

# ÚJBUDA



Kelenföld | Őrmező | Gazdagrét | Albertfalva | Kelenvölgy | Lágymányos | Sasad-Sashegy | Gellérthegy | Szentimreváros

## 500 JAVASLAT 36 DÖNTŐS 60 MILLIÓ FT

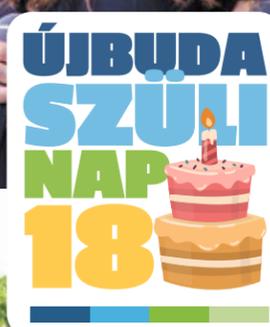
Június 15-ig szavazhatnak az újbudaiak

Újbuda első közösségi költségvetése sok embert megmozgatott: a felhívásra mintegy 500 javaslatot küldtek be az itt élők. Az önkormányzat minden esetben folyamatosan e-mailben értesíti a javaslattevőket, megvalósítható-e elképzelésük, és ha nem, akkor miért.

Az önkormányzat munkatársai minden kezdeményezésnél megvizsgálták, hogy a kerület illetékességébe tartozik-e, belefér-e a költségvetés keretébe és minden egyéb

szempontból megfelel-e a kiírásnak. Az összesen hat körzetre hat-hat elképzelést választottak ki, most az újbudaiak feladata lesz eldönteni, melyek valósuljanak meg. Online az [ujbudaonline.hu](http://ujbudaonline.hu) oldalon, személyesen – a szavazólap kitöltése után – a következő helyeken lehet leadni a szavazatokat: 60+ programközpontok, közösségi házak, bölcsődék, óvodák, Polgármesteri Hivatal portája, B32 és Sport11 Központ.

Újbuda összesen 60 millió forintot oszt szét a közösségi költségvetésben, tehát körzetenként 10-10 millió forint sorsáról dönthetnek majd az itt élők.



5



## Kezdődhet a beruházás Madárhegyen

Május 12-én a nyertes pályázatot benyújtó kivitelező SZIN-KER Kft. és Újbuda Önkormányzatának 100 százalékos tulajdonában álló Buda-Hold Kft. aláírta a Madárhegyi Gyermekcentrum kivitelezési szerződését. A munkaterületet hamarosan átadják, és elkezdődik az önkormányzat legnagyobb saját forrásból megvalósuló kerületi beruházása. Az elmúlt időszakban sokan költöztek erre a területre, számos új lakás épült, amihez nagyon fontos a humán infrastruktúra kiépítése is. A legmodernebb környezettudatossági és energiahatékonysági szempontokat betartó fejlesztés nyomán a városrészben hiánypótló közszolgáltatások válnak elérhetővé a közeljövőben.

**ÓVODA** – Négy csoportszobás óvoda, kapcsolódó kiszolgáló- és üzemeltetői funkciókkal, játszóudvarral



**BÖLCSŐDE** – Három csoportszobás bölcsőde, kapcsolódó kiszolgáló- és üzemeltetői funkciókkal, játszóudvarral

**GYERMEKRENDELŐ** – Gyermekrendelő kialakítása legalább két rendelővel, négy praxis részére, kapcsolódó kiszolgáló- és üzemeltetői egységgel

**KISEBB GYERMEKKÖZÖSSÉGI TÉR** – Közösségi funkció kialakítása, ahol gyermekek foglalkoztatása, szakörök, játszóház, rendezvények megtartása lehetséges

**JÁTSZÓTÉR** – Közhasználatú játszótér kialakítása, az óvoda játszóudvarától külön egységként

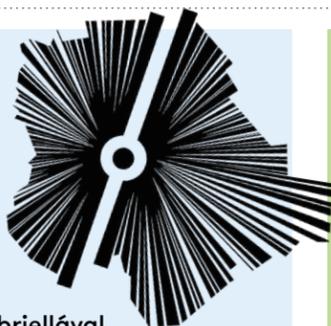
### Közösségi kert Gazdagréten

Csaknem ötszörös volt a túljelentkezés



4

7



Interjú Nagy Gabriellával

**Budapest Nagyregény: fikció és valóság a XI. kerületről**

### Ivásban világelső a magyar

Beszélgetés dr. Zacher Gábor sürgősségi orvossal



8

### Utcai kosárlabda, sportcsarnokban

Rekordot döntött a III. Újbuda Streetball fesztivál

10



## Színek borús időre



Összesen 1345 cserép muskátli színesíti Újbuda útjait, tereit. Az önkormányzat idén 310 kandeláberre helyezett ki virágokat kerületszerte.

## Újra igazi P+R lesz Kelenföldön



Idén július 1-jétől eredeti funkciójának megfelelően fog továbbműködni a főváros tulajdonában lévő négy kelenföldi P+R parkoló, az Őrmező P1, P2 és az Etele tér P1, P2. Az ingyenes időszak leteltével a parkolókat jelképes összegért, napközben egy BKV-jegy árértékű lehet használni: reggel 6 és 22 óra között alkalmanként 350 forintot kell fizetni, éjjel 22 órától reggel 6 óráig 105 forint/óra ellenében lehet parkolni. A díjfizetés bevezetésével ezek a területek teljes egészében eredeti funkciójukat tudják majd betölteni, megszűnhet a hosszú távú, nem P+R jellegű parkolás, könnyebb lesz helyhez jutni.

## Önkéntes szemétszedés Gellérthegyen



A Gellérthegyi Lakók Érdekvédelmi Egyesülete önkéntes szemétszedést szervezett a kerületben. A Gellérthegyen és környékén zajló akcióban 130 újbudai lakos vett részt, akik közös erővel 125 zsák szemetet gyűjtöttek össze. Újbuda Önkormányzata zsákokkal, illetve az összegyűlt hulladék elszállításával járult hozzá a kezdeményezéshez.



## Tizenötezer tő muskátli talált gazdára



Nagy sikere volt idén is az önkormányzat éves muskátliosztásának. A kerületi lakók öt helyszínen – Szentimrévárosban, Gazdagréten, Albertfalván, Őrmezőn és Kelenföldön –, lakcímkártya ellenében fejenként három tő virágot vihettek haza, és néhány óra alatt elkapkodták a teljes készletet. Az akció lezárásával 15 ezer tő muskátlival lett színesebb a kerület. A virágosztásban László Imre polgármester, valamint Bakai-Nagy Zita, Hintsch György, Barabás Richárd és Erhardt Attila alpolgármester mellett részt vettek az önkormányzat képviselői, emellett a szervező Újbuda Prizma munkatársai is segítettek a kezdeményezés sikerét. Köszönjük az akcióban részt vevőknek, hogy szebbé, virágosabbá teszik balkonjaikat, kiskertjeiket és a társasházak közösségi tereit.



## Faltól falig a Kánai úton

Egy utca akkor tisztítható meg igazán jól, ha nem parkolnak ott autók és lezárható a takarítás idejére. A tavaszi nagytakarítás Faltól falig akciójának újabb állomásaként a Kánai út került sorra. Az Újbuda Prizma gépi és kézi erővel tisztította meg a járdát, a parkolókat és az utat, elvégezték a lombgyűjtést, a cserjék metszését, a kaszálást, valamint a gyommentesítést is.



## Eredményre vezetett a fegyelmezett gazdálkodás

## Elfogadták a zárszámadást

Nyereséges évet zárt a kerület – derült ki a 2022-es év zárszámadásából. Újbuda képviselő-testülete a Feneketlen-tó körüli park fejlesztéséről is döntött májusi ülésén. A kerület nem csatlakozik a parlament orosz-ukrán háborúval kapcsolatos határozatához, a testület saját nyilatkozatban támogatta Ukrajnát és a békét.

A májusi képviselő-testületi ülésen adták át az Újbuda Közbiztonságáért elismerő címet a Polgármesteri Hivatal nagytermében. A kitüntetés olyan rendőröknek, tűzoltóknak, polgárőröknek, közterület-felügyeleti dolgozóknak, valamint civileknek adományozható, akik kiemelkedő munkát végeznek a kerületben élők biztonságának megteremtésében és fenntartásában. **László Imre** polgármester és **Hintsch György** alpolgármester ezúttal **Osvárt János** rendőr őrnagynak, valamint **Szlovák Vince** tűzoltó századosnak adta át az elismerést.

## Sikerült növelni az önkormányzat vagyonát

A májusi testületi ülés legfontosabb napirendi pontja a zárszámadás volt; László Imre polgármester bevezetőjében elmondta,

## Újbudai képviselet Európában

Bács Márton önkormányzati képviselő fogja képviselni Újbudát az Európai Parlament új programjában. Az „Európa építése helyi képviselőkkel” program célja egy olyan együttműködési platform létrehozása, amely tájékoztatást nyújt a lakosoknak helyi szinten érintő, uniós vonatkozású témákról. A projekt ezt helyileg megválasztott képviselők önkéntes és alulról felfelé építkező hálózatának kiépítésével kívánja megvalósítani. Az Európai Unió egyedi demokratikus rendszere kölcsönhatásban van a tagállamok nemzeti, regionális és helyi demokratikus rendszereivel, az Európai Bizottság ezzel a programmal egy európai nyilvános szféra megteremtését célozza meg.

Rozsda marja Újbudát  
Újabb területen kezdődhet óriási ingatlanberuházás

Azonnali hatállyal rozsdadóvezeti akcióterülettel jelölték ki a kormány Újbudán a Fehérvári út–Galvani út–Szerémi út–Barázda utca közti területet, amely ma az Indotek Csoporthoz tartozik. A múlt csütörtökön érvénybe lépett, Orbán Viktor miniszterelnök által jegyzett döntés értelmében a most három kerületben kijelölt akcióterületeken változtatási tilalom nem alkalmazható, ez vonatkozik a folyamatban lévő ügyekre is. A rozsdadóvezetekben megvalósuló beruházásokhoz egyszerűbb megszerezni az építési engedélyt (amibe az önkormányzatoknak amúgy sincs beleszólásuk), emellett ezekre időkorlát nélkül vonatkozik az ötszázalékos áfa, melyet a lakások zövéi vissza is igényelhetnek.

A rendelet korábban társadalmi egyeztetésre bocsátották, sajtóbeszámolókat is közölt az Újbuda Önkormányzata és a helyi civilek tiltakoztak az átminősítés ellen, amellyel bármikor épület felhúzhatnának a területen, közben az önkormányzatnak kellene gondoskodni zöldfelületeiről, oktatási intézményekről, orvosi rendelőiről. – Orbán Viktor ismét figyelmen kívül hagyta az újbudaiakat érdeket és akaratát – közölte **László Imre** polgármester. – Újabb lakóparkot, mintegy 800 lakást és 70 ezer



2022-ben az önkormányzat teljesítette mind kötelező, mind önként vállalt feladatait. Az elképzelhetően növekvő működési költségek ellenére Újbuda Önkormányzata fegyelmezten és helyesen gazdálkodott, így közel 2,5 milliárd forinttal növelni tudta vagyonát. Arra a kormányparti felvetésre, hogy ennek fényében mégsem voltak olyan megterhelők a kormányzati elvonások, a polgármester azok felsorolásával válaszolt. – 2020 óta minden évben elvették a teljes gépjárműadó-bevételünket, két év alatt 700 millió forintot vontak el a parkolási bevételekből, 2019-hez képest 1,7 milliárd forinttal kevesebb lehet az iparüzési

adóból származó összeg. A kormány által megemelt szolidaritási adó 444 millióról több mint 3 milliárd forintra nőtt. Ha azt nézzük, hogy nagyjából 4,4 milliárd forint maradhatott volna nálunk, ki lehet számolni, mi mindent tudunk volna még megvalósítani – fogalmazott a kerület vezetője. Azt is bejelentette, a munkájukat erőn felül végző pedagógusok elismerése érdekében 25 főt részesítenek bruttó 250 000 forint anyagi elismerésben. Hozzátette, a kerület 10 millió forintos keret hoz létre, amelyből a gyerekeknek osztálykirándulást szervező tanárok részesülhetnek pályázat útján.

## Több jut fejlesztésre

A zárszámadási tervezet az előző évi önkormányzati költségvetés kiemelt feladatait, illetve azok teljesítését nyugtázta. A büdzsében utépitési, burkolatjavítási programok mellett olyan nagy beruházások költségei is szerepeltek, mint az Újbudai Gyermekegészségügyi Központ és Egynapos Sebészet, valamint a Diabétesz Központ fejlesztésére fordított összegek. Mindezek mellett óvoda- és óvodaudvar-felújításokra, játszótérek korszerűsítésére, zöldfelületi rehabilitációs programokra, szociális feladatokra, a Szent Kristóf Szakrendelő, valamint a civil szervezetek támogatására is költött az önkormányzat.

Az önkormányzat 42,8 milliárd forint bevételi főösszeggel és 35,86 milliárd forint kiadási főösszeggel zárta a 2022-es eszt

tendőt. A közel 2,5 milliárdos maradványösszeget a tervezet szerint többek között köznevelési és szociális intézmények fejlesztésére, a rendőrség és civil szervezetek támogatására, a közalkalmazotti cafetéria emelésére, parkfenntartásra, a Feneketlen-tó rehabilitálására, városi infrastruktúra-fejlesztésre és a szakrendelő támogatására fordítják majd.

## Beszámolt a rendvédelem

A XI. kerületi rendőrkapitányság 2022. évi beszámolóját ismertette **Jáger István** rendőrkapitány elmondta, mivel 2021-ben több volt a közlekedési baleset a kanyarodási, elsőbbségadási és irányváltóztatási szabályok megszegése, illetve gyorsajtás miatt, ezeken a területeken célzott ellenőrzéseket végeznek. A tavalyi eredményekről szólván elmondta, a személygépkocsi-lopások száma 55, a gépkocsifeltöréseké 50, a betörések pedig 20 százalékkal csökkentek.

## Megújul a Feneketlen-tó parkja

A képviselő-testület arról is döntött, hogy a Feneketlen-tó közpark komplex megújítására együttműködési és támogatási megállapodást köt a Fővárosi Önkormányzattal. A 300 millió forintos fejlesztés kivitelezője a főváros lesz, amely a projekthez 200 millió forinttal járul hozzá.

Újbuda Önkormányzata 91 millió önrészt vállal, amellyel, hogy 9 millió forintért elkészíteti a közparkfejlesztés hosszú távú terveit. A munkálatok során megújulnak a Feneketlen-tó melletti közpark zöldfelületei, felújítják a Kosztolányi Dezső téri vízarchitektúrát, fákat telepítenek a Bartók Béla út.

## Újbuda kiáll Ukrajna mellett

A Fidesz–KDNP-frakció kezdeményezte, hogy Újbuda csatlakozzon az orosz-ukrán háborúról szóló országgyűlési határozathoz. A képviselő-testület végül az ötpárti koalíció teljes egyetértésében, az alábbi módosító határozatot fogadta el, a Fidesz–KDNP-frakció szavazatai nélkül.

„Legyen béke, nemet mondunk a háborúra! Budapest Főváros XI. Kerület Újbuda képviselő-testülete elítéli Oroszország katonai agresszióját, elismeri Ukrajna teljes területi integritását, illetve jogát az önvédelemhez, és követeli az orosz csapatok azonnali kivonását Ukrajna területéről.

Újbuda Önkormányzata az ENSZ Alopkmányának 51. cikkelyével összhangban támogatja Ukrajna honvéde harcát annak érdekében, hogy a háború mihamarabb véget érjen, és béke legyen.

Büszkék vagyunk a szülőföldjük szabadságáért küzdő kárpátaljai magyarokra, és az ukrán népre!”



# Közösségi kert Gazdagréten

## Csaknem ötszörös volt a túljelentkezés



– Összesen 134-en jelentkeztek a Törökugrató utca közelében frissen átadott közösségi kert 28 ágyására, de most ennél nagyobb területet nem szeretnénk volna elkülöníteni erre a célra – mondta el a gazdagréti közösségi kert avatóünnepségén *Bakai-Nagy Zita* környezetvédelemért felelős alpolgármester, Gazdagrét önkormányzati képviselője.

Az újbudai lakótelepeken hatalmas az igény a kertészkedésre: akik most nem nyertek a sorsoláson, jelezték, hogy már alig várják a következő lehetőséget. Újbuda öt meglévő ilyen kertje köré már igazi közösség szerveződött: az ágyástulajdonosok sokat találkoznak, megosztják tapasztalataikat és segítik egymást. A legtöbb esetben Facebook-csoportot is létrehoznak, ahol például megszervezhetik az öntözést, ha egyikük elutazna. A gazdagréti, immár hatodik újbudai közösségi kertet is felügyeli egy tapasztalt közösségi kertész, aki minden kérdésben a lakók rendelkezésére áll.

Az önkormányzat kezdőcsomagot adott a sorsolás nyertesinek kertészkarrierjük beindításához: fejenként négy-négy paradicsom-, illetve paprikapalántát, minikapát, palántázó ásót, valamint öntözőkannát kaptak, amit az e célra épített szerzőkamrában tárolhatnak. Az átadón részt vett Keller Zsolt, Gazdagrét másik képviselője is.



## Madarak és fák napja

### Családi vetélkedő a Bükkönyben

„Eresz alól fecskéfia” – ezzel a mondókéval indult a Bükköny Óvodában idén a madarak és fák napja alkalmából szervezett családi vetélkedő. A nyílt napon a szülők is részt vehettek gyermekeikkel együtt; a hét állomásra osztott, versekkel kísért mozgásos játékok során szakértők és az óvónők segítségével ismerkedhettek meg egyes madarak életével. A Kertünk varázslatos fái nevű állomáson a harkály repetéséről volt szó, majd az óvodások kis térképkel járhattak végig egy labirintuson; feladatok teljesítésével – például fák életkorának megtipplésével – juthattak el egyik pontból a másikba. A Cinege nevű megállónál drámajáték várta a vetélkedőket.

A madarak és fák napján minden évben programokat rendeznek a kerületi óvodákban, hogy így is formálják a szülők és a gyermekek környezetvédelmi szemléletét.



## Csőri, a papagáj és Gabika, a sikló

Csőri, a Nagy Sándor-papagáj és kisebb társa sok másik madárral együtt kápráztatja el az óvodásokat a Lágymányosi Óvoda Újbudai Nyitnikék Telephelyén. A gyerekeknek *Tóth Gábor* solymász tartott előadást a madarak életéről a madarak és fák napja alkalmából. Az ovisek találkozhattak Gabikával, a siklóval és Sufnival,



a kisegérel is; meg is simogathatták őket. *Karkus Mihályné* intézményvezető elmondta: a környezetudatos nevelés jegyében egész évben tartanak hasonló eseményeket. – A gyerekek még rendkívül fogékonyak az új információkra, az állat-, növény- és természetrajzra gondolkodásra – tette hozzá.

### Felkészültek az óvodára

## Jutalmat kaptak a szorgalmas szülők

Einyerték jutalmukat azok a szülők, akik rendszeresen részt vettek a kerület Készüljünk együtt az óvodára! című rendezvénysorozatán.

Az önkormányzati fenntartású óvodák új kezdeményezéséért március 22. és április 26. között összesen nyolc alkalommal várták a szeptemberben óvodát kezdő gyerekek hozzátartozóit. Az eseményeken bölcsődei, óvodai, szakmai és gyermekjóléti szakemberek, óvodapszichológusok, logopédusok, gyógypedagógusok, konduktorok, valamint óvodások szülei nyújtottak segítséget egy-egy témában, és adtak tanácsokat a zökkenőmentes óvodába lépéshez. A sorozat végén a legalább négy előadáson megjelent szülők között

gyermekprogramokkal kapcsolatos nyereleményeket sorsolt ki két alpolgármester, *Bakai-Nagy Zita* és *Erhardt Attila*. A nyerelemények között volt négy személyes állatkerti, illetve vadaskerti belépő, gyermek-



könyvekre, játékokra beváltható 10 ezer forintos Kerekítő ajándékutalvány, illetve ugyanilyen értékű könyvutalvány a Pagony Kiadó jövőtábol.

# BOLDOG SZÜLETÉS NAPOT, ÚJBUDA!

Nagykorú lett Újbuda: a XI. kerület 18 esztendővel ezelőtt vette fel mai nevét. Az egész napos születésnapi rendezvény május 20-án volt a Bikás parkban, a fellépők két színpadon követték egymást.

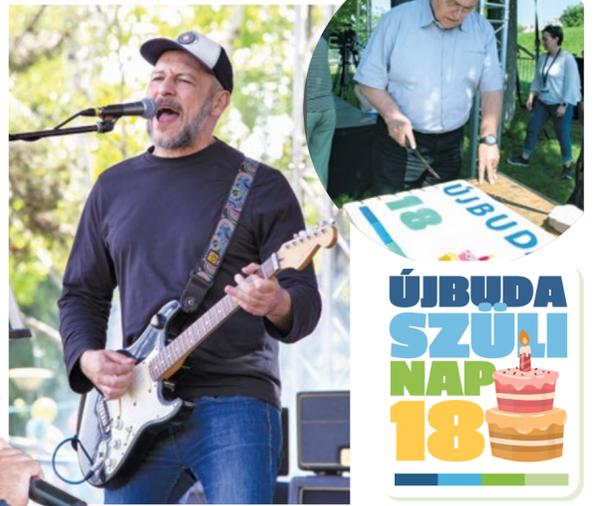
A nagyszínpad sztárvendégei között volt a Burok zenekar, *Gáspár Laci*, a Zanzibár, valamint *Charlie*. A fellépések között a kivetítőkön köszöntő üzeneteket nézhetek a látogatók, amelyekben a kerülethez kötődő ismert művészek – mások mellett *Kiss Tibor* és *Balanyi Szilárd*, *Balázs Andi*, *Jordán Tamás*, *Bálint András*, *Karafiát Orsolya*, *Frenk*, *Szekeress András* – meséltek el egy-egy kedves történetet.

A kis színpadon zajló pódiumbeszélgetéseken szó esett Lágymányosról, a századfordulós kulturális fellegváról és a Karinthy család irodalmi munkásságáról. Az érdekességeket *Nyáry Krisztián* és *Saly Noémi* irodalmár, valamint *Karinthy Vera*, *Karinthy Frigyes* dédunokája osztotta meg a nézőkkel, *Grécy Zsolt* moderálása mellett. Napjaink kulturális értékeiről színészek meséltek: *Bodrogi Gyula*, *Mészáros Béla*, majd *Kerekes József*. – Újbuda történelmére a folytonosság jellemző – mondta



köszöntőjében *László Imre*, Újbuda polgármestere. – A folyamatos fejlődés, a kerület feltöltése újabb és újabb életérzésekkel, az állandóság és a változás kiegyensúlyozottsága: ez a XI. kerület több évszázados látlelete. Egy kerület fejlesztése és története tulajdonképpen világtörténet. Felépítünk egy világot, ismerőssé, biztonságossá és szerethetővé tesszük. Így fonódunk össze Újbudával, megszemélyesítjük, hogy aztán ő teremtsen bennünk világot, és mi teremtjük az ő világot. Szimbólusban élünk, és ezt a szoros összefonódást és kapcsolódást hívjuk úgy, hogy otthon – emelte ki a városvezető, majd beszéde után felvették a születésnapi tortát.

A születésnapi programlehetőségek között volt rokkás, gyertyamártó- és kovácsműhely, boszorkánykunyó, jósa, kisállat-simogató, kódexmásoló, középkori, valamint századfordulós jelmezbemutató, ősmagyar jurta, csúzlizda és a Pál utcai fiúkat idéző golyózás is. Az ünnepséget sötétítés után lézer-show zárta.



**JÖJJÖN EL HOZZÁNK INGYENES HALLÁSVIZSGÁLATRA ÉS PRÓBÁLJA KI HALLÓKÉSZÜLÉKEINKET 15 NAPIG!**

**BUDAPEST, XI. KERÜLET, KÖRÖSY J. U. 7-9.**  
/A csarnok emeletén, az SZTK felőli oldalon/

**Egyeztessen velünk időpontot!**  
06 (1) 769 2916, 06 (70) 335 8416

**WIDEX HALLÓKÉSZÜLÉK STÚDIO**

KOR01/23/05/1

# ÚJBUDAI KÖZÖSSÉGI KÖLTSÉGVETÉS

## SZAVAZÓLAP

Állítsa 1-től 6-ig az Ön által preferált fontossági sorrendbe a kiválasztott projekteket!

### 1. KÖRZET: ÖRMEZŐ, KŐÉRBEEK, KAMARAERDŐ

- A. Mikes utca – fekvőrendőrök átépítése
- B. 10-15 fős rögzített, árnyékolt asztalok telepítése a játszótéren, ahol szülinapi zsúrokat tarthatnak a szülők
- C. Mobilitási pontok kialakítása
- D. Kerékpártámaszok kihelyezése
- E. Kutyafuttató nagytesszű kutyáknak a Balatoni úton agilítvány eszközök kihelyezésével
- F. Kapu elé pad építése a Hajós játszótéren

### 2. KÖRZET: ALBERTFALVA, KELENVÖLGY

- A. Fekvőrendőr telepítése az Albertfalva utcában található orvosi rendelő előtti parkolóhoz
- B. Kijelölt gyalogátkelőhely a Kővirág soron az aluljáró bejáratához
- C. 40 km/h órás sebességkorlátozás a Péterhegyi úton
- D. Közösségi tervezés után új utcabútorok a Sáfrány utcában (padok, asztalok, ivókút, pingpongasztalok, felnőtt sporteszközök)
- E. Kelenvölgyben az Albertfalva vasútállomás buszmegálló mellett az ellipszis alakú területen egy kisebb park kialakítása padokkal
- F. Kutyafuttató fejlesztése a Fehérvári úton a Fonyód utca és Budafok kocsiszín közötti részen

### 3. KÖRZET: KELENFÖLD, NÁDORKERT

- A. Zöld felületek tudatosabb kihasználása: mikroparkok, közösségi kertek, rovarhotelek és vágott gyepek helyett virágsegélyek létrehozása
- B. Új pingpongasztalok a Bártfai utcában
- C. Mobilitási pontok kialakítása
- D. Kerékpártámaszok kihelyezése
- E. Új padok telepítése a Tétényi út mellé
- F. Új padok, székek a Lecke utcai parkhoz

### 4. : LÁGYMÁNYOS, SZENTIMREVÁROS, GELLÉRTHEGY

- A. Babakocsi- és bevásárlókocsi-barát járdák: a járdapadkák U alakú süllyesztése az átkelőknél
- B. Gyerekbát „Vonatkínéz park” a Csukló utcánál – emelvényel, távcsővel, plexiborítású kilátóval (MÁV engedélyétől függ)
- C. Fedett kerékpártárolók a Baranyai utcai háztömbök közös belső kertjében
- D. A Kelenhegyi út kanyarulatában álló díszlépcső fejlesztése: keresztgerendák visszahelyezése, növények felfuttatása
- E. Kerékpártámaszok kihelyezése
- F. Oldalfal nélküli fedett biciklitárolók építése

### 5. KÖRZET: SASAD, SAS-HEGY

- A. Zebra kialakítása a Sasadi úton a Nagyszalonta köz buszmegállónál
- B. Pihenőpadok telepítése a Fáttra térre, hulladékgyűjtők kihelyezésével
- C. Új pingpongasztalok a Brassó-Komondor parkban
- D. 20 km/órás sebességkorlátozó táblák kihelyezése a lakó-pihenő övezetekben sasad-Sashegyen
- E. Kutyaurülékgyűjtő-láda kihelyezése a Törösvár utcában
- F. Padok kihelyezése a víztárolóval szemben a Dayka Gábor utcában

### 6. KÖRZET: GAZDAGRÉT, MADÁRHEGY

- A. Közlekedési tükkör kihelyezése a Keltike lejtőnél
- B. Ivókút, napvitorla, fészekhinta a Csillagrét játszótéren
- C. Új eszközök a Dzsungel kondiparkba: magasabb húzódzkodó és egy párhuzamos korlát
- D. Zöld növények ültetése a Madárhegyi lakópark utcáiban (Suhány, Rózsabarack, Hosszúréti utca)
- E. Új padok telepítése a Kaptató sétányra
- F. A Törökgratot utcai Katica bölcsőde főbejáratához kisebb kerítés a gyermekek védelme érdekében

Kitöltés online? Az alábbi linken megetheti:

[ujbuda.hu/otlet](https://ujbuda.hu/otlet)



# Interjú Nagy Gabriellával Budapest Nagyregény: fikció és valóság a XI. kerületről

**Kulturális eseménysorozattal ünnepli a főváros Pest és Buda egyesítésének 150. évfordulóját. Az emlékévként egyik meghatározó eleme a Budapest Könyvfőváros program. Ennek fő attrakciója a Budapest Nagyregény lesz, amely a főváros 23 kerületéről szól, 23 különálló, mégis összefüggő fejezetben. A XI. kerület történetén Nagy Gabriella író dolgozik.**

**» Kik írják a Budapest Nagyregényt? Írók vagy civilek?**

A 23 kerületről 23 író írja meg saját történetét, vagyis az írók írják. A civilek és helytörténészek által küldött érdekes sztorikat és adalékokat pedig felhasználhatjuk, ha illeszkednek a történetünkbe. Persze mi magunk is alapos kutatómunkát végzünk. Azt próbáljuk elmesélni, hogyan éltek az emberek az elmúlt 150 esztendő alatt ebben a mára monumentálisra nőtt városban és annak egymástól merőben különböző városrészeiben. A szerzők és a megírandó kerületek párosítása nem volt egyszerű feladat a szervezőknek, mert szinte mindannyian több kerülethez kötődünk, az ember élete során sok helyre vetődik, ugyanakkor ez a mozgás, a generációk, családok vándorlása jelenti az összekötő kapcsolatokat is

**» 23 szerző 23 stílusában egy összefüggő, regényként olvasható, izgalmas történet születik Budapestről**

az egyes történetek között, amitől a 23 írás regényként lesz majd olvasható.

**» Milyen, a XI. kerülethez fűződő történetek érkeztek a nyilvános gyűjtőkampány során?**

A kampány márciusban zárult, a dokumentumokat a Fővárosi Szabó Ervin Könyvtár munkatársai gyűjtötték össze. A válogatás során az igazán inspiráló, jó kiindulópontot és ötletet adó elbeszélések maradtak fenn a rostán, azokat kapták meg az írók. A XI. kerületről szóló fejezethez több olyan történet is érkezett, amelyek az én fejemben is megfordultak, például a Millenniumra megépült vigalmai negyedről. A Gellért-hegytől a Kopaszi-gátig elnyúló Lágymányosi szórakoztatócentrumot Kis Konstantinápoly-nak hívták, éttermei és szórakozóhelyei a villamosremiz dolgozóinak szánt Beszkárt-ház, később pedig, 1972-ben a kettő közé egy panel, amelyben egy házépítéssel foglalkozó vállalat dolgozott – amilyenek

zenél egy török katonai zenekar, Dankó Pista és Hamza Gyuszi cigányzenekara. Olasz tarantellások, kis-ázsiai népdal-énekesekek, török hastáncosnők is felléptek, orfeum és pezsgősátor üzemelt. Vicces, de azért ment csödbe, mert a Lágymányosi-tó közelsége miatt elárasztották a negyedet a szünyogok, és a szórakozásra vágyó vendégeknek elment a kedvük a vakarózástól. De vannak bőven még érdekességek: nem sokan tudják, de a Gellért-hegyi Citadella az 1849-ben lerombolt Csillagda nevű csilagvizsgáló köré épült, a Szent Imre Kórház területén pedig a népszerű Erzsébet sósfürdő működött, mert a földből glaubersóban gazdag gyógyvíz bugyogott föl.

**» Mik a Budapest Nagyregény alapszabályai?**

Szabály, hogy minden fejezetnek két fő korszakban kell játszódnia, azonban – ahogy minden regényben – olyan korokba is kitekinthetünk, amelyek a szereplők emlékezetében élnek. Az én elbeszélésem is ilyen. Alapvetően az 1930-as és az 1970-es évekre koncentrálok. A XI. kerület 1934-ben született, akkor osztották három részre az I. kerületet. A központi helyszíneim az életem színterei: a mai Karinthy Színház és a villamosremiz környéke. Ötven esztendeje élek a XI. kerületben, 1972-ben költöztünk a Bartók Béla útra a családommal, de laktam az Eszék utcában is. Utóbbi valódi bel-budai utca sárga keramittal a Kosztolányi Dezső tér, az egykori Lenke tér közelében. A mai Bartókot egyébként Fehérvári útnak hívták korábban a Budai körút elágazásáig, a mai Móríczig; ami azon túl nyúlt, és elért egészen a Kelenföldi pályaudvarig, az Átlós út volt, majd 1920-tól az egész megkapta a Horthy Miklós út nevet. A kerület már a századforduló környékén is rendkívül sokszínű volt, a magas házakkal beépített szakasz a Gellért tértől a körtérig (1920-tól Horthy Miklós körtér) egészen más képet mutatott, mint a külvárosi rész, ahol most is lakom. A század elején, még az Osztrák–Magyar Monarchia idején tömegek érkeztek az akkor még csak egyszerű vasútállomásként működő Kelenföldi pályaudvar környékére, hogy a jobb megélhetés reményében a munkaadó gyárak, üzemek közelében telepedjenek le.

Felfigyelve erre Kudelka Jakab építész a múlt század elején megvásárolt több környékbeli telket, amelyen 1910-re felhúzott három háromemeletes bérházat. De ez akkor még annyira külváros volt, hogy míg a Kelenföld Kocsiszín meg nem épült, és el nem indultak az első villamosok, Kudelka családja még ingyen kocsijáratokat is ígért a lakóknak, hogy ne mondják fel a bérletet, mert gyalog kell munkába járniuk. Ezekkel a házakkal szemben aztán 1913-ra felépült a villamosremiz dolgozóinak szánt Beszkárt-ház, később pedig, 1972-ben a kettő közé egy panel, amelyben egy házépítéssel foglalkozó vállalat dolgozott – amilyenek

### Szerzők és kerületek

I.: Cserna-Szabó András; II.: Krusovszky Dénes; III.: Vámos Miklós; IV.: Tompa Andrea; V.: Bartók Imre; VI.: Fehér Renátó; VII.: Kemény Zsófi; VIII.: Szvoren Edina; IX.: Simon Márton; X.: Mán-Várhegyi Réka; XI.: Nagy Gabriella; XII.: Háty János; XIII.: Németh Gábor; XIV.: Tóth Krisztina; XV.: Karafiáth Orsolya; XVI.: Kiss Noémi; XVII.: Grecsó Krisztián; XVIII.: Dunajcsik Mátyás; XIX.: Závada Péter; XX.: Szabó T. Anna; XXI.: Szécsi Noémi; XXII.: Kemény István; XXIII.: Dragomán György.



a szüleim voltak – vásárolhattak örökklást. Az írásomban ennek a három háznak a lakói a főszereplők, köztük a családom. Egymást néző házak a munkacím. De nem csupán erről a kisvilágról esik majd szó a történetben, a hőseim járnak-kelnek a városban, közlekednek, vendégek érkeznek hozzájuk, emlékeznek és mesélnek. Van mit, ugyanis sok köztük a történelem nagy fordulóit megszervező, küzdelmes életű ember.

Fontos még az is a nagyregényben, hogy a különböző kerületekről szóló fejezeteknek reflektálniuk kell egymásra. Mivel az én családom több mint 110 éve rákoszentmihályi, és a harmadik könyvemet írom rólok, illetve XVI. kerületi történetekből, adja magát, hogy Kiss Noémival találjunk a történeteinkben kapcsolódási pontokat. Részemről biztos lesz, hiszen több szereplőm is rákoszentmihályi. A terjedelemre vonatkozóan is vannak játékszabályok: legfeljebb 30 ezer karakter, azaz nagyjából tíz oldal lehet egy fejezet. A nagyregény tehát nagyjából 230 oldal lesz.

**» Ez egy fiktív történet? Mekkora hangsúlyt kapnak benne a beérkezett civil történetek?**

Sajnos az említettek kivétel nélkül csak töredékek, helytörténeti adatok értek el hozzám, nem személyes történetek. De törek-

szem rá, hogy a kerület jó pár izgalmas történet, legendája, pletykája is visszaköszjön az írásomban. Fontos tudni azonban, hogy minden gyűjtés csak alapanyag, maga a szöveg dönti majd el, hogy mit bír el, a szereplőim sorsába mi illeszthető. Ne várjon senki dokumentarista vagy történeti hitelességű könyvet, bár dokumentumokból dolgozunk, a fikció mozgatja a szálakat, a fantáziánk teremt meg és teszi élővé a hőseket, még akkor is, ha valaha élt valós figurák. Szépirodalom lesz, várostörténeti alapanyagból.

**» Az írók egyeztetnek egymással?**

Persze, fontos, hogy kapcsolódjunk, és ne átfedések legyenek, hanem izgalmas oda-vissza utalások, több fejezetben is felbukkanó, az egyik történetből a másikba vándorló szereplők és motívumok. Nem lesz egyszerű, hiszen a szerzők között olyan is akad, aki zárványként tekint a kerületre, amelyhez nem lehet kapcsolódni. De van idő, a végleges szövegeket július közepére kell megírunk, hogy a regény novemberben megjelenhessen. Mindenestre példátlan és különleges vállalkozás, amelynek végén 23 szerző 23 stílusban megír, 23 írói világot képviselő fejezetből remélhetőleg egy összefüggő, regényként olvasható, izgalmas történet születik Budapestről.

Tóth Kata

# IVÁSBAN VILÁGELSŐ A MAGYAR

## Beszélgetés dr. Zacher Gábor, sürgősségi orvossal

**Magyarország világrekorder alkoholbetegségben: a lakosság 21,2 százaléka alkoholista, mindenkit figyelembe véve, 15 évestől aggyastyánig. Miért iszunk ennyit? Honnantól lesz valaki alkoholbeteg? Baj-e, hogy kultúránk része az ivás? Dr. Zacher Gábor sürgősségi orvos segített megérteni, miként tettek minket a leggyengébb láncszemre a családi minták, a problémák szőnyeg alá söprése, a reklámok és a növekvő feszültség.**

– Végre értelmet nyer a „Nekünk Magyarország az első” miniszterelnöki szlogen – nyugtázta a hatvani Albert Schweitzer Kórház-Rendelőintézet orvosa a lakosságáramnyos alkoholfogyasztás eredményeit. Zacher Gábor hozzátette: az alkoholizmus mellett mindent megteszünk azért, hogy Európa élén álljunk a daganatos, valamint a megelőzhető betegségek okozta halálozásban is. Ami az alkoholt illeti, a második helyezett Oroszország és a bronzérmes Fehéroroszország mellett olyan nagy fogyasztó nemzeteket is megelőzünk, mint a britek, az írek, a németek, az olaszok vagy a franciák. A magyar férfiak több mint harmada, 36,9 százaléka alkoholbeteg, szemben a nők 7,2 százalékaival. Az adatok a World Population Review 2023-as alkoholtérképéről származnak, amelyek a WHO nem túl friss, 2016-os adataira támaszkodnak, de más kutatások is a csúcsra mérik Magyarországot. Egy 2020-as kimutató szerint a hazai 21 százalékkal szemben az EU-ban az alkoholbeteg aránya nem éri el a 10 százalékot, a súlyos alkoholfüggők aránya pedig 10, illetve 3,7 százalék.

Zacher doktor éppen 2016-ban kongatta meg a vészharangot: ha nem vigyázunk, a szállóigévé vált „egymillió alkoholista ország” leszünk, és most úgy látja, maximálisan teljesült a jóslat. A friss jelentés egyes értékei ugyan neki túlzónak, mások alulbecsülnek tűnnek, de a dobogós helyezések számára sem kérdéses.

### Követhetetlen házi szesz

A lakosságáramnyos világrekorder nem azt jelenti, hogy mennyiségben a magyarok innák a legtöbbet. Magyarországon évente fejeként átlag mintegy 11 liter tiszta alkohol fogy el, a rangsort vezető Csehországban viszont 14,2, Lettországon 13,2, Németországban 12,8 liter; az egy főre jutó fogyasztás listáján az első tízbe sem férünk bele. Ebben azonban az is közrejátszhat, hogy a Központi Statisztikai Hivatal (KSH) csak az érintettek egy részéről tud. A KSH ugyanis a jövedéki adóból számol, azt látja, mennyi alkoholt adtak el az üzletekben, miközben rengeteg embernek van szőlője, pár száz liter bora, amit megiszik, elad vagy elosztogat. Nem beszélve arról, hogy Magyarországon – ahogy Orbán Viktor egyszer megfogalmazta – a pálinka alapvető élelmiszer, napi két deci adómentesen főzhető belőle. – Ennél persze többet is főznek – emlékeztetett a sokáig toxikológiai osztályt vezető, alkoholmérgezőkkel is foglalkozó orvos, aki szerint mindent beleszámítva évi 17 liter körül lehet a hazai fogyasztás. Az elszegényedés pedig továbbnöveli a házi szeszek mennyiségét.

### Inkább a homokba dugjuk

Azzal, hogy asztal alá isszuk az egész világot, ordító ellentétben áll, hogy mennyire nem törődünk az egészszel. Az addiktológus szakma szerint Magyarország éppen úgy viselkedik, mint az idült alkoholista, aki folyton azt hajtogatja:

„Nekem nincs alkoholproblémám!”. Elekes Zsuzsanna, a Corvinus Egyetem szociológia professzora Alkohol és társadalom című tanulmányában már 2004-ben úgy fogalmazott, hogy a téma Magyarországon „nem került a társadalmi és politikai érdeklődés középpontjába”, és a társadalmi problémák körében az alkoholizmus kifejezetten alulvizsgált terület. „Nem ismerjük az alkoholfogyasztási szokásokat, (...) nem tudjuk, kik a mértékellen fogyasztók, és miért lesznek az”. A helyzet sem javult: hiányoznak az államilag koordinált leszokást segítő és prevenciós programok. Zacher Gábor szerint mindent elmond a kormányzati hozzáállásról, hogy Magyarországnak közel 2,5 éve nincs átfogó alkoholkezelési stratégiája, így nem hiszi, hogy bármi változna a jövőben. – Persze az előzővel sem jártunk jobban, hiszen a korábbi nemzeti drogrégiókat azt a megmosolyogtató és valós megoldásokat nélkülöző célt tűzte zászlajára, hogy 2020-ra az országot drogmentes övezetté teszi – tette hozzá.

### Minden nap sör – meggyötör

Az alkoholizmusból kivézető út első állomása, hogy megértjük a természetét, és tudjuk, mikortól tekinthetünk valakit alkoholistának. A WHO egyik ajánlása szerint felnőttek esetében heti 14, illetve 21 egységnyi alkohol fogyasztása még nem jelent gondot. A megállapítás azonban kihagy a képletből egy rendkívül fontos tényezőt. „Az alkohol pszichoaktív anyag, aminek addiktív potenciálja van” – szól a Családi Felépülési Központ fogalomtára. Ez azt jelenti, hogy hiába iszik valaki csak ennyit, a rendszeres fogyasztás hozzászokáshoz, függőséghez vezethet bárkinél. A problémát tovább súlyosbítja, hogy a rendszeres alkoholbevitellel párhuzamosan emelkedik a toleranciaszint, azaz elkezdjük „bírnai az ivást”. – Aki havonta egyszer elmegy a haverokkal bulizni, megiszik fél rekesz sört egy kis töménnyel, másnapos egész vasárnap, aztán hétfőn megy dolgozni, az nem alkoholista, legfeljebb nagyívó – magyarázta az orvos, aki szerint az alkalmi szociális ivás nem emeli meg a toleranciaszintet, ilyenkor még nem érvényesül az addiktív hatás. „De mi van azzal, akinél munka után, este háromszor szisszen fel a sörösdozoz, be sem rúg, ordítózás sem lesz otthon és a kisbalta sem kerül elő? Vajon ő alkoholbeteg? Igen, mert az élete részét képezi az ivás. Ha ő nem fogyaszt minden nap, elvonási tünetek lesz, és reggel már »kőműves actimellek« kezd a napot.”

A harmadik kategória a „problémás ivás”, amikor vállaltan azért iszunk, mert valós gondjaink vannak, nehéz élethelyzetben vagyunk, ez viszont igen könnyen vezet el a függőséghez. A szakember szerint semmi gond nem lenne azzal, hogy az alkohol része a kultúránknak, ha megfelelő kereteken belül tudnánk fogyasztani, de nem tudjuk, mert nin-

csenek tanult kereteink – megisszuk a harmadikat is.

### Légy önmagad! Igyál!

Az alkohol mint nemzeti drog minden más addiktív szerrel összehasonlítva példátlan elfogadást és toronymagas előnyöket élvez hazánkban. Szembeötlő, hogy míg dohányárut tilos reklámozni, árusítani pedig csak szigorúan elzárt térben, eltakart kirakat mögött lehet, addig alkoholreklámok tömege zúdulhat ránk az óriásplakátokról, a tévéből, az internetről. – Egyik sem arról szól, hogy legyél alkoholista, halj meg májzsugorban! A reklámok pozitív életérzéseket mutatnak be – mutatott rá Zacher. Ezek közé tartozik az a skót whisky hirdetés, amelynek irigylésre méltó életet élő főszereplője arról beszél, neki fontos az aktív pihenés, majd jön a szlogen: „stay true, ez én vagyok”. Egy másik reklám télelmondata egyenesen a rendszeres alkoholfogyasztásra buzdít: „Mindig van rá alkalom!” – Az egyik „kedvencem”, amiben egy ötvenes pasi piálva napozik a vízparton. Nyilván én is ezt szeretném inkább csinálni, minthogy 24 órától 22-t a sürgősségin vagy a mentőkocsiban töltsék. Ez egy vágy, ami eladható.

**Szembeötlő, hogy míg dohányárut tilos reklámozni, árusítani pedig csak szigorúan elzárt térben lehet, addig alkoholreklámok tömege zúdulhat ránk**

Még hozzá úgy, hogy kevesebben halnak meg dohányzás, mint alkoholfogyasztás következtében – világtótt rá a szabályozás visszasságaira az orvos. De nem csupán a dohányzásra tekint összevont szemöldökkel a magyar állam, a drogfogyasztásra null-tolerancia van érvényben, ami a gyógyászati célú szerekre is kiterjed, miközben Zacher Gábor szerint a magyarországi kábítószer-helyzet „egy roppant túlhájpolt történet”.

### Több stressz, több alkohol

Persze önmagában a reklám, de még az átlam télenlége is kevés ahhoz, hogy ennyi alkoholbeteget produkáljon egy ország. – Az alkoholnál jobb feszültségoldó szer nincs – jelölte meg a legfőbb okot az ivásra a sürgősségi orvos, aki szerint, ha körülné-

zünk, láthatjuk, hogy nem életünk legboldogabb szakaszát következében – világtótt rá a szabályozás visszasságaira az orvos. De nem csupán a dohányzásra tekint összevont szemöldökkel a magyar állam, a drogfogyasztásra null-tolerancia van érvényben, ami a gyógyászati célú szerekre is kiterjed, miközben Zacher Gábor szerint a magyarországi kábítószer-helyzet „egy roppant túlhájpolt történet”.

Persze önmagában a reklám, de még az átlam télenlége is kevés ahhoz, hogy ennyi alkoholbeteget produkáljon egy ország. – Az alkoholnál jobb feszültségoldó szer nincs – jelölte meg a legfőbb okot az ivásra a sürgősségi orvos, aki szerint, ha körülné-

léga, sok a munka, rossz idő van, gond van a gyerekkel, a házastársal. Ilyenkor megiszunk egy üveg bort, hogy enyhüljön a nyomás. De utána? – A probléma nem szűnik meg, ezért az adagot elkezdjük emelni. Átlagosan három-négy hónap alatt felépíthető egy alkoholistakARRIER – figyelmeztetett a szakember.

Fontos motiváció az átadott minta is: ha a gyerek látja, hogy otthon megiszunk egy liter bort, és nincs belőle balhé, jó eséllyel fogja beépíteni saját megküzdési stratégiájába az alkoholt. A sokat tapasztalt orvos szerint a „karrier” vége gyakran a hajléktalanság: a munkahelyről, a családból kiszlektálódott alkoholbeteg alól gyorsan elfogy a szociális háló, aztán már a boltban is egyre mélyebbre hajol az egyre rosszabb minőségű szeszer. Beszédes adat, hogy Magyarországon az alkoholisták 75 százaléka férfi, aminek oka egyrészt az, hogy a női ivászat társadalmi megítélése sokkal rosszabb, másrészt az alkohol okozta testi elváltozások jobban zavarják a nőket, mint a férfiakat.

### Az áremelés és a prevenció segíthet

A sürgősségi orvos szerint egy új alkoholstratégia képes lenne javítani a siralmas számokat. Úgy véli, változtatni kellene azon, hogy az Európai Unióban Magyarország az a legolcsóbb az alkohol. „Idejön az angol munkás, és a belvárosban akár 450 forintért, tehát 1 fontért iszik egy korsó sört. Manchestertben egy pint sör is 3-4 font. Naná, hogy hétvége ideugranak olcsó repülőjeggyel, olcsó szállásra, olcsón piál. A stratégia részeként nyugodtan meg lehet emelni a sör árakat, és megszüntetni az alkoholhirdetéseket.” Alapvető feladat volna egy országos prevenciós hálózat kiépítése is. „Beszélni kell a témáról az embereknek, de nem alkoholos zsírmáját meg repect nyelősöveget kell mutatgatni elrettentésül, hanem elmondani, hogy az alkohol része lehet az ünnepeknek, szórakozásnak, de keretek között.” A változáshoz hosszú évek munkája kell, ám a következő generáció már jobb mintának nevelkedhet fel. Aki ma alkoholistaként él, annál a tartós változás esélye alacsony. Óriási szerepe lehet az olyan civil szervezeteknek, mint az Anonim Alkoholisták, ahol pszichológusok helyett átlagemberek erősítik egymást: „ha ő meg tudta csinálni, hogy tíz éve nem iszik, akkor én is képes vagyok rá”. – A civilek részvétele azért is rendkívül fontos, mert az addiktológiai, pszichiátriai rendszer szörnyű állapotban van, a leterheltségük miatt nem számíthatunk rájuk annyira – magyarázta Zacher –, nem beszélve a túlfeszített alapellátásról, ahol öt-hat perc jut egy betegre, előregedett a szakorvosi gárda, az unión belül a második-harmadik legkevesebb orvossal rendelkezünk. „Nagy szer van a palacsintában, és ez a szar kezd kifolyni a tányérra” – összegezte a szakember.

### Ha nagy a teher, segít a gyógyszer

A káros addiktív feszültségoldók köréből nem lehet kihagyni a nyugtatókat: akik idegenkednek az alkoholfogyasztástól, de képtelenek kordában tartani a napi stresszt, jó eséllyel tablettákhoz nyúlnak. Sokan a receptfelíratással sem bíbelődnek, az internetről szerzik be az adagjukat, amit a 8-9 százalékos feketepiaci kereskedelem tesz lehetővé. – Ha most beütném a Google-ba, hogy Xanaxot, Frontint vennék, az első 50 site arról szólna, hogy van eladóm, holnap hívj fel, elintézzük – mesélte az orvos. A lehetőséggel 200-250 ezer ember él, noha 20-30 százalékkal többet fizetnek a szerekért. Bár kisebb nyilvánosságot kap, mint az alkohol, a nyugtatók fogyasztása egy az egyben leköveti a társadalmi kríziseket: a 2020-as járványévben egy év alatt félmillió dobozzal nőtt a benzodiazepin származékok hivatalos eladása Magyarországon. Ez a szám azért is óriási, mert nem promotált gyógyszerekről van szó, tehát nemcsak reklámjuk nincs, de orvoslatogató ügynök sem ajánlhatja. – A nyugtatók esetében is nagyon gyors a rászokás, és rohamosan emelkednek az adagok, így ez a szer szintén pár hónap alatt képes kemény függőket kinevelni – figyelmeztetett Zacher doktor.

Török Dániel



Rekordot döntött a III. Újbuda Streetball Fesztivál

# Utcai kosárlabda, sportcsarnokban



**Rekordlétszámú nevezővel, 35 csapat részvételével zajlott le május 13-án a III. Újbuda Streetball Fesztivál harmadik tornája, amelyet a Gabányi László Sportcsarnokban rendezett meg az Újbuda Sportjáért Nonprofit Kft.**



Az időjárás nem fogadta kegyeibe a III. Újbuda Streetball Fesztivál harmadik, eredetileg a Bikás parkba tervezett menetét, így végül a Gabányi László Sportcsarnok adott otthont az ezúttal is az Újbuda Sportjáért Nonprofit Kft. által szervezett eseménynek.

Az évről évre egyre népszerűbb rendezvény utolsó tavaszi állomására összesen 38 csapat nevezett – amire korábban még nem volt példa –, végül 35, 3+1 fős amatőr streetballgárda lépett pályára az NB I-es kosárlabda-mérkőzéseknek is otthont adó csarnokban. A színvonal méltó volt a körülményekhez, és a külön versenyek résztvevői is kitétek magukért. A hárompontosok legjobbjai, a mindössze 17 éves *Duka Lili* nyolcból nyolc kísérletet értékített, remekül teljesített a büntetők legjobban dobó *Turcsok Bence* is.

A 14–17 évesek korosztályában az Őrmezei Cartel végzett az élen, a 18–39 éveseknél az Egyiptomiak, megelőzve a gazdagréti és az Őrmezei tornán diadalmas-

kodó Whatsapp csapatot. A szenioroknál – ahol a pályán lévők összetételkorának el kellett érnie a 120 esztendő – ismét a Supermodels lett az első, akárcsak az előző két állomáson. A tavaszi torna abszolút győztese a Whatsup lett.

Az Újbuda Önkormányzatának támogatásával zajlott eseményen a fesztivál fővédnökei, – *Bakai-Nagy Zita* alpolgármester és *Keller Zsolt* önkormányzati képviselő – adták át a díjakat, a szpiker szerepét Magyarország egyik legjobb kosárlabda-szakértője, *Tóros Balázs* vállalta magára.

Az Újbuda Sportjáért Nonprofit Kft. munkatársai, a rendezvény szervezésében kulcsszerepet betöltő *Németh Kata*, *Németh Nóra* és *Szamos Marcell* így értékelték a tavaszi sorozatot a szervezet honlapján:

„Idén egyik alkalommal sem kaptunk negatív visszajelzéseket (...), ami pedig kifejezetten

pozitív volt, az a Gabányi László Sportcsarnokban lezajlott harmadik torna, ahol sokkal több pályán tudtak játszani a csapatok, remek minőségű parketten, jó megvilágosítással, kitűnő hangosítással. (...) Az első két körben nagyon rugalmasak voltunk, volt, hogy »be-eső« csapatokat is befogadtunk.

Az ingyenes, komoly szurkolótábor megmozgató fesztivál támogatói között volt az Újbuda Sportjáért Nonprofit Kft., Újbuda Önkormányzata, a két fővédnök, azaz *Bakai-Nagy Zita* alpolgármester és *Keller Zsolt* önkormányzati képviselő, valamint az önkormányzati ingatlanban működő *Trattoria Serafina* étterem, amely kedvezményeket pedig 60 ezer forint értékű vacsoralehetőséget ajánlott fel. – Az ajándéksoma-



gokban ott voltak a Jónás Craft Beer & Food kézműves serei is, ezeket természetesen csak felnőtt győzteseknek adtuk oda – tette hozzá Szamos Marcell. Megemlégtették a Booster masszázspiszotlyt és *Kemenczés Janót*, aki mindhárom tornán segítette a játékosok regenerációját a készülékekkel. – *Kummert Krisztián* és a Bikás Park Streetball közössége remek fotókat és videókat lőtt, a Testnevelési Egyetem önkéntesei hosszú ideje segítik a munkánkat – emelte ki Németh Kata.

*Simon Károly*, az Újbuda Sportjáért Nonprofit Kft. ügyvezetője a fesztivál kapcsán elmondta, hogy teljes mellszélességgel támogatják a közösségi sportolást előrelendítő kezdeményezéseket. Az önkormányzati cég 100 százalékosan odaállt a rendezvény mellé is, a sportszervezésben komoly tapasztalattal rendelkező munkatársak vállalták, és kiemelkedően elvégezték lebonyolítását.

# Akik itt felejtettek – egy jó olvasnivaló



Jó könyvet ajánlani mindig öröm. *Lugosi Viktória* új regénye, az *Akik itt felejtettek* sodró lendületű, izgalmas olvasmány váratlan fordulatokkal, személyes és történelmi drámákkal. Az alapja valós, egy olyan világról szól, amely teljesen elfelejtődött Magyarországon, mindez egy apa-lánya konfliktus történetébe ágyazva. Egy már felnőtt nő keresi az okát az elmerült, elhallgatott múltban annak, hogy az apja miért viselkedett vele egész életében olyan furcsán és ellentmondásosan, ahogy.

– Ez egy regény – kitalált eseményekkel. Ugyanakkor sok kutatás előzte meg, hiszen ahhoz, hogy a történet hiteles legyen, tudnom kellett, milyen is volt ott az élet, hogyan zajlottak a hétköznapok, hogy nézett ki az egykori deszki Gerliczy-kastély, ahol zsidó gyerekek laktak, akik túlélték ugyan a háborút, de vagy senkijük nem maradt, vagy a túlélő hozzátartozók képtelenek lettek volna gondoskodni róluk. Tudnom kellett, kik voltak a tanárok, milyen volt az a héber nyelvű, úgynevezett Tarbut iskola, ahol tanultak és így tovább. Ehhez sok segítséget kaptam régi deszki gyerekektől, akiket hosszas keresgélés után Izraelben találtam meg,

és akik a mai napig állítják, hogy életük meghatározó élménye volt az az egy-két év, amit ott töltöttek. És természetesen elolvastam mindent, ami fellelhető volt erről a témáról – mondja a szerző.

– Ez egy két szálon zajló történet, részben a jelenben játszódik, részben pedig 1946-ban. Azt hiszem, nyugodtan mondhatom – folytatja *Lugosi Viktória* –, hogy nem egy, hanem legalább két nemzedéket érint és feszít az elhallgatás problémája. Sokan és sokszor elmondták már, hogy a holokauszt traumájáról hallgattak a túlélők. En az akartam megírni, ami azután, a felszabadulást követően történt, mert sokan arról sem voltak hajlandók beszélni. Ez pedig azért lényeges, mert ennek a csöndnek a következményeit nemcsak azok viselték, viselik, akik hallgattak, elhallgattak, hanem a gyerekeik és az unokáik is. Ma már pszichológiai alapvetés, hogy a ki nem mondott fájdalom és az öröm is nyomaszthat, mint minden lappangó családi titok – emlékeztetett az író.

D. J.

**Az online életre is nevelni kell**

## Óvatosan a „kütyüzéssel”!

**Offline szülő, online gyerek címmel tartott előadást május 11-én az önkormányzat üléstermében Tari Annamária klinikai pszichológus, pszichoterapeuta, akinek egyik szakterülete az online tér és a közösségi média hatása az ember személyiségére.**

A szakember egyebek között olyan kérdésekkel foglalkozott, hogy milyen pszichés hatásai vannak a „kütyüzésnek”; miért kell nagyon tudatosnak lenni a gyermekek okosesköz-használatával kapcsolatban. Hangsúlyozta, hogy a családban kezdettől fogva az élet szerves részévé kell tenni a beszélgetést az internetről. Hasznos, ha a gyerekek tudatosul, hogy érdeklődnek az iránt, amit csinál, és meghallgatják. – Az online világban sem a felhasz-

nálókban, sem pedig az alkalmazásokban nem szabad megbízni. Elhithetik velünk, hogy a törles gombra klikkelve bármit eltűnethetünk, holott azok a dolgok is a digitális lábnyom részeivé válnak, mindennek nyoma marad, amit teszünk – figyelmeztetett a pszichológus. *Tari Annamária* kiemelte, hogy két iparágban nevezik a termékek fogyasztóját felhasználónak: a drogüzletben és az IT-szektorban.

T. K.

## apróhirdetés

### Ingatlan, lakás

**VÁSÁROLNÉK** 2-3 szobás új, esetleg régi építési lakást. T.: 06/70/325-4309.

**EGYSZOBÁS, ERKÉLYES** lakást keresünk a XI. kerületben, vagy cserélünk a XII. ker. Őrbánhegyi új lakásokra ráfizetéssel. 06/30/584-1495, este.

### Villany, víz, gáz, fűtés

**FIGE Z.** reg. Gázos, víz-fűtés: 06/30/966-0542.

**VILLANYSZERELÉS** azonnal! Hibaelhárítástól a teljes felújításig. *Petrás József* villanyszerelő mester. ELMŰ-ügyintézés! 246-9021, 06/20/934-4664.

**VÍZ-, FŰTÉSSZERELŐ GYORSSZOLGÁLAT:** csap, szifon, WC-tartály, radiátor, elzáró villanybojler cseréje, javítása. 06/70/642-7526.

### Lakásszerviz

**LAKÁSFELJÚJTÁS** teljes körűen: 202-2505, 06/30/251-3800, Halász Tibor.

**KLÍMAMEN:** klímatisztítás, karbantartás, csere, új klímabepítés. Hívjon bizalommal! Tel.: 06/30/857-2653.

### TV, számítógép

**SZÁMÍTÓGÉP-JAVÍTÁS**, -telepítés, vírusirtás. Ingyenes kiszállással. 06/30/857-2653.

### Szolgáltatás

**FESTÉST, MÁZOLÁST,** burkolást vállalkozó, nyugdíjasoknak kedvezményesen. Bűrtörmozgatóval, takarítással. Tel.: 06/30/422-1739.

**LAKÁSTAKARÍTÁST** vállalkozó: 06/30/9402-565.

### REDŐNY, relaxa, szunyogháló,

napellenző készítése, javítása. Redőnytokok szigetelése. 06/1/356-4840, 06/30/954-4894.

**SZOBAFESTÉST,** tapétázást vállalkozó garanciával: 06/30/913-8245.

**SZOBAFESTÉS, MÁZOLÁS,** tapétázás, homlokzatszigetelés saját állványzattal, teljes körű felújítás 20 év tapasztalattal, céges háttérrel. Budapest és vonzáskörzetében. *Stefán Szilárd:* 06/30/964-3857.

**REDŐNYJAVÍTÁS,** gurtncsere: 06/20/321-0601.

**KONTÉNERES** szállítás, söder, homok, zöldhulladék, termoföld. 06/20/4646-233.

**SZŐNYEG-** és kárpittisztítás helyben azonnal, 06/70/271-7871.

### Gyógyászat

**HÁZHÓZ MEGYEK!** Fogorvos készítését, javítását vállalom garanciával. Hívjon bizalommal! Tel.: 06/20/980-3957.

### Állás

**NYUGDÍJAS TELEFONOSOKAT** keresünk. Heti fizetés. Tel.: 06/70/554-9384

### Régiség

**TELJES HAGYATÉKOT VESZEK,** lakáskiürítés padlástól a pincéig. Vételnél vagy lomtalanságnál tereprendeztés is vállalkozó: 06/20/802-2062.

**25 ÉVES AZ ATTICUS ANTIKVÁRIUM!** Könyvek, könyvtárak készpénzes vétele ingyenes kiszállással. Hívjon most! 06/20/931-3773.

**BÉLYEGET, PÁPIR-, FÉMPÉNZEKET,** festményeket és egyéb régiséget vásárolunk, árverésre átveszünk. VI., Andrássy út 16. Tel.: 317-4757. H:12-17; K: Sz: 10-17; Cs: 10-19.

### KELETI SZŐNYEG

és műtárgybecsüs vásárlás, régi szőnyegek, selymi állapotban is. Kézpénzfizetéssel. Kiszállítás díjtalan. 06/30/456-3938.

**BUDAI JÓZSEF HAGYATÉK,** lakáskiürítés. Felvásárolunk antik bútort, szobrokat, órákat, ezüsttárgyakat, ékszereket, pénzürmeket, kintételeket. Viberrel: 06/70/673-7787, antik@magyarantik.hu

**XI., PÉTERHEGYEN HAGYATEKBLŐ BŰTOR,** lakberendezési és háztartási eszközök ingyen elvihető. EL ADÓ 6 személynél ékezőgarmitúra, ágy, tállal- és előszobaszekrény, többféle mozgássérült segédeszköz. 06/30/495-0840.

### Gondozás

**IDŐSEK GONDOZÁSÁT** VÁLLALOM. beviszállás, takarítás, csekkék befűtése, orvoshoz szállítás. 16 éve jogosítvánnyal rendelkezem. Hívjon bizalommal: Farkas Alexandra, 06/20/229-6649.

### Szabadidő, sport

**WING TSUN KUNG FU - MAGÁNÓRA.** Eredeti, kínai harcművészet-oktatás: +36/90/9000-889.

### Könyvek

**KÖNYVEKET, MŰTÁRGYAKAT** ANTIKVÁRIUM VÁSÁROL, www.vertiesantikvarium.hu, 06/20/425-6437.

### Vegyes

**AUTÓFELVÁSÁRLÁS** azonnali készpénzfizetéssel, állapotól függetlenül. 06/30/682-1390.

**NERC, RÓKA** mindenfajta szőrmébundát vásárolok, teljes ruhaneműt hagyatékot: 06/20/229-0986

Sérültek javára adakoztak Újbuda vállalkozásai

## Több mint ötmillió forint gyűlt össze

Összesen 72 kerületi cég és nagyvállalat képviselője vett részt Újbuda Önkormányzatának jótékonykassági rendezvényén, az Eperpartin. A tavaly hagyományteremtő szándékkal indult kezdeményezés azzal a szándékkal jött létre, hogy felhívja a figyelmet egy-egy Úbudán működő nonprofit segítő szervezetre, és adományokat gyűjtsön neki. Idén a Bliss Alapítvány volt a kedvezményezett. Az Őrmezei működő szervezet nem beszélő, súlyosan, halmozottan sérült fiatalokat tanít alternatív módon

vezető ismertette az alapítvány munkáját, mások mellett felszólalt *Göncz Kinga*, a Bliss Alapít-



vány fővédnöke és *László Imre*, Újbuda polgármestere.

A partia meghívott cégek korábban többször is bizonyították, hogy nyitottak a jótékonykodásra és az önkéntes segítségre: az önkormányzattal közösen részt vettek már óvodai kerítés festésében, faültetésben, a Sas-hegyi megtisztításában. Ezúttal csak a rendezvényen több mint ötmillió forint gyűjtöttek össze a Bliss Alapítványnak, de az adományozás még nem zárult le.

– Újbuda vállalkozói emberiségből és önzetlenségéből ismét jelesre vizsgáztak – fogalmazott Facebook-bejegyzésében Újbuda polgármestere.



kommunikálni, komplex, magas színvonalú képzést nyújtanak gyerekeknek és gyógypedagógusoknak.

Az eseményen *Kálmán Zsófia* alapító tag és *Trexler Erik* ügy-

## Kitüntetések adtak át a Petőfi Laktanyában



A Magyar Honvédség vitéz *Szurmay Sándor* Budapesti Helyőrség Dandára minden évben ünnepi állománygyűlésen emlékezik meg az újbudai Petőfi laktanyában a magyar honvédelem napjáról. Idén a csapatzászlók fogadása, majd a Himnusz után *Kalóczkai Zsolt* főtörzsrösterem mondt ünnepi beszédet. Ezt

követően *Mudra József* ezredes kitüntetések adtak át a legregebben és kiemelkedően szolgáló katonáknak, valamint a honvédelem közalkalmazottainak.

Az '50-es évektől 1991-ig szeptember 29. volt a fegyveres erők, illetve a magyar honvédség napja, a kormány 1992-ben tette át ezt május 21-ére – ezen dátumon foglalta vissza Budát a Górgéy Artúr tábornok által vezetett magyar honvédsereg *Heinrich Hentzi* osztrák császári tábornok csapatától. Újbuda önkormányzatát *Hintsch György* alpolgármester képviselte az eseményen.

**IDŐPONT:** 2023. június 11. vasárnap 9.00

**TALÁLKOZÓ HELYSZÍNE:** Kamaraerdő Ifjúsági Park, Nagysátor (Kamaraerdei út 12-14.)

**A RÉSZVÉTEL REGISZTRÁCIÓHOZ KÖTÖTT, MELY AL ALÁBBI LINKEN ÉRTHETŐ EL.**

Regisztrálni 2023. június 7. 16.00 óráig lehet.

**TÚRANAP A TISZTÁB KAMARAERDŐÉRT**

## fogadóórák

**DR. LÁSZLÓ IMRE (DK)** polgármester
Előzetes egyeztetés alapján.

Jelentkezés: fogadoora@ujbuda.hu

**BAKAI-NAGY ZITA (DK)**

alpolgármester, 16. evk., Előzetes egyeztetés alapján: +36/70/684-7145, bakainagy.zita@ujbuda.hu
**BARABÁS RICHÁRD (PÁRBESZÉD)** 1. evk. képviselő, kulturális alpolgármester. Előzetes egyeztetés alapján: www.facebook.com/BarabasRichard. Telefonos elérhetőség: +36/70/684-7427. Levelezési cím: barabas.richard@ujbuda.hu

**ERHARDT ATTILA (MOMENTUM)** alpolgármester 12 evk. önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: erhardt.attila@ujbuda.hu, +36/20/316-2925
**HINTSCH GYÖRGY (MSZP)** alpolgármester Alpolgármesteri fogadóóra minden hónap első szerdán. Bejelentkezés az alábbi telefonszámon lehetséges: +36/70/684-7147

**OROSZ ANNA (MOMENTUM)** egy. képv. Fogadóóra minden szerdán 16.30 és 18.30 között a Villányi út 48-ban. Előzetes bejelentkezés szükséges a 06305910979 telefonszámon

**TÓTH ENDRE (MOMENTUM)** egy. képv. Fogadóóra előzetes egyeztetés alapján. Telefon: +36/70/618-0092. E-mail cím: toth.endre@momentum.hu

**BÁBA SZILVIA (JOBBIK)** 13. evk., önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján telefonon a +36/70/379-9163-as telefonszámon vagy a baba.szilvia@ujbuda.hu e-mail címen

**DR. BÁCS MÁRTON (DK)** 7. evk., önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: +36/70/902-1837, bacs.marton@ujbuda.hu

**BUDAI MIKLÓS (MSZP)** önk. képv. 8. evk. Előzetes egyeztetés alapján: +36/30/655-3042, budai.miklos@ujbuda.hu

**CSERNUS LÁSZLÓ (FIDESZ-KDNP)** önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: +36/20/597-5600, csernus.laszlo@ujbuda.hu, csernus.laszlo@fidesz.hu

**DAÁM ALEXANDRA (MOMENTUM)** 6. evk., önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: daam.alexandra@ujbuda.hu, +36/50/184-3396

**ELEKES TAMÁS (FIDESZ-KDNP)** önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: +36/20/201-8588, elekestamas@fidesz.hu

**GÖRÖG ANDRÁS (MSZP)** 11 evk., önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: +36/50/966-2187, mail@gorogandras.hu

**DR. HOFFMANN TAMÁS (FIDESZ-KDNP)** önk. képv. hoffmann.tamas@ujbuda.hu

**JANKÓ ISTVÁN (FIDESZ-KDNP)** 5. evk. önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: +36/30/655-3033, jankostivan59@gmail.com

**JUNGHAUZ RAJMUND (FIDESZ-KDNP)** 15. evk., önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: +36/70/942-4624, junghauz.rajmund@ujbuda.hu

**KELLER ZSOLT (MSZP)** 17. evk., önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: +36/70/539-0580, zsoltkeller@gmail.com

**KREITLER-SAS MÁTÉ (LMP)** 4. evk., önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: +36/30/571-1922, sas.mate@lehetmas.hu

**LADOS TAMÁS (MOMENTUM)** 14. evk., önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: lados.tamas@momentum.hu, +36/30/9588-375

**DR. MOLNÁR LÁSZLÓ (FIDESZ-KDNP)** önk. képv. +36/50/948-8084, molnar.laszlo@ujbuda.hu

**NAGYÉN ANTAL ANIKÓ (FIDESZ-KDNP)** önk. képv. +36/70/563-7230, antal.aniko@ujbuda.hu

**NÉMETH GYÖNGYVÉR (MOMENTUM)** 2. evk., önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: nemeth.gyongyver@momentum.hu, +36/30/740-5960

**RÁDI KÁROLY (DK)** 10. evk., önk. képv. +36/30/547-7468, radi.karoly@ujbuda.hu

**SZABÓ LÁSZLÓ (FIDESZ-KDNP)** önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: +36/20/486-3300, szabo.laszlo@ujbuda.hu, szabo.laszlo@fidesz.hu

**SZECSDÓDI PATRIK (Mi Hazánk)** önk. képv. Minden pénteken 9–11 óráig a Mi Hazánk Mozgalom Újbudai Szervezetének

Bartók Béla út 96. alatti irodájában. Egyeztetés: szecsdodi.patrik@mihazank.hu, 06/30/870-4700

**TÓTH MÁRTON (MSZP)** 3. evk., önk. képv. Előzetes egyeztetés alapján: +36/30/164-4482, +36/70/413-2314, marton.toth@mszp.hu

**VARGA GERGŐ (DK)** 9. evk., önk. képv. Egyeztetés alapján: +36/70/475-9049, varga.gergo@ujbuda.hu

<b>kerületi kormányablak</b>
<b>Boeskaai út 39–41.</b>
Hétfő: 8.00–18.00
Kedd: 8.00–16.00
Szerda: 11.00–19.00
Csütörtök: 8.00–16.00
Péntek: 8.00–14.00

# Közösségi házak ajánlója

**Albertfalvi Hely- és Iskola-történeti Gyűjtemény**
**1116 Budapest, Pentele utca 8.**
https://www.facebook.com/albertfalvihelyortenetigyujtemeny

**Május 26. 16.00**
**A valóság, és ami alatta van**
Közel 80 esztendeje, az albertfalvai Duna-védőgát emelésekor bukkantak elő az első olyan cserépedények, melyek egyértelművé tették, hogy Albertfalva déli területén a föld alatt komoly római kori leletek pihennek. Azóta több részletben is folytak ásatások, ezek eredményeiből és dokumentumaiból mutatunk be egy válogatást kiállításunkon.

**Albertfalvi Közösségi Ház**
**1116 Budapest, Gyékényes utca 45–47.**
https://www.facebook.com/Albertfalva200
https://akh.ujbuda.hu/

**Május 30. 18.00**
**Etele Helytörténeti Kőr – Albertfalva Bédéker**
Az Újbudai Kirakós program részeként elsőként Albertfalva érteiket mutatják be röviden blogon és később kiadványban. Várják mindazokat, akik ismerik Albertfalvát, szívesen részt vennének az anyaggyűjtésben, írásban, szerkesztésben, vagy egyszerűen csak kibicé-ként támogatnák ezt a munkát. A részvétel ingyenes.

**Június 3. 10.00–22.00**
**Albertfalvi Mustra**
Szabadtéri családi rendezvény a Gyékényes utcában. Vendég: Újbuda Ruszin Önkormányzata. Ízelítő a színpadi programokból:
10.00 Ünnepeles megnyitó a Weiner Harsona Kvarattal, majd az albertfalvai iskola és a Szilует Тánc Стúдиó műsora
11.15 Álom-Bákom Bábcsoport: Az arany-szóló pinytőke – bábéloatás
14.00 Újbudai Babszem Táncegyüttes
15.00 Gesualdo Kamarakórus
15.30 AKH Opera- és Dalstúdió
16.15 Újbuda Ezüstkar
17.00 Ruszin nemzetiségi műsor
17.45 Petőfi Musical Stúdió
18.30 Tánchemutató és -oktatás
20.00 Utcabál a Pedrofonnal

További programok: vezetett helyismereti séta Albertfalván, kalandtúra, szeniorörömtánc az aszfalton, fazekas korongozás, repülés-madártávlatból, helytörténeti sátor, kézműves foglalkozások, kirakodóvásár. Eső esetén a színpadi programok a közösségi házban lesznek. A szervezők a műsorváltozás jogát fenntartják.

**Június 3. 10.00–15.00**
**Albertfalvi Helytörténeti Kalandtúra**
A kalandtúrán sok érdekes és hasznos információt szerezhetnek meg a résztvevők Albertfalva múltjáról. A túrát kizárólag csapatok teljesíthetik, minimum két, maximum öt-hat fővel. A játék az Albertfalvi Közösségi Háztól indul, ahol a csapatok megkapják a feladatlapokat, ezeket ugyanitt kell leadni a kalandtúra teljesítése után.
Eredményhirdetés 16.45-kor az Albertfalvi Mustrán, utána a helyes válaszokat is ismergetjük. Mindenki ajándékot kap, aki teljesíti a túrát.
A játék részleteiről a https://akh.ujbuda.hu/ honlapon, illetve az Albertfalvi Közösség Ház Fb-oldalán tájékozódhatnak.

**Gazdagréti Közösségi Ház**
**1118 Budapest, Törökugrató utca 9.**
https://www.facebook.com/gazdagretikozosseghaz/
https://gkh.ujbuda.hu/

## impreszum

Kiadó neve: Média 11 Kft. • Kiadó címe: 1113, Budapest, Zsombolyai u. 5. • Kiadáért felelős személy neve: Molnár Krisztina • Szerkesztésért felelős személy neve: Tóth István Gergely • Levelezési cím: Bp. 1518 Pf.: 135 • Telefon: 381-1307 • e-mail: media11@ujbuda.hu • Megjelentetés 80 000 példányban • Szerkesztő: Szabó Márta • Korrektor: Paola Fernández • Újságírók: Dési János, Kelemen Angelika, Nagy András, Tóth Kata, Török Dániel • Hirdetés: 381-1307 • marketing@ujbuda.hu • Tervezés/terjesztés: KOY • Nyomatás: Projektor RD Kft. • Felelős vezető: Harci Tamás ügyvezető igazgató • Terjeszti a Eurowell Logisztikai Kft. • Az újságban megjelent hirdemények és hirdetések tartalmáért a szerkesztőség felelősséget nem vállal. Személyes apróhirdetés feladás: hétfőn és szerdán 8-15 óráig a 209. irodában.

**Május 26. 18.00**
**Panelninja – szereplő: Magyar Attila**
Ha könnyed, szórakoztató stand-up színházat szeretne látni, akkor a Panelninja jó választás. Humoros, de elgondolkodtató előadás, egyszerű színeszi játékkal, improvizációkkal. A történet Bodovács Egonról szól, akivel megállt az idő. 45 évesen még az anyjával lakik, annak a panellakásnak a felszobájában, amelyben felnőtt. Egon elhatározza, hogy beváltja az életkupont, és megvalósítja álmait. Ehhez azonban cselekedni is kellene... Jegyek a jegy.hu oldalon keresztül válthatók.

**Május 27. 15.00–18.00**
**Gazdagréti Pattogós Gyereknap**
Gyereknap alkalmából minden kicsit és nagyot pattogásra invitálunk, a szó legjobb értelmében. Érkezik Misi bohóc labdás műsorával, *Gregus Anikó* vidám gyermekkoncettel. Lesz foci, pingpong, tenisz, csocsó, labdás akadály-pálya, pattogtató és dekázó verseny, airtrack, trambulín és ugrálóvár. A gyerekek pecsétkeket gyűjthetnek a pattogós ajándékokért. A rendezvény minden programeleme díjtalan.

A Gazdagréti Közösségi Ház programjairól, valamint rendezvényeiről bővebb információt itt talál: 

**Május 29. 16.00**

**Kaptár Ifjúsági Klub**
**1112 Budapest, Neszmélyi út 36.**
https://www.facebook.com/kaptarifjusagiklub/
**10+ és 18- fiataloknak!**

**Május 29. 16.00**
**Vitanap**
A megvitatandó kérdés: melyek az emberiség legégetőbb kihívásai jelenleg, és hogyan tud majd ezekkel megküzdeni? Elsz, halsz azért, hogy tiéd legyen az utolsó szó? A vita úgy fog menni, mint a filmekben vagy sorozatokban: előre kijelölt témák mentén, pódiumoknál, moderátorral. Természetesen adunk felkészülési időt is, hogy megtaláld a legjobb érveket, amivel meggyőzhetsz mindenkit.

**Június 2. 16.00**
**Zenés délután**
Zenélsz valamilyen hangszeren, de nem mindenki örül otthon, ha nekállsz délután koncertezni? Akkor hozd el magad és a hangszered május 2-án a Kaptárba, játszd le a kedvenc számod, utána pedig zenéljünk együtt!

**Június 5. 16.00**
**Miniolimpia**
Ezen a délutánon a sportversenyek mellett a magyar olimpiai bajnokok történeteivel is megismerkedhetnek majd a sportőrült fiatalok. Úgyhogy, ha nem vagy a sportpályák királya, de szeretted és szeretnéd a sporttörténet világát, akkor érdemes ellátogatnod a Kaptár Ifjúsági Klubba június 5-én.

Várjuk a 10–18 év közötti fiatalokat minden hétköznap 16–20 óráig ingyenes és változatos programjainkra, melyekről bővebb információt itt talál: 

**Kelenvölgyi Könyvtár**
**1116 Budapest, Bazsalikom utca 24.**
1/228-7340
https://www.facebook.com/gazdagretikozosseghaz/
https://gkh.ujbuda.hu/

**Kelenvölgyi Közösségi Ház**
**1116 Budapest, Kardhegy utca 2.**
https://www.facebook.com/kelenvolgyikozosseghaz
khh@ujbuda.hu

**Május 25. 19.00**
**Gogol: A revizor**
Az I. kerületi Petőfi Sándor Gimnázium színjátszó körének előadása. A program a Kelenvölgyi Polgárok Köre szervezésében valósul meg.

**Május 27. 10.00–14.00**
**Kelenvölgyi gyereknap**
Idén is a ház melletti kert hívja a gyerekeket és szülőket sok-sok játékkal, érdekességgel, bohóc műsorral, bábéloatással.

**Május 27. 18.00–22.00**
**Kelenvölgyi rockklub**
Közreműködik a Hestia és a Zepp Forever. Belépő: 1000 Ft

**Május 30. 18.00–19.00**
**Gongmeditáció**
A vezetett gongmeditáció vagy hangfürdő alkalmas a stressz kezelésére, a mindennapi rohanás utáni relaxációra. Belépő: 1000 Ft. A részvételhez előzetes regisztráció szükséges.

**Örmezei Közösségi Ház**
**1112 Budapest, Cirmos utca 8.**
okh@ujbuda.hu, Telefon: 06/1/309-0007

**Május 27. 19.00–22.00**
**Nosztalgiatáncest**
**Bakacsi Bélával**
Az ’50-es, ’60-as, ’70-es évek legismertebb magyar és külföldi táncdalaival. A részvétel előzetes jegyvásárlással biztosítható. Asztalfoglalás és jegyvásárlás hétfőtől péntekig 10–19 óráig a közösségi házban. Jegyár: 2200 Ft

**Május 31. 20.00**
**Ismérés extra – online**
Online beszélgetős sorozat Örmezőhöz kötődő ismert, érdekes személyiségekkel. Vendég: *Tar Csilla*, a Modul Art Academy vezetője. Házigazda: *Szegedi Zsuzsanna* szakmai referens. A beszélgetés az ÖKH Facebook-oldalán követhető.

**Június 2. 9.00–10.30**
**Anyakapocs beszélgetőkör: Kötődés a párkapocsban**
A beszélgetéseket vezeti: *Bekecs Boglárka* (pszichológus), *Varga Linda* (coach, HR-szakember), *Erdő Enikő* (párkapcsolati és válási mediátor, grafológus). Hozd magaddal gyermekedet is, játszószarokkal várjuk! Részvételi díj: 2000 Ft. A részvételi regisztrációhoz köttt (anyakapocs@gmail.com).

**Június 2. 19.00**
**Beatles ’60 – karikatúrakiallítás a gombafejűekről**
Kiállító művészek: *Vén Zoltán, Török Tivadar, Keczel Gabriella, Kőrösi Ilona, Homolya Gábor, Balogh Patrik, T-boy, Gedeon Péter, Urszinyi Fehér Csaba, Dluhopolszky László.* A tárlatot megnyitja: *Vén Zoltán* grafikus. Közreműködők: *Marsi József* Beatles-szakértő és életrajzíró, valamint a Weiner Rézfúvós Együttes. Helyszín: Kréher-terem és Kávézó Galéria. A kiállítás megtekinthető június 26-áig, nyitvatartási időben. A belépés díjtalan.

**Június 3. 15.00–19.00**
**Retró táncdaldélután**
Élő zene, kiváló énekesek műsora, tánc, jó hangulat. Házigazda: *Nógrádi Béla* és *Lukács Katica*. Érdeklődni: lukaticaca@gmail.com, t.: 06/30/904-6171.

*Részletes tanfolyamkínálatunkért tekintsek meg Fb-oldalunkat!*

*A programokra jegyek elővételben is vásárolhatók a helyszínen. A műsorváltozás jogát fenntartjuk!*
https://www.facebook.com/ormezei

## pártok eseményei

■ **A XI. KERÜLETI DEMOKRATIKUS KOALÍCIÓ PROGRAMJAI**

Az újbudai választókerület elérhetőségei: e-mail: bpt1@dkp.hu, www.facebook.com/demokratikuskoalicioujbuda, tel.: 06/20/977-7478, 06/21/300-1000. Az iroda címe: 1114 Bp., Kosztolányi Dezső tér 11. Az iroda minden szerdán 15–18 óráig várja az érdeklődőket.

■ **A XI. KERÜLETI FIDESZ PROGRAMJAI**

A Fidesz XI. kerületi szervezetének munkatársai az alábbi elérhetőségeken várják az érdeklődők megkeresését. Cím: 1111 Bp., Budafoki út 9–11., nyitva tartás: hétfőtől csütörtökig 12-17, pénteken 9-14. Mobil: +36/20/2000-781, e-mail: ujbuda@fidesz.hu, web: facebook.com/fidesz11ker, simicskoistvan.hu, facebook.com/simicskoistvan.

■ **A XI. KERÜLETI KDNP PROGRAMJAI**

A KDNP-iroda [1111 Bp., Karinthy F. út 9.] minden hétköznap 14–17 óra között tart nyitva. Június 1-jén 18 óráig a KDNP-irodában Cszmadia Ervin politológus, a Méltányosság politikaelnöke központ igazgatója tart előadást „Örök szeparatizmus? Magyarország Európában” címmel. Június 3-án 10 óráról Klebelsberg Kuno Villányi úti szobránál [Szt. Imre-templom mellett] tartunk megemlékezést a Nemzeti Összetartozás Nagja alkalmából. Beszédet mond: Máthé Áron történész, a Nemzeti Emlékezet Bizottságának elnökhelyettese. Programjainkra minden érdeklődőt szeretettel várunk!

■ **A XI. KERÜLETI JOBBIK PROGRAMJAI**

Az Újbudai Jobbik elnöke és önkormányzati képviselője, Bába Szilvia a +36/70/3799-163-as telefonszámon és a baba.szilvia@jobbik.hu érhető el. Kövessék híreinket a Jobbik Újbuda Facebook-oldalán!

■ **A XI. KERÜLETI LMP PROGRAMJAI**

Friss információ híreinkről, programjainkról: www.facebook.com/lmpdelbuda, tel.: 06/20/209-5932, e-mail: bpt1122@lehetmas.hu. Ha szerínted is sürgősen cselekedni kell a klímavészelyzet miatt, és te is olyan világot szeretnél, ahol a profit nem előzi az embert, gyere, és csatlakozz hozzánk! Jelentkezés:https://lmp.hu/csatlakoz

■ **A XI. KERÜLETI MSZP PROGRAMJAI**

Telefonos ügyelet: 205-3655; e-mail: ujbuda@mszp.hu, www.ujbuda.mszp.hu, www.facebook.com/mszpujbuda

■ **A XI. KERÜLETI MI HAZÁNK MOZGALOM PROGRAMJAI**

A Mi Hazánk értelmiségi holdudvarából alapított Fekete István Szabadegyetem következő előadását Ábrahám Barnabás, a legnagyobb jobboldali hírportál munkatársa tartja. Népbírósgai koncepciók pereke a Horthy-kori magyar elit ellen címmel június 8-án, csütörtökön 18 órától a Bartók Béla út 96. alatti párthelyiségben. Házigazda: Novák Előd országgyűlési képviselő.

■ **A XI. KERÜLETI MOMENTUM PROGRAMJAI**

Tisztelt Olvasók! Május 27-én is szeretettel várjuk Önöket utcai fogadóóránkra 9–11 óra között, ezúttal a Vahot utcai piacon. Jöjjenek bátran, és mondják el észrevételeiket! A részletekért és aktuális információkért kövessék figyelemmel politikusaink, valamint a Momentum Újbuda Facebook-oldaít!

■ **A XI. KERÜLETI PÁRBESZÉD PROGRAMJAI**

Az aktuálisokról és programokról a www.facebook.com/BarabasRichard oldalon kaphat naprakész tájékoztatást!

# 60+ PROGRAMAJÁNLO

**Az Újbuda újságban ízelítőt olvashat programjainkról. A teljes kínálatról a www.idosbarat.ujbuda.hu honlapon, az Újbuda 60+ Program Facebook-oldalán, illetve hétköznap 9–14 óráig a 372-4636-os telefonszámon érdeklődhet.**

**Színes nyárközöntő programözön**

Ahogy egyre több napsütés és meleg nap várható, többet vágyunk a természetbe, és ez rendjén is van. Arra az esetre viszont, amikor esik a májusi eső vagy kevesebb időnk van kirándulni, remek lehetőségek kínáltnak a 60+ programközpontok. A korábban beharangozott, illetve már jól ismert programok mellett négy új, izgalmas és ígéretes kezdeményezés indul a Kérő utcai központban. Kakuktojás köztük az az életmódváltó program, amely azoknak készült, akik nemrég mentek nyugdíjba, és nehézségeket okoz nekik az új létforma. De lesz lelki öngyógyítás, generációk közötti kertészkedés és barkácsolás, valamint folytatódik a gazdagnak ígérkező „Kalandozás a művészetek világában” is. A szervezők szeretettel várják régi és új kedves ügyfeleiket a régi filozófia zászala alatt: Újbudán az élet 60 felett nem áll meg, sőt, akkor indul be igazán!

**Jaj de jó, nyugdíjas lettem! – életmódváltó és felkészítő tanfolyam friss nyugdíjasoknak**
Sokkann öröm, de többeknek gond, ha véget érnek a munkával töltött évek, és nyugdíjasok lesznek. Nem lesz rám már szükség? Mit csináljak most, mihez kezdjek? Magányos leszek?



Az átállás egy másik életformára, főleg az elején, több kérdést vet fel, és szinte mindenkinél nehézséget okoz. Ennek terhéé szeretné hasznos tanácsokkal, információkkal, gyakorlatokkal és szakmai vezetéssel csökkentenii az Újbuda 60+ Program egyedülálló új tanfolyama.

A programra olyan Újbudán élő polgárokat várunk, akik az elmúlt két évben mentek nyugdíjba. A tanfolyamról szóló ismertető előadás időpontja: május 31. 12.15–13.15. Helyszín: Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ (Kérő utca 3.). A programra előzetes jelentkezés nem szükséges. További információ: hétköznap 9–14 óráig között személyesen vagy a 372-4636-os telefonszámon.

**Alkossunk együtt az óvodásokkal!**

Új, generációk közötti program indul a Kérő utcai központban a környezetvédelem jegyében. Azokat várják erre, akik szeretnek alkotni, ragasztani, közösen dolgozni oviskorú „ezermesterekkel”, illetve akiknek fontos környezetük védelme és ennek hangsúlyozása. A kicsik és a legnagyobb által hétköznapi tárgyakból, szaktézők és óvodapedagógusok vezetésével készítenő közös műveket később ki is állítják majd. Időpont: június 8. 9.00 órától kb. 12.00 óráig. Helyszín: Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ (Kérő utca 3.). A programra előzetes jelentkezés szükséges. Jelentkezni lehet május 30.–június 6. között hétköznap 9.30–13.30 óráig személyesen vagy a 372-4636-os telefonszámon.

**Ültessünk narancsfát!**

Közös bölcsődei kertészkedés a legkisebkekkel

Aki szereti a növényeket, a kertészkedést és a kicsi gyerekeket, azokat egyedi programra várjuk. Szakember segítségével lehet különleges növényeket ültetni és ápolni a legapróbb kertészekkel együtt. Többek között kakastaréj, begónia és dália, valamint narancs-, mandarin- és citromcserjék kerülnek egy gyönyörű mediterrán bölcsődei kertbe.

Időpont: június 9. 9.00–11.00. A bölcsődébe közösen indulunk 9.00 órakor az Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központból (Kérő utca 3.). A programra előzetes jelentkezés szükséges. Jelentkezni lehet május 30.–június 6. között hétköznap 9.30–13.30 óráig személyesen vagy 372-4636-os telefonszámon.

**Érzelmi problémák idős korban – lehetünk-e boldogok, ha idősek vagyunk?**

Idősebb korban ugyan úgy gondolkodnak, az élet természetes velejárója, hogy hetente többször van valamilyen rossz érzésünk, bántó gondolatunk vagy szorongásunk. Szerencsére ez nem igaz, létezik olyan idősor, amiben minimális a rosszkedés és sokkal több a boldog és szép pillanat, viszont ehhez tennünk kell.

A Lelki öngyógyítás idős korban című tanfolyam nem kevesebbet vállal, mint hogy tudást és gyakorlatot ad azoknak az idősorúaknak, akik

# 60+ PROGRAMAJÁNLO

szeretnének boldogabbak és derűsebbek lenni, és vállalják, hogy tesznek is ezért a mindennapokban. A tanfolyamról szóló ismertető előadás időpontja: május 31. 11.00–12.00. Helyszín: Újbudai Önkéntes Kooridinációs és Módszertani Központ (Kérő utca 3.). A programra előzetes jelentkezés nem szükséges. További információ: hétköznap 9–14 óráig személyesen vagy a 372-4636-os telefonszámon.

2023. 06. 07.  
10<sup>00</sup>-15<sup>00</sup>  
Budapest,  
Bikás park

**SZÉPKORÚAK SPORTFESZTIVÁLJA**

INGYENES

# A MOZGÁS KORTALAN!

KÜLÖNBÖZŐ MOZGÁSFORMÁK • MOZGÁSELMÉNY PONT • SÉTAFOCI  
ZENÉS-TÁNCOS FOGLALKOZÁSOK • KIÁLLÍTÓK • SZÜRÖPROGRAMOK  
MASPORT.HU

## Iskolai kórusok versenyeztek



lési bizottságának elnöke mondott beszédet, kiemelve a kultúra értéktartó erejét. Budapesten egyedül Újbudán szerveznek olyan hangversenyt, amelyen a kerület szinte minden iskolája képviselteti magát. A kórusverseny több mint ezer tanuló és pedagógus egész éves munkájának koronája, megmutatta, hogy a kerület diákjai a profikhoz közelítő teljesítményt tudnak nyújtani annak ellenére, hogy iskolai körülmények között nem könnyű feladat ilyen színvonalat elérni. A zsűri ítélete szerint legjobban szereplő intézmények énektanárait és kórusvezetőit elismerésben részesítették.



## keresztrejtvény

Juhász Gyula: Májusi óda c. költeményéből idézünk 2 sort.  
Vízszintes: 1. Névelő. 3. Az idézet első sora (O, E, E, R, D). 13. Édesség, gyermeknyelven. 14. Henyél páros betűi. 15. Az áramerősség mértékegysége. 16. Felvizezett. 17. Görög eredetű férfinév. 20. Rosszsz-

felszerszámoz. 8. Női éneklang. 9. Gabonát öntenek bele a malomban. 10. Ybl Miklós építész névbetűi. 11. Sportolni kezd! 12. Hegyi állat. 16. Az idézet második sora (Y, M, E, R, T). 18. Bosszús indulatszó. 19. Tova. 22. Sporttrikó. 24. ... Basinger, Oscar- és Golden Globe-díjas amerikai színész. 27. Körömmel

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	↘
13					14				15			
16				17	18			19		20		
21			22					23	24	25		
26		27			28	29		30	31			
		32			33			34	35			
36	37			38				39		40	41	
42							43					
44				45			46				47	
			48	49	50				51			
52	53		54		55			56		57		
58		59		60				61		62		
63		64		65		66		67			68	
69			70			71			72	73		
↙												

dulatúan alattomos. 21. Francia arany. 22. A test mérgeletlenítője. 23. Kerti házikó. 25. Kiejtett betű. 26. Prágai agyagszobor. 28. Kén és germánium vegyjele. 30. Aprókat lép. 32. A közelebbi. 33. A zsolnárokban 71-szer előforduló, vitatott jelentésű szó. 35. Jelenleg. 36. Maró folyadék. 38. Barlang a Bükkben. 40. Német névelő. 42. Betyárildó. 43. Fehér borszóló. 44. Londoni tölgy! 45. Többször erre menő. 47. Östulok része! 48. Költői sóhaj. 50. Izraeli énekesnő (Eden ALENE). 51. Feltéve. 52. Észak-macedóniai város. 55. Pusztít. 56. Bécsbe menni! 58. Errefele! 59. Exvilágbajnok lett sakkzó (Mihail). 61. Dűne-tenger. 62. Római 51. 63. Zsüpfedel eleme! 65. Egy hideg érára jellemző. 68. Uncle ..., az Amerikai Egyesült Államokat megtestesítő képzelt személy. 69. Habzsolná. 71. Pest városi gyermekváros. 72. ... Boleslav, cseh város.  
Függőleges: 1. A váltóáram angol betűjele. 2. Pénzmozgás nélküli fizetés. 3. Juss. 4. Csók fele! 5. Jókedvű. 6. Lengyel sci-fi író (Stanislaw). 7. Lovat

eltávolít. 28. Javítja. 29. Afrikai emlős. 31. Perza uralkodó. 33. Barlang bejárata. 34. Kis tengeri hal Polinéziában (ATURE). 37. Fényérzékenység az USA-ban. 38. Részben mosdik! 39. Vissza: időmérték. 41. Kézzelel jelez. 46. Izraeli város lakója. 49. Meggyőződés. 51. Sebhely. 53. Zajos multság. 54. Borneói fejedelemség törzs tagja. 56. Mesemondó német testvérpár (Jacob és Wilhelm). 57. Árubá bocsátá. 60. Folyadék. 61. Erbium vegyjele. 64. Fül betűi keverve. 66. Az alaphangsor 5., 4. és 3. hangja. 67. Azon a helyen. 68. Fordított ferrum! 70. Ismeretlen monogramja. 73. Kettőzve: Monori művészno keresztneve.  
Beküldendő: vízsz. 3. és függ. 16. Beküldési határidő: a megjelenést követő hét keddje. Cím: 1518 Budapest, Pf.: 135. vagy a rejtvény@ujbuda.hu e-mail címre. 2023. 09. SZÁM REJTÉNYÉNEK MEGFEJTÉSE: „Bened kaptam első féskemet, szívem a szíveddel lüktetett”. Nyertes: Pappné Eperjesi Boglárka, 1118 Bp., Törbágy u. Nyeremény: könyvjutalom, mely a szerkesztőségben (Zsombolyai u. 5.) vehető át.

## Két aranyérmert szerzett Mihálovits Tamás Újbudai világcúcs a Szervátültetettek Világjátékán

A Szervátültetettek Világjátékán, tizenegy sportág különböző korosztályokban megrendezett viadalán összesen 18 arany-, 24 ezüst- és 18 bronzérmert szerzett magyar sportolók.



Az újbudai Mihálovits Tamás súlylökésben világcúcsot döntött. A 48 éves atléta veleszületett policisztás betegség miatt 2015 óta veseátültetett. A sikeres szervátültetés után kezdett el dobóatlétikával foglalkozni, edzője, Pethő

Ferenc vezetésével fejlődik azóta is hétről hétre. 2018-ban már részt vett a Szervátültetettek és Művesekezeltek Európa-bajnokságán, ahol megszerezte az Európa-bajnoki címet, majd 2019-ben a Szervátültetettek Világjátékán világcúcsot let két dobószámában is világbajnok. Akkor azt mondta, „szeretném, hogy a jövőben két-három korosztályban is az én nevem álljon a világcúcsok mellett, olyan eredménnyel, ami tekintélyt parancsol”. Az idei világjáték első atlétikai versenynapján a nemzetközi mezőnyben is óriásként ismert versenyző (205 cm/123 kg) súlylökésben nemcsak abszolút győztes lett, hanem saját korábbi világcúcsát megjavítva állt a dobogó tetejére. Az atlétika második napján gerelyhajításban a 4. helyen végzett, majd diszkoszvetésben megvédte világbajnoki címét. Mihálovits Tamás így a 2023-as ausztráliai világjátékot két aranyérmel zárta, és elérte a számára rendkívül fontos célt, a súlylökés új világcúcsát.



## Nyári sporttáborok Újbudán

2023 nyarán is számtalan sporttábor várja az újbudai gyerekeket, ifjú sportolókat, akik a legváltozatosabb lehetőségek és különböző sportágak közül választhatnak az Újbuda Sportjáért Nonprofit Kft. által üzemeltetett sportlétesítményekben, illetve a kerületi kluboknál, egyesületeknél.

A kerület sportegyesületei és klubjai idén is igyekeznek minél több gyereknek lehetőséget nyújtani arra, hogy nyári sporttáborokban tanulhasson úszni, sportoljon és közben sok közösségi élménnyel gazdagodjon. Az alábbiakban a sok száz gyermeknek mozgás- és kikapcsolódási lehetőséget nyújtó táborokat és a hozzájuk kapcsolódó lehetőségeket mutatjuk be helyszínek szerinti bontásban.

**SPORT11**  
1112 Budapest, Kánai út 2.

- A SwimWars Úszóiskola már tizenötödik éve várja sok szeretettel régi és új résztvevőit a nyári úszótáborára, a Sport11-be. A mindennapos, 2x60 perces, tudásszintnek megfelelő, alacsony létszámú, csoportos úszásoktatás mellett – a strandolás és a vízi játékok az úszásoktatáson felül zajlanak – egyéb színes programokkal is kedveskednek a gyermekeknek (elektromos kis autózás, lovaglás, játékos angol foglalkozás, lézeres céllövészet stb.).

A táborban a napi háromszori minőségi étkezés mellett a legkisebbeknek az ebéd utáni alvási is lehetőségek lesz (klimatizált helyiségben, meseolvasással vagy mesénézéssel).

A XI. kerületi állandó lakcímmel rendelkező óvodáskorú gyermekek táboroztatását Újbuda Önkormányzata idén is fejenként tízezer forinttal támogatja. Tovább információk: [ujbudauszas.hu](http://ujbudauszas.hu); jelentkezés: Sárosi József, 06/30/995-9747.

- Öt etapban indul a nyáron Magyarország legnagyobb mountain bike utánpótlás-egyesülete, a Superior Racing Team napközis kerékpáros tábora, ahol rengeteg program, kerékpáros edzések és teljes ellátás várja a jelentkezőket a Sport11-nél. A táborban minden óvodás- és iskoláskorú gyermek jelentkezését várják. További információk: <https://www.superiorracingteam.com/napkozistabor>; Sós Sándor, 06/30/786-2087.

- Nyári Sporttábor a Sport 11-ben és intenzív tanfolyam a délutáni órákban minden hétköznap! Kilenctől hétig várjuk a gyerekeket táborainkba, ahol számtalan programmal, rengeteg mozgással és sporttal, illetve játékkal tölthetik napjaikat!

- A napi rendszerességű úszás mellett rengeteg strandolás, labdajátékok, műfű, sportcsarnok használat, bobozás, lovaglás, kamaradei kirándulás, arcfestés és sok-sok közös játék, amely emlékeztet a tábortól való élményeire a gyerekeknek. Don Pepe-ebéd a helyszínen, péntekenként pizzázás! Kicsiknek pinészi lehetőségek! Várunk mindenkit, aki szereti a mozgalmal örömetl kikapcsolódást, és mellette csiszolhatja

a teljesen kezdőket és a haladó tudással rendelkezőket is szívesen látják majd júniusban, illetve augusztusban. A táborokat minimum 12 fő jelentkezése mellett indítják el a Sport11-ben. Jelentkezés: [squashakademia@gmail.com](mailto:squashakademia@gmail.com) és 06/30/964-9870. További információk: [facebook.com/squashakademia](https://www.facebook.com/squashakademia)

### NYÉKI IMRE USZODA

1116 Budapest, Kondorosi út 14.  
Az OSC vízilabda-egyesülete idén nyáron harmadik alkalommal szervezi meg nyári gyerektáborát a Nyéki Imre Uszodában. Négy turnusban várják 6–10 éves fiúk és lányok jelentkezését. Az OSC szakképzett edzői az úszástanulással mellett játékosan ismeretlik meg a gyermekeket a vízilabdával. Úszástudás nem szükséges! Jelentkezés és további információk: [Kerek-Lipcséi Krisztina](mailto:Kerek-Lipcséi Krisztina): 06/30/904-1512; [Szép Brigitta](mailto:Szép Brigitta): 06/70/408-2540.

### ÚJBUDA

- A MAFC Kosárlabda Akadémia a következő időpontokban tart kosárlabdátáborokat a kerületben több helyszínen is, az alábbi időpontokban:
  - június 19–23.: 2012 és 2015 között született fiúk
  - június 19–23.: 2008 és 2011 között született fiúk
  - június 26–30.: 2008 és 2012 között született fiúk
  - augusztus 1–31.: 2008 és 2012 között született fiúk
  - augusztus 21–31.: 2013 és 2014 között született fiúk
- További információk és jelentkezés: [info@gyerekuszas.hu](mailto:info@gyerekuszas.hu)
- A Gumikasa Úszóiskola (a volt Orosz Andrea Úszóiskola) tábora összesen öt turnusban, júniusban és júliusban is várja a Kánai úton az úszópályánál öt éves kortól. Jelentkezhetnek az úszni még egyáltalán nem tudó kicsik és a gyakorlottabb gyerekek is. További információk: [www.gumikacsauszokola.hu](mailto:www.gumikacsauszokola.hu) Jelentkezés: [gaboruszoda@gmail.com](mailto:gaboruszoda@gmail.com) és 06/30/590-5276.
- A Budapest Squash Akadémia nyári squash edzőtáborában

Újbuda Önkormányzata meghívja Önt

**SZÉL DÁVID:**  
INTERAKTÍV ELŐADÁS  
**AZ ELÉG JÓ CSALÁDRÓL**  
címmű előadására

**június 9. 18.00**  
BUDAPEST FŐVÁROS XI. KERÜLET ÚJBUDA ÖNKORMÁNYZATA  
Képviseleti-terem 1113 Budapest, Zsombolyai u. 5. földszint

A rendezvény megrendezésének célja a szociális helyzetű családok támogatása, a szociális szolgáltatások megismerése, a szociális szolgáltatások igénybevétele, a szociális szolgáltatások igénybevétele, a szociális szolgáltatások igénybevétele.

MINDEN ÉRDEKLŐDŐT SZERETTEL VÁRUNK!

**Tavaszi zsongás**

ÚJBUDA ÖNKORMÁNYZATA MEGHÍVJA A XI. KERÜLETBEN ÉLŐ KÖZNEVELÉSI SZÜLŐK, CSALÁDKAT TÁVASZI ZSONGÁS CÍMŰ RENDEZVÉNYSOROZATÁNAK ÖTÖDIK FÜGŐYBEN ÜZLŐ ALKALMÁRA

**PROGRAMOK**  
10.00-10.30 **Baba-mama torna** Nemes-Bukovszki Zsófia Kangotrainer, KangalMóm és Pirkánka oktató  
10.30-11.00 **Ritmus program** Venczell Mónika  
11.00-11.30 **„Védőoltások”** előadás, Varga Annamária védőnő, Szent Kiriál Szakrendelő,  
„Veszélyforrások kigyomlálásakor” előadás, Pétercselly Szász Judit Szent Kiriál Szakrendelő

Rendezés időpontja a programot látó linken, az Újbuda Sportcentrumban rendezik meg (Budapest, XI. kerület, Birtóli út 52/B) Regisztrálni az előbbi linken, vagy QR kóddal regisztrálhat. <https://forms.office.com/Wc5Mq1-6>  
A rendezvény megrendezésének célja a szociális helyzetű családok támogatása, a szociális szolgáltatások megismerése, a szociális szolgáltatások igénybevétele, a szociális szolgáltatások igénybevétele.

**június 9., péntek 10.00**  
**BIKÁS PARK** Szívszínvonalas játszóter előtti füves terület

A részvétel ingyenes, de regisztrációhoz kötött.

# Vámos Miklós: „Nem ismétlem önmagam”

**Még írni sem tudott, amikor már kitá-  
lált történeteivel traktálta a szüleit.  
Később a Beatles-láz belőle is zenészt  
csinált, ám miután megjelent első  
írása, tudta, csak ezzel akar foglal-  
kozni. Vámos Miklós József Attila-díjas  
író a Mássalhangzó című beszélgetés-  
sorozat vendégeként a sikeres regény  
titkáról, inspirációiról és munkamód-  
szeréről árult el részleteket Gréczy  
Zsoltnak és a B32 közönségének.**

Vámos Miklós tinédzser korában bandát alapított barátjaival, ahol gitározott és énekelt. A lakáspróbák után nem sokkal annyira befutott az amatőr zenekar, hogy az akkor másodikos gimnazista Vámóst az utcán is felismerték. Lelkesedését csupán az törte meg, amikor a Gerilla nevű együttest a „Gazsi cigányról” szóló dal miatt letiltotta a cenzúra, és őt a KISZ-ből is kizárták. (Az ifjú kommunisták azonban hamar megbocsátottak neki, hiszen kicsivel később KISZ-díjjal tüntették ki.)

A zenei karriernek egy csapásra vége szakadt, amikor 18 évesen publikálták első írását. Az Új írás című folyóiratban sorra jelentek meg művei – okozott némi megrökönyödést, amikor a tinédzser fiú atlétában jelent meg az újsághoz kötődő nagy öregek baráti körében. Bár a legnépszerűbb magyar írók közé tartozik, nem ismeri a sikerregény receptjét, de mint mondta, biztosan nem követi el azt a baklövést, hogy ha egy könyve betalál, elkezdje önmagát ismételni. – Én ezt rendkívül unnam, mert szeretek mindig új dolgokat felfedezni az irodalomban – tette hozzá Vámos Miklós, akire ez annyira igaz, hogy már Beethoven IX. szimfóniájának tempójára is írt regényt. Szavai szerint a kísérlet nem jött be, ám sokat tanult belőle.



– Íróársaim mondják rendszeresen, hogy az írás borzasztó kinszenvedés, egy regény megalkotása valóságos vajúadás. Ilyenkor mindig megkérdem: akkor miért nem csinálsz valami mást? Nekem az írás játék – mesélte mosolyogva. Önmagában egy sikeres regény nem bizonyít sokat, hiszen néha a rossz írók műveire is rákap a közönség, úgy véli, az igazi érték az alkotó halála után mutatkozik meg. – Haláloz után 20-30 évvel kiderül, olvas-e még valaki téged – mondta. Az író szerint azok maradnak fenn, akik nagyon erősek emlékezetes karakterek megteremtésében, és akiknek a története egy adott korszak valóságáról szólnak. Ilyen műnek látja például az Anna Kareninát vagy Móricz Árvácskáját, de bálványát, Déry Tibort már elfeledett írónak gondolja. Örökény István azonban az Egypercesekkel szerinte felvétel nyert a halhatatlanok közé.

Vámos arról is őszintén beszélt, mániás-depressziós édesanyja ihlette egyik legnépszerűbb művét, az Anya csak egy van című regényt, amelyben anyja gyakran elviselhetetlen, néha mulatságos, ellentmondásos személyiségével festette le a szocializmus természetét.

Televíziós műsorait hobbinak tekintette, a tévé kommersz levegője csak ártott írói megítélésének. Bár szerette a Lehetetlen? című beszélgetős műsorát, a vele járó hírnév miatt nem kezdené újra. – Én egy bábáskodó művész vagyok, aki állandóan a kávézóban hallgatózott, és ott jegyezte meg a szomszéd asztalnál elhangzó történeteket. Ma már ez nem így megy. Már nem én figyelem az embereket, ők figyelnek engem – indokolta meg álláspontját. Arra viszont jó példának tartja az egykori produkciót, hogy akkoriban egy értelmiségi rétegű műsor is abszolút közönségkedvenc lehetett. Vámos kulisszatitkokat is megosztott regényeiről, melyek története mindig a barátság, a szerelem, a család körül rajzolódnak ki.

T. D.

## DÖNTSÜNK KÖZÖSEN!

Európában és a világ számos helyén elindult a kísérletezés, hogyan hozhatók létre olyan, a képviselői demokráciát kiegészítő intézmények, amelyek közvetlenül vonják be a polgárokat a döntéshozatalba. Az egyik legsikeresebb ilyen kezdeményezés a közösségi gyűlés elnevezésű módszer, melynek lényege, hogy a résztvevők először tanulnak a témáról, megismerik a tényeket, meghallgatják a különböző szakértők és érdekcsoportok álláspontját, majd ezt követően egymás véleményét is megismerve, közösen mérlegelik a megoldási lehetőségeket, a gyűlés végére pedig megfogalmazzák javaslataikat a döntéshozók felé.

Újbuda Önkormányzata ennek a - Magyarországon viszonylag még újnak számító - részvételi eszköznek a bevezetését tervezi. Első lépésként júniusban a Nádorliget környéke kerül terítékre.

A kerület ezen része Újbuda egyik legdinamikusabban fejlődő területe – ennek minden előnyével és hátrányával. Egyre több idekötöző, fokozódó átmenő forgalom jellemzi Nádorligetet, ami a környező utcák közlekedési rendszerének újragondolását igényli.

Daám Alexandra, a választókerület önkormányzati képviselője már több lakossági fórumot is tartott ebben a kérdésben, melyeken több mint 50 javaslat érkezett a lakosság részéről. Ezeket feldolgozva az önkormányzat szakértői több tervet is készítettek. Azt azonban, hogy végül melyik koncepció kerül megvalósításra, és milyen fejlesztések történnek majd a Szerémi és Fehérvári út közötti területen, azt a hamarosan induló Közösségi Fórum keretében szeretné az önkormányzat a lakosság bevonásával eldönteni.

És hogy kik vehetnek részt a Közösségi Fóru-

mon? Május végén sok háztartásba érkezik majd meghívólevél és részletes tájékoztató a kezdeményezésről. Azok közül pedig, akik megkapták a meghívólevelet, és jelzik is a levélben megadott elérhetőségeken részvételi szándékukat, véletlenszerűen, de egyúttal reprezentatív módon kerülnek kiválasztásra, és ők lesznek a fórum résztvevői.

Figyelje tehát a postaládáját, és ha Ön is részt kíván venni Újbuda és a Nádorliget fejlesztésében, és nem utolsósorban egy új, izgalmas kezdeményezésben, jelentkezzen!

