



ÚJBUDA 60+ PROGRAM 2016. JÚLIUS HAVI PROGRAMLISTA



Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
július 3. vasárnap	Találkozó: 7.50 Nyugati pu. pénztárak	60+ természetjárás	Börzsöny hg., kisvonattal: Szob - Márianosztra, gyalog: Nagyirtás psz. - Királyrét Táv: 11 km, szint: 200 m	ingyenes	Somóczy Szilvia (CAOLA)	06 30 340-3490	Előzetes jelentkezést kér!
július 4. hétfő	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcső utca 3.	ingyenes	Sancz Klára Lujza 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
július 4. hétfő	10.00-11.00	Zumba Gold	Gazdagréti Községi Ház 1118 Budapest, Törökugrató u. 9.			246-5253	
július 4. hétfő	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcső utca 3.	ingyenes	Sancz Klára Lujza 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	

Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
július 5. kedd	10.00-12.30	Tarokk, rómi, rejtvény klub	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné 60+ Program önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefonon a 206-6840 számon vagy emailben: kelencivilközossseg@ujbuda.hu	a résztvevők maguk döntenek, melyik játékot választják
július 5. kedd	15.00-17.00	Afázia Egyesület Budai Tagozata	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Szilágyi György 06 30 934 8916	A program ideje alatt a helyszínen, telefonon a 206-6840 számon vagy emailben: kelencivilközossseg@ujbuda.hu	Az önszervező csoport szakmai foglalkozását Fülel Viola, logopédus tartja alkalmanként
július 6. szerda	Találkozó: 8.30 Batthyány tér HÉV	60+ természetjárás	Pilis hg., Pilisszentlászló - Akasztó h. - Királykúti ny. - Szőke forrás vgy. - Dömös Táv: 14 km, Szint: 300 m	kisvonati menetjegy: kétszer 500 Ft	Somóczy Szilvia (CAOLA)	06 30 340-3490	Előzetes jelentkezést kér!
július 6. szerda	10.00-10.30	3-1-2 meridiántorna	Feneketlen-tó Kömanci szobor	ingyenes	Szentgyörgyi Tamás 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
július 6. szerda	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcső utca 3.	ingyenes	Szentgyörgyi Tamás 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
július 6. szerda	14.00-17.00	Bridzs-Sakk Klub	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné 60+ Program önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefonon a 206-6840 számon vagy emailben: kelencivilközossseg@ujbuda.hu	Tichy-Rács József oktat 14 -15 óráig

Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
július 7. csütörtök	14.00-17.00	Kortalan kreativitás	USZOSZ Keveháza Idősek Klubja 1116 Bp, Keveháza u.6.	ingyenes	Keveháza Idősek Klubja Szabó Imréné	06 1 786-6325	feltvarrás technika haladó fokon:tartja: Nyíredi Judit
július 7. csütörtök	15.00 -17.00	Számítástechnika a mindennapokban (Excell táblázatokról röviden)	USZOSZ Gazdagréti Idősek Klubja 1118. Bp., Gazdagréti tér 1.	ingyenes	Geréb Gerda klubvezető	minden hétköznap 8.00 -16.00 óra között a 786-6084 telefonszámon	Előzetes regisztráció szükséges
július 8. péntek	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcső utca 3.	ingyenes	Szentes Rezső 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
július 8. péntek	10.00-11.00	Zumba Gold	Gazdagréti Közösségi Ház 1118 Budapest, Törökugrató u. 9.			246-5253	
július 8. péntek	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcső utca 3.	ingyenes	Szentes Rezső 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
július 11. hétfő	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcső utca 3.	ingyenes	Sancz Klára Lujza 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	

Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
július 11. hétfő	10.00-11.00	Zumba Gold	Gazdagréti Községi Ház 1118 Budapest, Törökugrató u. 9.			246-5253	
július 11. hétfő	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcső utca 3.	ingyenes	Sancz Klára Lujza 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
július 12. kedd	10.00-12.30	Tarokk, rómi, rejtvény klub	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné 60+ Program önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefonon a 206-6840 számon vagy emailben: kelencivilközossseg@ujbuda.hu	a résztvevők maguk döntenek, melyik játékot választják
július 12. kedd	15.00-17.00	Afázia Egyesület Budai Tagozata	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Szilágyi György 06 30 934 8916	A program ideje alatt a helyszínen, telefonon a 206-6840 számon vagy emailben: kelencivilközossseg@ujbuda.hu	Az önszervező csoport szakmai foglalkozását Fülel Viola, logopédus tartja alkalmanként
július 13. szerda	Találkozó: 8.30 Batthyány tér HÉV	60+ természetjárás	Pilis hg., Pilisszentlászló - Hegytető - Papp rét - Vörös kő - Álló rét - Lányfalu vagy Szentendre Táv: 12-14 km, Szint: 250 m	ingyenes	Somóczi Szilvia (CAOLA)	06 30 340-3490	Előzetes jelentkezést kér!
július 13. szerda	10.00-10.30	3-1-2 meridiántorna	Feneketlen-tó Kőmacsi szobor	ingyenes	Szentgyörgyi Tamás 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	

Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
július 13. szerda	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcso utca 3.	ingyenes	Szentgyörgyi Tamás 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
július 13. szerda	13.30-15.30	Dietetikai tanácsadás	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcso utca 3.	ingyenes	Újbudai Szenior Programközpont	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	Személyes tanácsadás a táplálkozásról. Előzetes jelentkezéshez kötött!
július 13. szerda	14.00-15.00	"Budapest élővilága" Duna-Ipoly Nemzeti Park előadása	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcso utca 3.	ingyenes	Duna-Ipoly Nemzeti Park	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
július 13. szerda	14.00-17.00	Előadás Márai Sándor életéről és műveiről. Előadó: Markó Mónika	USZOSZ Szentimre város Idősek Klubja 1113 Bp., Bocskai út 43-45.	ingyenes	Polgár Tiborné USZOSZ	789-3022 polgar.tiborne @uszosz.ujbuda.hu	
július 13. szerda	15.00-17.00	Bridzs-Sakk Klub	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné 60+ Program önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefonon a 206-6840 számon vagy emailben: kelencivilközossseg@ujbuda.hu	Tichy-Rács József oktat 14 -15 óráig
július 14. csütörtök	10:00-12:00	„Mesélj Nagyi”	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Tiszai Annamária, színjátész-rendező, művészeti csoportvezető mob: 06 20-261-0057	A program ideje alatt a helyszínen, telefonon a 206-6840 számon vagy emailben: kelencivilközossseg@ujbuda.hu	Felkészítés mese-, versmondásra kisközösségben

Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
július 14. csütörtök	14.00-17.00	Kortalan kreativitás	USZOSZ Keveháza Idősek Klubja 1116 Bp, Keveháza u.6.	ingyenes	Szabó Imréné Keveháza Idősek Klubja	06 1 786-6325	feltvarrás technika haladó fokon:tartja: Nyíredi Judit
július 14. csütörtök	15.00 -17.00	Alkotó műhely (papírrózsák készítése)	USZOSZ Gazdagréti Idősek Klubja 1118. Bp., Gazdagréti tér 1.	ingyenes	Fábián - Lakos Beáta gondozónő	minden hétköznap 8.00-16.00 óra között a 786-6084 telefonszámon	
július 15. péntek	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcső utca 3.	ingyenes	Szentes Rezső 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
július 15. péntek	10.00-11.00	Zumba Gold	Gazdagréti Közösségi Ház 1118 Budapest, Törökugrató u. 9.			246-5253	
július 15. péntek	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcső utca 3.	ingyenes	Szentes Rezső 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
július 18. hétfő	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcső utca 3.	ingyenes	Sancz Klára Lujza 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	

Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
július 18. hétfő	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcso utca 3.	ingyenes	Sancz Klára Lujza 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
július 19. kedd	Találkozó: 8.00 Újbuda-központ 4-es villamos megállóban	Kopaszi-gát hajózással egybekötve Előzetes jelentkezéshez kötött			Duna-IPoly Nemzeti Park	Jelentkezés: 06 30 477-6720, sashegy@dinpig.hu vagy minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	A program során megismerkedünk a Kopaszi-gát történetével, élővilágával, fakultatív fagyaltalozással egybekötve. A BKV hajóra a Petőfi híd
július 19. kedd	10.00-12.30	Tarokk, rómi, rejtvény klub	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné 60+ Program önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefonon a 206-6840 számon	a résztvevők maguk döntenek, melyik játékot választják
július 19. kedd	15.00-17.00	Afázia Egyesület Budai Tagozata	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Szilágyi György 06 30 934 8916	A program ideje alatt a helyszínen, telefonon a 206-6840 számon	Az önszervező csoport szakmai foglalkozását Fülel Viola, logopédus tartja alkalmanként
július 20. szerda	Találkozó: 7.50 Nyugati pu. pénztárak	60+ természetjárás	Börzsöny hg., Zebegény - Hegyes tető (kilátó) - Nagymaros Táv:12 km, Szint: 350 m	ingyenes	Somóczy Szilvia (CAOLA)	06 30 340-3490	Előzetes jelentkezést kér!
július 20. szerda	10.00-10.30	3-1-2 meridiántorna	Feneketlen-tó Kőmaci szobor	ingyenes	Szentgyörgyi Tamás 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	

Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
július 20. szerda	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcső utca 3.	ingyenes	Szentgyörgyi Tamás 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
július 20. szerda	14.00-17.00	Bridzs-Sakk Klub	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné 60+ Program önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefonon a 206-6840 számon	Tichy-Rács József oktat 14 -15 óráig
július 21. csütörtök	08.00.-18.00	Kirándulás Strandolás a Velencei tónál.	Agárd- szabad strand	Étkezéstől függ	Polgár Tiborné USZOSZ	789-3022 szenimre.idosklub @uszosz.ujbuda.hu	Telefonos jelentkezést kérünk július 19-ig!
július 21. csütörtök	14.00-17.00	Alkotó műhely:textil szívek készítése	USZOSZ Keveháza Idősek Klubja 1116 Bp, Keveháza u. 6.	ingyenes	Keveháza Idősek klubja Szabó Imréné	06 1 786-6325	anyagot biztosítunk
július 21. csütörtök	15.00 -17.00	Játék az unokákkal	USZOSZ Gazdagréti Idősek Klubja 1118. Bp., Gazdagréti tér 1.	ingyenes	Geréb Gerda klubvezető	minden hétköznap 8.00 -16.00 óra között a 786-6084 telefonszámon	
július 22. péntek	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcső utca 3.	ingyenes	Szentes Rezső 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	

Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
július 22. péntek	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcső utca 3.	ingyenes	Szentes Rezső 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
július 25. hétfő	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcső utca 3.	ingyenes	Sancz Klára Lujza 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
július 25. hétfő	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcső utca 3.	ingyenes	Sancz Klára Lujza 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
július 26. kedd	10.00-12.30	Tarokk, rómi, rejtvény klub	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné 60+ Program önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefonon a 206-6840 számon vagy emailben: kelencivilközossseg@ujbuda.hu	a résztvevők maguk döntenek, melyik játékot választják
július 26. kedd	15.00-17.00	Afázia Egyesület Budai Tagozata	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Szilágyi György 06 30 934 8916	A program ideje alatt a helyszínen, telefonon a 206-6840 számon vagy emailben: kelencivilközossseg@ujbuda.hu	Az önszervező csoport szakmai foglalkozását Fülel Viola, logopédus tartja alkalmanként
július 27. szerda	Találkozó: 8.10 Déli pu. a táblák alatt	60+ természetjárás	Vértesszenté hg., Szárliget - Mária szakadék - Béla f. - Szépilonka f - Mátyás kút - Zsigmond kő - Várgesztes Táv: 15 km, Szint: 300 m	ingyenes	Somóczi Szilvia (CAOLA)	06 30 340-3490	Előzetes jelentkezést kér!

Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
július 27. szerda	10.00-10.30	3-1-2 meridiántorna	Feneketlen-tó Kómaci szobor	ingyenes	Szentgyörgyi Tamás 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
július 27. szerda	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcső utca 3.	ingyenes	Szentgyörgyi Tamás 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
július 27. szerda	14.00-17.00	Bridzs-Sakk Klub	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné 60+ Program önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefonon a 206-6840 számon vagy emailben: kelencivilközossseg@ujbuda.hu	Tichy-Rács József oktat 14 -15 óráig
július 28. csütörtök	10:00-12:00	„Mesélj Nagyi”	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Tiszai Annamária, színhátszó-rendező, művészeti csoportvezető mob: 06 20 261-0057	A program ideje alatt a helyszínen, telefonon a 206-6840 számon vagy emailben: kelencivilközossseg@ujbuda.hu	Felkészítés mese-, versmondásra kisközösségben
július 28. csütörtök	14.00 -17.00	Kortalan kreativitás	USZOSZ Keveháza Idősek Klubja 1116 Bp, Keveháza u.6.	ingyenes	Szabó Imréné Keveháza Idősek Klubja	06 1 786-6325	feltvarrás technika haladó fokon:tartja:Nyíredi Judit
július 28. csütörtök	15.00 -17.00	Számítástechnika a mindennapokban (közösségi oldalak biztonságos használata)	USZOSZ Gazdagréti Idősek Klubja 1118. Bp., Gazdagréti tér 1.	ingyenes	Geréb Gerda klubvezető	minden hétköznap 8.00 -16.00 óra között a 786-6084 telefonszámon	Előzetes regisztráció szükséges

Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
július 29. péntek	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcső utca 3.	ingyenes	Szentes Rezső 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
július 29. péntek	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcső utca 3.	ingyenes	Szentes Rezső 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	