



ÓBUDA

XXIV. évfolyam 20. szám • Megjelenik kéthetente 40 oldalon, 73.000 példányban • 2018. október 27.

AQUINCUM • ARANYHEGY • BELSŐ-ÓBUDA • BÉKÁSMEGYER • BÉKÁSMEGYER-ÓFALU • CSILLAGHEGY • CSÜCSHEGY • FILATORIGÁT • HÁRMASHATÁR-HEGY • KASZÁSDÜLŐ • MÁTYÁSHEGY
• MOCSÁROSDÜLŐ • HAJÓGYÁRI-SZIGET • REMETEHEGY • RÓMAIFÜRDŐ • RÓMAI-PART • SOLYMÁRVÖLGY • TÁBORHEGY • TESTVÉRHEGY • TÖRÖKKŐ • ÚJLAK • ÜRÖMHEGY**Családbarát önkormányzat****7** Rangos elismerést kapott Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata a Nagycsaládosok Országos Egyesületétől.**Egészségkörút Óbudán****11** Egészségnappal folytatódik a szűrő-sorozat: november 17-én a Vörösvári úti szakrendelőben lesznek vizsgálatok.**Középiskolai rangsor****23** Óbudai gimnáziumok ismét a legjobb középiskolák közé kerültek a legjobbiskola.hu felmérése szerint.

Új szívultrahang készülék a szakrendelőben



Fotó: Zumpf András

Az önkormányzat az Örlős Endre Program részeként, teljes egészében önerőből finanszírozta az okotechnológiai újításokat kínáló új szívultrahangberendezés beszerzését. Idén ősztől a több mint 17 millió forintos fejlesztésnek köszönhetően lehetőség nyílik az ügymenet gyorsítására és az eddiginél is pontosabb állapotfelmérésre. A korszerű berendezést a Szent Margit Rendelőintézet Csobánka téri járóbeteg-szakrendelőjében adták át október 12-én. A Csobánka téri rendelőben korábban itt alkalmazott készüléket 13 éve használták

Bővebben a 3. oldalon

Óbudán adták át a Gyermekbarát Település 2018 Díjat

Az UNICEF Magyar Bizottság Alapítvány idén Óbuda-Békásmegyer egyik impozáns intézményét, a csillaghegyi Makovecz bölcsődét választotta a Gyermekbarát Település díjátadó ünnepség helyszínéül. Bús Balázs polgármester a kerületi jó gyakorlatokról beszélt az október 11-ei eseményen.

Részletek a 6. oldalon

Új turisztikai koncepció

A városrész értékeinek széles körű megismertetéséhez és népszerűsítéséhez is hozzájárulhat az az új turisztikai koncepció, melyet a képviselő-testület októberi ülésén fogadott el.

Tudósítás a 4-5. oldalon

Óvodai multifunkcionális sportpálya

A Pitypang Művészeti Óvoda Hunyadi utcai épületének udvarán az önkormányzat, valamint az Ovi-Sport Közhatalmú Alapítvány támogatásával épült meg a pálya, amely különböző sportágak művelésére, illetve alapjainak elsajátítására alkalmas. A pálya mérete kifejezetten a legkisebbek méretigényeihez igazodik.



Budapest a 68., míg országos viszonylatban a 303. pálya átadóján vagyunk jelen – mondta dr. Molnár Andrea, az alapítvány elnöke. Hozzátette: - Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata mintegy négymillió forint önrésszel járult hozzá ahhoz, hogy ez a projekt 70-30 százalékos finanszírozásban megvalósuljon a Pitypang Művészeti Óvodában.

Az alapítvány elnöke kiemelte: a 2013-ban Magyar Termék Nagydíjat kapott Ovi-Sport

program nem csupán a pályát foglalja magába, hanem tartozik hozzá egy eszközkészlet is, amelynek segítségével az intézményben a sportspecifikus testnevelés megvalósulhat, valamint egy óvodapedagógusi képzés is, amely során a pálya és

az eszközpark használata sajátítható el. Ez utóbbi azért is rendkívüli je-

lentőségű, mert az óvodapedagógusok munkája révén érte el a célját a program.

A pálya 6×12 méteres, amely a nagyobb sportpályák arányainak felel meg. Komplex jellege alkalmassá teszi különböző sportágak művelésére, illetve alapjainak elsajátítására: kézilabda, labdarúgás, kosárlabda, röplabda, tenisz és lótenisz. Ezekon kívül alkalmas esztétan oktatásra, valamint ügyességi játékok, mozgáskoordinációs feladatok gyakorlására egyaránt.

Dr. Molnár Andrea végezetül elmondta: a program rendkívül sikeres, és a következő évben 60 új pálya létrehozását tervezik, Óbuda-Békásmegyeren is újabb sportpályák megépítése a cél.

A műfüves sportpálya október 2-ai bejárásán részt vett Bús Balázs polgármester, Kelemen Viktória alpolgármester és Czékó Gábor, az Óbuda-Békásmegyer Városfejlesztő Nonprofit Kft. ügyvezetője.

• Buzánszky Jenő, a legendás Aranycsapat egykori tagja 2011 elején alapította az Ovi-Foci Közhatalmú Alapítványt, melynek célja, hogy a közszféra támogatásával, illetve magántőke bevonásával a lehető legtöbb óvodában biztosított legyen az Ovi-Foci Program elindítása.

20 millió forintos önkormányzati forrásból, az óvoda mellett működő egyesület közreműködésével újult meg a Mókus tagóvoda udvara nyáron.

Az önkormányzat által tavaly saját forrásból elindított felújítási programnak köszönhetően immár hét óvodába járó gyerekek és szüleik örülhetnek a korszerűbb, több játékos lehetőséget biztosí-

Megújult a Mókus tagóvoda udvara

tó udvarnak. Az idei beruházások egyik helyszíne a több mint 200 gyermeket befogadó, jelenleg 9 csoporttal működő Óbudai Vackor Óvoda – Mókus Tagóvodája volt, ahol ezúttal a fedett teraszok előtti terek és a térköborkolatok újultak meg.

A kivitelezést végző Óbudai Vagyongazdálkodási Nonprofit Zrt. munkatár-

sai a korábbi, betonozott és aszfaltozott, mára balesetveszélyessé vált járdát felbontották, helyére térköből, esztétikus kialakítású járófelületet készítettek. Az udvari kijáró ugyanilyen borítást kapott, így a kövezett felületek egységesek lettek. Az évek folyamán egyenetlenné vált gumiburkolatot felszedték és aládolgozással kiegyenlítették. A kör-

alakú virágágyások szegélye megújult, esztétikusabb látványt és könnyebb kezelhetőséget biztosítva.

Az udvarra a Mókuska-land Egyesület két új ivókutat vásárolt, melyeket a felújítás alatt felszereltek. Így a gyerekek azonnal olthatják szomjukat, nem kell várakozniuk. A nyári nagy melegekben az óvodásoknak felfrissülést adó pancsoláshoz és zuhanyzáshoz a kivitelezés során egy kevert hőmérsékletet biztosító csap is készült. A homokozók szegélye is

megújult, valamint a nyári árnyékolást biztosító napvitorlák új tartópillért kaptak. Az udvaron lévő mászóakák egy része az udvarrendezés alatt új helyre kerültek, melyet újraszínezéssel vonzóvá és esztétikusá tették.

A csaknem 2 hónapig tartó felújítás során a Mókus tagóvoda udvara mintegy 600 négyzetméter korszerű és biztonságos térköborkolattal gazdagodott, a köztes részeken pedig 180 köbméter, termőföldet terítettek el, melyet még szeptemberben fűmaggal szórnak be.



Fotó: Antal István



Új szívultrahang készülék a szakrendelőben

Folytatás az 1. oldalról

Bús Balázs, Óbuda-Békásmegyer polgármestere a szívultrahang-készülék átadó eseményén elmondta: - Városrészünk költségvetése meglehetősen feszített, s bár számunkra is nagy megelégedést jelent, hogy ez a korszerű ultrahang készülék itt üzembe állhatott, bár úgy gondolom, hogy csupán a békásmegyeri páciensek természetes igényét elégítettük ki vele. Meggyőződésem, hogy kortól, rangtól és társadalmi helyzettől függetlenül Magyarország minden polgárának joga az európai színvonalú egészségügyi ellátásra. Mi most abba az irányba tettünk egy nagy lépést, hogy a Csobánka téri diagnosztikai szolgáltatást közelítsük az európai átlaghoz. Közben a magyar egészségügy helyzetéről riasztó képet fest a sajtó, az óbudaiak remélhetőleg látják, és ha megbetegednek, talán ta-

pasztalják is, hogy mennyit fejlődött az elmúlt években a III. kerületi egészségügy eszközállománya, hogyan korszerűsítettük az épületeket és milyen erőfeszítéseket tettünk a prevenció és az egészségmegőrzés vonatkozásában. Biztos vagyok abban, hogy az új szívultrahang-berendezés segítségével lehetőség nyílik az ügymenet gyorsítására, pontosabb állapotfelmérésre. Összességében a gyógyító folyamat csökkenő kockázataira teremt lehetőséget ez a több mint 17 millió forintos fejlesztés. Az önkormányzat most abba az irányba tett egy nagy lépést, hogy a Szent Margit Rendelőintézet Csobánka téri kardiológiai diagnosztikai szolgáltatását közelítse az európai átlaghoz.

Legutóbb a Szent Margit Rendelőintézet Csobánka téri szakrendelőjében történt energetikai felújítás, emellett nemrégiben a Laktanya utcai Tüdő-



Fotó: Zumpf András

dőgondozó és Tüdőszűrő állomás gazdagodott új röntgenberendezéssel. Ez utóbbit Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata szintén teljes mértékben saját költségvetési forrásból biztosította.

Csökkenthető a halálozások száma

Dr. Budai András, a Szent Margit Rendelőintézet Nonprofit Kft. ügyvezető-igazgatója az átadón ismertetett néhány adatot a szív- és érrendszeri beteg-

ségekről: Magyarországon az összes halálozások felét ezek okozzák, azonban magasabb színvonalú szűrés által a kardiovaszkuláris halálozások száma csökkenthető. Hozzátette: kollégáinak nagy segítség, hogy az új gép sokkal inkább személyre szabható a korábbi ultrahang berendezéseknél.

Gyorsabb, korszerűbb vizsgálatok

Az Acuson NX3 Series' nevű készülék a Siemens egészségügyi részlegének legújabb ultrahang fejlesztése. Olyan újításokat ki-

nál, amelyek időt és energiát spórolnak a betegellátásban, kényelmesebbé és gyorsabbá teszik a vizsgálatokat. A gép szignifikánsan csökkenti a keringésről készült felvételek esetén eddig tapasztalható képzajt, a nagyobb felbontás pedig ideális eszközzé teszi a gépet a mellkas és a vázizmok vizsgálatához. A berendezés rendszerbe állításában közreműködést vállalt a Siemac Kft.

Az eseményt rövid bemutató követte, ahol a jelenlévők tanúi lehettek a gép által végzett vizsgálatnak, miközben dr. Balogh Gyula, a kardiológiai osztály főorvosa elmondta: a gép számos mérést automatikusan elvégez, amivel a vizsgálat minősége és a gyorsasága is javul, így hamarabb tudják egymás után fogadni a betegeket. Az okos-technológiás berendezés precízebb, pontosabb diagnózis felállítására ad lehetőséget, például a szívizom különböző területeinek mozgásavara sokkal kifinomultabb módszerekkel értékelhető.



Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata újabb sport- és szabadidős jellegű fejlesztést tervez a kerületben. A mintegy 45 millió forintos beruházás során megvalósuló parkátalakítás és funkcióbővítés által egy újabb multifunkciós parkot vehetnek majd birtokba a kerületiek.

Kiemelt célnak tekintik a zöld környezet, a nyugodt pihenés, a családi kikapcsolódás lehetőségének, valamint az egészséges életmód feltételeinek megteremtését. Ezt bizonyítja a kerületben létrehozott 21 szabadtéri fitnesspark, illetve az elmúlt évek fejlesztéseinek köszönhető közösségi játszó- és pihenőparkok megépítése, mint például a Templom utcai park, a Mészáros park, a Boldog Sándor István park vagy éppen a Gladiátor utcai pihenőpark is.

Ez utóbbi park üzemeltetését korábban az Aquincum-Mocsáros Egyesületet látta el, de az ezt rögzítő együttműködési megállapodás 2017-ben lejárt. Tekintettel arra, hogy a parkot fejleszteni kívánja az önkormányzat, az október 18-ai testületi ülésen arról döntöttek a képviselők, hogy az üzemeltetést a jövőben az Óbudai Sport és Szabadidő Nonprofit Kft. látja el.

A park működtetésére már korábban is biztosított forrást az önkormányzat, 2012 és

Jelentős fejlesztés a Gladiátor utcai parkban

2018 között az egyesület részére 8 millió 30 ezer forint összegű támogatást nyújtott. Az üzemeltetési feladatok azonban felelősséggel járnak, amely a park funkcióbővítésével növekednek. A pihenőpark átfogó fejlesztési koncepciójának megtervezésénél az önkormányzat szem előtt tartotta a mára megváltozott játszótér-használati és sportolási igényeket. A kivitelezés során a különböző játszó- és sporteszközök felújítása, cseréje mellett kiemelt figyelmet szentel a berendezési tárgyakkal (padok, szemetesek stb.), illetve a növényállomány szakszerű gondozására. A megvalósítás ütemezetten zajlik majd, első szakaszában a Nemzeti Szabadidős-Egészség Sportpark Programban egy 90 négyzetméteres kültéri kondiparkot alakítanak ki. Más-

dik ütemben, a jövő évben az önkormányzat a park teljes területén állagmegóvó fejlesztést tervez, a játszóeszközök, berendezési tárgyak, burkolatok javításával, felújításával, illetve a zöldfelületek rendezésével.

Az önkormányzat vezetésének, szakembereinek szándéka, hogy a mintegy 45 millió forintos beruházás lebonyolítását saját cégei által végezze, a majdani multifunkciós park karbantartási, fenntartási, üzemeltetési feladatait megfelelő színvonalon lássa el. Így látja biztosítotttnak, hogy a park továbbra is az eredeti terveknek megfelelő szerepét töltsse be, azaz a jövőben is biztonságos, rendezett körülmények között, nyilvános parkként szolgálhassa ki az idelátogatók pihenési, sportolási igényét.



Új turisztikai koncepció készült Óbuda értékeinek népszerűsítésére

A képviselők többek között elfogadták a kerület turisztikai koncepcióját, szavaztak teherforgalmi változásokról, együttműködési megállapodásokról, a Zoo-Ovi program folytatásáról. Döntött a testület az önkormányzat tulajdonában álló egyes vagyontárgyak bérbeadásáról szóló rendeletet módosításáról is az október 18-ai ülésen.

Elfogadták a képviselők a III. kerület turisztikai koncepcióját, mely a 2018-2023 közötti időszakot érinti. Az ezt megelőző koncepció még 2006-ban, külső partner bevonásával készült. Az új, aktualizált dokumentum figyelembe veszi a kerület turisztikai piacon elfoglalt jelenlegi pozícióját, az új trendeket, gazdasági, társadalmi környezetet, valamint a fogyasztói igényeket.

Az elmúlt 12 évben jelentősen bővült a turizmus szempontjából releváns kínálat, létrejöttek a szükséges intézményi keretek és nőtték a turizmusfejlesztésre fordítható támogatások is. 2013-ban megalakult az Óbudai Turisztikai Egyesület, 2014-ben pedig megnyílt az Esernyős Óbudai Kulturális, Turisztikai és Információs Pont Nonprofit Kft., amelyek működése és tevékenysége folyamatosan hozzájárul Óbuda-Békásmegyer turisztikai szerepének erősítéséhez, a kerület turisztikai értékeinek széles körű megismertetéséhez és népszerűsítéséhez. A turizmus ágazatokon átnyúló összefüggéseit szem előtt tartva a koncepció az Integrált Városfejlesztési Stratégia, a Megújuló Óbuda Hadrianus Fejlesztési Program és a párhuzamosan készülő kulturális koncepció megállapításainak és céljainak figyelembevételével, azokkal összehangolva készült, és természetesen illeszkedik az érvényben lévő Nemzeti Turizmusfejlesztési Stratégiához és a budapesti turisztikai elképzelésekhez is.

Megújult a kulturális koncepció

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata a fenntartásában működő kulturális intézmények, illetve gazdasági társaságok bevonásával 2018 elején megkezdte a 2013-as kerületi stratégiai kulturális koncepció felülvizsgálatát, értékelését, és ezzel egyidejűleg az újabb öt évre szóló kulturális stratégia kidolgozását.

A megújított dokumentum tervezete 2018 őszére elkészült. Összeállításában az önkormányzat szakemberei vettek részt, de mellettük a kerület kulturális életében fontos szerepet játszó, de nem kerületi önkormányzati fenntartásban működő kulturális intézmények vezetőivel is konzultáltak. Ennek köszönhetően széles körű helyzetelemzés készülhetett, a kulturális koncepció az érintettek javaslatainak figyelembevételével határozta meg a prioritásokat és a középtávú szakmai célokat, egyebek mellett a könyvtárak, zenei élet, helytörténet, kiállítóterek, nagyrendezvények és fesztiválok vonatkozásában.

Módosított rendelet

A képviselő-testület több helyen módosította az önkormányzat tulajdonában álló egyes vagyontárgyak bérbeadásáról szóló 9/2015-ös rendeletet. A felmerült jogalkalmazói tapasztalatok alapján szükséges kiegészítés is bekerült a jogszabályba, mely megeremti annak lehetőségét, hogy a jogcím nélküli lakáshasználó által felhalmozott hátralékot – lakáscsere alkalmával – ezentúl nem csak a kisebb lakás bérlője egyenlítheti ki, hanem a hátralékos jogcím nélküli használó is, akár egy összegben, akár részletfizetés útján. A változtatásra szükség volt, ugyanis a gyakorlatban a lakáscsere több esetben azért hiúsult meg, mert a kisebb lakás bérlője nem vállalta a hátralék rendezését, és a jogcím nélküli lakáshasználó a helyzetének rendezése érdekében, ha vállalta volna, sem tehette ezt meg.

Dolgozói lakáspályázat

Az elmúlt években fokozódó munkaerőhiányra reagálva Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata a munkavállalók lakhatási problémáinak megoldására, valamint a munkaerő elvándorlás megelőzése érdekében – a már meglévő ingatlanhasznosítási pályázatok mellé – bevezeti a dolgozói lakáspályázatot. Az így kiírásra kerülő, a kerület tulajdonában lévő lakásokat az önkormányzat intézményeinél, valamint gazdasági társaságainál dolgozók vehetik bérbe meghatározott feltételekkel. A más jogcímen bérbe vett önkormányzati tulajdonoktól eltérően a dolgozói lakás-

pályázaton igényelhető ingatlanok később sem válnak elidegeníthetővé, ha a korábbi bérlő bérlői jogviszonya lejár, az önkormányzat más dolgozói pályázhatnak a lakásokra ismételtén. Elfogadták továbbá a 2019-es évre vonatkozó önkormányzati tulajdonban lévő földterületi ingatlanok bérlési díjait.

Teherforgalmi változások

Az ülésen a Főtv Zrt. által a Kunigunda útjára tervezett *biomassza erőmű létesítésével kapcsolatos* teherforgalmi változásokról is szavazott a testület. Az optimális szállítóút kiválasztása érdekében Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata már korábban tanulmánytervet készített. A javaslatok közül a képviselő-testület azt a változatot biztosította támogatásáról, amely a Bécsi út–Pomázi út kereszteződésének forgalmi rendjének módosítását, egy újabb sáv kiépítését, a Keled út szélesítését, valamint a Keled úti hid átépítését és megerősítését foglalja magában.

A Budapest Közút Zrt. a 2017-es év végén előzetes tájékoztatás és egyeztetés nélkül a Bécsi út–Pomázi út kereszteződésénél kötelező haladási irányt jelző táblát helyezte ki, így megszüntette a Bécsi útról a Pomázi útra kanyarodás lehetőségét. A változtatás szembement a teherforgalmi rendelet 10 éves bevált gyakorlatával, ezért az újonnan kiadott teherforgalmi engedélyekben a kerületi célforgalmas utak északi irányú megközelítését a 10-es út–Bécsi út–Farkastorki út–Hidegkuti Nándor utca–Perényi út–Pomázi út útvonalon engedélyezték. A korábbi útvonalhoz képest így a kerület lakóterületi részén átvezető kitérőre, vagyis csaknem az EuroCenter vonaláig kényszerülnek behajítani a tehérgépjárművek, mely forgalmi, zajvédelmi és környezetvédelmi szempontból is rendkívül káros a kerületi lakók számára.

A képviselő-testület elfogadta azt a határozatot, amelyben a probléma megoldásának érdekében felkéri a Fővárosi Önkormányzatot és a Budapest Közút Zrt.-t, hogy szüntessék meg a jelenlegi, III. kerületet érintő teherforgalmi engedélyek kiadása során tapasztalt gyakorlatot, amely a Belső-óbudai kerületre szék indokolatlan terhelésével jár együtt.

Folytatás az 5. oldalon



Fotó: Antal István

A vitatható Róka-hegyi építkezés Ürömhöz tartozik



Egy Róka-hegyi építkezés miatt a közösségi médián keresztül adtak sokan hangot felháborodásuknak. A közfelháborodásra okot adó ürömi építkezés kapcsán, illetve az ennek nyomán beérkezett újságírói megkeresések, valamint a téves információk tovább terjedésének megakadályozása érdekében **Bús Balázs** polgármester is állást foglalt.

A napokban a közösségi média felületein látott napvilágot és keltett felháborodást az

a Róka-hegyi építkezés, amely Óbudáról is jól látható. A terület adottságaiból adódóan nehezen megállapítható, hogy az építkezés melyik önkormányzat közigazgatási területén van, ki adott rá engedélyt. El is indultak a találgatások, hiszen a laikusok számára is az vélelmezhető, hogy természetvédelmi területen helyezkedik el az építmény.

Az önkormányzat vezetése ez úton is szeretné megerősíteni, hogy az

építkezés nem a III. kerület területén van, az közigazgatásilag Ürömhöz tartozik. Ennek értelmében az építési engedélyt Pilisvörösvár Város Polgármesteri Hivatal Építéshatósági Osztálya adta ki, az építkezés szabályosságát pedig a szentendrei építésfelügyeleti hatóság ellenőrizte, vagy áll módjában ellenőrizni.

Óbuda-Békásmegyer polgármestere, mint ahogy az már több, korábbi nyilatkozatából is kiderül, nem támogatja Üröm azon területfejlesztéseit, amelyek előfeltételeként külterületeket belterületbe vonnak, így a kiépülő lakóterület infrastruktúrális szükségleteinek terhei, illetve az általa megnövekvő forgalom Budapestet, közvetlenül pedig Óbudát terhelik.

Továbbá fontos hangsúlyozni: Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata határain belül nem történhet úgy területfejlesztés, épít-

kezés, hogy az ne feleljen meg a természetvédelmi és tájképi szempontoknak mindamellett, hogy a további szükséges engedé-

lyekkel is rendelkezik minden esetben. (*Bús Balázs polgármester állásfoglalása teljes egészében az obuda.hu honlapon olvasható.*)

Gáz, ami a Gázgyárnál történik

A III. kerület önkormányzata közleményben reagált a gázgyári talajszennyezettséggel kapcsolatban ismét felmerülő kérdésekre, felvetésekre.

A Duna alacsony vízállása nyomán újra felszínre került és láthatóvá vált az évtizedek óta tudott tény, mely szerint az egykori Gázgyár szennyezett talajából mérgező anyagok szivárognak a folyóba.

Bús Balázs, Óbuda-Békásmegyer polgármestere már 2009 óta szorgalmazza a kármentesítést. Érdemi lépéseket azonban csak a terület tulajdonosa, a NKM Földgázszolgáltató Zrt. tehet. A gázgyár területe nem III. kerületi önkormányzati tulajdon, a Gázgyár kármentesítése nem III. kerületi önkormányzat feladata!

Mindazonáltal üdvözljük az üggyel kapcsolatos, kiemelkedő sajtóérdeklődést, mert reményeink szerint ennek nyomán új lendületet vehet az elmúlt években holtpontra jutott folyamat. Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata a kerületi lakosok érdekében minden tőle telhető segítséget megad a kármentesítés gyors és hatékony elvégzéséhez, de ez úton is felhívja az illetékesek figyelmét arra, hogy ennek módjáról és járulékos hatásairól az érintett lakosság biztonságát szavatolni kell, továbbá a felmerülő kérdésekre megnyugtató válaszokat szükséges adni.

Fórum az ifjúsággal a közösségi együttélés szabályairól

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata a döntéshozatali folyamatokba bevonja a lakosságot, így ahogy már máskor is tette, az ifjúságot is. Ennél a rendeletnél a törvény lehetőséget adott, hogy a lakosság is véleményt nyilváníthasson a megalkotás folyamán. Ezért döntött úgy

az önkormányzat hogy mindezt közösségi tervezés keretén belül valósítsa meg – mondta **Bús Balázs** polgármester az október 24-ei fórum megnyitásakor, majd a közösségi tervezés folyamatába avatta be jelenlévőket. A fórumon a fiatalok – miután **Kiss Anita** jegyző ismertette a közössé-

gi együttélés szabályainak rendelet-tervezetét –

megfogalmazhatták észrevételeiket, kritikáikat,

kérdéseiket is a rendelettel kapcsolatban.



Gyógypedagógiai fejlesztés

Az óvodás korú speciális nevelési igényű (SNI) gyerekek biztonságos óvodai ellátása érdekében Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata, mint fenntartó gondoskodik 2018 novemberétől a kerület egyes óvodáiban az ilyen igényű gyerekek gyógypedagógiai fejlesztéséről a képviselők döntése értelmében. A kerület egyes óvodáiban korábban fejlesztőpedagógusként dolgozó gyógypedagógus végzettségű szakemberek státuszának átszervezésével, valamint új álláshelyek biztosításával az SNI-s gyerekek speciális ellátását a jövőben az önkormányzat egyre nagyobb részben saját intézményeiben és saját szakembereivel kívánja biztosítani, hogy egyre kevésbé legyen ráutalva a tankerületi központ utazó gyógypedagógusi hálózatára.

Ingyenes reggeli

Az **Összefogás Óbudáért Egyesület** 2013 márciusa óta biztosít a kerületi rászoruló gyermekeknek több helyszínen ingyenes reggelit tanítási napokon. 2018. szeptemberétől Békásmegyer mellett, újabb helyszínen a **Jövőbarát Egyesület** Pethe Ferenc téri helyiségében is várják a gyermekeket. A rászorultságot nem szükséges igazolni, nincs meghatározott fejadag, minden gyermek annyit eszik, amennyit szeretne. A helyszíneken körülbelül napi 80 gyermek részül reggeliben és tízóraiban hétfőtől péntekig. Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata számára mindig is kiemelten fontos volt a kerületi gyermekek táplálkozása és az, hogy a leginkább veszélyeztetett gyermekek számára a napi étkezés biztosított legyen. Ezért a testület a most lejáró együttműködési megállapodás meghosszabbításáról döntött

az Összefogás Óbudáért Egyesülettel a kerületi rászoruló gyermekek további segítése érdekében.

Zoo-Ovi

Az **Elveszett Állatok Gyógyító, Ellátó, Elhelyező Alapítvány** Zoo-Ovi programjának keretében 2014 őszén kezdte meg speciális oktató munkáját az Óbudai Almáskert Óvoda Csicsergő Tagóvodájában. A környezettudatos nevelési program kísérleti jelleggel indult, de rövid idő alatt nagy népszerűsége tette szert mind a pedagógusok, mind a gyermekek körében. Az alapítvány benyújtotta a 2017/2018-as nevelési évben a Zoo-Ovi program megvalósítására kapott támogatás elszámolásáról szóló pénzügyi és szakmai beszámolóját, melyet a képviselők elfogadtak. Ugyancsak támogatta a testület a program folytatáshoz szükséges költségek biztosítását.

Óbudán adták át a Gyermekbarát Település 2018 Díjat



Fotók: Antal István

Választásukat az épület szépsége, az itt zajló magas színvonalú szakmai munka mellett az is indokolta, hogy az önkormányzat 2015-ben már elnyerte a kitüntető elismerést.

Az UNICEF Magyarország pályázata

azokat a településeket díjazza, amelyek igyekeznek megfelelni a gyermekbarát szempontoknak, kiállnak a gyermekjogok mellett és olyan körülmények megteremtésére törekednek, ahol a gyerekek testi és lelki

egészségének elérése a tettek mozgatórugója.

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata 2015-ben az első között kapta meg a díjat: az UNICEF Magyarország többek közt azt ismerte el, hogy a városvezetés felismerte azo-



Fotó: Zumpf András

AZ IDEI DÍJAZOTTAK. A díjátadón az elismerést Belváros-Lipótváros Önkormányzata és Zalaszentgrót település Önkormányzata kapta. Az V. kerületnek járó díjat Szentgyörgyvölgyi Péter, Belváros polgármestere, Zalaszentgrót elismerését pedig Baracska József, a település polgármestere vette át.

kat a civil szervezeteket, akik jól ismerik a gyerekek igényeit, és rendelkeznek azokkal a kompetenciákkal, amelyek egy-egy részterületen segítséget jelenthetnek a kerületi gyerekek számára. Sok más intézkedés mellett kiemelték a gyermekrésztétel biztosítását, például az ifjúsági közmeghallgatáson; a részvételi lehetőség biztosítását számukra a képviselő-testületi és bizottsági üléseken; az „Élő népzene a bölcsődékben” elnevezésű programot; az önkormányzati támogatással működtetett máltai játszótereket; az integrált és fejlesztő bölcsődéket; a Gyermek Könyvmegállókat; valamint a kutatásokat és a gyermekjogi stratégiát.

A díjátadón felhívták a figyelmet az önkormányzat legutóbbi intézkedésére, mint jó gyakorlatra: extra munkaidő-kedvezményt vehetnek igénybe a városházán köztisztviselőként dolgozó 4 év alatti gyermeket nevelő édesapák.

Óbuda-Békásmegyer folytatja az UNICEF Magyarország által már díjazott jó gyakorlatot: az önkormányzat jóvoltából idén ősszel és tavasszal 360 nagycsoportos óvodás vehet részt ingyenes korcsolyaoktatáson. Hamarosan bölcsődei-óvodai konzultáció indul, amely során azt szeretnék felmérni, hogy milyen fejlesztésekre lenne szükség az egyes intézményekben a szülők szerint.

Az eseményen részt vett Mészáros Antónia, az UNICEF Magyarország ügyvezető-igazgatója, Beneda Attila, az EMMI családpolitikáért felelős helyettes államtitkára, Herczeg Rita, az EMMI integrált jogvédelmi szolgálatának főosztályvezető-helyettese és Vecsei Miklós, a Magyar Máltai Szereztársaság alelnöke is.



Az önkormányzat nevében **Bús Balázs** polgármester vette át **Kardosné Gyurkó Katalintól**, a Nagycsalád-sok Országos Egyesületének (NOE) Családbarát Önkormányzat Díját október 19-én a Parlamentben.

A NOE által 2006-ban alapított díjjal azokat az önkormányzatokat ismerik el, amelyek intézkedéseikkel, támogatásaikkal, a gyermeknevelést megkönnyítve segítik az ott élő közösség életét. A családok mindennapjainak megkönnyítése nem pusztán az anyagi segítség mértékétől függ, hanem attól is, milyen a családok közérzete a lakókörnyezetben, mennyire válik valódi otthonná a terület a családok számára.

A díj odaítélésénél elsődleges szempont, hogy a Magyarországot és egész Európát sújtó súlyos demográfiai helyzetben a városvezetés milyen programokat indít azért, hogy a családok biztonságérzetét növelje és elősegítse a gyermekvállalási hajlandóságot. Az anyagi juttatások mellett ki-

Családbarát önkormányzat Óbuda



emelt súllyal szerepelnek a szervezési kérdések, az odafigyelés, és hogy a település vezetése ne hivatalként, hatóságként, hanem ténylegesen a települést szolgáló testületként tevékenykedjen.

Az elmúlt években számos rangos elismerésben részesült Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata: A szociális ellátórendszer folyamatos fejlesztése és az ágazatban dol-

gozó elhivatott szakemberek teljesítménye eredményeként eddig két alkalommal sikerült elnyerni az „Idősbarát Önkormányzat Díjat”, és az intézmények közül szintén kétszer vehette át – 2014 után 2016-ban is – az Óbudai Rehabilitációs és Foglalkoztatási Központ a „Családbarát Munkahely” címet.

Az önkormányzat „Családbarát hely” elis-

merést kapott 2017-ben a Három Királyfi, Három Királylány Mozgalom jóvoltából. A „Családháló Díj” pályázatán pedig, amely a gyermeknevelésért, gyermekek egészségéért felelősen tevékenykedő szakembereket, intézményeket tünteti ki, 2013 óta minden évben sikerrel szerepelnek az Óbudai Egyesített Bölcsődék tagintézményei és kisgyermeknevelői.

A gyerekek érdekeit mindig szem előtt tartó önkormányzat a gyermekvédelmi rendszer kiépítésén túl elkötelezett a gyermeki jogok tudatosítása mellett, melynek elismeréseként 2015-ben elsőként vehette át az UNICEF által meghirdetett „Gyermekebarát település” címet. A pályázaton 27 önkormányzat közül Óbuda-Békásmegyer nyerte el az Emberi Erőforrások Minisztériumának támogatását is élvező díjat.

A fent említettek mellett a sikeres akadálymentesítés és a megváltozott munkaképességű személyeket elősegítő foglalkoztatás miatt 2015-ben „Fogyatékos-barát munkahely” címet kapott a polgármesteri hivatal és 2009 óta három alkalommal nyerte el a „Kerékpárosbarát munkahely” elismerést azzal, hogy sikeres ösztönző programot indítottak az egészséges és sportos életmód és a környezetkímélő eszközhasználatának népszerűsítésére.

Októberben az időseket ünneplik

Óbuda-Békásmegyerén az önkormányzat nyugdíjasai egész hónapban színes programokkal kedveskednek a kerület időseinek. Az idősek hónapjának megnyitóján az operett slágerek mellett a megbecsülésé volt a főszerep.

„Szép város Kolozsvár...” – tudhatták meg a híres operettslágerből azok a kerületi nyugdíjasok, akik részt vettek az Óbudai Szociális Szolgáltató Intézmény (ÖSZSI) ünnepi programján.

- Gondoskodó város, hangulatok városa: ez Óbuda. A gondoskodás sok mindent jelent: odafigyelést, törődést, tenni akarást, szeretetet – fogalmazott köszöntőjében Müller Istvánné intézményvezető az Idősek Világnapja alkalmából

szervezett ünnepségen. A rendezvényen a kerület nyugdíjasait látták vendégül a San Marco utcai Óbudai Kulturális Központban, ahol a megjelenteket színvonalas operett műsorral és svédasztalos állófogadással várták.

Bús Balázs, Óbuda-Békásmegyer polgármestere a rendezvényt megnyitó beszédében így fogalmazott: - Az öregség nem az évek számához

kapcsolódik, hanem attól függ, hogy milyen minőségű életet élünk, vannak-e megvalósítandó céljaink, érdeklődünk-e még a bennünket körülvevő világ dolgai iránt, és hogy úgy általában hogyan érezzük magunkat a bőrünkben. Szeretnénk, ha az önk egészségügyi állapota nem jelentene akadályt abban, hogy túl a nyugdíj-korhatáron is felismerjék az élet szépsé-

gét és részesei lehessenek azoknak a pillanatoknak, családi ünnepeknek és különböző közösségi eseményeknek, melyek széppé teszik a hátralévő éveiket. Ehhez azonban egyszerre van szükség az egészségtudatos életvitelre és az aktív testmozgásra. Szűrőprogramjaink, a fitness parkok és az önk részvételére számító különböző sportprogramok, mind ezt a célt szolgálják.

A polgármesteri köszöntő után a Nívót Pro-

dukció Hungarikum a javából! című zenés műsora szolgált meglepetéssel. A közismert dallamok hamar megtalálták a vendégek szívéhez vezető utat, aminek köszönhetően közös éneklésekkel záródott az emlékezetes előadás.

A vendégek közül egy négyunokás nagymama az ünnepség után így nyilatkozott: „Nagyon jó érzés, hogy megbecsülnek minket, ennél nem is kívánhatnánk többet!”



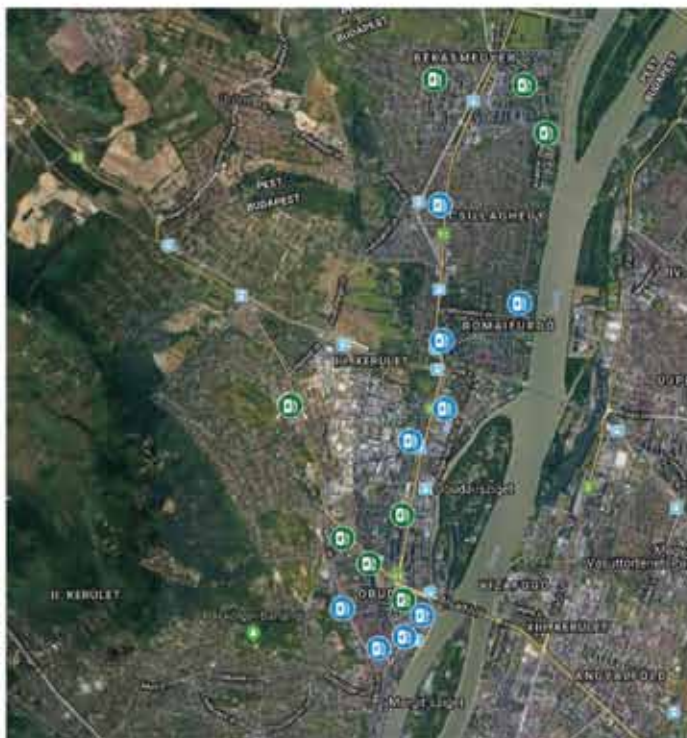
VÁROSFEJLESZTÉSI MELLÉKLET

ELKEZDŐDÖTT A LÉKAI BÍBOROS TÉR FELÚJÍTÁSA

2015 végén, a környékeliek bevonásával készültek el a csillaghegyi Lécai bíboros tér felújításának tervei. A négyalkalmas közösségi tervezést a kiviteli tervek elkészítése, majd a forráskeresés követte, idén ősszel pedig végre emlék- és pihenőparkként születhet újjá a terület. A rehabilitációnak köszönhetően a park számos új funkcióval fog bővülni.

A szeptembertől decemberig tartó munkálatok során megépülnek az új gyalogossétányok és pihenőterek, valamint korszerű és időtálló utcabútorokkal, padokkal, asztalokkal, világítással, hulladék- és kutyapiszokgyűjtőkkel, kerékpártárolóval és ivókúttal fog gazdagodni a terület. A már meglévő, gazdag faállományt új juharfák fogják bővíteni, valamint több mint 1500 évelő és 400 cserje díszíti majd a parkot. A zöldterületek megújulása mellett a parkot körülvevő, rossz állapotú útszakaszok burkolatának cseréje is megtörténik. Lapzártánkkor az Ármány utca felőli szakasz felújítása volt folyamatban, mely a teret körülvevő utcarészek felújításával folytatódik. A későbbiekben pedig Czetz János dandártábornok szobra is méltó helyet fog kapni a park területén, emléket állítva az 1848-49-es szabadságharcnak.

A felújítás Óbuda-Békásmegyer Önkormányzatának szervezésében, a Belügyminisztérium támogatásával jön létre. E támogatás keretében zajlik a Szépvölgyi úti park felújítása is, mely szintén a közelmúltban kezdődött el.



TOVÁBBI E-MOBI TÖLTŐPONTOK TELEPÍTÉSE ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER TERÜLETÉN

2017 őszén az önkormányzat együttműködési megállapodást írt alá a kormányzati finanszírozásban létesített, az elektromos autók töltésére szolgáló töltőpontok koordinálását végző e-Mobi Elektromobilitás Kft.-vel, melynek köszönhetően idén megkezdődött az elektromos töltőpontok telepítése a kerületben.

8 kerületi helyszínen már működnek a kihelyezett töltőpontok. Mivel a III. kerületi Önkormányzat hatékony és támogató hozzáállásával segítette a telepítések problémamentes lebonyolítását, az e-Mobi Elektromobilitás Kft. további 7 helyen telepít töltőpontokat, melyeket várhatóan már az idén birtokba vehet a lakosság. A tervek szerint tehát az idei év végéig összesen 15 töltőpont lesz elérhető az autósok számára, ezt követően pedig még két helyszínen várható telepítés (a Mátyás király út 27. és az Amfiteátrumnál, a Szőlő utca 2-4. előtt), amint itt a műszaki feltételek is adottak lesznek.

Ezen a térképen zölddel jelöltük azokat a töltőpontokat, amelyek már üzemelnek, kékkel pedig azokat, amelyek

még telepítésre várnak. Már üzemelnek a töltőpontok az Ágoston utca 4., a Pünkösdfürdő utca 3., a Kiskorona utca 16., a Bálint György utca 19., a Zsirai Miklós utca 15., a Kerék utca 36., a Törzs utca 2. címeken és a Kubik utcai Opel Maxabo mellett. További 7 helyen még az idei évben telepítésre kerülnek az új töltőpontok. További információk a www.obuda.hu oldal hírei között találhatók.



ELKÉSZÜLT A KERÜLET AKADÁLYMENTES JÁRDATÉRKÉPE

Már elérhető a teljes III. kerület akadálymentes térképe, online formában, egy internetes applikáció segítségével. Az önkormányzat kezdeményezésére a ROUTE4U alkalmazás nemrég bővült ki Óbuda-Békásmegyer térségével.

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata kiemelten fontosnak tartja a mozgásukban korlátozott emberek akadálymentes közlekedésének fejlesztését, ezért célul tűzte ki, hogy hosszútávon bárki számára elérhető legyen a kerület minden pontja. A kerület teljes akadálymentesítése egy igen hosszú folyamat, melyet sajnos nem lehet lerövidíteni, de a megvalósulásért az önkormányzat minden évben – a lehetőségeihez mérten – megteszi a szükséges lépéseket.

A kerekesszékekkel közlekedők számára talán ismerős lehet a Route4U nevű platform, mely a világ számos városában, köztük Budapest belsőbb kerületeiben nyújt ingyenes segítséget az akadálymentes útvonalak megtalálásában. Az alkalmazásban naprakész információkat találhatunk a járdák, átkelők, fontos helyek akadálymentes járhatóságáról, mely információ nem csak a kerekesszékesek, de bármilyen más, guruló eszközzel közlekedőknek, például babakocsis járókelőknek is fontos lehet. Az alkalmazás a keresés alapján gyorsan, felhasználóbarát módon mutat meg akadálymentes térképeket, így megkönnyítve sok kerekessel közlekedő hétköznapjait.

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzatához számos lakossági bejelentés érkezik be az akadálymentesség fejlesztésének igényével. A III. kerület – részben erre való válaszul –, megkereste a Route4U alkalmazás készítőit a kerület applikációba történő felvételével kapcsolatban, hiszen ez jelentősen segítené a kerekesszékekkel közlekedőket a már akadálymentesített járdák használatában. Az Óbuda-Békásmegyer Városfejlesztő Nonprofit Kft. lebonyolításában nemrég zajlott a teljes kerület akadálymentességének felmérése, beleértve a kerület járdainfrastruktúrájának minden olyan tulajdonságát, ami a kerekessel járművek (pl. kerekesszékek vagy babakocsik) számára problémát jelenthet.

A felmérni kívánt tulajdonságok, melyek nagyban eldöntik, hogy egy útszakasz mennyire járható akadálymentesen: az útfelület simasága, a kereszteződések padkájának magassága, hossz- és keresztirányú lejtés, járdaszélesség. A felmérés eredményeként 663 km járdahálózat került fel az alkalmazás térképére. Az applikáción keresztül az akadálymentes útvonalak teljes mértékben személyre szabhatóak, hiszen mindenki egyénileg állíthatja be az akadálymentességi igényét, amikor az útvonaltervét elkészíti.

A felmérésnek köszönhetően a helyi lakosok segítségével a teljes kerület akadálymentes járdatérképe hozzájárulhat ahhoz is, hogy a kerületen kívül élő, mozgásukban korlátozott emberek is meglátogathassák Óbuda-Békásmegyer egy-egy látnivalóját. Az applikáció és az akadálymentes térkép elérhető a www.route4u.org oldalon, regisztráció után.



KERÉKPÁRÚT FELÚJÍTÁS Budapest - Szentendre között 2018. október 17. - november 30.-ig

A felújítás ideje alatt időszakosan teljes útlezárás várható, javasolt kerületi útvonal:



A munkálatok befejezéséig kérjük szíves megértésüket és türelmüket!

KERÉKPÁRÚT FELÚJÍTÁS BUDAPEST ÉS SZENTENDRE KÖZÖTT

A Magyar Közút Nzt. tájékoztatást küldött Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat részére, melyben arról adnak hírt, hogy hamarosan felújítási munkát végeznek a 11-es főúttal párhuzamosan haladó kerékpárúton, Budapest és Szentendre között.

A felújítás tartalmazza a kerékpárút burkolatán jelentkező repedések, kátyúk, pályaszerkezeti problémák, gyökérbénővések javítását, aszfalt kopóréteg burkolat építését, valamint az útburkolati jelek felfestését.

A munkálatok miatt a kerékpárút egy szakasza várhatóan 2018. október 17. és november 30. között időszakosan lezárásra kerül. Az itt látható térkép mutatja a szakaszt, ahol lezárás várható, valamint a javasolt kerületi útvonalat.



„Fogadj örökbe egy helyiséget!”

Megújult a Margit kórház krónikus belgyógyászati osztálya

Közel 5 ezer négyzetméternyi falfelületet festettek újra a régi kórházépületben, az intézmény egy videó-laringoszkóp orvosi eszközzel is gazdagodott. A festékadomány és a műszer közel egymillió forint értékű. A felajánlás a „Fogadj örökbe egy helyiséget a Szent Margit Kórházban!” elnevezésű kampány részeként egy magyar tulajdonú festékgyár által történt. Az átadást október 15-én tartották.



Fotó: Antal István

Az önkormányzat az elmúlt évek során összesen több mint 50 millió forinttal támogatta a helyi közösségeknek is értéket jelentő kórházat, amely 2013 óta állami fenntartású intézményként működik.

Az eseményen részt vett többek közt *Bús Balázs* polgármester, *dr. Badacsonyi Szabolcs*, a Szent Margit Kórház főigazgatója, *Szabó Antal*, az adományozó Poli-Farbe Vegyipari Kft. ügyvezető-igazgatója és *Kozák Danuta*, olimpiai bajnok kajakozó, a cég jótékonyági nagykövete is.

Dr. Badacsonyi Szabolcs elmondta: a „Fogadj örökbe egy helyiséget a Szent Margit Kórházban!” projekt, amely két éve indult és eddig több tízmillió forintnyi adománnyal járult hozzá a fejlesztésekhez, az egyik legsikeresebb vállalkozása az intézménynek. A kampány által a társadalomért fe-

lelősséget érő és vállalkozó cégek is bekapcsolódhatnak a korszerűsítési folyamatokba. Hozzátette: a kórháznak nagyon fontos a kerületi önkormányzat támogatása is, amelyet évről évre megkap az intézmény nem csupán szavakban, de konkrét segítség formájában is.

Dr. Majercsik Eszter, a krónikus belgyógyászati osztály vezető főorvosa köszönetet mondott a kórház vezetésének, kollégáinak, valamint az örökbefogadónak. Mint mondta: a betegek sok időt töltenek ezen az osztályon, így nem mindegy, milyen környezetben élnek a mindennapjaikat. A festés alatt az osztály zavartalanul működött.

A hazai tulajdonú festékgyár jótékonyági programjában speciális falfestékekkel festették le a falakat, amely megköti a formaldehid molekulákat, így „tisztítja” a levegőt. A munkálatok során a nyílászárókat is átfestették.

A kórház gazdagabb lett egy úgynevezett videó-laringoszkóp orvosi műszerrel is. Az eszköz a betegek műtét közbeni intubálását segíti az altatóorvosoknak, emellett pedig a sürgősségi ellátásban is alkalmazható, amikor a légút átjárhatóságának biztosítására van szükség. A cég korábban a fejlődésneurológiai osztály megújulásához járult hozzá.

Nem mindegy, hogy diagnosztika vagy szűrés!

Emlővizsgálatra bárki elmehet, sőt ajánlott is a rendszeres ellenőrzés, szűrésre hazánkban viszont csak a 45-65 év közötti korosztályt hívják. A hivatalos népegészségügyi szűrésen túl viszont a szakemberek szerint fontos, hogy mi magunk is gondoskodjunk a folyamatos kontrollról. Hogy mikor, hová menjünk, és mire figyeljünk arra *dr. Forrai Gábor* radiológus, az Európai Emlődiagnosztikai Társaság (EUSOBI) elnöke válaszol.

- Hogy miért vagyunk sereghajtók Európában a daganatos megbetegedések és halálozások terén? A legkézenfekvőbb válasz: az időben történő felismerés hiánya, emellett a beteg utak is bonyolultak és hosszadalmasak lehetnek. A többi daganatos betegséghez képest az emlőrák esetében igencsak hatékonyan működik a szűrőprogram. Am jó, ha a behívottak 40-45 százaléka hallgat a hívó szóra, pedig minimum 70 százalékos részvételnél – megfelelő beteg utak, javuló onkológiai ellátás mellett – nagyjából felére volna csökkenthető a halálozás.

Évente ezer nő, anya, feleség, gyermek életét lehetne megmenteni

- Naponta találkozom 30-40 beteggel, közülük 10-15 biztosan járt alternatív vizsgálá-

ton, ahol persze nem találtak semmit. Pedig nem egy közülük sajnos már nagyon előrehaladott stádiumban jut el hozzánk, amikor sokkal kisebb eséllyel néz szembe a betegséggel – mondja *dr. Forrai Gábor*. A kollégáival azon dolgozik, hogy bővüljön a szűrésben érintettek köre, fiatalabb és idősebb korosztály is bekerülhessen, így kevesebben legyenek kénytelenek a hivatalos rendszeren kívüli megoldásokat keresni.

Mammográfia és ultrahang csak kéz a kézben!

- Nagyon fontos, hogy olyan helyen kaphatunk csak megfelelő diagnózist, ahol mammo-

ráfia és ultrahang is van, ahol csak az utóbbi, az legfeljebb a 30-35 évnél fiatalabbak vizsgálatára alkalmas, szűrésre nem. Egyébként hirdetnek megannyi módszert, de fontos tudni, hogy ezek egyikét sem szabad szűrésre használni, bármennyire szakmainak is tűnik annak leírása. Vannak kísérleti fázisban lévő eljárások, de ezek egyikére sincs még szakmai bizonyíték, vagy evidencia. De ugyanilyen fontos, hogy az önvizsgálatot mindinkább a háttérbe szorítjuk, ez ugyanis legfeljebb a nagyobb elváltozásokat veheti észre, de semmiképpen sem helyettesítheti a szakszerű mammográfiás szűrővizsgálatot – figyelmeztet

Forrai doktor, aki szerint ráadásul Magyarországon van a legkeményebb követelménye a radiológiai diagnosztikának, komplex licencvizsgálathoz kötött, körülbelül száz szakember rendelkezik ezzel.

A remény szalagja

A rózsaszín szalagot 1991 őszén használták először. New Yorkban a Susan G. Komen Alapítvány rózsaszín szalagokat osztott ki az emlőrákból felgyógyultakért megrendezett futáson, figyelemfelkeltési céllal. Egy évre rá, 1992-ben a rózsaszín szalag a Mellrák Tudatoság Hónapjának hivatalos szimbólumává vált. Minden év október a mellrák elleni kampány hónapja, melynek jegyében a világ minden részén a szűrés és a megelőzés fontosságára hívják fel a nők figyelmét, illetve rózsaszín szalagot viselnek azok, akik csatlakoznak ehhez a kezdeményezéshez.

A Szent Margit Kórház munkatársai is büszkén viselik a mellrák elleni küzdelem nemzetközi jelképét. A kampányhoz csatlakoztak többek között a krónikus belgyógyászati osztály, az általános belgyógyászati osztály és az intézmény dietetikai szolgálatának munkatársai is.





AZ EGÉSZSÉGGŐRÜT ÓBUDÁN
NAGYKÖVETE: SARABÁS ÉVA

EGÉSZSÉGNAP

A VÖRÖSVÁRI ÚTI SZAKRENDELŐBEN

2018. 11. 17. 09.00-15.00

EGÉSZSÉGGŐRÜT ÓBUDÁN 2018

HELYSZÍN: SZENT MARGIT RENDELŐINTÉZET
1032 BUDAPEST, VÖRÖSVÁRI ÚT 88-96.

SZŰRÉSEK:

- Légzésfunkció vizsgálat (COPD szűrés légzésfunkcióval)
- CO mérés (belégtett levegő szénmonoxid tartalmának mérése)
- Légzőszervi allergia teszt
 - előjegyzéssel 430-2450/301.melléken 12.00-13.30 ora között
- Vércukorszint mérés
- Koleszterinszint mérés
- InBody -testösszetétel mérés
- Táplálkozási tanácsadás
- Szájüregi szűrés
- Urológiai egészség állapot felmérés
- Hasi ultrahang vizsgálat
 - előjegyzéssel 388 9180 /176.melléken 11.12-től 09.00 -13.00 között
- Látóélességvizsgálat
- Hallásvizsgálat
- Kardiológiai szűrés:

Fizikális vizsgálat, EKG, vérnyomásmérés. Kérjük, amennyiben rendelkezik 3 hónapon belüli vérvételi eredménnyel, azt hozza magával.

Aki rendszeresen részt vesz a szűréseken és a legalább két pecséttel ellátott győjtő-füzetet bedobja a helyszínen található győjtőládába, sorsoláson vesz részt. A kihúzott nyertesek részére későbbi időpontban nyeremény átadó ünnepséget szervezünk.

ELŐADÁS:

11:30 DR. MAROSI MÁRTA
ALLERGIA - ASTHMA

NYEREMÉNYSOROLÁS

13:30 ÓRAKOR

EGYÉB:

KÉZHIGIENE A MINDENNAPOKBAN
ELSŐSEGÉLY TANÁCSADÁS,
VÉDŐNŐI EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS

Új koncertévaddal jelentkezik a Danubia Zenekar

Folytatja Zeneakadémiai sorozatát az Óbudai Danubia Zenekar, mely idén még 4 koncertből áll majd (Évszak bérlet), de egy bérletben is elérhetők a hangversenyek (Szezonbérlet). *Hámori Máté* zenekarvezetőt kérdeztük őszi előadásairól, terveikről.

Az élményekkel gazdag nyarat lezárva az együttes újult erővel és új tematikával vágott neki a 2018-2019-es szezonnak. Zenekarunk az elmúlt évek gyakorlatát viszi tovább, amikor programjaink összeállításánál egyszerre érvényesülnek a zenekar szakmai építését, új repertoár kialakítását és egy nyitott, új közönségre törekvését célzó törekvések. Nagy figyelmet fordítunk a XX. század azon zseniális alkotóira, akik hagyományosan kevesebb teret kapnak a hazai színpadokon.

Mint az a zenekar programfüzetének ajánlójában is olvasható: Minden dolog – szám. Mondta volt állítólag a nagy filozófus és valásalapító, Püthagorasz, akit ma jellemző módon matematikusként, és a róla elnevezett tétel első bizonyítójaként ismernek az iskolások. Az biztos, hogy az emberiség legősibb szimbóluma a szám, amely már az ókoriak szerint is magában rejtette a mindenség titkát, és eszerint számokkal leírható és megfeyjthető az egész univerzum. A szám misztérium, jubileumi évadunk pedig ennek a misztériumnak a jegyében épül fel. A 25 éves Óbudai Danubia Zenekar sorozatában Lutoslawski, Bartók, Duke Ellington, Dvorak, Rautavaara, Liszt, Schönberg, Rachmaninov művei hangzanak



el. A legnagyobb klasszikusok és a legizgalmasabb zenék egy sorozatban, kiváló karmesterekkel, *Hámori Máté*, *Azis Sadikovic*, *Kocsár Balázs* és *Káli Gábor* vezényletével. Az első koncertet szeptember 20-án tartották a Zeneakadémián.

– Az említettek mellett nagy sikerrel folytatódna a BMC-ben a háromrészes zeneszerző portréink, melyeknek állandó házigazdája idén is *Eckhardt Gábor* lesz. Mozart szerint senki nem értett úgy a hatáshoz, mint Händel. Beethoven a legnagyobb zeneszerzőnek nevezte, aki valaha élt. Szeptembertől Händelt, az egyik legnagyobb barokk szerző műveit mutatjuk be a Budapest Music Centerben. Az eddigi évek elsőprő közönségsikerének hála az idei évtől két alkalommal lesznek hallhatóak ezek a koncertek, hogy minden érdeklődőnek lehetőséget tudjunk biztosítani ennek az egyedi koncertélménynek a meg tapasztalására.

Szintén újdonság, hogy útnak indítjuk ifjúsági sorozatunkat a BMC-ben „Kalandra fül!” címmel, melyet elsősorban az 5-12 év közötti gyermekek és családjuk számára számunk tartalmas, mégis szórakoztató zenei kapcsolódásnak. A sorozat koncertjein olyan nagyszerű előadások lesznek láthatóak, melyeket zártkörű iskolai koncerteken több alkalommal, óriási sikerrel játszottunk a budapesti általános iskolákban, és amelyek ötvözik a mozgás, az irodalom, a humor és az interakció különféle eszközeit az élményszerű klasszikus zenei beavatás szolgálatában. Az ifjúsági koncertek a csoki golyók sztárját, Mozartot és a Nagytomondó obsztost, Hány Jánost elevenítik meg – tudtuk meg *Hámori Máté* zenekarvezetőtől.

(A 25 éves Óbudai Danubia Zenekar Magyarországon elsőként a teljes évadát online is elérhetővé teszi.) **Sz. Cs.**

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata nevében tisztelettel meghívom
az 1956-os forradalom és szabadságharc 62. évfordulója
alkalmából rendezett, koszorúzással egybekötött óbudai megemlékezésre,
2018. november 4-én vasárnap 17 órára
a Kiscelli Schmidt-kastély főbejáratánál található '56-os emléktáblához.
Helyszín: Budapest III., Kiscelli utca 108.

PROGRAM

Megemlékezés

Ünnepi beszédet mond: *Varga Mihály* pénzügyminiszter,
II. és III. kerületi országgyűlési képviselő

Koszorúzás

Az ünnepségre szeretettel várom!

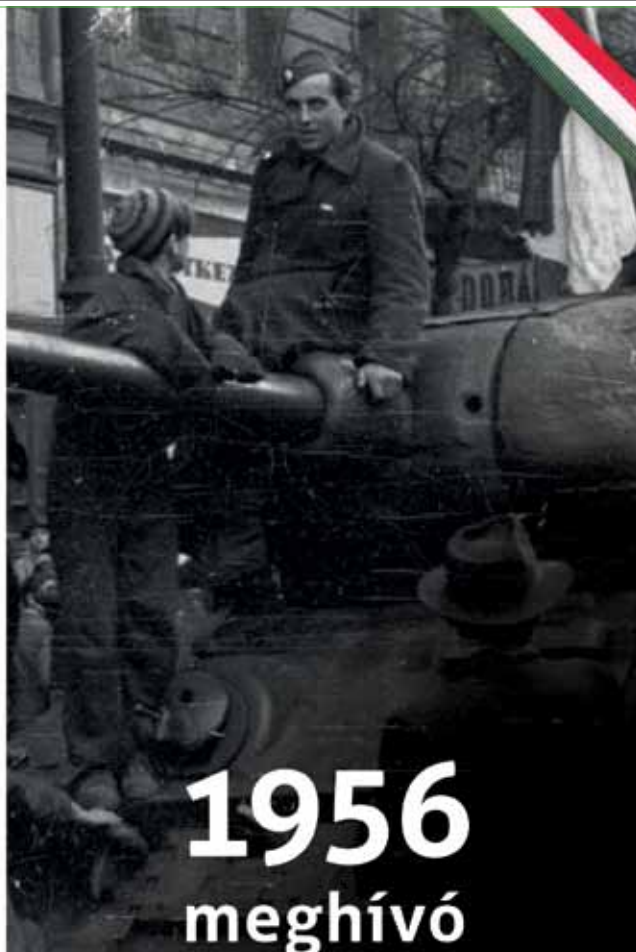
Üdvözlettel:

Bús Balázs
polgármester

A pártok és a szervezetek koszorúzási szándékukat szíveskedjenek október 26-ig jelezni a protokoll@obuda.hu e-mail címen, koszorúzási szándékot a helyszínen nem áll módunkban felvenni! Technikai kérdés: a koszorú átmérője ne haladja meg az 50 centimétert. Kérjük továbbá, hogy az ünnepség napján a koszorúzó személyek 16:45 óráig érkezzenek meg a helyszínre!



Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata



1956
meghívó

Kortárs lengyel képzőművészet az Esernyősben

A „Born to hang – Lebegés-re teremtve” című tárlat az Art Market Budapest 2018-as rendezvénysorozatának kísérőeseménye a Visegrad Contemporary Kulturális Fesztivál részeként.

A lengyelekhez fűződő viszony minőségében, tartalmában és

indíttatásában is különbözik az összes többi-től – emelte ki Magyarország és Lengyelország kapcsolatának fontosságát *Bús Balázs* a kiállítás megnyitóján. - Ami az Esernyős Galériát illeti, alapvetően a modern kortárs művészek előtt kíván teret nyitni,

és ez nem korlátozódik kizárólag hazai alkotók és alkotásaik bemutatására – tette hozzá.

Az október 9-én nyílt tárlat (melyről lapunk előző számában beszámoltunk) két varsói galéria – az Apteka Sztuki és a Le Guern Gallery – és az Esernyős Galéria együttműködésének eredményeként született. 11 kortárs lengyel alkotó műve érkezett Óbudára, hogy egyfajta keresztmetszetet nyújtson a mai lengyel képzőművészetről, elsősorban a festészet, a grafika és a szobrászat progresszív irányairól. A kiállítást *Katarzyna Haber-Pultorak*, az Apteka Sztuki Galéria kurátora nyitotta meg.

A fiatalabb és idősebb generációt képviselő lengyel művészek mindannyian komoly művészi háttérrel rendelkeznek, egyaránt jellemző munkáikra a kísérletezés és a kreatív, eredeti látásmód. A tárlaton résztvevő művészek: *Tomasz Ciecierski*, *Magda Fokt*, *Dariusz Korol*, *Robert Jaworski*, *Pawel Matyszewski*, *Irmína Stas*, *Kama Jakowska*, *Elzbieta Bancka*, *Wojciech Tyllbor*, *Kubrakiewicz*, *Pawel Wocial*, *Kamila Tuszyńska*. (Cím: Fő tér 2., esernyos.hu)

ki, *Magda Fokt*, *Dariusz Korol*, *Robert Jaworski*, *Pawel Matyszewski*, *Irmína Stas*, *Kama Jakowska*, *Elzbieta Bancka*, *Wojciech Tyllbor*, *Kubrakiewicz*, *Pawel Wocial*, *Kamila Tuszyńska*. (Cím: Fő tér 2., esernyos.hu)



Gellért – 100

A főváros egyik legpatinásabb szállodája századik születésnapját ünnepli. Az alapokat még a béke éveiben ásták ki, de a falat már az első világháború közepette rakták. Alighogy megnyílt, birtokba vették a megszálló román csapatok, majd Horthy foglalta el főhadiszállásnak. A húszas évektől nagy bálók, díszvacsorák helyszíne, Gundel Károly keze alatt világhírű lesz a konyha, tízezreket vonz a gyógyvíz, a hullámfürdő. Az ostrom alatt német katonai bázis, a pincében szükségkórház működött. A rommá lőtt hotel újjaépítése szakaszosan, évtizedek alatt zajlott le. Ma egyszerre mutatja a magyar szecesszió legszebb arcát, az 1960-70-es évek belsőépítészetének „retro” jegeit és a XXI. századi vendéglátás minden érényét. Gellért, pincétől padlásig: fáradszékbe beljebb! A Magyar Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeumban 2019. március 3-ig tekinthető meg a kiállítás, melyet *Saly Noémi* rendezett. (Cím: Korona tér 1.)

A magyar fotó 1840-1989

Olvasóink figyelmébe ajánlunk egy értékes és különleges kiadványt, ami a Látóhatár Kiadónál jelent meg a közelmúltban. *Péntek Orsolya: A magyar fotó 1840-1989* című könyve a fényképezés kezdeteitől a rendszerváltásig vezet végig a magyar fotográfusok életén és életművén.

A hiánypótló, különleges kötet 301 fotót tartalmaz, nemcsak a magyar fotográfia törté-

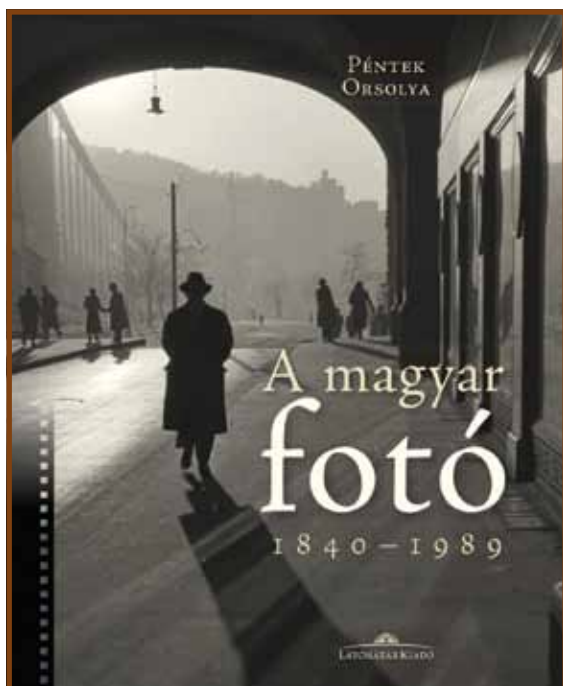
netéről, hanem a magyar kultúrtörténet 150 évéről is szól, hiszen a fényképészek élete és életműve számtalan ponton érintkezik az egyéb művészeti ágakat képviselő alkotókéval. Robert Capa, André Kertész, Brassai, Munkácsi Márton: fotós világsztárok, akik Magyarországon születtek és a XX. század elején lettek híresek. A magyar fotózás lenyűgözően gazdag múltja azonban

jóval korábban kezdődött: már 1841-ben műterem nyílt Pesten. Vajon hányan tudják, hogy magyar volt a világ egyik első hadifényképésze, és hogy a színes kép készítéséig már a XIX. században eljutott egy erdélyi fotográfus is?

A kötet a kezdetektől, az első dagerrotípia elkészültétől a neoavantgárd korszakon át egészen 1989-ig mutatja be a magyar fotográfia történetének legfontosabb életműveit. Azokét is, akik bámulatos tehetségükkel és káprázatos teljesítményükkel a nagyvilág más tájain (az Egyesült Államokban, Franciaországban, Németországban vagy máshol) lettek méltán sikeresek, mint André Kertész, Robert Capa, Moholy-Nagy László, Kepes György, Lucien Hervé, Brassai, Munkácsi Márton, Besnyő Éva vagy Ergy Landau, és azokat is, akik itthon szereztek maguknak hírnevet, mint Pécsi József, Máté Olga, Székely Aladár, Angelo, Escher Károly vagy Kinszki Imre. Valamennyien kitöröl-



Fotó: Zumpf András



hetetlen részeivé váltak a magyar kultúrának.

A fotók sok mindent elárulnak a korról, amelyben születtek, a világról, amelyet ábrázolnak és az emberről, aki készítette őket. Látszólag a múltról szól, egy megállított vagy megkonstruált pillanatról, de amit láttatnak, időtlen és örök emberi.

A kötetben fellelhető fényképek 150 esztendő lenyomatai, ám ennél jóval többet adnak: érzelmileg is hatnak és eszté-

tikai élményt nyújtanak. Megmutatják, honnan indult és milyen utat járt be másfél évszázad alatt Magyarországon a fotográfia, hogyan jutott el az eleinte csupán dokumentálni kívánó fényképezés az új vizuális művészeti ág megszületéséig. Ez a kötet mindazok számára hasznos olvasmány, akik többet szeretnének megtudni erről a varázslatos világról, a fényképezés örök csodájáról. Sz.



ÓBUDAI
KULTURÁLIS
KÖZPONT

ÓBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT

1032 Bp. San Marco u. 81 Tel.: 388-2373
www.kulturkozpont.hu
instagram: @kulturkozpont

Október 26. péntek 20.00 **Jordán Tamás és Sebő Ferenc József Attila-estje**

Október 28. vasárnap 10.00 **Családi vasárnapok – Burattino Bábszínház: Jancsi és Juliska**

Október 28. vasárnap 17.00 **Sirtos görög táncház**

Október 30. kedd 18.30 **A Biblia világa** (Ingyenes.)

Október 31. szerda 18.00 **Életünk – egészségünk – Az ízületek egészsége** (Ingyenes.)

November 4. vasárnap 17.00 **Sirtos görög táncház**

November 6. kedd 18.30 **A Biblia világa**

November 7. szerda 18.00 **Életünk-egészségünk – Édes este – egészséges alternatívák az édességet kedvelőknek** (Ingyenes.)

November 9. péntek 18.00 **Sulyok Gabriella kiállításának megnyitója** (Ingyenes.)

November 9. péntek 20.00 **Casablanca tánccláz**

November 10. szombat 20.00 **Szinetár Dóra – „ÚjraTervezés” lemezbe-mutató koncert**

ÚjraTervezés címmel jelent meg nemrég Dóra legújabb szóló lemeze, melyen az elmúlt közel 30 év alatt tőle ikonikussá vált musical slágerekből kapunk egy különleges válogatást.

Jegyár: 2200 Ft, 2500 Ft, 2700 Ft



November 11. vasárnap 9.00 **Ásványbörze és bonsai-kiállítás** (Ingyenes.)



GOLDBERGER TEXTILIPARI GYŰJTEMÉNY

1036 Lajos u. 136-138. tel.: +36 1 250 10 20;
info@obudaimuzeum.hu; facebook/goldbergermuzeum;
instagram: obudai_muzeum; www.textilmuzeum.hu
Nyitva tartás: kedd-vasárnap: 10-18 óra, hétfő: zárva
Minden hónap első szombatján a látogatás ingyenes!

Az Óbudai Múzeum Goldberger Textilipari Gyűjteménye állandó kiállításával méltó emléket kíván állítani az 1784-ben, Goldberger Ferenc által alapított, és több mint 200 éven át fennállt textilgyár történetének. Őt nagy egységre bontva mutatja be azt a folyamatot, amely során a néhány fős manufaktúraként induló kékkfestőműhely a család egymást követő generációinak innovatív szemlélete és vállalkozó készsége következtében világhírű vállalattá fejlődött. Ezzel nem csak Óbuda életére volt nagy hatással, hanem hosszú időn át meghatározó szereplőjévé vált a magyar gazdaságnak. A kiállítás a gyár fejlődésének bemutatása közben számos interaktív elem segítségével teszi érthetővé a textilipar más technológiáját.

Óbudai lakosoknak kiállításunk látogatása díjtalan.



ÓBUDAI
KULTURÁLIS
KÖZPONT

BÉKÁSMEGYERI KÖZÖSSÉGI HÁZ

1039 Bp., Csobánka tér 5
Tel.: 243-2432,
www.kulturkozpont.hu
instagram: @kulturkozpont



Október 26. péntek 17.00 **Színházi kulisszák mögött – Örökre fiatalok** (Ingyenes.)

Október 27. szombat 15.00 **Életképek táncban elbeszélve** (Ingyenes.)

Október 31. szerda 18.00 **Békási mozi esték – Jackie** 🎬

November 8. csütörtök 10.00 **Bérletes meseszínház – Pöttöm bérlet**

November 9. péntek 13.30, 15.00 **Bérletes meseszínház – Kőlyök bérlet**

November 9. péntek 15.00 **Accordia Irodalmi Társaság** (Ingyenes.)

November 10. szombat 10.00–16.00 **VII. Országos Márton-napi makett-kiállítás és verseny**

November 11. vasárnap 10.00–15.00 **VII. Országos Márton-napi makett-kiállítás és verseny**

Jegyár: felnőtt: 600 Ft/fő/nap, gyermek (14 éves korig): 400 Ft/fő/nap, család: 1600 Ft/(2 felnőtt, 2 gyermek)/nap



ÓBUDAI
KULTURÁLIS
KÖZPONT

CSILLAGHEGYI KÖZÖSSÉGI HÁZ

1039 Bp., Mátyás k. út 13-15. Tel.: 240-0752,
www.kulturkozpont.hu
instagram: @kulturkozpont

Október 26. péntek 9.15–10.00 és 10.30–11.15 **Népzenei koncert babáknak**

Október 26. péntek 18.30 **Régmúlt idők mozija – Átkozott boszorkák** (1998) 🎬

Október 27. szombat 12.00 **IV. Latin-amerikai fesztivál** (Ingyenes.)

Október 28. vasárnap 10.00 **Kakaómozzi – Kandúr, a csizmás** (2011) 🎬

November 9. péntek 9.15–10.00 és 10.30–11.15 **Népzenei koncert babáknak**

November 9. péntek 18.30 **Régmúlt idők mozija – Arzen és levendula** (1944) 🎬

November 10. szombat 10.00 **Mesés hétvégék – Bújjócskát játszik a fény** (Ingyenes.)

November 10. szombat 15.00 **Ritmus klub Csoóri Sándorral**

November 10. szombat 18.00 **Mozititkok – Vándorszínészek** (2018)

(magyar romantikus vígjáték, 102 perc, 2018. R.: Sándor Pál) 🎬

A film elnyerte a várnai nemzetközi filmfesztivál fődíját, az Arany Aphrodité. Sándor Pál műve egy maroknyi csepűrágó meghatározó és szórakoztató története, Martinovics Dorina, Mohai Tamás, ifjabb Vidnyánszky Attila, Nagy-Kálózy Eszter, Gáspár Sándor, Hegedűs D. Géza és Rudolf Péter szereplésével készült. 19.45 Vendégünk: Sándor Pál rendező – beszélgetőpartner: Baróti Éva újságíró



November 11. vasárnap 10.00 **Kakaómozzi – Eszeveszett a birodalom** (2000) 🎬



ÓBUDAI
KULTURÁLIS
KÖZPONT

3K

1033 Bp. Pethe Ferenc tér 2.
Tel.: 247-3604
www.kulturkozpont.hu
instagram: @kulturkozpont



Október 27. szombat 16.00 **Bogár Muzsika koncert**

November 9. péntek **Rofusz Kinga: Hófehér Karácsony** (Ingyenes.)

A kiállításon Rofusz Kinga illusztrációi tekinthetők meg, melyek Mészöly Ágnes meséjéhez készültek. A történet és a képek a klasszikus karácsonyi mesék varázslatos világát elevenítik fel, de megjelenik benne egy fantasztikus elemekkel átszőtt humoros dimenzió is.

A kiállítás december 15-ig megtekinthető a 3K nyitvatartási idejében.

A belépés ingyenes.



November 10. szombat 16.00 **Hangszersimogató klub, 18.30 Hangutazás és hangfürdő**



ÓBUDAI
KULTURÁLIS
KÖZPONT

CIVIL HÁZ

1036 Bp., Kolosy tér 2. (piac, galéria)
Tel.: 240-0262.
www.kulturkozpont.hu
instagram: @kulturkozpont

Minden programunk ingyenesen látogatható.

Október 27. szombat 11.00 **Barangoló - Az ősz színei**

Október 31. szerda 17.00 **Életigenlők filmklub - Lora**

November 6. kedd 16.00 **Képes Gábor felolvasása**

November 7. szerda 16.30 **Füben, fában - Palástfü, cickafarkfü**

November 10. szombat 15.00-19.00 **Barangoló - Márton-nap**



ESERNYŐS

Óbudai Kulturális, Turisztikai és Információs Pont
1033 Budapest, Fő tér 2., tel.: +36 30 883 1953
www.esernyos.hu, info@esernyos.hu
www.facebook.com/esernyos

10.26. 07.00-09.00 **Bike & Breakfast**

10.30. 18.00 **Stílus-teremtő Gényusok - Munkácsy Mihály**

10.30 20.00 **Esernyős Filmklub - Mrs. Hyde**

11.06. 18.00 **Esernyős Filmklub - Apa (Egy hit naplója)**

11.07. 18.00 **Art Filmklub - A gyönyör rabjai**

11.09. 19.00 **Táncoló Filmkockák - Sikerfilmek táncpőben**

A Nemzeti Táncszínház népszerű előadás-sorozata szórakoztató formában mutatja be a film- és táncművészet közös történetét, Lakatos János nívódíjas koreográfus, a Magyar Táncművészeti Főiskola tanárának multimédiás előadásában.

A Sikerfilmek táncpőben előadásában mindenki megtalálhatja a hozzá legközelebb álló stílust, legyen szó társastáncokról, klasszikus balettől, vagy éppen az utcai áramlatokról, mint a hip-hop, vagy breaktánc. Olyan kedvencek kerülnek terítékre, mint a Moulin Rouge, a Billy Elliot, a Rivaldafényben vagy az Egy asszony illata. Bepillantunk a tangó és flamenco mestere, Carlos Saura műhelyébe, a Fekete hatyú forgatására és a Rize stílus-teremtő táncosai életébe. A legszínesebb stílusok legjobbjait szedjük egy csokorba erre a vérpezsdítő 120 percre!

Jegyár: 1000 Ft

A férőhelyek korlátozott száma miatt javasoljuk az előzetes jegyvásárlást.



ÓBUDAI PLATÁN KÖNYVTÁR
EZÜSTHEGYI KÖNYVTÁRA

1038 Budapest, Ezüsthégy u. 16. (bejárat a Rózsadomb utcáról), tel.: 454-0826. www.platankonyvtar.hu
Hétfő 12-19, kedd 9-14, szerda 12-19, csütörtök 9-14, péntek 12-19, minden páros hét szombatján 9-13



Hálósákbamacska

- 2018. november 9. 16.16 - 18.18

Este a könyvtárban. Hozd magaddal a hálósákbontást és szüleidet egy közös esti mesére! Hogy mit mesélünk? Az legyen zsákbamacska! Ha a mese után van kedved lúdtollal írni, Márton történetével, Márton napi szokásokkal ismerkedni, és nem félsz egy kis esti kalandtól a könyvtárban, itt a helyed!

1818-kor hálósákbontás (meglepetéssel!).

A program ingyenes!



**MAGYAR KERESKEDELMI
ÉS VENDÉGLÁTÓIPARI MÚZEUM**
1036 Budapest, Korona tér 1.
Tel.: 375-6249, web: www.mkv.hu

KIÁLLÍTÁSOK

Mit vásárolt Jucika? Nők a szocialista reklámban 2018. június 19. – november 4.

A handlétől a grand caféig – Zsidók az 1867 és 1918 közötti magyar kereskedelemben és vendéglátásban 2018. szeptember 20. – 2019. február 3.
Gellért 100 2018. szeptember 27. – 2019. március 3.
Orrunk alá a... 2018. október 10. – 2019. november 4.

PROGRAMOK

2018. október 27., szombat, 10.00-18.00

XII. Országos Ördöglakat Találkozó

A találkozón rengeteg játékot lehet kipróbálni. Ott lesznek magyar tervezők új és régebbi játékaik, és a nemzetközi játékvilág néhány újdonsága is.

2018. október 27., szombat, 16.00

Múzeumok Őszi Fesztiválja – Musimbe Dávid Dennis humorista (Dumaszinház) szubjektív tárlatvezetése a Mit vásárolt Jucika? kiállításban

Múzeumok Őszi Fesztiválja – SZÜNIDŐZŐ programok gyerekeknek

Minden alkalommal elolvassunk egy mesét, amelyben az aznapi szereplő középpontba kerül, elkészítjük a kedvenc ételét vagy hasznalati tárgyát, próbákat állunk ki, nyomokat követünk a kiállításainkban.

Október 27., szombat, 10.00-12.00 Öreg király

Október 28., vasárnap, 10.00-12.00 Boszorkány

Október 28., vasárnap, 15.00-17.00 Tündér

Október 30., kedd, 10.00-12.00 Világszép királylány

Október 30., kedd, 15.00-17.00 Királyfi

Október 31., szerda, 10.00-12.00 Táltos paripa

Október 31., szerda, 15.00-17.00 Hétfejű sárkány

2018. október 30., kedd, 19.00

Borvirág Borklub

Meghívott borász: Nyolcas és fia Borház, Eger. Házigazda: Borvirág Zenekar

2018. november 3., szombat, 16.00

Múzeumok Őszi Fesztiválja – Tóth József Füles reklámfotós szubjektív tárlatvezetése a Mit vásárolt Jucika? kiállításban

2018. november 4., vasárnap, 16.00

Múzeumok Őszi Fesztiválja – A színpalak mögött

A vezetésen a résztvevők megismerhetik a múzeum olyan részeit, melyet a nagyközönség máskor nem láthat. Az épület zegzugos szobái között a múzeum igazgatója, Kiss Imre kalauzolja az érdeklődőket. Műhelytitkok, jövőbeli tervek és lehetőségek bemutatása a múzeum épületében és udvarán.

2018. november 7., szerda, 17.00-20.00

Társasjáték-klub

2018. november 7., szerda, 18.00

Szindbád-szalon

Márai Sándor: Ég és Föld – felolvasószínház

2018. november 7., szerda, 18.00

A WIZO kóser szakácskönyve – könyvbemutató

80 éve jelent meg először, azóta az idő homályába vesztve vészelt el az időt egyetlen példány egy könyvtár mélyén. Most újra olvasható a több mint 220 receptet felölelő válogatás ebben a reprint kötetben. Szeretettel ajánljuk mindenkinek, aki az izletes és kóser konyha iránt érdeklődik. Beszélgetőpartnerek: Köves Katalin, Saly Noémi és Szántó András.



1036 Bp., Kiskorona u. 7. Telefon: 250-0288

obudaitarsaskor.hu jegymester.hu



Kiss Gy. László

November 16., péntek 19 óra

SURGITE, VIAM VOREMUS! (ÉBREDJETEK, SIESSÜNK!)

30 éves a Musica Historica Együttes

November 17., szombat 19 óra

HOMMAGE À STANISŁAW WYSPIAŃSKI

100 éve független Lengyelország – Lengyel Szalon

Rendező: Óbuda-Békásmegyer Lengyel Nemzetiségi Önkormányzat

November 18., vasárnap 17 óra

A CAPELLA CRACOVIENSIS KONCERTJE

Rendező: Lengyel Intézet

November 22., csütörtök 19 óra

FUVOLISSIMO

Drahos Béla – fuvola, Homor Zsuzsanna – zongora

November 22., csütörtök 19 óra

HIÁNYZÓ GYÖNGYSZEMEK

Kiss Gy. László Liszt-díjas tárogatóművész hangversenye

November 24., szombat 15 óra

MOZART KLUB

November 24., szombat 19 óra

A CAPELLA SAVARIA KONCERTJE

November 25., vasárnap 17 óra

DALOK A KISPIPÁBÓL – SERESS REZSŐ-EST

Fesztbaum Béla, Kék Duna Koncert-Szalonzenekar

November 28., szerda 19 óra

GITÁRMUZSIKA ÓBUDÁN – Tritonus Guitar Trio

November 30., péntek 19 óra

AZ ÉV FIATAL JAZZ-ZENÉSZE

Oláh Krisztián – zongora, Richter Ambrus – dob





ÓBUDAI PLATÁN KÖNYVTÁR

1031 Budapest, Arató Emil tér 1. (bejárat a Kadosa utca felől)
Tel.: 439-0936, web: www.platankonyvtar.hu

Az origami csodálatos világa – 2018. október 4- november 16-ig

Vándorkiállítás a Magyar Origami Kör megalakulásának 30. évfordulója alkalmából.



Szellemes kaland – 2018. október 27. 11.00

Rémeselek rajongói, szörnyek simogatói, figyelem! Halloween idején elmosódnak a világok közötti határok, ezért kísérteties dekorációkat készítettünk Milner Angéla segítségével.

Drakula a könyvtárban – 2018 október 30. 17.00-18.00

Igaz-e, hogy a denevérek ultrahanggal tájékozódnak? A vérszívás mellett mivel táplálkoznak? Miért repülnek be olykor az ablakon? Izgalmas részleteket tudhatunk meg a denevérek életéről, a közelgő Halloween alkalmából, az Elveszett Állatok Alapítvány munkatársaitól.

Csillagok, csillagok – 2018. november 5. 16.00

Csillag készítése a Magyar Origami Körrel az Origami Világnapok keretében. Vendégünk lesz Hunyadvári Szilvia, iparművész, aki gyönyörű ablak-csillagokat hajtogat.

Nézz bele a varázsszemüvegbe!

– 2018. november 8. 18.00

Dr. Kádár Annamária, pszichológus és tréner előadása a mesék fontosságáról és az érzelmi intelligencia fejlesztéséről, gyermekkorban és felnőttkorban egyaránt.

Az igazi sikereket – és ami még fontosabb – a belső harmóniát csak akkor érhetjük el, ha jártasak vagyunk az érzelmek és a kapcsolatok világában, képesek vagyunk konfliktusokat kezelni, együttműködni, segítséget kérni, vágyainkat késleltetni, kitartani. Vagyis, ha fejlett az érzelmi intelligenciánk.



Mesesarok – közösségi felolvasó – 2018. november 10. 10.00

Gyere be, legyél felolvasó vagy mesehallgató! Vár rátok a mesepolo. A programok ingyenesek. Minden érdeklődőt szeretettel várunk!



ÓBUDAI MÚZEUM

info@obudaimuzeum.hu; facebook/obudaimuzeum;
instagram: obudai_muzeum;
A múzeum bejárata a Szentlélek tér felől közelíthető meg.

Óbudai lakosoknak kiállításaink látogatása díjtalan:

- Óbuda- egy város három arca
- Játék a városban
- Templomok a talpunk alatt

PROGRAMOK:

A Zichy kastély titka

Az óbudai Zichy kastély nem csupán a Fő tér egyik legfőbb látványosság, de otthont ad több múzeumnak és kulturális programnak is. Bár a környéken élők számára szinte mindennapi helyszínek számít, története mégsem igazán ismert. Az épület a magyar történelem egy különleges időszakához köthető, amikor a főúrnak lakhelyük nem csak életteret adott, de reprezentálta is őket. Mikor és ki építette a kastélyt? Pontosan milyen funkciót láttak el a különböző épületszárnyak? Mi volt az épület sorsa és milyen átépítéseket láthatunk jelenleg? A séta során a barokk korszak Óbudát érintő fontos eseményeit is felelevenítjük.

Találkozó az Óbudai Múzeum recepcióján

Időpont: november 13. kedd 11.00

A program ingyenes, de regisztrációhoz kötött: programok@obudaimuzeum.hu

MÚZEUM CSÜTÖRTÖK – Ingyenes tárlatvezetés az Óbudai Múzeum állandó helytörténeti kiállításában november 22. 11.00

Regisztráció: programok@obudaimuzeum.hu



AQUINCUMI MÚZEUM

1031 Budapest, Szentendrei út 135. www.aquincum.hu
aquincum@aquincum.hu, tel.: +36 1 430 1081
Facebook: @Aquincum.Museum
Instagram: @aquincummuseum

2018. október 27. szombat

Stop.Shop - Műhelyek és boltok világa a római kori Aquincumban

Záróprogram:

11.00 és 15.00 interaktív tárlatvezetés a kiállításban

11.00-17.00 mesterségek bemutatója

A program a múzeumi belépőjeggyel látogatható!



Kilencvenéves lenne Sinkovits Imre

A Kossuth- és kétszeres Jászai Mari-díjas, érdemes és kiváló színművész, a Nemzet Színésze nevét utca őrzi Csillaghegyen. Idén ősszel lenne 90 éves.

Sinkovits Imre 1928. szeptember 21-én született. Testvéröccse Sinkó László színművész. Édesapjuk vendéglős volt Kispesten. Óbudán az Árpád Gimnáziumban tanult. Az iskolában egész életre szóló élményekben volt része. Itt lett cserkész, ami kitöltötte ifjúsága minden percét. Több családtagját elvitték az oroszok, sőt magának Sinkovitsnak is háromszor kellett megszöknie tőlük, mivel *málenkij robotra* akarták vinni. 1947-ben



érettségizett, majd felvették a Színiakadémiára.

Színésznő kollégájával, Gombos Katalinnal szerelem szövődött közöttük, 1951-ben kötöttek házasságot. Gyermekük: Sinkovits-Vitay And-

rás és Sinkovits Mariann színművészek.

Kiemelkedő tehetsége mindenhol kifejezésre jutott, sorra vitte sikerre szerepeit. Az áttörést Madách: *Mózes* című darabjának főszerepe jelentet-

te számára. Olyan drámai erővel játszott, hogy a bemutatótól számítva 22 éven keresztül, 700-nál is több alkalommal lépett fel ebben a szerepben.

1956. október 23-án Sinkovits Imre tízezres

tömeg előtt szavalta el a Nemzeti dalt a Petőfi szobornál, az esemény az '56-os forradalom jelképe lett. Egy időre „félretették”. Később megengedték neki, hogy a József Attila Színházban újra játsszon. 1963-ban mehetett vissza a Nemzeti Színház társulatába, melynek évtizedeken át meghatározó tagja volt. Élete a színház volt, emellett számos filmben szerepelt. A Nemzeti Színházat 2000-től Pesti Magyar Színházra nevezték át, itt játszott haláláig.

A színészlegenda 2001. január 18-án, 72 évesen hunyt el. Az Óbudai Temetőben helyezték örök nyugalomra. Sinkovits Imre posztumusz Óbuda-Békásmegyer Díszpolgára. Nevét a polgármesteri hivatal márványtáblája őrzi. **Sz.**

A Braunhaxler tánccsoport az Europeadén

Európa számos országa képviseltette magát az 55. Europeade Fesztiválon, melyet a portugáliai Viseuban tartottak. Több mint 250 tánccsoport és énekkar vett részt az eseményen; a Braunhaxler tánccsoport is, immár hatodik alkalommal.

város főbb útvonalain három és fél kilométer hosszan vezetett, ezrek köszöntötték a felvonuló csoportokat.

- Nagy öröm volt számunkra, hogy a közönség soraiból is sok tapsot kaptunk, köszöntötték a magyar csoportokat. Ezúton

szeretném megköszönni Óbuda-Békásmegyer Né-

met Nemzetiségi Önkormányzatának támogatását – tette hozzá Pappné Windt Zsuzsanna.



25 éves az Óbudai Danubia Zenekar
Jubileumi gálakonzerttel ünnepli 25. születésnapját az Óbudai Danubia Zenekar december 30-án a Zeneakadémián.

A koncerten a zenekar életében fontos karmesterek, így az alapító Héja Domonkos, Silló István és Hámori Máté vezénnyel, közreműködik Kelemen Barnabás hegedűművész. Ács Péter ügyvezető az évadbejelentő sajtótájékoztatón elmondta, mások mellett Lutoslawski, Bartók, Dvorák, Liszt és Rahmannyinov művei hangzanak el. A variációké lesz a főszerep, amely Szentpáli Roland „La folia” című darabjának ősbemutatója is egyben.

Jelentkezés művészeti adatbázisba

Budapest Főváros III. kerület Óbuda-Békásmegyer Önkormányzatának Polgármesteri Hivatala létre kívánja hozni az ArtÓbuda-Békásmegyer adatbázist, melynek célja a III. kerületben élő és alkotó művészek és alkotók megismerése, bemutatása, valamint bekapcsolása Óbuda-Békásmegyer színes kulturális összművészeti programjaiba, ráirányítva a figyelmet a művészet fontosságára, nevelő és közösségteremtő szerepére.

A polgármesteri hivatal ebből a célból várja a kerületben élő, valamint alkotó művészek jelentkezését. A művészeti adatbázisba kerülés a művészek számára önkéntes és ingyenes.

Jelentkezni az alábbi e-mail címen lehet: csepányi.andrea@obuda.hu a következő adatok megadásával: név; e-mail cím; telefonszám; postai cím; település; irányítószám; művészeti ág megnevezése; a művész rövid bemutatkozása. A jelentkezéssel egyidejűleg a jelentkező elfogadja az adatkezelési szabályzatban rögzített adatkezelést.

Az adatbázisba való felvételtől visszajelzést küld a polgármesteri hivatal. Adatbázis kezelője: Oktatási és Kulturális Osztály – Csaplárné Csépanyi Andrea.

A személyes adat kezelésére a 2011. évi CXII. törvény 5. § (1) bekezdés a) pontja és az Európai Parlament és Tanács 2016/679 rendelete a természetes személyeknek a személyes adatok kezelése tekintetében történő védelméről és az ilyen adatok szabad áramlásáról, valamint a 95/46/EK rendelet hatályon kívül helyezéséről szóló rendelet (általános adatvédelmi rendelet) 6. cikk (1) bekezdés a) pontja alapján kerül sor.

Az adatvédelmi tájékoztató letölthető:

<http://obuda.hu/szabadidokultura/kultura/adatvedelmi-tajekoztato-artobuda-bekasmegyer-adatbazis/>

Pappné Windt Zsuzsanna, a „Braunhaxler” Egyesület elnöke számolt be élményeiről. Elmondta: a szervezők a város több pontján színpadot állítottak, melyeken reggeltől estig zajlottak a csoportok fellépései. A műsorokban mindenki bemutatta táncait, dalait a városka lakóinak és más csoportok tagjainak nagy érdeklődésére. A színes fesztiváli hangulat összehozta a különböző országokból érkezőket. Késő estig tartott az utcabál, fantasztikus hangulatban, a város különböző pontjain.

A nyitó- és záróműsorban valamennyi csoport bemutathatta táncait, három percben. Mindenki a tudása legjavát adta, az arénában több ezren gyönyörködtek a színvonalas programban. A felvonuláson, mely Viseu

1956-ra emlékeztek Csillaghegyen

A Jézus Szíve Plébánián misszéval kezdődött a Csillaghegyi Polgári Kör Egyesület 1956-os megemlékezése október 20-án.

Ezt követően Szabó Zoltán, az egyesület vezetőségi tagja a 62 évvel ezelőtti napokat felidézve méltatta a forradalom jelentőségét. Juhász Zoltán furulyájátéka, Juhász Réka éneke, valamint Foltán László

olimpiai bajnok szaválata után az emlékezők megrendülten hallgatták *Winter Ede* előadását az 1956 októberi eseményekről. A megemlékezés a Zsámboki-kereszt-nél gyertyagyújtással ért véget.

A rendezvényen részt vett Bús Balázs, Óbuda-Békásmegyer polgármestere és Varga Mihály pénzügyminiszter, országgyűlési képviselő is.



A Lékai bíboros téri kereszt



Fotó: Zumpf András

A Boldog Özséb Plébánia nemrégiben ünnepelte a templom felszentelésének 31. évfordulóját. A békásmegyeri lakótelep építéskor került fel két új (katolikus

és református) templom építése. Először a katolikus templom terve valósult meg a Duna felőli oldalon a Lékai bíboros téren. A modern stílusú épületet 1987-ben adták át. A több mint 4 méter magas egyszerű kereszt a templom főbejáratától

balra található. Felállítása 2001-ben történt az 1956-os forradalom és szabadságharc 45. évfordulója alkalmából. A fenyőből készült kereszt emlékező, engesztelő objektum. Az 1945-1989 közötti években a nemzet ellen ártók mementója. **Z. A.**

Temetők nyitvatartása

A Budapesti Temetkezési Intézet Zrt. a közeledő halottak napjára és az ezen időszak megnövekedett forgalmára való tekintettel hosszabb nyitvatartást határoz meg a temetőlátogatók számára, ezzel biztosítva a kegyelet gyakorlásának lehetőségét, valamint az egyéb temetői-

dákban zajló ügyintézését. **Temetők nyitvatartási rendje:** október 22-től október 28-ig 7-től 18 óráig. Október 29-től november 4-ig 7-től 20 óráig. Az Új Köztemetőben október 23-án 7-től 20 óráig (a megemlékezésekre való

tekintettel). A temetőirodák ügyfélfogadási rendje: október 27-én és 28-án 8-tól 17 óráig. Október 29-től november 2-ig 8-tól 18 óráig. November 3-án 8-tól 14 óráig. A temetők és temetőirodák november 5-től az eredeti nyitvatartás szerint üzemelnek.



Fotó: Antal István

A Biblia világa

Folytatódik az előadássorozat az Óbudai Kulturális Központban „Passió, Jézus szenvedéstörténete” címmel. A téma iránt érdeklődőket keddenként 18.30 órától várják az előadók, *Filep György* és *Kecskeméti János*. **Október 30-án:** „Bizony mondom néked ma: velem leszel a Paradicsomban.” „A jobb lator”. * **November 6-án:** „Aszszony, íme a fiad...” * **November 13-án:** „Szomjúhozom!” * **November 20-án:** „Én Istenem, miért hagytál el engemet?” * **November 27-én:** „Beteljesedett.” * **December 4-én:** „Atyám, a Te kezébe ajánlom lelkemet!” (Belépődíj: 200 forint. Cím: San Marco utca 81.)

Temetői járatok. Mint minden évben, idén is lesz (csak november 1-jén) rendkívüli temetői járat az Óbudai Temető megközelítéséhez. Az autóbuszok **118B** jelzéssel a Szentlélek tér és az Óbudai Temető között közlekednek, majd a Vörösvári és Bécsi úton át, és minden érintett megállóhelyen megállnak. Indulási időpontok a Szentlélek térről 7.45-től 18.45 óráig, 15 percenként. Indulási időpontok az Óbudai Temetőtől főbejáratától 8-tól 18.20 óráig, 15 percenként.

ADVENT ÓBUDÁN 2018 11.30. – 12.23.

ingyenes korcsolyapályák ❄️ adományfa ❄️ fényfestés ❄️ gasztrosétány ❄️ kézműves vásár
családi programok ❄️ koncertek ❄️ betlehem ❄️ vasárnaponként adventi gyertyagyújtás közös énekléssel

November 30. – december 2.

ünnepnyitó fénygyújtás ❄️ korcsolyapálya-megnyitó ❄️ Dresch Vonós Quartet ❄️ Eastwing Group
Balogh Kálmán és Gipsy Cimbaliband ❄️ Bognár Szilvia és zenekara
Kincső Néptáncgyűttes ❄️ Muzsikás Együttes

December 7-9.

Mikulás-napi koncert: Kolompos Együttes ❄️ Mikulás, aki a Vitéz László bábjáték automatával érkezik
Orosz Zoltán és barátai ❄️ Makám ❄️ Hirhozó Langeléta Garabonciások ❄️ MagyarVista Social Club
Romengo ❄️ Szalóki Ági ❄️ Széll Kulturális Egyesület és a Veres Péter Gimnázium ❄️ Korál-sziget

December 14-16.

karácsonyfa-diszítő verseny eredményhirdetése ❄️ Bab Társulat óriásbábos előadása
Écsi Gyöngyi – Teremtésmese ❄️ Nana Vortex ❄️ Csillag kórus
Ferenczi György és az 1-ső Pesti Rackák ❄️ Göncöl Néptáncgyűttes ❄️ Bolyki Soul&Gospel

December 21-23.

Flame Flowers Tűzszínház ❄️ Takáts Eszter ❄️ Szirtes Edina Mókus
Belvárosi Betyárok ❄️ Fabók Mancsi Bábszínháza ❄️ Animus Csengettyű koncert
Magustones ❄️ Zuboly ❄️ Gryllus Vilmos – Karácsonyi angyalok ❄️ Szent Efrém férfikar ❄️ Kaláka

A Fő téri programok ingyenesen látogathatók.

A műsorváltozás jogát fenntartjuk.



ÓBUDA
Helyi Önkormányzat

Óbuda központ

GRYLLUS



FESTO

Fő támogató:
HUNGÁRIA

**ADVENT
ÓBUDÁN 2018**
11.30. – 12.23.

Tisztelt Óbudaiaiak!

Az adventi rendezvényünk központi gondolata a gondoskodás és a közösségépítés, melynek kézzel fogható szimbólumai az adományfa és az ingyenes jégpálya. Mindemellett sok más családi programmal, gasztrosétánnyal várjuk Önöket november 30-ától december 23-áig az Advent Óbudán rendezvénysorozat hétvégi eseményeire.

Legyen a vendégünk, éljük át együtt a várakozás örömteli pillanatait!



Bús Balázs
polgármester

Ismét Családbarát munkahely az Óbudai Egyetem

A tavalyi évet követően 2018-ban is sikeresen pályázott az Óbudai Egyetem az Emberi Erőforrások Minisztériuma által immár nyolcadik alkalommal kiírt Családbarát Munkahely Pályázatra.

A felsőoktatási intézmény ezzel már második alkalommal vehette át az elismerést. Az idei díjkiosztó rendezvénynek az Óbudai Egyetem adott otthont október 8-án. Az eseményen Novák Katalin család- és ifjúságügyért felelős államtitkár köszö-

tőjét követően adta át a nyertes pályázóknak a díjakat.

Idén az Óbudai Egyetem volt a házigazdája az Emberi Erőforrások Minisztériuma (EMMI) által kiírt, „A Családbarát munkahelyek kialakításának és fejlesztésének támogatása” című, megújított pályázat díjátadójának. A 42 nyertes összesen 75 millió forintos keretből eltérő összegű támogatásra, 6 pályázó pedig a Családbarát munkahely cím viselésére jogosult. **km**



Jubileumi matematikaverseny

Idén 25. alkalommal rendezik az Óbudai Árpád Gimnáziumban az Amfiteátrum Kupát november 16-án. A hagyománnyá vált matematikaversenyt minden évben az aktuális 11. évfolyam speciális matematika tagozatos diákjai szervezik. A verseny az 5. és 6. osztályos általános iskolás diákoknak szól, akik a feladatsor megírása után érdekes és szórakoztató programokon vehetnek részt. A nap zárásaképpen az ünnepélyes eredményhirdetésen egyéni és csapat kategóriákban a legjobbak díjazása is megtörténik.



A regisztráció 11.30 órakor kezdődik, amit internetes nevezés előz meg az amfikupa.hu oldalon október 1-től. A versenydolgozatot déltől 13.15 óráig írják a diákok, ezt követően 17 óráig, az eredményhirdetésig tartanak a délutáni programok. (A verseny időpontja: 2018. november 16. Helyszín: Óbudai Árpád Gimnázium. Cím: Nagyszombat utca 19. E-mail cím: amfikupa@gmail.com)

Zenei fejlődésgondozás

Élő népzene a bölcsődében a Kerek zenekarral szerdánként. A programon Csoóri Julianna kisgyermeknevelő vezetésével a Kerek zenekar közreműködésével ismerkednek a bölcsődés gyermekek a mondókákkal, népdalokkal, hangszerekkel. Folyama-

tosan várják a gyed-en, gyes-en lévő édesanyákat, családokat gyermekeikkel a bölcsődékbe a korai zenei fejlődésgondozásra a táblázatban megadott időpontokban. Életünk első három évében az anyanyelvünk zenei környezetére hangolódunk.

Dátum	Bölcsőde	Bölcsőde	Bölcsőde
	9 órától	10 órától	11 órától
2018.11.07.	1039 Bp., Kelta u. 3.	1039 Bp., Víziorгона u. 8.	1031 Bp., Arató E. tér 1-3.
2018.11.14.	1035 Bp., Kerék u. 12-14.	1035 Bp., Szél u. 23-25.	1039 Bp., Víziorгона 1.*
2018.11.21.	1032 Bp., Solymár u. 12.	1036 Bp., Mókus u. 1-3.	1033 Bp., Szérűskert 35.*
2018.11.28.	1039 Bp., Fodros u. 7.	1039 Bp., Víziorгона u. 8.	1035 Bp., Kerék u. 12-14.
2018.12.05.	1039 Bp., Medgyessy u. 3.	1039 Bp., Fodros u. 7.	1039 Bp., Víziorгона u. 1.*
2018.12.12.	1039 Bp., Kelta u. 3.	1035 Bp., Szél u. 23-25.	1033 Bp., Szérűskert 35.*
2018.12.19.	1039 Bp., Medgyessy 3.	1039 Bp., Víziorгона u. 8.	1039 Bp., Víziorгона u. 1.*

A csillaggal jelölt bölcsődéknél a játszócsoportban lesz az „Élő népzene”. (A bölcsődéről tájékozódhatnak a www.obudaibolcsodek.hu honlapon.)

Tehetséggondozó szakkör matematikából

Az Óbudai Árpád Gimnáziumban a 2018/2019-es tanévben is elindították matematikából az ingyenes tehetséggondozó szakkört 5. osztályosoknak. A foglalkozásokat csütörtökönként 14.30-tól 15.30 óráig tartják a gimnáziumban. A szakkör munkájába év közben is be lehet kapcsolódni, előzetes jelentkezés nincs. A foglalkozásokat Számadó László tartja. A szakkörön matematikai játékokkal, logikai feladványokkal ismerkedhetnek meg a matematika iránt érdeklődő gyerekek. A hagyományos, gondolkodtató feladványokra is sor kerül, így ezek az alkalmak az éppen aktuális matematikaversenyekre is felkészítést jelentenek. A szakkör évtizedes múltja megmutatta, hogy a különböző iskolából érkező, hasonló érdeklődésű, tehetséges gyerekek között barátságok is kialakulhatnak. Minden érdeklődő, a matematikát szerető ötödikest szívesen lát a szakkörvezető.



Élő népzene a bölcsődében

Középiskolai rangsor az eredmények alapján

Óbudai gimnáziumok a legjobbak között

A www.legjobbiskola.hu portál rangsorolta 1000 középiskola 1700 képzési formáját. A sorrend kialakításánál az Oktatási Hivatal által közzétett legfrissebb kompetenciaméréseket és az érettségi eredményeket is figyelembe vették.

A listát készítők számon tartották az iskola eredményeinek stabilitásával is, így nem csak egy év eredményei alapján állították fel a rangsort, amelyen az iskolák képzésenként szerepelnek. Így ha egy iskolában van

például 4 évfolyamos és 8 évfolyamos képzés is, az külön található meg. Az eredményük is eltérhet a kompetenciamérés eredményeik miatt.

Békásmegyeri Veres Péter Gimnázium

A lista első 100 helyezettje között két óbudai iskola is található. A 33. helyen szerepel a Békásmegyeri Veres Péter Gimnázium 8 évfolyamos képzése, a 37. helyen pedig ugyanez az intézmény 4 évfolyamos

képzése. A Veres Péter Gimnáziumot a III. kerületi önkormányzat alapította 1986-ban. Az iskolában két képzési formában, közel hatszáz diákot nevelnek és oktatnak. Az iskola pedagógiai programja a magas szintű tudás megszerzését, az egészséges testi fejlődést és a személyiség harmonikus fejlődését hangsúlyozza. Az iskola évek óta előkelő helyeken szerepel a különböző középiskolai rangsorokban.

Óbudai Árpád Gimnázium

A 75. a listán az Óbudai Árpád Gimnázium 6 évfolyamos képzése, míg a 85. helyen szintén az Óbudai Árpád Gimnázium 4 évfolyamos képzése szerepel. 1902 őszén kezdte meg működését Óbuda első középiskolája, Óbuda polgárai maguk kezdeményezték egy gimnázium felállítását. Az új épületbe 1940-ben költöztek a diákok és a tanárok. Jelenleg 6 és 4 osztályos gimnáziumként működik.

Az épület önkormányzati tulajdonban van.

A lista előnye, hogy minden iskolánál külön kiemelték a legsikeresebb érettségi tantárgyakat, minden érettségi tantárgyból meghatározták az országos átlagot és ehhez viszonyították, hogy egy-egy iskolában mennyivel lett jobb vagy rosszabb az érettségi eredmény. Így az a diák, amelyik tudja, milyen tárgyból szeretne felvételizni, könnyen kiválaszthatja, melyik középiskolában van esélye a legjobb eredményt elérni.



Fotó: Antal István



Bursa Hungarica Felsőoktatási Önkormányzati Ösztöndíjpályázat

Budapest Főváros III. kerület Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata az Emberi Erőforrások Minisztériumával együttműködve, nyílt pályázat keretében meghirdeti a Bursa Hungarica Felsőoktatási Önkormányzati Ösztöndíjpályázatot a felsőoktatási hallgatók számára a 2018/2019. tanév második és a 2019/2020. tanév első félévére vonatkozóan (BURSA-2019A), illetve a felsőoktatási tanulmányokat kezdeni kívánó fiatalok számára. (BURSA-2019B)

A pályázat benyújtásának határideje: 2018. november 6.

Az „A” típusú pályázatra azok az önkormányzat területén lakóhellyel rendelkező, hátrányos szociális helyzetű hallgatók jelentkezhetnek, akik felsőoktatási intézményben (felsőoktatási hallgatói jogviszony keretében) teljes idejű (nappali tagozatos), alapfokozatot és szakképzettséget eredményező alapképzésben, osztatlan képzésben vagy felsőfokú, illetve felsőoktatási szakképzésben folytatják tanulmányaikat.

A „B” típusú pályázatra azok az önkormányzat területén lakóhellyel rendel-

kező, hátrányos szociális helyzetű (a 2018/2019-es tanévben utolsó éves, **érettségi előtt álló** középiskolás, illetve felsőfokú diplomával nem rendelkező, felsőoktatási intézménybe felvételt még nem nyert, érettségizett) pályázók jelentkezhetnek, akik a 2019/2020. tanévtől kezdődően felsőoktatási intézményben teljes idejű nappali tagozatos alapképzésben kívánnak részt venni.

A pályázat kötelező mellékletei

„A” típusú pályázat esetén: eredeti hallgatói jogviszony-igazolás.

Igazolás a pályázó és a pályázóval egy háztartásban élők egy főre jutó havi nettó jövedelméről. (A pályázat benyújtását megelőző három hónapról.)

Az egy főre jutó jövedelem nem haladhatja meg az öregségi nyugdíj mindenkori legkisebb összegének 300%-át. **(85.500 Ft)**

c) Testvér(ek) iskolalátogatási vagy hallgatói jogviszony igazolása.

d) Lakcímkártya másolata.

e) A pályázó rövid nyilatkozata szociális helyzetéről, körülményeiről.

A pályázat benyújtásának módja

A pályázatbeadáshoz a Bursa Hungarica Elektronikus Pályázatkezelési és Együttműködési Rendszerében (a továbbiakban: EPER-Bursa rendszer) egyszeri pályázói regisztráció szükséges, melynek elérése: <https://bursa.emet.hu/paly/palybelep.aspx>

A személyes és pályázati adatok feltöltését követően a pályázati űrlapot kinyomtatva és aláírva, Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata **Ügyfélszolgálati Irodáján** kell benyújtani a kötelező mellékletekkel együtt.

Cím: 1033 Budapest, Harrer Pál utca 2.

Nyitvatartás:

Hétfő 8-18 óráig

Kedd 8-18 óráig

Szerda 8-18 óráig

Csütörtök 8-18 óráig

Péntek 8-12 óráig

További információ az önkormányzat honlapján (www.obuda.hu), az Emberi Erőforrás Támogatáskezelő honlapján (www.emet.gov.hu) található illetve az önkormányzat oktatási és kulturális osztályán kapható a 437-8614-es telefonszámon (Szathuryné Ruszthi Nóra).

Óbudai sziréna



Idén nem volt baleset a Duna kerületi szakaszán

Lezárult a hajózási szezon. Óbuda-Békásmegyer Közterület-felügyelete vízi járőrszolgálatának is köszönhetően idén nem történt baleset, fulladás a Duna III. kerületi szakaszán. A felügyelők 8 embert mentettek ki és 14 műszaki hibás járműnek nyújtottak segítséget az elmúlt hónapokban, más teendőjük mellett.

Tettenért besurranó tolvaj

Lopási kísérlet miatt folytat eljárást H. Csaba 38 éves budapesti lakos ellen a III. kerületi Rendőrkapitányság. A férfi megalapozottan gyanúsítható azaz, hogy október 12-én a délutáni órákban bement az egyik római-parti étterem irodájába, majd az ott lévő kanapéra tett táskát elvette, és kísértélte vele az épületből. Ezek után a sértett és társa tetten érték az elkövetőt, aki a kérdőre vonást követően visszaadta a táskát, majd megpróbált elmenekülni a helyszínről. A férfit sikerült utolérni, a járórok kiérkezéséig visszatartani. Az intézkedő rendőrök a feltételezett elkövetőt a helyszínen elfogták, majd előállították a kerületi rendőrkapitányságon. A kihallgatás során H. Csaba elismerte a bűncselekmény elkövetését.

Figyelmes szomszéd, peches betörők

Lopási kísérlet miatt folytat eljárást A III. kerületi Rendőrkapitányság Ny. Gergő 31 éves és D. Ferenc 43 éves budapesti lakosok ellen, akik megkíséreltek behatolni egy lakásba az Árpád fejedelem útján október 12-én a délelőtti órákban. Az éber szomszéd felfigyelt a folyosóról beszűrődő zajra, és a kémlelőnyíláson kinézve azt látta, hogy két férfi feszegeti a szomszéd lakás bejáratát. Gyorsan értesítette a ház gondnokát, aki azonnal kulcsra zárta a lépcsőház ajtaját, hogy elzárja a menekülési útvonalat. A betörők ezt észelve úgy próbáltak kereket oldani, hogy a lépcsőforduló ablakát kinyitva kiugrottak a félemeletről. Egyikük azonban pechjére olyan szerencsétlenül ért földet, hogy eltörte a lábát, így nem tudott elmenekülni. A helyszínrre érkező rendőrök hívtak hozzá mentőt, akik kórházba szállították. Társát még aznap sikerült beazonosítaniuk és elfogniuk a kerületi nyomozóknak. D. Ferenc letartóztatását az illetékes bíróság elrendelte.

Tagokat toboroz a polgárőrség

Cselekvőképes, büntetlen előéletű, Óbuda-Békásmegyer közrendjéért és közbiztonságáért tétel nélkül tenni akaró felnőtt lakosok jelentkezését várja tagjai sorába a Budapest III. kerületi Polgárőr Egyesület. Bővebb felvilágosítás a polgaror.obuda@gmail.com e-mail címen, vagy a 06(30)621-6088-as telefonszámon.

Elhullott állatok bejelentése

Az állati tetemek elszállítására vonatkozó igényt Csikós Viktória Fruzsínának lehet bejelenteni április 1-jétől naponta 0-24 óra között az **06-70-539-3220-as (telefonszám változás!)** telefonszámon. Emellett a bejelentések a segitoangyalok@segitoangyalok.hu e-mail címen is megtehetők.

Kigyulladt egy ház tetőszerkezete

Békásmegyeren, a Pusztadombi úton kigyulladt egy ház tetőszerkezete október 16-án kora este. Az épület lakhatatlanná vált, ezért az ott élőknek el kellett hagyniuk otthonukat.

Személyi sérülés nem történt. Az ELMŰ szakemberei a ház közelében lévő villanyoszlopot átmenetileg leválasztották a szolgáltatásról, mert veszélyesnek ítélték. Az áramszolgáltatás kimaradása körülbelül 1500 háztartást érintett. Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata rendelkezik krízislakással az ilyen és hasonló esetekre, így az Óbudai Vagyonkezelő munkatársai felajánlották a segítséget a károsult, középkorú házaspár-

tották a szolgáltatásról, akik elfogadták azt. Két nagytestű kutya is élt a házban, róluk az Óbudai Állatvédők és Óbuda-Békásmegyer Közterület-felügyelete gondoskodik, amíg vissza nem kerülhetnek gazdáikhoz. *(Az esettel kapcsolatban, egy a kerülettel foglalkozó Facebook-oldal téves információkat közölt követőivel.)*

Ősszel is, télen is kerékpár-regisztráció

Lassan vége a bicikliszezonnak, a ke-

rekpárok visszakerülnek a pincékbe, tárolók-

ba. A kerékpár-regisztrációról viszont a hűvös idő beköszöntével sem kell lemondanunk. Bár a szervezeten meghirdetett kerékpár-regisztrációs kitételeink a tél folyamán szünetelnek, előzetes egyeztetés és bejelentkezés alapján a BRFK III. kerületi Rendőrkapitányságon (Tímár utca 9/A.) továbbra is szívesen fogadunk egyéni, vagy csoportos jelentkezéseket az őszi, illetve a téli időszakban egyaránt.

Keressék kollégánkat, regisztráltassák kerékpárjukat, hogy lopás esetén legyen esélyük visszaszerezni! Jelentkezés, időpont-egyeztetés: [Bukva Zoltán főtörzsszázlós.](mailto:bukva.zoltan@buda-pest.police.hu) E-mail: bukvaz@buda-pest.police.hu

BRFK III. kerületi Rendőrkapitányság



Védekezzünk a szén-monoxid mérgezés ellen!

Csak októberben már 21 alkalommal riasztották a tűzoltókat szén-monoxidos esethez, és tizenegyen szenvedtek mérgezést - írja az Országos Katasztrófavédelmi Főigazgatóság. Október 15-én kezdődött a fűtési szezon, ilyenkor gyakrabban riasztják a tűzoltókat szén-monoxid-mérgezés miatt. A szén-monoxid a vér oxigénszállító képességét rontja. A legnagyobb probléma, hogy tünetei – fejfájás, émelygés, hányinger – miatt az ember nem feltétlenül gondol mérgezésre. Ezért is fontos, hogy legyen a házban olyan eszköz, amely érzékeli a veszélyes szén-monoxid szintet. Ha az érzékelő megszólal, azonnal el kell zárni a fűtőeszközt, ki kell szellőztetni, szabad levegőre menni és hívni a 112-es segélyhívószámot. Ha valaki elvesztette az eszméletét, őt is ki kell vinni a szabadlevegőre. A katasztrófavédelem honlapján a megfelelő és a nem megfelelő szén-monoxid-érzékelők listája is megtalálható. A szén-monoxid-mérgezés megelőzése érdekében azt javasolják, hogy mindenki tisztítsa ki a fűtőeszközöket, éljen az ingyenes kéményseprés lehetőségével. Emellett fontos gondoskodni a szellőztetésről, az új típusú nyílászárókba ajánlott beszereltetni szellőzőt.

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

Együttműködés a biztonságos közlekedésért

Zizi, a zebralány figyelmeztet a veszélyekre

A gyalogosgázolások nagy százaléka az iskoláskorú gyermekeket érinti. Ennek megelőzésére a III. kerület is csatlakozott ahhoz a közlekedésbiztonsági kampányhoz, melyet a XII. kerületi önkormányzat indított. Ennek része az a figyelemfelkeltő, interaktív kapu, amely október 15-től két héten keresztül változó helyszínen, iskolák közelében segíti a gyalogos fiatalokat.

Köztudott, hogy a bekövetkező balesetek nagy részét a figyelemtelenség vagy a közlekedési szabályok be nem tartása okozza, pedig a balesetek megelőzhetők. Ezért fontos, hogy a közlekedésben részt vevők mindannyian betartsák a közlekedési szabályokat.

A gépjármű vezetője részéről lehet vezorshajtás vagy egy szabálytalanul végrehajtott előzés a baleset okozója, de sokszor a mobiltelefon használata vagy a hangos zenehallgatás is elvonhatja a figyelmet a forgalmi szituációtól. Fontos, hogy az alábbi szabályokat minden járművezető betartsa!

- A kijelölt gyalogátkelőhelyen (zebrán) minden esetben a gyalogosnak van elsőbbsége.
- A zebra közelébe érve mindig lassítson! Iskolák, óvodák közelében akkor is vezessen körültekintően, ha önnek mutat szabad jelzést a lámpa, vagy nincs zebra!
- Soha ne előzzön a zebránál!
- Vezetés közben csak kihangosítva használja mobiltelefonját!

Jó néhány esetben azonban a gyalogosok sem figyelnek a rájuk vonatkozó szabályok betartására. Egyre gyakrabban látni – főleg a fiatalabb korosztály tagjait – amint fülhallgatóval hangos zenét hallgatva vagy a mobiltelefont, tabletet használva közlekednek. Ez fokozza a rájuk leselkedő veszélyt, hiszen amellett, hogy a figyelmüket elvonja, sokszor még a közeledő jármű hangját is elnyomja, így esélye sincs, hogy időben észrevegyék és reagáljanak egy hirtelen kialakuló veszélyes forgalmi helyzetre. Fontos lenne belátniuk, hogy ne nyomkod-



ják sétálás közben az utcán a mobiltelefonjaikat, okos eszközeiket, mert ezzel veszélybe sodorhatják magukat.

Zizi, a zebralány, a XII. kerületi önkormányzat kampányfigurája ezekre a veszélyekre figyelmeztet. A kampány része az a figyelemfelkeltő, interaktív kapu is, melyet két hétre a III. kerület rendelkezésére bocsájtott a Hegyvidéki Önkormányzat. A kapu felhívja az autósok

figyelmét a gyalogátkelőhely közelségére és az óvatos, körültekintő vezetésre. A kapu oszlopai beépített táblagépeken a gyerekek ötféle rövid, hatásos kisfilmet nézhetnek és tölthetnek le annak érdekében, hogy figyeljenek a szabályos és helyes közlekedésre. A kisfilmek megtalálhatóak az interneten (youtube, facebook, instagram) is.

Abban a két hétben, amíg a kaput a kerület-

ben felállítják, a nappali időszakban egy fő közterület-felügyelő jelenlétét is biztosítják, aki segíti a fiatalokat a tablet használatában és a felmerülő, közlekedéssel kapcsolatos kérdésekre is választ ad.

Az önkormányzat vezetése abban bíz, hogy a kampány minél több helyszínre eljut majd és ennek eredményeként csökkenhet a gyalogosgázolások száma.

Készítsük fel a járműveket az őszi-téli időszakra!

A meteorológiai őszi beköszöntével – a balesetmentes közlekedés érdekében – egyre nagyobb szerep jut a gépjárművek műszaki állapotának őszi-téli időjárási viszonyokra történő felkészítésének, melynek körében a Budapesti Rendőrfőkapitányság a haladás és a megérkezés biztonságáért az alábbiakat tanácsolja a gépjárművezetőknek.

- A kedvezőtlen látási viszonyok beállta előtt fontos feladat a gépjárművek világító berendezéseinek ellenőrzése, és az esetlegesen tapasztalt hibák mielőbbi kijavítása, hiszen a rossz szul beállított fényszórók nemcsak az adott jár-

mű vezetőjét gátolják az úton lévő akadályok észlelésében, hanem a többi járművezető „elvakításával” balesetveszélyes helyzetet is teremtenek. A KRESZ egyik mindenki által ismert elve a „Látni és látszani” alapelve, így érdemes időt szánni a „kiégett izzók”, illetve a meghibásodott lámpatestek cseréjére is, hiszen nem elég, ha mi látunk, minket is észlelnie kell a többi járművezetőnek, és a gyalogosoknak is.

- A téli közlekedés során a világítóberendezések, a fűtés, és az üvegek páramentesítéséhez használt elektromos berendezések jelentős

igénybevételnek teszik ki a gépjármű akkumulátorát, valamint a teljes elektromos hálózát is, nem beszélve a téli fagyok károsító hatásáról, ezért még a hideg időjárás és a fokozott igénybevétel előtt érdemes mind az akkumulátort, mind az elektromos rendszert szakemberrel átvizsgáltatni.

- Tévhit, hogy a téli guminak csak a havas, jeges úton van jelentősége. 7 Celsius-fok alatt a nyári gumik tapadása, és menettulajdonságai megváltoznak, hatékonyságuk a téli időjárási viszonyokhoz kifejezett gumiabroncsokéhoz képest romlik, ezáltal a jármű irányíthatósága csökken. A téli gumicserét ne a havazáshoz, hanem a hőmérséklethez igazítsuk, és ne feledkezzünk meg a helyes guminyomás beállításáról se.

• A gépjárművel a megváltozott útviszonyok mellett is biztonságosan meg kell tudni állni, így a téli felkészítés során szenteljünk figyelmet a fékek állapotának, valamint a fékolyadék megfelelőségének is. A rossz állapotú fékek, valamint a használat során viszkózitásokból veszítők fékölaj a fék hatékonyságát rontja, ezáltal a téli útviszonyok közötti megállás is hosszabb időt vesz igénybe.

• A hideg idő beköszöntével érdemes ellenőriztetni a hűtőfolyadék fagyáspontját, valamint a nyári szélvédőmosó folyadékot a téli időjáráshoz igazodóra cserélni, és folyamatosan gondoskodni annak pótlásáról, hiszen a szélvédőn történő megfelelő kilátás a biztonságos észlelés egyik záloga. Jelentős szervizköltségektől kíméljük meg pénztárcánkat, ha idejében gondoskodunk járművünk „fagymentesítéséről”.

A gépjármű megfelelő műszaki felkészítése elengedhetetlen a biztonságos közlekedésért, hiszen a baleset-megelőzés legfőbb eszköze az emberi tényező!

Közös partrendezés a Rómain

Civilek és az önkormányzat együttműködése révén ismét közös partrendezést tartottak a folyóparton. A Duna rendkívül alacsony vízállása megkönnyítette a munkát október derekán.

Rendkívül alacsony lett a Duna vízszintje Budapestnél október közepére. Az augusztus óta tartó csapadékszegény időjárás miatt a Duna vízállása a magyarországi szakaszon ismét az eddig mért legkisebb értékek közelében vagy alatta alakult a vízmércén. A vízállás nem okozott problémát a vízminőségben, viszont a



Fotó: Antal István

hajózást érintette: megtiltották a teherhajóknak

a folyón közlekedést, valamint két fővárosi hajózárat is leállt. Az alacsony vízszint azonban

lehetőséget adott a partrendezésre.

A takarítási, rendezési akció ötletével Keleti Péter aktivista kereste meg Óbuda-Békásmegyert, az önkormányzatát, azok után, hogy egy szakaszt már rendbe tettek korábban az önkéntesek. Az önkormányzat örömmel állt a civil kezdeményezés mellé és köz munkások bevonásával, most már közösen folytatták a főveny további szakaszának megtisztítását. A partrendezése során a legfőbb feladat a szemétszedés és a nagyobb kövek kihordása, kigörgetése volt a kijelölt helyekre.

Méltó állapotba kerül az Amfiteátrum

A Pacsirtamező utcai római emlékműnél állagmegóvási és konzerválási munkálatok folynak a Magyar Nemzeti Vagyongazdálkodási és Konzerválási Munkálatok Igazgatóság feladatai alapján. A teljes rekonstrukció várhatóan 2019 második negyedévére fejeződik be.

Óbuda-Békásmegyert egyik legismertebb műemléke hosszú évek folyamatos leromlása után most új életre kelhet. A terület tulajdonosa, a Magyar Nemzeti Vagyongazdálkodási és Konzerválási Munkálatok Igazgatóság áprilisban lezárta a balesetveszélyessé vált Amfiteátrumot és szerződést kötött annak felújítására az EB Hungary Kft.-vel. A cég nagy tapasztalattal rendelkezik

a műemléki rekonstrukciók terén: ők újították fel többek között a pápai református Ótemplomot, a Klebelsberg-kastélyt, a Budai vár több várfalszakaszát, a regéci várat és a hatvani Grassalkovich-kastélyt.

Az Nemzeti Vagyongazdálkodási és Konzerválási Munkálatok Igazgatóság felújítás során és a jövőbeli hasznosítás kérdésében is együttműködik Óbuda-Békásmegyert önkormányzatával, a Fővárosi Önkormányzattal, valamint az Aquincumi Múzeummal. A tervezésnél és a kivitelezésnél is kikérték a múzeum szakembereinek véleményét és a munkálatok során rendszeresen egyeztetnek az intézménnyel.



Fotó: Antal István

Óbuda természeti értékei

Most a legszínesebb az ecetfa

Ezt a girbegurba, ágas-bogas növényt nem lehet az erdészek klasszikus szóhasználatának alapján fának nevezni, bár kedvező körülmények között akár 10 méteresre is megnő. Igazi dekoratív arcát mostanság mutatja meg az arra sétálóknak: a zöldtől a sárga valamennyi árnyalatán át a tűzvörösig minden színben pompázik.

Az ecetfa, ecetszőmörce vagy torzsás szömörce (latinul *Rhus hirta* vagy *Rhus typhina*) a szappanfavrágúak családjába tartozó növény. Ha rápillantunk, rögtön láthatjuk, hogy miért nem lehet összetéveszteni a korábban már bemutatott bálványfával.

Kivételesen nem a Távolságtól származik, hanem éppen az ellenkező irányból, tehát Észak-Amerika keleti részén őshonos, elsősorban az Amerikai Egyesült Államok



Fotó: Zumpf András

északkeleti és közép-nyugati részén, Ontario tartomány déli részén és az Appalache-hegység területén található. Hamarosan az összes leve-

le lehullik, de addig biztathatjuk gyerekeinket, unokáinkat a levélgyűjtésre, a préselésre és szép színes kompozíciók készítésére.

Z. A.

Hogyan kezeljük a zöldhulladékot?

A kerti zöldhulladék kezelésének számos módja van. A szabályos megoldások: a komposztálás; FKF zöldhulladék zsák; zöldhulladék lerakóba történő saját kezű szállítás; zöldhulladék konténer; zöldhulladék elszállítás.

Kihez forduljunk?

Ha az utcán szemetet, elkoborolt kutyát vagy akár gazdátlan állatot talál, akkor keresse bizalommal Óbuda-Békásmegyert, az önkormányzatot! Telefon-szám: 06(1)453-2618. E-mail cím: ugyfelszolgalat@obkf.hu

Első alkalommal rendeztek olimpiai fórumot, ahol olyan témákat vitattak meg a résztvevők, mint a fenntarthatóság, az olimpiai fegyverszűnet, a dopping vagy a nemek közti egyenlőség. A Buenos Airesben október elején tartott eseményen több magyar sportdiplomata, sportvezető is részt vett, köztük Sinkó Andrea, a MOB sportolói bizottságának elnöke is.

A világ minden tájáról érkező résztvevők azt taglalták, hogyan lehet pozitív hatással a sport a világra. A fórumon részt vett Schmitt Pál és Gyurta Dániel, a NOB tagjai, Kulcsár Krisztián MOB-elnök, Sinkó Andrea, a MOB Sportolói Bizottságának elnöke és Gyulai Márton, a Nemzetközi és Sportdiplomáciai Bizottság tagja is.

- Az előadások és workshopok témájának mindegyike az olimpi-

Olimpiai fórum Buenos Airesben

ai mozgalomhoz kapcsolódott. Ilyen volt például az olimpiarendezés, nők a sportban, zaklatás a sportban, sportfogadás, vagy a dopping, ugyanakkor központba került

a környezetvédelem, a fenntartható fejlődés is - tájékoztatót a helyszínről a szülői olimpián 6. helyezett ritmikus gimnasztikázó Sinkó Andrea, az Óbudai WDSE elnöke.



Az olimpiai fórumot kététhetnyi verseny követelte Buenos Airesben, ahol az ifjúsági olimpiai játékokra a világ minden tájáról érkeztek fiatal sportolók, hogy együtt versenyezzenek, és hogy jobban megértsék és tiszteljék egymást. Sz. Cs.

Az év sakkversenye Óbudán

December 3-tól 13-ig Óbudán tartják az év legjelentősebb hazai sakkversenyét, a 2018. évi Magyar Bajnokságot, a II. Hetényi Géza emlékversenyt. A Huszti úti sakkteremben zajló tizenhat meghívott hazai sakkozó vetélkedését a Magyar Sakkszövetség és a Honvéd-Lila Futó Sakkszakosztálya rendezi. A bajnoki címet eldöntő versenyre a mezőny tizenhárom tagja a FIDE legutóbbi Élő-listájának sorrendjében kap meghívást, hozzájuk csatlakozik további három kiválasztott versenyző. A tíz napig tartó kiemelkedő sakkeseményt dr. Hetényi Géza szellemi örökségének gondozója, dr. Csaba Árpád és a Hóbagoly SE támogatja. la

Sportegyesületek figyelmébe

Ha szeretnének hírt adni csapataik, vagy versenyzőik eredményeiről, írjanak rövid összefoglalót és küldjék el a lovasalbert@gmail.com e-mail címre!

Óbudai Sportágbörze

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata elkötelezett a szabadidő- és az élsport támogatása mellett, ezért rendezik minden évben a kerületi sportágajánlót. Az Óbudai Sportágbörze nagy népszerűségnek örvend a fiatalok körében. Idén több tucat mozgásforma közül választhattak az érdeklődők a Görzenál Górkorcsolya és Szabadidőparkban szeptember 22-én. Többek közt volt akrobatikus sportánc, asztalitenisz, küzdősport és teqball bemutató is.



Fotó: Zumpf András

Most az óvodásokon a sor

Ismét ingyenes korcsolyaoktatás



Óbuda-Békásmegyer Önkormányzatának jóvoltából ősszel és tavasszal összesen 360 óvoda vehet részt ingyenes korcsolyaoktatáson. Az októberben kezdődött program az Óbudai Sport és Szabadidő Nonprofit Kft. szervezésében az önkormányzat és az Óbudai Hockey Club közötti megállapodásban rögzítettek szerint zajlik.

A sport területén kiemelkedő helyet foglal el a gyermekek

rendszeres testmozgásra nevelése. Ennek érdekében az önkormányzat kezdeményezésére a tanterv szerinti testnevelés-órák keretein belül 2015 őszétől ingyenes korcsolyaoktatást szervezett a kerületi általános iskolák 2. osztályos diákjainak. Idén bővül a már hagyományosnak mondható program: ősszel és tavasszal az óvodák nagycsoportosai vesznek részt a tanfolyamokon. A

témában szülői értekezleteket tartanak a kijelölt óvodákban, az előzetes visszajelzések alapján nagy érdeklődés várható.

A tanfolyamot 11 héten át, heti 1 alkalommal tartják. A gyermekeket megfelelő számú óvónő kíséretében, bérelt kisbuszok szállítják a jégpályához, ahol korcsolyabérleti lehetőséget is biztosítanak. A képzés célja, hogy a gyerekek szakképzett oktatók segítsé-

gével megtanuljanak magabiztosan mozogni a jégen. A gyermekek kiváló mozgáskoordináció-

ra tehetnek szert, amely más sportok megtanulásában is nagy segítséget jelenthet.

Szolgáltatás

■ **Azonnali konténerszállítás!** Kerületi kedvezmények. Bobcat földmunka. Tel.: 06(30)948-4000

■ **Redőny, relaxa, szunyogháló, napellenző** stb. szerelése garanciával. Kerületi redőnyös. Ajándék szunyogháló minden megrendeléshez!!! Tel.: 06(70)341-9489, 06(20)341-0043

■ **Üvegezés a helyszínen, biztosításra is!** Gyorsan, tisztán, pontosan! Nagy Miklós. Tel.: 06(20)977-7150

■ **Tv-szerviz** a III. ker.-ben 06(30)912-3761, (1)243-9401. LCD, LED tv-t vásárolok (hibásat is). Kiszállítás ingyenes.

■ **Redőnyszerelés, javítás, gurtncsere, szalagfüggöny, szunyogháló, harmonikaajtó. Hétvégén is!** Nagy Sándor. Tel.: 06-20/321-0601

■ **Ezermester-Lakásszerviz!** Falfűrés, bútorszerelés, vízszelvény, villanszerelés, mindenmű szerelés, javítás! Lakáskarbantartás! Tel.: 06(30)960-4525, www.999mester.hu

■ **Villanszerelés azonnal!** Hibaelhárítástól a teljes felújításig. Petrács József villanszerelő mester. Tel.: 06(20)934-4664, 246-9021. ELMŰ által minősített és ajánlott vállalkozás.

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

■ **Szobafestés, mázolás, tapétázás** bútormozgatással. Parkettacsiszolás, aljzatkiegyenlítés, pvc, szőnyegpadló lerakás. Minőségi precíz munka, mérsékelt áron. (Alapítva: 1998.) Csapó György. Tel.: 06-31-780-6430, 06-1-780-3732, festesma.iwk.hu

■ **Zárszerviz! Ajtózárok, biztonsági ajtók, hevederzárok** nyitása, javítása. Tel.: 242-1389

■ **Kéménybélés, szerelt kémény építése, kondenzációs kazánok bekötése, szakvélemény** ügyintézés. Tel.: 06(30)680-6814

■ **Üdvözlő! Villanszerelés, karbantartást** válllok. Hálózathibák, hibakeresés. Hívjon bizalommal. villanszereloszaki.hu Tel.: 06-20/422-5254

■ **Parkettacsiszolást, lakkozást, javítást** válllok. Barabás. Tel.: 70/2800-479 vagy 1/793-1229. www.parkettazokisiparos.5mp.eu

■ **Víz-fűtőszelvény** gyorsszolgálat: csap, szifon, wc-tartály, radiátor szerelés 06-70/642-7526

■ **Műanyag és fa nyílászárók** javítása. Résszelzők beépítése. Barta Zoltó 06-30/858-0823

■ **Lakásfelújítás. Tisztasági** festés azonnalra. Mázolás. Parkettacsiszolás. Víz-, gáz-, villanszerelés. Tel.: 06-20/945-5473, 06-30/499-1814

■ **Fakivágás, zöldterületek** gondozása, bozótirtás, fűnyírás, telekrendezés. Alpinista munkák. Tel.: 30/994-2431

■ **Vízvezeték-központifűtés** szerelés. Ingyenes kiszállás helyszíni felméréssel. Hencz Péter Tel.: 06-70/397-3869

■ **Nyílászárók** javítása, felújítása, szigetelése, illetve új készítése. Helyszíni felmérés, ár-ajánlat ingyenes. Tel.: +36-20/941-4371

■ **Kémények** bélése, átépítése, belső marása teljes körű ügyintézés. Szabó Balázs 06-20/264-7752

Égészség

■ **Izomletapadások, fej-, nyak-, hátfájdalmak** kezelése, teljes testmasszázs szakrendelőnkben (Vörösvári út 88-96.), vagy az ön otthonában. Csapák Zoltán gyógymasszőr 06-20/595-3057

■ **Fogsorkészítés, törősjavítás.** Rugalmas, törhetetlen fogsorkészítés speciális anyag-

ból. Nyugdíjasoknak kedvezmény. Tel.: 06-70/315-1571

Oktatás

■ **Középiskolai felkészítő** centrum a Vörösvári úton! Négy-hat-nyolcosztályos gimnázium(ok)ba készülőknek három fős kiscsoportokban minden délután és szombaton. Thalész Kör. Tel.: 06-20/946-2027

■ **Thalész Kör** Óbudán! A Vörösvári úton matematika-fizika-kémia-magyartanárak korrepetálnak általános- és középiskolásokat minden délután és szombat délelőtt. Tel.: 06-20/946-2027

■ **Spányol nyelvoktatást** vállal kezdőtől a nyelvvizsgáig gyakorlott középiskolai tanár. Tel.: 06-20/801-7580

■ **Tanulj angolul** könnyedén, eredményesen, beszédcentrálisan! Korrepetálás, érettségi, nyelvvizsga-felkészítés. Tel.: 06-20/439-6410

■ **Matematika korrepetálást, érettségi felkészítést** vállal egyetemista. Házhoz megyek! Tel.: 06-70/230-3444

■ **Angolórak minden** szinten, diplomás, gyakorlott tanárnő. Ingyenes próbaóra. E-mail: wagnerdora.wd@gmail.com

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

■ **Kémia és biológia** tantárgyakból érettségire való felkészítést válllok. Tel.: 06-30/203-2077

■ **Matematika korrepetálást** Békásmegyeren tanárnőnél általános iskolásoknak, valamint középiskola 9.-10. osztályosoknak. Tel.: 06-30/334-3433

■ **Angol beszédcentrális** oktatás, korrepetálás, gyakorlott precíz tanártól, speciális módszerekkel. Tel.: 06(30)952-3691

■ **Matematika, fizika, kémia (SNI)-felzárkóztatás, kompetencia-, érettségi-felkészítés** Önnél. Tel.: 06-70/222-2257

Elad-vesz

■ **Szabó Éva** vásárol készpénzért bútorokat, órákat, dísz tárgyakat, festményeket, porcelánt, bizsukat, könyveket, irógépet, varrógépet, szőrmét, csipkét, kitüntetést, régi pénzt, hagyatékot, díjtalán kiszállással. Tel.: 06-20/544-0027

■ **Könyveket, könyvtárakat** régít, újabbat, képeslapokat antikváriumunk vásárol. Díjtalán kiszállással. 06-20/425-6437

■ **Gábor Eszmeralda** műgyűjtő - múzeumok számára is - készpénzért vásárol festményeket, bútorokat, ezüsttárgyakat, evőeszközöket, aranyakat, szobrokat, porcelánokat. Kiszállítás díjtalán: 1/789-1693, 30/898-5720

■ **Óbuda Óra-Ékszer.** Készpénzért vásárolunk: kincs-ékszert, dísz tárgyat, karórát, régi pénzérmét, kárpótlási jegyet, festményt, teljes hagyatékot. Cim: III. ker. Vörösvári út 15. www.obudaoraeszer.hu Tel.: 06-30/498-3005

Régiség

■ **Papír- és fémpénzt, bélyeget, képeslapot, papírrégiséget, régiségeket** vásárolunk és árverésre átveszünk. VI., Andrássy út 16. Tel.: 266-4154 Nyitva: H-Sz 10-17, Cs 10-19

■ **Exkluzív felvásárlás!** Fazonarany-törtarany 8500 Ft-tól, ezüst 350 Ft-tól, borostyán-korall 5000 Ft/g-tól. Régipénz, érem, kitüntetés, képeslap, karórak, Herend-Zsolnay. Teljes hagyatékot! V. Szent István krt. 25. 06-70/608-6082

■ **Antikváriumunk** vásárol jó állapotú könyveket, könyvhagyatékot. Díjtalán kiszállással! Tel.: 06-20/471-6410, 06-20/386-6490

Ingatlan

Online apróhirdetés-felvétel
a nap 24 órájában:

ingatlanROBOT.hu/obuda-ujsag

■ **Páty Nagyhegyen** 320 négyszögöl zártkert szép környezetben faházzal 4,6 M forintért eladó. 06-70/296-9374

■ **Pók utcai** ltp-en 73 nm-es felújított lakás kiadó. Érd./képek: 06-30/269-7544

■ **Ingatlanirodánk** eladó budapesti lakásokat keres! Bízva ránk ingatlanát: gyorsan hozunk vevőt, jutalék 3%, ügyvéd ingyenes, külföldi vevők elérése. Hívjon: 0620-9-600-600

■ **Bakoslak Ingatlan** eladó és kiadó lakásokat keres igényes, készpénzes ügyfelei részére. Tel.: 06-20/974-0571, bakoslak.office@gmail.com

Állás

■ **Pultost, konyhai** kisegítőt keresünk. Óráber 900-1000 ft. Bécsi úti Wok'n Go étterem Tesco-nál. Tel.: 06-30/581-5567

■ **Kft. takarítónőket** keres Óbudára kora hajnali 4 órás munkára. Tel.: 06-20/937-8655

■ **Békásmegyeren, Csillaghegyen,** Rómain takarítást-vasalást válllok. Tel.: 06-20/357-0490

■ **Kömvést alkalmaznánk** napi 15.000 Ft-ért. Lehet beugrás is. Tel.: 06-30/341-3423

■ **Nyugdíjasként heti egy-két alkalomra** munkát válllok- régiségboltban, bioboltban, ajándékoltban. Tel.: 06-20/430-5769

■ **Római-parton** az Alfa Art Hotel keres reggeliztetőt, felszolgálót, rész- és teljes munkaidős ill. eseti foglalkoztatással. Fényképes önéletrajzokat az alfahotel@t-online.hu e-mail címre várjuk!

■ **Központi Statisztikai Hivatal** számára készülő lakossági adatfelvételekhez kérdezőbiztos munkatársakat keresünk Budapest III. kerületében. 06-30-631-5025, hr@statek.hu

■ **Tisztességes munkaadó** keres takarító munkatársakat. Kiemelt, biztos fizetés minden hónap 10-én. Budapesti bérlet térítés 100%-ban. Profi-Komfort Kft. Tel.: 06-30/537-9133

■ **III. kerületi** általános iskolákba keresünk délutános takarítónőket 4 órában. Érdeklődni: 06-20/980-5616

■ **Betreuung gesucht** Mező utcában lakó idős németül beszélő bácsi mellé keresek segítséget heti több alkalommal, egy-két órára. Tel.: +36-20-468-0015

Egyéb

■ **Fotólabor képméreteket** azonnal a Kolosy Üzletházban. Mozaikkép, digitális festmény, régi fotók felújítása. Igazolványkép készítése. www.postershop.hu

Számítógép

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

Életjáradék

■ **Idős hölgy** életjáradékot kötne rövidtávra, anyagi háttérrel rendelkező egyén. Tel.: 06-20/270-3053

Irodavezető pozícióra keresem az **utódomat**, mely szülői szabadság miatt fog megüresedni. Nagy forgalmú cukrászdáról van szó, így a kihívás adott. Ha szeretted a pörgést és a változatos munkakört, ahol fejlődésre és előrelépésre is van lehetőség, akkor ne keress tovább! Akár azonnali kezdéssel keresem lelkes, minimum 3 év tapasztalattal rendelkező utódomat. Kis létszámú irodában kell közvetlen kapcsolatban működni üzletvezetőinkkel, de az önálló munkavégzés is elengedhetetlen a nagy létszámú személyzet koordinálása miatt. Munkaidő hétfőtől péntekig teljes, 8 órás munkaidőben, reggel 7:30-tól délután 16 óráig. A munkakör sokrétű, irodai, munkatársi és könyvelési feladatokat is magába foglal. A vendéglátó tapasztalat előny, de nem feltétel. Nagyon várjuk az új lelkes munkatársat vagy munkatársnőt vidám csapatunkba! Fényképes önéletrajzodat a cziniel@czinielecukraszda.hu email címre küldheted el. Amennyiben többlet szeretnél megtudni, keresd **Ficha Attilát** a +36 30 9222 913-mas telefonszámon.



PROFI MEGOLDÁSOK A-tól Z-ig a szereléstechnikában

Nálunk mindent megtalál, amire szüksége lehet - az ablaktörő lapáttól a zárolajzó spray-ig.

1037 Budapest, Bécsi út 250.
www.wuerth.hu



Függönyök

Széles méret- és mintaválasztékban.

Karnisok

Hajlított, egyedi méretre is.
Szalagfüggöny, roló, roletta,
méteráru, bútorszövet, rövidáru.

Függönyvarrás.

A nálunk készült
karnist és függönyt felszereljük.

AQUINCUM LAKÁSTEXTIL-MÉTERÁRU

(Pók utcai lakótelep)

1031 Budapest, Vízimolnár utca 2.

Tel./fax : 242-7157. Mobil: 06 (20) 926-3422.

Nyitva : H-P 12-18.

Társadalmi hasznosságáért díjazták a Bérést

Az óbudai székhelyű Bérés Gyógyszergyár Zrt. nyerte el idén a Provident Társadalmi Hasznosság Díjat, melyet immár ötödik alkalommal adtak át a Figyelő TOP 200 Gálán.

Az elismerést odaítélő kuratórium indoklása szerint az egészségmegőrző készítményeket gyártó vállalat magas minőségű, innovatív készítményeivel, tisztességes üzleti magatartásával, a társadalom irányába megmutatkozó felelős-

ségteljes munkájával példaként szolgálhat más hazai vállalkozások számára is. Nyereségét hazai fejlesztésekre és munkahelyteremtésre fordítja, az 1993-ban létrehozott Bérés Alapítványon keresztül egészségügyi, oktatási célokat támogat, és érdemeket szerzett a tehetőség gondozás és a magyar kultúra terjesztése terén is.

A Bérés ma az ország legnagyobb magyar magántulajdonban lévő gyógyszergyára, a ha-

zai gyógyszerpiac meghatározó, az egészségvédő piac vezető szereplője. Innovatív termékeikben a tudományos megalapozottság és a magas minőség ötvöződik. A gazdasági tevékenység mellett nagy hangsúlyt fektetnek az egészséges életmód népszerűsítésére, és érzékenységgel fordulnak a társadalmi kérdések fe-

lé. A 25 éves múltra visszatekinthető Bérés Alapítvány napjainkig több mint 2,5 millió üveg Bérés Cseppet adományozott a rászorulóknak, 500 millió forint értékben nyújtott anyagi támogatást, több mint 300 fiatal tanulmányait támogatta, és sok száz kulturális kiadvány és esemény létrejöttét segítette elő. **km**



Az öt éves múltra visszatekinthető Provident Társadalmi Hasznosság Díjat idén a Bérés Gyógyszergyár Zrt. képviselőjében dr. Bérés József elnök vette át október 11-én, a Figyelő TOP 200 Gálán

Kézilányt-hidegkonyhai kollégát keresünk III. kerületi csapatunkba. Az új kolléga feladata a reggeli ételek készítése és a cukrászok munkájának segítése. Kezdő cukrászok jelentkezését is várjuk. Kulturált munkakörnyezet, megbízható háttér, biztos megélhetés. Nettó 170.000-200.000 Ft. Jelentkezését kérjük, hogy a cziniel@czinielcukraszda.hu-ra küldje el, illetve a 06-30/922-2913-ra várjuk.

Takarító-mosogató munkakörbe keresünk kollégákat III. kerületi cukrászdába. Fizetés: nettó 170.000-200.000 Ft. Napi 8 óra munka, a beosztás 1 hónapra előre elkészítél, megbízható, stabil háttér. Nincs éjszakai, csak napközi műszak. Jelentkezni a cziniel@czinielcukraszda.hu e-mailben vagy a 06-30/922-2913 telefonszámon lehet.



audiováry
HALLÁSGONDOZÓ

INGYENES HALLÁSVIZSGÁLAT
TANÁCSADÁS, UTÓGONDOZÁS

- ✓ Hallókészülék TB támogatással
- ✓ Digitális hallókészülék illesztése, szervizelése
- ✓ Fülilleszték, uszodai fül dugók készítése
- ✓ Hallókészülék elemek
- ✓ 3 év garancia hallókészülékeinkre



Új hallókészülék szaküzlet nyílt.
A hallás nem játék, hanem egy érzékszerv. Hallásrehabilitálás nagy felelősség. A jó hallás természetes élmény.
Ebben is segítséget nyújtunk, ahogy az Önnek megfelelő hallókészülék kiválasztásában is.

Kérjen időpontot, szánjon rá időt a hosszútávú megoldáshoz.

Bejelentkezés: 06/30/552-88-78
06/1/603-4141

1035 Budapest, Szentendrei út 32
Jysk és az Óbuda újság szerkesztősége között
Megközelíthető a 9-es, 34-es és a 134-es autóbusszokkal, a Bogdáni úti megállótól 1 perc.





**„Akire az autót bízom,
arra az életemet is rábízom.”**

DUNA AUTÓ
AZ AUTÓVÁROS

16 MÁRKAKERESKEDÉS
18 MÁRKASZERVIZ
EGY HELYEN



Duna Autó Zrt.
1037 Bp., Zay utca 24. Tel: +36 1 801 4203
E-mail: info@dunaauto.hu

www.dunaauto.hu

FÓRUM EURÓPA JÖVŐJÉRŐL

- BIZTONSÁG
- KULTÚRA
- NEMZETI
ÖNRENDELKEZÉS



ELŐADÓ:

Gulyás Gergely

Miniszterelnökséget vezető miniszter

IDŐPONT:

**2018. október 30.
18:30**

HELYSZÍN:

Budapest

Bálna Budapest



1093 Budapest,
Fővám tér 11-12.

Krammer Krisztián azok közé a fiatal élsportolók közé tartozik, akik eredményes sportpályafutásuk mellett a tanulásban is az élen járnak. Több karate világversenyen szerzett aranyérmet, megszállokként gyakorol az edzéseken, mégis jut ideje és energiája arra, hogy iskolai tanulmányai során minél jobban megalapozza elméleti tudását.

- A karate sportágat csak felületesen ismerők számára „kínaiul” hangzik a „Goju-Kai Karate-Do” sportágjelölés. Mit jelent ez valójában?

- A Goju irányzat a legregébbi harci hagyományokat foglalja magában, bonyolult technikák nélkül, de erős harci szellemmel. A Karate-do Guju-Kai Global Championships Canada versenyen elért csapat és egyéni győzelmmel szereztem.

- Mikor, milyen élmény hatására és milyen célokkal kezdett karatézni?

- Szüleim mindenképpen szerették volna, hogy sportoljak, ezért 2008-ban, első osztályos koromban kezdtem karatézni. Óvodában fociztam, az általános iskolában két választás volt, foci vagy karate. Apukám régebben karatézott, elmentem vele egy edzésre, megtetszett, ott is ragadtam.

- Melyik verseny hozta meg az első jelentős sikert?

- Kisebb versenyeken voltak eredményeim, de az első jelentős sikert a 2014. évi diákolimpia országos döntőben elért második helyezésem és a Hungarian Tatami Karate Cup aranyérme jelentette.

- Hogyan alakult a további pályafutása?

- 2015-től jó sorozat következett. Megnyertem az angliai Stílus Európa-bajnokságot, a Záhreb Karate Cup-ot és a már említett Hungarien Tatami Karate Cup-ot. De a legértékesebb trófeát a 2017 szeptemberi Karate-Do Guju-Kai Global Championships Canada versenyen elért csapat és egyéni győzelmmel szereztem.

- Hogy lehet egyszerre magas szinten sportolni és tanulásban is emi-nensnek lenni. Mi a titka a két fronton való helytállásnak?

- A sportolás hozzájárul az eredményes tanuláshoz, mert ad egyfajta előre törekvést és kitartást. Ennek nincs titka, csak folyamatosan akarni kell, nem szabad az első akadálynál megtorpanni. Jó időbeosztással, szorgalommal mindkét területen jó eredményt lehet elérni. Igaz, emiatt sok min-

Élen a sportban, élen a tanulásban

A harcművészet ifjú mestere



- Mivel a karate is bekerült az olimpiai sportágak közé, a kvalifikációs versenyeken szeretném kiharcolni a részvétel lehetőségét.

- És a civil életben?

- Diplomaszerezés, nyelvek tanulása, és a még bennem nem teljesen kialakult cél irányának megtalálása.

- Tizenhét évesen már eddig is sok értékes tapasztalattal gazdagodott. Mit üzen azoknak a pályakezdő sportolóknak, akik sikeres pályafutásról álmodoznak?

- Sok nehézség, kudarc és negatív élmény hatására se adják fel álmaikat, legyenek kitartóak, tartsák meg magukba vetett hitüket, önbizalmukat.

- Kiknek tartozik köszönettel eddigi sikereiért?

- Családomnak, Szabó János edzőnek, aki mindig figyelt rám, kitartott mellettem bármi is történt, több volt számomra, mint edzéseim irányítója. Sokat köszönhetek még Rebi-csek Gerd és Szabó Tünde edzőknek, illetve csapattársaimnak. Úgy érzem, mi így együtt összetartó család vagyunk és a jövőben is sikeresek leszünk.

Kép és szöveg:
Lovas Albert

denről le kell mondani, de az elmaradt élmények később még bőven pótolhatók. Én nem csak a sportra koncentrálok, hanem a jövőmre, a munkámra is, mert a civil életben is – akár csak a sportban – sikeres szeretnék lenni.

- Többször kapott kitüntetést. Legújabb díja, a „Budapest Önkormányzata Élen a sportban, élen a tanulásban” fővárosi kitüntető cím átadó ünnepségén nem vehetett részt angliai meg-

hívása miatt. Nem bánja, hogy lemaradt egy emlékeztető eseményről?

- Jó lett volna szemé-lyesen átvenni a díjat, de kárpótolt érte az angliai utazás. Az egyhónapos programban szakmai gyakorlat, tapasztalatcsere, nyelvtanulási lehetőség, angol kultúra és történelmi helyek megismerése szerepelt, így mara-dandó élményekkel tértem haza.

- Mit szeretne még elérni sportpályafutása alatt?

Egerben rendezték szeptember 16-23. között a GPC világbajnokságot erőemelés, guggolás, fekvenyomás és felhúzás kategóriában.

A világ minden tájáról 37 ország sportolói mérték össze erejüket, több mint ezer regisztrált versenyző részvételével. A magyarok szereplése kitűnt a nemzetek között, úgy eredményességben, mint létszámban. A Gruber's Gym S. E. 31 sportolóval képviselte magát, ebből hatan nők. Eredményességüket hűen tükrözi a 29 érem, IV.-V. helyezé-

Erős emberek világbajnoksága

világcsúcsok és az abszolút kategóriában is elért eredmények.

- Ez egy igazi csapatmunka volt, nagy érdem fűződik a szakosztályvezető munkájához. Hajas Norbertet külön említeném, egy baleset folytán mozgássérült lett, de ennek ellenére az „ép” kategóriában világcsúcs-csal az első helyen végzett. Minden egyes versenyzőnek tisztelettel adózom az elért eredményekért, amellyel öregbíti illetve fényesíti egye-sületünk hírnevét. Szá-

munkra felejthetetlen világbajnokság volt, hatalmas élményekkel és si-

kerekkel – mondta ösz-

szegzésül Gruber Vilmos sportegyesületi elnök.



Életképek táncban

A Krottendorf Német Hagyományőrző Egyesület vendége a Pilisvörösvári Nemzetiségi Táncegyüttes lesz **október 27-én 15 órától** a Csobánka téri Békásmegyeri Közösségi Házban. Az „Életképek táncban elbeszélve” című műsorukban a fellépők a svábok ünnepeit mutatják be a közönségnek. Kísér a Berglander Baum Zenekar. A rendezvény támogatói: Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata és Óbuda-Békásmegyer Nemzetiségi Önkormányzata. (A belépés díjtalan).

Koltai Lajos életmű válogatás

A Kossuth- és Balázs Béla-díjas, érdemes művész, operatőr, rendező Koltai Lajos – aki idén lett Óbuda-Békásmegyer díszpolgára – életművéből láthatnak válogatást az érdeklődők. Négy hónap – négy film az ART-filmklubban, az Esernyősből. *Műsoron legközelebb A gyönyör rabjai* című amerikai dráma (1990) november 7-én 18 órai kezdettel.

Manóleső

Bálint Mariann Óbudán élő és alkotó grafikusművész és meseillusztrátor „Manóleső” című tárlata október 18-án nyílt a Bécsi úti Tündérkert Galériában. A kiállítás november 28-ig látogatható sok manós program kíséretében. (A galéria címe: Bécsi út 53-55.).

Krúdy Kör

B. Moravetz Edit és Bánlaky László költő estjére várja az érdeklődőket november 8-án 16 órára a Krúdy Gyula Irodalmi Kör a Kéhl vendéglő Krúdy Szalonjába. (Cím: Mókus utca 22.).

Piaf Óbudán

Kelecsényi László: PIAF – Egy párizsi veréb című zenés darabjának felolvasó színházi előadását november 9-én 19 órakor tartják KULTEA színháztermében. Címszerepben: Orbán Bori. Közreműködik: Tallián Mariann, Lázár Balázs, Pánczél Kristóf, Mucsi Kristóf. (Belépődíj: 1800 forint. Szakmai és nyugdíjas: 1200 forint. Cím. Magyar Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeum, Korona tér 1.).

Támogatott festészet

Az Óbudai Kulturális Központ San Marco Galériájában még látható a T-Art Alapítvány festő támogatóinak kiállítása, amely a Magyar Festészet Napja alkalmából nyílt. (Megtekinthető november 2-ig, hét-köznapiokon 9-től 16 óráig ingyenesen. Cím: San Marco utca 81.).

Tanulmányút

A Német Nemzetiségi Önkormányzat és a „Braunhaxler” Egyesület tanulmányutat szervez november 30. és december 2. között Sárospatak–Herceghút–Kassa–Aggtelekre. Érdeklődés és jelentkezés Neubrandt Olginál a 06-20-2214-938-as telefonszámon.

Mama, nézd! a Vasarely Múzeumban



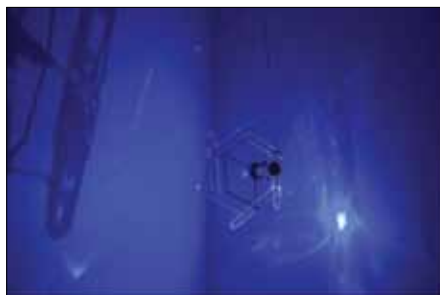
A Magyar Nemzeti Galériában már sikeresen működő kisbabás anyukáknak, apukáknak, nagyszülőknek szóló *Mama, nézd!* című programsorozat elindult a Vasarely Múzeumban is. A sorozat nyitó alkalmát október 10-én tartották anyukák és kisbabáik, valamint egy apuka részvételével.

Az interaktív tárlatvezetés a Vasarely Múzeum jelenlegi időszak kiállításán látható Grüner-gyűjteményhez kapcsolódott. A *Képpé vált kísérlet* című kiállítás az 1945 utáni magyar absztrakt művészetbe nyújt bepillantást, így az alkalmon körbejárt

témák is ehhez kapcsolódtak: absztrakció, végtelen és véletlen. A résztvevők elgondolkozhattak az absztrakció valóságos voltán, a szülőség végtelen jellegén és az életünket meghatározó véletlen szerepén. Miközben anyukák és apukák a kiállítás tárgyain keresztül saját megfigyeléseiket is megoszthatták egymással, kisbabáik nyugodtan nézelődtek és gögicséltek. Kísérletként készült néhány Möbius-szalag, amelyet a gyerekek érdeklődve vizsgáltak, gyűrögettek a tárlatvezetés hátralevő részében. Az élet véletlenszerűségét pedig egy dobókocka segít-

ségével felépülő absztrakt kompozíció alkotása közben (is) megtapasztalhatták a résztvevők.

A programsorozat kifejezetten szülőknek szól, akik szeretnének barátságos környezetben, kisbabájukkal együtt más szülőkkel művészetről és életéről beszélgetni, valamint szívesen élnék át az absztrakt művészet egy-egy jellemzőjét az interaktivitáson keresztül. Idén még két *Mama, nézd!* program lesz a Vasarely Múzeumban: november 7-én és december 5-én, 11-től 12 óráig. (Belépődíj: 900 Ft/fő a baba és mama számára együtt. Cím: Szentlélek tér 6.)



KORTALAN JELEN 2. KÉPPÉ VÁLT KÍSÉRLET – HANGOKKAL HANGVERSENY ÖSBEMUTATÓVAL ÉS BESZÉLGETÉS A GRÜNER-GYŰJTEMÉNY ALKOTÓIVAL

Tisztelettel meghívjuk Önt és barátait a Vasarely Múzeum emeleti kiállótérmébe, az alkotások közvetlenségében előadó,

QAARTSILUNI ENSEMBLE

2018. október 28-án 18 órakor kezdődő hangversenyről.

FÉNYALKÍMIA BOLYGÓ BÁLINT – FÉNYGÉPEK

megtekinthető: 2018. 12. 16-ig

Bolygó Bálint (1976), angolai-magyar képzőművész, formatervező fény-installációi elkészítéséhez tudományos vizsgálatok eredményeit használja fel, miközben a világgegyetem működésének megértésére, műalkotásba való leképezésére törekszik.

A koncerthez a kollekció kiemelkedő alkotóival: Maurer Dörával, Heisz Katalinnal és Bak Imrével folytatott beszélgetés is kapcsolódik Horányi Attila vezetésével.

Az élő diskurzus a jelenkori absztrakt művészet, illetve a tudomány és a művészeti formalkötés kapcsolatának kérdéseit érinti.

Műsoron: Sány László, Kondor Ádám, Vidovszky László, Sári József művei

A program ingyenesen látogatható.

1033 Budapest, Szentlélek tér 6. | www.vasarely.hu | vasarely@szegmuveszeti.hu | +36 1 288 7951

QAARTSILUNI
ENSEMBLE

VASARELY
MÚZEUM

IRODALMI DÉLUTÁN A KÖNYVTÁRBAN. Kemény István, József Attila-díjas költő, író látják vendégül október 30-án 18 órától a Békásmegyeri Könyvtárban. A rendezvényre a belépés ingyenes, részvételi szándékukat a könyvtár e-mail címén (fszek0305@fszek.hu) vagy telefonszámán (245-3409) jelezhetik. (Cím: Füst Milán utca 26.)

A nyilas vagy az enyészet havának nevezik a magyar kalendáriumban Szent András, azaz november hónapját, amely már a télre való készülődés időszaka. A múltban ennek nagyobb jelentősége volt, mivel az elődeink életét a mainál jobban befolyásolták a mezőgazdaságban végzett tevékenységek.

Ahogy egyre hidegebbre fordult az időjárás, a falvakban úgy kerültek mindinkább előtérbe a házban végezhető munkák, így lett november a fonó, a kukorica- és a tollfosztás időszaka. Mivel ezek mind közösségi tevékenységek voltak, a munka mellett helyet kapott a játék, az ének, a mesemondás, az ismerkedés, és persze a párválasztás is. A hónap elejére esik Mindenszentek és a halottak napja, de mellettük több jeles napot is megőrzött a néphit.

Az élet velejárója

November a mindenszentek és a halottak napjával kezdődik, melynek eredete a nyolcadik, kilencedik századra nyúlik vissza. A sírok gondozása, virággal díszítése, a gyertyák gyújtásának szokása azóta is élő hagyomány. Bár régebben az emberek másképp viszonultak a halálhoz, az élet természetes velejárójának tekintették. Sőt, már a kisgyermekket is megtanították a jó halálért imádkozni. A gyásznak megvoltak a maga szabályai, a közösség pedig segített feldolgozni a veszteséget. A halottakról azt gondolták, ők a család képviselői, segítői a túlvilágon. November

Egyszerűen finomat

Egyes ünnepekhez kapcsolódnak hagyományossá vált ételek, a mindenszentekhez nem. Mivel dologtöltő nap volt, és az emberek a nap nagy részét a temetőben, a sírok gondozásával, díszítésével töltötték, feltehetően egyszerű, korábban elkészített ételek kerültek az asztalra. Most néhány ilyen receptet ajánlunk.

Sajtos karfiolleves

Hozzávalók: 1 kisebb karfiol, 3-4 sárgarépa, 2 fehérturkó, 1 vöröshagyma, 1 kisebb zeller, 2 gerezd fokhagyma, 1 kisebb karalábé, 1 füstölt ízű krémsajt, 3 sonkás kockasajt, erőleveskocka, olaj, tej, só, bors, ételízesítő.

Elkészítés: a karfiolt megmossuk, rózsáira szedjük, forró tejes-sós vízben puhára főzzük. Ha elkészült, kiszedjük, félreszedjük. A többi zöldséget megtisztítjuk, a sárgarépát felkarikázzuk, a többi egyben hagyjuk. Egy lábasban kevés olajat forrósítunk, rátesszük a

Mindenszentek – halottak napja



elején, a halottak napja környékén ezért sok helyen kenyérrel, vízzel, sóval várták a hitük szerint ilyenkor hazalátogató elhunyt szeretteiket. Rendbe tették a sírokat, a temetőket, gyertyákat gyújtottak. Elterjedt szokás volt, hogy a koldusoknak kalácsot adtak, hogy ők is megemlékezzenek a halottaikról. Ezen a napon szinte mindenütt tilos volt a munka, mert azzal zavarták volna a holtakat, és nagy bajt hoztak volna magukra.

Mindenszentek

Mindenszentek november elsejére esik. A nyolcadik században III. Gergely pápa tette ünnepé ezt a napot, azzal a céllal, hogy a kereszténység elismerése után, a vértanúk mellett a szentté avatottakról is emlékezzenek meg. Mindenszentek napja az összes üdvözült lélek ünnepe, akiknek nincs külön

emléknapjuk a kalendáriumban. Magyarországon gazdasági hagyományok is kapcsolódtak a naphoz, egyes vidékeken ekkor szegődtek a cselédek, pásztorok. Máshol ekkor volt a legényvásár, ekkor kötődtek a gazdák egyezsége a szolgáltni menő legényekkel.

Emlékezés az elhunytakra

November másodikán van halottak napja. A halottakról való megemlékezés a XI. században terjedt el széles körben, a clunyi bencések hatására, de csak a XIV. században vált hivatalossá. Sok európai országban alakult ki az a szokás, ahogy nálunk is, hogy ezeken a napokon az emberek meglátogatják elhunyt hozzátartozóik sírját, virágokat visznek, gyertyákat, mécseket gyújtanak emlékükre. A gyertyák a halottakért égnek, mivel a tűz megtisztulást hoz számukra. A sírok megtisztításának, feldíszítésének az volt az eredeti célja, hogy a halottak szívesen maradjanak a lakhelyükön. A gyertyák fénye meg segít visszatálatni a kiszabadult lelkeknek a sírjaikba. November másodikán az elhunytak emlékeztetése pár órára a harangok is megszólalnak, a néphit szerint ennek köszönhetően a halottak lelkei megnyugszanak, megpihennek. Nálunk a halottak napja a katolikus egyház ünnepnapjából általános, felekezetektől független, az elhunytakról való megemlékezés napjává vált.

zöldségeket, kevergetve megpirítjuk, felöntjük vízzel, sóval, borssal, ételízesítővel, erőleveskockával ízesítjük, és addig főzzük, míg meg nem puhul. A karfiol felét turmixgépben összekeverjük a sajtokkal, a zöldség léből teszünk bele egy keveset, hogy híg legyen, majd belekeverjük a levesbe, összekeverjük. Tálaláskor petrezselyemmel meghintjük.

Májjal töltött csirkecomb

Hozzávalók: 4 csirkecomb, 30 dkg csirkemáj, 1 fej vöröshagyma, 1 csokor petrezselyem, 1 zsemle, 2 tojás, olaj, só, bors, majoránna, kakukkfű.

Elkészítés: a csirkecombokat megmossuk, fűszerezük, majd a bőrüket fakanállal fellazítjuk. A májat megtisztítjuk, az apró kockára vágott hagymát zsiradékon megfuttatjuk, hozzáadjuk a májat, megszórjuk borssal, majoránnával, kakukkfűvel. Kis ideig pároljuk, majd lehűtjük. Finomra vágott petrezselyemmel, a beáztatott, kinomkodott zsemélével, a 2 tojással alapo-

san összekeverjük. Az így elkészült töltelék a csirkecomb bőre alá töltjük. A töltött combokat enyhén zsírozott tepsibe tesszük, megsütjük, sütés közben többször meglocsoljuk. Vegyes zöldségkörettel vagy főtt burgonyával tálaljuk.

Morzsás almatorta

Hozzávalók: 4 savanykás alma, 0,5 dl cukor, 1 teáskanál őrölt fahéj, 1 teáskanál őrölt gyömbér, fél teáskanál szerezcsendió. A tésztahoz: 15 dkg vaj, 1 dl mogyoró durvára vágva, 3 dl liszt, 0,5 dl cukor.

Elkészítés: feldaraboljuk a hideg vaját, egy tálban morzsásra összedolgozzuk a liszttel, a mogyoróval és a cukorral. Hűtőbe tesszük. Az almákat meghámozzuk, nagylyukú reszelőn lereszeljük, majd összekeverjük a cukorral és a fűszerekkel. Egy ke- rek tűzálló formát kivajazunk, beletérítjük az almát, aztán rámorcsoljuk a tésztát. Előmelegített sütőben megsütjük, vaníliaszószsal vagy tejszínhabbal tálaljuk, ha kihűlt.



Fidesz-KDNP-s képviselők fogadóórái

Képviselő neve	Önk. körzet	Fogadóóra időpontja	Helyszín
Dr. Demeter Gellért	1. vk.	minden hónap első csütörtök 16-18 között	Varga Mihály országgyűlési képviselő irodájában: Bécsi út 77-79.
Csapó Harold Gábor	2. vk.	minden hónap első kedd 16-18 között	Fidesz iroda, Kaszásdűlő u. 7.
Désiné Németh Éva	3. vk.	minden hónap második csütörtök 17-18 között, előzetes egyeztetés alapján a dnemetheva@gmail.com e-mail címen vagy a 20-200-0017-es telefonszámon	Bécsi úti Fidesz iroda, (Bécsi út 77-79.)
Farkas Balázs	4. vk.	minden hónap első csütörtök 16-18 között	Varga Mihály országgyűlési képviselő irodájában: Bécsi út 77-79.
Stollmayer Ákos	5. vk.	minden hónap első hétfő 18-19 óra között minden hónap első péntek 17-18 óra között	II. Rákóczi Ferenc Általános Iskola Nagy László Ált. Iskola, Váradi utcai telephelyén telefonon előre egyeztetés szükséges: 437-8688
Dóra Csaba	7. vk.	minden hónap első hétfő 16-18 között	Fidesz iroda, Kaszásdűlő u. 7.
Rác Andrea	8. vk.	telefonon történő egyeztetés alapján	Bécsi út 77-79. alatti Fidesz iroda. 06(20)200-0017
Bulla György	9. vk.	minden hónap első hétfő 17-18 között	Waldorf Iskola, Bécsi út telefonon előre egyeztetés szükséges: 437-8688
Baumann Irén	10. vk.	minden hónap második kedd 17-18 között	Óbudai Platán Könyvtár telefonon előre egyeztetés szükséges: 484-0805
Török Ferenc	11. vk.	minden hónap első kedd 17-18 között	Dr. Béres J. Ált. Iskola, Keve u.
Puskás Péter	12. vk.	minden hónap első hétfő	Csillaghegyi Ált. Iskola, Dózsa Gy. út telefonon előre egyeztetés szükséges: 437-8688
Kemény Krisztina	13. vk.	minden hónap első szerda 17-18 között	Békásmegyeri Községi Ház
Kelemen Viktória	14. vk.	minden hónap első kedd 17-18 között	Békásmegyeri Községi Ház telefonon előre egyeztetés szükséges: 437-8509
Dr. Pappné dr. Nagy Judit	15. vk.	időpont telefonos egyeztetés alapján: 437-8930	Fő tér 3. II./37.
Laukonidesz Lilla	16. vk.	minden hónap második csütörtök 18-19 között	Zipernowsky Károly Általános Iskola

Kompenzációs listáról bejutott képviselők fogadóórái

Béres András (PM) előzetes egyeztetés alapján a 06-30-211-6111-es számon, vagy beres.andras@parbeszedmagyarorszagert.hu.

Burján Ferenc (LMP) előzetes egyeztetés alapján a 437-8881-es telefonszámon vagy a burjan.ferenc@lehetmas.hu e-mail címen.

Mihalik Zoltán (Együtt) minden hónap harmadik hétfőjén, 17-től 18 óráig a Fő tér 4. I. emeletén, a testületi irodá-

ban. Előzetes bejelentkezés szükséges: 06-20-236-0500.

Óri László (MSZP) minden hónap utolsó hetében hétfőn 16-tól 17 óráig a Békásmegyeri Községi Házban (Csobánka tér 5.). Előzetes bejelentkezés alapján: 244-8036, bp03@mszp.hu.

Szanyó Miklós (Jobbik) minden hónap első hétfőjén, 17 órától. Előzetes bejelentkezés szükséges a 06-70-699-2214-es telefonszámon.

MSZP-s képviselő fogadóórája

Czeglédy Gergő, a 6. számú egyéni választókerület önkormányzati képviselője minden hónap első hetében, szerdán 16.30-tól 17.30 óráig az MSZP III. kerületi irodájában: Mókus utca 1-3. Tel.: 244-8036, bp03@mszp.hu



**MILTON FRIEDMAN
EGYETEM**
érték • tudás • vállalkozás

**JELENTKEZZ
KERESZTFÉLÉVES KÉPZÉSEINKRE**
2018. november 15-ig!
www.uni-milton.hu

Óbudai sikerek a Spar Budapest Maratonon

Rekordok a futás ünnepén



Az eddigi legtöbb, összesen 33 ezer 500 nevező regisztrált a 33. Spar Budapest Maratonra. Amellett, hogy Óbuda-Békásmegyer először szolgált a futóverseny helyszínül, kiváló eredményeket értek el a kerület csapatai és egyéni indulói is október első hétvégéjén.

Az óbudai Főtér megtelt futókkal és lelkes szurkolókkal, ugyanis a kerület egyik központi tere is bekerült az

idei maraton-futás útvonalába. A szervezők itt jelölték ki a maratonstaféta 3. váltóhelyének pontját is, így az ide kilátogatók egyszerre szurkolhattak az egyéni és csapatban indulók népes mezőnyének.

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata hosszú évek óta támogatja a kerületi amatőr és tömegsportot, és igyekszik jó példával elől járni. A rangos futóversenyen a

polgármesteri hivatal két csapata is rajthoz állt, ahol a FutÓbuda1 és FutÓbuda2 névre keresztelt váltók nagyszerű eredménnyel, 03:26:46-os és 03:35:37-es idővel az 55. helyen, illetve a 97. helyen értek célba.

Egyéni futóira is büszke lehet a kerület, Mező Roland, aki a közel 6 ezer egyéni maratoni induló közül éppen hogy kicsúszott az első 100-ból, de kategóriájában a legjobb

28. lett 03:05:26-es idővel. A hölgyek sem pihentek, Poór Adrienn a női futók között a figyelemreméltó 22. helyen végzett, kategóriájában pedig negyedik helyezéssel zárta az idei maratont (03:19:38).

A hétvégi, kétnapos 33. SPAR Budapest Maraton Fesztiválra össze-

sen 33 ezer 500 nevezőt regisztrált a szervező Budapest Sportiroda. Ez a létszám meghaladja a tavalyi nevezéseket, így az idei fesztivál lett minden idők legnagyobb hazai szabadidős sporteseménye. Rekord született a külföldi nevezők számában is: 96 országból 5 ezer 200-an érkeztek Budapestre és figyelemre méltó, hogy hazánk 1062 településéről, azaz minden harmadik helységéből érkeztek futók a versenyre.

Táncos lábúak jelentkezzenek!

Az Europeade Nemzetközi Táncfesztiválon Óbudát évek óta képviselő Braunhaxler senior táncsoport tagjai közé vár hölgyeket és urakat. (Érdeklődni Pappné Windt Zsuzsannánál lehet, tel.: 06-30-866-6458.)

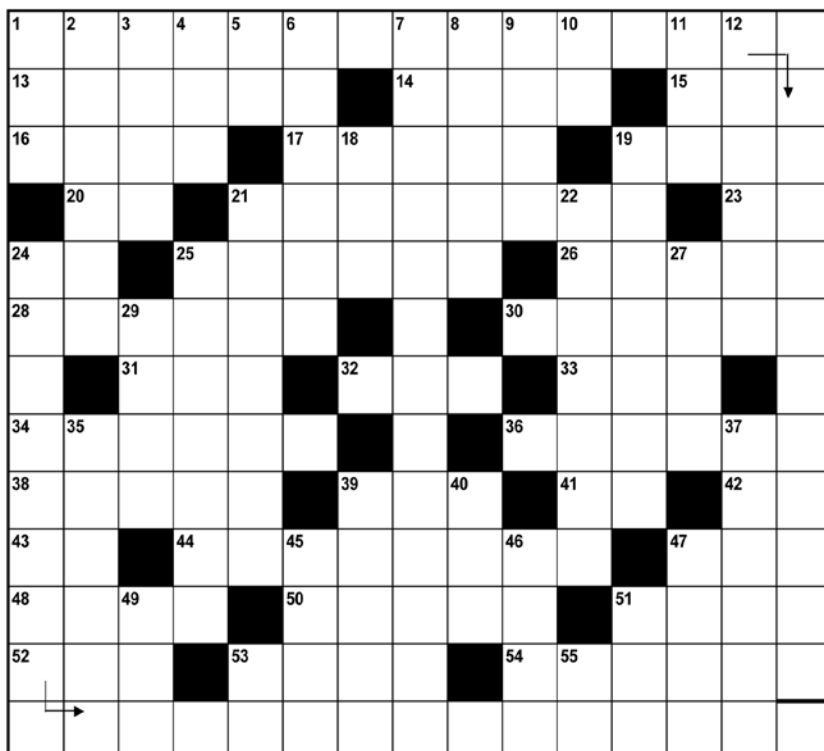


Rejtvényünkben egy felettébb érdekes megállapítást olvashat. Megfejtés a vízszintes 1. és a függőleges 24. sorokban.

VÍZSZINTES: 1. A fősor eleje (zárt betűk: K. I. I. Z.). 13. Lenyújtás. 14. Luxemburgi, svéd és egyiptomi autók jele. 15. Angol kérdés. 16. Az elejére. 17. Mai modern kifejezéssel, problémás. 19. Kálium, tellúr és hidrogén vegyjele. 20. Juttat. 21. Keresgélve turkáló. 23. Helyrag. 24. Igeképző. 25. Teteje. 26. Névelős európai nép. 28. Pontos társasjáték. 30. Formájú. 31. Tróger rész! 32. Tortát is díszíthet. 33. O. Á. M. 34. Mozdonyfajta. 36. Eltörj. 38. Szerelmes dél-európai. 39. C. K. A. 41. A nagy varázsló. 42. Elán egyenmű betűi. 43. Némán kel! 44. Eszesedők. 47. Brit tinta. 48. Majdnem keskeny! 50. Kihajít. 51. Növényi rész lehet. 53. Az SZTK elődje. 53. Régiesen dobja. 54. Arra a helyre süt a nap.

FÜGGŐLEGES: 1. Öt megelőzően. 2. Talián fagyalt. 3. Angol hossz mérték. 4. Férfinév. 5. Visszafelé ás! 6. Portugál pénz volt. 7. Valamihez való jó viszonyulás. 8. Becézett Erzsébet. 9. Becézett testvér. 10. Üres hét! 11. Égi csatorna. 12. Ruharészt. 18. Pitében van! 19. Játssz kockával. 21. Mázolatok. 22. Éneklek. 24. A második beküldendő sor (zárt betűk: Ó. R. B. Z. E.). 25. Tréfás fodrászok. 27. Becézett Sámuel. 29. Kikötőkben van. 35. Tojásétel. 37. Forrong. 39. Pipi. 40. Illeték. 45. Hibáztat. 46. D. J. ..., német zeneprodukáló, fordítva. 47. Ellenőrzőbe kerülhet. 49. Ósi betűi keverve. 51. Megkevert Ali! 53. Darab. 55. Azonban.

Huzavona





CSILLAG CENTER

1039 Budapest,
Rákóczi utca 36.
csillagcenter.hu

CSILLAG CENTERKÉNT
ÚJUL MEG AZ ÓBUDAI
CSILLAGVÁR!

**5 ALKALMAS
START BÉRLET
2990 FT-ÉRT**

TF ★★★★★
TEAM
FITNESS



Az 5 alkalmat **30 nap**
alatt lehet felhasználni.
Az ajánlat visszavonásig érvényes.

**MEGÚJULT
FITNESZTEREM**

**ÚJ MATRIX
GÉPPARK**

**SZAUNA,
SZOLÁRIUM**

 /csillagcenter

NE FELEDD!

**Háztáji
Vásár**

Minden csütörtök-péntek-szombaton
várunk a Csillag Center földszintjén!

Hahota

Az afrikai dzsungelben eltéved a tudóscsoport egyik tagja. Hosszas bolyongás után kannibálokba botlik:

- Elnézést, nem látták véletlenül a kollégáimat?
- De igen, velük már több ízben is találkoztunk.

Apuka és kislánya együtt autóznak. Az apa átmegy egy piros lámpán, és zavartan mondja a fiúnak: - Kisfiam, ez egy szabálytalan dolog volt, illet nem szabad ám csinálni!

- Semmi baj, apa! – mondja a fiú. – A mögöttünk jövő rendőrautó is átvált rajta.

Két autós beszélget: - Képzeld, pár nappal ezelőtt megbüntetett a rendőr tízezer forint, mert nem a látási viszonyoknak megfelelően közlekedtem.

- Miért, mit nem láttál?
- A rendőrt.

Az újdonsült autótulajdonos mérgesen ront be a kocsizelő gazdájához: - Amikor a kocsira alkudoztunk azt mondta, egyik ámulatból a másikba fogok esni. Most pedig be sem indul a járgány.

- Na látja, ez az első.

Két egérlány beszélget: - Képzeld bepasiztam! - Igen? És van képed róla? - Persze! Itt van. - Te hülye ez egy denevér. - A fenébe, nekem azt mondta, pilóta.

Sekély a Duna, sok minden látszik



Fotó: Lovas Albert

Régen volt ilyen alacsony a Duna vízszintje. A Római-parton eddig ritkán látható mederrészek bukkantak elő, a kirándulók örömeire kiszélesedett a parti sáv. A visszahúzó víz a parton hagyott néhány érdekes hordalékot, többek között egy „többbusznyi” cápát formáló száraz faóriást

Megújuló kerékpárút

Hamarosan megújul a Szentendrét Budapesttel összekötő, a 11-es főút mellett haladó kerékpárút.

A Magyar Közút októberben és novemberben, 3,6 kilométeren cseréli ki a burkolatot. A no-

vember 30-ig tartó felújítás során a főváros határától a 11-es főút-Kalászi út csomópontjáig dolgoznak a szakemberek. A felújítás során javítják a kerékpárút burkolatán a repedéseket, kátyúkat, rongálódásokat és gyökérbenövéseket, va-

lamin az aszfaltot is kicserélik. Az új burkolatra útburkolati jeleket is felfestenek. Az aszfaltozás ideje alatt, várhatóan két hétig a bicikli utat időszakosan lezárják, kerülőútként Budakalászig a Kalászi utat, onnan Békásmegyertig pedig a Budai utat javasolják a kerékpárosoknak.

Határtalan édességek

Hazánk népi süteménykultúrájával és a tradíciókra épülő modern cukrászati készítményekkel ismerkedhettek azok, akik ellátogattak a Korona téri Magyar Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeumba szeptember 23-án. Cukrászdák képviselői tartottak előadást süteményvilágukról (palóc, osztrák, magyar, tirpák, szlovák, sváb, hajdú, székely, zsidó, horvát) az érdeklődőknek a Magyar Cukrász Iparosok Országos Ipartestülete szervezésében. Az eseményen finomságokat is kóstolhattak, új ízekkel találkozhattak a sütik szerelmesei. **k**



Fotó: Zumpf András

MEGJELENÉSÜNK. Lapunk következő száma **november 10-én, szombaton** jelenik meg. Korábbi számaink is olvashatók a www.obuda.hu/honlapon.

Kormányablakok nyitvatartása

A II. Margit körúti, a II. Bátori László utcai és a III. Harrer Pál utcai kormányablakok nyitvatartási rendje: hétfőn 7-től 17; kedden 8-tól 17; szerdán 8-tól 20; csütörtökön 8-tól 18; pénteken 8-tól 14 óráig.

Czinél
cukrászda és kávéház
III. Nánási út 55. Tel.: 240-1188
www.cziniel.hu

Reggeli már 8 órától!

RÓMAI PARTI PIAC
A NÁNÁSI UDVARBAN

Baráti légkör, jó hangulat, gyermek programok, alkalmanként PÓNI LOVAGLÁS, ÉLŐZENI!

NYITVA SZOMBAT 8.00-13.00

III. Nánási út 47-49.

**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

Miklós Patika

III. Vöröskereszt u.11

(Miklós utca Vöröskereszt
utca sarok)

T: (1) 240-6338

*Ha Szombat,
akkor Patika!*

PatikaSzombat!

15%
SZOMBATONKÉNT
kedvezmény

Aquincum Patika

III. Lajos u.131.

T: (1) 368 7146

Szent Lukács Patika

III. Bécsi út 89-91.

(Az Árpád Gimnázium mellett)

T: (1) 436-9083

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 2018. december 31-ig tart.

Jön a hideg és újra fájnak az ízületei?

Térd- vagy csípőízületi gyulladás
miatt minden lépés kinszenvedés?
Próbálkozott fájdalomcsillapítóval,
de nem hatott?



Őszi kampányunkban **INGYENES ORVOSI KONZULTÁCIÓT**
kínálunk mindazon 40 év feletti betegnek, akit:

- térd vagy csípőízületi gyulladásal diagnosztizáltak, és aki
- továbbra is erős fájdalmat érez fájdalomcsillapító
szedése mellett.

Az orvosi konzultáción megbeszéljük, milyen lehetőségek
vannak fájdalomcsillapítására.

A 60 éven felülieket pedig meghívjuk egy
INGYENES CSONTSÚRÚSÉG-MÉRÉSRE is!



VÁRAKOZÁSI IDŐ NÉLKÜL!

Hívjon minket bizalommal (H-P 8-16 óra között)
a **06-1/437-6660-as** telefonszámon vagy regisztráljon
a **www.synexusrendelo.hu** weboldalon.

KÜZD A KILÓKKAL?

És a koleszterin-szintjével is gond van?

Számos szív- és érrendszeri betegségnek alig észlelhető
tünete váratlanul jelenik meg és sajnos sokszor végzetes
következésménnyel járnak.

Amennyiben elmúlt 18 éves, cukorbeteg és/vagy túlsúlyos,
ill. úgy érzi, életmódja (dohányzás, stressz, túlsúly, kevés
mozgás) vagy családi érintettség miatt veszélyeztetett lehet,
esetleg korábban már elszennvedett szív- és
érrendszeri eseményt (sztrók, infarktus, stb.) **INGYENES
SZŰRÉSI PROGRAMUNK** keretében meghívjuk egy EKG
vizsgálattal egybekötött szakorvosi konzultációra!

Az ingyenes ajánlat
telefonos vagy internetes
bejelentkezés esetén
és visszavonásig érvényes.

SYNEXUS

1036 Budapest, Bécsi út 61.
rendelo@synexus.com







„Minden autós kérdésben
a Duna Autóhoz fordulok.”

DUNA AUTÓ.
AZ AUTÓVÁROS.

16 MÁRKAKERESKEDÉS
18 MÁRKASZERVIZ
EGY HELYEN

Duna Autó Zrt.
1037 Bp. Zay utca. 24. Tel: +36 1 801 4203
E-mail: info@dunauto.hu
www.dunauto.hu

Tudta?

A tartósan fennálló halláscsökkenés szellemi leépüléssel járhat!*



Magára ismer?

„Hallom én a beszédet, csak nehezen értem.”

„Nem szeretek telefonálni,
nehezen értem a hívó felet.”

Mindenki motyog és hadar."

„Egyáltalán nem üvölt a TV, így is alig értem a híreket.”

**Ne éljen tovább tagadásban!
Ne kockáztassa szellemi
egészségét!**

*Nem kezelt halláscsökkenés esetén.

INGYENES
hallás-
vizsgálat

Je kunt je aanmeldingen melden op:

Csobánka téri Szakrendelő - Hallókészülék Szalon

1039 Budapest, Csobánka tér 6. földszint

Rendel: Dr. Szilágyi Erzsébet



Kereszténydemokrata Fórum

A november 6-ai (kedd) 18 órakor kezdődő fórum témája lesz a Nemzetpolitika: társadalmi folyamatok és kitörési lehetőségek. Vendég *dr. Kántor Zoltán*, a Nemzetpolitikai Kutató Intézet igazgatója, az ELTE és a PPKE oktatója. A fórum helyszíne: *Miklós tér 1. (Selyemgombolyító)*. A program ingyenes.

CUKORBETEGEK ÓBUDAI KLUBJA. A Cukorbetegek Budapesti Egyesületének Óbudai Klubja *november 13-án 15.30 órától* tartja soron következő klubfoglalkozását. Programok: 15.30 órától koleszterin-, vércukorszint-mérés; 16.30 órától „Kardiometabolikus kockázat” címmel *dr. Halászlaki Csaba* endokrinológus tart előadást. *(Helyszín: Szent Margit Kórház „A” épület, I. emelet, Bécsi út 132.)*



EGÉSZSÉGES EZÜSTKOR

**A Szent Margit Rendelőintézet és
az Óbudai Szociális Szolgáltató Intézmény**
meghívja egészségügyi ismeretterjesztő sorozatának
következő előadására.

MINDENNAPI MÉRGEINK

Dr Zacher Gábor
toxikológus

Időpont: 2018. október 31. 13.30 óra

Helyszín: Kiskorona Díszterem
1036 Budapest, Kiskorona u. 3.

A programon való részvétel ingyenes, de regisztrációhoz kötött.
Jelenkezni lehet az oszti rendezvény@gmail.com e-mail címen



BUDA
közösséget építünk



ÓBUDA, a III. kerületi Önkormányzat lapja, megjelenik 73.000 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: obudaajsag@gmail.com; impress.hirdet@gmail.com

Nyomás: Comorn Lapmanager Kiadó és Kereskedelmi Kft.

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

PYRON A PAPÍRON

Nagykereskedés, 3000 fajta árucikk, írószer, irodaszer, iskolaszer, papíráru.
1038 Budapest, Szentendrei út 218-220. Tel.: 250-4902, 250-4904

PYRON

Már nyolc helyszínen tölthetők az elektromos autók Óbuda-Békásmegyeren.

Ebben az évben még 7 töltőpont létesül, jövőre további kettőt telepítenek majd a III. kerületben kormányzati támogatásból, Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata és az e-Mobi Elektromobilitás Kft. együttműködésének köszönhetően.



www.megujulo.obuda.hu