

# ÚJBUDA

A XI. KERÜLET KÖZÉLETI LAPJA • XXIII. ÉVFOLYAM 26. SZÁM • 2013. DECEMBER 18. • [www.ujbuda.hu](http://www.ujbuda.hu)

## Boldog Karácsonyt!

## Esélyegyenlőség: több lesz a munkahely

A Jobb Velünk a Világ! című programsorozat mérföldköhöz érkezett. Budapest Főváros, a kerületi és a megyei jogú városok önkormányzatai, valamint három minisztérium képviselői ünnepélyes keretek között írták alá azt a szándéknyilatkozatot, mely szerint a programhoz csatlakozók vállalják: 2014-től az eddigiek mellett még két megváltozott munkaképességű munkavállalót foglalkoztatnak az államigazgatásban.

A kezdeményezést a Nem Adom Fel Alapítvány Újbuda Önkormányzatának és az Emberi Erőforrások Minisztériumának közreműködésével indította útjára, amelyhez csatlakozott a Közigazgatási és Igazságügyi Minisztérium, valamint a Belügyminisztérium is. Soltész Miklós államtitkár az ünnepségen elmondta, kevés olyan ügy van, ami így össze tudja kövácsolni az embereket, ez pedig hatalmas erőt ad a közösen megfogalmazott céloknak. A partner önkormányzatok nemcsak a két fő felvételét vállalták az új évtől, hanem azt is, hogy sa HR területen dolgozó és munkaszervezésben közreműködő munkatársai számára tartanak legalább egy olyan szemléletformáló tréninget, melyen tapasztalati szakértők tájéktják majd ismereteiket.

A kezdeményező Újbuda Önkormányzatának vezetője, Hoffmann Tamás beszédében szintén azt hangsúlyozta, a Fogyatékos Emberek Világnapján tett vállalás kiemelkedő példája a civil szervezetek, valamint a közigazgatási szervek összefogásának. A polgármester hozzátette, a kerület régóta ápol szoros kapcsolatot a fogyatékos és hátrányos helyzetű embereket segítő civil szervezetekkel, melyekkel közös céljuk, hogy felhívják a társadalom figyelmét a közös felelősségre és a megváltozott munkaképességűek értékeire. A XI. kerületi hivatalban egyébként már jelenleg is dolgozik két sérült személy, egyikük magas pozícióban.

(Folytatás a 6. oldalon)



## Köznevelési konferencia

2013. november 28-án Újbuda Önkormányzata, az Újbudai Pedagógiai Intézet, a KLIK XI. Budapesti Tankerülete, az Újbudai Igazgatói Munkaközösség, valamint az Újbudai Óvodavezetői Munkaközösség szervezésében került megrendezésre a VI. Újbudai Köznevelési Konferencia a Budai Ciszterci Szent Imre Gimnázium dísztermében.

A „Mozdulj rá!” kreativitási verseny díjait Hoffmann Tamás polgármester, Molnár László alpolgármester, valamint Laucsek István tankerületi igazgató adta át a helyezettnek. A polgármester elmondta, Újbuda Önkormányzatának a magas szintű oktató-nevelő munka megvalósítása a célja. A gyermekek itt járnak óvodába, iskolába és az önkormányzat segíti azt az ál-

dozatos munkát, amelyet a pedagógusok végeznek. Kiemelten fontos a sport támogatása, ezért folyamatosan javítják a feltételeket. Hoffmann Tamás kiválóan ítélte az Újbudai Pedagógiai Intézettel, valamint a KLIK Budapesti XI. Tankerületével való együttműködést. Az ÚPI sok magas színvonalú programot, rendezvényt, továbbképzést szervez. Homolay Károly elmondta, az iskolák 2013. január 1-jétől állami fenntartásba kerültek, de működtetőjük az önkormányzat.

– Mivel korábban kevés volt a férőhely az óvodákban, szükséges volt a bővítés – mondta Molnár László. A bölcsődei férőhelyek száma is jelentős emelkedést mutat, így a várakozók száma csökken. Az elmúlt három év alatt normalizálódott a helyzet, de ez több száz milliós ráfordítást igényelt a kerület részéről.

Kedves Olvasók!



Mindnyájunkat megnyugtató, boldog érzéssel tölt el azok öröme, akikért egész évben dolgozunk. Az adventi időszakban sokszor találkoztam óvodásokkal, kisiskolásokkal, miközben a közös ünnephez készülődtek. Csillogó szemekkel várták a Mikulást, bongatgatták a szaloncukrot, izgatottan készítették a díszeket a karácsonyfára, vagy épp őszinte örömmel énekelték kedvenc karácsonyi dalukat.

Az év során nyomasztó feladataink sokszor elsodornak minket szeretteink mellől; véget nem érő kötelességeinket végezve hányszor eszünkbe jut, milyen jól esne néhány nyugalomban, csendben eltöltött meghitt óra... A karácsonyi időszak a megnyugvásról, családról, közös ünneplésről szól. Hiszem, hogy ilyenkor mindannyian lelassulunk kicsit, és talán még jobban odafigyelünk egymásra.

Mindannyiunknak kívánom, hogy a karácsonyi időszakban sikerüljön újra meg újra felidézni magukban a gyermeki, őszinte örömet, hogy felnőttként is nyitott szívvel várjuk a kis Jézus születését, vagy Szentesté az angyalok érkezését.

Bízom benne, hogy jövőre is megőrizzük azt a hitet, összetartást és közösségi szellemet, ami Újbudát igazán az otthonunkká teszi!

Áldott, békés karácsonyi ünnepeket és sikerekben gazdag, boldog új évet kívánok mindenkinek.

Hoffmann Tamás  
Újbuda polgármestere

## KÉK HÍREK

## Karácsonyi tanácsok

A szeretet ünnepének közeledtével a XI. kerületi rendőrkapitányság felhívja Újbuda lakosainak figyelmét, hogy egy kis körültekintés is elegendő lehet ahhoz, hogy ne váljanak bűncselekmény áldozatává. Ezért kérjük, szívleljék meg a következő tanácsokat.

- Vásárlás során – különösen a bevásárlóközpontok parkolóiban – ne hagyják értékeiket, illetve a már beszerzett ajándékokat látható helyen a gépkocsikban, még az ülések előtt a padlón se. Inkább rakják azokat a csomagtartóba.
- A táskát, pénztárcát addig se hagyják őrizetlenül az autó utasterében, míg a megvásárolt árut a csomagtartóba pakolják.
- A gépjárművet gondosan zárják be, még arra a rövid időre is, amíg a bevásárlókocsit a helyére viszik.
- A bevásárlókocsi könnyű célpont a tolvajoknak, elég csak egy pillanatra elfordulni, és már el is vitték a benne hagyott értékeket. Ezért táskájukat soha ne akasszák a bevásárlókocsira és ne tegyék a kosárba se.
- A bankkártyákat, pénzt és iratokat tartalmazó irattárcát, pénztárcát lehetőség szerint idegenek számára nehezen hozzáférhető belső zsebben vagy zárt táskában tartásuk. Az ünnepi bevásárlás kelte tolongás remek alkalmat szolgáltat a zsebtolvajok számára. Mindig figyeljenek értékeikre, ne könnyítsék meg a bűnözők dolgát.



- Vannak, akik a karácsonyi ünnepeket távol élő szeretteiknél töltik. Fontos, hogy eközben se feledkezzenek meg otthonuk védelméről. Utazás előtt célszerű a nyílászárókat ellenőrizni, illetve ha van rá mód, érdemes egy szomszédot vagy barátot megkérni, időnként nézzen rá a lakásra és ürítse ki a postaládát, ugyanis a teli levélszekrény árulkodó jel a betörők számára.
- A hideg, fagyos időszakban megnő a kihűlés kockázata, ezért ilyenkor még fontosabb, hogy az utcán, földön fekvő, magatehetetlen személyek mellett ne menjenek el, ne hagyják magukra őket. Hívjanak segítséget, értesítsék a mentőket vagy a rendőrséget! Egy ilyen hívás akár életet is menthet.

## KÉK HÍREK

Eljárás indult a kerületi rendőrkapitányságon R. János 23 éves budapesti lakos ellen, aki megalapozottan gyanúsítható azzal, hogy november 25-én a délutáni órákban bement a Hengermalom úton található egyik bevásárlóközpontba, ott a polcról levett két palack alkoholos italt, majd azokról a próbafülkében a biztonsági matricát eltávolította. Az üvegeket a táskájába rejtette, ám ezt a biztonsági őrök észrevették, ezért R. Jánost a pénztártól való távozását követően feltartóztatták. Az átvizsgáló helyiségben a férfi a lopást elismerte.

Nyomoznak a kerületi rendőrök egy ismeretlen tettes után, aki november 25-én 13 óra 40 perc és 13 óra 55 perc közötti időpontban egy Ménesi úton található ingatlan belső udvarán parkoló tehergépkocsi ablakát betörte, majd az ülés előtti padlóra helyezett laptoptáskát eltulajdonította.

Szintén a kerületi rendőrkapitányság keresi azt a ma még ismeretlen tettest, aki november 25-én a Nyíregyháza és Budapest-Nyugati pályaudvar között közlekedő vonaton egy fogasra felakasztott kabát zsebéből eltulajdonított egy pénztárcát.

## Jól halad a Gomba átépítése

– A külső szemlélő még csak a romokat látja, de a nehezén már túl vagyunk – mondta a megbízott tervezőiroda vezetője a Móricz Zsigmond körtéri Gomba helyszínbejárásán. A polgármester szerint kilenc hónap kényszer-szünet után – amit az áramátalakítók kitelepítése okozott – láthatóan felgyorsult a körépület revitalizációja, jövő márciusban pedig már megcsodálhatjuk az emblematisztikus épület új külsejét.

Szabó Levente, a Hetedik Műterem Kft. tervezőmérnöke arról tájékoztatót, a területen jelenleg közmű- és szerkezetépítési munkák folynak, mint mondta, „kijöttünk a föld alól”. – Nagyon sokáig bontottuk az épületet, eddig az alapmegegerősítések és a pinceépítési munkálatok zajlottak, amelyek alapvető feltételei a felszíni építkezésnek – magyarázta a tervező. Mára elkészültek a pincefödémek, az épület tartását adó vasbetonfalak, a látványosabb változások pedig ezután következnek: helyükre kerülnek a hatalmas üveg-szerkezetek, elkészül a tető, és kezdődnek a belsőépítészeti munkák, mint a kávézó és infopont kialakítása, majd a projekt meghatározó része, az udvar pihenőhelyé alakítása következik.

– A Gomba újjávarázsolása műemléki besorolása miatt sem egyszerű feladat. Bár ebben az esetben nem a klasszikus helyreállításról van szó, a három eredeti cikkelyt, a tartóoszlopokat és a körtetőt meg kellett őrizni az utókor-nak. Ez persze cseppet sem jelentett bosszúságot, hiszen amúgy is szeretnénk volna továbbvinni a Gomba eredeti szellemiségét – tette hozzá az építész, aki szerint a Gomba ennek ellenére halad a korrál: az egykori közlekedési épület köztéri pavilonként funkcionál tovább.

Hoffmann Tamás a sajtótájékoztatón elmondta, a kezdeti nehézségek és csúszások után végre terv szerint és jó ütemben haladnak az átépítési munkálatok. – Az említett problémák miatt sajnos kénytelenek vagyunk a téli időszakban folytatni a kivitelezést, a mai építési technológiák mellett ugyanakkor ez



metró átadásának idejére, várhatóan 2014 márciusára a Gomba külső megjelenése a hiányzó térburkolattal elnyeri végső arculatát. A kerületi vezetés 2012-ben elérte, hogy a 2009-ben elindított, az Európai Unió által támogatott Újbuda Kulturális Városházaközpont projektbe a Gomba is bekerüljön, és meghatározó projektelemmé váljon.

(T. D.)

## Hogyan előzhetjük meg a lakástűzet advent és karácsony idején?

**A szeretet ünnepén sem szabad megfélekednünk a ránk leselkedő veszélyekről, elsősorban a gyertya szép, ám könnyen bajt okozó lángjáról. Az elmúlt évtizedek során nem múlt el úgy ünnep, hogy a fővárosi tűzoltók ne vonultak volna karácsonyi gyertya okozta lakástűzhöz.**

## Mit tehetünk tűz esetén?

Ha mégis tűz keletkezne otthonunkban, fontos, hogy a lehető legrövidebb időn belül megtegyük a szükséges intézkedéseket: mentsük a lakásban tartózkodókat, értesítsük a tűzoltóságot, és ha tudjuk, kezdjük meg az oltást. Ehhez használhatunk nedves pokrócot, egy vödör vizet vagy tűzoltó készüléket. Ha az asztalon csapnak fel a lángok, akár egy pohár víz is gyors segítséget jelent, ha azonban testi épségünket veszélyeztetik, ne kezdjünk bele az oltásba, meneküljünk az épületből! Annak a helyiségnek az ajtaját, ahol a tűz keletkezett, zárjuk be kilinccsel, így kevesebb oxigénhez jut, és lassabban terjed. Lärmázzuk fel a szomszédokat, és hívjuk a 105-ös vagy a 112-es segélyhívószámot. Éjszakai nyugalmunkat biztosíthatja a ma már néhány ezer forintért beszerezhető füstjelző berendezés, amely erős hangjelzéssel néhány másodperc alatt felhívja figyelmünket a veszélyre.

## Tanácsok advent idejére

Az éghető adventi koszorút mindig helyezzük tűzálló, hőszigetelő alátételre, a gyertyák, mécsesek nem éghető tartóban legyenek, rögzítve a koszorún. A gyertyákat, mécseseket ne tegyük közvetlenül a koszorú éghető részei mellé, ott ne gyújtsuk meg azokat. Ne engedjük, hogy a gyertyákat és a mécseseket gyerekek gyűjtsák meg. A gyermekeket ne hagyjuk felügyelet nélkül olyan koszorú közelében, amelyen égnek a gyertyák! Mindennemű gyűjtőeszközt tartsunk elzárva a gyermekek által el nem érhető helyen. A koszorú gyertyáit ne használjuk a függőny vagy más éghető anyagok közelében. Az égő gyertyát, mécsést tartalmazó koszorút ne tegyük huzatos helyre, azt ne vigyük egyik helyről a másikra. Sose engedjük teljesen leégni a gyertyát és a mécsést, és ne hagyjuk a kanócot eldőlni. Az égő gyertya, mécses oltására mindig tartsunk a közelben megfelelő eszközt.

## Hogyan előzhető meg a karácsonyfátűz?

Vágott fenyő esetében – amennyiben mód van rá – alkalmazunk „vizes” tartót vagy talpat a fa nedvességtartalmának pótlására. Műfenyő esetén lehetőleg a „tűzálló” kivitelűt válasszuk. Gondoskodjunk a karácsonyfa stabilitásának megol-

dásáról, használjunk megfelelően „terpesztett” nehéz talpat és rögzítést. A fára gyertyákat, csillagszórókat kizárólag díszítésként helyezzünk fel, azokat ott ne gyűjtsuk meg! Elsősorban nem éghető dekorációs elemeket használjunk a díszítésre, és



a fa közelében mindig legyen készenlétben olyan eszköz, fel-szerelés, amellyel az esetlegesen keletkező tüzet annak kezdeti szakaszában el tudjuk oltani. Soha ne állítsuk a karácsonyfát a menekülési útvonalra.

## Mire kell figyelni az égősorok elhelyezésénél?

Csak megfelelő műszaki állapotú, minőségi tanúsítvánnyal rendelkező izzósort és/vagy elektromos díszítőelemeket vásároljunk és használjunk! Az izzósort, illetve elektromos díszeket úgy kell elhelyezni és rögzíteni a fán, hogy sem a levelekhez, sem a vezetékhez, sem pedig az éghető díszekhez ne érhesseken hozzá. Az izzósor és/vagy elektromos díszek működtetésekor gyermekek a helyiségben csak felügyelet mellett tartózkodjanak. Az elektromos csatlakozókat és csatlakozókat úgy kell elhelyezni és rögzíteni, hogy azokhoz a gyerekek sem szándékosan, sem pedig véletlenül ne férhesseken hozzá. Ha égőt kell cserélni, mindig húzzuk ki a villásdugót a konnektorból. Az égősor és a villamos díszek elektromos táplálásához legfeljebb egy, világító kapcsolóval ellátott, gyárilag szerelt hosszabbító elosztó használható, amelyen a nem használt csatlakozóhelyeket „vakdugóval” kell lezárni. Lefekvés vagy a lakásból való eltávozás előtt az izzósort és az elektromos díszeket a hálózatról le kell választani.

# Rendeződik a vasúti átjárók állapota

Csernus László, a kerületi Fidesz-frakció vezetője, valamint Endrődi József önkormányzati képviselő közbenjárására, hosszas tárgyalások után, de biztonsággal használható lesz végre a Tomaj utcai és Herend utcai vasúti aluljáró.

A Kelenföld-Tárnoki vasútvonal felújításakor két olyan aluljáró épült (Tomaj u., Herend u.), amely közvetlen átjárást biztosított a kerületi lakosoknak Albertfalva és Kelenvölgy városrészek között. Az aluljárók nem csatlakoznak vasúti peronokhoz, ezért a MÁV Zrt. és a beruházó NIF Zrt. állásfoglalása szerint vasúti célokat nem szolgálnak, de a Magyar Nemzeti Vagyonkezelő

Zrt. tulajdonába és a MÁV Zrt. kezelésébe tartozó területen helyezkednek el. A több hónapja húzódó tárgyalások az aluljárók üzemeltetésének kérdéséről eddig nem vezettek eredményre. A kialakult állapottal kapcsolatban több feljelentés érkezett a Nemzeti Közlekedési Hatóság (NKH) felé, mivel sem az aluljárók kivilágítása, sem a hozzájuk vezető útsatlakozás nem lett kiépítve, ezért ha nem születik megoldás az üzemeltetésre, az aluljárókat nem bontható téglafallal kívánta lezáratni az NKH, ami előidézte volna a töltésen, a vasúti síneken, a zajvédő fal megbontásával történő gyalogosforgalom balesetveszélyes megindulását.

Az említettek elkerülése végett a problémát felkarolta Csernus László, a XI. kerületi Fidesz frakcióvezetője, valamint Endrődi József a körzet önkormányzati képviselője. A frakcióvezető megkeresésünkre elmondta, az ellentmondásos helyzetben Újbuda Önkormányzata elvállalta a két aluljáró üzemeltetését, hosszas tárgyalások után az építő cég pedig az aluljárókhoz vezető utak kiépítését vállalta magára. – Remélhetőleg az elkövetkező hetekben a lámpatestek is a helyükre kerülnek, biztosítva ezzel a lakosság balesetmentes, biztonságos átjárását Albertfalva és Kelenvölgy között – fogalmazott Csernus László.

(Újbuda)

# 125 éves a Bethlen

Nehéz elképzelni, de a Bethlen Gábor Általános Iskolát, amely ma már gimnáziumként is működik, még a 19. században alapították, amikor a külső Bartók Béla úti épület húzta meg Budapest határát. Az intézmény ebből az alkalomból pazar ünnepség-rozatót rendezett, melynek egyik fontos célja az volt, hogy a diákok megismerjék iskolájuk történetét.

A Bethlen iskolát 1888-ban vasúti dolgozók alapították annak alkalmából, hogy elkészült a Kelenföldi vasútállomás. Egyetlen faépületben indult el a tanítás, ahol két tanteremben összevont csoportokban oktatták a gyerekeket.



Ma három feladatellátási helyen tanulhatnak a diákok. Az intézménybe, amely ma már újra gimnázium is egyben, 1000 tanuló jár.

A gyerekek 13 helyszínen vehettek részt interaktív előadásokon és iskolatörténeti versenyeken, de számos más kreatív feladatra is lehetőség volt. Színházi jeleneteket adtak elő, videopályázatra nevezhettek alkotásaikkal, iskolaindulót írtak és vetélkedőkön mérhették meg magukat. Az egyik délután a Bethlenes diákok egy szokásosnak semmiképp sem mondható flasmobakcióval tisztelegtek iskolájuk előtt az Allee-ban. Az eseményt ünnepélyes gálaműsor zárta, ahol művészeti pályára lépett egykori nebulók léptek fel. A tanulók végül egy olyan operát is előadtak, amely egy iskolai óráról szól.

(T. D.)

## Rendkívüli lehetőség újbudai vállalkozások számára

Kivételes lehetőséghez juthatnak azon kerületi vállalkozások, melyek csatlakoznak a Családbarát Újbuda programhoz. A részt vevő cégek a későbbiekben jó eséllyel pályázhatnak az Újbuda Önkormányzata által meghirdetett „Családbarát Vállalkozás” minősítésre.

Újbuda Önkormányzata ingyenesen elvégezhető szemléletformáló tréningre várja azon kerületi vállalkozások jelentkezését, amelyeknek fontos az esélyegyenlőség és a családbarát munkahelyi feltételek kialakítása. A képzések során olyan ismereteket sajátíthatnak el a résztvevők, melyekkel alkalmassá válnak akár kisgyermekes, akár megváltozott munkaképességű munkavállalók foglalkoztatására. A legtöbb munkahely célja a munkavállalók motiválása, megtartása és megbecsülése, hiszen a jó közérzet, a munka-család egyensúlyának harmonikus összehangolása kiegyensúlyozott, jól teljesítő alkalmazottakat eredményez.

A képzés segítséget nyújt azoknak a helyi kis-, közép- és nagyvállalatoknak, melyeknek fontos, hogy családbarát módon, kisgyermekes munkavállalóik szempontjait is figyelembe véve működjenek. Jó alkalom egyben a tapasztalatcserére is azon cégeknek, melyek

igyekeznek családbarát módon működni, és próbálják különféle intézkedésekkel, szolgáltatásokkal összehangolni a munkát és a magánéletet.

### A képzések témái:

- Család és munkavállalás I-II.
- Érzékenyítő és esélyegyenlőség orientáló tréning
- Kommunikáció speciális helyzetű társadalmi csoportokkal

Jelentkezés és további információ: csaladbarat@ujbuda.hu  
Munka és magánélet eredményesebb összehangolását segítő rugalmas munkahelyi kezdeményezést hívott életre Újbuda Önkormányzata összefogásban a Budapest Esély Nonprofit Korlátolt Felelősségű Társasággal, az Újbudai Humán Szolgáltató Központtal, valamint az Újbuda Prizma Szociális Fejlesztési és Foglalkoztatási Közhasznu Nonprofit Korlátolt Felelősségű Társasággal. A projekt a „Rugalmas munkahelyek, családbarát Újbuda” – TÁMOP-2.4.5-12/4-2012-0001 azonosító számú projekt keretében valósul meg.

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

(Újbuda)

## Bővülő gyermek-kedvezmények

December elején fogadta el a parlament azt a gyermekvállalást ösztönző törvénycsomagot, amelyet Balog Zoltán az emberi erőforrások minisztere terjesztett az országgyűlés elé. Ennek értelmében 2014-től a gyes és a gyed folyósítása mellett is vállalhat munkát az anyuka, ha a gyermeke betöltötte az első életévét. Ha pedig kistestvér születik, akkor gyermekeként válik jogosulttá a szülő az ellátásokra.

Többek között a gyed extra és a családokat érintő változások kerültek szóba a Szentimrevárosi Esték legutóbbi állomásán, ahol a meghívott vendég Balog Zoltán volt. A kormány indoklása szerint a gyed extrát a gyermekvállalás ösztönzése, az élve születések számának növelése, va-



laminat a kisgyermekes szülők munkaerőpiacra való visszatérésének támogatása érdekében vezetik be. Újdonság a törvényben, hogy a nappali tagozatos felsőoktatási hallgatóknak és a friss diplomásoknak is jár majd a gyed bizonyos feltételek mellett. Ha a kismama magyar nyelvű képzésben vett részt a szülés előtti két évben, és volt legalább két félév aktív hallgatói jogviszonya. A hallgatói jogviszony szünetelését, illetve

megszűnését követő egy éven belül szülő nők is jogosultak lesznek gyedre. Ennek összege, ha a hallgató még nem dolgozott korábban, a képzés formájától függően vagy a minimálbérrel, vagy a garantált bérminimum 70 százalékával egyenlő. Ráadásul, ha a gyermekgondozási ellátások folyósításának ideje alatt újabb gyermek születik, a korábbi ellátás nem szűnik meg.

A gyermekgondozási ellátásokat a szülők választása szerint bármelyikük igénybe veheti, egyidejűleg mindkét szülő azonban nem igényelheti. Azt is rögzítették a törvényben, hogy az ikrek szülei egy évvel tovább jogosultak gyedre, azaz legfeljebb a gyermekek három éves koráig. A jelenleg hatályos szabályok szerint a gyed ideje alatt nem lehet dolgozni, a gyes mellett pedig – a gyermek egyéves kora után – legfeljebb heti harminc órában. Az elfogadott törvénycsomag ezen is változtat: korlátlanul engedélyezi a munkavállalást a gyermekgondozási ellátások mellett a gyermek egyéves korától. Ráadásul a három- vagy többgyermekes kismamákat foglalkoztatók újabb adókedvezményt kapnak. Január 1-jétől a nevelőszülői feladatok keresőtevékenységnek minősülnek majd, ami a terheségi-gyermekágyi segélyre való jogosultság szempontjából kizáró feltételt jelentene. A módosítás azonban lehetővé teszi, hogy a nevelőszülő a feladatait a tgyás folyósításának időtartama alatt is elláthassa.

(K. A.)

UTAZÁSAIHOZ VÁLASZSON MEGFELELŐ PARTNERT!

**CITY TAXI**  
+36 30 2-111-111  
2-111-111

AUTÓUNKBAN BANKKÁRTYÁVAL IS FIZETHET!

MasterCard, Maestro, VISA

**WWW.CITYTAXI.HU**

**www.pizzacasa.hu**  
Minőségi pizza verhetetlen áron!  
**Pizzák már 799 Ft-tól!**  
Frissensültek, kebab,  
óriáspalacsinták!  
Folyamatos akciók!

**06-1-386-0748**  
**06-70-591-0808**

**XI. kerületbe ingyenes kiszállítás!**

**Pizza Casa**

**MEGNYITOTTUNK!**  
**MOLNÁR**  
ANTIKVITÁS

CÍM: BUDAPEST, XI. BARTÓK BÉLA ÚT 30.  
TEL: 06 30 950 0362 • +36 (1) 262 4759  
E-MAIL: INFO@MOLNARANTIKVITAS.HU

**RÉGISÉGEK VÉTELE-ELADÁSA**

**KÉSZPÉNZFIZETÉSSEL MEGVÉTELRE KERESÜNK:**  
festményt, bútort, műtárgyat, ékszer,  
ezüst és aranytárgyakat, órát, karórát, szobrot,  
porcelán és üvegtárgyat, katonai tárgyat, szőnyeget,  
zeneszerkezetet, régi pénzt, kitüntetést, képeslapot,  
bélyeget, népművészeti tárgyat, hagyatékot.

**GASZTROENTEROLÓGIAI  
MAGÁNRENDELÉS  
A XI. KERÜLETBEN!**

**Dr. Szőnyi Mihály**  
Szeretettel várom a gyomor-bélrendszeri panaszokkal küszködő pácienseket! Nyelőcső-, gyomor-, hasnyálmirigy-, epe-, máj-, bélrendszeri problémákkal forduljon hozzánk bizalommal!

**Gyomorégés? Reflux? Puffadás? Székrekedés?  
Hasmenés? Fájdalommentes endoszkópos  
vizsgálatok, vastagbélrák szűrés.**

**Bejelentkezés: 06-20-515-51-34**

# Hatszáz új fát ültettek



A novemberben és decemberben végrehajtott faültetési program keretében az önkormányzat összesen 600 fa, cserje és virág telepítését koordinálta, összesen több mint 51 millió forint értékben. Az önkormányzat tájékoztatása szerint a legnagyobb ültetési programot a Bikás Parkban hajtotta a végre, itt bruttó 32 millió forintot költött a növényekre és azok ültetésére.

A Kondorosi útnál lévő kutyafuttató és parkosítási programban 2,6 millió forint értékben ültettek növényeket. Ezen túlmenően pályázhattak a lakóközösségek a programra, a pályázat összértéke 1,6 millió forint volt.

A lakóközösségek képviselői által nyújtott eligazítás alapján is történt fásítás, illetve parkosítás, így további 16 millió forint értékben ültettek el növényeket.

(Újbuda)

## Erősebb az adományboltok szerepe

Karácsony közeledtével kiemelten fontos, hogy az adakozni kívánók és a rászorulóknak könnyen egymásra találjanak. Az adományboltokban bárki leadhatja használt, de jó állapotú ruháit, játékeit, használati tárgyait, az ide betérő rászorulóknak pedig rendkívül kedvező áron vásárolhatják meg azokat.

Tavaly szeptemberben Albertfalván nyílt meg Újbuda első adományboltja *Farkas Krisztina* önkormányzati képviselő kezdeményezésére, a másodikat a Katolikus Karitászi Segélyszervezet nyitotta idén júliusban. Mindkét üzlet sikeresen működik, rövid idő alatt rendkívül népszerűvé vált a környéken élők körében. Az adományboltok működése azonban nem csupán a rászorulóknak miatt fontos: mivel lehetőséget teremt a kereskedelmi forgalomba nem kerülő termékek újrahasznosítására, erősíti a környezettudatos magatartás kialakítását is.

A Vegyész utcai boltban az adományozók általában középkorúak, a vevők pedig elsősorban az idősebbek közül kerülnek ki, az ünnepek közeledtével azonban szélesedett a vásárlóközönség: a gyertyák, karácsonyi ajándéktárgyak a 16 és 25 év közötti korosztályt is bevonzzák a boltba, ami mára már nemcsak üzletként, hanem egyre inkább közösségi

térként is funkcionál. – Az ünnepi időszakban a Vegyész utcai adománybolt több új, már most sikeresnek mondható kezdeményezést is elindított – mondta Farkas Krisztina képviselő. – Az üzletet működtető Közösségi Szociális Szövetkezet 500, 1000 és 1500 Ft-os címletekben vásárlási utalványokat bocsátott ki, melyek 2014 végéig levásárolhatók. December 21-én, szombaton 10-től 14 óráig várják a vevőket, sőt, ezen a napon a könyveket és ruhákat még kedvezőbb áron vehetik majd meg az érdeklődők.

A Karinthy Frigyes út 20. szám alatt is nőtt az emberek jótékonykodási kedve – az ünnepek előtt több mindent hoznak be, ajánlanak fel, és többet is visznek haza. Így az üzlet jóval nagyobb forgalmat bonyolított az elmúlt hetekben, mint évközben. A felajánlott tárgyakat mindig úgy árazzák be, hogy az a környéken a legolcsóbb legyen. A konyhai eszközök, játékok, illetve könyvek mellett most karácsonyfa- és ablakdíszek, kis angyalkák is színesítik a kínálatot, a ruhákból, cipőkből, bútorokból megmaradt készlet pedig a Hunyadi téri osztóhelyre kerül. A Katolikus Karitászi adományboltjában a szervezet egyéb intézményeiben készült termékeket is vehetünk, így például a szombathelyi egység megváltozott munkaképességű munkatársai által készített levendulapárnákat vagy gyógynövénycsomagokat is. A Karinthy úti üzletben idén utoljára december 21-én adakozhatunk vagy vásárolhatunk.

(K. V.)

**Újbuda XI.**  
1117 Budapest,  
Hauszmann A. és Szerémi út sarka  
**Asztalfoglalás: (061) 481 3000**

**ÉTELKISZÁLLÍTÁS**  
Rendelést felveszünk a hét minden napján  
H-Sze és V: 10:00-22:00, Cs-Szo: 10:00-23:00 a  
**(06 1) 481 3003** telefonszámon és a  
**www.trofeaaonline.com-on.**  
Kiszállítás a IX., XI., XXII. kerületek teljes és az I., VIII., X., XII., XIX., XX., és XXII. kerület egyes részeire.  
(1500 Ft feletti rendelés esetén ingyenes, egyébként 500 Ft)



Pozsonyi kiflik, beigli, pogácsák, édes és sós teasütemények ünnepekre, esküvőkre, üzleti, családi rendezvényekre és egyéb alkalmakra rendelhetők!  
(2 napos előrendelés esetén a cukrászdai termékeket kiszállítjuk)

Étkezési jegyeket **ELFOGADUNK!**  
Ticket Restaurant, Ticket Restaurant, Sörfőző Pihenő Kávézó, Posta, ERZSÉBET, Sodexo, **WWW.TROFEAGRILL.COM**

**25% kedvezmény minden könyvre\***  
anima könyvesbolt  
**Angyali ajánlat!**  
Akió időpontja: **december 27.**  
Anima Könyvesbolt - az éttermekkel szemben.  
**SAVOYA PARK**  
\* kivéve az akciós könyveket!  
Vágja ki, mert az akciós ajánlat a kupon bemutatásával érvényes!

**Várunk 2014-ben is a SZENT BENEDEK KÉT TANNYELVŰ ISKOLAKÖZPONTBA!**

**NYÍLT NAPOK**  
dec. 4.  
jan. 15.  
febr. 5.  
**www.szentbenedekiskola.hu**

**DINÓK NYOMÁBAN**  
Interaktív Kiállítás és Paleopark  
2013.12.06 - 2014.02.28.  
Utazz vissza a múltba kb. 220 millió évet, hogy megismerd a dinók csodálatos világát!  
Kvízkérdések, régészeti kiállítás, lenyomat készítés, 3D csiga, ügyességi játékok várnak. És ha még ennél is többre vágysz? Lehetsz Te is kincsvadász, készíthetsz dinós homokképet vagy beállíthatsz dinó jelmezbe is!  
**GYERE ÉS KÖVESD A LÁBNYOMOKAT a Savoya Park Bevásárlóközpontban!**  
**Decemberben 50% kedvezmény a belépőjegy árából!**  
**www.dinok-nyomaban.hu**

# Közterületek újultak meg

**A kerület komplex közterület- és játszótér-megújítási programjának részeként renoválták a gazdagréti Olasztelek lépcsőt, amely romos állapota és a téli időjárás miatt komoly veszélyt jelentett a gyalogosokra. Ezzel egy időben adták át a Bikszádi utca felújított részét is, amit szintén azért tettek rendbe, hogy orvosolják a Grosics Gyula sportiskola előtti balesetveszélyes közlekedési állapotot. Újbuda a következő évben is folytatja felújítási programját.**

Az Olasztelek és a Rétköz utca sarkán *Hoffmann Tamás* polgármester, *Simicskó István* államtitkár és *Király Nóra* helyi képviselő vágta át a lépcsőt



előtti szalagot. A hosszú és meredek lépcső régóta rossz állapotban volt, sok helyen darabok törtek ki belőle, mostantól azonban újra biztonságosan közlekedhetnek rajta a környéken lakók. A polgármester elmondta, lakossági bejelentésre reagálva végezték el a feladatot, amit éppen a hideg és csúszós időjárás beköszöntére sikerült befejezniük. Még aznap adták át a Bikszádi utca

egy részét is. Az út az Újbudai Grosics Gyula Sport Általános Iskola előtti részén régóta balesetveszélyes volt a közlekedés, hiszen az intézménynél reggelente hatalmas a forgalom, az autók érkezése szűkös nem férnek el a másiktól, a kisdíjak pedig egymás után szaladnak át az úton. A főbejárat előtti útszakaszt ezért kiszélesítették és megemelték, hogy az autók lassításra kényszerítsék. Közben az iskola elkezdte kibővíteni és felújítani az épület kerékpártárolóját, amit várhatóan tavasszal adnak át. A renoválásokkal párhuzamosan az Olasztelek előtti zöld területen is megjelentek a munkagépek, a tervek szerint közparkká alakítják az eddig elhanyagolt területet.

– Az évek során egyre több hajléktalan telepedett meg a bokrok, fák között, akik veszély-

forrást jelentettek gyermekeink számára – indokolta meg az átépítés szükségességét az igazgató, *Kiss Mihály*, aki azt szeretné, ha az elkészült park szerves részét képezné az intézménynek. Ezt azzal hálálná meg, hogy a felső tagozatos tanulók önkéntes munkája révén tartanak fent a rendet és a tisztaságot a területen.

(T. D.)

## EGÉSZSÉGROVAT

### Tudta-e Ön, hogy...

... a meddőség, a menstruációs zavarok, alhasi fájdalmak és a fiatalkori túlsúly hátterében sokszor a szervezet komplex hormonális- és anyagcserezavarával járó PCOS a felelős? A Stein-Leventhal szindrómaként is ismert policisztás ovárium szindróma a nők közel 10%-át érinti és bár ma még nem gyógyítható, a megfelelő szakorvosi tanácsok betartásával a panaszok jól kezelhetők. A PCOS okozta jellegzetes tünetekről és a betegséggel való együttéléstől Dr. Lukács Krisztina belgyógyász, diabetológus szakorvost kérdeztük:

#### Mit is jelent pontosan a PCOS?

A policisztás ovárium szindróma elnevezés onnan ered, hogy az férfi nemi hormonok túlsúlya miatt a petefészkek felszínén vastag tok képződik, ami megakadályozza a tüszőrepedést. A meg nem repedt tüszők maradványaiból ciszták alakulnak ki, ezek adják a petefészkek policisztás ultrahangképet. Ugyanakkor nem minden cisztás petefészkek jelent PCO szindrómát és PCOS-ban sincs mindig policisztás ultrahangkép. A betegség megállapítása az ún. Rotterdami kritériumokon alapul, akkor mondható ki a diagnózis, ha a három fő tünetből legalább kettő fennáll: 1. rendszertelen menstruáció vagy peteérés zavar, 2. férfi hormon túlsúly klinikai tünetei vagy laboratóriumi jelei, 3. nőgyógyászati ultrahang vizsgálat során a petefészkek kérge alatt gyöngörszerűen elhelyezkedő apró ciszták képe.

#### Milyen panaszokkal jár ez a betegség?

Bár a leggyakoribb nőket érintő hormonális és anyagcserezavarokról van szó, felismerése mégsem könnyű, mivel nincsenek mindenkire egységesen jellemző tünetek, és szinte minden életszakaszban más panaszokat okoz. Vannak azonban nagyon jellegzetes tünetek, ilyen a gyors súlygyarapodás,

a hasra lokalizálódó elhízás, az édesség iránti fokozott vágy, az étkezést követő hirtelen fáradtság és remegés, a zsíros és aknés bőr, az arc és test fokozott szőrnövekedése, a hajhullás, a haj elvékonyodása és a férfias típusú kopaszodás. A nőgyógyászati tünetek közül a rendszertelen vagy hiányzó menstruációs ciklus, a meddőség és az ismétlődő vetélések a legjellemzőbbek. Gyakori pszichés tünet az indokolatlan hangulatváltozás, az idegesség és a depresszió. A bizonytalan alhasi fájdalmak, de még az alvászatvar hátterében is állhat PCOS. A tünetek lehetnek enyhék, máskor kifejezetten súlyosak. A panaszok általában serdülőkorban kezdődnek, a fogamzásgátló tabletták használata miatt azonban a tünetek jelentkezése gyakran kitolódik a húszas évek közepére-végére.



#### Hogyan lehet minimalizálni a tüneteket?

Jelen tudásunk szerint a PCOS nem gyógyítható, de a tünetek jól kezelhetők, és a későbbi szövődmények megelőzésére is jó lehetőségek vannak. A kezelést azonban a panaszok megszűnése után sem szabad abbahagyni, mert a tünetek kiújulhatnak. A férfi hormon-túlsúly tünetjeinek mérséklésére hormonhatású gyógyszerkészítmények állnak rendelkezésre, a bőrtünetek enyhítése bőrgyógyászati kezelésekkel lehetséges. A meddőséget okozó PCOS esetén számos nőgyógyászati beavatkozás végezhető (pl. lehetőség van a petefészkek hormonális stimulációjára). Alapvető fontosságú az inzulinrezisztencia kezelése, azaz a szervezet inzulin iránti érzékenységének helyreállítása. Ennek alapját az életmód-változtatás képezi, ami rendszeres testmozgást és helyes táplálkozási szokások bevezetését jelenti. A diéta célja a nagy vércukor-ingadozások elkerülése, amit a finomított cukrok elhagyásával és a szénhidráttartalom csökkentésével lehet elérni, míg túlsúly esetén a testsúly csökkentése is fontos, ami kalória-megszorítást is jelent.

Az Egészségrovatot a



BUDAI MAGÁNORVOSI CENTRUM  
támogatta.

Magánorvosi Centrumunkban elegáns környezetben várjuk pácienseinket, akik magas színvonalú egészségügyi ellátásban részesülnek szakembereink segítségével.  
· KARDIOLÓGIA SZÜRÉSI CSOMAGOK · ÜZEMORVOSI ELLÁTÁS  
· ULTRAHANGOS VIZSGÁLATOK · DIABETOLÓGIA  
· BŐRGYÓGYÁSZAT · NŐGYÓGYÁSZAT, UROLÓGIA  
· LABORATÓRIUMI VIZSGÁLATOK  
VÁRJUK ÖNT IS MAGÁNORVOSI CENTRUMUNKBAN!  
Budai Öltőközpont, egy pont az egészségéért!!  
1117 Budapest, Fehérvári út 82. Bejárat a Bánát utca felől.  
Tel.: 06-1-794-3980, 06-20-356-4353; Fax: 06-1-794-3980  
info@budaioltokozpont.hu · www.budaioltokozpont.hu

# Dzsúdóterem nyílt Gazdagréten



December 5-én lezajlott az új Gazdagréti Cselgáncs Klub ünnepélyes megnyitója, csaknem 150 érdeklődő részvételével. Az újonnan átadott Csíkihegyek Általános Iskola sporttermében a cselgáncs legjobbjai tartottak bemutatót megcsillantva tudásukat a jelenlevők számára. Ezután nyílt edzés következett, a korszerűen felszerelt, új tatamikkal rendelkező teremben, ahol *Hadfi Dániel* Európa-bajnok cselgáncsozó vezényletével többen is kipróbálhatták a sportágat. Az est koordinátora *Király Nóra* kerületi képviselő volt, aki hónapokon keresztül

dolgozott azon, hogy ez a tornaszoba megvalósuljon. *Simicskó István* ünnepi beszédében méltatta a küzdősportok fontosságát, hiszen mint mondta, ezek nemcsak a küzdelemre, hanem az ellenfél iránti tiszteletre is megtanítják a sportolókat. *Hoffmann Tamás* a kerületi sportélet fellendülésére hívta fel a figyelmet. A polgármester azért is támogatta a cselgáncsterem kialakítását, mert a délelőtti órákban a helyiséget az iskola használhatja, ezzel is segítve, hogy a mindennapos testnevelésóra ne okozzon nehézséget az intézmény számára.

## Emléktábla a 6:3-ért

Mostantól minden diákot, aki átsétál az Újbudai Grosics Gyula Sport Általános Iskola első emeleti auláján, követendő példaként emlékeztet a falra elhelyezett márványtábla, melyet az angolok felett aratott 6:3-as győzelem tiszteletére állított az intézmény. Az Aranycsapat 1953-ban, a Wembley Stadionban sziporkázó technikai fölényrel és példás csapatjátékkal verte meg a kor legyőzhetetlen együttesének számító angol válogatottat.

Az ünnepélyes leleplezésen *Hoffmann Tamás* polgármester mellett részt vett *Szabolcs Attila*, Budafok-Tétny polgármestere és *Simicskó István* sportért felelős államtitkár, de Szingapúr is

– A 6:3-as mérkőzés 60. évfordulója előtt tisztelgünk ezzel az emléktáblával, melynek különös jelentősége van a mi iskolánkban – kezdte nyitóbeszédét *Kiss Mihály* igazgató, aki szerint mióta az intézmény felvette az Aranycsapat kapusa, *Grosics Gyula* nevét, a gyerekek számára is példakép lett a magyar footballikon.

Az ünnepségen *Simicskó István* a sport személyiségformáló erejéről, valamint Magyarországról mint sportnagyhatalomról beszélt. A nemzetmegmaradás erős pillérének nevezte a sportot, és kijelentette, a nemzetek versenyében népességarányosan a második legsikeresebb országgént kötelességünk erősíteni ezt a szegmenst.

*Hoffmann Tamás* polgármester is üdvözölte a tábla elhelyezését, amely szerinte igazi otthonra lelt a sportos kerületben. – Nagyon sokat dolgozunk azért, hogy széles körben teremtsük meg a kerületben a sportolás és a focizás lehetőségeit minden korosztálynak – jelentette ki, majd hozzátette, ennek érdekében iskolai műfüves focipályákat és ovifocipályákat létesítettek.

A résztvevők végül leleplezték az emléktáblát és fejet hajtottak a mérkőzés emléke előtt.

(T. D.)



## SPORT RÖVIDEN

### Fordulatos ELTE házi rangadó

Az év egyik legjobban várt összecsapása az ELTE-BEAC és az ELTE-BEAC-ÁJK közötti ELTE-s rangadó volt. A két csapat a várakozásokhoz méltó mérkőzést produkált. Az ÁJK kezdte jobban a meccset, és már a 4. percben előnyhöz jutottak *Zimmermann* góljával. A BEAC ezt követően elég idegesen és pontatlanul játszott, de ennek ellenére is egyre jobban uralni kezdte a mérkőzést. Ez az eredmény alakulásában is meglátszott, hiszen az ÁJK nem tudta tartani ellenfele tempóját, és a félidőre már ők kerültek hátrányba. *Papp Dávid* a 14., *Kiss Benjámin* pedig a 20. percben volt sikeres. A fordulás után is a BEAC irányította a mérkőzést, és a 29. percben úgy tűnt, végleg bedarálják ellenfelüket, ugyanis Kiss második találatát is megszerezte. Ezt követően az előnyben lévő csapat visszavett a tempóból, és az időhúzására játszott. Ez végül megbosszulta magát, mert a jogászok gárdája alaposan felszívta magát. 7 perccel a találkozó vége előtt *Farkas Márton* szépített, és felhozta csapatát egy gólra. Nem kellett sokat várni az egyenlítésre sem, hiszen Farkas egy perccel később ismét megrezegtette a BEAC háliját. Az utolsó 5–6 percre tehát egyenlő állással vágtak neki a fiúk. A hajrában mindkét együttesnek lehetősége volt eldönteni a 3 pont sorsát, de végül az ÁJK járt sikerrel. *Nyitrai* az utolsó percben vágta be a mindent eldöntő találatot. Az ELTE-ÁJK tehát 2 gólos hátrányból állt talpra az utolsó 7 percben, és ezzel a tabellán is egy pontra megközelítette mai ellenfelét.



### Sima Corvinus-győzelem

Eddig sem a Károli jogásza, sem a Corvinus futballistái nem tudták magukat az élmezőnybe verekedni, így mindkét gárda számára fontos lett volna a 3 pont megszerzése. A meccset ennek ellenére álmosan kezdték az ellenfelek, csak kisebb helyzeteket láthattunk. Tíz perc játék után kezdtek felébredni a játékosok, aminek a 13. percben lett meg az eredménye: *Veit Péter* egy közeli lövés után juttatta vezetéshez a kék mezes Corvinus Futsal csapatát. A Károli jogásza nem tudtak igazán nagy helyzetet kialakítani, az ellenfél viszont a gól után is nyomás alá helyezte a feketék kapuját. *Sipaki Patrik* előbb a 20., majd a 22. percben is betalált, így a csapatok 0-3-as állásnál cseréltek térfelet. Sipaki Patrik a fordulás után úgy gondolta, ott folytatja, ahol abbahagyta: a 31. percben már 0-4 állt az eredményjelzőn. A mérkőzés vége előtt Sipaki még kétszer betalált, azon az estén a Károli játékosai tehetetlenek voltak vele szemben. Az ő remek játékának is köszönhetően így kiütéses, 6-0-ás győzelmet aratott a Corvinus Futsal a KRE Főnixek ÁJK ellen.

### A TFSE ezúttal sem hibázott

A 8. forduló utolsó összecsapásán az volt a kérdés, hogy a hét meccsen maximális, 21 pontot szerző TFSE hibátlanul zárja-e Budapesti Egyetemi Futsal Bajnokság őszi szezonját. Az első gólra nem kellett sokat várni, *Fehérvári Dániel* már a 3. percben előnyhöz juttatta a listavezetőt. A csapatok nagy iramot diktáltak, főleg a TFSE alakított ki gólhelyzeteket, de újabb találat csak a 21. percben született: *Szopkó Roland* büntetőből növelte a vendégek előnyét. A maradék 4 percben *Földvári-Nagy Krisztián* is betalált, így a TFSE 3-0-as előnnyel várhatta a második játékrészt. A fordulás után ismét a vendégek örülhettek: a 29. percben *Horváth Gábor* csavart a kapuba. A kék mezes TFSE folyamatos nyomás alatt tartotta a Pázmány kapuját, de a hazaiak hálóőre, *Tóth Máté* hatalmasakat védett. 5 perccel a vége előtt sikerült a szépítés a JTE Pázmány csapatának: a csapatkapitány, *Daybis Mohamed* lőtte ki a jobb felső sarkot, 1-4-re alakítva az állást. A TFSE 8. mérkőzését is megnyerte, így maximális pontszámmal vezetik a bajnokságot.

#### Póta Balázs, a TFSE vezetőedzője:

„Elég álmosan kezdtünk, 2-0-ra sikerült elmenni, de az ellenfél hál’ Istennek adott egy pofont és visszajött a meccsbe. A srácok felébredtek, és elkezdtek végre focizni. Az öt a négy ellenes játékunknak köszönhetően megszereztük a vezetést, és onnan már nem adtuk ki a kezünkéből. A csapat előtt le a kalappal, most már rajtunk is egyre nagyobb a teher, hogy megőrizzük a veretlenségünket. Gratulálok az ellenfélnek is, jó meccs volt.”

#### Pleva Ádám, a BKF Farkasok játékosa:

„Negyven percig partiban voltunk az ellenféllel, a végén kihagytunk fejben. Pont az utolsó öt perc nem sikerült, ötén álltak fel négyünk ellen, ezt nem tudtuk lereagálni. A gárda nagyon jól játszott, a végén elkerülhető gólokat kaptunk. Ha a koncentráció a következőkben még jobb lesz, nem lehet gond.”

### Ismét remekeltek a kerületi dzsúdósok

Újbuda fiatal dzsúdókái az elmúlt hétvégén Tokodaltárón vettek részt egy meghívásos versenyen. A megmérettetésen 25 egyesület 286 versenyzője küzdött a különböző színű érmekért és helyezésekért. A Winner Judo Klub 10 versenyzővel képviseltette magát az eseményen, és mindannyian éremmel térhettek vissza Újbudára. Az egyesület legtöbb versenyzőjének ez volt az első megmérettetése, és bár látszott a versenyrutin hiánya, mégis derekasan helytálltak. A szőnyegen mutatott teljesítményükre igazán büszkéek lehetnek és önbizalomtól duzzadva várhatják a következő versenyeket.

#### AZ EREDMÉNYEK:

Serdülő (1999–2000-es korosztály) 66 kg:  
2006-os korosztály 21 kg:  
2006-os korosztály 26 kg:  
2006-os korosztály 33 kg:  
Serdülő (13–14 évesek) 73 kg:  
2006-os korosztály 26 kg:  
2006-os korosztály 38 kg:  
2005-ös korosztály 34 kg:  
2005-ös korosztály 35 kg:  
2004-es korosztály 31 kg:

I. Amarbayasgalan Amarsuld  
I. Wégerbauer Bence  
II. Zahorán Noémi  
II. Igaz Laura  
III. Honfi Gábor  
III. Zahorán Zoltán  
III. Nagy Balázs  
III. Rácz Botond  
III. Szarka Benedek  
III. Kőfalvi Sára

A versenyen indulóknak hatalmas gratulációt küld *Sashegyi Gyula* és *Gyimesi Péter* edző, valamint sok sikert kívánnak a további folytatáshoz. Az egyesület dzsúdókái idén még két versenyen képviselik Újbuda színeit, és remélhetőleg itt is remek eredményeket érnek el a fiatal sportolók.

# Négyszáz új óvodai férőhely a kerületben

Újbuda három legfontosabb fejlesztési stratégiája közül az óvodai férőhely-bővítést emelte ki Hoffmann Tamás polgármester az éves rendes közmeghallgatáson.

A közmeghallgatáson a polgármester beszámolójából kiderült, Újbuda 418 óvodai férőhelyet létesített, és ősszel megkezdte az óvodaudvarok felújítását is. A közterület- és játszótér-fejlesztési programban hét helyszínt újítottak meg, a társasági adóból befolyt összegekből és az önkormányzati önrészből finanszírozott MLSZ-program keresztlú pedig számos iskolai műfüves focipályát építettek.

Az újbudai fejlesztések másik pillére a Bikás park átalakítása. Ennek első üteme befejeződött. Kialakították az útfületeket, kiépítették a közvilágítást és padokat helyeztek el. Januárban a sportpályák építésével indul a második fázis. A harmadik nagyberuházás a Nyekli Imre Uszoda renoválása, amely hamarosan újszolgáltatásokkal bővül. Ugyancsak a fejlesztések fókuszába került a kerületi park-, járdá- és útfelújítási programja, idén másfél milliárdot költöttek erre.

Berki Antal rendőrkapitány beszámolójában kifejtette, a körzeti megbízotti irodák (KMB) megnyitásával a közösségi rendőrség gyakorlatát kívánják megvalósítani. A lakóvezetékben működő irodákban egy 6–8 fős KMB-csoport működik majd, amely az adott körzet biztonságáért felel. Arról is beszélt, hogy intelligens figyelő szoftverekkel és a rendőri állomány továbbképzésével a jövőben hatékonyabb teszik a térfelügyelőkamera-rendszert.

A közmeghallgatás első felszólalója a Dayka Gábor utca környékén élők panaszait „hozta” el. Most is a közlekedési anomáliák okoznak gondot a körzetben. Az ott lakók szerint a közlekedési táblák a logikát mellőzve, szabálytanul vannak elhelyezve, és ez rendszerint káoszt okoz, amit tetéz az egyre elviselhetetlenebb forgalom. *Büki László* városüzemeltetési igazgató válaszában megígérte, hogy feltérképezik az önkormányzati hatáskörbe tartozó megoldási lehetőségeket.

A Bocskai úton az üzletekbe árut szállító teherautók parkolási szokásai zavarják rendszeresen a rendet. Többben az 1-es villamos Budára hozatalával vagy a Gomba felszíni rendezésével kapcsolatban tettek fel kérdéseket.

(T. D.)

# Felújított játszótér a Gesztenyéskert oviban

Versmondással, énekekkel és körjátékokkal indult a szentimrevárosi Gesztenyéskert Óvoda udvarának átadója december 4-én.

– Régóta szeretnénk volna, hogy az udvarunk felújításon essen át – mondta *Krajcsovitsné Döry Krisztina*, a Gesztenyéskert Óvoda igazgatója. – Nagyon poros volt és elhanyagolt. Örülünk, hogy a polgármesteri vezetés úgy döntött, most a mi udvarunkat fogja megújítani. – Nemrégiben a gesztenyéskeri játszótérre adhattuk át polgármester úrral – mondta *Simicskó István* sportért és ifjúságért felelős államtitkár –, most pedig az óvoda belső udvarának az átalakítása is megtörtént. Balesetmentesebb, kulturáltabb környezetben játszhatnak a gyermekek a jövőben.



A munkálatok több mint 13 millió forintba kerültek. Sok helyen térköcsere és burkolatpótlás történt, valamint az udvar jelentős része új gumilap borítást kapott. A modern játszóeszközök mellé pedig egy párakaput és ivókat is felállítottak, ami a nyári hőségben a gyerekeknek rengeteget jelent majd. – A 40–50 éve vagy még régebben kialakított óvodáknál a játszótéri eszközök tönkrementek, az

Szalagátvágással nyitotta meg a lufikkal díszített, felújított udvart *Simicskó István* és *Hoffmann Tamás* az oviskolák számára, és mivel az átadó közel esett Mikulás-naphoz, az ünnepség végén a gyerekek csokimikulást is kaptak. A kicsik egymás vállát fogva kigyózó sorokban izgatottan várták, hogy sorra kerüljenek.

(H. L.)

# Mászókát hozott a Mikulás

A Tesz-Vesz Óvoda lakóit is meglátogatta a Mikulás, hogy átadja ajándékait a gyerekeknek. Nagy meglepetésre a piros csomagokkal együtt egy új EU-konform mászóka is érkezett az intézménybe, amiről a nagyszakállú szerényen elárulta, nem tőle, hanem az önkormányzattól származik. A gyerekek dalokkal és versekkel hálaírták meg az ajándékokat.



gármester saját bevallása szerint legalább olyan jól érezte magát, mint a gyerekek, és még egy közös fotó is készült velük. Az államtitkár elmondta, az idén megkezdett játszótér- és óvodaudvar-felújítások jövőre is folytatódnak.

(T. D.)

# Több munka a megváltozott munkaképességűeknek

# Megállapodás az esélyegyenlőség jegyében



(Folytatás az 1. oldalról)

A rendezvény végén a szervezők hangsúlyozták, a szándéknyilatkozat csak az együttműködések első lépcsőfoka, a jövőben bármely munkáltató, közigazgatási intézmény csatlakozását örömmel fogadják.

## Fórum a sztereotípiák ellen

A 40 önkormányzat ünnepélyes aláírását két héttel korábban szakmai fórum előzte meg, melynek házigazdája és szervezője is Újbuda Önkormányzata volt. A találkozót azzal a céllal hívták össze, hogy elősegítse a megváltozott munkaképességű és fogyatékos munkavállalók foglalkoztatását. – A fórum arra adott alkalmat, hogy megmutassuk, miként lehet fogyatékkal élő személyeket foglalkoztatni, hiszen ezen a területen az információhiány okozza a legnagyobb akadályt. A találkozóval egy biztonsági hálóra kerülnek a résztvevők, akik bármibe is kezdenek ezután, útmutatást, támogatást kapnak – jelentette ki a maga is látásérvolt *Pál Zsolt* programkoordinátor, aki szerint a program azzal teljeseedik majd ki, amikor a partner önkormányzatok már tudnak és mernek kérdezni.

Az eseményen részt vettek a fővárosi, a kerületi, valamint a megyei jogú városok önkormányzatainak képviselői. Az újbudai jó gyakorlatok megosztása mellett a Fogyatékos Személyek Esélyegyenlőségéért Közhazsnú Nonprofit Kft. (FSZK), valamint a Munka-esély Szövetség mutatta be, milyen szakmai segítséget tudnak nyújtani az önkormányzatok és civil szervezetek számára a megváltozott munkaképességű és fogyatékos munkavállalók foglalkoztatásában. A Nem Adom Fel Alapítvány képviselői pedig szemléletformáló tréningjeik tartalmi elemeivel ismertették meg a részt vevő önkormányzatokat, az Emberi Erőforrások Minisztériuma, a Közigazgatási és Igazságügyi Minisztérium és a Belügyminisztérium képviselőit. A Nem Adom Fel Alapítvány hosszú ideje dolgozik együtt vállalatokkal és közintézményekkel a fogyatékos emberek munkaerő-piaci integrációjáért.

A fórumon tájékoztató előadást tartó Munka-esély Szövetség azokat a munkaerő-piaci szolgáltatásokat tömöríti, amelyek ki-fejezetten a fogyatékkal élő vagy csökkent munkaképességű személyeknek segítenek elhelyezkedni a nyílt munkaerőpiacon.



*Dénesné Spitzer Éva* elnökségi titkár szerint, amikor először tapasztalta meg a munkáltató, hogy egy megváltozott munkaképességű tényleg képes jól teljesíteni, attól kezdve sokkal nyitottabb lesz a téma iránt.

*Horti István*, a kerület jegyzője arról számolt be, Újbuda Önkormányzatánál mindenféle erőlködés nélkül tudott sikeressé válni az esélyteremtés folyamata. – Először felvettünk egy megváltozott munkaképességű dolgozót, aztán még egyet, mert azt látták a kollégák, hogy kiválóan lehet velük együttműködni. Rendezvényeket szerveztünk fogyatékkal élőknek, érzékenyítő tréningeket tartottunk a munkatársainknak, és mindegyik alkalommal pozitív élményekben volt résznők. Megtapasztalhattuk a másik megismerése és segítése okozta örömet – mondta el benyomásait a jegyző. A szintén előadóként megjelenő FSZK azt támasztotta

alá, a munkahelyi esélyteremtésért folytatott küzdelem cseppet sem sziszifuszi. – Javuló tendencia érezhető a célcsoport foglalkoztatásában, a statisztikák szerint a munkaerőpiacon jelenlévő cégek 40 százaléknál dolgozik megváltozott munkaképességű, a közigazgatási szféra viszont eddig jelentősen távol maradt ezektől a számoktól – tájékoztatót *Farkas Edit* ügyvezető. A Nem Adom Fel Alapítvány éppen ezért azon cégeket keresi fel személyesen, amelyek tájékozatlanságuk miatt nem merik vállalni, például egy fogyatékos ember felvételét, a tréningek viszont kezdeményezőbbé teszik őket.

## Egy nap az elfogadásért

A Barba Negra nevű szórakozóhely ismét tanúbizonyságot tett társadalmi érzékenységről, hiszen jókora területű klubját ajánlotta fel a Fogyatékos Emberek Világnapjának megünneplésére. Újbuda Önkormányzata támogatásával zajló Jobb Velünk a Világ programsorozat csúcspontjaként a szervező Nem Adom Fel Alapítvány kilenc fogyatékosokat segítő szervezetet hívott meg a rendezvényre, melyek egy-egy állomást alkotva játékos feladatokat keresztlú hozták közelebb az általános iskolásokhoz a sérültek világát. A játékos túra egyik pontján a kerületi Montágh Imre Készségfejlesztő Speciális Szakiskola fogyatékos diákjai várták a megérkező nyolc általános iskola csoportjait. Az intézményben óvoda, általános iskola és a nagyobbnaknak szakiskola is működik. Utóbbi profílja szerint szöveget és agyagtárgy készítestét tanít a 18 éven felülieknek, ennek megfelelően most is karácsonyi dísztagyakat készítettek együtt az egészséges gyerekekkel. – Ezen a napon megfordul az élet rendje, hiszen a fogyatékkal élők segítenek az épeknak – meséli *Kaszás Réka*, a Montágh suli szakoktatója. A fordított helyzet azonban egy pillanattig sem okoz gondot egyik félnek sem: az apróságok nagy odaadással figyelik a mozdulatokat, és próbálják leutánozni azokat.

– Ezek a középsúlyos értelmi fogyatékos fiatalok közvetlenek, jól neveltek, saját világukban teljes értékűek, önellátók és képesek a tanításra is. De ami a legfontosabb, a mi gyerekeink nagyon szerethetőek. Ha egy kisiskolás találkozik velük, először meglepődik a máságán, furcsa mozgásán, beszédén, de rövid időn belül közel tudnak kerülni egymáshoz. Azt tapasztaltuk, a gyerekek gyakran elfogadóbbak tudnak lenni a felnőtteknél – mondta el tapasztalatait az oktató.

(T. D.)

## Javuló szociális helyzet



Az elmúlt időszakban több olyan kormánydöntés is született, amely javítja az esélyegyenlőséget.

- 2013 januárjától új, egységes és egyszerűbb rendszerben működik a fogyatékkal élő és a megváltozott munkaképességű emberek foglalkoztatásának támogatása.
- A szocialista kormányok alatt bonyolult, átláthatatlan és sokszor igazságtalan rendszer működött.
- Tízezerrel több fogyatékkal élő honfitársunk jutott álláshoz a kormányváltás óta.
- Idén csaknem 120 ezren kaptak 5,2 százalékkal emelt összegű fogyatékosági támogatást, vagy vakoknak járó személyi járadékot.
- 2014-ben 5 százalékkal nagyobb támogatást kap a fogyatékossgal élőket képviselő 8 legnagyobb országos szervezet, támogatásuk 2010 óta már 40 százalékkal nőtt.
- Magyarország jobban teljesít, mert nagyobb figyelmet szentel a fogyatékossgal élőknek, és képes növelni a legfontosabb érdekvédelmi szervezetek támogatását.

Az Európai Parlament novemberi plenáris ülésén elfogadta a kohéziós, regionális fejlesztési és szociális alapjairól szóló jogszabálysomagot, amely a következő programozási időszakra erősíti az esélyegyenlőségi költségvetéseket. A csomag számos előrelépést tartalmaz a felzárkóztatási források és szociális programok tervezése és végrehajtása területén. A változtatások révén nő a szegénység elleni küzdelemre fordítható források mértéke, számos ponton kibővítlék a fogyatékossgal élő személyek hozzáférhetőségével kapcsolatos előírások, több fejlesztési kiíratásokra vonatkozó szabály egyszerűsödik.

A jelenlegi szabályokhoz képest sokkal jobb jogszabály született uniós szinten foglalkoztatási, szociális és esélyegyenlőségi szempontból az európai uniós források felhasználását illetően. A magyar civil szervezetek számára különösen fontos területeken, így a teljes és következetes akadálymentesítés; és a magyar elnökség alatt elfogadott Roma-keretstratégia kapcsán a marginalizált közösségek támogatása; a fogyatékossgal élőket ellátó nagy létszámú intézmények kiváltása; illetve a civil szervezetek szerepének megerősítése és nem utolsósorban a foglalkoztatás – különösen a fiatalok foglalkoztatása – terén is előrelépés várható. Míg eddig a vonatkozó jogszabályban mindössze csak egy utalás volt, az új jogszabályban már több mint tíz konkrét és számon kérhető előírás és követelmény található a fogyatékossgal élőek érdekében a figyelembevételére vonatkozóan mind a programozás, mind pedig a végrehajtás területén. A 2014 utáni kohéziós politika az eredmény-orientáltásgal növelésére helyezi a hangsúlyt, és ennek érdekében a kohéziós politikát az Európa2020 Stratégia, az Unió új növekedési stratégiájának céljaihoz köti. Az új jogszabályban több olyan gondolat is megjelenik amely a Fidesz EP képviselőihez köthető.

Ilyen például az alapok és régiókategóriák közötti átjárhatóság növelése; a jelenlegi társfinanszírozási arányok megtartása; a fogyatékossgal élőek hozzáférhetőségi szempontjainak figyelembe vétele; a nem visszavertendő ÁFA elszámolhatósága; az energiahatékonyság és a megújuló energiák támogatása a lakhatással összefüggésben.

(T. D.)

# Három „műszakot” vállalt a Mikulás



## Édesség és gyümölcs is került a puttonyba

December elején a kerületi óvodákban is elkezdődött az ünnepi készülődés. Az óvó nénik verseket és dalokat tanultak a gyerekekkel. A nagyszakállún kívül a kerület vezetői is ajándékokkal lepték meg a kerületi óvodásokat. Minden gyermek kapott egy-egy csokimikulást és gyümölcsöt. Az ajándékot *Hoffmann Tamás* polgármester és *Simicskó István* sportért felelős államtitkár adta át a kerületi intézményekben.

## A csoki volt a sláger

A gazdagréti Szivárvány Óvodában fegyelmezetten várták az apróságok, milyen ajándékokkal lepik meg őket. Bár mindenki nagyon szereti a gyümölcsöt, a legnagyobb örömet a csoki jelentette a lurkóknak.

## Dupla öröm

A Lecke utcai Újbudai Mozgólóda Óvoda számára kettős ünnep december 6-a. Ilyenkor nemcsak a Mikulást, hanem az intézményüket is ünneplik. Számukra ez a legnagyobb ünnep. Ilyenkor kapják a gyerekek a legtöbb játékot, ilyenkor jön a Mikulás. A kilenc csoportba összesen 220 gyermek jár.

## Az óvó nénik is készültek

December 6-án a Hétszínvirág Óvodában is különleges meglepetéssel készültek a gyerekeknek. A Mikulás-műsort ugyanis maguk a pedagógusok szolgáltatták a kicsik számára. – Mi évek óta két részletben várjuk a Mikulást, mert olyan sok gyerek van. Külön előadást kapnak a földszinten és az emeleten. Eddig főleg báboztak az óvó nénik, idén először viszont előben adták elő a Mikulás-darabot, ami nagyon nagy sikert aratott – mesélte *Laczi Mátyásné* óvodavezető.



## Szaloncukor a Gárdonyi suliban

*Simicskó István* országgyűlési képviselő december 6-án Szent Miklós püspök miseruhájába bújt, hogy a Gárdonyi Géza Általános Iskolába érkező lelkes diákokat megajándékozza egy-egy szaloncukorral. Az államtitkár örömmel vállalta a szerepet, hogy a Mikulás bőrébe bújjon, és mind a 16 osztályt végigjárva köszöntse a tanulókat. – Nagyon kedves élmény volt. Akadt olyan diák, aki odajött hozzám, és külön megköszönte, hogy a régóta várt ajándékot vittem neki. A Mikulás számára pedig a legnagyobb öröm a gyerekek mosolya, az hogy csillog a szemük, hogy boldogan fogadnak minket, amikor odamegyünk, és egy szerény ajándékot adunk nekik – mesélte az államtitkár.

## Nagyszakállú a piacon

December 7-én a Szent Angyalok templom kertjébe repítette a csípős északi szél a gazdagréti gyerekek nagy örömére a jó-ságos és igazságos „Nagyszakállút!” Bár havat nem hozott, az idén sem érkezett üres puttonnyal. A finomságokkal tömött Mikulás-csomagokat név szerint adta át tulajdonosaiknak, egy-két



kedvesen dorgáló, de egyben dicsérő mondat kíséretében. Az ünnepség háziasszonya *Király Nóra* önkormányzati képviselő volt, aki a műsor koordinálása mellett segített a Télapónak, a több mint 200 csomag kiosztásában. Az eseményen díszvendégként jelen volt kerületünk polgármestere, *Hoffmann Tamás* és *Simicskó István* sportért és ifjúságért felelős államtitkár is, akik elégedettséggel szölk kerületünk fejlődésével, az ifjúságba vetett hitükkel és a reményteli jövővel kapcsolatban. A Mikulással közös képeket is lehetett készíteni, a résztvevők búcsúképpen pedig együtt énekeltek vele. A rendezvény után a szülők a termelői piac széles választékából vásárolhatták meg a hétvégi ebédhez valót, vagy akár a – karácsonyi ajándéknak is kiváló – kézműves alkotásokat.

## Mikulás-napi kézműveskedés a Malomban

Mikulás napján gyermekzsvajtól volt hangos az Összefogás Újbudaért Egyesület Fehérvári úti Malom közösségi tere. Az egyesület önkéntesei forró teával és süteményekkel kínálták a családokat. *Kapás Andrea* iparművész változatos Mikulás-figurák készítésével várta a környékbeli gyermekeket és szüleiket. *Bakosné Wagenhoffer Klára* nyugdíjas óvodapedagógus dalokkal gondoskodott a vidám hangulatról, *Nagyné Antal Anikó* önkormányzati képviselő pedig az ötletes művek elkészítésében segédkezett. A gyermekek az alkotás élménye mellett végül a Mikulás meglepetésajándéka-inak is örülhettek.



Természetesen Élve Tanulunk!

# EDUTUS FŐISKOLA

Az emberközeli főiskola

## NYÍLT NAP

### A FENEKETLEN-TAVI CAMPUSON

2014. január 22. és február 7., 10 óra

LEDOLGOZHATÓ TANDÍJ · WEBES OKTATÁS · KÜLFÖLDI RÉSZKÉPZÉS

www.edutus.hu



# Adventi rendezvénysorozat



Újbuda Önkormányzata nagyszabású karácsonyi rendezvénysorozatot tartott december 9. és 15. között. Az egyhetes programsorozaton a legkisebektől az idősebb generációig mindenki megtalálta a magának való kikapcsolódást: adventi koszorút főleg a nagymamák készítették a délutáni kézműves foglalkozáson, papír- és bórdíszeket pedig az iskolások vágtak és ragasztottak, akik annyira élvezték a szaloncukorral és ajándécsomagokkal berendezett karácsonyi szoba hangulatát, hogy tanító nénijük legnagyobb büszkeségére mini-koncertet rögtönöztek.

Simicskó István és Hoffmann Tamás a Kosuth Gyermekotthon lakóival és a Grosics Gyula iskola diákjaival kézműveskedett. A közös munka úgy összehozta a gyerekeket egymással, hogy végül alig akartak hazamenni.

Az esti programok az utcáról is bevonzották a járókelőket. Navratil Andrea és a Folk Embassy népdalokat tanított, közönségtalálkozót tartott a Nemzeti Színház, koncertet adott Gájer Bálint és az Urbán Orsi Group. A legnépszerűbb azonban a Momentán Társulat tagjainak Rögvestje volt, akik improvizációs játékaikkal a közönséget is bevonták jeleneteikbe, akik rendkívül jól szórakoztak az általuk is alakított előadáson.

Akik hét közben nem jutottak el a Bartók Béla úti helyszínre, azok szombaton kaptak ízelítőt Újbuda ünnepi készülődéséből: kiállítás nyílt a hét során készített gyermekrajzokból, a gyerekek és szülők közös, saját Újbuda címlapra kerülhettek, délután pedig diavetítőről mentek a karácsonyi mesék. A programokat a Prima Primissima díjas Weiner Leó zeneiskola hangulatos ünnepi hangversenye zárta.

(K. V.)

A legnépszerűbb a Momentán Társulat tagjainak Rögvestje volt.





ÉRZED A TENGERI SZELLŐT?  
LÁTOD A MEGCSILLANÓ NAPFÉNYT?  
A VILÁG LEGSZEBB HELYÉRE TARTASZ?  
  
VAGY CSAK MINKET NÉZEL HD-BEN?

LENYŰGÖZŐ KÉPEK  
TÖKÉLETES MINŐSÉGBEN  
  
VALÓDI HD ÉLMÉNY



## MEGÉRI VÁLTANI A TELEKOMRA!

A Telekom Családi+HD TV csomagjával még valóságosabb az élmény az Animal Planet HD és Discovery HD Showcase csatornákon!

További információ:  
[telekom.hu](http://telekom.hu), 1412,  
Telekom üzletek



EGYÜTT. VELED

## Genovában talákoztak az 50 év fölöttiek munkavállalását támogató országok

Az Újbuda Önkormányzata által vezetett, kilenc partner alkotó nemzetközi konzorcium munkája eredményeként félidejéhez érkezett a Senior Capital projekt. Ebből az alkalomból konferenciát rendeztek október 25. és 27. között Genovában, melynek célja az eddig elért eredmények bemutatása volt az 50 év felettiek képzése, illetve munkaerő-piaci (re)integrációja területén.

A hat európai uniós tagország részvételével zajló, több mint két éves projekt célja az idősebb korosztály gazdasági potenciálként való kezelése, tudása és tapasztalata kihasználása, valamint átadása a fiatal generáció számára munkaerő-piaci helyzetük megerősítésével. A konferenciával egy időben rendezték meg az aktív idősödés vásárát is.

Az eseménynek helyet adó Liguria Régió erősen érintett az öregedő társadalom szempontjából, hiszen 1,6 millió lakosából 430 ezer 65 év feletti, vagyis a lakosság 27 százaléka nyugdíjas. Kerületünkben szintén megfigyelhető ez a jelenség, a 145 ezres lakosság egyharmada szintén 60 év feletti. Éppen ezért Újbuda Önkormányzata elkötelezett az idősügy iránt, melyet mi sem igazol jobban, minthogy a Senior Capital már a második kifejezetten ezen korosztály segítségét célzó projektje. Ennek keretében olyan programokat, képzéseket-tréningeket és intézményi együttműködéseket szervez, melyek az 50 év felettiek munkaerő-piaci elhelyezkedését, a munkahely megtartását, esetleg váltását segítik.



SENIOR CAPITAL  
Jövőnk a tapasztalatra épül



## PROGRAMAJÁNLÓ

**Ajánló az Újbuda 60+ közel 200 havi programjából**

### 60+ REJTVÉNYFEJTŐKLUB

Az Újbuda 60+ rejtvenyfejtőklub foglalkozásainak időpontjai:  
**2014. január 13-án, hétfőn 15.30 órakor, február 10-én, hétfőn 15.30 órakor, március 10-én, hétfőn 15.30 órakor**

A foglalkozásokon különböző típusú keresztrejtvenyek és logikai rejtvenyek megoldásához kapnak hasznos szakmai útmutatásokat a résztvevők. Lehetőség nyílik közös és egyéni gyakorlásra a feladványok megfejtéséhez, ezenfelül rejtvenyek elkészítésében is segítséget nyújtanak az érdeklődőknek.  
Helye: **Polgármesteri Hivatal külön helyiségében (Zsombolya u. 5. alagsor 1.)**

### Kezdő zumbatanfolyam indul

Helye: **Gazdagréti Községi Ház (Törökugrató u. 9.)**

Ideje: **2014. január 13., hétfő 11.00 órai kezdettel**  
Jelentkezés: **2014. január 6–10. között 9.00–16.00 óráig a helyszínen**

A tornakurzus díja/ fő: 5000 Ft/10 alkalom  
60+ kedvezménykártyával: 1000 Ft/10 alkalom\*  
A tanfolyam vezetője: Ferenc Szilvia

\* A kedvezményes díj csak az első beiratkozáskor vehető igénybe annak, aki még nem vett részt zumbatanfolyamon!

### Az ÚJBUDAI SZENIOR PROGRAMKÖZPONT

(Bölcső u. 3.) 2013. december 24. és 2014. január 1. között zárva tart.

Nyitás: 2014. január 2. 9.00 óra

**Minden kedves ügyfelünknek Kellemes Ünnepeket és Boldog Új Évet kívánunk!**

Web: [www.ujbuda.hu/60plusz](http://www.ujbuda.hu/60plusz)

E-mail: [60plusz@ujbuda.hu](mailto:60plusz@ujbuda.hu)



## FELHÍVÁS

Budapest Főváros XI. Kerület Újbuda Önkormányzata felhívja azon pedagógusok figyelmét, akik állandó kerületi lakosok és 50, 60, 65 vagy 70 éve szereztek meg diplomájukat, hogy díszoklevél megadása iránti kérelmüket 2014. január 15-étől nyújthatják be a hivatal Humánszolgálati Igazgatóság Köznevelési Csoportjánál (1113 Bp., Zsombolyai u. 4. IV. emelet 411. szoba).

A kérelemhez mellékelni kell a következőket kérjük csatolni:

- rövid szakmai önéletrajz
- aranyoklevélhez: az 50 évvel ezelőtt szerzett oklevél másolata
- a gyémánt (60), vas (65) és rubin (70) oklevél igényléséhez az előző díszoklevél másolata
- a pályán eltöltött munkaviszony (minimum 30 évnek kell lennie) igazolása (munkakönyv)
- személyi adatok, adószám, tájszám

A kérelem beadásának végső határideje: **2014. február 15.**

## IMPRESSZUM

Főszerkesztő: Hőnyi Gyula • Szerkesztőség: 1113 Budapest, Zsombolyai utca 5. • Telefon: 381-1307, e-mail: [media@ujbuda.hu](mailto:media@ujbuda.hu) • Kiadja a Média 11 Kft.  
• Ügyvezető igazgató Milassin Levente • Megjelenik 80 000 példányban • Szerkesztők: Druca Attila és Veres László • Korrektor: Paola Fernández  
• Újságírók: Kelemen Angelika, Szobonya Tímea, Török Dániel • Fotó: Hultai Gergő, Dömök Viktória • Lapterv: Földházi Árpád és Eperjessy László

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

# „Tessék eljönni és kipróbálni!”

**Kárpisz Barbara kedves, segítőkész, mindig mosolygós huszonéves lány, a Gábor Dénes Főiskola mérnökinformatikus hallgatója. Szakmai gyakorlatát az Újbudai Szeior Programközpontban tölti, ahol minden csütörtökön és pénteken 9–14 óra között várja az ingyenes internethasználat iránt érdeklődő nyugdíjasokat.**

Barbara az Újbuda 60+ program és a Gábor Dénes Főiskola közti együttműködés keretében került a Bölcso utcába, ahol 15 hétig segít majd a kezdő internetezőknek eligazodni a világhá-



lón. Elmondása szerint többemagával együtt önként jelentkezett a felhívásra, és mivel személyisége megfelelt a 60+ által támasztott igényeknek, őt javasolta a főiskola. Feladata, hogy az úgynevezett helpdesk szolgáltatás keretében – akár szemé-

lyesen, akár telefonon keresztül – segítséget nyújtson az informatikával most ismerkedő kerületi 60 év felettieknek. Elmondta, nagyon örül, hogy itt töltheti szakmai gyakorlatát, ugyanis túl azon, hogy szereti az idős embereket, egyfajta kihívásként is tekint az előtte álló feladatra. A fiatal informatikushallgató elárulta, vidéki lányként meglepve tapasztalta, milyen nagy a kontraszt a fővárosi és a kistelepüléseken élő nyugdíjasok mentalitásában, ami az internethasználatot illeti. Öszintén csodálja azokat a XI. kerületi 60, 70, sőt, sokszor 80 év feletti hölgyeket és urakat, akik belevágnak a világháló használatába, hiszen ez az ő otthoni környezetében szinte elképzelhetetlen. Barbara minden újbudai szépkorút arra buzdít, hogy jöjjön el a programközpontba, és próbálja ki, milyen csodálatos érzés, amint kinyílik a világ a számítógép monitora előtt.

Toldi Tamás programmenedzser elmondta, a jövőben tovább szeretné fejleszteni a programot, és a kerületben több helyen is nyitnának hasonló, ingyenes internetpontokat. A tervek szerint jövőre a Bölcso utcai központ hosszabb nyitvatartási időben várja ügyfeleit. Első lépésben ez azt jelenti, hogy az eddigénél korábban, 9 helyett 8 órakor nyitnak majd. Hozzátette, a digitális fejlesztésekre is nagy hang-

súlyt fektetnek, hiszen minél inkább hozzászoknak az idősök az informatika világához, annál jobban terjeszthetők el ezek a szolgáltatások.

(V. L.)

## Egyre több újbudai nyugdíjas életének része a rendszeres testmozgás

**Minden várakozást felülmúlóan nagy volt az érdeklődés az Újbuda 60+ egészségnapi rendezvényén december 11-én. A Polgármesteri Hivatal nagytermét színültig megtöltő szépkorúak rangos előadóktól hallgathattak előadásokat mozgásról, táplálkozásról.**

A megjelenteket a rendezvény háziasszonya, Virág Anikó gyógytornász, mozgástanár üdvözölte, akitől Hoffmann Tamás vette át a szót. Köszöntőbeszédében a polgármester elmondta, neki, mint egykori sportolónak, nagyon fontos, hogy egész Újbuda sportoló kerület legyen, és a legifjabbaktól a legidősebb polgárig mindenki találhasson kedvére való mozgásformát, amihez a kerület vezetése minden segítséget megad. Hoffmann Tamás azt is bejelentette, az Újbuda 60+ kedvezménykártya tulajdonosok száma a napokban meghaladta a 13 800-at. Hozzátette, a kerületben még így is van kit elérni, egyben reményét fejezte ki, hogy ez az alkalom is segít újabb embereket bevonni a 60+ munkájába, illetve tovább népszerűsíteni a helyes táplálkozást és mozgásban gazdag életmódot. Végül azt kívánta a résztvevőknek, hogy sportoljanak sokat és legyenek nagyon egészségesek.

Az előadások sorát dr. Bálint Géza, az MTA doktora, a Csont és Ízület Évtizede Alapítvány kuratóriumának elnöke kezdte meg. A mozgás szerepe az egészség megőrzésében címmel. A főorvos elmondta, az ágyban fekvés akár 3 hét alatt kezdődő csonttrikulást okozhat. A túlsúllyal kapcsolatban kiemelte, a hasi (zsigeri) zsílerakódás a legveszélyesebb, hiszen abban mindenféle gyulladások keltő anyagok képződhetnek. Bálint doktor kifejtette, a csonttrikulás és az izomvesztés is elkerülhető, ha megfelelően megdolgozzuk izmainkat, hiszen az izmok ereje biztosítja az ízületek stabilitását. Ezért azt tanácsolta, naponta legalább fél órán át végezzünk olyan aktivitást, amelybe beleizzadunk.

Mészáros Lászlóné gyógytornász, a Magyar Gyógytornász és Fiziotherapeuták Társasága Geriátriai Munkacsoportjának vezetője nemcsak elméletben osztotta meg tudását, de át is mozgatta a jelenlévőket. Előadásában elsősorban a helyes testtartás fontosságára hívta fel a figyelmet, amely által csökkenthető, vagy akár meg is előzhető a nyak- és derékfájás.

Dr. Barna Lajosné, a Magyar Szakdolgozói Kamara Dietetikai Szakmai tagozatának vezetője Jól együnk, hogy jól legyünk címmel tartott előadást, amelyben az időseket a folyadékfogyasztás, a vízpótlás, valamint a helyes táplálkozás fontosságára figyelmeztette.

Virág Anikó a 60+ keretén belül az elmúlt években megvalósult nordic walking és kondicionáló gerinctor-



na sikeréről beszélt, megköszönve a városvezetésnek a lehetőséget ezek elsajátítására és aktív gyakorlására. A nordic walkingról elmondta, hogy javítja az egyensúlyt, a rugalmasságot, fokozza az izomerőt. Ezen kívül több betegcsoport esetén prevenció, illetve rehabilitációs eszközként használható. Ez a mozgásforma mindig, mindenhol veszélymentesen végezhető, amely csak a súlyos ízületi kopásban szenvedők és a nagy túlsúllyal rendelkezők számára nem ajánlott.

(V. L.)

### Okmányiroda nyitva tartása

Hétfő: 8–19 Szerda: 8–19  
Kedd: 8–18 Csütörtök: 8–18  
Péntek: 8–16

# KERESZTREJTVÉNY

1	2		3	4	5	6	7		8	9	10	11	12		↘
13				14						15					
16			17		18				19		20				
21				22		23			24	25					26
27					28			29					30		
31				32			33				34	35			
						37				38		39			
40	41				42						43		44		
45				46		47					48				
49					50		51				52			53	54
55					56	57				58			59		
60												63			
							65	66			67		68		
69	70					71		72				73		74	
↙															

Beküldési határidő: a megjelenést követő hét keddje. Cím: 1518 Budapest, Pf. 92. A 23. SZÁM REJTVÉNYÉNEK MEGFEJTÉSE: „*Én felépülök kőből, vérből leszek haláltól ronthatatlan*”. NYERTESE: Szemzőné Boross Eszter, Budaörsi út.

## PÁRTOK ESEMÉNYEI

### A XI. KERÜLETI FIDESZ PROGRAMJAI

**Budafoki út 9–11. Tel.: 209-3439. Nyitva tartás: hétköznap 14–18 óráig.**  
Az iroda december 22-étől január 6-áig zárva tart. Hétfőként 14–16 óráig táplálkozási tanácsadás, 17–18 óráig ingatlaneladás, -vétel, -csere, lakásarázáshoz kapcsolódó tanácsadás díjmentesen. Minden páros kedden 16–18 óráig ingyenes jogi tanácsadás. Minden első szerdán 15–17 óráig munkaügyi tanácsadás. December 20. 17.00 Adventi Est „Angyalok szárnyán” verses-zenés karácsonyi ünnepváró. Közreműködők: a Don Bosco Iskola gyermektársulata, valamint Endrődi Ági és Tóth Enikő színművészek. Házigazda: Dr. Hoffmann Tamás polgármester, a Fidesz XI. ker. elnöke és

Simicskó István államtitkár, országgyűlési képviselő a 2. vk. elnöke. Politikai plakátkiállítás.

### AZ MSZP XI. KERÜLETI SZERVEZETÉNEK PROGRAMJA

**Mérnök u. 40. Tel.: 204-2806** Minden hónap első szerdáján 17–19 óráig jogi, munkaügyi, munkajogi; adó-, könyvvezetési és vállalkozási; lakásépítési, -vásárlási, -felújítási ügyekben ingyenes tanácsadás. Az alábbi honlapon olvashat rólunk: [www.mszpujbuda.blog.hu](http://www.mszpujbuda.blog.hu). Írhat nekünk az mszpujbuda@gmail.com e-mail címre.

### A KDNP PROGRAMJAI

**Karinthy F. út 9. Tel.: 209-0474. Nyitva hétköznapokon 14–18 óra között.** Az iroda december 16-ától január 7-éig zárva tart.

### LMP-HÍREK

**Fadrusz utca 2. Tel.: 06/20/220-1468**  
Web: [delbuda.lehetmas.hu](http://delbuda.lehetmas.hu), [facebook.com/lmpujbuda](https://facebook.com/lmpujbuda), e-mail: [bp1122@lehetmas.hu](mailto:bp1122@lehetmas.hu)  
Az iroda nyitva tartása: hétfőn és csütörtökön 18–22 óra között. Szerva itt pingponklub nyitva tartási időben. Gajárszki Áron ökofilmklubja havonta új filmekkel és szakmai előadókkal: okofilmklub.hu

### A JOBBIK PROGRAMJAI

**Villányi út 20/A. Tel.: 06/70/3799-701, 365-1488. Nyitva tartás: hétfőtől péntekig 8.30–16 óráig.** December 22. 16.00 Adventi gyertyagyújtás a körtéren az apostoli kettős keresztnél. Legyen a vendégünk egy pohár forró teára!

ről. T.: 216-3727, 06/70/547-7299, [www.brahma-kumaris.org/hungary](http://www.brahma-kumaris.org/hungary)  
**GERINCBETEGSÉGRE** Persolvo Gyógyszalon a Széll Kálmán téren. Tel.: 06/30/357-2798.

#### Régiség

**BÉCSI AUKCIÓS** ház részére! Virág Erika helyszíni készpénzfizetéssel vásárol kolonial, antik, stílbútorokat, katonai kellékeket, kitiüntetéseket, fegyvereket, órákat, porcelánokat, ezüstöket, szőnyegeket, festményeket, mindenféle lakberendezési tárgyat, zongorát, varrógépet stb. Díjtalan kiszállás, hétféigén is. T.: 06/1/280-2117, mobil: 06/30/324-4986.  
**GYŰJTEMÉNYT** (bélyeg, pénz, képeslap, jelvény stb.) vásárol magángyűjtő. Pál István, tel.: 06/20/947-3928.  
**KÉSZPÉNZÉRT** vásárolunk aranyat, ezüstöt, briliáns ékszereket, festményeket, hagyatékot. Arany: 7500–12 000 Ft, ezüst: 180–360 Ft. [www.loisgaleria.hu](http://www.loisgaleria.hu) II., Margit krt. 51–53., 316-3651.

#### Gondozás

**„IDŐSEK GONDOZÓHÁZA** csendes, magas színvonalú környezetben gondoskodik beteg, idős hozzátartozójáról, hogy ne legyen egyedül. 15 fős, családias légkör, fürdőszobás szobákban Érden. A Sorsunk és Jövünk Szeretetszolgálat várja hívását: 06/30/294-8131”  
**IDŐSOTTHONI** elhelyezést kínálunk Budapesten és környékén, számos színvonalas szolgáltatással, esetleges ingatlanbeszámtással. 06/30/330-7784.

#### Állás

**XXII. KERÜLETI,** piacvezető rendszerintegrátor vállalat 3 műszakos munkarendbe, helpdesk operátor munkakörbe munkatársakat keres. Műszakai végzettség és hasonló munkakörben szerzett tapasztalat előnyt jelent! Jelentkezését, fényképes szakmai önéletrajzzal a [hdkarrier@gmail.com](mailto:hdkarrier@gmail.com) e-mail címre várjuk.

#### Vegyes

**GOLD-ZUMBA** idősek táncos foglalkozását tartja Farkasné Erzsébet hazánk leghitelesebb Gold-zumba oktatója csütörtökönként 11 órakor a Budapesti Művelődési Központban, 1117 Etele út 55. Farkasné 06/30/996-4166, [www.zumba-gold.5mp.eu](http://www.zumba-gold.5mp.eu)  
**MEGUNT**, kidobásra szánt könyveit boldogan elszállítom. Nem vagyok kereskedő. 06/20/956-4084.

## FOGADÓÓRÁK

**DR. ÁBRAHÁM KATALIN (FIDESZ)** önk. képv. Minden hónap első keddjén 17–18 óráig. KDNP-iroda (Karinthy Frigyes út 9.)

**BÁBA SZILVIA (JOBBIK)** önk. képv. Minden hétköznap 9–16 óráig. Villányi út 20/A. Egyeztetés: [baba.szilvia@jobbik.hu](mailto:baba.szilvia@jobbik.hu), 06/70/379-9701, 365-1488

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

**DR. BAJOMI IVÁN (LMP)** önk. képv. Minden hónap első hétfőjén 18–19 óráig. Gazdagréti Községi Ház (Törökugrató u. 8.)

**BUDAI MIKLÓS (MSZP)** önk. képv. Minden hónap második csütörtökén 17 órától. Napraforgó Óvoda (Bikszádi út 57–59.)

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

**DÚRÓ DÓRA (JOBBIK)** ogy. képv. Január 2-án 17 órától. Villányi út 20/A. Időpont-egyeztetés: 06/70/428-1495

**ENDRŐDI JÓZSEF (FIDESZ)** önk. képv. Minden hónap első szerdáján és pénteken. Egyeztetés: 06/20/462-2649

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

**FARKASNÉ DR. KÉRI KATALIN (MSZP)** önk. képv. Egyeztetés telefonon: 06/30/941-5336, 204-2805

**GAJÁRSZKI ÁRON (LMP)** önk. képv. Alkalmanként 10–12 óra között a Vahot utcai (kelenföldi) piacon köztéri fogadóóra. Biztos találkozáshoz egyeztetés telefonon: 06/30/988-2626.

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

**JANKÓ ISTVÁN (FIDESZ)** önk. képv. Minden hónap első keddjén 16.30–18 óráig. Nyitnikék Óvoda igazgatói iroda (Kanizsai u. 17–23.) [janko.istvan@fidesz.hu](mailto:janko.istvan@fidesz.hu), 06/30/655-3033

**DR. JÓZSA ISTVÁN (MSZP)** ogy. képv. Minden hónap utolsó csütörtökén 17–19 óráig. Gazdagrét, Kaptárkó utca 8.

**JUNGHAUSZ RAJMUND (FIDESZ)** önk. képv. E-mail: [junghausz.rajmund@fidesz.hu](mailto:junghausz.rajmund@fidesz.hu). Minden hó első pénteken 17–18 óráig. ÖKH (Cirmos u. 8.), valamint előzetes egyeztetés alapján: 06/70/942-4624

**KIRÁLY NÓRA (FIDESZ)** önk. képv. Egyeztetés: 06/20/260-1100, [www.kiralynora.hu](http://www.kiralynora.hu)

**DR. KUPPER ANDRÁS (FIDESZ)** ogy. képv., alpolgármester. Egyeztetés: 372-4620

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

**DR. MOLNÁR LÁSZLÓ (KDNP)** alpolgármester Képviselői fogadóóra: minden hónap első keddjén 16.30–18 óráig. Karinthy F. út 9. Alpolgármesteri: minden hónap második szerdáján 15–16.30 óráig. Önkormányzat, Bocskai út 39–41. I. 119. Bejelentkezés: Pappné Mika Edit: 3724-672

**NAGYNÉ ANTAL ANIKÓ (FIDESZ)** önk. képv. Minden hónap második hétfőjén 17–18 óráig. Domokos Pál Péter Ált. Isk. (Sopron út 50.) [n.antal.aniko@ujbuda.hu](mailto:n.antal.aniko@ujbuda.hu)

**NOVÁK ELŐD (JOBBIK)** ogy. képv. December 18-án 17 órától. Villányi út 20/A. Egyeztetés: 06/70/420-7715

**DR. RÉTVÁRI BENCE (FIDESZ-KDNP)** ogy. képv. Minden hónap harmadik csütörtökén 17–18 óráig. Karinthy F. út 9. (KDNP-iroda). Bejelentkezés hétköznap du.: 209-0474

**SASS SZILÁRD (FIDESZ)** önk. képv. Minden hónap harmadik hétfőjén 17.30–19 óráig. Farkasréti Ált. Isk. (Érdi út 2.) [sass.szilard@t-online.hu](mailto:sass.szilard@t-online.hu)

**DR. SIMICSKÓ ISTVÁN (FIDESZ-KDNP)** ogy. képv. Minden hónap első csütörtökén 16 órától. Budafoki út 9–11. Bejelentkezés: 06/20/200-0781

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

**SZABÓ GÁBOR (JOBBIK)** ogy. képv. Minden hónap negyedik csütörtökén 17 órától. Villányi út 20/A. Egyeztetés: 06/70/611-1555

**SZABÓ GYÖRGY (JOBBIK)** fővárosi önk. képv. Minden hónap második hétfőjén 17 órától. Villányi út 20/A. Egyeztetés: [szabo.gyorgy@jobbik.hu](mailto:szabo.gyorgy@jobbik.hu)

**SZABÓ VILMOS (MSZP)** ogy. képv. Minden hónap utolsó keddjén 17 órakor. Bartók Béla út 19.

**SZANISZLÓ KRISZTIÁN (FIDESZ)** önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: 06/20/250-3420, [szaniszo.krisztian@fidesz.hu](mailto:szaniszo.krisztian@fidesz.hu)

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

**VERESNÉ KRAJCÁR IZABELLA (MSZP)** önk. képv. Minden hónap utolsó csütörtökén 17–19 óráig. Gazdagrét, Kaptárkó utca 8.

**ZSARGÓ KRISZTIÁN (FIDESZ)** önk. képv. Minden hó első szerdáján 17.30–18.30 óráig. Bethlen Gábor Általános Iskola és Újreál Gimnázium (Bartók Béla út 141.) 06/20/927-6889, [zsargo.krisztian@gmail.com](mailto:zsargo.krisztian@gmail.com)

# Új műsort indít az Újbuda TV

Újbudai Gólyahír címmel indít új családbarát műsort az Újbuda TV. A december 16-án induló sorozattal a műsorkészítők a családokat foglalkoztató leggyakoribb kérdésekre szeretnék választ adni – legyen szó akár a termékenységi, terhességi, babás vagy neveltetési szakaszról.

Az Újbuda TV szerkesztősége időről időre igyekszik modernebb eszközöket és új tartalmat beépíteni műsorgyártásába, ezért a már meglévő vállalkozási, egészségügyi, kulturális, szenior és lokálpatrióta műsorok mellé további műsorokat és rovatokat vezet be. A televízióban a jövőben nagyobb hangsúlyt kap majd a sportélet, a munkavállalási kedvet és lehetőséget segítő programjainló műsorok, és nem utolsósorban a családokat, különösen a gyermekvállalás előtt álló, illetve már gyermekeket nevelő szülők és nagyszülők számára gyártott adások.

A most induló, hetente jelentkező családbarát magazinműsor célja többek között az is, hogy egyfajta tolmács szerepet töltsön be a különféle rendelkezések, jogszabályok értelmezésében, hogy azokat hétköznapi nyelvre lefordítva a célközönség számára könnyen befogadható módon közvetítse az információkat. De a műsorban nemcsak a gyermekvállalással kapcsolatos önkormányzati és kormányzati intézkedéseket mutatják majd be, hanem a kerületi egészségügyi szolgáltatásokat nyújtó intézményeket is, ugyanígy az oktatási intézményeket és módszereket, amelyek a gyermekek neveléséhez szükségesek, és olyan programokat, melyek a családok összetartását

erősíthetik. Így a sorozat naprakész információi az anyukák és apukák számára egyaránt érdekesek és praktikusak lesznek.

A témák szakmai oldalának kidolgozásakor valamennyi helyi közszolgálati tevékenységet ellátó szociális, egészségügyi, oktatási, kulturális és vallási intézményt is bevonják, hiszen az ő tapasztalataikkal tudnak az újbudai nézőközönségnek valóban hasznos műsorfolyamot gyártani, a felmerülő kérdésekre a témát teljes körűen körbejárva válaszolni. Az egyenként 13 perces adások minden részében szakértők segítenek. A szakértői anyagok összeállítása családterapeuták, pszichológusok, védőnők, orvosok, jogászok, lelkészek és pedagógusok iránymutatásával zajlik. A program készítői egyedi példákból kiindulva, sikertörténetek feldolgozásával kívánnak ösztönzőleg hatni a nézőkre, éppen ezért családokon és kisebb közösségeken keresztül mutatnak be egy-egy problémát vagy élethelyzetet.

Az Újbuda TV-ben hétfőnként 18 órakor vetítik az anyagot, amit a hét során többször megismétlnek. Az interaktivitásnak pedig Facebookon és e-mailben adnak teret, így a műsorszerkesztet némileg a nézők is befolyásolhatják a saját igényeik szerint. (K. V.)



## Sakkverseny Gazdagréten

12 fordulós sakkbajnokságot rendeztek a Gazdagréti Községi Házban, mégsem lehetett érezni a versenyeken megszokott feszült, idegtépő hangulatot. Az udvaron néhányan az ebédet grillezték, a rivális versenyzők pedig derűsen beszélgettek egymással a szünetben. A több mint nyolc éve működő Gazdagréti Sakk Klub nyugdíjas tagjai mindig is a játék örömeit és a baráti közösséget tartották elsőrendűnek.



Az összetartó társaságot két tette kész úriember alapította 2005-ben, a Gazdagréti Halászléfőző Versenyen, ekkor fogalmazódott meg ugyanis az ötlet, hogy sakk-klubot hoznak létre. A közösségi házban működő önszerveződő kör mára 13 főre duzzadt, melynek tagjai a világért sem válnának meg kis közösségüktől. Vezetőjük az örökifjú társaság átlagéletkorára is büszke, amely saját számításai szerint 69,7 év, mégis a mai napig komoly versenyeken is elindulnak. – Legnagyobb sikerünket októberben, az Országos Nyugdíjas Sakk Bajnokságon értük el, ahol bronzérmesek lettünk – tájékoztatott *Katusákné Judit* klubvezető. Eből az alkalomból a kör sakkórát, sakk-készletet, valamint egy grillsütőt kapott ajándékba, amit rögtön fel is avattak a versenyen.

A Mikulás-napi megmérettetésre a kis csapat *Hoffmann Tamás* polgármestert, *Simicskó István* sportért felelős államtitkárt és *Király Nórát*, a körzet képviselőjét is meghívta, akik rögtön be is szálltak egy-egy partiba. Az államtitkár két lépés között azt is elárulta,

a sportbarát kormány a fizikai mellett a szellemi sportokra is jelentős forrásokat szán. – Mintegy 300 millió forinttal támogatjuk a sakkszövetséget, és azt is fontos eredménynek tartjuk, hogy a sakkoktatás lehetősége bekerült a Nemzeti Alaptantervbe – jelentette ki Simicskó István, aki szeretné, ha minél több diák választaná ezt a szellemi sportot hobbi-ként vagy tantárgyként, hiszen a játék kiválóan fejleszt a stratégiai gondolkodást és a döntéshozatali képességet.

A rendezvényen a sakk történetét felelevenítve elmesélték, a játékok 1500 évvel ezelőtt Indiában találták fel. A legenda szerint amikor a helytartó először kipróbálta, annyira megtetszett neki, hogy azt mondta feltalálójának, bármit kérhet tőle. A ravasz alattvaló lerakott egy búzaszemet a sakktabla első mezőjére, és annyit kért, a következőre tegyék az előző dupláját, és így tovább. Az uralkodó csak nevetett a szerény kívánságon, de amikor az utolsó négyzethez érték, kiderült, az egész uradalomban nincs ennyi termény. (T. D.)

## Új lakóink

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



*Nagy Botond* vagyok, szeptember 15-én, a Szent Imre Kórházban születtem 3860 grammal és 56 centiméterrel. Kedvenc időtöltésem a nővéremmel, Bogival való „beszélgetés”.

*Kovács Konrád Benjámín* a nevem, augusztus 13-án jöttem a világra 3000 grammal és 53 centiméterrel anyukám és apukám legnagyobb örömére. Imádom, ha tele a pocakom, szeretek nevetni, kedvenc időtöltésem: séta a szüleimmel Gazdagréten.



*Zoé Eszternek* hívnak, szeptember 25-én láttam meg a napvilágot 4000 grammal és 59 centivel anyukám, apukám és a családom nagy boldogságára! Nagyon szeretek a levegőn lenni, és közben nagyokat aludni.

*Jáhner Adrián* vagyok, 2013 július 30-án érkeztem, és ahogy a fotón is látszik, imádom mosolyogni. 3420 grammos születési súlyomat lassan sikerül megdupláznom. Szüleimmel minden nap sétálunk újbudai otthonunk környékén, ilyenkor nézelődök, vagy csak szundikálok a babakocsiban.



## Megnyitott az újbudai karácsonyi vásár

Iskolai kórossal és egyházi köszöntőkkel nyílt meg az idei karácsonyi vásár az Allee melletti sétányon. Újbuda Önkormányzata minden évben minőségi, kézműves portékát kínáló árusokat hív meg a vásárra, akik a házi finomságoktól az ajándéktárgyakig minden jóval ellátják az ünnepekre készülő vásárlókat. A megnyitó zárásaként felkapcsolták a kerület díszkivilágítását is.

A kerületi általános iskolások karácsonyi kórusművekkel teremtettek ünnepi hangulatot az Allee bevásárlóközpont mellett rendezett karácsonyi vásár megnyitójához. A hagyományos, házi ízeket kínáló árusok standjainál az erdélyi, faszépen sült kürtőskalácsból a zamatos pálinkákra át egészen a füstölt sonkáig minden olyan finomság megtalálható, amire csak szükségünk lehet az ünnepek alatt. A megnyitón egyházi felekezetek vezetői mondtak adventi köszöntőt, majd a polgármester feleségével és gyermekeivel együtt egy gombnyomással felkapcsolta a vásár és a kerület ünnepi díszkivilágítását. A rendezvény lezárásaként pedig meggyújtották az adventi koszorú első gyertyáját.

*Hoffmann Tamás* a nyitóünnepségen arról is beszámolt, az ünnepi vásár mellett az adventi időszakban számos karácsonyi programmal kedveskednek kicsiknek és nagyoknak. A gyerekek szépíró versenyen vehettek részt, az itt elkészült alkotásokat a kisdíjakok a kerület időseinek küldik el ajándékba. Újbuda Önkormányzatának karácsonyi programsorozatát a Bartók Béla út 10–12. szám alatti üres üzlethelyiségben rendezik meg, ahol a gyerekeket többek között karácsonydísz-készítő verseny, diavetítések, rajziskola és kerámiaműhely, színházi estek, valamint koncertek várják majd. A polgármester azt is elárulta, ha a körülmények engedik, az Allee előtt – az egykori Fényes Elek iskola udvarán – műjéggályát is felállítanak.

(T. D.)

## Advent német módra

A kerületben élő német nemzetiség adventi ünnepséget rendezett a gazdagréti Törökugrató Általános Iskolában, a kisdíjakok produkciói előtt pedig a német önkormányzat tartotta meg éves közmeghallgatását. Újbuda négy oktatási intézményébe, a Törökugrató utcai és a Teleki Blanka általános iskolába, valamint a Kelenföldi és a gazdagréti Szívárványszín Óvodába járó gyerekek származásuknak megfelelő nemzetiségi oktatásban részesülnek.

A német betelepülésről *Imre Ferenc*, a Német Nemzetiségi Önkormányzat elnöke elmesélte, az 1720-as években Ulmból vándorolt be a különböző német tartományokból származó, összefoglaló néven svábként emlegetett németiség. A mai Németország területén akkoriban túlnépesedés volt jellemző, ami kapóra jött II. Józsefnek, aki éppen a háború után megritkult

magyar lakosságot akarta gyarapítani a behívott németekkel.

A rendezvényen a négy intézmény tanuló mutatták be karácsonyi műsorukat, a gyerekek betlehemi játékokkal, karácsonyi versekkel, dalokkal és körjátékokkal örvendeztették meg a szülőket. A produkciók természetesen rendre német nyelven zajlottak. A nemzetiségi vezető szerint az elkötelezett pedagógusok mindent megtesznek, hogy a német gyökerekkel rendelkező gyerekek ne veszítsék el német identitásukat és hagyományait. A tanítók heti rendszerességgel oktatják a nyelvet, foglalkoznak azonosságadatuk és kultúrájuk erősítésével, melynek egyik eredménye, hogy a diákok nyolcadik osztály végére eléri a középiskolai érettségi szintet.

(T. D.)