



ÚJBUDA 60+ PROGRAM

2018. MÁRCIUS havi programlista



Dátum	A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
<p>Számítógép- és internethasználat, valamint számítógép és okoseszközök (okostelefon, tablet) kezelésével kapcsolatos segítségnyújtás</p> <p>Újbudai Önkéntes Koordináció és Módszertani Központ (1112 Bp., Kérő utca 3.): Szerda 9.00-13.00 óra között: számítógépek használata, internetezési lehetőség segítségével Péntek 9.00-13.00 óra között: számítógéphasználat, internetezési lehetőség</p> <p>Újbudai Szenior Programközpont (1117 Bp., Bölcső utca 3.): Kedd 8.00-12.00 óra között: számítógépek használata, internetezési lehetőség segítségével Csütörtök 8.00-12.00 óra között: számítógépek használata, internetezési lehetőség, saját laptoppal és okoseszközzel (táblagép/tablet és okostelefon) kapcsolatos segítségnyújtás</p>							
Előzetes egyeztetés alapján		Lelki segítő beszélgetések időseknek	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3. vagy Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő u. 3.	ingyenes		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	Találkozó: 14.00 Kérő u. 2. sz. társasház mellett	60+ Gyalogló Program Kisközösségi Gyaloglás Órmező	Órmező	ingyenes	Pázmándi Edit 60+ Program önkéntes		60 perc, emelkedő nincs, a séta lassú tempóban történik több megállással. Rossz idő esetén elmarad!
márc. 01.	csütörtök	09.00-10.00	Hahota jóga	Bikás park kék sportpálya melletti füves területen	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	06 20 9469-793

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 01.	csütörtök	09.00-10.00	Izületi torna Horváth Péter tanár vezetésével	Gazdagrét-Csíkihegyek Általános Iskola 1118 Bp., Csíkihegyek utca 13-15.	2500Ft/5 alk., 5000Ft/10 alk.	Valentin Ferencné 60+ Program önkéntes	minden hétköznapi 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 01.	csütörtök	10.00	A hónap alkotója Burkus Alexandra - Fotók	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznapi 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	A tárlat március 29-ig látogatható nyitva tartási időben.
márc. 01.	csütörtök	14.00-17.00	„Nekem nem térkép-e táj” Országjárás, Somogy megye	Újbudai Szociális Szolgálat Keveháza Idősek Klubja 1119 Bp., Keveháza u. 6.	ingyenes	Szabó Imréné klubvezető	minden hétköznapi 8.00-16.00 óra között a 06 1 786-6325 telefonszámon	Program sorozatunkkal, képzeletben bebarangoljuk Magyarország tájait.
márc. 01.	csütörtök	14.00-19.00	Sakk Klub	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznapi 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Sakk kedvelők klubja
márc. 01.	csütörtök	15.00-16.00	Meridián torna	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznapi 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Idős torna
márc. 01.	csütörtök	15.00-17.00	Számítástechnika a mindennapokban (Tablet kezelés)	Újbudai Szociális Szolgálat Gazdagréti Idősek Klubja 1118 Bp., Gazdagréti tér 1.	ingyenes	Geréb Gerda klubvezető	minden hétköznapi 8.00-16.00 óra között a 786 – 6084 telefonszámon	Előzetes regisztráció szükséges
márc. 01.	csütörtök	15.00-17.00	Szavak varázsa irodalmi alkotóműhely	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznapi 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 01.	csütörtök	16.00-18.00	Horgász Klub	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.		Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	A Kelenvölgyi Kék-tó (HITEKA Horgász Egyesület) horgászainak összejövetele
márc. 01.	csütörtök	17.30-19.30	Eszperantó Klub 5 éves az Albertfalvi Eszperantó Klub!	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	Minden eszperantó nyelv iránt érdeklődőt szeretettel várnak!
márc. 02.	péntek	10.00-11.00	60+ Pilates (haladó)	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.		Kelenvölgyi Községi Ház	06 30 438-0156	Foglalkozásvezető: Kutasi Viktória
márc. 02.	péntek	10.00-11.00	Zumba light	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	6000 Ft/10 alkalom, 1000 Ft/10 alk.	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	latin mozgás
márc. 02.	péntek	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Szentes Rezső 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra közöt a 372-4636 számon	
márc. 02.	péntek	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő u. 3.	ingyenes	Baloghné Gabi 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 02.	péntek	10.00-11.00	Hahota jóga	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő utca 3.	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	06 20 9469-793	
márc. 02.	péntek	11.00-12.00	Callanetics	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.	1200 Ft	Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	Alakformáló torna Foglalkozásvezető: Nagyné Tauzin Csilla

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 02.	péntek	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Szentes Rezső 60+ Program önkéntes	minden hétköznapi 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 02.	péntek	16.00-17.00	Újbudai Botladozók Táncház	Őrmezei Községi Ház 1112 Bp., Cirmos u. 8.	Belépő: 300Ft	Őrmezei Községi Ház	minden hétköznapi 8.00-20.00 óra között a 309-0007 telefonszámon	A táncokat betanítja a Cavinton Táncsoport
márc. 03.	szombat	10.00-11.00	Picuri Muri tavaszköszöntő interaktív gyerekkoncert	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	900,-- Ft/fő	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznapi 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 03.	szombat	19.00-21.00	Aldo Nicolaj : Rend a lelke mindennek	Őrmezei Községi Ház 1112 Bp., Cirmos u. 8.	Jegyár: diák, nyugdíjas: 600 Ft, belépőjegy: 1.000 Ft	Őrmezei Községi Ház	minden hétköznapi 8.00-20.00 óra között a 309-0007 telefonszámon	Lírai játék két részben. A Tarka Színpad előadása
márc. 03.	szombat	9.00	60+ természetjárás Találkozó: 9.00, Széll Kálmán tér, az óránál	Budai hegység, Fogaskerekű v.áll. - Normafa - Anna rét - Disznófő forrás - Szépjuhászné (itt megszakítható) - Kis Hárshegy - Hűvösvölgy, Táv: 10-14 km, Szint:200 m	ingyenes	Méri Sándorné (CAOLA)	06 30 549 8457	
márc. 04.	vasárnap	8:30	60+ természetjárás Találkozó: 8.30, Széll Kálmán tér, az óránál	Budai hegység, Hűvösvölgy - Hárshegyi körút (kilátó) - Korányi szanatórium - Petneházy rét - Adyliget, Táv: 12 km, Szint: 200 m	ingyenes	Somóczi Szilvia (CAOLA)	06 30 340 3490	Előzetes jelentkezés szükséges (délután 16-19 óra között)!

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 04.	vasárnap	08.00-09.00	Katolikus Szentmise	Őrmezei Községi Ház 1112 Bp., Cirmos u. 8.	ingyenes	Morus Szent Tamás Egyesület		Kelenföldi Szent Gellért plébánia felügyelete mellett
márc. 04.	vasárnap	10.00-12.00	Református Istentisztelet	Őrmezei Községi Ház 1112 Bp., Cirmos u. 8.	ingyenes	Őrmezői Református Misszió	780-6083	
márc. 05.	hétfő	09.00-10.00	Hahota jóga	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Lippai Erzsébet 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 05.	hétfő	10.00-11.00	Zumba light	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	6000 Ft/10 alkalom, 1000 Ft/10 alk.	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	latin mozgás
márc. 05.	hétfő	10.00-11.00	Szenior örömtánc Almási Judittal	Őrmezei Községi Ház 1112 Bp., Cirmos u. 8.	első óra ingyenes 800 Ft/alkalom 6.000 Ft/10 alk. Bérlet	Őrmezei Községi Ház	minden hétköznap 8.00-20.00 óra között a 309-0007 telefonszámon	Mozgás-öröm-agytorna A csoporthoz bármikor lehet csatlakozni, hiszen minden foglalkozás alkalmával megtanulnak egy új táncot.
márc. 05.	hétfő	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Sancz Klára Lujza 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 05.	hétfő	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő u. 3.	ingyenes	Baloghné Gabi 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 05.	hétfő	10.00-12.30	Bridzs, rómi, rejtvény klub	Kelen Civil Községek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné, Sári 60+ önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefon 2066-840 e-mail: kelencivilkozosseg@uibuda.hu	a résztvevők maguk döntik el, melyik játékot választják ; bridzsoktató Tichy-Rács József

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 05.	hétfő	11.00-11.30	3-1-2 meridián torna	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 05.	hétfő	11.00-12.00	Zumba light	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	6000 Ft/10 alkalom, 1000 Ft/10 alk.	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	latin mozgás
márc. 05.	hétfő	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Sancz Klára Lujza 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 05.	hétfő	14.00-15.00	Ízületi és gerinc torna	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	3800 Ft/4 alkalom 6800 Ft/8 alkalom	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Izületi és gerinctorna Nagy Katalin szakoktatóval
márc. 05.	hétfő	14.00-16.00	Együtt egymásért! nyugdíjas klub	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 05.	hétfő	15.00	Rejtvényfejtő Klub	Újbudai Polgármesteri Hivatal 1113 Bp., Bocskai út 39-41. I. emelet 114. terem		Kassai Mihályné, Sári 60+ önkéntes	Gabonyi Erika 06 1 372-3482	
márc. 05.	hétfő	16.00-18.00	Útifilmvetítés: Spanyolország	USZOSZ Gazdagréti Idősek Klubja 1118 Bp., Gazdagréti tér 1.	ingyenes	Valentin Ferencné 60+ önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
márc. 05.	hétfő	17.00-19.00	Keresztrejtvényfejtők Klubja	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 05.	hétfő	18.30-19.30	"Jézus a kezében kész kegyelem..." irodalmi est Arany János balladáiból Lázár Csaba színművész előadásában	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes, az EMMI támogatásával	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	Gitáron közreműködik: Laczó Zoltán Vince
márc. 05.	hétfő	9.00-10.00	Zenés Kímélő Torna	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	350 Ft/tagoknak/alk. 600Ft/alkalom	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Kímélő zenés torna Majorszky Klára szakoktatóval.
márc. 06.	kedd	09.00-10.00	Hahota jóga	Bikás park kék sportpálya melletti füves területen	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	06 20 9469-793	
márc. 06.	kedd	09.00-10.00	Izületi torna Horváth Péter tanár vezetésével	Gazdagrét-Csíkihegyek Általános Iskola 1118 Bp., Csíkihegyek utca 13-15.	2500Ft/5 alk., 5000Ft/10 alk.	Valentin Ferencné 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 06.	kedd	09.00-10.00	Eszperantó nyelvtanfolyam - kezdő	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 06.	kedd	09.30-10.30	Angol társalgási klub középhaladó	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Reid Augusztá 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 06.	kedd	10.00-12.00	Kézimunka kör	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 06.	kedd	10.00-12.30	Tarokk, rómi, rejtvény klub	Kelen Civil Községek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné, Sári 60+ 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
márc. 06.	kedd	11.00-12.00	Angol társalgási klub kezdő	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Bujákiné Szántó Zsófia 60+ Program önkéntes	minden hétköznapi 9.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
márc. 06.	kedd	14.00-16.00	Döngicsélő - nyugdíjas klub	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznapi 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 06.	kedd	14.00-16.30.	Szomszédolás c. fotókiállítást megnyitja Garbóci László Budafok helytörténésze	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő u. 3.	ingyenes	Áment Zsóka, 60+Fotókör vezetője önkéntes	minden hétköznapi 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
márc. 06.	kedd	14.00-18.00	Afázia Budai Tagozata	Kelen Civil Községek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.		Szilágyi György önkéntessegítő	30 934- 8916	A beszédnehezítettek rehabilitációs önségítő csoportjának szakmai foglalkozását Medgyessy László, logopédus tartja alkalmanként
márc. 06.	kedd	14.00-19.00	Sakk Klub	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznapi 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Sakk kedvelők klubja
márc. 06.	kedd	16.00-19.00	Kártya Klub	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.	Ingyenes	Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	
márc. 07.	szerda	7:30	60+ természetjárás Találkozó: 7.30, Fogaskerekű városmajori végáll.	Budai hegység	ingyenes	Thaly Emese (Olajipari Tb.SE)	227-4089	Előzetes jelentkezés szükséges!
márc. 07.	szerda	8:30	60+ természetjárás Találkozó: 8.30, Széll Kálmán tér, az óránál	Budai hegység, Nagykovácsi - Cseresznyés vgy. - Ilona lak - Anna vadászház - Nagykovácsi, Táv: 14 km, Szint: 300 m	ingyenes	Somóczi Szilvia (CAOLA)	06 30 340 3490	Előzetes jelentkezés szükséges (délután 16-19 óra között)!

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 07.	szerda	09.00	60+ Gyalogló Program Kisközösségi Gyaloglás Kelenföld	Kelenföld Találkozó: Bikás park Vahot és Bártfai utca sarkán található szürke épületnél (közterület-felügvelők épülete)	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!
márc. 07.	szerda	09.00-12.00	Kézimunka klub	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Nyugdíjas klub kézimunka tevékenység
márc. 07.	szerda	10.00-11.00	Zumba haladó	Őrmezei Községi Ház 1112 Bp., Cirmos u. 8.	Kurzus díja: 5.000 Ft első alkalommal a kurzus 60+ kártyával: 1000 Ft	Őrmezei Községi Ház	minden hétköznap 8.00-20.00 óra között a 309-0007 telefonszámon	A tanfolyam vezetője: Ferencz Szilvia
márc. 07.	szerda	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő u. 3.	ingyenes	Baloghné Gabi 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra közöt a 372-4636 számon	
márc. 07.	szerda	11.00-12.00	Zumba kezdő	Őrmezei Községi Ház 1112 Bp., Cirmos u. 8.	Kurzus díja: 5.000 Ft első alkalommal a kurzus 60+ kártyával: 1000 Ft	Őrmezei Községi Ház	minden hétköznap 8.00-20.00 óra között a 309-0007 telefonszámon	A tanfolyam vezetője: Ferencz Szilvia
márc. 07.	szerda	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Kovács Erika 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra közöt a 372-4636 számon	
márc. 07.	szerda	11.00-12.00	Angol társalgási klub középhaladó	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő u. 3.	ingyenes	Dutka Imre 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
márc. 07.	szerda	12.00-13.00	Pilates	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	6000 Ft/10 alkalom, 1000 Ft/10 alk.	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Pilates szakképzett oktatóval
márc. 07.	szerda	13.00-14.00	Pilates	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	6000 Ft/10 alkalom, 1000 Ft/10 alk.	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Pilates szakképzett oktatóval

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 07.	szerda	13.00-17.00	Filmvetítés "Kincsem" című magyar film	Újbudai Szociális Szolgálat Szentimreváros Idősek Klubja 1113 Bp, Bocskai út 43-45.	ingyenes	Polgár Tiborné USZOSZ	789-3022 polgar.tiborne @uszosz.ujbuda.hu	Telefonos regisztrációt kérünk!
márc. 07.	szerda	14.00-15.00	Ízületi és gerinc torna	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	3800 Ft/4 alkalom 6800 Ft/8 alkalom	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Izületi és gerinctorna Nagy Katalin szakoktatóval
márc. 07.	szerda	14.00-18.00	„Délutáni” teázó	Újbudai Szociális Szolgálat Kenderes Idős Klub, 1116 Bp., Kenderes u. 4.	ingyenes	László Gábor Kenderes Idős Klub	789-2055, 06 70 4920-397	Kártya és sakk klub, internet és könyvtárhasználat,
márc. 07.	szerda	15.00-16.00	Szenior Örömtánc	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	600,Ft/alk.	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	Az idősebb korosztály számára kifejlesztett egészségmegőrző és betegségmegelőző mozgásforma.
márc. 07.	szerda	15.00-17.00	Bridzs-Sakk Klub	Kelen Civil Községek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné, Sári 60+ 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
márc. 07.	szerda	16.00-17.00	Jogi tanácsadás	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.	ingyenes	Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	csak előzetes bejelentkezés alapján: 06 70 525-8748
márc. 07.	szerda	16.00-17.30	Albertfalvai Polgárok Köre	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 07.	szerda	17.00 - 19.00	Horgoló Kör	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.	300 Ft	Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	Foglalkozásvezető: Víg Anna
márc. 08.	csütörtök	09.00-10.00	Hahota jóga	Bikás park kék sportpálya melletti füves területen	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	06 20 9469-793	

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 08.	csütörtök	09.00-10.00	Izületi torna Horváth Péter tanár vezetésével	Gazdagrét-Csíkihegyek Általános Iskola 1118 Bp., Csíkihegyek utca 13-15.	2500Ft/5 alk., 5000Ft/10 alk.	Valentin Ferencné 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 08.	csütörtök	09.00-11.00	Eszperantó tanfolyam - kezdő és haladó	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 08.	csütörtök	14.00-17.00	Kreatív délután	Újbudai Szociális Szolgálat Keveháza Idősek Klubja 1119 Bp., Keveháza u. 6.	ingyenes	Szabó Imréné klubvezető	minden hétköznap 8.00-16.00 óra között a 06 1 786-6325 telefonszámon	Virág készítés, dekorgumiból
márc. 08.	csütörtök	14.00-19.00	Sakk Klub	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Sakk kedvelők klubja
márc. 08.	csütörtök	15.00-16.00	Meridián torna	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Idős torna
márc. 08.	csütörtök	15.00-16.30	Német társalgási klub - haladó	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 08.	csütörtök	15.30-17.00	Számítástechnika a mindennapokban (Okos eszközök „okos” gazdáinak)	Újbudai Szociális Szolgálat 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
márc. 08.	csütörtök	15.45-18.00	Filmek tükrében a demenciáról: Megmaradva Alicenek.	Újbudai Szociális Szolgálat Demens Klub 1119 Budapest, Keveháza u. 6.	ingyenes	Nagy Ágnes mentálhigiénés munkatárs	06 70 492 0408 benko.ertzsebet@ uszosz.ujbuda.hu	Beszélgetéssel egybekötött filmnézés
márc. 08.	csütörtök	16.00-18.00	Horgász Klub	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.		Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	A Kelenvölgyi Kék-tó (HITEKA Horgász Egyesület) horgászainak összejövele
márc. 08.	csütörtök	16.00-18.00	Kelenvölgyi Festőiskola	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.		Kelenvölgyi Községi Ház	06 20 477-3186	Foglalkozásvezető: Barlai László

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 08.	csütörtök	18.00-21.30	Filmklub	Újbudai Szociális Szolgálat Szentimreváros Idősek Klubja 1113 Bp, Bocskai út 43-45.	ingyenes	Törökné Jordán Katalin	tjkatalin@gmail.com	
márc. 08.	csütörtök	8.00-12.00	Őstermelői Piac	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.			424-5363	
márc. 08.	csütörtök	9.00	60+ természetjárás Találkozó: 9.00, a Fogaskerekű városmajori végáll.	"Nőnap - Tavasz" Budai hegység:Széchenyi hegy - Úti Madonna - Farkasvölgy - Őrdögörom - Gazdagrét , Táv: 4 km, Szint: 150 m	ingyenes	Soltész Ferencné (CAOLA)	06 70 572 0184	
márc. 08.	csütörtök		Nőnap	Őrmezei Községi Ház 1112 Bp., Cirmos u. 8.	ingyenes	Őrmezei Községi Ház	minden hétköznap 8.00-20.00 óra között a 309-0007 telefonszámon	

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 09.	péntek	09.30-16.00	60+ Nőnap	9.30 Gazdagréti Községi Ház 10 . 30 Órmezei Községi Ház 11.30 Újbudai Polgármesteri Hivatal 13.00 Kelenvölgyi Községi Ház 14.00 Albertfalvi Közöddégi Ház 15.00 Kelen Civil Közösségek Háza	ingyenes		Egyes helyszíneken előzetes jelentkezés szükséges! Alábbi elérhetőségeken tudnak érdeklődni: Gazdagréti Köz. Ház 246 5253 Órmezei Köz. Ház 309-0007 Polg. Hivatal testületi terme 372-4636 Kelenvölgyi Köz. Ház 424 5363 Alberfalvi Köz. Ház 204 6788 Kelen Civil Közösségek Háza 2066-840	Polgármesteri vezetés köszöntése és nőnap i műsor a kerületben élő 60 év felettiek hölgyeknek
márc. 09.	péntek	10.00-11.00	60+ Pilates (haladó)	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.		Kelenvölgyi Községi Ház	06 30 438-0156	Foglalkozásvezető: Kutasi Viktória
márc. 09.	péntek	10.00-11.00	Zumba light	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	6000 Ft/10 alkalom, 1000 Ft/10 alk.	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	latin mozgás
márc. 09.	péntek	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölső u. 3.	ingyenes	Szentes Rezső 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 09.	péntek	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő u. 3.	ingyenes	Baloghné Gabi 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 09.	péntek	10.00-11.00	Hahota jóga	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő utca 3.	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	06 20 9469-793	
márc. 09.	péntek	11.00-12.00	Callanetics	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.	1200 Ft	Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	Alakformáló torna Foglalkozásvezető: Nagyné Tauzin Csilla
márc. 09.	péntek	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Szentes Rezső 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 09.	péntek	16.00-18.00	Kelenvölgyi Festőiskola	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.		Kelenvölgyi Községi Ház	06 20 477-3186	Foglalkozásvezető: Barlai László
márc. 09.	péntek	17.00-19.00	Gyapjúval a Világ körül	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.	Workshop: 5500 Ft, Kézműves foglalkozás: 2500 Ft	Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	Ws: sminktartó vagy telefontok Kf: tavasztündér vagy nemezkép készítése
márc. 09.	péntek	18.00-19.00	Albertfalvi Emlékképek - Sümegh László új könyvének bemutatója a Tinta Kiadó gondozásában	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 10.	szombat	12.00-13.00	60+Médiaműhely rádiósainak magazinműsora a Civil Rádióban új adás	Civil Rádió FM 98.0		Újbuda 60+ Médiaműhely (Kéri Juli)	06 30 453 87 55	
márc. 11.	vasárnap	8:30	60+ természetjárás Találkozó: 8.30, Széll Kálmán tér, az óránál	Budai hegység, Nagykovácsi - Nagykopasz - Tarnai pihenő - Telki országút, Táv: 13 km, Szint: 300 m	ingyenes	Somóczi Szilvia (CAOLA)	06 30 340 3490	Előzetes jelentkezés szükséges (délután 16-19 óra között)!
márc. 11.	vasárnap	08.00-09.00	Katolikus Szentmise	Őrmezei Községi Ház 1112 Bp., 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
márc. 11.	vasárnap	10.00-12.00	Református Istentisztelet	Órmezei Községi Ház 1112 Bp., Cirmos u. 8.	ingyenes	Órmezői Református Misszió	780-6083	
márc. 12.	hétfő	09.00-10.00	Hahota jóga	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Lippai Erzsébet 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 12.	hétfő	10.00-11.00	Zumba light	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	6000 Ft/10 alkalom, 1000 Ft/10 alk.	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	latin mozgás
márc. 12.	hétfő	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Sancz Klára Lujza 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 12.	hétfő	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő u. 3.	ingyenes	Baloghné Gabi 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 12.	hétfő	10.00-12.30	Bridzs, rómi, rejtvény klub	Kelen Civil Községek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné, Sári 60+ 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
márc. 12.	hétfő	11.00-11.30	3-1-2 meridiántorna	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 12.	hétfő	11.00-12.00	Zumba light	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	6000 Ft/10 alkalom, 1000 Ft/10 alk.	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	latin mozgás
márc. 12.	hétfő	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Sancz Klára Lujza 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 12.	hétfő	13.00-15.00	Személyes gyógytorna tanácsadás	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő u. 3.	ingyenes		minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Előzetes jelentkezés szükséges!

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 12.	hétfő	13.30-17.00	Kreatív foglalkozás- Húsvét	Újbudai Szociális Szolgálat Szentimreváros Idősek Klubja 1113 Bp, Bocskai út 43-45.	ingyenes	Polgár Tiborné USZOSZ	789-3022; polgar.tiborne @uszosz.ujbuda.hu	Telefonos regisztrációt kérünk!
márc. 12.	hétfő	14.00-15.00	Ízületi és gerinc torna	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	3800 Ft/4 alkalom 6800 Ft/8 alkalom	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Izületi és gerinctorna Nagy Katalin szakoktatóval
márc. 12.	hétfő	14.00-16.00	Órmező 60 + Szomszédsági Önkéntes Klub	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő u. 3.	ingyenes	Suszterné Pető Judit 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 12.	hétfő	14.00-16.00	Együtt egymásért! nyugdíjas klub	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 12.	hétfő	16.00-18.00	Útfilmvetítés: Palma de Mallorca	USZOSZ Gazdagréti Idősek Klubja 1118 Bp., Gazdagréti tér 1.	ingyenes	Valentin Ferencné 60+ önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
márc. 12.	hétfő	18.15-20.00	Kertbarát Kör	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.	Ingyenes	Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	
márc. 12.	hétfő	9.00-10.00	Zenés Kímélő Torna	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	350 Ft/tagoknak/alk. 600Ft/alkalom	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Kímélő zenés torna Majorszky Klára szakoktatóval.
márc. 13.	kedd	09.00-10.00	Hahota jóga	Bikás park kék sportpálya melletti füves területen	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	06 20 9469-793	
márc. 13.	kedd	09.00-10.00	Izületi torna Horváth Péter tanár vezetésével	Gazdagrét-Csíkihegyek Általános Iskola 1118 Bp., Csíkihegyek utca 13-15.	2500Ft/5 alk., 5000Ft/10 alk.	Valentin Ferencné 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00- 14.00 óra között a 372-4636 számon	

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 13.	kedd	09.00-10.00	Eszperantó tanfolyam - kezdő	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 13.	kedd	09.30-10.30	Angol társalgási klub középhaladó	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Dutka Imre 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 13.	kedd	10.00-12.00	Kézimunka kör	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 13.	kedd	10.00-12.30	Tarokk, rómi, rejtvény klub	Kelen Civil Községek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné, Sári 60+ önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefon 2066-840 e-mail: kelencivilkozosseg@ ujbuda.hu	a résztvevők maguk döntik el, melyik játékot választják
márc. 13.	kedd	13.00-15.00	Nemzeti ünnep	Újbudai Szociális Szolgálat Keveháza Idősek Klubja 1119 Bp., Keveháza u 6.	ingyenes	Szabó Imréné klubvezető	minden hétköznap 8.00-16.00 óra között a 06 1 786-6325 telefonszámon	Ünnepi megemlékezés
márc. 13.	kedd	13.00-17.00	Ősi Orosz városok Patakiné Kósa Éva vetítés.	Újbudai Szociális Szolgálat Szentimreváros Idősek Klubja 1113 Bp, Bocskai út 43-45.	ingyenes	Polgár Tiborné USZOSZ	789-3022; polgar.tiborne @uszosz.ujbuda.hu	
márc. 13.	kedd	13:00-17:00	60+ „Szabadidő-klub” Tábla-, és kártyajátékokkal	Újbudai Szociális Szolgálat Albertfalva Idősek Klubja, 1116 Bp., Kisújszállás u. 10.	ingyenes	Kasnyík Anna klubvezető	minden hétköznap 8.00-16.00 óra között a 789-2951-es telefonszámon	
márc. 13.	kedd	14.00-16.00	Döngicsélő - nyugdíjas klub	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 13.	kedd	14.00-19.00	Sakk Klub	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Sakk kedvelők klubja
márc. 13.	kedd	14:00-18.00	Afázia Budai Tagozata	Kelen Civil Községek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.		Szilágyi György önkéntessegítő	30 934- 8916	A beszédnehezítettek rehabilitációs önségítő csoportjának szakmai foglalkozását Medgyessy László, logopédus tartja alkalmanként
márc. 13.	kedd	16.00-19.00	Kártya Klub	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.	ingyenes	Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	
márc. 13.	kedd	18.00-19.00	"Színház az egész világ..." - Szalai Sándor fotókiállításának megnyitója	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	A tárlat április 6-ig látogatható nyitva tartási időben.
márc. 14.	szerda	7:30	60+ természetjárás Találkozó: 7.30, Fogaskerekű városmajori végáll.	Budai hegység	ingyenes	Thaly Emese (Olajipari Tb.SE)	227-4089	Előzetes jelentkezés szükséges!
márc. 14.	szerda	8:30	60+ természetjárás Találkozó: 8.30, Batthyány tér HÉV (ind. 8.58)	Pilis hegység, Budakalász - Kevély nyereg - Oszoly tető - Csobánka, Táv: 12 km, Szint: 300 m	ingyenes	Somóczi Szilvia (CAOLA)	06 30 340 3490	Előzetes jelentkezés szükséges (délután 16-19 óra között)!
márc. 14.	szerda	09.00	60+ Gyalogló Program Kisközségi Gyaloglás Kelenföld	Kelenföld Találkozó: Bikás park Vahot és Bártfai utca sarkán található szürke épületnél (közterület-felügvelők épülete)	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!
márc. 14.	szerda	09.00-12.00	Kézimunka klub	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Nyugdíjas klub kézimunka tevékenység

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 14.	szerda	09.30-10.00	Német társalgási klub középhaladó	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Adolffyné Szederjei Ágnes 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
márc. 14.	szerda	09.30-11.30	Személyes táplálkozási tanácsadás	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes		minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	Előzetes jelentkezés szükséges Személyre szabott tanácsadás szakember vezetésével
márc. 14.	szerda	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő utca 3.	ingyenes	Baloghné Gabi 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 14.	szerda	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Kovács Erika 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 14.	szerda	12.00-13.00	Pilates	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	6000 Ft/10 alkalom, 1000 Ft/10 alk.	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Pilates szakképzett oktatóval
márc. 14.	szerda	13.00-14.00	Pilates	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	6000 Ft/10 alkalom, 1000 Ft/10 alk.	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Pilates szakképzett oktatóval
márc. 14.	szerda	13.30-15.30	Személyes táplálkozási tanácsadás	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő utca 3.	ingyenes		minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	Előzetes jelentkezés szükséges Személyre szabott tanácsadás szakember vezetésével

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 14.	szerda	14.00-15.00	Ízületi és gerinc torna	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	3800 Ft/4 alkalom 6800 Ft/8 alkalom	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Izületi és gerinctorna Nagy Katalin szakoktatóval
márc. 14.	szerda	14.00-17.00	Bridzs-Sakk Klub	Kelen Civil Községek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné, Sári 60+ önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefon 2066-840 e-mail: kelencivilkozosseg@ ujbuda.hu	Tichy-Rács József, sakk és bridzsoktató oktat: 14 -15 óraig
márc. 14.	szerda	15.00-16.00	Szenior Örömtánc	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	600,- Ft/alk.	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	Az idősebb korosztály számára kifejlesztett egészségmegőrző és betegségmegelőző mozgásforma.
márc. 14.	szerda	16.00-17.00	Jogi tanácsadás	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.	ingyenes	Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	csak előzetes bejelentkezés alapján: 06 70 525-8748
márc. 14.	szerda	16.00-17.30	Albertfalvai Polgárok Köre	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 14.	szerda	17.00 - 19.00	Horgoló Kör	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.	300 Ft	Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	Foglalkozásvezető: Víg Anna
márc. 15.	csütörtök	14.00-19.00	Sakk Klub	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Sakk kedvelők klubja
márc. 15.	csütörtök	15.00-16.00	Meridián torna	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Idős torna

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 15.	csütörtök	7.50	60+ természetjárás Találkozó: 7.50, Nyugati p.u. vágányok (ind. 8.07 Szob) jegy: Kismarosig	Börzsöny hegység, Kóspallag - Torony alja - Szent Gál föld - Törökmező - Nagymaros-Visegrád v.áll., Táv: 13 km, Szint: 300 m	ingyenes	Tari József (Műanyag SC)	06 30 536 4767	Előzetes jelentkezés szükséges!
márc. 16.	péntek	10.00-11.00	Zumba light	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	6000 Ft/10 alkalom, 1000 Ft/10 alk.	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	latin mozgás
márc. 18.	vasárnap	8:30	60+ természetjárás Találkozó: 8.30, Széll Kálmán tér, az óránál	Budai hegység, Nagykovácsi - Kutya hegy - Nagyszénás - Budaliget, Táv: 14 km, Szint: 350 m	ingyenes	Somóczi Szilvia (CAOLA)	06 30 340 3490	Előzetes jelentkezés szükséges (délután 16-19 óra között)!
márc. 19.	hétfő	09.00-10.00	Hahota jóga	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcso u. 3.	ingyenes	Lippai Erzsébet 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 19.	hétfő	10.00-11.00	Zumba light	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	6000 Ft/10 alkalom, 1000 Ft/10 alk.	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	latin mozgás
márc. 19.	hétfő	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcso u. 3.	ingyenes	Sancz Klára Lujza 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 19.	hétfő	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő u. 3.	ingyenes	Baloghné Gabi 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 19.	hétfő	10.00-12.30	Bridzs, rómi, rejtvény klub	Kelen Civil Községek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné, Sári 60+ 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
márc. 19.	hétfő	11.00-11.30	3-1-2 meridiántorna	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 19.	hétfő	11.00-12.00	Zumba light	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	6000 Ft/10 alkalom, 1000 Ft/10 alk.	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznapi 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	latin mozgás
márc. 19.	hétfő	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcő u. 3.	ingyenes	Sancz Klára Lujza 60+ Program önkéntes	minden hétköznapi 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 19.	hétfő	13.00-15.00	Személyes gyógytorna tanácsadás	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő u. 3.	ingyenes		minden hétköznapi 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Előzetes jelentkezés szükséges!
márc. 19.	hétfő	14.00-16.00	Együtt egymásért! - nyugdíjas klub	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznapi 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 19.	hétfő	16.00-18.00	Útifilmvetítés: Portugália-Algarve	USZOSZ Gazdagréti Idősek Klubja 1118 Bp., Gazdagréti tér 1.	ingyenes	Valentin Ferencné 60+ önkéntes	minden hétköznapi 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
márc. 19.	hétfő	18.00-19.00	Cukrászda: sütemény & irodalom, terítéken az oreó brownie & Örkény István Egyperces novellái	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	300 Ft/fő	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznapi 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 19.	hétfő	9.00-10.00	Zenés Kímélő Torna	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	350 Ft/tagoknak/alk. 600Ft/alkalom	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznapi 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Kímélő zenés torna Majorszky Klára szakoktatóval.
márc. 20.	kedd	09.00-10.00	Hahota jóga	Bikás park kék sportpálya melletti füves területen	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	06 20 9469-793	
márc. 20.	kedd	09.00-10.00	Izületi torna Horváth Péter tanár vezetésével	Gazdagrét-Csikihegyek Általános Iskola 1118 Bp., Csikihegyek utca 13-15.	2500Ft/5 alk., 5000Ft/10 alk.	Valentin Ferencné 60+ Program önkéntes	minden hétköznapi 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 20.	kedd	09.30-10.30	Angol társalgási klub középhaladó	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcő u. 3.	ingyenes	Reid Augusztá 60+ Program önkéntes	minden hétköznapi 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 20.	kedd	10.00-12.00	Kézimunka kör	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznapi 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 20.	kedd	10.00-12.30	Tarokk, rómi, rejtvény klub	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné, Sári 60+ önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefon 2066-840 e-mail: kelencivilkozosseg@ujbuda.hu	a résztvevők maguk döntik el, melyik játékot választják
márc. 20.	kedd	11.00-12.00	Angol társalgási klub kezdő	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Bujákiné Szántó Zsófia 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
márc. 20.	kedd	14.00-16.00	Döngicsélő - nyugdíjas klub	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 20.	kedd	14.00-16.30	Mozgásban Imre Tamás, Vadvilág FE vezetőjének előadása	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő u. 3.	ingyenes	Áment Zsóka, 60+Fotókör vezetője önkéntes	06 70 261-0369	túra időjárás függvényében Előzetes jelentkezést kér!
márc. 20.	kedd	14.00-19.00	Sakk Klub	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Sakk kedvelők klubja
márc. 20.	kedd	15.00-17.00	Afázia Budai Tagozata	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.		Szilágyi György önkéntessegítő	30 934- 8916	A beszédnehezítettek rehabilitációs önsegítő csoportjának szakmai foglalkozását Medgyessy László, logopédus tartja alkalmanként
márc. 20.	kedd	16.00-19.00	Kártya Klub	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.	Ingyenes	Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	
márc. 20.	kedd	19.00-20.30	Női Sarok Intelligencia magas fokon vendég: Balanyi Bibiána, a Mensa International elnöke	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	Regisztráció ajánlott!
márc. 21.	szerda	8:30	60+ természetjárás Találkozó: 8.30, Széll Kálmán tér, az óránál	Budai hegység, Húvösvölgy - Vitorlázó reptér - Hármashatárhegy - Fenyőgyöngye, Táv: 12 km, Szint: 300 m	ingyenes	Somóczi Szilvia (CAOLA)	06 30 340 3490	Előzetes jelentkezés szükséges (délután 16-19 óra között)!

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 21.	szerda	09.00	60+ Gyalogló Program Kisközösségi Gyaloglás Kelenföld	Kelenföld Találkozó: Bikás park Vahot és Bártfai utca sarkán található szürke épületnél (közterület-felügvelők épülete)	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!
márc. 21.	szerda	09.00-12.00	Kézimunka klub	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Nyugdíjas klub kézimunka tevékenység
márc. 21.	szerda	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő u. 3.	ingyenes	Baloghné Gabi 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra közöt a 372-4636 számon	
márc. 21.	szerda	11.00-12.00	Angol társalgási klub középhaladó	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő u. 3.	ingyenes	Dutka Imre 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
márc. 21.	szerda	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Kovács Erika 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra közöt a 372-4636 számon	
márc. 21.	szerda	12.00-13.00	Pilates	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	6000 Ft/10 alkalom, 1000 Ft/10 alk.	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Pilates szakképzett oktatóval
márc. 21.	szerda	13.00-14.00	Pilates	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	6000 Ft/10 alkalom, 1000 Ft/10 alk.	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Pilates szakképzett oktatóval
márc. 21.	szerda	14.00-15.00	Országjárás az Ezüstnettel Az Ezüstnet Egyesület túra csoportjának kirándulásai 2017-ben ea.: Éles Józsefné / Csóka István	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő utca 3	ingyenes	Ezüstnet Egyesület	Farkas Ágnesnél dearfarkas@gmail.com címen, ill. minden hétköznap 9.00-14.00 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
márc. 21.	szerda	14.00-17.00	Bridzs-Sakk Klub	Kelen Civil Közösségek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné, Sári 60+ 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
márc. 21.	szerda	14.00-18.00	„Délutáni” teázó	Újbudai Szociális Szolgálat Kenderes Idős Klub, 1116 Bp., Kenderes u. 4.	ingyenes	László Gábor Kenderes Idős Klub	789-2055, 06 70 4920-397	Kártya és sakk klub, internet és könyvtárhasználat,
márc. 21.	szerda	15.00-16.00	Szenior Örömtánc	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	600,- Ft/alk.	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	Az idősebb korosztály számára kifejlesztett egészségmegőrző és betegségmegelőző mozgásforma.
márc. 21.	szerda	16.00-17.00	Jogi tanácsadás	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.	ingyenes	Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	csak előzetes bejelentkezés alapján: 06 70 525-8748
márc. 21.	szerda	16.00-17.30	Albertfalvai Polgárok Köre	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 21.	szerda	17.00 - 19.00	Horgoló Kör	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.	300 Ft	Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	Foglalkozásvezető: Víg Anna
márc. 21.	szerda	7:30	60+ természetjárás Találkozó: 7.30, a Fogaskerekű városmajori végáll.	Budai hegység	ingyenes	Thaly Emese (Olajipari Tb.SE)	227-4089	Előzetes jelentkezés szükséges!
márc. 22.	csütörtök	08.00-12.00	Őstermelői Piac	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.			424-5363	
márc. 22.	csütörtök	08.00-12.00	Vásár	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.		Kiárusítás Kft.		
márc. 22.	csütörtök	09.00-10.00	Hahota jóga	Bikás park kék sportpálya melletti füves területen	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	06 20 9469-793	

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 22.	csütörtök	09.00-10.00	Izületi torna Horváth Péter tanár vezetésével	Gazdagrét-Csíkihegyek Általános Iskola 1118 Bp., Csíkihegyek utca 13-15.	2500Ft/5 alk., 5000Ft/10 alk.	Valentin Ferencné 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 22.	csütörtök	09.00-11.00	Eszperantó tanfolyam - kezdő és haladó	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 22.	csütörtök	10.00	Látogatás a Molnár-C. Pál Múterem - Múzeumban Találkozó: 10.00 27-es busz végállomásánál a Szent Margit Gimnázium előtt		500 Ft/ fő egységesen	Domoszlai Erzsébet 60+ Program önkéntes	06 30 862-8152 domoszlai.erzsebet@gmail.com	Előzetes és visszaigazolt jelentkezés szükséges: Domoszlai Erzsébet önkéntesnél, tel.: 06 30 862-8152, e-mail: domoszlai.erzsebet@gmail.com
márc. 22.	csütörtök	13:00-17:00	60+ Kreatív műhely: Húsvéti díszek, dekoráció készítése, a program végén uzsonnára: húsvéti kalács	Újbudai Szociális Szolgálat Albertfalva Idősek Klubja, 1116 Bp., Kisújszállás u. 10.	ingyenes	Kasnyík Anna klubvezető	minden hétköznap 8.00-16.00 óra között 789-2951-es telefonszámon	Előzetes bejelentkezés szükséges 2018. 03. 20-ig
márc. 22.	csütörtök	14.00-17.00	„Nekem nem térkép-e táj” Országjárás, Komárom-Esztergom megye	Újbudai Szociális Szolgálat Keveháza Idősek Klubja 1119 Bp., Keveháza u 6.	ingyenes	Szabó Imréné klubvezető	minden hétköznap 8.00-16.00 óra között a 06 1 786-6325 telefonszámon	Program sorozatunkkal, képzeletben bebarangoljuk Magyarországot tájait.
márc. 22.	csütörtök	14.00-19.00	Sakk Klub	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Sakk kedvelők klubja
márc. 22.	csütörtök	15.00	Társasjáték- és kártyaklub	Hadik Kávéház 1111 Bp., Bartók Béla út 36.		Borsóthy-Gaál Edit	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 22.	csütörtök	15.00 - 17.00	"Naplemente" közérthetően a demenciáról: Prevenációs és rekreációs módszerek, lehetőségek.	Újbudai Szociális Szolgálat Demens Klub 1119 Budapest, Keveháza u 6.	ingyenes	Benkó Erzsébet	06 70 492 0408 benko.erzsebet@uszosz.ujbuda.hu	
márc. 22.	csütörtök	15.00-16.00	Meridián torna	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Idős torna

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 22.	csütörtök	15.00-16.30	Német társalgási klub - haladó	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 22.	csütörtök	16.00-18.00	Horgász Klub	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.		Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	A Kelenvölgyi Kék-tó (HITEKA Horgász Egyesület) horgászainak összejövele
márc. 22.	csütörtök	16.00-18.00	Kelenvölgyi Festőiskola	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.		Barlai László	06 20 477-3186	Foglalkozásvezető: Barlai László
márc. 23.	péntek	10.00-11.00	60+ Pilates (haladó)	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.		Kelenvölgyi Községi Ház	06 30 438-0156	Foglalkozásvezető: Kutasi Viktória
márc. 23.	péntek	10.00-11.00	Zumba light	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	6000 Ft/10 alkalom, 1000 Ft/10 alk.	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	latin mozgás
márc. 23.	péntek	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Szentgyörgyi Tamás 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 23.	péntek	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő u. 3.	ingyenes	Baloghné Gabi 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 23.	péntek	10.00-11.00	Hahota jóga	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő utca 3.	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	06 20 9469-793	
márc. 23.	péntek	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő u. 3.	ingyenes	Baloghné Gabi 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 23.	péntek	10:30 - 11:30	Sanghay – Shanghai: Párhuzamos eltérések Kelet és Nyugat között Kiállítás megtekintése vezetéssel. Találkozó 9:30 Móricz Zs. Krt. metró kiiárat	Hopp Ferenc Ázsiai Művészeti Múzeum 1062 Bp., Andrássy út 103.	62-70 évig 600Ft/fő, 70 felett ingyenes tárlatvezetés díja: 400-500 Ft/fő létszámtól függően 10.000 Ft/csoport,	Ezüstnet Egyesület	Jelentkezés: Farkas Ágnesnél dearfarkas@gmail.com címen, ill. minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372 4636 telefonszámon	Maximum létszám 25 fő

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 23.	péntek	11.00-12.00	Callanetics	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.	1200 Ft	Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	Alakformáló torna Foglalkozásvezető: Nagyné Tauzin Csilla
márc. 23.	péntek	16.00-18.00	Kelenvölgyi Festőiskola	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.		Kelenvölgyi Községi Ház	06 20 477-3186	Foglalkozásvezető: Barlai László
márc. 23.	péntek	18.00-19.00	Kelenvölgy története	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.	Ingyenes	Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	Sturdik Miklós helytörténeti előadása (Legendák és tévhitek)
márc. 24.	szombat	7:15	60+ természetjárás Találkozó: 7.15, Népliget VOLÁN p.u. (ind. 7.35 Csákvár)	Vértességyfő-hegység, Csákvár - Esterházy barlang - Német János völgy - elhagyott bauxitbánya kölfejtés - Gánt, Táv: 12 km, Szint: 300 m	ingyenes	Bálint Attila (Műanyag SC)	06 20 430 3396	Előzetes jelentkezés szükséges!
márc. 24.	szombat	09.00 - 13.00	Tavaszbresztő családi nap	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.	Belépő: 600 Ft Családi jegy: 1800 Ft	Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	Kerekítő foglalkozás, Gévai Csilla játékos délután, kézműves műhely, rajzsarok,...
márc. 24.	szombat	12.00-13.00	60+Médiaműhely rádiósainak magazinműsora a Civil Rádióban ismétlés	Civil Rádió FM 98.0		Újbuda 60+ Médiaműhely (Kéri Juli)	06 30 453 87 55	
márc. 24.	szombat	18.00-19.30	Húsvét, a feltámadás és a tavasz eljövetele az AKH Opera- és Dalstúdió koncertje	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	600 Ft/fő Előzetes regisztráció!	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 24.	szombat	9.00	látogatás vezetéssel Találkozó: 9.00 , Őrs vezér tere METRO kijárat előtt	Pécel: Ráday Kastély	részvételi díj: 400 Ft (nyugdíjas)	Hattyár Zsuzsa (CAOLA)	06 30 352 2694	Előzetes jelentkezés szükséges!
márc. 25.	vasárnap	8:30	60+ természetjárás Találkozó: 8.30, Széll Kálmán tér, az óránál	Budai hegység, Adyliget - Vöröspocsolyás hát - Kopasz alja - Fehér emlékmű - Telki, Táv: 14 km, Szint: 200 m	ingyenes	Somóczi Szilvia (CAOLA)	06 30 340 3490	Előzetes jelentkezés szükséges (délután 16-19 óra között)!

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 26.	hétfő	09.00-10.00	Hahota jóga	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Lippai Erzsébet 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 26.	hétfő	10.00-11.00	Zumba light	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	6000 Ft/10 alkalom, 1000 Ft/10 alk.	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	latin mozgás
márc. 26.	hétfő	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Sancz Klára Lujza 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 26.	hétfő	10.00-11.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő u. 3.	ingyenes	Baloghné Gabi 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 26.	hétfő	10.00-12.30	Bridzs, rómi, rejtvény klub	Kelen Civil Községek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné, Sári 60+ 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
márc. 26.	hétfő	11.00-11.30	3-1-2 meridiántorna	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 26.	hétfő	11.00-12.00	Zumba light	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	6000 Ft/10 alkalom, 1000 Ft/10 alk.	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	latin mozgás
márc. 26.	hétfő	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Sancz Klára Lujza 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 19.	hétfő	13.00-15.00	Személyes gyógytorna tanácsadás	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő u. 3.	ingyenes		minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	Előzetes jelentkezés szükséges!
márc. 26.	hétfő	14.00-15.00	Ízületi és gerinc torna	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	3800 Ft/4 alkalom 6800 Ft/8 alkalom	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Izületi és gerinctorna Nagy Katalin szakoktatóval

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 26.	hétfő	14.00-16.00	Együtt egymásért! - nyugdíjas klub	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 26.	hétfő	16.00-18.00	Útifilmvetítés: Madeira	USZOSZ Gazdagréti Idősek Klubja 1118 Bp., Gazdagréti tér 1.	ingyenes	Valentin Ferencné 60+ önkéntes	minden hétköznap 8.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
márc. 26.	hétfő	9.00-10.00	Zenés Kímélő Torna	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	350 Ft/tagoknak/alk. 600Ft/alkalom	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznap 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Kímélő zenés torna Majorszky Klára szakoktatóval.
márc. 27.	kedd	09.00-10.00	Hahota jóga	Bikás park kék sportpálya melletti füves területen	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	06 20 9469-793	
márc. 27.	kedd	09.00-10.00	Izületi torna Horváth Péter tanár vezetésével	Gazdagrét-Csíkihegyek Általános Iskola 1118 Bp., Csíkihegyek utca 13-15.	2500Ft/5 alk., 5000Ft/10 alk.	Valentin Ferencné 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 27.	kedd	09.00-10.00	Eszperantó nyelvtanfolyam - kezdő	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 27.	kedd	09.30-10.30	Angol társalgási klub középhaladó	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Dutka Imre 60+ Program önkéntes	minden hétköznap 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 27.	kedd	10.00-12.00	Kézimunka kör	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 27.	kedd	10.00-12.30	Tarokk, rómi, rejtvény klub	Kelen Civil Községek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné, Sári 60+ önkéntes,	A program ideje alatt a helyszínen, telefon 2066-840 e-mail: kelencivilkozosseg@ujbuda.hu	a résztvevők maguk döntik el, melyik játékot választják
márc. 27.	kedd	14.00-16.00	Döngicsélő - nyugdíjas klub	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 27.	kedd	14.00-19.00	Sakk Klub	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznapi 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Sakk kedvelők klubja
márc. 27.	kedd	15.00-17.00	Afázia Budai Tagozata	Kelen Civil Községek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.		Szilágyi György önkéntessegítő	30 934- 8916	A beszédnehezítettek rehabilitációs önségítő csoportjának szakmai foglalkozását Medgyessy László, logopédus tartja alkalmanként
márc. 27.	kedd	16.00-19.00	Kártya Klub	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.	Ingyenes	Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	
márc. 27.	kedd	18.00-19.30	Etele Helytörténeti Kör - Életre kel a BEAC 120 éves történelme! - sporttörténeti kerekasztal beszélgetés egykori olimpikonokkal és mai sportolókkal 60+ természetjárás	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznapi 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 28.	szerda	7:30	Találkozó: 7.30, Fogaskerekű városmajori végáll.	Budai hegység	ingyenes	Thaly Emese (Olajipari Tb.SE)	227-4089	Előzetes jelentkezés szükséges!
márc. 28.	szerda	8:30	60+ természetjárás Találkozó: 8.30, Széll Kálmán tér, az óránál	Budai hegység, Budakeszi mamutfenyők - katonasírok - Nagykovácsi, Táv: 14 km, Szint: 300 m	ingyenes	Somóczi Szilvia (CAOLA)	06 30 340 3490	Előzetes jelentkezés szükséges (délután 16-19 óra között)!
márc. 28.	szerda	09.00	60+ Gyalogló Program Kisközségi Gyaloglás Kelenföld	Kelenföld Találkozó: Bikás park Vahot és Bártfai utca sarkán található szürke épületnél (közterület-felügvelők épülete)	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
márc. 28.	szerda	09.00-12.00	Kézimunka klub	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	ingyenes	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznapi 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Nyugdíjas klub kézimunka tevékenység
márc. 28.	szerda	09.30-10.00	Német társalgási klub középhasaladó	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Szántó Zsófia 60+ Program önkéntes	minden hétköznapi 9.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	
márc. 28.	szerda	09.30-11.30	Személyes táplálkozási tanácsadás	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes		minden hétköznapi 9.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	Előzetes jelentkezés szükséges Személyre szabott tanácsadás szakember vezetésével
márc. 28.	szerda	11.00-12.00	3-1-2 meridiántorna	Újbudai Szenior Programközpont 1117 Bp., Bölcső u. 3.	ingyenes	Kovács Erika 60+ Program önkéntes	minden hétköznapi 9.00-14.00 óra között a 372-4636 számon	
márc. 28.	szerda	12.00-13.00	Pilates	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	6000 Ft/10 alkalom, 1000 Ft/10 alk.	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznapi 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Pilates szakképzett oktatóval
márc. 28.	szerda	13.00-14.00	Pilates	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	6000 Ft/10 alkalom, 1000 Ft/10 alk.	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznapi 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Pilates szakképzett oktatóval
márc. 28.	szerda	13.30-15.30	Személyes táplálkozási tanácsadás	Újbudai Önkéntes Koordinációs és Módszertani Központ 1112 Bp., Kérő utca 3.	ingyenes		minden hétköznapi 9.00-14.00 óra között a 372-4636 telefonszámon	Előzetes jelentkezés szükséges Személyre szabott tanácsadás szakember vezetésével
márc. 28.	szerda	14.00-15.00	Ízületi és gerinc torna	Gazdagréti Községi Ház 1118 Bp., Törökugrató u. 9.	3800 Ft/4 alkalom 6800 Ft/8 alkalom	Gazdagréti Községi Ház	minden hétköznapi 9.00-19.00 óra között a 246-5253 telefonszámon	Izületi és gerinctorna Nagy Katalin szakoktatóval
márc. 28.	szerda	14.00-17.00	Húsvéti szokások a nagyvilágban	Újbudai Szociális Szolgálat Keveháza Idősek Klubja 1119 Bp., Keveháza u. 6.	ingyenes	Szabó Imréné klubvezető	minden hétköznapi 8.00-16.00 óra között a 06 1 786-6325 telefonszámon	Más országok hagyományai

Dátum		A program kezdete és várható befejezése	A program megnevezése	Helyszín	Részvételi díj	Szervező személy/szervezet	További információ kérése	Megjegyzés
márc. 28.	szerda	15.00-16.00	Szenior Örömtánc	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	600 Ft/alk.	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	Az idősebb korosztály számára kifejlesztett egészségmegőrző és betegségmegelőző mozgásforma.
márc. 28.	szerda	15.00-17.00	Bridzs-Sakk Klub	Kelen Civil Községek Háza 1119 Budapest, Petzvál J. u. 42.	ingyenes	Kassai Mihályné, Sári 60+ önkéntes	A program ideje alatt a helyszínen, telefon 2066-840 e-mail: kelencivilkozosseg@ujbuda.hu	Tichy-Rács József, sakk és bridzsoktató oktat: 14 -15 óraig
márc. 28.	szerda	16.00-17.00	Jogi tanácsadás	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.	ingyenes	Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	csak előzetes bejelentkezés alapján: 06 70 525-8748
márc. 28.	szerda	16.00-17.30	Albertfalvai Polgárok Köre	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 28.	szerda	17.00 - 19.00	Horgoló Kör	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.	300 Ft	Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	Foglalkozásvezető: Víg Anna
márc. 29.	csütörtök	08.00-12.00	Őstermelői Piac	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.			424-5363	
márc. 29.	csütörtök	09.00-10.00	Hahota jóga	Bikás park kék sportpálya melletti füves területen	ingyenes	Király Vilma 60+ Program önkéntes	06 20 9469-793	
márc. 29.	csütörtök	09.00-11.00	Eszperantó tanfolyam - kezdő és haladó	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 29.	csütörtök	15.00-16.30	Német társalgási klub - haladó	Albertfalvi Községi Ház 1116 Bp., Gyékényes u. 45-47.	ingyenes	Albertfalvi Községi Ház	minden hétköznap 10.00-18.00 óra között a 204-67-88 telefonszámon	
márc. 29.	csütörtök	15.00-17.00	Számítástechnika a mindennapokban (Tablet kezelés)	Újbudai Szociális Szolgálat 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
márc. 29.	csütörtök	16.00-18.00	Horgász Klub	Kelenvölgyi Községi Ház 1116 Bp., Kardhegy utca 2.		Kelenvölgyi Községi Ház	424-5363	A Kelenvölgyi Kék-tó (HITEKA Horgász Egyesület) horgászainak összejövetele