

**Szabadidő, szeretem!****3**

Új sportesemény-sorozatot indított útjára Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata, „Szabadidő, szeretem!” címmel.

Tündérvár nyílik Békásmegyeren**10**

Ófaluiban, a Szent József Házban nyílik meg március 29-én Budapest első Tündérvárja őshonos gyümölcsfákkal

Mindennapi függőségeink**13**

Óbudai San Marco Szabadegyletem: dr. Zacher Gábor fenti című előadása március 31-én hallható az Óbudai Kulturális Központban.

Egészségnap – nem csak nőknek!



Fotó: ANTAL ISTVÁN

Több mint háromszáz, az egészségéért tenni akaró érdeklődő vett részt az **Egészségkörút Óbudán** elnevezésű szűrőprogram-sorozat második állomásán, a március 8-án, a **Nem csak nőknek!** címmel rendezett egészségnapon a Békásmegyeri Közösségi Házban

BESZÁMOLÓ A 13. OLDALON

Ifjúsági önkormányzat

P olgármesteri kezdeményezésre, önkormányzati támogatással a kerületi középiskolások és a felsőoktatásban résztvevő hallgatók képviselőit megalakult **Óbuda-Békásmegyer Ifjúsági Önkormányzata**.

BŐVEBBEN A 6. OLDALON

A vízügyi hatóság jelölje ki a nyomvonalat

Tarlós István főpolgármester az Országos Vízügyi Hatósághoz fordul, hogy a szakma és a tervezés mondja ki egzakt módon: a part mentén vagy a Királyok útja-Nánási út nyomvonalon épüljön meg a római-parti védmű.

TUDÓSÍTÁS A 7. OLDALON

Óvodások úszásoktatása

R ekord látogatottságú szezon után, március első hétvégéjén bezárt a Fő téri korcsolyapálya, március 3-án pedig elkezdődött az ingyenes úszásoktatás kerületi óvodások számára.

RÉSZLETEK A 11. OLDALON

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata bemutatja
a 2014. évi ingyenes szabadidős sportrendezvény sorozatát:



Szabadidő, szeretem!

NŐNAPI FITNESS NAP

2014. március 8. szombat

ÓBUDAI FUTÓFESZTIVÁL

2014. április 26. szombat

ÓBUDAI KERÉKPÁROS NAP

2014. május 17. szombat

NYUGDÍJAS VIZES SPORT NAP

2014. június 21. szombat

ÓBUDAI TELJESÍTMÉNYTÚRA

2014. szeptember 27. szombat

SZERVEZŐ: Óbudai Sport Nonprofit Kft.

INFORMÁCIÓ: www.obudasport.hu

Keress minket a facebookon: www.facebook.com/obudasport



ÓBUDA
mozgásban a város

FŐVÉDNÖK: SINKÓ ANDREA

Olimpiai hatodik helyezett ritmikus gimnasztikázó,
az Óbudai WÖSE elnöke

Szabadidő, szeretem! – a mozgás valódi elixír

Sportrendezvény-sorozat az egészséges életért

Az elmúlt két évben több mint 13 ezer óbudai mozgott, sportolt együtt az ingyenes sportrendezvény-sorozaton a III. kerületben, az önkormányzat és az Óbudai Sport Nonprofit Kft. szervezésében, az aktív életmód jegyében. Az idei, „Szabadidő, szeretem!” felkiáltó mondatlal indult „mozgás hadjárat” jelentőségéről, programjainak részleteiről az óbudai Spider Falmászó Clubban tartottak tájékoztatót március 4-én.

Bús Balázs polgármester elsőként a Vasas SC elnökének, Markovits Lászlónak gratulált, hogy a Vasas Óbuda csapata harmadszorra is kupagyőztes lett, ezzel ők is Óbuda sportos hírnevét öregbítik.

A sport a közösségi élet része

- Amikor 2009-ben elindítottuk az Óbudai Egészségolimpiát, az volt a célunk, hogy a kerületben a lehető legtöbb egészséges ember éljen. A sport nagyon fontos része ennek. Ezzel a fiatalokat és az idős embereket is be tudjuk vonni a közösségi életbe. Jelenleg 12 fitnesspark, illetve további 6 is segít majd megőrizni aktivitásukat, míg az épülő két sportparkkal és egy jégcsarnokkal a fiataloknak szeretnénk teret biztosítani a szabad sportolásra. Mindemellett, nem önkormányzati beruházásban ugyan, de egy kalandparkkal gazdagodik a kínálat - tette hozzá a polgármester.

Dr. Csepeli Zsuzsanna meglátása szerint szükség van a tömegsportokra, ezért is szervez immár harmadik alkalommal ingyenes sportrendezvény-sorozatot az Óbudai Sport Nonprofit Kft. Tavalyelőtt 5 ezren, a múlt évi rendezvényen pedig már több,

Adományok a „Flóra”-nak

A sportprogramok alatt idén is kiemelt figyelem övezi a jótékonyt, ezért a résztvevők minden állomáson hozzájárulhatnak kisebb-nagyobb adománnyal a „Flóra” Értelmi Fogyatékosokért és Autistákért Alapítvány tevékenységéhez. A szervezet specifikus és intenzív terápia révén lehetővé teszi a halmozottan sérült embereknek a társadalomba integrálódását, munkalehetőséget kínálva számukra. Az alapítvány munkatársai mindemellett nagy hangsúlyt fektetnek a fogyatékkal élők sportprogramokon való részvételére is, felismerve annak pozitív hatásait.

sokra is értékes nyeremények várnak.

Sportos nemzet

- A tavalyi Óbudai Futófesztivál nagy élmény volt számomra - vette át a szót Varga Mihály nemzetgazdasági miniszter. - A kormányról elmondható, valóban sportbarát, hiszen számos olyan döntést ho-

gatni kell, a partnerek legyenek akár magánszemélyek, önkormányzatok, vagy éppen civil szervezetek. - Neveljük a lelkünket kérlelhetetlen igényérzettel! Márai szavait idézte, majd így folytatta: - Az igényesség lehetőség szerint legyen meg mindenben, úgy az emberi kapcsolatokban, mint a sport építésében, erősítésében. A

vesz a Nónapi Fitness Napon.

Támogatott szabadidősport

Gyulay Zsolt, a MOB elnökségi tagja kijelentette: eddig nem látott jó helyzetben van a versenysport területe Magyarországon, és az infrastrukturális fejlesztéseknek köszönhetően a szabadidősport is nagy hangsúlyt kap. Sinkó Andrea, a rendezvény fővédnöke, (az ÓWDSE elnöke, MOB-tag) aki maga is Óbudán él, örömmel vállalta el a felkérést. A szabadidősport megfelelő támogatást kap az önkormányzat jóvoltából. Érdemes élni a páratlan lehetőséggel - vélekedett a sportoló. Reményét fejezte ki, hogy sokan részt vesznek majd a programokon, ahová természetesen nemcsak nőket várnak.

- Szerintem is ez a leg-sportosabb kerület - mondta Tóth Tamás kétszeres paralimpikon úszó, akinek bevallása szerint a tavalyi évben a Futófesztivál volt a legvonzóbb. Ám lehet, hogy idén a Nónapi Fitness Nap lesz számára a favorit.

Ingyenes szűrések

- Az egyes állomásokon nemcsak a sporté lesz a főszerep, az odalátogatók ingyenes egészségügyi vizsgálatokon is részt vehetnek majd a Szent Margit Rendelőintézet jóvoltából. Az Óbudai Futófesztiválon lesz többek közt vérnyomás- és pulzuserőmérés, InBody testösszetétel-mérés és táplálkozási tanácsadás. Ezzel szeretnék felhívni az emberek figyelmét a prevencióra és a szűrővizsgálatok fontosságára - minderről dr. Petrik Róbert, a Szent Margit Rendelőintézet igazgatója számolt be.

Sz. Cs.

Az április 26-ai Óbudai Futófesztivál részletei a 33. oldalon



Gyulay Zsolt MOB elnökség tag, Sinkó Andrea olimpikon, az esemény fővédnöke, Bús Balázs polgármester, Simicskó István sportért és ifjúságért felelős államtitkár, Menczer Erzsébet országgyűlési és önkormányzati képviselő, Varga Mihály nemzetgazdasági miniszter, Studniczkyné Eszenyi Erzsébet, a „Flóra” Értelmi Fogyatékosokért és Autistákért Alapítvány kuratóriumi elnöke, dr. Csepeli Zsuzsanna, az Óbudai Sport és Szabadidő Nonprofit Kft. ügyvezetője, dr. Petrik Róbert, a Szent Margit Rendelőintézet igazgatója és Tóth Tamás kétszeres paralimpikon úszó

kft. vezetője elmondta, hogy sok szervezés, munka áll az egyes események mögött, de a célba érők mosolya és a sok elismerés feledtetni a nehézségeket. Részletesen beszámolt a rendezvényekről, amelyek közül kiemelte a változásokat és újdonságokat. Idén külön díjazták azt az iskolát, amelyből a legtöbb részt vesz az eseményeken, az intézmény összlétszámához képest. Együttal a lako-

zott, amely mind azt szolgálta, hogy nemzetünk sportosabbá, egészségesebbé váljon. Döntés született a mindennapos testnevelés bevezetéséről, kiemelt támogatás biztosításáról a különböző sportfejlesztésekhez, valamint tanuszkodák létrehozásáról. Azonban helyi szinten is segíteni kell ezeket a törekvéseket. Az embereket azzal ösztönözném, ahogy a mondás is szól: akinek nincs ideje a mozgásra, annak előbb vagy utóbb időt kell szakítania a betegségre.

Simicskó István sportért és ifjúságért felelős államtitkár példaértékűnek és követendőnek nevezte a kezdeményezést. Kapcsolódva Varga Mihály gondolatához elmondta, hogy a kormányzati törekvéseket helyi szinten is támo-

kormány ehhez igyekszik megteremteni a feltételeket. Kiemelten kezeli a sportot, a sportolást, amivel elérhetővé válik a lakosság mentális és egészségi állapotának javítása. A sport ahhoz teremt lehetőséget, hogy a lelkünkkel is harmóniába kerüljünk, ezért ezt a kiváló kezdeményezést meg kell ragadni, és esélyt adni a teljes testi és lelki egészségnek - hangsúlyozta.

Menczer Erzsébet országgyűlési és önkormányzati képviselő hangsúlyozta: - A sportolásnak közösségteremtő ereje van. Az óbudai vezetésnek kiemelt célja, hogy az itt élők jól érezzék magukat, ehhez az önkormányzat számos program szervezésével járul hozzá. A képviselő elárulta, Sinkó Andrea ösztökélésére ő is részt

Pályázatok, együttműködések, közgyógyellátás

Eldőlt, hol épül a négy új fitnesspark

Sport és civil szervezetek támogatása, környezetvédelmi kérdések, bérleti díjak a piacokon - egyebek mellett ezek a témák is napirendre kerültek a képviselő-testület február 27-ei ülésén, melyen az új fitnessparkok helyét is kijelölték.

Az önkormányzat által létesített fitnessparkok évek óta töretlen népszerűségnek örvendenek. A megfelelő kihasználtság miatt fontos szempont, hogy a szabadterei gépek olyan területre kerüljenek, ahol azt a lakosság is szívesen fogad-

ja, sőt igényli. Ennek érdekében ismét kikérték az emberek véleményét az új helyszínek kiválasztása előtt. Idén négy új fitnessparkot létesít az önkormányzat. A meghirdetett szavazás alapján: a *Mészki utca 2. számmal szemben lévő területen,*

az Őszike utcai nyugdíjas ház melletti parkban, a Búza utca-Köles utca találkozásánál (a domb aljában) lévő zöldterületen, valamint a *Juhász Gyula utca 56. számnál,* a közösségi kert melletti területen alakítanak ki sportparkokat.



Fotó: ANTAL ISTVÁN

Az elmúlt évben a III. kerületi lakosok tizenegy helyszín közül szavazták meg azt a négyet, ahol új fitnessparkot építtetett az önkormányzat, köztük a Kerék utcai iskolánál található

Együttműködés a kultúráért és a sportért

• A *Gyermekek a Művészetért és a Hagományért Alapítvánnyal* 2012-ben kötött együttműködési megállapodást újabb három évvel meghosszabbította az önkormányzat. Ez az alapítvány működteti a Kincső Néptáncegyüttest, mely 1980-ban alakult Békásmegyeren, a Medgyesy Ferenc Általános Iskola tornatermében. A néptánc-együttes munkájának köszönhetően mind szélesebb kör ismeri és szereti meg a Kárpát-medencei magyarság hagyományos tánc kultúráját. Az alapítvány célja, hogy a hátrányos helyzetű lakótelepi gyermekeknek biztosítsa a sok éve hagyományként működő művészeti, népművészeti tevékenységek

gyakorlását és magas színvonalú folytatását.

• Három évvel meghosszabbította a *Szell Kulturális Egyesület* non-profit, közhasznú szervezettel kötött megállapodást a képviselő-testület. Az 1999-ben alakult egyesület a magyar nyelvterület népzene és néptánc kultúráját a fiatalság körében tanítja, népszerűsíti. Műsoraikban az autentikus néptánc színpadi megjelenésének legnemesebb hagyományait képviselik. Előadásait a Téka Együttes és a VPG fúvós zenekara kíséri.

• A *Kaszások Óbudai Ifjúsági Klub Egyesület* a Magyar Kosárlabda Szövetséghez sportfejlesztési programként benyújtotta a

kültéri sportpálya beruházási tervét, bízva annak jóváhagyásában. A jövőbeni csarnokrekonstrukciót, új sportburkolatot, térkő burkolatot, kosárlabda palánkokat és világítási-rendszer telepítését is magában foglaló fejlesztési program megvalósulásához szükséges önrészt az önkormányzat biztosította.

• A *Berguson Kereskedelmi és Szolgáltató Kft.* és az önkormányzat 2010-ben kötött együttműködést. A cég azóta üzemelteti az Óbudai Kerékpárkölszönt a Laktnya utcában. A kölcsönző tulajdonosai egészséges életmódra ösztönzik a városrészen élőket. Lehetőséget teremtenek a szabadabb mozgásra, a sportosabb munkába járásra, a hétvégi szabadidős kerékpározásra. Minderre tekintettel az önkormányzat újabb 4 évvel meghosszabbította a céggel kötött együttműködési megállapodást.

Jól működik a „Könyvet házhoz”

2007 áprilisa óta érhető el a „Könyvet házhoz” szolgáltatás a kerületben. Az Óbudai Rehabilitációs és Foglalkoztatási Központ Támogató Szolgálatát juttatja el a könyvtári könyveket, folyóiratokat, egyéb dokumentumokat az idős és beteg, mozgásukban korlátozott, lakásukhoz kötött emberekhez. (A szolgáltatást a III. kerületi FSZEK tagkönyvtárak közül a *Füst Milán utca 26.* szám alatt működő III/5. számú könyvtár munkatársai koordinálták-koordinálják.) A szolgáltatás igénybe vehető az önkormányzat saját intézményében, az Óbudai Platán Könyvtárban is. A FSZEK az együttműködési szerződés alapján elkészítette a 2013-as beszámolóját, így ez alapján fogadta el a képviselő-testület a „Könyvet házhoz” szolgáltatás beszámolóját.

Támogatott társasház felújítás

Társasház felújítási pályázatot hirdetett a kerületben lévő társasházaknak és lakásszövetkezeteknek az önkormányzat. A 2014. évi költségvetés e célra 72 millió forintot tartalmaz, amelyből általános társasház felújítás esetén a társasházak vissza nem térítendő támogatásra, kamatmentes kölcsönre, illetve életveszély elhárítást célzó munkák elvégzésére szerezhetnek forrást. (Pályázat a 8. oldalon)

Bővül a közgyógyellátásra jogosultak köre

Az egészségi állapot megőrzését, helyreállítását elősegítő gyógyszerek árának növekedése - illetve az a tény, hogy a nyugdíjminimum számítás szabály 2009 óta nem változott - tette indokolttá a közgyógyellátás jogosultsági feltételeinek módosítását, azaz a nyugdíjminimum alapján meghatározott jogosultsági jövedelemhatár 20 százalékkal való emelését. Ennek következményeként bővül az ellátásra jogosultak köre. Az önkormányzatnál jelentkező több millió forintos többletköltséget a kerület költségvetésének általános tartaléka fedezi.

Megújuló kardiológia és terhesgondozó

A Szent Margit Kórház megbízott főigazgatója és a Szent Margit Kórház Kardiológiai Alapítványának kuratóriumi tagja levélben kért segítséget a kardiológiai osztály egy újabb szárnyának felújítására, illetve a szülészeti és nőgyógyászati osztályához tartozó terhesgondozó felújítására. A képviselők a kéresnek helyt adva, a felhalmozási tartalék terhére 5 millió forintos támogatást ítélték meg a kardiológiai osztály felújításához, és 5 millió forintot a terhesgondozó felújításához. Az alapítvány az elvégzett munkáról 2014. augusztus 31-ig köteles elszámolni.

Civil pályázat

A képviselő-testület a 2014. évi költségvetésben ismét 20 millió forintos civil alapot hozott létre. Idén is mindkét fél évben kiírják a civil működési pályázatot, fél évenként 10 millió forintos keretösszeg meghatározásával. Az Itt Élünk Egyesület képviselője ugyan az elnyerhető pályázati források csökkentését javasolta, ám ezt a képviselők többsége nem támogatta. A pályázat célja továbbra is a civil szervezetek működéséhez és az alaptevékenységükhöz való hozzájárulás, eszköz, infrastruktúra, illetve humán erőforrás tekintetében. (Pályázat a 25. oldalon)

Változatlan bérleti díjak

A Békásmegyeri Vásárcsarnok és Vállalkozói Piac, valamint a Kolosy téri piac bérleti díjait - tekintettel a bérlők piaci és gazdasági nehézségeire - nem emelte az önkormányzat; azaz 2014. január 1-től is a 2013. évre megállapított bérleti díjakat kell alkalmazni.

Az oldalt összeállította Szeberényi Csilla

Tovább bővülő közösségi terek

- Interjú Bús Balázs polgármesterrel -

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzatának vezérlőelve továbbra is a közösségépítés - hangsúlyozta lapunknak adott interjújában Bús Balázs polgármester. Véleménye szerint ennek éppúgy része a közterületek felújítása, a közösségi terek bővítése, mint a kultúra támogatása.

- A közösségépítést nevezte a legfontosabb várostervezési szempontnak a 2014-es fejlesztések kapcsán egy január végi háttérbeszélgetésen. A képviselő-testület által elfogadott idei költségvetés főösszege 24 milliárd forint, ennek mintegy 10 százalékát fordítják új beruházásokra. A sok közül melyeket emelné ki? Ide tartozik a városrehabilitáció; 400 millió forintot nyertek a főváros pályázatán.

- Így van, megerősítem, a közösségépítést tartom a legfontosabbnak, ennek megfelelően próbáltuk az idei költségvetést összeállítani. Vannak nagyobb projektjeink, ilyen például a békásmegyeri piac melletti közterület fejlesztése, melyet a fővárostól elnyert támogatásból valósítunk meg. Szintén közterület-fejlesztést fogunk végrehajtani Békásmegyer-Ófaluban és Kaszásdűlőn; szándékaink szerint a parkolási helyzeten és az utak állapotán javítunk. Nagyon súlyos gondot jelent a közlekedésben az Ürömi és a Dózsa György út kereszteződése. A problémát jelzőlámpás csomóponttal kívánjuk megoldani, ami igen jelentős beruházás. Tovább folytatjuk a sportfejlesztéseket. Az egyik sportpark a Laktanya utcában, a másik a Keve-Kiserdei iskola területén lesz. A tavalyihoz hasonlóan négy fitnessparkot létesítünk. Négy területre tett javaslatot a lakosság, amit figyelembe vettünk a tervezésnél. Két új idősklubot alakítunk ki, az egyiket a Gázgyári lakótelepen, a másikat Békásmegyeren, a közterület pályázat kapcsán. Folytatódik a csatornázás, főleg Aranyhegy és Ürömhegy térségében. Biztosítjuk a pályázati forrásokat a panelházak felújításához, amit korábban is tettünk. Idén sem marad el a hagyományos burgonyaakció, és a tavaly először tartott muskátliosztás sem.

A kerület csatlakozott a Holokauszt Emlékvé eseményeihez. Nagyrendezvényeinkre idén is várjuk az érdeklődőket, így az Óbudai Nyárra és az Óbudai Adventre. Létrehozunk egy új kulturális intézményt a Fő téren, mely egy információs központként működik majd, de lesz benne art mozi is. Sikerült a fővárostól visszaszerezni az egykori Flórián mozi helyiségeit, ahol az Óbudai Danubia Zenekarnak biztosítunk próbatermet, terveink szerint a későbbiekben zenei előadásokat láthat-hallhat itt a közönség.

- Említette a Gázgyári lakótelepet, itt idősklubot nyitnak. Egy korábbi testületi

ülésem szó esett a lakótelep rossz állapotában lévő útjainak kátyúzásáról, az épületek esetleges felújításáról. Tulajdonképpen mi köze a helyi önkormányzatnak a Gázgyárhoz, hiszen fővárosi tulajdonban van?

- Meg vagyok lepődve, hogy a szocialista képviselők a kerületi önkormányzaton kérik számon a Gázgyári lakóteleppel kapcsolatos problémákat. Tekintve, hogy ez a terület az utolsó szögig fővárosi kezelésben van, ezért itt minden fővárosi feladat. Ennek ellenére azt kell mondjam, hús



évig nem történt semmi, a főváros korábbi szocialista és liberális vezetése hagyta teljesen lepusztulni ezt a lakótelepet. Ebben a ciklusban történtek már változások, a Hotel Retro Budapestet a Fővárosi Önkormányzat felújította, benne szolgálati lakásokat biztosított a rendőrségnek. Önkormányzatunk tavaly döntötte el, hogy szolgáltatást nyújtunk az időseknek a Gázgyári lakótelepen is, idén megnyitjuk az idősklubot, melyhez a főváros jelenlegi vezetése biztosította a helyiségeket.

Menczer Erzsébet országgyűlési képviselő javaslatára elvégeztetjük az utak kátyúzását. Folyamatosan kapcsolatban vagyunk a fővárossal, hogy segíthessük az itt élőket egyéb gondjaik megoldásában is. Azt gondolom, hogy a főváros jelenlegi vezetésével együttműködve javítani tudunk majd a Gázgyár területén élők helyzetén. Még akkor is, ha ez nem kerületi feladat.

- A költségvetési vitában Kiss László MSZP-s önkormányzati képviselő azt mondta, a költségvetés vesztese a békás-

megyeri vásárcsarnok. Mint lapunk már megírta, a vásárcsarnok felújításával kapcsolatosan jelentős fejlemény történt.

- A békásmegyeri piaccal évek óta folyamatosan foglalkozunk. Az önkormányzat elkészítette a felújításra vonatkozó tervet. Ez igen jelentős, közel 2,5 milliárd forintos beruházás, ami meghaladja az önkormányzat anyagi lehetőségeit. Orbán Viktor miniszterelnök úr - Menczer Erzsébet országgyűlési képviselő asszony közbenjárásának is köszönhetően - ígéretet tett, hogy a kormány jövőre biztosítani fogja a békásmegyeri vásárcsarnok felújításához szükséges forrásokat.

- Mit tud mondani az önkormányzati lakások lakbéreiről?

- Már három éve nem emelkedtek a szociális lakbérek. Éppen azért, mert látjuk, hogy milyen helyzetben van a kerület lakosainak túlnyomó része, és nem akarunk újabb terheket a nyakukba rakni. Úgy gondolom, ez tisztességes álláspon.

- Az MSZP nem támogatta a kötvénykibocsátást.

- Az önkormányzat a korábbi években nem adósodott el, nem vettünk fel hitelt a működéshez. Kizárólag fejlesztési hiteleért folyamodtunk, olyanért, aminek a törlesztését vállalni tudtuk. Ebből a szempontból szerencsés, hogy a kormány átvállalja a fennmaradó hiteleinket is.

- Mennyi volt az adósságállománya a városrésznél?

- Nagyjából most 1,7 milliárd forintos hitelt vállal át a kormány. A legkevésbé eladósodott a III. kerület. Ez lehetőséget ad arra, hogy fejlesztésekhez vegyünk fel újabb hitelt, hiszen a törlesztő részleteket biztosítottuk a költségvetésben. Ez ad alapot az új beruházásokra. Amit az ellenzéki pártok nem támogattak a 2014-es költségvetésben, de a vitában nem fogalmaztak meg új célokat, például azt, hogy milyen fejlesztéseket tartanának kívánatosnak.

- Beszéljünk két tervezett közlekedési beruházásról. A kaszásdűlői gyalogosátkelőről és a békásmegyeri HEV-állomás fejlesztéséről.

- Békásmegyeren akadálymentesítésre van szükség, ezt a Budapesti Közlekedési Központ tervezi, úgy tudom a 2015-ös költségvetésben szerepel majd. Kaszásdűlőnél gyalogosátkelőhely létesül még az idén. A bevásárlóközpontozóhoz való eljutáshoz ugyanis sokan nem az aluljárót használják, hanem átfutnak a Szentendrei úton, mely életveszélyes vállalkozás.

- Mit említene még meg, ami fejlesztésként szerepel?

- A legfontosabbnak azt tartom, hogy minden fejlesztésünk a közösségépítést és a kapcsolatteremtést szolgálja. Ehhez kérjük idén is a III. kerületiek támogatását.

Karalyos J. - Klug M.

Ifjúsági önkormányzat alakult

Óbuda-Békásmegyer polgármesterének kezdeményezésére, a Klebelsberg Intézményfenntartó Központ (KLIK) III. kerületi tankerületével egyetértésben, illetve a diákok és patronáló tanárok véleménye alapján megalakult Óbuda-Békásmegyer Ifjúsági Önkormányzata (ÖBIÖK).

A polgármesteri hivatalban március 6-án tartott alakuló ülésen Bús Balázs polgármester, Kiss Anita jegyző, Kelemen Viktória és Theisz Bálint alpolgármester, Tamás Ilona, a KLIK tankerületi igazgatója, Lőrincz Edina, az Óbudai Kulturális Központ igazgatója és dr. Csepeli Zsuzsanna, az Óbuda Sport Kft. vezetője jelenlétében Gidófalvy Dénes önkormányzati főtanácsadó köszöntötte a kerületi középfokú és felsőoktatási intézmények képviselőit: intézményvezetőket, diákokat és patronáló tanárokat.



Elhangzott: az ifjúsági önkormányzat célja az érdekvédelmen túl programok, rendezvények szervezése, a szociálisan rászorulókat támogatása, a sportolási lehetőségek fejlesztése, a meglévő ifjúsági önkormányzatok bevonásával az iskolai nyilvánosság

megteremtése, fejlesztése, a kerületi közép- és felsőoktatási intézményekkel való aktív kapcsolattartás.

Diákönkormányzatok képviselői korábban jeleztek: részt vennének egy ifjúsági önkormányzat megválasztásában, elvárják a fiatalok part-

nerként való bevonását a róluk szóló döntésekbe. E célok megvalósításához fordultak segítségért az önkormányzathoz, ahol pozitív fogadtatásra találtak. A képviselő-testület februári döntése értelmében a kerületi önkormányzat biztosítja az Óbuda-Békásmegyer Ifjúsági Önkormányzat működéséhez szükséges technikai és pénzügyi feltételeket, a későbbiekben pedig együttműködési megállapodásban foglalja össze a közös célokat.

Az alakuló ülésen Bús Balázs polgármester emlékeztetett: Óbuda egyik szlogenje a „Közösséget építünk”. Mint mondta, szeretné, ha ebből a fiatalok is részesülnének. - Fontos, hogy azok a gondolatok is becsatornázódjanak a döntéshozatalunkba, amit a fiatalok mondanak erről a kerületről, vagy szeretnének, hogy ebben a kerületben legyen. Óbuda ne csak úgy legyen élhető és otthonos, ahogy a középkorú és az idősebb korosztály szeretné, hanem úgy is, ahogy a fiatalok - mondta a polgármester.

Bús Balázs néhány konkrét területet is kiemelt, amelyben különösen fontosnak tartja az if-

júság véleményének megjelenését. Ilyen a lakáskérdés, az önkormányzat ösztöndíj programja, amiben korábban is kikérték a fiatalok véleményét, a munkahelyteremtés, az oktatás, a sport és szabadidő, a szociális támogatások területe és a városfejlesztés kérdései is.

Megjegyezte: Óbudával kapcsolatban szokták emlegetni az „Óbudai modellt”. - Nem az én polgármesterségemhez fűződik, de fontos és követendő hagyománynak tartom, hogy a kerületi döntéshozatalban pártérdekeken felül emelkedve, a helyi közösség érdekeit szem előtt tartva működik együtt a kerület vezetése és az ellenzék. Kívánom, hogy az ifjúsági önkormányzat is ebben a szellemben dolgozzon a helyi fiatalokért - mondta Bús Balázs.

Gidófalvy Dénes főtanácsadó bemutatta az ifjúsági önkormányzat megválasztott tisztségviselőit: Tóth Roland ifjúsági polgármestert, Csicsó Nóra (Óbudai Árpád Gimnázium) és Molnár Marcell (Óbudai Gimnázium) alpolgármestert, Egervári Hajnalka (Veres Péter Gimnázium) és Zobolyák Bianka (Óbudai Gimnázium) jegyzőt, valamint a képviselő-testület tagjait.

Tóth Roland, az ifjúsági önkormányzat polgármestere köszönetet mondott a kerületi önkormányzatnak a fórum létrejöttéhez és működéséhez nyújtott támogatásért, és reményét fejezte ki, hogy céljaik megvalósulásáért eredményesen működhetnek együtt a kerülettel. Elmondta, a frissen alakult ifjúsági képviselő-testület első rendezvényeként egy nagyszabású sportnapot terveznek, melynek szervezése a következő időszak legfontosabb feladata.

Harrer Pál utcai okmányiroda

Új ügyfélfogadási rend

A Harrer Pál utca 9-11. szám alatti okmányirodában az új ügyfélfogadási rend az alábbi.

Ügyfélfogadás

Hétfőn 7-től 19 óráig
Kedden 7-től 19 óráig
Szerdán 7-től 15 óráig
Csütörtökön 8-tól 15 óráig
Pénteken 8-tól 12 óráig
Ügyeik intézéséhez a már ismert telefonszámon (437-8777) kérhetnek előzetes időpontot, valamint lehetőségük van a www.magyarorszag.hu oldalon internetes időpontfoglalásra, továbbá - korlátozott időintervallumban, melyről az okmányirodában kaphatnak tájékoztatást - napi sorszámmal is intézhetik ügyeiket.

Tájékoztatjuk önöket, hogy az igazgatási szolgáltatási díjak, valamint az illetékek megfizetésének okmányirodában történő megfizetése, a Magyar Postával történő megegyezésig az alábbiak szerint alakul.



Fotók: ANTAL ISTVÁN

	Helyben, bankkártyával	Helyben, késpénzátutalási megbízáson
Hétfőn	7-től 19 óráig	10-től 18 óráig
Kedden	7-től 19 óráig	8-tól 14 óráig
Szerdán	7-től 15 óráig	8-tól 14 óráig
Csütörtökön	8-tól 15 óráig	8-tól 14 óráig
Pénteken	8-tól 12 óráig	8-tól 12 óráig

A főpolgármester a vízügyi hatósághoz fordul a nyomvonal miatt

Cél a csillaghegyi öblözet védelme

A római-parti árvízvédelmi védmű végleges nyomvonalának kijelölésére az Országos Vízügyi Hatóságot kéri fel *Tarlós István*. A főpolgármester ezt sajtótájékoztatóján jelentette be, amelyen részt vett *Bús Balázs*, Óbuda-Békásmegyer polgármestere is.

- A céloom első pillanattól a teljes csillaghegyi öblözet védelme. Mindenkinek meg kell értenie, hogy nem csak a parti sáv jövőjéről van szó - hangsúlyozta *Tarlós István* főpolgármester a március 3-án tartott sajtótájékoztatóján, amelyen a római-parti árvízvédelmi védmű tervei szakmai átvizsgálását jelentette be.

Elhanyagolt rendszer

- A közelmúltban végeztük el a teljes fővárosi árvízvédelmi rendszer felülvizsgálatát. Kiderült, hogy ezt az elmúlt 20 évben teljes mértékben elhanyagolták. Nagyon komoly problémák vannak az alsó rakpartokon, a Bem tér és a Batthyány tér környékén, Újpesten, Albertfárván és a Margitszigeten is. A 2013-as árvíz tapasztalatai pedig csak megerősítettek bennünket abban a régi meggyőződésünkben, hogy lépni kell - mondta a főpolgármester.

A főváros már korábban bejelentette egy, a



Fotó: KOVÁTS GÁBOR

Duna III. kerületi szakaszán 3,5 kilométeren át húzódó part menti mobilgát építésének tervét. A védműről szóló közéleti viták során alternatív lehetőségként merült fel a Királyok útja-Nánási út vonalában húzódó rendszer lehetőség.

- Ez ellen a lehetőség ellen több érv szól. Igaz, a védekezés eddig ezen a vonalon történt, tudni kell azonban, hogy ez a nyomvonal sosem volt hivatalos védmű. A Rákosi-korszakban hirtelen megoldásként ide dobálták le a homokzsákokat, a későbbi katasztrófa-helyzetekben pedig ezt tekintették alapnak. Ám a

rendszer nem véd meg egy komolyabb áradástól, egy itt felépítendő védmű pedig a sokszorosába kerülne, mint a mobilgát - fejtette ki *Tarlós István*.

A fák védelme

A közéleti vitákban sokan természeti értékek, elsősorban a római-parti fák esetleges sérülése, eltűnése miatt emeltek szót. Erre a főpolgármester így reagált:

- Furcsa logika ez, hiszen ha a Királyok útja-Nánási út nyomvonalon építenénk védművet, 607 olyan fát kellene kivágnunk, amelynek átmérője 10 centiméternél nagyobb, és ezek közül

275 védett. Ez tehát nem volna megoldás - magyarázta.

Elmondta, a mobilgátrendszer korábbi tervezésénél is kikérték a Budapesti Műszaki és Gazdaságtudományi Egyetem és a Magyar Tudományos Akadémia szakértőinek véleményét. A 2013-as tapasztalatok szükségessé teszik a tervek frissítését, ezért a főpolgármester most az Országos Vízügyi Hatósághoz nyújtott be ké-

relmet a nyomvonal meghatározására és a tervek értékelésére.

- Ahogy a hatóság dönt, úgy lesz - fogalmazott határozottan a főpolgármester hozzátéve: - Még egyszer hangsúlyoznom kell, hogy nem csupán part menti védekezésről van szó. A mobilgát kialakításával együtt meg kell történnie a Barát-patak és az Aranyhegyi-árok árvízvédelmének is. A cél, amint már mondtam, a teljes csillaghegyi öblözet megóvása.

Dr. Váradi József főiskolai docens, árvízvédelmi szakértő, a Magyar Hidrológiai Társaság Mezőgazdasági és Vízgazdálkodási szakosztályának elnöke elmondta, nem kell aggodni azért sem, hogy csökkenne a jelenlegi parthasználat élvezeti értéke.

- Épp ellenkezőleg: ez sokkal jobb lehet. Meg kell védeni a partmenti ingatlanokat, vendéglőket, sporttelepeket, és a munkálatok lehetővé teszik egy szebb, pihenésre alkalmasabb partszakasz kialakítását - közölte. **(kg)**

Zöldengedély a római-parti védműre

A főváros időközben megkapta a Közép-Duna-völgyi Környezetvédelmi és Természetvédelmi Felügyelőség azon határozatát, amely környezetvédelmi engedélyt adott a római-parti, közvetlenül a Duna-parton húzódó árvízvédelmi mű építésére.

Budapest Főváros III. kerület, Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata évek óta, így idén is a Környezetvédelmi Alap terhére zöldfelület gondozási pályázatot hirdet a kerületben lévő társasházak és lakásszövetkezetek részére.

A pályázati felhívást a kerület Környezetvédelmi Alapjáról szóló, 9/1997. (III. 6.) önkormányzati rendeletben meghatározott szabályok szerint fogalmazták meg. A pályázaton elnyerhető legmagasabb összeg 250.000 forint, amely egyszeri, vissza nem térítendő támogatás.

Pályázatot azon társasházak/lakásszövetkezetek nyújthatnak be, amelyeknek az önkor-

Zöldfelület gondozási pályázat

mányzat felé nincsen tartozásuk. Amennyiben a társasház/lakásszövetkezet korábban bármilyen önkormányzati támogatásban részesült és a megállapodást/támogatási szerződést nem az abban foglaltak szerint teljesítette, nem kaphat támogatást.

Pályázható tevékenységek: a pályázat útján elnyert pénzes összeg kizárólag a lakóépület közvetlen környezetében lévő, közterületen fekvő zöldterületek gondozására, rendbetételére, kialakítására és megtisztítására, ezen belül növényültetésre, növénygondozásra, talaj javításra (indokolt

esetben talajcserére), valamint parképítési feladatok elvégzésére fordítható.

A pályázat benyújtásának határideje: **2014. március 31. (hétfő), 18 óra.**

(A részletes pályázati dokumentáció letölthető a www.obuda.hu internetes oldalon, vagy beszerezhető a polgármesteri hivatal ügyfélszolgálati irodáján, az 1033 Budapest, Harrer Pál utca 2. szám alatt. A pályázatról további információt nyújt: Horváth Krisztina pályázati referens. Tel.: 244-8225. E-mail: horvath.krisztina@obuda-varosfejleszto.hu.)

Egyirányúsították a Juhász Gyula utcát a Hatvany Lajos utcától a Madzsar József utcáig a munkavégzés miatt.

A békásmegyeri Juhász Gyula utcában a Madzsar József utca és a Hatvany Lajos utca közötti szakaszon útfelújítási munkálatokat végeznek a főváros idei útfelújítási programjában.

A munkálatok idejére a 134-es busz a Madzsar József utca-Pütkösdűfő utca-Hatvany Lajos utca útvonalon közlekedve nem érinti a Hímző utca és a Hatvany Lajos utca/Juhász Gyula utca megállóit. A módosított útvonalon a 134-es buszra a következő megállóknál lehet felszállni: a Madzsar József és a Pütkösdűfő utca sarkán: a 34-es és a 934-es busz megállójában. * A Medgyessy Ferenc utcából: a 34-es és a 934-es busz megállójából. * A Boglár utcában: a 34-es és a 934-es busz megállójában. * A Hatvany Lajos és a

Változott a buszközlekedés rendje

Útfelújítás a Juhász Gyula utcában



Juhász Gyula utca sarkánál: a Hatvany Lajos utcában a Juhász Gyula utca kereszteződése után.



FOTÓK: ANTAL ISTVÁN

Forgalomcsillapítás a Rozália utcában

A balesetek elkerülése és a folyamatos sebességtülpelés miatt az önkormányzat lakossági kérésre a Rozália utcát Tempo 30 övezetté teszi, valamint forgalomcsillapító küszöbököt építtet.

A Rozália utcában korlátozott sebességű övezet kijelölése mellett döntött az önkormányzat. A beruházásban a forgalmi rend módosításán kívül forgalomcsillapító kü-

szöbök is épülnek. A Rozália utca forgalomcsillapítása gyakorlatilag az onnan keletre, már meglévő Tempo 30 övezet kiterjesztése lesz.

A Rozália utcát nagyon sokan egyfajta menekülő útként használják a reggeli és délutáni csúcsidőszakban az Aranyhegyi-Pusztakúti úton kialakuló torlódás elkerülésére. Mivel a Rozália utca egy hosszú egyenes út, a sebességtülpelés jelentős,

ezért balesetveszélyes. A sebességkorlátozás önmagában nem hozna eredményt, ezért a komplex forgalomcsillapítás mellett döntöttek; az övezet belépési pontjain, valamint a Rozália utcában több csomópontban forgalomcsillapító küszöbököt építenek. Ezen kívül, az Aranyalma utca nemkívánatos átmenő forgalmának megszüntetése érdekében egyirányúsítják egy szakaszát.

A 960-as busz a Madzsar József utca-Heltai Jenő tér-Madszar József utca-Hadrianus utca-Hatvany Lajos utca-Újmegyeri tér útvonalon közlekedve nem érinti a Hímző utca, Hatvany Lajos utca, Juhász Gyula utca és a Bálint György utca megállót. A módosított útvonalon a 960-as buszra a

következő megállóknál lehet felszállni: a Szolgáltatóháznál: a 34-es és a 204-es busz megállójából. * A Madzsar József Hadrianus utcánál: a 34-es és a 204-es busz megállója. * Hatvany Lajos utca: a 34-es busz megállójában.

A befejezés várható időpontja *április 15-e*. A kivitelező a Pulzus Plusz Kft.

Társasház felújítási pályázat

Budapest Főváros III. Kerület, Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata Képviselő-testületének a kerületben lévő társasházak felújításának pénzügyi támogatásáról szóló, 14/2013. (II. 14.) önkormányzati rendelete alapján társasház felújítási pályázatot hirdet.

Társasház felújítási támogatás igénybevételére jogosultak a kerületben lévő társasházak, és lakás-szövetkezetek, ha az épület: 1945 előtt épült, vagy többszintes lakóépület esetében a tárgyévi pályázat benyújtása előtt legalább 15 évvel épült és a lakások száma legalább kettő.

A pályázat útján elnyert pénzügyi összeg kizárólag a közös tulajdonban lévő épületrészek felújítási munkálataihoz vehető igénybe.

(A) Általános társasház felújítás esetén támogatott felújítási munkák: az épület fő tartószerkezeti elemeinek (alap, földem, fal, padló) részleges vagy teljes felújítása; • tető, tetőszerkezet héjalás, bádogozás, kémények részleges vagy teljes felújítása; • függőfolyosók, erkélyek és lépcsőház szerkezeti felújítása, burkolatsere; • homlokzat felújítása; • központi gépészeti berendezések, kazán, felvonók, szellőztető berendezések részleges vagy teljes felújítása; • az épület csapadékvíz- és hőszigetelésének javítását célzó munkák; • a társasházi tulajdonban lévő közműhálózat (gáz, víz, csatorna, villany) felújítási munkái; • nyílászárók cseréje, helyreállítása; • meglévő szeméttároló és szemétdobó korszerűsítése; • kerítés felújítása.

(B) Életveszély elhárítás esetén azon fentiekben felsorolt felújítási munkák támogathatók, melyek nem az elmaradt karbantartási munkálatok miatt váltak életveszélyessé.

Az elnyerhető támogatás

A) Általános társasház felújítás esetén: maximum 2 millió forint.

B) Életveszély elhárítás esetén: maximum 500.000 forint.

Pályázatok benyújtásának határideje

A) Általános társasház felújítás esetén: 2014. március 31. (hétfő), 18 óra.

B) Életveszély elhárítás esetén: 2014. február 28-tól folyamatos.

(A részletes pályázati dokumentáció letölthető a www.obuda.hu internetes oldalon, vagy beszerezhető a polgármesteri hivatal ügyfélszolgálati irodáján, az 1033 Budapest, Harrer Pál utca 2. szám alatt. A pályázatról további információt nyújt: Horváth Krisztina pályázati referens. Tel.: 244-8225. E-mail: horvath.krisztina@obuda-varosfejleszto.hu.)

Civilben villamosmérnök, mellette népzeneész és zenetanár, a választók a 8. számú választókerület képviselőjeként ismerik. Sáringer Kálmán (Fidesz-KDNP) utóbbi minőségében arra a legbüszkébb, hogy a hegyvidéki területen jó kapcsolatot ápol az öntevékeny civil szervezetekkel.

Sáringer Kálmán második képviselői ciklusát zárja a 8. számú választókerületben. Véleménye szerint az itt élők örömei és gondjai keveset változtak az elmúlt években.

- A legbüszkébb arra a civil életre vagyok, ami ezen a területen kialakult. Az egyik fontos szervezet az Óhegy Egyesület, amely egyrészt társadalmi megmozdulásokat, kulturális eseményeket szervez: kiállításokat, disznótort, kirándulásokat, irodalmi esteket, fesztivált, farsangot és még sok egyebet. Másfelől példaértékű, közösségi célú kezdeményezéseket vezényelnek le, például önkormányzati segítséggel ők hozták rendbe a Jablonkparkot. Ezt úgy kell érteni, hogy az önkormányzati finanszírozást

Egyéni választókerületek képviselői

A hegyvidék dolgai

ők nagyon nagy értékű társadalmi munkával siker az Óbudai Promenádnál létrejött, nagyon fontos beruházás továbbá a Csillaghegyen épülő új bölcsőde, valamint a békásmgyeri piac megújítása és a köréje ter-



vezett közösségi tér kialakítása. A magam részéről, mint népzenevel foglalkozó ember, annak is nagyon örülök, hogy sikerült méltó helyet találnunk az Óbudai Népzenei Iskolának, amely nem csak patinás kerületi intézmény, de a maga nemében páratlan jelenség is a világon.

Sáringer Kálmán a kulturális, civil és ki-sebbségi, a pénzügyi, tulajdonosi és vagyonyilatkozat-kezelői, illetve a városfejlesztési bizottság tagjaként az egész kerületet érintő, nagyobb projekteken is részt vállal.

- Büszkék lehetünk az elmúlt időszak nagy beruházásaira. A még futókra és a már befejezet-

tekre egyaránt. Komoly siker az Óbudai Promenádnál létrejött, nagyon fontos beruházás továbbá a Csillaghegyen épülő új bölcsőde, valamint a békásmgyeri piac megújítása és a köréje ter-

vezett közösségi tér kialakítása. A magam részéről, mint népzenevel foglalkozó ember, annak is nagyon örülök, hogy sikerült méltó helyet találnunk az Óbudai Népzenei Iskolának, amely nem csak patinás kerületi intézmény, de a maga nemében páratlan jelenség is a világon.

A további feladatokkal kapcsolatban Sáringer Kálmán úgy vélekedik:

- A hegyvidéken élők egyik nagy gondja, hogy az utak és a járdák

minősége folyamatosan romlik. Az elmúlt időszakban sikerült néhányat felújítani, és a főváros is rendbe tett olyan utat, amely kezelésében van. Ezen a téren azért még sok a teendő. Örülnék, ha a közeljövőben erre is sikerülne forrásokat találni - mondta. **(k)**

Jubileumi kiállítás könyvbemutatóval

Az idén 20 éves Német Nemzetiségi Önkormányzat Óbuda-Békásmgyer és a „Braunhaxler” Egyesület március 21-én 18 órakor az Óbudai Kulturális Központban (*San Marco utca 81.*) tartja jubileumi kiállításának megnyitóját és a „Braunhaxler” című könyv bemutatóját.

A kiállítást *Menczer Erzsébet* országgyűlési és

önkormányzati képviselő nyitja meg. Ünnepi beszédet mond *Varga Mihály* nemzetgazdasági miniszter. A megnyitón hirdetik ki a „Mesél az egykor volt Altofén-Krottendorf” helytörténeti pályázat eredményét. Közreműködik *Ötvös Csilla*, a Magyar Állami Operaház magánénekesnője, az Első Óbudai Általános Iskola énekkara és a „Braunhaxler” Dalkör.

Az I. világháború emlékhelyei Óbudán

Ország- és világszerte az I. világháború kirobanásának 100. évfordulójára emlékeznek idén. A több százezer magyar katona és civil lakosság életét követelő világégés centenáriumán az önkormányzat felméri a kerületben található hét emlékhely állapotát, és ahol szükséges, felújítja azokat. Köztük van a volt remíz Vörösvári úti épületének falán, a háborúban elesett közlekedési dolgozóknak emléket állító tábla.



Fotók: ANTAL ISTVÁN

Országgyűlési képviselő fogadóórája

Menczer Erzsébet (3. számú egyéni választókerület) országgyűlési és önkormányzati képviselő minden hónap első csütörtökén 16-tól 18 óráig tart fogadóórát a Kaszásdűlő utca 7. szám alatti Fidesz-irodában. Időpont-egyeztetés miatt a fogadóórára előzetesen be kell jelentkezni a **367-8791-es** telefonszámon.

Élő népzene a bölcsődékben

Április 1-jén a Szel Bölcsődében és a Solymár Bölcsőde játszócsoportjában indul a program. A hangszeres foglalkozások keddenként, a bölcsődékben 9-től 10 óráig, míg a játszócsoportokban 10.30-tól 11.30 óráig tartanak az alábbiak szerint.

Időpont	Bölcsőde	Játszócsoport
2014.04.01	9.00-10.00	10.30-11.30
2014.04.08	Szel (1035 Bp., Szel u. 23-25.)	Solymár (1032 Bp., Solymár u. 12.)
2014.04.15	Víziorgona II. (1039 Bp., Víziorgona u. 8.)	Víziorgona I. (1039 Bp., Víziorgona u. 1.)
2014.04.22	Arató (1031 Bp., Arató Emil tér. 2)	Szérús (1033 Bp., Szérúskert u. 35.)
2014.05.06	Kerék (1035 Bp., Kerék u. 12-14.)	Solymár (1032 Bp., Solymár u. 12.)
2014.05.13	Medgyessy (1039 Bp., Medgyessy u. 3.)	Víziorgona I. (1039 Bp., Víziorgona u. 1.)
2014.05.20	Mókus (1036 Bp., Mókus u. 1-3.)	Solymár (1032 Bp., Solymár u. 12.)
2014.05.27	Szel (1035 Bp., Szel u. 23-25.)	Szérús (1033 Bp., Szérúskert u. 35.)
2014.06.03	Kelta (1039 Bp., Kelta u. 3.)	Víziorgona I. (1039 Bp., Víziorgona u. 1.)
2014.06.10	Álmos (1039 Bp., Álmos u. 1.)	Szérús (1033 Bp., Szérúskert u. 35.)
2014.06.17	Szel (1035 Bp., Szel u. 23-25.)	Solymár (1032 Bp., Solymár u. 12.)
2014.06.24	Víziorgona II. (1039 Bp., Víziorgona u. 8.)	Víziorgona I. (1039 Bp., Víziorgona u. 1.)

Együtt épülhet kert és közösség

Békásmegyeren nyílik Budapest első Tündéerkertje

Ófalu mesészerű környezetében hamarosan Budapest első Tündéerkertjének gyümölcsfái is szárba szökkenhetnek. A kert építése egyé válhat a közösség építésével. Ez a gondolat ragadta meg Gallai Mátét, aki maga is Békásmegyeren él, és nagy szerepe van az ottani közösség összekovácsolásában.

- Honnan jött az ötlet az ófalu gyümölcsös megvalósításához?

- Az ősi gyümölcsfákat megmentő, átörökítő mozgalom elindítója Kovács Gyula erdész, Szarvas József színész és Ambrus Lajos író, akiknek célkitűzése a Kárpát-medence valamennyi őshonos gyümölcsfájának megmentése. A Tündéerkertekben, melyből már ötvennél több található hazánkban és a határainkon túl, lehetőség nyílik arra, hogy megőrizzük ezeket a fákat. Megfogott az alapítók hitvallása, mely szerint a kulturális értékek csak közösségi összefogással örökíthetők át. A gondolatot tett követte, Tenk László festőművész 70. születésnapján bátoritanul léptem Szarvas Józsefhez, aki sugárzó lelkesedéssel mesélt a Tündéerkertekről. Felajánlotta a segítségét, innen pedig már ment minden a maga útján. A kert mellett kiállítás is nyílik a T-Art Kert csoport alkotásaiból hála a T-Art Alapítványnak, és most már a Szent József Plébánia és az itt élők is bekapcsolódtak az ötlet megvalósításába, amihez egyetlen forint sem kellett, csak a közösség.

- A honlapjukon írnak egy másik, közösségi kiskertről is.

- Számos programunk mellett kiemelném az Óbor-kör régi elképze-



Fotó: ANTAL ISTVÁN

„Őrizzük meg a jövőnket” címmel tartottak sajtótájékoztatót Békásmegyér-Ófalon a Szent József Házban a múlt hónap végén. Az eseményen Budapest első Tündéerkertjének megvalósításáról esett szó. Bejelentették, hogy március 29-én a Szent József Ház kertjében nyílik meg Budapest első Tündéerkertje. A rendezvény házigazdája és a békásmegyeri kert ötletgazdája Gallai Máté grafikus

lését, ami szintén idén tavasszal válik valóra. Közösségi mintakertet hoz létre az egyesület Tárkány-Kovács Balázs vezetésével, ahol elsősorban kertészkedéssel, gyümölcsészettel foglalkozhatnak az itt élők.

- A kert-kultúra kiteljesedését számos kulturális program előzte meg Ófalon.

- Itt vissza kell térnem a '90-es évekhez, a közösségi élet újraéledéséhez. Társakra, támogatásra találtunk abban,

hogy a kis sváb faluban mindez újjászülethesen. A műemléki védelem alatt álló Szent József Házat szinte romjaiból építettük újjá, úgy, hogy közben minden mozdulatunkkal óvtuk a ház kertjében álló több, mint 100 éves körtefát. Ez a hely vált aztán Ófalu lelkévé, ahol pezsgő közösségi, kulturális élet zajlik, melynek szervezésében kezdetektől részt veszek.

El kell mondanom azt is, nagyon örülünk neki,

hogy az önkormányzat jóvoltából hamarosan egy minden korosztály számára felüdülést jelentő szabadidőpark létesülhet a Templom utcában, melynek tervezése Wallner Krisztina szakmai vezetésével szintén valódi közösségi munka volt.

- Visszatérve a Tündéerkertre, kiknek a részvételére számítanak?

- Hangsúlyoznom kell, hogy mind a közösségi, mind a Tündéerkert nyitott. Nagy örömmel várjuk a faluban és a lakótelepen élőket is, hisz a közösségi kert elsősorban azoknak lehet érdekes, akiknek otthon egyébként nem áll módjukban kertet művelni. Tanulási fórumként szolgál a gyümölcsészet, a gasztronómia iránt érdeklődőknek, és nem utolsósorban egy virágzó közösség tagjaivá válhatnak. A tapasztalatok azt igazolják, a szakrális helyé válkozó tér alakításában a résztvevők lelke is nemesebbé, harmonikusabbá válik. A fák szimbolikus jelentést hordoznak. Összekötik az embereket. És reményeink szerint valóra válhat az elképzelés, mely szerint a kert építése egyé válik a közösség építésével.

Szeberényi Csilla

Megnyitó

Békásmegyér-Ófalu, a Szent József Házban, Gyümölcsoltó Boldogasszony napjához kapcsolódva Varga Mihály nemzetgazdasági miniszter nyitja meg a Tündéerkert kapuit, március 29-én 10 órakor. Az eseményen ott lesz Ambrus Lajos író, Kovács Gyula erdész, pomológus. A házban a viszáki Kultúrpagtában kiállító képzőművészekből alakult T-Art Kert csoport alkotásait Tenk László festőművész mutatja be. Közreműködik Szarvas József színészművész és Kassai István zongoraművész.

Áprilisban ismét Öko Napok

Immár 24. alkalommal rendezik a III. kerületi oktatási intézmények diákjainak részvételével játékos környezet- és természetvédelmi vetélkedőt, az Öko Napokat április 23-tól 25-ig az Óbudai Kulturális Központ öt házában.



Kávészünet a Paisban



A Kávészünet nevű zenekar trendhagyó irodalomórájával kezdték a napot a Pais Dezső Általános Iskola diákjai február 28-án. Megzenésített verseket hallgattak meg, együtt énekeltek a zenekarral. Közreműködött az iskola két tanulója, **Gazdag Rebeka** és **Mecskó Lili**

Új játszóvár

A Medgyessy Ferenc Német Nemzetiségi Nyelvoktató Általános Iskola udvarán új játszóvárat adnak át március 18-án.

Tanárok Éjszakája a múzeumban

Új módszerek bemutatója és tárlatnézés a Tanárok Éjszakája elnevezésű programon, március 21-én 19-től 21 óráig a Magyar Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeumban. Az érdeklődő pedagógusokat megismertetik a múzeumban újonnan bevezetett kosztümös élő interpretáció pedagógiai hasznosításával. Emellett átfogó képet kaphatnak a megújult állandó kereskedelem-történeti kiállítás pedagógiai előnyeiről és az intézmény Látványraktáráról is. A program időtartama: 120 perc. (Cím: Korona tér 1. A belépés pedagógusoknak díjtalan, de regisztráció szükséges: a korenchy.aniko@mkvm.hu e-mail címen vagy a 375-6249-es telefonszámon.)

1 % 1% 1%

Köszöni minden támogatónak a személyi jövedelemadó 1 százalékát az **Ágoston Művészeti Óvoda Ágról-Ágra Alapítvány** (adószám: 18122246-1-41) és a **Kastély Óvoda Alapítványa** (adószám: 18090941-1-41). Szívesen fogadják további támogatásukat.

Korrepetálás általános- és középiskolásoknak, előkészítő érettségizőknek

Szaktanárok szakszerűen, nagy gyakorlattal oktatják az általános és középiskolai tanulókat matematikából, fizikából, kémiából, magyarból és történelemből.

Lehetőség van mindennapos korrepetálásra, az érettségi tételek közös kidolgozására irodalomból, nyelvtanból, történelemből.

Bukásmegelőzés bármelyik tantárgyból a tanév végéig, pótvizsga, évismétlés helyett.

Elindul a központi írásbelire való előkészítés III., V., VII. osztályos tanulóknak.

A diákokat minden délután és szombat délelőtt 2-3 fős kiscsoportban oktatják a tanárok a Vörösvári úton, a gyerekek által kért napokon és időpontban. (A jelentkezők a 06-20-946-2027-es telefonszámot hívhatják.)

Thalész-Kör

Új rektor az Óbudai Egyetemen

Magyarország köztársasági elnöke - az emberi erőforrások miniszterének javaslatára - 2014. április 26-ai hatállyal az Óbudai Egyetem élére új rektort nevez ki. A rektori feladatok ellátásával **Prof. Dr. Fodor Jánost** bízta meg, aki az elkövetkezendő négy évben tölti be a tisztséget. A megbízólevelet **Áder János** március 7-én adta át a Sándor-palotában.



Az Óbudai Egyetem és jogelődje rektori tisztségét 2003 óta **Prof. Dr. Rudas Imre** tölti be. Megbízatása 65. életévére való tekintettel idén tavasszal megszűnik. A rektori pozíció betöltésére közzétett pályázati kiírás nyertese **Prof. Dr. Fodor János** egyetemi tanár lett, aki jelenleg az Óbudai Egyetem általános rek-

torhelyettese. Kinevezését az egyetem közgyűlésén tett hivatalos és nyilvános programismertetést követően a szenátus egyhangúlag támogatta.

Prof. Dr. Fodor János 2005-ben kezdett dolgozni az intézményben tudományos rektorhelyettesként. 2000-ben habilitált, 2004 óta az MTA doktora és egyetemi tanár. Kutatási

területe kiterjed a fuzzy logikára, a preferenciamodellezésre, a többkritériumú döntésekre. E témakörökben 280 publikációja jelent meg, amelyekre 5000-nél több hivatkozást kapott.

Több tudományos szervezet tagja, amelyekben különböző vezető tisztségeket is betölt. Szakmai tevékenységéért számos elismerést kapott. Többek között 2010-től a Temesvári Műszaki Egyetem tiszteletbeli doktora (Doctor Honoris Causa, „Politechnica” University of Timisoara).

Az újonnan kinevezett rektor egy olyan cselekvő intézményi politika megvalósítását tűzte ki célul, amely biztosítja, hogy az Óbudai Egyetem fejlődése töretlen maradjon.

Bezárt a jégpálya, elkezdődött az úszásoktatás

Bezárta kapuit az Óbuda Fő terén immár hagyományokkal rendelkező ingyenes korcsolyapálya március 2-án.

A szervező Óbuda Sport Kft. az előző évek tapasztalatai alapján a 2013/2014-es téli szezonban több mint 20 ezer érdeklődőre számított. Az előzetes számításokat felülmúlva, a jégpálya látogatottsága azonban rekordszámú (62 ezer 950-en keresték fel) volt ebben a szezonban. Ezzel tehát sok óbudai és itt vendégszolgáltató család és fiatal kapott lehetőséget az önkormányzattól és a Sport Kft.-től szabadidejük aktív, sportos és vidám pillanatokkal teli eltöltésére.

Az oktatást a Római Sport Egyesület szakkép-



Fotó: ANTAL ISTVÁN

zett oktatói végzik, **Gyepes Lajos** mesteredző irányításával. A helyszínt a Fővárosi Vízművek Zrt. uszodája biztosítja. A program március 3-tól május 30-ig, három hónapra keresztül tart, és az összesen 180 résztvevő gyermek számára egyenként 10-12 úszásalkalmat jelent. A programon első ízben két III. kerületi óvoda és tagintézményei vesznek részt: a Gyermeksziget Montessori Óvoda; a Mosolygó Tanóvoda; a Cseresznyevirág Művészeti Óvoda; a Hétszínvirág Művészeti Óvoda.

A kerületi sportprogramok célja, hogy a „Mozgásban a város!” jelszó szellemiségében az óbudai lakosokat, különösen a gyerekeket rendszeres testmozgásra ösztönözzék. A sport szerepe nem csak a jó fizikai kondíció megőrzésében elsődleges, de a közösségépítéshez is hozzásegíti a gyerekeket.

Remények szerint az ingyenes lehetőség későbbi kiterjesztésével, további III. kerületi óvodák bevonásával a kerület valamennyi óvodáskorú gyermekének úszástudását megalapozzák, növelve vízbiztonságukat.

Megújult nővérszoba



Önkormányzati fejlesztés a nyugdíjasok érdekében: ismét egy megújult helyiség átadását ünnepelethették a klubtagok az Óbudai Szociális Szolgáltató Intézményben.

Kelemen Viktória alpolgármester és Menczer Erzsébet országgyűlési és önkormányzati képviselő adta át február 26-án a *Harrer Pál Idősek Klubjának* megszépült nővérszo-

báját. Az új bútorok, belső burkolatok által még igényesebbé vált a környezet, ezáltal a nyugdíjas embereknek nyújtott szociális és egészségügyi szolgál-

Tavaszi hangversenyek az idősklubokban



A komolyzene mindig kiemelt szerephez jut az Óbudai Szociális Szolgáltató Intézményben (ÓSzSzi), ahol a hagyományosan január elején tartott nagyszabású újévi koncertet az év során számos házi hangverseny követi. A közel 1000 fős klubtagság örömmel fogadta a tavaszi koncertkörut, melyen *Lakatos Zsuzsanna* (hegedű) és *Hegyes Ádám* (zongora)

adtak nagy sikerű műsort az intézmény nyolc idősek klubjában, valamint a Derús Alkony Gondozóházban. A zenei összeállításban kedvelt dallamok csendültek fel, többek között Csajkovszkij, Mozart, Brahms, Lehár és Strauss műveiből.

Az ÓSzSzi idősek klubjai szeretettel várnak minden óbudai nyugdíjast, aki szívesen csatlakozik egy családias közös-

séghez és szeretne tartalmas kulturális és egészségmegőrző mozgásprogramokon részt venni!

Esküvő a kórházban

Különleges helyen, a Szent Margit Kórházban kötött házasságot Solymos Anikó és Szántó Gyula. Ilyesmire eddig csak egyszer volt példa az intézmény történetében.

Előfordult már, hogy különleges helyen vezettem házasságot, de kórházban még nem - mondta *Vargáné Deli Andrea* anyakönyvvezető, akit ma már nem csak a kerületiek ismerhetnek: alig néhány héttel ezelőtt élő televíziós adásban vezetett házasságkötést a közszolgálati média. A házasság hete alkalmából rendezett műsorában.

Solymos Anikó és *Szántó Gyula* a kórház krónikus belgyógyászati osztályának betege, mindketten ellátásra szorulnak. Az intézmény falai között ismerték meg egymást.

- Megszerették egymást, és úgy döntöttek, a továbbiakban szeretnének együtt élni. Folyamatos ellátásra szoruló betegekről van szó, te-

hát ez csak az intézményen belül lehetséges. Természetesen vannak házaspári szobáink, ám oda valóban csak házaspárok költözhetnek be. Így aztán Gyula felkereste az anyakönyvi hivatalt - mondta *dr. Majercsik Eszter* osztályvezető főorvos.

A tervezett házasságkötéssel kapcsolatban semmilyen jogi akadály nem merült fel, mint ahogy azzal sem, hogy a szertartást a kórház egyik arra alkalmas termében rendezzék meg.

- Egyetlen egyszer volt eddig nálunk hasonló. Néhány évvel ezelőtt egy olyan pár házasodott össze nálunk, akik már 1956-ban szerettek volna örök hűséget esküdni egymásnak, de elodorta őket egymástól az élet - mesélte *dr. Majercsik Eszter*.

A szertartáson az osztály dolgozói is részt vettek, de az esküvői tortából és a többi finomságból bőven jutott az érdeklődő betegársaknak is. (kgy)



FOTÓK: ANTAL ISTVÁN

Állásbarát álláskereső

Tisztelt III. kerületi Álláskereső!

Szerdánként 10-től 12 óráig kereshetik fel a március 5-én újraindult Állásbarát álláskereső tréningünket. Aktuális álláskereső témákkal és információkkal várjuk az érdeklődőket a hetente ismétlődő tréningeken. Témáink: önismeret; képességek fejlesztése; megküzdési stratégiák; önéletrajzírás; érdekérvényesítés, állásinterjúk. (Helyszín: Óbudai Családi Tanácsadó és Gyermekvédelmi Központ, Váradi Sándor utca 9-11. Érdeklődni és jelentkezni Rudik Sándornál lehet a 250-1964-es, vagy a 06-20-590-2425-ös telefonszámon.)



ÓBUDAI SAN MARCO SZABADEGYETEM
V. ÉLEL

DR. ZACHER GÁBOR PH.D.
Fiziológus, C. egyetemi oktató
a Magyar Nemzeti Egészségügyi Értékelési Hivatalban
Magyarországi Egészségügyi Centrumok vezetője és igazgatója

MINDENNAPI FÜGGŐSÉGEINK

2014. MÁRCIUS 31. 17:30
ÓBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT
Balogeszlár III., San Marco utca 81.
Nem tartozik a jegyek közé.

A RENDEZVÉNY FŐVÉDNŐKE:
BÚS BALÁZS
polgármester

ÓBUDA
EGÉSZSÉGTUDÁS ÉRTÉK

Szent Margit
Rendelőintézet

Támogató:
BUDA JÁRÓ Zrt.



ADÓSZÁMUNK: 18119378-2-41

HA SZERETNÉ SEGÍTENI...

- a szakrendelőink gyógyító tevékenységét
- az egészségügyi ellátás színvonalának javítását
- az életmódról szóló programok szervezését
- a területi polgári egészségügyi tevékenység fejlesztését
- a betegségek megelőzésére irányuló programok kialakítását és megvalósítását

KÉRJÜK, AJÁNlja FEL SZEMÉLYI JÖVEDELEM ADÓJA 1%-ÁT
**A SAN MARCO A SZAKRENDELŐÉRT
EGÉSZSÉGÜGYI ALAPÍTVÁNYNAK.**
A FELAJÁNLIÁSSAL A SZENT MARGIT RENDELŐINTÉZET
GYÓGYÍTÓ TEVÉKENYSÉGÉT SEGÍTI.

TÁMOGATÁSÁT KÖSZÖNJÜK!

Szent Margit
Rendelőintézet



Egészségkörút Óbudán

Egészségnap - nem csak nőknek!



A megszokott szűrővizsgálatokon kívül, a Magyar Máltai Szeretetszolgálat közreműködésével tüdőszűrésen is részt vehettek a rendezvényre látogatók. Óbuda-Békásmegyier Védőnői Szolgálatának munkatársai filmvetítéssel, illetve a mell és a herék önvizsgálatának oktatásával várta az érdeklődőket. A legkisebbeket a Magyar Vöröskereszt munkatársai arcfestéssel és kreatív foglalkozásokkal szórakoztatták.

A Szent Margit Rendelőintézet által szervezett egészségügyi szűréseken - a címbeli felhívás-

sal ellentétben - többségében hölgyek vettek részt. Az eseményre ellátogatott az Egészségkörút Óbudán elnevezésű szűrőprogram-sorozat fővédnöke, *Bús Balázs* polgármester, *Kelemen Viktória* és *Puskás Péter* alpolgármester. Megtisztelte jelenlétével az eseményt *Barabás Éva*, az Egészségkörút Óbudán nagykövete is.

Az Egészségkörút Óbudán ingyenes egészségügyi szűrőprogram-sorozat következő állomása **2014. április 5-én** lesz a *Vörösvári úti szakrendelőben*.



EGÉSZSÉGGYŐRŰT ÓBUDÁN

ÓBUDAIK EGÉSZSÉGÉRT KÖZÖSEN!

2014. ÁPRILIS 5. 9:00-15:00
VÖRÖSVÁRI ÚTI SZAKRENDELŐ



1032 Budapest, Vörösvári út 88-96.

INGYENES EGÉSZSÉGÜGYI SZŰRŐVIZSGÁLATOK ÉS TANÁCSADÁSOK:

Anyajegyszűrés • Szájüregi szűrés • Tüdő állapotának felmérése (CO, COPD mérés)
 Vérnyomás- és pulzusz mérés • InBody testösszetétel-mérés és táplálkozási tanácsadás
 Vércukor- és koleszterinmérés • Csontsűrűség vizsgálat • Látóélesség vizsgálat
 Urológiai szűrés (nem csak férfiaknak) • Ingyenes lakossági hallásszűrés (18 éves kortól)
 Masszázsbeutatók



ÓBUDA
 a gondoskodó város

Szent Margit
 Rendelőintézet

AZ EGÉSZSÉGGYŐRŰT ÓBUDÁN NAGYKÖVETE:

BARABÁS ÉVA
 MŰSORVEZETŐ



A programfinanszírozást fenntartják.

Útra kelt az Egészségkörút Óbudán

Barabás Éva felelősségről, gyógyításról és a boldogság alapjairól

A betegségmegelőzés fontosságát hirdelve Egészségkörút Óbudán elnevezéssel ingyenes szűrőprogramot indított a Szent Margit Rendelőintézet és Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata. A rendezvények fővédnöke Bús Balázs polgármester. Barabás Évát, az RTL Klub műsorvezetőjét, az eseménysorozat nagykövetét arról kérdeztük, miért tartja fontosnak az ilyen és hasonló kezdeményezéseket.

Az esemény nem előzmények nélküli a városrészben. Öt évvel ezelőtt Óbudai Egészségolimpia elnevezéssel, a mostanival megegyező célkitűzéssel szervezett szűréseket, sporteseményeket az önkormányzat. Hasonló, kisebb-nagyobb rendezvényeket azóta többször tartottak.

- Mi a benyomása Óbudáról? Milyen kapcsolatban áll a városrészsel?

- Kifejezetten szeretem Óbudát. Főtere egyben európai és kedves kisvárosias számomra. Hogyha lehet így fogalmaznom, Óbuda segített nekem megszokni a budapesti létet. Éveken át itt éltem albérletben a Gyenes és a Selyem utca sarkán. Barátnőm révén a Jövőbarát Alapítvány életébe is bekapcsolódom időről időre, illetve a Pethe Ferenc téren ősszel nyílt 3K Kaszásdűlői Kulturális Központ programjaira is igyekszem rendszeresen eljutni. Csodálom a Kiscelli Múzeumot, imádom a Szigetet, és itt láttam először agilitázi kutyákat.

- Melyek voltak azok a momentumok, amelyek alapján elvállalta a fővédnökséget?

- Sportolva nőttem fel, végigúsztam a gyerekkorom. Tudom milyen egészségesnek, erősnek, boldognak, céltudatosnak és sikeresnek lenni. De voltam beteg is. Tudom milyen elesetten, gyengén, céltalanul és sikertelenül élni. Voltam kórházban be-



Fotó: ANTAL ISTVÁN

tegtént és beteglátogatóként is. Láttam beteget meggyógyulni és temettem már hozzátartozót. Gyógyítani csak jó szóval, mosollyal, szeretettel tudok, meg nagymám húsleves receptjével. Munkámból adódóan kötelességemnek tartom, hogy felelősségteljesen szóljak, a gyógyítók és gyógyulni vágyók helyett is, de leginkább az egészségért. Azért, hogy ésszel, szívvel, előrelátással minél tovább próbáljuk megőrizni az egészségünket. Mindenkinek a maga felelőssége vigyázni arra a testre és lélekre, amiről nála többet és jobban senki sem tudhat.

- Megítélése szerint mekkora az igény az Egészségkörúthoz hasonló programokra, gondoskodásra?

- Nagyon nagy. Azt tapasztalom, hogy az ilyen programokon a szokásosnál több személyes figyelmet kaphat a résztvevő. Elhangzanak olyan kérdések, melyeket kórházi körülmények között esetleg nem mernek feltenni az emberek. Ide mindenki önszántából jön, mert vigyázni szeretne magára. Optimistán és nem aggódom, hogy mi derülhet még ki. Szoktak az autós hasonlaltal élni, hogy miért természetesebb szerelőlőhöz vinni az autónkat, ha nem tetszik a hangja, vagy valami gyanús jelet észlelünk, annál, minthogy időzöjében érte időben szerelőlőhöz vigyük saját magunkat. Nos, ezeken a programokon pont erre van lehetőség.

- Munkája során mit tapasztal? Az emberek többségét törődnek egészségükkel, mint néhány évvel ezelőtt?

- Igen is, nem is. Képletesen szólva, egyrészt nagyon sokan ülve rohanunk. Az egész világot akarjuk elérni egy székben, telefonnal, számítógéppel. Szörnyű! Nyavalygunk a fura tünetek miatt amit érzünk, amitől szenvedünk, de csak legyintünk. Aztán jön az alattomos vérnyomás ingadozás, a cukorbetegség, a stroke, az infarktus, a pánikrohamok, meg ki tudja még mi. Másrészt látom a futók közösségét, a fitness és wellnes

mániákus követőit. Valahogy az egyensúlyt, a harmóniát kellene meglelni. Gyerekkortól mozogni és a mozgás örömeről soha le nem mondani. A szülőknek szoktam mondani hasonló rendezvényeken is, hogy a rendszeres szabad mozgás lételem, életenergia. Egy gyerek nem tehet olyasmit, ami miatt pont ettől tiltás el.

- A feszített munkatempó mellett mit tud tenni egészsége védelmének érdekében?

- Próbálok vigyázni a gondolataimra. Tisztának, nyitottnak, frissnek maradni a rengeteg, minket erő hatás mellett nem is olyan könnyű. A Normafánál, friss levegőn, naponta gyalogolok, vagy futok egy órát, az oxigéncseré és az izzadás is napi szükséglet. Szerencsémre lehet kutyám, aki a legjobb személyi edző, nem hagyja, hogy az ember lustálkodjon mellette. Van egy-két fekvőtámaszhoz hasonló praktikum is. Ahhoz, hogy egészségesek maradjunk, kell még sok ölelés és nevetés, és az, hogy észrevegyük, kinek és hogyan segíthetnénk a magunk módján. A lelkünk egészsége nélkül szerintem hiába edzük a testünket, viszont tudvalévő, hogy a karbantartott fizikum pozitívan hat vissza a lélekre, szellemre egyaránt.

- Mennyiben járulhat hozzá az egészségi állapottal kapcsolatos rossz tendenciákon való javításhoz a rendezvény-sorozat?

- Bárcsak még több ilyen és hasonló esemény lenne másutt is! Remélem sokan élnek majd az óbudai lehetőséggel! De addig is vigyázzanak magukra!

Seberényi Csilla

Cukorbeteg Klubja

„Új lehetőségek a diabétesz terápiában” címmel dr. Óry Iván diabetológus főorvos tart előadást a diabéteszes láb és egyéb neuropathiás szövődeményekről március 21-én 15 órai kezdettel a Békásmegyeri Cukorbeteg Klubjában, a Boldog Özséb Plébánia emeleti nagytermében. (Cím: Lékai Bátoros tér 8-10.)



Budapesti II. és III.
Kerületi Bíróság

BÍRÓSÁGI ÜGYEK

Az Országos Bírósági Hivatal stratégiai célul tűzte ki a bírósághoz fordulás egyszerűsítését, a bírói jogvédelem igénybevételének megkönnyítését. A Budapesti II. és III. Kerületi Bíróság e cél megvalósulását kiemelkedően fontosnak tartja, ezért újonnan induló, rendszeres rovatában hasznos információkkal igyekszik szolgálni a kerület lakosait.

Terveink között szerepel az ügyfelek és a bíróság közötti kapcsolat formáinak, az eljárások megindításának, várható költségeinek és az igénybe vehető költségkedvezményeknek az ismertetése, a lakosságot széles körben érintő ügytípusok – többek között a házassági bontóper, a gyermek elhelyezése és tartása iránti per, a társasházi közgyűlési határozat megtámadása, a végrehajtással kapcsolatos ügyek, a szomszédjogi perek, az öröklési jogviták – sajátosságairól való tájékoztatás.

Első alkalommal, bemutatkozásként, bíróságunk szervezetét, működésének főbb jellemzőit tekintjük át.

A Budapesti II. és III. Kerületi Bíróság polgári és büntetőügyekben első fokú eljáró kerületi bíróság, melyet Kádárné dr. Báló Ágnes elnök vezet. Illetékességi területe - ahogyan azt neve is jelzi - a főváros II. és III. kerülete. Polgári ügyszakban 17 bíró, büntető ügyszakban 9 bíró teljesít szolgálatot, szabálysértési ügyekben bírósági titkárok, végrehajtási ügyekben bírósági titkárok és végrehajtási ügyintézők járnak el. Munkájukat bírósági fogalmazók, bírósági ügyintézők, tisztviselők, írnokok és fizikai dolgozók segítik. A bíróság dolgozóinak összlétszáma 121 fő. A polgári és a végrehajtási ügyszak szakmai irányítását az elnök mellett Imréné dr. Horváth Katalin elnökhelyettes, a büntető és a szabálysértési ügyszak szakmai irányítását dr. Kovács József csoportvezető bíró látja el.

A tavalyi évben bíróságunkon 5480 polgári per, 1864 büntetőügy és 3359 végrehajtással kapcsolatos eljárás indult, amely a 2012-es adatokhoz képest valamennyi területen emelkedést jelent. A fenti létszámadatokkal összevetve láthatjuk, hogy 2013-ban egy polgári bíró átlagosan 322, egy büntető bíró pedig 207 új ügyet kapott, ami rendkívül nagy, a többi fővárosi kerületi bíróság átlagát jelentősen meghaladó munkaterhet jelent. Ennek ellenére



elmondható, hogy bíróságunk ítélkezési tevékenysége nemhogy lassabb lenne a fővárosi átlaghoz képest, hanem annál még jobb mutatókkal is rendelkezik: az eljárások közel 85%-a egy éven belül, további 11%-a két éven belül zárul le első fokon. Az év végén folyamatban lévő 2525 polgári peres eljárásból tizenkettő, a 673 büntető eljárásból mindössze egy ügy haladt meg az öt éves időtartamot.

A bíróságnak a Szentendrei út mellett található, sokak által volt pártházként ismert épület ad otthont. A létesítmény kívül-belül átfogó műszaki és esztétikai felújításra szorul, a dolgozói létszám és az ügyek számának megnövekedése pedig az épület bővítését tenné szükségessé. A szűkös anyagi körülmények mindaddig csak egy-egy kisebb munkálat elvégzését tették lehetővé, ugyanakkor a dolgozók munkakörülményeit és az ügyfelek kiszolgálásának minőségét a bíróság vezetése minden lehetséges eszközzel javítani törekszik. 2010-ben elkészült az épület teljes körű akadálymentesítése, így a tárgyalótermek megközelítése a fogyatékkal élők számára is lehetővé vált, a mozgáskorlátozottak részére külön parkolóhely és mosdóhelyiség került kialakításra.

A közelmúltban „Nyitott Bíróság” címmel országos program indult, melynek célja, hogy az embereket közelebb hozza az igazságszolgáltatás ismeretlen világához. A kezdeményezés mottója: „Attól félsz, amit nem ismersz.”

A program keretében lehetőséget biztosítunk a kerületi középiskolák számára, hogy az érdeklődő diákok szervezett formában tárgyalásokat látogassanak, ítélethirdetéseken vegyenek részt. Igény esetén bíránk, titkáraink készséggel tartanak előadást osztályfőnöki, társadalomismereti óra keretében a legalapvetőbb jogi ismeretekről, illetőleg az ifjúságot leginkább érdeklő igazságszolgáltatással kapcsolatos témákról.

E rovatot is a Nyitott Bíróság égisze alatt indítjuk, reményeink szerint a bíróság munkájának, tevékenységének megismerése nemcsak a bírósághoz fordulást segíti majd, hanem növelni tudja a kerület lakóinak bíróságunk iránti bizalmát is.

Dr. Bereczky Sára
bíróági titkár

Budapesti II. és III. Kerületi Bíróság
Cím: 1035 Budapest, Miklós u. 2.
Központi telefonszám: 430-6500
Fax: 430-6590 (polgári)
430-6570 (büntető)

A kezelőirodák ügyfélfogadási rendje:
h-k-cs-p: 8:15 - 11:00
szerda: 8:15 - 15:00

www.birosag.hu

Évet értékelt Budapest rendőrfőkapitánya

Erősödött az emberek biztonságérzete

Hírösszefoglaló: A lakosok szubjektív biztonságérzetének növelése terén igen jó eredményeket ért el a rendőrség a fővárosban, a visszajelzések szerint is - többek közt ezt hangsúlyozta dr. Tóth Tamás rendőr dandártábornok, budapesti rendőr-főkapitány a BRFK tavalyi tevékenységét értékelve február 18-án.



A főkapitány elmondta, hogy a fővárosban tartózkodók szubjektív biztonságérzetének növelését, az együttműködő, támogató, segítő Budapesti Rendőr-főkapitányság kialakítását, a

rendőri munka hatékonyabbá tételét, a párhuzamosságok feltárását és megszüntetését, a professzionális és költség-

hatékony szervezet megvalósítását tűzte ki célul. Mindezek a közvélemény-kutatási adatok, az önkormányzati és az ál-

lampolgári visszajelzések alapján megvalósultak.

A 2012. és 2013. évi statisztikai mutatók összehasonlítása során kiemelte: a regisztrált bűncselekmények száma 8 százalékkal volt kevesebb tavaly Budapesten, mint egy évvel korábban. Nyolc kiemelt bűncselekmény kategóriában a csökkenés mértéke átlagon felüli. A nyomozás-eredményességi mutató 11 százalékkal emelkedett. A rablások számának 37 százalékos csökkenése mellett a bűncselekmények nyomozás-eredményességi mutatója közel

50 százalékra emelkedett. A múlt évben 63 százalékkal több ügyben emelkedett vádat, és közel négyszer annyi elkövető állt bíróság elé, mint korábban.

Dr. Takács Tibor rendőr vezérőrnagy, büntügyi főigazgató, országos rendőrfőkapitány-helyettes az idei év célkitűzéseként az elért eredmények megtartása mellett a választások zavartalanságának biztosítását, a gépjárműlopások, a betöréses lopások, valamint a kábítószer terjesztésével kapcsolatos bűncselekmények számának csökkentését határozta meg.

Az idősek biztonságos közlekedéséért

Az időskorúak közlekedésbiztonságának javítása érdekében kampányt indított a Budapesti Rendőr-főkapitányság.

A baleset-megelőzési kampány célja az időskorú közlekedők közlekedésbiztonságának javítása, a 60 év feletti személygépkocsivezető és gyalogos bal-

eset okozók számának csökkentése. A gyalogosok hibájából bekövetkezett baleseti okok közül a leggyakoribb: a vigyázatlan, hirtelen lelépés az útestre, tilos helyen való áthaladás, tiltott helyen való áthaladás, álló jármű mögötti áthaladás, zavaró magatartás tanúsítása az útesten.

Közlekedésbiztonsági szempontból önmagában véve nem lehet pontosan meghatározni, hogy mikortól számít valaki idősen. Ennek leggyakoribb jele, hogy gyengülnek a fiziológiai, idegi működések. Lassulnak a reflexek, szétszórta válik a figyelem, és csökken a koncentrációképesség. További jellemző a korral járó egészségi állapot romlása, a mozgás korlátozottsága és az emlékezet gyengülé-

se. Romlik a látás és a hallás, előfordul, hogy az idősek későn veszik észre a közlekedési akadályokat, táblákat, illetve a lámpák jelzéseit. Az időskorúak figyelmét fel kell hívni az életkor emelkedésével járó közlekedésbiztonsági kockázatokra. Nagyon fontos ugyanakkor, hogy a közlekedésben résztvevők több toleranciát és türelmet tanúsítsanak.

Az időskorúak által elszennvedett és okozott balesetek megelőzése érdekében, a 60 év feletti korosz-

tály megszólításával előadás-sorozat indul. Az ingyenes, zenés műsorral kísért előadáson előzetes regisztrációt követően bárki részt vehet.

Az eseményt a 3K Kaszásdűlői Kulturális Központban (Pethe Ferenc tér 2.) tartják **március 19-én 10-től 12 óráig**. Jelentkezni a III. kerületi Rendőrkapitányság rendészeti osztályán, Józsi Gyuláné Broll Eszter rendőr fő-törzsszázadosnál lehet a 430-4700-ás telefonszám 226-os mellékén.



JUBILEUMI SZÜLETÉSNAP A POLGÁRŐRKNÉL. 70. születésnapja alkalmából a Budapest III. Kerületi Polgárőr Egyesület járőrvezetőjét, Fóti Mária polgárőrt bensőséges ünnepségen köszöntötték az egyesület elnökségének és felügyelő bizottságának tagjai

Csatlakozhatnak a helyi polgárőrökhöz

A Budapest III. Kerületi Polgárőr Egyesület továbbra is várja a nagyobb közbiztonságra vágyó kerületi lakosokat tagjai közé. **Szerdánként 15-től 19 óráig** ügyeletet tartanak a **Kaszásdűlő utca 7. szám** alatti irodájukban, ahol az érdeklődők megismerkedhetnek a polgárőri szolgálat követelményeivel, az ügyeletes polgárőrök fogadják a bejelentéseket, illetve bűnmegelőzési-áldozatvédelmi tanácsokkal látják el a hozzájuk fordulókat. Kapcsolattartási lehetőségek: a **+36-30-621-6088-as** telefonszámon és a **polgaror.obuda@gmail.com** elektronikus címen. Az egyesület honlapja a **www.polgarorobuda.hu** címen érhető el.



Az oldalt összeállította Szeberényi Csilla

A III. kerületi Rendőrkapitányság központi telefonszáma: 430-4700. Az ügyeletet a 430-4712-es számon hívhatják, itt tehetik meg bejelentéseiket.



Óbudai Kulturális Központ

1032 Budapest, San Marco utca 81.
telefon: 398-2373
www.kulturkozpont.hu

Március 16. vasárnap 10.00
Családi vasárnapok – Keménykalap és krumpliorr – Harlekin
Bábszínház, játszóház
Március 18. vasárnap 17.00
Sirtos görög táncház
Március 19. szerda 10.30
Nyugdíjas bérlet – Színes orchideák
Március 20. csütörtök 20.00
Lajkó Félix koncert



Fotó: Hajdu András

Március 21. péntek 18.00
Kiállítás megnyitó - Braunhaxler (Ingyenes.)
Március 21. péntek 19.00
Irodalmi kávéház – Boros Zoltán
Március 22. szombat 15.00 és 19.00
Mézeshetek – Turay Ida Színház
Március 23. vasárnap 10.00
Családi vasárnapok – Mazsola és Tádé – Fabula Bábszínház
Március 23. vasárnap 17.00
Sirtos görög táncház
Március 27. csütörtök 17.30
Művészettörténeti előadás - Varga Patrícia Minervával beszélget Antall István rádiós szerkesztő (Ingyenes.)
Március 28. péntek 19.00
Dés László – Mácsai Pál: Nem tudhatom Radnóti és korunk.



Radnóti Miklós halálának 70. évfordulója alkalmából. Nem hagyományos értelemben vett irodalmi estről van szó. Vers, próza és zene egyedi párbeszéde a műsor. A művészeti ágak átjárhatósága, a művészek egyedi produkciói teszik az előadást még különlegesebbé. Fellépnek: **Mácsai Pál, Fullajtár Andrea, Dés László, Dés András, Lukács Miklós**



Békásmegyeri Községi Ház

1039 Budapest, Csobánka tér 5.
telefon: 243-2433
www.kulturkozpont.hu

Március 22. szombat 10.00-19.00
Kockafeszt
Március 23. vasárnap 10.00-18.00
Kockafeszt
Március 24. hétfő 15.00



Nosztalgia bérlet - Jókai Anna: Fejünk felől a tetőt

Színhadi játék 2 részben, Ivancsics Ilona és szintársai előadásában. A történet a '60-as években játszódik Budapesten. Egy család története, ahol négy generáció lélegzik együtt, de mindenki a saját kicsinyes világával van elfoglalva. A ház a család szombóiuma, amely recseg-ropog, de küzd a megmaradásért. A darab a fekete romantika és a fekete humor ötvözele.

Szereposztás: **Papp Éva** (Jászai Mari-díjas), **Varga Tamás**,

Ivancsics Ilona, Farkasházi Réka, Kékesi Gábor, Szirtes Balázs, Gönczy Attila, Chamie Gina

Március 28. péntek 18.30

Aprók tánca

Március 28. péntek 17.00

Színházi kulisszák mögött - Lukács Margit (Ingyenes.)



Civil Ház

1036 Budapest, Kolosy tér 2.
telefon: 240-0262
www.kulturkozpont.hu



Március 14. péntek 16.00
Toborzó – flashmob
Március 22. szombat 10.00
Vizi világ – a víz világnapja alkalmából
Március 27. csütörtök 17.00
Tavaszcseré – Közösségi kertek

A tavaszi újrakezdés és a természet éledése, a kerttel nem rendelkezők számára nem mindig testközelből megélhető élmény. A város toronyházainak tövében egyre több kis virágzó közösségi kert szerveződik. A városlakók is megélhetik a kertészkedés által a közösségformálódás erejét. Erről, és a közelmúltban megjelent könyvről tart előadást **Rosta Gábor**, a Városi Kertek Egyesületének elnöke. Kertületünkben Békásmegyeren már virágzik egy közösségi kert, és idén tavasszal remélhetőleg megszületik a második is.



1%



Köszönjük, hogy adója 1%-ával Ön is hozzájárul, hogy még színesebbé, tartalmasabbá tehessek kínálatunkat, és továbbra is szántalan ingyenes programmal kedveskedhessünk.

Az Önöktől kapott összegeknek is köszönhetjük, hogy szépíthetünk környezetünkön, kényelmesebb körülményeket teremthetünk a látogatók számára, és folyamatosan bővülő kínálatot biztosíthatunk minden korosztálynak.

Támogatásuk a kultúrát és a szabadidő hasznos és kellemes eltöltését segíti ezúttal is.

Adószámunk: 14409158-2-41



Csillaghegyi Közösségi Ház

1039 Bp. Mátyás király út 11-15.
telefon: 240-0752
www.kulturkozpont.hu

Március 22. szombat 10.00

Horgász nap a víz világnapján (Ingyenes.)

Március 30. vasárnap 14.00

Népek napja – Zsidó kulturális nap (Ingyenes.)

14.00 A programsorozatát megnyitja:

Varga Mihály nemzetgazdasági miniszter

14.10 A zsidó kultúra - **Köves Slomó** vezető rabbi előadása

15.15 „Megkésett iskolai találkozó”

vetítés **dr. Gombocz Eszter** közreműködésével

16.15 A magyarországi zsidóság hétköznapi

Lang János előadása

17.15 A Kárpát-medencei zsidó zene története

Agócs Gergely zenetörténeti előadása

18.15 Autentikus klezmer muzsika – **Fonó Zenekar**

14.00-18.00 Párhuzamosan futó programok:

Zsidó iskolások Budán és Óbudán 1920 és 1949 között című kiállítás.

Kóstoló a kóser konyha finomságaiból.



Óbudai Múzeum



1033 Budapest Fő tér 1., tel: 250-1020

www.obudaimuzeum.hu, titkarsag@obudaimuzeum.hu

Nyitva tartás: kedd–vasárnap: 10–18 óra, hétfő: zárva. Belépődíj: teljes árú: 800 Ft, kedvezményes: 400 Ft, családi jegy: 2000 Ft. Minden hónap első szombatján a látogatás ingyenes!

A múzeum keddtől vasárnapig, 10 és 18 óra között látogatható.

„Óbuda – Egy város három arca”



– az Óbudai Múzeum állandó kiállítása. Az interaktív elemekkel gazdagított tárlat Óbuda történetének három jelentős korszakát, három egymástól markánsan elkülöníthető arcát, a középkori királyi, királynéi székhelyet; a Zichy korszaktól a szanálásig tartó kort, valamint a város mai arcát, a panelvilágot eleveníti meg. A kiállítási egységeket a macskaköves óbudai utca köti össze.



3K

1033 Budapest, Pethe Ferenc tér 2.
telefon: 247-3604
www.kulturkozpont.hu



Március 18. kedd 10.00

Társalgó (Ingyenes.)

Március 21. péntek 18.00

Filmklub a Holokauszt-emlékév jegyében (Ingyenes.)



A film előtti beszélgetés moderátora: Kurucz Éva. **Március: Mephisto (1981)**: színes, magyar-német-osztrák nagyjátékfilm mely egy színész sorsát mutatja be a II. világháború idején. Németországban, a kiváló színész Klaus Maria Brandauer segítségével. A film 1982-ben Oscar-díjat kapott a legjobb idegen nyelvű alkotás kategóriában. Rendező: Szabó István. Vendég: **Cserhalmi György** színművész

Március 22. szombat 11.00

Brub, avagy egy zokni, aminek párja nincs

Szamárfül produkció

Március 22. szombat 18.00

Alaitner András latin koncertje

Március 25. kedd 10.00

Társalgó (Ingyenes.)

Március 28. péntek 20.00

Össztánc Óbudán

Március 29. szombat 19.00

Jazz esték – A Jambalaya zenekar
lemezbemutató koncertje



Goldberger Textilipari Gyűjtemény

1036 Lajos u. 136-138. tel: 336 7 250-1020

www.goldbergermuzeum.hu; www.textilmuzeum.hu

Nyitva tartás: kedd–vasárnap: 10–18 óra, hétfő: zárva

Minden hónap első szombatján a látogatás ingyenes!

„A Goldberger...”- a Goldberger Textilipari Gyűjtemény új állandó kiállítása. Az Óbudai Múzeum–Goldberger Textilipari Gyűjteménye új állandó kiállításának célja, hogy emléket állítson az 1784-ben, Goldberger Ferenc által alapított és több mint 200 éven át fennállt textilgyár történetének. A néhány fős manufaktúraként induló üzem, a család egymást követő generációi modernizálták, termékeivel világhírű vállalattá fejlesztették. Az átlamosítást követő évtizedek már csak nevében őrizték meg a gyár egykori lényét. A kiállítás a gyár fejlődésének bemutatása közben számos interaktív elem segítségével teszi megérthetővé a textilnyomás technológiáját.



Csillaghegyi Polgári Kör Egyesület

1039 Budapest, Mátyás király út 11-17.

Östermelői piac

A Tolnai Iparokk Centrum parkolójában minden szombaton 6-12 óráig

Március 14. péntek 18.00 Megemlékezés március 15-ről

Gyertyagyújtás a Zsámboki keresztnél

Március 19. szerda 18.00 Csillaghegyi Találkozó:

Időkód II. – Jézuspasszport. A Szent Korona megfajított üzenete

Előadó: Berta Tibor



Magyar Máltai Szeretetszolgálat

tel.: 06-30/456-0117, www.maltai.hu,

e-mail: budapest@maltai.hu

A program a honlapon megtekinthető.

Symbol Art Galéria

Bécsi út 56., www.symbolartgallery.hu



Sipos Barbara festőművész kiállítása

Megnyitó:

március 11. kedd 18 óra

Megtekinthető:

március 18-ig naponta 12-19 óráig

SymbolVitrin Galéria

márciusi programja:

Gaal Tamás szobrászművész

Kadak I – V. c. kiállítása

meghosszabbítva április 30-ig



III. Kiskorona u. 7.

Telefon: 250-0288

obudaitarsaskor.hu

jegymester.hu

Március 19., szerda 10-11.30 óráig

NYILVÁNOS PRÓBA

A LISZT FERENC KAMARAZENEKARRAL



Művészeti vezető: **Rolla János**

Túravezető: **Becze Szilvia**

Ingyenes belépők igényelhetők az Óbudai Társaskörben.

Március 19., szerda 19 óra

GITÁRMUZSIKA ÓBUDÁN HÁRMAN DUÓBAN



Völner Eszter – ének

Stummer Márton – gitár

Nagy Tamás – gitár

Reneszánsz táncok, Scarlatti, Bach, Legnani,

Giuliani, Morel, Santorsola, Barrios művei

Granados: Valses Poeticos

Dowland, Giuliani, Bellini, Donizetti, Rossini

művei

Sorozatszerkesztő, házigazda: **Roth Ede**

Belépőjegy egységesen: 1500 Ft

Rendező: Óveghang Bt.

Március 22., szombat 19 óra

A VÍZ NAPJÁN A VÍZRŐL KÖLTŐIEN...

Szalay Kriszta és Márton András

irodalmi estje

Művészeti vezető:

Szabó Zoltán Attila író, költő,

a Nyugat Plusz főszerkesztője

Közreműködik:

Tépő Donát író, költő

verses hang performansz

Dóka Attila – gitár

Belépőjegy: 1500 Ft, diákjegy 750 Ft

Együttműködő partner: Újnyugat Irodalmi Kör

Március 27., csütörtök 19 óra

SZIGORÚAN ELLENŐRZÖTT VONATOK

Felolvasószínházi est

a Színházi Világnap alkalmából

HRABAL 100



Közreműködik:

Borbély Alexandra, Elek Ferenc,

Tasnádi Bence

Matisz Flóra – ének, hegedű

Dramaturg: **Szabó-Székely Ármin**

Rendező: **Székely Kriszta**

Belépőjegy: 1800 Ft, diákjegy 900 Ft

Együttműködő partner: Cseh Centrum,

Hrabal Söröző

Támogató: Budapest Főváros Önkormányzata

Március 28., péntek 19 óra

SCHUMANN-EST

Varga Csilla – zongora

Devich Gábor – klarinét

Somogyi Péter – hegedű

Konrád György – brácsa

Vámos Marcell – gordonka

Clara Schumann és Robert Schumann művei

Belépőjegy: 1500, diákjegy: 750 Ft

ÓBUDAI TÁRSASKÖR GALÉRIA

Március 11 – április 13.

KÉPMUTOGATÓ – HRABAL 100

Bohumil Hrabal és Vladimír Boudník szellemi köre, irodalom és illusztráció, szövegek és képek az 1960-as, 70-es évek Prágájából

Megtekinthető hétfő kivételével 15-19 óráig

Támogató: Nemzeti Kulturális Alap

Együttműködő partner: Cseh Centrum,

Ztichlá Kláška Galerie

FOTÓELŐADÁS SOROZAT

Tíz előadás és három fotóséta



Az előadások: 2014. április 1-jétől, keddi napokon, 17-19 óráig tartanak.

Az előadássorozat díja: 16000 Ft

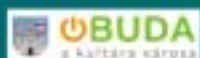
Részletes felvilágosítás és előzetes

jelentkezés a 06 1 250 0288 telefonszámon.

Beiratkozás április 1-jén 10 órától

az Óbudai Társaskörben.

Jubileumi évadunk
támogatói:



BUDAPEST



Partnereink:



Óbudai Platán Könyvtár

1037 Budapest, Arató Emília tér 1,
(bejárat a Kadosa utca felől)

Tel.: 439-0936, web: www.platankonyvtar.hu

Nyitva tartás: hétfő 12-18, kedő 10-19, szerda zárva, csütörtök 10-19, péntek 12-18, minden páratlan hét szombatján 10-14.



„Óbuda volt az én országom...”

A gyengéd óriás, a tündér realista Gelléri András Endre az Óbudai Platán Könyvtárban 2014. március 25-én 17 órakor az író életútját és írásait bemutatja: Vári György újságíró, közreműködnek: Balázs Ágnes, Gáspár András színművészek. A rendezvény a Holokauszt Emlékév 2014 Óbudán programsorozat keretében valósul meg.



Budapest Noir - fotókiállítás

Az Óbudai Platán Könyvtár és az Agave Könyvek által szervezett Budapest Noir kiállítás célja, hogy Németh Kriszta és Andor Tamás fotók, illetve kapcsolódó hanganyagok segítségével mutassa be Kondor Vilmos Budapest-regénysorozatának (Budapest noir, Bűnös Budapest, A budapesti kém, Budapest romokban, Budapest novemberben) sajátos világát.

A kiállított képek hol szorosabban, hol könnyebben kötődnek Kondor Vilmos prózájához, de minden esetben a nagyvárosi élet izgalmas hangulatait, markáns pillanatait jelenítik meg. Mindezt a mai, 21. századi miliőben, olyan díszletek között, mint a nappal hangos, éjjel szenderegő terek és pályaudvarok, a lüktető belváros, titokzatos külváros, a labirintusszerűen tekergő utcák és rejtett kapualjak. Megtekinthető: 2014. március 27-ig

Minden érdeklődőt szeretettel várunk.
A programokra a belépés ingyenes.

Aquincumi Múzeum

1037 Budapest, Szentendrei út 135., www.aquincum.hu

A múzeum a tél folyamán (hétfő kivételével) 10-16 óra között tart nyitva! A romkert nem látogatható a téli időszakban!

Március 18. 14.00 **AnticCafé: Harcosok klubdelutánja - Katonáság Aquincumban**

Program aktív nyugdíjasok részére, ahol ez alkalommal a harcászatról lesz a főszerep. Az érdeklődők, miután megismerték és kézbe vették a különféle ókori fegyvereket, Póirus nyomozó segítségével egy érdekes katonai rejtély után nyomozhatnak, úgy hogy el sem kell hagyni a helyüket. A programra előre bejelentkezés szükséges!

Március 25. 10.00 **Baba-mama klub - „Mitikus lények nyomában”**
Kisgyermekes anyukákat és babáikat várjuk egy délelőti programra az Aquincumi Múzeumba, ahol a görög-római mondakör mesés lényekkel és az aquincumi mitológiai játszótéren megelevenedő történetekkel ismerkedünk egy zenés mondókás foglalkozás keretében, majd a témához kapcsolódóan amulettet készítünk. A programra előre bejelentkezés szükséges!



Magyar Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeum



1036 Budapest, Korona tér 1.

(volt Dugovics Tízusz tér 13-17.)

Tel.: 375-6249, web: www.mkvm.hu

ÁLLANDÓ KIÁLLÍTÁSOK

„Nekem soha nem volt otthonom...” - Krúdy Gyula budapesti életének színterei, Reklámtáblák, Látványraktár, „A jó kalmár a világ jötevője” – Két évszázad a magyar kereskedelem történetéből 2014. január 22-től megújított állandó kiállítással

IDŐSZAKI KIÁLLÍTÁSOK

2014. március 20. – május 31. A szépség és a reklám – A női ideál alakulása a 20. század első felében

2014. március 6. – április 6. Volt egyszer egy Vidámpark / Magyar történelmi boroshordók

KULTEA PROGRAMOK (Részletek a honlapon.)

SZALON

Március 26. szerda 18.00 Keresd a nőt! – előadássorozat a Szépség és a reklám című időszaki kiállításhoz kapcsolódóan

KONCERT

Március 20. csütörtök 20.00 Bohém-klub

CSALÁDI

Március 15. szombat 14.00 és 16.00 Kalmár évszázadok

Március 21. péntek 17.00 Mesélő tárgyak sorozat - A vízesnyolcas

SZÍNHÁZ

Március 14. péntek 16.30, március 15. szombat 10.30 Sziget-kék

PEDAGÓGUSOKNAK

Március 21. péntek 19.00 – 21.00 Tanárok Éjszakája - Új módszerek bemutatója és tárlatnézés. A belépés pedagógusok számára díjtalan, de regisztráció szükséges: a korenchy.aniko@mkvm.hu e-mail címen vagy a 375-6249-es telefonszámon.

Térszínház



1033 Budapest, Fő tér 1. Telefoni/Fax: 388-43-10, www.terszinhasz.hu

Jegyrendelés a terszinhasz@gmail.com e-mail címen vagy Szamosvári Gyöngyvérnél a +36-30 391-9765-ös mobilszámon

Március 26. szerda 17.00

Szophoklész: Antigoné

tragédia egy részben - Mészöly Dezső fordítása

Március 27. csütörtök 19.00

A Színházi Világnapon - Páskándi Géza: A vigéc zord bohózat két részben

Kassák Múzeum



1033 Budapest, Fő tér 1., tel.: 368 7021,

www.kassakmuzeum.hu, [facebook.com/KassakMuzeum](https://www.facebook.com/KassakMuzeum).

Nyitva tartás: szerda-vasárnap 10.00-17.00

KIÁLLÍTÁSOK

Állandó: Kassák! – A múzeum állandó kiállítása Kassák Lajos (1887-1967) szerkesztői, művészi, művészetszervezői tevékenységét mutatja be.

Kassák és Kassák (2.)

Megnyitő: 2014. március 28. 18.00

Nyitva: 2014. március 29 - június 15.

A kelet-európai avantgárd újrafelfedezése a művészettörténetben és a műkereskedelemben párhuzamosan zajlott az 1960-as években. Kassák ennek a konjunktúrának köszönhetően került vissza a nyugat-európai művészeti közegbe, és ennek hatására 1960-as, párizsi kiállítása után korai, húszas években készült műveiből jó néhányat újra feldolgozott. Ezt a jelenséget és következményeit vizsgálja a kiállítás: egy kelet-európai művészpálya élethelyzetét, a döntések művészettörténeti, múzeumi és nem utolsósorban emberi következményeit állítja fókuszba.

Három táncos - három különdíj

Az óbudai Göncöl Néptáncgyűttes táncosai eredményesen szerepeltek a III. Országos Nagyecsed-i Verbunk Versenyen február 22-én. A Kis Göncöl két táncosa, *Bernáth Bence* és *Hetényi Levente*, valamint az együttes vezetője, *Csiki Gergely* is külön-

díjban részesült. Az együttes fontosnak tartja a fiatal tehetségek támogatását, ezért korát meghazudtoló táncának eleganciája és szakmai felkészültsége miatt különdíjat ajánlott fel a verseny II. korcsoportjában résztvevő mátiszállkai *Herdon Balázsnak*.



Az együttes táncosai (Csiki Gergely, Hetényi Levente, Bernáth Bence) Murguly Lajos nagyecsed-i adatközlővel

Óbudai művészpár kiállítása



Fotó: ANTAL ISTVÁN

Takács Klára festményei gyakran kapcsolódnak a női princípiumokat sejtető ősfészek gondolatához, míg *Gábor István* alkotásainak monumentalitása a férfierő dominanciáját sugallja. Az Óbudán élő művészpár kiállítását az Óbudai Kulturális Központ San Marco Galériájában láthatták

1 % 1 % 1 %. A Csillaghegyi Jézus Szíve Alapítvány köszönetet mond mindazoknak, akik személyi jövedelemadójuk 1 százalékát felajánlották az elmúlt évben az alapítvány javára. A befolyt összeget a nyugdíjasok és hittanosok támogatására, valamint a közösségi ház fenntartási költségeire fordították. *Kérik, aki teheti, ez évben is szíveskedjen az alapítványt támogatni, amit előre is köszönnek a kuratórium tagjai.* (Adószám: 19023250-1-41. Bankszámlaszám: 11703006-20047885.)

Chászid esküvő a zsinagógában

Különleges esemény helyszíne volt március 5-én az óbudai zsinagóga: *Oberlander Báruch* rabbi legidősebb lánya, *Oberlander Mussie* házasságot kötött a New Yorkban rabbinikus tanulmányokat folytató, egyébként izraeli származású *Joszi Feldmannel*.

Oberlander rabbi és felesége is holokauszt-túlélők gyermeke, mindketten külföldön születtek, majd 1989 után visszaköltöztek Magyarországra. A rabbi a magyarorszá-

gi chádád mozgalom megalapítója, ennek célja, hogy az itt élő zsidók mind közelebb kerüljenek őseik kultúrájához.

A március 5-ei esemény évtizedek óta az első tradicionális chászid esküvő volt Magyarországon, amelyre több ezer vendég volt hivatalos a világ minden tájáról. A résztvevők a szabad ég alatt megtartott hüpe szertartás után hagyományos chászid táncal köszöntötték az ifjú párt.

(rt)



Fotó: ANTAL ISTVÁN



FOTÓELŐADÁS SOROZAT

- tíz előadás és három fotóséta -

A FOTÓZÁS ALAPJAITÓL

A DIGITÁLIS FÉNYKÉPEZÉS TECHNIKÁJÁIG

Az új technikai eszközök birtokában sokakat megragad a táj, vagy egy épület szépsége, az emberi pillanat megörökítésének vágya. Akikben felébred az érdeklődés, és többet szeretnének a fotózás szakmai titkairól tudni, a nagy múltú Óbudai Fotóklub keretében tájékozódhatnak. Az előadások 2014. április 1-jétől, keddi napokon, 17-19 óráig tartanak.

Az előadássorozat díja: 16000 Ft Részletes felvilágosítás és előzetes jelentkezés a 06 1 250 0288 telefonszámon. Beiratkozás április 1-jén 10 órától az Óbudai Társaskörben.

www.obudaitarsaskor.hu



Boroshordók és vidámpark



Fotó: ANTAL ISTVÁN

„Magyar történelmi boroshordók” és „Volt egyszer egy vidámpark” címmel nyitották meg a Magyar Alkotóművészek Országos Egyesülete Fotóművészeti Tagozatának kiállítását a Magyar Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeumban. (Cím: Korona tér 1., volt Dugovics Titusz tér.)

Mesélő tárgyak sorozat - A vizesnyolcas

A kosztümös, élő interpretációs programokon megismerkedhetnek egy különleges bolti eszközzel, a vizesnyolcassal, a békebeli kereskedő világgal, valamint a változatos, de embert próbáló inas évekkel március 21-én 17 órától a Magyar Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeumban. (A program időtartama: 60 perc. A programon múzeumi belépővel lehet részt venni. Cím: Korona tér 1., volt Dugovics Titusz tér.)

„Óbuda volt az én országom...”

Gelléri Andor Endre életútját és írásait mutatja be „Óbuda volt az én országom...” címmel Vári György újságíró március 25-én 17 órai kezdettel az Óbudai Platán Könyvtárban. Közreműködnek: Balázs Ágnes és Gáspár András színművészek. (A rendezvény a Holokauszt Emlékév 2014 Óbudán programsorozatba illeszkedik. A belépés ingyenes. Cím: Arató Emil tér 1., bejárat a Kadosa utcáról.)

Budapest Noir

Németh Kriszta és Andok Tamás fotóit Kondor Vilmos regényei nyomán nézhetik meg március 27-ig az Óbudai Platán Könyvtárban. (Cím: Arató Emil tér 1., bejárat a Kadosa utcáról.)

Tájak és vágyak

Pattantyus Miklós képzőművész fenti című kiállítása április 8-ig látható az Óbudai Szociális Szolgáltató Intézmény Kiskorona Galériájában. (Megtekinthető hétköznaponként 8-tól 16 óráig. Cím: Kiskorona utca 3.)

A szépség és a reklám

Az öt évtizedet bemutató divat- és reklámtörténeti kiállítás a nők reklámozásban betöltött szerepét szemlélteti a Magyar Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeum gyűjteményének kevésbé közismert darabjaival. A tárlat 1900-tól az 1940-es évek végéig tekinti át a változó divatirányzatokat, egyúttal alkalmas ad a női szépségideál és a divat változásának nyomon követésére a XX. században. Az egyes korszakok hangulatát és életérzését enteriőrök, fotómontázsok, korabeli ruhák, cipők és egyéb kiegészítők segítik felidézni. (Nyitás március 20-án; megtekinthető május 31-ig. Cím: Korona tér 1.)

Száz éve született a zseniális, Magyarországon is népszerű cseh író, Bohumil Hrabal. Az Óbudai Társaskör márciusban két különleges eseménnyel tisztel meg emléke előtt.

Hrabal a maga sajátos humorával több írásában is említi művész barátait, akikkel napokat, éjszakákat töltött együtt filozofálva, az élet nagy dolgairól beszélgetve – hol a régi libeni házban, hol Prága valamelyik sörözőjében. Az Óbudai Társaskör „Képmutogató” című, március 11-én nyílt kiállításán három olyan képzőművész - Vladimír Boudník, Zdenek Bouse, Oldrich Hamera grafikái munkái láthatók a szurrealista kísérleteket folytató Hrabal kollázsaisal együtt -, akik jó barátságot ápoltak az íróval, és gyakran illusztrálták köteteit. A kiállítást a kerületben élő Esterházy Péter író nyitotta meg, aki ugyancsak szoros barátságot ápolt a cseh „kollégával”. A tárlat április 13-ig látogatható.

Hrabal 100!



A Színházi Világnap alkalmából tűzi műsorára március 27-én 19 órától az Óbudai Társaskör Hrabal jól ismert kisregénye, a Szigorian ellenőrzött vonatok színpadi változatát. A művet Jiri Menzel 1966-ban forgatott, Oscar-díjjal jutalmazott filmje tette világhírűvé, és nincs filmrajongó, aki ne idézné belőle szívesen legalább a „pecsételés” jelenetet. A színpadi változatban Borbély Alexandra, Elek Ferenc, Tasnádi Bence színművész

működik közre, valamint Matisz Flóra (ének, hegedű). Dramaturg: Szabó-Székelly Ármin. Rendező: Székelly Kriszta. (Cím: Kiskorona utca 7.)

(gy)



A Goldberger víztornya

A rendszerváltás súlyos tárgyi öröksége volt az a rengeteg, a kilencvenes években életképtelenné váló, majd kiüresedő ipari létesítmény, amelyeknek sokáig nem akadt gazdájuk. Időnek kellett eltelnie, hogy megszülessen a felismerés: a gyárak, állomásépületek, garázsok jó része nem a szocializmus sematikus stílusában épült, hamar használhatatlanná vált alkalmatlanság, hanem olyan - többnyire a XIX. század végén és a századfordulón felhúzott - épület, amelyet az előző rendszer is „megörökölt” a korábbi időkől. A nemzetközi példák ismeretében az is nyilvánvalóvá vált, hogy az ilyen létesítményeknek komoly értéke van. E gondolatnak köszönhetően jöttek létre a budapesti romkocsmák, a raktártelepek, sajátos irodaházak és a többi különleges komplexum.

A víztornyok sajátos színtelentek ebben



akad köztük olyan, amely ma már luxuslakásként szolgál.

Az óbudai emlékek közül minden kerületi jól ismeri az egykori Goldberger Textilgyár gépházára 1907-ben emelt víztornyot, amely az üzemet látta el vízzel. A hajdan jobb napokat látott gyárat 1949-

a barnamezős tömegben. Sok közülük a Monarchia korát idézi, de akadnak köztük jóval későbbiek is, mint például a szocialista városstervezés nyomait viselő csepeli torony. Ezekben egy közös vonás mindenképpen van: koruktól függetlenül valamennyi ikonja, esetleg jelképe saját településének. Nem csoda, ha az ipari emlékek szerelmesei szorgalommal vizsgálják, kutatják őket, mint ahogy az sem, hogy

ben állandósították, majd 1989-ben tönkrement; de a víztornyot ott maradt mentőként. (kg)



NE LEGYEN MIND1!

Adója 1 százalékának felajánlása nem kerül Önnek semmibe, ezzel azonban nagymértékben segíti a területben működő civil szervezetek munkáját. Kérjük, ajánlja fel adója 1 százalékát az Óbuda-Békásmegyeren Önökért dolgozó civil szervezeteknek! Köszönjük meg civil szervezeteink egész éves munkáját 1 percnyi odafigyeléssel!

Szervezet neve:	Adószáma:
Alapítvány a Fodros Utcai Iskoláért	18034271-1-41
Alapítvány a Keve utcai Általános Iskoláért	19676944-1-41
Amadeus Művészeti Alapítvány	18061024-1-41
Aranyág Mozgássérült Gyermekeket Támogató Alapítvány	18075948-2-41
A NÉPZENEOKTATÁSÉRT ALAPÍTVÁNY	19702676-2-41
AQUINCUM BARÁTI KÖR	19023384-2-41
AQUINCUM-MOCSÁROS EGYESÜLET	18099445-1-41
Aranyág Mozgássérült és Beteg Gyermekeket Támogató Alapítvány	18075948-2-41
„A RÁK ELLEN, AZ EMBERÉRT, A HOLNAPÉRT!” Társadalmi Alapítvány	19009557-2-43
Atlétikai Sportegyesület Római-fürdő	18106228-1-41
Baltázár Színház Alapítvány	18091698-2-41
Békásmegyeri „Vándor” Kerékpáros Klub	18080674-1-41
Békásmegyeri Lakótelep Templomépítése Alapítvány	19676906-1-41
Bóbita Alapítvány (Vitorla ovi)	19639745-1-41
Bosco Szent János Ifjúsági, Nevelési és Oktatási Alapítvány	19673752-1-41
BRAUNHAXLER Óbudai Német Hagományokat Ápoló Közhasznú Egyesület, Óbuda-Békásmegyér	18065475-1-41
Budai Akrobatikus Sport Egyesület	18130391-1-41
Budapesti Budo és Mozgásművészeti Közhasznú Egyesület	18125476-1-41
Budapest III. kerületi Polgárőr Egyesület	18135327-1-41
BHRG Alapítvány	18241343-1-41
Budapesti Korcsolyázó Egylet	19013141-2-41
Budapesti Székely Kör	19638933-1-41
Civilek Újlakért Környezetvédelmi Egyesület	18146327-1-41
Csicsergő Gyerekekért Alapítvány	18258150-1-43
Csillaghegy Betegeiért Alapítvány	18127887-1-41
Csillaghegyi Evangélikus Gyülekezet és Templomépítő Alapítvány	18075096-1-41
Csillaghegyi Jézus Szíve Alapítvány	19023250-1-41
CSILLAGHEGYI MOZGÁS ÉS SZABADIDŐ SE	18126381-1-41
Csillaghegyi Polgári Kör Egyesület	18103225-1-41
Csillaghegyi Waldorf Közhasznú Egyesület	18129724-1-41
Csőppnyi Esély Óvodai Alapítvány (Bárcai Óvoda)	18096040-1-41
DERŰS ÉVEKÉRT ALAPÍTVÁNY	18129621-1-41
Diákok és Véndiákok Túrakerékpáros és Szabadidősport Egyesület	18112735-1-41
Diamond Sportegyesület és Harcművészeti Iskola (Pokemberek.hu)	19704692-1-41
Együtt az Óbudai Gimnáziumért Alapítvány	18145034-1-41
ELVESZETT ÁLLATOK ALAPÍTVÁNY	18113633-1-41
ERDŐALJA Alapítvány	19020305-1-41
Erős Várunk Alapítvány	18072251-1-41
Ételt az Életért Közhasznú Alapítvány	18095575-1-41
Etka Jóga Rekreációs Egyesület	18125311-1-41
Flóra 2007 Közhasznú Alapítvány	18199332-1-42
„Flóra” Értelmi Fogyatékosokért Alapítvány	18101041-1-41
FULLSPORT SE	18117778-2-41
Fürkésző Tudás Közhasznú Alapítvány	18218233-1-13
GANKAKU SPORTEGYESÜLET	18121094-1-41
Ganz Ifjúsági Műhely Egyesület	18086924-1-41
GÁT Alapítvány	18041222-1-41
Geopolitikai Tanács Közhasznú Alapítvány	18111576-1-41
Gézengúz Alapítvány a Születési Károsultakért	19650823-1-41
Gördülő Tánccsoport Alapítvány	18107597-1-41
GRUBER'S GYM SPORTEGYESÜLET	18085143-1-41
GYERMEKEINKÉRT'91 ALAPÍTVÁNY	19700478-2-41
Gyermek Egészségnevelő Prevenációs Alapítványa	18102815-1-41
„Gyermek a Művészetért és a Hagományért” Alapítvány	18079674-1-41
Harrer Pál Utcai Iskoláért Alapítvány	18040427-1-41
Háromhegyek Közhasznú Egyesület	18148068-1-41
Hattyú Vízisport Egyesület	18134247-1-41
HEGEDŰS ISTVÁN ALAPÍTVÁNY	19651879-1-41
Hétpettyes Katica Óvodai Alapítvány	18114610-1-41

„Hétszínvirág” Alapítvány	18041040-1-41
Információs Társadalomért Alapítvány	18093786-2-41
Jó Munkát! Cserkészek Alapítvány	19703093-1-41
Jövőbarát Alapítvány	18110458-1-41
K2 Funspots Club	18063428-1-41
Kamasztér Alapítvány	18112670-1-41
Kassák Alapítvány	19666969-1-41
„KASTÉLY ÓVODA” ALAPÍTVÁNY	18090941-1-41
KASZÁSOK Óbudai Ifjúsági Klub Egyesület	18054011-1-41
Kerekecske Óvodai Alapítvány	19675974-1-41
Keresztény Út Országos Közhasznú Egyesület	18116832-1-41
KIMA Keresztyén Ifjúsági Missziós Alapítvány	18111507-1-41
Kontakt Alapítvány	18095991-1-41
Kórházi Önkéntes Segítő Szolgálat Alapítvány	18103122-1-41
KÖSZI Alapítvány	18052552-1-41
Kövi Szűz Mária Szociális, Karitatív és Ifjúságvédelmi Alapítvány	19668181-1-41
„Krottendorf” Német Hagományörző Egyesület	18121991-1-41
Külker Evezős Klub	18001903-2-41
Lakóközösségek Életminősége Javításáért Óbuda-Békásmegyér Egyesület	18121977-1-41
Liszt Ferenc Kamarazenekar Alapítvány	19667087-2-41
Magyar Bibliodráma Egyesület	18108907-1-41
Magyar Csillagászati Egyesület	19009162-2-43
Magyar Hospice Alapítvány	19663258-1-41
Magyar Máltai Szeretetszolgálat Egyesület	19025702-2-43
Magyar Mountainboard Egyesület	18127818-1-41
Magyar Szalézi Munkatársak Egyesülete	18135671-1-41
Magyar Vesebetegekért Alapítvány	19007940-1-41
Megérted Alapítvány, Részképesség-fejlesztő, Oktatási, Nevelési, Módszertani Továbbképző Központ	18125342-1-41
Micimackó Váradi utcai Óvoda Gyermekait Támogató Alapítvány	18081967-1-41
„Mi Szóltunk...” Alapítvány a Pénzügyi Műveltségért	18136586-1-41
Mókuskaland Egyesület (Mókus Óvoda)	18097735-1-41
MOSOLYGÓ ÓVODÁÉRT ALAPÍTVÁNY	18093511-1-41
Múzeumok és Látogatók Alapítvány	18112591-1-41
Művészettel-Tudománnyal-Hittel a Közösségért Közhasznú Egyesület	18281167-1-41
Napsugár Alapítvány (Kanóc ovi)	19664008-1-41
Neurofibromatózisos Betegek és Segítőik Társasága	18032729-1-41
Óbor-kör Kulturális és Környezetvédő Egyesület	18127021-1-41
Óbuda Aerobic és Karate SE	18110238-1-41
Óbudai Brick Factory Baseball SE.	19624277-1-41
Óbudai Fless Sportegyesület	18135602-1-41
Óbuda Fogyatékos Gyermekéiért Alapítvány	18052428-1-41
Óbuda-Hegyvidékiek Egyesülete	18088476-1-41
Óbudai Bonsai Egyesület	18103672-1-41
Óbudai Bölcssekért Alapítvány	18131419-1-41
Óbuda-hegyvidéki Szentháromság Alapítvány	18096215-1-41
Óbudai Jubileumi Zenekar Egyesület	18123656-1-41
Óbudai Judo Club	18116069-2-41
ÓBUDAI KÉZILABDA SPORTISKOLA SE	18126707-1-41
Óbudai Korfbal Klub	18112230-1-42
Óbudai Múzeum Közalapítvány	18100473-1-41
Óbudai Otthon Segítünk Alapítvány	18120495-1-41
Óbudai Sportegyesület	19802783-1-41
Óbudai Társaskör Művészeti Munkáját Támogató Egyesület	18085112-1-41
Óbudai Wellness és Diáksport Egyesület (Óbudai WDSE)	18119488-1-41
Okosító Alapítvány	18127382-1-41
Örökmozgó Közhasznú Egyesület	18130858-1-41
„Pais úti óvodásokért” Alapítvány	18119017-1-41
PÉNUÉL Idősothton Alapítvány	18123618-1-41
PRO AQUINCO ALAPÍTVÁNY	19674076-1-41
Previfitt Sportegyesület	18136201-1-41
Rave Dance Sporttánc Egyesület	18132094-1-41
Rászorultak Megsegítése „RÁSE” Alapítvány	19652533-1-41
„Reménysugár az Idősekért” Alapítvány	18122370-2-41
Romák Reménysége Jézus Egyesület	18150241-1-41
Síoktatók Magyarországi Szövetsége	18154702-1-41
Soroptimist Club Budapest	18096693-1-41
Százszorszép Alapítvány	18056927-1-41
Széli Kulturális Egyesület	18684704-1-41

T-Art Alapítvány	19635600-1-41
Tehetségekért Közhasznú Alapítvány (Pais Dezső Ált. Isk.)	18130535-1-41
TÖRTÉNELMI LOVAS EGYESÜLET	19363446-1-41
Tumor Leukémiás Gyermekkéért Alapítvány	19017808-1-43
Tung Harcművészeti Sportegyesület	18063813-1-41
Universum Taekwondo Team Harcművészeti és Kulturális Sportegyesület	18108141-2-41
Új Világ Egyesület	18701146-1-41
VACKOR ÓVODÁSOKAT TÁMOGATÓ ALAPÍTVÁNY	18081572-1-41
VASAS CENTENÁRIUM ALAPÍTVÁNY	18123649-1-41
„Velemjáró” Alapítvány	18261688-1-41
Vesebetegek Egyesületeinek Országos Szövetsége	19000668-1-41
Vesevilág Alapítvány	19009966-1-41
Vízililiom Egyesület	18119323-1-41
Wysocki Légió Hagyományörző Egyesület	18126453-1-41
Zöld Almák Óvoda Alapítvány	18076994-1-41
Zöldgömb Sport Klub	18081297-2-41

Hagyományörzés

Ének és tánc

• A **Krottendorf Német Hagyományörző Egyesület** Ludwig Hollos Kórusa várja az énekelni szerető, közösségre vágyó érdeklődőket, nemre, korra való tekintet nélkül. A kórus magyar-német és latin nyelvű egyházi, illetve magyarországi német népdalokat, négyszólamú világi kórusműveket énekel. **Próba:** péntekenként 18-tól 20 óráig az egyesület székhelyén; *Vízior-gona utca 4. 8./74.*

• Táncházukba is várják az érdeklődőket. A táncház minden szerdán a Békásmegyeri Közösségi Házban (*Csobánka tér 5.*) 18-tól 20 óráig tart. Célja a sváb tánckultúra hagyományainak ápolása, a testi és lelki egészség megőrzése.

(Érdeklődni és jelentkezni *Dávid Jánosné egyesületi elnöknel lehet: 243-5135; 06-20-398-2678. E-mail: davidnee-va@t-online.hu; www.krottendorfverein.hu.*)

Balázs Lajos Óbudai Civil Díj adományozása

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzatának Képviselő-testülete 2010-ben helyi elismerést alapított civil szervezetek részére, melyet a képviselő-testület döntése alapján Balázs Lajos Óbudai Civil Díj néven adnak át 2013-tól.

Ki kaphatja a díjat?

Az a Budapest Főváros III. kerület Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata területén bejegyzett civil szervezet, amely a kerület polgárai érdekében kifejtett tevékenységét kimagasló színvonalon, az általa nyújtott szolgáltatást igénybe vevők általános elégedettsége mellett legalább 3 éve folyamatosan végzi.

Ki jelölhet?

- minden III. kerületi állandó lakóhellyel vagy tartózkodási hellyel rendelkező lakos vagy
- III. kerületi székhellyel rendelkező civil szervezet

Mit kell tartalmaznia a jelölésnek?

- az elismerésben részesítendő civil szervezet nevét, székhelyének címét, a szervezet jegyzésére jogosult személy nevét;
- részletes indokolást;
- a javaslattevő személy vagy szervezet nevét és lakcímét, illetve székhelyének címét

A díj díszoklevéllel és bruttó 500.000 forint pénzjutalommal jár. A díjazott szervezetről a képviselő-testület dönt a kulturális, civil és nemzetiségi bizottság javaslatának figyelembevételével.

A Balázs Lajos Óbudai Civil Díjat ez év májusában - a Civil és Nemzetiségi Napon - adják át.

Az írásbeli jelöléseket postai úton **2014. március 28-ig** várják a következő címre: *Budapest Főváros III. kerület Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata, Társadalmi Kapcsolatok és Kulturális Csoport; 1033 Budapest, Fő tér 3.*

(A díjjal, illetve a jelölésekkel kapcsolatban további információt Radnai Írisz ad a 437-8921-es telefonszámon vagy a radnai.irisz@obuda.hu e-mail címen.)

Fórum civil szervezeteknek



Fotó: ANTAL ISTVÁN

Az idei első fórumon a civil szervezeteket érintő jogszabályi változásokról és az önkormányzat I. féléves civil működési pályázatáról tanácskoztak a résztvevők március 5-én.

Kelemen Viktória civil ügye-kért felelős alpolgármester nyitotta meg a fórumot. Kiemelte: idén is több jogszabályi változás érinti a civil szervezeteket, ami miatt különösen fontos, hogy hozzáértő szakemberek segítsék munkájukat.

A Budapesti Civil Információs Centrum jogi tanácsadója

tartott előadást. *Dr. Benkő Ingrid* részletesen kifejtette, hogy a PTK változásai milyen mértékben és milyen pontokon érintik a civil szervezeteket, és ez milyen változtatási, módosítási kötelezettségeket jelent számukra.

Radnai Írisz civil referens az önkormányzat által kiírt 2014. évi I. féléves civil működési pályázat részleteit ismertette. Felhívta a figyelmet arra, hogy az előző félévhez képest változások történtek, ezért a pályázat benyújtásakor érdemes körültekintőbben eljárni.

Pályázat civil szervezetek működéséhez

Budapest Főváros III. kerület Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata pályázatot hirdet „Civil működési pályázat – 2014. év első félév” címmel.

A pályázat célja a civil szervezetek működéséhez és létesítő okiratában lefektetett alaptevékenységéhez való hozzájárulás, mind eszköz és infrastruktúra, mind humán-erőforrás tekintetében.

A pályázaton részt vehetnek a III. kerületben 2013. január 1. előtt bejegyzett és ott ténylegesen tevékenységet folytató civil szervezetek, illetve azok a szervezetek, amelyeket ugyan nem III. kerületi székhellyel jegyeztek be, ám tevékenységüket Óbuda-Békásmegyeren, a kerület lakossága érdekében fejtik ki, és amelyeket a bíróság 2013. január 1. előtt jogerősen nyilvántartásba vett és az alapszabályuknak, illetve az alapító okiratuknak megfelelő tevékenységüket ténylegesen folytatják.

A pályázaton elnyerhető maximális támogatási összeg: **500.000 forint**. A beadás határideje: **2014. március 28. (péntek) 12 óra**.

A részletes pályázati kiírás és adatlap letölthető a www.obuda.hu internetes oldalról, vagy beszerezhető a polgármesteri hivatal ügyfélszolgálati irodáján (*1033 Budapest, Harrer Pál utca 2.*), illetve a civil referensnél (*1033 Budapest, Fő tér 4.*).

(A pályázatról további információt nyújt: *Radnai Írisz* civil referens a 437-8921-es telefonszámon vagy a radnai.irisz@obuda.hu e-mail címen.)



Szolgáltatás

■ **TV javítás helyszínen is garanciával,** ingyenes kiszállás (LCD, LED TV-t és monitort vásárolok, hibásat is!). Tel.: 06(30)912-3761, 243-9401

■ **Ablakjavítás www.ajtoablakdoktor.hu** 20 éve vállalom igényesen, becsületesen fa és műanyag ajtókat, ablakok javítását, illesztését, záruk cseréjét, szigetelését, festését. 1 év garanciával! Felmérés díjtalan. Tel.: 06(70)550-0269, Horváth Ákos.

■ **Villanyzerelés azonnal!** Hibaelhárítástól a teljes felújításig. Petrács József villanyzerelő mester. Tel.: +36(20)934-4664, 246-9021. ELMŰ által minősített vállalkozás

■ **Költöztetés, lomtalanítás,** áruszállítás, csomagolás, bútorszerelés, fuvarvállalás. Ingyenes felmérés. Tel.: 06(20)972-0347, 403-9357, 06(30)589-7542

■ **Óbudai Hűtőgépszerviz!** Hazai, külföldi hűtőgépek, fagyasztók javítása, 35 éve a kerületi lakosoknak. (Ingyenes kiszállás.) Várhidi Gábor. Tel.: 250-0921, 06(20)972-5032

■ **Óbudán, Budán non-stop hűtő, fagyasztó, automata mosógép szerviz.** Javítás esetén ingyenes kiszállással, garanciával 3 órán belül. Tel.: 06(20)928-7507, 368-0864. Kovács Sándor

■ **Hűtőgépszerviz Óbudán!** Megbízhatóság, szakértelem több évtizede. Kelényi Imre, Keve utca 21. Tel.: 242-6823, 06(30)931-3686

■ **„ALFA” tv, videó, számítógép szerviz és műszaki bizományi.** Ingyenes kiszállás. Az elvégzett javításra garancia, nyugdíjas kedvezmény. 1039 Bp., Hatvány L. u. 4. (Duna felőli oldalon, postával szemben). Tel.: 243-2730, 06(20)997-2747

■ **TV-Videó szerviz.** Díjtalan kiszállás, Bőjtös Vendel és társai. Cím: Kabar utca 6. Nyitva: h-p 9-től 17 óráig. Tel.: 244-3998

■ **Lakásfelújítás anyagbeszerzéssel,** garanciával! Csempeburkolás, kőművesmunkák, szobafestés, gipszkartonozás, parkettászmunkák, vízszelvény, villanyzerelés! A legkisebb munkákat is elvállaljuk! Tel.: 06(30)960-4525

■ **Fakivágás, gallyazás** biztonságos kötéstechnikával gallyapritás, zöldhulladék elszállítás. Tel.: 06(30)907-5948; www.greenarbor.hu

■ **Automata mosógépek,** mosogatógépek, szárítók, villanybojlerok, villanytűzhelyek, klímaberendezések javítása. Hétvégen is hívható. Tel.: 243-8490, 06(20)947-0774

■ **Kűtfűrés, öntözőrendszerek** telepítése, 20 éves tapasztalattal, reális áron. Tel.: 06(70)220-6206

■ **Kűtfűrés nagy tapasztalattal,** reális áron, garanciával. Tel.: 06(70)289-8494

■ **Fürdőszobák, konyhák** felújítása, átalakítása! Csempeburkolás, kőművesmunkák, vízszelvény! Anyagbeszerzéssel, határidőre, garanciával! Tel.: 06(20)961-6153

■ **Lakásfelújítás! Szobafestés,** tapétázás, parkettakerakás, -javítás, -csiszolás, csempézés, villanyzerelés, vízszelvény, ajtó-, ablakcsere, -javítás, kőműves és asztalos munkák garanciával. Tel.: 202-2505, 06(30)251-3800

■ **Zárszerviz: ajtózárok,** hevederzárok árusítása, felszerelése, javítása, nyitása. Tel.: 242-1389

■ **Vízvezetékcsere - vízóraszerelés!** Mosdók, csapok, kádák, zuhanyzók cseréje, mosógépek, mosogatógépek bekötése! Teljes vízhálózat felújítása! Vízmérők szerelése, cseréje ügyintéssel! Nonstop! Tel.: 06(30)954-9554, www.vizoraguru.hu

■ **Társasházak közös** képviselője, kezelése, könyvelése 24 év tapasztalata, szakképzéssel, jogi, műszaki, irodai háttér. Lajos u. 55. Tel.: 325-8387, 06(30)932-2637, info@befo.hu www.befo.hu

■ **Bádogos-tetőfedő munkát** vállalok, javítás-építés, télen is. Ha rossz a tetője ránc van szűk-sége! Tel.: 06(20)323-3900, 06(20)332-4660

■ **Parkettacsiszolást, lakkozást,** lerakást, festést, mázolás, tapétázást vállalok Barabás Jenő kisiparos. Tel.: 349-4899, 06(70)280-0479

■ **Ezermester szolgálat!** Falfűrés, munkalap csere, bútorszerelés... bármi más! www.999mester.hu Tel.: 06(30)960-4525

■ **Csempézés, járólappozás,** teraszok, járdák, kerítések készítése, javítása! Festés, mázolás! Tel.: 06(30)341-3423

■ **Tető és terasz szigetelés,** homlokzat felújítás hőszigeteléssel, 25 éves vállalkozás: VIA-Építész Kft. 1022 Bp., Törökvez út 16/b. Tel.: 326-5312

■ **Kert-telekrendeztés!** Metszés, permetezés, fakivágás, gyepesítés, térkövezés, egyéb kerítészet, kőműves munkák vállalása. Tel.: 06(70)547-2584; 781-4021

■ **Kőműves munkát,** burkolást, vakolást, külső hőszigetelést, térkövezést vállalok. Határidőre, garanciával! Tel.: 06(20)234-0811

■ **Óbudai könyvelőiroda,** nagy tapasztalattal, felelősségbiztosítással vállalja egyéni vállalkozók, gazdasági társaságok könyvelését, beszámolójelét. Tel.: 06(30)948-6249.

■ **Festés, mázolás,** tapétázás, gipszkarton-szerelés, burkolás, laminált parkettás munkák magánsemélyek, közületek részére. Tel.: 06(30)212-3308

■ **Bádogos, tetőfedő,** lapostető szigetelés, ács munkát vállal. Kft. Tel.: 06(70)578-1468

■ **Fuvarozás, költöztetés,** teherautó bérlet, megbízhatóan, olcsón 2 és 4 t-ig vidékre is, rakodással. Kerületieknek kedvezmény. Tel.: 405-5889, 06(30)996-4538

■ **Metszést, permetezést,** diszfák formázását, kertek átalakítását, gyepke kikezeltetését vállalom. Tel.: 325-8409

■ **Lakásfelújítást vállalok.** Tisztasági festést, mázolás, garanciával! Tel.: 06(30)361-2228

■ **Villanyzerelés, hibaelhárítások,** javítások, biztosítóábla cserék, villanytűzhelyek javítások, szerelvény és lámpaszerelek. Tel.: 06(30)970-6257

■ **S.O.S. vízszelvény,** duguláselhárítás, csatornakamerázás, csőtörések javítása-bemérése, téli elzárók cseréje, ássással. Gabona Róbert. Tel.: 06(30)200-9905

■ **www.villanymester.hu** Villanyzerelés: a kapcsolócsere-től a teljes hálózat-felújításig! Tel.: 06(20)217-5117

■ **FÉG gázkészülékek** szakszervize. Javítás, felújítás garanciával. Adás-vétel, ingyenes kiszállás. Tel.: 244-5577, 06(30)429-2991

■ **Ingtalan felújítás.** Családi háza, társasházak, teljes körű felújítása, szigetelések, kőműves, festés, burkolási munkák. Tel.: 06(70)547-2584; 781-4021

Egészség

■ **Izomletapadások, nyaki- és hátfájdalmak** kezelése, teljes testmasszázs. Szakrendelőben (Vörösvári út 88-96) vagy az Ön otthonában. Csipák Zoltán gyógymasszortól! Tel.: 06-20-595-30-57

■ **Bőrgyógyászati, kozmetológiai** magánrendelés: dr. Pardavi Ágnes. Helye: 1035 Szentendrei út 10. Ideje: hétfő, szerda 16-18 óráig, illetve igény szerint. Bejelentkezés, tel.: 06(30)201-9198

■ **Bőrgyógyászati magánrendelés** hétfőn 16-18-ig, csütörtökön 11-13 óráig. III. Bécsi út 85. IV/1. Dr. Suhajda Kornélia főorvos. Bejelentkezés: 317-0631

■ **Arcjoga Arctorna Óbudán!** Egyedülálló állkapocslezárási, arcfraktúrázó módszer az óbudai Arcjoga Arctorna Stúdióban. Koós Vikki. Tel.: 06(70)772-9041, admin@arcjoga.hu; www.arcjoga.hu

■ **Kárpáti fogtechnika** Szél u. 10/a, Kórház utcai piacnál. Tel.: 240-2059, 06(20)493-1675

■ **Fül-orr-gégészeti** magánrendelés minden szerdán 18.30-tól 19.30-ig. Cím: Orvosi Centrum III. Kolosy tér 1/b. Tel.: 388-9406, 06(20)211-5190. Dr. Müller Zoltán főorvos

■ **Theta kezelés!** Tudatalatti, életerületi (anyagi, egészség, párkapcsolat) blokkok okozó hitrendszer oldása. Tel.: 06(30)966-9241

■ **A meditáció, mint gyógyszer.** Rendszeres, ingyenes tanfolyamok a gondolatok gyógyító erejéről. Tel.: 216-3727, 06(70)547-7299. www.brahmakumaris.org/hungary

■ **Arcvonal arctorna** Óbudán, természetes fiatalító megoldás. Az arc visszanyeri fiatalos kontúrját. Tel.: 06(20)779-4702, agi.arctorna@gmail.com; www.arctornaobudan.hu

■ **Érszűkület kezelése,** teljes érendszer tisztítása belgyógyász szakorvos vezetésével. Szépvölgyi úti HEV-megállónál. Tel.: 220-4641; 06(20)349-4277

■ **Dr. Kalán Júlia** bőrgyógyász-kozmetológus főorvos magánrendelése: III. ker. Bécsi út 217-ben (EuroCenternél). Gyermek-felnőtt bőrgyógyászat. Bőrkinövésék, szemölcsök eltávolítása. Bejelentkezés: 06(20)543-3948

■ **Dr. Takács Endre** bőrgyógyász főorvos csütörtök du. 3 órától magánrendelésén várja kedves betegeit: Gabriel Med Stúdió III. ker. Pozsonyi u. 32. Anyajegyszűrés, tanácsadás, kisműtétek. Bejelentkezés: 06(30)350-8359

Oktatás

■ **Matematika-, fizika-,** kémia-, magyartanárok korrepetálnak általános- és középiskolásokat a Vörösvári úton, minden délután. Középiskolai előkészítők max. 2-3 fős csoportban. Thalász-Kör, www.obudamatek.hu, tel.: 06(20)946-2027

■ **Matematika, fizikatanítás** általános és középiskolások részére szaktanártól! Házhöz megyek! 06-20-9590-134

■ **Számítógép-kezelés** oktatása, igény szerinti tematika, egyeztetett időben, a saját gépen, a saját lakásán is (a kerületben). Tel.: 06(30)964-5331

■ **Magyar nyelv és irodalom,** történelem és esztétika tanár egész évben oktatást, felkészítést, korrepetálást vállal Óbudán, az általános iskolától az egyetemig. Tel.: 367-4809, 06(70)619-5546

■ **Angol magánórak** több évig Angliában élt tanártól a Flóriánnál. Ingyenes próbaóra! Tel.: 06(30)285-2879

■ **Angolórak minden szinten,** diplomás, gyakorlott tanárnőnél. Ingyenes próbaóra. Tel.: 367-8160, 06(20)243-9043. E-mail: wagner.dora@freemail.hu

■ **Matek, fizika** tantárgyakból egész évben oktatást, felkészítést, korrepetálást vállalok

Óbudán az általános iskolától az egyetemig. Tel.: 06(30)604-1478

■ **Angol beszédcentrum** oktatás, korrepetálás, gyakorlott, precíz tanártól, korrekt óradíjjal. Tel.: 06(30)952-3691

■ **Orosz nyelvtanulás,** tapasztalt tanártól Óbudán. Hétvégen is. Tel.: 06(20)958-5544

■ **Angolitanítás, beszédkészség** fejlesztés, nyelvtan egyszerűen, hatékony érettségi, nyelvvizsga felkészítés. Tel.: 06(20)439-6410

■ **Német-angol nyelvtanítás** tanárnőnél a Római lakótelepen, minden korosztálynak. Tel.: 06(20)285-0713

Kiadó

■ **Motorbeállítóhely kiadó.** Pünkösdfürdő utca mellett, zárt, fedett, motorbeállítóhely hosszú távra kiadó. Tel.: 06(30)919-5018

■ **Csillaghegyen 115 m²-es,** nagy belmagasságú mélygarázs (mosdóval) raktárnak, garáznak kiadó. Tel.: 240-9728

■ **Kiadó-eladó-eladó-kiadó** lakást keresek sürgősen, itt a környéken. Tel.: 06(70)521-0342

■ **Kiadó lakást keresünk** hosszútávra a kerületben. Tel.: 266-2698; 06(30)826-6690

■ **Garázs kiadó** a Pók utcai lakótelepen a Légio utcában, 18 nm-es, nagy bejárati kapuval, villannyal. Tel.: 06(20)968-3685

■ **Bevezetett kulcsmásoló,** garázsozó, közszűrő üzlet kiadó szakembernek Óbudán. Tel.: 06(20)328-0065

Elad-vesz

■ **Antikváriumunk** készpénzért vásárol könyveket, könyvtárakat, képeslapokat, vitrintárgyakat, festményeket, hanglemezeket. Tel.: 332-0243

■ **Keresek: öreg motorkerékpárokat** és ezek alkatrészeit, lehet romos, hiányos. Pl.: Pannonia, Csepel, Zündapp, BMW, NSV stb., valamint oldalkocsikat is motor kulikat. Tel.: 06(70)588-7417

■ **Könyveket, könyvtárakat** (régit, újabbat) antikváriumunknak vásárolok. 100 könyv feletti díjtalan kiszállással. Tel.: 06(20)425-6437

■ **ÓBUDA ANTIKVÁRIUM** készpénzért vásárol könyveket, könyvtárakat, képeket, képeslapokat. 20 éve az óbudai közönség szolgálatában. Tel.: 388-7332; 06(20)978-1974

Régiség

■ **Bélyeg, papír- és fémpénz,** régi könyveket, festményt, műtárgyakat, papírrégiséget vásárolunk: VI. Andrassy út 16. H-SZ: 10-17, Cs: 10-19. Tel.: 317 4757

■ **Legtöbbet fizetem!** Arany-ezüst legjobb áron! Hagyatékok készpénzért! II. Margit krt. 51-53. Tel.: 316-3651, http://www.louisgalerie.hu, e-mail: lakatos@mconet.hu. Kérem jöjjön el hozzánk!

■ **Hajdu Eszter** vásárol készpénzért bútorokat, festményeket, dísztárgyakat, órákat, porcelánokat, csillárt, könyveket, írógépet, borostyánokat, szőrmét, bizsukat, csipkét, hagyatékokat. Díjtalan kiszállással! Tel.: 06-20-597-82-80

■ **Régi bútorokat,** tárgyakat, könyveket - rossz állapotú is - vásárol tanári diplomás fiatalember és lomtalanítást vállal. Tel.: 06(20)924-4123

Számítógép

■ **Computerklinika: számítógép-javítás,** karbantartás, vírusirtás, alkatrész-beszerezés, bővítés. Ingyenes kiszállással. Hívjon bizalommal. Tel.: 06(30)857-2653

Egyéb

■ **Takarítást vállalok** Óbudán heti 1-2 alkalommal illetve nagytakarítást is. Tel.: 06(20)310-8476, 06(30)966-9241

■ **Gépelés számítógépen:** levelek, könyvek, táblázatok, dipl. munkák, költségvetések, kéziratokból, rövid határidővel. Nyomdai előkészítés. Tel.: 06(20)505-2410

Üzlet

■ **Kiscelli utcában,** 45 nm üzlethelyiség ki-

Függönyök
Széles méret- és mintaválasztékban.
Karnisok
Hajlított, egyedi méretre is.
Szalagfüggöny, roló, roletta,
méteráru, bútorszövet, rövidáru.
Függönyvarrás.
A nálunk készült karnist és függönnyt
díjmentesen felszereljük.
AQUINCUM
LAKÁSTEXTIL-MÉTERÁRU
(Pók utcai lakótelep)
1031 Budapest, Vízimolnár utca 2.
Tel./fax : 24 27 157. Mobil: 06 (20) 92 63 422.
Nyitva : H-P: 10-18, Sz: 9-13.
Web: www.aquincumlakastextil.hu/

adó, irodának, raktárnak is alkalmas. Tel.: 06(30)742-4107

■ **12 nm-es üzlethelyiség** eladó a békásmegyéri piacon. Tel.: 06(30)709-7470

■ **Lehel csarnok** földszintjén hurka-kolbászsütő, felvágottas, 9 nm-es üzlet kiadó. Tel.: 06(20)943-1500

Állás

■ **Ingtalanértékesítőt keresünk** központi irodánkba, jó hangulatú csapatba. Tréninget és telefonot biztosítunk. Talpraesett, energikus személyiség szükséges. Jelentkezés fényképes önéletrajzzal: allas@csic.hu

■ **Agilis, kert munkát** ismerő és végző friss nyugdíjas jelentkezését várom. Érdeklődni: 06(20)933-3952

Ingtalan

■ **Kórház utcában**, 65 nm, háromszobás örökklakás két égtájjra néző, eladó. 10.900.000 forint. Tel.: 06(70)371-5578

ÓVODAPEDAGÓGUS FELVÉTELE. A Budapest, III. kerület, Óbuda-Békásmegyér Önkormányzatának Százszorszép Óvodája (Budapest, 1032 Reménység utca 6.) a következő álláshirdetést teszi közzé: 1 fő óvodapedagógus munkakör betöltésére, 2014. április 1-jétől, határozott időre, 2015. június 25-ig. A munkavégzés helye: a Százszorszép Óvoda telephelye; 1032 Bp., Gelléri Andor Endre utca 6. Pályázati feltétel: felsőfokú szakirányú végzettség. A pályázat benyújtásához szükséges okmányok: részletes, fényképpel ellátott önéletrajz; erkölcsi bizonyítvány; iskolai végzettséget igazoló okiratok; érvényes egészségügyi alkalmasság. Bérézés: a közalkalmazotti illetménytábla szerint. A pályázat benyújtásának határideje: 2014. március 29. Az elbírálás határideje: 2014. március 31. A pályázat benyújtásának módja: e-mailen, remeny-o@kszki.obuda.hu; személyesen, postai úton: Százszorszép Óvoda, 1032 Bp., Reménység utca 6.; minden esetben elérhetőség megjelölésével.

■ **Óbudai, zöldövezeti**, 49 nm, 1,5 szobás, napfényes, I. emeleti lakás téglapépületben, tulajdonostól eladó. Ingatlanközvetítők kíméljenek! Tel.: 06(30)242-1926

■ **45 nm-es, központi fűtéses** mobillakás eladó, 2 szoba, konyha, fürdő, wc. Tel.: 06(20)709-7474

■ **Tatabányai 535 nm-es** telken lévő 95 nm-es, négyszobás, összkomfortos (gáz+vegyes tüzelésű kazán) házam eladnám vagy budapesti lakásra cserélném. Tel.: 240-2052

■ **ELADÓ Testvérhegyen** 2009-es, PANORÁMÁS, háromszobás, első emeleti lakás négylakásos társasházban. Energiatakarékos gépészet, igényes konyha és fürdőszoba, extra beépítések. További fotók, infók az ingatlan.com 20626335 azonosítószám alatt található. 41,5 M+duplagarázs nagy tárolóval 7 M. Tel.: 06(30)966-1849

■ **Keresek kiadó garázt** a Solymár u. 4. környékén! Tel.: 06(20)983-5352

■ **Békási lkt. hegy felőli** oldalán 57 nm-es, felújított, földszinti panellakás tulajdonostól eladó. Tel.: 06(20)935-1598

■ **Miskolci, belvárosi**, kétszobás, távfűtéses, felújított lakásom budapestre cserélem vagy eladom 6,5 millió forintért. Tel.: 06-46-328-936

MAGYARORSZÁGI KAMPÁNY SZÍV-ÉRRENDSZERÜNK EGÉSZSÉGÉÉRT

A kampány keretein belül most ingyenes szűrővizsgálatokat biztosítunk azok számára, akik:

- átestek szívinfarktuson vagy agyvérzésen, vagy igazolt érszűkületük van
- és emellett koleszterinszint-csökkentő gyógyszert szednek

Jelentkezzen be **INGYENES** koleszterin- és vércukorszint mérésrel!

Indokolt esetben szakorvosi tanácsadást biztosítunk!

Synexus Egészségügyi Központ
1036 Budapest, Bécsi út 61.

436 7330 • 436 9786 • 436 9789

Ingyen megvizsgáljuk!



PATIKASZOMBAT

Ha Szombat akkor Patika!

MIKLÓS PATIKA

III. VÖRÖSKERESZT U. 11.

(MIKLÓS UTCA, VÖRÖSKERESZT UTCA SAROK)

T: (1) 240-6338

ÁLLANDÓ ÜGYELET!
ÜGYELETI DÍJ NÉLKÜL!

MÁTYÁS KIRÁLY
PATIKA

III. MÁTYÁS KIRÁLY ÚT 2.
(A TESCO EXPRESSZ MELLETT)
SZOMBATONKÉNT ESTE 8-IG
NYITOTT AJTÓVAL VÁRJUK ÖNÖKET

T: (1) 240-4320

SZENT LUKÁCS
PATIKA

(AZ ÁRPÁD GIMNÁZIUM MELLETT)

T: (1) 436-9082

KÖZÖS AKCIÓJA

Az akció érvényes minden olyan termékre, amelyre a 2006. évi XCVIII. törvény szerint gyógyszerárban kedvezmény adható. A részletekről érdeklődjön a gyógyszerárakban. Az akció 2014. december 31-ig tart!



MIKLÓS OPTIKA

1033. Budapest Vörös kereszt u. 11.

**25% VÁSÁRLÁSI
KEDVEZMÉNY**

Az akció 2014. december 31.-ig érvényes!

WWW.MIKLOSOPTIKA.HU

Titánium keretek, plusz lencse
(karcmentesítő és tükröződés-csökkentő réteggel) most csak

Az akció a készlet erejéig érvényes!

AZ AJÁNLAT MÁS KEDVEZMÉNNYEL
NEM VONHATÓ ÖSSZE!

0630 - 58 57 597
061 - 24 06 853

Hétfő - Péntek 10⁰⁰ - 18⁰⁰
Szombat 9⁰⁰ - 13⁰⁰

9.900 Ft

opticnet

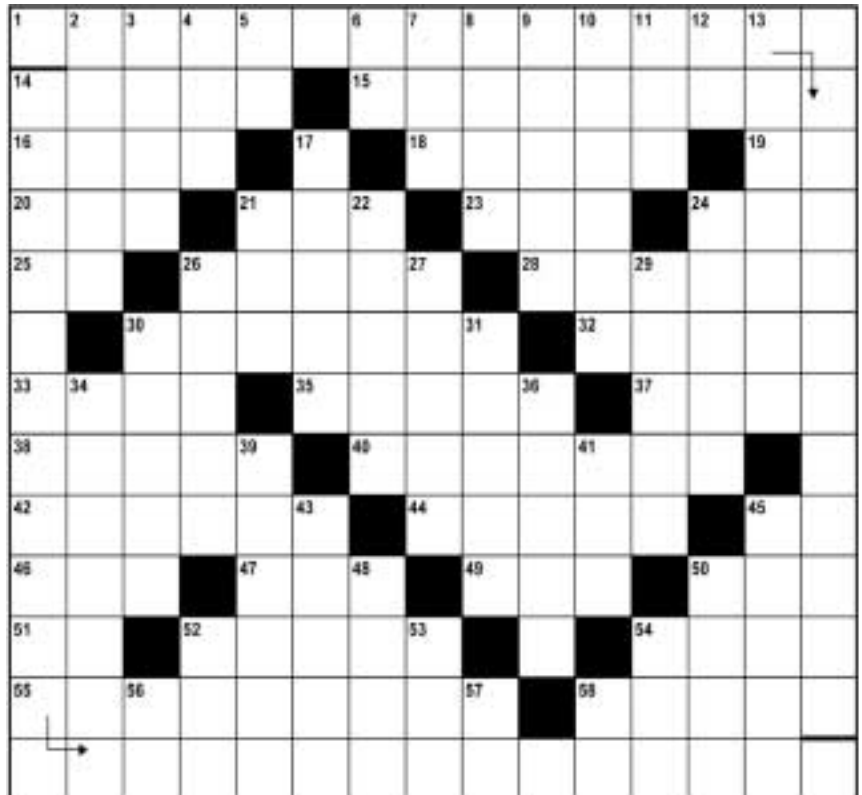
Nemzeti ünnepünk alkalmából Petőfi Sándor: A nemzethez című verséből idézünk. Megfejtés a vízszintes 1. és a függőleges 14. sorokban.

VÍZSZINTES: 1. Az idézet első sora (zárt betűk: Ó. K. N. Ū.). 14. Érendszere része. 15. Donyhából származhat névelővel. 16. Híres jegesmedvebocs neve. 18. Merre lakik (két szó). 19. Róma része! 20. Némán kidug! 21. Nagyhatalmi állam rövidítése. 23. Ilyen a lúg. 24. Luxemburgi, norvég és vatikáni autók jele. 25. Moha egynemű betűi. 26. Balhész bátorság. 28. Vajon vonod? 30. Nagy költőnk volt (1909-1944). 32. Z-vel a végén megrósz. 33. Ennivaló. 35. Riadó. 37. E. R. A. Z. 38. Újságok. 40. Odaérve. 42. Részben bevitortlázik! 44. Nyitott-e? 45. Igen egynemű betűi. 46. Hajórész. 47. Vatikáni, uruguayi és belga autók jele. 49. Távol-keleti autómárka. 50. Hálót fon. 51. Latinban et. 52. Erre foghatják a katonaköteleseket. 54. USA egyetem. 55. Tolnai víz. 58. Alumínium ötvözet.

FÜGGŐLEGES: 2. Távoli autótípus. 3. Idegen barát. 4. Egyiptomi és thaiföldi autók jele. 5. Két amper. 6. Kicsinyítő képző. 7. Az oxigén és tórium vegyjele. 8. Angol szoba. 9. Keleti istenség. 10. Egyházi fogalom. 11. Némán kapál. 12. Boci egynemű betűi. 13. Brit város. 14. Az idézet második része (zárt betűk: R. D. Á. K.). 17. Alföldi helység. 21. Rúd betűi keverve. 22. Téli locs-pocs névelővel. 24. Francia folyó. 26. ... ló, hibázik. 27. K-val az elején elvei mellett huzamosan van. 29. Evez vissza! 30. Reptet. 31. Füzetek. 34. Egyik évszakkal kapcsolatos. 36. Bátrak hozzá. 39. Szikrát hányhat. 41. Z. T. A. 43. Gyógyfürdők. 45. Közél-keleti fennsík. 48. Egyik külföldi sajt. 50. Brazília szövetségi állam. 52. Magyar, luxemburgi és svéd autók jele. 53. Tag betűi keverve. 54. Belül gyúrt! 56. Á. C. 57. Véd. 58. Doktor.

Ipacs László

Ünnepnapunkra



A február 28-án megjelent, „Kimozdulhatunk végre” című rejtvényünk megfejtése: „Mária-Magdolna Templom; Várszínház; Julianus és Gellért barát; Bécsi-kapu.”

Miért élünk fájdalommal?

FEJFÁJÁS, MIGRÉN, HÁT- ÉS DERÉKFÁJÁS, SZÉDÜLÉS...



Mi okozhatja a fenti, gyakran különböző vizsgálatokkal ki sem mutatható fájdalmakat, melyek jelentősen rontják életminőségünket?

Az első nyakcsigolya - az Atlas - helyzete

műlik testünk egyensúlya?

Dr. Liska-Mohai Marianna belgyógyász, onkológus a saját esetén keresztül jutott el a megoldáshoz. Egy baleset után kialakult nyaki és hátfájdalmak olykor az elviselhetetlenségig fokozódtak. Semmilyen vizsgálat nem igazolt olyan eredményt, amelyek ezt indokolták volna.

Ekkor találkozott egy olyan módszerrel, amely orvosi-szakmai és magánemberi érdeklődését egyaránt felkeltette. Ez az **AtlasPROfilax módszer**. Szemlélete szerint az első nyakcsigolya, az un. Atlas - amely a koponya és a gerincoszlop találkozásánál helyezkedik el - a csontvázunk **egyensúlyi központja**. Döntő szerepe van a gerincoszlop, a kapcsolódó ízületek és izmok normális helyzetének, állapotának fenntartásában. Az Atlas elmozdulásának hatása hasonló ahhoz, ahogyan egy láncon a szemek ki-

mozdulnak eredeti helyzetükből, ha a legfelső láncszem elfordul.

Az Atlas csigolya igen gyakori, akár kismértékű elmozdulása is **mozgásszervi és idegrendszeri rendellenességeket** eredményezhet. Helytelen pozíciója állhat a **fej csökkent mozgáskészsége** mögött, például ha autóban tolatáskor nem tudunk kellően hátrafordulni.

Továbbá gyakran okoz:

- tartási rendellenességet, előreesett vállakat,
- nyaki, háti és derék fájdalmat,
- visszatérő fejfájást és migrént,
- gerincferdülést, gerincsérvet,
- szédülést és fülzúgást,
- az aszimmetrikus ízületi terhelés következtében pedig aránytalan ízületi kopást, első-sorban egyoldali fájdalmakat.

A koponyából itt kilépő idegszálakra, erekre gyakorolt hatása nyomán egyéb, nagyon összetett, kiterjedt problémákat is okozhat.

Az **Atlas elmozdulását megszüntető eljárást** a svájci René Schümperli professzor fejlesztette ki a kilencvenes években. Lényege az izmok lazítása egy speciális gépi masszázsról. Az izmok fellazulásának

következtében az Atlas csigolya képes visszatérni eredeti helyzetébe. Az ezt követő regeneráció során a vázrendszer visszatér eredeti, optimális egyensúlyi helyzetébe, ezzel a **feltett fájdalmak oka szűnik meg**.

Figyelemre méltó, tartós eredmény érhető el porckorong-bántalmak esetén: **nem egy esetben a műtét is elkerülhető a korrekciónak köszönhetően!**

Liska-Mohai doktornő sok gyereknél is látványos eredményt ért el, főleg migrén esetén és ortopédiai kórképeknel (gerincferdülés, végtagrövidülés, lúdtalp). Több speciális, egyéni probléma is megoldódott, amelyek baleset vagy egyéb sérülés következtében léptek fel. A kezelés nyomán például teljesen meggyógyult az a gyerek, aki az iskolában a szék mellé ülve hanyatt esett, majd szinte állandóan szédült. Ahogyan annak a nyugdíjasnak is aki, több mint 30 éve szenvedett állandó derékfájástól - egészen a specialista által végzett kezeléssel.



Dr. Liska-Mohai Marianna

belgyógyász, klinikai onkológus,

természetgyógyász,

AtlasPROfilax specialista

Rendelő a Keleti pályaudvarnál:

1081 Rákóczi út 71.

Információ, bejelentkezés:

+36 30 928 5369 vagy drliskam@ambriel.hu

Honlap: www.ambriel.hu

Téltemető farsangi mulatság Csillaghegyen

A Csillaghegyi Polgári Kör Egyesület a hagyományos téltemető farsangi mulatságot március 1-jén rendezte a Mátyás király úti Csillaghegyi Községi Ház udvarán. A nap fénypontja a kolbász-töltő verseny eredményhirdetése volt. Rekordszámú, 19 csapat nevezett a finomság elkészítésére. Egész nap állt a bál, a zenészek, a jókedvű résztvevők és a remek időjárás is hozzájárult az esemény sikeréhez. A téltemető farsangi mulatságon *Bús Balázs* polgármester és *Varga Mihály* nemzetgazdasági miniszter zsűrizte a kolbászokat. Az ese-

ményen részt vett *Menczer Erzsébet* országgyűlési és önkormányzati képviselő.

* * *

Fergeteges farsangként harangozták be azt a mulatságot, melyet az Óbuda-Hegyvidékiek Egyesülete szervezett március 1-jén a Táborhegyi Népházban, ahová meghívták *Varga Mihály* nemzetgazdasági minisztert. A színes táncbemutatók, az ötletes jelmezek és az élvezetes zene emelték az est fényét. *Varga Mihály* a jelmezeket zsűrizte, nem volt könnyű dolga a legjobbak kiválasztásakor.



Fotó: ANTAL ISTVÁN

A nagyböjt

A húsvét előtti negyvennapos előkészületi időszak a nagyböjt, amelynek fő jellemzője a Jézus feltámadására való ünnepi rákészülés, a hitben való elmélyülés, a kiengesztelődés, lemondás révén.

A vallásos gyakorlat középpontjában ekkor a bűnbánat, a megtisztulás, az áldozatvállalás és könyörgés áll, kifejezve az ember szeretetét teremtője iránt. A nagyböjt része volt a szegé-

nyek megsegítése az imádkozás mellett. A nagyböjt első napját *hamvazószerdának* nevezik, a vasárnapokat az egyház nem tekinti böjti napnak, így jön ki húsvétig a negyven nap. Ennek azért van jelentősége, mert a Szentírásban ez a szám egyes események jelentőségét emeli ki: negyven napig tartott a vízözön, negyven évig vándoroltak a zsidók a pusztában, és Jézus Krisztus nyilvános tevékenységének megkezdése előtt negyven napot töltött a pusztában.

A hamvazószerda a farsang utáni első nap, a böjt kezdete. A IV. századtól alakult ki az a szokás, hogy a bűnbánóknak nevezettek, vagyis a főbenjáró bűnöket elkövetők, a feloldozásra várók ezen a napon nyilvánosan, mezítláb, zsákszerű ruhában vonultak be a püspök vezetésével a templomba. Itt a püspök hamuval szórta meg a fejüket, meghintette őket szenteltvízzel, majd kiutastotta őket a templomból, ahová a nagyböjt végéig nem mehettek be, csak a templom ajtajába állhattak,

és kérhették a hívek imádságát. Végül *nagycsütörtökön* nyertek feloldozást. A későbbi századokban megáldották a hamut is, melyet az előző évi *virágvasárnap* barkájából hamvasztottak. A nyilvános vezeclés megszűnése után a hamvaszás szertartása a nagyböjt bevezetőjévé vált. A mai szokás szerint a hamut a hívó homlokára rajzolja a pap, ezzel is arra emlékeztetve, hogy porból vagyunk és porrá leszünk. Ez a nap *szigorú böjtnap* volt a római katolikus vallás szerint, a XVIII. száza-

dig csak napi egyszeri étkezés volt megengedett, a húst, tejtermékeket, tojást el kellett hagyni. Napjainkban már lehet háromszor is étkezni, de csak egyszer lehet jóllakni. Általában a nagyböjt időszaka alatt tilos volt a mulatozás, vigasság.

Régebben az volt a szokás az ország egyes vidékei, hogy hamvazószerdán elmosták és eltették a zsíros edényeket, és csak húsvétkor vették elő megint. Az úgynevezett negyvenölés is elterjedt volt. Ez abból állt, hogy negyven napig csak egyszer evett napjában az, aki megtartotta. Húst és zsíros ételeket a nagyböjt alatt nem ettek azok sem, akik nem ragaszkodtak a szigorúbb böjti szokáshoz. Ilyenkor külön edényben, olajjal vagy vajjal főztek. Az étrend alakulása az egyház előírásaihoz alkalmazkodott, mind a nagyböjtben, mind az év más böjti napjain, például penteden.

Receptek nagyböjt idejére

Az ételek helyes megválasztásával a böjti napokon is változatosan lehetett étkezni. Ehhez ajánlunk egy menüsört.



Bableves

Hozzávalók: 30 dkg bab, 2 szál sárgarépa, 1 szál petrezselyem, 2 fej vöröshagyma, 1 gerezd fokhagyma, petrezselyemzöld, csipetke, margarin.

Elkészítés: a babot puhára főzzük a vegyes zöldséggel, egy fej vöröshagymával és egy gerezd fokhagymával. Szaggassuk bele a csipetkét, és addig főzzük együtt, míg be nem

sűrűsödik. A második fej vöröshagymát egy kevés zsiradékon sárgára pirítjuk, ráöntjük a levest. Összefőzzük, tejföllel kínáljuk.

Tojástokány

Hozzávalók: 8 tojás, 40 dkg rizs, vöröshagyma, só, bors, pirospaprika, petrezselyem, paradicsom vagy paradicsompüré, margarin.

Elkészítés: a tojásokat megfőzzük, majd meghámozzuk. A rizst az apróra vágott petrezselyemmel a zsiradékon megfuttatjuk, majd megízésítjük és megfőzzük. A hagymával paprikás mártást készítünk, beletesszük a paradicsomot, a karikákra vágott kemény tojásokat. Megízésítjük, egyet forralunk rajta, de ne keverjük, csak rázogassuk, hogy a tojások ne essenek szét. Úgy tálaljuk, hogy a tál közepére szedjük a tojást, a rizst köréje, koszorú formában helyezük el. Fejes salátát adjunk mellé.

Parasztrétes

Hozzávalók: 35 dkg liszt, 14 evőkanál tej, 1 evőkanál ecet, 1 tojás, 4 evőkanál olaj, pici só, vaníliás cukor, porcukor.

Elkészítés: a hozzávalókat összegyűrjük, a gyűrődészkán átdolgozzuk, erősen, egészen addig, míg hólyagos nem lesz. Tíz részre osztjuk, kis golyókat formálunk belőlük, majd minden darabot külön-külön kinyújtunk, hosszúkas formára. A közepét bevágjuk derelyemszóval, forró olajban kisütjük. Vaníliás porcukorral meghintve tálaljuk.



A Fidesz-KDNP-frakció képviselőinek fogadóórái

Választókerület	Képviselő	Időpont és helyszín
1	Laczkó Szilvia	minden hónap első hétfőjén 16-18 óra között a testületi irodában (Fő tér 4.)
2	Csapó Harold Gábor	minden hónap első keddjén 18-19 óra között a Fidesz irodában (Kaszásdülő utca 7.). Üzenet: 367-8791.
3	Désiné Németh Éva	minden hónap utolsó csütörtökén 16.30-17.30 óra között a Arpád Gimnáziumban (Nagyszombat utca 19.). Üzenet: 367-8791.
4	Szepessy Tamás	minden hónap harmadik szerdáján 18-19 óra között a Fidesz 3-as választókerületi irodájában (Kaszásdülő utca 7.). Jelentkezni Laczkó Szilviánál lehet a 06-20-499-9562 -es telefonszámon.
5	Menczer Erzsébet	minden hónap első csütörtökén 16-18 óra között a Fidesz irodában (Kaszásdülő utca 7.). A fogadóóra előzetesen be kell jelentkezni időpont-egyeztetés miatt. Telefon: 367-8791.
6	Horváth László	minden hónap harmadik hétfőjén 17.30-18.30 óra között a Kerék Általános Iskola és Gimnáziumban (Kerék utca 18-20.). Üzenet: 437-8881.
7	Havadi Elza	minden hónap első hétfőjén 16-18 óra között a Szérvaskert utcai általános iskolában (Szérvaskert utca 40.)
8	Sáringner Kálmán	minden hónap első keddjén 17-18 óra között (telefonos egyeztetés szükséges: 06-30-514-9852) a Táborhegyi úti Népházban (Torony utca 33.)
9	Bulla György	minden hónap első hétfőjén 17-18 óra között (telefonos egyeztetés szükséges: 437-8688) az Óbudai Waldorf Iskolában (Bécsi út 375.)
10	Baumann Irén Erzsébet	minden hónap első keddjén 17-18 óra között a Platán Könyvtárban (Arató Emil tér 1.)
11	Török Ferenc	minden hónap első keddjén 17-18 óra között a Keve-Kiserdei Általános Iskolában (Keve utca 41.)
12	Puskás Péter	minden hónap első hétfőjén 18-19 óra között (telefonos egyeztetés szükséges: 437-8688) a Csillaghegyi Általános Iskolában (Dózsa György utca 42.)
13	Kemény Krisztina	minden hónap második keddjén 18-19 óra között a Békásmegyeri Községi Házban (Csobánka tér 5.)
14	Kelemen Viktória	előzetes bejelentkezés alapján tartja fogadóóráját a polgármesteri hivatalban (Fő tér 3.). További információért hívja az alpolgármesteri titkárságot a 437-8509 -es telefonszámon.
15	Dr. Pappné Dr. Nagy Judit	telefonon történő előzetes egyeztetés alapján a 437-8930 -as telefonszámon, a polgármesteri hivatalban (Fő tér 3.).
16	Laukonidesz Lilla	minden hónap második csütörtökén 18-19 óra között a Fidesz irodában (Hímző utca 1.)

Kompenzációs listáról bejutott képviselők fogadóórái

Béres András (Párbeszéd Magyarorszáért)	előzetes egyeztetés alapján a 06-30-211-6111 -es számon.
Mihalik Zoltán (Itt Élünk Egyesület)	minden hónap harmadik hétfőjén, 17-től 18 óráig a képviselő-testületi irodában (Fő tér 2.)
Szanyó Miklós (Jobbik Magyarorszáért Mozgalom)	minden hónap első szerdáján 17-től 19 óráig a III. kerületi Jobbik irodában (Kabar utca 11.) Előzetes egyeztetés alapján más időpont is kérhető: 06-30-377-1857.

Az MSZP-frakció képviselőinek fogadóórái

Czeglédy Gergő (kompenzációs listáról)	előzetes egyeztetés alapján a 368-9464 -es számon, a Mókus utca 1-3. szám alatt.
Kiss László (kompenzációs listáról)	előzetes egyeztetés alapján a 368-9464 -es számon, a Mókus utca 1-3. szám alatt.
Dr. Simonka Csaba (kompenzációs listáról)	előzetes egyeztetés alapján a 368-9464 -es számon, a Mókus utca 1-3. szám alatt.

Az Óbudai Vagyonkezelő Zrt. (1033 Bp., Mozaik utca 7.) egyfordulós pályázatot hirdet az Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata tulajdonában lévő alábbi ingatlanok értékesítésére

A meghirdetett ingatlanokra a nemzeti vagyonról szóló, 2011. évi CXCVI törvény értelmében a **Magyar Államot** minden más jogosultat megelőző, valamint az egyes állami tulajdonban lévő vagyontárgyak önkormányzati tulajdonba adásáról szóló, 1991. évi XXXIII. törvény értelmében a **Fővárosi Önkormányzatot** elővásárlási jog illeti meg, továbbá minden ingatlan esetében a tulajdonviszonyok rendezése érdekében, az állam által az állampolgárok tulajdonában igazságtalanul okozott károk részleges kárpótlásáról szóló, 1991. évi XXV. törvény 9. §-a értelmében a **kárpótlásra jogosultakat elővásárlási jog illetheti meg.** Az ajánlatnak tartalmaznia kell a **pályázó adatait, a vételárat, a fizetés módját és idejét, valamint a pályázó nyilatkozatát a pályázati felhívásban foglalt feltételek elfogadására.** Egy pályázó egy ingatlanra egy ajánlatot nyújthat be. A pályázó ajánlatát a pályázat benyújtásától számított **60 napig** köteles tartani. **A pályázaton azon ajánlattevők vehetnek részt, akik a pályázati biztosítékot befizetik az önkormányzat letéti számlájára** (számlaszám: Raiffeisen Bank Zrt. 12001008-00140645-00100001).

A pályázati biztosíték befizetését igazoló bizonylatot és a pályázatokat zárt borítékban **2014. március 31-én (hétfőn) 12 óráig** lehet benyújtani az Óbudai Vagyonkezelő Zrt. Értékesítési, Helyiség- és Telekhasznosítási Osztályán (cím: 1033 Bp., Mozaik utca 7.). Az ajánlat benyújtásához formanyomtatvány letölthető a www.obuda.hu és a www.ovzrt.hu honlapról, vagy személyesen átvehető a fenti címen.
A pályázat bontása 2014. március 31-én 12 órakor a Bp., III. kerület Mozaik utca 7. szám alatt, az Óbudai Vagyonkezelő Zrt. hivatalos helyiségében történik. A pályázaton résztvevőket levélben vagy telefonon értesítjük a pályázat eredményéről. A pályázat kiírója fenntartja jogát, hogy a legjobb ajánlattevőkkel a tenderbontást követően tovább tárgyaljon, zártkörű licit tartson, illetve, a pályázatot indoklás nélkül eredménytelennek nyilvánítsa. A vevőnek **szerződéskötési díjat kell fizetnie** a 23/1995. (XII. 28.) Ör. 9/A paragrafusában meghatározottak szerint.
A pályázatokkal kapcsolatban további felvilágosítást lehet kérni az értékesítési, helyiség- és telekhasznosítási osztályon a **430-3464-es** és a **430-3466-os** telefonszámokon.
A pályázati felhívás megjelenik az *Óbuda Újságban*, felkerül a www.obuda.hu és a www.ovzrt.hu honlapra, valamint a következő internetes hirdetési fórumokra: ingatlan.com, ingatlan.net, ingatlanok.hu.
Óbudai Vagyonkezelő Zrt.
Értékesítési, Helyiség- és Telekhasznosítási Osztály

III. kerületben, Békásmegyer-Ófaluiban önkormányzati tulajdonú építési telek eladó!

Bp., III. ker. Mély utca 65791/2 hrsz., terület: 1299 m².
Övezeti besorolás: L5-III-SZ/N. Beépíthetőség: 20%.
Közmű: a telekre a közművek messzebről vezethetők be.
Csatorna hiányában az ingatlanon 1 lakás építhető.

Irányár: 16.370.866 Ft + 27% áfa,
összesen: 20.791.000 Ft.
Pályázati biztosíték (bánatpénz): 2.100.000 Ft.

III. kerületben, Békásmegyer-Ófaluiban, kedvező adottságú, gyönyörű panorámával rendelkező, önkormányzati tulajdonú, építési telek eladó!

Bp., III. ker. Rózsadoomb utca 48., 64535 hrsz., terület: 610 m².

Övezeti besorolás: L5-III-O. Beépíthetőség: 15%.
A telek keskeny, hosszú, lejtős terepadottságú.
A Rózsadoomb utca e szakasza zsákutca.
Az utcában teljes közmű található.
A telek az utcafront kivételével körbekerített.

Irányár: 9.527.559 Ft + 27% áfa,
összesen: 12.100.000 Ft.
Pályázati biztosíték (bánatpénz): 1.200.000 Ft.

Hétköznapi hősök az óbudai sportéletben

Sorozatunkban olyan edzőket szólaltatunk meg, akik csendben, különösebb reklám nélkül végzik munkájukat. Helyettük tetteik beszélnek. Olyan közösséget irányítanak, akik a sportban találják meg vágyaik beteljesülését. Ez lehet kiemelkedő versenyeredmény, vagy egyszerűen csak az egészségükért, a jó közérzetért sportolnak.

Hamzsik László, a Judo-Karate Akadémia vezetőedzője

- *Hogyan ismerkedett meg a sportággal?*

- 1976-ban a Budapesti Spartacus Judo Clubban ismerkedtem meg a judoval. Az egyik edzést meglátogatta egy japán nagymester, aki néhányunkat kiválasztott, és sokkal keményebb edzéseket tartott nekünk a hétből hat napon, minden reggel és este. A 6. danos nagymester, Kobayasi Kenuchyro kemény, rendkívül szigorú edzéseinek köszönhetően, hogy három alkalommal nyertem Európa-bajnoki címet.

- *Miért éppen Óbudán folytatja tevékenységét?*

- 1974-ben költöztem szüleimmel Óbudára, noha most már a IV. kerületben élek, a mai napig visszavágyom Óbudára, mert itt barátságos családokkal tartjuk a kapcsolatot és nagyon sokan ismernek.

- *Milyen értékek mentén, szellemiségben működteti az egyesületet?*

- Nekünk nagyon fontos a gyerekek sportoltatása, a tiszteletre nevelése, az alázatosság megélése, a kitartás és az összetartás a mindennapokban is. Azoknak a családoknak is segítünk, ahol családi problémák, vagy valami tragédia nehezíti a mindennapi életet. A szülők felé a tiszteletet minden esetben a legfontosabbak közé soroljuk. Ebben a kiegyensúlyozott szel-



lemben élek családommal, és így alapítottuk meg leányommal a Judo-Karate Akadémiát. Európában egyedül nálunk tanulhatják a gyerekek egy időben a két tradicionális küzdősportot, a judót és a karatét.

- *Mi motiválja ennyi idő után?*

- Mindenképpen a gyerekek szeretete és a szülők nagyon nagy el-

ismerése éltet mindkettenket. Lányomnak, Hamzsik Nikolettnek olyan égi türelme és kitartása van ebben a rohanó világban, hogy azt csak azok tapasztalhatják meg, akik hozzánk járnak rendszeresen sportolni. Nálunk is az összetartás és a szeretet a legerősebb motiváció.

- *Milyen korosztályokkal foglalkoznak?*

- Jelenleg iskolás gyerekek járnak hozzánk az első osztályostól a gimnáziumi végzős diákokig, de könnyen csatlakozhat bármikor teljesen kezdő testvér, barát, osztálytárs vagy szülő is. Ugyanazt a fegyelmet kérjük tőlük is, mint aki már esetleg több éve nálunk fejlődik.

- *Mikor érdemes elkezdeni a judót, mikor*

és hol tartanak edzéseket?

- A judo és a karate is az önvédelemről szól. A judo főleg esés- és dobás technikákon alapszik, a földharc még színesebbé teszi ezt az ágat, a karate gyakorlása közben a gyerekek megtanulhatják a rúgást, ütést és ezeknek a körmönfont összekapcsolt változatait. Így a kérdésre a válaszom egyértelmű: már holnap érdemes elkezdni ezt a sportot korosztálytól függetlenül. Várjuk azokat a fiúkat és lányokat, akik kedvet éreznek az önvédelmi sportok iránt. Az edzések helyszíne: *Dózsa György út 42., Csillaghegyi Általános Iskola*. Edzési időpontok: *kedd 18-tól 19 óráig, csütörtök 19-től 20 óráig.*

- *A sport mellett mi kapcsolja ki szabad idejében?*

- Nagyon sok család úgy fejezi ki felénk a szeretetét és úgy mond nekünk köszönetet, hogy meghívunk egy-egy szülinapra vagy egy kerti partira. Voltunk már gyerekekkel játszóházban is a szülőkkel együtt. A nyári és téli edzőtáborokat nem tekintjük munkának, örömmel tölt el bennünket, amint látjuk a gyerekek vidámságát a kemény edzések és a sikeres övvizsgák után.

- *Kik segítik, támogatják munkájukat?*

- Nincs támogatónk, a Judo-Karate Akadémia nonprofit szervezetként működik.

Lovas Albert

Nőnap aerobik



Foto: ANTAL ISTVÁN

Szabadidő, szeretem! - ez volt szlogenje annak a Nőnap Fitness Nap nevű sportrendezvénynek, amelyet március 8-án, a nemzetközi nőnapon tartottak a Kerék Általános Iskola és Gimnáziumban. Az egész napos programot - amelyben zumba, alakformáló óra, jóga, deepwork, bodyart és dance aerobik is szerepelt - a kerületi laccím kártyával rendelkezők ingyenesen látogathatták. **Menczer Erzsébet** országgyűlési és önkormányzati képviselő is a mozogni vágyók soraiban volt



Minden évben március 1-jén nyit a sokak által használt és kedvelt, Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata és a Berguson Kerékpárszaküzlet közös üzemeltetésében Óbuda Kerékpárkölsönző.

Az Óbuda Kerékpárkölsönző március 1-jén, immár ötödik éve újra megnyitotta kapuját változatlan, alacsony árakon. Kerületi lakosok hétköznap 200 Ft/nap összegért tudnak kerékpárt bérelni, a nem óbudai lakosoknak 200 Ft/óra, hétfőig és munkaszüneti napokon a bérleti díj 200 Ft/óra.

A bérleti díj egyes típusok esetében eltérhet.

A kerület nonprofit kerékpárkölsönzője most is kiemelt figyelmet fordított arra, hogy kerékpárparkja kifogástalan műszaki állapotban legyen. A bérelhető kerékpárokról, illetve a feltételekről az www.obudakerekpar.hu oldalon kaphatnak további tájékoztatást.

(Nyitva tartás: hétfőtől péntekig 7-től 19 óráig, szombat-vasárnap 9-től 19 óráig. Cím: 1033 Budapest, Lakatanya utca 1/B. Telefonszám: +36-20-207-3133.)

Beindult a bringás élet



Aerobik – Háromból három

Utánpótlás viadal Portugáliában

Remekül szerepeltek a Vasas tehetséges aerobikosai a portugáliai utánpótlás viadalon. Három versenyszámban indultak, és mindhárom eredményhirdetésekor dobogóra szóltatták őket.

Impozáns, mégis csatládias jellegű az a complexum Cantanhedeben, ahol a tíz nemzet részvételével zajló versenyt rendezték. A döntőkre nagyjából 1500-2000 néző jött össze, így ennyien láthatták azt is, ahogy a vasasos lányok komplett ezüstérem-kollekciót gyűjtönek be.

A „kicsiknél” (9-11 évesek) mind a trió (Kondorosi Nóra, Csor-

dás Loll, Ruff Rebeka), mind a csoport (Kondorosi Nóra, Csordás Loll, Simon Szonja, Bihary Anna, Yoon SeungHee) megszerezte a kitűnőnek mondható második helyet.

Rajtuk kívül Ésik Blanka elsőéves juniorként indult egyéniben, ami nagy váltás volt számára. A teher azonban nem nyomta „agyon”, ötödik helyen jutott be a döntőbe, ahol rátett még egy lapáttal, hiszen csak egy észtlány tudott nála magasabb pontszámot elérni.

Dóczy Dorottya szakosztály-igazgató így értékelt: - Nemzetközi bíróként sok mindenkivel kapcsolatba kerültem eb-

ben a pár napban, többen gratuláltak nekünk a sportági vezetők közül és biztosítottak arról, hogy jó úton haladunk a Vasasnál. Nagyon elégedett va-

gyok a lányokkal, kihozták magukból a maximumot. Kezd beérni az elévzett munka gyümölcse. Fontos volt, hogy az elmúlt hetekben a Folyondár utcában már pont olyan talajon tudunk készülni, mint amilyen a kinti versenyen volt. Azt gondolom, hogy a most

elért eredmények az összes Vasasban aerobikozó fiatalnak nagy motivációt adhatnak, hiszen kemény munkával bárki eljuthat erre a szintre. Szeretnék köszönetet mondani Kolozsvári Anna edzőkollégámnak is, aki szintén rengeteget tett sikerünkért.



Kedves Szülők!

- Az UTE Kajak- Kenu szakosztálya felvétel hirdet 9-13 éves úszni tudó, kenuzni vágyó fiúk részére.
- Szeretné, hogy gyermeke kellemes és biztonságos környezetben, hasznosan töltsse el szabadidejét?
Hozza hozzánk, a nagy múltú UTE-ba sportolni, versenyezni!
- A jó hangulatú szakképzett edző által irányított foglalkozások során a fiatalok elsajátíthatják Magyarország legsikeresebb sportágának alapjait.
- Nyári szünetükben napközis tábort szervezünk!
- Érdeklődni, jelentkezni: Schmidt Dániel edzőnél a 0630-863-0636-os telefonszámon, e-mail: s.danio92@freemail.hu és a helyszínen az UTE víztelepén: III. kerület Árpád fejedelem útja 65. alatt, ami a szentendrei HÉY Timár utcai megállójánál található a Duna-parton.

Honlap: www.atekajakken.hu



ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER ÖNKORMÁNYZATA BEMUTATJA:

ÓBUDAI FUTÓFESZTIVÁL



Időpont: 2014. április 26. szombat

Versenyközpont, rajt/cél, öltöző, WC, frissítőállomás:

a Pünkösdfürdő utca, és a Kossuth Lajos üdülőpart
találkozásánál, a Duna-parton

Rajtok és távok:

- 9.30 h – 3,5 km
- 10.30 h – 7 km
- 12.00 h – félmaraton

A részvétel 3,5 km, valamint 7 km távokon ingyenes.

A félmaraton távon a nevezési díj 1.500 Ft,
amely tartalmazza a chipes időmérést
és a rajtszámot.

A nevezés regisztrációhoz kötött:
a www.obudasport.hu honlapon,
2014. 04. 17. 12.00 óráig lehetséges.

Helyszíni nevezés nincs.

Minden célba érkezőt
egyedi éremmel ajándékozunk meg!
A helyszínen ingyenes egészségügyi
szűrés igénybevehető.

MŰSORVEZETŐ: PÉTER ATTILA

1037 Budapest, Laborc u. 2., +36 1 388 9770



Keress minket a facebookon:

www.facebook.com/obudasport

Főtámogató:



Szervező:



Partnereink:



**Szabadidő,
szeretem!**

Az Óbudai Vagyonkezelő Zrt. (1033 Bp., Mozaik utca 7.) egyfordulós pályázatot hirdet az Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata tulajdonában álló üres, tehermentes, nem lakás céljára szolgáló helyiségek tulajdonjogának értékesítésére

Az 5.000.000 forint felett meghirdetett ingatlanokra a nemzeti vagyonról szóló, 2011. évi CXCVI törvény értelmében a **Magyar Államot** minden más jogosultat megelőző **elővásárlási jog illeti meg**, minden ingatlan esetében a tulajdonviszonyok rendezése érdekében, az állam által az állampolgárok tulajdonában igazságtalannul okozott károk részleges kárpótlásáról szóló, 1991. évi XXV. törvény 9. §-a értelmében a **kárpótlásra jogosultakat elővásárlási jog illetheti meg**, illetve az egyes állami tulajdonban lévő vagyontárgyak önkormányzati tulajdonba adásáról szóló, 1991. évi XXXIII. törvény 39. § (2) bekezdése alapján a **Fővárosi Önkormányzatot elővásárlási jog illeti meg**. A helyiségekre külön-külön lehet ajánlatot tenni, melynek tartalmaznia kell a **pályázó adatait, a vételárat, a fizetés módját és idejét, valamint a pályázó nyilatkozatát a pályázati felhívásban foglalt feltételek elfogadására**. A pályázó ajánlatát a benyújtástól számított **60 napig** köteles tartani. **A pályázaton azon ajánlattevők vehetnek részt, akik a pályázati biztosítékot befizetik az önkormányzat letéti számlájára** (számlaszám: Raiffeisen Bank Zrt. 12001008-00140645-00100001). A pályázati biztosíték befizetését igazoló bizonylatot és a pályázatokat zárt borítékban **2014. március 31-én (hétfőn) 12 óráig** lehet benyújtani az Óbudai Vagyonkezelő Zrt. Értékesítési, Helyiség- és Telekhasznosítási Osztályán (cím: 1033 Bp., Mozaik utca 7.). Az ajánlat benyújtásához formanyomtatvány letölthető a www.obuda.hu és a www.ovzrt.hu honlapról, vagy személyesen átvehető a fenti címen.

A pályázat bontása 2014. március 31-én 12 órakor a Bp., III. kerület Mozaik utca

<p>Bp., III. ker. Apát u. 2. fsz., 18910/98/A/51 hrsz. raktár, alapterülete: 55 m².</p> <p>A helyiség a kaszásdűlői lakótelepen, 4 emeletes panelépület földszintjén helyezkedik el, közvetlen utcai bejárattal. A helyiség középső részén WC és mosdó helyiség került kialakításra, a társasház közmvézetékei a falak és a mennyezet mentén futnak.</p> <p>Bevezetett közmű: víz, villany, csatorna, valamint átmenő távfűtés csövek.</p> <p>Irányár: 5.530.000 Ft. Pályázati biztosíték (bánapénz): 550.000 Ft. Hivatalos megtekintés: megegyezés szerint.</p>	<p>Bp., III. ker. Boglár u. 6. fsz. 1., 64057/13/A/300 hrsz. üzlethelyiség, alapterülete: 59 m².</p> <p>A helyiség a békásmegyeri lakótelep Duna felőli oldalán, panelépület földszintjén található, két utcai bejárattal rendelkezik.</p> <p>Bevezetett közmű: víz, villany, csatorna, távhő.</p> <p>Irányár: 7.620.000 Ft. Pályázati biztosíték (bánapénz): 760.000 Ft. Hivatalos megtekintés: megegyezés szerint.</p>
<p>Bp., III. ker. Csalma u. 1., 23081/0/A/10 hrsz. garázs, alapterülete: 16 m².</p> <p>A helyiség Rómaifürdön található, a Csalma utca felőli oldalon a társasházhoz tartozó melléképületek egyike. Megközelítése közvetlenül az utcáról kétszárnyú acél kapun át biztosított. A helyiség gyenge műszaki állapotú. Az ingatlan L5-II-SZ/N építési övezetbe tartozik, a beépítés mértéke jelenleg is meghaladja a legnagyobb beépítés mértékét, ezért az állagvédelmen, felújításon, korszerűsítésen kívül más munka nem végezhető.</p> <p>Bevezetett közmű: villany.</p> <p>A társasházi alapító okirat alapján a helyiség értékesítésekor a tulajdonostársaknak elővásárlási joga van.</p> <p>Irányár: 770.000 Ft. Pályázati biztosíték (bánapénz): 77.000 Ft. Hivatalos megtekintés: megegyezés szerint.</p>	<p>Bp., III. ker. Harang u. 12. fogadószint, 18910/88/A/87 hrsz. garázs, alapterülete: 54 m².</p> <p>A helyiség a kaszásdűlői lakótelepen, 4 emeletes panelépület fogadószintjén helyezkedik el, két beállási lehetőséggel, külön-külön bejárattal. A helyiségben a társasház közmvézetékei futnak a falak és a mennyezet mentén, valamint az elzárók is itt vannak.</p> <p>Bevezetett közmű: víz, villany, csatorna.</p> <p>Irányár: 5.470.000 Ft. Pályázati biztosíték (bánapénz): 550.000 Ft. Hivatalos megtekintés: megegyezés szerint.</p>
<p>Bp., III. ker. Harang u. 12. fogadószint, 18910/88/A/88 hrsz. raktár, alapterülete: 21 m².</p> <p>A helyiség a kaszásdűlői lakótelepen 4 emeletes panelépület fogadószintjén helyezkedik el, közvetlen utcai bejárattal rendelkezik. A helyiségben a társasház közmvézetékei futnak a falak és a mennyezet mentén, valamint az elzárók is itt vannak.</p> <p>Bevezetett közmű: víz, villany, csatorna.</p> <p>Irányár: 750.000 Ft. Pályázati biztosíték (bánapénz): 75.000 Ft. Hivatalos megtekintés: megegyezés szerint.</p>	<p>Bp., III. ker. Harrer P. u. 22. fsz., 18267/3/A/305 hrsz. egyéb helyiség, alapterülete: 25 m².</p> <p>A helyiség 10 emeletes panelépület földszintjén található, szélső elhelyezkedéssel, két utcai bejárattal rendelkezik.</p> <p>Bevezetett közmű: víz, villany, csatorna, távfűtés.</p> <p>Irányár: 3.810.000 Ft. Pályázati biztosíték (bánapénz): 380.000 Ft. Hivatalos megtekintés: megegyezés szerint.</p>
<p>Bp., III. ker. Jendrassik Gy. u. 1. fsz. 1., 62321/66/A/1 hrsz. üzlethelyiség, alapterülete: 118 m².</p> <p>A helyiség a békásmegyeri lakótelep hegy felőli oldalán, 10 emeletes panelépület földszintjén található, a korábban irodaként funkcionáló helyiségcsoport közvetlen utcai bejárattal rendelkezik.</p> <p>Bevezetett közművek: víz, villany, csatorna, távfűtés.</p> <p>Irányár: 13.560.000 Ft. Pályázati biztosíték (bánapénz): 1.360.000 Ft. Hivatalos megtekintés: megegyezés szerint.</p>	<p>Bp., III. ker. Szél u. 14., 18135/18/A/37 hrsz. műhely, alapterülete: 17 m².</p> <p>A helyiség a kaszásdűlői lakótelepen, 4 emeletes panelépület földszintjén lévő műhely a lépcsőház felől, a közös tárolón keresztül közelíthető meg.</p> <p>Bevezetett közművek: villany.</p> <p>Irányár: 830.000 Ft. Pályázati biztosíték (bánapénz): 83.000 Ft. Hivatalos megtekintés: megegyezés szerint.</p>
<p>Bp., III. ker. Szent István u. 2. (Szentendrei út 391.), 64037 hrsz. üzlethelyiség, alapterülete: 54 m².</p> <p>Az épület nincs társasházba alakítva, osztatlan közös tulajdonban van, ezért a tulajdonostársaknak elővásárlási joga van. Közvetlen utcai bejárattal rendelkezik.</p> <p>Bevezetett közművek: víz, villany, csatorna, gáz.</p> <p>Irányár: 8.000.000 Ft. Pályázati biztosíték (bánapénz): 800.000 Ft. Hivatalos megtekintés: megegyezés szerint.</p>	

7. szám alatt, az Óbudai Vagyonkezelő Zrt. hivatalos helyiségében történik. A pályázaton résztvevőket levélben vagy telefonon értesítjük a pályázat eredményéről. A pályázat kiírója fenntartja jogát, hogy a legjobb ajánlattevővel, a tenderbontást követően tovább tárgyaljon, zártkörű licitet tartson, illetve, a pályázatot indoklás nélkül eredménytelennek nyilvánítsa. A vevőnek **szerződéskötési díjat kell fizetnie** a 23/1995. (XII.28.) Ör. 9/A paragrafusában meghatározottak szerint.

A pályázatokkal kapcsolatban további felvilágosítást lehet kérni az értékesítési, helyiség- és telekhasznosítási osztályon a 430-3464-es és a 430-3465-ös telefonszámokon. A pályázati felhívás megjelenik az *Óbuda Újságban*, felkerül a www.obuda.hu és a www.ovzrt.hu honlapra, valamint a következő internetes hirdetési fórumokra: ingatlan.com, ingatlan.net, ingatlanok.hu.

**Óbudai Vagyonkezelő Zrt.
Értékesítési, Helyiség- és Telekhasznosítási Osztály**

Települések címerei a WestEnd kiállító csarnokában

Hírösszefoglaló: Magyarország 259 településének, köztük Óbuda-Békásmegyernek a címere is látható a WestEnd City Center kiállításán, amelyen a QR kódok segítségével a jelképek mellett a helységek múltját és jelenét is megismerheti a közönség.

A bevásárlóközpont célja, hogy évi 20 millió látogatója számára bemutassa Magyarország városainak és falvainak múltját, történelmét, összegyűjtve az ország 3000 településének mind a 3000 címerét - mondta *Prosits Attila*, a WestEnd City Center ügyvezető igazgatója. Mint emlékeztetett: a Magyar Önkormányza-



Fotó: ANTAL ISTVÁN

tok Szövetségén keresztül minden magyar település önkormányzatának megkeresést küldtek, ezek címerei a jelentkezés sorrendjében kerülhetnek ki.

259 címerrel találkozhat a közönség, ezek 2015 januárjáig lesznek láthatók, majd újabb pá-

lyázó települések címereit helyezik ki. A színes ábrák a korlátok alatti fal felületen lesznek láthatók megyénként csoportosítva, fölöttük, a korlátokon pedig okostelefonon leolvasható QR-kódok jelenítenek meg minden lényeges információt az adott címer történetével és az ahhoz tartozó településsel kapcsolatban.

Ékszerek ebből-abból

Családi ékszerekészítés újrahasznosított anyagokból március 30-án 10-től 14 óráig a Magyar Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeumban. Amiből mindennapi életünk során hulladék válik, abból meglepően változatos ékszereket lehet varázsolni. Környezettudatos műhelyben nyakék, fülöngyű, karkötő készül. „A szépség és a reklám” című időszaki kiállításához kapcsolódó program. Nem csak nőknek! (Cím: Korona tér 1., volt Dugovics Titusz tér. Belépő: 800 Ft/fő.)

Bohém klub

Márciusban ismét Bohém klub a Kultea színpadán, a Magyar Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeumban. A törzsvendégeket és az új érdeklődőket egyaránt várják március 20-án 20 órától a Bohém Ragtime Jazz Band koncertjére. (Belépő: 2000 Ft/teljes árú, illetve 1500 Ft/kedvezményes /diák/; 4 alkalmas bérlet az egész évadra 6000 Ft/fő, mely átruházható, 4 alkalmas kedvezményes bérlet diákoknak 4000 Ft/fő, mely átruházható. Cím: Korona tér 1.)

Megjelenésünk

Lapunk következő száma március 28-án, pénteken jelenik meg. Újságunk korábbi számai is olvashatók a www.obuda.hu honlapon.

Hahota

- Apu, átmehetek Tomihoz játszani?
- Hozzá nem mehetsz, mert elkapta tőled a náthát. De menj át Zolikához, ő még nem lázasodott be.
* * *

- Mit szólsz az új szakácsnők főztijéhez, Kázmér? Nemrég végezte el a szakácsanfolyamot.
- Az lehet. De az is biztos, hogy ebből a hagyományos rostélyosból megbukott.
* * *

- Nagyon peches rendszámot kaptam az új autómra: ABC-100.
- Miért peches ez?
- Azért, mert minden rendőr fejben tudja tartani.
* * *

- Kalauz úr, van még annyi időm a vonat indulásáig, hogy elbúcsúzzam a feleségemtől?
- Az attól függ, hogy milyen régen nős az úr.
* * *

- Elemér, te hova jársz olyan gyakran, ha Olaszországba utazol?
- Csak Velencébe. Tudod, ott az ágyból is lehet pecáználni.
* * *

- Halló, te vagy az szerelmem?
- Igen - feleli Gizike.
- Ott ki beszél?
* * *

- Mondd, Micikém, te ki tudsz jönni a fizetésedből?
- Igen, csak bemenni nem tudok belőle sehova.
* * *

- Elolvastam a darabját, fiatalember.
- Milyennek találja, igazgató úr?
- Majdnem olyan, mint a Hamlet. A szellemnek nagyon kis szerepe van benne.

A VIDÁM SZÍNPAD Óbudán az EuroCenterben

Az EuroCenterben láthatók a nagy múltú Vidám Színpad március végi előadásai. Jönnek az orosz-ék! Maksa hozta, övé a balhé! március 23-án 19 órától. * Ön is lehet gyilkos! március 25-én 19 órai kezdettel. * A szerelmes nagykövet március 26-án 19 órától. * Hányszor mondjam még? március 27-én 14 órai kezdettel. * Forró hétvége március 27-én 19 órától. * Az örület határán március 28-án 19 órai kezdettel. Jegyvásárlás a helyszínen és az Interticket hálózatán keresztül. (Információ: 06-70-370-5441, pénztár: 06-70-370-5442. Nyitva tartás: szerdától vasárnapig, 13-tól 20 óráig. Cím: EuroCenter, Bécsi út 154.)

HÉTKÖZNAPI TÖRTÉNET



ÓBUDA, a III. kerületi Önkormányzat lapja, megjelenik 66.700 példányban

Igazgató-főszerkesztő: **Karalyos József**

Lapszerkesztő: **Klug Miklós**

Munkatárs: **Szeberényi Csilla** • Tördelés: **Ujvári Sándor**

Kiadja az Önkormányzat megbízásából az **IMPRESS-RÉGIÓ Kft.**

Szerkesztőség, hirdetésszervezés: 1035 Bp., III. Szentendrei út 32. Tel./fax: 430-1250.

Kiadó: 1052 Bp., V. Váci u. 18. III. em. Tel./fax: 267-0524, 267-0525.

E-mail: obudausjag@gmail.hu; obudausjag@gmail.com

Nyomás: Comorn Lapmanager Kiadó és Kereskedelmi Kft.

1031 Budapest, Órló u. 2. IV/12. Ügyvezető igazgató: **Bányai Péter**

KIPUFOGÓ KLINIKA

KIPUFOGÓ, KATALIZÁTOR, FLEXIBIL

MŰSZAKI VIZSGA

1039. Bp. Árpád utca 23. Tel: 240-5603

1147. Bp. Fogarasi út 189. Tel: 383-8095

www.kipufogo.hu



Cziniel

Figurás torták

1031 Nánási út 35.

www.cziniel.hu

Kereszténydemokrata Fórum

Dr. Faigl Ilona belgyógyász, családorvos szakorvos, a Dr. Batthyány Strattmann László Orvoskör Egyesület elnöke „A magyarság Mária-tisztelete” címmel tart előadást *április 1-jén 18 órai* kezdettel a Selyemgombolyítóban. A vetítés anyagát összeállította: Erdős E. Levente nyugdíjas egyetemi docens. (Cím: Miklós tér 1.).

Ingyenes adótanácsadás

A Fidesz III. kerületi szervezete ingyenes adótanácsadást szervez *minden hónap második keddjén (legközelebb április 8-án) 17-től 19 óráig a Hímző utca 1. szám alatti Fidesz irodában.*

Gyászír

Mély megrendüléssel tudatjuk, hogy **Hódl Tibor** munkatársunk életének 44. évében, 2014. február 20-án elhunyt. Váratlan halála pótolhatatlan veszteség a polgármesteri hivatal számára, ahol 15 éven keresztül dolgozott szociális ügyintézőként, csoportvezetőként, majd osztályvezetőként. Munkáját fáradhatatlanul, nagy szakmai tudással, hozzáértéssel végezte. Akik ismerték, szerették Őt emberségéért és segítőkészségéért. Emlékét megőrizzük: mi, akik munkatársai voltunk, és azok a kerületi lakosok, akikkel életében jót tett. Hódl Tibort Budapest Főváros III. kerület Óbuda-Békásmegyeri Polgármesteri Hivatala a közszolgálat halottjává nyilvánítja.

Búcsúztatás

Csala Zsuzsa, a Vidám Színpad Örökös Tagja, Jászai-díjas, érdemes művész búcsúztatását *március 21-én 11 órakor, a Szent István Bazilikában (1051 Bp., Szent István tér 1.),* római katolikus szertartás keretében tartják. Kérjük, részvételi szándékát előre jelezze a Vidám Színpad Sajtón; *Rácz Zsuzsanna (+36)70-370-5308, sajto@vidam-szinpad.hu. Részvételnnyilvánítás: Vidám Színpad, Budapest 1307 Pf.: 70.*

Ingyenes tanácsadások

- A Fidesz 4-es választókerületének megbízásából *dr. Tószky Balázs* ügyvéd *minden hónap első keddjén (legközelebb április 1-jén) 17-től 19 óráig* a Csillaghegyi Községi Házban (*Mátyás király út 13-15.*) tart ingyenes jogsegélyt. * Minden hónap negyedik keddjén (*legközelebb március 25-én*) *17-től 19 óráig dr. Tószky Balázs* ingyenes jogsegélyt tart a *Hímző utca 1. szám* alatti Fidesz irodában. * *Dr. Gáthy Zsuzsanna* ügyvéd *minden hónap harmadik csütörtökén (legközelebb március 20-án) 16-tól 19 óráig* a Békásmegyeri Községi Házban (*Csobánka tér 5.*) tart ingyenes jogsegélyt. * *Varga Mihály* miniszter, a Fidesz 4-es választókerületi elnökének megbízásából *dr. Kóvári Béla* ügyvéd ingyenes jogsegélyt tart *minden hónap második csütörtökén (legközelebb április 10-én) 18-tól 20 óráig* az Óhegyi Népházban (*Toronya utca 33.*). (Bejelentkezés nem szükséges, érdeklődni a Fidesz 4-es választókerületének irodájában, a *Hímző utca 1. alatt, vagy a 453-2900-as telefonszámon* lehet.)
- A Kereszténydemokrata Néppárt III. kerületi Szervezete a *Váradi utca 17. szám* alatti irodájában *csütörtökönként 16.30-tól 18.30 óráig* fogadóórát tart, amely *minden hónap harmadik csütörtökén (legközelebb március 20-án)* ingyenes jogi tanácsadással egészül ki.
- Az MSZP III. kerületi szervezetének megbízásából *dr. Kelen Botond*, a *Mókus utca 1-3. szám* alatt *minden hónap páratlan csütörtökén 15-től 17 óráig* ingyenes jogi tanácsadást tart. Időpont-egyeztetés szükséges a *368-9464-es telefonszámon*.
- A Demokratikus Koalíció III. kerületi Szervezete a *Kerek utca 80. szám* alatti irodájában *minden hónap második szerdáján (legközelebb április 9-én) 16-tól 17 óráig* fogadóórát tart, melynek során ingyenes jogi tanácsadást nyújtanak. (Érdeklődni *Albert Eszternél a 06(30)555-6228-as telefonszámon, vagy a budapest10@dkp.hu e-mail címen* lehet.)

FOGADÓÓRA. Zsiga-Kárpát Dániel

(Jobbik Magyarországért Mozgalom) országgyűlési képviselő fogadóóráját *minden hónap első péntekén 16 órától* tartja a *Kabar utca 11. szám* alatti *Jobbik irodában*. Előzetes bejelentkezés szükséges a *06(30)871-3439-es számon*, ahol külön időpont-egyeztetésére is mód van.

FOGADÓÓRA. Dr. Oláh

Lajos országgyűlési képviselő fogadóórát tart. Az érdeklődők a *+36-20-770-6593-as telefonszámon* vagy a *lajos.olah@parlament.hu* e-mail címen jelentkezhetnek időpont-egyeztetés céljából.

1036 Budapest, Nagyszombat utca 1.
Telefon: 1/250 90 86 Mobil: 30/494 45 48
<http://www.dentalpalace.hu> info@dentalpalace.hu
Rendelési idő: Hétfő - Péntek: 8:00 - 20:00



DENTAL PALACE
 Óbudai Fogászati Központ



Szolgáltatásaink:

Diagnosztika: digitális panoráma röntgen • digitális intraorális röntgen • intraorális kamera rendszer
 Dentálhigiéniá: ultrahangos fogköeltávolítás • professzionális fogtisztítás • fogfehérítés
 Esztétikai és konzerváló fogászat • **Fogfehérítés - ZOOM! csak 39.000 Ft**
 Fogpótlás: fémmentes pótlások • **Zirkon korona 60.000 Ft**
 Szájsebészet: bölcsességfogak műteti eltávolítása • cysta sebészi kezelése • **implantáció (fogbeültetés) • lézeres kezelések**
 Gyermekefogászat és fogszabályozás
 Ingyenes implantátum beültetés konzultáció és röntgen készítés
 Ingyenes konzultáció ajakfeltöltésről és arc ráncatlanításról

10% KEDVEZMÉNY Minden új páciensnek, aki elhozza magával ezt a kupont, 10% kedvezményt adunk az első alkalommal! (Dental Palace Óbudai Fogászati Központ)

Országgyűlési képviselők választása 2014. április 6.

Tájékoztató magyarországi lakcímmel nem rendelkezők, valamint Európai Unió más tagállama állampolgárának névjegyzékbe vételéről

Magyarországi lakcímmel nem rendelkezők:

2014-től kezdve a magyarországi lakcímmel nem rendelkező magyar választópolgár is szavazhat az országgyűlési választásokon a pártlistákra, amennyiben a Nemzeti Választási Irodától kéri felvételét a névjegyzékbe. A regisztrációhoz érvényes magyar személyi azonosító, érvényes magyar útlevel, honosítási okirat vagy állampolgársági bizonyítvány szükséges.

A névjegyzékbe vételi nyomtatvány (*Névjegyzékbe vételi kérelem a magyarországi lakcímmel nem rendelkező választópolgárok számára*) a Nemzeti Választási Iroda honlapján www.valasztas.hu vagy ha rendelkezik ügyfélkapus regisztrációval, a www.magyarorszag.hu honlapon tölthető ki és küldhető be, továbbá postai úton is eljuttatható a kérelem a Nemzeti Választási Irodához (*Budapest 1854 Magyarország*) **2014. március 22-én 16 óráig**. A nyomtatvány beszerezhető a külképviseleteken is. A névjegyzékbe vétel akkor kérhető, ha a választópolgár

- magyar személyi azonosítóval rendelkezik (a lakcímkártyáján találja), vagy útlevellel, honosítási okirattal vagy állampolgársági bizonyítvánnyal tudja igazolni magyar állampolgárságát; és
- külföldi lakóhellyel rendelkezik, illetve nincs sem lakóhelye, sem tartózkodási helye Magyarországon; és
- betöltötte a 17. életévét, vagy betöltötte 16. életévét és házasságot kötött, és házasságkötésének hazai (magyarországi) anyakönyvezése megtörtént; és
- a magyar bíróság nem zárta ki a választójogból.

A névjegyzékbe vételéről vagy annak elutasításáról a Nemzeti Választási Iroda értesítést küld.

A határon túli választópolgárok levélben szavazhatnak. A szavazólapot a „szavazó-



lap átvétele” rovatban megadott postacímre küldik meg. Ha nem szeretné postai úton megkapni a szavazólapot - az értesítést követően - személyesen átveheti (a központi névjegyzékbe vétel iránti kérelem benyújtásával kapcsolatos tudnivalókról szóló tájékoztatóban szereplő külképviseleten, vagy magyarországi településen, 2014. március 22-étől 2014. április 4-éig minden munkanapon 9 és 16 óra között.) A magyarországi lakcímmel nem rendelkező magyar állampolgár a regisztrálásától számított 10 évig szerepel a névjegyzékben, ezen időszakban valamennyi országgyűlési választáson és országos népszavazáson részt vehet. 10 év elteltével törlik a névjegyzékből. A 10 év számítása azonban előlről kezdődik, ha a magyarországi lakcímmel nem rendelkező magyar állampolgár kéri a névjegyzékbe vételének meghosszabbítását, továbbá akkor is, ha adatait módosítja, vagy szavaz. Ettől függetlenül bármikor kérhető a névjegyzékből való törlés.

A levélben szavazók névjegyzékében szereplő, magyarországi lakcímmel nem rendelkező választópolgár a szavazatát tartalmazó választóborítékot

- a) a Nemzeti Választási Irodába juttathatja el úgy, hogy 2014. április 5-én 24 óráig megérkezzen;
- b) 2014. március 22-étől minden munka-



napon 9 és 16 óra között, valamint a külképviseleti szavazás ideje alatt eljuttathatja bármely külképviseleti választási irodába vagy

c) 2014. április 6-án 6 órától 19 óráig eljuttathatja bármely országgyűlési egyéni választókerületi választási irodába.

A szavazatot tartalmazó választóboríték belsőoldalon bérmentesítés nélkül feladható legkésőbb 2014. április 3-áig.

Európai Unió más tagállama állampolgárának névjegyzékbe vétele:

Az Európai Unió más tagállamának állampolgára legkésőbb az Európai Parlament tagjainak választása során a szavazást megelőző 16. napig kérheti, hogy központi névjegyzékbe vétele az Európai Parlament tagjainak választására is kiterjedjen. (A kérelem egyúttal tartalmazza a választópolgár arra vonatkozó nyilatkozatát is, hogy szavazati jogát csak Magyarországon gyakorolja.)

Az Európai Unió más tagállamának az Európai Parlament tagjainak választására is kiterjedő hatállyal központi névjegyzékben szereplő állampolgára legkésőbb az Európai Parlament tagjainak választása során a szavazást megelőző 10. napon kérheti, hogy a központi névjegyzékbe vétele ne terjedjen ki az Európai Parlament tagjainak választására.

A központi névjegyzékbe vételi nyomtatvány (*Kérelem névjegyzékbe vétel/törlés a névjegyzékből az Európai Parlament tagjainak választásán a magyarországi lakcímmel rendelkező uniós választópolgárok számára*) a www.valasztas.hu vagy ha rendelkezik ügyfélkapus regisztrációval a www.magyarorszag.hu honlapon tölthető ki és küldhető be, vagy eljuttatható Budapest Főváros 03. Kerületi Helyi Választási Irodához személyesen (1033 Budapest, Laktanya utca 2.) vagy postai úton (postacím: 1033 Budapest, Fő tér 3.)

Helyi Választási Iroda



ÖSSZEFOGÁS 2014



SZÍVVEL, LÉLEKKEL

SZELÉNYI ZSUZSANNA

BUDAPEST 4. EVK ORSZÁGGYŰLÉSI
KÉPVISELŐJELÖLTJE



Számomra az a legfontosabb, hogy az emberekre figyeljek.

- Azon leszek, hogy a forrásainkat színvonalas bölcsődékre, óvodákra és gyerekbarát iskolákra fordítsuk.
- A fiatalok ingyen szerezhessenek első diplomát és kapjanak segítséget vállalkozásaikhoz.
- A nők gyerekek mellett is megnyugtatóan tudjanak dolgozni.
- A kerület kórházai és egészségügyi intézményei megújuljanak. Mindenkori méltóságteljes életet éljen!

Fontos nekem, hogy Magyarország otthon érezze magát az Európai Unióban, mert számunkra csak a stabil európai demokrácia kínál esélyt a válságból való kilábalásra és a tartós fejlődésre.

Beszélgessünk, levelezzünk, keressenek a Facebook-on!
Osszák meg velem elképzeléseiket!

Irodánk címe: II. kerület Lövdház utca 39

Tel.: 06 20 483 0080 | Email: szelenyi.zsuzsa@egyutt2014.hu

Facebook: www.facebook.com/szelenyizsuzsa

ÁPRILIS 6.

A KORMÁNYVÁLTÁS NAPJA



Kiss László

Képviselőjelölt
10. választókerület

EGÉSZSÉGNAP ÓBUDÁN

Találkozunk március 22-én, 8:00-tól 14:00-ig
az Óbudai Pártirodánkban!

1036 Budapest, Mókus utca 1-3.

Ingyenes egészségügyi mérések:

Vérnyomás mérés, BMI-index
meghatározás, vércukorszint mérés.
testzsír százalék mérés, CO szint (légzés
funkció mérés, csontsűrűség mérés,
egészség totó.



VOLNER JÁNOS

A Jobbik országos alelnöke,
frakcióvezető-helyettes

ZSIGA-KÁRPÁT DÁNIEL

képviselőjelölt
10. választókerület

BODOR ZOLTÁN

képviselőjelölt
4. választókerület

ÓBUDAI NEMZETI ESTEK

2014. 03. 16. vasárnap 18:00

Rozmaring Kertvendéglő

(déli bejárat)

A Timár utcánál, a Duna-parton.



TALÁLKOZZON SZEMÉLYESEN

VOLNER JÁNOSSEL ÉS KÉPVISELŐJELÖLTJEINKKEL!

Várjuk Önt is rendezvénysorozatunk következő állomásán, melynek egy új helyszín,
a Rozmaring Kertvendéglő ad otthont. Megközelíthető gyalogosan a Timár utcai HÉV megálló felől,
autóval a budai alsó rakpartról.

Az est folyamán feltehetik kérdéseiket, illetve minden érdeklődőnek átadunk egy példányt
a Jobbik 2014-es választási programjából. Telefon: 70/699-2214, www.obuda.jobbik.hu

ORSZÁGGYÜLÉSI
VÁLASZTÁS

2014. ÁPRILIS 6.

4. vk.

Varga Mihály

Egyéni 4. választókerület

MAGYARORSZÁG
JOBBAN TELJESÍT

FIDESZ

ORSZÁGGYÜLÉSI
VÁLASZTÁS

2014. ÁPRILIS 6.

10. vk.

Keszegné
Menczer Erzsébet

Egyéni 10. választókerület

MAGYARORSZÁG
JOBBAN TELJESÍT

FIDESZ

HIRDETMÉNY

MAGYARORSZÁG KÖZTÁRSASÁGI ELNÖKE
KITŰZTE AZ ORSZÁGGYÜLÉSI KÉPVISELŐK
2014. ÉVI VÁLASZTÁSÁT.

A SZAVAZÁS NAPJA:

2014. ÁPRILIS 6.

A SZAVAZÁS 6.00 ÓRÁTÓL 19.00 ÓRÁIG TART.

NÉVJEGYZÉK

A magyarországi lakcímmel rendelkező választópolgárok automatikusan bekerülnek a központi névjegyzékbe. A szavazáson névjegyzékben szereplő választópolgárok a névjegyzékbe történt felvételéről értesítést kapnak. A névjegyzék a helyi választási irodában (polgármesteri hivatalban) tekinthető meg.

AJÁNLÁS

A választókerületben választójoggal rendelkező választópolgár 2014. március 3-ig ajánlásra ajánthat jelöltet.

A jelöléshez legalább 500 választópolgár érvényes ajánlása szükséges. Egy választópolgár több jelöltet is ajánthat.

SZAVAZÁS

A magyarországi lakcímmel rendelkező választópolgár személyesen szavazhat.

A szavazás napján lakóhelyétől távol tartózkodó választópolgár befordul az általa megjelölt települési állandóközségi, külföldön Magyarország képviseletében állítja le szavazatát.

Átjelentkezést 2014. április 4-én 18.00 óráig, a külképviseleti névjegyzékbe való felvitelt 2014. március 29-én 18.00 óráig lehet kérni a www.valasztas.hu oldalon vagy levélben, illetve személyesen a lakóhely szerint illetékes helyi választási irodától.

Scavazati egy egyéni választókerületi jelöltre és egy országos listára lehet. Az országgyűlési választáson nemzetiségként regisztrált választópolgár pártlistára helyett nemzetiség listára szavazhat.

Részletesebb tájékoztatásért forduljon a polgármesteri hivatalban működő helyi választási irodához, vagy látogassa meg a www.valasztas.hu weboldalt.

Nemzeti Választási Iroda

Póznik György

Az Ön képviselőjelöltje
Budapest 10. választókerületA Ferencváros jégkorong
csapatának örökös
BAJNOKASokáig a Fradi
kapuját véd-
tem sikeresenMost Önöket
szeretném
védelni a parla-
mentbenSZOCIÁLDEMOKRATÁKAT
A PARLAMENTBE!www.szocialdemokratak.hu

Ez a hirdetés nem közpénzek felhasználásával készült!





ÓBUDA

közösséget építünk

Az önkormányzat 2010 óta évről évre növekvő számban kínál kulturális programokat Óbuda közterein és közösségi házaiban. 2013-ban az Óbudai Nyár, az Óbuda Napja és az Advent Óbudán nagyrendezvények több mint 55 ezer látogatót vonzottak.

Készült Óbuda-Békastrand Önkormányzata megbízásából.

PYRON

PYRON A PAPIRON

Nagykereskedés, 3000 fajta árucikk, írószér, irodaszér, iskolaszér, papíráru.
1038 Budapest, Szentendrei út 218-220. Tel.: 250-4902, 250-4904

PYRON