



JÁTÉKOS SEGÍTSÉG, NÉGY LÁBON

9

Kutyaterápiás foglalkozások az Óbudai Meseerdő Óvodában



FELAVATTÁK ÓBUDA FÁJÁT

11

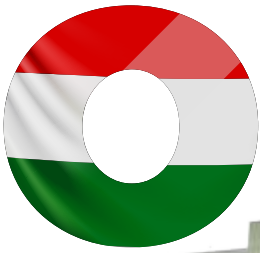
A Harrer iskola melletti ezüst hárs kapta a legtöbb szavazatot



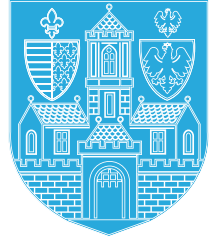
22

KIEMELKEDŐ POLGÁRŐRI SZOLGÁLAT

Példaértékű tevékenységéért kapott elismerést az egyesület és elnöke



BUDA



ÓBUDA-

NYZAT LAPJA

XXVII. ÉVF. 22. SZÁM

2021. OKTÓBER 22.



CÉLEGYENESBEN AZ ÚJ TÁNCSICS PARK

2



Kedves bábok, izgalmas játékok, zöldkalandok

Ökomeseösvény
a Kiscelli parkerdőben

A résztvevők állomásról állomásra haladva, játékos feladatok segítségével találkozhatnak a környezettudatosság, a természetvédelem alapjaival.

11

Vidám műsorokkal köszöntötték az időseket

Az idősek hónapjában zenés műsorokkal és az ünnepi ebéd mellett szeretetteljes meglepetésekkel is készültek a dolgozók az idősothonokban.



3

12



Számos betegség legyőzhető, ha idejében felismerik, ezért is érdemes kihasználni az ingyenes szűrővizsgálatokat, s nem lehet elégszer felhívni a figyelmet a különböző szűrések fontosságára. Dr. Budai András főorvossal, a Szent Margit Rendelőintézet ügyvezető igazgatójával az egészségnapok tapasztalatairól, a szakrendelőben megvalósult fejlesztésekről, az egészségügyi ellátás színvonalának növeléséről és a betegek felelősségteljes hozzáállásának fontosságáról is beszélgettünk.

ÉLETMENTŐ SZŪRŐVIZSGÁLATOK

ÜTEMTERV SZERINT HALAD A TÁNCSCICS PARK KIALAKÍTÁSA

Már az utolsó, negyedik ütemnél tart a Táncsics park kivitelezése, a Táncsics Mihály utca, a Lukács György utca és az Ország út által határolt zöldterületen.



Hamarosan befejeződnék a nyáron kezdődött munkálatok

Nyáron kezdődtek Békásmegyeren a Táncsics park kivitelezési munkálatai a „Szociális városrehabilitáció megvalósítása Békásmegyeren” elnevezésű projekt keretében. Az első ütemben a beteg és gyomfák kivágásával járó tereprendezés zajlott, valamint a vízvezeték lefektetése is sor került. Emellett a gyalogossétányok kialakítása is megtörtént. Ezután a kamaszter és a pihenőterületek kivitelezése következett, majd elkészült a kiskutya-futtató és a nagykutya-futtató terület az Óbudai Kutya Egyesület vezetőjének, Gáspár Zsófinak a szak-

mai iránymutatásával. Jelenleg a Bagaméri játszótér és a középső közösségi tér kialakítása folyik a játékelemek telepítésével, valamint a sétautak aszfaltozásával, amit Óbuda-Békásmegyer polgármestere, dr. Kiss László is megtekintett. A polgármester megvizsgálta a csúszda nappal szembeni árnyékoltságát, és elismerését fejezte ki az eltérő méretű kutyáknak kialakított futtatók és a kutyaitató kút kialakításának ötletéért. A Táncsics parkba egy mobilvéccé és egy ivókút is kerül majd. Dr. Kiss László bízik benne, hogy a szabadidős területet hamarosan a környéken élők és a kerületben lakók is nagy örömmel vehetik birtokba.

mai iránymutatásával. Jelenleg a Bagaméri játszótér és a középső közösségi tér kialakítása folyik a játékelemek telepítésével, valamint a sétautak aszfaltozásával, amit Óbuda-Békásmegyer polgármestere, dr. Kiss László is megtekintett. A polgármester megvizsgálta a csúszda nappal szembeni árnyékoltságát, és elismerését fejezte ki az eltérő méretű kutyáknak kialakított futtatók és a kutyaitató kút kialakításának ötletéért. A Táncsics parkba egy mobilvéccé és egy ivókút is kerül majd. Dr. Kiss László bízik benne, hogy a szabadidős területet hamarosan a környéken élők és a kerületben lakók is nagy örömmel vehetik birtokba.



Fotók: Paskó Zsolt

Újabb multifunkciós óvodai sportpálya épül

Az idei évben is sikeresen pályázott Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat a Nemzeti Ovi-Sport Programra, így ezúttal az Óbudai Hétpettyes Óvoda Szín-Kör-Játék Tagóvodájában alakítanak ki új multifunkciós sportpályát.

A Nemzeti Ovi-Sport Program keretén belül olyan sportpályák létesülnek, amelyek lehetőséget adnak arra, hogy az óvodások különböző sportágakban fejleszthessék képességeiket az óvodai nevelés során. A programban részt vevő intézmények óvodapedagógusai önálló képzés segítségével, sportágspecifikusan sajátíthatják el azokat a módszereket, amelyeket a gyakorlatban a gyerekek oktatása folyamán alkalmazni tudnak a jövőben. Az önkormányzat idén év elején is indult a „Nemzeti Ovi-Foci, Ovi-Sport Program” pályázaton az Óbudai Hétpettyes Óvoda Solymár utcai Szín-Kör-Játék Tagóvodájával. A pályázat pozitív elbírálásban részesült. A tervek szerint jövő tavasszal épülhet meg a Solymár utcai oviban az új sportpálya, amely a labdarúgás mellett alkalmas kézilabdára, kosárlabdára, röplabdára és lánthúzó gyakorlására, valamint esztétan oktatására, illetve ügyességi és mozgáskoordinációs feladatokra. Tavaly az Óbudai Meseerdő



Óvoda Szivárvány Tagóvoda Szél utcai telephelyén épült multifunkciós sportpálya, amelynek ünnepélyes átadására a pandémia helyzet miatt idén júliusban került sor.

Véget ért az idősek világnapja alkalmából szervezett kerületi ünnepségsorozat

Vidám műsorokkal köszöntötték a nyugdíjasokat



töltsük meg a mindennapokat, hiszen lassabban telik az idő, és jobban meg tudjuk élni a napokat, ha azok tartalmasak és élményekben gazdagok.

Mind a tizenegy kerületi idősklubban a zenés műsor és az ünnepi ebéd mellett szeretetteljes meglepetéssel készültek a dolgozók a közösség tagjainak. A munkatársak többek között videós üzenetben közösen szavalták el Weöres Sándor

Lezárult az idősek világnapja alkalmából, az idősek hónapjában szervezett ünnepségsorozat a kerületi idősklubokban és nyugdíjsházákban. A zenés műsor és az ünnepi ebéd mellett szeretetteljes meglepetésekkel is készültek a dolgozók a közösségek tagjainak.

Dr. Kiss László polgármester, Turgyoni Dániel alpolgármester és Haskóné Alker Annamária, az Óbudai Szociális Szolgáltató Intézmény vezetője két héten át valamennyi kerületi, összesen tizenegy idősklubot és nyugdíjsházat meglátogatták. Az idősek világnapja és az idősek hónapja alkalmából zenés műsorral, ünnepi ebéddel és koccintással köszöntötték a kerületünkben élő nyugdíjasokat.



Fotók: Paskó Zsolt

Minden év októberére az idősekről szól, tavaly azonban a járványhelyzet miatt sajnos csak az online térben tudta az önkormányzat felköszönteni őket. Ezért is volt különleges és a résztvevők számára is nagy élmény a mostani ünnepség. A polgármester elmondta, a legfontosabb, hogy élményekkel



Tíz lépcső című versét az ünnepségen részt vevőknek, vagy videófelvételekkel idézték fel a közösség mindennapjait. Volt olyan idősklub, ahol kedves, elgondolkodtató,

Szeretetteljes meglepetésekkel is készültek az idősklubok dolgozói

személyre szabott idézet várta az ünnepeket az elegánsan megterített asztalon. Kis-Horváth Melinda művésznő és Mohácsi Attila, a Győri Nemzeti Színház művésze nosztalgiaműsorral gondoskodott a jó hangulatról és a kellemes szórakozásról, így a délutánokról sem a vastaps, sem a táncrea kérés nem hiányzott. Straub Dezső színművész fergeteges, viccekkel és anekdotákkal fűszerezett zenés műsort adott elő. A közönség együtt nevetett és énekelt a színésszel, aki szintén kerületünkben él. Az alkoholmentes pezsgős koccintás után a szép, őszi hangulatú terített asztaloknál pogácsával és hidegtállal is vendégül látták az ünnepeket.

FOLYTATÓDIK AZ
ÖNKORMÁNYZATI
BÉRLAKÁSOK
FELÚJÍTÁSA



A „Szociális városrehabilitáció megvalósítása Békásmegyeren” projekt keretében újabb öt önkormányzati bérlakásból költöztek át a lakók a cserelakásokba, hogy az önkormányzati lakások energetikai és esztétikai felújítása megkezdődhessen. Az első körben hat, a második körben öt lakást újítottak fel, most pedig újabb öt lakás újul meg teljesen. A korszerűsítések keretében megszépülnek a konyhák és a fürdőszobák, valamint a nyílászárókat, a fűtőtesteket és az elektromos hálózatot is cserélik. Idén összesen 23 önkormányzati bérlakást újít fel Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat, jövőre pedig a rendelkezésre álló források függvényében további 18-at.



TÁJÉKOZTATÓ FÓRUMOT TARTOTTAK KERÜLETI CIVIL SZERVEZETEKNEK

Csaknem negyven kerületi szervezet képviselői vettek részt a CIVIL INFO – NEA 2022 rendezvényen, amelyen Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat és a Budapesti Civil Közösségi Szolgáltató Központ tájékoztatta a helyi civil szervezeteket az elérhető támogatásokról és pályázatokról.



Fotó: Paskó Zsolt

lazott célrendszerek mellé álltuk és állunk – mondta dr. Kiss László polgármester megnyitóbeszédében. – És a jó tapasztalataink is ezt a gyakorlatot igazolják, akár a lokális ügyeket képviselő szervezetek munkáját támogatjuk, akár a konkrét zöldprogramokat karoljuk fel, vagy éppen az óvodáinkban a szülői kezdeményezéseket koordináló alapítványok tevékenységét, hogy csak néhányat említsek a sokféle közös feladatunk közül.”

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat a helyi civil szektor résztvevőit partnernek tekinti, és értékes munkájukhoz igyekszik minden segítséget megadni. Így az elmúlt évben 110 civil szervezetet 300 millió forinttal támogatott. Az önkormányzat az anyagi támogatáson túl is igyekszik segítséget nyújtani a kerületi civil szféra számára. Ezért a helyi CIVIL INFO – NEA 2022 elnevezésű fórumot a Budapesti Civil Közösségi Szolgáltató Központtal összefogva azzal a céllal szervezte meg, hogy a harmadik kerületi civil szervezetek minél részletesebb tájékoztatást kapjanak Óbuda-Békásmegyer támogatási rendszeréről

és a Nemzeti Együttműködési Alap (NEA) aktuális pályázatairól.

Az Esernyős rendezvényterében csaknem negyven helyi szervezet képviselői gyűltek össze, hogy meghallgassák a szakértő előadókat. Bercesényi Kinga,

Az önkormányzat az anyagi támogatáson túl is igyekszik segíteni a civil szférát

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat civil referense a pályázattal rendszer újításáról és tapasztalatairól tartott előadást. Janzsó Ádám, a Budapesti Civil Közösségi Szolgáltató Központ pályázati szaktanácsadója pedig a NEA 2022. évi összevont és egyszerűsített pályázatairól beszélt. Az előadások után a részt vevő szervezetek képviselőinek lehetőségük volt feltenni a kérdéseiket, amelyekre a szakértők választottak, és gyakorlati tanácsokkal is ellátták az érdeklődőket.

„Az önkormányzati pályázati rendszer működtetésének komoly hagyománya van, mi a kerületünkben az elmúlt két évben ennek fejlődéséhez azzal tudunk hozzájárulni, hogy mindig meghatározott, jól körvona-

MEGHÍVÓ KÖZÖS KÉPVISELŐI FÓRUMRA

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat tisztelettel meghívja Önt Közös Képviselői Fórumára.

A rendezvény célja szoros együttműködés kialakítása az önkormányzat és a lakóközösségek között, a rendszeres tájékoztatás és információcsere platformjának megteremtése.

Időpont: 2021. november 16., kedd, 15.00-18.00 óra

Helyszín: Óbudai Kulturális Központ (1032 Budapest, San Marco utca 81.)

Program:

- polgármesteri köszöntő
- pályázatok, társasházi támogatások
- közösségi környezetszépítési programok
- zöldfelület-karbantartás
- büfébéd, kötetlen beszélgetés



A program ingyenes, de előzetes regisztrációhoz kötött.

Regisztrálni ezen a linken tud:

obuda.hu/kozsokepviselok

A regisztráció határideje: 2021. november 10.

Ha kérdése van, a **forum@obuda.hu** e-mail-címre írhat nekünk. Szíves megjelenésére feltétlenül számítunk!

Üdvözlettel,
dr. Kiss László
polgármester



Interjú dr. Kiss Lászlóval, Óbuda-Békásmegyer polgármesterével

Közösen kell vigyáznunk a kerület zöldértékeire

Óbuda fájának avatása a Harrer iskolánál, meseösvény a Kiscelli parkerdőben, közösségi szemétszedés a Római-parton – az elmúlt két hét kerületi zöldprogramjait vettük számba dr. Kiss László polgármesterrel. Emellett szó esett arról is, hogyan ünnepeljük az idősök hónapját a kerületben.

■ **Túl vagyunk az előválasztások második fordulóján.**

Hatalmas eredmény, hogy ennyien elmentek véleményt nyilvánítani, és rekordmagas volt a részvétel. Megmutatta, hogy milyen sokan vagyunk, akik felelősen gondolkodunk, változást szeretnénk, és ezért tenni is készek vagyunk. Köszönöm, hogy ilyen sokan bebizonyították: számíthatunk egymásra a közös jövőnk építésében. Külön köszönettel tartozunk minden önkéntes, civil segítőnek, aki a szavazás lebonyolításában és a szavazatok összeszámlálásában részt vett. És természetesen gratulálok Márki-Zay Péter miniszterelnök-jelöltnek is az eredményhez. Fontos munka kezdődik most, még a mostaninál is intenzívebb időszak.

■ **Az országos hírektől lépünk vissza a helyi eseményekhez. Hazánkban helyi szinten elsőként hirdették meg a harmadik kerületben az Óbuda fája választást. Miért tartották fontosnak?**



Az volt a célunk, hogy felhívjuk a figyelmet – az egészen fiataloké is – a harmadik kerületben, a közvetlen környezetünkben élő fákra, arra, hogy micsoda értékek, mennyi szépség, mekkora zöldvagyon vesz körül minket, de arra is, hogy milyen törekény ez az egyensúly – és hogy mindezt kötelessé-

Kerületiek, ott élők, ott dolgozók, civil szervezetek... Legutóbb több mint ötven lelkes résztvevővel gyűjtöttük a hulladékot, hogy tisztább, rendezettebb legyen a Duna-part és környezete. Jóleső volt látni, hogy lényegesen kevesebb szemét van a Rómain, mint korábban. Köszönöm mindenkinek, a szer-



Példát mutatnak a fenntarthatóságot és a környezettudatos nevelést szolgáló kezdeményezések

günk megvédeni. Nemrégiben ünnepélyes keretek között táblát is elhelyeztünk az Óbuda fája 2021 győztese mellett, egy gyönyörű ezüst hársnál. Nagyon büszkék vagyunk rá, hogy ennyi kerületi jelölés és szavazat érkezett. Zöld demokrataként fontosnak tartom, hogy támogassunk minden hasonló kezdeményezést, amely a fenntarthatóságot és a környezettudatos nevelést szolgálja. Így karoltuk fel azt a programot is, amelynek eredményeként a Kiscelli parkerdőben frissen átadhattuk meseösvényünket, amely máris igen népszerű a gyerekek és a családok körében.

■ **Óbudának mint hatalmas zöldterülettel rendelkező kerületnek mindig jó híre volt: figyel a természetvédelemmel kapcsolatos ügyekre. Nem is kellett teljesen új utakat törnie?**

A klímaváltozás korábban soha nem tapasztalt feladatokat hozott, és az új nemzedéket is be kell vonnunk a közös munkába. Már sokadik alkalommal hirdetünk például közösségi szemétszedést, és igyekszünk összefogni a Római-part tisztaságáért.

vezőknek és az önkénteseknek is, hogy eljöttek, és részt vettek a közös munkában.

■ **Manapság mintha hajlamosak lennénk csak a fiatalság szempontjait észrevenni, pedig a generációk felé a hidat minden irányba érdemes építeni...**

Igen, idős társaink tapasztalatára, tudására, türelmére igen nagy szükségünk van, és minden tiszteletünket, megbecsülésünket megérdemlik. Az idősök világnapja és az idősök hónapja kiváló alkalom arra is, hogy ezt határozottan megfogalmazzuk újra meg újra. És persze arra is, hogy még többet találkozzunk. Így az elmúlt hetekben végiglátogattam mind a tizenegy kerületi idősklubot egy kis közös ünnepségre és szórakozásra. Köszönöm a szervezőknek és a fellépő művészeknek – Kis-Horváth Melindának, Mohácsi Attilának és Straub Dezsőnek – a felejthetetlen élményt: nemcsak fergetes hangulatot teremtettek, de még engem is táncba vittek! Bízunk benne, hogy a járványügyi helyzet engedi, hogy minél több közös programon vehessünk részt a következő hetekben, hónapokban is.

Újra felzárkózási pályára került az ország

Kiegészítő nyugdíjmelést és nyugdíjprémiumot is kapnak a jogosultak

A gazdaság gyorsan vissza tudta nyerni azt a növekedési képességét, amellyel a járvány előtt rendelkezett, idén várhatóan 7-7,5 százalékkal, jövőre 5,5-6 százalékkal növekedhet a GDP – mondta Varga Mihály pénzügyminiszter az Amerikai Kereskedelmi Kamara üzleti fórumán. Novemberben – a rendes havi ellátással együtt – kézhez kapják a jogosultak a kiegészítő nyugdíjmelést és a nyugdíjprémiumot is.



Koszticsák Szilárd/MTI

Az uniós átlagnál magasabb – a második negyedévben közel 18 százalékos, az év első felében 7,6 százalékos – volt a növekedés mértéke Magyarországon, így újra felzárkózási pályára került az ország.

Az ország gazdasága meghaladta a 2019-es kibocsátási szintet, ami abból a szempontból is nagy érdem, hogy a GDP 8-10 százalékát adó turizmusszektor még nem érte el a járvány előtti szintet – közölte a pénzügyi tárca vezetője. Varga Mihály elmondta, hogy állami oldalról a GDP 6 százalékát költik a beruházások ösztönzésére; a hazai beruházási ráta 27,5 százalékon áll, ezzel Magyarország az uniós élmezőnyben szerepel. A munkaerőpiacról beszélve a miniszter megjegyezte, hogy „gyorsan tudott regenerálódni”, ma már 4,7 millió ember

díjmelést azért jár, mert az infláció magasabb annál, mint amivel korábban a pénzügyi kormányzat számolt. A novemberi extra juttatásokra Varga Mihály szerint azért is volt szükség, mert a járvány miatti leállások után most indítják újra a gazdaságokat szerte a világban, a kínálat azonban több esetben ezzel nem tud lépést tartani, emiatt bizonyos árucikkekből, alapanyagokból átmeneti hiány alakul ki. Ez emeli az árakat – magyarázta a miniszter, majd leszögezte: a nyugdíjasok nem lehetnek a koronavírus okozta globális válság kárvallottjai.

„Gyorsan tudott regenerálódni a hazai munkaerőpiac

56' RENDEZVÉNYEK ÓBUDÁN
65

ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER ÖNKORMÁNYZAT
TISZTELETTEL MEGHÍVJA ÖNT AZ 1956-OS
FORRADALOM ÉS SZABADSÁGHARC 65. ÉVFORDULÓJA
ALKALMÁBÓL TARTANDÓ, KOSZORÚZÁSSAL
ÉS GYERTYAGYÚJTÁSSAL EGYBEKÖTÖTT MEGEMLEKEZÉSÉRE.

IDŐPONT: 2021. NOVEMBER 4. (CSÜTÖRTÖK) 17.00 ÓRA
HELYSZÍN: KISCELLI SCHMIDT-KASTÉLY, TEMPLOMTÉR
(1037 BUDAPEST, KISCELLI UTCA 108.)

PROGRAM: KOSZORÚZÁSSAL EGYBEKÖTÖTT GYERTYAGYÚJTÁS
BESZÉDET MOND: SZABÓ TÍMEA ORSZÁGGYÜLÉSI KÉPVISELŐ

Kérjük, hogy részvételi, valamint koszorúzási szándékát 2021. október 25-én 18.00 óráig jelezze a rendezvenyszervezes@obuda.hu e-mail-címen. Koszorúzási szándékot a helyszínen nem áll módunkban felvenni, valamint kérjük, hogy a koszorúzó személy(ek) a megemlékezés napján 16.40-ig szíveskedjen(ek) a helyszínre érkezni. Kérjük továbbá, hogy a koszorú átmérője ne haladja meg az 50 centimétert.



Rekordrészvétellel zárult az ellenzéki előválasztás

MÁRKI-ZAY PÉTER LETT AZ ÖSSZEFOGÁS KÖZÖS MINISZTERELNÖK-JELÖLTJE

Több mint 662 ezren voksoltak az első magyar országos előválasztás mindent eldöntő, második fordulójában, amelyet Márki-Zay Péter, a Mindenki Magyarországa Mozgalom – a Momentum, Karácsony Gergely, valamint az MSZP által támogatott – miniszterelnök-jelöltje 56,7%-os eredménnyel nyert meg. Dobrev Klára, a Demokratikus Koalíció miniszterelnök-jelöltje a szavazatok 43,3%-át szerezte meg.

A Mindenki Magyarországa Mozgalom – és most már az összefogásban részt vevő összes ellenzéki párt – jelöltje győzelmi beszédében a családjá, a mellette kampányoló pártok és magánszemélyek mellett város, Hódmezővásárhely polgársága irányába is háláját fejezte ki, mert ahogy a csongrádi város vezetését miniszterelnökségre cserél-

az ő támogatásában, valamint a kormányváltásban.

Márki-Zay Péter szerint az ellenzék választási győzelme többlépcsős folyamat, amiből már többet meg is haladtak. A legelső lépés a „hódmezővásárhelyi modell” kialakítása volt, melynek alapja, hogy az ellenzéki pártok összefognak egy civil jelölt mögött, aki az ellenzéki keménymagnál egy szélesebb kört tud megszólítani. Ezt követte a Mindenki Magyarországa Mozgalom és a hozzá kapcsolódó Kossuth-körök létrehozása, majd az ellenzék számára számos fontos győzelmet hozó 2019-es

gal kell foglalkozni, a hatpárti összefogás hogyan fogja leváltani jövő tavasszal Orbán Viktor kormányát. Mint mondta, ez közös feladat és közös felelősség, amelynek érdekében ma-



„Az ellenzéki pártok egy lépéssel közelebb kerültek a 2022-es győzelemhez

ni vágyó politikus fogalmazott, ők biztosítják számára a biztos háttérrel, ami nélkül nem juthatott volna el idáig. Az eredetileg pártunkívüli jelöltet a második forduló előtt a Momentum, majd visszalépését követően Karácsony Gergely is biztosította támogatásáról. Az első fordulóban a budapesti főpolgármester jelöltségét propagáló MSZP csak a második forduló közben döntött úgy, hogy hivatalosan is támogatja Márki-Zayt.

Az előválasztás győztese szerint az eredmények arról tanúskodnak, hogy a szavazók megtisztították az ellenzéki pártokat a változást ellenző tagjaiktól, valamint a szélsőséges nézeteket képviselő jelöltektől. Úgy vélekedett, hogy hiába volt igen feszült kettejük viszonya a kampány során, az előválasztás második fordulóját elveszítő DK-s jelölt, Dobrev Klára is elkötelezett



önkormányzati választás. A közös indulásról való megállapodással és az előválasztás megszervezésével az ellenzéki pártok egy lépéssel közelebb kerültek a 2022-es győzelemhez, így már csak egy erős kampányra és a választás megnyerésére van szükség Orbán Viktor leváltásához – fogalmazott.

Dobrev Klára, a DK miniszterelnök-jelöltje még a végeredmény kihirdetése előtt gratulált Márki-Zay Péternek. A politikus úgy fogalmazott: mostantól egyetlen dolog-

guk mögött hagyják a vitákat. Dobrev Klára egyúttal köszönetet mondott mindenkinek, aki részt vett az előválasztás lebonyolításában, illetve megköszönte a támogatást a párt és az ő szimpatizánsainak. „Hatalmas megtiszteltetés volt közösen küzdeni” – fogalmazott. Dobrev Klára kitért arra is, hogy az ellenzéki előválasztásból a Demokratikus Koalíció megerősödve jött ki, és az ellenzék legerősebb pártjaként folytatja a küzdelmet Orbán Viktor kormányá ellen.



Látogatás a Vackor és a Százsorszép óvodában

Szeretetteljes gondoskodás zöld környezetben

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat óvodáinak munkatársai kiemelkedő szakmai munkát végeznek. Dr. Kiss László polgármester végiglátogatja az őszi hetekben az óvodákat, hogy az intézmények helyzetéről és a fejlesztési lehetőségekről beszélgesse az ott dolgozókkal. Ezúttal a Vackor és a Százsorszép óvoda vendégei voltunk.

között a felnőttekben is kedves gyermekkori emlékeket ébresztő diafilmvetítéseket.

Az Óbudai Százsorszép Óvodában dr. Bozzayné Káli Tünde intézményvezető lelkesen mutatta be tevékenységüket dr. Kiss László polgármesternek. Környezettudatos nevelési munkájukra különösen büsz-



kék, nem véletlenül, hiszen a Zöld óvoda rangos címet viseli mindkét tagintézményük. Emellett az egészséges életmód is hangsúlyt kap, amelynek részeként sósóbát is kialakítottak. A Százsorszép tagintézményében, a Színes Gyerekkert Tagóvodában a találkozás a természettel a kisgyermekek mindennapjainak része, hiszen a közeli Kiscelli parkerdő határában fekszik. Így olykor vendégek is érkeznek az erdőből, a gyerekek legnagyobb öröme, ahogyan ez ottjártunkkor is történt. „Szeretreméltó kísérőnk is akadt a Színes Gyerekkert óvodában, egy mókus személyében” – számolt be dr. Kiss László polgármester az óvodai látogatások egyik kedves epizódjáról.

Az Óbudai Vackor Óvodában és Mókus Tagóvodájában Jagoschitzné Magócs Szilvia intézményvezető kalauzolt körbe, akitől megtudtuk, hogy neki és minden munkatársának törekvése, hogy a gyermekek



érzelmi biztonságban, szeretetteljes, kiegyensúlyozott légkörben, esztétikus környezetben fejlődjenek, játszanak. Nem utolsósorban így szerezzék meg azokat a készségeket, képességeket, amelyek az iskola megkezdéséhez elengedhetetlenül szükségesek. A játék, a mozgás és a kommunikáció adja a Vackorban a pedagógiai munka három alappilléret. A mindennapok színes tevékenységei is ezek köré épülnek, sok-sok mesével, meséléssel, amire számos eszközt és módszert használnak az óvodapedagógusok, többek



Fotók: Paskó Zsolt

Forgalomcsillapítás Csillaghegyen

Csillaghegy északkeleti területének forgalomtechnikai felülvizsgálata keretében, a Mátyás király út, Batthyány utca, Árpád utca, Pünkösdfürdő utca és a Királyok útja által határolt területen október 25-én forgalomtechnikai kivitelezési munkák kezdődnek, melyek várhatóan három hétig tartanak.

Csillaghegy északkeleti részén 2017-ben forgalomtechnikai fejlesztés történt, azonban hamarosan kiderült, hogy a beruházást felül kell vizsgálni, mivel ezt követően is nagy maradt a térség forgalomterheltsége. A tervek revíziója során az a szakértői megállapodás született, hogy a forgalom hatékonyabb csillapításának érdekében további forgalomcsillapító küszöbök kialakítása szükséges az övezetben. Ennek eredményeként a Mátyás király út, a Batthyány utca, az Árpád utca, a Pünkösdfürdő utca és a Királyok útja által határolt területen október 25-én forgalomtechnikai kivitelezési munkák indulnak.



A beruházás keretében a Hunyadi utca, József Attila utca és a Hunyadi utca, Toldi utca találkozásához, az Árpád utca 170. számhoz, az Árpád utca, Fodros utca találkozásához, valamint a Bajtárs utca, József Attila utca, illetve a Bajtárs utca és a Bivalyos utca találkozásához is forgalomcsillapító küszöbök kerülnek. A Hunyadi utca 74. és 75. számánál nagy méretű virágládákat helyeznek el az útpálya mindkét szélén. Ez a kialakítás a sáv szűkítése és elhúzása miatt a gépjárművezetők figyelmét jobban felhívja és lassításra készíti. A Hunyadi utca, József Attila utca és a Hunyadi utca, Toldi utca találkozásánál két víznyelőt is kialakítanak a forgalomcsillapító küszöbökhez.

Hat helyszínen, szakaszosan zajlanak a munkálatok október 25-től

A tervek szerint a fejlesztési helyszíneken szakaszosan zajlanak majd a munkálatok, amelyek néhány napig tartanak. A Hunyadi utca két helyszínén várhatóan október 25-én, az Árpád utcában november 2-án, a Bajtárs utcában pedig november 3-án veszik kezdetét a munkafolyamatok. A befejezés várhatóan november első felében, aszfaltozással zárul az összes helyszínen. Az önkormányzat bízik abban, hogy a beavatkozással sikerül hozzájárulni a lakók és az arra közlekedők nagyobb biztonságához és nyugalomhoz. A munkálatok ideje alatt időszakos forgalomkorlátozásokra és változásokra kell számítani. Az ezzel járó kellemetlenségek miatt az ott élők és az arra közlekedők szíves türelmét és megértését kéri.



JÁTSZVA SEGÍTENEK A FEJLŐDÉSSEN A TERÁPIÁS KUTYÁK

Állatasszisztált foglalkozások az Óbudai Meseerdő Óvodában

Fotók: Paskó Zsolt

Bubi és Osz, a két terápiás kutya is rendszeres résztvevője az Óbudai Meseerdő Óvodában a nevelési munkának. Az állatasszisztált foglalkozások felejthetetlen, örömteli perceket szereznek a gyerekeknek, miközben fizikai, értelmi és érzelmi fejlődésüket is nagyban támogatják.

tanak ki kapcsolatot a gyerekek az állattal. „A gyerekek a kutyával való közös tevékenységet nem feladathelyzetként, hanem örömteli élményként élik meg, miközben észrevétlenül komplex fejlesztést kapnak – magyarázza Érchejnyé Futó Csilla, képzett állatasszisztált foglalkozásvezető.

Komplex fejlesztést kapnak a gyerekek Osz és Bubi társaságában

tő, aki ismerősként tért vissza, pontosabban folytatja a munkát a Meseerdőben, hiszen egészen az elmúlt nyárig intézményvezető volt. – A közös játék, a színes tevékenységek során egy-egy foglalkozáson a gyerekek érzelmi, értelmi és szociális készségei is fejlődnek, érnek.”

Együttműködés, közös játék

Bubi, az uszár dolgozott a gyerekekkel azon a foglalkozáson, amelyre meghívást kaptunk. A Süni csoportba első alkalommal látogatott terápiás kutya, így kölcsönös volt a kíváncsiság, az örömteli várakozás. Az ismerkedés után mozgásos játékok sora következett. Hamar kiderült, hogy Bubi igen sok mindent tud, és örömmel be is mutatja mindent a gyerekeknek, akik szívesen utánozzák. A gyerekek, miköz-

ben egymással és a kutyussal játszanak, észrevétlenül az aktuális évszakhoz kapcsolódó tematikában is elmélyülnek, hiszen a hulló falevelek és az őszi gyümölcsök éppúgy előkerülnek képen és tevékenységben, mint például a vadgesztenye vagy az erdei gomba gyűjtése.

Főszerepben a szeretet

Nem csupán a boldog gyermekarcokat és a szintén vidám Bubit volt jóleső érzés látni a foglalkozáson, hanem azt is, ahogyan az ovisok Csilla néni kérdésére felsorolták, mitől érzi jól magát egy kutya a családban. A gyerekek nem csupán a felelős állattartás és a gondoskodás elemeit gyűjtötték össze ügyesen, de az elsők között említették a szeretetet, amely nélkül egyetlen állat sem lehet boldog a gazdája mellett. Így a szeretet-posta-játék sem maradhatott el a foglalkozáson. Miközben a sze-

retetüzenet célba, azaz Bubihoz megérkezett, a gyerekek egymás és a kutyát is megérintve tapasztalhatták meg, hogy mi mindent mondhatunk el és érthetünk meg az érintés útján, köztük érzelmeiket, különösen a szeretetet.

Visszavárjuk Bubit!

„Kutyáink terápiás vizsgát tettek, hiszen olyan állatért tudunk felelősséget vállalni, amelyik többek között minden körülmények között kiegyensúlyozott marad, szívesen lép interakcióba az emberekkel, nem utolsósorban jól viseli az erős környezeti ingereket, a zajt, a kiabálást vagy a hirtelen megrázkóztatókat” – mondta Csilla, aki a módszert a Varázsmancsok képzésén sajátította el, amelyet Lakos Judit Edisonplatform-díjjal elismert gyógypedagógus neve fémjeléz. Bubit, akit a gazdája, Joó-Kiss Renáta kísért el a foglalkozásra, a Meseerdő Süni csoportjába is nagy szeretettel várják vissza. „Abban, hogy az állatasszisztált foglalkozásoknak helyük van az óvodában, az is megerősített, hogy nemcsak azok az ovisok várják vissza két kutyusunkat hétről hétre, akik már részt vettek ezeken a foglalkozásainkon, de a szüleik is elköteleződtek a módszer mellett, látva, milyen élmény és mennyi fejlődési lehetőség rejlik ezekben a találkozásokban” – magyarázta búcsúzóul Halasi Erika óvodavezető.





KÖZÖSSÉGI SZEMÉTSZEDÉS A RÓMAI-PARTON

Újabb sikeres összefogás a tisztább, szebb, rendezettebb Duna-partért

Több mint ötven lelkes résztvevő gyűjtötte a hulladékot a Római-parton, hogy tisztább, szebb, rendezettebb legyen a Duna-part és környezete. Az idei októberi akciót a Mi Rómaink – Közösségi és Turisztikai Egyesület a Római-partért vezetésével, több civil szervezet közreműködésével és Óbuda-Békásmegyér Önkormányzat támogatásával szervezték meg.

Hat csatlakozó civil szervezet önkéntesei és kerületünk lakói, családjai, összesen több mint ötvenen húztak kesztyűt, ragadtak zsákot, tanulmányozták a térképet, és kezdték gyűjteni a Római-parton szétszórt szemetet. Ezúttal a bekötőutak megtisztítására koncentráltak. Közel hetven darab 120 literes műanyag zsák telt meg szeméttel bő két óra alatt, Óbuda-Békásmegyér Közterület-felügyelet pedig elszállította az összegyűjtött hulladékot. Kuba Richárd közterület-felügyelő ennek, azaz a IV. számú körzetnek a felügyelője – akinek bátor helytállását dr. Kiss László polgármester idén augusztusban Polgármesteri Dicsérettel ismerte el – munkatársaival szintén részt vett a közösségi

szemétszedési munkában és annak koordinálásában. „Az akció nemcsak arról szól, hogy megtisztítunk egy területet, hanem arról is, hogy jó példával járunk elöl a mindannyiunknak sokat jelentő Római-part gondozásában, fenntarthatóbbá tételében – mondta dr. Kiss László polgármester az akcióból visszatérőknek a Rozgonyi Pirooska utcai vendégházban. – Nagyon köszönöm, nagyon köszönjük minden hozzánk csatlakozó munkatárs és lelkes önkéntes együttműködését! Óbuda-Békásmegyér Önkormányzat mindig szívesen áll az ehhez hasonló jó ügyek mellé.”

Több mint ötven lelkes önkéntes gyűjtötte a hulladékot

A vendégházban meleg ebéddel, forró teával és finom pogácsával várták a résztvevőket. Az illatozó paprikás krumpli mellett – amelyet az önkormányzat munkatársai sok szeretettel főztek a ház kertjében, bográcsban – remek alkalom nyílt ismerkedésre és jó hangulatú beszélgetésre is.

Szálláshely a beporzóknak

Rovarszállót és méhkaptárt helyeztek ki a Csobánka térre

Rovarhotel és méhkaptárt helyezett ki az önkormányzat a békásmegyéri Csobánka térre. A szemléltető eszközök célja, hogy minél több kerületi lakó, intézmény és szervezet kapjon kedvet: kövessék a példát, készítsenek és helyezzenek ki rovarszállódakat.

teremtés az állatok számára. A jól kialakított, természetes anyagokból készült szálláshelyeket a rovarok, köztük a beporzó fajok, szívesen elfoglalják, hiszen abban táplálkozni és szaporodni tudnak.

Óbuda-Békásmegyér Önkormányzat elkötelezett a környezet megóvása mellett. Burján Ferenc környezetvédelemért felelős alpolgármester kezdeményezésére szemléltető eszközként rovarhotel és méhkaptárt helyeztek ki a Csobánka térre, ezzel is hozzájárulva az iskolai oktatásban és a lakosság körében a környezettudatos szemléletváltás elősegítéséhez. A kihelyezett rovarhotel – amely plexilappal takart, és csak szemléltető eszközként funkcionál – egy nagyboconádi kaptár, amelyet egy illegális személerakatból mentettek ki.

Bolygónkon az emberi tevékenység folyamatosan szorítja vissza az állatok élettereit, és ez alól a rovarok sem kivételek. Pedig a biológiai sokszínűség megőrzése valamennyiünk érdeke. A rovarok hozzájárulnak ahhoz, hogy számos élelmiszer az asztalunkra kerülhessen: beporozzák a növények virágait, így biztosítva, hogy azok termést hozzanak. A rovarhotel célja, hogy a természeteshez hasonló, optimális körülményeket



Kedves bábok, izgalmas játékok, zöldkalandok

Ökomeseösvény a Kiscelli parkerdőben



A Kiscelli parkerdőben frissen átadott meseösvényt vehettek birtokba a gyerekek, a családok, minden kedves érdeklődő. A résztvevők állomásról állomásra haladva játékos feladatok segítségével találkozhatnak a legfontosabb zöldgondolatokkal, és ismerkedhetnek meg a környezettudatosság, a természetvédelem, a felelősségvállalás alapjaival.

A harmadik kerületi parkerdőben az élményközpontú, ugyanakkor környezeti nevelést szolgáló meseösvényprogram a Bábózd Zöldre Egyesület és Óbuda-Békásmegyér Önkormányzat közös munkájának eredménye. „A meseösvény jelentősége, hogy miközben a gyerekek számára interaktív, inspiráló szabadidős programot kínál, klímátudatosságra, környezettudatosságra nevel” – mondta dr. Kiss László, Óbuda-Békásmegyér polgármestere a Kiscelli meseösvény átadó ünnepségén. A Bábózd Zöldre Egyesület alkotói kedves öko-



bábfigurákat is megálmodtak, majd életre is keltettek őket, akik a meseösvényen kísérve a gyerekeket segítenek megismerni a Kiscelli parkerdő lakóit, növényeit és állatait. Így amellet, hogy a kicsik barátkoznak a ter-

mészetes környezet élővilágával, megtanulják azt tisztelni, és ezt a tiszteletet és odafigyelést a mindennapok során kamatoztatni.

„A munkában, hogy ez a meseösvény létrejöhetett, a kerületi önkormányzat és az egyesületünk kreatív csapatának támogatása mellett nagy segítségünkre



volt annak a sok-sok kerületi gyermeknek a szeretetteljes érdeklődése és mosolya, akik már megismerkedtek Mimóval és Csipekkel, két ökomesehősünkkel, akik ezúttal újabb kalandra hívnak a Határtalan

Mimó és Csipek újabb kalandokra hívja a gyerekeket

sokszínűség című programunkon itt, a Kiscelli parkerdőben” – mondta Szűcs Krisztina, a Bábózd Zöldre Egyesület elnöke köszöntőjében. Az egyesület nyitott bábos meseösvény-vezetési programokat is szervez, amelyekre szeretettel várják az érdeklődő családokat. Az állomások az Európai Unió Kohéziós Alapjának támogatásával, a KE-HOP-1.2.1-18-2018-00026 Nézünk szembe a klímaváltozással! Lakossági szemléletformálás Óbuda-Békásmegyeren pályázat keretein belül valósultak meg.

Felavatták Óbuda fáját

A Harrer iskola melletti ezüst hárs kapta a legtöbb szavazatot

Ünnepélyes keretek között helyezték el táblát Óbuda fája 2021 győztese mellett – egy gyönyörű ezüst hársnál –, a köszöntőbeszédet követően pedig az Óbudai Harrer Pál Általános Iskola diákjainak műsorát tekintették meg a jelenlévők.

Óbuda-Békásmegyér Önkormányzat hagyományteremtő szándékkal indította útjára az Óbuda fája választást – helyi szinten az országban elsőként. A legtöbb szavazatot a Harrer Általános Iskola melletti ezüst hárs gyűjtötte be. „Az önkormányzat törekvése a kerület további zöldítése,

A beérkezett lakossági javaslatok alapján a tíz legszebbet, legértékesebbet bocsátotta szavazásra a szakmai zsűri, amelynek tagja volt dr. Kerényi Nagy Viktor, Óbuda-Békásmegyér főkertésze is, aki beszédében kiemelte: „Amellett, hogy Óbuda fájának közös kiválasztása megtaníthat minket arra, hogy az összefogásnak milyen ereje lehet, azt is megmutatja, hogy igenis érdemes új utakon járni, példát mutatni, hiszen kezdeményezésünk máris követőre talált: elindult a Budapest fája program is.” Miután Burján Ferenc és dr. Kerényi-Nagy Viktor leleplezte az ezüst hárs mellé kihelyezett Óbuda fája 2021



fákkal, cserjékkel, virágokkal való beültetése a meglévő értékeink védelme mellett, de e célok mit sem érnek a harmadik kerületiek együttműködése, támogatása, közös akaratával nélkül – mondta Burján Ferenc környezetvédelemért felelős alpolgármester köszöntőjében. – Ezért öröm, hogy ez a gyönyörű ezüst hárs jelképezi az itt tanuló gyerekek és a környéken élő kerületi lakosok erős kötődését a természet védelméhez.”

táblát, a közeli Óbudai Harrer Pál Angol Nyelvet Emelt Szintű Oktató Általános Iskola növendékei műsorral köszöntötték az ünnepségen megjelenteket.

A győztes ezüst hárs körül az önkormányzat munkatársai az elmúlt hetekben a botlásveszélyes bazaltkockákat felszedték, a térkő helyére trágyázott termőföld került, gyöngykvaccsal szőrt burkolatot kapott, és hortenziákat, árnyékliliomokat ültettek el.



Számos betegség legyőzhető, ha idejében felismerik, ezért is érdemes kihasználni az ingyenes szűrővizsgálatokat, s nem lehet elégszer felhívni a figyelmet a különböző szűrések fontosságára. Dr. Budai András főorvossal, a Szent Margit Rendelőintézet ügyvezető igazgatójával az egészségnapok tapasztalatairól, a szakrendelőben megvalósult fejlesztésekről, az egészségügyi ellátás színvonalának növeléséről és a betegek felelősségteljes hozzáállásának fontosságáról is beszélgettünk.

■ Sokan voltak kíváncsiak az egészségi állapotukra a Szent Margit Rendelőintézet és az Óbudai Egészségfejlesztési Iroda által közösen szervezett őszi egészségnapon. Milyen tanulságokkal szolgálnak az ingyenes szűrővizsgálatok?

Több mint háromszáz kerületi lakos jött el a Vörösvári úti rendelőbe, ahol tizenegyféle ingyenes szűrést végeztek, tanácsadással egybekötve. Nem lehet elégszer felhívni a lakosság figyelmét a különböző szűréseknek a fontosságára. Sokan attól félve nem mennek orvoshoz, hátha találnak valamit, inkább homokba dugják a fejüket. Holott pontosan azért vannak a szűrések, hogy ha találnak valamit, akkor arra felhívják a figyelmet, gyógykezelésre irányítják, illetve ki tudják zárni az esetleges betegségek jelenlétét. Ha csak akkor fordulnak orvoshoz, amikor már éreznek valamit, amikor valamilyen tünet jelentkezik, akkor sajnos általában már

betegségnél érez valamit az ember, már van valamilyen tünete, az általában már túlhaladott, hiszen panaszt okoz. Az egyik leggyakoribb betegség a vastagbélrák Magyarországon, évente több mint 11 ezer betegnél fedezik fel, és a nagy részük túlhaladott. Pedig a vastagbélrák esetében 12-15 év telik el addig, amíg áttétet ad. Ennyi idő alatt nagyon jól meg lehet „fogni”, és megfelelően lehet kezelni.

■ Hogyan érintették a szakrendelőt a járvány előző hullámai?

Míg 2019-ben naponta átlagosan 2000–2200 beteget láttunk el, a múlt évben, a pandémia alatt csak 300–500 beteget, és még most is érezhető a csökkenés a két évvel ezelőtti betegforgalomhoz képest. A krónikus betegek többsége telefonon is fel tudja írni a recepteket, így nem feltétlenül kell személyesen megjelenniük a rendelésen. Egyes szakterületeken jól működnek a telefonos konzultációk, a páciensek egy részét ily módon is ki lehet szűrni, illetve más szakrendelésre irányítani. De természetesen minden betegnél történhet olyan változás, amit ő nem vesz észre, ezért szükségesek az időnkénti felülvizsgálatok, a személyes orvos-beteg találkozások. Előfordul az is, hogy egy-egy beteg már kész „diagnózissal” érkezik, mert elhiszi, amit valamilyen kétes hitelességű internetes oldalon olvasott, és olykor igen csak nehéz meggyőzni az ellenkezőjéről.

■ Milyen fontosabb fejlesztések valósultak meg az elmúlt években az intézményben?

késző. Ez leginkább a daganatos betegségekre érvényes, amelyeket már igen hamar ki lehet mutatni szűrésekkel, és nagy részüket kezelni, meggyógyítani is lehet. Mire a daganatos

Az Egészséges Budapest Program keretén belül elkezdődött a Csobánka téri rendelő felújítása, energetikai korszerűsítése, ezen felül mindhárom telephelyünkön, összességében csak



nem 400 millió forintból sikerült beszerezni új műszereket, eszközöket, amelyek segítségével magasabb szintű betegellátást

szintre lehetetlen orvost találni, mert átmentek a magánszférába, ahol ötször-tízszer annyit kereshetnek, mint egy szakren-

delőben. A szakdolgozókat általában úgy próbálja meg felvenni az ápolási igazgató, hogy több szakterületen is legyen tapasztalatuk, és tudják helyettesíteni egymást a különböző osztályokon. A betegellátás színvonalá-

A várólisták csökkentéséhez nélkülözhetetlen a betegek felelősségteljes hozzáállása

tudunk biztosítani. A Vörösvári úton és a Csobánka téren is új ultrahang-készülékert kapott a kardiológia, a röntgen, az urológia és a nőgyógyászat. Új endoszkópos tornyot szerezettünk be a gasztroenterológiára, új berendezések érkeztek a fizioterápiára, és rövidesen új fogászati széket kap a szájszészet. A napokban érkezik a szemészetre egy OTC – optikai koherencia tomográfias – készülék, amely igen nagy segítséget lesz a gyors diagnózisok felállításában, a betegeket nem kell más intézményekbe küldeni. De nincs olyan osztály, amelyik nem kapott volna valamilyen, a holnap színvonalát mutató készüléket.

■ Miként próbálják meg növelni a betegellátás színvonalát?

Gyakorlatilag folyamatosan próbálunk orvosokat és asszisztenseket felvenni azokra az osztályokra, ahol kevés van belőlük. Ez rendkívül nehéz feladat, hiszen bizonyos orvosok eleve a hét minden munkanapján más-más intézményben dolgoznak. Egyes szakterületeken pedig

nak növeléséhez természetesen nélkülözhetetlen az egészségügyi műszerpark folyamatos fejlesztése. Egyik alapelvünk, hogy amennyire csak lehet, végleges ellátást kapjanak a betegek a szakrendelőben, és csak azok kerüljenek kórházba, akiket ott kell ellátni. Nem szükséges például azért befeküdni két héttig, hogy beállítsák a vércukorszintet, amit egy diabetológiai rendelésen is be lehet állítani. Azokat kell csak kórházba küldeni, akiknek annyira ingadozik a vércukorszintjük, hogy speciális vizsgálatok szükségesek a beállításához.



■ Az egyes szakrendeléseken nőtt vagy csökkent az előjegyzési, várakozási idő a vizsgálatokra az elmúlt időszakban?

Honlapunkon van lehetőség előjegyzésre, szakterületenként változóan általában egy-három hónappal előre tudnak időpontot foglalni a rendelésekre a lakosok. Ez mindig attól függ, hogy az egyes szakrendeléseken mennyi idő alatt tud ellátni az orvos egy beteget óránként, ezért más-más az előjegyzési szám. Bizonyos rendeléseken 10-15 perc alatt el lehet végezni a vizsgálatokat, de akad olyan is, ahol akár 50 percre is tarthat. Egy szakrendelésen egy óra alatt átlagosan négy előjegyzett beteget tudnak fogadni, s mellettük időt kell hagyni azokra a betegekre is, akik soron kívüli, gyors ellátásra szorulnak. Nagyon fontos felhívni a figyelmet arra, hogy ha lefoglalnak maguknak egy időpontot, akkor lehetőleg jelenjenek is meg a szakrendelőben. Ha valamilyen oknál fogva mégsem tudnak eljönni, akkor mindenképpen jelezzék azt telefonon vagy a honlapon az előjegyzés lemondásánál, így lehetősége nyílik más betegek jelentkezni. Múlt héten például volt olyan nap, hogy az előjegyzett 515 betegből 168-an nem jelentek meg. Ez nagyon magas szám, ők ilyenkor másoknak az idejét foglalják el. A várólisták csökkentéséhez nélkülözhetetlen a betegek felelősségteljes hozzáállása.

ÉLETMENTŐ SZÜRŐVIZSGÁLATOK

Interjú dr. Budai András főorvossal, a Szent Margit Rendelőintézet ügyvezető igazgatójával

Akadálymentesítéssel, közösségteremtéssel a látássérültekért

Bővülő együttműködés a vakok és gyengélátók regionális egyesületével



mányzat esélyegyenlőségi referensétől. – Így a 2021 nyarán hatályba lépett megállapodás már tartalmazza a szemléletformáló és szociális támogató szolgáltatásokban, valamint a foglalkoztatás elősegítésében való együttműködést is a meglévő terület mellett.”

Rendszeresen szerveznek klubnapokat, kirándulásokat, kulturális programokat

Az egészségügyi járóbeteget-ellátó intézmények akadálymentesítése fokozatosan zajlik. A Vörösvári úti rendelőintézet tekinthető látássérült szempontból is akadálymentesnek, mivel itt Braille-feliratok is segítik a tájékozódást. Emellett a kerületben kialakított több szabadidős sportparkban, kilenc helyszínen lehet akadálymentesen hódolni a szabadidős és sporttevékenységeknek. Érdeemes megemlíteni, hogy korábban elkészült a kerület akadálymentesen használható járdáinak térképe is, amely fokozatosan bővül újabb területek bekapcsolásával.

Változatos szabadidős elfoglaltságok

„A Vakok és Gyengélátók Közép-Magyarországi Regionális Egyesületével korábban kezdődött az együttműködésnek köszönhetően többek között folyamatosan kerületi közösségi klubban találkoznak az Óbuda-Békásmegyeren élő látássérültek, és havi rendszerességgel klubnapokat tartanak a Békásmegyeri Közösségi Házban” – mondja Vasné Pintér Teréz, az egyesület kerületi közösségi civil szervezője. A klubnapokon változatos témakörben, érdekes előadásokon vehetnek részt a tagok. A látássérültek nemzetközi napját pedig minden évben megünneplik, így

a mostani, október 15-i rendezvényen például a fehér bot történetét idézték fel.

A harmadik kerületi látássérült-közösség számos szabadidős elfoglaltságot is szervez. Kirándulások mellett színházlátogatás, részvétel zenei és irodalmi előadásokon is szerepel a programok között. Vasné Pintér Teréz vallja, a harmadik kerületben élő látássérültek ezeken az alkalmon is megélhetik, hogy a közösség-

hez tartozásnak életet átformáló ereje lehet. És amikor a járványhelyzet miatt nem találkozhattak személyesen, online klubnapokat rendeztek, így tartva egymással a kapcsolatot.

Fókuszban a szemészet tudománya

Óbuda-Békásmegyeri Önkormányzat szervezőként vett részt az idei, XVIII. Óbudai Orvosnap és Egészségügyi Szakdolgozók XIV. Tudományos Napja megrendezésében, melyen a szemészet tudománya volt fókuszban. Több mint kétszáz, gyógyítással foglalkozó szakember látogatott el az Óbudai Társaskörben megtartott tudományos rendezvényre, melyet dr. Budai András, a Szent Margit Rendelőintézet ügyvezető igazgatója nyitott meg, és tolmácsolta dr. Kiss László polgármester, a kongresszus védnökének üzenetét is. Az akkreditált szakmai napon dr. Thomka György főorvosnak köszönhetően tizenkét kiváló előadó fogadta el a felkérést. A tudományos nap tematikája számos, a szakma érdeklődésére számot tartó kérdést járt körül, köztük a fejfájás szemészeti okait, az időskori makuladegenerációt, a betegoktatást és a felvilágosítás szerepét a szemészeti asszisztensi munkában.

A fehér bot nemzetközi napjának célja, hogy a közvélemény figyelmét felhívja látássérült társaink sajátos helyzetére. Óbuda-Békásmegyeri Önkormányzat több fejlesztéssel is támogatja, hogy számukra is hozzáférhetővé váljanak kerületünk szolgáltatásai az élet minél több területén.

Szemléletformálás, Braille-feliratok

A Vakok és Gyengélátók Közép-Magyarországi Regionális Egyesületével korábban kezdődött az együttműködés a helyi látássérült közösség megteremtése, támogatása érdekében azal, hogy az önkormányzat kulturális központjában lehetőséget biztosítottak a közösségi klubfoglalkozások megtartására.

„Mind a jelenlegi önkormányzat, mind az egyesület vezetése úgy gondolta, hogy érdemes folytatni a megkezdett közös munkát, sőt ki is bővíteni – tudtuk meg Pál Zsolttól, Óbuda-Békásmegyeri Önkor-

A látássérültek nemzetközi napja alkalmából összegyűjtöttük, hogy Óbuda-Békásmegyeri Önkormányzat milyen eszközökkel igyekszik segíteni a kerületben élő és közlekedő érintett társaink mindennapjait.

„MINDIG OTTHONRA LELHETÜNK ITT LÉLEKBEN”

Újjáépült a békásmegyeri Ófalui Szűz Mária-kegyhely

A Krottendorf Német Hagymányörző Egyesület kezdeményezésére, a kerületi önkormányzat támogatásának is köszönhetően újjáépült az Óbor utcai Szűz Mária-kegyhely, amelyet Szili András plébániai kormányzó áldott meg.

„Békásmegyeri Ófaluban, az Óbor utcában álló egykori Szűz Mária-kápolna, kegyhely elődjéről sajnos sem írásos, sem képi dokumentum nem maradt ránk. A békásmegyeri hívők közössége azonban megőrizte emlékezetében, így azokat felidézve újjáépíthetett,



és ma itt állhatunk előtte” – mondta Csics Edit, a Krottendorf Német Hagymányörző Egyesület elnöke köszöntőjében.

A békásmegyeri szakrális emlékek többségének keletkezése a 18. század közepén betelepített sváb népességhez köthető. Így a hagyományörző egyesület hivatásának tekintette, hogy utánajárjon az 1980-as években, a közeli építkezések során elbontott kegyhely sorsának, és keresse a lehetőségeket, a támogatókat a helyreállításra. „Közös felelősségünk, hogy milyen jövőt építünk gyermekeinknek, hogy milyen kultúrát hagyunk rájuk, olyat-e, amely őrzi, ápolja és becsben tartja hagyományait – hangsúlyozta dr. Kiss László, Óbuda-Békásmegyeri polgármestere köszöntőbeszédében. – Így nagyon fontosnak tarjuk, hogy önkormányzatunk minden kezdeményezést, amely ezt a törekvést szolgálja, lehetőségeinkhez mérten támogasson. Tudom, sokan sokféle feladatot vállalva dolgoztak azon, hogy a kegyhely ismét méltó módon állhasson itt, köszönöm mindannyiuk munkáját.”



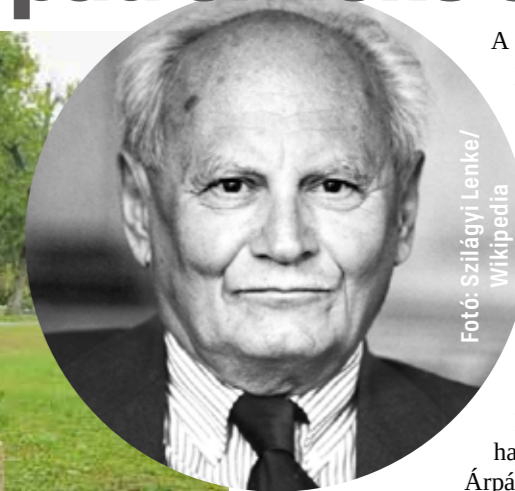
Fotók: Paskó Zsolt

A Szűz Mária-kegyhelyet Szili András, a békásmegyeri Ófalui Szent József-plébánia plébániai kormányzója áldotta meg, aki az egyházi szertartás mellett személyes szavakkal is üdvözölte az áldásra érkező vendégeket: „Amikor idelátogatunk a kiskápolnához, és megpihenünk, tekinthetjük ezt aprócska zarándoklatnak is, amelynek a végén mindig otthonra lelhetünk itt lélekből. Olyan lehet ez a hazatérés, mintha édesanyánkhoz érkeznénk, akinél mindig szeretet és megnyugvás vár ránk.”

Főhajtás Göncz Árpád emléke előtt



„Világéletemben, pártban és párton kívül, a nemzet függetlenségét, a szabad gondolatot, a szabad szót, a szabad hazában a szabad hit gondolatát, a társadalmi igazság emberi jogokban kiteljesedő, megkülönböztetést és kirekesztést el nem ismerő védelmét szolgáltam.” Gulyás András idézte Göncz Árpád 1990. augusztus 3-i beszédét, amelyet abból az alkalomból tartott, hogy a Magyar Köztársaság elnökévé választották.



Fotó: Szilágyi Lenke/Wikipedia

A Göncz Árpád Alapítvány képviselője a köztársasági elnök egykori harmadik kerületi Bécsi úti otthona előtti megemlékezésen köszöntötte a résztvevőket. 2015 óta minden évben október 6-án, halálának évfordulóján hajtunk fejet Göncz Árpád író, műfordító, politikus emléke előtt. Ebben az évben Gulyás András beszéde után Jordán Tamás, a nemzet színésze előadásában József Attila Tanítások című versét és Borbély Mihály klarinétművész muzsikáját hallgathatták meg a megemlékezők. Dr.

Kiss László polgármester és Burján Ferenc alpolgármester Óbuda-Békásmegyeri Önkormányzat nevében helyezték el a tisztelet koszorút az emléktáblánál. Majd a résztvevők az Óbudai Egyetem parkjában álló mellszobornál szintén fejet hajtottak. A megemlékezés szűkebb körben, az Óbudai temetőben Göncz Árpád és felesége, született Göntér Zsuzsanna sírjánál fejeződött be.



ÓBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT
1032 Budapest, San Marco u. 81.
Tel.: 388-2373,
www.kulturkozpont.hu
instagram: @kulturkozpont

Október 22. péntek 19.00 Irodalmi kávéház – Nemcsák Károly
Október 24. vasárnap 10.00 Szabad a tánc! – Táncház a Göncöl Néptáncgyűjtéssel (Ingyenes.)
Október 24. vasárnap 17.00 Sirtos görög táncház
Október 27. szerda 10.00 Dúdolj! Ringass! Táncolj! – családi foglalkozás
Október 27. szerda 18.00 Életünk-egészségünk előadássorozat – Az önismerettől a jellemig (Ingyenes.)
Október 28. csütörtök 19.00 Amikor a tudomány is csütörtököt mond
Október 30. szombat 19.00 Miro Gavran: A baba
Október 31. vasárnap 17.00 Sirtos görög táncház
November 4. csütörtök 19.00 Amikor a tudomány is csütörtököt mond
November 5. péntek 18.00 FISE – Fiala Iparművészek Stúdiója Egyesület textil-kiállítása (Ingyenes.)
November 5. péntek 20.00 Casablanca táncláz
November 6. szombat 19.00 Musical gála
A legismertebb musicalek részletei hangzanak el Miller Zoltán, Egyházi Géza, és Szabó P. Szilveszter közreműködésével.
Műsoridő: 2x45 perc egy szünettel. Jegyár: 4800 Ft, 4000 Ft



November 6. szombat 9.00 Babaruhabörze
November 7. vasárnap 9.00 Ásványbörze és bonsai-kiállítás



BÉKÁSMEGYERI KÖZÖSSÉGI HÁZ
1039 Budapest, Csobánka tér 5.
Tel.: 243-2432,
www.kulturkozpont.hu
instagram: bekasikozhaz

Október 22. péntek 16.30 Aprók tánca a Kolompos Együttessel
Október 27. szerda 18.00 Békási mozi esték – Valan – Az angyalok völgye
Október 29. péntek 17.00 Színházi kulisszák mögött – Fővárosi színházak története (Ingyenes.)
Október 30. szombat 11.00 Szombati meseszínház – Boribon kirándul – Nefelejcs Bábszínház
Boribon számocát keres a réten. Szamóca helyett furcsa dolgokat talál: cipőket, inget, kalapot, és egy igazi jóbarátot. Marék Veronika Boribon és Annipanni, valamint Boribon kirándul könyvei alapján készült vidám, zenés bábelőadás.
Óvodás korosztálynak ajánlott. Műsoridő: 60 perc. Jegyár: 1200 Ft



CSILLAGHEGYI KÖZÖSSÉGI HÁZ
1039 Budapest, Mátyás király út 11-15.
Tel.: 240-0752,
www.kulturkozpont.hu
instagram: @kulturkozpont

Október 22. péntek 9.15 és 10.30 Dúdolj! Ringass! Táncolj!
Október 22. péntek 17.30 Szabad a tánc! (Ingyenes.)
November 5. péntek 9.15 és 10.30 Dúdolj! Ringass! Táncolj!
November 6. szombat 10.00 Mesés hétfvégék – (Ingyenes.)
November 5. péntek 18.00 A Rák Béla Combo – Lemezbemutató koncert
Egy izgalmas zenei kalandozásra invitáljuk Önöket ezen az estén: a műsorban a kelet- európai, népies elemek keverednek a nyugati, dzsesszes, illetve a kortárs, modern hangzásokkal. A zenekar tagjai: Rák Béla – gitár, ének, Kabolty András – basszusgitár, és Szikora Balázs – dobok. A produkció a „Köszönjük Magyarországnak!” program keretében valósul meg. A belépés ingyenes.



3K
1033 Budapest, Pethe Ferenc tér 2.
Tel.: 247-3604,
www.kulturkozpont.hu
instagram: 3k_kulturkozpont



Október 29. péntek 17.00 Halloween-i kézműves foglalkozás
November 6. szombat 17.00 Kései találkozás
A nő: Molnár Pirocska
A férfi: Jordán Tamás
Írta: Alekszej Nikolaevich Arbuzov, rendező: Sándor Pál
A Rózsavölgyi Szalon előadása. Az előadást 12 éven felüli nézőinknek ajánljuk! Jegyár: 3700 Ft



GOLDBERGER TEXTILIPARI GYŰJTEMÉNY
1036 Budapest, Lajos utca 136-138.
tel.: 1/250-1020
www.textilmuzeum.hu

2021. október 22., péntek 16.00-17.00 A titokzatos lyukkártya: Jacquard – Tárlatvezetés
A múzeum Jacquard-terme ez alkalommal szakmai tárlatvezetéssel kerül bemutatásra, melynek során feltárul a szövött, mintás textil rejtélye, a figurális kárpit- és szőnyegalkotás műhelytitka és világossá válik egy középkori típusú tervező- és szövőműhely működése is. Ingyenes, védettségi igazolványt kérünk. Regisztráció: programok@obudaimuzeum.hu
2021. november 5., péntek 16.00-17.00 A KÉK POR története, avagy mivel kékítettek elődeink? – Tárlatvezetés és ásványbemutató
A specifikus, festékekre fókuszáló program során kék ásványokkal, pigmentporokkal és festékekkel ismerkedünk, valamint találkozunk a multifunkcionális felhasználású indigóval, amely évezredek óta a kék színű textilek (kékfestők) és táblaképek, falfreskók festékanyaga. Ingyenes, védettségi igazolványt kérünk. Regisztráció: programok@obudaimuzeum.hu



ÓBUDAI MÚZEUM
1033 Budapest, Fő tér 1.
(bejárat a Szentlélek tér felől)
Tel: 1/250-1020
www.obudaimuzeum.hu

2021. október 30-31., szombat-vasárnap 10.00-18.00 Óbudai csillagutazás – Önállóan használható óriás társasjáték
Üstökösökön, csillagokon lépdelve oldd meg a feladatokat, juss el Nyuszival a Holdra és hozzátok le a saját Egérkének! De vigyázz, a világűr számtalan veszélyt tartogat!
Az egész kiállítást lefedő társasjátékban a gyerekek a bábuk, akik egy felszerelt felfedező táska és Holdnapló segítségével vághatnak neki a kalandnak. Jutalmuk pedig nem csupán Egérke boldogsága, hanem a játék főszereplőit ábrázoló matrica!
A felszerelt táska és a Holdnapló, a játék végén pedig az ajándék a recepción vehető át. A játék belépőjegy váltása mellett ingyenesen használható. III. kerületi lakosoknak a belépés is díjmentes. Védettségi igazolványra nincs szükség.



2021. november 4., csütörtök 11.00-12.00 Pincetúra, kicsit másképp – Tárlatvezetés
Földfelszín alá vezető programunk során látogatóink nem csupán az egykori Szűz Mária és Szent Péter templom történetét ismerhetik meg, hanem a 11-14. században Óbudán működő királyi, királynői központot és Piast (Lokietek) Erzsébet királyné mecénási tevékenységét is. Ingyenes, védettségi igazolványt kérünk. Regisztráció: programok@obudaimuzeum.hu



ESERNYŐS ÓBUDAI KULTURÁLIS ÉS SPORT NONPROFIT KFT.
1033 Budapest, Fő tér 2.
Tel: +36 30/883-1953 | +36 30/546 1651
www.esernyos.hu
www.facebook.hu/esernyos

Kedves Vendégeink! Programjainkról és aktuális információinkról a www.esernyos.hu és a facebook.com/esernyos oldalon tájékozódhatnak!
Frenk akusztikus koncertje
2021. október 22., péntek – 19.00 óra
Frenk a Hiperkarma tagjaként tűnt fel, de emellett több formációban is játszott, valamint a kezdetektől fogva a Budapest Bár oszlopos tagja. Nagyvárosi éjszakák, David Bowie, Zappa, Elvis, korábbi saját dalok és feldolgozások is szerepelnek a koncert repertoárján.
Helyszín: Szindbád rendezvényter
Irodalmi-Pszichológiai beszélgetés sorozat – Jakobovits Kitti
2021. október 27., szerda – 19.00 óra
Mi az az irodalomterápia és mi nem az? Mit kezd a pszichológus a szövegekkel, és hogyan lehet terápiás az olvasás? Jakobovits Kittivel beszélgetünk arról, miről is szól az irodalom és a pszichológia kapcsolata, hogyan gondolkozhatunk pszichológusszemmel a könyvekről, és persze magáról az Irodalomterápia című könyvről. Jakobovits Kitti pszichológus és irodalomterapeuta tanulmányait az Eötvös Loránd Tudományegyetem Pszichológia szakán és a Pécsi Tudományegyetem Biblioterapeuta szakirányú továbbképzésén végezte.

LÁMPÁSOK BIRODALMA – kiállítás
Értelmi fogyatékosokkal élő művészek alkotásai az Esernyősben
A Lámpás'92 Közhatalmú Alapítvány képzőművészeti programja két évtizede biztosít lehetőséget az ország és Kárpát-medence számos pontján élő tehetséges értelmi sérült felnőtteknek, hogy a képzőművészeti eszközeikkel kifejezhessék gondolataikat, érzéseiket.
A kiállítás 2021. november 19-ig tekinthető meg az Esernyős Galériában.
Lámpások Birodalma Szakmai nap- Képzőművészettel a fogyatékosokkal élő tehetségekért
2021. október 28. 16:00-18:00
Az Alapítvány értelmi fogyatékosokkal élő alkotóinak prezentációja
1. Képzőművészet az életben
2. Beszélő vásznak
Kerekasztal beszélgetés a Szervezet 20 éves képzőművészeti programjáról, annak hatásairól.
Közös művészeti alkotás
Esernyős mozi – Rosa esküvője
2021. november 4., csütörtök – 19:00 óra
Rosa nemsokára 45 éves lesz, és rájön, hogy eddig egész életét csak mások szolgálatának szentelte. Elhatározza, hogy mindezt maga mögött hagyja, a kezébe veszi az életét, és valóra váltja régi álmait.





MAGYAR KERESKEDELMİ ÉS VENDÉGLÁTÓIPARI MÚZEUM
11036 Budapest, Korona tér 1. +36 1 375 6249
mkvm@iif.hu, www.mkvm.hu
www.facebook.com/mkvmuzeum
Nyitva: keddtől vasárnapig, 10.00-18.00

IDŐSZAKI KIÁLLÍTÁSOK
Mi fán terem az ördöglakat?
Fiume – Kapu a nagyvilágra
PROGRAMOK

2021. október 26., 19:00 Borvirág Borklub – borkóstoló
Múzeumunkba várjuk havonta egy alkalommal a bort kedvelő és élményre szomjázó barátainkat! Az esték során egy-egy pincészet mutatkozik be. Bepillantathatunk a műhelytitkokba, megkóstolhatjuk a borokat, melyeket maga a borász mutat be nekünk.
Belépő: 2.500 Ft, regisztráció: bacchus.studio@gmail.com; 30/954-9147
2021. október 27., 18:00 Kotyogós – Fehéren-feketén a feketéről
Saly Noémi ismét a vendégünk lesz, és arról faggatjuk majd, hogy hogyan ittuk régen és isszuk ma a kávé nagyobb vagy kisebb közösségekben, vagy éppen otthon, a zárt ajtók mögött.
Belépő: 1.500 Ft, regisztráció: mkvmuzeum@gmail.com
2021. október 29., 18:00 Krúdy asztalánál
Káli Ildikó szakíró, sommelierral és válogatott borokkal
Az úriember, akinek szőlővirág szaga volt (1932) novella
A rendezvénysorozaton „Szindbáddal” utazunk és kóstoljuk meg az író életét.
A belépés díjtalan, regisztráció: info@osszefogasobudaert.hu



TÉRSZÍNHÁZ
1033 Bp. Fő tér 1. Zichy-kastély,
www.terszinhasz.hu; fb.com/Terszinhasz;
fb.com/magorbuc

Október 20. szerda 19.00 Hungaricus Együttes: Régi magyar táncok
-Válogatás a magyar zenei hagyomány 18. századi örökségéből
Jánosi András – hegedű, Apró Anna – kobo, ének, Kaczor Dorottya – ének, citera, harmónium
Október 22. péntek 19.00 "Engedj sírnom"
- barokk kamarazene historikus előadásban és a régi magyar irodalom gyöngyszemei.
A 2021-ben alakult Térszínház – Hang(s)zó Zenei Műhely estje
Október 30. szombat 19.00 Est-éj
- megidézzük az "este" és "éjszaka" arcait: elhangoznak a két legmisztikusabb napszak tárgykörében fogant versek és zeneművek.
A Térszínház Hang(s)zó Zene Műhely Est-éj c. előadása kísérletet tesz arra, hogy felfedezze a színház-, és zeneművészet együtthatóságában rejlő, rítusteremtő lehetőségeket.
November 5. péntek 14.00 Weöres Sándor műve nyomán: A holdbéli csónakos – kalandos játék
November 6. szombat 14.30 Weöres Sándor műve nyomán: A holdbéli csónakos – kalandos játék – Családi hétvége
Jegyrendelés: e-mail: terszinhasz@gmail.com, Szamosvári Gyöngyvér mobil: +36-30-391-9765



ÓBUDAI TÁRSASKÖR
1036 Budapest, Kiskorona u. 7.
Tel.: 06 1 250 0288, web: obudaitarsaskor.hu
Nyitva: Hétőznap 9.00-18.00

November 6. 19.00
Casanova /avagy zuhanás a mindenségbe/
bábkomédia 1 részben – az egri Harlekin Bábszínház vendéggjátéka
Báb- és dizlettervező: Csonka Erzsébet
Írta és rendezte: Éry-Kovács András
„Egy különös, furcsa, titokzatos bábfigurának képzeltem el Casanovát, mivel az egész Casanova-jelenség olyan, mintha valaki önmagából és a körülötte lévő személyekből bábfigurákat képezne, azaz mintha a báblétezés lenne a tökéletes emberi megjelenésük. Casanova az a vérbő férfialkat, aki önmaga viszonyában főleg bábfiguraként létezik, a kapcsolatai során is mindenkit bábfiguraként kezel. Casanova körül minden létező az ő szeszélyének, érzelmi váltakozásainak és szenvedélyes szerelmi bűvöletének bábfigurája.
Ám ez csak akkor érdekes és akkor válik igazán megjeleníthetővé, ha a konkrét szereplő a saját viselkedésének parodisztikus elemeit mutatja a felszínen. Így vesznek részt a darabbeli figurák komikus, olykor tragikomikus helyzetekben, számos karakterelemből, azaz magatartásmutatókból összerakva és gesztusaikat felnagyítva a színpadi események láncolatában. Lényegét tekintve a szerelmi identitásnak egy nagyon mélyről fakadó lélektani útvesztőiben vergődnek a szereplők, akik Casanova játékszerként, a saját vágyaikon keresztül élnek meg szerelmi identitás zavarainak konfliktusait.” Éry-Kovács András / író, rendező /
Az előadást végig kíséri Vivaldi: Farnace című operájának dallamvilága. 18 éven felülieknek!



**LEGYEN A VENDÉGÜNK
A VIRTUÁLIS TÉRBEN IS!**



OBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT
MINDENHOL OTT VAGYUNK!



ÓBUDAI DANUBIA ZENEKAR

2021. október 26. 19.30
TABAKOVA/BACH/MAZZOLI/PROKOFJEV
Vezényel és brácsázik: Maxim Rysanov
Ez most válasz a brácsás viccekre: egyrészt tényleg hangszer, másrészt a brácsás is lehet komoly figura. Például karmesterként is lehet kiváló. A kérdés: mennyire modern a „modern”, és mennyire klasszikus a régi? Szívek és szímfóniák meccselnek háromszáz fényév távolságból.



2021. november 5-6. 19.00
Mozart és a kaméleonok
Karmester és házigazda: Hámosi Máté
Nehéz azt megfogni, mi is olyan mozartos Mozartban, de van valami, ami azért visszatükröződik néhány utód habitusában, meg munkához való hozzáállásában az amadeusból. Talán a játék? Az jó közelítés lehet. Ugyanakkor nagyon profi, csak felkérésre dolgozó és az érzékenységet szinte agresszíven rejtegető habitus ez – számomra Stravinsky is kicsit ez a tészta.
2021. november 6. 10.30
FEHÉRLÓFIA
Zene: Dobszay-Meskó Ilona, Szöveg: Tarr Ferenc
Közreműködik: Lukácsné Győző
Karmester: Dobszay-Meskó Ilona
Dobszay-Meskó Ilona kortárs zeneszerző és Tarr Ferenc szövegíró modern hangzású zenejátékot készített ebből a csodálatos meséből, amelyben a mesélő szerepét Lukácsné Győző tölti be. Adaptációjuk célja egyrészt a mai ember és különösen a fiatalok számára is érthetővé tenni a mese által bemutatott örök értékeket, másrészt bevezetni a legfiatalabbakat is a klasszikus zene és a koncertterem világába.



ÓBUDAI PLATÁN KÖNYVTÁR
1031 Budapest, Arató Emil tér 1.
(bejárat a Kadosa utcáról)
Tel.: 439-0936 (hívható nyitvatartási időben)
e-mail: platan@kszki.obuda.hu
www.platankonyvtar.hu
Nyitvatartás: hétfő: zárva, kedd: 12-19, szerda: 9-15, csütörtök: 9-15, péntek: 12-19, szombat: kéthetente 9-13 2021-ben nyitva tartó szombatok: 09. 11., 09. 25., 10. 09., 11. 06., 11. 20., 12. 04., 12. 18.

Szítanyomott koncertplakátok – 2021. október 20 – 2022. január 31-ig
Nagy László tervezőgrafikus posztteréből nyíló kiállítás a könyvtár nyitvatartási idejében látogatható.
Halloween-i Móka Műhely Milner Angéla kézműves foglalkozásvezetővel – 2021. október 26. 17.00-18.00
Készítsd el egyedí halloween-i dekorációt kreatív családi műhelyünkben! Mire számíthattok? Papírból készült rémisztő denevérekre, pókokra, dekorációs tökökre és még sok más ijesztő figurára. Az elkészítésben Milner Angéla foglalkozásvezető segít. Az alapanyagokat biztosítjuk, magaddal csak a jó kedved hozd! Ajánlott korosztály: 5-8 éves korig.
A programok ingyenesek.



EZÜSTHEGYI KÖNYVTÁR
1038 Budapest, Ezüsthegy utca 16.
(bejárat a Rózsadomb utca felől)
Tel.: 454-0826 (hívható nyitvatartási időben)
e-mail: platanf@kszki.obuda.hu
www.platankonyvtar.hu/fiokkonyvtar/
Nyitvatartás: hétfő: zárva, kedd: 9-14, szerda: 11-19, csütörtök: 9-14, péntek: 11-19, szombat (kéthetente): 9-13 2021-ben nyitva tartó szombatok: 09. 04., 09. 18., 10. 02., 10. 16., 10. 30., 11. 13., 11. 27., 12. 11.

Társasjáték klub – 2021. október 29. 17.00
Csatlakozz hozzánk egy közös élményre és fedezzük fel együtt a játékok izgalmas világát! Várjuk a kikapcsolódásra és szórakozásra vágyó, játékos kedvű érdeklődőket, felnőtteket, gyerekeket és családokat! Újra személyesen!
Diafilmvetítés – 2021. október 30. 10.00
Mesedél előtt a könyvtárban. A kismalac meg a farkasok, A három kismalac Piroška és a farkas, A kecskegidák és a farkasok, Péter és a farkas című diafilmeket vetítjük.
Őszi könyvvásár – 2021. november 3. 11.00-19.00
100 forintos egységáron használt, de jó állapotú könyveket kínálunk eladásra.
Titkos hozzávaló – receptbörze – 2021. november 5. 18.00
Ha először készíted, ha sokadszor és mégsem sikerül, vagy ha te vagy a bajnok.
Receptbörze az ismert és kevésbé ismert ételek, sütemények világából. Kötetlen beszélgetés sütés-főzésről. Tippek házi mesterszakácsoktól kezdőknek és haladóknak.
Hozd magaddal kedvenc receptjeidet és oszd meg velünk fortélyaidat!
Az első klubfoglalkozás témája: a linzer.
A programok ingyenesek.

Bach-hegedűszonáták a Társaskörben

Különleges kamarakonzertet ad október 28-án 19 órától G. Horváth László, a Prima Primissima díjas Anima Musicae Kamarazenekar művészeti ve-



Dinyés Soma

zetője és Dinyés Soma, a barokk zene, azon belül is J. S. Bach egyik legjelentősebb hazai ismerője az Óbudai Társaskör nagytermében. A két művész arra vállalkozik, hogy két estén – a következő alkalomra november 17-én kerül sor – eljátszák Bach mind a hat, hegedűre és obligát csembalóra írott szonátáját (BWV 1014–1019),

és betekintés adnak Bach lipcsei nappalijának repertoárjába, ahol az állandó muzikaszó az előbb említett műveken kívül minden bizonnyal tartalmazta a Wohltemperiertes Klavier Bach tanítványai által is kedvelt prelúdium és fűgáit és az ügyesebb hegedűsök által már eljátszható hegedű-szó-lószonátákat is. Összkiadást hallunk tehát, de belehelyezve



G. Horváth László

kora zenei közegébe. Ritka csemege ez minden kamaramuzsikát kedvelő hallgató számára!

„Táncolni is engedd lelkedet”



Minden hónap utolsó hétfőjén ingyenes hangversenyeket tartanak az óbudai-békásme gyeri Megbékélés Háza templomban (Királyok útja 297.). Október 25-én 19 órakor kezdődik Rákóczy Anna „Táncolni is engedd lelkedet” című fuvo-laestje. Rákóczy Anna fuvolaművész Johann Sebastian Bach eredetileg gordonkára írt szólószvitjeit írta át fuvolára. A koncertet interaktív bevezetés előzi meg a korabeli táncokról, Bach művészetéről, a fuvola történetéről, a hangszerre való átírat jellegzetességeiről. Bach zenéje a csodák kimeríthetetlen tárháza. Az előadás ezekből a csodákból tesz hallhatóvá jó néhányat. Jeney Zoltán Funghi (Gombák) című kompozíciója tisztelgés a nagyhatású, kortárs amerikai zeneszerző és gombaszakértő, John Cage előtt. De vajon mi köti össze a szigorú zenei szerkezeteket kedvelő Bachot és a véletlent zenévé formáló Cage-et azon túl, hogy mindkettőjük neve – C-A-G-E, B-A-C-H – kizárólag zenei hangokat tartalmaz? Ez is kiderül majd a hangverseny során.

Ösztöndíjpályázat felsőoktatási hallgatóknak

Budapest Főváros III. Kerület, Óbuda-Békásme gyeri Önkormányzat az Innovációs és Technológiai Minisztériummal együttműködve, nyílt pályázat keretében meghirdeti a Bursa Hungarica Felsőoktatási Önkormányzati Ösztöndíjpályázatot a felsőoktatási hallgatók számára a 2021/2022. tanév második és a 2022/2023. tanév első félévére vonatkozóan, illetve a felsőoktatási tanulmányokat kezdeni kívánó fiatalok számára. A felsőoktatási hallgatók számára a BURSA-2021 „A”, a felsőoktatási tanulmányokat kezdeni kívánó fiatalok számára pedig a BURSA-2021 „B” pályázat érhető el.

A Bursa Hungarica „A” típusú ösztöndíj pályázati feltételei (két tanulmányi félévre pályázható): állandó lakóhely a harmadik kerületi önkormányzat területén; hátrányos szociális helyzet; felsőoktatási hallgatói jogviszony igazolható megléte

(a pályázati kiírásban részletezett feltételeknek megfelelően). A pályázatbeadáshoz a Bursa Hungarica Elektronikus Pályázatkezelési és Együttműködési Rendszerében (EPER-Bursa rendszer) egyszerű pályázói regisztráció szükséges.

A pályázati űrlapot minden évben újra fel kell tölteni! A személyes és pályázati adatok ellenőrzését és feltöltését követően a pályázati űrlapot kinyomtatva és aláírva az önkormányzatnál kell benyújtaniuk a pályázóknak. A pályázat csak a pályázati kiírásban meghatározott csatolandó mellékletekkel együtt érvényes. A pályázati

OTTHONUNK
OBUDA
BÉKÁSMEGYER

kiírásban meghatározott valamely melléklet hiányában a pályázat formai hibásnak minősül.

A pályázatot 2021. november 5-ig lehet benyújtani Óbuda-Békásme gyeri Önkormányzat Ügyfélszolgálati Irodáján. A Harrer Pál utca 2. alatti Ügyfélszolgálati Iroda hétfőn 14 és 18 óra között, szerdán és pénteken 8 és 12 óra között, csütörtökön 12 és 18 óra között tart nyitva.

További információ az emet.gov.hu weboldalon található, illetve az önkormányzat Köznevelési és Kulturális Főosztályán, a 06-1-437-8614-es telefonszámon, Szathurné Ruszthi Nóránál kérhető. A további részletekről, illetve a Bursa Hungarica „B” típusú ösztöndíj pályázati feltételeiről és a pályázatok kötelező mellékleteiről az obuda.hu weboldalról letölthető pályázati kiírásban lehet tájékozódni.

ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER
ÖNKORMÁNYZAT

Lámpások birodalma

Fogyatékosággal élő művészek alkotásai az Esernyősben



Az Esernyős Galéria ad otthont annak a kiállításnak, amelyen a Lámpás '92 Közhasznú Alapítvány értelmi fogyatékosággal élő művészek alkotásait mutatja be. A magyar festészet napja alkalmából megnyílt tárlat november 19-ig tekinthető meg.

Az Esernyős Galériában, a Fő tér 2. szám alatt megnyílt Lámpások birodalma című kiállítás a L'Art 21 Kárpát-menedencei képzőművészeti programsorozat keretén belül valósul meg. A kezdeményezés két évtizede nyújt lehetőséget tehetséges, értelmi fogyatékosággal élő felnőttek művészeti képzésére. A program célja lehetőséget biztosítani arra, hogy a fogyatékosággal élők a művészet eszközeinek segítségével fejlessék ki érzelmeiket, gondolataikat. A Lámpás '92 Közhasznú Alapítvány a társadalmi elfogadás és a közös felelősségvállalás előremozdításának érdekében mutatja be fogyatékosággal élő társaink tehetségét, munkáját, életét. A művek bizonyítják, hogy ezek a tehetséges alkotók milyen érzékenységgel tudják bemutatni a mindnyájunkat foglalkoztató kérdéseket.

VIGYÁZAT, ILLÚZIÓ!

Orosz István jubileumi kiállítása az óbudai Selyemgombolyítóban

Orosz István Kossuth-, Munkácsy-, Balázs Béla-díjas grafikusművész 70. születésnapja alkalmából Látványgombolyító címmel nyílt kiállítás a művész plakátjaiból az óbudai Selyemgombolyítóban található Országút Galériában.



A Tovariscsi, konyec című rendszerváltó plakátjával világhírűvé vált grafikusművész ikonikus plakátjai összetevészhettek. Minden plakátja más és más, mégis összetartoznak: feltárják a kettős látványban rejlő lehetőségeket. Az Orosz István grafikai stílusára jellemző képi paradoxonokkal nemcsak művészek, hanem matematikusok sora is foglalkozott, és kölcsönösen termékenyítették meg tudós- és művész-társaik képzeletét, mintegy hídát képezve művészet és tudomány között. Az efféle képi paradoxonok nem csupán öncélú játékok: kiagyalt képek, pontosan célzó telitalálatok.

Az Országút Galériában megnyílt tárlatra válogatott művek az 1970-es években nagy reményekkel kecsgetető műfajnak,

Plakátjai feltárják a kettős látványban rejlő lehetőségeket

a „huszadik század művészetének” termékei, amelyek még most, a 21. század derekán is tudnak hatni, és olyan üzeneteket közvetítenek, amelyek messze túlmutatnak

a reklámozandó, „itt és most” aktualitás műfaján. Ahogyan Orosz István vallja: „A jól ki-eszelt és megrajzolt kép egy pillanat alatt képes megvilágítani olyan tartalmat is, amit leírni, elolvasni csak hosszú idő alatt lehetne.” A jubileumi kiállítás november elejéig tekinthető meg a Miklós tér 1. szám alatt. A belépés ingyenes, de védettségi igazolvány meglétéhez kötött.

KITÜNTETTÉK AZ ÓBUDAI POLGÁRŐRÖKET



Az Országos Polgárőr Szövetség (OPSZ) a Teve utcai Rendőrpalotában emlékezett meg az 1956-os forradalom és szabadságharc 65. évfordulójáról.

Az ünnepségen a Budapest III. Kerületi Polgárőr Egyesület megkapta az Év Polgárőr Egyesülete kitüntetését. Az OPSZ Elnöksége így ismertte el és köszönte meg az Óbudai Polgárőrség tagjainak a kiemelkedő szolgálati tevékenységét. Az OPSZ Elnöksége a Polgárőrség érdekében végzett munkája elismerésképpen a Kopácsi Sándor Polgárőr Érdemrendet adományozta az egyesület elnöke, Szücs János részére. Ez a kitüntetés a legrangosabb, amit polgárőr kaphat.

Befejeződött az idei hajósszolgálat

Tizenkét embert kellett kimenteni a Dunából

Október elsején befejeződött, és idén már nem száll vízre Óbuda-Békásmegyer Közterület-felügyelet és a BRFK Dunai Vízrendészet közös hajós járőrszolgálat. Bár a járványhelyzet miatt idén számos vízpartközeli fesztivál és rendezvény elmaradt, a járőröknek így is akadt elég feladatuk.

nyékén járőreinknek egyszer sem kellett intézkedniük vagy menteniük. Ezúton is szeretnénk köszönetet mondani mindazoknak, akik szabályosan és a biztonsági előírásokat betartva fürödtek a szabadstrandon. Vízbe fulladás és hajós baleset a III. kerület dunai szakaszán az idei szezonban sem történt.

ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER
KÖZTERÜLET-FELÜGYELET

Idén tizenkét embert kellett kimenteni a Dunából. A vízből mentett személyek nem igényeltek további orvosi ellátást. A járőrök továbbá kilenc műszaki mentést hajtottak végre. Ilyen esetekben a meghibásodott kisgéphajókat kellett kivontatni a helyi kikötőkbe. Három vízi rendezvény helyszínét biztosították el, valamint két éjszakai SUP-túránál segítettek járőreink. Tizenhét alkalommal figyelmeztettük a sportolókat, a kisgéphajó-vezetőket, hogy ügyeljenek a vízi közlekedés szabályainak a betartására, valamint a kötelező felszereléseket minden esetben vigyék magukkal. Ötven év után idén újranyitott a római-parti szabadstrand, ahol szervezett körülmények között, folyamatos vízminőség-ellenőrzés mellett, ingyen fürödhetnek az ide látogatók a Dunában. A strand kör-



Fotó: Paskó Zsolt

A vízi járőrszolgálat idei utolsó munkanapján Óbuda-Békásmegyer polgármestere elismerő oklevelet adott át Kiss László közterület-felügyelőnek, aki kilenc éve, a járőrszolgálat indulása óta teljesít szolgálatot a Dunán. Kiss László a hajós szolgálat során nyújtott példamutató és szakmailag kiemelkedő munkájáért részesült elismerésben és jutalomban.

FELKÉSZÜLÉS A TÉLRE

Eleséggel segíthetjük a városi kisállatokat

A közelgő tél nagy kihívást jelent a sünök és az itthon telelő madarak számára. Az ősz a gyűjtögetés, az energiaraktározás ideje számukra, hiszen akár 5-6 hónap élelemhiányos időszakot kell túlélniük. Az állatok és a természet iránti elkötelezettséget azzal is bizonyíthatjuk, hogy segítünk a télre készülő kisállatoknak.

A sünöknek a téli hibernációjuk előtt körülbelül 500 grammra kell a testtömegüket növelni, az énekesmadaraknak pedig egész télen szükségük van az emberi gondoskodásra. Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat már 2019 novemberében kialakította téli menedékhelyét

a Hadrianus utca és a Királyok útja kereszteződésénél található biztonságos, fás, erdős területen, ahol fa madáretetőket és a sünök téli szállásául szolgáló avarcupacokat helyeztek el. A program során kerületi iskolák vállalták, hogy a tanulók töltik majd fel folyamatosan madáreleséggel a kihelyezett etetőket, és vállalták a terület tisztán tartását. Dr. Kiss László polgármester idén az állatok világnapján személyesen is kilátogatott a helyszínre, hogy ott a madarakra ártalmatlan – nem hálós – madáreleséget, illetve a sünök téli táplálkozását segítő gyümölcsöket helyezzen el.



Szezonzárás a Dunán

Közel 400 versenyző vett részt az utánpótlás- maratonon



Fotó: kajakkenu sport.hu

Három esemény kapcsolódott össze október második hétvégéjén az UTE óbudai vízitelepén, ahol családias, baráti légkörben búcsúztatták a szezont. A hagyományos Népszerűsítő Maraton mellett megrendezték a Marathon Challenge idei utolsó fordulóját, az Ötpróba versenysorozat keretében pedig bárki vízre szállhatott a Budapest-átevezésen.

Minden évben a hazai utánpótlás-versenysorozat hagyományos zárása a Budapesti Kajak-kenu Szövetség szervezésében a Népszerűsítő Maraton az UTE Urányi-Fábián vízitelepén, a Tímár utcában. Az idei utánpótlás-maratonon 25 egyesület közel 400 versenyzője vett részt; a gyermek, kölyök, serdülő korosztályok öt, az ifik pedig tíz kilométeres távot teljesítettek. Az U23-as és a felnőtt versenyzőknek lebonyolították az idén először rendezett Marathon Challenge negyedik, egyben utolsó fordulóját is, a sorozat résztvevői is tíz kilométert teljesítettek az Óbudai-sziget melletti kiságban.

IFJÚ JUDOBAJNOKOK ÓBUDÁN



Október második hétvégéjén az egeri sportcsarnok adott otthont a diák A és B, illetve az ifjúsági B korosztály magyar judobajnokságának. Az Óbudán alapított Ledényi Judo Iskola versenyzői közül Gál Kristóf és Lantos Levente aranyérmes, Faller Botond és Molnár Flóra ezüstérmes, Pajerich Anna bronzérmes szerzett, az összesített pontversenyben 69 csapat közül a második helyen végzett a klub. Az ifjúsági B korosztályban Dobos Levente, Kollár Ágoston és Kollár Sebestyén aranyérmes, Stopp Patrik ezüstérmes, Raffay Levente bronzérmes lett, az összesítésben az előkelő második helyen végzett a csapat. Az Óbudai Judo Club versenyzői közül Kappéter Márton ezüstérmes szerzett diák A korosztályban, az ifjúsági B korosztályban Galó Bence aranyérmes, Molnár Zsombor bronzérmes lett.

Tisztújítás az NVESZ-ben

A Nemzeti Versenysport Szövetség (NVESZ) tisztújító közgyűlésén egyhangúan újra bizalmat szavaztak az eddigi elnöknek, a Magyar Karate Szakszövetséget is vezető dr. Mészáros Jánosnak. Az általános alelnöki tisztet továbbra is Járosi Péter, a szakmai alelnöki posztot Galambos Péter tölti be. Az eseményen megválasztották az NVESZ új elnökségét is, a közgyűlés döntése értelmében továbbra is bizalmat szavaztak Csabai Attilának, Hermann Henriknek, Varga Istvánának, Mihalik Hunornak és Sági Istvánnak. A szövetség új tagja lett Oláh Gyárfás, a Nemzeti Autósport Szövetség elnöke, Nádas Tamás, a Magyar Sakkszövetség alelnöke és – az elnökség első női tagjaként – Sinkó Andrea, a Magyar Torna Szövetség aerobik szakágának vezetőségi tagja, az óbudai Wellness és Diákisport Egyesület elnöke.

Utánpótlásikerek asztaliteniszben



Varga Botond

Felnőtteket idéző mozdulatsorokkal remekelnek a megmérettetésekben a High Life Sportegyesület fiatal asztaliteniszesei. A nyolcéves Fazekas Lizett az U11-esek mezőnyében második lett a Budapest-bajnokságon, bronzérmesként zárt az országos bajnokságon, és megnyerte a Nyugat-Magyarországi Területi Ranglistaversenyt. A területi versenyen az U13-ban Fehér Balázs ugyancsak a végső győzelemnek örülhetett. Varga Botond a varasdi nemzetközi utánpótlásversenyen a negyeddöntőbe jutott, az utánpótlás ob-n és a belgrádi WTT Youth Contender verseny U13-as kategóriájában pedig bronzérmes lett.

Fehér csirkés chilis bab

Októberben már hűvös az időjárás, ilyenkor jólesnek a tartalmas és meleg ételek. Az alábbi chilirecept fehér, krémes változata a zsenge csirkedarabokkal és fehér babbal tökéletes módja a hideg esték felmelegítésének.

Elkészítés

Egy nagyobb serpenyőben melegítsük fel az olajat, majd adjuk hozzá a csirkecomb-darabokat, és pirítsuk meg a húst, amíg megbarnul. Egy nagyobb lábasban botmixer segítségével pürésítsünk simára egy doboz babot. Ha kész, keverjük bele a maradék két doboz babot és a következő tíz hozzávalót: kukorica, chilipaprika, hagyma, fokhagyma, kömény, oregánó, só, cayenne-i bors, fekete bors és a csirkehúsleves. Egy merőkanál segítségével tegyük át a sült csirkecomb-darabokat (a levével együtt) is az edénybe.

Fedjük le, és főzzük alacsony fokozaton két, két és fél órán át,

vagy amíg a csirke megpuhul. Ha kész, kapcsoljuk ki alatta a tűzhelyet. Keverjük bele a tejfölt és a koriandert. Fedjük le, és hagyjuk állni kb. öt percig, vagy amíg átmelegszik benne a tejföl. Kóstoljuk meg, és ha szükséges, ízlés szerint fűszerezzük további sóval és fekete borssal. Tálaljuk a kívánt feltétekkel. Feltétként a tetejére tehetünk például szeletelt avokádót és retket, pirított tökmagot és/vagy csípős paprikaszószot.

Vigyázat! A chilipaprika olyan olajokat tartalmaz, amelyek irritálhatják a bőrt és a szemet. Viseljünk műanyag vagy gumikesztyűt, ha dolgozunk vele.

Gyors változat

Ha azt szeretnénk, hogy gyorsabban elkészüljön a vacsora, kuktában is megfőzheti az ételt. Ebben az esetben szinte ugyanúgy készítjük el a chilit. A különbség annyi, hogy a kuktában olajon pirítsuk meg a húst, adjuk hozzá az egy doboz pürésített



Hozzávalók 8 adagra

- 1 evőkanál bármilyen növényi olaj
- 75 dkg bőr és csont nélküli csirkecomb, felkockázva
- 3 közepes fehérbabkonzerv (cannellini), leöblítve és lecsepegtetve
- 1 liter csirkehúsleves (lehet leveskockából is)
- 25 dkg fagyasztott egész szemű kukorica (lehet konzerv is)
- 2 db friss zöld (poblano) chilipaprika, apróra vágva
- 2 fej vöröshagyma, apróra vágva
- 4 gerezd fokhagyma, apróra vágva
- 2 teáskanál őrölt kömény
- 1 teáskanál szárított oregánó
- 1/2 teáskanál só
- 1/2 teáskanál őrölt cayenne-i bors
- 1/2 teáskanál frissen őrölt fekete bors
- 1 doboz tejföl
- 2 evőkanál apróra vágott friss koriander

babot, a két doboz maradék babot és a tíz hozzávalót. Zárjuk le a kukta tetejét, és tegyük fel főzni közepes-magas hőfokon, amíg nyomás alá kerül a kukta. Utána a hőfokot csökkentjük annyira, hogy a nyomás egyenletes, de nem túlzott maradjon. Főzzük 12 percig. Zárjuk el alatta hőt, és hagyjuk állni, hogy a nyomás természetes módon leengedjen. Ha szükséges, óvatosan nyissuk ki a gőzszellőzt, hogy a maradék nyomást leengedjük. Óvatosan nyissuk ki a fedelet. Keverjük bele a tejfölt és a koriandert.

Fedjük le anélkül, hogy lezárnánk, és hagyjuk állni öt percig, vagy amíg átmelegszik. Ízlés szerint további sóval és fekete borssal fűszerezzük, majd tálaljuk.

REJTVÉNY

Az őszi kelta hagyományokból kialakult autentikus ír ünnep október utolsó napjának éjszakáján. Elsősorban az angolszász országokban tartják, de hazánkban is egyre népszerűbb, alkalmat ad vidám ünnepi és gasztronómiai bolondozásra, töklámpásfaragásra, jelmezes kéregetésre, beöltözős partikra. Hogy hívják ezt az ünnepet?

	GYÜRÖ	LILJOM-FÉLE DÍSZ-NÖVÉNY	ASSZONY-NÉV-KÉPZŐ	AZ ÖSSZES VIZET AZ ÁLLATOKNAK ADJA	A -TŐL PÁRJA													
FRANCIA FESTŐ (ÉDOUARD)																		
ÁJULÓ																		
SOR ELEJE!			ILJUSIN-GÉP JELZÉSE KÖZÉPEN ERRE!															
MÉGSZEBEZ					... MAY; A WINNETOU ÍRÓJA	DÉL-AMERIKAI HEGYSÉG	MORZE JEL											
ZORRO JELE		SZEKÉRYNI TEHER BRAZIL ÁLLAM									FÜRDŐ, NÉMETÜL SZÁSZ-ORSZÁGI TELEPÜLÉS							
KÖBÁNYA RÉSZEI			PEDA-GÓGUS TÉLI HÓ-NAP, RÖV.												AZONBAN FÉL PERC!			
KIS CSAPAT				ERDŐ KÖZEPE! SZERELEM, ANGOLUL				GAZDASÁGI ÁGAZAT FŐVÁROSA: CARDIFF										
	1																	MARGIT-VIRÁG
MOZI, IDEGEN SZÓVAL						MÉHLAKÁS ABBEY ...; BEATLES ALBUM									AMERICIUM KÉS SZÉLEI!			
..., -RE			ÜRES VÁR! FÖLD-RÉSZE!				KIS ERDEI HÁZ GYERME-TEG											NÉVELŐ KUGLI
OXIGÉN		SERGIO ...; RENDEZŐ IDŐMÉRŐ RÉSZE													STRASSE, RÖV. LATIN KÖTŐSZÓ			
LEHETŐ-SÉG				PEER GYNT ANYJA FIÚ-TESTVÉR											FÉLSZEG! FÁT NEMESÍT			
BORBAN VAN!			ÖDÖN, BECÉZVE ELŐTAG: ORR-												A HÍZÁS JELE PRO ...; MŰV.-I DÍJ			
FIZIMISKA KIS ERIKA					VAS-DARAB! SZAPPAN-MÁRKA										JÖJJ ... 1; NÉMET TÉVÉADÓ			
ANGOL NŐI NÉV								A 3 FÁZIS JELE MENNY-BOLT										ÉSZAK INDITÉK
AKIRA KUROZAVA FILMJE				LABDA-JÁTÉK LÁSD, RÖVIDEN														OTT AZ ELEJÉN! RÓMAI 1-ES
HIT-VÉDELEM-TAN																		



ÚJABB KERÉKPÁR-REGISZTRÁCIÓS LEHETŐSÉG

A nagy érdeklődésre való tekintettel a Budapesti Rendőr-főkapitányság III. Kerületi Rendőrkapitánysága újabb kerékpár-regisztrációt szervez, amelyre október 30-án 8 és 12 óra között, a Tímár u. 9/a szám alatt nyílik lehetőség. A BikSAFE regisztrációs programot a rendőrség igényeinek megfelelően fejlesztette és alakította ki 2014-ben az SZKKV Alapítvány. A kerékpár és a tulajdonos adatainak rögzítésével igazolni lehet, hogy a regisztrációkor a kerékpár kinek a birtokában volt, a regisztrációhoz feltöltött dokumentumokkal pedig a tulajdonjog is alátámasztható. A regisztráció alapján elkészítik a kerékpár fényképes törzskönyvét, és postán megküldik. A nyilvántartást úgy alakították ki, hogy minden olyan adatot, fotót, információt rögzíteni lehet, ami később felderítés vagy azonosítás során fontos lehet. Regisztrált kerékpár ellopása esetén azonnal lopott státuszúvá tehető a bringa, a körözés elrendelése sokkal szakszerűbb és pontosabb lehet. Ha pedig a kerékpár megkerül, a regisztrált adatok alapján könnyen azonosítható és visszaszolgáltatható. Kerékpár eladása esetén a regisztráció online átruházható a weboldalon.



AZ ÓFALU PATIKA BÉKÁSMEGYER DISZKONTPATIKÁJA



Patika24

SZEMÉLYES ÁTVÉTELI PONT

SZÉLES ÁRUKÉSZLETTEL, SZAKÉRTELEMMESEL VÁRJUK ÖNÖKET!

1038 Bp., Ezüsthely u. 64. ☎ +36 1 454 0805

Nyitva tartás: H.-P.: 8:00-19:00, SZ.: 8:00-13:00

Az Ófalu diszkontpatikában kedves vevőink a Patika24.hu webáruházal közel azonos árakon vásárolhatják meg termékeinket.

OBUDA BUDAPEST FŐVÁROS III. KERÜLET, ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER ÖNKORMÁNYZAT HIVATALOS LAPJA

Főszerkesztő: Prusinszki István · Fotó: Patek Andrea · Envato Elements · Tördelőszerkesztő: Tóth István Gergely

· Kiadja a Key Price Kft. · Felelős kiadó: Kulcsár János Levente ügyvezető · Szerkesztőség: 206Center Irodaház, 1191 Budapest,

Üllői út 206., telefon: 06-70-237-6926, e-mail: obudaujsag@obuda.hu · Nyomdai előállítás: EDS Zrínyi Zrt.

· Megjelenik 75 ezer példányban · Hirdetésfelvétel: 06-20-466-8489, e-mail: keypricekft@gmail.com

· A hirdetések tartalmáért felelősséget nem vállalunk. Kéziratokat nem örzünk meg és nem küldünk vissza. ·

Web: obuda.hu/blog/media_uj/obuda-ujsg, facebook.com/obudaujsag

· Következő megjelenés: 2021. november 5.

OTTHONUNK
OBUDA
BÉKÁSMEGYER

KÉPVISELŐI FOGADÓÓRÁK

EVK	KÉPVISELŐ	TELEFONSZÁM	E-MAIL	FOGADÓÓRA IDŐPONTJA	FOGADÓÓRA HELYSZÍNE
1.	dr. Kiss László	06-1-437-8913	drkisslaszlo@obuda.hu	Előzetes telefonos bejelentkezés alapján	Polgármesteri Hivatal I/23.
2.	Hazai Iván András		hazai.ivan@obuda.hu	Minden hónap 2. péntek 13.00-15.00	San Marco utca, Művelődési Ház
3.	Zábó Attila	06-20-410-4426	zabo.attila@obuda.hu	Minden hónap 1. hétfő 8:30-10:00	* Fő tér 2., FICNO-iroda
4.	Strenner Imre	06-20-383-6003	strenner.imre@obuda.hu	Minden hónap 1. szerda 17.00-19.00	Bécsi út 215., LMP-iroda
5.	Őri László		ori.laszlo@obuda.hu	Minden hónap 1. szerda 14.30-16.30 *	Fő tér 4., Testületi Iroda
6.	Czeglédy Gergő	06-1-437-8688	czegledy.gergo@obuda.hu	Minden hónap 1. szerda 15.00-16.30 *	Polgármesteri Hivatal II/38.
7.	Béres András	06-30-211-6111	beres.andras@obuda.hu	Minden hónap 1. kedd 15.00-16.30	Pethe Ferenc tér 1., Párbeszéd-iroda
8.	Csongrádi János	06-70-213-1350	csongradi.janos@obuda.hu	Minden hónap 2. kedd 16.00-18.00 *	Ágoston Művészeti Óvoda Kastély Tagóvodája
9.	Turgonyi Dániel	06-1-437-8930	turgonyi.daniel@obuda.hu	Minden hónap 2. szerda 16.00-18.00 *	Polgármesteri Hivatal II/37.
10.	Szkaliczki Tünde	06-30-456-4098	szkaliczki.tunde@obuda.hu	Minden hónap 2. hétfő 16.00-18.00 *	Óbudai Platán Könyvtár
11.	Burján Ferenc	06-1-437-8509	burjan.ferenc@obuda.hu	Minden hónap 3. csütörtök 17.00-18.00 *	Csillaghegyi Községi Ház
12.	Derda Ádám	06-20-415-0805	derda.adam@obuda.hu	Minden hónap 3. péntek 16.00-18.00 *	Békásmegyeri Községi Ház
13.	Szabó Ákos		szabo.akos@obuda.hu	Minden hónap 1. kedd 17.00-19.00	Békásmegyeri Községi Ház
14.	Ujfalvi István		ujfalvi.istvan@obuda.hu	Minden hónap 1. szerda 16.00-18.00	Békásmegyeri Községi Ház
			ujfalvi.istvan@obuda.hu	Minden hónap 3. szerda 16.00-18.00	Juhász Gyula utca 2. fszt. 4., DK-iroda
15.	Domokos Ágnes		domokos.agnes@obuda.hu	Minden hónap 2. és utolsó péntek 15.00-17.00	Juhász Gyula utca 2. fszt. 4., DK-iroda
16.	Rózsa László Péter		rozsa.laszlo@obuda.hu	Minden hónap utolsó péntek 16.00-18.00	Békásmegyeri Községi Ház
Lista	Bús Balázs	06-1-367-8791	iroda@ujrainditjuk.hu	Minden hónap 1. hétfő 16.00-18.00 *	Kaszásdűlő utca 7., Fidesz-iroda
Lista	Gyepes Ádám	06-1-367-8791	iroda@ujrainditjuk.hu	Minden hónap 1. kedd 16.00-17.00	Kaszásdűlő utca 7., Fidesz-iroda
Lista	Farkas Balázs	06-1-367-8791	iroda@ujrainditjuk.hu	Minden hónap 2. kedd 14.00-15.00	Fő tér 4., Képviselői Iroda
Lista	Kelemen Viktória	06-20-200-0017	iroda@ujrainditjuk.hu	Minden hónap 1. csütörtök 16.30-17.30 *	Bécsi út 77-79., Képviselői Iroda
Lista	Puskás Péter	06-1-367-8791	iroda@ujrainditjuk.hu	Minden hónap 1. csütörtök 18.00-19.00 *	Csillaghegyi Községi Ház
Lista	Rácz Andrea	06-20-200-0017	racz.andrea@fidesz.hu	Előzetes telefonos bejelentkezés alapján	Bécsi út 77-79., Képviselői Iroda
OGYK	Szabó Tímea	06-30-415-4837	timea.szabo@parlament.hu	Minden hónap utolsó szerda 16.00-18.00	Pethe Ferenc tér 1., Párbeszéd-iroda
OGYK	Varga Mihály	06-20-200-0017	varga.mihaly.kepviselo@gmail.com	Előzetes telefonos bejelentkezés alapján	Bécsi út 77-79., Képviselői Iroda
OGYK	Z. Kárpát Dániel	06-20-669-7581	z.karpat.daniel@jobbik.hu	Előzetes telefonos bejelentkezés alapján	

* Előzetes bejelentkezés szükséges

- » TÚL MAGAS A KÖZÖS KÖLTSÉG?
- » ÜGY ÉRZI, NEM KAP ELÉG FIGYELMET A HÁZ?
- » NEM TÖRTÉNT SEMMI AZ ÉPÜLETTEL AZ ELMÚLT ÉVEKBEN?
- » FELÚJÍTÁS AKÁR ÖNKORMÁNYZATI TÁMOGATÁSSAL?
- » SZERETNE A SZOLGÁLTATÓKTÓL MAGASABB KEDVEZMÉNYEKET?

OBUDAI
VAGYONKEZELŐ
NONPROFIT ZRT.

KERESSE MUNKATÁRSAINKAT!

www.ovzrt.hu thkko@ovzrt.hu

**PROFESSZIONÁLIS
TÁRSASHÁZKEZELÉS
ÉS TANÁCSADÁS**

Pályázati felhívás nem lakás céljára szolgáló, üres helyiségek bérbeadására

Az Óbudai Vagyonkezelő Nonprofit Zrt. (1033 Budapest, Mozaik utca 7.) pályázatot hirdet a Budapest Főváros III. kerület, Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat tulajdonában álló, nem lakás céljára szolgáló, üres helyiségek bérbeadására. A helyiségbérleti szerződés időtartama 5 év lehet minden, nem raktározási funkcióra történő bérbeadás esetén.

Az Óbudai Vagyonkezelő Nonprofit Zrt. pályázatot hirdet a Budapest Főváros III. kerület, Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat tulajdonában álló, nem lakás céljára szolgáló, tároló funkciójú, üres helyiségek bérbeadására, magánszemélyek részére. A tárolóhelyiségek kereskedelmi célú raktározásra nem vehetők igénybe, vonatkozásukban telephelyengedély nem adható ki. A helyiségbérleti szerződés időtartama 3 év lehet minden, raktározási (tárolási) funkcióra történő bérbeadás esetén.

A részletes pályázati felhívás – mely teljeskörűen tartalmazza a pályázaton történő részvételt, a pályázat benyújtása és az ingatlanok hivatalos megtekintésének feltételeit, a pályázó kötelezően előírt vállalásait, a bérleti szerződés lényeges tartalmi elemeit és megkötésének módját, illetve az esetleges bérleti beruházás kompenzációjának feltételeit –, valamint a pályázati formanyomtatvány az obuda.hu és az ovzrt.hu weboldalaról letölthető. A pályázatok benyújtására folyamatosan, legkésőbb 2021. október 29-én 12 óráig van lehetőség.

OBUDAI
VAGYONKEZELŐ
NONPROFIT ZRT.

Eseti hulladékszállítás az FKF-nél

A BKM Nonprofit Zrt. FKF Hulladékgazdálkodási Divíziója külön díjazás ellenében biztosítja a rendszeres begyűjtésen felül keletkezett települési hulladékok eseti elszállítását célgépekkel, konténer kihelyezésével, vagy a rendszeres gyűjtésre szolgáló hulladékgyűjtő edény soron kívüli plusz ürítésével. Ezen felül igényelhető az ingatlanál eseti jelleggel keletkezett építési törmelék, lom és zöldhulladék elszállítása is. A megrendelés az FKF ügyfélszolgálatain személyesen, írásban vagy az fkf.hu weboldalon online történhet. Amennyiben a hulladék eseti elszállítása konténer kihelyezésével valósul meg, lom elszállítását 4 és 8 köbméteres, építési és bontási hulladék elszállítását 4 köbméteres, zöldhulladék elszállítását 4, 6 és 8 köbméteres konténerrel tudják biztosítani. A konténer közterületen történő esetleges elhelyezéséhez szükséges közterület-használati engedélyről az ügyfél köteles gondoskodni. A társaság kizárólag a nem veszélyes hulladékok elszállítását végzi el.



FKF

Vendéglátósok, figyelem!

Szeretnénk felhívni Budapest III. kerületében minden vendéglátó egységet üzemeltető vállalkozó figyelmét arra, hogy ellenőrizzék, bejelentették-e a kereskedelmi hatóság felé az általuk üzemeltetett egység üzlettipusát. Azért is nagyon fontos, hogy ezt megtegyék, mert a bejelentési kötelezettség elmulasztása bejáratással járhat.

A bejelentési kötelezettséget a kereskedelmi tevékenységek végzésének feltételeiről szóló 210/2009. (IX. 29.) Korm. rendelet szabályozza. Mindazon kereskedőknek, akiknek az igazolásában (engedélyében) szerepel a „vendéglátó” kifejezés, 2021. március 31-ig jogszabályi kötelezettsége volt a vendéglátóegység üzlettipusának bejelentése. A rendelet 2021. augusztus 18-i módosítása szerint a kereskedelmi hatóság a bejelentési kötelezettség megtörténtét 2021. október 31-ig köteles ellenőrizni. Ha az ellenőrzés során megállapítják, hogy a vendéglátó üzlettipusának bejelentése elmaradt, a hatóság a vendéglátó üzletet azonnali hatállyal – a vendéglátó üzlettipusának bejelentéséig – bezárhatja.

A bejelentéssel kapcsolatban további információt, a bejelentéshez szükséges nyomtatványt az obuda.hu/blog/igazgatas/vendeglato-uzlettipusanak-bejelentese oldalon találják.

OTTHONUNK
OBUDA
BÉKÁSMEGYER

ÁLLÁSPÁLYÁZATOK

GONDOZÓ-ÁPOLÓ, ÓBUDAI SZOCIÁLIS SZOLGÁLTATÓ INTÉZMÉNY

Az Óbudai Szociális Szolgáltató Intézmény (1036 Budapest, Kiskorona utca 3.) gondozó-ápoló munkatársat keres a Házi Segítségnyújtó Szolgálatba, napi 8 órás munkarendbe. A Házi Segítségnyújtó Szolgálat célja, hogy az otthonukban élő, a koruk és egészségi állapotuk miatt önmaguk ellátására átmenetileg nem vagy kevésbé képes nyugdíjas embereknek könnyebbé tegye a mindennapjait.

Feladatok: bevásárlás az ellátott lakásához legközelebb eső üzletből, alkalmanként maximum 5 kg határig; az orvos által előírt gyógyszerek kiváltása és az ellátotthoz való eljuttatása, orvosi elrendelésre történő adagolása; segédkezés az ellátottak étkeztetésénél (tálalás, etetés, mosogatás); igény szerint az ellátottak mosdatása, ágyazás, ágyneműcsere; mentális és pszichés állapotuk figyelemmel kísérése; a következő havi térítési díjak beszedésében való közreműködés; pontos és naprakész dokumentáció vezetése.

Szükséges iskolai végzettség: szociális ápoló-gondozó vagy egészségügyi végzettség.

Munkaidő: hétfőtől péntekig 8-tól 16 óráig.

Az illetmény megállapítására és a juttatásokra a közalkalmazottak jogállásáról szóló 1992. évi XXXIII. törvény rendelkezései az irányadók.

Jelentkezés: fényképes szakmai önéletrajz és iskolai végzettséget igazoló bizonyítvány másolatának megküldésével, a teri.viktoria@kszki.obuda.hu e-mail-címen. Érdeklődni a 06-1-250-1552/munkaügy telefonszámon lehet.

Ha egy elhivatott és összetartó csapat tagja szeretne lenni, köztünk a helye!

ÓVODAPEDAGÓGUS, PITYPANG MŰVÉSZETI ÓVODA

A Pitypang Művészeti Óvoda 2 fő óvodapedagógust keres az alábbi feltételekkel: 1 fő óvodapedagógus állás, határozatlan idejű a Pitypang Művészeti Óvoda Gyöngyösi Óvodájában (1031 Budapest, Dósa utca 4.); 1 fő óvodapedagógus állás, határozott idejű a Pitypang Művészeti Óvoda székhelyén (1039 Budapest, Hunyadi utca 8-10.).

A pályázatnak tartalmaznia kell: önéletrajz; iskolai végzettséget igazoló bizonyítvány másolata; három hónapnál nem régebbi erkölcsi bizonyítvány; egészségügyi alkalmasság.

A pályázat benyújtásának határideje: 2021. november 13. Az állás betölthető 2021. november 15-től négy hónap próbaidő kikötésével, az illetmény és egyéb juttatások megállapítása a Kjt. és az aktuális önkormányzati rendelet alapján történik.

A pályázatot a hunyadi-o@kszki.obuda.hu e-mail-címen lehet benyújtani. További információ kérhető Gombos Albertné óvodavezetőtől a 06-1-388-7353-as telefonszámon.

Törzsvendéglő Óbuda tetején - akár nagyobb rendezvényekre

Elegáns, otthonos és professzionális: ezeket várja el egy vendég egy étteremtől, amikor törzshelyet választ. Könnyűnek hangzik, ám

Deli János vendéglős és Kerekes Sándor séf három éve nyitották meg, azzal a céllal, hogy valódi, óbudai „intézménnyé” váljanak.

A konyháról már sokat mesélünk e lap hasábjain – bár soha nem lehet eleget: kizárólag válogatott, kistermelőktől származó magyar, szezonális alapanyagokból a hagyományos, régi ízeket teremtik újra a professzionális konyhatechnológia segítségével. Szó sincs újragondolásról: a felidézés és az újrateherelés a lényeg, tökéletes minőségben.

A borlap ugyanilyen szellemében, az érdekességet és minőséget szem előtt tartva született: Krúdy kedvenc fröccsbora, a Kövidinka nem hiányozhat róla, de kisebb tételben készült, ritkán elérhető vörösborok és a nagy francia champagne-ok sem.

A belső teret ugyanilyen szellemben rendezték be: a legújabb trendeknek megfelelő technikai háttér csak arra hivatott, hogy a vendégek kényelmét szolgálja. A hangulatot az évszázados tála-

lószelekre, a gasztronómiai szakkönyvekkel teli könyvespolc, a teret tagoló fények, a valóban kényelmes székek és megfelelő méretű asztalok biztosítják: a Glédában minden apró részlet arról szól, hogy mindenki jól érezze magát, és elfelejtse, milyen zsúfolt napból is érkezett.

A vendéglő természetesen akár „saját” is lehet: az üzleti és családi ebédektől, vacsoráktól kezdve a nagyobb rendezvényeken át akár céges karácsonyi ünnepeket is tarthatunk az elegáns, feszengéstől mentes környezetben. A belső tér adottságai megengedik, hogy kisebb társaságok is bensőséges közegben érezzék magukat, de természetesen a teljes vendégteret is szívesen átengedik a nagyobb szabású rendezvényekre – legyen az egy alaposan megünnepelt születésnap, céges karácsonyi rendezvény vagy bármilyen alkalom, amire akár 80 főt szeretnénk vendégül látni.

Asztalfoglaláshoz vagy rendezvények egyeztetéséhez szeretettel várják a hívásokat az alábbi elérhetőségeken:

+36-30-575-0966

info@gledavendeglo.eu
1037 Budapest, Mikoviny utca 2-4.



az összes feltételnek csak az igazán elkötelezettek tudnak megfelelni. A Mikoviny utca tetején lévő Gléda Vendéglőt a tulajdonosai,

trendeknek megfelelő technikai háttér csak arra hivatott, hogy a vendégek kényelmét szolgálja. A hangulatot az évszázados tála-

APRÓHIRDETÉS

SZOLGÁLTATÁS

Víz-fűtésszerelő gyorsszolgálat: csap, szifon, WC-tartály, radiátorszerelés, fűdőszobák teljes körű felújítása, burkolása: 06-70-642-7526.

LAKÁSFELJÚJÍTÁS! SZOBAFESTÉS, TAPÉTAZÁS, PARKETTÁZÁS, CSEMPÉZÉS, VÍZSZERELÉS, VILLANSZERELÉS, KÖMŰVESMUNKÁK, GARANCIÁVAL. HALÁSZ TIBOR. TEL.: 06-1-202-2505, 06-30-251-3800.

Üvegezés a helyszínen, biztosításra is! Gyorsan, tisztán, pontosan! Nagy Miklós. Tel.: 06-70-940-1011.

Fogsorjavítás és kapcsoló: 4900 Ft, új fogsor készítése (alsó vagy felső): 40 000 Ft, alábélelés: 15 000 Ft. Óbudán az Árpád hídnál 1995 óta. Tel.: 06-20-927-6967.

Redónyszerelés, -javítás, gurtnicseré, szalagfüggöny, szünyogháló, harmonikaajtó. Nagy Sándor, 06-20-321-0601.

Gázkészülékek javítása! Garanciával, korrekt árakkal. Horti Ákos, 06-1-367-0817, 06-30-231-9179.

Szabó Balázs vállalja kémények bélelését, építését, kondenzációs kazánok telepítését teljes körű ügyintéssel. 06-20-264-7752.

Lomtalanítás! Ingatlan, hagyaték (akár díjtalanul is), pince, padlás lomtalanítása, ürítése, rövid határidővel. Hulladékiszállítási engedéllyel rendelkezünk. 06-30-703-0518.

Fakivágás, fűnyírás, sövénynyírás, fűkaszálás, bozótirtás. Alkalmi és rendszeres kertápolási munkák. Veszélyes fák kivágása kötéltechnikával is. Tel.: 06-30-994-2431.

Fűdőszobák, konyhák felújítása, átalakítása. Csempeburkolás, kömüvesmunkák, vízszelvények! Anyagbeszerzéssel! 06-20-961-6153, www.mesterur.hu

SZOBAFESTÉS. Kérésre bútormozgatással, polcok, függönykarnisok, lámpák, kapcsolók le- és felszerelésével. Telefon: 06-30-492-3108.

ÁLLÁS

SOS délutános portást keresünk a Szelelő utcai általános iskolába azonnali kezdéssel. Bérézés a közalkalmazottak jogállásáról szóló törvényben szabályozottak szerint. Munkavégzés ideje: hétfőtől péntekig 13.00–21.00 óráig. Munkavégzés helye: 1035 Budapest, Szelelő utca 9–11. Jelentkezés önéletrajzzal személyesen vagy az alábbi e-mail-címek egyikén: elekszusanna@szelloegymi.hu, ropesy@vipmail.hu, illetve a 06-70-540-0794-es telefonszámon lehetséges.

Óbudai általános iskolákba keresünk takarítónőket délelőtti vagy délutáni műszakra. Érdeklődni: 06-20-980-5616.

Budapest III. kerületben 4 lakásos társasház takarítót keres 2x3 órára (lépcsőház, garázs, járdá-

tisztántartására). 2000 Ft/óra. Érdeklődni: a 06-30-922-5005-ös telefonszámon.

Óbudai gyógyszergyártó kft. vezető és karbantartó munkatársat keres. Egyetemet végzett (esetleg kiváló gimnáziumot végzett). Munkaidő: 7-16 óráig. Javaldalmazás: bruttó 300 ezer forinttól 500 ezer forintig. Telefon: 06-1-250-4974. E-mail: dolhay@dolhay.hu; www.dolhay.hu

ADÁS-VÉTEL INGATLANIRODÁNK eladó lakásokat keres! Jutalék 3,5%, ügyvéd ingyen, külföldi vevők elérése. Ismerős lakása eladó? Hívjon, Ön is jutalékot kap! 06-20-9-600-600.

RÉGISÉG KÖNYVEKET, KÖNYVHAGYATÉKOT vásárol VÉRTESI ANTIKVÁRIUM! Díjtalan kiszállással. www.vertesiantikvarium.hu; 06-20-471-6410.

Nerc-, róka-, nutria-, mindenfajta szörmebundát vásárolok, illetve teljes ruhanemű-hagyatékot, kiegészítőket. Tel.: 06-20-229-0986.

ÉLETJÁRADÉK Az Életjáradék segíthet visszazökkenni a mindennapok élvezetébe! Bevásárlás, ápolás,

gondozás, takarítás, legyen szó bármiről, én segítek önnek! Részletes információ: 06-70-723-8434.

Leinformálható, bejegyzett könyvvizsgáló életjáradéki szerződést kötne, ottlakás nélkül, biztos anyagi háttérrel. 06-30-990-0053.

ADÁS-VÉTEL INGATLANIRODÁNK eladó lakásokat keres! Jutalék 3,5%, ügyvéd ingyen, külföldi vevők elérése. Ismerős lakása eladó? Hívjon, Ön is jutalékot kap! 06-20-9-600-600.

APRÓHIRDETÉSEK FELADÁSA

3S Karakter Kft. 1087 Budapest, Osztyály utca 16-18./D. (bejárat a Hős utca felől) Személyesen: hétköznap 08.30 és 15.30 között Telefonon: 06-1-354-0847, 06-20-360-3785 E-mailben: aprohirdetesguru@mediaasz.hu



Alzheimer Café Óbudán



A találkozás időpontja:
2021. november 16., kedd 16 óra

Meghívott előadó:
Dr. Majercsik Eszter
főorvos asszony

Az esemény fővédnöke:
Dr. Kiss László
Óbuda-Békásmegyer polgármestere

A rendezvény háziasszonya:
Haskóné Alker Annamária, intézményvezető

Helyszín:
Óbudai Szociális Szolgáltató Intézmény, díszterem
1036 Budapest, Kiskorona utca 3.

Kérjük, a részvételi záradékot november 8-ig jelezni szíveskedjenek!
e-mail: kiskoronaprogram@gmail.com
tel: 06-1-250-1552

Védettségi igazolvány szükséges!

VELÜNK KÖNNYEBB!

REJTELMES RENGETEG
ERDŐMENTŐ KÜLDETÉS
KIÁLLÍTÁS ÉS KALANDJÁTEK

VAJDAHUNYADVÁR
MAGYAR MEZŐGAZDASÁGI MÚZEUM
Cím: 1146 Budapest XIV., Városliget, Vajdahunyadvár • www.mezogazdasagimuzeum.hu
Csoportok számára bejelentkezés és információ: 06-1/422-0765
2021. 09. 01. – 2022. 01. 02.

Vágd ki! Gyere be! Mutasd fel!
Legyél a vendégünk és mi megajándékozunk 10% kedvezménnyel!

Házhozszállítás
III. kerület területén mindenhol

Óbuda Remetehegy
Újlak Testvérhegy
Táborhegy Filatorigát
Rómaifürdő Aquincum
Békásmegyer Csillaghegy
Üröm Pilsborosjenő

Töltsd le applikációnkat, rendelj kényelmesen, vagy hívj minket ezen a számon:
+36-30 651 4380
1037 Bp., Bécsi út 270.

Download on the App Store
GET IT ON Google Play

Guru APROHIRETÉS

TÁRSASHÁZI KÖNYVELÉS

Most kedvezményes áron vállaljuk Társasházak és Lakásszövetkezetek könyvelését!

- Rendszeres, akár online egyenleg-kimutatással
- Közősköltség-számítás speciális előíranyzatokkal

AKCIÓS ÁR:

500 Ft / albetét / hó (min. 7.000 Ft / hó)

**NE MARADJON LE!
KERESSEN MINKET BIZALOMMAL!**

+36 30 878 7353

info@adominden.hu



ÁCS, TETŐFEDŐ, BÁDOGÓS

- zindelyezés
- széldezkázás
- szegőelemek cseréje
- ereszcatorna javítása, cseréje, takarítása
- tetőszerkezet teljes cseréje és fedése
- beázások javítása

06-30/919-4694

**SZAKKÉPZETT
MESTEREK**

Alpin-
technikával.
Kedvező
árak!

OBUDA MÉDIAAJÁNLAT

Hány példányban jelenünk meg?

2021. január 1-jétől 75 000 példányban jelenik meg újságunk, kétheti rendszerességgel. Ebből 60 000 példány kerül közvetlen postaládás terjesztéssel az Óbudán élők otthonába, további 15 000 példány a kerület közintézményeiben kerül kihelyezésre.

Az Óbuda újság standard hirdetési árai

2021	Méret (szélesség x magasság) milliméterben	Színes nettó ár
1/1 (egész oldal)	190 x 272	250.000
1/2 (fél oldal)	190 x 134, 93 x 272	125.000
1/4 (negyed oldal)	93 x 134	73.750
1/8	93 x 65	48.750
1/16	44 x 65	31.250
1/32	44 x 31	12.500

Egyedi méret esetén: 900 Ft / cm²

A több megjelenésre leadott hirdetések esetében az alábbi kedvezmények alkalmazhatók:

- 3. megjelenés esetén további 10%
- 4-5. megjelenés esetén további 15%
- 6-9. megjelenés esetén további 20%
- 10+ megjelenés esetén: kérje egyedi ajánlatunkat!

AJÁNLATKÉRÉS: obudaujsag@obuda.hu

OBUDA

OBUDA-BÉKÁSMEGYER ÖNKORMÁNYZAT

**Töltse le
korábbi
számainkat
az obuda.hu-ról!**



WIDEX® A TERMÉSZETES HALLÁS

**INGYENES HALLÁSVIZSGÁLAT
ÉS PRÓBAHORDÁS!**

HALLÓKÉSZÜLÉK AKCIÓ

Widex U30 teljes ár:

39.900 Ft



Egyeztessen velünk időpontot!

06 (1) 769 1318
06 (70) 335 8441

**WIDEX HALLÓKÉSZÜLÉK STÚDIÓ
BUDAPEST, III. kerület**

Flórián tér 6-9.

Az akció 2021. 11. 19-ig vagy a készlet erejéig érvényes. Akciós hallókészülék vásárlása kizárólag teljeskörű audiológiai vizsgálat után lehetséges, ha a halláscsökkenés megfelelően ellátható a készülékkel. A vizsgálat és az illesztés a szakmai irányelvek maximális betartásával történik.

TOPPER-SECURITY KFT.

- A magántulajdon védelmének biztosítására,
- járőr feladatok ellátására,
- mechanikai, fizikai és elektronikai vagyónvédelmi jelző- és megfigyelőrendszerek kezelésére,
- személy- és áruforgalmi beléptetésre,
- informatikai eszköztámogatás segítségével való ellenőrzésre,
- szórakozóhelyek, rendezvények professzionális biztosítására

BIZTONSÁGI ŐR MUNKAKÖRBE

állásokat hirdet

Jelentkezés:

allas.toppersec@gmail.com



TOPPER-SECURITY KFT.

Cégünk a hazai biztonsági szolgáltató szektor egyik legdinamikusabban fejlődő szereplője. Küldetésünk, hogy ügyfeleink komplex igényeit a legmagasabb színvonalon, a hatályos jogszabályoknak megfelelően szolgáljuk ki.

Bízunk benne, hogy hamarosan Önt is ügyfeleink között üdvözölhetjük!

BIRÓ PÉTER
ügyvezető

Keressen minket bizalommal:
iroda@topper.hu



BIZALOM, A VÉDELEM MINDEN TERÜLETÉN.

PRO
FIDELIS

Cégünk készségeggel áll rendelkezésükre:

- személyvédelem
- érdekképviselés
- objektum őrzés
- birtokvitás helyzet
- rendezvények biztosítása esetén



PRO FIDELIS VAGYONVÉDELMI ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

**RÁSZOLGÁLUNK profidelis.kft@gmail.com
BIZALMÁRA! +36 30 408 7129**

MEGNYÍLT!
A RÁSZORULTAK
MEGSEGÍTÉSE
ALAPÍTVÁNY
BOLTJA.

Kamra
MEGFIZETHETŐ MINDENNAPOK

ÓBUDÁN - A FLÓRIÁN TÉRI ALULJÁRÓ KÖZEPÉN

**AZ IGAZI TAKARÉKOSSÁG
A FELSZÍN ALATT KEZDŐDIK.**

**KÖVESSE VÁLTOZATOS
AKCIÓINKAT OLDALUNKON:**

facebook.com/kamra.obuda



ÜNNEPELJÜK EGYÜTT AZ ADVENTET!

OTTHONUNK
OBUDA
BÉKÁSMEGYER

KONCERTEK, GYEREKPROGRAMOK, VÁSÁRI HANGULAT,
ADVENTI GYERTYAGYÚJTÁS
NOVEMBER 26. ÉS DECEMBER 24. KÖZÖTT A FŐ TÉREN
RÉSZLETEK HAMAROSAN.



Állandó ügyelet!
Ügyeleti díj nélkül!

**Mátyás Király
Patika**

III. Mátyás király út 2.

(A Tesco Expressz mellett)
Szombatonként este 8-ig
nyitott ajtóval várjuk Önöket!

T.: (1) 240-4320

Miklós Patika

III. Vöröskereszt u. 11.

(Miklós utca – Vöröskereszt
utca sarok)

T.: (1) 240-6338

PatikaSzombat!



*Ha Szombat,
akkor Patika!*

Aquincum Patika

III. Lajos u. 131.

T.: (1) 368-7146

**Szent Lukács
Patika**

III. Bécsi út 89-91.
(Az Árpád Gimnázium mellett)

T.: (1) 436-9083

KÖZÖS AKCIÓJA

Az akció érvényes minden recept nélkül kapható, nem támogatott termékre 2021. december 31-ig.
A részletekről érdeklődjön a patikában. Más akcióval össze nem vonható.