

**Ismét Sulibörze a PSZI-ben****5**

A Pedagógiai Szolgáltatói Intézetben (PSZI) rendezik azt a Sulibörzét, melyre az első osztályba készülő gyermekek szüleit várják.

**Számítástechnikai tanfolyamok****21**

Március elején több számítástechnikai tanfolyam indul a Költségvetési Szerveket Kiszolgáló Intézményben.

**Vasemberek a Kiskorona utcában****28**

Négy vasembert hívtak meg a Kiskorona utcai Óbudai Szociális Szolgáltató Intézménybe, az Óbudai Sportakadémia előadására.

**Egészségesebb, finomabb, több****Emelt szintű gyermekétkeztetés**

Fotók: ANTAL ISTVÁN

Minden iskolájában és óvodájában emelt szintű étkeztetést biztosít Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata február 1-jétől. A többletköltséget átvállalva több szárnyas- és halétel, teljes kiőrlésű pékáru, friss zöldség, gyümölcs, viszont kevesebb cukor, só kerül a tányérokra

CIKK A 3. OLDALON

**Óbudánál maradnak a szakrendelők**

Többek közt a járóbeteg-szakellátási feladatokról, a helyi költségvetésről első fordulóban, a szociális támogatásokról, az oktatási

és nevelési intézményeket érintő kérdésekről is döntött a képviselő-testület a január 31-ei ülésen.

TUDÓSÍTÁS A 4. OLDALON

**Civil Ház a Kolosy téri piacon**

**Az Óbudai Promenádban kialakított modellértékű, új közösségi tér a Civil Ház Óbuda.**

A Kolosy téri piac galériáján egy 80 személy befogadására alkalmas, bútorozott terem, melyhez iroda és raktárhelyiség is kapcsolódik. Az Óbudai Kulturális Központ

(ÓKK) fennhatósága alatt működő intézmény nem hagyományos művelődési ház, hanem a kerületben bejegyzett, illetve itt tevékenykedő civil szervezeteknek kínál lehetőségeket programjaik népszerűsítésére - ismertette *Lőrincz Edina*, az ÓKK ügyvezető igazgatója.

ÖSSZEÁLLÍTÁS A 7. OLDALON

**MEGJELENÉSÜNK.** Lapunk következő száma március 4-én, hétfőn jelenik meg. Újságunk korábbi számai is olvashatók a [www.obuda.hu](http://www.obuda.hu) honlapon.

# Egyházi fórum a Városházán



A polgármester meghívására a III. kerületben működő valamennyi egyházi szervezet előljárója megjelent az egyháziügyi egyeztetésen. Az Óbudai Városházán rendezett fórumon az egyházi szervezetek kapcsolatrendszerei, a támogatásmechanizmusok kaptak ezúttal nagy hangsúlyt.

## Emlékezés a kommunizmus áldozataira

A Kommunizmus Áldozatainak Emléknapja alkalmából Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata koszorúzással egybekötött megemlékezést tart **február 24-én 17 órakor**. Beszédet mond: *Bús Balázs* polgármester. A megemlékezés helye: a

*Katyni mártírok parkja, az Árpád Gimnázium előtti tér. (A pártok, szervezetek koszorúzási szándékukat szíveskedjenek Borbély Ritánál február 21-ig jelezni a 437-8834-es telefonszámon, illetve a borbély.rita@obuda.hu e-mail címen.)*

## A kitelepítettekre emlékeznek

A „Krottendorf“ Német Hagományörző Egyesület a kitelepítés 67. évfordulója alkalmából meghívja az emlékező vágyókat **február 24-én 11 órára** a békásmegyeri Szent József Templomba (Óbuda-Békásmegyer, Templom utca 18.) a *Varga Gábor* atya által celeb-

rált szentmisére. Közösen imádkoznak a még élő és a már elhunyt kitelepített békásmegyeriekért.

A szentmisét követően a templom falán elhelyezett emléktáblánál emlékeznek és koszorúznak. Az egyesület Ludwig Hollos kórusa énekel.

### Országgyűlési képviselők fogadóórái

- **Bús Balázs** polgármester és országgyűlési képviselő (4. számú egyéni választókerület) előzetes bejelentkezés alapján tartja fogadóóráját. További információért hívja a polgármesteri titkárságot a **437-8696-os** telefonszámon.
- **Menczer Erzsébet** (3. számú egyéni választókerület) országgyűlési és önkormányzati képviselő minden hónap első csütörtökén 16-tól 18 óráig tart fogadóórát a *Kaszásdűlő utca 7. szám alatti Fidesz-irodában*. Időpont-egyeztetés miatt a fogadóórára előzetesen be kell jelentkezni a **367-8791-es** telefonszámon.

ta *Bús Balázs*, Óbuda-Békásmegyer polgármestere köszöntőjében.

*Hölvényi György* egyházi, nemzetiségi és civil kapcsolatokért felelős államtitkár előadásában az államtitkárság működéséről, feladatairól beszélt. Méltatta az egyházi szervezetek áldozatos közfeladat-vállalását, részletesen beszámolt az aktuális tá-

mogatási lehetőségekről, úgy mint a közösségi célú programok és azok beruházásainak támogatása, valamint az épített örökség védelme és egyéb felújítások támogatása.

Az előadás végén az egyházi vezetők leginkább a hit- és erkölcsoktatás bevezetésével kapcsolatosan kérdezték az államtitkárt.



FOTÓK: ANTAL ISTVÁN

A fórumon részt vett *Varga Mihály* miniszter és *Menczer Erzsébet* országgyűlési és önkormányzati képviselő

A Szent Flórián szoborcsoport újraállítása, a Kiscelli kálvária rekonstrukciója, amelyeket az önkormányzat a megjelent valamelyik egyházi szervezettel közösen valósított meg, jó alapot szolgáltat az együttműködések továbbgondolására - mond-

## Óbuda-Békásmegyer Díszpolgára kítüntető cím adományozása

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata Képviselő-testületének 39/2007. (VI. 29.) rendelete szabályozza Óbuda-Békásmegyer Díszpolgára kítüntető cím alapításának és adományozásának rendjét.

Az önkormányzat rendelete szerint: a kítüntető cím annak a magyar, vagy külföldi személynek adományozható, aki:

- Óbuda-Békásmegyer gazdasági, társadalmi, tudományos, vagy művészeti életében maradandót alkotott;
- egész életművével, kiemelkedő munkásságával olyan országos, vagy nemzetközi elismerést szerzett, amely hozzájárult Óbuda-Békásmegyer jó hírnevének öregbítéséhez.

A kítüntető cím adományozására indítványt tehet:

- a képviselő-testület bármely tagja;
- az úgynevezett Javaslattevő Testület bármely tagja;
- legalább 100 III. kerületi lakóhellyel rendelkező választópolgár;
- bármely - a III. kerületben székhellyel rendelkező - civil szervezet.

Évente egy kítüntető cím adományozható. A kítüntető cím adományozására vonatkozó indítványokat az úgynevezett Javaslattevő Testület vizsgálja meg, majd a javaslatot a polgármester ter-

jeszti be a képviselő-testület ülésére.

A kítüntető cím adományozásáról a képviselő-testület 2013 márciusi ülésén dönt.

Az Óbuda-Békásmegyer Díszpolgári címet a polgármester adja át ünnepélyes keretek között a Kerület Napja alkalmából rendezett ünnepségen.

Ezúton kérem a tisztelt indítványtételre jogosultakat, éljenek a lehetőséggel, és legkésőbb **2013. március 1-jéig** tegyék meg indítványukat Óbuda-Békásmegyer Díszpolgárának személyére.

Az indítvány megtételekor legyenek figyelemmel arra, hogy az tartalmazza az ajánlott személy adatait (név, lakcím), és az adományozás alapjául szolgáló érdem részletes ismertetését. Az indítványt: a „**Javaslattevő Testületnek**“ címezve, zárt borítékban, az **1033 Bp., Fő tér 3. I. em. 28. szám** címre (szervezési osztály) lehet - ügyfélfogadási időben - benyújtani, vagy postai úton megküldeni.

**Bús Balázs**  
polgármester

Egészségesebb, finomabb, több

# Emelt szintű gyermekétkeztetés



**Amennyiben a júniusig tartó megreformált közétkeztetési kísérlet sikeres lesz, az önkormányzat a későbbi tanévekre is kiterjeszti azt**

**Az önkormányzat számára fontos a III. kerületi óvodások és iskolás gyermekek egészséges, ízletes és lakható táplálkozása, ezért egyedülálló, úttörő kezdeményezést indított útjára a városrészben.**

## Éltető Egyensúly

A Sodexoval kötött szerződés alapján, a közétkeztetési társaság saját fejlesztésű programjával emelt szintű étkeztetést kínál az önkormányzat működtetésében lévő oktatási, nevelési intézményekbe járó gyermekek számára. Az Éltető Egyensúly elnevezésű program az egészségtudatos táplálkozás érdekében megreformálta az eddigi étrendet. Napi ételkínálatukban teljes kiőrlésű termékek jelennek meg, így növelve a rostbevitt, az ételek zsír- és koleszterintartalmát mérséklük, a vörös hússal szemben szárnyas- és halételeket kínálnak, a természetes zöldség- és gyümölcslevekkel a túlzott cukor- és sóbevitt csökkentik. Az étlapon megjelenik az egészségesebb harmadik fogás. Ez főként friss

zöldség- vagy gyümölcsalapú étkeket jelent.

## Önkiszolgáló salátasziget

Hetente más és más intézményben önkiszolgáló salátaszigettel találkozhatnak a gyermekek, amely

többféle idényjellegű friss salátát tartalmaz, de a még sokak számára ismeretlen zöldségmártogatók és zöldséglevek is a mindennapi étkezésük részévé válnak. A gyümölcsöket is változatosabb formában találják majd, pél-

dául hetente egyszer leves helyett 100 százalékos gyümölcstartalmú rostos gyümölcsöt fogyaszthatnak az emelt szintű étkeztetés igénylők, de a gyümölcspürék, a turmixok, a gyümölcslalátok is megjelennek a menzákon.

## Átvállalt költségek

A megreformált étkeztetésről az önkormányzat az intézményeken keresztül eljuttatott levélben tájékoztatta a szülőket, akiknek lehetőségük volt az egészségesebb étkeztetés iránti igényüket jelezni. Az Éltető Egyensúly program beépítése a mindennapi ét-

rendbe megemeli a költségeket, hiszen mind mennyiségi mind minőségi változást visz a közétkeztetésbe.

Ennek megfizetését azonban az önkormányzat vállalja, így ez a családoknak nem jelent többletkiadást. A februári ebédbefizetések alapján a szülők örömmel vették a lehetőséget. A Sodexo által étkeztetett óvodákba járó gyermekek 88 százaléka, az általános és középiskolákban a teljes tanulói létszám 59 százaléka kérte, ami a befizetett gyermekek arányát tekintve megközelíti a 100 százalékot.

(A WWW.OBUDA.HU NYOMÁN)



## Tél végi immunerősítő „muníció”

# Napfény-vitamin a nagycsaládoknak

**Ötszáz doboz csukamájolaj kapszulát kaptak az óbudai nagycsaládok Varga Mihály miniszter közvetítésével február 1-jén. A dobozonként 100 darab lágyzselatin immunerősítő-készítményt tartalmazó csomagot a NutriPharma Hungária Kft. ajánlotta fel.**

A tél utolsó hónapjára a magyarok kétharmada szenved D-vitaminhiányban, pedig ez a vitamin különösen fontos gyermekkorban, amikor a csontozat és az immunrendszer még fejlődésben van. A kapszulába zárt csukamájolaj bevitelével egyszerűen küszöbölhető ki a „napfény-vitamin”

hiánya, így a termék fogyasztása védi az egészséget - mondta köszöntőjében dr. Fehér János, a felajánló cég igazgatója, aki hozzátette: - Mindezek tudatában úgy hiszem, az adomány a legjobb helyre kerül.

Varga Mihály, aki maga is három gyermek édesapja, méltatta a cég kezdeményezését és köszönetet mondott, ami-



FOTÓK: ANTAL ISTVÁN

**Az eseménynek helyet adó Csillaghegyi Községi Házban Varga Mihálytól Steinbach Sándorné, a NOE III. kerületi csoportjának vezetője vette át az adományt, aki közreműködésével vállalta az adomány eljuttatását a kerületi nagycsaládokhoz**

ért megkeresték őt a felajánlás gondolatával. Az eseményen résztvevő többgyermekes család-

dokhoz intézett szavaiban az egészséges életmód fontosságára hívta fel a figyelmet.

# Óbudánál maradnak a szakrendelők

**A képviselő-testület idei első ülésén vita nélkül fogadta el első fordulóban az önkormányzat 2013. évre vonatkozó költségvetési rendelet-tervezetét.**

**B**ús Balázs polgármester a napirendi ponthoz kapcsolódóan elmondta: figyelembe vették a 2013. évi pénzügyi-gazdasági környezet várható alakulását is. A költségvetési koncepcióban nulla működési forráshiányt határoztak meg. Számolniuk kell ugyanakkor a feladatátadások miatti forrás-csökkenésekkel és kiadási megtakarításokkal egyaránt. A bevételi és a kiadási oldal nagyságrendileg kiegyenlítik egymást. Az önkormányzat a tavalyi évhez képest, gazdasági tekintetben így hasonló pozícióban tud maradni és folytatni tudja felelős gazdálkodását. Ennek köszönhetően a budapesti kerületek közül a második legkevesbé eladósodott városrészmegmaradt. A rendelet-tervezetet második fordulóban a február 14-ei ülésen vitatják meg a képviselők.

## Óbuda ragaszkodik a szakrendelőkhez

Az egészségügyről szóló törvény vonatkozó bekezdésének értelmében a helyi önkor-



mányzatoknak február 15-éig kellett dönteniük és nyilatkozniuk arról, hogy folytatják-e a járóbeteg-szakellátási feladatokat ellátását, vagy átadnák-e azt. A helyi önkormányzat a Szent Margit Rendelőintézetten keresztül a kerületi lakosság számára kiemelkedő színvonalú egészségügyi járóbeteg-szakellátást biztosít évek óta. Éppen 10 éve, 2003-ban döntött úgy a képviselő-testület, hogy a Fővárosi Önkormányzattól átveszi a járóbeteg-szakellátást. Ezt a döntést egyrészt az indokolta, hogy közelebb kerüljön a szakellátás az alapellátáshoz, így a kerületi egészségügyi ellátást egyetlen szervezet keretén belül, szakmailag felkészült orvosok-

kal, infrastrukturálisan megfelelő színvonalon működtesse. Az előzmények ismeretében a testület döntése nem okozott meglepetést: az önkormányzat folytatja a járóbeteg-szakellátás feladatainak elvégzését.

## Működtetési hozzájárulás a vidéki gyerekek után

Január 1-jétől működtetési hozzájárulást kér az önkormányzat a kerület iskoláiba a környező településekről, vidékről bejáró, több mint 1500 gyermek után. A köznevelésről szóló törvény lehetővé teszi, hogy a működtető az intézményeibe járó tanulók lakóhelye szerinti önkormányzattól hozzájárulást igényeljen. Egy

tavaly októberi statisztika szerint az Óbuda-Békásmegyér Önkormányzata által működtetett köznevelési intézményekben 603 kerületen kívüli általános iskolás, 714 középiskolás és 211 óvodás jár. A képviselő-testület a bejáró gyermekek nagy száma miatt megszavazta, hogy az önkormányzat éljen a jogszabály adta lehető-

séggel a nem III. kerületi lakóhelyű gyermekek tekintetében.

## Emelték a lakhatási támogatást

Egyedül élő személy esetében 300-ról 350 százalékra emelték a jövedelmi határt, míg a rendszeres lakhatási támogatás összegét az arra jogosultaknál kétszeresére, 2500-ról 5000 forintra emelték a kerületi döntéshozók Bús Balázs polgármester javaslatára. Az egyes lakhatási és gyermekjóléti támogatásokról szóló önkormányzati rendeletek módosításával, az önkormányzat célja a lakosság havi lakásfenntartási költségeinek csökkentésén és a lakhatás megőrzésén túl, a közüzemi tartozások felhalmozásának megakadályozása, valamint az előrefizetős gáz- vagy áramfogyasztást mérő készül-

FOLYTATÁS AZ 5. OLDALON

## Az önkormányzat emelt szintű étkeztetést biztosít

## Egészségesebb ételek

**A testület egy korábbi ülésén az emelt szintű étkeztetés biztosításáról döntött, az egészségudatosabb táplálkozás minél szélesebb körben történő elterjedése érdekében, az önkormányzati oktatási-nevelési intézményekben, úgy, hogy ez ne jelentsen többletterhet a családoknak.**

**A**tavaly év végén készült felmérés szerint a szülők jelentős hányada igényli gyermeke számára az emelt szintű étkeztetést ezeken a helyeken. A képviselők ennek megfelelően módosították a rendszeres és rendkívüli gyermekvédelmi támogatásban való részesítés feltételeiről, valamint a szemé-

lyes gondoskodást nyújtó gyermekjóléti alapellátásról szóló rendeletet. E szerint az önkormányzat az emelt szintű és a normál étkeztetés térítési díj különbözetét február 1-jétől - a szülőnek az intézményvezető felé írásban benyújtott kérelme alapján - átvállalja. Januárban a szülők nyilatkozatban erősítették meg korábbi kérelmüket, egyúttal hozzájárulásukat adva ahhoz, hogy az emelt szintű étkeztetés átvállalt 20 százalékos felárát az önkormányzat közvetlenül a szolgáltató felé utalja.

(A témáról bővebben az „Emelt szintű gyermekétkeztetés” című cikkben olvashatnak a 3. oldalon.)



Fotók: ANTAL ISTVÁN

FOLYTATÁS A 4. OLDALRÓL  
lékek beszerelésére való ösztönzés.

### Átadták a köznevelési feladatokat

Mint arról már többször hírt adtunk, január 1-jétől az állam gondoskodik - az óvodák kivételével - az alapfeladatok ellátásáról. Ezzel a települési önkormányzatok által eddig fenntartott köznevelési intézmények az államhoz kerülnek. A testület hozzájárulását adta az önkormányzat és a Klebelsberg Intézményfenntartó Központ közötti szerződés aláírására. (A hasz-

nálati szerződés az átadott oktatási intézmények vagyonelemeinek ingyenes használatát és működtetésének részletes szabályait rögzíti.)

### Balázs Lajos-díjat alapítottak

A képviselő-testület módosította a kerületi civil szervezetekre vonatkozó helyi rendeletét, a vonatkozó törvénnyel összhangban. Az eddigi „Az Év Civil Szervezete Díj” elnevezést Balázs Lajos, a Ganz Ifjúsági Műhely Egyesület alapítójának emlékére, tiszteletére változtatták Balázs Lajos Óbudai Civil Díjra. Sz. Cs.

## Jégpálya március 3-ig a Fő téren



Foto: ANTAL ISTVÁN

**Az Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata által finanszírozott Fő téri ingyenes jégpályán március 3-ig várják a korcsolyázni vágyókat. Nyitva: minden nap 8-tól 22 óráig. A pálya mellett korcsolyakölcsönző, öltöző és büfé sátor működik. Érdemes délelőtt kihasználni a lehetőséget, mert a délutáni órákban és hétvégén több emberre lehet számítani a jégpályán**

### Támogatják az újszülötteket

Bús Balázs polgármester kezdeményezésére üdvözlőlappal és 5 ezer forintos utalvánnyal köszönti az önkormányzat a 2012. december 31-e után világra jött kerületi újszülötteket. A családbarát, házasság- és gyermekpárti társadalmi környezet megteremtésének híveként az önkormányzat a családok minden területén történő támogatását célozva, most a lehetőségeihez mérten ezzel az utalvánnyal is segíteni kíván. A III. kerületben bejelentett lakcímmel és itt életvitelszerűen tartózkodó újszülöttek családjai a támogatást Óbuda-Békásmegyer Védőnői Szolgálatának közreműködésével kapják meg.

### Ismét Sulibörze a Pedagógiai Szolgáltató Intézetben

**A tél végén az iskolába készülő gyermekek szülei egyre többet gondolkodnak azon, melyik iskolát válasszák gyermekük számára. Nem véletlenül, hiszen ez a választás nagy hatással lesz a gyermek életére.**

N yolc éven keresztül a választott intézmény lesz az a hely,

ahol az otthon után a legtöbb időt töltik a gyermekek. A család mellett ez az intézmény határozza meg majd a szellemi javakhoz való viszonyukat. Természetes hát, hogy a szülők nagy gondot fordítanak e döntés meghozatalára.

A Pedagógiai Szolgáltató Intézet jóval megelőzve a beíratást, évek óta februárban rendezi a Sulibörzét az iskolába készülő gyermekek szüleinek. Meghívják a kerület iskoláit, hogy egy helyen, a Pedagógiai Szolgáltató Intézetben mutakozzanak be

mindannyian az érdeklődőknek. Az iskolák képviselőitében megjelennek a leendő első osztályos tanító nénik is, hiszen az ő személyüknek fontos szerepe lehet a szülők döntésében.

Az iskolák ilyenkor tájékoztatják a szülőket az iskolai életéről, az ott folyó munkáról, az esetleges rendkívüli tárgyokról, a tanórán kívüli lehetőségekről. Színes tájékoztatókkal, képekkel próbálják felkelteni az érdeklődést intézményük iránt.

A Sulibörzét az intézet ebben a tanévben is megrendezi a következő helyen és időpontban: **február 27-én 14-től 18 óráig** a Pedagógiai Szolgáltató Intézetben (Szérvaskert utca 40.)

### Felhívás Balázs Lajos Óbudai Civil Díj adományozására

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzatának Képviselő-testülete 2010-ben helyi elismerést alapított civil szervezetek részére, mely a képviselő-testület döntése alapján **Balázs Lajos Óbudai Civil Díj** néven kerül átadásra 2013-tól, Balázs Lajos tiszteletére és emlékére, aki a Ganz Ifjúsági Műhely Egyesület alapítójaként végezte áldozatos munkáját a kerületi gyerekek érdekében hosszú éveken át.

#### Ki kaphatja a díjat?

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

#### Ki jelölhet?

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

#### Mit kell tartalmaznia a jelölésnek?

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

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

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

Az írásbeli jelöléseket postai úton **2013. március 29-ig (péntek)** várják a következő címre: Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat, civil referens, 1033 Budapest, Fő tér 4.

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

### Idén is Sóstói Nyári Ifjúsági Tábor

Az Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata által fenntartott sóstói (Sóstói Tábor, 8600 Siófok-Sóstó, Előd utca 2.) gyerektáborba **június 17-től augusztus 4-ig** várják az iskolaszünetben a diákokat.

Táborozási díj: 33.000 Ft/fő/hét. Az ár tartalmazza az utazást, napi háromszori étkezést, szállást, strandbelépőt, a felügyeletet és a színes, főként sportprogramokon való részvételt is.

A tábor szervezője és üzemeltetője az Óbudai Sport és Szabadidő Nonprofit Kft. Jelentkezni a következő elérhetőségeken lehet: **388-9770**, e-mail: **kovacs.borbala@obudasport.hu**.

## Koncert az izombeteg gyermekekért



A Gyógyító József Alapítvány tizedik alkalommal rendezett jótékonyági estet az Óbudai Társaskörben február 9-én. Az eseményen Zorán és zenésztársai adtak nagy sikerű koncertet. A civil szervezet a bevételt az izombeteg gyermekek nyaraltatására fordítja. A nyári táborhely Dunabogdányban lesz, ahol akadálymentesített gyermeküdüiben tölthetnek el egy hetet a családok

## Képernyősök, rádiósok szemtől szemben



Fotók: ANTAL ISTVÁN

Fenti címmel indított új rendezvény-sorozatát az Óbudai Szociális Szolgáltató Intézmény az önkormányzat támogatásával. Az első, február 6-ai eseményen Endrei Judittal, a Magyar Televízió volt műsorvezetőjével beszélgethettek az érdeklődők a Kiskorona Idősek Klubjában

### „Pro Óbuda“-díj adományozása

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzatának Képviselő-testülete az 59/2010. (XII.17.) rendeletével „Pro Óbuda“-díjat alapított.

Az önkormányzat rendelete szerint: a díj annak a magyar, vagy külföldi személynek adományozható, aki Óbuda-Békásmegyer fejlődése, gyarapodása és hírnevének öregbítése érdekében elismerésre méltó, kiemelkedő tevékenységet végzett a gazdaság, a tudomány, a művészet és a kultúra bármely területén.

Évente legfeljebb három díj adományozható élő, vagy elhunyt személynek, illetve szervezetnek.

**A díjazott személyre, illetve szervezetre indítványt tehet:**

- a képviselő-testület bármely tagja;
- az úgynevezett Javaslattevő Testület bármely tagja;
- bármely, III. kerületi lakóhellyel rendelkező választópolgár;
- bármely, III. kerületi székhellyel rendelkező civil szervezet.

A díj adományozására vonatkozó indítványokat az úgynevezett Javaslattevő Testület vizsgálja meg, és az általa tett javaslatot a polgármester terjeszti a képviselő-testület elé.

A „Pro Óbuda“ díj adományozásáról a képviselő-testület 2013 márciusi ülésén dönt.

A díjat a polgármester adja át ünnepélyes keretek között a Kerület



Napja alkalmából rendezett ünnepségen. Ezúton kérem a tisztelt indítványtételre jogosultakat, éljenek a lehetőséggel, és legkésőbb 2013. március 1-jéig tegyék meg indítványukat a „Pro Óbuda“-díjra.

Az indítvány megtételekor legyenek figyelemmel arra, hogy az tartalmazza az ajánlott személy, vagy szervezet érdemeinek, tevékenységének rövid bemutatását.

Az indítványt: a „Javaslattevő Testületnek“ címezve, zárt borítékban, az 1033 Bp., Fő tér 3. I. em. 28. szám címre (szervezési osztály) lehet - ügyfélfogadási időben - benyújtani, vagy postai úton megküldeni.

**Bús Balázs**  
polgármester

### Elektronikus levelezési lista vállalkozóknak

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata kerületi vállalkozók részére elektronikus levelezési listát működtet, melyen keresztül e-mailben értesülhetnek az őket érintő aktuális országos pályázatokról. Amennyiben szeretne rákerülni erre a listára és értesülni a friss pályázati lehetőségekről, írjon a következő e-mail címre: [kiss.nikolett@obuda.hu](mailto:kiss.nikolett@obuda.hu), tel.: 437-8601.

## Jótékonyági est sérült gyermekekért

A Csalogány Est elnevezésű jótékonyági rendezvényre hívják a segíteni szándékozókat február 22-én 17.30 órai kezdettel a Csalogány Gyermekotthonba.

A nagy múltú intézményben 1991 óta 26 tanuló-csoportban, halmozottan sérült gyermekek oktatásával, nevelésével és fejlesztésével foglalkoznak a szakemberek. Az elmúlt évekhez képest jóval kevesebb forráshoz jutottak, a rendelkezésre álló pénzügyi keretből nem tudják biztosítani azokat a programokat, melyek szüksége-

sek lennének feladataik ellátásához.

Anyagi terheik enyhítésére szervezték a Csalogány Estet, melyen fellép Pintácsi Viki előadóművész és a Viki Suli növendékei, Anita, Soltész Rezső, Ondrik János előadóművészek, a Kósza Band együttes, a Csalogány Gyermekotthon növendékei.

A gálaest bevételét az értelmi fogyatékos és halmozottan sérült gyermekek fejlesztésére és nyaralásának támogatására fordítják. (A gyermekotthon címe: San Marco utca 48-50.)

1 % 1 % 1 %



- Kérjük, hogy személyi jövedelemadója 1 százalékának felajánlásával támogassa közhasznú egyesületünk, az **Összefogás Óbudáért Egyesület** közösségépítő és a kerületi rászoruló családokat segítő tevékenységét! Adószámunk: 18151400-1-41. Nagylelkű támogatását előre is köszönjük!
- A **Csillaghegyi Jézus Szíve Alapítvány** köszönetet mond mindazoknak, akik személyi jövedelemadójuk 1 százalékát felajánlották az elmúlt évben az alapítvány javára. A befolyt összeget a nyugdíjasok és hittanosok támogatására, valamint a közösségi ház fenntartási költségeire fordították. Kérjük, aki teheti, ebben az évben is szíveskedjen az alapítványt támogatni, amit előre is köszönnek a kuratórium tagjai. (Adószám: 19023250-1-41.)
- **Magyar Csillagászati Egyesület:** egy százalékot kérünk..., hogy közelebb hozzassuk a csillagokat.... (Adószám: 19009162-2-43.)

A Ház a civil szervezetek aktivitására alapozva szervezi a programokat, amelyek a helyi lakosságnak, leginkább a kisgyermekes családoknak vagy a nyugdíjas korosztálynak szólnak. Az új intézmény alkalmazkodik a piac nyitva tartásához, tehát a programok 10 és 17 óra között látogathatók, szombatonként pedig délelőtt várják az érdeklődőket.

A civil szervezetek pályázat útján kerülhetnek a Házba. Szabad időpontok még vannak, úgyhogy pályázni folyamatosan lehet a *kulturkozpont* @kulturkozpont.hu e-mail címen. A helyiség használata ingyenes, a szükséges minimális feltételeket (bútorok, projektor, vetítővászon, hangosítás, műszaki és szervezői segítségnyújtás) is az OKK biztosítja - tudtuk meg **Lőrincz Edit**-től.

A Ház tavaly novemberi nyitása óta eltelt időben kialakultak már állandó programok. A szervezők azonban várják még az érdeklődők ötleteit, amelyeket figyelembe véve újabb és újabb lehetőségeket kínálnak kicsiknek és nagyoknak egyaránt.

Az *állandó heti programok* között szerepel a *baba-mama fitness mozgás és játék* hétfőnként 10-től 11 óráig. A Szamóca Alapítványnak köszönhetően babák és mamák együtt tornázhatnak egy órán keresztül. Az órán kipróbálhatnak mozgásfejlesztő eszközöket, játékokat, az anyukák még taná-

Programok kicsiknek, nagyoknak, fiataloknak, időseknek

## Civil Ház a Kolosy téri piacon



csokat is kapnak a közös torna keretében.

A *sportpoharak klubba* hétfőnként 16-tól 17.30 óráig várják korhatár nélkül az érdeklődőket. A poharak rendkívül gyors raskosgatása készség- és képességfejlesztő tevékenység kicsiknek és nagyoknak egyaránt.

A *meridián tornára* 3-1-2 kedden 15-től 16 óráig, szerdán pedig 10-től 11 óráig várják mindazokat, akik egészségesen szeretnének élni

akár százéves korukig. A meridián torna ugyanis egy kínai professzorok által kifejlesztett módszer, amely alkalmas az egészség megőrzésére. Az egész testet megmozgató gyakorlatok eredményesen kezelheti a különböző szív- és érrendszeri, emésztőrendszeri, légzőszervi, érzékszervi, mozgásszervi és idegrendszeri problémákat, valamint jótékonyan hat az immunrendszerre is.

Minden nap 12-től 15 óráig *teaház, traccsparti,*

*kártyasarok* várja azokat a főként idősebbeket, akik kötetlen beszélgetés közben szeretnének zenét hallgatni, teázni, recepteket cserélni, kártyázni vagy társasjátékozni.

*Jóóra* hétfőn 15-16, kedden 10-11, csütörtökön pedig 16-17 óra között járhatnak a kerületben lakók.



A testi-lelki felüdülés heti három alkalommal, minden korosztálynak ajánlott. A szorosan vett jogán kívül beszélgetésre is lehetőség nyílik, továbbá étrendi tanácsokat is kaphatnak a résztvevők.

Az *argentín tangó tanfolyam* szerdán 16.30-tól 17.30 óráig tart. Az alapfokú táncoktatásba folyamatosan be lehet kapcsolódni. A tangó a szakemberek szerint nem más, mint az egymásra hangolódás technikája, a zene és a mozgás összehangolása.

Az *angol nyelvű baba-mama klub* csütörtök 10 és 11 óra között várja a kicsiket és szüleiket. Egyszerű verseket, mondókat tanulhatnak a programban,

alapfokú angol szavak használatával.

*Babavilág védőnőkkel* programra jöhetnek pénteken 10 és 11 között az anyukák, akiknek szakértett védőnők segítenek a babákkal kapcsolatos problémák, aggodalmak kezelésében.

A *Kamasztér Alapítvány* pénteken 14 órától várja a fiatalokat, egyedül, illetve szüleikkel. Az alapítvány programjainak középpontjában a tudatosság fejlesztése, a szemléletformálás és az értékek közvetítése áll. A téma minden alkalommal a gondolkodás fejlesztése.

A felelős állattartásról az *Elveszett Állatok Alapítvány* munkatársai gon-

replője *Schäffer Erzsébet* író, a *Nők Lapja* munkatársa lesz.

A *népi kézműves műhely* a Pest-budai Kézműves és Népművészeti Egyesület programja, amelyet minden hónap első és utolsó keddi napján 16 órától rendeznek. *Tüskés Anna* művészettörténész tart diavetítéses előadást *február 26-án 16 órától* „Fonható anyagok a képzőművészetben” címmel. Ezt követően, 17-től 18 óráig szalmafonó foglalkozáson próbálhatják ki képességüket a tette kézügyességüket a tette népi iparművész vezetésével.

Az *Éder István* magyar asztrofotós csillagászati objektumokat megőrkítő felvételeiből rendezett kiállítás *március 1-től júniusig* lesz látható.

Az *Origami Magyar Origami Kör* legközelebbi papírhajtogató rendezvényét *február 19-én 14.30-tól 16 óráig* tartják.

Minden hónap első hétfőjén 11.45 és 12.45 óra között a *Bach virágterápiával* ismerkedhetnek meg az érdeklődők.

A *Visegrádi Négyek - Csehország, Lengyelország, Magyarország és Szlovákia - soros elnöke* idén ismét hazánk. Ezzel összefüggésben a *Civil Házban fotókiállítást rendeznek* „*Homonymus*” címmel. A képek a visegrádi civileket mutatják be - különleges szemzőgből. A kiállítás *február 22-én* nyílik és március végéig lesz látható. (A *Civil Ház* minden programja ingyenesen látogatható.) **domi**



Fotók: ANTAL ISTVÁN

# 300 új, korszerű jegy- és bérletautomata

A Budapesti Közlekedési Központ (BKK) 300 új jegykiadó-automata vásárlására és üzemeltetésére írt ki nyílt közbeszerzési pályázatot a Fővárosi Közgyűlés tavaly decemberi támogató döntése alapján. Ez az elmúlt évtizedek legjelentősebb, az utasok kiszolgálásának színvonalát, a jegy- és bérletvásárlási lehetőségek elérhetőségét javító beruházása. Az automaták üzembe helyezése a tender sikeres lezárása esetén 2013 végétől folyamatosan, ütemezetten egy év alatt zajlik le. Az intézkedés az elektronikus jegyrendszer beruházással összehangoltan, annak első ütemeként történik.

Az újonnan beszerzendő jegykiadó-automaták telepítése révén látványos változást érezhetnek majd a budapesti tömegközlekedés használói. Az új készülékek ugyanis nemcsak külsejükben és méretükben térnek el az eddiektől, hanem funkciójukat tekintve is. Az eddigi korlátozott termékpaletta után a lehető legtöbb típusú díjtermék elérhető lesz: nemcsak jegyet, hanem bérletet is vásárolhatnak majd az utasok a nap 24 órájában működő automatákból.

## Fizetés bankkártyával

Általánossá és teljes körűvé válik a bankkártyás fizetés lehetősége, minden készülék alkalmas lesz az érintésmentes bankkártyás fizetésre is. Emellett természetesen a forgalomban lévő összes magyar bankjegyet és érmét is elfogadják az automaták, de az elfogadható bankjegyek és érmék listája a vásárlás összegétől és a visszajárónak szánt érmék aktuális készletintéjétől függően dinamikusan változhat.

Az új készülékek kialakítása során nagy hangsúlyt fektetnek az akadálymentességre, lehetővé téve, hogy a mozgásukban vagy látásukban korlátozott utasok is igénybe vehessék a gépeket. Korszerű, érintőképernyős felhasználói felülettel, többnyelvű, intuitív menürendszerrel találkozhatnak majd az

ügyfelek. Egyazon tranzakció keretén belül több termék is megvásárolható lesz, ezáltal csökkentve az egy vásárlásra jutó időt.

## Strapabíró készülékek

A masszív, strapabíró kialakításnak köszönhetően látványosan javulni fog a készülékek rendelkezésre állása, legyen szó szélsőséges időjárási körülményekről, avagy rongálókról, hiszen a jegykiadó-automatában található pénzmennyiséget, valamint a gép egyéb alkatrészeit vandálbiztos



Foto: ANTAL ISTVÁN

**A jelenlegi - átlagosan körülbelül 200 automatát magában foglaló - jegykiadóautomata-hálózat műszakilag-technológiailag idejét múlt, átlagos rendelkezésre állása alacsony elsősorban a visszatérő, konstrukciós hibák miatt, így nem tudja fő szerepét, a jegy- és bérletpénztárak tehermentesítését, kiegészítését betölteni**

**Az automaták megtalálhatóak lesznek minden metró- és sok HÉV-állomáson, és a város összes fontos nappali és éjszakai közlekedési csomópontján - ott is, ahol jelenleg nincs jegy- és bérletpénztár, esetleg csak időszakosan van nyitva**

kialakítású burkolat védi az időjárás viszontagságaitól éppúgy, mint az erőszakos behatolási kísérletektől, hasonlóan a bankautomatákhoz. Mivel az automaták infor-

matikai hálózatba kötve üzemelnek majd, a felügyeleti szoftver segítségével állapotuk bármikor, akár távolról is lekérdőzhető, a központi rendszerben ellenőrizhe-

tő, ezáltal a meghibásodott készülékek javítása is felgyorsulhat. A központi vezérlőszoftver nem csupán a távfelügyeletet biztosítja, de naprakész, termékre

és/vagy időpontra vonatkozó részletes statisztikával is szolgál majd. Valamennyi gépen biztonsági kamerák is működnek majd, míg a készülékek belsejében lévő folyadék-elvezető csatornák megóvják a bennük található elektromos berendezéseket a beázástól. Zavar esetén a gépek automatikusan értesítést is küldhetnek majd, így hamarabb kijavíthatóak a jelentkező problémák. Az automaták akkor is képesek lesznek arra, hogy kiszolgálják az ügyfeleket, ha leszakadtak a központi hálózatról, és automatikusan részleges üzemmódba állnak, ha úgy érzékelik, hogy valamelyik moduljuk üzemképtelenné vált.

## Gyorsan javíthatók

A gépek moduláris belső kialakítása lehetővé teszi a különböző modulok cserélhetőségét, gyors javítását és a szükség szerinti folyamatos korszerűsítést. A jegykiadó-automatákból eleinte csak papír alapú jegyeket lehet majd vásárolni, de az elektronikus jegyrendszer további ütemeinek indulásakor a berendezések pusztán a megfelelő modulok cseréjével és szoftverfrissítéssel átalíthatók majd anonim kártyakibocsátásra és egyenleg-feltöltésre is.

## Egyeztetésen a békásmegyeri buszvonalak

**A Budapesti Közlekedési Központ társadalmi egyeztetésre bocsátotta a 143-as, a 186-os és a 243-as autóbussz útvonalának módosítását.**

Békásmegyer nyugati oldalának tömegközlekedési ellátását jelenleg az évtizedek óta közlekedő 143-as és 186-os, a 2008 óta hajnalban és esténként közlekedő, e kettő összevonásából létrejött 243-as,

valamint a szintén a 2008-as hálózat-átalakításkor létrejött 160-as viszonylat szolgálja ki.

A 143-as körforgalmi vezetése miatt a Pusztadombi utca térségében csak egy irányú közlekedés van, így a HÉV-állomástól gyorsan és közvetlenül, míg a HÉV-állomáshoz csak hosszas kerülővel, a Pince köz-  
höz való betéréssel lehet autóbusszal utazni. Ennél jelenleg menetidőben

kedvezőbb a közvetlen irányban történő gyaloglás. Ezen aszimmetrikus ellátás feloldására tervezik a jelenleg oda-vissza azonos útvonalon közlekedő, és a HÉV-állomás felé a 143-assal jelentős párhuzamosságot mutató 186-os járatból szintén körforgalmi jellegű vonalat létrehozni.

A 143-as és 243-as viszonylat útvonal-módosítása a Hősök terén való áthaladást érinti a

szervizút melletti házak terhelésének csökkentése és a Hősök tere jobb kiszolgálása érdekében.

*(A változtatások szakmai részletei, indoklása elolvasható a BKK honlapján a <http://bkk.hu/tomegkozlekedes/tarsadalmi-egyeztetes/csillaghegy-es-bekasmegyer-ejszakai-kiszolgalasanak-modositasa/a-143-as-186-os-es-243-as-viszonylat-utvonalanak-modositasa/cimen> címen.)*



# Buszmenetrendi változások februártól

**Az utasok igényeihez igazodva több, kisebb menetrendi módosítást léptetett életbe februártól a Budapesti Közlekedési Központ a 45-ös, 86-os, 106-os, 169E, 173E, 206-os, 907-es és a 923-as buszok vonalán.**

## 106-os és 923-as

A Békásmegyer H végállomástól 4.05-kor induló és Rómaifürdő H megállóhelyig közlekedő, 923-as jelzésű autóbusz Rómaifürdő H megállóhelytől a 106-os autóbusz vonalán közlekedik tovább a Római úti lakótelep, Varsa utca érintésével az Árpád híd M végállomásig, így közvetlen eljutási lehetőséget biztosítva a hajnali órákban Békásmegyerről az M3-as metró kora hajnali szerelvényeihez.

## 173E

A 173E esti üzemideje az újjalotai végállomástól egy többlet indulással bővül 23.13-kor, így ked-

vezőbb az átszállás a Kőbánya-Kispest M felől érkező M3-as metróról a Buda felé utazó utasoknak a Ferenciek terénél.

## 45-ös és 169E

Az Örs vezér terétől induló 45-ös és 169E jelzésű vonalakon is biztosítanak akadálymentes utazási lehetőséget, alacsonypadlós buszok beszállásával a vonalakra.

## 86-os és 206-os

Az utasforgalmi igényekhez igazodóan változott a 86-os és a 206-os viszonylatok menetrendje is. A 86-os autóbusz vonalán a reggeli és az esti üzemidő módosul: az Óbuda autóbuszgarázs helyett az autóbuszok részben Kelenföld garázsából állnak forgalomba, így ezek a járművek a Vincellér utca megállóhelyről indulnak reggel, és onnan állnak ki a garázsba esténként. A változás értelmében a



4.44-kor induló első, és néhány további kora reggeli járat a Függelenségi park helyett a Vincellér utcai megállóból indul. Később este pedig a Bogdáni úttól 23 perccel bővül az üzemidő: az utolsó járat 23.28-kor indul innen, így biztosítva a csatlakozást az utolsó M2-es metróhoz. A

86-os és 206-os viszonylatok Bogdáni út és Margit híd közötti szakaszon hangolt közlekedése miatt néhány indulási időpont kis mértékben módosult a 206-os vonalon is.

## 907-es

Bővítették az üzemidőt: a 907-es éjszakai

járat menetrendje módosult, a jelenleg a Rudas Gyógyfürdőtől 23.52-kor induló autóbusz a jövőben a Kelenföldi pályaudvarról indul 23.39-kor.

(A megváltozott menetrendeket a [www.bkk.hu](http://www.bkk.hu) oldalon érhetik el az utasok.)

## Felhívás a helyi építészeti-műszaki tervtanácsi tagok kiválasztására

Az épített környezet alakításáról szóló, 1997. évi LXXVIII. törvény 62. § (6) bekezdésének 4. pontja alapján Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata tervezi a helyi építészeti-műszaki tervtanácsról szóló rendelet megalkotását, és 2013. áprilisától a helyi építészeti-műszaki tervtanács működtetését. Várjuk azon építészmérnöki végzettséggel rendelkező, tapasztalt tervezők jelentkezését, akik a helyi építészeti-műszaki tervtanács tagjaként részt kívánnak venni a kerület településképe megőrzésében, javításában.

A tervtanács tagja a településtervezési és az építészeti-műszaki tervezési, valamint az építésügyi műszaki szakértői jogosultság szabályairól szóló, 252/2006. (XII. 7.) Kormányrendeletben meghatározott mesterfokozatú képzésben szerzett szakképzettséggel (korábban egyetemi végzettséggel) és legalább öt éves szakmai gyakorlattal rendelkező természetes személy lehet.

Különös tekintettel várjuk a műemléki értékek, a fővárosi védett és a helyi védett épített örökség védelmével és tervezésével kapcsolatban magas szakmai tapasztalattal rendelkező tervezőket.

A szakmai önéletrajzot és a motivációs levelet a főépítési és várostervezési irodához (1033 Budapest, Hídfő utca 18.) kérjük benyújtani **2013. március 4-ig**. A beérkezett jelentkezéseket a városfejlesztési bizottság értékeli. A bizottság javaslata alapján a polgármester dönt a tervtanácsi tagok kiválasztásáról.

**Bús Balázs**  
polgármester

## Jövőre bevezethetik a bérletkártyát

A Budapesti Közlekedési Központ azt tervezi, hogy jövő nyáron bevezeti a bérletkártyákat, a metrónál és egyes HÉV-állomásokon beléptető kapukat létesít. Emellett nemcsak a bérletek, hanem a jegyek is változnak: lesznek időtartamra szóló jegyek, illetve bankkártyával is fizethetővé válna az utazás. Tervek szerint marad a havi és az éves bérlet, az új rendszer pedig nem jelentené automatikusan a tarifák drágulását. Nemcsak a bérletek, a jegyek is változnának: bevezetik az időtartamra szóló jegyeket, de az még kérdéses, hogy egyórás vagy félórás jegyek lesznek. 2015-2016-ban tervezik bevezetni a bankkártyákkal való utazást. **Sz.**



Fotók: ANTAL ISTVÁN

Egy éve működik a Margit híd díszvilágítása. Az átkelő formája, építési sajátosságai miatt a fényekkel a híd szerkezetét világítják meg, ezáltal a pillérek és a szobrok esténként teljes pompájukban láthatók. A hídon magán, ahol a forgalom halad, korhű lámpaoszlopok bocsátanak fényt a járművekre és a gyalogosokra

**Hírösszefoglaló:** Az egészségre káros mértékben mutattak ki azbesztet abban a Lajos utca 160-162. szám alatt található irodaépületben, ahol a Budakörnyéki Földhivatal is helyet kapott. A károsanyag-mentesítés idejére átmenetileg más helyre költöztették az intézményt és munkatársait.

A Lajos utcai épület harmadik és negyedik emeletére a Nemzeti Rehabilitációs és Szociális Hivatal költözik be, ezért végzik év eleje óta az azbesztmentesítési munkákat. Egyes hírforrások szerint régóta lehetett tudni, hogy a Lajos utca 160-162. szám alatti irodaház bizonyos épületrészeiben a földémből származó az-



Fotó: ANTAL ISTVÁN

besztszemcsék találhatók, amit az 1970-es években tűzvédelmi okokból építettek be az épületbe. Az ingatlanban működő valamennyi bér-

lő, így a Budakörnyéki Járási Földhivatal irodáiban is folyamatosan mérték a levegő azbeszt-szintjét, de az soha nem haladta meg a határérté-

## Azbesztmentesítés a Lajos utcai épületben

# Új helyen a Földhivatal

ket. Egészen néhány héttel ezelőttig. „Biztos, ami biztos alapon“, az esetleges minimális kockázatot is kizárva, néhány hete határoztak a Földhivatal átköltöztetéséről, mely több lépésben történik. Mivel a technika telepítése, valamint a megfelelő feltételek kialakítása időbe telik, a Budakörnyéki

Földhivatal átmeneti ideig a *IX. Könyves Kálmán körút 12-14.* alatt, a *Lurdy Házban* fogadja az ügyfeleket. Az intézmény nagyjából tíz hét múlva foglalhatja el végleges helyét a főváros *XI. kerületében*, a *Karinthy Frigyes utca 3.* szám alatt, ahol már lesz helye az ügyfélszolgálatnak is.

### Új helyszínen az ügyfélfogadás

A Budakörnyéki Járási Földhivatal ügyfélszolgálatára személyes ügyfélfogadást átmenetileg a *1097 Budapest, Könyves Kálmán körút 12-14.* szám alatt található Lurdy Házban kialakított kirendeltségen tart. **Telefonszámok:** 250-2570; 388-7956. **Fax.:** 368-7812. **Weboldal:** [www.foldhivatal.hu](http://www.foldhivatal.hu).

## A világ „legzöldebb“ egyetemei között az Óbudai

Tavaly harmadik alkalommal állította össze az indonéziai Universitas Indonesia a világ „legzöldebb“ egyetemei rangsorát. A környezettudatosság szempontját figyelembe vevő nemzetközi méréretetésben helyet kaptak a hazai felsőoktatási intézmények legjobbjai.

A világméretű UI Green Metric Ranking of World Universities felmérésben ez alkalommal 49 ország 215 egyeteme vett részt. A listára azok a felsőoktatási intézmények kerülhetnek fel, amelyek működésük során érvényesítik a fenntartható fejlődés, a környezet-tudatos intézményműködés szempontjait.

A környezetvédelem, a klímaváltozás, a modern energia- és vízgazdálkodás fontosságára fókuszáló, folyamatosan bővülő listában az Óbudai Egyetem másik három magyarországi egyetemmel együtt kapott helyet. A hazai rangsor élén a Szegedi Tudományegyetem áll, melyet a Debreceni Egye-



tem követ. Az Óbudai Egyetem az előkelő harmadik helyet szerezte meg a rangos versengésben.

Az értékelés során a lista készítői olyan paramétereket vettek figyelembe, mint az intézmény elhe-

lyezkedése, a zöld területek nagysága, a zöld célok érvényesítő egyetemi menedzsment-módszerek elterjedtsége, a hatékony energia- és vízfelhasználás, valamint a hulladékgazdálkodás alkalmazása

az egyes intézményeknél. Az Óbudai Egyetem intézményfejlesztési stratégiájának meghatározó eleme a zöld területek növeletése, a közösségi terek funkcionális átalakítása a kor követelményeinek, a hallgatóbarát környezeti feltételek kialakítása, melynek jegyében újultak meg az épületeket környező parkok, a belső terek. Kialakították a hulladékok szelektív gyűjtési rendszerét, a hulladékgazdálkodás új rendjét.

Az épületek korszerűsítésének egy újabb állomását jelentette az óbudai telephely 9800 négyzet-

méter oktatási és 3200 négyzetméter kollégiumi épületeinek hőszigetelése és nyílászáróinak cseréje. A beruházással a fenntartási költségek csökkenése, a széndioxid kibocsátás mérséklése, valamint az energiaimport függőség csökkentése biztosítható. A Közép-magyarországi régió egyik legnagyobb KEOP pályázati támogatással megvalósult épületenergetikai fejlesztéssel megtakarítható energiahordozó értéke 4930 GJ/év, mellyel mintegy 25-30 millió forint/év kiadáscsökkentés érhető el.

### Gyógyulj C-vitaminnal!

Bár a megfázásnak számos vitamin és gyógynövény elenszere van, a legismertebb még mindig a citrom, illetve a C-vitamin. Titka, illetve rendkívüli hatásossága abban rejlik, hogy a szervezet immunrendszerét erősíti, s ezzel támogatja a betegségek leküzdésében. Ám, ma már azt is tudjuk, hogy például a csipkebogyóban vagy a savanyú káposztában sokkal több C-vitamin rejlik, mint a citromban, illetve a többi citrusfélében. Ugyhogy, aki hatásosabb „gyógyszer” keres, nyugodtan igyon csipkebogyó teát vagy egyen savanyú káposztát. De remek gyógyító még a hársfa, a bodza, a kamilla, a kakukkfű és a lándzsás útifű. Ezekből mind kütűnő teát készíthetünk, amibe szintén csöpögtethetünk citromlevet. De vigyázzunk arra, hogy ne a tűzforró teába öntsük a citromlevet, mert akkor elveszíti vitamintartalmát. Várjuk meg, amíg iható hőmérsékletűre hűl és akkor tegyük bele a citromlevet.

Összeállította: Domi Zsuzsa

**Az Óbudai Egyetem programjában kiemelt helyet foglal el a környezet- és egészségtudatos társadalomszemlélet kialakítása és formálása**



## ÓBUDAI PROMENÁD – A HELY AMI ÖSSZEKÖT!

Megújult környezet, rengeteg zöldfelület, valamint számtalan rendezvény várja az érdeklődőket a Kolosy téren és környékén, a tavaly év végén átadott Promenádon. Az önkormányzat célja egy közösségi tér létrehozása volt, ahol a kerület lakói változatos szórakozási és kikapcsolódási lehetőség között válogathatnak.

Új térburkolat, kibővített zöldfelületek, hangulatos kandeláberek, és a piac épületének stílusos felújítása – ezek a leglátványosabb elemei a közel 900 millió forintos beruházásnak. Utóbbira a korábbi vászontető helyett hőszigeteléssel felszerelt üveges tető került, míg a piactér esúszásgátló burkolatot kapott. A 20 éve épült piac külső és belső homlokzata is megújult, valamint az átalakított emeleten helyet kapott a Civil Ház, számtalan rendezvény helyszíne, amelyet mind a programok szervezői, mind azok résztvevői ingyenesen használhatnak, látogathatnak.

A körülbelül 80 fő befogadására alkalmas teremben többek között kézműves foglalkozás, virágterápiás tanácsadás, angol nyelvű baba-mama klub, és rengeteg egyéb előadás és kiállítás várja az érdeklődőket. Bús Balázs, Óbuda-Békásmegyer Önkormányzatának vezetője a Civil Ház modellértékű, újszerű szerepének bemutatásakor elmondta: „A beruházás egyik kiemelt célja, jelmondata a *Közösséget építünk!*, hiszen a megszerpült

*környezeten túl a tartalmas és hasznos programok lehetnek csak igazán a motorjai a civil élet fejlődésének, virágzásának.”*

Kerületünk polgármestere szerint kézzel fogható igény van a kulturált szabadterei szórakozásra is a Kolosy téren és környékén, amelyhez az önkormányzat többek között ezzel a projekttel biztosítja a feltételeket. A Promenádnak akár több ezer fős rendezvények lebonyolítására is alkalmas, így a kerület hagyományos rendezvényei, vagyis a májusi Óbuda Napja, az Óbudai Nyár, vagy éppen az adventi rendezvénysorozat ettől az évtől már egy újabb helyszínen is várja majd az érdeklődőket. De nem csak a kerületi rendezvényeknek lehet kiváló helyszíne a Promenádnak, a kulturális, gasztrokulturális témájú események szervezéséhez is ideális a megújult Kolosy tér, melynek megújításához az Európai Unió és a Magyar Állam 556 459 569 Ft forrást biztosított.

**BUDAI**  
promenádn



Nemzeti Fejlesztési Igazgatóság  
www.szecsenyiterv.gov.hu  
06 45 4 58 4 39



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósult meg.

Rendet tartanak a Promenádon

## Újabb autókat szállítottak el a 17-es útjából

**A Bécsi út - Nagyszombat utca és a II. kerületi Vidra utca közti szakasz, a 17-es villamos vonala mellett a szabálytalan parkolások miatt leginkább érintett útszakaszok közé tartozik. Két BMW terepjárót is el kellett szállítani a 17-es villamos útjából február 7-én este.**

Épül Óbuda új városközpontja, a Promenádnak, sajnos azonban vannak, akik nem törődnek bele, hogy az építkezés ideje alatt nehezebb parkolóhelyet találni és a környező éttermekbe, klubokba tartva inkább a vil-

amos előtt hagyják az autójukat. A terepjárók egy kellemes vacsora teljes időtartamában, órákon át akadályozhatták volna a villamosok forgalmát - közölte internetes honlapján a Budapesti Közlekedési Központ (BKK) és több internetes lap. Ezért két BMW terepjárót is el kellett szállítani a 17-es villamos útjából február 7-én este.

Mint arról korábban hírt adtunk, a közlekedést akadályozó autók okozta probléma megoldása érdekében összefogott a főváros, a BKK, az FKF Zrt.

és a Katasztrófavédelem. Tavaly december 1-jén munkába állítottak egy speciális gépjárművet, mely elszállítja a közösségi közlekedést akadályozó autókat. A környékre érkezőknek nem árt tudniük, hogy mindig jelen van egy közterület-felügyelő, aki intézkedhet, ha szabálysértést tapasztal, és

aki részletesen dokumentálja az esetet. A szabálytalanul parkoló gépjárműveket a BKK Közút Zrt. Budapest, XVIII. kerületi, Gerely u. 1/A szám alatti telephelyére viszik.

A szabálytalanság sokba kerül. A helyszíni bírság 5 ezer forinttól 50 ezer forintig terjedhet. Eljárás esetén a büntetés elérheti a

150 ezer forintot is. A szabálysértési bírság megfizetése mellett a gépjármű tulajdonosának számolnia kell az elszállítási költségek megfizetésével is, amely jelenleg 20 ezer forint alkalmanként. Ehhez a díjtételhez kapcsolódik még a gépjármű őrzése és tárolása, mely naponta 1200 forint.

## Ékszertolvajokat keresnek

A III. kerületi Rendőrkapitányság nyomozói keresik az alábbi, fotókon szereplő ékszereket, és az azokat eltulajdonító betörőket. A tettesek egy Tavasz utcai

ház széfjéből lopták el az értékes tárgyakat január végén. A rendőrök kéri, aki érdemleges információval tudja segíteni munkájukat, hívja a kapitányság telefonszámát!



FOTÓ: BKK/FACEBOOK.COM

## A Magyar Energia Hivatal felhívása

### Visszaélnek a rezsicsökkentést ellenőrzők nevével

**A Magyar Energia Hivatal fogyasztóvédelmi főosztályához és a rezsicsökkentés végrehajtását ellenőrző munkacsoporthoz több olyan lakossági bejelentés érkezett, melyben fogyasztók azt jelezték, hogy kedvezményes árú villamosenergia-szolgáltatást kínáló ügynökök keresték meg őket a Magyar Energia Hivatalra hivatkozva.**

A Magyar Energia Hivatal, mint a hazai energiapiac szabályozó hatósága, a fogyasztóknak nem szolgáltatást értékesít, hanem kedvezményeket biztosít. A hivatal sem munkatársai, sem megbí-

zott kapcsolattartók útján nem keresi fel a fogyasztókat az otthonukban, nem kéri el számláikat egy, a jelenleginél kedvezőbb konstrukciót ígérve. Senki nem hozott olyan döntést, amelyben ezt kéri az

energiahivaltaltól, illetve a munkacsoport tagjaitól.

A munkacsoport felhívja a lakosok figyelmét, hogy ne engedjék be otthonaikba azokat, akik a Magyar Energia Hivatalra hivatkozva próbálnak értékesíteni bármilyen szolgáltatást! Kéri, ha visszaélést észlelnek, azt jelezzék a 06-80-205-386-os zöldszámmon. (Az információs vonal ingyenesen hívható hétfőtől csütörtökig 8-tól 16, pénteken 8-tól 14 óráig.)

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

## Fizikai és „érzelmi kábítás” haszonszerzésből

## Fiatalok és idősek bűnözői célkeresztben

**Hírösszefoglaló:** két jellegzetes bűncselekménytípust mutattak be a BRFK nyomozói. Bár az egyik kifejezetten a szórakozó fiatalokra veszélyes, a másik pedig az egyedül élő idős férfiakra, mégis van, ami összeköti őket. Egyrészt egyre gyakoribbá váltak 2012-ben, másrészt pedig kellő óvatossággal mindkét típus megelőzhető lenne.

## Az „itatós” rablásokról

Ezekben az esetekben szórakozóhelyekről hazainduló jókedvű fiatalokat itatnak öntudatlanra az elkövetők. Jellemzően előbb leszólítják, majd rövid barátkozás után alkohollal kínálják őket, amiben korábban Dormicumot oldottak fel. Ez a fajta gyógyszer vényköteles nyugtató, alkohollal keverve öntudatlan állapotot, hányást és légzési nehézségeket is okozhat. Bár a tettesek célja csupán az öntudatlanság előidézése, és a gyanútlan fiatal kirablása, ennek a háromnak a kombinációja okozhat akár halált is. Mint ahogy volt rá példa tavaly márciusban is, amikor egy fiatalot találtak holtan Orczy utcai otthonában. Először nem merült fel bűncselekmény gyanúja, a boncolás végül alkohol és Dormicum jelenlétét mutatta ki a halott vérében. A rendőrség ezután



FOTO: SÁNTA BALÁZS

nyomozni kezdett, és több hasonló esetet is találtak, idén januárban pedig letartóztatták az elkövetőt, aki beismerte tettét.

A rendőrség jelenleg négy embert gyanúsít az eddig feltárt öt „itatós” bűncselekmény elkövetésével. Viszont továbbra is várják azoknak a fiataloknak a jelentkezését, akiket tavaly raboltak ki hasonló módon, de akkor nem tettek feljelentést. A nyomozók arra kérik a szórakozni induló fiatalokat, hogy ne fogadjanak el semmilyen italt ismeretlenektől és ne csak a szórakozóhelyeken, hanem hazafele is figyeljenek egymásra.

## „Öregezés”

A másik bűncselekménytípus olyannyira

természetesen nem új, jellegzetességeiben a korábbi „markecoláshoz” és „gagyizáshoz” hasonlít.

Ezeket a bűncselekményeket jellemzően idős, egyedülálló férfiak ellen követik el. A piacokon és egyéb nyilvános helyeken ismerkednek velük össze fiatalabb nők, akik szexuális együttét ígéretével keltek fel az idős férfiak érdeklődését. A szex lehetőségét általában végig csak lebegtetik, de közben más módszerekkel férköznek a magányos férfiak bizalmába: főznek, mosnak, a gondoskodás látszatát keltik. A kezdeti időszak után hamar elkezdnek pénzt kérni a férfiaktól, kez-

detben csak a kiadásokra, később azonban már a saját céljaikra is. Ha nem kapnak eleget, elkezdnek lopni, idővel pedig akár erőszakkal is elveszik azt, amit kinéznek maguknak.

Az egyedül élő, idősebb férfiaknak „érdemes élniük a gyanúperrel”, és óvatosan ismerkedniük a náluk 30-40 évvel fiatalabb nőekkel, mert náluk nem biztos, hogy a szerelem jelenti a fő motivációt.

A nyomozók mindkét esetben fokozott elővigyázatosságra kérték a lakosságot. Hogyha bárki ezekhez hasonló gyanús jelenségeket észlelne, értesítse a rendőrséget!

Sz. Cs.

## Nem árt az óvatosság a hegyvidéki részen

## Falkába verődött kutyák

**Számos bejelentés érkezett a Háromhegyek Közhatalnok Egyesülethez kutyafalkák megjelenéséről az Aranyhegy környékén.**

Az ebek falkaként viselkednek, inkább játszva támadnak autókra, gyalogosokra, a „csorda-szellem” kiszámíthatatlansága miatt azonban a civil szervezet lakossági kérésre felvette a kap-

csolatot Óbuda-Békásmegyér Közterület-felügyeletével, melynek munkatársai többször ellenőrizték a hegyvidéki részen kóborló kutyákat. Akcióik során több kóbor ebet befogtak, így remélhetőleg nem kell tartani az állatok támadásától. A kutyatulajdonosoknak tanácsos ügyelni arra, hogy a kóbor állatok ne juthassanak be az

udvarukba, mert a házi kedvencet a túlerő legyőri, bármilyen fajtáról legyen is szó. A falkába verődött kutyák ápoltak, egészségesek és jól tápláltak, látszik, hogy gazdájuk gondoskodik róluk, „csupán” arról nem, hogy otthon maradjanak. Érdemes óvatosnak lenni, mert az ebek nagytestűek, erősek és a falka miatt megbízhatatlanok!



FOTO: HÁROMHEGYEK.HU

## Ne hagyjunk értéktárgyat az autóban!

Az elmúlt időszakban több gépkocsi-feltörés történt az EuroCenter parkolójában. A kerületi rendőrkapitányság ezúton hívja fel a lakosok figyelmét arra, hogy bárhol parkolnak autójukkal, a vásárlás ideje alatt se hagyjanak értékeket a gépjárműben, lehetőleg a csomagtartóban sem! Az autófeltörésre szakosodott tettesek ugyanis kifigyelik későbbi áldozatukat, és egy-két perc alatt visznek mindent, amit találnak. Fokozottan figyeljenek értéktárgyaikra, a későbbi kellemetlen „meglepetések” elkerülése érdekében!

Az oldalpárt összeállította Szeberényi Csilla

A kép készítése óta a kutyák felnőttek, megerősödtek



## Óbudai Kulturális Központ

1032 Budapest, San Marco utca 81.  
telefon, fax: 388-2373, 388-7370  
www.kulturakozpont.hu

Február 21. csütörtök 17.30

Művészettörténeti előadássorozat (Ingyenes.)

Február 24. vasárnap 10.00

Családi vasárnapok – Hangszercsodák – A romantika

Február 24. vasárnap 17.00

Sirtos görög táncház

Március 1. péntek 19.00

A humor nagyjögyűlé – Kabos Gyulára emlékezünk

Március 3. vasárnap 10.00

Családi vasárnapok – A teheterőn méhecske – Habakuk

Bábszínház, játszóház

Március 3. vasárnap 17.00-21.00

Sirtos görög táncház

## Akusztikus dallamok

Izgalmas élmény vár a közönségre március 9-én 20 órakor az Óbudai Kulturális Központban, ahol Péterfy Bori és a Love Band ad koncertet.

Az öt éve alakult formáció stílusát tevékenyen alakítja a tehetséges színésznő-énekesnő, aki a dalszövegek írásából is kiveti a részét. S bár ő maga sohasem hozakodik elő a felmenőkkel, a genetikának ebben biztosan szerepe van,



hiszen a nagyszülők, dédszülők között olyan elismert költők, írók és előadóművészek sorakoznak, mint Áprily Lajos, Jékely Zoltán, Jancsó Adrienne. Péterfy Bori pályája remek bizonyíték arra, hogy a tehetség utat tör magának. Bár a Színházművészeti Főiskolán kétszer is sikertelenül felvételizett, az álma nem adta fel és számtalan színházban játszva tanulta meg a mesterséget, mégpedig olyan sikeresen, hogy 2008-ban, a Nemzeti Színház színházművészeként megkapta a Magyar Köztársasági Érdemrend lovagkeresztje kitüntetését.

Zenekarának az elmúlt öt évben 4 lemeze jelent meg, köztük egy akusztikus verzió, amely a koncert gerincét adja majd. Az est vendége Császári Gergely lesz, aki akusztikus gitáron játszik és énekel.



## Magyar Máltai Szeretetszolgálat

tel.: 06-30/456-0117, www.maltai.hu,  
e-mail: budapest@maltai.hu

A program a honlapon megtekinthető.

## Térszínház

1033 Budapest, Fő tér 1. Telefon/Fax: 388-43-10, www.terszinhez.hu  
Jegyrendelés a terszinhez@gmail.com e-mail címen vagy Szamosvári Gyöngyvérnél a +36-30 391-9765-ös mobilszámon

Február 22. péntek 19.00

Csurka István: Irószövegségek harca – főpróba

Február 23. szombat 19.00

Csurka István: Irószövegségek harca – bemutató!

További előadások: február 24., 26., 27., 28. 19.00



## Békásmegyeri Községi Ház

1039 Budapest, Csobánka tér 5.  
telefon, fax: 243-2432, 243-2433  
www.kulturakozpont.hu

Február 20. szerda 18.00

Művészletek – életművészek – Weszely Ernő

Február 23. szombat 19.00

Magyar Bud Spencer & Terence Hill Fan Klub

Február 24. vasárnap 15.00

Kerecsenfészek

Február 26. kedd 18.00

Lélegkondozó fórum (Ingyenes.)

Március 1. péntek 18.00

Színházi kulisszák mögött – Márkus László (Ingyenes.)

Március 2. szombat 8.00-13.00

Bababörze

Március 4. hétfő 18.00

Asztrológia klub – Karma a horoszkópban. Mire jó az asztrológia? (Ingyenes.)

## Kedvencek párosban

Úgy tűnik, elnyúlhatatlan a Bud Spencer – Terence Hill páros, mert ennyi év után is népes rajongótábor tudhatnak maguk mögött.



*Spencer Hill Magic Band*

WWW.SPENCERHILLMAGICBAND.HU

Míg kezdetben a mozik teltek meg a nevük hallatára, majd videókn, DVD-n gyűjtötték lelkesen a velük készült filmeket, mára valóságos iparágá vált a rajongás. Követők bejárják az internet minden szegletét, hogy újabb információval gazdagodjon a gyűjteményük és klubokban cserélnek filmeket, híreket.

Február 23-án 19 órakor pedig Békásmegyeren adnak egymásnak randevút, ahol a Spencer Hill Magic Band ad koncertet és a Bud Spencer & Terence Hill Fan Klub segítségével idézik meg a máig népszerű párost. Az estét kvízzjátékok, vetítés teszi teljessé és a menü mi is lehetne más, mint hagymás bab. S aki Fortuna kegyellje, az nemcsak élményeket, hanem 2 fős velen-céi utat, és pótlókat is nyerhet.

## Csillaghegyi Polgári Kör Egyesület

1039 Budapest, Mátyás király út 11-17.

Minden szombat reggel 6.30-12.00

Óstermelei Piac (a TIC parkolóban)

Minden szerdán 9.00-10.00

„3 1 2 meridán gyógytorna” Dr. Eöry Ajándok tanítványával

Minden hónap második csütörtökén (09.13., 10.11.): 18.00-19.00  
Ingyenes jogi és építészeti tanácsadás, a tanácsadásra be kell jelentkezni: 06-70/967-1493

02. 20. szerda 18 óra Csillaghegyi Találkozó

KÖR (Korszakváltók Őko-logikus Rendje) előadássorozata 4.

A téma független a sorozat előző előadásaitól!

Előadó: Balogh Béla (metafizikus, spirituális energiagyógyító)

A szeretet törvénye, utak és útvesztők.



## Csillaghegyi Közösségi Ház

1039 Bp. Mátyás király út 11-15.  
tel./fax: 240-0752  
mobil: 06-30/523-0454  
www.kulturkozpont.hu

Február 18. hétfő 9.30

Csillagbárium – Fábián Éva mesél

Február 23. szombat 14.00

Népek napja – Észtország (Ingyenes.)

Március 1. péntek 19.30

Zenei klub – Dolhai Attila

Március 2. szombat 10.00-18.00

Gyapjú nap

## Népek Napja – Észtország

Távol rokonainkkal ismerkedhetünk február 23-án délután Csillaghegyen.

Ezúttal is Dr. Tóth József előadása alapozza meg az ismereteinket az észtekről. A legkisebbek észti mesét hallgathatnak, a felnőttek pedig a Kalevala kórus előadását, majd a Ballikum együttes táncháza forrósítja fel a hangulatot. Vendégeinknek könnyű dolguk van, mert a hagyományörzésről, a dallesztvélőkről és kulturális rendezvények sokaságáról híresek. Az észti tájat látványos légifotókról csodálhatjuk meg, de nem marad el a filmvetítés sem.



Az pedig legyen meglepetés, hogy az észti specialitásokból – véres hurka, véres palacsinta, füstölt pisztráng – mit kóstolhatunk meg, s hogy jut-e a kávénkba, pezsgőnkbe Vana Tallin, vagy csak Saku és Saare sört kortyolhatunk?



## Óbudai Kulturális Központ Civil Ház

1036 Budapest, Kolosy tér 2.  
mobil: 06-30/247-4819  
www.kulturkozpont.hu

A programok ingyenesen látogathatók.

Állandó heti programok:

Teaház, traccsparti, kártyasarok naponta 12.00-15.00

Baba-Mama fitness mozgás és játék hétfő 10.00-11.00

Sportpoharak klub készség és képességfejlesztő klub korhatár nélkül hétfőn 16.00-17.30

Etka Jóga hétfő 15.00-16.00, kedd 10.00-11.00, csütörtök 16.00-17.00

Meridián torna 3-1-2 kedd 15.00-16.00, szerda 10.00-11.00

Argentín tangó tanfolyam szerda 16.30-17.30

Babamama klub angol nyelven is csütörtök 10.00-11.00

Babavilág védőnőkkel péntek 10.00-11.00

Kamasztér Alapítvány péntek 14.00-17.30 Játék és gondolkodás

Elveszett Állatok Alapítvány foglalkozásai a felelős állattartásról szombat 10.00-13.00

Február: Kutyaságok, március: Nyuszi hopp!

Havi programok:

Homonymus kiállítás megnyitó február 22. péntek 17.00

Vendégsarok: Schäffer Erzsébet író-olvasó találkozó március 7. csütörtök 17.00



Origami Magyar Origami Kör február 19. / március 21. 14.30-16.00

Csillagászati kiállítás / Magyar Csillagászati Egyesület március 1-től júniusig.

Népi kézműves műhely minden hónap első és utolsó kedd délutánján 16.00

Bach virágterápia minden hónap első hétfőjén 11.00-12.00

## Felhívás – Szalézi centenáriumi 2013



A Don Bosco Szaléziák magyarországi letelepedése 100. évfordulója alkalmából, az Óbudai Segítő Szűz Mária szalézi lelkészség is szeretné saját történelmét feltárni és jobban megismerni. Ezért gyűjtést szervez, hogy múltját a lehető leghitelesebben tudja a felnövő nemzedék és a mindenkor szalézi család számára megmutatni.

Kérjük, hogy akiné birtokában van bármilyen, az Óbudai Szaléziák tevékenységéhez, a „Senki fia” társasághoz vagy Fischer Ágoston személyéhez kapcsolódó fénykép, egykori szalézi kiadvány vagy személyes tárgyi emlék, képeslap, levél, s egyéb írásos dokumentum és eredetiben vagy másolatban rendelkezésünkre bocsátaná, az jelentkezzen 9-17 óra között a Szalézi Ifjúsági Irodában (Bécsi út 175.) vagy a következő elérhetőségek valamelyikén: +36-20-823-33-66 vagy szalaziakobuda@gmail.com. Hálás szívvel fogadunk minden szaléziához kötődő emléket, szóbeli történetet is.

Közösülettel, P. Tran Sy Nghi Ferenc SDB. kapcsolataigazgató 2013. Don Bosco ünnepén

## Aquincumi Múzeum

1031 Budapest, Szentendrei út 135., Tel.: 250-1650, www.aquincum.hu

Műtárgymesék – Fővárosi régészeti értékeink másképp 2012. október 12 – 2013. szeptember 29.

# 1%



Köszönjük, hogy adója 1%-al Ön is hozzájárul, hogy meg szívesebbé, tartalmasabbá tehesük kínálatunkat, és továbbra is számítaink ingyenes programjaink kedveskedésére.

Az Önöktől kapott ösztöndíjakat is köszönhetjük, hogy szépíthetünk a környezetet, kényelmesebb körülményeket teremthetünk a látogatók számára, és folyamatosan bővülő kínálatot biztosíthatunk minden körzetünknek.

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

Adószámunk: 14409158-2-41



## Fővárosi Képtár

### Kiscelli Múzeum

1037 Budapest, Kiscelli utca 108.

Információ: 3887-817, [www.otmfk.uif.hu](http://www.otmfk.uif.hu)

#### TEPLOMTÉR: Koronczl

Endre Ploubuter Park

videó installáció. 2013.

Január 31–március 10.

ORATÓRIUM: Levendel-

gyűjtemény (Jakovits

József szobrai) 2012. dec-

ember 6–március 3.

## Magyar Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeum

1036 Budapest, Korona tér 1. (volt Dugovics Titusz tér 13-17.)

Tel.: 375-6249, [web: www.mkvm.hu](http://www.mkvm.hu)

Nyitva: hétfő kivételével minden nap 10-18 óráig

A múzeumi belépőjeggyel az összes kiállítás megtekinthető! Jegyár:

800 Ft, kedvezményes: 400 Ft, családi jegy: 1500 Ft

#### Állandó kiállítások

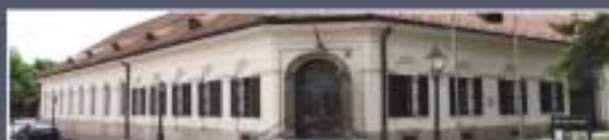
„Nekem soha nem volt otthonom...” – Krúdy Gyula budapesti életének színtere. **Reklámtablák, Látványraktár**

Időszakos kiállítások:

„En elmentem a vásárba...” – Vásár, piac, sokadalom 2013. március 17.

Édes dinasztia – az Augustus cukrászda története 2013. március 3.

A megváltott belépőjegy teljes ára elfogyasztható az Augustus cukrászdában március 3-ig! Részletek a múzeum recepcióján.



III, Kiskorona u. 7.

Telefon: 250-0288

[www.obudaitarsaskor.hu](http://www.obudaitarsaskor.hu)

[www.jegymester.hu](http://www.jegymester.hu)

Február 18., hétfő 19 óra

### „ÉN VERDI VAGYOK, S TE WAGNER” I.

A Verdi- és Wagner-bicentenárium alkalmából



Ardó Mária – szoprán

Kiss B. Atilla – tenor

Harazdy Miklós – zongora

Szersén Gyula színművész

Szerkesztő, műsorvezető:

Baranyi Ferenc

Verdi fiatalkori dalműveivel a forradalmi lángot szította a Risorgimento legforróbb évtizedében, míg Wagner tevékenyen is részt vett a drezdai felkelésben 1849 tavaszán.

Belépőjegy: 1800 Ft, diákjegy: 900 Ft

A Nemzeti Kulturális Alap támogatásával



Február 22., péntek 19 óra

### A SZKALLA LÁNYOK

Örkény István Macskajáték című

kisregénye alapján színpadra

alkalmazta: **Berényi Gábor**

Erzsi: **Béres Ilona**, Giza: **Tordai Teri**

Belépőjegy: 2500 Ft,

senior és diákjegy: 1250 Ft

A Nemzeti Kulturális Alap támogatásával



Február 25., hétfő 19 óra

### MOZARTTÓL RICHARD STRAUSSIG



Csordás Klára – ének

Csik Laura – zongora

Chopin, Grieg, Mozart és Richard Strauss művei eredeti nyelven

Belépőjegy: 1400 Ft, diákjegy: 700 Ft



Február 28., csütörtök 19 óra

### KORTÁRSAINK KÖRÉBEN I.



BUDAPESTI VONÓSOK

Művészeti vezető: **Botvay Károly**

Hangversenymester: **Pilz János**

**Tóth Kristóf** – hegedű

**Szitka Rudolf** – klarinét

Vezényel: **Kovács Zoltán**

Dubrovay László, Kovács Zoltán, Szokolay Sándor és Tóth Péter művei

Belépőjegy: 1500 Ft,

senior és diákjegy: 750 Ft

Az Artisjus támogatásával

Március 1., péntek 19 óra

### A ZONGORÁNÁL: DARVAS FERENC

A téli hónapokban Darvas Ferenc ismét eljön a Társaskörbe, lehet megint köré ülni, hallgatni régi dallamokat, slágereket, történeteket, és lehet vele dúdolni a kedvenceket.

Belépőjegy egységesen: 1000 Ft

Március 4., hétfő 10 óra

### NYILVÁNOS PRÓBA AZ ANIMA MUSICAE KAMARAZENEKARRAL

Művészeti vezető: **G. Horváth László**

Ingyenes belépők igényelhetők a Társaskörben.

### A FOTÓZÁS ALAPJAITÓL A DIGITÁLIS FÉNYKÉPEZÉS TECHNIKÁJÁIG

Tíz előadásból és három fotósétából álló

**FOTÓTANFOLYAM** indul

2013. február 19-től,

keddi napokon 17 órakor

A tanfolyam díja: 16000 Ft

Részletes felvilágosítás és előzetes

bejelentkezés a 250-0288 telefonszámon.

Kellő számú jelentkező esetén beiratkozás február 19-én 10 órától a helyszínen

ÓBUDAI TÁRSASKÖR GALÉRIA

### FAUFÓ

**Szász György** szobrászművész

kiállítása

Megtekinthető február 6-tól március 3-ig

hétfő kivételével naponta 15-19 óráig

A Nemzeti Kulturális Alap

támogatásával





## Óbudai Platán Könyvtár

1037 Budapest, Arató Emil tér 1.

(bejárat a Kadóska utca felől)

Tel.: 439-0936, web: [www.platankonyvtar.hu](http://www.platankonyvtar.hu)

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



### Így szerettek ök

Magyar irodalmi szerelmeskönyv – Nyáry Krisztián könyvbemutatója az Óbudai Platán Könyvtárban

2013. február 19-én 17 órakor.



### Haiku-hajtások

a Pécsi Origami Kör kiállítását az Óbudai Platán Könyvtárban

2013. február 26-án 17 órakor.

megnyitja: Prof. Dr. Vihar Judit műfordító, egyetemi tanár

megtekinthető: 2013. március 19-ig.



### Irodalmi kakaóház

Kivirágzik a platánfánk – játékos író-olvasó barátkozó Bosnyák Viktóriával

Amikor kivirágzott a fánk fánk o. kötet képei között virtuális kiállításon barangolunk. Vetítés, nevetés, dalolás...

8 éves kortól ajánljuk

2013. március 2-án 11 órakor

Az Óbudai Platán Könyvtár Betűkből születem sorozatának tárogatója az NKA.

Minden érdeklődőt szeretettel várunk.

A programokra a belépés ingyenes.

## Kassák Múzeum

1033 Budapest, Fő tér 1., tel.: 368 7021, [www.kassakmuzeum.hu](http://www.kassakmuzeum.hu)

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

Nyitva tartás: szerda-vasárnap 10.00-17.00

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

Időszakos kiállítás: **Jeremy Deller: Az orgreave-i csata** (Kö egyet sért, mindenkit sért). 2001. 2012. november 24 – 2013. március 3.

**Design! Red dot díj 2012**

2012. november 24 – 2013. március 3.



Programjaink: **Szubjektíven Kassákról.** Meghívott vendég: Harcsa Veronika. Időpont: 2013. február 20. szerda, 17.00

## Polaris Csillagvizsgáló

1037 Budapest, Laborc u. 2/c.

[www.polaris.mcse.hu](http://www.polaris.mcse.hu)

### Kulin György Csillagászati Szabadegyetem

Kedd esténként 19 órakor várjuk az érdeklődőket előadásainkon, melyekben régmúlt korok és napjaink új csillagászati eredményeiről hallhatunk előadásokat hazánk legjobb ismeretterjesztőitől, amatőr és hivatásos csillagászeitól. Derült idő esetén az előadásokat távcsöves bemutató követi. Belépődíj: 600/400 Ft.

**Február 19.** 440 éve született Nikolausz Kopernikusz (Mészner Attila)

**Február 26.** 2013: az üstökösök éve (Sárnecky Krisztián)

**Március 5.** Jetek, kvazárak, gravitációs lencsék – a mélyég-objektumok ismeretlen világa (Sánta Gábor)

**Csillagászati szakkörök a Polarisban:** csütörtökönként szakkör középiskolásoknak, szerdánként gyermekszakkör (8-12 évesek); szombaton (váltakozó időpontban) észlelőszakkör kezdő távcső-tulajdonosoknak.

**Az év legérdekesebb csillagászati jelensége:** február 15-én este a 40–50 m átmérőjű 2012 DA14 jelű kisbolygó 0,00023 CSE-re, azaz 34 ezer km-re megközellt bolygónkat.

## Óbudai Múzeum

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

[www.obudaimuzeum.hu](http://www.obudaimuzeum.hu), [titkarsag@obudaimuzeum.hu](mailto:titkarsag@obudaimuzeum.hu)

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

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



### „Óbuda – Egy város három arca” - az Óbudai Múzeum állandó kiállítása.



Az interaktív elemekkel gazdagított tárlat Óbuda történelmének három jelentős korszakát, három egymástól markánsan elkülöníthető arcát, a középkori királyi, királynői székhelyet; a Zichy korszaktól a szanálásig tartó kort, valamint a város mai arcát, a panelvilágot eleveníti meg. A kiállítási egységeket a macskaköves óbudai utca köli össze.



### MEGHOSSZABBÍTVAI!

„Óbudára nézve nagy változás állt be”

- Harrer Pál és a várossegység kora

A múzeum időszakos kiállítása Óbuda egyik jelentős korszakába vezet vissza a látogatót. Harrer Pál életén és munkásságán keresztül mutatja be a III. kerület fejlődését a várossegységtestől egészen az 1910-es évek elejéig. 1873-ban Harrer Pál polgármesterként képviselte a Pesttel és Budával fővárossá egyesülő Óbuda érdekeit a várossegységtest megelőző tárgyalásokon, majd szenttanója volt a városrész életében bekövetkező változásoknak.

A kiállítás megtekinthető: 2012. május 4.- 2013. február 28.

## Symbol Art Galéria

1036 Budapest, Bécsi út. 56.

Asztalfoglalás: [info@symbolbudapest.hu](mailto:info@symbolbudapest.hu), 06-30/748-4050



### Február 23. szombat 19.00

„Jól festenek” című kiállítás megnyitóját és azt követő dívalperformanszt. Kiállító művészek: Almásy Otilia Rita, Arányi Nóra, Bárdosi Katinika, Gazdag Ágnes, Kucsora Márta, Mészáros Bori, Naomi Devil, Papageorgiu Andrea, Podmaniczky Ágnes, Sipos Barbara, Szabó Franciska, Verebics Ági

A kiállítást megnyitja: Feledy Balázs művészeti író  
Ötletgazda: Kárpáti Tamás, Divatterv: Fufavi Lilla

Közreműködik: Bíró Eszter, Gerendás Péter és a Sütő Enikő Modelistúdió

A kiállítás megtekinthető: 2013. március 2-ig, naponta 12-19 óráig. A kiállítás és a műsor támogatója a Nemzetközi Pető Intézet, Budapest. Támogató: Tőrekí Művésztelep

## Számoljunk le a tévhitekkel

# Tudatosan a daganatos betegségek ellen



**Számoljunk le a tévhitekkel – ez volt az idei alapgondolata a február 4-i rákellenes világnapnak. Ennek jegyében voltak jelen a Szent Margit Rendelőintézetben 10-től 16 óráig Budapest Főváros Kormányhivatala (BFKH) Népegészségügyi Szakigazgatási Szerve és Budapest II. Kerületi Népegészségügyi Intézetének munkatársai. A szakemberek a rendelő látogatóinak figyelmét hívták fel arra, hogy mindannyiunk kezében vannak eszközök a daganatos betegségekkel szemben.**



- Sokan még mindig nem hiszik el, hogy igenis tehetünk a daganatos betegségek megelőzése érdekében. Mi támasztja alá ezt a ma már egyre többször hangoztatott kijelentést? - kérdeztük dr. Cornides Ágnes, Budapest Főváros Kormányhivatala Népegészségügyi Szakigazgatási Szerve Egészségnevelési és szűrési koordinációs osztályának vezetőjét.

- A vizsgálati eredmények, amelyek azt mutatják, hogy a dohányzás mellőzése, a zöldségben, gyümölcsben gazdag és zsírban szegény táplálkozás, a rendszeres fizikai aktivitás - ami legalább napi fél órás tempós gyaloglást jelent -, az elhízás elkerülése, a legfeljebb mértékletes alkoholfogyasztás, valamint a tartós stressz oldása, megfelelő kezelése a daganatok kialakulása ellen hat. Az ilyen életmódot folytatók körében mintegy harmadával kevesebb daganatos betegséget észlelnek. Nem árt tehát észben tartanunk, hogy ugyan egészségünket fele-

résben valóban öröklött tulajdonságaink, környezetünk minősége és az egészségügyi ellátás színvonala határozza meg, de a másik felét kézben tarthatjuk, hiszen az már életmódunk függvénye.

- A másik tévhit: a legtöbben még mindig úgy gondolják, hogy akinél egyszer rákot diagnosztizálnak, az menthetetlen...

- Szerencsére ez az állítás sem igaz ma már! Számos daganat gyógyítható, illetve jól kezelhető. Ennek feltétele azonban, hogy idejében felfedezzék. Ezért rendkívül fontos a részvétel az ajánlott szűrővizsgálatokon. A 45-65 éveseknél elengedhetetlen a kétévenkénti emlőszűrés, 25 éves kortól a méhnyakszűrés legalább három évente (ezekre meghívólevelet kapnak az érintettek), és 50 éves kor fölött a vastagbélvizsgálat lehetőségének megbeszélése a háziorvossal. A megelőzést segítő életmód és a szűrővizsgálatok mellett a harmadik védvonalunk, ha odafigyelünk testünk jelzéseire. A

mindannyiunk számára jól vizsgálható szervek rendszeres áttapintásával, megtekintésével (emlő, here, bőr), vagy egyéb módon észlelt elváltozásokkal (köhögés, széklet/vizeletürítési rendellenesség, vérzés, váladékozás), ha azok két hét elteltével sem múlnak el, forduljunk orvoshoz.

- Hogyan fogadták az emberek a figyelemfelhívást február 4-én a rendelőintézetben?

- A rendelőintézetet ebben az időszakban mintegy ezer látogató kereste fel, és feltételezem, hogy a földszinten elhelyezett öt tanácsadó helyünk közül legalább egyvel mindenki közelebbi kapcsolatba került. Volt, aki csak a tekintetét emelte a kiállításainkra, volt, akivel néhány szót, másokkal hosszabban tudtak beszélni munkatársaink.

Abban bízunk, hogy sokak fejében sikerült egy kicsi gondolatot elültetni: egészségéért felerészben mindenki maga felelős. Ha valaki először csak egy dolgon tud változtatni, azt ajánlom, az a mindennapi rendszeres testmozgás legyen.

**Domi Zsuzsa**



## EGÉSZSÉGES EZÜSTKOR

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

## SZÍVÜNK BETEGSÉGEI

**Előadó: Dr. Tóth Levente**  
Kardiológus szakorvos

**Időpont: 2013. február 27. 14:30**

**Helyszín: Kiskorona utcai Idősek Klubja**  
1038 Budapest, Kiskorona u. 3.

Az előadásra a belépés díjtalan.



**ÓBUDA**  
a gondoskodó város

**Szent Margit**  
Rendelőintézet



Fotók: ANTAL ISTVÁN

## Farsangi mulatságok 100 éves köszöntése



Fotók: ANTAL ISTVÁN



**Kassai Lászlóné február 12-én töltötte be 100. életévét. Az önkormányzat nevében Bús Balázs polgármester köszöntötte az idős hölgyet**

Karneváli hangulatban búcsúztatták a telet az Óbudai Szociális Szolgáltató Intézmény klubjaiban, melyekben a hagyományoknak megfelelően idén is megtartották a farsangi mulatságokat. Január közepe és húshagyó kedd között nyolc idősök klubjában és a Derús

Alkony Gondozóházban ünnepeltek a nyugdíjas klubtagok. Az operett részletekből, kedvelt slágerekből összeállított vidám műsort a jelmezesek felvonulása követte, majd következtek az ízletes ünnepi falatok és az elmaradhatatlan szalagos, farsangi fánk.

### Cukorbeteg klubja

„A cukorbeteg láb szövődményei” címmel dr. Őry Iván diabetológus főorvos tart előadást február 21-én 15 órai kezdettel a Békásmegyeri Cukorbeteg Klubjában, a Boldog Özséb Plébánia emeleti nagytermében. (Cím: Lékai Bíboros tér 8-10.)

## Új fényterápiás kezelés a bőrgyógyászatban

**A Vörösvári úti szakrendelő bőrgyógyászatára új fényterápiás berendezés érkezett. Az úgynevezett szűk spektrumú UVB készülékkel a teljes testfelületen végezhető fototerápiás kezelés.**

A műszer 311 nanométeres UV fénycsövekkel sugarazza be a beteg bőrfelületet. A készülék nagy előnye, hogy vízszintesen fektethető, így akár mozgáskorlátozott személyeknél is eredményesen

alkalmazható. Az orvosi berendezés terápiás célú, barnításra nem alkalmas.

A bőrgyógyászat Krónikus Bőrbetegség Ambulanciája minden szerdán 10-től 12 óráig várja a pikkelysömörben, atópiás dermatitiszben és krónikus ekcémában szenvedő pácienseket, minden esetben előjegyzéssel. Ezek a betegségek gyakran feltűnő bőrtünetekkel járnak, így akár az életminőséget is befolyásolhatják. 2013 február közepétől a pik-

kelysömörös és atópiás dermatitiszes betegeknek a gyógyszeres kezelés mellett, kiegészítő fényterápiás kezelésre lesz mód az új készüléknek köszönhetően.

A kezelés 20 alkalommal történik, amelyet heti 3 alkalommal javasolnak a páciensek számára. A fényterápiás kezelés ellenjavallt fényérzékenység esetén és bizonyos fényérzékenyítő gyógyszerek szedése mellett. Összességében a fototerá-

pia kítűnően alkalmazható nagy kiterjedésű bőrbetegségek esetén, ahol a

gyógyszeres kezelés önmagában már nem hatékony.

### Előjegyzés szakrendelésekre

A szakrendelésekre előjegyzés kérhető e-mailben az [elojegyzes@obudairendelok.hu](mailto:elojegyzes@obudairendelok.hu) címen, telefonon vagy akár személyesen is, munkanapokon 8-tól 20 óráig. Időpontot foglalni telefonon 8-tól 20 óráig lehet a 388-8384-es, illetve a 388-7760-as telefonszámon mindkét szakrendelőbe. A Csobánka téri rendelő közvetlen előjegyzési telefonszáma 454-7506, amely munkanapokon 9-től 15 óráig hívható.

### Változott a fogászati röntgen rendelési ideje

Február 1-jétől a Csobánka téri szakrendelőben változott a fogászati röntgen rendelési ideje. Februártól hétfőn és csütörtökön 8-tól 14, szerdán 14-től 20 óráig fogad betegeket a fogászati röntgen a békásmegyeri szakrendelőben. Egyéb időben, illetve keddi és pénteki napokon a Vörösvári úti szakrendelőben készítenek fogászati röntgenfelvételeket. A Vörösvári úton hétfőtől péntekig minden nap 8-tól 20 óráig van fogászati röntgen rendelés.

### Adj vért és ments meg három életet!

A Magyar Vöröskereszt Budapest Fővárosi Szervezete februárban a következő időpontban és helyszínen szervez véradást. **Február 27-én 11-től 19 óráig:** a Békásmegyeri Közösségi Házban (Csobánka tér 5.) Ha ön egészséges, elmúlt már 18 éves, de még nem töltötte be a 60. életévét (rendszeres véradóknál 65. életév) és úgy érzi, hogy segíteni tud a rászoruló betegeken, jöjjön el a véradásra! Személyi igazolvány (lakcímkártya) és taj-kártya szükséges.



## Egységes Gyógypedagógiai Módszertani Intézmény

# Kiegyensúlyozott, önállóbb felnőtt-létre nevelnek

**A Szellő utcai Egységes Gyógypedagógiai Módszertani Intézményben közel 40 éve látják el, tanítják, nevelik a tanulásban akadályozott gyermekeket. Dr. Gundáné Szántó Katalin, az intézmény igazgatója tevékenységükről, céljairól tájékoztatta lapunk munkatársát.**

- Az intézményben gyógyító-pedagógiai feladatok látunk el a tanulásban akadályozottak óvodai, általános iskolai szintjén, az értelmileg akadályozottak óvodai, majd általános iskolai tagozatán, az autizmussal



élők speciális fejlesztő csoportjaiban. Sikertől beindítani a korai fejlesztést is a 0-5 éves korú gyermekek számára. Ezen kívül utazótanári és logopédiai hálózatunk a kerület óvodáit, iskolát szolgálja - sorolta előljáróban az igazgató, aki hozzátette:

- Ezeken a szakterületeken nagyon sok szép feladat vár pedagógusainkra, szakembereinkre, akik odaadó munkájuk révén képesek megteremteni az esélyegyenlőség lehetőségét az itt tanuló gyermekek életében.

### Alternatív terápia

- Fő célunk tanítványaink adottságaihoz és korlátaihoz rugalmasan alkalmazkodó műveltségi tartalmak elsajátíttatása, többek közt személyiségfejlesztés alkalmazásával, a kiegyensúlyozottság, a harmonikus, az eredményes szocializáció érdekében. Gyakran előfordul, hogy majd' minden pedagógiai módszert megpróbáltunk alkalmazni, még-

sem következett be a várt eredmény. Ilyenkor segít az alternatív terápia kínálat. Ezt a színes repertoárt bővíti a holisztikus természetes gyógymódok tárháza a virágterápiától a fülakupunktúráig, a reflex- és színterápián át a jobb agyféltekés rajzolásig.

A holisztikus egyensúly az egészségben nyilvánul meg. Az egészség, az egészség állapot megőrzése a cél. A holisztikus pedagógia olyan oktató-nevelő, fejlesztő tevékenység, mely az embert a magatevékenységében, testi, szellemi és szociális egységben szemléli. Pedagógusaink a gyermekeket e szemlélettel és szeretettel neve-



Fotók: ANTAL ISTVÁN

lik, fejlesztik, oktatják a fizikum, a lélek és az intellektus együttes figyelembevételével. Nagy hangsúlyt fektetünk az erkölcsi nevelésre, hitoktatásra, hon- és népiismeretre, hazaszeretetre, egészség és környezeti nevelésre, valamint a mindennapos testnevelésre, gyógytestnevelésre.

### Habilitáció, rehabilitáció

A rehabilitáció az élet zavartalan működéséhez szükséges alapvető készségekre, képességekre, attitűdökre irányul, valamint a sérült pszichikus funkciók, fejletlen gondolkodási műveletek célzott, direkt terápiajára törekszik.

- Igyekszünk életszerű, gyakorlatias, sokoldalú, tapasztalati úton történő nevelést és oktatást nyújtani, örömteli légkört, sikerélményt biztosítani gyermekeinknek. Távolati célunk az egyéni képességek fejlettségi szintjén elérhető legjobb felnőttkori adaptáció és önállóság feltételeinek megteremtése.

Rendszeresen úszás, lovaglás és kulturális programok színesítik tanulóink hétköznapjait. Számos szakkör teszi örömtelivé a diákok életét. Például zene, rajz, furulya és zeneterápia, sportkör, gobelin, néptánc, főző és barkácsoló foglalkozás, mely utóbb kiegészült fotószakkörrel is.

Kiváló rehabilitációs, reabilitációs lehetőség a kutyaterápia, az augmentatív kommunikáció, a szenzomotoros és zenei fejlesztés, a delfinhangterápia, melyek mind a személyiség harmonikus fejlődését, a képességek és a tehetség kibontakoztatását segítik.

- Intézményünk elnyerte az „Erőszakmentes, egészségudatos iskola” és az „Ókoiskola”, 2011-től pedig a „Családbarát munkahely” címet. Közeli jövőbeli terveink közt szerepel egy kiemelkedő magyar tárlalmány, a háromdimenziós, térbeli mozgáselemző és mérő rendszer bevezetése, mely nemcsak a diagnosztikus munkát könnyítené meg, hanem a mozgás és beszédfejlesztésben is forradalmi változást idézne elő - tette hozzá dr. Gundáné Szántó Katalin.

(Az intézmény címe, elérhetőségei: Szellő utca 9-11. Telefonszám: 388-2144; E-mail: szello-a@kszki.obuda.hu; www.szelloegymi.hu) Sz. Cs.

## Foglalkozások iskolába készülő nagycsoportosoknak

• „Iskolanyitogató” foglalkozás a **Bárczi Géza Általános Iskolában**. Játsszóház: február 28-án 17-től 18 óráig. Nyílt nap: március 22-én 8-tól 12 óráig. (Cím: Bárczi Géza utca 2. Tel.: 243-1509-es, www.barczigai.sulinet.hu)

• A **Pais Dezső Általános Iskola** vidám délutánja. Időpont: április 11-én 17-től 18 óráig Paff, a búvós sárkány - Játsszani jó! (Cím: Pais Dezső utca 1-3. Tel.: 243-2951. www.pais.hu)

• Ismerkedős délután a **Zipernowsky Károly Általános Iskolában**. „Nyusziváró” tavaszszüneti mondókákkal, dalokkal, kézműves játékok március 19-én 17 órai kezdettel. • Az ovis nyílt napon március 21-én a szülők betekintést nyernek a leendő elsős tanító nének egy-egy órájába. (A programok az iskola honlapján: www.ziper-rasnet.hu Cím: Zipernowsky utca 1-3. Tel.: 388-6556.)

• A **Dr. Szent-Györgyi Albert Általános Iskola** „Varázsműhely” elnevezésű kézműves, irodalmi, játékos, sportos foglalkozásai. Időpontok: február 26-án 17 órakor játékos mozgolódó; március 18-án 17 órakor tavaszhirogató. (Elérhetőség: 367-1429/103; e-mail: szeruskert-a@kszki.obuda.hu; honlap: www.dr-szentgyorgyi.hu; cím: Szerűskert utca 40.)

• A **II. Rákóczi Ferenc Általános Iskola** „Erdőaljas” című suliváró foglalkozása: március 13-án 16 órakor. A leendő tanító néni bemutató óráját április 10-én 8 órától nézhetik meg. (Elérhetőség: 250-3269; e-mail: erdoalja-a@kszki.obuda.hu; honlap: www.erdoalja.sulinet.hu Cím: Erdőalja út 5.)

• A **Dr. Béres József Általános Iskola** Keve utcai épületében iskolaváró foglalkozásokat tartanak (szerdai napokon): legközelebb március 20-án 17 órától. Bemutató órák: március 5-én 8 órától. (Cím: Keve utca 41. Telefonszám: 368-9220.)

## Öregdiák találkozó

Az **Árpád Gimnázium** várja minden volt diákját a hagyományos öregdiák találkozóra, március 5-én 18 órára. Ebben az évben a zenei élet kiválóságait illeti a főszerep.

## 1 % 1 % 1 %

• A **Hittel Békásmegyertől Alapítvány** Kuratóriuma köszöni a 2011. évi személyi jövedelemadóból felajánlott egy százalékokat. A befolyt összeget a Mustármag Keresztény Óvoda Általános Iskola és Gimnázium iskolai rendezvényeire, az oktatás színvonalasabbá tételére, tanulmányi kirándulások támogatására, sportrendezvényeken való részvételre, a diákok jutalmazására fordították. A felajánlásokat továbbra is köszönettel várják. (Adószám: 18082793-1-41.)

## Korrepétálás általános- és középiskolásoknak, előkészítő érettségizőknek

Felvételi előkészítőt (főleg szóbelikre) indítanak februártól általános iskolásoknak szaktanárok, folyamatos bekapcsolódási lehetőséggel a **Thalész-Körben**, a Vörösvári úton. (A központi írásbelire bárki elmehetett, a szóbelin a jókból a legjobbakat választja ki a középiskola.) Lehetőség van általános- és középiskolások matematika-fizika-kémia, magyar-történelem korrepétálására. Érettségizők felkészítését vállalják az elégséges szint eléréséig az emeltszintű érettségi vizsga sikeres letételéig. Bukásmegelőzés bármilyen tantárgyból a tanév végéig. A diákokat minden délután és szombat délelőtt 2-3 fős kiscsoportban oktatják a tanárok, a gyerekek által kért napokon és időpontban. (Jelentkezés a **06-20-946-2027-es telefonszámon**. További tájékoztató az interneten, a **www.obudamatek.hu** oldalon.)

A Dr. Béres József Általános Iskolában másodszor rendeztek szülők bálját február 1-jén, a tavalyi sikerén felbuzdulva. A részletekről **Bánhegyi Ferenc** igazgató számolt be.



Az eseményen, melyen most már bátran állítható, hogy hagyományt teremtettünk, mintegy száz szülő és pedagógus vett részt. Rendezvényünkre eljött **Tamás Ilona**, az óbudai járási tanterület igazgatója néhány munkatársával. A farsangi bál elmaradhatatlan része a vacsora és a közös tánc mellett a tombola-sorsolás volt. A jó hangulatot fokozta a Törekvés néptánc-együttes színes és színvonalas bemutatója, mely a palotástól a kalotaszegin át a bagi-ig felsorakoztatta a magyar népművészet egy-egy látványos tánc típusát.

A tantestület három vállalkozó szellemű tanára énekszámokkal szórakoztatta a közönséget. Azok a pedagógusok, akik nem énekeltek,



Fotók: ANTAL ISTVÁN

táncra perdültek, és egy szerb kólóval alapozták meg a bál jó hangulatát.

- Az eset képletesen szólva **Szekeres Adrienn** művésznő előadása koronázta meg, aki gyönyörű hangjával és országszerte jól ismert slágerrel bővülte el szülőitársait, a pedagógusokat és a vendégeket. A báli belépők díjából és a felajánlásokból befolyó pénzt az elmúlt évhez hasonlóan az udvari játékok bővítésére fordítja iskolánk - tette hozzá **Bánhegyi Ferenc**.

### Színes diplomák

Felhívjuk a nyugalmazott pedagógusok figyelmét, hogy a felsőoktatási törvény 2005. CXXXIX tv. 65.§ (3) bekezdés szerint óvónképzőt, illetve tanítóképzőt végzett és **diplomáját 50 éve** szerzett pedagógus **arany**, **60 éve** szerzett pedagógus **gyémánt**, **65 éve** szerzett pedagógus **vas**, illetve **70 éve** szerzett pedagógus **rubin** díszoklevelet kaphat, ha legalább 30 évet eredményesen dolgozott pedagógusként. A kérelem az önkormányzat oktatási és kulturális főosztályán nyújtható be. A kérelemhez csatolni kell egy rövid szakmai önéletrajzot, első igénylés esetén a diploma másolatát (a másolat és hitelesítést a főosztályon elvégzik), valamint a 30 év pedagógus munkakörben eltöltött munkaviszonyra vonatkozó igazolást, erre a munkakönyv szolgál (arról is fénymásolatot készítenek a főosztályon). Magasabb fokozatú jubileumi diploma igénylése esetén csak az előző jubileumi diploma fénymásolatát szükséges benyújtani a kérelemhez csatolva. Kérjük, hogy az igényléseket **február végéig** az oktatási és kulturális főosztályra behozni, illetve beküldeni szíveskedjenek (1033 Budapest, Laktanya utca 4. II. em.). A kérelem tartalmazza a kérelmező **lakcímét**, (ha van) a **telefonszámát**, **adószámát**, **taj-számát**, valamint, hogy a kérelmező **hány évet dolgozott pedagógusként a területben**.

A diplomák átadása ünnepélyes keretek között történik, illetve egyes esetekben a főiskolákon rendezett ünnepségeken.

**A tanári diplomával rendelkezők közvetlenül a főiskolán, illetve egyetemen (jogutódján) kérhetik jubileumi diplomájukat, nem az önkormányzaton keresztül.**

(Bővebb tájékoztatást az oktatási és kulturális főosztályon nyújtanak a 437-8848-as vagy a 437-8655-ös telefonszámon.)

**Óbuda-Békásmegyér Önkormányzata**

Számítástechnikai tanfolyamok a KSZKI-ban		ECDL	
<b>A tanfolyam megnevezése, témakörei</b>			
<b>Első lépések - 6x3 tanóra</b> Ezeket a tanfolyamokat a számítógép használatával most ismerkedőnek ajánljuk. <b>Főbb témák:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>A számítógép üzembe helyezése, használata</li> <li>Adatok (munkáink) tárolása, kezelése, visszakeresése</li> <li>Információszerzés, szórakozás, keresés az Interneten, e-mail</li> </ul>	<b>Időpont</b> március 4. 9:00 – 11:30 (hétfőnként)	<b>Költségek</b> 10 000 Ft	
<b>Újrakezdő - 6x3 tanóra</b> Ezeket a tanfolyamokat a számítógép használata során bizonytalankodóknak ajánljuk. <b>Főbb témák:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>A Windows rendszerek használata</li> <li>Különböző eszközök – scanner, CD/DVD író, digitális fényképezőgép-használata</li> <li>Adatok (munkáink) tárolása, kezelése, visszakeresése</li> <li>Információszerzés, szórakozás, keresés az Interneten, e-mail</li> </ul>	március 5. 14:00 – 16:30 (keddenként)	10 000 Ft	
<b>ECDL Start - 28x3 tanóra</b> Ajánljuk kezdőknek, akik most ismerkednek a számítógép használatával, illetve a Windows XP és Office 2003 használóknak, akik tovább szeretnének lépni. <b>Témák:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Számítógép-kezelés – a Windows 7 operációs rendszer használata</li> <li>Szóvegszerkesztés – Office 2010 programcsomag – Word 2010</li> <li>Táblázatkezelés – Office 2010 programcsomag – Excel 2010</li> <li>Internet használat és levelezés – Internet Explorer és Outlook 2010</li> </ul>	március 4. 14:00 – 16:30 (hétfőnként)	tandíj 48 000 Ft regisztráció 6 000 Ft	
<b>ECDL kiegészítő - 21x3 tanóra</b> Ajánljuk ECDL Start bizonyítvánnyal rendelkezőknek, továbbá a témakörök iránt érdeklődőknek. Az egyes témakörökre külön-külön is lehet jelentkezni. <b>Témák:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prezentáció készítés – Office 2010 programcsomag – PowerPoint 2010</li> <li>Weblap szerkesztés – SharePoint Designer 2007</li> <li>Képszerkesztés – GIMP</li> </ul>	március 6. 9:00 – 11:30 (szerdánként)	vizsgák 12 000 Ft	
<b>ECDL kiegészítő diákoknak - 18x2 tanóra</b> Ajánljuk azoknak a diákoknak, akik vizsgaközpontunkban önkormányzati támogatással már megszerzték az ECDL Start bizonyítványukat, s a további 3 témakör sikeres feloldozásával megkaphatják az ECDL Select bizonyítványt is. <b>Témák:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Táblázatkezelés – Office 2010 programcsomag – Excel 2010</li> <li>Weblap szerkesztés – SharePoint Designer 2007</li> <li>Képszerkesztés – GIMP</li> </ul>	március 5. 14:00 – 16:30 (keddenként)	tandíj 36 000 Ft regisztráció 3 000 Ft vizsgák 9 000 Ft	
<b>ECDL kiegészítő diákoknak - 18x2 tanóra</b> Ajánljuk azoknak a diákoknak, akik vizsgaközpontunkban önkormányzati támogatással már megszerzték az ECDL Start bizonyítványukat, s a további 3 témakör sikeres feloldozásával megkaphatják az ECDL Select bizonyítványt is. <b>Témák:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Táblázatkezelés – Office 2010 programcsomag – Excel 2010</li> <li>Weblap szerkesztés – SharePoint Designer 2007</li> <li>Képszerkesztés – GIMP</li> </ul>	március 7. 14:00 – 16:30 (csütörtökönként)	tandíj 15 000 Ft regisztráció 2 000 Ft vizsgák 4 500 Ft	
<b>Információ, jelentkezés:</b>	<b>KSZKI IT Oktatási Csoport</b> 1033 Budapest, Folyamőr utca 22. III. emelet 437-4070, 71, 72, 73 ecd/vkp@kszki.obuda.hu www.kszkioktat.hu		



■ **Gyógytornász, jóga, masször, stb.** bérlőtársat keresek tornateremként működő lakásban. Tel.: 06(30)921-6559

## Elad-vesz

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

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

■ **ÓBUDA ANTIKVÁRIUM** készpénzért vásárol könyveket, könyvtárákat, képeket, képeslapokat. 20 éve az óbudai közönség szolgálatában. Tel.: 388-7332

## Régiség

■ **Bélyeggyűjteményeket, bankjegyeket, érméket, képeslapot, porcelánt, egyéb régiséget** vásárolunk: VI. Andrásy út 16. Tel: 266-4154

■ **Hajdu Eszter** vásárol bútorokat, festményeket, órákat, díszárgyakat, porcelánokat, csillárt, hangszert, könyveket, burszokat, csipkét, írógépet, varrógépet, rádiót, szőrmét, hagyatékot, díjtalan kiszállással. Tel.: 06(30)308-9148

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

■ **Budai üzletembe** készpénzért vásárolok: bútorokat, festményeket, órákat, porcelánokat, bronz díszárgyakat, hagyatékot. Kiszállítás díjtalan! III. Lajos u. 38. (Kolosy piacnál) Tel.: 06(20)563-1491; 308-8237

## Számítógép

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

■ **Számlaképes rendszergazda** vállalja szá-

mítógépe karbantartását, javítását, telepítését. Nagy Gábor. Tel.: 06(30)213-8232

■ **Laptop, PC, monitor** javítás, szerelés! Számítástechnika Szerviz. www.medcomp.hu, tel.: 06-1-242-0412

## Állás

■ **Ingtanértékesítőket keresünk** budapesti irodánkba. Az első 2 hónapban fix jövedelem, adminisztrációt és telefonot biztosítunk. Helyismeret és számítógépes alapismeret szükséges. Jelentkezés: csic@csic.hu

■ **Friss nyugdíjas** labor asszisztensnő, általános ápolónő állást keres. Tel.: 240-2178; 06(70)220-7754; csikoskati@mailbox.hu

■ **Átlag feletti** jövedelmet, kötetlen munkaidőt biztosítunk! Önálló munkavégzést, számítógépes ismereteket kérünk! Napsugar Ingatlaniroda értékesítőket felvesz magas jutalékkal. Jel: napsugar@ingatlan-hitel.hu

■ **Középfokú közgazdasági** végzettséggel, sok éves gyakorlattal pénzügyi és ahhoz kapcsolódó feladatokra keresek állást. Tel: 06(20)310-8476

## Egyéb

■ **Takarítást vállalom** Óbudán heti 1-2 alkalommal illetve nagytakarítást is. Tel.: 06(20)310-8476

■ **Gépelés számítógépen:** levelek, könyvek, táblázatok, dipl. munkák, költségvetések, kéziratokból, rövid határidővel. Nyomdai előkészítés. Tel.: 06(30)481-7821

## Társkereső

■ **Személyiségközpontú, igényes** társkereső a XII. kerületben. Társkeresés Ausztria és Németország felé is. R. Zsuzsanna, 06(30)602-0094

■ **Elég a magányos** estékből? Mi megtaláljuk Társát. Budai Társközvetítő Óbudán. Tel.: 06(30)555-8444

## El Kazovszkij emlékkiállítás



Fotó: ANTAL ISTVÁN

**Az Óbudai Kulturális Központ ingyenesen látogatható kiállítással tiszteleg El Kazovszkij emléke előtt. A kiállítást Gaál József festőművész nyitotta meg. Az érdeklődők február 22-ig tekinthetik meg Kazovszkij képeit a San Marco Galériában (Nyitva: hétköznaponként 9-től 16 óráig. Cím: San Marco utca 81.)**

## Csillaghegytől Vácig, Békásmegyertől Esztergomig

Új turista- és szabadidős térkép jelent meg a Pilis-, Visegrádi-hegységről. A csatolt füzetben Rómaifürdő és Békásmegyer környékének nagyított térképe is szerepel, abc sorrendben olvashatjuk a turisztikai nevezetességek rövid leírását. A kiadványban a turistautak hosszát szakaszokra bontva is megtaláljuk, a kerékpárutak és a teljes tömegközlekedési hálózat az összes megállóhellyel megtalálható benne. (Megvásárolható a Budai Térkép-boltban, XI. ker. Villányi út 52.)

K. I.

Időskori Életjáradék Zrt.

NYUGODT, KISZÁMÍTHATÓ IDŐSKOR

Ha Ön is erre vágyik, várjuk jelentkezését!

**Az Időskori Életjáradék Zrt. a magyar nyugdíjasok megbízható partnere az ingatlan alapú életjáradék szolgáltatás terén.**

Életjáradék programunkkal szerződésben garantált, folyamatos, havonta folyósított életjáradék jövedelmet nyújtunk időskorú partnereinknek, akik ezzel hosszú távú, kiszámítható pénzügyi biztonságot élvezhetnek. Az Időskori Életjáradék Zrt. szolgáltatása valós segítséget jelent valamennyi ügyfelünknek, akik nyugdíjas éveiket ezáltal sokkal tartalmasabban, nyugodtabban tölthetik.

Az általunk kínált Életjáradék megoldást olyan, 70. életévüket betöltött nyugdíjasok számára ajánljuk, akik legalább 10 millió forint értékű budapesti, tehermentes lakóingatlanral rendelkeznek. Az ingatlan tulajdonjogáért cserébe cégünk akár több millió forintos egyösszegű kifizetést, és emellett folyamatos, havi járadékot kínál ügyfeleinknek, akik továbbra is ingatlanjukban maradhatnak.

Időskori Életjáradék Zrt. - Központi iroda: H - 1145 Budapest, Róna u. 183. - H-P: 09-15

Telefon: 784 5408 · Mobiltelefon: 06 (70) 677 0756 · www.idoskori.hu

**Az Óbudai Vagyonkezelő Zrt. (1033 Bp., Szentlélek tér 7.) egyfordulós pályázatot hirdet a Budapest III. kerület Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata tulajdonában álló üres, tehermentes, nem lakás céljára szolgáló helyiségek tulajdonjogának értékesítésére**

<p><b>Bp., III. ker. Boglár u. 12. fsz. 1., 64057/13/A/304 hrsz. iroda, alapterülete: 59 m<sup>2</sup>.</b></p> <p>A helyiség a békásmegyeri lakótelep Duna felőli oldalán, panelépület földszintjén helyezkedik el. Közvetlen utcai bejáratral rendelkezik. Gépeszeti felszereltség: víz, villany, csatorna, távhő.</p> <p style="text-align: center;"><b>Irányár: 8.740.000 Ft.</b> Pályázati biztosíték (bánatpénz): 870.000 Ft. Hivatalos megtekintés: megegyezés szerint.</p>	<p><b>Bp., III. ker. Boglya u. 1-3. fsz., 18910/98/A/34 hrsz. iroda, alapterülete: 105 m<sup>2</sup>.</b></p> <p>A panelépület, melyben a helyiség található, a kaszásdűlt lakótelep centrumában helyezkedik el. Közvetlen utcai bejáratral rendelkezik. Gépeszeti felszereltség: víz, villany, csatorna, távhő.</p> <p style="text-align: center;"><b>Irányár: 10.740.000 Ft.</b> Pályázati biztosíték (bánatpénz): 1.100.000 Ft. Hivatalos megtekintés: megegyezés szerint.</p>
<p><b>Bp., III. ker. Kenyeres u. 11. fsz., 17348/0/A/10 hrsz. üzlethelyiség, alapterülete: 30 m<sup>2</sup>.</b></p> <p>A helyiség Belső-Óbudán, hagyományos téglapépületben található, közvetlen utcai megközelítéssel pinceszintű üzlethelyiség. Teljes felújítást igényel. Gépeszeti felszereltség: víz, villany, csatorna.</p> <p style="text-align: center;"><b>Irányár: 1.810.000 Ft.</b> Pályázati biztosíték (bánatpénz): 180.000 Ft. Hivatalos megtekintés: megegyezés szerint.</p>	<p><b>Bp., III. ker. Margitliget u. 3. fsz., 62321/50/A/166 hrsz. üzlethelyiség (valóságban irodaként funkcionált), alapterülete: 82 m<sup>2</sup>.</b></p> <p>A XV. emeletes panelépület, melyben a helyiség található Békásmegyer hegy felőli oldalán, a 11-es úthoz közel helyezkedik el. Közvetlen utcai bejáratral rendelkezik. Gépeszeti felszereltség: víz, villany, csatorna, távhő.</p> <p style="text-align: center;"><b>Irányár: 7.930.000 Ft.</b> Pályázati biztosíték (bánatpénz): 800.000 Ft. Hivatalos megtekintés: megegyezés szerint.</p>
<p><b>Bp., III. ker. Pacsirtamező u. 33. fsz., 17780/0/A/3 hrsz. üzlethelyiség, alapterülete: 105 m<sup>2</sup>.</b></p> <p>A hagyományos szerkezeti kialakítású épület, melyben a helyiség található, Óbuda belső részén, jól megközelíthető, forgalmas helyen van. Közvetlen utcai bejáratral rendelkezik levegőportálos helyiséggel. Gépeszeti felszereltség: víz, villany, csatorna, gáz.</p> <p style="text-align: center;"><b>Irányár: 24.180.000 Ft.</b> Pályázati biztosíték (bánatpénz): 2.400.000 Ft. Hivatalos megtekintés: megegyezés szerint.</p>	<p><b>Bp., III. ker. San Marco u. 11. as. 1., 17454/0/A/1 hrsz. üzlethelyiség, alapterülete: 54 m<sup>2</sup>.</b></p> <p>A hagyományos szerkezeti kialakítású épület, melyben a helyiség található, Óbuda belső részén van. Közvetlen utcai bejáratral rendelkezik, felújítást igényel. Gépeszeti felszereltség: víz, villany, csatorna, gáz.</p> <p style="text-align: center;"><b>Irányár: 5.760.000 Ft.</b> Pályázati biztosíték (bánatpénz): 600.000 Ft. Hivatalos megtekintés: megegyezés szerint.</p>
<p><b>Bp., III. ker. Selmeci u. 13. pinceszint, 17413/0/A/9 hrsz. Bp., III. ker. Selmeci u. 15. földszint, 17412/0/A/15 hrsz. üzlethelyiségek együttes értékesítése, alapterülete: 50 + 29 m<sup>2</sup>.</b></p> <p>A helyiségek Óbuda belső részén találhatók, hagyományos téglapépítésű épületben. Korábban borozóként funkcionált, közvetlen utcai bejáratral rendelkezik. Gépeszeti felszereltség: víz, villany, csatorna.</p> <p style="text-align: center;"><b>Irányár: 5.970.000 Ft.</b> Pályázati biztosíték (bánatpénz): 590.000 Ft. Hivatalos megtekintés: megegyezés szerint.</p>	<p><b>Bp., III. ker. Szindbád u. 2. fsz., 62321/71/A/1 hrsz. üzlethelyiség, alapterülete: 39 m<sup>2</sup>.</b></p> <p>A XV. emeletes panelépület, melyben a helyiség található Békásmegyer hegy felőli oldalán van. Közvetlen utcai bejáratral rendelkezik. Felújított, jó állapotú. Gépeszeti felszereltség: víz, villany, csatorna, távhő.</p> <p style="text-align: center;"><b>Irányár: 5.770.000 Ft.</b> Pályázati biztosíték (bánatpénz): 570.000 Ft. Hivatalos megtekintés: megegyezés szerint.</p>
<p><b>Bp., III. ker. Szindbád u. 2. fsz., 62321/71/A/2 hrsz. iroda, alapterülete: 27 m<sup>2</sup>.</b></p> <p>A XV. emeletes panelépület, melyben a helyiség található, Békásmegyer hegy felőli oldalán van. Közvetlen utcai bejáratral rendelkezik. Részben felújítandó. Gépeszeti felszereltség: víz, villany, csatorna, távhő.</p> <p style="text-align: center;"><b>Irányár: 3.960.000 Ft.</b> Pályázati biztosíték (bánatpénz): 400.000 Ft. Hivatalos megtekintés: megegyezés szerint.</p>	<p><b>Bp., III. ker. Szindbád u. 3. fsz., 62321/48/A/2 hrsz. raktár, alapterülete: 11 m<sup>2</sup>.</b></p> <p>A XV. emeletes panelépület, melyben a helyiség található Békásmegyer hegy felőli oldalán van. Közvetlen utcai bejáratral rendelkezik. Felújítandó. Gépeszeti felszereltség: villany, távhő.</p> <p style="text-align: center;"><b>Irányár: 1.000.000 Ft.</b> Pályázati biztosíték (bánatpénz): 100.000 Ft. Hivatalos megtekintés: megegyezés szerint.</p>
<p><b>Bp., III. ker. Timár u. 26. pince szintű, 17621/0/A/41 hrsz. iroda, alapterülete: 197 m<sup>2</sup>.</b></p> <p>A hagyományos szerkezeti kialakítású épület, melyben a helyiség található, az Amfiteátrum melletti részen helyezkedik el. Az épület sarkán lévő helyiség közvetlen utcai bejáratral rendelkezik. A falak vízszelű, salétromosak, teljes felújítást igényel. Gépeszeti felszereltség: víz, villany, csatorna, gáz.</p> <p style="text-align: center;"><b>Irányár: 10.910.000 Ft.</b> Pályázati biztosíték (bánatpénz): 1.100.000 Ft. Hivatalos megtekintés: megegyezés szerint.</p>	<p><b>Bp., III. ker. Váradi u. 26. pince szintű, 17005/29/A/86 hrsz. raktár, alapterülete: 149 m<sup>2</sup>.</b></p> <p>Az épület Óbuda belső részén helyezkedik el, a társasház közös tulajdonú folyosójáról nyíló bejáratral. A falak vízszelű, salétromosak, teljes felújítást igényel. Gépeszeti felszereltség: víz, villany, csatorna, távhő.</p> <p style="text-align: center;"><b>Irányár: 6.020.000 Ft.</b> Pályázati biztosíték (bánatpénz): 600.000 Ft. Hivatalos megtekintés: megegyezés szerint.</p>

A meghirdetett ingatlanokra a nemzeti vagyonról szóló, 2011. évi CXCVI törvény értelmében a **Magyar Államot** minden más jogosultat megelőző **elővásárlási jog** illeti meg.

A helyiségekre külön-külön lehet ajánlatot tenni, melynek tartalmaznia kell a **pályázó adatait, a vételárat, a fizetés módját és idejét, valamint a pályázó nyilatkozatát a pályázati felhívásban foglalt feltételek elfogadására.**

A pályázó ajánlatát a benyújtástól számított **60 napig** köteles tartani. A **pályázaton azon ajánlattevők vehetnek részt, akik a pályázati biztosítékot befizetik az önkormányzat letéti számlájára.** (Számlasszám: Raiffeisen Bank Zrt. **12001008-00140645-00100001.**) A pályázati biztosíték befizetését igazoló bizonylatot és a pályázatokat zárt borítékban **2013. március 18-án (hétfőn) 12 óráig** lehet benyújtani az Óbudai Vagyonkezelő Zrt. Értékesítési Osztályán (*cím: 1033 Bp., Fő tér 1. I./20.*).

A pályázati ajánlat benyújtása folyamomtatványon történik, mely személyesen átvehető a fenti címen vagy letölthető a **www.obuda.hu** honlapról.

**A pályázat bontása 2013. március 18-án 12 órakor** a Bp., III. kerület Fő tér 1. I./20. szám alatt, az értékesítési osztály hivatalos helyiségében történik. A pályázaton résztvevőket levélben vagy telefonon értesítjük a pályázat eredményéről. A pályázat kiírója fenntartja jogát, hogy a legjobb ajánlattevőkkel a tenderbontást követően tovább tárgyaljon, zártkörű licitet tartson, illetve, a pályázatot indoklás nélkül eredménytelennek nyilvánítsa. A vevő(k)nek **szerződéskötési díjat kell fizetnie** a 23/1995.(XII.28.) Ör. 9/A paragrafusában meghatározottak szerint.

A pályázattal kapcsolatban további felvilágosítást lehet kérni, illetve **a helyiségek megtekintéséhez időpont egyeztethető** az értékesítési osztályon a 437-8639-es, a 437-8899-es vagy a 437-8679-es telefonszámokon.

A pályázati felhívás megjelenik az **Óbuda Újságban**, felkerült a **www.obuda.hu** honlapra, valamint a következő internetes hirdetési fórumokra: *ingatlan.com, ingatlan.net, ingatlanok.hu.*

**Óbudai Vagyonkezelő Zrt.  
Értékesítési Osztály**



## Sakknagymeister ária- és dalestje

Az Óbudai Széchenyi Kör *Portisch Lajos* (basszbariton) nemzetközi sakknagymeister, olimpiai bajnok, a Nemzet Sportolója magyar ária- és dalestjére várja *február 20-án 18 órakor* az érdeklődőket. Közreműködik: *Zöld Ildikó* (szoprán) és *Hegedűs Valér* (zongora). Az előadás ingyenes, de az Óbudai Szalézi Rendház gyermekéktézeti programjának támogatására adományt köszönettel fogadnak. Helyszín: Óbudai Társaskör (*Kiskorona utca 7.*).

## Népek napja - Észtország

A Csillaghegyi Községi Házban tartott Népek napja rendezvényt sorozat következő vendége Észtország lesz *február 23-án 14-től 19 óráig*. A programban észti dallamok csendülnek fel, népmesék tárják a vendégek elé az észti nép lelkivilágát, táncház pezsdíti vérüket, filmvetítés és fotókiállítás során pedig történelmi világukba engednek bepillantást. Az észti konyha nálunk kevésbé ismert ízeiből is lehet majd kóstolni. A rendezvény ingyenes. (Cím: *Mátyás király út 11-15.*)

## Felvétel a Dalkörbe

A „Braunhaxler“ Dalkör soraiba vár énekelni szerető hölgyeket és urakat. Felvételi meghallgatás a Dalkör próbáin: *február 25-én, március 11-én, március 18-án, március 25-én 17.30-tól 18.30 óráig* az Első Óbudai Általános Iskolában.

## Török Ádám és a Mini

A népszerű zenész, *Török Ádám* a Mini Együttessel ad koncertet Csillaghegyen *február 28-án 18.30 órai* kezdettel az Attila Nagykirály Hotel rendezvénytermében. (Cím: *Csillaghegy, Attila utca 20. Telefonszám: 240-3373.*)

## Grafikák az Ökollégiumban

*Szomolányi Karola* grafikus műveiből nyílt kiállítás az Ökollégium Art Galériában. A képek *február 28-ig* tekinthetők meg a Vécsey János Leánykollégium épületében. (Nyitva: *hétköznaponként 10-től 18 óráig*. Cím: *Szél utca 11-13.*)

## Bútorművészet Magyarországon

A Kiscelli Múzeum igazgatója, *dr. Rostás Péter* szerkesztésében jelent meg a „Bútorművészet Magyarországon, 1800-1850“ című könyv. A kötetet a Budavári Palotában *dr. Sisa József*, az MTA BTK Művészettörténeti Intézetének igazgatója mutatta be a közönségnek.

## Bibliai kérdések

Az Óbudai Kulturális Központban (ÓKK) „Bibliai kérdések“ címmel folytatódik a bibliai előadás-sorozat. Az érdeklődőket keddenként várják az ÓKK-ba. „Mit csinálsz itt, Illés?“, „Milyen az Isten hangja“ címmel *február 26-án*; „Ti is el akartok-e menni?“, „Isten teljesen szabadnak teremtett?“ címmel *március 5-én*; „A kilence pedig hol van?“, „Miért hiányzik sokszor a hála az életünkben?“ címmel *március 12-én* hallhatnak előadást. Előadók: *Kecskeméti János, Filep György*. (Kezdés: *18.30 órakor*. Belépőjegy: *150 forint*. Cím: *San Marco utca 81.*)

## Hírek a Térszínházból

Csurka István utolsó drámája, az „Írószövegségek harca“ című darab ősbemutatóját *február 23-án 19 órai* kezdettel tartják a Térszínházban. Rendező: *Bucz Hunor*. A további előadások: *február 24., 26., 27. és 28.* • Tavaly év végén egyébként megújult a Térszínház társulata: 24 új tagot választottak soraikba. Róluk is találhatnak képeket és ismertetőt a színház honlapján ([www.terszinhasz.hu](http://www.terszinhasz.hu)).

# Festőiskola felnőtteknek



Fotó: ANTAL ISTVÁN

**Makovecz Anna festőművész tíz éve tanít felnőtteket a rajzolás és a festés fortélyaira. Korábban a Műcsarnokban évekig vezetett kurzusokat, majd a Hegyvidék Galériában, tavaly október óta pedig már Óbudán, a Csillaghegyi Községi Házban is tart tanfolyamot, vagy ahogy ő nevezi „festőiskolát“.**

Járhat ide bárki, mindegyféle előképzettség nélkül. Még eszközöket sem kell vinnie, csak önmagát és a tudásvágyát, a kötelezettségek kényszere nélkül. Itt nem kell semmit elérni,

csak - az örömenéléshez hasonlóan - amolyan örömfestést gyakorolni. A festőművész saját bevallása szerint az annyira kínzó teljesítmény központúság ellenpontjaként indította az iskolát. Véleménye szerint éppen elég, ha boldoggá teszi a résztvevőket a festés. Impresszionista mesterek műveit másolják. - Komoly tehetségekkel is találkoztam munkám során - állítja.

Ő maga Finnországban járt egyetemre és ott is kezdett tanítani. Legutóbb egy hajléktanokat

ellátó alapítvány is megkereste azzal, hogy integrálja néhány jobb sorsra érdemes tagját. Örömmel vállalná a feladatot, ha találna érdeklődő személyt a soraikból.

Körülbelül két évente mutatja be saját munkáit a nagyközönségnek. Legközelebbi kiállítását Finnországban, Helsinkiben rendezik a Magyar Intézetben. A húsz képből, szökökútból álló installáció márciusban nyílik és április végéig lesz látható.

mizsu

## Óbuda Kultúrájáért Díj

**Óbuda-Békásmegyer Önkormányzatának Képviselő-testülete 2003-ban Óbuda Kultúrájáért Díjat alapított, melynek odaítélését és átadását rendeletben szabályozta.**

„A cím adományozható mindazoknak a kiemelkedő tevékenységet kifejtő személyeknek, csoportoknak, akik Óbuda-Békásmegyer kulturális életének fejlődéséhez kiemelkedő teljesítményükkel vagy életműjükkel hozzájárultak.”

A díjazott személyéről, vagy a díjazott csoportról a képviselő-testület - rövid indoklást is tartalmazó - minősített többséggel elfogadott határozatában dönt, melyet a nyilvánosan meghirdetett és beérkezett javaslatok alapján - a kulturális, civil és kisebbségi bizottság véleményének figyelembe vételével - hoz meg. Díjazásban évente csak egy személy, vagy egy csoport részesülhet.

Az Óbuda Kultúrájáért Díjjal: *Seres János szobrászművész „Oszlopok” című kislasztikája; díszoklevél és bruttó 600.000 Ft összegű pénzzutalom jár.*

A díj az Óbuda Napja kulturális rendezvénysorozatban, május 4-én adják át. A díj odaítélése végett írásban - rövid indoklással együtt - várják az óbudai polgárok, civil szervezetek és egyéb közösségek jelölési javaslatait. A javaslatokat zárt borítékban, Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata Társadalmi Kapcsolatok és Kulturális Csoportjának címezve postai úton (*1033 Budapest, Fő tér 4.*), „**Javaslat Óbuda Kultúrájáért Díj adományozására**“ megjelöléssel **2013. március 8-ig** kéri eljuttatni.

(Bővebb információ *Borbély Rita* kulturális és turisztikai referensnél kérhető. Tel.: *437-8834*, e-mail: *borbely.rita@obuda.hu*).



**Az Óbudai Vagyonkezelő Zrt. (1033 Bp., Szentlélek tér 7.) egyfordulós pályázatot hirdet a Budapest III. kerület Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata tulajdonában lévő alábbi ingatlanok értékesítésére**

<p><b>KEDVEZMÉNYES ÁRON, NÍVÓS KÖRNYEZETBEN LÉVŐ PANORÁMÁS ÉPÍTÉSI TELEK ELADÓ ÓBUDA HEGYVIDÉKÉNEK EGYIK LEGSZEBB UTCÁJÁBAN!</b></p> <p>Bp., III. ker. Jablonka út 92. sz. 20453/1 hrsz. építési telek, terület: 1567 m<sup>2</sup>. Övezeti besorolás: L6-III-SZ/N. Beépíthetőség: 15-20%, szintterületi mutató: 0,4 m<sup>2</sup>/m<sup>2</sup> Közmű: teljes közmű az utcában.</p> <p><b>Irányár: 70.470.000 Ft + 27 % áfa, összesen 89.496.900 Ft.</b> Pályázati biztosíték (bánapénz): 9.000.000 Ft.</p> <p>A pályázaton való részvétel feltétele a pályázati dokumentáció megvásárlása bruttó 20.000 Ft vételáron.</p>	<p><b>ÓBUDÁN, A FILATORIGÁT ELNEVEZÉSŰ VÁROSRESZBEN KIVÁLÓ INFRASTRUKTURÁLIS ELLÁTOTTSÁGÚ ÉPÍTÉSI TELEK ELADÓ!</b></p> <p>Bp., III. ker. Szentendrei út 87. (Reményi Ede u. 24.) sz. alatti 19382/1 hrsz.-ú építési telek, terület: 693 m<sup>2</sup>. Övezeti besorolás: I-III-KZ/2. Beépíthetőség: kb. 65% a KSZT szerinti építési hely, illetve egyéb korlátozásokat figyelembe véve. A felépítendő épület nem lehet dominánsabb a szomszédos műemléképületnél, a telek régészeti védettség alatt áll. Az ingatlan összközműves. <b>Irányár: 37.888.583 Ft + 27 % áfa, összesen 48.118.500 Ft.</b> Pályázati biztosíték (bánapénz): 4.800.000 Ft.</p> <p>A pályázaton való részvétel feltétele a pályázati dokumentáció megvásárlása bruttó 20.000 Ft vételáron.</p>
<p><b>CSILLAGHEGY-BÉKÁSMEGYER HATÁRÁBAN, A DUNA FELŐLI OLDALON FEJLESZTÉSRE VÁRÓ INGATLAN ELADÓ!</b></p> <p>Bp., III. ker. Szent István u. 64024/2 hrsz. telek, terület: 1.0012 m<sup>2</sup>. Övezeti besorolás: L4-III-LP. Intenzív kertvárosias lakópark. A területen többlakásos lakóparki épületek helyezhetők el. Beépíthetőség: 25%. A terület régészeti lelőhely, kisebb része régészetiileg védett terület, szintterületi mutató: 0,7 m<sup>2</sup>/m<sup>2</sup>. Közmű: víz, villany a Szent István utcában, csatorna, gáz az Ipartelep utcában.</p> <p><b>Irányár: 308.670.000 Ft + 27 % áfa, összesen 392.010.900 Ft.</b> Pályázati biztosíték (bánapénz): 40.000.000 Ft.</p> <p>A pályázaton való részvétel feltétele a pályázati dokumentáció megvásárlása bruttó 20.000 Ft vételáron.</p>	<p><b>BELSŐ-ÓBUDA JÓL MEGKÖZELÍTHETŐ UTCÁJÁBAN INGATLAN ELADÓ!</b></p> <p>Bp., III. ker. Vályog u. 11. sz. 17026 hrsz., a telek nagysága: 893 m<sup>2</sup>, az ingatlan-nyilvántartásban: kivett lakóház, udvar, gazdasági épület megnevezésű. A felépítmény a pince kivételével elbontásra került. Övezeti besorolás: L2-III-K/3, építési övezet szerinti beépíthetőség: 35 %, melyet az építési hely kb. 30 %-ra csökkent, szintterületi mutató: 2,0 m<sup>2</sup>/m<sup>2</sup>. Az utca összközműves. A terület régészeti védettség alatt áll.</p> <p><b>Irányár: 72.190.000 Ft (áfa mentes).</b> Pályázati biztosíték (bánapénz): 7.200.000 Ft.</p> <p>A pályázaton való részvétel feltétele a pályázati dokumentáció megvásárlása bruttó 20.000 Ft vételáron.</p>

A meghirdetett ingatlanokra a nemzeti vagyonról szóló, 2011. évi CXCVI törvény értelmében a Magyar Államot minden más jogosultat megelőző, valamint az egyes állami tulajdonban lévő vagyontárgyak önkormányzati tulajdonba adásáról szóló, 1991. évi XXXIII. törvény értelmében a Fővárosi Önkormányzatot elővásárlási jog illeti meg.

Az ajánlatnak tartalmaznia kell a pályázó adatait, a vételárat, a fizetés módját és idejét, valamint a pályázó nyilatkozatát a pályázati felhívásban foglalt feltételek elfogadására. A pályázó ajánlatát a pályázat benyújtásától számított 60 napig köteles tartani. A pályázaton azon ajánlattevők vehetnek részt, akik a pályázati biztosítékot befizetik az önkormányzat letéti számlájára, számlaszám: Raiffeisen Bank Zrt. 12001008-00140645-00100001. A pályázati biztosíték befizetését igazoló bizonylatot és a pályázatokat zárt borítékban 2013. március 18-án (hétfőn) 12 óráig lehet benyújtani az Óbudai Vagyonkezelő Zrt. Értékesítési Osztályán (cím: 1033 Bp., Fő tér 1. I./20.).

Az ajánlat benyújtásához formanyomtatvány

letölthető a [www.obuda.hu](http://www.obuda.hu) honlapról, vagy személyesen átvehető a fenti címen.

A pályázat bontása 2013. március 18-án 12 órakor a Bp., III. kerület Fő tér 1. I./20. szám alatt, az értékesítési osztály hivatalos helyiségében történik. A pályázaton résztvevőket levélben vagy telefonon értesítjük a pályázat eredményéről. A pályázat kiírója fenntartja jogát, hogy a legjobb ajánlattevőkkel a tenderbontást követően tovább tárgyaljon, zártkörű licitet tartson, illetve, a pályázatot indoklás nélkül eredménytelennek nyilvánítsa. A vevőnek szerződésköti díjat kell fizetnie a 23/1995. (XII.28.) Ör. 9/A paragrafusában meghatározottak szerint.

A pályázatokkal kapcsolatban további felvilágosítást lehet kérni az értékesítési osztályon a 437-8646-os és a 437-8639-es telefonszámokon.

A pályázati felhívás megjelenik az Óbuda Újságban, felkerül a [www.obuda.hu](http://www.obuda.hu) honlapra, valamint a következő internetes hirdetési fórumokra: [ingatlan.com](http://ingatlan.com), [ingatlan.net](http://ingatlan.net), [ingatlanok.hu](http://ingatlanok.hu).

**Óbudai Vagyonkezelő Zrt.  
Értékesítési Osztály**

## Az építési ügyosztály felhívása

### Megváltozott jogszabályok

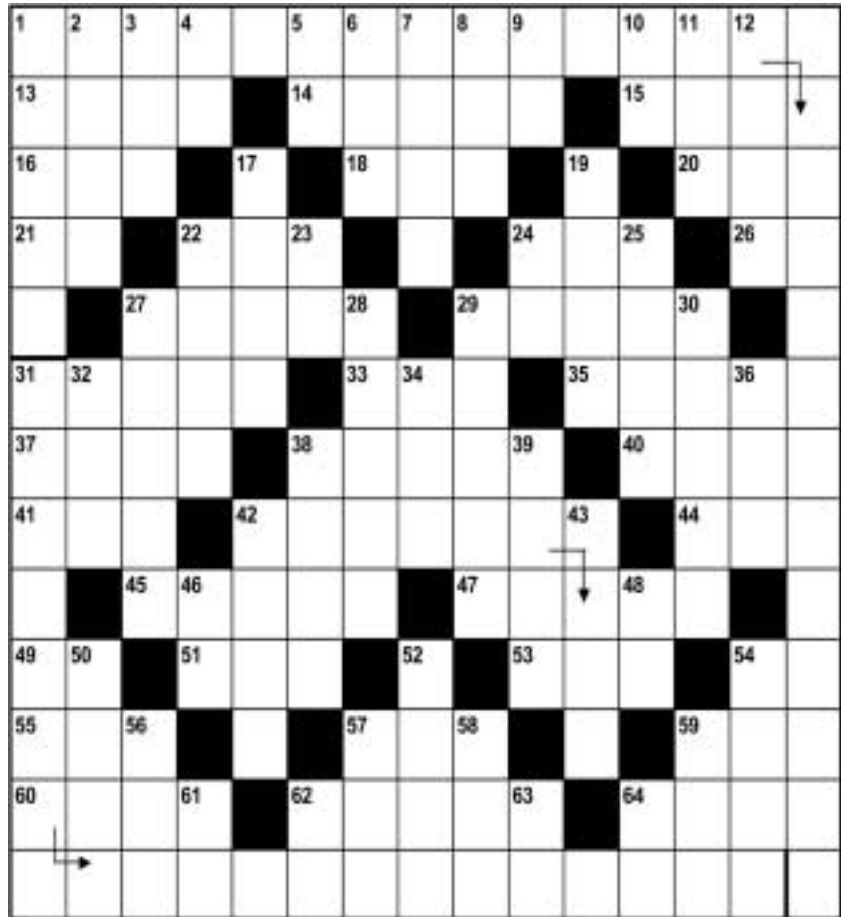
Felhívjuk tisztelt ügyfeleink figyelmét arra, hogy 2013. január 1-jétől az építésügyi igazgatás rendszere, valamint az építésügyi hatósági eljárások menetét, módját, helyét érintő valamennyi jogszabály megváltozott. Részletes tájékoztatást a [www.e-epites.hu](http://www.e-epites.hu) oldalon található a megváltozott jogszabályokról, ügyintézési módokról és az elektronikus építésügyi igazgatásról - az ÉTDR rendszerről - is. Az engedélykérelem benyújtásáról és az ahhoz tartozó építészeti műszaki tervdokumentáció formai és tartalmi követelményeiről az építésügyi és építésfelügyeleti hatósági eljárásokról és ellenőrzésekről, valamint az építésügyi hatósági szolgáltatásról szóló, 312/2012. (XI. 8.) Korm. rendelet rendelkezik.

# Így élünk

Rejtvényünkben egy nagy igazságot olvashat. Megfejtés a vízszintes 1. és a függőleges 31., valamint a vízszintes 42. és a függőleges 43. sorokban.

**VÍZSZINTES:** 1. A beküldendő sor eleje (zárt betűk: O. A. Ö. S. H. Z.). 13. Ilyen a lüg. 14. Parafizikusunk, György. 15. Bűvöl. 16. Üreg. 18. Régi műsorszervező iroda, rövidítve. 20. Fizikai fogalom. 21. Római ötszázegy. 22. Belga és román autók jele. 24. Tortán van. 26. Élőd. 27. Gyújtózsínór. 29. Macskafajta. 31. Színésznőnk, Eszenyi. 33. Mobilon küldhető. 35. Szálkamentes hal, névelős. 37. Gyógyvíz. 38. Egyfajta köret. 40. Névelős rész. 41. Bírósági törvénygyűjtemény. **42. A főmegfejtés harmadik része (folytatás a függőleges 43-ban).** 44. Női név. 45. Urbán ..., színésznőnk. 47. Zuhanyozik. 49. Erbium, fordítva. 51. Angyalrang. 53. Házikó. 54. Fél mozi. 55. Ismert krimis utca. 57. Lyuk tájszóval. 59. Nóta. 60. Kunyerált. 62. Valamikor csehszlovákiai úrhajós. 64. Egyik állatövi jegy.

**FÜGGŐLEGES:** 1. A másik helyre. 2. Sivatagi folyómeder ékezet nélkül. 3. Portéka. 4. Görög betű. 5. Szelén. 6. Önmaga. 7. Nagyszerű focistánk. 8. Efféle fordítva. 9. Kettős betű. 10. Giga egyik fele. 11. Fordított névelő. 12. Ebből lesz a vőlegény. 17. Nemecek ... 19. Cukros városunk volt. 22. Gyalogos katona. 23. Két oxigén. 24. Idéz, régiesen. 25. Majdnem bezabál! 27. Görög mitológiai alak. 28. Fizikai szerkezet. 29. Test víz. 30. Dél-dunai helység. **31. A második sor (zárt betűk: E. E. T. T.).** 32. Szegecs. 34. Rámkeverve! 36. Régi súlymérték. 38. Csomag. 39. Gyulad, régiesen. 42. Amikorra. **43. A vízszintes 42. folytatása.** 46. Rádium vegyjele. 48. Indíték. 50. Ellángol. 52. Angol idő. 54. Rendezőnk, Károly. 56. M. R. Y. 57. Talál. 58. A ló egyik betegsége. 59. Német névelő. 61. Varró szerszám. 62. Nagy cég típusa, rövidítve. 63. Kicsinyítő. 64. Bór és nitrogén vegyjele. **Ipacs László**



A február 4-én megjelent „Tél van” című rejtvényünk megfejtése: „Csönd lesz, hideg lesz nemsokára, sátrat ver a hideg a domb aljára”.

## Ha Szombat, akkor Patika!

# PatikaSzombat!



**Miklós Patika**

III. Vöröskereszt u.11

(Miklós utca Vöröskereszt utca sarok)

**T: (1) 240-6338**

**Állandó ügyelet!**

**Ügyeleti díj nélkül!**

**Mátyás Király Patika**

III. Mátyás király út 2.

(A Tesco expressz mellett)

Szombatonként este 8-ig nyitott ajtóval várjuk Önöket!

**T: (1) 240-4320**

**Szent Lukács Patika**

III. Bécsi út 89-91.

(Az Árpád Gimnázium mellett)

**T: (1) 436-9083**

## KÖZÖS AKCIÓJA

Az akció érvényes minden olyan termékre, amelyre a 2008. évi XCVIII. törvény szerint gyógyszerárban kedvezmény adható. A részletekről érdeklődjön a gyógyszertárakban. Az akció 2013. március 31-ig tart.

# NE LEGYEN MIND1!

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

Szervezet neve:	Adószám:
Alapítvány a Fodor Útcai Iskolaért	18034271-1-41
Alapítvány a Keresztény Általános Iskolaért	19676944-1-41
Armadus Művészeti Alapítvány	18061024-1-41
Aranyág Mozgásterápiás Gyermekeket Támogató Alapítvány	18075948-2-41
A NÉPZENEOKTATÁSÉRT ALAPÍTVÁNY	19702676-2-41
AQUINCUM BARÁTI KÖR	19023384-2-41
AQUINCUM-MOCSÁROS EGYESÜLET	18099445-1-41
Aranyág Mozgásterápiás és Beteg Gyermekeket Támogató Alapítvány	18075948-2-41
„A RÁK ELLEN, AZ EMBERÉRT, A BOLNAPÉRT” Társadalmi Alapítvány	19009557-2-43
Attila Sportegyesület Réma-Út	18108226-1-41
Baltazar Színház Alapítvány	18091698-2-41
Békásmegyeri „Vándor” Kerékpáros Klub	18089674-1-41
Békásmegyeri Lakótelep Templomnéptánc Alapítvány	19676906-1-41
Bóbita Alapítvány (Vitorla óvó)	19659745-1-41
Bosco Szent János Ifjúsági, Nevelési és Oktatási Alapítvány	19673752-1-41
BRAUNHAXLER Óbudai Német Hagyományokat Ápoló Közhasznú Egyesület, Óbuda-Békásmegyert	18065475-1-41
Budai Akrobátikus Sport Egyesület	18130391-1-41
Budapest III. Kerületi Polgárőrség Egyesület	18135327-1-41
BUDAPESTI HIDROTERÁPIÁS REHABILITÁCIÓS GIMNASZTIKA ALAPÍTVÁNY (BHIG ALAPÍTVÁNY)	18241343-1-41
Budapesti Korcsolyázó Egylet	19013141-2-41
Budapesti Székely Kör	19638933-1-41
Csicseregő Gyerekekért Alapítvány	18258150-1-43
Csillaghegy Betegjeikért Alapítvány	18127887-1-41
Csillaghegyi Evangélikus Gyülekezet és Templomnéptánc Alapítvány	18075096-1-41
Csillaghegyi Jezus Szíve Alapítvány	19023250-1-41
CSILLAGHEGYI MOZGÁS ÉS SZABADIDŐ SE	18126381-1-41
Csillaghegyi Polgári Kör Egyesület	18103225-1-41
Csillaghegyi Waldorf Közhasznú Egyesület	18129724-1-41
Csöppeni Esély Óvodai Alapítvány (Bárczi Óvoda)	18098040-1-41

DERGUS ÉVEKÉRT ALAPÍTVÁNY	18128621-1-41
DHÁKOK és Vándorok Társaságok és Szabadidősport Egyesület	18112735-1-41
Diamand Sportegyesület és Harcművészeti Iskola (Pókemberek.hu)	19704692-1-41
Együtt az Óbudai Giziért Alapítvány	18145034-1-41
ELVESZETT ÁLLATOK ALAPÍTVÁNY	18113633-1-41
ERDŐALJA Alapítvány	19020905-1-41
Érdekes Város Alapítvány	18072351-1-41
Érték az Élénk Közhasznú Alapítvány	18095575-1-41
Érke János Református Egyház	18125311-1-41
Férfi 2007 Közhasznú Alapítvány	18199532-1-42
„Fém” Estémi Fogynéplétszám Alapítvány	18101041-1-41
FULLSPORT SE	18117778-2-41
GANKAKU SPORTEGYESÜLET	18121094-1-41
Georg Ifjúsági Műhely Egyesület	18086924-1-41
GÁT Alapítvány	18041222-1-41
Geopolitikai Tanács Közhasznú Alapítvány	18113576-2-41
Gémezár Alapítvány a Széchenyi Károlyakért	19658823-1-41
Gömbös Táncszínház Alapítvány	18107597-1-41
GRUBER GVM SPORTEGYESÜLET	18085143-1-41
Guckler Károly Természetvédelmi Közhasznú Alapítvány	18047015-1-41
GYERMEKELNÉRT ALAPÍTVÁNY	19700478-2-41
Gyermekképzési és Szociális Alapítvány	18102815-1-41
Gyermekképzési és Szociális Alapítvány „Gyermekképzési és Szociális Alapítvány” Alapítvány	180979674-1-41
Harar Pál Utcai Iskola Alapítvány	18040427-1-41
Háromhegyek Közhasznú Egyesület	18148068-1-41
Hatvani Vízisport Egyesület	18134247-1-41
HÉGEDESI ISTVÁN ALAPÍTVÁNY	19651876-1-41
Héjpuszta Katica Óvodai Alapítvány	18114610-1-41
„Hétszínű” Alapítvány	18041040-1-41
Információs Társadalomért Alapítvány	18093786-2-41
Jó Munkák! Cserkészek Alapítvány	19703091-1-41
Jóváhar Alapítvány	18110258-1-41
K2 Sports Club	18063428-1-41
Kamaszok Alapítvány	18112670-1-41
„KASTÉLY ÖVODÁ” ALAPÍTVÁNY	18090941-1-41
KASZÁSOK Óbudai Ifjúsági Klub Egyesület	18054011-1-41
Kerékpáros Összei Alapítvány	19673934-1-41
Keresztény Ifjúsági Közhasznú Egyesület	18116832-1-41
KIMA Keresztény Ifjúsági Mozgás Alapítvány	18113507-1-41
Kontakt Alapítvány	18095991-1-41
Körhízi Önkéntes Segítő Szolgálat Alapítvány	18103122-1-41
KÖZI Alapítvány	18052522-1-41
Kövi Sándor Művelődési, Kulturális és Ifjúságvédelmi Alapítvány	19668181-1-41
Kristóf Szent János Hagyományörző Egyesület	18121991-1-41
Lakóközösségek Elértékelési Javításért Óbuda-Békásmegyert Egyesület	18121977-1-41
Liszt Ferenc Kamarazenekar Alapítvány	19667087-2-41
Magyar Bibliobusza Egyesület	18108907-1-41
Magyar Csillaghegyi Egyesület	18069162-2-43
Magyar Hospice Alapítvány	19663256-1-41
Magyar Művészeti Szervezetekért Egyesület	18025702-1-43
Magyar Művészeti Szervezetekért Egyesület	18117818-1-41
Megnyitandó Alapítvány, Résztvevő-Fejlesztő, Oktatói, Nevelési, Módszertani Tervezőközpont	18125342-1-41
Micimackó Városi utcai Óvoda Gyermekket Támogató Alapítvány	18081987-1-41
„Mű Színház” Alapítvány a Péntegi Művelődési	18136586-1-41
Művelődési Egyesület (Művelődési)	18097735-1-41
MOSOLYOG ÓVODAÉRT ALAPÍTVÁNY	18093531-1-41
Művelődési és Sportok Alapítvány	18112591-1-41
Napsugár Alapítvány (Károlyi óvó)	19664096-1-41
Nevelésfejlesztési Hálózatok és Segítő Társaság	18032729-1-41
Óbuda-Újvárosi Kulturális és Közművelődési Egyesület	18127021-1-41
Óbuda Aerobic és Karate SE	18130236-1-41
Óbuda Floor Sportegyesület	18135602-1-41
Óbuda Fogorvosok Gyermekorvosok Alapítvány	18052426-1-41
Óbuda-Hegyvidéki Egyesület	18088476-1-41
Óbuda Horvát Egyesület	18103672-1-41
Óbudai Hírcsapat Alapítvány	18114419-1-41
Óbudai Hegyvidéki Szabadidősport Alapítvány	18096215-1-41
Óbudai Ifjúsági Zenekar Egyesület	18123656-1-41
Óbudai Judo Club	18110069-2-41
Óbudai Kábel Judo Alapítvány	19061495-1-41
ÓBUDAI KÉZILABDA SPORTISKOLA SE	18126207-1-41
Óbudai Kerékpáros Klub	18112230-1-42
Óbudai Művészeti Közhasznú Alapítvány	18100473-1-41
Óbudai Orfom Segítő Alapítvány	18120495-1-41
Óbuda Sportegyesület	18062783-1-41
Óbuda Társadalmi Művelődési Munkáért Támogató Egyesület	18085132-1-41
Óbudai WIDE	18119488-1-41
Óbuda Wellness és Diaközpont Egyesület	18119488-1-41
Óbuda Alapítvány	18127382-1-41
Örökműködő Közhasznú Egyesület	18130856-1-41
Pais Dező DSE	19025537-1-41
„Pais Övödésért” Alapítvány	18119017-1-41
PENSEL Iskola Alapítvány	18123618-1-41
POZITÍV Országos Szociális Egyesület a Nehézben Közvetlen Gyerekek Megsegítésére	18074260-1-41
PRO AQUINO ALAPÍTVÁNY	19674076-1-41
Profil Sportegyesület	18136201-1-41
RAVE DANCE SPORT EGYESÜLET	18132094-1-41
Részvételi Megnevelési „RÁSE” Alapítvány	18052333-1-41
„Rendőrség az Iskolaért” Alapítvány	18122370-2-41
Rendőrségi Reményesség Járó Egyesület	18150241-1-41
Soktatók Magyarországi Szervezete	18154702-1-41
Széchenyi Alapítvány	18096927-1-41
Teljeskörű Közhasznú Alapítvány	18130535-1-41
TÖRTÉNELMI LOVAS EGYESÜLET	19363446-1-41
Tűzteremtés Gyermekorvosok Alapítvány	18017806-1-43
Tung Harcművészeti Sportegyesület	19065812-1-41
Universum Taekwondo Team Harcművészeti és Kulturális Sportegyesület	18108141-2-41
VACKOR ÓVODÁSOKAT TÁMOGATÓ ALAPÍTVÁNY	18081572-1-41
„Velemjáró” Alapítvány	18261086-1-41
Vidéki Egyesület	18119373-1-41
Wysoki Légo Hagyományörző Egyesület	18126453-1-41
Zöld Almák Óvodai Alapítvány	18076996-1-41
Zöldgömb Sport Klub	18081297-2-41



**ÓBUDAI SPORTAKADÉMIA**

**2013. 03. 05. kedd 18:00**

HELYSZIN: ÓBUDAI SZOCIÁLIS SZOLGÁLTATÓ INTÉZMÉNY  
(1033 Budapest, Kőkorona utca 3.)

**» VASEMBEREK**

ELŐADÓK:

- KÖB GYULA IRONMAN VERSENYZŐ
- ACS PETER IRONMAN VERSENYZŐ
- DR. HERRI GYULA IRONMAN VERSENYSZERVEZŐ
- ZELCSÉNYI MIKLÓS IRONMAN VERSENYSZERVEZŐ

MŰSORVEZETŐ: KREMER ZOLTÁN

BELEPÉS DÍJTALAN

[www.obuda.hu](http://www.obuda.hu) [www.statsport.hu](http://www.statsport.hu)

mozgásban a város

## Jégkorong

# Már harapnak a gepárdkölykök

Ügyesek, szorgalmasak, fegyelmezettek. A Gepárdok Jégkorong Egyesület (GJE) óbudai telephelyén naponta döng a palánk, csattognak az ütők, a Kalap utcai könnyűfém vázas jégsátorban több mint száz apró hokis palánta igyekszik minél magasabb szinten elsajátítani a sportág alapjait.

Megkapó látványt nyújtott a jégkorong palánták edzése. Náluk ismeretlen fogalom a sétafikálás, vagy a lötyögés, az egyórás gyakorlás alatt szinte megállás nélkül száguldozott mindenki. Ez a hozzáállás egyébként minimális elvárás korongos berkekben, így kötelező érvényű a Gepárdok minden játékosa számára. A szuper mini (4-8 évesek), mini (8-10), előkészítő (10-12), kölyök (12-14) és serdülő (14-16) korosztályos csapatok felkészítésében a korszerű edzésmódszereket alkalmazzák az edzők.

### Minél több játék

Doór András (egyben a klub elnöke), Péter Róbert, Hege-dűs Zoltán és Váradi Csaba alaposan ismerik a szakmát, játékos múltjuk és eddig szerzett tapasztalatuk révén garanciát jelentenek a minőségi munkára. Mivel a jégkorong mozgásanyaga meglehetősen bonyolult összetevőkből áll, igen alapos, sokoldalú képzés szükséges a szilárd alapok megteremtéséhez. A gyermekek először a korcsolyázást tanulják, csak utána vehetik kezükbe az ütőt.

Az edzéseken kiemelten kezelik a technikai elemek tanulását, de a gyakorlást rengeteg játékkal teszik színesebbé, vonzóbbá. A bajnokságban szereplő csapatoknál - a serdülők kivételével - például nem is rögzítik az eredményt, nem vezetnek táblát, hagyják, hogy a gyermekek csak a játékokra figyeljenek, minél több játékrutint szerezzenek. Az országos bajnokságon való részvétel sok utazással jár, hente, kéthetente játszanak mérkőzéseket, ami nagyban segíti fejlődésüket.

### Bízató jövőkép

A GJE-ben fokozatosan javulnak a működés feltételei, Hege-dűs Zoltán viszont már a jövőt is rózsaszínű szemüvegen át látja: - A bizakodás alapját elsősorban a TAO pályázaton szerzett többmillió támogatás jelenti, melynek segítségével megépül egy 60×30 mé-



**ASZTALITENISZ MINDENKINEK!** A Csillaghegyi Mozgás és Szabadidő Sportegyesületnél az asztalitenisz iránt érdeklődő gyermekek, szülei, valamennyi korosztály jelentkezését várják. Utánpótlás- és szabadidő-sport egyaránt üzhető, érdeklődés szerint. Iskolai helyszínek: Váradi, Medgyessy, Bárczi. (Jelentkezni lehet Kelen Balásznál a 06(70)314-0021-es telefonszámon és a csmsz.sport@gmail.com e-mail címen.)

## Ausztriai síturák a Rokonnal



Tisztelt Sportbarátok és Természetjárók! A Rokon Baráti Kör 2013-ban is egynapos ausztriai, buszos síturákat szervez. **Időpontok, helyszínek:** február 24-én Semmering/Hirschenkogel; március 3-án Semmering/Stuhleck. **Találkozás:** a túra napján 5.30 órakor az I. kerületi Batthyány téren, visszaérkezés kb. 22 órakor. **Részvételi díj:** 5900 Ft/fő, 14 éves kor alatt 3900 Ft. **Bővebb felvilágosítás:** Rokon Sportszerbolt, 1039 Bp., Mátyás király út 6. Tel.: 250-3038 vagy 06-20-450-3010.

Szeretettel várunk mindenkit!  
[www.rokonsport.hu](http://www.rokonsport.hu)

teres jégcsarnok Óbudán. Az önkormányzat által biztosított telken épülő jégpálya mérföldkő lehet az egyesületünk életében, hiszen sokkal jobb körülmények között tudjuk oktatni-nevelni a fiatalokat. A saját nagypályát kellően kihasználva megsokszorozódik az edzésidő, így akár négyszeresére is emelkedhet a szakosztály létszáma. Edzőtársaimmal már körbejártuk a kerületi általános iskolákat és azt tapasztaltuk, hogy a

gyermekek szívesen kipróbálnák a hazánkban is egyre népszerűbb sportágat.

A Kalap utcai sátorban naponta döng a palánk, csattognak az ütők, a szűkre szabott (30×15 méteres) jégfelületen 15-20 fős csoportok gyakorolnak. Ha felépül az új csarnok, a dupla nagyságú pályán kétszer annyi apró hokis palánta sajátíthatja majd el a sportág alapjait.

**Kép és szöveg: Lovas Albert**

## Budai Trapp téli teljesítménytúra

**A Budapesti Természetbarát Sportszövetség Gyalogtúra, Verseny és Rendezvény Bizottsága és a III. kerületi Természetbarát Bizottság huszonegyedik alkalommal rendezi a Budai Trapp téli teljesítménytúrát február 23-án a Budai-hegységben.**

**Irányítás helye, ideje:** Piliscsaba I. vasútállomás 7.30-tól 9.30 óráig. **Útvonal:** Piliscsaba-Nagyszénás-Nagykovácsi-Vörös-pocsolyás-hát-Fekete-fej-Hárs-hegyi körút-Hűvösvölgy-Vadaskert-Határ nyereg-

Újlaki-hegy-Virágos nyereg-Menedékház utca 22. Csúcshegyi Vendégház. **Táv:** 30 kilométer. **Szintemelkedés:** 1100 méter. **Szintidő:** 8 óra. **Nevezési díj:** 1400 forint. **MTSZ és TT tagoknak:** 700 forint. **Csomagszállítás:** 50 forint/csomag. A túrát teljesítők kitűzött, emléklapot kapnak, a célban forró teával és virslivel várják a beérkezőket. **(Információ: BTSSZ Gyalogtúra, Verseny és Rendezvény Bizottsága szerdai napokon 16-tól 18 óráig. Cím: V. Curia utca 3., másfél emelet. Tel.: 266-5924.)**

## Közérdekű tanácsadás

**A Lakóközösségek Életminősége Javításáért Óbuda-Békásmegyer Egyesület (LÉJÓBE) folytatja közérdekű tanácsadási szolgáltatását.**

Ön társasház vagy lakásszövetkezet lakóközösségében tulajdonosként, illetve bérlőként él és érdeksérelem érte? Vítája támadt a közös képviselővel, vagy a lakóközösséggel, netán az önkormányzattal?

Kérdései vannak, melyekre nem kap választ? Nem ismeri jogait, lehetőségeit, segítséget

szeretne? **Ingyenes tanácsadást** biztosítunk, ahol gyakorló társasházi és lakásszövetkezeti tisztségviselők válaszolnak kérdéseire.

**Időpont és helyszín:**

1. Békásmegyer, **február 27-én 17-től 19 óráig**, Békásmegyeri Közösségi Ház (Csobánka tér 5.).

2. Belső-Óbuda, **február 28-án 17-től 19 óráig**, Lajos utca 113., földszint, északi oldal, lakásszövetkezeti iroda. (Előzetes bejelentkezés: 367-8689.)

**LÉJÓBE**

## Ingyenes tanácsadások

• A Fidesz 4-es választókerületének megbízásából *dr. Tószó Balázs* ügyvéd minden hónap első keddjén (**legközelebb március 5-én**) 17-től 19 óráig a Csillaghegyi Közösségi Házban (Mátyás király út 13-15.) tart ingyenes jogsegélyt. \* *Dr. Gáthy Zsuzsanna* ügyvéd minden hónap harmadik csütörtökén (**legközelebb február 21-én**) 16-tól 19 óráig a Békásmegyeri Közösségi Házban (Csobánka tér 5.) tart ingyenes jogsegélyt. (Bejelentkezés nem szükséges, érdeklődni a Fidesz 4-es választókerületének irodájában, a Hímző utca 1. alatt, vagy a 453-2900-as telefonszámon lehet.)

• A Kereszténydemokrata Néppárt III. kerületi Szervezete a Váradi utca 17. szám alatti irodájában csütörtökönként 16.30-tól 18.30 óráig fogadóórát tart, amely minden hónap harmadik csütörtökén **ingyenes jogi tanácsadással** egészül ki.

• A Magyar Szocialista Párt óbudai szervezetének megbízásából *Búzás Antal Győző* minden hónap első csütörtökén (**legközelebb március 7-én**) 16-tól 18 óráig lakásszövetkezeti és társasházi tanácsadást tart az MSZP kerületi irodájában (Cím: Mókus utca 1-3. Bejelentkezés: hétfőtől csütörtökig 9-től 17 óráig a 368-9464-es telefonszámon.)



**Óbudai Nemzeti Estek**

Az est meghívott előadója:  
**vitéz Vesztergám Miklós:**  
**Első lépcsőfok a Szentkorona Tanhoz**

Időpont és helyszín: 2013. március 4., 18 óra  
Hotel Touring Békásmegyer  
1039 Budapest, Páncsodföld utca 38.  
Az előadás házigazdája: Balog Barna  
A belépés ingyenes

**JOBBIK**  
MAGYARORSZÁGI  
PÁRT

III. kerületi szervezet  
1039 Budapest,  
Kabar u. 11.  
<http://obuda.jobbik.hu>  
Telefon: (+36-30) 377 1857

**FOGADÓÓRA. Zsiga-Kárpát Dániel** (Jobbik Magyarországért Mozgalom) országgyűlési képviselő fogadóóráját minden hónap első péntekén 16 órától tartja a Kabar utca 11. szám alatti Jobbik irodában, illetve külön időpont egyeztetésére is mód van a [z.karpat.daniel@jobbik.hu](mailto:z.karpat.daniel@jobbik.hu) drótpostacímen.

**FOGADÓÓRA. Dr. Oláh Lajos** országgyűlési képviselő fogadóóráját tart. Az érdeklődők a +36/20-770-6593-as telefonszámon vagy a [lajos.olah@parlament.hu](mailto:lajos.olah@parlament.hu) e-mail címen jelentkezhetnek időpont-egyeztetés céljából. A következő fogadóóra témája: a felsőoktatás szétverése, ellehetetlenítése. A témához kapcsolódó megjegyzéseit, észrevételeit megküldheti a fenti elérhetőségek valamelyikére.



**MÉRRE TOVÁBB BUDAPEST?**  
2013. február 28.  
17:30  
A rendezvény házigazdája: Kiss László, önkormányzati képviselő  
**Fórum Horváth Csabával**

**Óbudai Kulturális Központ**  
1032 Budapest, San Marco utca 81.  
[facebook.com/MSZP.OBUDA](https://www.facebook.com/MSZP.OBUDA)  
[twitter.com/MSZPObuda](https://twitter.com/MSZPObuda)

**MSZP ÓBUDA - BÉKÁSMEGYER**  
Esély a változásra!



## Csökkentjük az árakat!



Tíz százalékkal csökkentettük a gáz-, a villamosenergia- és távhőárakat minden magyar háztartásban.

**Nem kapta meg a kedvezményt?  
Gondja van a számlával?  
Keressen minket, hogy segíthessünk!**

**Menczer Erzsébet**

a Fidesz óbudai országgyűlési képviselője

**Budapest 10-es számú választókerületi irodája:**

Cím: 1033 Budapest, Kaszásdűlő utca 7.

Telefonszám: 06-1/367-8791

MAGYARORSZÁGI KAMPÁNY A CSONTRITKULÁS ELLEN

## Meghívó INGYENES csontritkulás-mérésre

Meghívjuk azokat a 60 és 80 éves kor közötti hölgyeket egy ingyenes mérésre, akik még nem kezelték a csonttritkulásukat.



### MEGHÍVÓ A SYNEXUS KLINIKÁRA

Budapest, Bécsi út 61. (Kolossy tér közvetlen közelében)  
Közlekedés: ☎ 29, 65, 165, 86, 260, 206 ☎ 17, Szentendrei HÉV

JELENTKEZZEN AZ ALÁBBI TELEFONSZÁMOKON

hétköznap nyitvatartási időben 8:00 – 16:00-ig  
06 1 438 97 86 • 06 1 436 97 89 • 06 1 438 73 30

 SYNEXUS Magyarország

## Aquincum<sup>TM</sup> Dental<sup>TM</sup> FOGORVOSI RENDELŐ

INGYENES FELMÉRÉS! (röntgen nélkül)

AKCIÓ FEBRUÁR 20-tól MÁRCIUS 20.-ig

MINDEN HARMADIK TÖMÉS INGYEN

KIVEHETŐ FOGSOR 24.990.-Ft

BŐVEBB INFORMÁCIÓÉRT HÍVJON BIZALOMMAL!



TEL: 250 54 82

LAJOS UTCA 142 FÖLDSZINT 1 (Pest-Lécsa sarok)  
AQUINCUM DENTAL KFT

**új** h i r  
k e r t

Mi újság?  
5000 hír naponta  
hirkert.hu

### Könyvelés

könyvvizsgálat, adóbevallás  
cégeknek, társasházaknak,  
magánszemélyeknek.

Tel.: 06(30)984-8897; 388-4438

[www.bendakonyveles.hu](http://www.bendakonyveles.hu)

**medirest** ÉLJEN VELE  
JÓÍZŰEN!

**DIÉTÁS,  
ÍZLETES  
ÉTELEK**

06 30 448 0000  
06 20 407 6212  
06 70 942 9599  
[www.dietaotthonra.hu](http://www.dietaotthonra.hu)

Nyitási kedvezmény minden érdeklődőnek!

Tartósítószermentől, adalékanyagtól,  
ízfokozóktól mentesek az ételek,  
transzsavakat nem tartalmaznak.



HOZZA BE RÉGI SZEMÜVEGÉT ÉS ÚJÍTSA MEG STÍLUSÁT!

MINŐSÉGI SZEMÜVEGKERETEK

**-10.000 Ft**  
kedvezmény!

AZ ÖN OPTICNET PARTNERE:  
**Lens Optika**  
Eurocenter-Óbuda (1032 Bp., Bécsi út 154. I. em.)  
tel.: 1-4374-629 | [www.lensoptika.hu](http://www.lensoptika.hu)  
Nyitva tartás: Hétfő-10-20 óráig, Vasárnap: 10-18 óráig

**opticnet**  
SZAKÉRTŐ LÁTÁSSZABÁZSOK  
GROUPTJA

ÓBUDA, a III. kerületi Önkormányzat lapja, megjelenik 68.000 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. I. em. Tel./fax: 411-0266, 235-0417, 267-0525.

E-mail: [obudaujsag@ecom.hu](mailto:obudaujsag@ecom.hu)

Nyomás: Théma Nyomda Kft. 1106 Budapest, Jászberényi út 55.

Úgyvezető: **Cseszlai Róbert**

**Pest-budai Látkép**  
A HetiVálasz havi melléklete

Keresse a **február 21-i**  
számban!

Az összefogás lapja  
a Duna két partján

**HetiVálasz**



## Darus kocsit szakított le egy konzolt a Flórián térnél



Órákon át tartó óriási dugó alakult ki a Vörösvári és a Szentendrei úton, illetve a Pacsirtamező utcában az Árpád híd felé, mert a Flórián térnél egy darus kocsit szakított le a jelzőtáblákat tartó egyik konzolt február 4-én, a reggeli csúcsforgalomban. Csak araszolni tudtak a járművek, míg a tűzoltók elhárították az akadályt. Több autóbusz is módosított útvonalon közlekedett, az 1-es villamos egy szakaszán pótlóbuszok szállították az utasokat. A forgalmi rend délután állt helyre. Személyi sérülés szerencsére nem történt

## Ismét átúszta!

**A Nemzet Rozmárja, civil nevén Schirilla György sikeresen teljesítette a Nagy zajlás nevű országos turnéjának óbudai állomását, és a Hajógyári-sziget „K” hídjánál idén is átúszta a Duna mellékágát. Mindezt hősesben és mínusz öt fokos hidegben!**

Az ezer szállal Óbudához kötődő jégember bemutatóját nagyban nehezítette a Duna magas vízállása, melynek következtében öreg fák törzsei között kellett a vízbe ereszkednie. Biztonságára tűzoltóhajó és búvárok vigyáztak. A túlparton ismerősök, óbudaiak fogadták, akiknek elmondta, hogy valamikor régen édesapja is - akinek a hagyományát immár tizenkét éve folytatja - a Duna ezen szakaszán készült fel

legendás téli úszásaira, amit Ő „edzőként” kísért figyelemmel.

Az úszást megelőző közös örömfutáson óbudai fiatalok kísérték el egy körre a sportolót a Hajógyári-szigeten. Ráhangolásként a kerületben működő sportegyesületek - a Welldance S. E., a

Medgyessy Ferenc Általános Iskola mozgásművészeti csoportja, a Dance Factory és a GildaMax - növendékei szórakoztatták a közönséget az Audi Centrum Budapest autószerelőjében. A programot Kelemen Viktória alpolgármester nyitotta meg. (d)



Fotók: ANTAL ISTVÁN

## SZERELMESEK, NAPOK...



## Hahota

A férj hazatér a munkából.  
- Éhes vagy? - kérdi a felesége.  
- Ettem odabent.  
- Kérsz inni?  
- Ittam odabent.  
- Lehetnél egy kicsit kedvesebb!  
- Az voltam odabent!

\*\*\*

Tóth bácsinál csöng a telefon:  
- Uram, ön máris nyerhet ötszázezer forintot, ha nemmel válaszol az első kérdésemre! Készen áll?  
- Igen!

\*\*\*

- Mekkora sebességgel halad a fény? - kérdezi a tanár a gyerekektől.  
- Azt nem tudom - felel Pistike -, de az biztos, hogy reggelként túl gyorsan ér ide!

\*\*\*

- Apu, képzeld, ma kihívtak a tanító néni a táblához!  
- Remélem, nem vallottál szégyent!  
- Ugyan már! Ki nem tud letölteni egy táblát?!

\*\*\*

- Kisfiam, hol a bizonyítványod?  
- Kölcsönadtam a barátomnak.  
- Miért?  
- Meg akarja ijeszteni a szüleit.

\*\*\*

A páciens beállít a pszichiatérhez:  
- Doktor úr, engem semmibe se vesznek az emberek!  
- A következőt!

\*\*\*

- Miért rohant ki a műtőből? - kérdezi a nővér a beteget.  
- Mert hallottam, hogy a műtősnő azt mondta: „Mitől fél ez csak egy vakbélműtét!”  
- Na és!  
- Nem nekem mondta, hanem a sebésznek!

\*\*\*

Történelemórán kérdezi a tanárnő a gyerekeket:  
- Miről volt híres Kolumbusz Kristóf?  
- Hogy vízum nélkül eljutott Amerikába! - feleli Karcsi.

\*\*\*

- Szerinted hány éves lehet a mamám? - kérdi Zsuzsi a barátjától.  
- Drágám, én zenetanár vagyok, nem régész!

\*\*\*

- Mi az abszolút étvágytalanság?  
- Amikor az embernek már azok az ételek sem ízlenek, amelyektől eltöltötte az orvos.

## PYRON A PAPIRON

PYRON

Nagykereskedés, 3000 fajta árucikk, írószer, irodaszer, iskolaszer, papíráru.  
1038 Budapest, Szentendrei út 218-220. Tel.: 240-9509, 250-4904

PYRON