

ÚJBUDA 60+ PROGRAM

2021. MÁJUS havi programlista



A járványügyi helyzet miatt az Újbuda 60+ Program központjai, az időskorúak védelme érdekében, a vírusfertőzések hatékony megelőzése céljából bizonytalan ideig zárva tartanak.

Kérjük, figyeljék az Újbuda 60+ Program Facebook oldalát, illetve weboldalunkat (idosbarat.ujbuda.hu)!

A 60+ Program telefonos ügyfélszolgálatára elérhető minden hétköznap 9:00-14:00 óra között a 372-4636 telefonszámon.

Dátum	A program ideje	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/ szervezet neve	Elérhetőség/ információ	Megjegyzés
előzetes egyeztetés alapján		Lelki segítő beszélgetések időseknek	online felületen	ingyenes		minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Előzetes jelentkezés szükséges telefonon vagy személyesen a Kérő utcai programközpontban
minden nap		Táplálkozási tanácsadás	e-mailben	ingyenes	dr. Barna Lajosné dietetikus	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	A 60plusz@ujbuda.hu e-mail címre írhatja meg kérdéseit szakemberünknek!
minden hétfőn (kivéve május 24., pünkösdhétfő)	13.00-14.00	Gyógytorna tanácsadás online	interneten, Google Meet felületen	ingyenes	Virág Anikó gyógytornász	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Részvételi szándékát a 60plusz@ujbuda.hu e-mail címen tudja jelezni teljes (hivatalos) név és 60+ Kedvezménykártya megadásával
minden hétfőn (kivéve május 24., pünkösdhétfő)	14.00-15.00	Origami foglalkozás Facebookon	"Origami (Újbuda 60+ Program)" Facebook csoport	ingyenes	Barkó Magdi	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Facebookon csatlakozzon az "Origami (Újbuda 60+ Program)" csoporthoz teljes neve és 60+ Kedvezménykártya számának megadásával
minden kedden	10.00	A hét verse	Albertfalvi Közösségi Ház Facebook oldala https://www.facebook.com/Albertfalva200/	ingyenes	Albertfalvi Közösségi Ház	Érdeklődni az akh@ujbuda.hu címen lehet.	
minden kedden	9.30-10.30	Online Problémamegbeszélő Csoport	interneten, Google Meet felületen	ingyenes	Jenser Márta pszichológus	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Az idosbarat.ujbuda.hu honlapon található jelentkezési lap kitöltésével tud jelentkezni. <u>Témák:</u> máj. 4. - Korlátok máj. 11. - Rendteremtés máj. 18. - Elköteleződés máj. 25. - Kitartás
minden kedden	18.00-18.30	Van közöd hozzá - Élő beszélgetés helyi témákban	Gazdagéti Közösségi Ház Facebook oldala https://www.facebook.com/gazdagretikozossegihaz	ingyenes	Gazdagréti Közösségi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Facebook oldalunkon élőben történik a közvetítés, később visszanezhető

Dátum		A program ideje	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/ szervezet neve	Elérhetőség/ információ	Megjegyzés
minden szerdán		12.30-13.15	Do-in (japán jóga) Facebookon	"Do-in - japán jóga (Újbuda 60+ Program)" Facebook csoport	ingyenes	Császár Edina	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Facebookon csatlakozzon a "Do-in - japán jóga (Újbuda 60+ Program)" csoporthoz teljes neve és 60+ Kedvezménykártya számának megadásával
minden csütörtökön		17.00-17.45	Szenior Örömtánc Andreával Facebookon	"Szenior Örömtánc (Újbuda 60+ Program)" facebook csoport	ingyenes		minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Facebookon csatlakozzon az "Szenior Örömtánc (Újbuda 60+ Program)" csoporthoz teljes neve és 60+ Kedvezménykártya számának megadásával
máj. 01.	szombat	12.00-13.00	60+ Médiaműhely rádiósainak magazinműsora a Civil Rádióban (új adás)	http://civilradio.net/	ingyenes	Újbuda 60+ Médiaműhely (Kéri Juli)	06 30 453-8755	
máj. 05.	szerda	20:00-21:00	60+ Médiaműhely rádiósainak magazinműsora a Civil Rádióban (ismétlés)	http://civilradio.net/	ingyenes	Újbuda 60+ Médiaműhely (Kéri Juli)	06 30 453-8755	
máj. 11.	kedd	18.00	Firenze és az itáliai reneszánsz Dévény Dömötör online fotókiállítása	Albertfalvi Közösségi Ház Facebook oldala https://www.facebook.com/Albertfalva200/	ingyenes	Albertfalvi Közösségi Ház	Érdeklődni az akh@ujbuda.hu címen lehet.	
máj. 15.	szombat	10.00	Apu, Anyu? Gyerekek! - offline családi délelőtt online - kis időutazás szüleink gyerekkorába	Albertfalvi Közösségi Ház Facebook oldala https://www.facebook.com/Albertfalva200/	ingyenes	Albertfalvi Közösségi Ház	Érdeklődni az akh@ujbuda.hu címen lehet.	
máj. 15.	szombat	12:00-13:00	60+ Médiaműhely rádiósainak magazinműsora a Civil Rádióban (ismétlés)	http://civilradio.net/	ingyenes	Újbuda 60+ Médiaműhely (Kéri Juli)	06 30 453-8755	
máj. 17.	hétfő	18.00	Női Sarok - Nők a magyar kultúrában: Legendás magyar színésznők II. (Fedák Sári, Bajor Gizi, Honthy Hanna)	Albertfalvi Közösségi Ház Facebook oldala https://www.facebook.com/Albertfalva200/	ingyenes	Albertfalvi Közösségi Ház	Érdeklődni az akh@ujbuda.hu címen lehet.	
máj. 18.	kedd	14.00-15.00	DINPI előadás Téma: Európai Nemzeti Parkok	"DINPI előadások (Újbuda 60+ Program)" facebook csoport	ingyenes	Kremnicsán János DINPI	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Facebookon csatlakozzon az "DINPI előadások (Újbuda 60+ Program)" csoporthoz teljes neve és 60+ Kedvezménykártya számának megadásával.
máj. 19.	szerda	20:00-21:00	60+ Médiaműhely rádiósainak magazinműsora a Civil Rádióban (ismétlés)	http://civilradio.net/	ingyenes	Újbuda 60+ Médiaműhely (Kéri Juli)	06 30 453-8755	

Dátum		A program ideje	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/ szervezet neve	Elérhetőség/ információ	Megjegyzés
máj. 24.	hétfő	18.00	Közös Pont Beszélgetés Gubikné Rikassy Barbara művész pedagógussal, az Újbudai Babszem Táncegyüttes alapítójával	Albertfalvi Közösségi Ház Facebook oldala https://www.facebook.com/Albertfalva200/	ingyenes	Albertfalvi Közösségi Ház	Érdeklődni az akh@ujbuda.hu címen lehet.	
máj. 29.	szombat	12.00-13.00	60+ Médiaműhely rádiósainak magazinműsora a Civil Rádióban (új adás)	http://civilradio.net/	ingyenes	Újbuda 60+ Médiaműhely (Kéri Juli)	06 30 453-8755	