

Római Parti Hírek

DUNAI ÉLETKÉPEK 2017. XXII. évf. 9. sz. • Rómaifürdő Telep Környezetvédő, Szabadidő és Diák Vízisport Egyesület



Cziniel
cukrászda és kávéház

Bp. III., Nánási út 55.
Tel.: 240-1188

NYITVA TARTÁS:
minden nap
8,00–20,00-ig

www.cziniel.hu

Ajándékötletek céges partnerei számára.

RÓMAI PARTI PIAC A NÁNÁSI UDVARBAN

**MINDEN SZOMBATON
8.00-13.00**

Termelői
élelmet
és kézműves
termékeket
hozunk
szezoniálisan
bővülő kínálattal.



Baráti légkör, jó hangulat, gyermek programok,
alkalmanként PÓNI LOVAGLÁS, ÉLŐZENE!

III. Nánási út 47-49.



Mad Meat
Az amerikai streetfood
jegyében
oldalas, hamburger,
tortilla, hátszín,
chillis bab

Gombro'c
Itt a gombócok
új értelmet nyernek,
egyedi töltelkekkel
és köntösben

G2S Síiskola
Sí- és snowboard oktatás
a Római-parton.
Nyári sporttáborok:
görkori, úszás, lovaglás,
kerékpár



PÁC Húsbolt
Suvid és konfit techno-
lógiaival előkészített
húskülönlegességek,
amiket otthon már csak
sütni kell

SÖRMINTA
7-féle csapolt sör frissen
palackozva, elvitelre is.
Széles kínálat magyar
kézműves és kisüzemi
üveges sörökből

SZÉPSÉGSZALON
a Nánási udvarban!
Geoway infrabicikli
Csokicsöves álló szolárium
Kozmetika; Smink
Fodrászat
Várunk mindenkit szeretettel!

www.nanasiudvar.hu

1031 Budapest, Nánási út 47-49.

[facebook/nanasiudvar](https://facebook.com/nanasiudvar)

A tartalomról

Kedves Olvasó! Adventben, várakozva
Huszonöt éve Római-parton, a Római-
partért
Rómaifürdő SE Hírek
Full Sport – Szezonnyitó a téli olimpia
jegyében

Suli Hírek
Állatorvosi rovat: A macskák védőoltásai
Édes Kiegyezés – süteménykollekción az
évfordulóra
Advent ízei
Árvízi védekezés két ütemben
Fontos információk a parkolási engedé-
lyekről

Példaértékűek a gyermekvédelmi szol-
gáltatások Óbudán
Forgalomcsillapítás Csillaghegyen – for-
galomcsillapító küszöbök
4 átfogó program a megújuló Óbudáért
Mese, játék, élmény az Óbudai Platán
Könyvtárban
Mi fán terem a terepfutás?

Nordic Walking edzések
KorcsolyázÓbuda
Római SE Hírek – Lora csúcsot úszott
Csillaghegyi polgári Kör Egyesület
Kulturális ajánló
Az Aranyhegyi-patak mentén indul az ár-
vízi védőmű építése
Advent Óbudán

„Igazi lelkünket, akárcsak az ünneplő ruhákat
gondosan őrizzük meg,
hogyan tiszta legyen majd az ünnepekre.”
(József Attila)



Adventben, várakozva...

Kedves Olvasó!

November végét írjuk, fogynak a hetek, a napok az évből, a lapok a naptárból. Mostanra már megszoktuk, hogy kell a kabát, a sapka, előkerültek a kesztyűk és a sálak is. Tudjuk élvezni a hideg napokat is. A korán ránk hulló sötétség megkurtítja a napokat, szívesen húzódunk vissza a meleg szobába, merítjük bele tekintetünket a gyertya fényébe, de szívesen töltünk időt egy-egy karácsonyi vásár forgatagában, dacolva a hideggel. Baráti társaságban, a családdal, de akár egyedül is jó érzés kipirosodott orral, kezünket összedörzsölve álldogálni a karácsonyi fényekkel meghitté varázsolt tereken, utcákon. Szeretem Óbuda Fő terét ezekben a hetekben. Olyan békebeli: árusok, zenészek, gyerekektől hangos kocsolyapálya, a forralt bor, a fahéjas kalács mindent átjáró illata, és ami a legfontosabb, jókedvű emberek egymással beszélgetnek. Néhány éve egy ausztriai kis faluba utaztunk így december elején. Amikor megérkeztünk -17 fok, ropogós friss hó várt bennünket, de nem tudtunk ellenállni a falu picinyke fő terén hívogató karácsonyi hangulatnak. Fáklyákkal szegélyezett út vezetett oda, halk, szolid zene, egy-két mézeskalács és egyéb apró ajándék árus és persze forralt bor. A sarokban élő Betlehem, amiből akkor éppen csak a bárányok és birkák „szerepeltek”, őket lehetett simogatni, etetni. A fények nem hivalkodóan, inkább visszafogottan teremtettek bensőséges hangulatot, ott a Maria Almi-i templom tövében. Az emberek kortyolgatták a meleget adó forralt bort, kedélyesen beszélgettek, majd kedvesen üdvözöltek bennünket, újonnan érkezőket és szorítottak helyet a gázmelegítő alatt. Jó volt akkor ott lenni, megérintett a várakozás hangulata. Ilyentájt gyakran eszembe jut ez a jelenet, hogy vajon mi volt a titok, a varázs, ami hatott rám. Aztán rájöttem, az emberek, akik könnyedén, vidáman szórakoztatták egymást a hideg ellenére, ahogy szeretettel fordultak egymás felé, de felénk is. Jelen volt a szeretet, a templom jelképezte a hitet, a kettő együtt adta a békesség érzését, és valamennyiünknek a reményt, hogy így kiteljesedhet a karácsonyunk. Ezért kellene ezek az alkalmak, ahol szeretetben, békességben, hitben megerősödvé tölthetjük együtt az időt másokkal legyen az egy templomi szertartás, egy iskolai karácsonyi ünnepség vagy a karácsonyi vásári forgatag igazi értékekkel. Kedves Olvasó, kívánom, hogy ebben az előttünk álló néhány hétben, ami a karácsony estéjéhez vezet minket, találja meg a hitet, a reményt, a szeretetet és a békességet, és mindezekért gyűjtsön vásámaponként egy-egy gyertyát. Aztán, ha a karácsonyi ráhangolódás közben akad pihenő ideje, lapozzon tovább az újságban, bőven talál adventi programokat, fellelhet recepteket, tájékozódhat közügyekben. Az adventi elmélyüléshez fogadja tőlem szeretettel Reményik Sándor versét.

Fehér Ágnes

Reményik Sándor: Béke

Valami furcsa összehangolódás,
Valami ritka rend –
Széthúzó erők erős egyensúlya,
Mély belső bizonyosság idebent –
Bizonyosság arról, hogy élni jó,
Szenvedni elkerülhetetlen,
Szeretni tisztán: megistenülés,
Meghalni szép –
S a Kifejezést megadni mindezekhez,
Megtalálni a felséges Igét:

Az Igét mindezekhez:

A Béke ez.
Orkán ordíthat aztán odakünt,
Robbanhat ezer bomba: kárbament,
De kárt nem okozott.
Bent:
Csend.
A Béke itt kezdődik.
Bent:
Csend.
Isten hozott.

RÓMAI PARTI HÍREK – DUNAI ÉLETKÉPEK

Kiadja az R.S.E. Kft, Budapest, Petur u. 22.

Felelős kiadó: Rátkai János üv.ig

Főszerkesztő: Fehér Ágnes

Szerkesztőségi titkár: Veilandné Jenei Györgyi

Tördelőszerkesztő: Kiss Marianna

Szerkesztőségi e-mail: romaipartihirek@gmail.com

Munkatárs: Orbán Béla

Nyomda: Oláh Nyomda és Kiadó Kft.

Hirdetésfelvétel: a szerkesztőség címén és telefonszámán

1031 Bp., Petur u. 22. Tel.: 240-3048, 06 20 9436-521

e-mail címünk: rse@enternet.hu • www.romaifurdo-se.hu

Kéziratokat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza.

Megjelenik havonta 13.000 példányban. Eng. sz. B/ISK/204/1993

Huszonöt év a Római-parton a Római-partért



Jubileumi évfordulót ünnepel a Rómaifürdő SE

1992. november 26-án néhány lelkes, itt élő fiatal - köztük gyerekek is - kevésbé fiatal, Rátkai János hívására gyűlt össze, hogy életre hívja a Rómaifürdő Telep, Szabadidő és Diák Vízisport Egyesületet. Erről tanúskodik az az alakuló közgyűlési jegyzőkönyv, ami akkor készült. Azóta eltelt 25 év: nevek, amelyek a múltba vesztek, arcok, tekintetek, amelyek felvillannak egy-egy név hallatán. A Római Parti Hírek közel egyidős – két hónap különbséggel – az egyesülettel, ráadásul a gondozásukban jelentek meg a lap első számai. Adódott hát, hogy a régmúltban való kalandozáshoz hívjuk segítségül az újság korabeli kiadásait. Igazi időutazás volt ez. Az egyesület élete, mindennapjai, ügyes-bajos dolgai, programjai és nevek, nevek, nevek. Jó volt rácsodálkozni: *tényleg, ilyen is volt, nézd már, ő is ott volt?, emlékszel, amikor...?* Egy biztos, fénykép kevesebb készült az első 10 évről, de az íráskor, a beszámoló, a tudósítások képszerűvé teszik a múltat. 25 év: a gyerekek felnőtté lettek, már a saját gyerekeikkel együtt játsszák az életet, a felnőttek legtöbbje a nyugdíjas korosztályt erősíti, és sajnos vannak néhányan, akiknek csak az emléke maradt velünk. A legfontosabb mégis az, hogy a

huszonöt év alatt sok-sok ezer emberrel kerültünk kapcsolatba. A számvetés során igyekeztünk összegyűjteni ki mindenki dolgozott az egyesületnél, az egyesületért, nem egyszerű feladatra vállalkoztunk. Fellelevenítettük az első évek kényszerű vándorlásait vízi telepről vízi telepre, hogy hátha találunk valahol végleges „házát”, ahol létre hozhatjuk a megálmodott vízi sport centrumot: edzőkkel, hajókölszönzés túraközponttal, vízi sport áruházal, kerékpárkölszönzővel és szervizzel, információs és rendezvényszervező irodával, sátoros turista bázissal... A mérleg? Is-is. Igazából minden megvolt, csak sohasem egyszerre. És egyszer álmotunk egy nagyot is, egy vadonatúj csónakházat tervekkel, látványképekkel, ötletekkel, nagyon szerettük volna... de ez a hajó már elment. Most már csak azért dolgozunk, hogy megőrizzük ezt az alapot, amit építettünk, mert hátha egyszer valakinek sikerül erre építkezni. Köszönjük mindenkinek, aki végig vagy csak éppen egy-egy időszakban velünk, mellettünk van és volt. Köszönet minden jóakórónknak.

Fehér Ágnes és Rátkai János
Rómaifürdő SE

**NYITVA:
HÉTFŐ – SZOMBAT 9–18!**



BEPA®

Az otthon varázsa

CSEMPE – FÜRDŐSZOBA

**VÁSÁROLJON NÁLUNK
TÖBBET OLCSÓBBAN!**

**200.000 Ft felett 5%,
600.000 Ft felett 10%,
1.000.000 Ft felett 15%
KEDVEZTMÉNY!!!**

**200.000 Ft FELETT
DÍJMENTES
HÁZHOZZÁLLÍTÁS
PEST MEGYÉN BELÜL!**

**III. kerület,
Bécsi út 232.
IX. kerület,
Soroksári út 106-108.**

Telefon:

387-79-20, 216-81-17

**www.bepa.hu
bepa@bepa.hu**



Kajak-kenu Szakosztály téli edzések

Hétfő - Szerda - Péntek 16,00-17,30-ig

Helye: 1031 Budapest, Petur u. 22. (Fitness terem)

Jelentkezni Bögös Ádám edzőnél a 06-70-405-1314-es telefonszámon lehet.

Őszi gyalogtúra a Mecsekben

Gyönyörű, napos hétfőgét választottak az egyesület gyalogos kilométer gyűjtői azon novemberi hétfőgén, amikor a mohácsi Vízi Csibe klub meghívására Püspökszentlászlóra utaztak. Az erdei vastag avarszőnyegen indultak hegyen-völgyön át Kisújbányára, a közepeán megbújó, festői szépségű üdülőfaluba. A falut átszelő patak mentén indultak to-



vább a kivételes természeti szépségű patak-völgyben Óbányára, megcsodálva az útjukba eső vízeséseket, forrásokat.

Óbánya nem véletlenül viseli a „magyar Svájc” becenevet: szépsége és páratlan fekvése, valamint az, hogy lakossága még ma is leginkább német nemzetiségű. Az Öreg-patakot körbeölelő, egytűcs sváb falu, tornácos kis házai a múlt napjainkba átmertett értékeiről mesélnek. A pisztráng ebéd éppen jó időben várta a megfáradt túrázókat, hogy azután új erőre kapva ismét nekivágjanak a Püspökszentlászlóra vezető, szintkülönbségekben gazdag hegyi útnak.

Bowling versenyen



A Budapesti Szabadidősport Szövetség Fővárosi Szabadidő Kupa versenysorozatának ez évi utolsó fordulójában bowlingban mérkőztek meg egymással a tagesületi csapatok.

A Rómaifürdő SE színeiben versenyző csapat



Szezonnyitány a téli olimpia jegyében

A Fullsport SE sí versenyzőinek célja a sikeres szereplés

Megkezdtek a téli versenyidényt az óbudai Fullsport SE sízői, akik közül **Samsal Dalibor** az alpesi sí viládkupában szeretne minél több pontot szerezni, **Kékesi Márton** pedig az Európa Kupa versenyein gyűjt tapasztalatokat. Az idei szezon legnagyobb megmérettetése a februári téli olimpia lesz, melyre jelenleg a legeredményesebb magyar sízőn, **Miklós Editen** kívül még egy női és egy férfi versenyző indulhat az alpesi sízők között.

A 2011-ben az Erdélyből származó Miklós Edit első magyarországi egyesületének, a Fullsport SE-nek sok kiváló eredményt hozott. Az óbudai klub színeiben szerezte a magyar sísport első viládkupa pontját a nők között, a svájci St. Moritz-ban és több magyar bajnoki címmel is büszkélkedhetett. Bár a 2013-as év végén az MTK-hoz igazolt, de hálával gondol vissza első éveire, melyeket a Fullsport SE versenyzőjeként megélt.

A kétszeres viládkupa dobogós Miklós Edit, aki a 2014-es szocsi olimpián hetedik helyezett volt lesiklásban, januárban súlyos térsérülést szenvedett. De nyár végére sikerült teljesen felépülnie, és már ugyanolyan formában van, mint egy évvel korábban, így viszontláthatjuk őt az idei viládkupa szezon gyorsasági számaiban. Edit első versenye a kanadai Lake Louise-ban lesz december első hétfőgén. Ahogy nyilatkozta, nincs megfogalmazott célja, edzésről edzésre és versenyről versenyre akar fejlődni, hogy a téli olimpiára csúcsformába kerüljön. Célja,

hogy Phjongcshangban 120 százalékat teljesítsen, és dobogóra állhasson.

Az előző versenyszezonban szenzációs teljesítménnyel rukkolt elő Kékesi Márton, a Fullsport SE sportolója, aki a St. Moritz-ban rendezett alpesi síviládbajnokságon a legjobb magyarnak bizonyult. A többszörös magyar bajnok síző idei célja, hogy a téli olimpián képviselhesse a magyar színeket, de erre az olimpiai kvótára a férfiaknál többen is pályáznak. Jelenleg öten is a TOP-500-ban állnak a ranglistában, köztük van a másik fullsportos Samsal Dalibor is.

A szövetségi kapitány, Strak Márton bízik abban, hogy még egy kvótához juthatnak, ha ugyanis Miklós Edit kiemelkedően tud szerepelni a szezonban, Magyarország bekerülhet a legjobb 15 nemzet közé, s akkor a csapatversenyben is ott lehetnének az ötkarikás játékon, ami által egy plusz férfi kvótát kapnánk. A dél-koreai Phjongcshangban 15 sportág 102 versenyszámában avatnak bajnokot, a játékokat 2018. február 9. és 25. között rendezik.

AQUINCUM Általános Iskola Medvék az Aquincumban



Az Aquincum Angol-Magyar Két Tanítási Nyelvű Általános Iskola 2017-ben jelentős évfordulóhoz érkezett: 10 éves lett a két tanítási nyelvű oktatás. Ezen alkalmából meghívtuk a csehországi The Bear Educational Theatre társulatát, hogy szórakoztató és egyben tanulságos előadások keretében tovább mélyítsük a gyerekek érdeklődését az angol nyelv iránt. A társulat 1994 óta szervez angol nyelvű interaktív előadásokat szerte Európában az 5-18 éves korosztály számára anyanyelvi és anyanyelvi szintű angol nyelvtudással rendelkező színészekkel. Előadásaik mellett, hogy tanítási céllal készülnek, szórakoztatóak, érdekesek, interaktívak, lebilincselőek, rendkívül kreatívak és elgondolkodtatóak. Október 26-án tanulóinknak lehetősége nyílt a tudásszintjüknek megfelelő előadásokat megnézni, melyet nagy izgalommal vártak.



A Társulat meghívását és előadásait az iskola alapítványa támogatta. Iskolánkban, a Bear Company mellett, az év során többször visszaköszön majd a 10 éves évforduló. Izgalmas és a megszokottól kicsit eltérő programokkal tesszük színesebbé az angol nyelv tanítását ebben a tanévben.

Szentirmainé Pécsi Anna

Mosolygó fogcscákák

A DM által kiírt pályázat által inspirálva fogászati prevenció programot tartottunk az Aquincum Angol-Magyar Két Tanítási Nyelvű Általános Iskola 1.a. osztályában. A programunk célja volt vizuális és mozgásos módon átélhető, játékos kísérletek keretében 1. megtanítani a gyerekeknek a helyes fogápolást, 2. felhívni a figyelmet a fogakat károsító élelmiszerek hatására, 3. felkészíteni őket a fogorvos rendszeres felkeresésére, ismertté és barátságossá tenni a fogorvos által használt eszközöket, oldani a fogászati beavatkozásoktól való szorongást.

Az előkészítő munkákat Grézló Orsolya szülő segítségével végeztük, az óra megtartására pedig Dr. Török Krisztina fogorvost, a Nemzeti Egészségfejlesztési Intézet volt főigazgatóját kértük fel.

A prevenció órát két nappal megelőzően 2 kiesett tejfogot mutattunk be a gyerekeknek, majd az egyiket betettük egy pohárba, amiben a Cola ellepte a fogat, és két napon át figyeltük, milyen hatással lesz ez a fogzománcon. A kontrollnak használt másik tejfogot üres pohárban tároltuk tovább. A Cola 24 óra alatt feketedést idézett elő a fogzománcon. A kísérlet befejező szakaszában a fogorvos elmondta, hogy bizonyos anyagok szerkezeti változást idéznek elő a fogzománcon, ebben szerepet játszik a folyadék cukor és savtartalma. A fogak egészsége szempontjából nem csak a Cola, hanem a többi cukros üdítőital mértéktelen fogyasztása sem ajánlott, szomjoltásra igyunk vizet. Annál is inkább, mivel a testünk 70%-a víz. Az első osztályosok még nem tudnak törtekben és száza-

lékban gondolkodni, ezért ezt úgy szemléltettük, hogy az ember a hónaljáig vízből áll („eddig víz vagyok”). Ezt a tanultak ismétlésekor könnyű felidézni, és összhangban áll a napi gyakorlattal, hogy az osztályban a gyerekek óra közben ihatnak, a vízzel töltött kulacsok az asztalokon állnak. A helyes fogápolás bemutatásához egy 60x75 cm nagyságú, fogakkal teli szájat készítettünk, a gyerekek fogazatának megfelelően 10 foggal a felső- és 10 foggal az alsó állkapocs részben. Felhasznált anyagok: karton, ásványvizes üvegek levágott és fehérre festett alja, ragasztó. Ezen a modellen a fogorvos bemutatta a fogmosás sorrendjét, megbeszéltük, hogy naponta kétszer, reggel és este mosunk fogat, egy alapos fogmosás 1-2 percig tart, amit az erre a célra készült homokórával mérni is lehet. A fogápoláshoz használt különböző eszközökről beszélgettünk, hagyományos fogkefe, elektromos fogkefe, százhany, fogselyem.

A második kísérlethez 10 fogat tartalmazó alsó állkapocs modelleket használtunk, amiből minden gyerek kapott egyet, ezt később hazavihették. (Felhasznált anyagok: ovális alakú, rózsaszín fürdőszivacs ez jelképezi az ínyt, vékony törülközőszivacsból készült a nyelv, a fogakhoz kerti szórószóróhoz használatos márvány kavicsból válogattunk méretben és formában alkalmas kavicsokat, ezeket a szivacs ínybe sziccerrel vágott vályatba ragasztópisztoly segítségével rögzítettük.) A modellekhez a gyerekek kaptak fecskendőt (tű nélkül), a fogorvosok által használt kézi eszközöket (tükröt, spatulát), fogkefét és fogselymet, és a fogorvossá változást jelképező szájmazskot. A fogorvos elmondta, hogy a maszk az orvost és a beteget egyaránt védi a fertőzésektől, főleg az őszi-téli járványos időszakban, mivel nagyon közel kell menniük egymáshoz a száj vizsgálatakor.

A gyerekek azonnal felvették a maszkokat és vizsgálni kezdték a szájukat, miközben a fogorvos megmutatta, hogyan kell a fecskendőbe felszívni a folyadékot és a levegőt eltávolítani belőle. Ezt követően a gyerekek választhattak, hogy mákot, cukrot vagy mindkettőt szórjunk a modellbe. Voltak, akik arra törekedtek, hogy a modell szép maradjon, hazavigyék és otthon is tudjanak játszani vele, nekik a cukrot javasoltuk, a bátrabbak vállalták a mákot is, bízza abban, hogy ki lehet majd mosni a modelltől. Az aszta-



lokra kihelyezett összes eszközt szabadon használva tovább vizsgálták a szennyezett fogakat.

Az osztályterem ajtajára kikerült a FOGÁSZATI RENDELŐ tábla, elkezdődött a bejelentkezés és egész nap komoly orvosi tevékenység volt a fő játék. Ettől azt a hosszú távú hatást reméljük, hogy a gyerekek felnőttként is fontosnak tartják majd a fogászati szűrővizsgálatot és ez az attitűd hozzájárul a fogak megtartásához, a későbbi életminőséghez. A pályázat díjaként minden kisgyerek kapott egy fogápolási csomagot, az osztály pedig egy mikroszkóppal lett gazdagabb.

Budai Judit osztályfőnök és Grézló Orsolya szülő



FODROS Általános Iskola MÚZEUMI NAP fodrososokkal

2017. október 27.

A Fodros hagyományait követve idén is megrendeztük múzeumi délelőttünket diákjaink nagy örömére.

Íme, a tartalmas program felső tagozatosainknak néhány fotóval illusztrálva:

Az 5. évfolyam az Aquincum Múzeumban töltötte a délelőttöt:

Az 5. a foglalkozásának címe: Városi élet Aquincumban.

„Hogyan éltek a rómaiak?” Erre a kérdésre kaptak választ az 5.b-sek.

A Legyél Te is mozaikrakó mester! című program az 5.c-re várt.

A múzeumi órák tematikus tárlatvezetéssel kezdődtek, majd életmód-történeti szituációs játékokkal, kézműves foglalkozásokkal folytatódtak.

A 6. a és 6.b Óbudai Múzeumban járt, ahol a Zichy kastély titkaiba pillanthattak be. Aztán a láttottak alapján kisfilmek készítésére kérték fel a diákokat, akik lelkesen vették elő okos telefonjaikat a munkához.

A 6. c Goldberger Textilipari Gyűjteményt látogatta meg.

A foglalkozás során azt a folyamatot járták végig, hogy hogyan lesz egy kis családi vállalkozásból a magyar textilipart meghatározó gyáróriás.

A 7. évfolyam – Vasarely Múzeumban „alkotott”.

Két dimenzióból három dimenzióba – középpontban a vonalak és formák című múzeumpedagógiai foglalkozáson megismerkedtek a különleges műtárgyakkal, majd kreatív alkotófeladat várta a gyerekeket a kiállítóterekben.

A 8.b a Budapest Galériában (Lajos utca 158.) járt.



A programra érkező nyolcadikosok múzeumi foglalkozás keretében alaprajzokat, látványterveket és maketteket készítettek.

A 8. C a Varga Imre gyűjtemény épületében, a Laktanya utca 7-ben nézelődött.

A gyűjtemény darabjait a helyi múzeumi asszisztens mutatta meg a diákoknak. Ezután feladatlapokat kellett a diákoknak kitölteni (párban is dolgozhattak). Majd második feladatként a vázlatfüzetükbe rajzot készítettek a nekik leginkább tetsző szoborról.

Tehát, elmondhatjuk, hogy jó kis kirándulás, hasznos és érdekes elfoglaltság volt minden osztály számára ez a nap... És másnapról az őszi szünet várta a fodros megfáradt diákjait.



Megújult a tornatermünk!

November első napjaitól 500 gyerek mozoghat tiszább környezetben a testnevelésórákon.

Mindannyiunk öröme az őszi szünetben az Észak-Budapesti Tankerületi Központ beruházásában tornatermünk belső megújításán esett át: penésztelenítették, majd tisztasági festéssel ragyogó fehérre festették a falakat.

Nem kell magyarázni, mennyire fontos a sport a gyerekek életében, fejlődésében. Ebben a teremben pedig öröm lesz sportolni!



CSILLAGHEGYI Általános Iskola

Október végén az 5. évfolyam a **Néprajzi Múzeum szervezésében a Pikk-pakk múzeumi foglalkozáson** vett részt. Az iskolába Joó Emese múzeumpedagógus hozta el guruló bőröndjében az utazó múzeumot. A foglalkozásokon kooperatív kiscsoportok közösen döntöttek a bemutatandó témáról, kiválasztották az azt szemléltető tárgyakat, berendezték a pici installációkat, majd tárlatvezetést tartottak a mini kiállításokban – pont úgy, mint a nagy múzeumok kiállításrendezői.

A tanulók a két-két órás játék során észrevétlenül megismerték a múzeumok működését, a kiállítások használatát, a műtárgyak és a hétköznapi tárgyak közötti különbséget, és új ismereteket szereznek a néprajzról, helytörténetről, hon- és népismeretről.





A macskák védőoltásai

Máig is igen gyakori a fertőző betegségek okozta betegségekben történő elhullás a macska betegink körében, annak ellenére, hogy modern, évente alkalmazandó vakcinák segítségével a fertőződés megelőzhető. Mind a benti, mind a kijárós macskák esetében javasoljuk a kombinált veszettség és a leukózis vírus elleni vakcinák adását, mert így kerülhető el biztosan a fertőződés. Az első oltást célszerű 8 hetes korban adni a kismacskáknak, ezután ismétlődő vakcinával az immunitást kialakítjuk, majd ezt követően folyamatosan évente oltunk. Ilyen fiatal korban szükséges kialakítani az aktív immunizálást. A védő oltások nem kötelezőek, de az állat megbetegedését csak több oltással előzhetjük meg.

Macskák esetében a következő betegségek ellen kell vakcinázni: macskanátha, parvovírusos fer-

tőző gyomor- és bélgyulladás, veszettség, macskaleukózis.

A **macskanátha** elnevezés valójában egy gyűjtőfogalom, ugyanis a felső légúti tünetekkel járó megbetegedést két vírus is okozhatja: herpeszvírus vagy calicivírus. A tünetek nagyon hasonlóak mindkét vírus esetén. A herpeszvírusos fertőzésnél a macskák lázasak, orrfolyásuk van, nehezedik a légzésük, szőrösögvé veszik a levegőt. Köhögnek, tüsszögnek és sokszor társul mellé kötőhártya gyulladás is. A calicivírusos fertőzésnél a légúti és lázas tünetek mellett nagyon gyakran a szájnyálkahártya gyulladása figyelhető meg, emiatt a cicák nem vagy csak nehezen tudnak enni, nyálzanak, előrehaladott állapotban nem ritka a fekélyképződés.

A **parvovírus** okozta gyomor- és bélgyulladás (fertőző panleukopenia) nagyon gyakori macskabeteg-

ség, legtöbbször a fiatal, választás korában lévő egyedeknél végzetes lehet. A fertőzött cicák lázasak, hánynak és hasmenésük van. A kölykök gyorsan kiszáradnak, nagyon könnyen sokkos állapot alakul ki, és akár 1-2 nap alatt elpusztulhatnak.

A **vírusos leukózis** igen változatos lefolyású kór, sokféle formája előfordulhat. Legtöbbször az immunrendszer működési zavara lép fel, vérszegénység vagy daganatos elváltozások (az esetek 5-10%-ánál) jelennek meg. A tünetek közül a gazdinak az általános állapot romlása tűnik fel elsőként, az állat kórosan lesóványodhat, a láz miatt előfordulhat bágyadság, étvágytalanság, valamint a nyirokcsomók megnagyobbodása is tapasztalható. Igen gyakoriak az ún. másodlagos fertőzések, ami azt jelenti, hogy az immunrendszer legyengülése következtében a macska hajlamosabb lesz a különféle bakteriális és egyéb ragály okozta bántalmakra, mint például

a szájgyulladás, fogínygyulladás, orr- és tüdőgyulladás. A betegségek ellen hatékony védelmet nyújtanak a vakcinák, de később ugyanúgy évente egyszer ismétlődő oltás szükséges.

Végezetül pár fontos gondolat a beadatás körülményeiről. Mindig csak egészséges, láztalan állatokat oltunk, hiszen ezek a vakcinák többnyire inaktivált, előlt kórokozót tartalmaznak, amelyek egy legyengült, nem egészséges szervezetben megbetegedést lobbanthatnak fel. Az új helyre került kölyökállatokat célszerű csak pár nappal (3-5 nap) az új gazdihoz kerülés után oltatni, hiszen az elválasztás, környezetváltozás elég nagy stresszt okoz a szervezetben, aminek immunitást gyengítő hatása van. Mindezen szempontok figyelembe vételével és a megfelelő vakcinázásokkal biztosak lehetünk benne, hogy mindent megtettünk kedvencünk egészségének megóvása érdekében.

Kérjük, támogassa az

Elveszett Állatok Alapítványt!

Alapítványunk célja az elveszett, elhagyott és rászoruló állatok egészségének megőrzése és gyógyító rehabilitációs tevékenység, emellett az iskolákban végzett oktatásainkon keresztül tájékoztatni a fiatalokat a helyes állattartásról, állatvédelemről, és környezetvédelemről. Amennyiben adománnyal járulna hozzá munkánkhoz:

BANKSZÁMLASZÁM:

CIB 11102209-18113633-10000001

Segítségét előre is köszönjük! Az Alapítvány kuratóriuma

Óbudai Áruházunkba Varrónőt keresünk

Szeretnénk egy lendületes, fiatal csapat részese lenni, ahol jó hangulatban telik a munka?

Csatlakozz a DIEGO óbudai csapatához,

ahol VARRÓNŐ pozícióra keresünk munkatársat!

Ha jól kommunikálsz, jó meggyőző képességgel rendelkezel, önálló, felelősségteljes, precíz vagy, és hosszútávra tervezel, akkor TE vagy a mi emberünk!

Feladatok:

- vásárlók kiszolgálása, tájékoztatása, tanácsadás
- árubeszerzés segítése, érkező áru bepakolása, raktározása, árufeltöltés
- közreműködés árazásban, leltározásban

Elvárások:

- középfokú végzettség
- jó kapcsolatteremtő készség
- jó meggyőző készség
- megbízhatóság, önállóság, pontosság, felelősségtudat

Előny:

- függönyvarrási tapasztalat
- kereskedelmi tapasztalat

Érdeklődni: 30/2121526

**Önéletrajzokat a
obuda@diego.hu
e-mail címre várjuk.**

DIEGO
SZÉNYES • PVC • PARQUET • FÜGGÖNY

BRANDNER KÖRÖK
MOVING KÖRÖK
ARABAI TÖLTET
SWISS TÖLTET
ACQUA TÖLTET
ELEGANT POLY
KIRK TÖLTET
ZEBRANE KÖRÖK
STYLISH TÖLTET
CREAM TÖLTET

Compact Extra
2,5 mm vastag, 0,25 mm kopréteggel, 2,7 m²/box, 31.487 Ft/box
Rendelés: 122 x 193 cm lapra, 2,2 m²/box, 9.587 Ft/box
Képlet: 41 x 35,5 cm lapra, 2,23 m²/box, 9.587 Ft/box
Lakozási és technikai tanácsadással

4999
4299

WOOD-STEP
LAKÓTÉR KÖRÖK

Compact
2,5 mm vastag, 0,25 mm kopréteggel, 2,7 m²/box, 31.487 Ft/box
Rendelés: 122 x 193 cm lapra, 2,2 m²/box, 9.587 Ft/box
Képlet: 41 x 35,5 cm lapra, 2,23 m²/box, 9.587 Ft/box
Lakozási és technikai tanácsadással

4999
4299

FÜGGÖNY INGYEN
SZABÁSSAL • SZEGÉSSSEL
VÁSÁRLÁSSAL
10 NAP ALATT!

Diego színes függöny
2,5 mm vastag, 0,25 mm kopréteggel, 2,7 m²/box, 31.487 Ft/box
Rendelés: 122 x 193 cm lapra, 2,2 m²/box, 9.587 Ft/box
Képlet: 41 x 35,5 cm lapra, 2,23 m²/box, 9.587 Ft/box
Lakozási és technikai tanácsadással

1999
1299

ÓBUDA, Budapest, Bécsi út 267. Telefon: +36 (1) 223-0099 (az 1-es villamos végállomásánál)
Nyitva tartás: H-P: 9-19, Sz: 9-19, V: 9-17

ZUGLÓ, Fehérvári út-Mezővárosi út sarkán Tel: +36 (1) 223-0099 Nyitva tartás: H-P: 9-19, Sz: 9-19, V: 9-14

PILISVÖRÖSVÁR, Bartók Béla u. 3/A (Buda út Bartók Béla sarkán) Tel: +36 (26) 223-230
Nyitva tartás: H-P: 9-18, Sz: 9-13, V: zárva



A Magyar Cukrász Iparosok Országos Ipartestülete a **Kiegyezés 150 éves évfordulójának** emlékére egy süteménykollekcióval eleveníti fel a Monarchia tradicionális édességeit.

A **Czinél Cukrászda** már a kezdetektől támogatta a kezdeményezést, hiszen Óbuda a maga gasztronómiai múltjával, számos, régi, mára már feledésbe merült kiskocsmáival, cukrászdáival mindig is meghatározó volt a főváros életében. A kiegyezés után, 1873-ban egyesítették Budát, Pestet és Óbudát, és vált világvárossá az akkori időben Budapest. Regények, versek, szanzonek, elevenítik fel a régi Óbuda hangulatát, melyek a kulináris életbe is bepillantást nyújtanak.

A **Czinél Cukrászda** ezúton is kifejezi a tradíciók iránti tiszteletét így elevenítve fel a kiegyezés korát. 2017-ben egy olyan esemény 150. évfordulója van, amely sikeres ország építő időszak előtt nyitotta meg az utat. Az 1867-es kiegyezést követő évtizedek a magyar fel-emelkedés csodálatos korszakává váltak. Nyugatos polgárosodásunk aranykora ez, eredményeit azóta is csodálja a világ. Fővárosunk, városaink ekkor nyerték el

mai arculatukat, ekkor épült ki út- és vasúthálózatunk, ekkor erősödött meg népiskolai rendszerünk. A cukrász iparosoknak is ez az időszak hozta el a fejlődést. Európa kapui megnyíltak és számos céhlegény indult felfedező körútra. A vándorlás azonban kétirányú volt, elég, ha a leghíresebb cukrászdánkra, a Gerbeaud-ra utalunk. Ízek, receptek vándoroltak a Monarchia határain innen és túl. A jelenkor legkiválóbb magyar cukrászai a, vagyis a boldog békeidők ízeit, zamatát zárták egy dobozba, összegyűjtve a századforduló cukrászati remekeit.

Az **ÉDES KIEGYEZÉS** kollekció 6 darab desszertből áll, 3 magyar, 3 osztrák korabeli sütemények receptjeit aktualizálja, modern köntösbe öltöztetve. A kollekciót díszdobozban kínáljuk, így alkalmas ajándéknak is, ára 3200.-Ft.

Vigye haza a „boldog békeidők” ízeit, a hangulatról pedig Önök gondoskodjanak. A kellemes együttlét után már nincs is más, mint az mondani:

„Minden nagyon szép, minden nagyon jó, mindennel meg vagyok elégedve!”

Sütemények bemutatása

Anna szelet — készítője Mészáros Gábor, Mészáros cukrászda Szombathely

Az egyik leghíresebb tortája Ludwig Dehne cukrásznak, Bécs város Császári és Királyi udvari cukrászatának, a későbbi Demel Cukrászdának.

Citromos csokoládé felvert Amaretto likőrrel meglocsolva, tejszokoládés tejszín mousse, nugát krémmel, tetejét narancsízű glézíng zárja.

Arisztokrata kuglóf — készítője Ipacs Balázs, Hisztéria Cukrászda Tápiószecső

A Monarchia idejében ez egyik leggyakrabban készített süteményfajta, amelynek számtalan variációja fellelhető a mai cukrászatban is. Az Arisztokrata izvilágát a lágy Cointreau adja meg.

Blaha Lujza szelet — készítője Erdélyi Balázs, FRER Cukrászda Budapest

Az asztali örömök historikusa, Dravetzky Balázs így ír róla: a hagyomány szerint egy szabad-

kai cukrásmester kreálta a „nemzet csalogánya” esküvőjére. Így adódott, hogy későbbiekben Blaha Lujza nevével vált híressé a torta.

Korabeli biedermeier színét, ízeit megőrizve, újjászülve áll előtűnk egy nőies desszert, ahol a málnás mousse, és a finoman omló tészta a modern desszertek világába emeli.

Esterhazy szelet — készítője Szó Gellért, G&D Kézműves Cukrászat Salgótarján

Egy titokkal övezett sütemény, melynek keletkezésére még mindig nem derült fény...

A jellegzetes ízeket érezzük kóstoláskor, és még valamit: a tradíció tiszteletét.

Indianerkrapfen (indiánér) — készítője Csuta Zsolt, Csákvár

Megjelenése Bécshez kötődik. A legenda szerint nagy sikerrel szerepelt ott egy sötétbőrű művész, akít sikerült hosszabb bécsi tartózkodásra meggyőzni. Pálffy gróf — aki a művészetének nagy

tisztelője volt — magához rendelte szakácsát, s meghagyta neki, hogy az első előadás estéjére találjon ki valami olyan édességet, amelynek a színe hasonlít az indián művész arcborához. Ekkor eszelte ki a szakács az indián fánkot. A tejszínnel töltött, csokoládémázzal bevont öklömnny piskótagyöngy azóta is töretlen népszerűségnek örvend. A magyar cukrász azonban nem elégedett meg ennyivel, egyéb meglepetéseket is tartogat ez a finomság...

Rigó Jancsi és Clara Ward — készítője Varga Ádám, Mészáros Cukrászda Szombathely

A századfordulón, egy párizsi étteremben játszott Rigó Jancsi cigányprímás, ahol jelen volt a belga Chimay herceg és fiatal felesége, egy amerikai milliommánya, Clara Ward. Az asszony beleszeretett a tüzes fekete szemű Jancsiba, elhagyta érte férjét. Kettejük szenvedélyes találkozását jeleníti meg a sütemény, a virtuozitást és harmóniát a textúra híven követi.

Advent ízei



Odakinn nyirkos, ködös az idő. Milyen jól esik a meleg szobából kibámulni, miközben kellemes forró teát, esetleg forralt bort kortyolgat az ember.

A fahéj, a szegfűszeg, a narancs illata mindent betölt.

Lassan előkerülnek a gyertyák, a fényfüzerek, a várakozás hangulatát megalapozó lakásdíszek, és kis fémdobozok, amibe azok az adventi finomságok kerülnek, amivel megkínálhatjuk a hozzánk érkező vendégeket, de el is ajándékozhatjuk azokat.

Közös jellemzőjük, hogy magukba hordozzák advent ízeit és illatait.

Ebből adok közre most kettőt, az én személyes kedvenceimet.

Fogadják tőlem szeretettel Adventi ajándéku!

Fehér Ágnes

Csokoládés mézes szívek

Hozzávalók: 10 dkg vaj, 10 dkg méz, 5 dkg cukor, 1 tojás, 20 dkg liszt, ½ csomag sütőpor, 5 dkg dió darálva, 1/2 kk. őrölt fahéj, szegfűszeg esetleg kardamom, reszelt citromhéj

Csokoládémáz: 15 dkg jó minőségű étcsokoládé, 3 ek. olaj.

Díszítéshez felezett dióbél vagy 1 tojásfehérjéből és 5 dkg porcukorból kevert díszítő máz.

A vajat a mézzel és a cukorral folyamatosan kevergetve a cukor és a méz felolvadásáig melegítjük lassú tűzön. Amikor a keverék kihűlt, belekeverjük a tojást. A lisztet összekeverjük a sütőporral, a darált dióval, hozzáadjuk a citromhéjat, majd a mézes keverékkel alaposan összedolgozzuk. (robotgéppel könnyebb!)

Egy éjszakán át lefedve hűtőszekrényben pihentetjük. Lisztezett felületen 3-4 mm vastagságúra nyújtjuk és szív alakú formával kiszúrjuk, sütőpapírral bélelt tepsiben sorakoztatjuk és 180 fokos sütőben kb. 10 percig sütjük. A csokimázhoz a csokoládét vízfürdőben megolvasztjuk, belekeverjük az olajat. Megmártjuk benne a kiszült, kihűlt mézes szíveket, rácsra tesszük, majd felszáradásban rátehetjük a felezett dióbelet, vagy ha teljesen megkötött a csokoládé, díszíthetjük fehér cukros mázzal is.



Rögtön puha mézes

25 dkg mézet 10 dkg kristálycukorral és 10 dkg margarinnal takaréklángon összeemelegítünk. A lisztbe belekeverünk 1 kk. szóda-bikarbónát, 1 kk. őrölt szegfűszeget és 1 kk. őrölt fahéjat is. Aki szereti, ne hagyja ki a késhegynyi őrölt szerecsendiót és a gyömbért sem! Egyesítsük a mézes keveréket a lisztel és adjunk még hozzá 1 egész tojást és 2 tojássárgáját. Alapos összedolgozás után a nyúlós masszát tegyük zacskóba, tegyük a hűtőszekrénybe és csak másnap kezdjük el dolgozni vele. Lisztezett deszkán 4-5 mm vastagra nyújtjuk ki, különböző karácsonyi formákkal szúrjuk ki, majd rakosgassuk sütőpapírral bélelt tepsibe. 200 fokon 3-4 per alatt megsül. Nem szabad túl sütni. mert megkeményedik. Díszítés a fentebb leírt tojásfehérjés, porcukros mázzal, amibe kerülhet egy pár csepp citromlé is.



Árvízi védekezés két ütemben

Kettéválasztotta, és külön projektként kezeli az Aranyhegyi-patak és a Barát-patak árvízvédelmét a Fővárosi Közgyűlés, így annak megvalósítása a római-parti védműtől függetlenül megkezdődhet.

Bús Balázs, Óbuda-Békásmegyer polgármestere is támogatta a *Tarlós István* főpolgármester és *Szeneczey Balázs* főpolgármester-helyettesek által jegyzett előterjesztést.

A Fővárosi Közgyűlés arról határozott szerdai ülésén, hogy a csillaghegyi öblözet egészének árvízvédelmét szolgáló árvízvédelmi létesítmény keretében külön projektként, az Aranyhegyi-patak és a Barát-patak mentén valósuljon meg az árvízvédelem. Ennek érdekében a patakok esetében folytassák le a vízgazdálkodási engedélyezési eljárást. A Dunával párhuzamos védműről, mint második ütemben megvalósuló létesítmény fejlesztéséről annak pontos nyomvonalának kijelöléséről.



sét követően, később dönt majd a testület. Tarlós István szerint újra megnyílik a vita lehetősége a part menti, de a kerítések vonalában tervezett-, illetve a Nánási út, Királyok útja nyomvonalat támogatók között.

A főpolgármester úgy fogalmazott, a javaslatnak két haszna van: a politikai viták vitorlájából „kiveszi a szelet” és végre elkezdődhet a projekt megvalósítása.

Fontos tudnivalók a közterületek síkosságmentesítéséről

A téli hónapok közeledtével fontos tájékozódni arról, hogy az egyes közterületek, utak, járdák síkosságmentesítése, hóeltakarítása melyik vállalat vagy hivatal feladata.

Az ingatlanok előtt a tulajdonosoknak kell elvégezniük a síkosságmentesítést, a fő- és mellékutakat az FKF Zrt., míg a kerületi kezelésben lévő közterületi járdákat az önkormányzat takarítja télen.

Az FKF (Fővárosi Közterület-fenntartó Non-profit) Zrt. feladata Budapest szilárd burkolatú útjainak, közjárdáinak, közlépcsőinek hóeltakarítása és síkosságmentesítése, a balesetmentes közlekedés feltételeinek biztosítása.

Az FKF első ütemben az 1200 kilométeres főútvonal-hálózaton végzi a hó eltakarítását és a síkosságmentesítést. A 2100 kilométer hosszúságú mellékútvonal-hálózaton minden esetben a főutak rendbetétele után kezdődhet meg a munkavégzés. A busz- és villamosmegálló területén a jégmentesítést a BKV Zrt. alvállalkozói végzik. A kerületi kezelésben lévő közterületi járdák (parkokon, tere-

ken, sétányokon átvezető gyalogjárdák) tisztításáról az önkormányzatok gondoskodnak.

A főváros köztisztasági rendelete szabályozza a síkosságmentesítési feladatokat. Az ingatlanok előtti járdákról a hó és jég eltakarítása, azok síkosságmentesítése az ingatlanok tulajdonosainak, üzemeltetőinek a kötelessége.



Fontos információk a parkolási engedélyekről

A 2017. évi parkolási engedélyek érvényessége 2018. január 31. napján lejár! A 2018. évre szóló parkolási engedély iránti kérelmek 2017. november 1-től, akár online is benyújthatóak.

A parkolási engedélyek a kiadás napjától, de legkorábban január 1-től a tárgyévét követő év január 31. napjáig érvényesek, hosszabbításukra nincs lehetőség, minden évben új engedélyt kell igényelni. Így hamarosan aktuálissá válik a 2018. évi parkolási engedélyek igénylése iránti kérelmek benyújtása.

A 2018. évre szóló parkolási engedély iránti kérelmek 2017. november 1-től, akár online is benyújthatóak!

Az Óbudai Parkolási Kft. 2017. januárjától lehetőséget biztosít az elektronikus ügyintézésre is. Ez a III. kerületi állandó lakcímmel rendelkező, saját tulajdonú vagy üzemben tartású, magyar felségjelzésű gépjárművekre a lakossági várakozási hozzájárulást (lakossági engedélyt) vagy az övezeten kívüli kedvezményt (Óbuda Kártyával igénybe vehető 90 percet) igénylő ügyfelek számára a kft. weboldalán az Ügyfélablak menüponton keresztül érhető el. Így ki-

küszöbölhető az Ügyfélszolgálaton történő személyes ügyintézés, mivel az igénylés és a befizetés is az online felületen keresztül bankkártyával vagy banki átutalással történik. A költségtérítési díj összege bruttó 2.540 Ft engedélyenként. Amennyiben lakossági várakozási hozzájárulás mellett a kérelmező az Óbuda Kártyával igénybe vehető napi 90 perces átparkolást is igénybe kívánja venni, úgy az további bruttó 2.540 Ft összegű fizetési kötelezettséget von maga után.

Személyes ügyintézésre a Mozaik u. 7. szám alatti Ügyfélszolgálaton van lehetőség, ahol a zárás előtti fél órában kizárólag időponttal rendelkező ügyfeleket fogadnak. Tekintettel az igénylés időszakában jelentősen megnövekedő telefonos és személyes ügyfélforgalomra és várakozási időre, ajánlott az előzetes időpont foglalás a www.obudaiparkolas.hu weboldalon az Ügyfélablakon vagy Call Centeren keresztül a 06 21 208 8002 számon. A kérelmek

OBUDAI
PARKOLÁSI KFT.

FIGYELEM!

A PARKOLÁSI ENGEDÉLYEK 2018. JANUÁR 31-ÉN LEJÁRNAK!

**KÉRELMEZZEN PARKOLÁSI ENGEDÉLYT MÁR
2017 NOVEMBER 1-TŐL, AKÁR ONLINE IS!**

benyújtásához kapcsolódó költségtérítés (regisztrációs díj), illetve kedvezménydíjak megfizetése nem csak készpénzben, hanem bankkártyás fizetéssel is lehetséges Ügyfélszolgálaton.

A postán benyújtott kérelmek esetében a költségtérítés (regisztrációs díj), illetve kedvezménydíjak megfizetésére csak banki átutalással van lehetőség! A postai úton benyújtott kérelmek elbírálásnak határideje a beérkezésüktől számított 30 nap, amennyiben nem kerül sor hiánypótlási felhívás kiküldésére. Az új formanyomtatványok, amelyeken egyben információt található arra vonatkozóan is, hogy melyek a kérelmek benyújtásakor csatolandó dokumentumok, a társaság honlapján elérhetőek:

<https://obudaiparkolas.hu/nyomtatvanok/>

Parkolási engedély kizárólag az új, hatályos nyomtatványokon igényelhető!

Fennálló gépjárműadó-, illetve pótdíjtartozás esetén az engedély NEM adható ki.

GONDOSKODJANAK IDEJÉBEN a 2018. évi engedélyük igényléséről, mivel érvényes engedély hiányában 2018. február 1. után PÓTDÍJ kerülhet kiszabásra.

Az Óbudai Parkolási Kft. ügyfélszolgálat

**2017. december 23-tól
2018. január 1-ig ZÁRVA tart.**

www.obudaiparkolas.hu

Példaértékűek a gyermekvédelmi szolgáltatások Óbudán

Oklevéllel és emléklakettel ismerte el az Emberi Erőforrások Minisztériuma Óbuda-Békásmegyer Önkormányzatának a gyermekvédelem területén végzett kimagasló munkáját a szociális munka napja alkalmából.

A gyermekjóléti szolgáltatásokat példaértékűen fenntartó önkormányzatként, a gyermekvédelmi törvény elfogadásának 20. évfordulója alkalmából díjazták a szociális területen tett kerületi erőfeszítéseket. Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata nevében **Kelemen Viktória** alpolgármester és **Gallóné Nagy Judit**, a Polgármesteri Hivatal Szociális Szolgáltató Főosztályának vezetője vette át az EMMI elismerő oklevélét és emléklakettjét.

Az elismerés a területen dolgozó valamennyi kerületi szakember és szervezet közös munkájának érdeme, melyhez ezúton is gratulálunk – mondta az oklevél és az emléklakett átvételét követően az alpolgármester.

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata november 13-án saját rendezvényén köszönti a szociális területen dolgozó

kerületi szakembereket. Ezen az eseményen kerül átadásra a Fischer Ágoston Szociális Díj és számos további kitüntetés, elismerés az önkormányzati intézményekben dolgozóknak.

A szociális gondozást, ellátást nem lehet sem zsákutcának, sem pedig egyirányú utcának tekinteni, mert a szakmában dolgozók még a legelesettebbeknek is meg tudják mutatni, hogy mindig van lehetőség egy jobb, értelmesebb életre – hangsúlyozta az emberi erőforrások minisztere. **Balog Zoltán** a szociális munka napja alkalmából az Uránia Nemzeti Filmszínházban tartott rendezvényen a szociálpolitika legfontosabb eredményének a szemléletváltást nevezte és azt, hogy már nem a kilátástalanság, a perspektívanélküliség jellemzi a szociális munkát, mint korábban.



Gallóné Nagy Judit főosztályvezető, **Czibere Károly** államtitkár, **Kelemen Viktória** alpolgármester

A miniszter az ünnepségen, amelyen a gyermekvédelmi törvény elfogadásáról is megemlékeztek annak 20. évfordulója alkalmából, szakmai díjakat adott át. A kormány nevében megköszönte a szociális szakmában dolgozó „emberséges emberek” munkáját, akik mindenkinek, köztük a legelesettebbeknek is esélyt és lehetőséget akarnak adni arra, hogy minél teljesebb értékű életük legyen.

Czibere Károly szociális ügyekért és tár-

sadalmi felzárkózásért felelős államtitkár arról beszélt: a társadalomnak nincs nélkülözhető tagja, ezért van szükség szolidaritásra, közösségvállalásra, a rászorulóért végzett szociális munkára. Azt mondta, a szociális munka napján azokat ünneplik, akik felerősítik a rászoruló hangját, akik láthatóvá, tapinthatóvá teszik a sorsukat. Szerinte ez a munka hozzájárul egy összetartó, befogadó társadalom megerősítéséhez.

FORGALOMCSILLAPÍTÁS CSILLAGHEGYEN

22 db forgalomcsillapító küszöb épült



A tervezés 9 kerületrészen indult el 2016-ban. A szakmai tervek nyilvános véleményezése után az engedélyeztetési eljárásra kerül sor, az engedélyezett tervek megvalósításának ütemezése pedig az Önkormányzat költségvetési keretének függvénye.

Csillaghegyen a most folyó munkálatok mellett a jövőben még két területen kerül sor forgalomcsillapításra, de ezek kivitelezésének időpontja egyelőre még bizonytalan. A **Mátyás király út - Királyok útja - Emőd u. - Attila u.** által határolt területen (SÁRGÁ TERÜLET) már megszülettek a tervek, és a lakossági egyeztetésre is sor került.

A **Szentendrei út és a 11-es főút** által határolt területen (KÉK TERÜLET) az eddig elkészült szakmai tervek **lakossági véleményezésére lesz lehetőség 2017. december 6-án, 17:30-tól a Csillaghegyi Közösségi Házban.**

Bővebb információ: www.obvf.hu/forgalomtechnika

OBUDA
közösséget építünk

Végéhez közeledik a forgalomcsillapítási kivitelezés Csillaghegyen, a **11-es főút - Püsködfürdő utca - Királyok útja - Mátyás király út** által határolt zónában. (ZÖLD TERÜLET) Ez a terület TEMPO 30-as övezetté vált, és az utcákban, a fő belépési pontoknál forgalomcsillapító küszöbök kerültek kialakításra.

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata 2016-ban fogott hozzá a kerület forgalomcsillapítási tervezéséhez. Az alapvetően a Budapest Közút feladatkörébe tartozó munka többletfeladatot jelent az önkormányzatnak, mégis fontos a lakóövezetekben élők nyugalma és biztonsága érdekében, hogy lépésről lépésre megvalósuljanak a lakosság bevonásával megalkotott forgalomcsillapítási tervek, azokon a területeken, ahol lakossági panaszokat követő szakértői vizsgálatok ezt indokolják.

4 ÁTFOGÓ PROGRAM a megújuló Óbudáért



Óbuda-Békásmegyer vezetése komplex programokat dolgozott ki az infrastrukturális fejlesztések, a szociális, a környezetvédelmi és az egészségügyi területekre, melyek által a városrész fejlesztését és működésének magasabb szintre emelését tűzték ki célul a lakosság igényeit tükröző, innovatív eszközökkel és megoldásokkal.

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata az elmúlt több mint tíz évben egy új városépítési korszak alapjait teremtette meg. Az egyre növekvő lakossági elvárások, a magasabb életminőség feltételeinek megteremtése, a városszervezés innovatív, új szintre emelése – stratégiai szemlélet, környezeti és társadalmi fenntarthatóság előtérbe helyezése, a közösség és társadalmi szervezetek növekvő szerepe a döntéshozatalban – mind megköveteli a kerület fejlesztésének és működésének magasabb szintre emelését. A következő évek várható folyamatait, úgymint a klímaváltozás, technológiai fejlődés, mobilitás Óbuda számára a városfejlesztés és működtetés tekintetében is új kihívásokat teremtet. A négy kiemelten fontos fejlesztési program az önkormányzat 2017-2019-es időszakra vonatkozó terveit mutatja be.



HADRIANUS PROGRAM

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata új városépítési korszak alapjait fektette le az elmúlt 10 évben. A Hadrianus Program által innovatív, új tartalommal kívánja megtölteni a helyi városfejlesztési beavatkozásokat a következő, 2020-ig tartó időszakban. Vezérfonalának a „Nagy kerület – Kis közösségek” víziót tekint. Jövőképe, hogy Budapest III. kerülete a főváros azon része legyen, amely képes a helyi lakosok igényeit kielégíteni és az újonnan beköltözők, illetve a gazdasági szereplők számára is vonzó maradni. E jövőképet három pillér alkotja, amelyek összhangban vannak a térségi rendezési tervekkel és fejlesztési programokkal. Ezek a versenyképesség, a fenntarthatóság és az élhetőség. A fejlesztési program Hadrianus császárról kapta nevét, aki uralkodása alatt olyan városépítési víziót valósított meg, aminek során az egykori Óbuda (Aquincum) valódi városi településsé válhatott.

GUCKLER KÁROLY PROGRAM

Óbuda-Békásmegyer Környezetvédelmi Fenntarthatósági Programja középtávra, 2015 és 2020 között határozza meg kerületi környezetvédelmi stratégiáját, amelynek aktuális része a rövidtávú, 2017-19-es időszakra vonatkozó Guckler Károly Környezetvédelmi Program. Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata kiemelt feladatának tekinti az élhető és fenntartható környezet megőrzését és fejlesztését. A kerület 39,7 km nagyságú területén 126 000 fős lakosság él, akik számára biztosítani kell a városi léttel járó feltételeket – a lakhatást, a közlekedést, intézményi ellátottságot és az egészséges környezetet. Az önkormányzat arra törekszik, hogy a városfejlesztéssel óhatatlanul együtt jelentkező környezeti konfliktusokat a lehető legalacsonyabb szintre szorítsa, és a fejlesztések során a környezetvédelmi szempontokat maximálisan érvényesítse. A program Guckler Károly nevét viseli, aki fontos szerepet játszott a Budai-hegység erdősítésében és természeti értékeinek megőrzésében.

FISCHER ÁGOSTON PROGRAM

Az önkormányzat a rászorulóknak segítségére kiterjedt szociális ellátórendszert működtet. Munkája során folyamatosan figyelemmel kíséri intézményei, valamint a civil és egyházi szervezetek tevékenységét és a szakemberektől érkező javaslatokat beépíti jövőbeli elképzelései közé. A szociális ellátórendszer fejlettségétől függetlenül mindig van olyan terület, ami fejlesztésre szorul és az állandóan változó jogszabályi környezet is újabb feladatokat elé állítja az önkormányzatot. A III. kerület szegényeiért önzetlenül dolgozó Fischer Ágoston plébánosról elnevezett Szociális Program bemutatja a jelenlegi ellátórendszer lényegesebb elemeit és eredményeit, továbbá a megfogalmazott rövid-, közép- és hosszú távú célkitűzésekkel felvázolja a 2017-2019 közötti időszakra vonatkozó szociális területet érintő fejlesztési terveket, javaslatokat.

ÖRLŐS ENDRE PROGRAM

Dr. Örlős Endre a Margit Kórház egykori igazgató sebész-főorvosa, Óbuda díszpolgára. A róla elnevezett egészségügyi program összefoglalja mindazokat a fejlesztéseket és programokat, amelyeket Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata – nagyobb részt saját forrásból, kisebb részben pályázati források felhasználásával – kíván megvalósítani a következő két esztendőben. Az önkormányzat ezeket a fejlesztéseket összehangolja azokkal a tervekkel, amelyek a Szent Margit Kórházban valósulhatnak meg a következő években részben állami forrásokból az Egészséges Budapest Program elemeiként, részben pedig európai uniós pályázatok segítségével. Mindezek eredményeként 2-3 éven belül a kerületi egészségügyi ellátó rendszer infrastruktúrája és működése újulhat meg és teremtheti meg a feltételeit az egységes szakmai és minőségi elvek épülő, magas színvonalú egészségügyi ellátásnak.

Éhesen indultál suliba?

Reggelizzél nálunk!

Az Összefogás Óbudáért Egyesület „rászoruló gyermekek reggeliztetése” programja a Békásmegyeri Községi Házban (1039 Budapest, Csobánka tér 5.) és a Kaszásdűlői Kulturális Központban (1033 Budapest, Pethe Ferenc tér 2.), valamint a Hímző utca 1. szám alatti irodánkban tanítási napokon reggel 6 és 8 óra között.

Tel.: +36 30 200 3115,
e-mail: info@osszefogasobudaert.hu

Szeretettel várunk!

Hajda Eszter
jószoigazgató nagykövet



Mese, játék, élmény az Óbudai Platán Könyvtárban

A gyerekkönyvtárban a zsebszínházi előadások, diavetítések, író-olvasó találkozók és kézműves délelőttök között akad egy igazi csemege: a könyves játszóház. A legközelebbi alkalom november 25-én lesz.

Az Óbudai Platán Könyvtár gyerekkönyvtárai azon dolgoznak, hogy az óvodásoknak és kisiskolásoknak kínált rendezvények kínálatát úgy bővítsék, hogy egy-egy témához valódi, tartalmas játékelmény is társuljon.

Ez az elképzelés vezette a három alkalmas nyári foglalkozássorozat létrehozását. Az immár hagyományossá vált mesefoglalkozások havonta követik egymást, és egy téma köré épülve, az adott témát egy-egy mesén keresztül feldolgozva kínálnak tartalmas szórakozást a gyerekek-



nek. A mesehallgatást új élménnyé bővíti a közös feldolgozás. A ráhangolódástól az alkotáson át a játékig a rendezvény minden eleme azt szolgálja, hogy a gyerekek jól érezzék magukat és közben gyarapodjanak lélekben. A foglalkozásokon akadt már Holdat visszaszerző kalandozás, a tűz motívuma köré összpontosuló csapatépítés, vagy éppen a zöld könyvtári programok közé illeszkedő, fákkal foglalkozó sorozat.

De nem csak nyárra korlátozódnak a könyvtári játszóházi lehetőségek. A Költészet napjához kapcsolódó **Versugró**, vagy a farsangi időszakban tartott **Szuperhősök** igazi hét- és tizenégypróbás világmegmentő részvételt igényelt. A könyvtár területén berendezett, mesés akadálypályán kicsik és nagyok is megtalálhatták a szintjüknek megfelelő kihívást, amiknek a végén nem csak oklevéllel, hanem rengeteg tapasztalattal, és persze történettel gazdagodva távoztak a gyerekek.

A legnagyobb múltra visszatekintő rendezvény azonban a **Könyv-társasozó**. A három alkalmas, maratoni játék az élményközpontúságra fókuszálva az írás, könyv- és könyvtártörténetet mutatja be a kicsiknek. Sün Tóbiás, bátor gyerekkönyvtárhoz méltóan, nem mindennapi kalandokba keveredik: időutazása során pedig mi más is érdekelhetné, mint az az írás és olvasás fejlődése. Első alkalommal a kezdetektől az ókori Kínáig kalauzolja a résztvevőket, majd az európai ókor és középkor következik, végül a harmadik játszóház a könyvnyomtatás korától napjainkig tartó időszakot öleli fel.

A Könyv-társasozó ugyanis – részben a nagy sikerre tekintettel, részben pedig a Reformáció Évéhez kapcsolódva – idén is zajlik. **November 25-én, szombaton 11 és 13 óra**



között kreatív, ügyességi, logikai feladványokkal és játékokkal várjuk az időutazókat. Bárki próbára teheti képességeit a könyvnyomtatás korától napjainkig tartó játszóházi állomásokon, ha csak játszana, akár kreativitását szeretné megcsillogtatni, akár könyves ismereteit bizonyítani.

Aki esetleg most lemaradna róla, ne csüggedjen, hiszen hasonlóan ötletes, játékos programokra még sokszor számíthat a Platán könyvtár dolgozóitól. 2018-as terveik között szerepel a Versugró felelevenítése, a játszóházhoz hasonló kamasz olvasókör elindítása, és persze az elmaradhatatlan nyári foglalkozássorozat is, aminek témáját egyelőre hétepcsés kincsesládában őrzik... vagy mégsem? Mindegyre a szórakozás mindenképpen garantált lesz!

KÉRDŐÍVÜNKET KITÖLTVE SEGÍTHETI AZ IGÉNYFELMÉRÉSÜNKET.
[HTTPS://PLATANKONYVTAR.HU/KERDOIV/EZUSTHEGY-UTI-FIOKKONYVTAR/](https://platankonyvtar.hu/kerdoiv/ezusthegy-uti-fiokkonyvtar/)



EZÜSTHEGY UTCAI FIOKKÖNYVTÁR

AZ ÓBUDAI PLATÁN KÖNYVTÁR FIOKKÖNYVTÁRA

2018-BAN ÚJ HELYEN,

MEGÚJULÓ SZOLGÁLTATÁSKÍNÁLATTAL VÁRJÁ LÁTOGATÓIT

Az Óbudai Platán Könyvtár fiokkönyvtára 2004 júniusában nyílt meg a Békásmegyeri Községi Házban az olvasókörzetség előtt. Vonzáskörzete elsősorban a békásmegyeri lakótelep hegy felőli oldala és az Ófalu.

Az új épületben a dokumentumok kölcsönzése mellett minden korosztálynak kínálunk kulturális és szabadidős programokat: irodalmi estek, könyvbemutatók, előadások; csoportos foglalkozások, tanfolyamok időseknek; különböző gyermekkorosztályoknak játékos, interaktív foglalkozások, játszóházak, kreatív foglalkozások; könyvtárpedagógiai foglalkozássorozatok óvodás és iskolás csoportoknak

Az építészeti átalakítás, felújítás során az alábbi olvasói tereket alakítjuk ki: felnőtt- és gyerekkönyvtár; olvasóterem, amely kisebb rendezvények, előadások, tanfolyamok, illetve gyermekfoglalkozások tartására alkalmas; számítógépes munkahelyek; kert, mint szabadterület olvasóterem, rendezvényhelyszín; kert játszóhely a kisgyerekeknek; biciklitároló, akadálymentes közlekedés



1038 BUDAPEST, EZÜSTHEGY UTCA 16. PLATANKONYVTAR.HU

Adventi adománygyűjtés a családsegítőben

Az Óbudai Családi Tanácsadó és Gyermekvédelmi Központ munkatársai az adventi időszakban adománygyűjtést szerveznek a kerületben élő hátrányos helyzetű gyermekek és családjaik részére.

Az Óbudai Családi Tanácsadó és Gyermekvédelmi Központ 2016 decemberében több akcióban is segítette a nehéz sorsú családok ünnepre való felkészülését. A programok során az önkormányzati-, a vállalati szférában működő-, a civil-, a köz-művelődési intézmények és legfőképpen az III. kerületi polgárok adományainak felhasználásával az intézmény 1047 családnak juttatott meleg ételt, tartós élelmiszer csomagot, fenyőfát és családi ajándékcsomagot.

Az intézmény idén is szeretne hozzájárulni a hátrányos helyzetű gyermekek és családjaik nélkülözésmentes karácsonyi ünnepéhez, ezért a kerületi lakosoktól és intézményektől tisztelettel várjuk sporteszköz-, plüssállat-, játékbaba-, gyermekjáték-, társasjáték-, kreatív eszköz-, mesekönyv-, kifestő-, matricás album-, csecsemő ápolási cikk-, tisztálkodási eszköz-, tartós élelmiszer adományozását. Az adományokból az intézmény munkatársai családi ajándékcsomagokat állítanak össze, amelyet 2017. december 16-23. között osztanak ki.



Az adományokat az intézményben lehet leadni.

Cím: 1035. Bp., Váradi u. 9-11.

**Hétfő – Csütörtök: 9:00-18:00
Péntek: 9:00-12:30**

Minden adományt örömmel fogadnak!



Mi fán terem a terepfutás? – Előadás az Óbudai Sportakadémián

Idén sem maradunk sportszakmai előadás nélkül, mely az alkalommal a futás, azon belül is a terepfutás köré épül. Hihetetlen népszerűek ezek a közösségi futások, így most képet kaphatunk róla, hogy hogyan is kezdünk bele a terepfutásba.

Időpont: 2017. november 28. 18 óra

Helyszín: Esernyős Óbudai Kulturális, Turisztikai és Információs Pont Szindbád Terme (1033 Budapest, Fő tér 2.)

ÓBUDAI SPORTAKADÉMIA

2017. 11. 28. 18:00

Eszernyős Óbudai Kulturális, Turisztikai és Információs Pont Szindbád Terme
1033 Budapest, Fő tér 2.

Mi fán terem a terepfutás?

Erdőben, hegycsúcsokon, bámulatba ejtő panorámájú tájakon a futás valóban kivételes élmény.

De Jelenthet-e ennél is többet?

MLECSENKOV ÉVA
a CoffeeRUN Sportegyesület alapítója

TATÁR SZILVIA
sport rehabilitációs tréner és vendégeik

ÓBUDA
mozgásban a város

Óbudai Sport
a városi sport

CoffeeRUN

Nordic Walking edzések minden vasárnap



Vasárnaponként 10,00 órakor a Laborc utcai Óbudai Szabadidőparkban gyülekeznek a Nordic Walking szerelmesei. A park kiváló helyszínt biztosít a botos gyaloglás minden nehézségi fokozatához, ezért a haladó és újonnan csatlakozó résztvevőknek nem kell tartani a terepviszonyoktól. Kellemes környezetben, enyhe emelkedők mellett élvezhetik az őszi s majd a téli táj szépségeit. Az edzések során a vezetőedző, Szedlák Gábor különös figyelemmel kíséri tanítványait és mindenkinek az edzési fokához mérten ad feladatokat. Az edzések elején közös bemelegítéssel hangolódunk rá a sétákra, amelyet az óra befejeztével közös levezetés és nyújtás foglalkozás keretében. A heti rendszerességgel foglalkozások mellett minden hónapban egy kirándulást szerveznek a környező Budai-hegyekbe. A Klub foglalkozásain való részvétel teljesen térítésmentes. Botokat a készlet erejéig – 20-25 felszerelés – tudnak biztosítani. Aki néhány alkalom után kedvet kap, edzői tanács mellett a saját bot vásárlása mellett is dönthet.



Advent Óbudán – KorcsolyázÓbuda

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata az adventi ünnepek kezdetével és az Advent Óbudán programsorozat keretein belül idén is újra két helyszínen nyitja meg az óbudai lakosság részére a jégpályáit. A Fő téren és a Csobánka téren működő jégpályák kihasználtsága töretlen és a lakosság nagy érdeklődésére tart számot.

Nyitás: 2017. december 2.

Nyitva tartás:

Fő téri jégpálya nyitva tartás a hét minden napján 8.00 – 22.00

Csobánka téri jégpálya nyitva tartás a hét minden napján 8.00 – 20.00

Szolgáltatások: ingyenes oktatás, korcsolyakölcsönző, szerviz
Élezés csak a Fő téren hétfői napokon 1000 Ft/cipőpár

Az oktatás az alábbi időpontokban ingyenesen vehető igénybe.

Fő téren: szombatonként 8.00 – 10.00 óráig.

Csobánka téren: vasárnaponként 8.00 – 10.00 óráig.

A pálya mellett korcsolyakölcsönző és öltöző működik. A korcsolyabérlés díja felnőtteknek 600 Ft, gyerekeknek 400 Ft. Az óbudai jégpályákon hétköznap, tanítási időben a III. kerületi iskolai csoportok részére, tanári kísérettel a korcsolyabérlés díja 200 Ft.

Bérelhető méretek:

kétlű korcsolyacipő 22-26 méretig (állítható)

egyélű korcsolyacipő 26-48 méretig

Szeretettel várjuk a korcsolyázás kedvelőit és az iránta érdeklődőket, kicsiket és nagyokat egyaránt, hogy mozgással, jó hangulatban, aktívan és együtt tölthessenek egy pár órát a friss levegőn. Az Óbudai jégpályák használata minden időpontban teljesen ingyenes, térítésmentesen állnak az érdeklődők rendelkezésére.

ADVENT ÓBUDÁN

2017. 12. 01-23.

KORCSOLYÁZÓBUDA

ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER ÖNKORMÁNYZATA INGYENES JÉGPÁLYÁKKAL VÁRJA LAKOSAIT ÉS A KORCSOLYÁZNI VÁGYÓKAT.

ÜNNEPÉLYES MEGNYITÓ A FŐ TÉREN
2017. DECEMBER 2. 17.00
AZ ADVENT ÓBUDÁN RENDEZVÉNYSOROZATOT MEGNYITJA
BÜS BALÁZS, ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER POLGÁRMESTERE

NYITVA TARTÁS: 2017. 12. 02. - 2018. 02. 04.
FŐ TÉRI JÉGPÁLYA
A HÉT MINDEN NAPJÁN 8.00 - 22.00
CSOBÁNKA TÉRI JÉGPÁLYA
A HÉT MINDEN NAPJÁN 8.00 - 20.00

ÓBUDA
mozgásban a város

Óbudai Sport
a városi sport

f www.obudasport.hu
Óbuda Sport - Mozgásban a város

Óbuda Free

Jöjjön el, töltődjön fel szeretteivel aktívan, mozgásban!
Sportélményekben gazdag korcsolyázást kívánunk minden kedves látogatónkknak!

Home Pilates homepilates.hu
☎ 06703979379 ☎ 06203312550
info@homepilates.hu

Óbuda legújabb Pilates stúdiója a Rómain!



**Helyreállítja az izmok közötti egyensúlyt
Növeli a gerinc és ízületek mobilitását
Javítja a testtartást, stresszoldó hatású**

NYÍLT NAP 2017. DECEMBER 2-ÁN!
10.15-kor kezdő és 11.15-kor flow órák
Kedvezményes bérletvásárlási lehetőség!

Előzetes bejelentkezés a fenti telefonszámokon!
Cím: 1031 Budapest, Pók u. 15.

Római SE – HÍREK



Lora csúcsot úszott

Komoróczy Lora (06) a Római Sport Egyesület versenyzője a novemberi Felnőtt Országos Rövidpályás Bajnokságon 50m hátúszásban korosztályos országos csúcsot úszott.
Lora 2017-es teljesítménye kimagasló, edzői szerint jó úton jár.
Edzői: Gyepes Lajos, Gyepes Ádám, Barnák Viktória

Gyepes Ádámot a Római SE fiatal edzőjét egyesülete képviselőjeként a Magyar Úszó Szövetség elnökségébe választották.

Gyepes Ádám, Komoróczy Lora, Gyepes Lajos, Sós Csaba (szövetségi kapitány), Baranyai István (masször)



A Csillaghegyi Polgári Kör Egyesület

www.csipke.info



PROGRAMOK

ADVENTI TALÁLKOZÓ

2017. december 2-án, szombaton
15.30-kor Csillaghegyi Községi Házban
(1039 Mátyás király út 13-15.)

december 5-én, kedden 15-17 óráig
MIKULÁS várja a gyerekeket, a csillaghegyi HÉV-megállónál

december 9-én, szombaton délelőtt
MIKULÁS az Östermelői piacon (Mátyás király út – Lehel utca sarok)

KARITATÍV ADOMÁNYGYŰJTÉS

2017. december 10-én, vasárnap 10-18 óráig
Ruha és egyéb használati tárgyak gyűjtése
Nagyméretű, elajándékozásra szánt berendezési tárgyak bejelentése a Csillaghegyi Községi Házban

INGYENES RUHATURKÁLÁS ugyanott
december 11-én, hétfőn 16-18 óráig

Rendezvényeink ingyenesek,
mindenkit várunk szeretettel!

A CSILLAGHEGYI POLGÁRI KÖR
EGYESÜLET
szeretettel meghívja Önt
2017. december 2-án, szombaton
15.30-kor kezdődő

„ADVENTI TALÁLKOZÓJÁRA”

Csillaghegyi Községi Ház
(1039 Mátyás király út 13-15.)

KÖSZÖNTŐ

SZERESSÉTEK AZ ÉLETET

Tassy Jolán naplójához
Rab-Kováts Éva vetített képes előadása

KECSKÉS EGYÜTTES KARÁCSONYI ZENÉS DÉLUTÁNJA

Az együttes vezetője: Kecskés András
lantművész

ARANYPOLGÁROK KÖSZÖNTÉSE, OKLEVÉLOSZTÁS

BÜFÉ

A belépés ingyenes.

Mindenkit szeretettel várunk és kérjük,
értesítsék rokonaikat, ismerőseiket is!

SZENT LÁSZLÓ KIFESTŐ VERSENY

a **LELKI EGÉSZSÉG NAPJA** keretében

A PRO NATÚRA DÍJAS TERMÉSZET-ÉS KÖRNYEZETVÉDŐ TANÁROK
EGYESÜLETE (TKTE)

**december 9-én,
szombaton**
a **Szent László
emlékévként keretében**
KIFESTŐVERSENYT



szervez,
melyhez a Csillaghegyi Polgári Kör Egyesület biztosít helyet
a **Zsámboki teremben**.

Helyszín: Zsámboki műhely a Csillaghegyi Jézus szíve templom jobb épületszárnyában (1039 Lehel u.14)

Védnökök: Juhász Zoltán népzene kutató, Bérczi Szaniszló, Sáringer Zsóka, Varga Ágnes, Gulyás Pálné, Gulyás Pál, Rab-Kováts Éva

Tervezett program:

15.00-15.45-ig Kifestő verseny Szent László király tiszteletére
15.50-16.30-ig Emlékezés Szent Lászlóra
Előadó: Bérczi Szaniszló
15.45 -16.50-ig A festés értékelése, a festmények „kiragacsolása”
(gyurma ragacs) a templom bejáratához
17.00 -17.30 Eredményhirdetés
18.00 Szent mise Szent László király tiszteletére a Csillaghegyi Jézus Szíve templomban **népi hangszerekkel kísért magyar népi liturgiával**

A **Kifestő versenyre jelentkezni** a
tkte@t-online.hu emailcímen lehet.

Kulturális ajánló

PLATÁN KÖNYVTÁR



1031 Budapest, Arató Emil tér 1.
(Bejárat a Kadosa utca felől)

www.platankonyvtar.hu
platan@kszk.obuda.hu

Tel.: 439-0936

NYITVA TARTÁS

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

KIÁLLÍTÁS

Utazó Olvasó

2017. november 28-ig

Fotókiállítás az olvasás pillanatairól Juhász István képeivel



Abrakadabra

2017. december 4. 17.00

Takács Mari IBBY-díjas gyermekkönyv-illusztrátor kiállítását 2017. december 4-én 17 órakor megnyitja Paulovkin Boglárka grafikus, illusztrátor.

A kiállítás megtekinthető:

2018. január 26-ig a könyvtár nyitvatartási idejében.

Könyv-társasozó 3.

2017. november 25. 11.00-12.00

Rejtélyes időutazás Sün Tóbiással a könyvnyomtatás korától napjainkig. Írás- és könyvtörténeti játszótér az óvodásoknak és kisiskolásoknak. Kreatív, ügyességi, logikai feladványokkal és játékokkal várjuk az időutazókat.



Mária Terézia,

a szoknyás uralkodó

2017. november 28. 18.00-19.00

Mária Terézia születésének 300. évfordulója alkalmából Juhász Anna, irodalmár és Fónagy Zoltán, történész beszélgetnek a legendás uralkodónőről és próbálják feltérképezni alakját egy személyesebb megközelítésből. Ki volt ő valójában, nagyhatalmú császárnő, vagy a gyermekei sorsát egyengető családanya? Az est folyamán egy érdekes és ellentmondásos nő portréja rajzolódik ki, aki mellesleg Európa egyik kiemelkedő képességű királynője volt.



Téli könyvvásár

2017. december 5. 11.00-18.00

Jó állapotú, használt könyvek vásárolhatók 100 forintos egységáron

Egy kupac kufli a Platánban

2017. december 9. 11.00

A Kuflik, az egyik legszeretnivalóbb gyermek-könyv és rajzfilm sorozat, immáron mozifilm szerzője és illusztrátora, Dániel András újra könyvtárunkban!

Az Elhagyott Rét meglevenedik nálunk és benépesül a jól ismert kedvenceinkkel. Hevessétek egy cseppet és engedjétek el a fantáziátokat a kuflikkal együtt a napsütötte kupacukon!



Csillagok, csillagok...

2017. december 11. 16.00-18.00

A Magyar Origami Kör adventi foglalkozása az Óbudai Platán Könyvtárban. Karácsonyi díszek elkészítésére és ünnepi csomagolási technikák elsajátítására lesz lehetősége az érdeklődőknek.



Hétalvók 2017. december 12. 17.00



Miért alszanak téli álmot az állatok? Ki a legnagyobb hétalvó? Vajon táplálkoznak-e hibernáció alatt?

Többek között ezekre a kérdésekre is választ kaphatunk, ha meghallgatjuk az Elveszett Állatok Alapítvány munkatársainak előadását. Kisállatsimogatóval, színezővel várjuk az állatbarátokat!

Villa-Lobos Ünnepi Koncert

2017. december 14. 18.00



Előadják: A Krulik Kvartettből alakult vonósnégyes tagjai

Villa-Lobos: Trio

Ünnepi hangverseny Villa-Lobos születésének 130. évfordulója alkalmából.

Négyteteles vonósnégyes teljes egészében most hangzik el először Magyarországon az Óbudai Platán Könyvtárban.

A programok ingyenesek.

Minden érdeklődőt szeretettel várunk!

Könyvajánló



Felnőtt szépirodalom

„Naponként árvább”

– Szendrey Júlia naplója

A kötet a magyar irodalom talán legemblematisabb figurája, Petőfi Sándor feleségének a naplóját tartalmazza, melyet leánykorától haláláig vezetett, leírva benne házasságainak történetét és megrendítő személyes sorsát. A kiadás a fennmaradt saját kezű kéziratok alapján készült el, korabeli fényképekkel illusztrálva.

Felnőtt szakirodalom

Jessica Joelle Alexander; Iben Dissing Sandahl: Gyerekevelés dán módra – Hogyan nevelnek a világ legboldogabb emberei talpraesett és életrevaló gyerekeket?

A gyerekek alapvető jószágába vetett hit, az őszinte és hiteles szülői hozzáállás, az elfogadás és az ítélkezésmenetség olyan nevelési alapelvek, amelyeknek eredményeként a gyerekek kiegyensúlyozottak, érzelmileg rugalmasak, empatikusak és együttműködők lesznek – és ezek mind olyan tulajdonságok, amelyek nem csak a gyerek-, hanem a felnőttkori boldogsághoz is szükségesek.

Gyerek szépirodalom

Harcos Bálint: Szofi a vidámparkban

Szofi vidámparkba szeretne menni. Csakhogy télen zárva van a vidámpark. Szánkozni azonban lehet! Szofi felül a szánkójára, és átsuhan a parkon, át a játszótéren, át a karácsonyi vásáron, át az állatkerten ... Végül berepül a lezárt vidámparkba, amely épp téli álmot alszik. Vagyis csak aludt. Eddig. Kis boszorkány, körhintalovacska és vattacukor – velük mind-mind találkozhat Szofi új, fergeteges kalandjában!

Forrás: bookline.hu

Esernyős

Óbudai
Kulturális,
Turisztikai és
Információs Pont

Budapest, 1033, Fő tér 2.



HELYSZÍN és INFÓ: Az Esernyős kulturális térként és kávézóként működik 3 HÉV-megállónyira a Margit hídtól. Koncertek, kiállítások és filmek mellett igazi kávékülönlegességek várnak mindenkit Óbuda különleges hangulatú Fő terén, ahol egész nyáron az Esernyős működteti a főváros legkisebb kávézóját, a Gázlámpa Kioszkot is.

Esernyős nyitva tartás:

H-SZO: 9:00-22:00, VA: 10:00-15:00

Gázlámpa Kioszk

nyitva tartás: K-VA 12:00-20:00

1033 Budapest, Fő tér 2.

+36 1 229 5825, +36 30 883 1953

www.esernyos.hu | www.esernyosgaleria.hu

www.facebook.com/esernyos | www.facebook.com/szindbad

www.facebook.com/gazlamp

Szaxofon és népzene

Az adventi időszakban különleges koncert várja a zenei igényeket az Esernyősben. Az óbudai Fő tér kulturális terében a **Dresch Vonós Quartet** lép fel **december 13-án**. A népszerű jazz-folk zenész, **Dresch Mihály** töretlen pályájú életművének lagmarkánsabb vonása a magyar és közép-kelet európai népzene és az afroamerikai jazz elemeinek anyanyelvi természetességű ötvözése. Új vonós

kvartettjében ezúttal a népzene kimagaslóan eredeti, fiatal képviselői – *ifj. Csoóri Sándor, Brasnyó Antal és Bognár András* – lesznek társai a koncertszínpadon. Tanúi lehetünk, ahogy a jazz ikonikus alakja és az új nemzedék virtuózai egymásra találnak: Dresch Mihály és a fiatal generáció együtt bővíti a műfaj határait, kényesen egyensúlyozva a jazz és a népzene megszgyén.

www.esernyos.hu



AZ ARANYHEGYI-PATAK MENTÉN INDUL AZ ÁRVÍZI VÉDMŰ ÉPÍTÉSE

A folyóparti nyomvonalról szakértői egyeztetések lesznek

A Fővárosi Közgyűlés október 18-i ülésén úgy döntött, a Csillag-hegyi-öblözet árvízvédelmének kiépítése az Aranyhegyi-patak mentén veheti kezdetét jövőre. Várhatóan a pünkösdfürdői töltés mobil magasítása is elindulhat, a Római-parti szakasz pontos nyomvonalát pedig szakértők fogják véglegesíteni.

Cikcakkos, politikai és jogi útvesztőktől sem mentes előzmények után úgy tűnik, megtörténhetnek végre az első kapavágások az új árvízvédelmi rendszer érdekében. Elsőként a Római-partot délről határoló Aranyhegyi-patak mentén kezdődhet meg a kivitelezés, méghozzá már 2018-ban. Úgy tudjuk, hogy ezzel együtt a pünkösdfürdői töltés mobil elemekkel való magasítását lehetővé tevő műszaki megoldások kiépítése is elindulhat.

Az Aranyhegyi-patak árvízvédelme nem a patak által a Duna felé szállított vízmennyiség miatt fontos, hanem amiatt, hogy hatalmas víztömeg miatt, amit a Duna árvízkor a patak felé visszaduzzaszt. Ez akkora víznyomást eredményez, hogy akár a töltés

is átszakadhat. Ha ez a 2013-as árvízkor az Aranyhegyi-patak északi töltésével megtörténik, akkor a Pók utcai lakótelepet nagyjából elönti a víz – mondta el *Tarlós István* főpolgármester a Közgyűlésen.

A jövő év folyamán indulhat tehát az építkezés, ez jó hír. Viszont bosszúságra adhat okot a Római-partiak körében, hogy ellenzéki politikai nyomásra a Fővárosi Önkormányzat kénytelen volt – legalább is időlegesen – visszavonni a Duna-parti nyomvonal megvalósításáról szóló korábbi határozatát. Vagyis újra megnyílik a több hónapos szakértői egyeztetés arról, hol is fusson majd a Dunával párhuzamos gát-

szakasz: a parton a folyó mentén, vagy a Dunától távol a Nánási-Királyok útján, avagy netán a parton a kerítésekhez közel vagy a kerítések mentén?

Tarlós István és a Fővárosi Közgyűlés kormánypárti többsége a part mentén létesített védművet támogatja, vagyis azt, hogy az öblözet egésze, az itt élő 55 ezer fő, továbbá az itt dolgozók és a Római-parton pihenők is élvezhessék az árvízvédelmi létesítmény nyújtotta biztonságot, beleértve bennünket, Római-partiakat is. Ezt a megoldást támogatja a Magyar Tudományos Akadémia, az Országos Vízügyi Főigazgatóság, a Budapesti Műszaki és Gazdaságtudományi Egyetem is.

Vannak azonban olyan politikai és civil csoportok, amelyek ragaszkodnak hozzá, hogy a védekezés a parttól távol, a Nánási-Királyok útján történjen, ezzel védtelesen hagyva, a víz martalékává téve a Nánási-Királyok útja és a folyó közé eső 70 hektáros part menti sávot, az itt található családi házakkal, nyaralókkal, csónakhá-

zakkal és minden egyéb ingó és ingatlan értékkel együtt.

Az árvízi védmű építése, még ha egyelőre csak az Aranyhegyi-patak mentén és a pünkösdfürdői szakaszon is, de végre elindulhat. Ugyanakkor ismét kinyitották a kérdést a Római-parti védműszakasz optimális nyomvonalának meghatározásáról. Ez nem jelenti azt, hogy végül ne épülhetne meg a mobil árvízvédelmi mű igenis a partvonal mentén, sőt reméljük, hogy ez így is történik majd, de sajnos ebben újabb hónapokig nem lehetünk biztosak. Reméljük, hogy bölcs szakmai döntés fog születni.

Örülünk most tehát annak, hogy az Aranyhegyi-patak vonalában és a pünkösdfürdői szakaszon az árvízvédelem megerősítése végre elindulhat. A partmenti nyomvonallal kapcsolatban pedig a következő hónapokban mi, Római-partiak is hallassuk a hangunkat, mondjuk el a véleményünket, vegyünk részt a nyomvonalról szóló vitákban!

A pünkösdfürdői töltés mobil elemekkel történő magasításának előzetes látványterve



SZERETETTEL VÁROM ÖNT ÉS CSALÁDJÁT AZ ADVENTI PROGRAMJAINKRA!


BÚS BALÁZS
POLGÁRMESTER



ADVENT ÓBUDÁN

WWW.ADVENTOBUDAN.HU

2017. 12. 01-23.

ÓBUDA

közösséget építünk

ÜNNEPI GYERTYAGYÚJTÁS
INGYENES KORCSOLYAPÁLYÁK
GASZTROSÉTÁNY
KONCERTEK
ÜNNEPI FÉNYEK
KÉZMŰVES VÁSÁR

DEC
2. 17:00

MEGNYITÓ: BÚS BALÁZS, ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER
POLGÁRMESTERÉNEK ÜNNEPI BESZÉDE ÉS ÜNNEPI
FÉNYGYÚJTÁSA * KORCSOLYAPÁLYA AVATÁS * MÁGUSTONES
* MUZSIKÁS ÉS PETRÁS MÁRIA * BESH O DROM

DEC
1-3.

ZUBOLY * GRYLLUS VILMOS * CSILLAG KÓRUS &
LOUISIANA DOUBLE * FERENCZI GYÖRGY ÉS AZ
1-SŐ PESTI RACKÁK

DEC
8-10.

BUDAPEST RAGTIME BAND * BELVÁROSI
BETYÁROK * ÓBUDAI NÉPZENEI ISKOLA
* ROMENGO * MÉZ * NANA VORTEX

DEC
15-17.

SZIRTES EDINA MÓKUS ÉS FEKETE JÁNOS
„JAMMAL” * MESICS GYÖRGY ÉS A SOMLÓ BANDA
* MAGYARVISTA SOCIAL CLUB * HOT JAZZ BAND *
DANIEL SPEER BRASS * MISZTRÁL

DEC
22-23.

TÁRKÁNY MŰVEK * KÁRÁSZ ESZTER ÉS AZ
ESZTER-LÁNC MESEZENEKAR
* PETRUSKA * KALÁKA

ÓRIÁS KARÁCSONYFA * BETLEHEM * ÜNNEPI FÉNYEK * GYERMEK- ÉS CSALÁDI PROGRAMOK
* KÉZMŰVES PORTÉKÁK VÁSÁRA * GASZTROSÉTÁNY * KARÁCSONYI ÉTELEK-ITALOK
* INGYENES KORCSOLYAPÁLYA * ADVENTI GYERTYAGYÚJTÁS KÖZÖS ÉNEKLÉSSSEL

ÜNNEPELJÜNK EGYÜTT, ÉREZZÜK ÁT KÖZÖSEN AZ ÜNNEPVÁRÁS IGAZI HANGULATÁT!

AZ ADVENTI PROGRAMOK MINDEN HELYSZÍNEEN INGYENESEN LÁTOGATHATÓK.

INSTAGRAM: @ADVENTOBUDAN * FESZTIVÁLFON: 06 30 462 0204 * A MŰSORVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK.

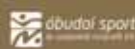
FŐ TÉR
SZENTLÉLEK TÉR

ADVENT ÓBUDÁN

WWW.ADVENTOBUDAN.HU

2017. 12. 01-23.

ÓBUDA
A KULTÚRA VÁROSA



TÁMOGATÓK:
DIGI

FESTO

MÉDIATÁMOGATÓK:
PESTI 31

