



■ KELENFÖLD ■ ŐRMEZŐ ■ GAZDAGRÉT ■ ALBERTFALVA ■ KELENVÖLGY ■ LÁGYMÁNYOS ■ SASAD-SASHEGY ■ GELLÉRTHEGY ■ SZENTIMREVÁROS ■

# ÚJBUDA



XIX. ÉVF. 20. SZÁM

„Az Idő igaz, s eldönti, ami nem az”

2009. OKTÓBER 28.

WWW.UJBUDA.HU

# 1956

## A szabad Magyarország nemzeti ünnepe

MÁRAI SÁNDOR:  
Mennyből az angyal

Az üszkös, fagyos Budapestre.  
Oda, ahol az orosz tankok  
Között hallgatnak a harangok.  
Ahol nem csillog a karácsony.  
Nincsen aranydió a fákon,  
Nincs más, csak fagy, didergés, éhség.  
Mondd el nekik, úgy, hogy megértsek.  
Szólj hangosan az éjszakából:  
Agyal, vigyél hírt a csodáról.  
...

Mondd el, mert ez világ csodája:  
Egy szegény nép karácsonyfája  
A Csendes Éjben égni kezdett –  
És sokan vetnek most keresztet.  
Földrészek népe nézi, nézi,  
Egyik érti, másik nem érti.  
Fejük csóválják, sok ez, soknak.  
Imádkoznak vagy iszonyodnak,  
Mert más lóg a fán, nem cukorkák:  
Népek Krisztusa, Magyarország.

És elmegy sok ember előtte:  
A Katona, ki szíven döfte,  
A Farizeus, ki eladta,  
Aki háromszor megtagadta.  
Vele mártott kezét a tálba,  
Harminc ezüstpénzért kínálta  
S amíg gyalázta, verte, szidta:  
Testét ette és vérét itta –  
Most áll és bámul a sok ember,  
De szólni Hozzá senki nem mer.

Mert Ő sem szól már, nem is vádol,  
Néz, mint Krisztus a keresztfáról.  
Különös ez a karácsonyfá,  
Ördög hozta, vagy Agyal hozta –  
Kik köntösére kockát vetnek,  
Nem tudják, mit is cselekesznek,  
Csak orrontják, nyínak, gyanítják  
Ennek az éjszakának a titkát,  
Mert ez nagyon furcsa karácsony:  
A magyar nép lóg most a fákon.  
...

Nem érti ezt az a sok ember,  
Mi áradt itt meg, mint a tenger?  
Miért remegtek világrendek?  
Egy nép kiáltott. Aztán csend lett.  
De most sokan kérlik: mi történt?  
Ki tett itt csontból, húsból törvényt?  
És kérdik, egyre többen kérlik,  
Hebegve, mert végképp nem értik –  
Ők, akik örökségbe kapták –:  
Ilyen nagy dolog a Szabadság?

Agyal, vidd meg a hírt az égből,  
Mindent új élet lesz a vérből.  
Találkoztak ők már néhányszor  
– A költő, a szamár, s a pásztor –  
Az alomban, a jászol mellett,  
Ha az Élet elevent ellett,  
A Csodát most is ők vigyázzák,  
Leheletükkel állnak strázsát,  
Mert Csillag ég, hasad a hajnal,  
Mondd meg nekik, –  
mennyből az angyal

(részletek)



Iskolások az Október 23.-a utcánál



Fiatalkok a Műegyetemnél



Emlékezők a Szent Imre Kórház udvarán

## A forradalom üzenete

Öt évvel a forradalom után születtem. Tizenévesként még éltem a kettős beszéd álságos időszakában, de a nyolcvanas évekre már a mi korosztályunk tagjainak nyilvánvaló volt, hogy 1956 őszén a magyar nemzet történetének talán legfényesebb lapjait írták. A forradalom és szabadságharc akkor elbukott, de céljai húsz évvel ezelőtt, a rendszerváltással győzelemre jutottak. A mi országunk, a Magyar Köztársaság 1956 politikai örököse, és mi, mindannyian, akik itt élünk e hazában és hiszünk a szabadság és a demokrácia eszméiben, '56 örökösei vagyunk.

A magyar emberek többsége mást és rendszerint többet várt a rendszerváltástól, mint amit kapott. A szabadságot, a függetlenséget és a demokráciát akartuk mindannyian, de sokan egyszerűen csak jobban akartak élni. Hittek, hittünk a csodában, kimondva-kimondatlanul bíztunk abban, hogy a rendszerváltással megoldást találtunk problémáinkra is. Ma már jól látjuk, hogy a rendszerváltás politikai súlyos hibát követtek el, amikor nem tették mindenki számára nyilvánvalóvá, hogy országunk, nemzetünk 1989-ben csupán egy lehetőséget kapott arra, hogy saját erejéből rendbe tegye dolgait, de ahhoz, hogy ezt végbe is vigyük, összefogásra és következetes, kitartó közös munkára van szükség.

Nagy utat tettünk meg ugyan két évtized alatt, de ez az út sosem ér véget, nap mint nap meg kell küzdenünk személyes életünk és országunk jobbításáért. Ez a nemes törekvés viszi előre nemzetünket. Nem várhatunk arra, hogy majd valaki helyettünk és nélkülünk megoldja a mi közös életünket, ebben csak magunkra számíthatunk. A szabadság egyben mindig felelősség is. Nagy szavak, súlyos fogalmak ezek, de mindennapi cselekedeteinkben is van értelmük. Csapataink most nem állnak harcban, nincs olyan ellenségünk, akit legyőzve majd minden jóra fordul, és még lehet, hogy csapataink sincsenek. Saját korlátainkat kell legyőznünk, ami sokkal nehezebb, mert ma a széthúzás, a tehetetlenség, az együttműködésre való képtelenség a mi igazi nemzeti ellenségünk.

Nekünk, újbudaiaknak 1956 még személyesebb emlék, hiszen október 22-én a Műgyetem volt a mozgalom egyik emblemikus helyszíne, kiindulópontja. Képviselőként és Újbuda polgármestereként az októberi napok számunkra legfontosabb örökségét abban látom, hogy megmutatta, hogy mi, magyarok képesek vagyunk a közös cselekvésre, együttműködésre, nemzeti egységre. Bár az országos politika zaklatottsága ma szűk teret hagy az együttműködő elképzeléseknek, én hiszem és tudom, hogy a kisebb közösségek, települések, városok – és így Újbuda is – képesek mintát mutatni a közös értékek és érdekek felismerésére, az együttes cselekvésre. A mi városrészünk az elmúlt években is sokszor járt elől jó példával, és őszintén remélem, ez továbbra is így marad.

Magyarországot egy szabad, tehetséges és tetterkész nemzet lakja. Mi, magyarok úrrá tudunk lenni a nehézségeken, ha felismerjük – és szerencsére mind többen látják így ezt –, hogy egyes nézeteink különbözősége nem lehet akadály a józan együttműködésnek. Történelmi múltunk közös és oszthatatlan, és a jövő felé vezető úton is együtt kell végigmennünk. 1956 öröksége és a rendszerváltás nagy, közös nemzeti teljesítményünk. Ismét meg kell tanulnunk közös történelmünk jeles napjait együtt ünnepelni. 1956 hősei, ha sajnos fogyatkozó számban is, de még közöttünk élnek. Tiszteljük meg őket is azal, hogy nemes céljaikat beteljesítve, egységes nemzetként munkálkodunk az erős, független, igazságos és virágzó Magyarorszáért.



Molnár Gyula

Újbuda polgármestere,  
országgyűlési képviselő



A fény, a színek, a formák ünnepe, azaz a Festészet Napja közel egy évtizedes múltat tekint vissza, de talán kevesen tudják, hogy ez a művészeti fesztivál Újbudáról indult.

## A magyar festészet napja

képes összeállításunk a lap 9. oldalán





A POLGÁRMESTERI HIVATAL ÜGYFÉLFOGADÁSI RENDJE:

Hétfő: 13.00–18.00-ig  
Szerda: 08.00–16.00-ig  
Péntek: 08.00–12.00-ig

A POLGÁRMESTERI HIVATAL ÜGYFÉLSZOLGÁLATÁNAK FÉLFOGADÁSI RENDJE:

Hétfő: 08.00–18.00-ig  
Kedd: 08.00–18.00-ig  
Szerda: 08.00–18.00-ig  
Csütörtök: 08.00–18.00-ig  
Péntek: 08.00–16.00-ig

Telefonszám: 372-4500  
Honlap: [www.ujbuda.hu](http://www.ujbuda.hu)

KIHELYEZETT ÜGYFÉLSZOLGÁLATI ÉS OKMÁNYIRODÁK

■ Eleven Center, Rétköz u. 7.  
Nyitva: hétfőn 15–19, kedden 9–13, szerdán 14–18, csütörtökön 14–18, pénteken 9–13 óráig.  
Telefon: 248-0777, 248-0778.

**ÜGYFÉLSZOLGÁLATOK**  
(okmányügyintézés nincs)  
■ Kardhegy u. 2. Nyitva tartás: hétfőn 9–12, szerdán 14–17 óráig.  
Tel.: 424-5363.  
■ Fehérvári út 182. Nyitva tartás: hétfőn 14–17, szerda 9–12 óráig.  
Tel.: 372-3497.

**BM KÖZPONTI OKMÁNYIRODA**  
■ Fehérvári út 83. Nyitva tartás: hétfőn csütörtökig 8.30–16, pénteken 8.30–13 óráig.  
Tel.: 371-1324.

**IFJÚSÁGI TANÁCSADÓ-IRODA**  
Bántalmazott, erőszak áldozatává vált, krízishelyzetben lévő gyermekek és felnőttek számára készenléti telefon éjszaka, valamint a hétvégi, illetve ünnepnapokon. Tel.: 06/30/459-5090.

**KATASZTRÓFAVÉDELME**  
Katasztrófahelyzetekben Újbuda Önkormányzata Polgári Védelmi Kirendeltsége segítséget nyújt. Zöldszám: 06/80-630-600 (éjjel-nappal), ügyelet: 06/1-318-2218 (éjjel-nappal), kirendeltség: 06-1-385-0078 (munkaidőben).

Képviselői fogadóórák, programok

**FODOR VINCE (MDF)** alpolgármester. Alpolgármesteri fogadóóra: minden hó harmadik hétfőjén 15–17 óráig a XI. kerületi Önkormányzat Polgármesteri Hivatal (Zsombolyai u. 5.) III. emelet 307-es tárgyalójában. Bejelentkezés az alpolgármesteri fogadóóra a Igazgatási Csoportnál személyesen, vagy telefonon a 372-4577 számon.

**HAJDU LÁSZLÓ** önkormányzati képviselő fogadóórája telefonos egyeztetés alapján lehet időpontot kérni. Telefonszáma: 06/30/817-2303.

**JUNGHAUSZ RAJMUND (FIDESZ)** képviselő minden hónap első péntekén 17–18 óráig tartja fogadóóráját az Örmzei Községi Házban, (Cirmos u. 8.). Tel.: 06/70/9424-624. E-mail: [junghausz.rajmund@fidesz.hu](mailto:junghausz.rajmund@fidesz.hu).

**DR. KUPPER ANDRÁS (FIDESZ)** képviselő minden hónap első keddjén 17 órakor tartja fogadóóráját a kerületi Fidesz gazdagréti irodájában, a Regös utca 13.-ban.

**LAKOS IMRE (SZDSZ)** alpolgármester. Alpolgármesteri fogadóóra: minden hónap harmadik szerdáján 16–17 óráig a Polgármesteri Hivatalban (Zsombolyai u. 5.). Erre bejelentkezés az Igazgatási Csoportnál személyesen, vagy a 372-4577-es telefonszámon lehet. Önkormányzati képviselői fogadóóra: minden hónap utolsó szerdáján 17 órakor az Albertfalvi Községi Házban.

**MOLNÁR GYULA (MSZP, 16. VK.)** országgyűlési képviselő november 12-én 17–18 óráig tart fogadóóráat az MSZP kerületi irodájában (Mérnök u. 40.).

**DR. RÉTVÁRI BENCE (FIDESZ, 15. VK.)** országgyűlési képviselő minden hónap első és harmadik csütörtökén tartja

A kerület hete Újbudán – 2009. november 9–14.

Szeretem Újbudát – Újbuda szeret!

Immár hetedik éve ünnepeljük a 11. hónap 11. napján a kerület napját Újbudán, mely idén egy egyhetes tematikus héttel egészül ki „Szeretem Újbudát – Újbuda szeret!” címmel. Egy-egy nap tematikája a kerület fő alappilléreire épül, melyek meghatározzák a lakók mindennapi életét. Ezért Újbuda Önkormányzata november 9–14. között különböző szakmai és nyilvános programokat szervez, melyek lehetőséget nyújtanak a kerületben élőknek, hogy személyesen is betekintést nyerjenek a már megvalósult és folyamatban lévő programokba, valamint kedvet kapjanak ahhoz, hogy csatlakozzanak néhányhoz.



November 9. – Az oktatás napja

„Fehér falak, virágos kertek” címmel együttműködési megállapodás készül annak érdekében, hogy az Újbudai Speciális Szakiskola diákjai szakmai gyakorlatára, illetve végzés utáni foglalkoztatására adjanak lehetőséget különböző intézmények. „Szívünk friss levegőt!” címmel jövőre levegőszennyezettség-mérés lesz a kerületi iskolákban, melyről az intézményvezetők az Országos Környezetegészségügyi Intézet szakembereitől kapnak előzetes tájékoztatást egy előadáson. Molnár Gyula polgármester rendhagyó osztályfőnöki órát tart 17–18 éves diákok részére állampolgári ismeretekből, választójogi kérdésekről, továbbá bemutatja az önkormányzat működését. „Digitális iskola” címmel nyolc újbudai intézmény részvételével tanárok és diákok közösen ismerkedhetnek meg a digitális táblához tartozó tanulói lappal.

November 10. – A kultúra napja

A Bartók Béla úti kulturális városközpont projekthez kapcsolódóan Molnár Gyula polgármester 10 órakor mutatja be a Hadik Kávéház már felújított helyiségét. 350 hátrányos helyzetű óvodás nézheti meg a Budapesti Bábszínházban a Csizmas kandúr című előadást.

Gáti György képeiből nyílik kiállítás 17 órakor a Karinthy Szalonban Szent Péter tenyerén – Ustroni Anzixok címmel.

November 11. – A kerület napja

Hivatalosan megnyitják az Allee Bevásárlóközpontot a volt Budai Skála helyén. Pedagógusok, óvodapedagógusok és diszdiplomások köszöntése. Szociális munkások köszöntése. Arnóti András képzőművész kiállításának megnyitója 17.30-kor az Újbuda Galériában. Egy játékonysági esten a kerületi kiténtések átadása, valamint a kerületi díszpolgárok köszöntése.

November 12. – A felnövekvő nemzedék napja

Zsúrral egybekötött faültetés a Transzit Art Cafe mögötti Babaligetben az Újbuda-babák részvételével. Molnár Gyula polgármester köszönti a 2009. november 11-én, a kerület napján született Újbuda-babákat. Az idén 40 éves Újbudai Grosics Gyula Sport Általános Iskolában Papp László Ösztöndíjak átadása, valamint a budapesti és országos iskolai sportversenyek 1–3. helyezettjeinek díjazása.

November 13. – Zöld Újbuda és Új Rend Újbudán

A Közbiztonsági és Bűnmegelőzési Centrum megnyitása alkalmából a Kobak

programon be-  
lül általános iskolás  
gyerekek közlekedésbiztonsági oktatásban vesznek részt. Molnár Gyula polgármester a Teleki Blanka Általános Iskola diákjaival együtt vesz részt a kerületi őszi nagytakarításban. A kerület iskoláiból összeállt csapatok mérik össze főztudásukat az Újbudai Speciális Szakiskolában. Márton-napi finomságokat főznek, majd a kész ételeket a szakiskola diákjaival együtt fogyasztják el.

November 14. – 60+ és a sport napja

Városrészek közötti futás 11 órakor. Indulás az alábbi helyszínekről érkezés Kelenvölgybe a Kelen SC Hunyadi úti pályájára.

Örmező–Kelenvölgy  
Albertfalva–Kelenvölgy  
Gazdagréti–Kelenvölgy

A kerületi 60+ klubokból az idők és az Újbudai Torna Club által szervezett sportolók gyalog vagy nordic walkinggal indulnak el a Lágymányosi-öbölbe, a záróprogramra. (A helyszínrre BKV-buszt járat indul negyedóránként 14–19 óra között) A kerület hete záróprogramja 17 órakor kezdődik a Lágymányosi-öbölben, ahol a résztvevők egy-egy méceszt bocsátanak vízre a Dunán. Az öbölbe gyalog és járművön érkezőket forralt borral, teával és hagymás zsíros kenyérral várják.



**Legalább három évet csúszik a 4-es metró elkészülése: az első szakaszon leghamarabb 2013 első hónapjaiban utazhatunk majd. Pesten ugyanis a korábban vállalt 22 hét helyett csak 50 hét alatt írja meg a kivitelező az alagutakat. A késés Újbudán nem hátráltatja a munkálatokat.**

Megint csúszik a 4-es metró átadása, ezúttal tíz hónapot: leghamarabb 2013-ban lehet majd utazni az első szakaszon. Az alagútúrát végző Bamco cégcsoport a Kálvin téri pajzsbetöréskor bejelentette, hogy csak 50 hét alatt építi meg a pesti szakaszt az eredetileg vállalt 22 hét helyett. Így a metró több hónapos próbaüzeme – a jelenlegi ütemterv szerint – csak 2012 őszén kezdődhet meg. A Bamco egyebek mellett azzal magyarázza a késést, hogy a pesti oldalon sok állomás már majdnem teljesen kész, ezért nehezebben tudja megközelíteni a munkaterületet a pajzsok érkezésekor és indításakor.

A DBR Metró Projektigazgatóság szerint viszont az a probléma, hogy a Bamco túlvállalta magát, és a tervezettnél lassabban halad. Ezenkívül a budai oldalon többször állt a fúrás a szerződő felek közötti viták következtében, továbbá a tervektől eltérő építési ütem miatt a hatóság hetekre leállította a munkát. A most bejelentett késésért nem követelhet kártérítést a főváros, mert a szerződés legfeljebb tízszázalékos kötbért engedélyez, ezt pedig a korábbi csúszások alkalmával már igényelték. A DBR Metró ugyanakkor arra törekszik, hogy ha más alvállalkozók

többletpénzt igényelnek a mostani késés miatt, akkor azokat a követeléseket áthárítsa a Bamcóra.

Nem először tolják el a metró első szakaszának átadási határidejét. Amikor 2006 tavaszán lerakták az alapkövet az Etele téren, a városvezetés és a beruházók még 2009 decemberi átadásról beszéltek. Egy évvel később már 2010 vége volt a határidő. Ez tolódot fokozatosan a jelenlegi, pontosan meg nem jelölt időponthoz. A beruházást irányító *Klados Gusztáv* most azt mondta, 2012 őszénél hamarabb nem kezdődhet el a próbaüzem. Ez pedig néhány hónapig biztosan eltart: három-hat hónapot számolnak erre a szakértők, akik szerint egy automata rendszerű metrónál különösen fontos a tesztüzem.

Jó hír azonban, hogy az alagútúrás újabb csúszása már nem befolyásolja a budai állomásépítések határidejét. Erről tájékoztatta lapunkat *Pető Szabolcs*, a DBR Metró szóvivője. A Mórícz Zsigmond körterén várhatóan 2010 végén, a Bocskai úton 2011 nyarán tudnak végleg elvonulni a munkások a felszínről, így akkor lehet majd teljesen rendezni a két állomás környékét. Pár helyen viszont már korábban leszűkítik a munkaterületet: például a körterén teljes szélességében lehet majd használni a járdákat. A Szent Gellért téren jövő őszre fejezik be az állomás kijáratának építését, ezután használhatják újra az autósok a Műegyetem rakpartot.

Néhány könnyebbiségre azonban már most is számíthatunk: október végén újabb utakat adnak vissza a forgalomnak Pesten, és ez Újbuda közlekedését is segíti.

A Vármház körül és a Múzeum körül felújítását befejezik ezen a héten, valamint elkészül egy sáv a Kálvin téren a villamosvágányok és a munkaterület között. Így a Kálvin téren már mindkét irányba át lehet majd autózni. A 2-es villamos is újraindul a teljes vonalon, október 30-án.

És míg a felszínen – főleg Budán – egyre kevesebbet látni az állomások építéséből, a mélyben tovább tart a munka. Az alagútban futó vágányok építéséhez most mérik fel pontosan a vonalvezetést. – Ezután a henger alakú alagút alját kitöltik betonnal, hogy a síneket vízszintes alapra tudják lefektetni – magyarázza *Kovács Levente*, Újbuda metróbiztos. Ki kell építeni az áramellátási és a vezérlési rendszert is. Emellett a Szent Gellért tér és a Mórícz Zsigmond körter között elkezdték az úgynevezett átkötő vágány fúrását is: ezen keresztül jutnak majd át a szerelvények az egyik alagútból a másikba. Mivel a két alagút már elkészült, az összekötés igen bonyolult munka, szinte centiméterről centiméterre kell majd haladniuk az építőknak, nehogy kárt okozzanak az épületekben. Az átkötés ezért egy évig tart, az első alagútgűrűket már elkezdtek visszabontani.

Közben látványos szakaszához érkezett a kelenföldi járműtelep építése. Miután elkészítették a víz, a csatorna, az elektromos és a kommunikációs hálózatokat, illetve kialakították a záportározókat, elkezdték felhúzni az épületeket. A későbbi irányító központot már betonozzák. Innen vezérlik majd távműködtetéssel a metrószerelvényeket, amelyek vezető nélkül működnek.

(G. P.)

fogadóóráját, 17–18 óráig a KDNP-irodában (Karinthy F. út 9.).

**DR. SCHNELLER DOMONKOS (FIDESZ)** önkormányzati képviselő minden hónap 2. és 4. hétfőjén tartja fogadóóráját 16–17.30 óra között a Bethlen Gábor Általános Iskolában (Bartók Béla út 141.).

A XI. KERÜLETI MSZP PROGRAMJA

Helyszín: Mérnök u. 40. Tel.: 204-2806 ez egyben a 16-os sz. országgyűlési választókerület választási irodája. Nyitva tartás: hétfőtől-csütörtökig: 10–17 óráig pénteken: 10–13 óráig Állandó programok: Minden hónap első szerdáján 17 órától: jogi, munkaügyi-munkajogi; adó, könyvvizetési és vállalkozási; lakás-építési, -vásárlási, -felújítási ügyekben ingyenes tanácsadás. 15-ös sz. országgyűlési választókerület választási irodája. Helyszín: Bartók Béla út 19. (bejárat a Mészöly u. felől), Tel.: 466-6235. Nyitva tartás: csütörtök: 16–18 óráig. 17-es sz. országgyűlési választókerület választási irodája. Helyszín: Kaptárkó u. 8. Tel.: 247-1711. Nyitva tartás: hétfőn: 16–19 óráig, csütörtökön: 16–19 óráig.

A XI. KERÜLETI FIDESZ PROGRAMJAI

Helyszín: Fidesz-iroda, Budafoki út 9–11. Tel.: 209-3439 vagy a 20/471-4972. Nyitva tartás: hétfőtől csütörtökig 10–18, pénteken 11–17 óráig. Minden hónap első és utolsó szerdáján 15–17 óráig munkaüggyel, tb-vel, gyeddel, gyessel, adózással, nyugdíjazással kapcsolatos tanácsadás. Dr. Oláh András ügyvéd ingyenes jogi tanácsadást tart kedden 15–17 óráig. Ingyenes jogsegélyszolgálat: november és december 2. szerdáján 16–18 óráig; Fejér Lipót u. 63., főemelet 3. Minden hétfőn 14 órától táplálkozási tanácsadás. Szeretetklub működik minden hónap 2. csütörtökén 10–12 óráig, ahová várunk minden korosztályt, nőket és férfiakat, ahol bármiről elbeszélgethetünk. Célunk, hogy segítsük egymást vidám hangulatban. Díjmentes lakáshitel és befektetési tanácsadás magánszemélyeknek hétfőnként 17–18 óra között, bővebb info [www.kiado.hu](http://www.kiado.hu). Időpont: Rozgonyi György pénzügyi tanácsadó 06/20/958-6769. Októbertől minden szerdán 10 órától kismamatorna „Kötődően nevelő” anyukák részére. Program: Október 29. 18.00 közeleti est Életünk esélyei és kockázatai a mai Magyarországon címmel. Előadást tart: prof. dr. Iván László Fidesz országgyűlési képviselő, pszichiáter, gerontológus. Házigazda: Engel Józsefné 15 vk. nyugdíjas tagozat elnöke

A FIDESZ-KDNP ÚJBUDA FÓRUMAI

November 3-án 18 órakor a lágymányosi Bárdos Lajos Általános Iskola és Gimnázium (Baranyai u. 16–18.). Tartja. Vaszilov Eszter bizottsági tag. Téma: a távfűtés.

SZDSZ-ÉRTESÍTÉS

Az SZDSZ Ecsed utcai székházának telefonszáma megváltozott. Új számuk: 788-6695.

MDF-HÍREK

Az MDF XI. kerületi irodája (Bartók B. út 61. bejárat a Fadrusz u. felől) hétfőn és szerdán 15–18 óráig tart nyitva. Ugyanitt Dr. Tóth László ingyenes jogi tanácsadást tart minden hónap első és harmadik hétfőjén, 16 órától, amíg érdeklődő van.

A KDNP PROGRAMJAI

Látogassa meg az Országházat! Dr. Rétvári Bence vezetésével parlamenti látogatást szervezünk. Jelentkezni lehet a Karinthy Frigyes út 9. sz. alatti irodában. Tel.: 209-0474.

MIÉP-HÍREK

A MIÉP XI. Bartók Béla út 96. alatti irodája szerdán 9–19, csütörtökön 9–12 óráig tart nyitva. A Magyar Fórum régebbi számai ingyen elvihetők. Szerdánként 10–12 óráig dr. Csigi Zsolt ügyvéd ingyenes jogi tanácsadást tart. Előzetes egyeztetéssel Kerekes Péter (20/5129-001) lelkesegély-tanácsadást, önvédelmi és jogoktatást, Szalkai Péter (20/3768-468) fogyasztóvédelmi tanácsadást tart fogyasztóknak és nem-fogyasztóknak.

A MUNKÁSPÁRT HÍREI

A kerületi szervezet hétfőtől csütörtökig 10–16, pénteken 10–13 óráig tartja nyitva irodáját (Bartók Béla út 79.). Ugyanitt ingyenes szépirodalmi kis-könyvtár várja az érdeklődőket.



Novák Ede hagyatékából nyílt kiállítás a TIT Stúdióban

# Egy korszak utolsó zsinagógája

A TIT Stúdióról a legtöbb embernek Öveges professzor jut eszébe, másoknak inkább a természettudományi kiállítások vagy a nemrégiben nyílt 60+ Klub- és programközpont. Csak nagyon kevesen tudják, hogy az épület eredetileg zsinagógaként működött, és egyik tervezője a kor egyik leghíresebb építésze, Novák Ede volt. Ezért választotta Novák Mária az „Édesapámnak nagyapámról” című emlékkiállítás helyszínéül a Bocskai úton található épületet.

Már csak az idősebbek emlékezhetnek az 1936. szeptember 17-én, a Lenke úton (jelenleg Bocskai út) felavatott, ezer személyt befogadó zsinagógára. A templomépitést az indokolta, hogy a múlt század harmincas éveinek elején már négy imaterem működött Lágymányoson, illetve Kelenföldön. A templom valójában egy épületkomplexum első ütemeként készült el, a további, különböző rendeltetésű épületszek megvalósítása azonban – a történelmi események miatt – nem történt meg. Markáns, díszítés nélküli formáival, vasbeton vázszerkezetével új irányt mutatott a zsidó templomépitészetben.

Mivel azonban a II. világháború előtt Budapesten több zsinagóga már nem épült, az adott építkezés egy korszak lezárását is jelentette. Az épületet 1950-ben államosították, majd 1966-ban adták a Tudományos Ismeretterjesztő Társulat kezelésébe. Alig 30 éve állt, máris hozzáfogtak az átépítéséhez, amivel a legjelentősebb építészeti értékeit számolták föl. A külső falak határolta, osztatlan belső terét szintekre tagolták, melyeken különböző helyiségeket alakítottak ki. Ennek következtében az ablakokat is felszabdalták, lekerekített záródásaitak kisarkították. A külső díszí-



Dömök Viktória

téseket maradéktalanul eltávolították. Az építmény eredeti rendeltetésére ma már csak a kovácsoltvas kerítés menóra díszítése utal, valamint az a fotókiállítás, amelyet az építész unokája – és egyben az Elfeledett Magyar Műemlékekért Alapítvány elnöke –, Novák Mária nyitott meg „Édesapámnak nagyapámról” címmel.

Az Építészet Hónapja keretében megrendezett tárlat apropóját az 1951-ben elhunyt építész hagyatékából előkerült korabeli fotográfiák adták. A bemutatott anyag mintegy 150 archív és új fotón keresztül idézte fel Novák Ede épületeinek egykori, illetve mai állapotát, ezek mellett számos tervrajzot, személyes dokumentumokat és díjakat is felvonultatott. A munkássága során hosszú ideig Barát Bé-

lával közösen dolgozó Novák Ede számos bérházat és villát tervezett; Albertfalván a Fegyvernek–Építész–Karcag–Vegyész utca által határolt területen 100 ház őrzi keze nyomát.

A hagyatékából előkerült fényképek a kor legkiválóbb fotóművészeinek, Seidner Zoltánnak, Berger Rezsőnek és Kozelka Tivadarnak munkái, így a tárlat egyben tisztelgés is a fotográfusok emléke előtt. A mindössze két hétig nyitva tartó kiállítás rövid multidézését egy méltó katalógus teszi maradandóbbá. A katalógus önálló kiadványként is életképes lesz: az építész életrajzán kívül az egyes épületek tervrajzai, történetei, korabeli fotói, mai állapotuk fényképei szerepelnek benne.

Kelemen Angelika

## FŐVÁROSI HÍREK

zettnél kevesebb forrása van a Nemzeti Infrastruktúrafejlesztőnek.



Decembertől közlekednek majd az első új metrókocsik a 2-es metró vonalán – közölte a BKV, miután elvégezték az első teszteket. Az új, végig egybenyitott szerelvényeket először vizsgálták kísérő jármű nélkül, önállóan, és a mérések nem mutattak hibát, a kocsik nem rángattak. Ezt megelőzően az egyik szerelvény 14 ezer kilométert futott az Őrs vezér tere és a Pillangó utca között ingázva. A 2-es metróvonalra az Alstom 22 darab, egyenként 5 kocsiból álló szerelvényt gyárt.



Mégis lesz kerékpárút a Margit híd déli oldalán is. A Fővárosi Közgyűlés támogatta azt a javaslatot, amely visszaállította az eredeti elképzelést: a felújítás során az északi oldalon kétirányú, a délin pedig egyirányú bicikliutat alakítanak ki. Így Budáról Pestre a kerékpárosoknak nem kell többször leszállniuk a bicikliről, hogy átjussanak az ellentétes oldali járdán található bringaútra.



Előző számunkban már írtunk arról, hogy a Magyar Nemzeti Vagyonkezelő (MNV) visszaveszi az Önkormányzati Minisztériumtól a Tüske Csarnok vagyonkezelési jogát, és a felmérés után dönt a hasznosításról. Megkérdeztük az MNV-t arról, hogy mikor rendeződik

a félkész lágymányosi épület sorsa. A válaszból kiderül, hogy még csak most veszik át a vagyonkezelési jogot, ezután kezdenek el egyeztetni a jövőről. Elképzelhető, hogy állami pénzből, de az is, hogy magántőkéből fejezik be a Tüskét.



Elsőként kezdték el oltani a budapesti mentőket és tűzoltókat az új influenza ellen. Mivel a két szervezet alapvető feladatát lát el, az alkalmazottak ingyen kapják meg a vakcinát. Az oltás önkéntes, csak az kapja meg, aki kéri. A héten már a gyógyszerárakban is lehet kapni az oltóanyagot, kb. kétezer forintért. Az óvodákban és az iskolákban az őszi szünet után kezdik meg az oltást. Csak annak adják be, akinek a szülei kérik.



Budapest több mint 30 pontját tisztították önkéntesek két hete. A Nagy Város-takarítás nevű akciót a Fővárosi Köztér- és Tájépítészeti Magas Színvonalon kaphasson teret, és ne csupán minimálmegoldások szülessenek. A terület jelentős része park és zöldfelület, az épületek aránya csupán pár százalék körül mozog.



„Te mit építenél, mit változtatnál a városodban, ha az Európai Unió adna rá pénzt?” címmel a Nemzeti Fejlesztési Ügynökség rajzpályázatot hirdet, melynek beadási határideje november 15. Részletek a [www.ujbuda.hu](http://www.ujbuda.hu) és a [www.nfu.hu](http://www.nfu.hu) honlapokon.

Táj- és kertépítészeti nívódíj

# Pro Architectura Díjas a Kopaszi-gát

Idén először adományoztak táj- és kertépítészeti alkotásért önállóan Pro Architectura Díjat. Az elismerést a Garten Studio tervezői: Steffler István vezetőtervező, valamint Kontra Dániel és Salgó Borbála tervezők kapták, a Kopaszi-gát tervezési munkáiért.

Bár még nem készült el minden, ami a Lágymányosi-öböl teljes megújítását célzó tervekben szerepel, a Pro Architectura Díjra benyújtott pályázat mégis különleges elismerésben részesült. Az Andalgó utca és a Kopaszi-gát az eredeti elképzeléseknek megfelelően épült meg, ezért is mutat egységes képet.

– A díj talán ráirányítja a figyelmet arra, hogy a közterületek minőségi fejlesztése visszahatással van az emberek általános kultúrájára. Remélem, segít abban is, hogy a jövőben egyre jobban megtaláljuk helyünkét az építészek között – mondta a Pro Architectura Díjas kert- és tájépítész vezetőtervező, Steffler István. Szerinte a Vízpart utca és tervezett épületei, valamint a gyalogshíd megépülése zárja majd iga-

– A legnagyobb szakmai kihívás a nagy léptékű és a Duna 8,5 méteres vízszintingadozása volt. A hosszú, 700–800 méteres, keskeny gátra kellett felfűzni azokat az elemeket, amelyek a sokrétű rekreációs használhatóságot biztosítják – fejtette ki a tájépítész. A feladat során majd száz ezer köbméter földet mozgattak meg, hiszen a Duna és környezete kapcsolatának erősítése, a funkciók víz mellé telepítése volt a feladat. Ehhez pedig komoly tereprendezésre volt szükség a partszakaszokon. A Kopaszi-gáton (amely tavaly Budapesti Építészeti Nívódíjat kapott) elhelyezett tizenöt épületet a projekt generálkivitelezője, a T2a Építésiroda tervezte. Az épületek és a víz közötti átjárhatóságot, kapcsolatot hivatott szolgálni a sétány, amely a gát végén a víz fölé emelkedik. Steffler István elmondása szerint a szakmában nem egyértelműen ismert a Kopaszi-gát beruházás. Eredményeit viszont annak ellenére élvezik az odalátogatók, hogy számos épület még nem kapott funkciót, és hogy egyelőre a parti strand sem igazán működik.



Dömök Viktória

Világ színvonalú park varázslatos gyepszőnyeggel

zán kerekre az öböl megújítását. A fejlesztő igényessége és a kivitelezők precíz, minőségi munkája nélkülözhetetlen volt ahhoz, hogy a kert- és tájépítészeti magas színvonalon kaphasson teret, és ne csupán minimálmegoldások szülessenek. A terület jelentős része park és zöldfelület, az épületek aránya csupán pár százalék körül mozog.

János főépítész. Komplex beruházásról van szó, új közterekkel, közművekkel, sétányokkal, stranddal, víziteppel, kikötővel és szolgáltató épületekkel. A Kopaszi-gáton csak a rekreációt, a sportot és a pihenést szolgáló közcélú létesítmények kaphatnak helyet.

Szeifried Adél

Jelentős mértékben csökkenhet a betörések száma

# Kamerák a lépcsőházakban

A társasházi térfigyelőrendszer egy nálunk még nem igazán elterjedt, de máshol már bevált ötlet. Ezt ismertették meg a résztvevőkkel a Közös Képviselek Klubja legutóbbi találkozásán.

Az újbudai rendőrkapitányság vezetője, dr. Balázs Norbert rendőr alezredeként számolt be, hogy a III. kerületben, Békásmegyeren vannak olyan társasházak, ahol a lakók saját térfigyelőrendszert építtettek ki. Ennek lényege, hogy a lakók két vagy négy kamerát helyeztek el a bejáratnál, a levelesládánál, valamint a liftben. A felvételeket rögzítik, és néhány napig tárolják.

A társasházi térfigyelésnek köszönhetően ezekben a lakóházakban jelentősen visszaesett a betöréses lopások és liftrombolások száma: a bűnügyi statisztika szerint másfél év alatt 50–60 százalékos csökkenést sikerült elérni. A kiépítés költsége lakásonként mindössze 3000–4000

forint volt, illetve a havi fenntartás sem kerül többé 50–200 forintnál lakásonként. Balázs Norbert úgy véli, Újbudán is érdemes lenne bevezetni, adott esetben a Hevederzár Program mintájára támogatni is a bűnmegelőzés ezen formáját.

A rendőrkapitány elhívta a tájékoztatóra a III. kerületből annak a lakásszövetkezetnek az elnökét és műszaki vezetőjét, ahol már működik saját térfigyelőrendszer, hogy első kézből adhassanak részletes tájékoztatást, illetve válaszoljanak a felmerülő kérdésekre.

A Közös Képviselek Klubját szervező Györfly József, a Polgármesteri Hivatal lakáscsoportjának tanácsadója elmondta, kerületünkben is van érdeklődés lépcsőházi kamerás rendszerekre. A békásmegyeriek meg is hívták újbudai kollégáikat, látogassanak el hozzájuk, ha a gyakorlatban szeretnék látni, hogyan működik a társasházi térfigyelés.

(rózsa)



Dömök Viktória

## Korszerű rámpa a mozgássérült központban

A Mózgássérültek Budapesti Egyesületének Keveháza utcai központjába eddig is akadálymentesített rámpán hajthattak be a mozgásukban korlátozottak. Az útszakasz azonban túl meredekre sikerült, így Újbuda Önkormányzata 3,5 millió forintból új, immár lankásabb rámpát építtetett, amelyen már a súlyos mozgássérültek is kényelmesen közlekedhetnek.

– Régi vágyunk, hogy egy olyan feljárót építhessünk, amely a legsúlyosabb testi fogyatékkal élők számára is könnyedén használható – mondta el a szalag átvágása után a Mózgássérültek Budapesti Egyesületének elnöke, Szöllősiné Földesi Erzsébet.

– Kiemelkedő jelentőségűnek tartom, hogy az önkormányzat a nehéz gazdasági helyzetben is finanszírozta a rámpa elkészültét, hiszen az elmúlt hónapokban számos alkalommal kaptunk visszautasítást az államtól – hangsúlyozta az elnök. Molnár Gyula polgármester az avatóünnepségen arról számolt be, hosszú ideje haladnak előre a kerület akadálymentesítési programjában, de elsősorban saját intézményeikre koncentrálnak. – Tudtuk, hogy a központ nehezen megközelíthető, de az is világos volt, hogy semmilyen pályázati vagy állami pénz nem áll rendelkezésre erre a célra. A rámpával viszont nem lehetett évekig várni, így a járdaépítésre szánt forrásból maradt összeget erre a célra különítettük el – tette hozzá a polgármester.



Októberi testületi ülés

# Kevesebb rendőrőrs, több járőr

**Az Önkormányzat megveszi a bajba jutott adósok lakását, előkészíthetők a jövő évi közbeszerzési eljárások, ismét osztanak díszpolgári címet a kerület napján – egyebek mellett ezekről az ügyekről döntött legutóbbi ülésén Újbuda képviselő-testülete.**

Az októberi testületi ülés *Balázs Norbert* rendőrkapitány beszámolójával kezdődött. Eszerint az alkoholrendelet életbe lépése óta érezhetően kevesebben panaszkodnak az éjszakai randalírozókra. Nem sikeres viszont a Citadella ügye, ugyanis nincs jogszabály és eljárási rend a szórakozóhelyek működési feltételeinek tisztázására, az engedély nélküli vállalkozások esetleges felszámolására. A rendőrkapitány beszámolt arról is, hogy bezárták azokat a rendőrőrsöket Úbudán, amelyeket a kerületiek gyakorlatilag nem vettek igénybe, ezért az ott fenntartott ügyelet feleslegesen kötötte le a szolgálatban lévő munkatársakat. A felszabaduló rendőrökkel megerősítették a járőrszolgálatot.

*Kupper András*, Fidesz-frakcióvezető az Újbuda Közbiztonságáért Alapítványnak juttatott 40 millió forint felhasználásáról érdeklődött. Balázs Norbert szerint túl sokat fordít az alapítvány a működési kiadásokra, hiszen a pénz 30 százaléka a kurátorok, dolgozók juttatására ment el. Mint mondta, a kerületi rendőrkapitányság és az alapítvány között korrekt, ugyanakkor nagyon távolságtartó az együttműködés.

A testület elfogadta a térfigyelőrendszer kameraállományának bővítését, valamint azt, hogy olyan településőröket foglalkoztat, akik javadalmazását a kormány fejen-

ként 80 ezer forinttal támogatja. Úbuda ezen a testületi ülésen némi vita után elfogadta azt is, hogy a többi kerülethez hasonlóan, parkolási rendeletét a fővárosi szabályozáshoz igazítja.

A képviselők egyhangúlag elfogadták azokat a szabályokat, amelyek a jelzáloghitelüket fizetni nem tudók lakásának megvételére vonatkoznak. Ennek értelmében nincs jogi és pénzügyi akadály annak, hogy az Önkormányzat ezeket az ingatlanokat megvásárolja a bajba jutott tulajdonosoktól.

A többség elfogadta, hogy a 2010. évi költségvetés terhére előzetes kötelezettséget vállaljon az Önkormányzat olyan feladatok teljesítésére, amelyek közbeszerzési

eljárását már most elő kell készíteni. Az ellenzék ezzel kapcsolatban hiányolta a tervezett feladatok részletes listáját. *Lakos Imre* alpolgármester szerint a feladatok döntő részét a minden évben esedékes parkkarbantartási, útfelújítási munkák adják, ezért nem tartották fontosnak azok részletezését.

A képviselő-testület vita nélkül úgy határozott, támogatja annak a kápolnának a befejezését, amelyet a Szent Imre Kórház udvarán még egykor László atya kezdeményezésére kezdtek el építeni.

Míndezek után a testület zárt ülésen döntött arról, kik kapnak idén díszpolgári címet, illetve egyéb díjakat, kitüntetések a kerület napján.

B. A. – P. T.



Dorok Viktória

Már várják a startjelet

## Kupper már találkozott Orbánnal

**Kupper András, az önkormányzati Fidesz-frakció vezetője internetes fogadóórát tartott az [ujbuda.hu-n](http://ujbuda.hu-n).**

Szóba kerültek a kerületi botrányok, így az Infopark, valamint a Gyógyír Kht. ügye is, amit Kupper csak az „újbudai BKV” néven emlegetett. A kerületi iszlám–központ kapcsán úgy fogalmazott, a Nemzetbiztonsági Hivatal vezetője az önkormányzati testületi döntést megelőzően találkozót kezdeményezett *Molnár Gyulával*, ami viszont nem jött létre. – Az MSZP–SZDSZ–MDF többség a kerületben megszavazta azt a rendezési tervet, amely lehetővé teszi

az iszlám központ megépítését. Mi továbbra is kezdeményezni fogjuk a rendezési terv visszavonását – fejtette ki.

A közbiztonság kérdéséről azt mondta, az újbudai rendőrkapitány legutóbbi tájékoztatójából az derült ki, hogy az Önkormányzat által biztosított támogatásokat nem használják fel hatékonyan. Emellett sok olyan probléma van – például a hajléktalanok ügye –, amelyek intézményes megoldást kívánnak.

A helyi Fidesz jövő évi programját firtató kérdésre kijelentette: a saját elképzeléseit és a Fidesz-programot is a következő tavasszal hirdetik meg. Az ország-

gyűlési választásról azt mondta: – Mi nem a Fidesz szavazóit, hanem az ország valamennyi polgárát akarjuk képviselni. Politikai vitáinkat nem a szavazókkal folytatjuk, hanem a pártokkal a Parlamentben – álljanak azok tőlünk balra, vagy jobbra. A választókkal párbeszédre törekszünk.

Hangsúlyozta, hogy elsőik között van túl a meghallgatáson, amelyet *Orbán Viktor*, a Fidesz elnöke kezdeményezett a párt képviselőjelöltjeivel. Hozzátette, a pártelnöknek is elmondta, felkészülten várják a választási startjelet.

(p.t)

A Fidesz nem asszisztál a fővárosi koalíció viszálykodásához

## Fel kéne oszlatni a Fővárosi Közgyűlést

**Beszélgetés Schneller Domonkos kerületi és fővárosi önkormányzati képviselővel, a Fidesz XI. kerületi elnökével**

**A költségvetés módosítását kezdeményezte, hogy jusson pénz a panelházak felújításának támogatására. Melyik kiadási tétellel nem ért egyet?**

Kristóf József képviselőtársammal közös a javaslat, mivel nem értjük, a polgármester miért fordított hátat a panelben élőknek azzal, hogy erre az évre egy forintot sem szánt újabb társasházak felújításának támogatására, miközben évek óta több százmilliót költött erre az Önkormányzat. Tudjuk, hogy vannak száznál is több lakásos épületek, amelyek lakói mostanra jutottak konszenzusra, és valamennyien vállalják az önrész kifizetését. A kormány is folytatja a panelprogramot, igaz, kissé nyögvenyelősen. Csupán Újbuda koalíciós képviselői érzik úgy, hogy ez nem fontos, szemben indokolatlan költséget jelentő ügyekkel.

**Ezek szerint konkrétan meg tudja jelölni, honnan kellene elvenni a pénzt?**

Az egyik a sportlétesítmény-bérlet. Az erre vonatkozó közbeszerzési pályázatról eleve az ellenzék nélkül hozott döntést az MSZP–SZDSZ-es kerületi koalíció, ráadásul egy olyan kiírás született, amely valódi verseny nélkül kizárólag a Sportmaxot hozná helyzetbe. Ez tíz év alatt összesen kétmilliárd forintot venne el a kerülettől egy olyan létesítmény javára, amely alkalmatlan az újbudai gyerekek mindennapos foglalkoztatására, és amely egyébként tizennégy év múlva a szerződés szerint úgyis a kerület tulajdonába kerül – ingyen. A másik értelmetlen terv a Lágymányosi-öböl parkjának üzemeltetése. Gyakorla-

tilag egy magántulajdonú, impozánsan gondozott park üzemeltetését vállalná át az Önkormányzat, miközben saját parkjainak megfelelő gondozására sem képes. Ez évente újabb kétszázmilliósi kiadást jelentene.

**Mekkora összeg átcsoportosítását indítványozta?**

Minimum 150 millió forintot kellene támogatásra költeni. Molnár Gyula azonban nem hajlandó a demokratikus városvezetésre, hiszen harmadszor nyújtottam be a pénz átcsoportosításához szükséges



„Sportmax-közbeszerzés” visszavonását, de mindannyiszor elutasították a napirendre vételt. Még úgy is, hogy a vonatkozó rendeletünk szerint legutóbb már kötelező lett volna napirendre venni.

**Mit tudni a többi fővárosi kerület panelpolitikájáról?**

A jellemzően nagy lakótelepekkel rendel-

kezők folytatják a panelprogramot, Óbudán például így valósulhat meg az ország legnagyobb társasházának a felújítása. Csepel és Újpalota szintén támogatja a lakóközösségeket.

**Ha már a fővárosnál tartunk; a koalíció felbomlására hogyan reagál a Fidesz-frakció?**

Nem hagyjuk a felelősség elkenését. Az MSZP éppúgy részese a 4-es metró pénzügyi és időbeni csúszásának, a BKV korrupciós botrányainak, és minden más gyanús ügynek, mint az SZDSZ. Az is alapvető, hogy nem hagyjuk, hogy a koalíció kormányzóképtelensége miatt veszélybe kerüljön a város üzemeltetése, az oktatás vagy az egészségügy. A legtisztább perze az lenne, ha – mint azt Tarlós István javasolta – feloszlatnánk a Közgyűlést, és előre hozott választások lennének a fővárosban. Ezt idén áprilisban már kezdeményezte a Fidesz, de az SZDSZ és az SZDSZ már akkor is leszavazta.

**Elképzelhető, hogy az MSZP-frakció esetleg a Fidesszel szavaz bizonyos ügyekben?**

Lehetnek olyan kérdések, amelyekben az MSZP velünk szavaz, de ez minket semmiképp nem tántorít el saját meggyőződésünktől. A Fidesz semmilyen körülmények között nem asszisztál a koalíció „családi viszályához”. A felől azonban nincs kétségem, hogy ha a botrányok elutasításáról lesz szó, akkor a korábbi koalíció tagjai együtt fognak szavazni. A helyzet ugyanaz, mint a Parlamentben, csak itt nem az SZDSZ játssza a sértezt szerető szerepét, hanem a szocialisták.

b.a.

A VICUS XI. Közalapítvány rugalmasan működik

## Segítség a rászorulóknak

**Leggyakrabban az áramszolgáltatás díja okoz gondot a nehéz helyzetbe került családoknak – derült ki azon a szociális témában szervezett lakossági fórumon, amelyet Gyorgyevics Miklós KDNP-s önkormányzati képviselő szervezett.**

Az Újbuda Prizma Közhasznú Nonprofit Kft. épületében megtartott beszélgetésen *Mayer Péter*, a szociális és egészségügyi osztály vezetője az önkormányzat szociális rendeletéről, míg *Ábrahám Katalin* fideszes képviselő, a VICUS XI. Közalapítvány kuratóriumi tagja a közalapítvány tevékenységéről adott tájékoztatást. A VICUS azoknak is segítséget kíván nyújtani, akik az önkormányzati támogatotti körbe már épp nem férnek bele, de mégis rászorulóak. A rendelet a mindenkori öreg-ségi nyugdíjminimummal határozza meg a támogatható személyek körét. Ha valakinek ennél egy-két ezer forinttal több a nyugdíja vagy jövedelme, még bőven szorulhat segítségre. A közalapítvány olyan esetekben is tud támogatást nyújtani, ami az önkormányzati rendeletben nincs szabályozva. Ilyenek a rendkívüli, váratlan kiadások: lakástűz, temetés, kórházi ápolás vagy átmeneti munkanélküliség. A krízishelyzetekben nyújtott segítség azonban csak az egyike a közalapítvány három támogatási formájának, a másik kettő: a fűtési támogatás, valamint a díjhátralékosoknak nyújtott segítség. A fűtéstámogatást általában négy hónapra adják,

és közvetlenül a szolgáltatónak fizetik, összege a lakás nagyságától függ, átlagosan 5000–8000 forint. A díjhátralékosok esetében szintén közvetlenül a szolgáltatónak fizetnek. Legtöbbször ELMŰ-tarozásokról van szó, hiszen ez a legkritikusabb: rendszerint az áramot kapcsolják ki legelőször.



Dorok Viktória

Egyre több család szorul segítségre

A házigazda Újbuda Prizma vezetője, *Fentős Zoltán* elmondta, jelenleg 250 főt foglalkoztatnak, közülük 170-en megváltozott munkaképességű emberek. Aki fizikailag alkalmas rá, parkfenntartásban dolgozik, szemetet szed, de konkrét kertészeti munkákat is végezhet.

R. M.

Családpolitikai konferencia a Szent Margitban

## Hogyan születhetne több gyermek?

**A legtöbb európai ország, köztük Magyarország népessége is évről évre csökken. Ugyanakkor hazánkban a rendszerváltás óta nincs ciklusokon átívelő, hosszú távra kialakított családtámogatási és gyermekvállalást ösztönző politika – e problémára kívánta felhívni a figyelmet az Ifjúsági Kereszténydemokrata Szövetség (IKSZ) „Családpolitika természetesen” című szakmai konferenciáján a Szent Margit Gimnáziumban.**

Elhangzott, ahhoz, hogy a negatív demográfiai trend megoldására választ találhassunk, elsőként meg kell érteni a folyamat hátterét. A népesség alakulása a kapcsolatrendszerek milyenségén, az együttélési formák alakulásával egyidejűleg változik. Mára a párkapcsolatok jellemzőjévé vált, hogy míg az élettársi kapcsolatok száma kiugró arányban megnőtt, addig a házasságkötések száma lecsökkent, hangsúlyozta *Pongrácz Tiborné* szociológus, hazánk demográfiai helyzetéről és kilátásairól szólva.

Átalakulóban van a társas kapcsolatokkal összefüggő értékrendszer, de a folyamat

dos, szegény is. Az egyre magasabb iskolai végzettség megszerzésére irányuló igény, valamint a nők magas aránya a munkaerőpiacon is mind-mind a szülési kor kitolódását, illetve a gyermekvállalási kedv csökkenését eredményezik.

A politika feladata egy jól működő, ösztönzőleg ható családtámogatási rendszer kiépítése, vallják a kereszténydemokraták. A fiatalok számára stabilitást kellene biztosítani, hiszen kiszámítható támogatási rendszer nélkül nehéz hosszú távra tervezni. *Dr. Gábor András* szociológus szerint a családpolitika helytelen működését tükrözi az a közel ötven évet felölölő kutatási eredmény is, amelyből kiderült, hogy a támogatási intézményrendszer fokozatos kiépülésével szemben csökkenés mutatkozott a gyermekvállalási kedvben.

Míg az első gyermek születése általában érzelmi elhatározás alapján történik, a további gyermekek tervezésénél már egyéb tényezők, például az anyagi háttér is befolyásolja a döntést. Az elmúlt időszak politikája azonban nem tudta érdemben támogatni már a második gyermek születését sem, a jövő családtámogatási rendszerének éppen ezért legalább a második



Dorok Viktória

Lakner Zoltán, Borókai Gábor és Soltész Miklós a szakmai konferencián

ennél messzebbre mutat. A kutatások azt bizonyítják, hogy az élettársi kapcsolatok jelentős része nem jut el a házasságig, és sokkal könnyebben felbomlik annál, még akkor is, ha születik közös gyermek. A gyermeküket egyedül nevelők közül sokan élettársi kapcsolatból kerülnek ki.

A negatív tényezők közé tartozik a gyermekvállalási kor kitolódása is. Egyre elfogadottabbá vált a szingli lét, és megnőtt a távkapcsolatokban élők aránya. Ráadásul - nem minden alap nélkül - az van a köztudatban, hogy aki nagycsalá-

gyerek születésére kell fókuszálnia. A témában járatos fiatal kereszténydemokraták követhető nyugat-európai családtámogatási példákat mutattak be röviden, majd kerekasztal-beszélgetés következett. *Lakner Zoltán* szociológus, *Borókai Gábor*, a Heti Válasz főszerkesztője és *Soltész Miklós* országgyűlési képviselő, a Fidesz-KDNP-frakciószövetség népjóléti kabinet-jének vezetője az elhangzott előadásokhoz kapcsolódóan felvetették egyebek mellett a média felelősségét is.

(rm)



Szárnyaló fantázia, extrém ötletek

# Látványos tervek a Gomba újjászületésére

**Mi lesz a körtéri Gombából? Művészeti központ, közterület, netán vízműzeum? Újbuda Önkormányzata nem sokkal azután, hogy megkapta az egykori forgalmi épület tulajdonjogát, ötletpályázatot írt ki a műemlék fel-  
élesztésére. A díjazott és megvásárolt ötletek alapján egy hasznosítási pályázat során születik meg a végeredmény.**

Öt tervet díjazott és további tíz alkotást vásárolt meg Újbuda Önkormányzata a Móricz Zsigmond körtéri műemléki védettségű forgalmi épület, a Gomba építészeti ötletpályázatára beérkezett művek közül. A pályamunkákat az építészekből, valamint műemlékvédelmi, jogi, közlekedési, ingatlangazdálkodási szakértőkből álló bizottság mérte össze. Ebben a műfajban, amikor nem köbevésett, szigorú építészeti tervek versengenek, a tervezők fantáziája olykor extrém, de mindenképpen kötöttségek nélküli víziókat szül. Így születhetett a vízfűgőnyös bejárattú vízműzeum, a tetőteraszú jégpálya, az óriási zöld amfiteátrum és a mozgatható épületelemek. Elképzelhető, hogy a végeredményben egyik sem szerepel majd, de az is lehet, hogy olyan, egyébként fel sem merülő ötlet valósul meg, ami teljesen új építészeti megoldásként él tovább.

## Természetes fény, mobil üvegdoboz

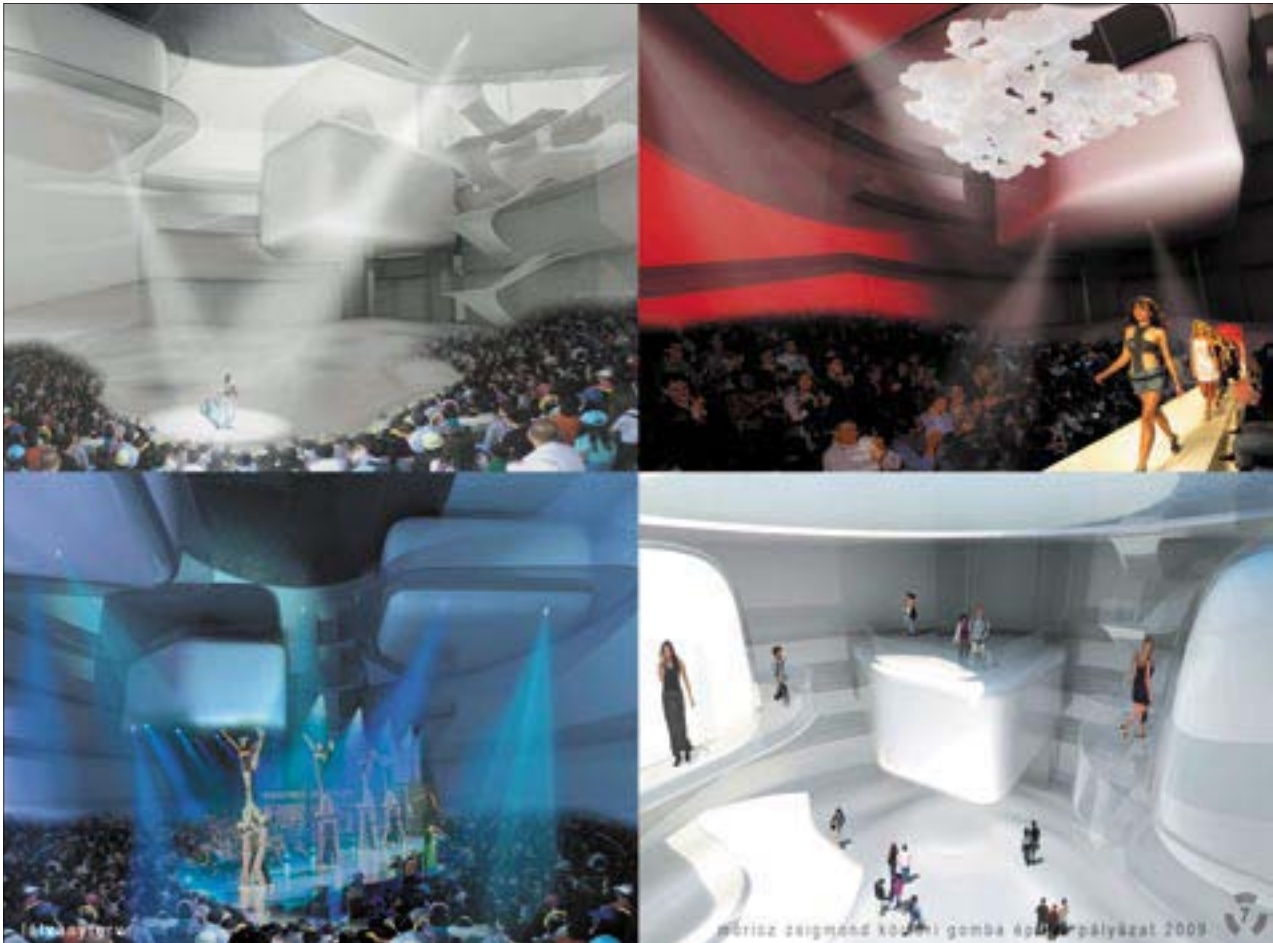
Az első díjasok egyike, a Mérték Építészeti Stúdió Kft. a térszín alatt bővítette az épületet, nagyszabású, galériászerű közlekedőkkel tagolt hatalmas, természetes megvilágítású belső teret hozott létre. Interaktív LCD-technológiás járólap, Design Kávézó, illetve a majdani Bartók Béla úti kulturális városközpont információs pontja jellemzik a tervet. A másik győztes, a Hetedik Műterem Kft. tervének meghatározó motívuma a mobilitás. Ezt szolgálják az épület körül mozgatható, ki- és becsúszó elemek, illetve a három alapfunkciót kiszolgáló mobilis üvegdoboz. A közterület és az épület k ü -

lönféle bútorokkal és épületelemekkel kapcsolódik egymáshoz.

– Még nem tudhatjuk, pontosan milyen lesz az új Gomba. Az biztos, hogy itt helye lesz a kultúrának, a közösségi életnek, a vendéglátásnak – mesélte a pályázat kapcsán Lakos Imre alpolgármester. – Az sem lehetetlen, hogy ez lesz az egyetemváros szabadidős fellegvára, a fiatalok legnépszerűbb helye, ahova különböző társadalmi, kulturális és egyéb közéleti találkozókat szerveznek. Az ötletpályázat több szempontból is hasznos volt, de ezek közül a legfontosabb, hogy létezik megoldás ennek a különleges műemléknek és a hozzákapcsolódó várostörténeti hangulatnak a felélesztésére. Izgalmas, hogy már most sejthető, ami itt történik, több évtized múlva is emlékezetes lehet a városlakók számára. Sok minden erre enged következtetni. Önmagában már az is kuriózum, hogy ezen a pályázaton a kortárs építészet illusztris képviselői vettek részt. A Vadász-, Turányi-, Mérték-irodák mellett az építészeti Junior Prima Díj egyik friss díjazottjaként Vesztergom Ádám, vagy az Új Irány, a Szabó Levente vezette fiatal iroda, és a Spora is díjat kapott.

## Nem nyert a biznisz perspektíva

– A pályázatok nagy szórást mutattak. A hasznosításhoz, a műemléki védelemhez különböző módon viszonyultak a pályázók – elemezte a beérkezett ötleteket Kupper András, a bírálóbizottság másik tagja. – Volt, aki egyszerűen csak befedte a közepét, mások meg teljesen új struktúrát hoztak létre. Kevesen voltak, akik „megfejtették” az eredeti építészeti koncepciót, és azt fejlesztették tovább. Többen voltak olyanok, akik óvatos távolságtartással kezelték a műem-



**Lakos Imre:**  
*„Ez lehet az egyetemváros szabadidős fellegvára, a fiatalok legnépszerűbb helye, ahova különböző társadalmi, kulturális és egyéb közéleti találkozókat szerveznek.”*

léket, és inkább csak kiegészítették azt új elemekkel. Lényeges szempont volt, hogy létrejönnek-e új terek, hogy milyen megoldásokkal vonja be a Gomba saját struktúrájába környezetét. Szerencsére nem nyertek támogatást azok az elképzelések, amelyek pusztán a beépíthető négyzetmterek növelésével az

üzleti megtérülést tekintették a legfontosabb rendező elvnek. Több terv is foglalkozott a víznek mint építészeti elemnek a hasznosításával. Folyóvizek és hídterési felületként használt vízfűgőnyők, télen korcsolyapályák – mind egy-egy izgalmas ötlet. Fontos kérdés a leendő épület mérete: vajon az új elemekkel növekedhet-e egyáltalán a Gomba? Ha igen, csak lefelé, vagy felfelé is terjeszkedhet, és azt meddig? Megannyi érdekes kérdés... A leglényegesebb mindenesetre az, vajon melyik lesz az az építészeti megoldás, amely képes arra, hogy a Gombából egyszerre attrakciót ugyanakkor étellel megtöltött, funkcionálisan is hasznos létesítményt alakít ki? – tette fel a kérdést a képviselő.

– A tervpályázatot májusban írták ki, összesen 70 pályamű érkezett, amelyből 65 volt értékelhető – mondta el Molnár Gyula a díjátadón. A polgármester úgy vélte, a pályázók közül mindenki megértette, hogy bár a tér funkciója átalakul, a Gomba emblematikus épület, amely továbbra is hangsúlyos találkozási pont marad. A helyszín egyébként fontos része a kulturális városközpont projektnek is, ezért a 4-es metró átadásának idejére, 2010–2011-re szeretnék az új Gombát is megépíteni. Schreffel János kerületi főépítész a győztesek kihirdetésekor elö-

mányzat nyilvános hasznosítási pályázatot ír ki, felhasználva a díjazott és megvásárolt pályaművekben megfogalmazott ötleteket és építészeti megoldásokat. – Az ötletpályázat azért jó, mert mindenki szabadjára engedheti a gondolatait, de a hasznosítási pályázatban már szigorúbb szabályok vannak. Annak a nyertese szabadon válogathat a megvásárolt ötletekből, de a többi 50 pályázati anyagból természetesen nem meríthet – hangsúlyozta a főépítész.

## A kulturális városközpont szimbóluma

– Szép számmal születtek látványos és elmélyült tervek a Móricz Zsigmond körtéri Gomba építészeti tervpályázatán – mondta Skardelli György Ybl-díjas építész, a zsűri tagja. Azt nem árulta el, hogy melyik volt a kedvenc terve, azonban a szempontjait igen. Nagyra értékelte azt, ha az elmúlt évtizedekben teljesen funkcióját veszített, ám közben fogalomná lett Gomba szellemiségét meg tudta idézni egy-egy munka. Véleménye szerint ez a hely a városrészen és a Bartók Béla úti kulturális városközponton belül is szimbolikus pont. Olyan funkciókkal látna szívesen újjászületni, amelyek minél több embernek, minél kisebb korlátozással nyújtanak lehetőséget kikapcsolódásra, pihenésre. Elképzelése szerint itt olyan közösségi hely születhet, amelynek színvonalas működtetését az Önkormányzat biztosíthatná. Az építésznek leginkább azok a tervek tetszettek, amelyek az egyszerű, nemes formán túlmutatva, hozzátettek még valamit az épülethez. Ilyen volt az egyik díjazott mű, amely az Erzsébet téri Gödörhöz hasonlatosan újabb, rendezvényekre alkalmas tereket hozott létre alapcincézéssel. Könnyű megújulást, változtatást tesz lehetővé egy másik, amely egybefüggő tető alatt kortárs stílusban rendezte be a teret, a funkcióknak megfelelően. Skardelli György bevallotta, hogy szinte egyedül maradt azon véleményével, hogy az ipari műemlék hiteles rekonstrukciója majdhogynem lehetetlen feladat, ezért a Gomba részletes, rajzos dokumentálása után a bontás is elképzelhető lehetne.

A különlegességekkel egyébként nem-sokára a nagyközönség is találkozhat, hiszen a 15 megvásárolt terv egy-egy részletének nagyított mása a Gomba körüli ideiglenes zöld hálón lesz látható október végétől.

b. a. – sz. a.

Élet a Parkszínpad után

## Látvány vagy praktikum?

**Aligha vitatható, hogy a Budai Parkszínpad már nem éleszthető fel, így a témáról tartott fórum résztvevői a minél előbbi elbontást szorgalmazták.**

A fővárosi tulajdonban lévő park felügyelete nem biztosított, ezért Újbuda Önkormányzata szeretné, ha a kerületé lenne a terület, jelentette ki Schreffel János kerületi főépítész. A beszélgetést összehívó Rétvári Bence és Ábrahám Katalin – aki a témában interpellált is a képviselő-testületi ülésen – elmondták: remélik, hogy ha a főváros és a kerület főépítészei beszámolnak eddigi parkrendezési terveikről, könnyebben juthatnak konszenzusra a helyi

szervezetekkel és a lakókkal. Schreffel János a vita elején tisztázta, az emblematikus park a szabályozás szerint olyan rekreációs központ, melyet továbbra is zöld felületként kell működtetni.

Beleznay Éva fővárosi főépítész szerint meggondolandó, hogy rendezvényhelyszín vagy zöld felület létesüljön a Parkszínpad helyén. A közösségi tér ötlete Buda kulturális színfoltjává tehetné a parkot, ahol koncertek, előadások, kávézók kaphatnának helyet. Ez ellen azonban már számos környéken élő tiltakozott a programok zaja miatt. Az újbudai főépítész arról is tájékoztatót, amint megszületik a végleges koncepció, a főváros és a kerü-

let közös finanszírozásával megindulhat a Feneketlen-tavi park teljes felújítása és a Parkszínpad elbontása, a terület karbantartásáról azonban még folynak viták.

Kulcsár János, a Feneketlen-tavi Egyesület elnöke elmondta, hogy a halpusztulás valójában 25 éve kezdődött el, melynek megállítását azóta háromszor is megkísérelték, sikertelenül. Jelenleg 1,2 méterrel alacsonyabb az oxigénhiányos tó vízszintje, az elmúlt években 18 mázsza hal pusztult el, a horgászok eltűntek. A Kertbarát Kör szerint, ha nem akarják, hogy a park a patkányok és a hajléktalanok lakóhelyévé váljon, sürgősen le kell bontani a színpadot. A szervezet képviselője azt is hozzátette, a megújuló park külső kialakításakor a tervezőknek a látvány és a papíron jól mutató modernitás helyett a praktikumot kellene előtérbe helyezniük.

T. D.

Államtitkári MSZP-fórum

## Több jut nyugdíjra

**A jövő évi költségvetésből 4,1 százalékos nyugdíjemelést biztosít a kormány, és az országgyűlés elfogadta a minőségi időskort megcélzó 25 éves programot – jelentette be az MSZP lakossági fórumán a Szociális és Munkaügyi Minisztérium államtitkára, Korózs Lajos .**

– Folytatjuk a nyugdíjkorrekciós programot is, melynek során 1 millió idősnek a nyugdíjemelésen felül 2–4 százalékkal növekszik a járandósága január elsejétől. A szépkorúak jubileumi juttatásait a következő évben sem hagyjuk ki: a 95–99 éves idősök januárban 95 ezer forintot vehetnek át – folytatta a sort Korózs Lajos. Az államtit-

kár szerint nem kell tragédiaként beállítani a nyugdíjasok növekvő számát, hiszen egyre többen érik meg az időskort, ami a jóléti társadalmakra jellemző. Magyarországnak be kell bizonyítania, élhető öregkort tud biztosítani polgárai számára.

Beszélt arról is, hogy nem jó, ha egyre több bentlakásos intézmény épül, hiszen a felmérések szerint az idősök az utolsó pillanatilag szeretnék az otthonukban maradni. Ezért inkább a lakóhelyhez közeli ellátásokat kell erősíteni. A nyugdíjakat érintő kérdésre válaszolva Korózs elmondta, mivel egyre több a járadékot igénylő idős, csak akkor tudják kifizetni a nyugdíjakat, ha az állampolgárok befizetik járulékaikat.



Sakktól a fociig

# Sportol a Köböl suli

Nemcsak a kerületi diákolimpián hírnevet szerzett focicsapat tagjai, hanem a többi diák nagy része is sportol a Köbölben. Ráadásul a gyerekek hazaviszik a mozgás szeretetét, így nem véletlen, hogy a szülők együtt versenyeznek gyerekeikkel a hagyományos családi sportnapon.

Bár az Ádám Jenő Általános Iskola fő profilja a zenei képzés, iskolán belül állandó sportolási lehetőségük van a tanulóknak. Az iskolai sportkörben korosztályonként szerveződnek a sportcsoportok, így már az elsősök is szervezettek és rendszeresen mozognak. Minden délutánra jut valamilyen edzés, így a kosár-, a röplabda vagy a foci alapjai is elsajátíthatók a napközi ideje alatt.

Télen nagyon népszerű a pingpongozás, és ha az idő engedi, jégpályát is létesítenek az udvaron. *Tóth Zoltán*, aki tíz éve tanít testnevelést a Köbölben elmondta: a jégpályát a tanárok készítik, és hétvégi ügyeletet is vállalnak. Télen sítábort, nyáron balatoni kerékpáros- és az iskolában általános sporttábort is szerveznek. – Segítőkész kollégák nélkül nehéz volna bármit is elérni, nagyon fontos a *dr. Oszváthné Papik Éva* tanárnővel való közös munka, akárcsak a napközis tanárok közreműködése – teszi hozzá *Tóth Zoltán*.

Azzal folytatja, hogy a mozgásra és az egészséges életmódra szeretnék rászoktatni a gyerekeket. A sport játék és versengés, izgalmas együttlét, remélik, hogy a fiatal-

korban megszerzett élmények és tapasztalatok hatására, az életük részévé válik. *Tóth Zoltán* szerint mindenki jó valamilyen, az a lényeg, hogy a gyermek megtalálja azt a sportágat, ami sikerélményt és önmagához képest fejlődési lehetőséget nyújt. A mindennapos iskolai sportolási lehetőséget ki is használják a diákok. Vannak, akik komolyabb szinten egyesületben is folytatják a sportolást.

– Házi versenyeket, őszi-tavaszi évfolyambajnokságokat rendezünk a magunk örömeire, emellett a kerületi diákolimpián is szép eredményeink vannak – sorolja *Tóth Zoltán*. – A most ötödikes focicsapatunk például tavaly megnyerte az őszi kispályás bajnokságot, a teremfociban pedig második lett – teszi hozzá. A srácok négy éve játszanak együtt, és bár most újraserveződött a csapat, a hatodikosok versenyében már most az első ötben szerepelnek. Tavaly a Suzuki Plusz Kupát is ők nyerték, így az új csapatágoknak van motivációjuk. A diákolimpia az egész tanévet végigkíséri, a Köböl tanulói számos sportágban elindulnak a sakktól az atlétikáig.

Kiemelt iskolai esemény a tavaszi családi sportnap, ahol a szülők együtt játszanak a gyerekekkel. A versenyben mindenféle sportágban megmérettetik magukat a résztvevők, labdajátékok és ügyességi gyakorlatok váltják egymást. A május végi „Egészség és sportnapon” egészséges élelmiszereket hoznak a gyerekek, kvízkérdésekre válaszolnak, és persze sokat mozognak.

Sz. A.

Boldog születésnapot!

# Negyedszázad a Törökugratóban

Huszonöt évvel ezelőtt, amikor Gazdagréten beindult az iparosított technológiával épülő lakótelep terjeszkedése, nemcsak lakóházak, hanem intézmények több évtizedes története is elkezdődött. Így indult a Törökugrató Utcai Általános Iskola élete is, ezelőtt pontosan 25 évvel.

Volt tanárok, diákok találkoztak újra a „Törökugratóban”, hogy felidézzék azt a két és fél évtizedet, amelynek epizódjaiban maguk is részt vettek. *Tekláné Kozma Éva* igazgatónő a születésnap kapcsán mesélt arról, miként változott az iskola a lakóteleppel együtt. 1673 diák és 134 dolgozó fordult meg az iskolában ez idő alatt. Kerületszerte híres ez az intézmény az erdeiiskola-programról, a nívós zenei és sportképzésről, a diákönkormányzat eredményeiről.

*Bács Márton* alpolgármester gratulált az eddigi eredményekhez, és ahhoz, hogy a középiskolák, gimnáziumok elő-



Domok Viktória

Az iskola születésnapján kiváló pedagógusok és iskolai dolgozók kaptak kitüntetést

szeretettel fogadják a „Törökugratós” nyolcadikosokat, akik nemcsak megbízható tudással, hanem egyetemes kultu-

rális értékekkel és szokásokkal érkeznek a gimnáziumba.

b.a.

Szülői tréningek a Sashegy Családi Óvodában

# Szeretetet és tisztelet az otthon légkörében

Szülővé nem tanulmányok révén válik az ember: míg a szakmai pályára jó néhány évig készülünk, addig legfontosabb hivatásunkat, szülői feladatunkat sokszor csupán ösztöneinkre hagyatkozva kell ellátnunk. Így gyakran hozunk hibás döntéseket, amelyeket később nem, vagy csak nagyon nehezen tudunk korrigálni.

A Sashegy Családi Óvoda célja, hogy egyfajta hiányt pótoljon az óvodák rendszerében. A cél, hogy olyan intézménnyé váljanak, amely a gyermekek óvodai nevelésével párhuzamosan a szülőknek is lehetőséget nyújt, hogy a gyermeknevelést minél képzettebben, céltudatosabban folytassák. Ez a munka csak akkor lehet eredményes, ha az óvoda és a szülők között nincsenek ellentmondó, egymás igyekezetét kioltó erőfeszítések.

Az Sashegyi Családi Óvodában ezért kiemelt fontosságú feladatként kezelik a szülőknek nyújtott képzést, amelyet az intézmény a Családképző Fórum Egyesülettel közösen szervez. A felnőttek oktatásának hatékony módja az interaktivitás. A tanfolyamok emellett hasznosak és szórakoztatóak.



A tréningeken a házaspárok együtt vehetnek részt. Ennek legfőbb oka, hogy a hatékony gyermeknevelés alapját a családban összehangolt elképzelések, értékrendek jelentik. A résztvevők esettanulmányok elemzésével egy fiktív család adott problémáját igyekeznek képzett moderátor segítségével felvázolni és megoldási javaslatokat kidolgozni. A tréningek motója, hogy „szülők segítenek szülőknek”. Az esettanulmányok témái követik az óvodás korosztály nevelésével kapcsolatos leggyakoribb kérdésköröket. Ilyenek például a szülő- és a gyermekjellemek ismerete, a gyermeki akarat, a szülői szigor, a szülői tekintély, a szabadidő helyes eltöltése, hiszti, testvérkapcsolatok, a szabadságra és önállóságra, felelősségteljes döntéshozatalra nevelés.

Az intézmény ezzel a programjával is azt szeretné elérni, hogy a családokon belül erősödjön a kölcsönös szeretet, tisztelet egymás iránt, ami a házaspár kapcsolatából kiindulva a gyerekeken át fokozatosan kisugárzik az őket körülvevő környezetre is.

(n.n)

További információ: [www.csaf.hu](http://www.csaf.hu), [www.sashegyovoda.hu](http://www.sashegyovoda.hu)



Az évente megrendezett családi sportnapon több sportágban is versengenek a résztvevők

Kampány

# Képviselő a körtéren

Rétvári Bence (Fidesz-KDNP) országgyűlési képviselő, a Mórícz Zsigmond körtéren személyesen osztogatta a frakciószövetség legújabb szórólapjait az újbudai választóknak. Az „Önnek is joga van tudni” című kiadvány Rétvári szerint szembesítőfüzet. Kritikáját úgy fogalmazta meg, szerinte a kormány nagyon veszélyes költségvetés-tervezetet nyújtott be a parlamentnek, ami nem segít az országon.



Domok Viktória

**trofeagrill.com**

**Korlátlan étel- és italfogyasztás!**

Szeretettel várja Önt Budapest legújabb, legnagyobb

**TRÓFEA GRILL ÉTTERME**

a Lágymányosi híd budai hídfőjénél!

BUDAPEST, XI. KERÜLET HAUSZMANN ALAJOS ÉS SZERÉMI ÚT SAROK

**Asztalfoglalás: 09-21-ig. 481-3000, 06 20 423-3679**

ariva: hétfőtől péntekig: 17-24-ig szombat: 17-24-ig vasárnap: 17-24-ig

Budapesti városközpontban 100 főig. Ideális esküvő- és bankett helyszín.

Több, mint 200féle étel és ital.

**Hétfőtől-péntekig**  
ételdíjban:  
**2999 Ft-ért.**

Hétfőtől-csütörtökig  
nacionalidőben:  
**3999 Ft-ért.**

Péntek nacionalidőben,  
szombat, vasárnap és  
ünnepeken egész nap:  
**4999 Ft-ért.**

**CUKRÁSZDA**

**TÖRTÉRENDÉST FELVESZÜNK!**

Cím: 1117 Budapest, Hauszmann Alajos és Szerémi út sarok  
(a Trófea Grill Étterem mellett)

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

# Zöldség és gyümölcs a termelőktől



Stiller Balázs

A Magyar Gazdakörök és Gazdaszövetkezetek Szövetsége a tavaly megkezdett szociális bolt-hálózat kiépítése mellett egynapos zöldségárusítási akciókkal is igyekszik elérni vásárlókönzségét. A termelőktől vásárolt élelmiszereknek Újbudán is nagy keletjük van, hiszen azok a közvetlen értékesítésnek hála sokkal olcsóbbak és jobb minőségűek. Az októberi akció meghirdetésében a tavalyi gazdapiacot is szervező kerületi Fidesz segített.

**GALÉRIA ÉTTEREM AKCIÓS NAPOK**

**KEDD A KERÜLETÉ:** minden kedden -50% a 11. kerületi lakosoknak a teljes éttermi fogyasztásból és kedvezmény igénybevételehez a lakcímkártya felmutatása szükséges!

**SZERDA A SZERENCSEÉ:** minden szerdán az éttermi fogyasztás végén dobhat egy dobókockával, és amennyit dob, annyszor 10% kedvezményt adunk a teljes éttermi fogyasztásból!

**VASÁRNAP A CSALÁDÉ:** minden vasárnap 12-15 óráig -50% kedvezmény a teljes éttermi fogyasztásból!

**GALÉRIA ÉTTEREM, HOTEL RUBIN**  
1118 Budapest, Dayka G. u. 3. • [www.hotelrubin.hu](http://www.hotelrubin.hu)  
Asztalfoglalás: (36-1) 505-3600



Könyvajánló

## Polgári Szilvia: Én, Marcus

Minden elkötelezett „kutyás” pontosan tudja magáról, hogyan képes hosszasan mesélni kedvence bájáról, szokásairól, mókás és időnként bosszantó dolgairól. A könyvben rajongásunk tárgya (áldozata) mesél arról, ő hogyan látja mindezt. A világot, benne önmagát, minket, és azt a bo-nyolult kötéleket, mely láthatatlanul fűz ben-nünket egymáshoz. Megtörtént eseménye-ket feldolgozó, keseré-des felnöttmese ez, egy német juhászkutya meg-indító vallomása, melyet ajánlok mindenkinek, aki szereti a kutyákat, és an-nak is, aki nem. Hátha...

A regényben a főhős, Marcus szemüvege tükré-ben láthatjuk viszont ma-gunkat. Méreténél csak szí-ve nagyobb, őszintén mesél, örül és bán-kodik, szerel és szenved. Megtudhatjuk hogyan élt *azelőtt, azután*, és mi várhat rá a történet végén. Politika- és erőszakmen-tes, szövegszerkezte világos és érthető, egyszerűen: olvasmányos.

Mint tudjuk, a kutyatartási kultúra sok esetben sajnos még napjainkban sem üti meg az elfogadható szintet. Városunkban,

kerületünkben is egyre több az ebtartó, sokan szeretik ezeket a remek állatokat, és vannak, akik nem. Egy bizonyos – a kutya önmagában nem felelős semmiért. Minden esetben a gazda a meghatározó, ő dönt arról, hogyan neveli az állatot, miként illeszti be szűkebb és tágabb környe-zetébe, mennyire teszi elfo-gadhatóvá létét embertár-sai számára.

Bár manapság számos égetőbb és húsbavágóbb probléma is van, mégis fontosnak tartom ezt a kérdéskört, foglalkoz-nunk kell vele, taníta-nunk kell gyerekeinket, nevelni őket arra, ho-gyan bánjanak helye-sen ezekkel a csodás állatokkal, amelyekért fe-lősséget vállaltunk, és amelyeknek tarto-zunk azzal, hogy minden esetben legalább azt a keveset megkapják, amire szükségük van. Összetett kérdésről van szó, hiszen az idős nagymamának éppúgy jogos a fel-háborodása, ha méretes kutyagumiba lép kapuja előtt, mint egy bernáthegyi búsko-morsága, ha 30 négyzetméteres panelba kényszerítik, a kóbor kutyákról, a menhe-lyek állapotáról nem is beszélve...



Dráma a Körtéren

## A Múzsza-lány filmje

**Több mint kétszáz alkotás érkezett a Film-Szabadság-56 elnevezésű forgatókönyvíró- és ötletpályázatra. A zsűri hét fiatal munkáját választotta ki, amelyeket a Magyar Televízió megfilmesített, és október 23-án be is mutatott. Az egyik díjazott a Múzsák Csókja tehetséggutató vetélkedő első szériájának nyertese, Kiss Emma lett.**

Középiskolások és egyetemisták filmöt-leteiből készített filmet a forradalom 53. évfordulójára a köztelevízió. A Film-Sza-badság-56 pályázati felhívására négy hét alatt összesen 220 érvényes jelentkezés ér-kezett, többségük, 129 a felsőoktatásban tanulóktól, 77 középiskolásoktól, kettő pedig általános iskolás diákoktól. A leg-fiatalabb pályázó mindössze 11 éves volt. Néhányan több tervvel is indultak vagy közös munkát adtak be. A kétszázegy magyarországi pályázó mellett kilencen a határon túlról, Erdélyből, Kárpátaljáról, Felvidékről és a Vajdaságból küldték be ötleteiket.

A pályázatokat szakmai zsűri bírálta el, melynek elnökei *Bereményi Géza* és *Pálfi György* filmrendezők, tagjai pedig *Rainer M. János*, az 1956-os Intézet igaz-gatója, *Gryllus Dorka* színművész, *Seres Tamás*, a Magyar Televízió rendezője és

*Meskö Zsolt* producer voltak. Az eredeti tervek szerint a zsűri hat nyertest díjazott volna, ám a beérkezett művek kiemelkedő színvonalára tekintettel végül hét pályá-zatot találtak megvalósításra méltónak. A zsűri dicséretében részesült, és elismerő oklevelet kapott öt további pályázó.

A kerületi tehetséggutató vetélkedő első szériájának nyertese, Kiss Emma „Befürödve” című alkotásával hívta fel magára a zsűri figyelmét. Múltunk nem-csak körülöttünk letelepedve, hanem ben-nünk leüledve is tovább él – ez derül ki az egykori versenyző történetéből, amely a Móríc Zsigmond körtéren játszódik.

Egy gimnázium ’56-os emlékmű-sorra készül: a diákok jeleneteket adnak elő a forradalomból, fotómontázsokat és ügyes animációkat készítenek a körtéri eseményekről. A műsor apropóján egyi-kük házibulira hívja össze a színjátszó kör tagjait. A fiúk azonban sokkal inkább a lányokért küzdenek, mint a színpadi sikerekért. A két vezér vetélkedése odáig fajul, hogy egyikük végül a Feneketlen-tóban köt ki. Kakaskodásukból kiderül: ellenszenvük régi gyökerekre vezethető vissza. Mindkettőjük nagyapja harcolt ’56-ban, de csak egyiküké a forradalmá-rok oldalán...

K. A.

Fináczy Marci és a Bolygó

# Legendák találkozása

**Hogyan köthet össze elválaszthatatlan barátság egy embert és egy tárgyat? Talán úgy, hogy az ember megszá-lott, a tárgy pedig egy vitorlás hajó. Együtt repülnek a vízen, vagy épp csak sütkéreznek a napon, ha csendesebb az idő. Fináczy Marci bácsi és Bolygó nevű hajójának története évtizedekkel ezelőtt kapcsolódott össze.**

Ha igaz, hogy a szülők élete akár vég-letesen meghatározhatja gyermekük jövőjét, ez nagyon is igaz Fináczy Lászlóra, akit valami rejtélyes okból már egész kiskorától csak Marcinak becéz mindenki. A jövőre hetvenéves Marci bácsi már világrajövelete előtt is vitorlázott. Ugyanis 1940. szeptember 2-án, születése előtt egy nappal szülei még javában vitorlásukon, a Kócsagon hajókéztak.

Magyarország egyik legnagyobb vitorlásdinasztiájában normális volt, hogy a kis Marci szinte az anyatej-jel szívta magába a hajók szeretetét. Édesanyja, *Adi* néni nemrég meg-yesen is indult, édesapja, *Ernö* annak idején alig várta, hogy letegye az orvosi köpenyt, máris ült fel a ba-latoni kisvonatra, hogy minél előbb vízre szálljon. Csoda hát, hogy fiúk megszállott lett?

Marci olyan tehetséges vitorlá-zó volt, hogy mielőtt a sors össze-hozta a Bolygóval, szinte minden hajónemben versenyzett, persze rendre az élvonalban. Tizenkilenc évesen megnyerte az ifi finndinghy bajnokságot, és ugyanebben az év-ben az utolsó, Balatonon megrende-zett, felnőtt O-Yolle bajnokságot is. Vezetett repülő hollandit, korábban M-Yolle-t. Legendás, hogy egyetlen egyszer ült be egy Kalózba, amit persze rögvest győzelemre kormányzott. Éve-kig nemzetközi versenyeken is indult, és tíz évig tartó világjárását leszámítva egész életét a Balatonon élte, éli. Versen-yezett a VASAS-ban, a Vörös Meteor-ban, és jó pár évtizede a TVSK szí-neiben indul. Fiatalon, barátaival együtt felhozták vitorlásaikat a Dunán Budapestig, ahol persze versenyeket is rendeztek. Marci az ’56-os forradalom idején is vízen volt – a hajóról figyelte, hogyan néz ki a Parlament vörös csillag nélkül (egy pár napig ugyanis nem volt rajta). Ő volt az is, aki kikötötte ha-jóját a Sza-badság híd

lábánál, és leszerelt vitorlával a hóna alatt ment a dolgára. És az is, akinek 5 forintért bármikor felnyitották a Kvassay-zsilipet...

A Bolygóval a mai napig ott vannak a vízen tavasztól késő őszig. Mint két, el-választhatatlan jó barát. Marci bácsi ezért majdhogynem csak „papíron” újbudai. Idén kihagyott egy versenyt, de ehhez ak-kora horderejű dolog kellett, mint az 50 éves érettségi találkozó, mégpedig a Jós-kában.

Azt hihetnénk, hogy a megszállott hajós télen kipihen a egész éves rin-gatózást. De nem így van, Marci bácsi alig várja, hogy befagyjon a Bala-ton, máris ott terem, hogy jégvi-torlásán suhanjon a jégtáblákon, keresztül-kasul bejárva főha-diszállását, Alsóórsöt és kör-nyékét. Bár a legjobbakkal ül egy hajóban, és hozzá hasonló legendás vitor-lásokkal versenyzett mindig is, még min-dig nem tett le egy vágyáról. Szeretne egyszer két fivé-rével, az 1986-os olimpián 8. helyet szerzett *György Gyul* (Gyur-ka) és *Péter Pál*

*lal* (Paul) hármasban hajóba ülni, és elin-dulni egy „Kékszalag” versenyen. Persze Bolygó fedélzetén.

Bolygó már a nyolcvanharmadik évét „tapossa”. A 8 és fél méteres külön-leges cirkáló veterán létére a mai napig is gyakran maga mögé utasítja a nála fiata-labb, modernebb és erősebb hajókat, ame-lyekkel egy kategóriába sorolják. Számos „Kékszalag”, „Pünkösdi regatta”, „Ba-laton-kupa II.” győzelem van mögöttük gazdjával, aki igen szakadt állapotban talált rá a hajóra, sok évtizeddel ezelőtt. A rendbetett, takaros hajócska hivata-losan egy harmincöt négyzetméteres schwertkieler-cirkáló, amelyet egy ma-gyar hajósnak épített Jochann Ratz mes-ter, felső-ausztriai hajóműhelyében. Az egyedi hajó a balatoni vitorlázás hőskorát jelképezi, hiszen 1926-os építését követőn két évvel már a balatoni hajójegyzékben szerepelt. A Bolygónak fajtában, korban és edzésben sincs párja a Balatonon, és ez a vitorláslegenda, Marci bácsi érdeme. A megszállott Marci és a Bolygó évente legalább 40–50 futamon indulnak együtt. Ha pedig éppen nincs verseny, Bolygó fe-délzetén nyaranta nagycsaládosok gyer-mekei túráznak. Marci bácsi így szeretné átörökíteni minél több gyermekre a víz és a hajó szeretetét. Az élményeket, amelye-ket ezek a túrák adnak, köszönőlevelek so-kasága is őrzi. Emellett Marci bácsi szívén visel mindent, ami szeretett Balatonjával kapcsolatos. Volt, hogy lengyel származá-sú nejével közösen szerveztek népszerűsítő kiállítást Lengyelországban, vagy éppen Palóznakon – természetesen a magyar tengeről.

Idén is „Kékszalag” győztes lett a le-gendás páros, és az sem meglepő, hogy öt éve mindig ugyanazt a nevet, Mar-ci bácsiét gravírozzák a vándorkupára, amelyet az adott évben legtöbb kilo-métert maga mögött hagyó hajós őrizhet.

Szeifried Adél



Kiss Zoltán Zéro: A számok a barátaink

## Numerológiai egyszeregy Örmezőn

A számok szimbólumrendszerének ismerete nem csak életünk általános értelmét, lehetőségeit és gátjait segít megfajteni. A mindennapok sokszor vibráló, kiszámíthatatlan történéseinek megértésében, kezelésében is támpontokat adhat. Kiss Zoltán Zéro numerológust hamarosan induló számmisztika-tanfolyama kapcsán faggattuk – természetesen a számok „varázserejéről”.

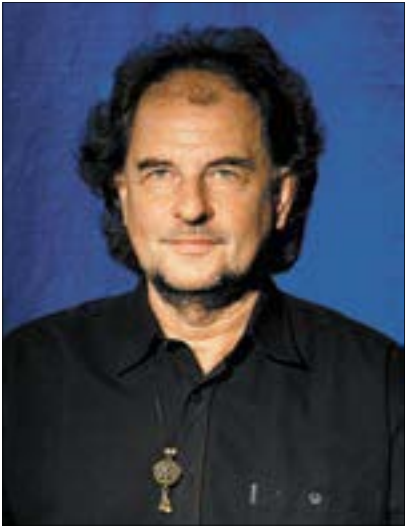
**Milyen különleges képesség kell a számok mint szimbólumrendszer megértéséhez?**

Éppen az a csodálatos ebben a tudomány-ban, hogy mindenki számára könnye-dén megérthető. Ha pedig megfajtjuk, mit üzennek a számok, pontosabban a sors a számokon keresztül, saját magunk megismerése is könnyebb feladattá válik. Az egész világ számokra épül, amelyek szimbólumrendszere az asztrológiához hasonlatos törvényszerűségeken alapul. Minden számnak meg van a bolygója, és az ahhoz kapcsolódó tulajdonságok. Tehát elsősorban kíváncsiság kell a megértéshez, az önmagunk és életünk értelme iránti ér-deklődés.

**Több ezer éves tapasztalati tudományról lévén szó, mi a legfontosabb, ami megtud-ható a számokból?**

A számok szimbólumrendszerében benne van sorsunk, személyiségünk, jellemünk, valamint életünk hosszabb és rövidebb

ciklusai, és a sorsfordulóink is. Ha ezeket megismerjük, képesek leszünk önmagunk elfogadására. Gyengéink és erősségeink ismerete segít abban, hogy boldogabb, har-



Kiss Zoltán Zéro

monikusabb életet élünk. Arról már nem is szólva, hogy mint társak, anyák, apák, barátok, milyen pozitív hatással lehetünk környezetünkre. Az önmagunk felfedezé-sével járó lelki, szellemi fejlődés ugyanis képessé tesz arra, hogy másokra is figyelni tudjunk. Meglátunk olyan összefüggése-ket, amelyek korábban elkerülték a figyel-műnket. Ha tudjuk például, hogy mely

életszakaszban vagyunk jelenleg, energi-áinkat nem fektetjük felesleges vagy nem időszerű dolgokba. Mindenkinek ciklikus az élete, az életciklusok nem kerülhetők ki, de kellő önismerettel jól megélhetők.

**Mit ajánl azoknak, akik elképzelni sem tud-ják, hogy valóban működhet a számmisztika?**

Magam is szkeptikus típus vagyok, ezért értem azokat, akik nem hisznek el mindent elő hallásra. Azt javaslom, ne is tegyék! Nyitott érdeklődéssel szerezzenek tapasz-talatot a lehetőségről, amely megkönnyíti az együttműködést a világgal. Ha a tap-asztatlat az, hogy például a numerológia törvényszerűségeinek ismerete segít a problémák megértésében, megoldásában, vagy éppen egy-egy kapcsolat előremoz-dításában, már megérte nyitottnak lenni az új ismeretre.

**Mikor és hol kezdhetnek betekinteni az ér-deklődők a számmisztikai egyszeregybe?**

Mindenkit szeretettel várók az Örmezei Közösségi Házban, november 11-én dé-lután 5 órától. A kéthetente 4-4 órás tan-folyami foglalkozások középpontjában az élet áll, ezért az elméleti tudás átadása mellett sok gyakorlati kérdést is szeretnék közösen megbeszélni az érdeklődőkkel. Mivel Újbuda napján indul a tanfolyam, az első hónapban fél áron, négyezer forin-tért látogatható.

Sz. A.

## Szent Imre Búcsú

**NOVEMBER 5., CSÜTÖRTÖK**

**19.00** Espereskerületi koncelebrált szentmise. Ruppert János-émlékkönyv bemutatása.

**NOVEMBER 7., SZOMBAT**

**8.30** Fényképk kiállítás megnyitása, díj-kiosztás.

**8.45** A búcsúsok ünnepi megáldása.

**9.00** Az Eucharisztia kitétele egész napos szentségimádásra, Szent Imre ereklye kitétele, Szent Imre-napi zso-lozsma – matutínium.

**9.00–13.00** A Dr. Batthyány László Orvos-kör Egyesület ingyenes szűrő-vizsgálatot tart a Ciszterci Szent Imre Gimnázium Tükörtermében.

**9.00** Séta a Szent Imre-kápolnától a Szent Imre-templomig. Találkozás a Bartók Béla út 19. sz. előtt. Vezeti: Molnár Edina. Egész napos szentség-imádási lehetőség.

**11.00** Felelősségünk a világért - Beszél-getés ifj. dr. Zlinszky Jánossal.

**14.00** Fiatalok órája – Középpontban a fiatalság.

**15.00** A közösség gyümölcsei – Beszél-getés Jókai Annával.

**16.00** Bor és szerzetesség – a minőség elkötelezettjei. Különleges borkóstoló egy szakértő vezetésével.

**17.00** Szerzetesek titkai. Beszélgetés a

szerzetesi élet és a gazdálkodás összefo-nódásáról, saját termékek bemutatása. **17.45** Eucharisztia ünnepélyes eltétele. **18.00** Ünnepi szentmise. Léo Delibes: Mise, G.F. Händel: Zadok the Priest, Mendelssohn: Zsoltár. (Szt. Alberik Kórus, Caritas Collectio Kamaraze-nekar).

**NOVEMBER 8., VASÁRNAP**

**7.00, 8.00, 9.00., 11.30, 19.00** Szentmisék.

**10.15** A Corvina Consort a Choralis Constantinus hagyatékából énekel. **10.15** Gyerekprogram – Róka Szabolcs (játárszatór).

**11.00** „...törtelen hittel ember és ma-gyar.” Kárpáthaljai Illyés Gyula Magyar Színház Gyermektagozat tagjainak Wass Albert előadása (Szent Imre Gimnázium diszterme).

**11.30** Szerzetesek titkai. Beszélgetés a szerzetesi élet és a gazdálkodás össze-fonódásáról, saját termékek bemuta-tása.

**13.00** Eucharisztia kitétele.

**16.45** Eucharisztia ünnepélyes eltétele. **17.00** „Musica Sacra Civitatis” kerületi oktatási intézmények zenei együtteseinek hangversenye.

**19.00** Záró szentmise. Claudio Monteverdi: Missa in illo tempore (Közös énekes szolgálat a Wekerle-te-lepi Szt. József templom kórusával).



Verkli DJ, polgári graffiti, hintapad

# Átrajzolták a Bartókot



Szabó Lilla ilyen függő teraszokat képzel el a Bartók Béla út fölé

Kiosztották a Bartók Béla úti kulturális városközpont „Ötletzáró” pályázatának díjait. A fiatalok humorral, apró ötletekkel és néhány igazi kuriózzal fűszerezték munkáikat. Kellemes séta- és pihenőterek, érdekes utcabútorok mellett új kulturális helyek is megelevenedtek fantáziájuk nyomán.

Huszonöt mű közül választották ki a díjazottakat, a legjobb ötletekkel a Corvinus Egyetem tájépítész hallgatói álltak elő az Ötletzáró pályázatban. A cél az volt, hogy ezúttal a fiatalok mutassák meg, milyen tereket, helyeket és szolgáltatásokat szeretnének a Bartók Béla úton látni ahhoz, hogy szívesen töltsék ott az időt. Az önkormányzati programhoz kapcsolódó pályázatot az Ecorys írta ki.

A Transzit Art Caféban megtartott ünnepélyes díjkiosztón Molnár Gyula polgármester elmondta, jó volt látni a munkákban, hogy a fiatalok mindenféle kötöttség nélkül szabadjára engedték fantáziájukat. Kifejezetten ötletes, sok esetben a humor eszközét felhasználó művek születtek. Kiemelte, hogy a kulturális városközpont sikerének sarkalatos pontja a közlekedés, hiszen a 4-es metró elkészültét követően még túlterheltebb lesz a környék. – Mindenképpen történni fog valami – fogalmazott a polgármester, hozzátéve: a kérdés csak az, hogy fejlődés, vagy éppen ellenkezőleg, visszafejlődés jellemzi-e majd a környéket. Nyilvánvalóan az előbbi a kerület célja, ezért különböző területeken indít be kisebb-nagyobb „motorokat”, amelyekre rá tud kapcsolódni a gazdasági szféra is. Az új funkciókkal kiegészített kulturális főutca víziója jó alap lehet arra, hogy ne egy elnéptelenedett, közterekkel tarkított városi autópálya, hanem egy forgatagos, pihenőterekkel, parkokkal, kulturális és gasztronómiai helyekkel tarkított, igazi boulevard alakuljon ki a Bartók Béla úton és környékén. – Hamarosan visszaköszönhetnek a Bartókon az ötletes tervek – mondta el a polgármester. – A már látható eredmények mellett több Bartók Béla úti ház homlokzata is megújul, és átalakul a Gárdonyi-szobor környéki közpark. Hosszabb távon sétálóutca lesz a Bercsényiből. Molnár Gyula úgy véli: a megkezdett program valójában sosem ér véget, hiszen a környék még évtizedek múlva is ad feladatot, fejlesztési lehetőségeket.

Az egyik díjazott műben zeneparkot képzelt el Takács Krisztina és Ganyecz Levente. A Gárdonyi-



A Galambos-Tubay páros a szivárvány színeire festené a Bartók bérház kapuit

szobor környéki, volt laktanyaépület egy részének lebontása után szabadtéri és fedett színpad mellett kulturális célú épületet és számos köztéri különlegességet is a parkba álmodtak. Japán kopogókút, csengőfa és „verkli DJ” népesítené be a teret. Nagy sikert aratott egy másik páros, Galambos Máté és Tuboly Kata munkája, amelyben egy helyi kovácsoltvas kapu motívumból pad, és aszfaltra festett útjelző – mint egyfajta turistatérkép – is született. A páros a Bartók Béla út házait a szivárvány minden színét felhasználva festené le, ezenkívül a tervükben egy saját fejlesztésű hintapad is szerepel, amely még vonzóbbá tenné a park használatát. Minél több zöldet és persze jóval kevesebb járművet szeretne a városi térbe a különdíjas Angyal-Schneider-Seres trió. A környék megújulásának alapját vették célba. Tervükben a Feneketlen-tótól a Gelért térig, majd a Dunáig haladva zöld csomópontok –

parkok, terek, kerthelyiségek – adják a fő vonalat. Pályázatukban jócskán átszervezik a közlekedést: egy sávon haladhatnak a buszok, az autók és a villamos, emellett kibővül a gyalogos- és kerékpáros forgalom.

Az Újbuda Média különdíjasa, Csikós Péter grafikus a köztéri képzőművészeti alkotások áthangoló erejét és egységét hangsúlyozva megteremtette a „polgári graffiti” világát, amelyben a múlt század elő kulturális életének főszereplői jelennek meg alkotóként és modellként egyaránt.

Az „Ötletzáró” minden pályázata megtekinthető az Újbuda portálon, a <http://ujbuda.hu/bartokotletzapor> cím alatt.

Szeifried Adél



Németh Klára és Krizsán Barbara üveg művészeti felületeket javasolnak a villamospályák közé.



Polgári graffiti: Csikós Péter a kultúra nagyjával díszítené a falakat.



Jelenleg a bodobács bogár áll képelete középpontjában, nemrég viszont még a „polgári graffiti” megalkotása kötötte le. Csikós Péter grafikus kakukktörzsa a Bartók Ötletzáró tájépítész pályázói között. Az Újbuda Média különdíjasa a közteret a képzőművészet természetes megnyilvánulási helyeként értelmezi.

Honnan tudott a pályázatról?

A grafikai stúdióban, ahol dolgozom, jól ismeri a főnök a stílusomat. Ő szólt, hogy szerintem nekem való a feladat. Igaza volt, fényképezőgépet fogtam, eltöltöttem egy napot a környéken és a magam módján válaszoltam a látottakra.

Lehet egy új képzőművészeti irány az ön által létrehozott „polgári graffiti”?

## Csikós Péter, az Újbuda Média különdíjasa Ötletzáró után

A graffitit ma egyszerűen a szeméttel azonosítják, azonban ha méltó módon és helyen lehetne falrajzokat készíteni, az a fiatal tehetségek egyik megnyilvánulási formája is lehetne. Ezzel segíthetnénk abban, hogy a zavaró, gagyi firák eltűnjenek a városból. A graffiti ugyanis a képzőművészet friss, őszinte ága, amely kifejezetten a fiatalok művészete. A „polgári graffiti” ezt, és az egykori Hadik Kávéház század elejei társasági, kulturális életének képeit, arcait, szereplőit ötvözi, meghatározó személyisé-

geiből táplálkozik. Elgondolkodtam azon, mi lenne, ha például Heltai, Kosztolányi, Móricz vagy Karinthy egy-egy rajza jelenne meg a falakon. Vagy éppen a nagyhírű, általam nagyon szeretett karikatúrista, Sicu fantasztikus munkái, krokijai díszlegnének az utcán. A street art és az 1900-as évek bohém kávéházi világának ötvözése megismertethetné a mai fiatalokat a kulturális örökség egy őrzendő részével, ugyanakkor új hangulatot, érzelmeket vihetne a siralmas házfalak közé.

Úgy tűnik, kivételes vonzódása van a falakhoz, hiszen hamarosan részt vesz a „... hogy a fal adja a másikat” kiállításon a Millenárisban.

Tizenketten állítunk ki, dizájnerek, képző- és iparművészek, grafikusok. A téma: olyan falmatricák, amelyek az enteriőr szerves részét képezik. Én a bodobács, köznéven a suszterbogár szépségét aknáztam ki, a piros-fekete bogarakat különféle vicces pozitúrában ábrázoltam. A többiek is érdekes dolgokat találtak ki, érdemes ellátogatni és megnézni az alkotásokat a Piros-fekete galériában, november 4-étől.

És ne feledjem: köszönöm a szerkesztőségi különdíjat!

Szeifried Adél



# Rippl-Rónaitól Molnár C.-n át az utcátárlatig: A Magyar Festészet Napja Újbudán



A fény, a színek, a formák ünnepe, azaz a Festészet Napja közel egy évtizedes múltra tekint vissza, de talán kevesen tudják, hogy a művészeti fesztivál Újbudáról indult. Kerületünkben épp ezért különösen jelentős napnak számít ez az ünnep, ilyenkor minden galéria és művelődési ház lázasan dolgozik, hogy minél izgalmasabb kínálattal kedveskedjen közönségének. Bár a tárlatok és a hozzájuk csatlakozó események mindegyikét nehéz felsorolni, összeállításunkban bemutatjuk a meghatározóbb eseményeket, illetve újdonságokat.



## Újbuda Galéria

Újbuda Önkormányzata minden évben kiemelt támogatója a Magyar Festészet Napja programsorozatnak. Idén a kerületi „fő attrakciót” az Újbuda Galériában, az önkormányzat épületében tartották. Két éve állítják itt ki a kerületi művészek alkotásait. Az október 16-án megnyitott „Festészet anno” című tárlaton híres magyar festőművészek, így többek között Rippl-Rónai József, Domanovszky Endre, Czöbel Béla, Iványi-Grünwald Béla, Molnár C. Pál, Újváry Lajos, Bálint Endre, Mihálcz Pál, Tölgyessy Artúr, Orosz Gellért és Bod László képeit tekinthette meg a közönség. A bemutató további érdekessége, hogy valamennyi világhírű művész egykor Újbudán élt.

## Ha a hegy nem megy Mohamedhez...

A Festészet Napja rendezvény leglátványosabb részében a járőkelőket szólították meg az alkotások. A Bartók Béla úton három helyszínen – a Gárdonyi téren, a Szent Gellért téren és a Mórícz Zsigmond körtéren – rendeztek utcátárlatot kortárs alkotók festményeinek 2-szer 3 méteres óriás nagyságából. – A művészet elérhetőbbé tétele egyébként is az idei eseménysorozat egyik vezérfonala – hangsúlyozta a rendezvény egyik főszervezője, **Bukta Norbert**. Ezzel az utcátárlattal azoknak a járőkelőknek is jutott a kultúrából, akiknek ideje nem engedte, hogy betérjenek valamelyik műterembe.



## Karinthy Szalon

Bényi László festőművész idén lenne 100 éves. Ebből az alkalomból nyílt emlékkiállítás a Karinthy Szalonban, a Festészet Napjának első állomásként. Az öt évvel ezelőtt elhunyt alkotó a 20. századi magyar festészet egyik legmeghatározóbb személyisége volt. Több mint hetven évet dolgozott, kutatói, művészetszervezői, muzeológusi, szakértői, művészeti írói tevékenysége összeforrt festői munkásságával. Ecsetkezelése lendületes, előszeretettel alkalmazta a vastag, széles ecsetvonásokat. A képein fellelhető színgazdagság eleven mégis mértéktartó. Az alföldi iskola hagyományait követte élete végéig. Az 1960-as évektől a Balaton környéki tájak szerelmese lett, számtalan művén örökölte meg a Balaton szépségét. Bényi László mondta magáról: „Festésre mindig a természet hangolt. Képeimet spontánul váltották ki az évszakok színei, ezeknek nyílása és múlása éppen úgy foglalkoztatott, mint embersorsok feletti tűnődéseim és megrendüléseim”. Bényi László nevéhez fűződik a Zichy Mihály Emlékmúzeum és a sárospataki Vármúzeum létesítése. Október 18-án avattak fel emléktábláját a Bartók Béla út 78. számú ház falán, ahol élt és dolgozott.



## Bartók 32 Galéria: Bérház történetei

Román György különleges élményfestészetével szomorú apropóból találkozhattott újra a közönség a Bartók 32 Galériában. A festőművész lánya, Román Kati bábszínész idén szeptemberben hunyt el, miután kiadta első novelláskötetét A bérház történetei címmel; így a nyolcvanas években eltávozott édesapja művészete mellett az ő személyének is emléket állít a Festészet Napján nyílt kiállítás.

Román György egyedi és azonnal felismerhető képi világa egyszerre foglalja magába a naivitás tisztaságát, egyéni látásmódját, valamint a háborúk okozta, súlyos, megrendítő élmények tapasztalatát, egy komoly művész bölcsességét. A személyes élményekhez ezer szállal kapcsolódnak az alkotások. A művész számára nagyon fontos volt, hogy hol alkot, így „A bérház történetei” nem csupán épületekről, hanem a bennük és körülöttük zajló életkekről, sorsokról is mesélnek. Mintha az itt élő emberek minden öröme és bánata egyszerre kifelé fordulna az épületekből, hogy ezzel mutassa meg egy bérház napos oldalát.





Defibrillátor használatára oktatják a pedagógusokat

# Négy percen múlik az élet

Európában évente átlagosan 700 ezer, Magyarországon naponta 14 ember hal meg hirtelen szívhalál következtében. A megdöbbentő adatról Sirák András mentőorvos tájékoztatt az Újbudai Pedagógiai Intézetben rendezett elsősegélynyújtó tanfolyamon. Az Egészségügyi Minisztérium által indított JESZ programon belül ugyanis tizenegy kerületi iskola nyert pályázatot, melynek segítségével pedagógusaikat, majd diákjaikat is kiképezhetik az életmentésre.

– Ennek pedig azért van különösen nagy jelentősége, mert ha az eszméletvesztéstől számított négy percen belül nem kezdődik meg az újraélesztés folyamata, a beteg talán már soha nem ébred föl – magyarázza a legfontosabb tudnivalókat az tesztbaba fölé hajoló Sirák András az öt figyelő közönségnek. A hazánkban is egyre gyakrabban előforduló spontán keringésmegállásról valóban riasztó adatokat szolgáltat a statisztika, és további aggodalomra ad okot, hogy csak 5–10 százalékra tehető a szívmegállást túlélők száma. A helyzet javítására azonban számos lehetőség kínálkozik.

Az Egészségügyi Minisztérium JESZ nevű pályázatának célja, nemcsak az eszközhasználat és az elsősegélynyújtás minél szélesebb körű oktatása, hanem egy társadalmi szemléletváltás beindítása, amely tudatosítja bennünk, hogy felelősek vagyunk önmagunkért és embertársainkért. Egyszerűbben szólva, ha a szemünk láttára esik össze valaki a téren, a metrón, az iskolában vagy egy szupermarketben, ne menjünk el mellette, ha pedig már segítünk, akkor azt jól tegyük.

A téma az utcán hever – utal a mentőorvos keserűen találó szó-



DR. SIRÁK ANDRÁS

lással a helyzet aktualitására. – A legnagyobb megoldatlan probléma a keringésmegállás és a mentők kiérkezése között eltelt idő. A rohamkocsi leghamarabb 15 perc alatt ér a helyszínre, de ha négy percen belül nem kezdődik meg az újraélesztés, az agy súlyosan károsodik, és a beteg a biológiai halál állapotába kerül, amin már a mentősök sem tudnak segíteni – magyarázza a szakember. Az időben megkezdett elsősegélynyújtás azonban a felmérések szerint 60 százalékos túlélést garantál, és komoly esély nyílik a teljes felépülésre.

– Megoldhatatlan, hogy minden sarkon egy mentőautó álljon, így az egyetlen járható utat az jelelheti, ha az újraélesztés alapelemeit, egyszerű fogásait minél szélesebb körben oktatjuk – teszi hozzá a mentős. Ezeket a módszereket egészíti ki mostantól az egyre több közintézményben látható félauto-mata defibrillátor készülék. A kerületi iskolák – melyek defibrillátor vásárlására és az oktatás lebonyolítására nyertek támogatást – 2x4 órás tanfolyamra küldik pedagógusaikat, akik a segítségnyújtás alapjai mellett a készülék használatát is

megtanulják. A bemutató közben az is elhangzik, a géptől nem kell félni, hiszen az minden tennivalót hangosan közöl használójával, és csak akkor ad le áramütést, ha szív-megállást érzékel.

– Sajnos még nagyon kevés helyen találkozunk újraélesztő készülékekkel, pedig nagy szükség lenne rájuk bevásárlóközpontokban, piacokon, munkahelyeken, pályaudvarokon, háziorvosi rendelőkben, valamint minden olyan helyen, ahol sok ember fordul meg – jelenti ki az orvos. – Folyamatosan hallani a sportolók katasztrófáiról, és egyre inkább az az érzésem, hogy a tanárok tudása is alacsony szinten van az életmentés terén.

– Fontos, hogy fejlődjünk, hiszen sok száz gyermekért vagyunk felelősek – mondta el véleményét a tanfolyam egyik résztvevője, Schulek Dávid testnevelő tanár. – Az oktatás jelentősége azért is kiemelkedő, mert krízishelyzetben még az olyan egyszerű feladatot, mint a mentők kihívását sem sikerül megoldani, hiszen az emberek pánikhelyzetben leblokkolhatnak – teszi hozzá Sirák András.

T. D.

Egészséges szemek

# Pontrácsok a tisztánlátásért

Magyarországon évente hatezren veszítik el látásukat, közülük négyezren csupán azért, mert elhanyagolják szemük egészségét. Ráadásul a vizuális terhelés, amelyet a számítógépek és televíziók okoznak, egyre fiatalabb korban alakítja ki a szem problémáit. Talán kevesen tudják, hogy napi néhány perces szemizomtornával több látásprobléma is megelőzhető, javítható.

Ha fáradt, merev, túlfeszített a szemizom, a látás gyengül. A szemizmok, amelyek az éles látásért felelősek pontosan ugyanúgy igénylik a rendszeres törődést, mint a test bármely más területe. Elhanyagolásuk eredménye, hogy idővel egyre erősebb szemüveget kell használni, pedig a szem egészsége rendszeres szemtornával megóvható.

A pihentetés és terhelés harmonikus aránya edzésben tartja a szemet. A szemizmok tornáztatásához kiváló kiegészítő eszköz az egyszerű fizikai törvény kiaknázásával fejlesztett pontrácsos (raszter) szemüveg. A szemtréner műanyag, pontrácsos lencsét tartalmaz, amelyek a fényrekesz

elvén működnek. A raszter szemüveg alkalmazásakor a szem előtti kis lyukak fénytörés nélkül összegyűjtik a beáramló fényt. Az ideghártya központjára, vagyis a legélesebb látóhatás helyére irányított, megszűrt fénysugarak beáramlanak a szembe. Így csaknem éles kép alakul ki, miközben az agy ösztönzést kap arra, hogy végezze el a fókuszálást a tökéletes éles látásért.

Napi néhány perces gyakorlat-sor elvégzésével javul a szem vérkeringése és oxigénellátása, ezzel együtt pedig teljesítőképessége. A raszter szemüveg olvasáshoz, tévénézéshez és számítógépes munkához is viselhető, ám e segédeszköz használatán túl számos más módon is segíthetjük a szem egészséges működését.

Apróságnak tűnik, mégis fontos tudni, hogy érdemes a számítógépmonitort úgy beállítani, hogy a fény (akár természetes, akár mesterséges), mindig balról essen a képernyőre. Kellemes gyakorlat a látóközpont napoztatása, amely után érezhető a napsugarak jótékony, pihentető és energetizáló hatása. A gyakorlathoz enyhén árnyékos hely szükséges, ahol a nap a fej hátsó részére, az agy látóközpontjára süt. Csukott szemmel, a fej apró mozgásával pár percig élvezzük, hogy a nap sugarai átjárják a látóközpontot! Meglátjuk, a szem meghálálja a törődést! További szemegészség-megőrző gyakorlatok, információk a szemtréningről, raszter szemüvegről: [www.egely.hu](http://www.egely.hu)

Sz. A.



DOMOK VIKTORIA

Az elhízás betegség

# Tudatos fogyás életmódváltással

Dr. Pados Gyula címzetes egyetemi docens, kandidátus, a Táplálkozástudományi Társaság elnöke a Semmelweis Orvostudományi Egyetem elvégzése óta – két-éves szombathelyi gyógyítást kivéve – a Tétényi úti Szent Imre Kórházban dolgozik. 1983 óta 18 ezer elhízott beteget kezeltek az osztályán, majd járóbetegként a Lipid Ambulancián.

Soha nem gondolt még arra, hogy a Szent Imre Kórházon kívül „boldoguljon”?

Az elmúlt évtizedek során munkatársaimmel kidolgoztunk egy olyan rendszert, amelyben komplexen benne van egy intézeti rövid távú, 600–800 kalóriás diéta, egy kivizsgálás, valamint egy kiképzés az otthoni 1200–1500 kalóriás fogyókúrára. Volt alkalmam megismerni néhány nyugat-európai intézetet, ahol csak ezzel foglalkoznak. Szakmai szempontból mi is tudjuk azt nyújtani, amit ők, csak éppen a körülményeink nem annyira irigylésre méltóak. Mégsem vágyódtam máshova, itthon pedig a kórház 2003-tól lehetőséget biztosított, hogy a súlyos, életveszélyes betegektől, mentőforgalomtól elzárva, külön Lipid Részlegként működjünk, így a résztvevők csak hasonló egészségi állapotú betegekkel vannak egy turnusban.

Emlékszik arra a pillanatra, amikor eldöntötte, hogy orvos lesz?

A családban nem volt orvos, de édesanyám szerette volna, hogy én az legyek. Egy banális dolog még belejátszott a döntésembe: pattanásos kamasz voltam, akkor még nem tudtak ezzel mit kezdeni, gondoltam, majd ha én orvos leszek, megtalálom az ellenszert. Mégis belgyógyász lettem, a bőrgyógyászat nélkülüm is fejlődött.

Volt valami kiváltó oka annak, hogy úgy döntött, a túlsúlyos betegeken akar segíteni?

Pár évtizede volt egy túlsúlyos betegünk, akinek ismétlődő hasi görcsei okát nem tudták megállapítani, egyszer még a hasát is kinyitották, de a műtét sem tisztázta. Egy esti ügyeletben vérvétel kapcsán észleltük, hogy a beteg ereiben mintha nem is vér, hanem zsír folyna, a kémcsőben tejfölszerű vér volt. Rájöttünk, hogy ez a zsíros vér a hasnyálmirigy, sőt, egyéb erek eldugulásához vezetett, az egyik vérszír, a triglicerid extrém emelkedése miatt. Ez az

tán gyógyszerrel már életre szó-lóan jól kezelhetővé vált. Ekkor kezdtem foglalkozni speciálisan a túlsúlyos, magas vérszír-szintű betegek kezelésével, akiknél nem is a koleszterin-, hanem inkább a trigliceridszint emelkedett.

Különleges bánásmódban van részü-k azoknak, akik a Szent Imre Kórház kezelésén vesznek részt?

Az elhízottakat egyhetes turnusban vesszük fel, az ágyszám-csökkenés óta a korábbinál kisebb létszámban van erre lehetőség. Egy 600 kalóriás diéta segítségével átlagosan 4 kilogramm fogyás érhető el, mely azonnal sikerélményt jelent. Eközben felmérjük a beteg elhízással összefüggő rizikófaktorait, főleg a vérnyomás-, vércukor-,



vérszírértékei és betegségeit. Ezt a hetet használjuk fel egy hosszú távú fogyókúrára való felkészítés-re, diétás csoportfoglalkozásokkal, előadásokkal, videofilmekkel, napi tornaprogrammal, időnként pszichológus közreműködésével. Amennyiben más szakterületre tartozó aktuális betegséget találunk, további vizsgálatokra irányítjuk páciensünket.

Egyáltalán kik vehetnek részt ezen? Milyen feltételekkel?

Az elhízás betegség, az egészség-ügyi világszervezet szerint a tíz legsúlyosabb közé tartozik. Emellett a szívinfarktus elsőrendű rizikófaktor. Elsősorban tehát azok jöhetnek szóba, akiknek az elhízás mellett vérszír-, vércukor-, vérnyomás- vagy egyéb eltérései vannak. A Lipid Ambulanciára előjegyzést kell kérni, ahová a háziorvos utalja a páciens-t járóbeteg-rendelésre. Onnan szükség esetén kórházi kezelésre is előjegyzésre kerül. A kórházi kezelést is támogatja az OEP.

Van-e olyan – egy-két mondatban megfogalmazható – általános jó tanács, amit ha megfogadunk, biztosak lehetünk a sikerben?

1983 óta rengeteg tapasztalatot szereztünk, és a legújabb irodalmi adatok alapján egy kalóriasze-gény, állati zsírokban is, de főleg gyorsan felszívódó szénhidrátokban (fehérkenyér, rizs, krump-li, tészta) korlátozott étrendről várható a legjobb eredmény. Ha csak koleszterinszint-emelkedés kíséri az elhízást, akkor a zsírsze-génységre is kell koncentrálni, de a többi esetben csakis bizonyos szénhidrát-korlátozással érünk el eredményeket. Az elhízás kezelé-sében hasonlóan fontos az élet-mód megváltoztatása, a fizikai tréning és a gyógyszeres kezelés.

Nélkülözhetetlen a szakemberek segítsége, ha tartósan meg akarjuk őrizni a súlyunkat?

A felmérések szerint a magányosan fogyókúrázók 95 százaléka egy éven belül visszahízik az eredeti testsúlyára. Akik ezt orvosi, dietetikusi segítséggel végzik, azoknál ez az arány 70 százalékra javítható, tehát 30 százalékuk meg tudja tartani a leadott 10 kilo-gramm testsúlycsökkenést. Ehhez időközi kontrollok is szükségesek, elvárások a testsúly vonatkozásá-ban, és a fogyás után bizonyos vál-toztatás és engedmény a diétában a testsúly fenntartása érdekében.

Ha valaki elolvassa az új könyvét, elég, hogy változtasson az életén? Miről szól?

Dr. Pados Gyula – Dr. Audikov-szky Mária: Tudatos fogyás cí-mű, 2008-ban megjelent könyvünkben az orvos tanácsaival akar-tunk útmutatásokat adni. A Tu-datos Fogyás Fóruma felmérésén kiderült, hogy a fogyókúrázók fele környezetéből, 37 százaléka bulvárforrásokból és csak 13 szá-zaléka orvosoktól, dietetikusoktól kapott tanácsok alapján kezdi el fogyókúráját. Szeretnénk ezt megváltoztatni. A könyvben ki-emelten foglalkozunk az utolsó évtized diétás fogyókúráinak eredményeivel és a gyógyszeres kezeléssel, de az életmódváltást, a fizikai tréninget és kóros elhízás esetén a gyomorszüki-tó műtétet is érintjük. A könyvben többek kö-zött olyan receptek is találhatók, melyek a kedvenc magyar ételek diétás variációit tartalmazzák.

K. A.

Pados doktor receptjét receptrovatunk-ban, az Újbuda 12. oldalán olvashatják.

## Kelen fül-orr-gégészeti ambulancia

Horkol? Zúg a füle? Rekedt? Megváltozott a hangszíne? Keressen fel minket!

# Újdonság!

## Kelen lábambulancia

Ha dagadt, fáj a lába, keressen fel minket! Kezünkbe vesszük a lábát.

**Kelen Kórház**

**Kelen Kórház Kft. 1119 Budapest, Than Károly utca 20. Bejelentkezés: (06-1)-205-0205**



Az életenergia harmóniája

# Shiatsu: ősi gyógymód modern köntösben

Shiatsu terápiás központ nyílt Újbudán. Bencze Lászlóval, a Magyar Shiatsu Alapítvány kuratóriumának elnökével beszélgettünk az ősi, első-sorban mozgásszervi megbetegedéseket orvosló gyógymasszázsról.

■ **Mi is az a shiatsu, és miben különbözik a többi gyógymasszázsztól?**

A shiatsu (siacu) professzionális terápia, amely Japánban – ahonnan származik – 1952 óta hivatalosan elfogadott gyógyászati eljárás. A szó maga „hüvelykujnyomást” jelent, és arra utal, hogy a kezelés során alapvetően ily módon teremt kapcsolatot a shiatsugyógyász páciensével. Európai gyakorlata 35 évre tekint vissza, és hazánkban is egyre nagyobb népszerűségnek örvend. Ez, valamint a gyógymód különlegessége is minden bizonnyal abból fakad, hogy a shiatsu mai formájában egy ősi, intuitív, de gyakorlatias eljárást egészít ki a modern orvostudomány racionális eszközeivel, áthidalva ezzel egy régóta meglévő kulturális „hézagot”.

■ **Mire jó a shiatsu, és hogyan zajlik egy kezelés?**

A shiatsu többek között mozgásszervi problémák, például hát- és derekfájdalmak, ízületi gondok, belső szervi bajok, mint emésztési, felszívódási zavarok, gyomorfekély, vastagbélgyulladás, hormonrendszeri, illetve menzeszproblémák, allergiák esetén hatásos, de nagyon jól használható stresszoldásra, a stressz okozta feszültségek csökkentésére, az ellenálló képesség javítására, valamint rekreációra testi-lelki fáradtság, kimerültség esetén. A kezelé-

s a földön, matracon zajlik, és az egész testet érinti. Módszere az érintésen, illetve a nyomáson alapul. A shiatsugyógyász a test energiarendszere, a meridiánok és az akupunktúrás pontok kezelésével megszünteti a betegségek, fájdalmak kialakulásának okait. A terápia általában egy órát vesz igénybe, és szükség szerint étkezési és életmódtanácsadással is kiegészül.

■ **N a g y o n sok tünetet felsorolt, u g y a n akkor azt sz o k t á k mondani, hogy ami mindenre jó, semmire sem az. A shiatsu valamiféle csodaszer?**

A shiatsuterápia testi, lelki, szellemi működésünk alaperejét, az életenergiát harmonizálja. Az ősi kínai gyógyászat felfogása

szerint – amelyen a shiatsu is alapul – minden betegségnek az a forrása, hogy ezzel a bizonyos életenergiával valami baj van. Ha tehát képesek vagyunk hatni rá, akkor mindenféle betegségre hatással lehet. Ilyen értelemben a shiatsu valóban csodaszer. Ugyanakkor nem szabad elfelejteni, hogy a betegségre úgy tekintünk, mint a páciens életének egy sajátos kihívására, mellyel magának a páciensnek kell megküzdnie. Mi ehhez tudunk hathatós segítséget nyújtani. Rengeteg pozitív tapasztalatunk van, de a shiatsu alkalmazását és hatásait il-

letően nemcsak ezekre, hanem immár egy nemzetközi tanulmány eredményeire is hivatkozhatok, melyet az Európai Shiatsu Szövetség megbízásából a Leeds-i Egyetem készített 2007-ben.

■ **Miről szól ez a tanulmány, és milyen következtetéseket tartalmaz?**

A tanulmánynak két célja volt: a páciensek shiatsukezelést követő rövid és hosszabb távú tapasztalatainak, a kezelés hatásainak felmérése, valamint hogy felderítse, kik a shiatsukezelést végzők, és hogyan végzik ezeket. A felmérés három országban zajlott, és abszolút pozitív eredménnyel zárult. A résztvevők úgy látták kezelőjüket, hogy az megbízható, gyakorlott és általánosságban „melegséget árasztó” személy, továbbá döntően vagy jellemzően egyetértettek azzal az állítással, hogy a shiatsu hatékonyan bizonyult tüneteik elmulasztásához. A vizsgálat azt is kimutatta, hogy a tünetek komolyságát illetően statisztikailag szignifikáns csökkenés volt tapasztalható minden tünetcsoportnál hosszabb távon is.

■ **Érdemes tehát shiatsugyógyászhoz fordulnunk. Mit tanácsol, hogyan keressük meg a nekünk leginkább megfelelő személyt?**

Ha shiatsugyógyászt, vagy bármilyen alternatív gyógyítót, természetgyógyászt keresünk fel, figyeljük meg, hogyan szól, hogyan ér hozzánk, milyen a környezet, amelyben fogad bennünket, és kérdezzünk rá, hol, hány évet tanult, mi a végzettsége. Nyugodt szívvel ajánlhatom saját terápiás központunkat a Budafoki út 9–11. alatt, hiszen nálunk csak azok kezelhetnek, akik elvégezték a teljes, háromszemeszteres képzést, és ezen túl komoly terápiás tapasztalattal is rendelkeznek.

k. p.

SAKK

## GAZDAGRÉT KUPA 2009

2009. november 7.  
10 órai kezdettel

**A VERSENY CÉLJA:** A sakkbaráti kapcsolatok ápolása, a sakk népszerűsítése elsősorban Gazdagréten, illetve Újbudán, de bárholnan várjuk a jelentkezőket.

**A VERSENY HELYE:** Gazdagréti Községi Ház – 1118 Budapest, Törökugrató utca 9. **A VERSENY RENDEZŐJE:** Gazdagréti Községi Ház, főrendező: Jenei Ilona. **A VERSENY FŐVÉDNÖKE:** Molnár Gyula, Újbuda polgármestere. **A VERSENY FŐBÍRÓJA:** Fehér Gyula nemzetközi mester, nemzetközi versenybíró.

**LEBONYOLÍTÁS:** Svájci rendszerben, 7 fordulóban. **JÁTÉKIDŐ:** 15-15 perc partinként, a FIDE rapid szabályai szerint. **NEVEZÉSI DÍJ:** Felnőtt: 900 Ft, nyugdíjas, diák: 500 Ft, 60+ kártyával 400 Ft. Határidő utáni nevezéseket csak indokolt esetben fogad el a rendezőség! Határidő utáni nevezés +500 Ft, helyszíni nevezés +1000 Ft.

**NEVEZÉS:** frásban, telefonon, e-mailben november 5-éig bezárólag! A nevezésnek tartalmaznia kell: név, születési idő, igazolt versenyzőknél egyesület neve és élő-pontszám. Nevezési cím, információ: Gazdagréti Községi Ház; telefon: (06-1) 246-5253. E-mail: info@gkh.ujbuda.hu

**DÍJAZÁS:** Tárgydíjak az első hat helyezettnek. Különdíjak: A legfiatalabb, a legidősebb és a legjobb női versenyzőnek. **HELYEZÉSEK ELDÖNTÉSE:** 1. Több szerzett pont, 2. Egymás elleni eredmény, 3. Berger-Sonneborn számítás.




**BUDAPEST XI. ker.**  
**Budafoki u. 9-11.l.e.2.**  
**tel.: 70-947-4012**  
**info@shiatsu.hu**  
**www.shiatsu.hu**



**NEMZETKÖZI**  
**SHIATSU**  
**ISKOLA**  
**BUDAPEST**

# NEMZETKÖZI SHIATSU ISKOLA

# SHIATSU-GYÓGYÁSZ RENDELŐ





*steilmann*

## Steilmann női ruha márkabolt nyílik!

Sportos és elegáns hölgyeknek.

### Nyitási kedvezmények!

Márkaink:

*steilmann* - a hétköznapi divatja

**GERRY WEBER** - elegáns hölgyeknek minden alkalomra

**KAPALUA®** - fiatalos, bohém, különleges

**KIRSTEN** - klasszikus színcsaládok, kabátspecialista

**Nyitás: november 11-én**  
az Allee MórícZ Zsigmond Körtér felőli bejárata mellett,  
a Váli utca és a Körösi József utca sarkán

Nyitvatartás: minden nap 10-20 óráig

www.steilmann.hu





**KOS**  
március 21.–április 20.

Kedves Kos-szülött, kérem, nem mondjon ki azonnal mindent, amit gondol, mert ebből csak viták és félreértések lehetnek. Igaz, önre igencsak jellemző, hogy ami a szívén, az a száján, de ne feledje, hogy mind családtagjai, mind munkatársai most kicsit érzékenyebbek a szokottnál, és könnyebben megbántódhatnak.

**BIKA**  
április 21.–május 20.

A halottak napjának időszaka kissé kedvetlenné teheti. Ám szerencsére apró, kellemes események történnek, melyek viszszahozzák életkedvét. November eleje elég sok munkát és elintéznivalót hoz, de úgy osztja be az idejét, hogy elég maradjon belőle szereteteire és önmagára is. Pénzügyei nem alakulnak jól, de takarékos egyénisége révén nem lesz gond.

**IKREK**  
május 21.–június 21.

A bolygók valóságos jutalomjátékot rendeznek, és csupa kedvező fénytözeget vettenek jegyéhez. Mondanom sem kell, hogy ez vidám, energikus, kockázatvállaló időszakot sejtet. Októberben az anyagiak területén mosolygott önre Fortuna, most inkább a szerelemre fog koncentrálni. A társalan Ikrek-szülöttek számára az élet sok kellemes meglepetést tartogat.

**RÁK**  
június 22.–július 21.

A borongós, kora téli idő nem hat igazán jól a nyár szülöttei számára. Lesznek napok, amikor legszívesebben ki sem mozdulna otthonról, és egy Ráktól szokatlan módon a házimunkához semigen lesz kedve. A hölgyek többet fognak költeni, mint más-kor, mintha pár önmaguknak vásárolt szép dologgal kívánnának jobb kedvre derülni.

**OROSZLÁN**  
július 22.–augusztus 23.

Az előző, energikus és kedvező két hét után a november sem indul rosszabbul, aminek részben az is az oka, hogy az a bizonyos, már említett Mars még mindig a jegyén vonul át.

Ha régebb óta szeretett volna életében vagy munkájában valami változást, akkor most eljött az ideje, hogy ehhez hozzáfogjon. Döntését erő és megfontoltság jellemzi.

**SZŰZ**  
augusztus 24.–szeptember 23.

Nyugodt, higgadt énjének most a zárkózottabb oldala kerül előtérbe. Többet és szívesebben lesz egyedül, úgy érzi, feltöltődik a csendtől. Társa és családja ezt figyelembe veszi, ám munkatársai, ismerősei kicsit tolakodóan próbálják „bevonni az életbe”. Legyen határozott, és tegye azt, amit a szíve diktál. A zárkózottabb időszak igen kedves az önismeretnek.



## HOROSZKÓP

október 28.–november 10.

**MÉRLEG**  
szeptember 24.–október 23.

Akkor érzi igazán jól magát, ha társkapcsolata rendben van. Nos, ebben a két hétben erre nem lesz panasza. Persze mindent meg is tesz azért, hogy így legyen. November első hete kedvező lesz egy-egy gyertyafényes vacsorához, vagy bármilyen olyanhoz, ami kedvez a romantikának, az érzelmeknek. A férfi Mérlegek különösen nagyvonalúak lesznek.

**SKORPIÓ**  
október 24.–november 22.

Ha október végén egy kicsit lazított, most ismét teljes erejével veti bele magát a munkába. Úgy érzi, életét, sorsát tökéletes biztonsággal

kézben tartja, anyagi helyzete is rendben van. Páran a környezetéből csodálják ezért, talán titokban irigykednek is. Ám ön megértő lesz, sőt, szívesen segít is másoknak. Egy idősebb rokon most több figyelmet igényel.

**NYILAS**  
november 23.–december 22.

Bár ebben az időszakban nem készült utazni, mégis betoppan egy lehetőség, vagy egy hivatalos útra, vagy egy olyan rokonlátogatásra, amelyhez eleinte nem igazán lesz kedve, de mégis jól fog sikerülni. Mint minden kimozdulás, úgy ez is friss színt hoz az életébe. November első hét végén egy vidám társasági programon vehet részt.

**BAK**  
december 23.–január 20.

A novembert úgy fogja kezdeni, hogy minden előzőleg kirobban vitát elsímít, még akkor is, ha bocsánatot kell kérnie. Ettől sokkal jobban érzi majd magát. Most hajlamos lehet a megfázásra, ami ellen érdemes védekeznie. Azt persze nem teheti meg, hogy nem megy emberek közé, de ha több vitamint, gyümölcsöt fogyaszt, sokkal ellenállóbb lesz.

**VÍZÖNTŐ**  
január 21.–február 19.

Most furcsa hozzáállása lesz a pénzhez. Bizonyos dolgokra sokkal többet költ, mint máskor, vagy mint, ami szükséges lenne, másban pedig olyan takarékos lesz, mint még soha. Ezzel meglepi környezetét, ugyanis úgy ismerik, hogy lazán kezeli az anyagi dolgokat. Nélkülöznie azonban nem kell, sőt, a november első hete egy kis anyagi fellendülést ígér.

**HALAK**  
február 20.–március 20.

Október második felében kicsit passzívabb volt, így nem csoda, ha ezt az időszakot már ismét az aktivitás jellemzi. Ennek ideje is van, ugyanis néhány fontos és határidős munkával kissé elmaradt, és nem szeretne mások segítségére szorulni. November első hete egy új érdeklődés vagy hobbi megjelenéséről szól, ami továbbfokozza cselekvő kedvét.

Horváth Andrea



## Ezen a napon történt – október 28.

**VÍZSZINTES: 1. Ezen a napon hunyt el 1998-ban Tolnay Klári színésznő. 1976-ban Theudelinda grófnőt alakította ebben a filmben (E, Á, K). 13. Kergeti. 14. Erre a helyre pottyant. 15. Orosz származású francia festő művészneve (tkp. Romain de Tiroff). 17. Konyhakerti növény. 19. Tantál vegyjele. 20. Egykori vármegyénk, ma horvátországi közigazgatási egység és székhely. 22. Származik. 23. Élősködő. 25. Római 56. 26. Belső szerv. 28. Memóriaifajta. 30. Nagy Konstantin szülőhelye. 32. Izzólámpa. 34. Szapulás része! 36. Hajóépítő fa. 38. Központ! 39. Püspöklány határai! 40. 2008-ban ezen a napon halt meg Vay Ilus színésznő. Cukrászlány volt a szerepe ebben az 1943-as magyar játékfilmben. 42. Jászvásár román neve. 44. Fővárosa Katmandu. 46. Végtag. 47. Egy biciklis/motoros versenyészes típus. 48. Ázsiai ország. 49. Tolnay Klári 1954-ben szerepelt ebben a Móríz Zsigmond adaptációjában. 51. Kossuth Lajos. 52. Szintén ne. 53. Állatot ellát. 55. -ről párja. 56. Hostia egynemű betűi. 57. ZKL. 59. Vízirtalmú szilícium-oxid. 61. Gabonánövény. 63. Elhord páratlan betűi. 65. Ábrahám felesége. 67. Veszprém megyei település Tapolcától Ny-ra. 69. Üzbegisztáni város. 72. Jelenleg. 73. Függőzár. 74. Női név. 75. Vay Ilus szerepe Kiritescu: Szarkafészek c. művében. 78. Államvédelmi Osztály, röv. 79. Ezen a napon született 1967-ben Julia Roberts amerikai színésznő. Egyik 1994-es filmje (T, O).**

**FÜGGŐLEGES: 1. Tolnay Klári 1960-as filmje (L, A). 2.Kerek szám. 3. Matematikai fogalom. 4. Népies háziállat. 5. Rövid angol fér-**

finév. 6. Különálló hegyecsoport a Gerece és a Pilis között. 7. Ír költő (William Butler). 8. Napszak. 9. Televízióknévbetűi. 10. Berlini ideg! (NERV). 11. Londoni vonat! 12. OTS. 16. 1963-ban ezen a napon született Lauren Holly amerikai színésznő. 2004-es filmjének címe (E, N). 18. Palindrom férfinév. 21. Gyümölcs. 23. Csapat, angolul. 24. Ezen a napon született Joaquín Phoenix Puerto Rico-i származású amerikai színész. Egyik legelső filmszerepét adta ez az alkotás. 27. Verbálisan közöl. 29. Idegen levegő. 31. Egy alföldi város lakója. 33. Embercsemete. 35. Magyar tánc. 37. Angol férfinév. 40. Egyik román kori templomunk jelzője. 41. Balkáni nép volt. 43. Antal Imre. 45. Protaktínium vegyjele. 47. Tili-..., játékfajta. 49. Modern könnyűzenei irányzat. 50. Tolnay Klári a műszerepet játszotta ebben az Ibsen-műben. 54. A nyomás régi egysége. 56. Vay Ilus szerepe Verdi: Az álarcosbál c. operájában. 58. A földszintre kéret. 60. Metúsál fia, Énok leszármazottja. 62. Sztúpa páros betűi. 64. Hon. 66. USA-beli könnyűzenei együttes (RATT). 68. Tejtermék. 70. Buli vége! 71. Ada betűi keverve. 73. ... it be (Beatles). 76. Nikkel vegyjele. 77. Hosszú morzehang. **BEKÜLDENDŐ:** vízsz. 1., 40., 49., 75., 79., függ. 1., 16., 24., 50. és 56. **A 19. SZÁM MEGFEJTÉSE:** „Műanyag szerető, Ítéletnap, Hét nő az erkélyen, Mostoha gyerekek, Űrlap, Holnap lesz fácán, Dodge City”. **A 19. SZÁM NYERTESE:** Gere Sándorné, 2315 Szigethalom, Vadász-ház u. **NYEREMÉNY: SUZUKI PLUSZ AJÁNDÉK.** Átvehető: 1116 Budapest, Kondorosi út 5/A. Tel.: 464-7000.

Nagy András

ÚJBUDAI ÍZEK

### Pados doktor receptje

## Töltött karalábé

**HOZZÁVALÓK:** 6 db friss, lehetőleg nem fás karalábé (1db 15 dkg) = 90dkg, 1 db filézett csirkemell (40 dkg), 1 db húsléves-kocka, 3 csomó petrezselyem (5 dkg), 1 egész tojás, 1/2 pohár tejföl (100 g, 12%), Körülbelül 6 dkg barnarizs. **ELKÉSZÍTÉSE:** A csirkemellből – 1 csomag petrezselyem és 1 leveskocka hozzáadásával – kevés húslévest főzünk (éppen hogy ellepje a víz a csirkemellet). 4 db karalábé közepét kiskanállal kivájunk, benne lehetőleg nagy üreget képezünk. A másik 2 karalábét apróra felvágjuk, majd hozzáadjuk a kivájt karalábéhalmot is. A megfőtt csirkemellfilét ledaráljuk, hozzáteszünk

egy csomag apróra vágott petrezselymet, a rizst, valamint a tojásfelhérjét. A 4 kivájt karalábéba az elkészített tölteléket beletöltjük, egy kisebb lábosba vagy jénai tálba helyezzük, köré rakjuk az apróra vágott karalábét és felöntjük a csirkeleves levéllel. Megfőzzük, amikor villával puhának érezzük a megtöltött karalábét, egy fél pohár tejfőlből egy tojássárgáját belelőntünk, és a maradék petrezselymet, káposztát lisztet szórunk bele, majd ezzel behabbarjuk a karalábét. Ízlés szerint sózunk, borsozzuk. **4 SZEMÉLYRE:** kalória:1301 kcal, szénhidrát: 116 g. **1 SZEMÉLYRE:** kalória: 325 kcal, szénhidrát: 29 g.

Sok éve kínálunk önöknek ötleteket arra, mit érdemes kipróbálni, ha új ízekre vágyunk. Most arra bátorítjuk Újbuda szakácsait, küldjék el legjobban sikerült ételleik receptjét. A receptek mellé várjuk az étel jó minőségű fotóit is a media@ujbuda.hu címre. A beküldők között egy kétszemélyes vacsorát sorsolunk ki, negyedévente. Különösen nagyra értékeljük azokat a leírásokat és fotókat, amelyek hagyományos magyar étel elkészítéséről szólnak. Jó kísérletezést és időtöltést kíván az Újbuda szerkesztősége!

## ÚJBUDA

Főszerkesztő: Vincze Kinga, főszerkesztő-helyettes: Pindroch Tamás  
Szerkesztőség: 1111 Szent Gellért tér 1–3. ■ Telefon: 372-0960, e-mail: media@ujbuda.hu  
Kiadja a Média 11 Kft. ■ Felelős kiadó a Média 11 Kft. ügyvezető igazgatója  
Tervezőszerkesztő: Tóth István ■ Layout: Tóth István Gergely, Vrbanc Zoltán  
Prepress: OZ 2000 Kft. ti100@qwertynet.hu ■ Nyomdai előállítás: Magyar Közlöny Lap- és Könyvkiadó Kft.  
Lajozmizsei Nyomdája ■ Felelős vezető: Burján Norbert igazgató ■ Terjesztja a DTSA Marketing Kft.  
Címlap idézet: Petőfi Sándor

Kommunikációs partnerünk a T-Mobile

MEGJELENIK KÉTHETENTE 82 EZER PÉLDÁNYBAN. AZ ÚJBUDA INGYENES.

### ÉRTESÍTÉS

Az épített környezet alakításáról és védelméről szóló 1997. évi LXXVIII. tv. 9.§. (2) bekezdés a.) pontja értelmében értesítjük a tisztelt érdekcépviselői szerveket és az érintett lakosságot, hogy a Bp. XI. kerületi Önkormányzat Polgármesteri Hivatala megrendelte Bp. XI. kerület, Fehérvári út- Hauszmann Alajos utca–Nádorliget utca–Galambóc utca által határolt terület kerületi szabályozási tervét.

A terv készítésének célja a túlnyomórészt intézménydomináns munkahelyi övezetbe sorolt terület intézmény övezetbe történő átsorolásának és beépítési paramétereinek vizsgálata.

Molnár Gyula, polgármester



### SAKKSAROK

Az alábbi állás akár egy gyakorlati partiból is létre jöhetett volna. Világos főlényének érvényesítését a kevés anyag teszi kétségesse (pl. egy bástya gyalogok nélkül nem nyer a huszár ellen). Ám fehér ügyes leegyszerűsítéssel lépéskényszerbe hozhatja ellenfelét... **A KÖVETELMÉNY:** Az első négy lépés beküldését várjuk Olvasóinktól! A megfejtéseket november 2-áig várjuk a Gazdagréti Községi Házban (1118 Budapest, Törökugrató utca 9.), illetve az info@gkh.ujbuda.hu e-mailcímen! A helyes megfejtést beküldők között könyvjutalmat sorsolunk ki, amelyet a Gazdagréti Kö-



zösségi Házban lehet átvenni. A nyertes nevét a következő számban közöljük.

**AZ ELŐZŐ FELADVÁNYUNK MEGOLDÁSA:** 1.b8 ♘!

A szerencsés nyertes Gyüre Judit, akinek szívből gratulálunk!

GKH-Jakobetz



Újabb környezetvédelmi akció

# Madárbarát Iskolák Újbudán

A természettudományok oktatása kívánja meg a legtöbb találékonyságot a pedagógusoktól, hiszen az iskola falai között aligha lehet használható tudást plántálni a diákokba az élővilágról, a természetben előforduló állatokról és növényekről. Ehhez a feladathoz nyújt kapaszkodót a Madárbarát Program, amely hat iskolában indul idén, és amely közvetlen közelről ismerteti meg a gyerekekkel a madarak, mókusok, sünök életét.

A Madárbarát Iskola Programot az Önkormányzat finanszírozza, szakmai támogatója pedig a Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesület (MME). A program célja – a madarak életén keresztül – a természet megismerésére, szeretetére és védelmére való nevelés.

– A kerületben a Zöld Újbuda koncepcióban több fronton is környezetvédelmi akciókat szerveznek, ennek részeként fut például a komposztálási program,

a szelektív hulladékgyűjtés, valamint a megújuló energiaforrások hasznosítása, és ebbe a sorba illeszkedik az idei tanévtől induló Madárbarát Iskola Program is – mondta Fodor Vince alpolgármester az Ádám Jenő Általános Iskolában, ahol bemutatták az udvaron kialakított etetőket és az állatok élőhelyeiként kialakított „búvóhelyeket”.

A Madárbarát Iskola Program a Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesület Madárbarát Kert Programjának része, és a madárvédelem mellett egyedülállóan jó lehetőségeket kínál az iskola környezeti nevelési programjának, a tanmenetek és óratervek bővítéséhez. Emellett alkalmas a szakköri, tudományos diákköri és szabadidő szervezési munka színesítésére is. Ebben a tanévben hat kerületi iskolában: Gellérthegyén, Kelenföldön (itt két intézményben), Gazdagréten, Kelenvölgyben és Órmezőn indul a program, melyet a Kerületi Környezetvédelmi Alap finanszíroz.



PÁLYÁZAT

## Szelektív Panel 2009

**KIÍRÓ:** Budapest Főváros XI. Kerület Újbuda Önkormányzata.

**TÁMOGATÁS CÉLJA:** A támogatás célja, a kommunális hulladékok „házhoz menő” szelektív gyűjtéshez szükséges infrastruktúra kiépítése és működtetése a XI. kerületi lakóépületekben.

**A TÁMOGATHATÓ TEVÉKENYSÉGEK:** A sikeres pályázók számára az Önkormányzat támogatást nyújt a lakóépületeken belül szelektíven gyűjtött hulladék tárolására alkalmas gyűjtőedények, palacktömörítő berendezések beruházási költségére, továbbá a szelektíven gyűjtött hulladék egyéves elszállítási díjára.

**KEDVEZMÉNYEZETEK KÖRE:** társasházak, lakószövetkezetek

**FORRÁS:** 12 500 000 Ft

**TÁMOGATÁS:** Vissza nem térítendő, az elszámolható költségekre vonatkozóan a támogatás maximális aránya 100%. A támogatásnak alsó határa nincs, felső határa 120 000 Ft lépcsőházanként.

**TÁMOGATÁS ODAÍTÉLÉSE SORÁN ALKALMAZANDÓ ELJÁRÁS:** Jelen kiírásban a pályázatok egyfordulós eljárás keretében kerülnek kiválasztásra. A pályázónak egy jelentkezési adatlapot szükséges kitölteni. A pályázattal kapcsolatosan további információkat a „Szelektív panel 2009” pályázati útmutatóban találni, vagy alábbi telefonszámon kérhető: 372-4684.

A pályázati útmutató és a jelentkezési adatlap letölthető az alábbi honlapról: <http://www.ujbuda.hu/>

**BEÉRKEZÉSI HATÁRIDŐ:**

2009. november. 6. 12 óra

A pályázatokat magyar nyelven, lezárt csomagban, postai úton vagy személyesen, az alábbi címre kérjük benyújtani: XI. Kerület Újbuda Önkormányzata Polgármesteri Hivatal környezetvédelmi osztály 1113 Budapest, Bocskai út 39–41.

## Facsemeték az Allee mellett



Egyre zöldőbb a park a hamarosan megnyíló Allee Bevásárlóközpont körül. Összesen több mint száz fát ültettek eddig. A legutóbbi akciónak tizenöt facsemete került végleges helyére. Az ültetésben ezúttal Molnár Gyula polgármester is részt vett. Az Allee egyébként a korábbi időzítésnek megfelelően a kerület napján, november 11-én nyit.

## IBM-faültetés



Közcélú munkát végeztek a kerületben működő IBM Magyarország Kft. munkatársai. A cég több mint harminc önkéntese gyűjtött szemetet és avar, valamint ültetett fát a Goldmann György téren. A munkát Újbuda Önkormányzatának környezetvédelmi osztálya koordinálta Hajdu László önkormányzati képviselő aktív részvételével.

PÁLYÁZATI FELHÍVÁS

Budapest Főváros XI. Kerület Újbuda Önkormányzata 800 000 Ft keretösszegben, **„EGÉSZSÉG- ÉS KÖRNYEZETI NEVELÉSI BAZISIS-KOLAI FELADATOK MEGVALÓSÍTÁSA 2009/2010”** címmel pályázatot ír ki.



Újbuda Önkormányzata pályázati úton támogatja a kerületi közoktatási intézmények egészség- és környezeti nevelési feladatai ellátását a kerületi hosszú távú egészség- és környezeti nevelési stratégia megvalósítása érdekében. A jelen pályázat célja a bázisiskolai feladatok megvalósításához szükséges, egyszerű, vissza nem térítendő támogatás annak az ökoiskolának, amely az intézményen belüli és kívüli egészség- és környezeti nevelés terén kiemelkedő eredményeket ért el, és tapasztalatait, innovációs eredményeit a kerületi pedagógusokkal, hatékony szakszerűséggel megosztja, terjeszti.

**PÁLYÁZNI LEHET:** Egy szakmai, pedagógus továbbképző jellegű program megvalósításának támogatására (a kerületi pedagógusok részére (ökoiskolák és nem ökoiskolák pedagógusai részére egyaránt) szervezett egészség- és/vagy környezeti nevelési módszertani továbbképzés, bemutató, szakmai rendezvény és program).

A pályázati támogatás kiterjedhet a rendezvény dologi költségeire és munkadíjaira, a szükséges tárgyi eszközökre, szemléltetőeszközökre (ideértve a prezentációhoz, bemutatóhoz szükséges technikai eszközöket is). **A PÁLYÁZAT BENYÚJTÁSÁNAK HATÁRIDÉJE:** 2009. november 13. 12 óra. A határidő a pályázati anyag gyakorlati beérkezését, és nem a postai feladás időpontját jelenti. A határidőn túl beérkező pályázatok elutasításra kerülnek. **TOVÁBBI INFORMÁCIÓK:** Budapest Főváros XI. Kerület Újbuda Önkormányzata Polgármesteri Hivatal Környezetvédelmi Osztály (1113 Budapest, Bocskai u. 39-41.)

PÁLYÁZATI FELHÍVÁS



A Budapest Főváros XI. Kerület Újbuda Önkormányzata Vagyongazdálkodási Bizottsága kétfordulós nyilvános pályázatot hirdet az alábbi önkormányzati tulajdonú nem lakás céljára szolgáló helyiségek bérbeadására:

Cím	Alapterület (m²)	Albétét száma	Fekvése	Műszaki állapota
Baranyai utca 23.	98	70	földszint, utcai bejárat	jó
Bartók Béla út 55.	173	4	alagsor, utcai bejárat	közepes
Budaörsi út 16.	34	4	földszint, utcai bejárat	jó
Budaörsi út 15.	53	1, 2, 3	földszint, utcai bejárat	jó
Fehérvári út 38.	15	8	földszint, utcai bejárat	közepes
Fehérvári út 182–190.	33	H4	földszint, utcai bejárat	jó
Kende utca 11.	22	32	alagsor, utcai bejárat	közepes
Kende utca 74.	137	1	alagsor, udvari bejárat	közepes
Vak Bottyán utca 4.	85	1	Utcai földszint (37 m²) és pince (48 m²)	jó
Vak Bottyán utca 4.	52	2	Utcai földszint (41 m²) és pince (11 m²)	közepes

**AZ INGATLAN JELLEMZŐI:** A pályázatot zárt borítékban a Budapest Főváros XI. Kerület Újbuda Önkormányzata Polgármesteri Hivatal Vagyongazdálkodási Osztályához (Budapest, XI. Zombolyai u. 5. II. em. 206. szoba) kell benyújtani. A zárt borítékra rá kell írni: „Helyiségpályázat”. **A PÁLYÁZAT BENYÚJTÁSI HATÁRIDÉJE:** 2009. november 4. 12. óra. A pályázat feltételeit a részletes pályázati kiírás tartalmazza, mely a

pályázati lappal együtt átvethető a Budapest Főváros XI. Kerület Újbuda Önkormányzata Polgármesteri Hivatal Vagyongazdálkodási Osztályán, illetőleg letölthető az Önkormányzat Honlapjáról ([www.ujbuda.hu](http://www.ujbuda.hu)). További információ kapható a 381-1312, 381-1311 és a 372-4655-ös telefonszámon.

Budapest, 2009. október 1.

NOVEMBERI PROGRAMOK

## 60+ Természetjárás

**NOVEMBER 7., SZOMBAT**

Normafa–Makkosmária–Budakeszi  
Találkozó: 8.45 Moszkva tér 61-es vill. mh. Túravezető: Bartha Gyula (Bakancsos Kör) 206-3854

**NOVEMBER 7., SZOMBAT**

Királylányok messzi földről c. kiállítás megtekintése. Találkozó: 14 órakor a Nemzeti Múzeum pénztáránál. Túravezető: Mógor Gabriella (TTE) 06-70-3808871

**NOVEMBER 14., SZOMBAT**

Normafa–Libegő–Virág-völgy–Budakeszi. Találkozó: 8.45 Moszkva tér, 61-es vill. mh. Túravezető: Bartha Gyula (Bakancsos Kör) 206-3854

**NOVEMBER 14., SZOMBAT**

Érd nevezetességei. Találkozó: 7.35, Déli p.u., pénztárak. Túravezető: Király Lajos (TTE) 06-23-361-101

**NOVEMBER 21., SZOMBAT**

Normafa–út a Tündér szikla alatt–Szépjuházné. Találkozó: 8.45 Moszkva tér 61-es vill. mh. Túravezető: Bartha Gyula (Bakancsos Kör) 206-3854

**NOVEMBER 21., SZOMBAT**

Nagyhíd–Kurucles–Tündér szikla–Zugliger. Találkozó: 9 óra, Móricz Zs. körte a „kalapos kő”-nél. Túravezető: Hattyár Zsuzsa (CAOLA-ALFA) 06-30-3522694

**NOVEMBER 28., SZOMBAT**

„Salonnasütős túra” KFKI–

Makkosmária–Budakeszi. Találkozó: 8.45 Moszkva tér, 61-es vill. mh. Túravezető: Bartha Gyula (Bakancsos Kör) 206-3854

**NOVEMBER 29., VASÁRNAP**

Alsó Jenygye vgy–Virágos nyereg–Gückler Frigyes út–Fenyőgyöngye. Találkozó: 9 óra, a Moszkva téri óra alatt. Túravezető: Somóczy Szilvia (TTE) 06-70-2075374

Ajánlott öltözet: réteges, az időjárásnak megfelelő, szükség esetén esőkabát; bokatartó cipő, vagy bakancs; tiszorai és víz, vagy üdítő ital.

### Ezekon kívül rendszeres programok:

Az Olajipari Természetbarát SE minden szerdán nyílt túrát rendez a nyugdíjasok részére! Találkozó: 7.20-kor a Moszkva téri óra alatt. Túravezető: Kremser Ferenc (Tel.:06-30-5608042)

A Természetvédők Turista Egyesülete 4., 11., 18. és 25-én, szerdán nyílt túrát rendez a nyugdíjasok részére a Budai-hegységbe.

Találkozó: 9 órakor a Moszkva téri óra alatt. Túravezető: Somóczy Szilvia (TTE) 06-70-2075374



## ŐSZI TAKARÍTÁS ÚJBUDÁN



2009. november 10–26.

- **Lágymányosi lakótelep** november 10–11-éig
- **Albertfalvi és Kelenföldi ltp.** november 12–19-éig
- **Gazdagréti lakótelep** november 20–24-éig
- **Órmezei lakótelep** november 25–26-éig

**VESZÉLYES HULLADÉK ÉS ELEKTRONIKAI HULLADÉK GYŰJTÉS:** 2009. november 21-én 8–12 óráig

Gazdagrét (Rétköz utca–Torbágy utca sarok)  
Órmező (Cirmos utcai parkoló)  
Kelenföld (Vahot utca–Keveháza utca sarok)



**Tisztelt Újbudai Polgárok!**

Kérem Önöket, használgák ki a lehetőségeket, hogy mindannyian tisztább, egészségesebb környezetben élhessünk! Köszönöm együttműködésüket!

Újbuda Önkormányzata az Újbuda Prizma Közhasznú Nonprofit Kft. közreműködésével őszi nagytakarítási akciót szervez

Molnár Gyula polgármester



# Gyerekszépségverseny

**GYEREKSZÉPSÉGVERSENY MIKULÁS PARTYVAL EGYBEKÖTVE 2009. DECEMBER 6-ÁN AZ ALBERTALVI KÖZÖSSÉGI HÁZBAN!**

**JÓ A FELLÉPÉSD? SZERETSZ SZEREPELNI? ELMŰLTÁL 3, DE MÉG NEM VAGY 14? AKKOR VÁRJUK A JELENTKEZÉSEDET!**

**FIÚK, TI SE MARADJATOK OTTHON!**

**A PROGRAMRÓL BŐVEBBEN A  
HTTP://SZTARCEMETE.GPORTAL.HU WEBOLDALON,  
VAGY A 30/335-2446-OS SZÁMON ÉRDEKLŐDHET!**

## LAKÁS, INGATLAN

**BANALP** Ingatlaniroda keres-kínál, eladó-kiadó lakásokat, házakat, építési telkeket [www.banalp.hu](http://www.banalp.hu) 361-4287.

**ÉRÁSZ** Ingatlaniroda több közvetítőhálózat tagja keres-kínál évtizedes tapasztalattal eladó-kiadó lakásokat, házakat, telkeket, üzlethelyiségeket (ipari ingatlanokat is). Készítünk épület-energetikai tanúsítást is. Fehérvári út 57. fszt. 4. Tel.: 204-1028, 06/30/934-8120, [www.ingatlanujbuda.hu](http://www.ingatlanujbuda.hu), [erasz@nextra.hu](mailto:erasz@nextra.hu).

**KERTES** családi ikerház fél 25 000 000 Ft-ért tulajdonostól, ikerház másik fele is eladó. Budafok Campona kertváros legszebb részén. 06/30/363-4014.

**XI., BORNEMISSZA** utcában 2008-ban épült társasházban eladó, földszinti 85 nm-es saját kertes Ny-i fekvésű lakás 38 M Ft-ért. 06/30/251-4000.

**XI., ALSÓKUBIN** utcában új építésű társasházban eladó, földszinti 80 nm-es háromszobás lakás saját, szeparált kerttel, garázzsal, tárolóval. 38 M Ft-ért. 06/30/251-4000.

**BARANYAI** téren másfélszobás, erkélyes 44 nm-es lakás eladó. 06/30/922-9053.

**KAROLINA** úton 36 nm-es 1 szobás, gázkonvektoros lakás eladó. 06/30/922-9053.

**MÜEGYETEM** közelében 62 nm-es felújítandó lakás eladó. 06/30/922-9053.

**BOCSKAI** úton 36 nm-es, másfélszobás erkélyes, kertre néző lakás eladó. 06/30/351-3141.

**SASADON** 53 nm-es, 2 szobás, erkélyes lakás eladó. 06/30/351-3141.

**TÖLGYES** Lakóparkban 75 nm-es, újszerű lakás eladó. 06/30/351-3141.

**XI., KÖRMENT** utcában kétszobás, 52 nm-es panellakás, jó közlekedéssel, csendes környezetben, 10,6 M Ft-ért eladó. 06/30/961-6845, 06/70/778-1477.

**LAKOTTAN** megvásárolom, életjáradéki szerződést kötök téglalakásra. 06/20/282-2788.

**XI. KERÜLET** kertes övezetében, buszhoz közel, távfűtéses, egyedi fűtésszabályozós lakás eladó. 06/30/233-3118, 208-3280.

**VISEGRÁD** Dobos hegyen erdőszéli, csodálatos panorámájú faházak eladó. 06/30/233-3118, 208-3280.

**MAGÁNSZEMÉLY** bármilyen helyiséget vesz, idős asszonynak, másfél millióig. Albérlet érdekel idős asszonynál. 06/20/420-8547.

**GELLÉRTHEGY** lábánál, Mátyóki úton, II. emeleti, 38 nm-es, egyszobás, erkélyes, öröklakás 18.700.000.- iránnyron eladó. 06/30/950-4551.

**VALSÁGBAN** is értékesítjük ingatlanát, kerületben óslakos, panel- és téglalakás ingatlanspeciálistáinkkal! Újbuda-Szekció 204-8560.

**2003-BAN ÉPÜLT**, 6 lakásos, duplapanorámás, 100 nm-es öröklakás (nappali + 2 és fél szoba, konyha, fürdőszoba, garázsbeálló, tároló) gépesített, beépített konyha és beépített gardrób. Minden szoba klimatizálva, az épület bekamerázva, közös kert, a XI., Nevegy utcában eladó. 38.000.000. 06/30/952-5092.

**GELLÉRTHEGYEN** 720 nm-es telken, 2x70 nm-es, kétgenerációs családi ház egyben, vagy külön eladó. Lár: 66 M Ft. 06/20/399-7661.

**KERESÜNK:** XI. kerületben 1,5-2 szobás, balkonos, emeleti, jó állapotú panel öröklakást 9,5 millió Ft-ig 06/30/530-5338.

## BÉRLEMÉNY

**IRODÁNAK** Ulászló utcai másfél szoba, hallos, 64 nm-es lakás kiadó. 06/30/261-3519.

**GAZDAGRÉTEN** a Regös u. 8-13. társasház bérbe ad 36 nm-es üzlethelyiségeket és 18 nm-es raktárakat. Tel.: 06/30/821-3755.

**KIADÓ** házrészt, vagy két-három szobás, alacsony rezsijű lakást keres értelmiségi nő, egyetemista fiával. 06/30/986-5269.

**FENEKETLEN-TÓNÁL** új építésű garzonlakás kiadó. 06/20/953-8506.

## GARÁZS

**XI. KERÜLET** Nándorfejérvári utca elején garázsbeálló, hosszútávra kiadó. Tel.: 06/30/684-9258.

**GELLÉRTHEGYEN**, Rezeda utcában automata garázs kiadó. 06/20/377-2899.

## OKTATÁS

**ALSÓSOK** korrepetálása, zongora-, szolfézs-korrepetálás, -tanítás Kelenföldön, 23 év gyakorlattal. Tel.: 06/30/277-9107.

**MATEMATIKA** szaktanár felkészítést, felzárkóztatást vállal valamennyi korosztálynak. 06/20/380-2039.

**FEJESTANODA** vállal matematika-fizika és nyelvtanítást, alapoktól szigorlatig. [www.fejestanoda.atw.hu](http://www.fejestanoda.atw.hu), 06/70/366-6445, 250-2003.200

**NYELVTANÁR** angol-német nyelvet tanít olcsón. Cégeknek, háznál is! 246-6869, 06/70/540-3337.

**MATEMATIKAOKTATÁS** Kelenföldön minden korosztálynak, egyénileg. 205-6732 Rudas Katalin.

**ANGOLTANÍTÁS**, nyelvvizsgára felkészítés Sas hegyen (minden szinten). Tel.: 319-5724.

**GYERMEKEK** németnyelv korrepetálása anyanyelvi szinten háznál is. 06/30/725-2003.

**ANGOL**, spanyol, olasz, francia, német gazdagréti nyelviskolában. Anyanyelvi tanárok is. 06/20/354-4879.

**RAJZ**, festéset, szobrászat, kicsiknek, nagyoknak, felvételizőknek. [www.corvinrajziskola.hu](http://www.corvinrajziskola.hu), 06/70/517-3982.

**MATEMATIKA**, fizikatanítás Önnél! Nagy hatékonyssággal, szaktanártól! 06/20/959-0134.

## VÍZ, GÁZ, VILLANY, FŰTÉS

**DUGULÁSELHÁRÍTÁS**, csatornájavitás! XI. kerületi gyorsszolgálat. Lefolyótisztítás falbontás nélkül, azonnal. 228-6193, 06/30/921-0948.

**FÉG-GÁZKÉSZÜLEK** szerviz. Cirkók, gáz-bojlerek, konvektorok javítása. Villanybojler vízkötelentítése, csapok javítása azonnal. 359-5033, 06/30/924-8010.

**DUGULÁSELHÁRÍTÁS** falbontás nélkül, szakszerű gépi tisztítással. Fábián István, tel.: 06/20/317-0843.

**VILLANYSZERELÉS** azonnal! Hibaelhárítástól a teljes felújításig. Pétrás József villanyserelő mester. 06/20/934-4664, 246-9021. ELMŰ által minősített vállalkozás.

**VÍZSZERELÉS** gyorsszolgálat. Csőrepedés javítása, dugulás-elhárítás, műszeres csőrepedés keresés, csatorna-kamerázás, csap, WC, mosogató, kerti csap szerelés, vízoracsere. 06/30/914-3588.

**VÍZ-, FŰTÉSZERELÉS**, burkolás, teljes felújítás, ázsók megszüntetése, készülékek javítása, cseréje garanciával. Balázs János épületgépész-technikus. Tel./fax.: 362-4050, 06/20/917-0697.

**GÁZ-, VÍZ-,** központifűtés, csatornaszerelés, tervezés. Gázműveknél átadása. Gázkészülékek javítása. Tel.: 06/30/944-6513, Nagy László épületgépész.

**GÁZKÉSZÜLEKÉT** kitisztítom, megjavítom, kicserélem. Tel.: reggel és este 7-9 között 466-6113, 06/30/212-4693.

**GYÖRFFY** István: villanyserelés (ElmŰ munkák), festés, mázolás, tapétázás, takarítás, garanciával. Tel.: 06/30/321-0295.

**VILLANYSZERELÉS-VÍZSZERELÉS**, ingyenes kiszállás. Apróbb munkáktól a teljes felújításig. Elektromos cserépkályhák javítása. ELMŰ-szolgálatvezető. 06/70/235-6644, 203-2225, [www.villanyuskei.hu](http://www.villanyuskei.hu)

**VILLANYSZERELÉS**, bojlerek, villámhárítók szerelés, javítása anyagszereléssel, garanciával. 310-4018, 06/20/915-2678.

## LAKÁSSZERVIZ

**REDŐNY**, relaxa, roletta, szalagfüggöny, harmonika ajtó, szűnyogháló szerelés, javítás. (motoros) 06/70/389-1679.

**REDŐNY**, fa, műanyag, alumínium, relaxa, szalagfüggöny, szűnyogháló készítése, javítása. Tel.: 213-2033, 06/30/964-8876.

**ÜVEGEZÉS** háznál még ma, de holnap biztos. Szűnyogháló is. Számlánkat a biztosítók visszafizetik. Strenglass Üvegező Bt. XI., Őrmezei út 55. 310-4116, 06/30/281-1457.

**BÁDOGEMBER** Bt. Vállal bádogos és tetőfedő munkákat. Szigetelést, valamint komplett tetőkészítést és kis javításokat is. Tel.: 361-4505, fax is. 06/20/934-9281.

**ZÁRSZERVIZ** Gyorsszolgálat! Zárnyitás, zárszerelés, rácskészítés, lakatosmunkák stb. 06/30/961-3794.

**AJTÓ-ABLAK DOKTOR!** Nyílászárók javítását, szigetelését, záruk cseréjét vállalom garanciával. Horváth Ákos: 06/30/962-8704.

**SZOBAFESTÉST**, mázolás, tapétázást, burkolást, illetve teljes körű lakásfelújítást vállalunk bútormozgatással, fóliatakarással. 260-7534, 06/70/312-7991.

**TETŐTŐL** a pincéig! Részleges és teljes lakás-, ház-, (függőfolyosó) irodafelújítás. Minden szakmában megbízható, magyar szakemberekkel, ingyenes árajánlattal, gyors kezdéssel. Tétény-Épser Kft. Tel.: 226-4539, 06/20/946-7557.

**BÁDOGOSSZERKEZETEK**, cserép, palatetők, lapos tetők javítása budai kisiparostól. 249-2664, 06/20/944-9015.

**FÜRDŐSZOBA-FELÚJÍTÁS** víz, fűtés, burkolás kőművesmunkával, anyagbeszerzéssel. Tel.: 06/30/306-3337.

**TETŐTŐL** a pincéig! Részleges és teljes lakás-, ház-, iroda felújítás. Minden szakmában megbízható, magyar szakemberekkel, ingyenes árajánlattal, gyors kezdéssel. Tétény-Épser Kft. Tel.: 226-4539, 06/20/946-7557.

**KŐMŰVES**, burkoló munkákat, teljes körű lakásfelújítást minőségi kivitelben, referenciákkal vállal építőipari cég. 06/30/280-7257.

**SZOBAFESTÉST**, csempézést, lakástakarítást, kőművesmunkát, vízszereleést vállalunk. 06/30/975-0053, 226-2527.

**FESTŐMESTER** vállal szobafestést, mázolás, tapétázást, hosszú távú garanciával. 285-2882, 06/30/251-5872.

**REDŐNYÖK**, szűnyoghálók, napellenzők, relaxa, szalagfüggönyök, roletták javítása, készítése garanciával, kedvezményekkel! 06/20/354-0518, 06/30/211-9730, 06/70/381-0931.

**TETŐSZIGETELÉS**, bádogozás, tetőfedések és kőművesmunkák. Homlokzatok felújítása alpinechnikával is. Tel.: 06/20/471-1870, [www.studiotrenddesign.hu](http://www.studiotrenddesign.hu)

**CSEMPÉZÉS**, javítás, kőművesmunkák készítése szakmunkással. Tel.: 200-8897, 06/30/328-2871.

## HÁZTARTÁSI GÉPEK

**AUTOMATAMOSÓGÉP-JAVÍTÁS** garanciával, hétfőig is. Javítás esetén ingyenes kiszállás. Tel.: 207-3971.

**GÁZKÉSZÜLEK**, fűtés előtti karbantartása, tisztítása, díjtalan kiszállással. Tel.: 06/30/944-6-6513. E-mail: nagy33laszlo@t-online.hu, web: nl-gaz.hu

## TV, ANTENNA, SZÁMÍTÓGÉP

**TÉVEJAVÍTÁS** helyszínen azonnal! Villamosmérnök végzettséggel, garanciával! Tel.: 06/20/410-6393.

**SZÁMÍTÓGÉPEIT** otthonában javítjuk, fejlesztjük. Vírusirtás, rendszertelepítés, adatmentés. Internet beállítás, ügyintézés. Szoftver, hardver hibák javítása. Hívjon bizalommal! 06/20/998-0798. <http://www.fmrkft.hu>

**COMPUTERKLINIKA:** számítógép javítás, karbantartás, vírusirtás, telepítés. Ingyenes kiszállással. Hívjon bizalommal. 06/30/857-2653.

**TV, VIDEO**, monitor-szerviz. Ingyenes kiszállással, nyugdíjasoknak 15% kedvezmény. 06/20/414-6003.

## SZOLGÁLTATÁS

**KÖLTÖZTETÉS**, lomtalanítás, áruszállítás, csomagolás, bútorszerelés, ingyenes felmérés. 403-9357, 06/20/972-0347, 06/30/589-7542.

**RIASZTÓSZERELÉS!** Elektronikus betöréscijező rendszerek telepítése, javítása, karbantartása garanciával. Korda Gábor 06/20/227-0056.

**KONTÉNERES** szállítás, homok, sóder, termőföld, murva, zöldhulladék szállítása. 06/20/944-4759.

**ÜVEGESEK** Kft. Üvegezés helyszínen is, termőföld, tükrök, képek. 1116 Budapest, Kondorosi út 7. Tel.: 208-2352, 06/30/966-0259.

**REDŐNYMUNKÁK**, készítés-javítás. Szűnyogháló, gurtincser. 06/30/212-9919.

**REDŐNY**, relaxa, harmonikaajtó, szalagfüggöny, napellenző, szűnyogháló, függönykarnis készítés, javítása. 356-4840, 06/30/954-4894.

**FUVARVÁLLALÁS** zárt, dobozos, 3,5x2x2 m-es rakterű kistehergépkocsival Budáról. 395-1217, 06/70/316-1533. Sziráki.

**IRODÁK**, lépcsőházak, lakások takarítását, nagytakarítást vállaljuk. Tel.: 229-2241, 06/30/393-4787.

**KERTGONDOZÁST**, növényültetést, fűnyírást, fakivágást, sövényvágást vállalok szakértelemmel, lélekkel. Tel.: 06/30/418-6663, [gold333@freemail.hu](mailto:gold333@freemail.hu)

**CÉGÜNK** vállalja épület- és bútorasztalos munkák tervezését, kivitelezését, javítását. Az Ön teljes körű asztalosipari igényét kielégítjük (konyhabútor, tolaajtos gardróbrendszerek, egyéb bútorok, lépcsők, korlátok, ajtó-ablak legyártás, kerti fa építmények, épület tolaajtok, galériák, kerítések, ablakszigetelés). Hívjon: 06/20/541-1645.

**LAPOS TETŐK**, teraszok csapadékvíz elleni szigetelésének felújítása, javítása. Homlokzatok, tetők, pincefödémek utólagos hőszigetelése, kőműves, bádogos, tetőfedőmunkák garanciával, referenciákkal 204-6793, 06/20/934-6993.

**KERÍTÉSEK** építése, javítása, térkövezés, tereprendezés, bozótirtás, sövénynyírás, gyepesítés, egyéb kertészeti munkák realis áron. Tel.: 06/70/422-9445, 786-5872.

**KÖLTÖZTETÉS**, nehézsúlyozás, lomtalanítás, nemzetközi fuvarozás 7,5 t-ig, zongora, páncslejek. Tel.: 06/30/948-2006.

**FODRÁSZ** házhoz megy ünnepnapokon is. Mérsékelt árak. Tel.: 06/70/286-2904.

**KÖLTÖZTETÉS** 26 éves gyakorlattal, olcsó áron. 06/30/996-4538, 405-5889.

**ÉPÍTŐMÉRNÖK** saját kivitelezésben vállalja lakások és családi házak kisebb építési, javítási felújítási munkáit. Vég Gyula 06/30/385-6682.

**ÉPÜLETASZTALOS** és bútorasztalos munkákat vállalkok. Tel.: 06/20/200-9886.

**GYÓGYPEDIKÜROS** házhoz megy, kiszállási díj nélkül. Jerabek Éva 06/20/439-1586.

**KALAPJA** piszkos, formátlan, rendbe hozom. Hölgyeknek, uraknak divatos kalapok, sapkák eladása. Sasadi út 139., 53-as busz vonalán. 319-2023.

## GYÓGYÁSZAT

**FOGSOROK**, hidak készítése, javítása soron kívül, fogszabályzó, fogfeghítő. Mozgáskorlátozottakhoz házhoz megyünk! Fogtechnikai háttér biztosított. Tóthné Hívós Katalin fogtechnikus mester. 1013 Budapest, Krisztina krt. 51. Tel.: 06/30/222-3016.

**FOGYÁSZTÓ-ALAKFORMÁLÓ** masszázsszáraz fájdalommentesen 0-1000 Ft/kg. Depresszió, fejfájás, köcsökentés energiától. 06/30/294-1945.

**BARÁTSÁGOS** fogászat barátságos áron! Fájdalommentesen, modern rendelésben a Körtemél! Porcelán tömések: 5900, porcelán korona 18700, fogköz leszedés: 4900, fogkész: 4700 Ft. 06/30/448-3341, 394-1634.

**REFLUX** kínzó tüneteinek megszüntetése speciálisan felépített terápiával. Bejelentkezés: 06/20/500-5609.

**SZERETNÉ** letenni a cigarettát? Fogyni szeretne? Szeretne egészségesebben élni? Akupunktúra, házi orvoslás, üzemorvoslás. 06/30/535-3198.

**ÚJ MAGYAR** találmány! Egészségmegőrzés, könnyebb, gyorsabb gyógyulás, havi párezer forintból. Emésztési, keringési zavarok, szív- és érrendszeri, daganatos betegségek, súlyprobléma, fáradtság stb. 06/20/254-3411.

## RÉGISÉG, KÖNYV

**BÉLYEG**-, pénzgyűjteményeket, képeslapokat, kitűntetéseket, könyveket, dísz tárgyakat vásárolok gyűjteményembe. Tel.: 06/20/947-3928.

**MEGUNT**, kidobásra szánt könyveit boldogan elszállítom. 06/20/956-4084. Nem vagyok kereskedő.

**RÉGISÉGBOLT** keres antik bútort, dísz tárgyat, szőnyeget, könyvet, hagyatékot. Bp., Hollán Ernő u. 18. Tel.: 06/20/973-3177.

## ÁLLÁS

**CSALÁDOKHOZ** megbízható, lelkiismeretes bébiszittereket, idősgondozókat, házzvezetőnőket, takarítókat közvetítünk. Empátia 336-1094, 06/20/465-8458.

**CSALÁDOKHOZ** keresünk és ajánlunk leinformálható bébiszittereket, idősgondozókat, házzvezetőket. Micimackó. Tel.: 205-8700, 243-8280, 06/20/575-7435.

**MORICZ** Zsigmond körtemi irodánkba keresünk Call Center operátor munkatársakat. Napi 4-6 óras munkavégzésre. Önletrajzot jelentkezésüket, a [kapcsolatbp@gmail.com](mailto:kapcsolatbp@gmail.com) címre várjuk.

## GONDOZÁS

**PÓTNAGYI** sok szeretettel és gyakorlattal gyermekfelügyeletet vállal. 06/30/648-6881.

## TÁRSKERESÉS

**DISZKRÉT**, fényképes társkereső iroda személyre szabott segítséggel! 06/30/393-1353.

**SIKERES** személyiségközpontú, fényképes, diszkrét társkövetítő Budán. 06/30/602-0094.

**ÖTVEN-HATVANAS** fiatalos kulturált férfakkal, nőkkel, 10-12 fős társaságot szerveznénk. [ssikeva@gmail.com](mailto:ssikeva@gmail.com), 06/70/212-3242.

## VEGYES

**LÉPCSŐZÓGÉP!** 10 fokozatban állítható, felpfú, elektronikus visszajelzős fitness-lépcsőzógép újszerű állapotban eladó. Ára: 28 000 Ft (üzletben 42 000 Ft). E-mailcímre fényképet is küldhetek. Tel.: 06/20/227-0056.



KIÁLLÍTÁSOK

ALBERTFALVI HELYTÖRTÉNETI GYŰJTEMÉNY

Pentele u. 8. T.: 208-6635  
Állandó kiállítások **KEDD** és **CSÜTÖRTÖK** 16–18 óráig: Római ásatások, egyház- és iskolatörténeti kiállítás, Mahunka Imre-emlékszoba, az Első Magyar Repülőgépgyár, borgyűjtemény, Albertfalva asztalosiparának története.  
**NOVEMBER 30-ÁIG**, Az ’56-os forradalom képekben ”Varga Ferenc festőművész kiállítása.

ARTALKULÁS GALÉRIA

Brassó út 91.  
**DECEMBER 6-ÁIG** Raffay Béla szobrászművész kiállítása.

BARTÓK 32 GALÉRIA

Bartók Béla út 32. T./fax: 386-9038  
**ÁLLANDÓ KIÁLLÍTÁS**: Dajka Margit-emlékszoba. **NOVEMBER 20-ÁIG** A Magyar Festészet Napja rendezvénysorozat keretében: A bérház történetei. Román György festményei. Megtekinthető munkanapokon 12–18 óráig, szombaton 10–14 óráig.

BUDAI KLUBGALÉRIA

Budafoki út 9–11.  
**NOVEMBER 6-ÁIG** Orosz János kamarakiállítása. A tárlat megtekinthető hétköznap 10–18 óráig.

BMK GALÉRIA

Etele út 55. Tel.: 371-2760  
**NOVEMBER 14-ÉIG**: Farkas László, Simák Gergő, Prukner János, R’bert Bob, a XXIII. Vizuális Művészeti Hónap díjazottjainak kiállítása.

DANUBIUS HOTEL FLAMENCO

Tas vezér u. 7.  
**OKTÓBER 31-ÉIG** A Gazdagréti Festőtársaság: Bujdosó Krisztina, Kovács Judit,és Píoker Csaba kiállítása.

KARINTHY SZALON

Karinty F. út 22. T.: 209-3706  
**NOVEMBER 6-ÁIG** A Magyar Festészet Napja rendezvénysorozat keretében: Bényi László emlékkiállítása a festőművész 100. születésnapja alkalmából, műveiből és művészet-történeti munkásságából. Megtekinthető munkanapokon 11–18 óráig, szombaton 10–14 óráig és a rendezvények ideje alatt.

KELENVÖLGYI KÖZÖSSÉGI HÁZ

Kardhegy u. 2. Tel.: 424-5363  
**NOVEMBER 6-ÁIG** Kovácsné Török Ágnes festménykiállítása. A tárlat megtekinthető hétköznap 9–16 óráig és a programkhoz igazodva.

KŐ-TÁR-LAT GALÉRIA

Cirmos u. 8.  
**OKTÓBER 30.** 10.00 „Játszani is engedő” – A számítógépes játék története.  
**NOVEMBER 15-ÉIG** Áruhában – (Kis)Mémők

képző. A Múzeumok Őszi Fesztiváljának ideje alatt folyamatosan igényelhető általános és középiskolai diákcsoportok részére.

MOLNÁR-C. PÁL MŰTEREM-MÚZEUM

Ménesi út 65. T.: 06/30/201-1073  
**NOVEMBER 21-ÉIG**, „A modern diszkobolosz” című kiállítás Molnár-C. Pál sporttárgyú újságrajzaiból és fametszeteiből.  
**DECEMBER 2-ÁIG**, Triznya-kocsmá Budán” kiállítás Triznya Mátyás akvarelljeiből, Szőnyi István műveiből, és a Triznya kocsmá több évtizedes történetének emlékeiből. Megtekinthető szerdán 10–13, csütörtökön 15-18, szombaton 10–13 óráig.

MU SZÍNHÁZ

Körösy József u. 17. T.: 209-4014  
Kiállítás – Galéria  
**NOVEMBER 1-JÉIG** Dusa Gábor fotóművész MUlt c. kiállítása.  
**NOVEMBER 6.** 18.00 Hamarits Zsolt: Paralell Portrék c. kiállításának megnyitója. A tárlat megtekinthető: **DECEMBER 1-JÉIG**.

ÖNKORMÁNYZATI KIÁLLÍTÓTÉR

Vásárhelyi Pál utca 4. (London Stúdió bejárata)  
**NOVEMBER 6-ÁIG** A Móricz Zsigmond körteri műemléki védettségű Gomba épületének építészeti és hasznosítási ötletpályázatra beérkezett pályamunkákból összeállított kiállítás.

RÉT GALÉRIA

Törökugrató u. 9.  
**NOVEMBER 6.** 18.00 Farkas Kati festménykiállításának megnyitója.

SCHEFFER GALÉRIA

Kosztolányi D. tér 4.  
**NOVEMBERBEN** Kulcs az ablakban – Kovács Gombos Gábor akvarelljei láthatók.

TETŐ GALÉRIA

Ecsed u. 13. T.: 788-6695  
**NOVEMBER 4-ÉIG** Farkas Kati festőművész kiállítása. A tárlat megtekinthető hétköznap 15–18 óráig. **NOVEMBER 6.** 18.00 Huller Ágoston grafikusművész Válogatás az elmúlt 5 év munkáiból című kiállításának a megnyitója. A tárlat megtekinthető **DECEMBER 2-ÁIG** hétköznap 15–18 óráig.

ÚJBUDA GALÉRIA

Újbuda Polgármesteri Hiv., Zsombolya u. 5. 1. em.  
**NOVEMBER 11.** 17.30 Amóti András kiállítása a Kerület napja programsorozat keretében. A tárlat megtekinthető **DECEMBER 3-ÁIG** minden nap 10–18 óráig.

XI. KER. HELYTÖRTÉNETI KIÁLLÍTÓHELY

Ermőm u. 4. T.: 365-6126  
Régészeti, építészeti, ipartörténeti (Csonka János) emlékek. Egyszer volt Dél-Buda. Tájévalémi körzeteink. Nyitva **MINDEN SZERDÁN** 15–18 óráig. Csoportokat is szívesen látnak előzetes bejelentkezés alapján.

SZÍNHÁZAK

BUDAÖRSI JÁTEKSZÍN

Budaörs, Szabadság út 26.  
**OKTÓBER 28.** 19.00 Mennyből a hulla.  
**OKTÓBER 30.** 19.00 Anconai szerelmek.  
**NOVEMBER 2.** 19.00 Lilium. **NOVEMBER 5.** 19.00 Don Boldi és a keresztapák – László Boldizsár koncertműsora. **NOVEMBER 9.** 19.00 Sors bolondjai.  
Gyermekeelőadás:  
**NOVEMBER 4.** 14.30 Varázsfuvola.

KARINTHY SZÍNHÁZ

Bartók B. út 130. T.: 203-8994  
**OKTÓBER 30.** 19.00 A Napsugár fiúk.  
**OKTÓBER 31.** 15.00 Tanner John házassága.  
**NOVEMBER 3.** 17.00 Tanár úr, kérem!  
**NOVEMBER 6.** 19.30 Tanner John házassága.  
**NOVEMBER 7.** 19.00 Tudós nők.  
**NOVEMBER 9.** 14.30 A tavasz ébredése.

MU SZÍNHÁZ

Körösy József u. 17. T.: 209-4014  
**OKTÓBER 28., 29.** 20.00 Tünet Együttes: Alibi. **OKTÓBER 30., 31.** 20.30 Ágens Társulat: Ira – düh. **NOVEMBER 4., 5.** 20.00 Juhász Kata Társulata: BACH – TESTBEN. Egy nő; Juxtaposition / egymás mellé helyezés/. **NOVEMBER 7., 8.** 20.00 Láng Annamária: Made in China. **NOVEMBER 10., 11.** 20.00 Magyar Mozdulatművészeti Társulat: walk\_2\_comer.

SZKÉNÉ SZÍNHÁZ

Műgyetem rkp. 3. T.: 463-2451  
**OKTÓBER 30.** 19.00 és 21.00 ScArt Együttes: A jól temperált Univerzum. **OKTÓBER 31.** Színjátékosok napja – Feszt-Fest: 14.00 MSz – JSz Közgyűlés, 16.00 Cziczó Attila: Fém (Féskész Színház), 18.00 Kárpáti Péter: Világvevő (SzAFT), 20.00 Kamevál – Lakodalom (Kompánia Színházi Társulat). **NOVEMBER 1., 2.** 20.00 Pintér Béla és Társulata: A Soha Vissza Nem Térő. **NOVEMBER 4.** 20.00 Kompánia Színházi Társulat: Senkföldje. Bemutató. **NOVEMBER 5.** 20.00 Kompánia Színházi Társulat: Senkföldje. **NOVEMBER 7., 8.** 20.00 Pintér Béla és Társulata: Anyám orra.

közéről. Ember a virágokban, növényekben.  
**NOVEMBER 6.** Szabadegyetem. 17.00 Hitért és hazáért – kuruc költészet (Rákóczi, Mikes), 18.30 A klasszicizmus esztétikája és művészete.

FONÓ BUDAI ZENEHÁZ

Sztrégova u. 3. Tel.: 206-5300  
**OKTÓBER 28.** 17.00 Hagymányörzők bemutatója, 18.00 Tánctanítás, 20.00 Gyimesi zenészek és táncosok. **HÉTFŐ** 18.00 Budai Tangó, 18.00 Khamoro Cigánytánc tanítás. **KEDD** 19.00 Ceroç, társastáncanfolyam. **SZERDA** 18.00 Kalotaszegi legényes tanítás, 18.30 Csárdások, 20.30 Táncház. **CSÜTÖRTÖK** 9.00 Ringató. **NOVEMBER 5.** 20.00 Padkaporos Tekerős-Dudás Zenész Klub. **NOVEMBER 6.** 18.00 Erdélyi zenekarok klubja – a Türeli Banda, 20.00 Kalotaszegi Táncház. **NOVEMBER 7.** 16.00 Csutorás Klub. Gyermekek táncház, Filmklub, moldvai tánctanítás. **NOVEMBER 8.** 10.00 Apró Színház. Élőzenés táncház, Népi kézműves foglalkozás, Kakaó Bár.

FŐVÁROSI MŰVELŐDÉSI HÁZ

Fehérvári út 47. Tel.: 203-3868  
**KEDD** 17.00 Muzsikás Gyermektáncház. **KEDD, PÉNTEK** 17.00 Ninjatanfolyam. **SZERDA** 9.00 Csin-biri babatorma, 16.30, 17.30 Kempo karate- te ovisoknak. **PÉNTEK** 15.00 Alma rajzszakkör. **NOVEMBER 5.** 20.00 Zuboly összes rövidítve. **NOVEMBER 6.** 19.00 Romano Ylo – Nemzetközi roma folklór műsoros est. **NOVEMBER 6.** 19.00 a Falkafolk együttes balkáni táncháza. **NOVEMBER 7.** 10.30 Szombati mesék: Márton napi vigasságok. **NOVEMBER 7.** 19.00 a Sültüi együttes csángó táncháza. **NOVEMBER 9.** 19.00 a Greenfields együttes ír táncháza.

GAZDAGRÉTI KÖZÖSSÉGI HÁZ

Törökugrató u. 9. Tel.: 246-5253  
**HÉTFŐ** 10.00 Nyugdíjas angol társalgási klub, 10.30 Csepp zene, 16.00 Fantázia gyermek aerobik. **HÉTFŐ** 17.30, **SZERDA** 18.00 Aikido. **KEDD** 10.00 Eklektikaklub, 19.30 Kenpo karate. **KEDD** 18.00, **SZERDA** 19.30 laj jutsu. **KEDD, CSÜTÖRTÖK** 15.00 Sakk-klub. **SZERDA** 10.00 Ringató, 15.00 Kártyaklub, 15.00 Társastánc gyerekeknek. **SZERDA, PÉNTEK** 14.30 üzleti torna. **CSÜTÖRTÖK** 19.00 Kempo karate. **PÉNTEK** 16.00 Fashion dance. **HÉTFŐTŐL PÉNTEKIG** 10.00–19.00 Gazdagréti Közösségi Számítógépes Központ. **NOVEMBER** 10.0-0 Aléthéia gyűlekezet igehirdetése. **MINDEN PÁRATLAN HÉTFŐ** 18.00 Verses-lelkes együtt-

lét. **MINDEN HÓ UTOLSÓ CSÜTÖRTÖK** 16.00 Gazdagréti, őszikék” nyugdíjas klub. **OKTÓBER 26–30.** 9.00–16.00 Őszi Őko-Tábor. **NOVEMBER 8.** 10.00 Gazdagrét Kupa 2009 Sakksverseny.

KELENVÖLGYI KÖZÖSSÉGI HÁZ

Kardhegy u. 2. Tel.: 424-5363  
**HÉTFŐ** 16.00 MKM Férfikórus, 13.00 Ping-pong. **KEDD** 10.30 Trilla énekkisla, 17.00 Kártya-klub. **KEDD, CSÜTÖRTÖK** 18.00 Aikido. **SZERDA** 17.20 Corrisus klub. **CSÜTÖRTÖK** 16.00 Balett. **CSÜTÖRTÖK, PÉNTEK** 17.00 Festőiskola. **PÉNTEK** 20.00 Társastánc. **MINDEN ELSŐ PÉNTEK** 18.00 Autómodell klub. **MINDEN MÁSODIK HÉTFŐ** 18.15 Kertbarát kör. **MINDEN MÁSODIK KEDD** 14.00 Kelelvölgyi Nótakör, 15.30 Kézműves foglalkozás gyerekeknek. **MINDEN MÁSODIK CSÜTÖRTÖK** 16.00 Horgász Klub. **NOVEMBER 9.** 18.15 Kertbarát kör.

ÖRMEZEI KÖZÖSSÉGI HÁZ

Cirmos u. 8. Tel.: 310-0644, 309-0007  
**HÉTFŐ** 16.15 Balett iskola 9–13 éveseknek, 17.15 Balett iskola 5–8 éveseknek. **HÉTFŐ** 18.00, **SZERDA** 17.00 Pilates. **HÉTFŐ** 19.00, **SZERDA** 18.00 Jazz-gimnasztika. **HÉTFŐ, SZERDA, PÉNTEK** 9.00 Senior torna. **KEDD** 19.00 Callanetics. **KEDD, CSÜTÖRTÖK** 9.00 Callanetics, 10.30 Tarka Színpad, 14.00 Sakk és kártya klub, 15.00 Fogyasztóvédelmi tanácsadás, 15.00, 16.00 Hip-Hop, 17.15 Törpördög Tánc-Tanoda kezdő, 18.00 haladó. **SZERDA** 10.00 Hastánc, 16.00 Balett iskola 9–13 éveseknek, 19.00 Pingpong Klub. **CSÜTÖRTÖK** 19.00 Karate. **PÉNTEK** 18.00 Pingpong Klub. **SZOMBAT** 9.00 Commedia 2000 Diákszínpad. **VASÁRNAP** 8.00 Katolikus szentmise, 15.30 „Goldance” tánciskola kezdőknek. **HÉTFŐ–PÉNTEK** 10.00–18.00-IG Net-Kuckó e-Magyarország pont. Minden megkezdett óra 200 Ft, diákoknak, nyugdíjasoknak ingyenes. **MINDEN HÓ ELSŐ PÉNTEK** 15.00 Újbudai Botladozó – Senior néptáncklub. **OKTÓBER 30.** 19.30 A Budapest Jazz Orchestra koncertje. Vendég: Micheller Mirtill.

RUBIN HOTEL ÉS SPORTKÖZPONT

Dayka Gábor u. 3.  
**OKTÓBER 31.** 11.00–20.00 Újbuda White Aerobik Party.

SENT GELLÉRT PLÉBÁNIA

Bartók Béla út 149. Tel.: 203-8915  
**NOVEMBER 2.** 19.00 H. Schütz: Krisztus hét szava a Kereszten, G. Faure: Requiem. Közreműködik a Carmine Celebrat Kórus.

TETŐ GALÉRIA

Ecsed u. 13. T.: 788-6695  
**OKTÓBER 30.** 19.00 Eljött az óra – Musical est. Közreműködnek: Mádi Piroksa, Magócs Ottó, ifj. Turpinszky Béla.

TIT STÚDIÓ

Zsombolyai u. 6. Tel.: 385-0514  
**OKTÓBER 28.** 18.00 Ásványbarát Kör. Klubdelután, ásványcsere, eszmecsere a TIT börzéhez társuló ásványkiállításról, a kiállítás témájának meghatározása. **OKTÓBER 29.** 17.00 Csapody Vera Növénybarát Kör. Klubnap, teadélután, növényismertető. **OKTÓBER 30.** 18.00 Törpenyúl Klub. Klubnap, a kiállítás megbeszélése, nyulas nap. **NOVEMBER 1.** Tanulmányi kirándulás: Budakeszi környéke. **NOVEMBER 2.** 18.00 Gombász Klub. Gombahatározás (ismeretbővítéssel). **NOVEMBER 4.** 18.00 Ásványbarát Kör. Kölsönként ásványalakok – leggyakoribb magyarországi álalakok, minták bemutatásával. **NOVEMBER 5.** 17.00 Csapody Vera Növénybarát Kör. A megújuló Fűvészker – Változások a védett növények tartása és kereskedelme terén. **NOVEMBER 7.** Tanulmányi kirándulás: Nagykovácsi. **NOVEMBER 9.** 18.00 Gombász Klub. Beszámoló a Nyíregyházán megrendezett XXVII. Európai Cortinarius Kongresszusról.

Kiállítás:  
Őveges József-emlékterem és kiállítás.  
Emlékszoba megtekintés: életmű, dokumentum-, tárgyi emlékek; Őveges-kísérletek és

-interjú film vetítése csoportoknak és egyéni érdeklődőknek előzetes bejelentkezés alapján.

WEINER LEÓ SZAKKÖZÉISKOLA

Menyeske utca 2.  
**NOVEMBER 28.** 17.30 Az iskola növendékeinek hangversenye.

EGYHÁZI PROGRAMOK

**BUDAFOKISZENTLIPÓT-PLÉBÁNIATEMPLOM**

Plébánia u. 2.  
**MINDEN HÓ 1., 3. ÉS 5. VASÁRNAP** 12.00 Görög katolikus szentmise.

BUDAFOKI EVANGÉLIKUS TEMPLOM

Játek út 16.  
**MINDEN MÁSODIK VASÁRNAP** Családi vasárnap.

BUDAI BAPTISTA GYŰLEKEZET

Alsóhegy u. 38.  
**CSÜTÖRTÖK** 18.30 Bibliára. **PÉNTEK** 18.00 Ifjúsági óra. **VASÁRNAP** 9.15 Áhitat. Gyermek-bibliákör, 10.00 Istentisztelet, 17.00 Istentisztelet, kivéve a 3. vasnapot.

BUDAPESTI ÖRMÉNY KAT. LELKÉSZSÉG

Orlay u. 6.  
**VASÁRNAP** 16.30 Istentisztelet örmény, illetve magyar nyelven.

EVANGÉLIKUS GYŰLEKEZET

Németvölgyi út 138.  
**VASÁRNAP** 9.00 Istentisztelet.

GAZDAGRÉTI REFORMÁTUS GYŰLEKEZET

Rétköz u. 41. Tel.: 246-0892  
**MINDEN VASÁRNAP** 10.00 Istentisztelet és gyermekistentisztelet. **MINDEN HÓ 2. VASÁRNAP** Úrvacsorai közösség. **MINDEN HÓ 3. VASÁRNAP** Dicsőítés. **SZERDA** 9.00, **PÉNTEK** 9.30 Baba-mama klub. **PÉNTEK** 17.00 Ifjúsági bibliára 12–18 éveseknek. **MINDEN 2. KEDD FELVÁLTVA** 16.00 Bibliára a nyugdíjasházban (Gazdagréti tér 4.), illetve nyugdíjasklub a templomban.

GELLÉRTHEGYI PÁLOS SZIKLATEMPLOM

Bejárat a Kelenhegyi út felől  
Szentmiserend:  
**HÉTKÖZNAP** 11.00, 17.00, 20.00.  
**VASÁRNAP** 8.30, 11.00, 17.00, 20.00.

KELENFÖLDI EVANGÉLIKUS GYŰLEKEZET

Bockai út 10. Tel.: 361-2159  
**MINDEN HÓ 1. CSÜTÖRTÖK** 20.00 Gyülekezeti imaóra. **MINDEN HÓ 2. CSÜTÖRTÖK** 19.30-0 Pároskör. **MINDEN HÓ 2. PÉNTEK** 20.00 Fialat házaskösszejövele. **MINDEN HÓ UTOLSÓ PÉNTEK** 10.00 Kismamaklub. **MINDEN HÓ 1. SZOMBAT** 16.00 Diakóniai közösség, 17.30 Szeretetvendégség. **MINDEN HÓ 1. VASÁRNAP** 9.30 Családi istentisztelet. **VASÁRNAP** 8.00, 11.00, 18.00 Istentisztelet.

KELENFÖLDI EVANGÉLIUMI GYŰLEKEZET

Etele út 55. Tel.: 203-4642 vagy 30/658-4156  
**VASÁRNAP** 10.00 Istentisztelet, ugyanekkor foglalkozások gyerekeknek.

KELENFÖLD, SESENT GELLÉRT PLÉBÁNIA

Bartók Béla út 149. Tel.: 203-8915  
Miserend: **HÉTKÖZNAP** 7.00, 17.00, **SZOMBAT** 7.00, 18.00. **VASÁRNAP** 9.00, 11.00, 18.00.

KELENFÖLDI REFORMÁTUS EK.

Oktober 23. u. 5. Tel.: 209-63-61  
**VASÁRNAP** 9 és 10.30 Istentisztelet, gyermek-istentisztelet és gyermekvigyázás. **SZERDA** 18.30 Istentisztelet. **CSÜTÖRTÖK** 10.00 Bibliára. **PÉNTEK** 18.00 Asszonyóra.

KÜLSŐ-KELENFÖLDI REFORMÁTUS EK.

Ildikó tér 1. Tel.: 204-2767, 06/20/371-1292  
**MINDEN HÓ 2. ÉS 4. HÉTFŐ** 18.30 Fialatok biblia köre. **KEDD** 18.00 Ifjúsági óra tizenéveseknek. **MINDEN HÓ 3. SZERDA** 18.00 Szülői kör. **SZERDA** 10.00 Asszonykör. **CSÜTÖRTÖK** 18.00 Hétközi

ÚJBUDA TV

XI., Csiki-hegyek utca 13.  
Telefon: 246-6259 Fax: 246-8412  
ujbudatv@ujbudatv.hu  
www.ujbudatv.hu

Keresse és kérje kábelszolgáltatójától az ÚjbudaTV-t!

bibliára. **VASÁRNAP** 10.00 Istentisztelet, vele párhuzamosan gyermekfoglalkozás.

FARKASRÉTI GYŰLEKEZET

Németvölgyi út 138. Tel.: 319-7239  
**SZERDA** 10.30 Bibliára. **MINDEN VASÁRNAP** 10.30 Református istentisztelet.

MAGYARORSZÁGI MUSZLIMOK EGYHÁZA

Sáfrány u. 43.  
**SZOMBAT** 15.00 Kérdések és válaszok. Kötetlen beszélgetés az iszlámról.

MAGYAR SZENTEK TEMLOMA

Magyar Tudósok körútja 1. Tel./fax: 209-2224  
**HÉTFŐ, CSÜTÖRTÖK** 17.30, **KEDD, SZERDA** (egyetemista), **PÉNTEK** 7.00, **SZOMBAT** 18.30, **VASÁRNAP** 9.00 (diák), 11.30 Szentmise. **MINDEN HÓ 2. HÉTFŐ** 19.00 Szentségimádás a magyarság lelki megújulásáért.

ÖRMEZŐI REFORMÁTUS MISSZIÓ

Neszmélyi út 36. Tel.: 06/30/973-5708  
**MINDEN HÓ 1. SZERDA** 18.00 Örmezői Református est. **MINDEN HÓ 2. ÉS 4. SZERDA** 18.30 Házask- és szülői kör. **MINDEN HÓ 2. ÉS 3. VASÁRNAP** 8.30 Istentisztelet.

SZABAD METODISTA GYŰLEKEZET

Villányi út 44./ Ábel Jenő u. sarok  
**VASÁRNAP** 10.30 Bibliára felnőtteknek és gyerekeknek.  
**KEDD, CSÜTÖRTÖK** 18.00 Helyreálló csoport.

SENT ANGALOK TEMLOMA

Gazdagréti út 14. Tel.: 06-1-309-0520  
**VASÁRNAP** 9.00 Szentmise. **HÉTKÖZNAP** liturgia illetve szentmise váltakozva 8.00 és 18.00. **MINDEN NAP** 18.30 Rózsafüzér. **KEDD** 19.00 Taizei ima. **MINDEN PÁROS KEDD** 18.30 Katekézis.

SENT IMRE-PLÉBÁNIATEMPLOM

Villányi út 25. Tel.: 466-5886  
Szentmiserend:  
**HÉTKÖZNAP** 6.30, 8.00, 18.00, **VASÁR- ÉS HÚNPNAP** 8.00, 9.00, 10.15, 11.30, 19.00. **HÉTKÖZNAP** 7.45 Irgalmasság szentolvasó ima. **SZERDA** 9.30 Baba-mama kör (Szent István-ház), 18.30 Placid atya katekézise (templom), 19.30 Katekumenatus (Szent István-ház). **CSÜTÖRTÖK** 20.00 Fialat házaskösszejövele (Szent István-ház). **SZOMBAT** 6.30 Misével egybekötött Laudes, 17.30 Zsolozsma a Jézus Szíve oltár előtt. **MINDEN HÓ ELSŐ HÉTFŐ** 10.00 Szeniorklub (Szent István-ház). <





# TÉGLAKŐ

Mint egy igazi, klasszikus tégl a boldog békeidőkből,  
csak épp fagyálló és kopásálló.

Az Ön udvarára, kerti útjaira, kocsibeállójához, kerítése építéséhez.  
Évtizedeken át mindent kibír.

A fagyot kineveti.  
Fittyet hány a terhelésnek.  
Akár saját kezűleg is lerakhatja.

Új gyártási eljárás. Új árképzés. Új magyar termék Magyarországon.

Vége annak a világnak,  
amikor egy ilyen különleges antikolt kőért  
akár 8000 forintot kellett fizetnie négyzetméterenként!  
Vegye meg a harmadáért!

ÖNHÖZ LEGKÖZELEBB:  
MEDITERRÁN KERT BUDAPEST XI. KER., BALATONI U. 1. • 1/264-2464  
I. SIMON ÉS TSA BT. BUDAPEST XXII. KER., NAGYTÉTENYI ÚT 9-11. • 1/228-1731  
ÉBERHARDT-HÁZ KFT. BUDAPEST XXII. KER., SZABADKAI ÚT 22. • 1/362-3408

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

**ÁRA:**  
**2625 - 3290**  
**Ft/m<sup>2</sup>**



**BARABÁS**  
[Téglakő Kft.]  
AZ ÖN UDVARI SZÁLLÍTÓJA

## Kapcsolat Program kedvezmények

[www.t-mobile.hu](http://www.t-mobile.hu)

**Arany vagy  
Platina szintű  
T-Home  
ügyfeleknek is!**

### Új T-Mobile Aranytárskártya Kaméleon díjcsomag

Most a Te kezében van a döntés, hogy hogyan csökkentsd költségeidet:

- kombináld telefonálási szokásaidhoz igazodva a díjcsomaghoz igényelhető 5-féle kedvezményt, vagy válaszd akár mind az 5-öt,
- beszéld le a díjcsomag és a választott kedvezmények havi díjait 100%-ban belföldön, T-Mobile előfizetők irányába.

Együtt. Veled

**T-Mobile**

Az ajánlat 2009. október 1-jétől visszavonásig érvényes. A Kapcsolat Program és a kedvező díjak elérésének feltételei és a részletek az üzletekben, illetve a 1430-on.

Budafoki úti T-Pont: 1117 Budapest, Budafoki út 103 - 107., Tel.: 30/900-9002