklődők személyes állapotfelmérése mellett kérdőívek segítségével tájékoztottak az időskorúak dietetikai szolgáltatással kapcsolatos igényeiről és elvárásairól. A kérdőívet kitöltők válaszaik alapján elmondhatjuk, hogy az étkezési tanácsadást jellemzően a 66–70 év közötti nők keresik, az érdeklődőknek csupán 2 százalékuk volt férfi. Kérdőíves válaszadóink 62 százalékuk azért kért étkezéssel kapcsolatos tanácsokat, mert érdekli az egészségmegőrzés és az egészséges életvitel. 30 százalékuk valamilyen meglévő, jellemzően időskori megbetegedés (például izületi probléma, csontritkulás, magas vérnyomás és keringési panaszok) kezelésére keresett megoldást. Az időskorúak étrend- és életmódváltását motiváló tényezők között legutolsón helyen szerepelt a fogyás. Ennél jóval fontosabbnak bizonyult a jó közérzet megteremtése, a meglévő betegségek kezelése és újak kialakulásának megelőzése.

A megkérdezettek 70 százaléka vélekedett úgy, hogy az étkezés területén is fontos az életkori sajátosságokat szem előtt tartó tájékoztatás; 77 százalékuk speciálisan a korosztálynak írott anyagok, szórólapok és az újság segítségével szeretne tájékozódni. 36 százalékuk interneten és okostelefonon keresztül is szívesen olvasná az étkezéssel kapcsolatos információkat.

Jó hír, hogy növekedni látszik a 60+ ügyfeleinek érdeklődése a tudatos egészségfejlesztés iránt, ezért a program – a kérdőíveken keresztül beérkezett visszajelzéseket és igényeket figyelembe véve – hamarosan megjelenteti étkezéssel kapcsolatos tájékoztató anyagait, melyek összeállításában részt vettek a Semmelweis Egyetem dietetikai hallgatói is.

A dietetikai tanácsadással, egészségmegőrzéssel és egészséges életmóddal kapcsolatos szolgáltatásokról, a programmal kapcsolatos legfrissebb hírekről már tájékozódhat az Újbuda 60+ Program Facebook-oldalán is.

„Jobb félni, mint megijedni!”

– bűnmegelőzési előadás az újbudai 60 év felettiek számára

A Bűnmegelőzési Alprogram részeként ismét várjuk azokat az időskorúakat, akik szeretnék elkerülni, hogy bűncselekmény áldozatává váljanak.

2016. május 11-én 14.00 órától, az Újbudai Szenior Programközpontban (1117 Bp., Bölcső utca 3.) a XI. kerületi rendőrkapitányság munkatársa tart előadást az aktuális bűnügyi kérdésekről, helyzetről, különböző bűnözői trükkökről, módszerekről és a megelőzés módjairól.

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

Leendő művészek figyelmébe!

Vál-völgyi Szenior Alkotóház 2016.

A tabajdi Vál-völgyi Szenior Alkotóház 2016-ban immár nyolcadik alkalommal kerül megrendezésre Újbuda Önkormányzatának támogatásával.

Az elmúlt évek folyamán az alkotóházi munkába a már gyakorló művészeti közösségek mellett nagy számban kapcsolódtak be olyan idős emberek, akik életük folyamán még nem próbálták ki magukat semmilyen művészeti ágban.

A résztvevők idén két turnusban ismerkedhetnek meg a kerámia, agyagszobrászat, rajzolás, festészet alaptéchnikáival, kitűnő tanárok vezetésével. Az elkészült műveket készítőik várhatóan az őszi kiállításon mutathatják be a közönségnek.

2016. évi nyitott turnusok időpontjai:

2016. június 27-étől július 2-áig: Festészet (agyag, dombormű, fotó)
2016. július 4-étől 9-éig: Kerámia és agyagszobrászat

A jelentkezés feltételei: betöltött 60. életév, állandó újbudai lakcím. Jelentkezni kizárólag személyesen, az Újbudai Szenior Programközpontban lehet 2016. május 9–13. között minden hétköznap 9.00–13.00 óráig. A regisztráláshoz a 60+ Kedvezménykártya és/vagy személyi igazolvány és lakcímkártya felmutatása szükséges.

A tabajdi helyszínen fizetendő részvételi díj – 12 000 Ft/fő/turnus – magába foglalja a teljes ellátást hétfőtől péntekig (szombaton csak reggeli).

Szállás 2 ágyas fűdőszobás szobákban.

További információt az Újbudai Szenior Programközpontban kaphatnak.

Minden érdeklődőt szeretettel várunk!

X. Szenior országos rejtvényfejtő verseny 2016.

Ideje: 2016. június 12., vasárnap 10.30 óra

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

Kategóriák:

- Sudoku (logikai) rejtvény
- Rejtvényfejtés (kezdő, középhaladó, haladó, haladóbb)

Korcsoport: 60 éves kor felett

Nevezés: 2016. június 1-jéig személyesen az Újbudai Szenior Programközpontban (XI., Bölcső u. 3.) vagy a 06/20/573-1839-es telefonszámon SMS-ben május 23-ától, valamint a neva40@freemail.hu e-mail címen.

Verseny rendezője: Újbuda Önkormányzata és a Rejtvényfejtők Országos Egyesülete

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

A fejtési idő max.: 1,5-1,5 óra

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

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

Nevezési feltételek: A nagy érdeklődésre való tekintettel sudokuban két kategóriát, illetve rejtvényfejtésben azok számára, akik a haladóban többször voltak elsőek, egy „haladóbb” kategóriát indítunk.

ROE-tagok minősítésüknél alacsonyabb kategóriában nem indulhatnak, valamint a haladónál magasabb minősítésűek a versenyen csak „haladóbb” kategóriában vehetnek részt.

Akik a korábbi versenyeken legalább kétszer első, illetve legalább háromszor az első 3 hely valamelyikén végeztek, csak egy kategóriával feljebb indulhatnak!

A kategóriaválasztás megkönnyítése érdekében tájékoztatást adunk a rejtvénytípusokról:

Kezdő rejtvények: Skandináv típusú | Hagyományos

Középhaladó rejtvények: Hagyományos|Olasz (betűs segítséggel)

Haladó rejtvények: Olasz módra|Félig folyamatos

„Haladóbb” rejtvények: Folyamatos Olasz|Félig kevert

Sudoku 1: könnyebb feladatok

Sudoku 2: nehezebb feladatok

Eredményhirdetés: kb. 15.00 órakor

MINDEN KEDVES ÉRDEKLŐDŐT SZERETETTEL VÁRUNK!

PROGRAMAJÁNLÓ

Ajánló az Újbuda 60+ közel 300 havi programjából

Minden szerdán 16.00–17.00 Újbuda Ezüstkar 60+ kórus. Folyamatosan lehet csatlakozni.

Helyszín: Lágymányosi Bárdos Lajos Két Tan. Nyelvű Ált. Iskola XI., Baranyai u. 16–18.; ingyenes; további információ: Békés Gyöngyi, 60+ Program önkéntes, telefon: 06/30/408-0614 vagy 204-8379 esti órákban

2016. május 7. 12.00–13.00 60+ Médiaműhely rádiósainak magazinműsora a Civil Rádióban – új műsor (Civil Rádió FM 98.0); további információ: Kéri Juli 60+ Program önkéntes, 06/30/453-8755

2016. május 7. 17.30–18.30

„A semmi ágán...” – A lélek balga fényűzése

Török Péter Ybl- és Prima Primissima díjas tájépitész kiállításának megnyitója. Helyszín: Albertfalvi Közösségi Ház, XI., Gyékényes u. 45–47.; ingyenes; további információ: minden hétköznap 10.00–18.00 óra között a 204-6788-as telefonszámon

2016. május 9. 16.00–18.00 Filmvetítés:

„Életre kelt ókori világ. A halhatatlanság keresése”

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

2016. május 12. Óbudai séta

A túra időjárás függvényében változhat

További programok és információ:

ÚJBUDAI SZENIOR PROGRAMKÖZPONT

Cím: 1117 Budapest, Bölcső u. 3.

Telefon: 372-4636

Nyitva tartás: hétköznap 8–14 óra között

Web: idosbarat.ujbuda.hu/ujbuda-60-program

www.facebook.com/Ujbuda60pluszProgram

E-mail: 60plusz@ujbuda.hu

Találkozó: 9.00, Gellért tér, Cseh Tamás-szobor; belépő 500 Ft; további információ: Hattyárné Hidas Zsuzsa CAOLA-ALFA SE, 06/30/352-2694

2016. május 13. 12.15–13.50 60+ Mentálhigiénés Program

Téma: Családi kapcsolatok II.: unokával való viszonyunk – segítő csoportbeszélgetés pszichológus vezetésével

Helyszín: Újbudai Szenior Programközpont, XI., Bölcső u. 3.; ingyenes; további információ: minden hétköznap 8.00–14.00 óra között a 372-4636-os telefonszámon

2016. május 18. 14.00–15.00 „Mi folyik itt?”

– Természetvédelem és vízgazdálkodás a folyószabályozás tükrében

Duna-Ipoly Nemzeti Park előadása

Helyszín: Újbudai Szenior Programközpont, XI., Bölcső u. 3.; ingyenes; további információ: minden hétköznap 8.00–14.00 óra között a 372-4636-os telefonszámon

2016. május 18. 18.30–21.00 Női Sarok

– Nyugdíj után is van élet!

Vendégeink: Szabó Alpárné és István Ági 60+ önkéntesek

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

2016. május 15. 60+ természetjárás

Börzsöny-hegység: Királyrét–Kisinóc–Kisirtáspusz.–Nagyirtáspusz.–Szob (kisvonattal)

12 km, 250 m. Előzetes jelentkezést kér!

Találkozó: 7.50, Nyugati pu., pénztár; további információ és jelentkezés: Somóczy Szilvia (CAOLA), 06/30/340-3490

Nordic walking a Gazdagréti Összefogás Egyesülettel

A foglalkozások hétfőnként 11 órától a Gazdagréti Közösségi Házból indulnak, Majorszky Klára nordicoktató vezetésével. Az első alkalom ingyenes, továbbiakban 200 Ft/alkalom. Korlátozott számban botokat biztosít az egyesület. További információ, előzetes jelentkezés: majorszky@gmail.com, 06/20/443-7048

Zenés kímélő torna Majorszky Klára gyógytestnevelővel

Minden kedden 14.45-től a Gazdagréti Közösségi Házban! Az első alkalom ingyenes, további alkalmak: 200 Ft/alkalom. Folyamatos csatlakozási lehetőség! További információ, előzetes jelentkezés: majorszky@gmail.com, 06/20/443-7048

időpont:
**2016.
május
7.**
10:00–17:00



helyszín:
**Újbuda
Dzsungel park**
(Torbágy utca -
Frankhegy utca)

Közhírré tétetik! Figyelembe vétetik!

**Ismerje meg Szabolcs, Szatmár, Bereg és Kárpátalja különlegességeit
a Helyi Értékek Napján Újbudán!**

Ízes ételekkel és italokkal, népi hímzésekkel, egyedi hagyományainkkal várunk mindenkit május 7-én a Helyi Értékek Napjára, Gazdagrétre.

Kóstoljunk együtt

málékásás töltöttkáposztát, kötött-tésztalevest, szilvalekváros derelyét, csörögét, a Füstös Konyha sültjeit, ajaki mangalicából készült füstölt húsokat.
Kapható lesz panyolai lekvár, mely ízes-édes mint a nektár, szabolcsi ősi almafajtákból készült 100%-os ivólé, a felnőtteket tarpai szilvapálinka és Tokaj-Hegyalja kiváló borai várják.

Lesz kolbásztöltés, kenyérdagasztás - frissensütve kóstolni az igazi!
Kíváncsi rá, hogyan készül a házi szóttas, az eredeti beregi keresztzemes hímzés?
Bemutakozik a Beregi Múzeum, megnézhetjük Kárpátaljáról a salánki hordót, a Hidi-kerámiákat, a nagydobronyi piros paprikát.

A színpadon

egész napos népzene és néptánc, újbudai tehetségek mellett talpalávalót húz a Kállai Kettős Néptáncgyűttes, Vajáról történelmi zenét játszó tárogatósök, a Beregdaróci Asszonykórus, láthatnak ajaki csárdást és karikázó táncot is.

A gyerekek jókedvéről gondoskodik: Paprika Jancsi Bábszínháza és Csúzlizdája.

16 órától Mága Zoltán Prima Primiissima díjas hegedűművész ad koncertet.

A rendezvényre a belépés ingyenes!

Népi ízek kóstolója, népművészek, kézművesek bemutatója (10:00–16:00)
Színpadi produkciók (10:00–17:00)

A rendezvény házigazdája dr. Hoffmann Tamás polgármester.
Fővédnökei dr. Simicskó István honvédelmi miniszter, Újbuda országgyűlési képviselője és
Tarlós István, Budapest főpolgármestere.

☞ További információ: www.ujbuda.hu és www.facebook.com/hungarikumoknapja

TÁMOGATÓK:



Rendelj novellát az asztalodhoz!



Idén május 6–8. között a Bartók Béla Boulevard (BBB) ad otthont az ELEVEN Tavasz kulturális és dizájnfesztiválnak, amelyre a szervezők ez évben Portugáliát hívták meg vendégül. A rendezvényt három évvel ezelőtt azzal a nemes céllal hozták létre, hogy a mai kornak megfelelően újra-élesszék és felpozítsák a környék – ahol egykor Lechner Ödön, Csontváry Kosztka Tivadar, Mórícz Zsigmond, Kosztolányi Dezső, Karinthy Frigyes, Csonka János és Zipernowsky Károly alkotott – kulturális és társasági életét.

Néhány programelem, amire érdemes figyelni: Rendelj novellát az asztalodhoz!, buszmegálló-mese, parafa-kiállítás, csemperehabilitáció, dizájnaukcio, 1 Művész 1 Porta. A dizájn vásár mellett filmvetítésekkel, könyvbemutatókkal, koncertekkel és portugál gasztronómiai ingyencségekkel várják a látogatókat a Gellért tértől a Gárdonyi téren át egészen a Feneketlen-tőig. Nemcsak előadást hallgathatunk a portugál gasztronómiáról, de lesz piac, borkóstoló, sőt, borvacsora is

Bevezető programként virágba borul a Bartók Béla út. A Fogadj örökbe egy kiskertet! című kreatív alkotói pályázat részeként diákcsoportok készítenek miniatűr kerteket, hogy megtöltsék élettel az utcát, annak szellemiségét is tükrözve ezzel. A „virágoskertek” folyamatosan készülnek és kerülnek ki az örökbecsű porták elé. A legjobb alkotásokat május 7-én díjazza a zsűri, amely leginkább az egyedi megoldásokat és a jól felismerhető inspirációs elemeket értékeli majd.

Dizájnkiállítást, majd a formabontó tárgyakból aukciót is szerveznek Buda kulturális és szellemi központjában az ELEVEN Tavasz program részeként. Az összművészeti fesztiválon 11 neves művész vállalkozik arra, hogy a Bartók Béla Boulevard valamennyi „portáját” annak szellemiségéhez, hangulatához igazodva feldobja. Nemzetközileg elismert képző- és iparművészek kapnak lehetőséget alkotásra az 1 Művész 1 Porta projektben, az ELEVEN Tavasz összművészeti fesztiválon. A rendezvény előtt a 11 felkért alkotó, azaz *Csurka Eszter, Dömsödi Levente, Horváth Lóczy Judit, Karácsonyi László, Kárpáti Róbert, Korcsmár Eszter, Márián Gábor, Rácz Dániel, Szabó Csaba, Verebics Ágnes* és *Vági Flóra* arra vállalkozik, hogy az artKRAFT által felajánlott izgalmas tárgyakból olyan alkotást hozzon létre, amely a projektben részt vevő Bartók Béla úti helyek hangulatához, szellemiségéhez igazodik. Az elkészült kreációkat a BBB kiválasztott tereiben már az ELEVEN

hétvégét megelőzően megcsodálhatja a közönség, az esemény nyitónapján, május 7-én pedig licitálni is lehet a munkákra. Az aukciónak és a hozzákapcsolódó tárlatvezetésnek a Gellért Hotel ad otthont. A befolyt összeget jótékony célra, a kerületben működő, eltérő fejlődésű csecsemők, kisgyermek és családjaik komplex ellátását végző Korai Fejlesztő Központot Támogató Alapítványnak ajánlják fel a szervezők.

Gyermekdizájn vásár

A B32 Galéria és Kultúrtér kicsiknek és szüleiknek szóló tematikával kapcsolódik a programsorozathoz. Május 7-én a IV. Mini Design Marketen a gyerekeké a főszerep a B32-ben. Az immár hagyományos, ingyenes vásáron dizájn ruhák, ékszerek, játékok és lakberendezési tárgyak, valamint izgalmas workshopok és gyermekműsorok várják a családokat. A 11 és 19 óra között tartó vásáron 18 magyar dizájn igénes, bababarat munkáiból kaphatnak válogatást az érdeklődők. Kézzel varrott mokaszinok, természetes anyagokból készült ruhák, a kicsik érzékszerveire ható játékok, alvópárnák, matri-cák, színezők és közös lég-hajókészítés várja a Kultúrtér látogatóit.

A gyermekdizájn vásár programjában 11 és 17 óra között a kicsik és nagyok workshopokon is kipróbálhatják magukat: Irma és Emil világában rajzokból készíthetnek apró játéktárgyakat, noteszeket az érdeklődők, *Horváth Ágnes* képzőművésszel plexi ékszereket gyárthatnak a családok,



MINIdesignMARKET
GYEREKEKNEK ÉS SZÜLÖKNEK
B32 GALÉRIA ÉS KULTÚRTÉRBEN

Párbeszéd kezdődött az apák szerepéről

Fiúk, férfiak, apák helye és szerepe a családban címmel tematikus rendezvénysorozatot indított útjára az Összefogás Újbudáért Egyesület a Családbarát Újbuda Program részeként. A nyitóeseményt a Bethlen Gábor Általános Iskola és Gimnáziumban tartották április 21-én.

Az Összefogás Újbudáért Egyesület 2014 őszétől szervez a családi élettel kapcsolatos rendezvényeket Családbarát Akadémia címmel. Az egyesület 2015-ben csatlakozott az Újbuda Önkormányzata által indított, nagy sikerű Családbarát Újbuda Programhoz, és ennek keretében

vetődött fel az apák családban betöltött fontos szerepe. Ennek több nézőpontból történő megvilágítására vállalkozott az Összefogás Újbudáért Egyesület új rendezvénysorozata *Vigné Kulcsár Krisztina* szakmai vezetésével, mely a Fiúk, férfiak, apák helye és szerepe a családban elnevezést kapta. A nyitórendezvényen Újbuda Önkormányzatát *Molnár László* alpolgármester képviselte, aki hangsúlyozta a téma felvetésének fontos, hiánypótló szerepét, és méltatta a család intézményének erősítését célzó civil projekteket. *Nagyné Antal Anikó* önkormányzati képviselő, az eseménysorozat védnöke a gyermekeknek nyújtott példaadás szempontjából tartja nélkülözhe-

tetlennek az apák szerepét, így örömmel támogatja mindenben a kezdeményezést. A program két elismert előadója, *Nagy Anna*, az Egyedülálló Szülők Klubja Alapítvány elnöke immár 11 éve, komoly misszióknak tekint az alapítvány munkáját, hiszen az egyszülős családok régóta az ország legnagyobb „kisebbségét” alkotják, illetve *Bedő Imre*, az egyre népszerűbb Férfiak Klubjának alapítója alapvető társadalmi feladatnak nevezte az apai szerephez nélkülözhetetlen, torzításoktól mentes férfikép helyreállítását és megőrzését.

A rendezvénysorozat az Összefogás Újbudáért Egyesület Malom Közösségi Terében (Fehérvári út 88.) folytatódik.

OSSIAN

Május 7-én fölvirrad a nagy nap, amikor a rock katonái a 30 éves jubileumhoz méltó ünnepségre gyűlnek össze. Az Ossian lemezbemutató nagykoncerttel készül erre a jeles alkalomra. A jubileumi turné már márciusban elstartolt, az április elején megjelent Fényárban és félhomályban című új album pedig a megjelenés után mindössze tíz nappal platinalemez lett! A zenekar és rajongóik tehát egyaránt nagy lázban égnek, és ez a koncert különleges születésnap ajándék lesz mindenki számára. Az este folyamán az új szerzemények mellett természetesen felcsendülnek majd az elmaradhatatlan régi klasszikusok is. Acélszívek szenvedélyes dobogása, Maximális Rock és ünnepi hangulat vár a közönségre, ráadásul mindezen szabadterén. Egy igazán energikus lemezbemutató, jubileumi platinabuli a csillagok alatt a Barba Negra Track-ben!

Május 07. - Ossian
Május 13. - Pál Utcai Fiúk
Május 14. - Depresszió
Május 14. - Circle II Circle / Lord Vulture / Desert
Május 20. - Rage Against The Machine Tribute by Subscribe
Május 21. - Alvin és a Mókusok

JÁTÉK
 Mi a címe az Ossian előző, 2015-ben megjelent lemezének?
A. Acélszív B. Lélekerő C. Fémzene D. Küldetés
 Válaszát küldje a jatek@barbanegra.hu címre és nyerjen páros belépőt!

GYERMEKNAPI RAJZ- ÉS FOTÓPÁLYÁZAT

Újbuda önkormányzata a Központ Kft.-vel karöltve gyermek fotó- és rajz pályázatot hirdet „Kerékpárral Újbudán” címmel. Ha van kedved, rajzold vagy fotózd le, hogy szokott a család a szabadidőben, vagy iskolába-, óvodába-, esetleg munkába menet bringázni! A pályázaton részt vehet minden, Újbuda valamely általános iskolájába, illetve óvodájába járó, a megjelölt korcsoportokba tartozó gyerek, az intézmény megjelölésével és személyes elérhetőségével (pl: e-mail, vagy a szülők telefonszáma) együtt az alábbi három kategóriában:

1. kategória: 3–6 év – rajz
2. kategória: 7–9 év – rajz
3. kategória: 10–14 év – fotó

A kisebbeknél A4-es papírméretű pályaműveket (szabadon választott technikával: tempera, zsírkreta, vízfesték), a felső tagozatosoknál fotókat várunk, ez utóbbit a megadott e-mail címre (a legjobbakat kinyomtatjuk), illetve a gyermeknapon a rajzokkal együtt kiállítjuk.

A PÁLYÁZAT FŐNYEREMÉNYE KATEGÓRIÁNKÉNT 1 DB 16"-OS, 1DB 20"-AS ÉS 1DB 24"-ES MÉRETŰ GYERMEKERÉKPÁR.

Leadási határidő: 2016. május 20. (péntek)

A rajzokat az elérhetőséggel együtt az XI. kerületi önkormányzat épületének (1113 Budapest Zsombolyai utca 5.) portáján fogadjuk, a borítékra írjátok rá: „Gyermeknapi Rajzpályázat”

A fotókat a rajzpályázat@ujbuda.hu címre várjuk.

A pályaműveket május 24-én bíráljuk el, ezt követően a győztesek névsorát az ujbuda.hu-n tesszük közzé. A díjakat május 29-én a Bikás Parki Gyermeknapon adjuk át a nyerteseknek.

A részletekről a győzteseket természetesen elözetesen tájékoztatjuk.

VÁLTSON BÉRLETET A 2016-17-ES ÉVADRA A KARINTHY SZÍNHÁZBA!

VÁROM ÖNÖKET!

35. ÉVAD

BEMUTATÓK:

A SZAJRÉ • NERCBANDA PÉTER • A KARMESTER

REPERTOÁRON MARAD:

A BOLOND LÁNY • MÁSODIK NEKIFUTÁS NYITOTT ABLAK • GÖZBEN • A NADRÁG SZENT PÉTER ESERNYŐJE • KLOTILD NÉNI

KARINTHY SZÍNHÁZ

1115 BP BARTÓK BÉLA ÚT 130
TELEFON 1 203 89 94
WWW.KARINTHYSZINHAZ.HU

Tömegek vettek részt a 60+ Gyalogló Program első sétáján

Több mint százötvenen jelentek meg a 60+ részeként indított Gyalogló Program első vezetett sétáján. Az eseményen Monspart Sarolta tájfutó-világbajnok, tizen-négyszeres magyar bajnok nem győzte hangsúlyozni az időskorban végzett rendszeres mozgás jótékony hatását.

Kéthetente rendezik meg a 60+ program keretében meghirdetett Gyalogló Programot Újbuda Önkormányzata. A vezetett sétán, esetleg nordic walkingon időskorú újbudaiak vehetnek részt. A rendszeres mozgás és könnyebb formája is jó közérzetet biztosít, megőrzi és javítja az egészséget, a jobb fizikai állapot növeli az idős emberek biztonságérzetét. A Gyalogló Pro-



ram első sétáját *Monspart Sarolta* tájfutó-világbajnok, tizennégyszeres magyar bajnok vezette. A rajt előtt elmondta, az egyéni és a közösségi gyaloglás jó hangulatot és erőnlétet biztosít.

– A meghirdetett gyalogló eseményeken több más ismert és elismert személy lesz a garancia arra, hogy a gyaloglások ne csak jó hangulatúak legyenek, hanem a résztvevők minden segítséget megkaphassanak a szakszerűen és biztonságosan végzett, rendszeres edzéshez –



FOLYTATÓDIK A 60+ GYALOGLÓ PROGRAM

NSZ Májusban is folytatódik a nagy sikerrel elindított 60+ Gyalogló Program. Április rendezvényén több mint 150 gyalogkás parkban, ahol Hoffmann Tamás és Monspart Sarolta tájfutó-világ bajnok a megjelenteket.

14-én, a nyitőrendezvényen több mint 150 gyalogló vett részt a Bikás parkban, ahol Hoffmann Tamás polgármester és Monspart Sarolta tájfutó-világbajnok köszöntötte a megjelenteket.

Április 28-án a résztvevők már át is vehették az egészséges táplálkozást segítő tájékoztatót és a gyakorlatok, séták megtételének rögzítéséhez használatos naplót. A gyakorlatokon a következő időpontokban lehet részt venni, valamint ekkor lehet átvenni a naplókat is:

- 2016. május 5. 9.00 óra, Bikás park – közös gyakorlat, kisközöségek alakulása

- 2016. május 12. 9.00 óra, Bikás park – nagyközösségi gyaloglás
- 2016. május 19. 9.00 óra, Bikás park – kisközösségi gyaloglás
- 2016. május 26. 9.00 óra, Bikás park – nagyközösségi gyaloglás

található szürke épület (közterület-felügyelők épülete) és a játszótér között történik, ott várnak a szervezők minden érdeklődőt.

Szeretettel várunk minden mozogni vágyó időskorút a jó hangulatú sétákra!

mondta *Toldi Tamás* idősügyi referens.

A gyaloglás egyik rendszeres résztvevője szerint a séta, a sport évekkal hosszabbíthatja meg az életet. A Bikás parki Gyalogló Program első edzésén *Hoffmann Tamás* polgármester elmondta, a sétákat más helyszíneken is megrendezik. *Molnár László*

ló alpolgármester úgy véli, sokan csatlakoznak majd a programhoz, amely az egészségmegőrzés mellett közösségi élményt is nyújt az időseknek.

Az érdeklődők a hirdetésekben és a www.ujbuda.hu oldalon tájékozódhatnak a további időpontokról.

(T. K.)

Odafigyel a kerület a tűzoltóira

Három helyiséget újítottak fel önkormányzati támogatással a Tas vezér utcai hivatásos tűzoltó-parancsnokságon. Az öltözőt korszerű védőruha-tárolóval szerelték fel, létrehoztak egy konditermet, valamint átalakították a főbejárat melletti helyiséget, amelyben hamarosan helytörténeti kiállítás nyílik kerületi tűzoltó relikviákból. A quýtésben számítanak a helyi lakosok segítségére is.

Újbuda Önkormányzata évről évre forrást biztosít a Dél-budai Katasztrófavédelmi Kirendeltség fejlesztésére, az állomány jutalmazására és rendezvények lebonyolítására. A 2015. évi költségvetésben hétmillió forintot szavazott meg a képviselő-testület erre a célra. – Nagyon igyekszünk odafigyelni tűzoltóinkra. Ha kell, eszközbeszerzéssel, ha kell, a körülmények javításával támogatjuk őket, hiszen sokszor az életüket kockáztatják értünk – fogalmazott *Hoffmann Tamás* polgármester.

Varga Ferenc tűzoltó dandártábornok, a Fővárosi Katasztrófavédelmi Igazgatóság

nagyon tudtuk megoldani – mondta *Menyhért Tamás* alezredez, a Dél-budai Katasztrófavédelmi Kirendeltség tűzoltóparancsnoka. Az eddig kisseb dohos pincében tárolt védőfelszerelés egy-egy káreset után nehezen száradt meg, ha vizes lett. Holott a speciális ruházat egy beavatkozás során a tűzoltók életét menti meg. Ezért van nagy jelentősége annak, hogy minél kisebb legyen az állagromlás a meglehetősen drága, korszerű védőruhákban. A hamarosan megnyíló helytörténeti kiállítás a tervek szerint mindig nyitva áll majd a lakosság számára. Első relikviája egy Szent



Flórián-szobor, amit *Imre László* kerületi lakos, a tűzoltóság egykori parancsnoka ajánlott fel két éve. A 80. életévéhez közeledő, egyedül élő nyugdíjas úgy döntött, hogy szociális otthonba vonul. Nagyon szeretete volna, ha egyetlen kincse, ami hosszú esztendőkön át vigyázott rá, méltó és biztonságos helyre kerül. Kérésének örömmel tett eleget *Pócsik Attila* tűzoltó alezredes, a Dél-budai Katasztrófavédelmi Kirendeltség vezetője, aki megígérte, megőrzi a rájuk bízott ereklyét. Most, hogy sikerült megfelelő helyet kialakítani számára, hamarosan az állomány és a laktanyába látogatók is megtekinthetik.

2016-ra az önkormányzat 14 millió forintot irányzott elő fejlesztésre a tűzoltóság számára. Pócsik Attila elmondása szerint idei céljaik között szerepel az úgynevezett starter rendszer kiépítése, amely a gépjárműveik üzemkész állapotban tartását segíti. A motort üzemmeleg állapotban, a fékrendszer nyomás alatt tartja, hiszen a tűzoltás legfontosabb eleme a gyorsaság. Felújítják

igazgatója megerősítette, valóban kimagaszló összegű támogatást nyújtott az önkormányzat a kerületi tűzoltó-parancsnokságnak. Számításuk szerint az elmúlt években három személygépkocsi mellett összesen 150 millió forintot. – Jelentős hiányt pótoló költségvetésünkben ez az összeg, de hangsúlyozom, minden egyenes forintot fejlesztésre használtunk fel, így teljes egészében a kerület lakosságát szolgálja, mondta Varga Ferenc. Budapest kerületeit tekintve Újbuda Önkormányzata tudta az elmúlt időszakban a legnagyobb összeget fordítani tűzoltóságára.

– Azért volt hiánypótló ez a beruházás, mert a védőruhák szakszerű tárolását eddig nem

a beléptető rendszert és kicserélik a kamerákat az objektum megfelelő védelmének érdekében. A tervek között szerepel még egy kismotorfecskendő beszerzése is, amely egy viszonylag könnyen hozzáférhető mobilszekőz, és vihákaróknál hatékonyan lehet vele kiszivattyúzni a pincéből a vizet, valamint a kismotorszerelő csapat sporteszközként is tudja hasznosítani a versenyekre készüléshöz. Ezen kívül a készenléti állomány ágyainak a javítására, bútorbeszerzésre, informatikai eszközök és lakosságvédelmi felszerelések beszerzésére fordítják a fennmaradó összeget.

$$(H, L.)$$

Forró hangulat Gazdagréten

A salsa – amely a mambo, a chachacha, a rumba és számos egyéb latin tánc elemeiből alakult ki – a vidámság, a jókedv és a kölcsönös figyelem táncja. A könnyen elsajátítható, örömteli mozgásforma eredetileg mint zenei stílus jött létre. Május 4-én 19.30 órától kubai salsatanfolyam indul a Gazdagréti Községi Házban. A foglalkozásokat a fantasztikus mozgású Alexis Molina Altunaga tartja, akivel garantált a kubai hangulat.

Őrmező 40 éves évfordulója jegyében piknikkorzóvá alakítják a közelmúltban megnyílt őrmezői Cirmos Ligetet. Szabadtéri kiállítással, beavató színházzal, játékos versenyek-

Drmező 40 éves

gyokat. A piknik a lokális gasztronómiai csodáknak is helyet szeretne biztosítani, ennek lesz terepe a „Terülj Asztal!”, amelyre várják a házilag készített desszertremekeket, és amelynek mottója a „Hozz és kóstolj!”. Elindítják a „Falatozzunk Együtt” mozgalmat – a valódi piknikhez, amihez muzsikát is szolgáltatnak. A közösségi házban bábszínház, gyermekkoncert és néptáncantánis várja majd a családokat.

Gyermeknap a Bikás Parkban

május 29.,
vasárnap



- GYEREKKONCERTEK
- SZTÁRFELLÉPŐK
- ESTE NAGYKONCERT
- KÉZMŰVES FOGLALKOZÁSOK
- KREATÍV JÁTÉKOK
- JÁTÉKOS PRÓBATÉTELEK
- ÜGYESSÉGI VERSENYEK
- SPORTPROGRAMOK
- UGRÁLÓVÁRAK
- MESEELŐADÁS
- BÁBJÁTÉK
- ZENÉS MONDÓKÁS
FOGLALKOZÁS

Minden program
ingyenes!



10 órától kifulladásig!



Növekvő figyelem övezi a tavaszi környezetvédelmi programsorozatot

Föld Napja: fák és virágok kerületszerte



Cserjét ültetnek a diákok a Főkert munkatársainak segítségével



Miniszter, polgármester és képviselő: hagyományos faültetés a Föld Napján

Több mint száz új növény díszíti a kerületet az április 22-én tartott Föld Napja alkalmából. A kiültetett csemétékből, kerti növényekből óvodákba, parkokba és a járdaszegélyek mellé is jutott Hoffmann Tamás polgármester, valamint a részt vevő gyerekek és felnőttek munkája révén.

A Föld Napja alkalmából elsőként az albertfalvi Bükköny Óvodában jártunk. Az intézmény falát több mint négy négyzetméteren borítják virágba a különböző növények. – Cél, hogy az önkormányzat már ilyen kisgyerekkorban tudatosítsa a környezeti nevelést a felnövekvő generáció körében – mondta a belterületi zöldfal ünnepélyes átadásán Hoffmann Tamás polgármester. A környezettudatos nevelésre évek óta sok pénzt szán az önkormányzat, ezt a 2015-ös és az idei költségvetésbe is beépítették.

– Mindent egybevetve 30 millió forint jut erre a célra – összegezte Héglő Imre, Újbuda Önkormányzatának környezetvédelmi osztályvezetője. Ebből az összegből támogatják azt is, hogy a kerületi gyerekek

munkájának elismeréséül nemrég miniszteri jutalomban is részesült. A Föld Napjának eseménysorozata a Kosztolányi tér Budapesti Parksínpada előtt folytatódott, ahol több iskola diákja gyűlt össze. Itt közös torna, majd állatsimogató volt; a császi, a kiscsiga, a kőlyök



lára, a nyuszik és csibék elbűvöltek a résztvevőket. Ezt követően a polgármester a Balogh lejtő közelében, a Ménesi úton ültetett facsemetéket és virágokat. A jelenlévők nemcsak a Föld Napjára emlékez-



tek, hanem az 1972 augusztusában elhunyt Ruppert János atyára is.

Kerületszerte közel 80 fát ültettek el a Föld Napján. Örmezőn több helyszín is megszépült: a Cirmos park közelében mostantól 20 csemete növekedhet tovább. Közülük tízet a FÖTÁV Zrt. adományozott Újbudának – Herpai



Apró ornitológusok

Folytatódik a kerület óvodásai számára indított, nagy sikerű madárbarát program, a Madárdektívől az odükészítésig.

A kerületi Madárbarát Program elméleti és gyakorlati oktatáson keresztül ismereti meg az óvodásokat a madarakkal, a gyerekeknek ugyanis nem lehet elég korán megtanítani a természet szeretetét. De talán nem is kell megtanítani őket, elég, ha tapasztalatokat szereznek, így közelebb kerülhetnek zöld környezetükhöz. A számos óvodában már éveken ezelőtt elindított „Madárbarát Kert” Program mellett Újbuda Önkormányzata példaértékű kezdeményezéssel kereste meg a Duna-Ipoly Nemzeti Park Igazgatóságát, lassan két éve. Ennek célja az volt, hogy minél több óvodáskorú gyermek ismerhesse meg a körülöttünk élő madarak életét, szokásait, viselkedését.

A jelenleg is folyó programban az óvodák megválaszthatják, hogy elméleti vagy gyakorlati foglalkozást kérnek-e, de természetesen mindkettőt is igénybe vehetik.

A délelőtti, elméleti Madárdektív foglalkozások tematikáját Pethő Judit álmodta meg, aki jó érzékkel ötvözte a legfontosabbakat: a gyerekek saját tapasztalatokon alapuló madárismeretét olyan elemekkel, amelyek játékos formában hívják fel a kicsik figyelmét az érdekességekre. A gyerekek megismerkedhetnek a madarak testréseivel, tollaival és hangjával, végül pedig a madarakat utazó játékkal zárul a program.

A délutáni, gyakorlati oktatások során a gyerekek azt tanulhatják meg, hogy a madarakat övni és segíteni kell. Az eddigi foglalkozásokon az óvodások őszel és télen madárretetöket, tavasszal

madárodúkat készíthettek, ezeket tartós, mégis könnyű és újrahasznosítható kartonplaszt lapokból ragasztották össze. Ezt követően már csak papálcikára és kampóra volt szükségük a befejezéshez.

Az etető- és odükészítési program mellett időtöltést nyújt a családoknak is, nem titkolt cél, hogy az óvodások, a szülők és nagyszülők együtt barkácsoljanak. A közös munka eredményét az egész család élvezheti, hiszen mi lehet tanulságosabb és felelősebb, mint téli napokon cinkéket lesni a saját készítésű etetőknél, vagy tavasszal az odúkból kirepülő rozsdafarkú fiókák első légi mutatványában gyönyörködni.

A programot Újbuda Önkormányzata éves szinten 2 millió forinttal támogatja, melynek köszönhetően évente több mint kétezer gyermek nyer bepillantást a madarak rejtelmes világába.



Természetbúvárok: akad, aki előbb ismeri meg a madarakat, mint a betűt

Feltöltődés, friss levegő, természet – ezt nyújtja Kamaraerdő

Több napra feltölthetünk, kipihenhetjük a fársztó munkanapokat egy kamaraerdei kirándulás alkalmával. A fák hűvös rengetegében szippantunk egyet a tiszta levegőből, csodálhatjuk a természet szépségét.

Számos programból választhatnak a XI. kerületi lakosok a Budapest déli határán húzódó Kamaraerdőben, ahol a családok akár egy egész napot is eltölthetnek. A Kamaraerdei Tanösvényt 2012 tavaszán alakította ki Újbuda Önkormányzata. A négy kilométeres, 12 állomásos sétányon információs táblák mutatják be Kamaraerdő földtani és geológiai értékeit, valamint a környék élővilágát. A természet értékeit az Újbuda Polgármesteri Hivatalának Környezetvédelmi Osztályán átvethető kirándulásvetítő füzetnek köszönhetően alaposabban is megismerhetjük.

A tanösvény azonban nem csupán információs állomásokról áll, a fejlesztések jóvoltából a Nagy Réten ökojátszóter és interaktív táblák segítik a kikapcsolódást. Olyan ismeretekkel lehetünk gazdagabbak, mint például a fák kérgének kialakulása és felépítése, hogyan ismerhetjük fel az erdei állatok lábnyomait, miként bomlik le az erdei hulladék. Sőt, saját erdei táplálékclancot is kialakíthatunk!

A tanösvény mellé kitétt táblák az önkormányzat honlapján is megtalálhatók (<http://kozgazgas.ujbuda.hu/kornyeztvedelmi-osztaly/kamaraerdei-tanoveny>).



A Szentimrevárosi Egyesület és az Önkormányzat együtt szervezett faültetést és emléktábla állítást Ruppert János hitoktó emlékére

HÍRKÉP



Meglepően nagy érdeklődés mellett zajlott a hagyományos kedvezményes muskativásár, ahol a kerületi önkormányzati képviselők mellett a polgármester is beszállt a növények szétosztásába

Koko a B32-ben

Kovács „Koko” István olimpiai-, Európa- és világbajnok sportoló volt az Újbudai Kulturális Szalon vendége április 26-án a B32 Galéria és Kultúrtérben. A beszélgetésbe az ikonikus sportlegenda mellett Hoffmann Tamás polgármester és Simicskó István, a kerület országgyűlési képviselője is bekapcsolódott.



Kovács „Koko” István izgalmas életútjának felelevenítése mellett szó esett a sportról, a mozgás népszerűsítéséről, valamint a 2024-es budapesti olimpiai pályázatról is. Kovács István szerint egyelőre korai az esélylatolgatás, de bizakodásra ad okot, hogy a jelenlegi pályázat lehetővé tette, hogy kisebb országok is egyenlő eséllyel indulhatnak a 2024-es olimpia megrendezésének jogáért. Hoffmann Tamás polgármester kiemelte, hogy egy ilyen méretű világrendezvény hatalmas sportéleti és infrastrukturális fejlődést eredményezhet, amelyből Újbuda is örömmel venné ki a részét. Hozzáátette: a jövőre megrendezendő két nagy-

szabású sportesemény a vizes-, és a dzsудо-világbajnokságnak is lesznek helyszínei a kerületben.

Simicskó István kiemelte, Kovács „Koko” István sportolói múltja során mindig úgy edzett, hogy az előírt edzésterven kívül mindig rádolgozott arra, amit edzői elvártak tőle. Szerinte emiatt válhatott Koko sikeres sportemberré és igazi példaképpé, olyaná, aki napjainkban is bizonyítja, hogy életkortól függetlenül bárki megtalálhatja örömeit a testmozgásban.

A neves ökölvívó különleges és vicces epizódokat is felemlített sportkarrierjéből a kiváló hangulatú esten.

(D. B. S.)

Pár hét múlva eldől, kik nyernek a Startup Pályázaton

A 37-ből 12 csapat jutott az önkormányzat Startup Pályázatának idei döntőjébe. A versenyzőknek szakértők mondták el, mire kell ügyelni a zsűri előtt.

Csapatonként egymillió forint ütheti a markát azon négy, fiatalokból álló feltörekvő vállalkozásnak, amely a XI. kerületi önkormányzat innovatív ötleteken alapuló startup vállalkozások támogatására kiírt pályázaton indultak. A pályázaton 35 év alatti, a kerületben campusszal rendelkező egyetemek graduális vagy posztgraduális képzésein részt vevő vagy Újbudán állandó lakcímmel rendelkező felsőoktatási hallgatók indulhattak, egyénileg vagy csapatban. A végső meghallgatás pár héten belül várható, a zsűri tagjai az Eötvös Loránd Tudományegyetemről, a Budapesti Corvinus Egyetemről, a Budapesti Műszaki

és Gazdaságtudományi egyetemről, a Design Terminálból és a Fiatál Vállalkozók Országos Szövetségétől érkeznek. A minden esztendőben meghirdetett pályázaton idén 37 csapat indult, közülük 12 különböző innovatív ötlettel előálló garázscég jutott a döntőbe.

A döntő előtti felkészítő beszélgetésen a szakértők elmondták, mire kell ügyelni a zsűri előtt tartott beszámoló alkalmával. Érdemes a pénzügyi tervet konkrétumokkal alátámasztva kidolgozni, a dokumentáció oldalait megszámozni, tartalomjegyzéket írni, a beszámolót színes ábrákkal és fotókkal színesíteni.

Több mint állásbörze – Startup Safary Újbudán is

Április 21–22-én a teljes budapesti tech/startup ökoszisztéma megnyitotta kapuit Budapesten. A Startup Safary szervezésében gyakorlatilag minden menő budapesti startup és tech cég betekintést engedett mindennapjaiba.

A Berlinből induló kezdeményezés lényege, hogy adott időszakban közelebb kerülnek egymáshoz a befektetők, accelerátorok (startupok támogatására létrejött magánvállalkozások), inkubátorok. Ez jó lehetőség az aktuális startupok megismerésére, vagy akár az álláskeresőknak a kapcsolat- és karrierépítésre. Az érdeklődők több mint 80 állomás eseményei közül választhattak, illetve betekintheztek a cégek hétköznapijaiba, amire az állásbörzéken nincs lehetőség.

A Startup Safary programjait hagyományos előadások, workshopok, illetve irodatúrák alkották városszerte. A nagyszabású rendezvénysorozat egyik helyszíne a kerületben található Kortárs Építészeti Központ volt. A KÉK 2015 szeptemberében költözött a Bartók Béla úti utcafronti helyiségbe, amely egyszerre közösségi iroda, projektgaléria, városi labor és innovatív rendezvényhelyszín is.

(D. B. S.)

Új futókör Albertfalván

Iskolai futóversennyel ünnepelték a hatodik újbudai futókör átadását április 28-án. Az Újbuda Sportjáért Nonprofit Kft. szervezésében zajló eseményre három környékbeli iskola diákjait hívták meg.

Második szakaszához ért a Kondorosi út–Albert utca–Csurgói út–Rátz László utca által határolt terület önkormányzat által finanszírozott felújítása. Először elhordták a régi, lepusztult játszótérből megmaradt töredezett betonplacot, és a helyén közösségi kertet alakítottak ki 2015 szeptemberében. Mostanra pedig elkészült a négyszáz méteres rekortán futókör és egy fitnesspark. A harmadik szakaszban várhatóan a park is megújul majd.

– Az eddig létesített futókörök óriási népszerűségnek örvendenek, látszik a gyerekeken, mennyire szívvel-lélekkel sportolnak. Nagyon fontos, hogy ezt a versenyszellemet megtartsuk – mondta az átadáson Hoffmann Tamás polgármester. Szabolcs Attila országgyűlési képviselő szerint a lakótelep szí-

vében különösen nagy jelentősége van annak, hogy mindenki számára könnyen elérhető sportolási lehetőségeket tudjon biztosítani az önkormányzat. Kocsis Sándor, az Újbuda Sportjáért Nonprofit Kft. ügyvezetője a szalagátvágó



ünnepségen elmondta, szeretné megőrizni első helyüket abban az állításban, amely szerint Újbudán van a legtöbb futókör Budapest kerületei közül. Ezért máris azontöri a fejét, hol hozzák létre a következőt.

A váltófutásban részt vevő gyerekek óriási iramban rótták a köröket a pályán. A versenyzők a futásba, a többiek a szurkolásba adták bele minden erejüket. Végül az Újbudai Grosics Gyula Sport Általános Iskola diákjai az első, az

Albertfalvi Don Bosco Katolikus Általános Iskola és Óvoda tanulói a második, a Petőfi Sándor Általános Iskolába járók pedig a harmadik helyen végeztek. Márkus Ákos, az Albertfalvi Don Bosco Katolikus Általános Iskola testnevelő tanára elárulta, óriási könnyebbé jelent számukra, hogy létrejött a futókör, mert

építkezés miatt jelenleg nem tudják használni a tornatermüket. Nagyon örültek neki, hogy a tavasz beköszöntével megnyílt a lehetőség, és már a pályáatadó előtt két héttel birtokba vehették a futókört.

(H. L.)

A mi utcánk a mi otthonunk?

Szomszédtalálkozót tartottak a Gazdagréti Községi Házban április 25-én egy ígéretes startup cég, a Mi utcánk.hu fiataljai vezetésével. Egy közösségi weboldal segítségével kívánják közelebb hozni az egymás szomszédságában élőket.

– Az a célja a Mi utcánk.hu-nak, hogy összekapcsolja az egy környéken élőket – mondta Janotyik Éva, aki a marketing és a közösségi média területén képviselte a vállalkozást. Azt szeretnék elérni, hogy ne elidegenedett társadalomban éljünk, kerüljünk közelebb azokhoz, akik a közvetlen környezetünkben laknak. Horváth Gáspár, a Mi utcánk.hu egyik alapítója Budakeszin nőtt fel, ahol gyermekkorában természetes volt, hogy a szomszédok ismerik, olykor segítik egymást. Három szomszédnál is le volt adva

a kulcsomójuk, ha esetleg elveszítenék a sajátjukat, be tudjanak jutni a házukba. Egy másik utcabeli családdal közös fűnyírójuk volt éveken keresztül. Hat esztendeje költözött Budapestre, és a többséghez hasonlóan nem ismerte a szomszédait. Egy házibuli alkalmával derült ki számára, hogy a városi környezetben is lehet találni hasonló érdeklődésű embereket. Csak éppen nem tudjuk, hogy egy házzal odébb, vagy akár egy ajtónyira laknak tőlünk. A Mi utcánk.hu-val azt kívánják elérni, hogy azonnal lát-

hatóvá váljon, ki az a három-négy-száz ember, aki a környéken lakik és hasonló az érdeklődési köre. Könnyű legyen futótársat találni, át lehessen menni valamelyik ismerősünkhöz egy sütit, vagy adott esetben a szomszéd locsolja a virágokat, ha elutazunk, és ne valamelyik családtagot kelljen messziről odahívni.

Újbuda Önkormányzata évek óta támogatja a kerülethez kötődő fiatal startup vállalkozásokat. Így került kapcsolatba a Mi utcánk.hu csapatával is.

(H. L.)

HETI OH-LÁ-LÁ AJÁNЛАТАINK!

Nagy választék kalandból



Hétfő

BOLERO ITALPORI
8 g, több iz.
6125 Ft/kg



IDARED ALMA
Ft/kg



Kedd

SOMMERSBY CIDER
0,33 l, többféle, 785 Ft/l



TÍZÓRAI BAROMFI PÁLCA
Ft/kg



Szerda

VIFON INSTANT TÉSztÁS LEVES
60 g, 1150 Ft/kg, többféle



CSIRKECOMB FARESSZEL
Ft/kg, tálcás



Csütörtök

MILD FOLYÉKONY SZAPPAN
1 l, aloe, 169 Ft/l



CURVER THE BEST ÉTELARTÓ SZETT
Ft/szett, 3x1,2 l



Péntek

LEVELES POGÁCSA
Ft/db, 45 g, 645 Ft/kg



PRÉMIUM MINI BERNER VIRSLI
300 g, 1497 Ft/kg



Szombat

HOT-DOG NAP Retro Hot-dog
Ft/db



DREHER CLASSIC DOBOZOS SÖR
0,33 l, 361 Ft/l



Vasárnap

FAGYLALT
4 db/gombóc, 2500 Ft/kg



VARGA ROSÉ BOROK
0,75 l, többféle, 665 Ft/l + 100 Ft/üveg



NYITVA TARTÁS:

Hétfő-Szombat: 6.00-22.00
Vasárnap: 8.00-20.00

HETENTE ISMÉTLŐDŐ AKCIÓK 2016. MÁJUS 1-31-IG
AZ AUCHAN ALBERTFALVAI ÁRUHÁZBAN!



KERESZTREJTVÉNY

Weöres Sándor: Buba éneke c. költeményéből idézünk 4 sort, és ezzel köszöntjük az édesanyákat.

Vízszintes: 1. Az idézet első része (I, N, Ú, K). 13. Indonéz sziget. 14. Gordonkaművész, cimbalomtanár, zeneszerző (Géza). 15. Némán sirató! 16. Színészi alakítás. 18. Mar-no János. 19. Sziporkázó. 22. Európai mini állam gépkocsi jelzése. 23. Atomváros. 25. Pókszabású állat. 26. Fiútest-vér. 28. A Nyugat-Morava jobb oldali mellékfolyója (IBAR). 30. Régi úrmérték. 32. Névbetűiről ismert középkori festőnk. 33. Honvéd alezredes, orvos; a kistarcsai kórház névadója (Ferenc). 34. Nemzetközi segélykérő jelzés. 35. Ser betűi keverve. 37. Labdarúgó-játékvezető, sportvezető, szakkomentátor (Sándor). 39. A magtárat kezelő gazdatiszt. 42. Zilahy Lajos. 43. Szarvval feldönt. 45. Német személyes névmás. 46. Öltözőfülke. 48. Szolmizációs hang. 49. Munkakör. 52. Helyhatározó szó. 53. Itrium és szamárium vegyjele. 55. Részben megitat! 56. Tetőhajlat. 58. Nóti Károly. 59. Elemel. 61. Pénz a Balkánon. 62. Angol Józsi. 64. Az egyik évszakhoz kötődő. 66. Korai gyümölcs. 68. Termelésben van! 70. Semmikor. 72. Oda-vissza: falatozna. 73. Fondorkodik. 75. Vég nélküli ukáz! 76. Női becenév. 79. Találja. **Függőleges:** 1. Jós betűi keverve. 2. Épület. 3. Fémpénz előlapja. 4. 2006-os animációs film, magyarul Verdák néven játszották. 5. A legközelebbi csillag. 6. Egymást követő betűk az ábécében. 7. Durván tovaűz. 8. Szent

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		73					74	
75				76	77			78			79			
↙														

brazil labdarúgó, eredeti neve Edson Arantes do Nascimento. 69. Kebel. 71. ... culpa, én vétkem. 73. Cérium és kálium vegyjele. 74. A lábához. 77. A természetes logaritmus jele. 78. Kicsinyítő képző. *Beküldendő: vízsz. 1. és függ. 21. Beküldési határidő: a megjelenést követő hét keddje. Cím: 1518 Budapest, Pf. 92. 07. SZÁM REJTVÉNYÉNEK MEGFEJTÉSE: Köpenyegbe burkol, ingujjira vetkőztet, mutatja a tavaszt, hol nyárnak, hol ősznek. NYERTESE: Frick Judit, 1119 Bp., Rátz László u. Nyeremény: könyvjutalom, mely a szerkesztőségben (Zsombolyai u. 5.) vehető át.*

PÁRTOK ESEMÉNYEI

A XI. KERÜLETI FIDESZ PROGRAMJAI

Budafoki út 9–11. Tel.: 209-3439. Nyitva tartás: hétköznap 14–18 óráig. Hétfőnként 14–16 óráig táplálkozási tanácsadás, 17–18 óráig ingatlaneladás, -vétel, -csere, lakásárazáshoz kapcsolódó tanácsadás díjmentesen. Minden első szerdán 15–17 óráig munkatügyi tanácsadás. Dr. Oláh András Sándor ügyvéd következt ingyenes jogi tanácsadással május 17-én, majd június 14-én várja az érdeklődőket.

A XI. KERÜLETI MSZP PROGRAMJA

Mérnök u. 40. Tel.: 06/70/434-7741. Jogi tanácsadás (telefonos egyeztetés alapján). Megoldásközpontú pszichológiai tanácsadás minden hónap első keddjén 14–17 óráig telefonos egyeztetés alapján, dr. Szöllösi Ágnes-nél: 06/20/979-3369. Képviselőink állandó fogadóórája: minden hónap első keddjén 17 órától. Az alábbi honlapon

olvashat rólunk: www.mszpujbuda.blog.hu Írhat nekünk az mszpujbuda@gmail.com e-mail címre.

A XI. KERÜLETI KDNP PROGRAMJAI

Karinthy F. út 9. Tel.: 209-0474. Nyitva hétköznap 14–18 óra között. Május 9-én, hétfőn 18 órakor a Tinta Art Caféban (1111 Bartók Béla út 1.) lesz Sümegh László: Hit, élet és tudomány című új könyvének bemutatója. Minden érdeklődőt szeretettel várunk!

A XI. KERÜLETI LMP PROGRAMJAI

Fadrusz utca 2. Tel.: 06/30/833-5354. Web: delbuda.lehetmas.hu, facebook.com/ lmpujbuda e-mail: bp1122@lehetmas.hu

A XI. KERÜLETI PM PROGRAMJAI

Villányi út 89. Tel.: 06/70/947-4091.

LAKATOSMESTER Nonstop. 06/30/299-1211.

MINDENFÉLE KERTI munkát, gyűlölcfsza, szőlő gondozását vállalom. Vidéken is 06/30/682-4431.

TETŐFEDÉST, bádógózást, lapostető-szigetelést, kőműves-munkát azonnali kezdéssel, garanciával vállalunk! Nyugdíjasoknak és közületeknek 20% kedvezmény! Tel.: 291-5966, 06/30/458-6231. **ÚJ FA** és **MŰANYAG** ablakok, ajtók beépítése. Régi típusú nyílászárók javítása, szigetelése. Kiszállítás, felmérés díjtalan! Nyugdíjas kedvezmény 20%. 06/30/298-9942. **KONTÉNERES** sittszállítás, sóder, homok, zöldhulladék, termőföld. 06/20/4646-233. **TETŐFEDÉS,** bádógózás kis munkák is. Tel.: 06/30/401-7462.

Gyógyászat

GYÓGYPEDIKÚR otthonában. 06/30/206-4801.

PEDIKÚRÓS házhoz megy. Nyugdíjas kedvezmény: 06/20/806-7783.

Régiség

BÉCSA UKCIÓS ház részére! Virág Erika helyszíni készpénzfizetéssel vásárol gyűjteményeket, kis- és nagyméretű festményeket, órákat, porcelánokat, bronzokat, ezüstöket, ékszereket, koloniál, stíl, antik bútorokat, kitüntetéseket, régi pénzeket, szőnyegeket, mindenféle lakberendezési dísztárgyat, zongorát, könyveket, teljes hagyatékot kiúritással is stb. Díjtalan kiszállással 1 órán belül hétvégén is. T.: 06/30/324-4986.

PAPÍR- és fémpénzt, bélyeget, képeslapot, papírrégiséget, régiségeket vásárolnak és árverésre átvesszünk. V.I., Andrassy út 16., 06/1/266-4154, nyitva: H-SZ: 10–17, Cs: 10–19.

AZONNALI KÉSZPÉNZÉRT vásárol! Aranyat, ezüstöt, dísztárgyakat. Briliáns ékszereket kimagasló felárral! Borostyánt és korallt aranyárban megvesszük minőségől függően! XIII. ker., Hollán Ernő u. 4. Tel.: 350-4308, 06/70/884-4084.

19–20. SZÁZADI magyar és régi bútorműtermények, műtárgyak vétele készpénzért. Díjmentes értékebecslés. Tel.: 06/30/949-2900, e-mail: nemes.gyula@nemesgaleria.hu, Nemes Galéria: 1024 Bp., Szilágyi Erzsébet fasor 3. **KASTÉLYOK** berendezéséhez vásárolok festményeket, antik órát és bútort, ezüsttárgyakat, porcelánokat, bronzokat stb., teljes hagyatékot. 06/20/280-0151, herendi77@gmail.com

ARANY-, ékszerfelvásárlás, Berta Zsófia: 06/70/942-2900. **BOROSTYÁN** – Arany és ezüst folyamatos felvásárlása. Herendi-, Zsolnay- és márkás svájci kar- és zseborák. Hiszem, hogy a tisztességes magatartásnak van jövője. Bizzon bennem! 06/1/209-

A XI. KERÜLETI JOBBIK PROGRAMJAI

Villányi út 20/A. Tel.: 06/70/379-9701, 365-1488, nyitva tartás: hétköznap 8.30–16 óráig. Minden hónap második szerdján 18 órától: Újbudai Női Kör. Minden hónap harmadik szerdján 18 órától: Újbudai Nemzeti Est (neves előadókkal). Minden hónap negyedik szerdján 18 órától: Jobbik Baráti Kör. Az események nyilvánosak, helyszínük Novák Előd képviselői irodája: Bartók Béla út 96. facebook.com/JobbikUjbuda

A XI. KERÜLETI DEMOKRATIKUS KOALÍCIÓ PROGRAMJAI

2. számú választókerületi szervezet irodája: Karolina út 33/A. Nyitva tartás: hétfőn 9–11 óra, szerdán és pénteken 16–18 óra között. Dr. Bács Márton képviselő fogadóórájára bejelentkezni Rádi Károly ügyvezető alelnöknél a 06/30/547-7468 telefonszámon lehet.

4245. 1117 Bp., Körösy József utca 7–9., Fehérvári úti Vásárcsarnok fszt., Virág sor (Porcelán-Ezüst Üzlet) H–P: 10.00–17.00. **KELETI SZÖNYEG** és műtárgybecsűs vásárol régi szőnyegeket, sérült állapotban is. Kiszállítás díjtalan. 06/30/456-3938. **MINDENEMŰ** régiséget vásárolok díjtalan kiszállással. Bűtort, festményt, porcelánt, kerámiát, bronz- és fémtárgyakat, csillárt, szőnyeget, bizsut, borostyánt, órákat, könyvet, kitüntetést, jelvényt. Képeslapot, háborús tárgyakat, bakelit hanglemezt, híradástechnikát, teljes hagyatékot. Lomtalanítás is kp-ért. Pintér Nikolett: 466-83-21, 06/30/973-4949.

Gondozás

BUDAFOKON, 15 fős fürdőszobás egy-két ágyas lakrészekbe várjuk azokat, akik nyugdíjas éveiket nem szeretnék magányosan, segítség nélkül eltölteni. Tel.: 06/30/411-1561.

Állás

XI. KERÜLETI általános iskolába takarító, karbantartó munkatársakat keresünk 4–8 órás munkaidőre. Érdeklődni: 06/30/611-4060. **KERTGONDOZÓT** keres napi munkára kb. 8–10.000 nm zöld területre a Mohai köz 1–8. társasház. Tel.: 203-5854. Vállalkozói igazolvány szükséges.

Könyvek

ANTIKVÁRIUM vásárol régi és új kiadású könyveket, könyvtárakat, hanglemezeket azonnali ingyenes kiszállással. 06/30/742-4558.

MÉRNÖK, tanár, pap, orvos és ügyvéd könyvgyűjteményét szívesen megvásároljuk. 40 év szakmai tapasztalat, korrekét vételár. antikva.hu, 06/1/787-9282, 06/30/877-1460.

KÖNYVEKET, könyvtárakat vásárolunk. Ingyenes kiszállítás, azonnali készpénzes fizetés. Tel.: 06/20/387-4140.

Vegyes

AUTÓFELVÁSÁRLÁS azonnali készpénzfizetéssel, állapottól függetlenül. 06/30/682-1390.

CUKORMENTES cukrászda megnyílt! Gluténmentes, laktózmentes és paleo sütemények nagy választékban. Tortarendelés! Vásárhelyi Pál u. 12. T.: 06/20/230-3320.

HA IGAZÁN JÓT AKAR enni! Házias ízek, hideg-meleg reggeli, ebéd, vacsora és pizzaételek. Normál napi menü 895 Ft, kisadag napi menü 630 Ft, akár elvitelre is. Cagliari kávé, sütemény, kerhelyiség. 1116 Budapest, Andor utca 47–49. (ASZSZ Irodaház) www.m4bizszo.hu

FOGADÓÓRÁK

BARABÁS RICHÁRD (PM)

Időpont-egyeztetés: 06/70/947-4091, barabas.richard@parbeszedmagyarorszagert.hu

DR. BÁCS MÁRTON (MSZP–DK) önk. képv. Egyeztetés: 06/30/941-5336, 204-2805

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

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

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

GAJÁRSZKI ÁRON (LMP) önk. képv. Minden hónap első szombatján 12–13 óráig. Vahot piac mellett a Montázs Arc Caféban (Vahot u. 14/B)

GÖRÖG ANDRÁS (MSZP) önk. képv. E-mail: mail@gorogandras.hu. Tel.: 06/30/966-2187

GYORGYEVICS MIKLÓS (KDNP) önk. képv. Minden hónap első keddjén 17–18 óráig. KDNP-iroda (Karinthy F. út 9.) gyorgyevics.miklos@ujbuda.hu

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

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

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

JUNGHAUZ RAJMUND (FIDESZ) önk. képv. Minden hó első péntekén 17–18 óráig. ÖKH (Cirmos u. 8.), valamint előzetes egyeztetés alapján: 06/70/942-4624, e-mail: junghauz.rajmund@fidesz.hu

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

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

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

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

MOLNÁR GYULA (MSZP–DK) Időpont-egyeztetés: gy.molnar@online.hu, 371-0022

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

NOVÁK ELŐD (JOBBIK) ogy. képv. Minden hónap második csütörtökén 17 órától a képviselői irodájában (Bartók B. út 96.). Időpontfoglalás: 06/70/372-5854, novak.elod@jobbik.hu). Idősek és betegek kérhetik, hogy otthonukban látogassa meg őket.

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

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

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

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

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

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

VÉCSEI ÉVA (MSZP) önk. képv. Minden hónap első csütörtökén 16.30–17.30 óráig. Keveháza Utcai Óvoda (Keveháza u. 4.)

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

Kerületi Okmányiroda

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

Hétfő: 7.00–17.00

Kedd: 8.00–18.00

Szerda: 8.00–20.00

Csütörtök: 8.00–18.00

Péntek: 8.00–15.00

IMPRESSZUM

Lapok Társasága Nyomdai Központ • Felelős vezető: Horváth Gábor • Terjeszti az Újbuda Prizma Közhasznú Nonprofit Kft. • Az újságban megjelent hirdmények és hirdetések tartalmáért a szerkesztőség felelősséget nem vállal. Személyes apróhirdetés feladás: hétfőn és szerdán 8-15 óráig a 207. irodában.

Főszerkesztő: Hőnyi Gyula • Szerkesztőség: 1113 Budapest, Zsombolyai utca 5. • Telefon: 381-1307, e-mail: media@ujbuda.hu

• Kiadja a KözPont Újbudai, Kulturális, Pedagógiai és Média Kft. • Ügyvezető igazgató: Hőnyi Gyula • Megjelenik 80 000 példányban • Szerkesztők: Veres László, Kapin Viktória • Korrektor: Paola Fernández • Újságírók: Horváth Lídia, Kelemen Angelika, Tóth Kata • Hirdetés: Szobonya Timea • Lapterv: Földházi Árpád és Eperjessy László • Grafika és tördelés: kov • Nyomdai előállítás: Pannon

Nyakunkon az eperszezon!



Az egyik dolog, ami miatt várjuk a tavaszt, az a friss, finom, édes eper. Bár manapság szinte bármikor hozzájuthatunk ehhez a gyümölcshöz a hipermarketekben, az érett, szabadföldi magyar eper zamatát semmi sem utánozhatja. Az eper nem csupán finom, hanem egészséges is. Vértisztító hatása van, méregtelenít, salaktalanít, szépíti a bőrt, fehériti a fogakat, csökkenti a szív- és a pajzsmirigybetegek kockázatát. Meglepő, de C-vitamin-tartalma magasabb, mint a citromé. Persze leginkább azért esszük, mert nagyon finom. Legtöbbször deszertekben találkozunk az eperrel, de sok egyéb fogásban is megállja a helyét. Nagyon jól harmonizál a bazsalikommal, balzsameccettel, roston sült vagy grillezett csirkehúsokkal.

Bármilyen friss zöldségét feldobhatunk, ha belekeverünk egy kis epret és meglocsoljuk balzsameccettel. Desszert gyanánt a legjobb, ha lerakunk egy tál fris-

sen mosott epret az asztal közepére, és ízlés szerint porcukorba mártogatva falatozunk belőle, amíg tart. Azért nem szeretnénk ennyivel megúsni az aktuális receptünket, úgyhogy következzen egy eper-marcipános finomság a VakVarjú konyhájáról.

Hideg eperkrémleves marcipános túrógombóccal

Hozzávalók a leveshez:

- 60 dkg eper
- 250 ml tejszín (1%-os cukortartalmú)
- 5 dl tej
- 2 ek. cukor
- 1 tasak vaníliás cukor
- 1 csomag vaníliás puding (a főzés nélküli a legoptimálisabb hideg levesekhez)
- a marcipános túrógombóchoz:
- 25 dkg túró
- 7-8 dkg marcipán
- 2 ek. búzadara
- 1 tojás

Az epret pucoljuk és mossuk meg, vágjuk ketté, majd dobjuk bele a turmixgépbe. Egy kevés tejet keverjünk ki a pudingporral, és öntsük az eperre a maradék tejjel, illetve tejszínnel együtt. Ha az eper nem elég édes, akkor adjunk hozzá egy-két evőkanál cukrot és az 1 csomag vaníliás cukrot. Ezután turmixszoljuk össze. Ha túl sűrűre sikerült, egy kis tejjel hígíthatjuk. A túró-marcipános gombócokhoz a túró villával összetörjük, belemorzsoljuk a marcipánt, hozzáadjuk a búzadarát és a tojást, majd homogén állagúra keverjük. Kb. 10-15 percig hagyjuk állni, hogy a búzadara megdagadjon. Közben felrakhatjuk a főzővizet forni, egy csipetnyi sót és olajat öntsünk bele. Kiskanállal szaggassuk a masszát a forrásban lévő vízbe. Csak addig főzzük, amíg a gombócok fel nem jönnek a víz tetejére. Szűrjük le, és hagyjuk teljesen kihűlni. A levest a tetejére halmozott marcipános túrógombócokkal tálaljuk.

Új lakóink

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



Burucs Benett vagyok. 2015. szeptember 4-én születtem, azóta Újbudán lakom szüleimmel és játékaimmel. Szeretek nagyokat sétálni, apukámmal mókázni,

illetve néha rossz fát tenni a tűzre. Éjszaka akár többször is felkelek, hogy leellenőrizsem, minden rendben van-e és mindenki jól van-e. Kedvenc életem a banán, kedvenc játékom a pilipos csörim.

Joó Benjámín vagyok, idén januárban születtem. Szüleim nagy öröme vagyok, már tudok mosolyogni, gagyogni is. Szeretek sétálni, nagy habos vízben fürdeni. Örülök a sok rokonnak akik mosolyogva körbevesznek, ha meglátogatnak minket Újbudán.



A JátékNet webáruház Új Lakóink részére ajándékokat ajánlott fel!

JátékNet.hu
Játékok a család örömeire



REÁLIS ÁRAK, KIHAGYHATATLAN AJÁNLATOK!



10%
kedvezmény



11-15 ÓRÁIG

MUNKANAPOKON MINDEN TERMÉKRE
10% KEDVEZMÉNYT ADUNK*

*az ajánlat nem vonatkozik, az akciós termékekre és a vonaljegyre valamint szombat, vasárnap és munkaszüneti napokra.

CARTE D'OR
CSOKI,
SORBET CITROM,
KÓKUSZ
899,- Ft/1L

*a képek csak illusztrációk.

NYITVATARTÁS:

HÉTFŐ-SZOMBAT 6-22 ÓRÁIG,
VASÁRNAP 8-20 ÓRÁIG

1119 BUDAPEST, CSÚRGÓI U. 22-26.
Telefon: 06 30 336 9994, 06 1 877 4638
Fax: 06 1 877 4639
E-mail: hjalpkft@gmail.com

