



ÚJBUDA 60+ PROGRAM 2017. AUGUSZTUS HAVI PROGRAMLISTA



NYÁRI SZÜNET az Újbuda 60+ Program központjaiban

Tájékoztatjuk a Kedves Ügyfeleket, hogy 2017. AUGUSZTUS 1-31-IG A BÖLCSŐ UTCAI ÉS A KÉRŐ UTCAI 60+ PROGRAMKÖZPONTOK ZÁRVA TARTANAK.

Nyitás: 2017. szeptember 1.

A telefonos ügyfélszolgálat változatlanul az érdeklődők rendelkezésére áll minden hétköznap 9:00-14:00 óra között a 372-4636-os telefonszámon.

KELLEMES NYARAT KÍVÁN AZ ÚJBUDA 60+ PROGRAM CSAPATA!

Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
Előzetes egyeztetés alapján		Lelki segítő beszélgetések időseknek	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Budapest, Bölcső u. 3. vagy Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Budapest, Kérő u. 3.	ingyenes	Újbuda 60+ Program	minden hétköznap 9:00-14:00 óra között a 372-4636 telefonszámon	Különböző lelki problémával kapcsolatos személyes beszélgetések képzett önkéntesekkel. Előzetes jelentkezés szükséges!
minden nap	<u>Találkozó:</u> 14:00 Kérő u. 2. sz. társasház mellett	60+ Gyalogló Program Kisközösségi Gyaloglás Őrmező	Őrmező	ingyenes	Pázmándi Edit 60+ Program önkéntes		60 perc, emelkedő nincs, a séta lassú tempóban történik több megállással. Rossz idő esetén elmarad!
augusztus 1. kedd	09:00-10:00	Hahota jóga	Bikás park kék sportpálya melletti füves rész	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	06 20 946-9793	

Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
augusztus 2. szerda	<u>Találkozó:</u> 7:30 - fogaskerekű Városmajori végáll.	60+ természetjárás	Budai hegység	ingyenes	Thaly Emese (Olajipari Tb.SE)	227-4089	Előzetes jelentkezés szükséges!
augusztus 2. szerda	<u>Találkozó:</u> 9:00 Bikás park Vahot és Bártfai utca sarkán található szürke épületnél (közterület-felügyelők épülete)	60+ Gyalogló Program Kisközségi Gyaloglás Kelenföld	Kelenföld	ingyenes	Várad Istvánné 60+ Program önkéntes	06 20 944-4378	Két kör (1600 m) gyaloglása, emelkedő nélkül. Tempó igény szerint, inkább lassú. Zivatar, felhőszakadás esetén a gyaloglás elmarad!
augusztus 3. csütörtök	09:00-10:00	Hahota jóga	Bikás park kék sportpálya melletti füves rész	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	06 20 946-9793	
augusztus 3. csütörtök	14:00 – 17:00	Kreatív délután	Újbudai Szociális Szolgálat Keveháza Idősek Klubja 1119 Budapest, Keveháza u. 6.	ingyenes	Keveháza Idősek kubja Szabó Imréné klubvezető	minden hétköznap 8:00-16:00 óra között a 786-6325 telefonszámon	Papírtechnika-krepp papírból rózsa
augusztus 3. csütörtök	19:00-20:30	Amfiteátrum esték	Gazdagréti Községi Ház 1118 Budapest, Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9:00-19:00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Szabadtéri élő akusztikus koncert
augusztus 4. péntek	10:00-11:00	Zumba light	Gazdagréti Községi Ház 1118 Budapest, Törökugrató u. 9.	Az árral kapcsolatban érdeklődjön a helyszínen vagy telefonon!	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Latin mozgás
augusztus 6. vasárnap	8:00-9:00	Katolikus Szentmise	Őrmezei Községi Ház 1112 Budapest, Cirmos u. 8.	ingyenes	Morus Szent Tamás Egyesület		Kelenföldi Szent Gellért plébánia felügyelete mellett

Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
augusztus 6. vasárnap	10:00-12:00	Református Istentisztelet	Őrmezei Községi Ház 1112 Budapest, Cirmos u. 8.	ingyenes	Őrmezői Református Misszió	780-6083	Lelkipásztor: Faragó Dávid
augusztus 7. hétfő	10:00-11:00	3-1-2 meridiántorna	Tranzit Kávézó Bukarest u. – Ulászló u. sarok	ingyenes	Sancz Klára Lujza 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9:00-14:00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
augusztus 7. hétfő	10:00-11:00	Zumba light	Gazdagréti Községi Ház 1118 Budapest, Törökugrató u. 9.	Az árral kapcsolatban érdeklődjön a helyszínen vagy telefonon!	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Latin mozgás
augusztus 7. hétfő	<u>Találkozó:</u> 15:30 Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	60+ Gyalogló Program Kisközségi gyaloglás Albertfalva	Albertfalva	ingyenes	Habán Ildikó és Molnár Vilmosné 60+ Program önkéntes	haban.ildiko1@ gmail.com vagy 06 30 202-0190	15-20 perc, emelkedő nélkül. Lassú tempó, szükség szerinti szünetek.
augusztus 8. kedd	<u>Találkozó:</u> 8:15 - Boráros tér BKK kikötő a Petőfi híd lábánál (hajó ind.: 8:36)	60+ városismereti séta a Hajógyári-szigeten vagy a Rómain (BKK hajóval)	Hajógyári-sziget vagy Római	ingyenes	Domszalai Erzsébet 60+ Program önkéntes	Előzetes és visszaigazolt jelentkezés szükséges: domszalai.erszebet@ gmail.com 06 30 862-8152	<u>Visszaérkezés:</u> 14 óra MÜPA (Rákóczi híd) Kényelmes cipő ajánlott!
augusztus 8. kedd	09:00-10:00	Hahota jóga	Bikás park kék sportpálya melletti füves rész	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	06 20 946-9793	
augusztus 9. szerda	<u>Találkozó:</u> 7:30 - fogaskerekű Városmajori végáll.	60+ természetjárás	Budai hegység	ingyenes	Thaly Emese (Olajipari Tb.SE)	227-4089	Előzetes jelentkezés szükséges!

Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
augusztus 9. szerda	<u>Találkozó:</u> 9:00 Bikás park Vahot és Bártfai utca sarkán található szürke épületnél (közterület-felügyelők épülete)	60+ Gyalogló Program Kisközségi Gyaloglás Kelenföld	Kelenföld	ingyenes	Várad Istvánné 60+ Program önkéntes	06 20 944-4378	Két kör (1600 m) gyaloglása, emelkedő nélkül. Tempó igény szerint, inkább lassú. Zivatar, felhőszakadás esetén a gyaloglás elmarad!
augusztus 10. csütörtök	09:00-10:00	Hahota jóga	Bikás park kék sportpálya melletti füves rész	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	06 20 946-9793	
augusztus 10. csütörtök	15:00 – 17:00	Kirándulás a Margit-szigetre	Újbudai Szociális Szolgálat Keveháza Idősek Klubja 1119 Budapest, Keveháza u 6.	ingyenes	Keveháza Idősek kubja Szabó Imréné klubvezető	minden hétköznap 8:00-16:00 óra között a 786-6325 telefonszámon	Előzetes telefonos jelentkezés szükséges!
augusztus 10. csütörtök	19:00-20:30	Amfiteátrum esték	Gazdagréti Községi Ház 1118 Budapest, Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9:00-19:00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Szabadtéri élő akusztikus koncert
augusztus 11. péntek	10:00-11:00	Zumba light	Gazdagréti Községi Ház 1118 Budapest, Törökugrató u. 9.	Az árral kapcsolatban érdeklődjön a helyszínen vagy telefonon!	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Latin mozgás
augusztus 13. vasárnap	8:00-9:00	Katolikus Szentmise	Őrmezei Községi Ház 1112 Budapest, Cirmos u. 8.	ingyenes	Morus Szent Tamás Egyesület		Kelenföldi Szent Gellért plébánia felügyelete mellett
augusztus 13. vasárnap	10:00-12:00	Református Istentisztelet	Őrmezei Községi Ház 1112 Budapest, Cirmos u. 8.	ingyenes	Őrmezői Református Misszió	780-6083	Lelkipásztor: Faragó Dávid

Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
augusztus 14. hétfő	10:00-11:00	3-1-2 meridiántorna	Tranzit Kávézó Bukarest u. – Ulászló u. sarok	ingyenes	Sancz Klára Lujza 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9:00-14:00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
augusztus 14. hétfő	10:00-11:00	Zumba light	Gazdagréti Községi Ház 1118 Budapest, Törökugrató u. 9.	Az árral kapcsolatban érdeklődjön a helyszínen vagy telefonon!	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Latin mozgás
augusztus 14. hétfő	10:00-12:30	Bridzs, rómi, rejtvény klub	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné, Sári 60+ Program önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefon: 2066-840, e-mail: kelencivilkozosseg@ ujbuda.hu	A résztvevők maguk döntik el, melyik játékot választják; bridzsoktató: Tichy-Rács József
augusztus 14. hétfő	<u>Találkozó:</u> 15:30 - Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	60+ Gyalogló Program Kisközségi gyaloglás Albertfalva	Albertfalva	ingyenes	Habán Ildikó és Molnár Vilmosné 60+ Program önkéntes	haban.ildiko1@ gmail.com vagy 06 30 202-0190	15-20 perc, emelkedő nélkül. Lassú tempó, szükség szerinti szünetek.
augusztus 15. kedd	09:00-10:00	Hahota jóga	Bikás park kék sportpálya melletti füves rész	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	06 20 946-9793	
augusztus 15. kedd	10:00-12:30	Tarokk, rómi, rejtvény klub	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné, Sári 60+ Program önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefon: 2066-840, e-mail: kelencivilkozosseg@ ujbuda.hu	A résztvevők maguk döntik el, melyik játékot választják

Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
augusztus 16. szerda	<u>Találkozó:</u> 7:30 - fogaskerekű Városmajori végáll.	60+ természetjárás	Budai hegység	ingyenes	Thaly Emese (Olajipari Tb.SE)	227-4089	Előzetes jelentkezés szükséges!
augusztus 16. szerda	<u>Találkozó:</u> 9:00 Bikás park Vahot és Bártfai utca sarkán található szürke épületnél (közterület-felügyelők épülete)	60+ Gyalogló Program Kisközösségi Gyaloglás Kelenföld	Kelenföld	ingyenes	Váradi Istvánné 60+ Program önkéntes	06 20 944-4378	Két kör (1600 m) gyaloglása, emelkedő nélkül. Tempó igény szerint, inkább lassú. Zivatar, felhőszakadás esetén a gyaloglás elmarad!
augusztus 16. szerda	14:00-17:00	BRIDZS – SAKK Klub	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné, Sári 60+ Program önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefon: 2066-840, e-mail: kelencivilkozosseg@ujbuda.hu	Tichy-Rács József sakk és bridzsoktató oktat: 14 -15 óráig
augusztus 17. csütörtök	09:00-10:00	Hahota jóga	Bikás park kék sportpálya melletti füves rész	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	06 20 946-9793	
augusztus 17. csütörtök	14:00 – 17:00	Kreatív délután	Újbudai Szociális Szolgálat Keveháza Idősek Klubja 1119 Budapest, Keveháza u 6.	ingyenes	Keveháza Idősek kubja Szabó Imréné klubvezető	minden hétköznap 8:00-16:00 óra között a 786-6325 telefonszámon	Textil szívek készítése
augusztus 17. csütörtök	19:00-20:30	Amfiteátrum esték	Gazdagréti Közösségi Ház 1118 Budapest, Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Közösségi Ház	minden hétköznap 9:00-19:00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Szabadtéri élő akusztikus koncert

Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
augusztus 18. péntek	10:00-11:00	Zumba light	Gazdagréti Községi Ház 1118 Budapest, Törökugrató u. 9.	Az árral kapcsolatban érdeklődjön a helyszínen vagy telefonon!	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Latin mozgás
augusztus 20. vasárnap	<u>Találkozó:</u> 8:20 - Árpád híd pesti hídfő VOLÁN megálló (ind. 8:30)	60+ természetjárás	Gerecse hg. Csolnokon városnézés, majd kirándulás a Nagy Getére és le Tokodra Táv: 10 km, Szint: 300 m	ingyenes	Somóczy Szilvia (CAOLA)	06 30 340-3490	Előzetes jelentkezés szükséges!
augusztus 21. hétfő	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Tranzit Kávézó Bukarest u. – Ulászló u. sarok	ingyenes	Sancz Klára Lujza 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9:00-14:00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
augusztus 21. hétfő	10:00-11:00	Zumba light	Gazdagréti Községi Ház 1118 Budapest, Törökugrató u. 9.	Az árral kapcsolatban érdeklődjön a helyszínen vagy telefonon!	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Latin mozgás
augusztus 21. hétfő	10:00-12:30	Bridzs, rómi, rejtvény klub	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné, Sári 60+ Program önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefon: 2066-840; e-mail: kelencivilkozosseg@ujbuda.hu	A résztvevők maguk döntenek el, melyik játékot választják; bridsoktató: Tichy-Rács József
augusztus 21. hétfő	<u>Találkozó:</u> 15:30 Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	60+ Gyalogló Program Kisközségi gyaloglás Albertfalva	Albertfalva	ingyenes	Habán Ildikó és Molnár Vilmosné 60+ Program önkéntes	haban.ildiko1@gmail.com vagy 06 30 202-0190	15-20 perc, emelkedő nélkül. Lassú tempó, szükség szerinti szünetek.

Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
augusztus 22. kedd	09.00-10.00	Hahota jóga	Bikás park kék sportpálya melletti füves rész	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	06 20 946-9793	
augusztus 22. kedd	10:00-12:30	Tarokk, rómi, rejtvény klub	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné, Sári 60+ Program önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefon: 2066-840; e-mail: kelencivilkozosseg@ujbuda.hu	A résztvevők maguk döntik el, melyik játékot választják
augusztus 23. szerda	<u>Találkozó:</u> 7:30 - fogaskerekű Városmajori végáll.	60+ természetjárás	Budai hegység	ingyenes	Thaly Emese (Olajipari Tb.SE)	227-4089	Előzetes jelentkezés szükséges!
augusztus 23. szerda	<u>Találkozó:</u> 8:45 - Széll Kálmán tér, az óránál	60+ természetjárás	Budai hegység Ady liget - Vöröspocsolyás hát - Nagykopasz - Anna vh. - Nagy- kovácsi Táv: 14 km, Szint: 450 m		Somóczy Szilvia (CAOLA)	06 30 340-3490	Előzetes jelentkezés szükséges!
augusztus 23. szerda	<u>Találkozó:</u> 9:00 Bikás park Vahot és Bártfai utca sarkán található szürke épületnél (közterület-felügyelők épülete)	60+ Gyalogló Program Kisközösségi Gyaloglás Kelenföld	Kelenföld	ingyenes	Váradi Istvánné 60+ Program önkéntes	06 20 944-4378	Két kör (1600 m) gyaloglása, emelkedő nélkül. Tempó igény szerint, inkább lassú. Zivatar, felhőszakadás esetén a gyaloglás elmarad!

Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
augusztus 23. szerda	14:00-17:00	BRIDZS – SAKK Klub	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné, Sári 60+ Program önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefon: 2066-840; e-mail: kelencivilkozosseg@ujbuda.hu	Tichy-Rács József sakk és bridzsoktató oktat: 14 -15 óráig
augusztus 24. csütörtök	09:00-10:00	Hahota jóga	Bikás park kék sportpálya melletti füves rész	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	06 20 946-9793	
augusztus 24. csütörtök	10:00-12:00	Múzeumlátogatás tárlatvezetéssel: RENDŐRMÚZEUM	1085 Budapest, Mosonyi utca 5.	ingyenes	Szent Imre-város Idősek klubja Polgár Tiborné klubvezető	minden hétköznap 8:00-16:00 óra között a 789-3022 telefonszámon, vagy polgar.tiborne @uszosz.ujbuda.hu e- mail címen	A találkozó pontos helyszíne miatt telefonos bejelentkezést kérünk augusztus 22-ig!
augusztus 24. csütörtök	15:00 – 17:00	Hajókázás a Római partra	Újbudai Szociális Szolgálat Keveháza Idősek Klubja 1119 Budapest, Keveháza u 6.	ingyenes	Keveháza Idősek klubja Szabó Imréné klubvezető	minden hétköznap 8:00-16:00 óra között a 786-6325 telefonszámon	Előzetes telefonos jelentkezés szükséges!
augusztus 24. csütörtök	15:00 - 17:00	"Naplemente" A demencia arcai Témavezető: Matics Katalin intézményvezető helyettes USZOSZ	Újbudai Szociális Szolgálat Demens Klub 1119 Budapest, Keveháza u 6.	ingyenes	Benkó Erzsébet klubvezető; Nagy Ágnes mentálhigiénés munkatárs	minden hétköznap 8:00-16:00 óra között a 06 70 492-0408 telefonszámon, vagy benko.erzsebet@uszosz.u jbuda.hu e-mail címen	Programsorozat, hasznos információk a demenciával való könnyebb együttélés érdekében 5/2
augusztus 24. csütörtök	19:00-20:30	Amfiteátrum esték	Gazdagréti Községi Ház 1118 Budapest, Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9:00-19:00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Szabadtéri élő akusztikus koncert

Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
augusztus 25. péntek	10:00-11:00	Zumba light	Gazdagréti Községi Ház 1118 Budapest, Törökugrató u. 9.	Az árral kapcsolatban érdeklődjön a helyszínen vagy telefonon!	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Latin mozgás
augusztus 28. hétfő	10:00-11:00	3-1-2 meridiántorna	Tranzit Kávézó Bukarest u. – Ulászló u. sarok	ingyenes	Sancz Klára Lujza 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9:00-14:00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
augusztus 28. hétfő	10:00-11:00	Zumba light	Gazdagréti Községi Ház 1118 Budapest, Törökugrató u. 9.	Az árral kapcsolatban érdeklődjön a helyszínen vagy telefonon!	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Latin mozgás
augusztus 28. hétfő	10:00-12:30	Bridzs, rómi, rejtvény klub	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné, Sári 60+ Program önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefon: 2066-840; e-mail: kelencivilkozosseg@ujbuda.hu	A résztvevők maguk döntenek el, melyik játékot választják; bridzsoktató: Tichy-Rács József
augusztus 28. hétfő	<u>Találkozó:</u> 15:30 - Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	60+ Gyalogló Program Kisközségi gyaloglás Albertfalva	Albertfalva	ingyenes	Habán Ildikó és Molnár Vilmosné 60+ Program önkéntes	haban.ildiko1@gmail.com vagy 06 30 202-0190	15-20 perc, emelkedő nélkül. Lassú tempó, szükség szerinti szünetek.
augusztus 29. kedd	09:00-10:00	Hahota jóga	Bikás park kék sportpálya melletti füves rész	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	06 20 946-9793	

Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
augusztus 29. kedd	10:00-12:30	Tarokk, rómi, rejtvény klub	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné, Sári 60+ Program önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefon: 2066-840; e-mail: kelencivilkozossseg@ujbuda.hu	A résztvevők maguk döntenek el, melyik játékot választják
augusztus 30. szerda	<u>Találkozó:</u> 7:30 - fogaskerekű Városmajori végáll.	60+ természetjárás	Budai hegység	ingyenes	Thaly Emese (Olajipari Tb.SE)	227-4089	Előzetes jelentkezés szükséges!
augusztus 30. szerda	<u>Találkozó:</u> 9:00 Bikás park Vahot és Bártfai utca sarkán található szürke épületnél (közterület- felügyelők épülete)	60+ Gyalogló Program Kisközösségi Gyaloglás Kelenföld	Kelenföld	ingyenes	Várad Istvánné 60+ Program önkéntes	06 20 944-4378	Két kör (1600 m) gyaloglása, emelkedő nélkül. Tempó igény szerint, inkább lassú. Zivatar, felhőszakadás esetén a gyaloglás elmarad!
augusztus 30. szerda	14:00-17:00	BRIDZS – SAKK Klub	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné, Sári 60+ Program önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefon: 2066-840; e-mail: kelencivilkozossseg@ujbuda.hu	Tichy-Rács József sakk és bridzsoktató oktat: 14 -15 óráig
augusztus 31. csütörtök	09:00-10:00	Hahota jóga	Bikás park kék sportpálya melletti füves rész	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	06 20 946-9793	
augusztus 31. csütörtök	19:00-20:30	Amfiteátrum esték	Gazdagréti Községi Ház 1118 Budapest, Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9:00-19:00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Szabadtéri élő akusztikus koncert