



2024. ÁPRILIS havi programlista



A programváltoztatás jogát fenntartjuk!

Dátum	A program ideje	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/ szervezet neve	Elérhetőség/ információ	Megjegyzés
előzetes egyeztetés alapján		Lelki segítő beszélgetések időseknek	Kérő és Bölcső utcai 60+ Programközpont	ingyenes		minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Előzetes jelentkezés szükséges telefonon vagy személyesen a Kérő utcai programközpontban
minden hétfőn	07:00-07:30	Hahota jóga	I. ker., Orom utca, Filozófusok szoborparkja a Gellért-hegyen, a földalatti víztározó felett	ingyenes	Domján Ferenc 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
minden hétfőn	08:00-11:30	Számítógép- és internethasználat	Újbudai Szenior Programközpont XI., Bölcső u. 3.	ingyenes		minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
minden hétfőn	09:00-09:45	Hahota jóga	Újbudai Szenior Programközpont XI., Bölcső u. 3.	ingyenes	Domján Ferenc 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
minden hétfőn	09:00-10:30	Újbuda Ezüstkar - próba	Albertfalvi Közösségi Ház XI., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Közösségi Ház	Tel.: +36 1 204 6788, hétköznap 9 és 17 óra között	
minden hétfőn és pénteken	10:00-10:30	3-1-2 meridiántorna	<u>Jó idő esetén:</u> Cirmos u. 4 melletti játszótér <u>Eső esetén:</u> Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ (XI., Kérő u. 3.)	ingyenes		minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
minden hétfőn	10:00-11:00	Zumba light	Gazdagréti Közösségi Ház XI., Törökugrató u. 9.	bérlet	Gazdagréti Közösségi Ház	E-mail: ferencz.szilvia36@gmail.com; Tel: 06-1-246-5253 (GKH)	Latin mozgás. Haladó csoport.
minden hétfőn	10:00-11:00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont XI., Bölcső u. 3.	ingyenes	Sancz Klára 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
minden hétfőn	10:00-12:00	Angol társalgási klub	Gazdagréti Közösségi Ház XI., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Közösségi Ház	Tel: 06-1-246-5253 (GKH)	Nyugdíjas angol nyelvű társalgási klub, középhaladó és haladó szinten.
minden második (páratlan) hétfőn	10:45-11:45	Irodalomklub	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ XI., Kérő u. 3.	ingyenes	Varga Betti	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a	Április 8.: A vers nyomában Április 11. a költészet napja, de mi is az a költészet? Mit tartunk versnek olvasóként, szerzőként? Mennyiben határozzák meg ezt az ízlések és a költészeti szempontok? Sok formafeszegető klasszikus és kortárs szövegen keresztül próbálunk válaszolni az örök kérdésre. Április 22.: Csak az ember olvas? Éppen a mesterséges intelligencia korszakába lépünk, félelemmel vegyes kíváncsisággal. Mi az emberi intelligencia szerepe most? Mi lesz a jövőben? Hogyan menthető át az olvasó ember? Az olvasás, a szövegek, az irodalom mindennapi szerepéről, helyzetéről beszélgetünk.

Dátum	A program ideje	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/ szervezet neve	Elérhetőség/ információ	Megjegyzés
minden hétfőn	11:00-11:45	60+ Gyalogló klub	Bikás parkban, Grosics Gyula szobránál, az M4-es metró kupolája közelében	ingyenes	Somodi Márti és Csermely Ági 60+ Program önkéntesek	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Regisztráció nem szükséges. A gyalogló csoporthoz, ami kezdő szinten indul, folyamatosan lehet csatlakozni.
minden hétfőn	13:20-14:20	Gyógytorna tanácsadás	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ XI.,Kérő u. 3.	ingyenes	Virág Anikó (gyógytornász)	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Tapasztalt gyógytornász szakember segít! Tanácsadás új időpontja: április 8. hétfőtől 13:20-14:20 között Előzetes jelentkezés szükséges!
minden hétfőn	11:30-12:30	3-1-2 Meridián torna	Albertfalvi Községi Ház XI., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	Tel.: +36 1 204 6788, hétköznap 9 és 17 óra között	
minden hétfőn	13:45-15:45	Együtt egymásért! Nyugdíjas Klub	Albertfalvi Községi Ház XI., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	Tel.: +36 1 204 6788, hétköznap 9 és 17 óra között	
minden hétfőn	14:00-15:00	Origami foglalkozás	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ XI., Kérő u. 3.	ingyenes	Barkó Magdi	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Áprilisi időpontok és szükséges eszközök: Április 8. Leveles boríték, papagáj: - 6 db A/4 -es papír; - a papagájhoz: 4 db 21×21 cm-es papír. Április 15. 3 fejű sárkány: - 4 db 21×21cm-es papírt Április 22. Vidám dekoráció: - 12db 10×10-es papír - ragasztó Április 29. Szép újszerű doboz: - 4 db 21×21cm-es papírt - szalagokat, amivel átkötjük.
minden hétfőn és szerdán	14:00-15:00	Gerinc torna	Gazdagréti Községi Ház XI.,Törökugrató u. 9.	Nyugdíjasoknak és GKH klubkártyával: 2000 Ft/alk. 8000 Ft/5 alk. Klubkártya nélkül: 2200 Ft/alk. 9500 Ft/5 alk.	Gazdagréti Községi Ház	Tel: 06-1-246-5253 (GKH)	
minden hétfőn	14:00-17:00	Römi klub	Gazdagréti Községi Ház XI.,Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	E-mail: rozsika.bardoczi@gmail.com Tel: 06-1-246-5253 (GKH)	Römi klub a kártya szerelmeseinek.
Új minden hétfőn	15.00-16.30	BRUSH UP ENGLISH Angol nyelvi klub KÖZÉPHALADÓ (3 fős létszám felett indul)	Őrmezei Községi Ház XI.,Cirmos u. 8.	kedvezményes óradíj: 2000 Ft	Riesz Bence	Jelentkezés: bence.riesz@gmail.com vagy okh@ujbuda.hu	Ingyenes szintfelmérés! A csatlakozás folyamatos, a létszámkerettől függően lehetséges.
Új minden hétfőn és szerdán	17.20-18.50	ENGLISH BRUSH UP Angol nyelvi klub FELSŐFOK ELEJE	Őrmezei Községi Ház XI.,Cirmos u. 8.	kedvezményes óradíj: 2000 Ft	Riesz Bence	Jelentkezés: bence.riesz@gmail.com vagy okh@ujbuda.hu	Ingyenes szintfelmérés! A csatlakozás folyamatos, a létszámkerettől függően lehetséges.

Dátum	A program ideje	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/ szervezet neve	Elérhetőség/ információ	Megjegyzés
minden kedden	08:15-09:15	60+ átmozgató táncóra	Újbudai Szenior Programközpont XI.,Bölcső u. 3.	ingyenes	Garai Júlia táncpedagógus	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Az egész testet átmozgató torna, segít a helytelenül berögzült mozgásaink felismerésében és átrendezni mozgásunkat egészségesebbé, kellemesebbé. A mozgások elsajátítása felfedező, játékos, saját ritmusban folyik elég szünettel, és a teljesítményre való erőtetés nélkül. Az átélt tapasztalatokat, a foglalkozás végén igény szerint közösen megbeszéljük.
minden kedden és csütörtökön	09:00	Hahota jóga	Bikás Park, kosárlabda pálya	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
minden kedden	09:00-13:30	Számítógép- és internethasználat	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ XI., Kérő u. 3.	ingyenes		minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
minden kedden	09:15-12:15	TÁRSasozzunk Őrmezőn! Társasjáték- és kártyaklub	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ XI., Kérő u. 3.	ingyenes	Köllner Ödön/ Köllner Dóra	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Társasjáték, valamint tábla- és kártyajátékok - a játék szerelmeseinek.
minden kedden	09:45-10:45	60+ átmozgató táncóra	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ XI., Kérő u. 3.	ingyenes	Garai Júlia táncpedagógus	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Az egész testet átmozgató torna, segít a helytelenül berögzült mozgásaink felismerésében és átrendezni mozgásunkat egészségesebbé, kellemesebbé. A mozgások elsajátítása felfedező, játékos, saját ritmusban folyik elég szünettel, és a teljesítményre való erőtetés nélkül. Az átélt tapasztalatokat, a foglalkozás végén igény szerint közösen megbeszéljük.
minden második (páratlan héten) kedden	09:30-10:30	Angol társalgási klub	Újbudai Szenior Programközpont XI., Bölcso u. 3.	ingyenes	Dutka Imre	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
minden kedden	10:00-12:00	Kártya- és társasjáték	Gazdagréti Községi Ház XI.,Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	E-mail: gboebe22@gmail.com Tel: 06-1-246-5253 (GKH)	Römi, kanasztá, scrabble játékok
minden kedden	Páratlan héten: 10:00-12:00 Páros héten: 17:00-19:00	Albertfalvi Kézimunka Kör	Albertfalvi Községi Ház XI.,Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	Tel.: +36 1 204 6788, hétköznap 9 és 17 óra között	
minden kedden	10:30-11:30	Angol társalgási klub	Újbudai Szenior Programközpont XI.,Bölcső u. 3.	ingyenes	Bujákiné Szántó Zsófia	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
minden kedden	13:30-14:30	60+ Kondi torna Virág Anikóval (haladó)	Albertfalvi Községi Ház XI.,Gyékényes u. 45-47.	bérlet	Albertfalvi Községi Ház	Tel.: +36 1 204 6788, hétköznap 9 és 17 óra között	

Dátum	A program ideje	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/ szervezet neve	Elérhetőség/ információ	Megjegyzés
minden második (páros héten) kedden	14:00-16:00	60+ Fotóklub foglalkozás	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ XI., Kérő u. 3.	ingyenes	60+ Fotóklub	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Április 16. Kiállítás megnyitó: Balatoni hangulatok (csoportos kiállítás) Április 30. Gál Csaba: Színrendszerek
minden kedden	15:00-18:00	Kártya Klub	Kelenvölgyi Községi Ház XI., Kardhegy utca 2.	ingyenes	Kelenvölgyi Községi Ház	1-424-5363, +36 30-9418862	Foglalkozásvezető: Fekete Antal
Új minden kedden és csütörtökön	15.00-16.30	BRUSH UP ENGLISH Angol nyelvi klub KÖZÉPFOK ELEJE	Őrmezei Községi Ház XI., Cirmos u. 8.	kedvezményes óradíj: 2000 Ft	Riesz Bence	Jelentkezés: bence.riesz@gmail.com vagy okh@ujbuda.hu	Ingyenes szintfelmérés! A csatlakozás folyamatos, a létszámkerettől függően lehetséges.
Új minden kedden és csütörtökön	16.30-18.00	BRUSH UP ENGLISH Angol nyelvi klub FELSŐFOK	Őrmezei Községi Ház XI., Cirmos u. 8.	kedvezményes óradíj: 2000 Ft	Riesz Bence	Jelentkezés: bence.riesz@gmail.com vagy okh@ujbuda.hu	Ingyenes szintfelmérés! A csatlakozás folyamatos, a létszámkerettől függően lehetséges.
minden kedden és csütörtökön	14:00-19:00	Sakk Klub	Gazdagréti Községi Ház XI., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	E-mail: sandor.korosi44@gmail.com Tel: 06-1-246-5253 (GKH)	Sakk kedvelők klubja
minden kedden	18:00-19:00	Mindfulness meditáció és beszélgetés	Őrmezei Községi Ház XI., Cirmos u. 8.	a részvételi díj a csoportvezetővel egyeztetendő	Bengő Krisztina szakképesített MBSR tréner.	kriszta.mindfulness@gmail.com, Tel: 06-30-686-4321	Meditációs gyakorlaton alapuló stresszoldó módszer megismerésére és gyakorlásra lehetőséget adó csoport. Jelentkezés: bengo.krisztina@gmail.com
minden kedden	08:30-09:30, valamint 19:00-20:00	Callanetics	Őrmezei Községi Ház XI., Cirmos u. 8.	2100 Ft/alk., vagy bérletben 1800 Ft/alk.	Nagyné Tauzin Csilla	06-20-546-1286	női kondicionáló torna
minden szerdán	09:30-10:30	Problémamegbeszélő Csoport	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ XI., Kérő u. 3.	ingyenes	Jenser Márta pszichológus	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Április 3.: Gondoskodás Április 10.: Ballépések Április 17.: Kötődéseink Április 24.: Elfogadás
minden szerdán	9:00-10:00	Szenior örömtánc	Újbudai Szenior Programközpont XI., Bölcső u. 3.	ingyenes	Ujhelyi István Béláné	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
minden szerdán	9:30-10:00	3-1-2 meridiántorna	<u>Jó idő esetén:</u> Cirmos u. 4 melletti játszótér <u>Eső esetén:</u> Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ XI., Kérő u. 3.	ingyenes		minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
minden szerdán	10:30-12:00	Brush up your english! - angol társalgási klub haladóknak	Albertfalvi Községi Ház XI., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	Tel.: +36 1 204 6788, hétköznap 9 és 17 óra között	
minden szerdán	10:05-11:05	3-1-2 meridiántorna - új időpontban	Újbudai Szenior Programközpont XI., Bölcső u. 3.	ingyenes	Szentes Rezső 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
minden szerdán	11:00-12:00	Érzelmi problémák időskorban	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ XI., Kérő u. 3.	ingyenes	Jenser Márta pszichológus	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	

Dátum	A program ideje	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/ szervezet neve	Elérhetőség/ információ	Megjegyzés
minden szerdán (páros hét)	11:00-12:00	Angol társalgási klub	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ XI., Kérő u. 3.	ingyenes	Dutka Imre	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	<u>Április 3-án, a foglalkozás elmarad</u>
minden szerdán	10:30-11:30	Szenior örömtánc	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ XI., Kérő u. 3.	ingyenes	Ujhelyi István Béláné	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
minden szerdán	10:00-12:00	Játékos agytorna	Gazdagréti Közösségi Ház XI., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Közösségi Ház	E-mail: kollnerodon@gmail.com Tel: 06-1-246-5253 (GKH)	Játékok a memória frissen tartására.
minden szerdán	11:45-12:45	Jóga	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ XI., Kérő u. 3.	ingyenes	Tiszafalvi Mária	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
minden szerdán	13:15-14:15	Do-in japán jóga	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ XI., Kérő u. 3.	ingyenes	Császár Edina	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
minden hónap első szerdája	18.00-20.00	Budai Fotó-és Filmklub	Gazdagréti Közösségi Ház XI., örökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Közösségi Ház	Tel: +36-20-9614114 gcsorda@gmail.com	Klubnap
minden csütörtökön	08:00-11:45	Számítógép- és internethasználat (segítségnyújtás: okoseszközzel kapcsolatban is!)	Újbudai Szenior Programközpont XI., Bölcső u. 3.	ingyenes		minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
minden csütörtökön	08:30-09:30	Callanetics	Őrmezei Közösségi Ház XI., Cirmos u. 8.	2100Ft/alk., vagy bérletben 1800 Ft/alk.	Nagyné Tauzin Csilla	06-20-546-1286	női kondicionáló torna
minden csütörtökön	09:00-10:00	Zumba light	Gazdagréti Közösségi Ház XI., Törökugrató u. 9.	bérlet	Gazdagréti Közösségi Ház	E-mail: ferencz.szilvia36@gmail.com Tel: 06-1-246-5253 (GKH)	Latin mozgás

Dátum	A program ideje	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/ szervezet neve	Elérhetőség/ információ	Megjegyzés
minden második (páros héten) csütörtökön	9:30-11:30	Kalandozások a művészetek világában - új időpontban	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ XI., Kérő u. 3.	ingyenes	Czeplédi Julianna	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Április 11. : Kalandozás a művészettörténetben - Görög művészet: Kréta görög templomok, oszloprendek, színház, szobrászat, vázafestészet. Római művészet, Etruszkok, Colosseum, Pantheon, szobrászat - Marcus Aurelius lovasszobra, portrészobrászat, Pompei- festészete, provinciák művészete. Kézműves foglalkozás: - Görög váza fantázia viaszkarca technikával, - Templom homlokzat papírplasztika és frottázs alkalmazásával Április 25. : Kalandozás a "Grafika és a rajz történetében" - két és három dimenzió, perspektíva törvényei, sokszorosító eljárások, magas és mélynyomás, rézmetszet és rézkarc, fametszet és linóleummetszet, litográfia, monotípia, szitanyomás, számítógépes grafika Kézműves foglalkozás: Pozitív, negatív ellentétével fekete-fehér grafika tervezése (ragasztott, vagy ceruzával és filctollal készített); - Monogram - szabályos formákba komponálva / négyzet, háromszög, kör; színes ceruza, esetleg filctoll alkalmazásával
minden csütörtökön	10:00-12:00	60+ Fotótanoda	Albertfalvi Községi Ház XI., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	Tel.: +36 1 204 6788, hétköznap 9 és 17 óra között	
minden csütörtökön	10:00-13:00	Bridzs klub	Gazdagréti Községi Ház XI.,Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	E-mail: gboebe22@gmail.com Tel: 06-1-246-5253 (GKH)	Bridzs klub a kártya szerelmeseinek.
minden csütörtökön	10:00-13:00	Kézműves foglalkozás: Kerámia - kispasztika	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ XI., Kérő u. 3.	első alkalom ingyenes, továbbiakban: 300 Ft/alk.	Preisinger Zsuzsa	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
minden csütörtök	15:00-16:00	3-1-2 Meridián Torna Klub	Gazdagréti Községi Ház XI., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	E-mail: zs.varza@gmail.com Tel: 06-1-246-5253 (GKH)	Alternatív gyógy mód- Természetgyógyászat-Testmozgás. Előzetes bejelentkezés az e-mail címen ajánlott.
minden csütörtökön	16:30-18:00	Szenior Örömtánc Drimál Andreával	Albertfalvi Községi Ház XI.,Gyékényes u. 45-47.	bérlet	Albertfalvi Községi Ház	Tel.: +36 1 204 6788, hétköznap 9 és 17 óra között	
minden hónap utolsó csütörtökén	15:00-18:00	Varázslatos (b)irodalom - irodalmi alkotóműhely	Albertfalvi Községi Ház XI., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	Tel.: +36 1 204 6788, hétköznap 9 és 17 óra között	
minden csütörtökön	18:30-20:00	Hatha jóga Krisztával	Albertfalvi Községi Ház XI., Gyékényes u. 45-47.	bérlet alkalmi jegy	Albertfalvi Községi Ház	Tel.: +36 1 204 6788, hétköznap 9 és 17 óra között	
minden csütörtökön és pénteken	16:00-19:00	Festőiskola	Kelenvölgyi Községi Ház XI., Kardhegy utca 2.		Kelenvölgyi Községi Ház	1-424-5363, 06-20-477-3186	Foglalkozásvezető: Barlai László festőművész
minden pénteken	10:45-11:45	Német társalgási klub	Újbudai Szenior Programközpont XI., Bölcső u. 3.	ingyenes	Bujákiné Szántó Zsófia	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	

Dátum		A program ideje	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/ szervezet neve	Elérhetőség/ információ	Megjegyzés
minden pénteken		09:00-13:30	Számítógép- és internethasználat	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ XI., Kérő u. 3.	ingyenes		minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
minden pénteken		9:45-10:45	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont XI., Bölcső u. 3.	ingyenes	Kovács Erika 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
minden pénteken		8:30-9:30	Örömtánc	Újbudai Szenior Programközpont XI., Bölcső u. 3.	ingyenes	Ujhelyi István Béláné	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
minden pénteken		9:30-10:30	Jóga	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ XI., Kérő u. 3.	ingyenes	Tiszafalvi Mária	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
minden pénteken		11:00-14:00	Bridzs klub	Gazdagréti Községi Ház XI., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	E-mail: zsa.erdelyi@gmail.com Tel: 06-1-246-5253 (GKH)	Bridzs klub a kártya szerelmeseinek. Résztvételi szándékot a megadott elérhetőségeken szükséges jelezni.
minden pénteken		10:30-11:30	Callanetics	Kelenvölgyi Községi Ház XI., Kardhegy utca 2.	1.800 Ft	Kelenvölgyi Községi Ház	1-424-5363 +36-20-546-1286	Foglalkozásvezető: Nagyné Tauzin Csilla
minden pénteken		16:00-20:00	Logikai játék klub	Gazdagréti Községi Ház XI., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	E-mail: kollnerodon@gmail.com Tel: 06-1-246-5253 (GKH)	Szellemi sportok (sakk, go, dáma, bridzs) és logikai játékok minden korosztálynak.
minden kedden és pénteken		10.00-11.00	Zumba Gold (táncos fitness az idősebb korosztály számára)	Őrmezei Községi Ház XI., Cirmos u. 8.	800 Ft/alk., vagy 7000 Ft/10 alk.	Ferencz Szilvia zumba oktató	+36 30 267 8216	
(Új) minden hónap 1. és 2. pénteken		18.30- 19.30	Sahaja Jóga meditáció	Őrmezei Községi Ház XI., Cirmos u. 8.	ingyenes	Boross -Réka	boross.reka@gmail.com	Sahaja Jóga meditációs program indul kezdők számára, amire a belépés díjtalan. A meditációt széken ülve végezzük
minden vasárnap		15:00-16:30 (az időpont változhat a hétvégi rendezvények től függően)	Szenior örömtánc	Őrmezei Községi Ház XI., Cirmos u. 8.	1000 Ft/alk, 4 alk. bérlet: 3500 Ft	Drimál Andrea	angol romantikus vígjáték, 2020. 97'	Az idősebb korosztály számára kialakított közösségi, élvezetes mozgásforma, jól ismert zenékre. ŐKH rendezvények esetén lehet időpontváltozás!
ápr 02.	kedd	14.00	Filmklub: Notting Hill-i cukrászda	XI., Bocskai u.43-45.	ingyenes regisztráció szükséges	Hornoková Mária Szent Imre Idősek klubja	0670 492-0398	angol romantikus vígjáték, 2020. 97'
ápr. 02.	kedd	10:00	A hónap alkotója: Burkus Alexandra (fotók)	Albertfalvi Községi Ház XI., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	Tel.: +36 1 204 6788, hétköznap 9 és 17 óra között	A tárlat április 29-ig látható a Kávézóban!
ápr 03.	szerda	13.00	A hungarikum magyarság csúcsteljesítményét felölelő gyűjtőfogalom: Kalocsai nápművészet, Gundel palacsinta	XI., Gazdagréti tér 1.	ingyenes regisztráció szükséges	Takácsné Török Borbála Gazdagrét Idősek klubja	0670 492-0406	Előadásorozat: előadás+vetítés
ápr 03.	szerda	20:00-21:00	60+Médiaműhely rádiósainak magazinműsora a Civil Rádióban ISMÉTLÉS INTERNETES RÁDIÓ!!!	http://civilradio.net		Újbuda 60+ Médiaműhely (Kéri Juli)	06/30 453 87 55	

Dátum		A program ideje	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/ szervezet neve	Elérhetőség/ információ	Megjegyzés
ápr 04.	csütörtök	14.00	Interaktív beszélgetés: Időskor szépségei	XI., Kenderes u.4.	ingyenes regisztráció szükséges	Siklósi Katalin Kenderes Idősek klubja	0670 492-0415	Előadásorozat
ápr 05.	péntek	16:00-17:00	Kiállításmegnyitó	Kelenvölgyi Községi Ház XI., Kardhegy utca 2.		Kelenvölgyi Községi Ház	1-424-5363	Skicc ART camp 2023 Kulturális Híd kiállítás
ápr. 06.	szombat	18:00	Kultúrfalatkák	Gazdagréti Községi Ház XI., Törökugrató u. 9.	GKH Klubkártyával: 2900 Ft Klubkártya nélkül: 3200 Ft	Gazdagréti Községi Ház	Tel: 06-1-246-5253 (GKH)	Gasztro- és kultúrtörténeti estek (Franciaország)
ápr 07.	vasárnap	09:30	természetjárás	Budai hegység, Nagykovácsi - Nagykopasz - Telki országút, Táv: 10 km	ingyenes	Somóczy Szilvia (CAOLA)	Előzetes jelentkezést kér d.u. 16-19 óra között (30)3403490 és 316-7423	Találkozó: 9.30, Húvösvölgy villamos végállomás
ápr 07.	vasárnap	18.00	TAVASZI KONCERT Oraveczy György zongoraművész és Koppándi Jenő hegedűművész előadásában	Órmezei Községi Ház XI., Cirmos u. 8.	A program ingyenes, de regisztrációt kérünk az okh@ujbudakozpont.hu címre	Szegedi Zsuzsanna szakmai referens	okh@ujbudakozpont.hu	Műsoron: Liszt: Magyar Fantázia, Liszt: 3. noctürn, Kodály: Galántai táncok, Bartók: Román népitáncok (hegedű-zongora), Brahms: D-moll hegedű-zongora szonáta
ápr 08.	hétfő	09:30	látogatás	Witeg-Kóporc Porcelán manufaktúra ismerkedés a manufaktúrával és készítményeivel (vezetéssel)	1500.- Ft (levásárolható)	Hattyár Zsuzsa (CAOLA)	Előzetes jelentkezést kér (30)3522694	Találkozó: 9.30, Örs vezér tér, a METRO kijáratánál
ápr 08.	hétfő	11:00	GYALOGOLJUNK EGYÜTT KICSIK és NAGYOK!	Bikás park, a Grosics Gyula szobornál, az M4-es metró kupolája közelében	ingyenes, előzetes telefonos regisztrációt kérünk a 372-4635-os telefonszámon.		minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Tavasszal virágba borulnak a parkok, és a zöldellni kezdenek a fák. A természet a saját körforgásával megújul. A 60+ Gyalogló klubunkhoz most kis óvodások csatlakoznak, akikkel nemcsak gyalogolni fogunk, hanem megnézzük a Bikás parkban lévő fákat, növényeket. Ebben segítségünkre lesz a Dunai-Ipoly Nemzeti Park munkatársa. A programra jelentkezni telefonon 2024. április 4-5-én, 9.30 - 14.00 között lehet a 06-1-372-46-36-os telefonszámon.
ápr 08.	hétfő	14:00	Rejtvényfejtő Klub	Polgármesteri Hivatal XI., Zsombolyai u. 5. épület, alagsor 1. terem	ingyenes			Foglalkozás vezető: Kálmánné Nyilasy Éva és István György A foglalkozásokon különböző típusú keresztrejtvények és logikai rejtvények megoldásához kapnak hasznos szakmai útmutatásokat a résztvevők. Lehetőség nyílik közös és egyéni gyakorlásra a feladványok megfejtéséhez, ezen felül rejtvények elkészítésében is segítséget nyújtanak az érdeklődőknek. Előzetes jelentkezés nem szükséges!
ápr 08.	hétfő	14.30	Senior torna	XI., Keveháza u.6.	ingyenes regisztráció szükséges	Szabó Imréné Keveháza Idősek klubja	0670 492-0399	Tartja: Bubik Csaba

Dátum		A program ideje	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/ szervezet neve	Elérhetőség/ információ	Megjegyzés
ápr 08.	hétfő	14:00-17:00	Társasjáték Klub	Kelenvölgyi Községi Ház XI., Kardhegy utca 2.		Kelenvölgyi Községi Ház	1-424-5363	
ápr 09.	kedd	14.00	Filmklub: Az élet íze	XI., Bocskai u.43-45.	ingyenes regisztráció szükséges	Hornoková MáriaSzent Imre Idősek klubja	0670 492-0398	amerikai romantikus film 2014.118 '
ápr. 09.	kedd	18:00-19:00	... ELTŰNŐBEN, VÁLTOZÓBAN... Kürthy Zsuzsanna fotókiállítása	Albertfalvi Községi Ház XI., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	Tel.: +36 1 204 6788, hétköznap 9 és 17 óra között	A tárlat május 10-ig látható, hétköznapokon 10 és 19 óra között!
ápr 10.	szerda	13.00	A hungrikum magyarság csúcsteljesítményét felőlelő gyűjtőfogalom: Hollókő ófalu, lángos	XI., .Gazdagréti tér 1.	ingyenes regisztráció szükséges	Takácsné Török Borbála Gazdagrét Idősek Klubja	0670 492-0406	Előadássorozat: előadás+vetítés
ápr. 11.	csütörtök	09:30	Városi séta: Budaörs Megtekintjük a Német Nemzetiségi Múzeumot, majd séta a városban.	Budaörs	Jelentkezés április 5-ig: domoszlai.erszebet@gmail.com címen	A sétát vezeti: Domoszlai Erzsébet önkéntes	domoszlai.erszebet@gmail.com	Találkozás: 9:30-ig Móricz Zsigmond körtér, Villányi út eleje, Szt. Margit Gimnázium előtt (240-s busszal az Aradi utca megállóig megyünk) Ktg.: 600.-Ft/fő belépő. Túracipő ajánlott! Lépcsőzésre és emelkedőre számítani kell! Maximális létszám 25 fő.
ápr 11.	csütörtök	10.30-18.00	XIV. Újbudai VERSMARATON A magyar költészet napja alkalmából	Őrmező, Költők parkja	díjtan	Szegedi Zsuzsanna szakmai referens	okh@ujbudakozpont.hu	PROGRAM: 10.30 ünnepi megemlékezés és köszorúzás Kormos István, Kálnoki László, Zelk Zoltán költők domborművénel. 11.15 Kalász Márton és Zelei Miklós költők domborműveinek avatása 11.30-18.00 Nyílt szín - szavaltok napestig Szavaltók, slammerek, hangszeres előadók előzetes jelentkezését várjuk a jelentkezési lap kitöltésével az okh@ujbudakozponz.hu címre, vagy személyesen az Őrmezei Községi Házban. (Jelentkezési határidő: 2024. április 8. 18.00 óra) TOVÁBBI PROGRAMOK: 10.00-17.00 RajzVERSEm rajzpályázat alkotásaiból szabadtéri kiállítás 10.00-17.00 a Zelk Zoltán Emlékszoba bejelentkezés nélkül látogatható az Őrmezei Általános Iskolában (Menyecske u. 2.) SZERETETTEL VÁRUNK KICSIKET ÉS NAGYOKAT RENDEZVÉNYÜNKRE!
ápr 11.	csütörtök	14.00	Interaktív beszélgetés: Miért nem értjük meg egymást? Generációs különbségek	XI., Kenderes u.4.	ingyenes regisztráció szükséges	Siklósi Katalin Kenderes Idősek klubja	0670 492-0415	Előadássorozat
ápr. 11.	csütörtök	18.00	Világdarabkák	Gazdagréti Községi Ház XI., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	Tel: 06-1-246-5253 (GKH)	Költészet napi est
ápr. 11.	csütörtök	18.00-20.00	Budai Fotó-és Filmklub vetített képes előadás	Gazdagréti Községi Ház XI., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	Tel: +36-20-9614114	Nemzeti Parkok az Egyesült Államokban Óvári Árpád videó vetítése

Dátum		A program ideje	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/ szervezet neve	Elérhetőség/ információ	Megjegyzés
ápr 11.	csütörtök	18:00-19:00	Weöres Sándor: A teljesség felé	Kelenvölgyi Községi Ház XI., Kardhegy utca 2.		Kelenvölgyi Községi Ház	1-424-5363	Rendhagyó költészet napi megemlékezés a Terdik-Gévai családdal
ápr. 11.	csütörtök	18:00-19:30	VERSEK KÖZT BÓKLÁSZVA	Albertfalvi Községi Ház XI., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	Tel.: +36 1 204 6788, hétköznap 9 és 17 óra között	A Magyar Költészet Napján mindenki legkedvesebb verseiből olvashat fel az egybegyűlt versszeretőknek.
ápr 12.	péntek	15.00-18.00	TAVASZI BABA- ÉS GYERMEKHOLMI BÖRZE Használt baba és kisgyermek ruhák, játékok, kiegészítők vására, csere-beréje.	az Őrmezői Piac területén (XI.,Neszmélyi út 36.)	Előzetes jelentkezés árusításra április 9-ig az okh@ujbudakozpont.hu címen szükséges.	Szegedi Zsuzsanna szakmai referens	okh@ujbudakozpont.hu	Eső esetén a programot április 13-án, szombaton 9.00-12.00 között az ŐKH-ban tartjuk meg.
ápr 12.	péntek	18:00-19:30	Filmklub	Kelenvölgyi Községi Ház XI., Kardhegy utca 2.		Kelenvölgyi Községi Ház	1-424-5363	Zsigmond Dezső: Józsi nővér és a sárga bicikli című film vetítése, a film után beszélgetés a rendezővel. Az est házigazdája: Kinyó Ferenczy Tamás dokumentumfilm-rendező, producer
ápr 13.	szombat	12:00-13:00	60+Médiaműhely rádiósainak magazinműsora a Civil Rádióban ISMÉTLÉS INTERNETES RÁDIÓ!!!	http://civilradio.net		Újbuda 60+ Médiaműhely (Kéri Juli)	06/30 453 87 55	
ápr 13.	szombat	19.00-22.00	SHADOWS MAGIC BAND Klub Élőzenés táncparty	Őrmezei Községi Ház XI., Cirmos u. 8.	Belépődíj: 2300 Ft, nyugdíjas: 2000 Ft Jegyvásárlás előzetesen ajánlott a helyszínen, valamint az okh.jegy.hu oldalon	Szegedi Zsuzsanna szakmai referens	okh@ujbudakozpont.hu	A 2014-ben alakult banda az ismert gitáregyüttesek - Shadows, Ventures, Spotnicks dalok mellett szívesen játsza más együttesek, szerzők instrumentális és vokális számait is.
ápr 13.	szombat	9:00-14:00	Elöltöltős Fegyverbörze	Kelenvölgyi Községi Ház XI., Kardhegy utca 2.		Kelenvölgyi Községi Ház	1-424-5363	
ápr 14.	vasárnap	7:55	természetjárás	Gerecse hegység, Perbál - Nyakas hegy - Zsámbék Táv: 10 km, Szint: 200 m	ingyenes	Kiss Robin (Műanyag SC)	Előzetes jelentkezést kér (30)9787739	Találkozó: 7.55, Széll Kálmán tér VOLÁN (Dékán utcánál) (ind. 8.10)
ápr. 14.	vasárnap	18:00-19:30	Akusztikus Színvarázs koncert TAVASZI ÁRADÁS	Albertfalvi Községi Ház XI., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	Tel.: +36 1 204 6788, hétköznap 9 és 17 óra között	Népszerű duettek és slágerek az opera és a könnyedebb műfaj zenei világából fiatal énekesek előadásában Sánta Jolán operaénekes műsorvezetésével.
ápr 15.	hétfő	14.30	Senior torna	XI., Keveháza u.6.	ingyenes regisztráció szükséges	Szabó Imréné Keveháza Idősek klubja	0670 492-0399	Tartja: Bubik Csaba

Dátum		A program ideje	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/ szervezet neve	Elérhetőség/ információ	Megjegyzés
ápr 16.	kedd	10:30-11:30	Séta a Fiumei Úti Sírkertben vezetéssel	Fiumei Úti Sírkert 1086 Budapest, Fiumei út 16-18.	ingyenes, tárlatvezetést az EZÜSTNET Egyesület fizeti	EZÜSTNET Egyesület Makszin Márta	ezustnet.csillag@gmail.com	Találkozás: 10.20-kor a Sírkert főbejáratánál (megközelítés Keleti pu. felől 23/24 villamossal 1 mgálló, vagy a 4. Metroval II. János Pál pápatér megállótól gyalog) Jelentkezés: ezustnet.csillag@gmail.com címen
ápr 16.	kedd	14.00	Film klub: Julie és Julia két nő egy recept	XI., Bocskai u.43-45.	ingyenes regisztráció szükséges	Hornoková Mária Szent Imre Idősek klubja	0670 492-0398	amerikai filmdráma 2009 123'
ápr 16.	kedd	14:00-16:00	Táplálkozási tanácsadás	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ XI.,Kérő u. 3.	ingyenes, előzetes regisztráció	Tarnai Irén	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
ápr. 16.	kedd	18:00-20:00	Újbudai Dekameron Könyvklub Paolo Giordano: Tasmania	Albertfalvi Közösségi Ház XI., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Közösségi Ház	Tel.: +36 1 204 6788, hétköznap 9 és 17 óra között	
ápr 17.	szerda	9:30-11:30	Táplálkozási tanácsadás	Újbudai Szenior Programközpont XI., Bölcső u. 3.	ingyenes, előzetes regisztráció	Tarnai Irén	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
ápr 17.	szerda	13.00	A hungrikum magyarság csúcsteljesítményét felőlelő gyűjtőfogalom: Füresi Annabál, Dobos torta	XI., Gazdagréti tér 1.	ingyenes regisztráció szükséges	Takácsné Török Borbála Gazdagrét Idősek Klubja	0670 492-0406	Előadásorozat: előadás+vetítés
ápr 17.	szerda	20:00-21:00	60+Médiaműhely rádiósainak magazinműsora a Civil Rádióban ISMÉTLÉS INTERNETES RÁDIÓ!!!	http://civilradio.net		Újbuda 60+ Médiaműhely (Kéri Juli)	06/30 453 87 55	
ápr 17.	szerda	9:00-11:00	FÜVÉSZKERTI SAKURA ÜNNEP - KIRÁNDULÁS A DINPI SZERVEZÉSÉBEN	Fűvészkert	ingyenes, előzetes regisztráció a Kérő utcai Programközpontban	Kremnicsán János (DINPI)	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Idén ismét ellátogatunk a 252 éves budapesti Fűvészkertbe. Megnézünk, hogy legutóbbi látogatásunk óta, milyen botanikai csodákkal bővült hazánk, e nemzetközi hírű botanikai gyűjteménye. Nem utolsó sorban pedig az évszak látvány aktualitásaiban is gyönyörködhetünk. Könnyű terepi program. Öltözködés: időjárásnak megfelelően. Túrát vezeti: Kremnicsán János (DINPI). A részvétel ingyenes, előzetes jelentkezés szükséges. Jelentkezni lehet kizárólag személyesen, saját részre 2024. április 9-15-e között. 9.30-13.00 között a Kérő utcai 60+ Programközpontban férőhelyek függvényben. Kérjük, hozza magával 60+ Kedvezménykártyáját, személyi igazolványát, lakcímkártyáját.

Dátum		A program ideje	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/ szervezet neve	Elérhetőség/ információ	Megjegyzés
ápr 18.	csütörtök	13:30	Ismeretterjesztő előadás „Szent Erzsébet nyomában” II. rész (Németországban) Előadó: Marton Gézáné	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ XI., Kérő u. 3.	ingyenes	EZÜSTNET Egyesület Makszin Márta	ezustnet.csillag@gmail.com	
ápr 18.	csütörtök	14.00	Interaktív beszélgetés: Értsük meg őket! Kommunikálás fiatalokkal.	XI., Kenderes u.4.	ingyenes regisztráció szükséges	Siklósi Katalin Kenderes Idősek klubja	0670 492-0415	Előadásorozat
ápr 19.	péntek	10:00	ÜLTESSÜNK EGYÜTT VIRÁGOKAT! - Közös bölcsődei kertészkedés a legkisebbekkel.	Budapest	ingyenes, előzetes regisztráció a Kérő utcai Programközpontban.	Kremnicsán János (DINPI)	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Aki szeret kertészkedni, szereti a növényeket, virágokat, és a kicsi gyerekeket, azokat egyedi programra várjuk. Jelentkezni lehet kizárólag személyesen 2024. április 9-15-e között. 9.30-13.00 között a Kérő utcai 60+ Programközpontban. Kérjük, hozza magával 60+ Kedvezménykártyáját, személyi igazolványát, lakcímkártyáját
ápr 19.	péntek	11:00	A Föld Napja aktuális üzenetei - DINPI - előadás	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ XI., Kérő u. 3.	ingyenes	Előadást tartja: Kremnicsán János (DINPI)	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Immár 54-ik alkalommal tartjuk egyik legfontosabb zöldjeles ünnepünket a Föld napját. Denis Hayes amerikai egyetemista keltette életre figyelemfelhívó jelleggel a kezdeményezést, felhívta figyelmet a bolygónk élővilágára veszélyeztető tényezők sokaságára. Eredeti jelmondatuk - "Ki mendta, hogy nem tudod megváltoztatni a világot?" - napjainkra egyre sokrétűbb üzenetekkel bővült. Előadásunkon, napjaink ezen aktualitásait fogjuk feszegetni!
ápr 19.	péntek	18.00	BENYOMÁS - HEGYESI KATINKA TINKA kiállítása A kiállítást megnyitja: Pats Dániel, képzőművész, Skicc csoport Közreműködik: Molnár Zoltán zenész	Őrmezei Községi Ház XI., Cirmos u. 8. Kréher Péter terem és Kávézó Galéria	A belépés díjtalan	Tóth Anna kulturális szervező	okh@ujbudakozpont.hu	A kiállítás megtekinthető: 2024. május 20-ig, nyitvatartási időben.
ápr. 19.	péntek	19.00	Az operettek gyöngyszemei	Gazdagréti Községi Ház XI., Törökugrató u. 9.	GKH Klubkártyával: 3200 Ft Klubkártya nélkül: 3500 Ft	Gazdagréti Községi Ház	Tel: 06-1-246-5253 (GKH)	Szeretni bolondulásig!
ápr 19.	péntek	19.00-22.00	ÚJBUDAI BOTLADOZÓ TÁNC HÁZ Házigazda: A Vadrózsák Néptáncgyűttes A talpalávalót húzzák: Bódi Luca és barátai Táncot tanít: Onodi Attila táncművész	Őrmezei Községi Ház XI., Cirmos u. 8.	Belépődíj: 1000 Ft	Földi Annamária kulturális szervező	okh@ujbudakozpont.hu	Házigazda: A Vadrózsák Néptáncgyűttes. A talpalávalót húzzák: Bódi Luca és barátai. Táncot tanít: Onodi Attila táncművész

Dátum		A program ideje	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/ szervezet neve	Elérhetőség/ információ	Megjegyzés
ápr 20.	szombat	09:00	természetjárás	Budai hegység, "Tavaszi Találkozó" Szervező: ELTE Látnivalók: Ördögórom, Úti Madonna kápolna, Normafa, Makkosmária kegytemplom, mamutfenyők, Mária szurdok -- A táv hosszú, de kiszállási pontok lesznek 3,4, 4,4, 9,1 és 10.1 km-nél!	A részvétel ingyenes, de regisztrációhoz kötött!	Méri Sándorné (CAOLA)	Előzetes jelentkezést kér április 15-ig! (30)5498457	Találkozó: 9 óra, Márton Áron tér (a Farkasréti temető déli bejáratánál - 59-es vill. 8E vagy 53-as busz)
ápr 20.	szombat	19.00-22.00	NOSZTALGIA TÁNCST BAKACSI BÉLÁVAL Az '50-es, '60-as, '70-es évek legismertebb magyar és külföldi táncdalaival.	Őrmezei Községi Ház XI., Cirmos u. 8.	Jegyár: 2200 Ft	Földi Annamária kulturális szervező	okh@ujbudakozpont.hu	Asztalfoglalás és jegyvásárlás előzetesen ajánlott az okh.jegy.hu oldalon, vagy személyesen a helyszínen, nyitvatartási időben.
ápr 21.	vasárnap	08:30	természetjárás	Pilis hegység, Pomáz - Lajosforrás - Kő hegy Táv: 14 km, Szint: 200 m	ingyenes	Somóczi Szilvia (CAOLA)	Előzetes jelentkezést kér d.u. 16-19 óra között (30)3403490 és 316-7423	Találkozó: 8.30, Batthyány tér HÉV (ind. 8.38.)
ápr 22.	hétfő	14.30	Senior torna	XI., Keveháza u.6.	ingyenes regisztráció szükséges	Szabó Imréné Keveháza Idősek klubja	0670 492-0399	Tartja: Bubik Csaba
ápr 23.	kedd	14.00	Filmklub: A séf	XI., Bocskai u.43-45.	ingyenes regisztráció szükséges	Hornoková Mária Szent Imre Idősek klubja	0670 492-0398	amerikai vígjáték 2014. 114'
ápr. 25.	csütörtök	10:00	Városi séta: Szentendre Megtekintjük a Szentendrei Városi Közlekedési Múzeum gazdag kiállítását.	Szentendre	Előzetes regisztráció: domoszlai.ertzsebet@gmail.com címen	A sétát vezeti: Domoszlai Erzsébet önkéntes	domoszlai.ertzsebet@gmail.com	Találkozás: 10 óráig, Batthyány tér, HÉV végállomás. Költség: 450.-Ft/fő nyugdíjas belépő. Kényelmes cipő szükséges.
ápr 25.	csütörtök	10:00-18:30	28. FÖLD NAPI SAS-HEGYI TÚRA	Tájék utca 26. szám alatti Látogatóközpont	ingyenes, előzetes regisztráció a Bölcső utcai Programközpontban	Újbuda Önkormányzata és a Duna-Ipoly Nemzeti Park Igazgatósága közös szervezése	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Várunk minden kedves, természetet kedvelő érdeklődőt, a megújuló látványokban gazdag Sas-hegyre, ahol a Bemutató Központban vetítés keretében megismerhetik a hegy élővilágát, védett növényeit, majd a tanösvényen szakképzett vezetők kísérik a látogatókat élményben és látványban gazdag sétára, a páratlan panorámával rendelkező hegy oldalán. A program időtartama 1-1,5 óra. Időpont: 2024. április 25. csütörtök 10.00 – 18.30 között A csoportok indítási időpontja: 10.00, 11.00, 13.30, 15.00, 17.00 óra. Jelentkezni lehet kizárólag személyesen, saját részre, 2024. április 9-18-a között 8.30 – 12.00 között a Bölcső utcai 60+ Programközpontban férőhelyek függvényben. Kérjük, hozza magával 60+ Kedvezménykártyáját, személyi igazolványát, lakcímkártyáját.

Dátum		A program ideje	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/ szervezet neve	Elérhetőség/ információ	Megjegyzés
ápr 25.	csütörtök	14.00	Interaktív beszélgetés: Új digitális felületek a fiatalok életében.	XI., Kenderes u.4.	ingyenes regisztráció szükséges	Siklósi Katalin Kenderes Idősek klubja	0670 492-0415	Előadásorozat
ápr. 25.	csütörtök	18.00-19.00	Kiállításmegnyitó	Gazdagréti Községi Ház XI., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	Tel: 06-1-246-5253 (GKH)	Amatőr festők kiállítása a Föld napja alkalmából
ápr 26.	péntek	17.00-18.00	NEMEZ-DRÓT ÉKSZERKÉSZÍTŐ WORKSHOP Foglalkozásvezető: Rubus Noémi	Őrmezei Községi Ház XI., Cirmos u. 8.	Részvételi díj: 3000 Ft, mely tartalmazza az oktatást, az eszközök és alapanyagok használatát. 2000 Ft/fő, ha egy családtagoddal vagy barátoddal érkezel. A díj a helyszínen fizetendő.	Rubus Noémi	okh@ujbudakozpont.hu	Előzetes jelentkezés telefonon: +36 30 216 7421 vagy e-mailben: noemirubus4@gmail.com. Következő foglalkozás május 31-én lesz.
ápr 26.	péntek	17:00-18:00	Kiállításmegnyitó	Kelenvölgyi Községi Ház XI., Kardhegy utca 2.		Kelenvölgyi Községi Ház	1-424-5363	Jász Alkotók Köre kiállítása
ápr 26.	péntek	19.00-22.00	GÖRÖG TÁNCHÁZ AZ AKROPOLIS KOMPÁNIA ZENEKARRAL	Őrmezei Községi Ház XI., Cirmos u. 8.	A rendezvény nyilvános. A belépés díjtalan.	Budapest Főváros XI. kerület Újbuda Görög Önkormányzata	okh@ujbudakozpont.hu	
ápr 27.	szombat	07:40	természetjárás	Vértes hegység, Csákvár - Gém hegy - Gánt (felhagyott bauxitfejtők, Bauxutbánya Múzeum), Táv: 11 km, Szint: 250 m	ingyenes	Tatár Loránd (Műanyag SC)	Előzetes jelentkezést kér (20)3139774	Találkozó: 7.40 Déli p.u. vonat vége (ind. 7.55 Oroszlányba) Jegy: Bicskéig
ápr 27.	szombat	10.00-11.30	GOMOKLUB	Őrmezei Községi Ház XI., Cirmos u. 8.	Belépődíj: 18 év alatt 500 Ft/alkalom, 18 év felett 2000 Ft/alkalom. A Fekete-Fehér Táblajátékos Sportegyesület tagjai számára ingyenes.	Szegedi Zsuzsanna szakmai referens	okh@ujbudakozpont.hu	
ápr 27.	szombat	12:00-13:00	60+Médiaműhely rádiósainak magazinműsora a Civil Rádióban ÚJ ADÁS! INTERNETES RÁDIÓ!!!!	http://civilradio.net		Újbuda 60+ Médiaműhely (Kéri Juli)	06/30 453 87 55	
ápr. 27.	szombat	16:00-17:00	TAVASZI TÁRLAT Csepeli Palma festőművész kiállításának megnyitója	Albertfalvi Községi Ház XI., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	Tel.: +36 1 204 6788, hétköznap 9 és 17 óra között	

Dátum		A program ideje	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/ szervezet neve	Elérhetőség/ információ	Megjegyzés
ápr 28.	vasárnap	18.30	ISMERŐS? Beszélgetős sorozat a művészvilágból és közéletből ismert személyiségekkel. Vendég: THURÓCZY SZABOLCS színész Házigazda: Fehér Mariann rádiós műsorvezető	Őrmezei Községi Ház XI., Cirmos u. 8.	Jegyár: 1500 Ft/fő	Szegedi Zsuzsanna szakmai referens	okh@ujbudakozpont.hu	
ápr 29.	hétfő	14.30	Senior torna	XI., Keveháza u.6.	ingyenes regisztráció szükséges	Szabó Imréné Keveháza Idősek klubja	0670 492-0399	Tartja: Bubik Csaba
ápr. 29.	hétfő	18.00-20.00	Pál Tamás Világjáró Klub	Gazdagréti Községi Ház XI., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	Tel: 06-1-246-5253 (GKH)	Vetített képes előadás.
ápr 30.	kedd	09:00	természetjárás	Budai hegység, Nagykovácsi - Kovácsi erdőföldek - Budaliget, Táv: 7 km, Szint: 100 m	ingyenes	Hattyár Zsuzsa (CAOLA)	Előzetes jelentkezést kér (30)3522694	Találkozó: 9 óra, Széll Kálmán tér, az óránál
ápr 30.	kedd	14.00	Filmklub: Ízlések és pofonok	XI., Bocskai u.43-45.	ingyenes regisztráció szükséges	Hornoková Mária Szent Imre Idősek klubja	0670 492-0398	amerikai-ausztrál vígjáték 2007 104'
ápr. 30.	kedd	18:00-20:00	Etele Helytörténeti Kör A gyermekkor Albertfalván beszélgetés, múltidézés	Albertfalvi Községi Ház XI., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	Tel.: +36 1 204 6788, hétköznap 9 és 17 óra között	Az Albertfalva anno sorozat utolsó állomása.
ápr 30.	kedd	7:50-14:00	Székesfehérvári - Középkori Romkert megtekintése idegenvezetővel, utána városi séta (főbb nevetességek, Játékmúzeum, Patikamúzeum, Prohászka Ottokár-émléktemplom stb.)	Székesfehérvár	Romkert belépő 62-70 évig 300 Ft, 70 felett ingyenes, idegenvezetést Egyesület fizeti	EZÜSTNET Egyesület Makszin Márta	ezustnet.csillag@gmail.com	Utazás Keleféldi pu. zónázó vonattal 8:17-kor, Találkozó 7:50 Kelenföldi pu. aluljáró 10-es vágány feljárónál.A program várható vége: 14:00 Jelentkezés: ezustnet.csillag@gmail.com címen április 19-ig