



## BEÉPÍTÉS HELYETT VÉDELEM

4

Nem terveznek ingatlanfejlesztést a Mocsárosdűlő egyedülálló zöldterületén



## KÖSZÖNET AZ INGYENES TESZTELÉSÉRT

6

Két héten át biztosított térítésmentes koronavírus-szűrést az önkormányzat

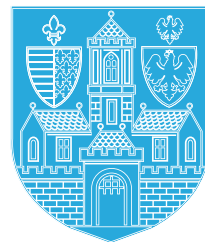


## MIYAWAKI- ERDŐT ÜLTETTEK

11

Közösségi fatelepítési program: négyszáz új fa és cserje a Táborhegyen

# ÓBUDA



ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER ÖNKORMÁNYZAT LAPJA

XXVII. ÉVF. 26. SZÁM

2021. DECEMBER 17.

# KÖZÖS ÜNNEPVÁRÁS

2-3



Fotó: obuda.hu

Adventi gyertyagyűjtés a Fő téren

Karácsonyi adománygyűjtés rászoruló családoknak

Szeretettel összeállított ajándécsomagok

## LELKI AJÁNDÉKOK FORRÁSAI

Interjú dr. Iványi Gáborral, az Oltalom Karitatív Egyesület és a Magyarországi Evangéliumi Testvérközösség elnökével



12

## Jó tanulók, jó sportolók

7

Immár tizenötödik alkalommal hirdette meg az önkormányzat a Jó tanuló, jó sportoló ösztöndíjpályázatot. Idén 25 ösztöndíjat és 26 elismerő oklevelet ítéltek oda. Az ösztöndíjat tíz hónapon át folyósítják azoknak a harmadik kerületi diákoknak, akik mind a tanulásban, mind a sportban kiemelkedően teljesítenek.



# Szeretet, meleg ebéd, ajándékcsomag

Ünnepváró  
élelmiszerosztás  
a Krisna-hívőkkel

A Magyarországi Krisna-tudatú Hívők Közösségének humanitárius szervezete, az Étel az Életért Alapítvány, valamint az Óbudai Családi Tanácsadó és Gyermekvédelmi Központ közös, kiemelt karácsonyi ételosztó akciót rendezett a harmadik kerületben. Az ünnepi adományokhoz pénzügyi támogatással járult hozzá az önkormányzat.

étellel és ugyanennyi élelmiszeradomány-csomaggal járultak hozzá, hogy rászoruló családoknak meghittebbé tehesse a karácsonyt. A szeretettel összeállított ajándékcsomagokba többféle tartós élelmiszer, gyümölcs és természetesen karácsonyi édességek kerültek. A meleg ebéd pedig gőzölgő lencsefőzelék és ízletes indiai darapuding volt, az edényekbe osztásban dr. Kiss László polgármester is segédkezett.

„Azt tapasztaljuk, hogy a koronavírus-járvány újbóli fellángolása és a folyamatos áremelkedések tovább nehezítik a társadalom peremén élő emberek helyzetét – mondta Szilaj Péterné,

**Tartós élelmiszerek, gyümölcsök és karácsonyi édességek kerültek a csomagokba**



Fotók: obuda.hu

a Magyarországi Krisna-tudatú Hívők Közösségének kommunikációs vezetője. – Budapest mellett kistelepülések és kisebb városok lakóit is várjuk az ünnepváró ételosztás-sorozat állomásaira. Így karácsonyig összesen több mint 5300 embert érünk el adományainkkal.”

A harmadik kerületi ünnepi ételosztás igazi összefogással jött létre, hiszen a meleg ebéd és az élelmiszer-csomag mellett a Rászorultak Megsegítése Alapítvány jóvoltából csokoládé és szaloncukor is jutott az érkezőknek. A Magyar Máltai Szeretetszolgálat pedig mozgó orvosi rendelőjében nyújtott a helyszínen egészségügyi segítséget, illetve alapvető gyógyszerek és vitaminok kiosztását is vállalta.

## Közös adventi gyertyagyűjtés

A hagyományokhoz híven nemcsak otthonainkban, családi körben, hanem az óbudai Fő téren is fellobban a gyertya lángja advent négy vasárnapján, hogy együtt örülhessünk az ünnep eljövételének.

gyetek az igének cselekvői, ne csupán hallgatói, hogy be ne csapjatos magatokat.” Varga Mihály Jakab apostol szavaival köszöntötte az Advent Óbudán Fő téri látogatóit. Hozzátette: „Ha

visszatekintünk a mögöttünk álló esztendőre, láthatjuk, hogy együtt küzdöttünk a világjárvány hozta sok-sok nehézséggel, azaz együtt cselekedtünk. És ez reményt adhat, hogy jövőre is

együtt fogunk tenni, egymásért. Hiszen a második gyertya a reményt jelképezi, kívánom, hogy ez adjon erőt mindannyiunknak.” A harmadik – az örömet szimbolizáló – adventi gyertyát Szabó Tímea országgyűlési képviselővel gyűjtötte meg dr. Kiss László polgármester. A gyertyagyűjtést megelőzően Szabó Tímea ünnepi beszédében arra kért mindenkit, hogy az adventi időszakban ne a mögöttünk álló, nehéz évre gondoljunk, hanem arra, hogy milyen különlegesek a mostani, várakozással, reménnyel teli napok. „Bízunk kell abban, hogy a sötétség és a hideg után a világosság és a boldogság időszaka következik. Ebben a hitben kívánok boldog, békés és szeretetteljes karácsonyi ünnepeket Önöknek!”



Az Advent Óbudán 2021 rendezvénysorozat keretében az első – a hitet szimbolizáló – adventi gyertyát Szűts Ildikó, a harmadik kerületi székhelyű Budapest Gyógyfürdői és Hévízei Zrt. vezérigazgatója gyűjtötte meg dr. Kiss László polgármester társaságában. A reményt jelképező második adventi gyertyát Varga Mihály pénzügyminiszter, országgyűlési képviselő gyűjtötte meg dr. Kiss Lászlóval. „Le-

# ÜNNEPI ADOMÁNYGYŰJTÉS RÁSZORULÓ CSALÁDOKNAK

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat novemberben hirdette meg karácsonyi adománygyűjtő akcióját, amelynek keretében idén a Jó Pásztor Anyaotthonnak, az Oltalom Karitatív Egyesületnek és az Óbudai Családi Tanácsadó és Gyermekvédelmi Központnak gyűjtötték az Advent Óbudán 2021 rendezvényeinek helyszínein.

lévő embertársainknak. Munkájukat idén Zalabai Gábor díj – A Budapestiek Esélyegyenlőségéért díjjal ismerték el. A főváros kerületei mellett több vidéki régióban végznek munkát, tartanak fenn segítő intézményt. Országsszerte mintegy ezer családdal állnak kapcsolatban, nyújtanak támogatást számukra. A most gyűjtött tárgyi adományokból praktikus, a háztartások összetételéhez igazodó egységcsomagokat készítenek, hogy mindenkinek jusson minden alapvető cikkből.

Az idei adománygyűjtésen a harmadik kerületi Jó Pásztor Anyaotthon számára gyűjtöttek pénzdíjazásokat. Az ott-



**Az elmúlt év tükrében most különösen nagy szükség van az összefogásra**

A nehéz helyzetben lévő, sérülékenyebb csoportok tagjait különösen nagy, olykor az erejüket meghaladó próbatételek elé állította az elmúlt év. Annak érdekében, hogy a rászoruló lakók, családok számára szebben és kicsit könnyebben teljen az ünnep, az önkormányzat adományozásra hívta a kerület lakóit, vállalatát, intézményeit.

A három hétig tartó adománygyűjtési akcióban többek között az Oltalom Karitatív Egyesület számára gyűjtöttek tárgyi adományokat. Elsősorban tartós élelmiszereket és nem romlékony édességeket, bontatlan csomagolású fertőtlenítő- és tisztítószerket, higiéniai termékeket, valamint tisztálkodószereket vártak. Az Oltalom Egyesület immár 32 esztendeje nyújt támogatást a lelkiileg és szociálisan elhagyott, kiszolgáltatott vagy veszélyeztetett élethelyzetben

hont működtető Jó Pásztor Nővérek Kongregációja az idei Fischer Ágoston Óbudai Szociális Díj kitüntetettje. Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat az elismerést minden évben olyan intézményeknek adományozza, amelyeknek tagjai a kerület hátrányos hely-



Fotók: obuda.hu

**Jótekonysági fenőfaosztás**

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat az adventi adománygyűjtés, illetve adományosztás keretében fenőfával is segíti a nehéz helyzetben lévő kerületi családokat: az Óbudai Családi Tanácsadó és Gyermekvédelmi Központ munkatársai a Kelta utcában 100 darab, a Váradi utcában pedig 200 darab lucfenyőt osztanak ki december közepén.

zetű lakosai életminőségének javításához kimagasló teljesítményükkel hozzájárulnak.

A Fő téri adventi vásárral lévő gyűjtőhelyen dr. Kiss László polgármester és Szabó Tímea országgyűlési képviselő is átadta

karácsonyi adományait. Tartós élelmiszert, csomagolt édességet, tisztítószerket és higiéniai termékeket adományoztak a kerületünkben élő, nehéz helyzetű lakók, családok számára. Burján Ferenc alpolgármester is nagy mennyiségű tartósélelmiszer-adományt adott át a Fő téren. Óbuda-Békásmegyer Közterület-felügyelet munkatársai szintén nagyvonalú felajánlásaikkal támogatták az adománygyűjtő akciót.

Az önkormányzat akciójához Karácsony Gergely is csatlakozott, és adományokkal érkezett a Fő téri vásárra. Budapest főpolgármestere ebben az évben is fontosnak tartotta, hogy hozzájáruljon a nehéz helyzetben lévő harmadik kerületi családok, rászorulóknak ünnepeinek szebbé tételéhez. „Örülök, hogy személyesen is csatlakozhattam, és hozzájárulhattam ahhoz, hogy együtt tehessek szebbé, méltóbbá a kerületi rászoruló családok ünneplését – mondta Karácsony Gergely. A főpolgármester szerint ugyan mindig jól jön minden segítség, de a mögöttünk álló év tükrében most különösen nagy szükség van az összefogásra. – Szívet melengető látni, hogy a harmadik kerületiek közössége kész önzetlenül támogatni a nehezebb helyzetben lévőket.”

**Adománygyűjtő korcsolyázás**

Óbuda-Békásmegyer Ifjúsági Önkormányzat a Fő téri adománygyűjtő korcsolyázás során a MiVilágunk Alapítványnak gyűjtött. Az alapítvány több mint húsz éve vesz részt az autizmussal élő gyermekek ellátásában és családjaik segítésében. Adományként játékot, tartós édességet vagy sós rágcsálnivalót vártak, és a gyűjtés a várakozásokat felülmúlva sikerült. Több mint 150 csomag élelmiszert és játékot adtak le a felajánlók, akiknek forró teával, süteménnyel és tombolahúzással kedveskedtek. Az adománygyűjtés alatt kézműves foglalkozás is várta a kicsiket és a nagyobakat, emellett a Mikulás is ellátogatott a térre.

2021

Advent  
OBUDAN



# Mocsárosdűlő: beépítés helyett védelem

Nem terveznek ingatlanfejlesztést az egyedülálló zöldterületen

A főváros nem beépíti a Mocsárosdűlőt, hanem megvédte a beépítéstől azzal, hogy 70 százalékkal csökkentette a terület beépíthetőségét – közölte Budapest főpolgármestere a közösségi oldalán. Karácsony Gergely a bejegyzésben arra reagált, hogy a Fidesz fővárosi szervezete szerint a baloldali lakóparképítést és ingatlanfejlesztést tervez a zöldterületen.

lékkel, mintegy 650 ezer négyzetméterrel csökkentették a terület beépíthetőségét, ennek köszönhetően megmaradhat természetes állapotában. A természetközeli területre új fővárosi fejlesztési koncepció készült, amelynek részeként gondozottabb zöldterületet és örökzöldet hoznak létre, helyreállítják a vizes élőhelyeket és fejlesztik a zöldinfrastruktúrát. A főváros elköteleződését a terület természeti megtartása iránt jól mutatja, hogy nemrég másfél milliárd forint értékben nyújtott be uniós pályázatot a Mocsárosdűlő természetvédelmi célú rehabilitációjára és zöldinfrastruktú-



csak a Fővárosi Közgyűlés határozza meg azokat az ingatlanokat, amelyeket esetlegesen értékesítenek. Az idei

szerint ebből is látszik, hogy a fővárosi ingatlanhasznosítás érdemben különbözik a kormányétól. Karácsony Gergely leszögezte: az értékesítendő ingatlanok között a Mocsárosdűlő nem szerepel, és nem is fog, mivel a jövőbeni hasznosítás irányait a III. kerületi önkormányzat határozza meg. Lakóterületi vagy irodaépítési fejlesztést Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat jelenlegi vezetése sem támogat a területen sem most, sem pedig a jövőben.

## Nagyságrendekkel növelte a természetközeli területek arányát a főváros jelenlegi vezetése

ra-fejlesztésére – hangsúlyozta Karácsony Gergely. Kiemelte: értékesítési terv nyilvános és elérhető az einfoszab.budapest.hu weboldalon – fűzte hozzá a főpolgármester, aki



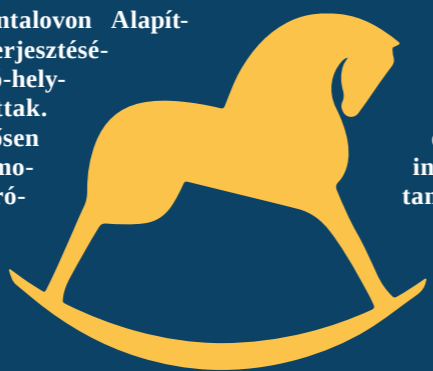
## Minden helyreigazítási pert megnyert a Hintalovon Alapítvány

A bíróság jogerős döntése alapján valótlannal állította öt lap 2020 végén a Hintalovon Gyermejjogi Alapítványról, hogy gyermekvédelmi tevékenységbe bújtatott LMBTQ-propagandát végez a harmadik kerületi óvodákban.

„A hazug állításokkal szemben a valóság az, hogy a gyermekvédelemben dolgozóknak és a III. kerületi óvodákban dolgozó óvodapedagógusoknak szerveztünk átfogó képzést a gyermekvédelemről, a gyermekvédelmi irányelvek gyakorlati megvalósítási lehetőségeiről az Óbudai Önkormányzat felkérésére egy konkrét szexuális visszaélési eset, egy óvodás gyerek bántalmazása kapcsán elindult folyamat részeként” – írja

közleményében a Hintalovon Alapítvány. A hamis hírek terjesztésével kapcsolatban sajtó-helyreigazítási pert indítottak. A pereket mind jogerősen megnyerték, a médiumokat arra kötelezte a bíróság, hogy a valótlannal állítások helyreigazítását közzétegyék a felületeiken.

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat és a Hintalovon Gyermejjogi Alapítvány hosszú távra köteleződött el a helyi gyermekvédelmi



**HINTALOVON**  
Gyermejjogi Alapítvány

rendszer megerősítése céljából. A koronavírus-járvány ellenére a program egész évben zajlik, ingyenes gyermejjogi tanácsadással és jogsegéllyel, e-mail-kurzussal, az irányelvek kidolgozását és véglegesítését segítő alkalmazással, a jelzőrendszer tagjainak együttműködését segítő összejövetelekkel, online és személyes találkozókkal.

# KÖSZÖNÖM A KÖZÖS MUNKÁT KERÜLETÜNKÉRT, FOLYTASSUK JÖVŐRE IS!

Interjú dr. Kiss Lászlóval, Óbuda-Békásmegyer polgármesterével

Ingyenes koronavírus-szűrés, étel-osztás önkéntesekkel, közös adventi készülődés. Többek között ezekről beszélgettünk dr. Kiss László polgármesterrel az év utolsó interjújában.

A negyedik hullámban az új esetek számát látva nem tudhatjuk még magunk mögött a járványt. Milyen lehetőségük van hozzájárulni a fertőzés terjedésének megfékezéséhez?

A szabályok betartása, betartatása és az oltpontok munkájának támogatása mellett ingyenes koronavírus-szűrési lehetőséget is biztosított önkormányzatunk két héten át, a kerület két pontján is, minden hétköznap. Folyamatosan felhívtam, felhívtuk az itt élők figyelmét, hogy éljenek a lehetőséggel, segítsék minél többen a járvány megfékezését. A lakosság mellett intézményeink munkatársait és ellátottjait is teszteltük, több mint háromezer, egészen pontosan 3219 tesztet végeztünk el – ebből összesen 191 pozitív esetet találtunk. Köszönöm védőnői szolgálatunk munkatársainak, közterület-felügyelőinknek és a munkánkba bekapcsolódó önkénteseknek a részvételt, nélkülük nem ment volna ilyen gördülékenyen a program.

Szintén csatlakoztak önkéntesek a Krisna-tudatú hívők és az önkormányzat közös ünnepváró ételosztáshoz, hogy segítsenek a munkában.

Valóban. Büszkén mondhatjuk, hogy kerületünkben, ha jó, közös ügyszó keresünk önkéntes segítőköt, mindig sokan csatlakoznak. Ezúttal is, amikor a Krisna-tudatú hívők humanitárius szervezetének, az Étel az Életért Alapítványának anyagi támogatást is nyújtva, közösen osztottunk meleg ebédet. Az adventi akció során a nyolcszáz adag ebéd mellett ugyanennyi tartós élelmiszerből és édességből álló csomaggal járulhatunk hozzá, hogy rászoruló kerületi társainknak is jusson az ünnep örömeiből. Tudjuk, Óbuda-Békásmegyer lakói érzékeny, segítőkész figyelemmel fordulnak a nehezebb helyzetbe kerülő családok felé, hiszen az önkéntes munkájuk mellett adományokkal is szívesen, önzetlenül támogatnak karitatív ügyeket. Ezúton is köszönöm minden adományozó magánszemélynek, szervezetnek, intézménynek nagylelkű felajánlását most lezárult adventi gyűjtésünkhöz.

Adománygyűjtés a rászorulóknak, vásár, ünnepi koncertek a Fő téren... Összehangolható ennyi minden egy helyen?

Nemcsak megférnek, de hagyomány van annak, hogy így készüljünk együtt az ünnepre. Adományt gyűjtöttünk a Jó Pásztor Anyaotthonnak, az Oltalom Karitatív Egyesületnek és az Óbudai Családi Tanácsadó és Gyermekvédelmi Központnak.

És igen, együtt élveztük a karácsonyi vásár varázslatos világát, ahogyan a hangversenyeket és a gyermekkoncerteket is. Mert az adventi várakozás ideje erről a közös készülődésről szól, és ehhez szerettünk volna hozzájárulni rendezvénysorozatunkkal, ahogyan azzal is, hogy advent mind a négy vasárnapján – hagyományosan – a Fő téren

**Nehéz feladatok, nehéz döntések egész sora hozott komoly erőpróbákat mindannyiunknak, de a sikereink is számosak**

együtt gyűjtöttunk gyertyát. Az pedig külön öröm, hogy a két, ingyenesen használható jégpályánk nemcsak a téli szünet idején, de még februárban is várja a korcsolyázni vágyó gyerekeket, családokat, az év szép lezárásaként és az új év mozgalmas, élménydús kezdeteként.

Ha már az év lezárását említette, mit mondana a mögöttünk álló évről?

Büszkék lehetünk közös eredményeinkre. Nehéz feladatok, nehéz döntések egész sora hozott komoly erőpróbákat mindannyiunknak, de a sikereink is számosak. Erről „Számíthatunk egymásra – 2021 az eredmények tükrében” című kiadványunkban részletesen beszámoltunk. A kerület zöldítése, fásítása, a fenntarthatósági törekvések az egész kerület javát szolgálják, hiszen még decemberben is négyszáz fát és cserjét ültettünk a közösségi fátelépítési program keretében. Közös ünnepeinken, az Óbudai Nyár vagy az Advent Óbudán során rengeteg felejthetetlen programon vehettünk részt, de talán az egyik legnagyobb büszkeségünk ebben az évben a Római-parti Plázs volt, amely, ahogy felmérésünk is mutatta, az Önök tetszését is elnyerte, és hozzánk hasonlóan várják a folytatást. Köszönöm, hogy továbbra is partnereink abban, hogy Óbuda-Békásmegyer gondoskodóbb, fenntarthatóbb és zöldebb legyen. Békés karácsonyi ünnepeket és eredményes új évet kívánok – továbbra is vigyázzunk magunkra és egymásra, vigyázzunk közösségünkre.



# Köszönet az ingyenes tesztelésért

**Két héten át biztosított térítésmentes koronavírus-szűrést az önkormányzat**

A koronavírus-járvány negyedik hullámában, a napi fertőzöttségi adatok emelkedését figyelembe véve Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat ingyenes tesztelési lehetőséget biztosított a harmadik kerületi lakosoknak, emellett az intézményei dolgozóinak, ellátottjainak. Dr. Kiss László polgármester megköszönte az önkéntesek és a résztvevők segítségét.

formációs Rendszerbe (OSZIR) a kiszűrtek adatai minden alkalommal felkerültek, ebben a Szent Margit Rendelőintézet is segítette a védőnők munkáját. A szűrések alkalmával két helyszínen – a Szent Margit Rendelőintézet Vörösvári úti főbejárata előtti parkolóban és a Békásmegyeri Községi Ház udvarán – külön várakozóponthoz jelöltek ki a tünettel érkezők részére, továbbá tesztelésük is elkülönítve történt. Schadek-Bíró Éva, Óbuda-Békásmegyer Védőnői Szolgálat intézményvezetője el-

gálat munkatársainak, valamint azoknak a kollégáknak, akik közreműködtek az önkormányzat ingyenes lakossági tesztelési programjának megszervezésében, lebonyolításában, kommunikálásában.

Összesen a két hét alatt 3219 főt teszteltek, ebből 191 esetben kaptak pozitív eredményt. Ez a tesztelésen részt vevők 6 százaléka, az ingyenes lakossági tesztelésen, a Csobánka téren és a Vörösvári úton összesen a szűrésen részt vevők 9,7 százaléka. A legtöbb tesztelést az utolsó napon, december 3-án végezték – ingyenes lakossági tesztelés és intézményi szűrés összesen: 626 fő –, egyúttal ezen a napon volt a legkevesebb pozitív eset, mindössze 10 fő. Legtöbb pozitív tesztteredmény az első tesztelési napon, november 22-én született, összesen 32 fő. A lakossági ingyenes tesztelés során, a pozitív tesztteredmények esetében 53 százalék volt a nők aránya. Kilencfős önkéntes csapat segítette a védőnők munkáját közvetlenül a tesztelések során. A helyszínek napi berendezésénél és bontásánál pedig három-négy fő segítette. Közel 5000 adatlapot használtak fel; több mint 30 liter felületfertőtlenítő és 10 liter kézfertőtlenítő fogyott. Óbuda-Békásmegyer Védőnői Szolgálat munkatársai közül összesen 26 területi, illetve iskolavédőnő vett részt a tesztelésben.



Fotó: Paskó Zsolt

**Több mint 3200 teszt 6 százaléka lett pozitív**

A két héten át, november 22-től december 3-ig tartó tesztelés minden esetben önkéntes volt, és rapid antigén tesztekkel végezték Óbuda-Békásmegyer Védőnői Szolgálat munkatársai. Az Országos Szociális In-

mondta, hogy a lakosság kifejezetten örült az ingyenes tesztelési lehetőségnek, az első héten naponta kétszáz felett volt a megjelentek száma. Dr. Kiss László polgármester megköszönte a segítséget a Védőnői Szol-

## VÁROSOKKAL A VÁROSOKÉRT

Együttműködés energetikai korszerűsítések előkészítése érdekében

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat Újpesttel és Szentendre Város Önkormányzatával együtt, konzorciumi tagként sikeresen pályázott a European City Facility – Városokkal a városokért programra. Az együttműködési megállapodást Déri Tibor, Újpest polgármestere, Fülöp Zsolt, Szentendre polgármestere és dr. Kiss László, Óbuda-Békásmegyer polgármestere írta alá.

A pályázat célja, hogy támogatást nyújtson az önkormányzatoknak olyan beruházási koncepciók kialakításához, amelyek segítik az országos és helyi klímastratégiákban meghatározott intézkedések megvalósítását és a kitűzött célok elérését. A pályázat lehetőséget biztosít a települések számára éghajlatvédelemmel és megújuló energiával kapcsolatos konkrét beruházási koncepciók kidolgozására. A program nem a tényleges beruházásokat finanszírozza, hanem azok megfelelő előkészítését. A projekt célja Óbuda-Békásmegyer területén 30 lakóépület, Újpesten pedig 80 lakóépület és 50 középület korszerűsítése, geotermikus fűtési energiával való ellátása, illetve a tetőn és a homlokzaton elhelyezett napelemek villamosenergia-ellátása, amelynek a megtakarítása összesen 75 GWh/év. Szentendren négy beruházás szerepel a tervek között: egy napelempark létrehozása és három intézkedés a távhőrendszer korszerűsítésére, ami további 2,5 GWh éves megtakarításhoz járulhat hozzá.



Fotó: Paskó Zsolt

**Közösen és sikeresen pályázott Óbuda-Békásmegyer, Újpest és Szentendre önkormányzata**

Évről évre több kerületi fiatal pályázik az ösztöndíjra

## JÓ TANULÓK, JÓ SPORTOLÓK

Immár tizenötödik alkalommal hirdette meg az önkormányzat a Jó tanuló, jó sportoló ösztöndíjpályázatot. Idén 25 ösztöndíjat és 26 elismerő oklevelet ítéltek oda.

„A sport elsősorban szellemi fogalom. Egy sportcsapat a társadalomnak kicsinyített képe, a mérkőzés az életért való nemes küzdelem szimbóluma.” Dr. Kiss László polgármester Szent-Györgyi Albert gondolataival köszöntötte az idei Jó tanuló, jó sportoló díjak átadóünnepségén a vendégeket. Hozzá-

**A mérkőzés az életért való nemes küzdelem szimbóluma**

fűzte: „Nobel-díjas tudósunk csodálatosan fogalmazza meg, hogy mi mindent adhat nekünk a sport. Valóban megtanít a nemes küzdelemre. De hiszem, hogy elsősorban a küzdelemre önmagukkal. Hiszen küzdelem és erőfeszítés van, kedves pályázó diákjaink, a munkátok mögött, a mindennapi edzések, a tanulmányaitokban való komoly elmélyülésben. Mindnyájan büszkék va-



Fotó: Paskó Zsolt

gyunk a teljesítményetekre.” Évről évre több tanuló pályázik az ösztöndíjra, amelyet tíz hónapon át folyósítanak azoknak a harmadik kerületi diákoknak, akik mind a tanulásban, mind a sportban kiemelkedően teljesítenek.

Sinkó Andrea, az Óbudai Wellness és Diáksport Egyesület elnöke, szakedző, a ritmikus gimnasztika világbajnoki ötödik helyezetteje a pályázati bizottság tagjaként üdvözölte az idei díjazottakat: „Valóban példaképek vagyok. Hiszen mint minden

évben, ezúttal is azoknak a tanulóknak ismerhetjük el a teljesítményét ösztöndíjjal, illetve oklevéllel, akik személyesen mutatnak jó példát abban, hogy a tanulás, a munka és a sportolás összeegyeztethető. Saját pályám alatt is tapasztaltam, ez olykor bizony nem könnyű.” Mihály Tibor, a Külker Evezős Klub elnöke, szintén bizottsági tag hasonló értékekre hívta fel a figyelmet: „A sport többek között megtanít minket együttműködni egymással, és ez a tudás nagyon fontos az életben.”

## Hallhatóvá tett művészeti alkotások

Fogyatékosággal élő emberek világnapja az Esernyősben

**Különleges tárlatvezetéssel és szakmai rendezvényekkel emlékezett meg a fogyatékosággal élő emberek világnapjáról a harmadik kerületi Esernyős Galéria.**

Az Esernyős nemrégiben megnyílt Infinitívusz – Pilinszky János emlékére kiállításra érdekes és újszerű útra kalauzolja az érdeklődőket. Hallhatóvá tesz az, ami eddig csak látható volt, azaz audionarrációval kísérik végig a látogatókat a tárlaton Rácz Márta audionarrátor és képzőművész segítségével. „A költő 100. születésnapjára készült kiállítás már önmagában is kuriózum, hiszen Pilinszky verseiből és prózájából

képzőművészeti alkotások születtek. A mai napon mindez hallhatóvá is válik, így átélhető lett a művészeti élmény a látásérültek számára is” – mondta az eseményt megnyitó beszédeben Pál Zsolt esélyegyenlőségi referens, a társszervező

Fenntarthatósági, Ifjúsági, Civil és Nemzetiségi Osztály munkatársa.

„A fogyatékosággal élő emberek világnapja kiváló alkalom arra is, hogy közelebb kerülhessünk egymáshoz, és e találkozásnak talán az egyik legszebb



Fotó: Paskó Zsolt

otthona a művészet” – mondta köszöntőjében dr. Kiss László, Óbuda-Békásmegyer polgármestere. Csóka Eszter, a rendezvénynek otthont adó Esernyős Óbudai Kulturális és Sport Non-profit Kft. szakmai csoportvezetője beszédében kiemelte: „Mi itt, az Esernyősben törekszünk arra, hogy esélyegyenlő, akadálymentes, mindenki hozzáférését támogató hely legyünk. E szándékunknak fontos állomása ez a különleges tárlat, amely utazó kiállításaként hamarosan más városokban is vendégeskedik majd.” A szöveg, a vizuális és az audionarráció izgalmas kapcsolatáról kerekasztal-beszélgetésen is megosztották egymással véleményüket, tapasztalataikat a résztvevők.

## Sikerrel végzett az első csoport az önkormányzat által támogatott képzésen

# Akkreditált ECDL-tanfolyamok pedagógusoknak

Idén nyár óta a KSZKI ECDL Oktató- és Vizsgaközpontja akkreditált felnőttképzési intézményként működik, ennek keretében akkreditációval rendelkező pedagógus-továbbképzéseket, számítástechnikai ismereteket igénylő adminisztrációs munkát segítő tanfolyamokat, illetve ECDL-vizsgára felkészítő kurzusokat is szerveznek.

Az adminisztrációs munkát segítő kurzus keretében a hallgatók főként a Microsoft Word szövegszerkesztő, az Excel táblázatkezelő és a PowerPoint prezentációkészítő kínálta lehetőségei használatát sajátíthatják el. A négy modulból álló ECDL Base vizsgára felkészítő tanfolyamon a már meglévő és megbízható tudással rendelkező pedagógusok számára kínálnak a tudásukat rendsze-

rező, elmélyítő ismereteket. A tanfolyam elvégzését követően a KSZKI ECDL-vizsgaközpontban vizsga is tehető, amelyben dolgozó pedagógusok ECDL-képzését. Az első két óvodapedagógus csoport októberben kezdett, és november

## Meglévő tudásukat rendszerezve, felfrissítve szereztek új ismereteket

lyel a jelentkező nemzetközileg elfogadott ECDL Base bizonyítványt kap.

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat számára fontos, hogy a lehetőségei szerinti mértékben minden támogatást megadjon az önkormányzat intézményeiben dolgozó óvodapedagógusoknak, ezért anyagilag támogatja az intézmé-

első napjaiban sikerrel végezte az irodai szoftverek használatát segítő tanfolyamot. A résztvevők – elmondásuk szerint – meglévő tudásukat rendszerezve, felfrissítve szereztek új elméleti, de főként gyakorlati ismereteket. Az első sikeresen vizsgázó óvodapedagógus-csoport az oklevelét dr. Kiss László polgármestertől vehette át.



## Forgalomcsillapítás Csillaghegyen: befejeződtek a munkálatok

Teljeskörően befejeződtek a forgalomtechnikai kivitelezési munkák Csillaghegy északkeleti részén, a Mátyás király út, a Batthyány utca, az Árpád utca, a Pünkösdfürdő utca és a Királyok útja által határolt területen. Hat forgalomcsillapító küszöb készült, egy utcában pedig virágládákkal szűkítették az útpályát.

kított forgalomcsillapító küszöbökhez két víznyelőt is kialakítottak. A Hunyadi utca 87. és 88. számnál nagy méretű virágládá-



kat helyeztek el az útpálya mindkét szélén. A virágládák mindkét oldalán négyzet alakú iránytáblák láthatók. Ez a kialakítás a sáv szűkítése és elhúzása miatt a gépjárművezetők figyelmét jobban felhívja, és lassításra készíti őket. Az önkormányzat reményei szerint a forgalomcsillapítási fejlesztés elősegíti az övezetben élők, valamint az arra közlekedők nagyobb nyugalalmát.

## ÚJ GYALOGÁTKELŐ A MONOSTORI ÚTON

Lakossági kérésre új, középzigetes gyalogátkelőhelyet alakított ki Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat a Monostori út és a Dósa utca kereszteződésében. A vakok és gyengénlátók érdekében taktilis figyelmeztető burkolóelemeket telepítettek az átkelő mindkét oldalán, az akadálymentesítés érdekében pedig süllyesztett járdaszegélyt építettek ki a kerekesszékekkel, illetve baba-



kocsival közlekedők érdekében. Az előírásoknak megfelelően az átkelőt időjárásálló termoplasztik festékkel festették fel. A Monostori út mindkét oldalán újonnan épített közvilágítás is segíti majd az átkelő láthatóságát.

# KÖSZÖNÖM, ÓBUDA!

## Vigyázzunk szeretteinkre, figyeljünk oda egymásra

Nehéz év áll mögöttünk. Múlt évben ilyenkor már keményen szorongott minket a világjárvány. S ami annyira megszokott volt – hogy családukkal, szeretteinkkel együtt ünneplünk –, hirtelen kihívássá vált. Mindez figyelmeztetett minket arra, hogy milyen óriási értéke van a közösségnek, az együttlétnek.

Akkor őszintén reméltük, hogy ez a karácsony már más lesz, s a világjárvány, mint egy rossz álom, eltűnik. Sajnos nem így lett. Ám nehéz helyzetekben érezni igazán a közösség erejét. Itt Óbudán minden nap látom, tapasztalom, hogy picit jobban figyelünk egymásra. És ez így is van rendjén. Figyelniük kell azokra, akik ezekben a napokban is gyengélkednek, figyelniük kell azokra, akiknek nem, vagy nem csak az egészségét sújtotta a járvány, hanem a megélhetését is – akik munkájukat vagy bevételüket veszítették el. De fel kell figyelniük azokra is, akik járvány ide vagy oda, áldozatosan végzik dolgukat. Figyelniük kell az egész-

## Békés, boldog és biztonságos ünnepet kívánok minden kedves óbudainak!

ségügyi dolgozókra, akik nem kis kockázatot vállalnak azért, hogy másokon segíthessenek, figyelniük kell a buszvezetőkre, pénztárosokra, hivatali dolgozókra, akik még e nehéz időszakban is biztosítják, hogy flottul peregjen a kerületi élet. Figyelniük kell az óvónőkre, pedagógusokra, akik most megkülönböztetett gondossággal vigyázzák gyermekeinket, unokáinkat. Figyelniük kell az elesettekre és nélkülözőkre.

Az adventi várakozás, a karácsonyi ünnep példát mutat ebben. Nézzük meg, hogy honnan és hogyan indul a karácsony: egy nehéz helyzetben lévő, egyszerű, de becsületes és áldott család bolyong a hideg éjszakában, amíg befogadásra nem talál. Emlékezzünk erre. Ma, amikor oly sok szó esik a ki-rekesztésről, a szegénységben élők út szélén hagyásáról, emlékezzünk arra, hogy a karácsony a szeretet, az odafigyelés és a befogadás ünnepe.

Óbuda egy ilyen, egymásra odafigyelő kerület, én magam is rengeteget köszönhetek az itt élő közösségnek. Itt tettem meg első



**SZABÓ TÍMEA**

ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER ORSZÁGGYŰLÉSI KÉPVISELŐJE, A PÁRBESZÉD TÁRSELNÖKE

lépéseimet, itt tanultam, itt váltam felnőtté, majd anyává. Itt csúszdáztam a Hajógyárin, bicikliztem a Rómain, korcsolyáztam a Mocsárosra, és tologattam babakocsit a Kiscelli-parkban.

Rengeteget adott nekem ez a csodálatos hely, és nagyon fontos számomra, hogy itt lehetek országgyűlési képviselő is, azaz itt nyílik lehetőségem arra, hogy ne csak kapjak, hanem vissza is adjak valamit az itt élőknek. Ezért tartom kiemelten fontosnak, hogy megvédjük a zöldterületeinket, az egészségügyi intézményeinket, és így a családok egészségét. Ezért tartom kiemelten fontosnak, hogy olyan szemlélettel fejlesszük a kerületet, amely nem a szűk, gazdag elit további gazdagodását, hanem az itt élő sokaság, az emberek érdekeit szolgálja.

A karácsonyi ünnep a várakozásról és a reményről szól. Csendben várjuk, hogy eljőjön a fény, az, ami elhossa a változást. Ez a várakozás nem kell, hogy passzív legyen. A téli táj például mintha szunnyadna ugyan, de tudjuk, a mélyben zajlik az élet, zajlik a készülődés, hogy tavasszal minden robbanásszerűen megváltozzon. Addig is vigyázzunk szeretteinkre, és figyeljünk oda egymásra!

Kívánom, hogy a következő hetekben mindenki töltsön minél több időt a családjával, simogassuk és öleljük meg szeretteinket, adjunk hálát a gyertyafénynek, hogy együtt lehetünk! Beszéljessünk a nagyszülőkkel, játsszunk a gyerekekkel, és sétáljunk nagyokat a gyönyörű Óbudán! Békés, boldog és biztonságos ünnepet kívánok minden kedves óbudainak!

# Óbuda-Békásmegyer főkertészének első éve Környezettudatos szemléletváltás

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat egy éve hozta létre a főkertészi státuszt. Dr. Kerényi-Nagy Viktor az elmúlt időszak jelentősebb eredményeit foglalta össze.

## Faültetési program

A III. kerületben 2020 novembere és 2021 áprilisa között 903 fát és 96 cserjét telepítettünk. A fafajok kiválasztásakor alapvető



szempont, hogy azok minél nagyobb lombkoronát nevelő, nagy levélméretű és a Kárpát-medencében őshonos, valamint komplex ökológiai funkcióval bíró fajok legyenek, továbbá az adott terület eltartóképességéhez jól illeszkedjenek, gondozásuk alacsony városüzemeltetési költséget jelentsen. Az ültetett fajok bekapcsolódnak a kerületi háromdimenziós – fa-, cserje-, gyepszint – méhlegelő-konceptióba is, illetve fasorokat képezve felszaggatják a város hősziget-hatását, hűsítik azt.

## Faápolási munkák

Törekszünk 2020 óta arra a szakmai és természetvédelmi elvre, hogy faápolás nyugalmi időszakban történjen, míg vegetációs időszakban csak élet- és vagyonbiztonsági, illetve közlekedésszükségletű okokból történjen faápolás. Az idei évben



több illegális fakivágás felderítésében is közreműködtem, a mintegy 55 jogtalanul kivágott fa esetében szabálysértési bírság került kiszabásra, valamint a fák pótlóztatása is folyamatban van.



## Óbuda fája

Budapesten elsőként Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat hirdette meg az év fája programot. Az idei év győztese a Harrer utcai ezüsthárs lett. A megtisztelő cím mellett a fa koronaápolást kapott, felbontottunk alatta 150 négyzetméter térkövet, amelyet 10 köbméter trágyázott termőfölddel pótlottunk és gyöngy-kavicssal burkoltunk, a fa törzse köré virágokat telepítettünk.

## Faállapot-felmérési bejárások

Szentesi Ferenc javaslatára hirdetem meg a lakossági faállapot-felmérési bejárásokat, amelyek eddig három helyszínen voltak: a Római úti (Pók utcai) lakótelepen, Békásmegyer Duna felőli és hegy felőli oldalán. A bejárásokon személyesen beszélünk át a fák állapotát, kezelési tervüket és ütemüket, a pótlások helyszíneit, a facserék szükségességét.

## Vadvirágos méhlegelők

A kerületben az első méhlegelőt Burján Ferenc környezetügyekért és fenntarthatóságért felelős alpolgármester hozta létre 2020-ban. Az idei évben új szempontokkal kiegészítve, két helyszínen – Huszti út és Szőlőkert utca sarka, Csobánka tér – a „Közösségi vadvirágos gyepterület” program keretében történt telepítés, 20–22 fajból álló speciális magkeverék felhasználásával, gazdagon virágzó cserjékkel kiegészítve. Szemléltető céllal rovarhotel helyezettünk ki a Csobánka térre.

## Növényvédelem átalakítása

A kerületben leállítottam a korábbi évek rossz gyakorlatát, miszerint totális rovarölő és gombaölő szerekkel permetezzék a közterületi fákat és cserjéket. Tudomásom szerint nincs olyan önkormányzat hazánkban, amely teljes egészében megszünteti e szerek alkalmazását,

és áttér a biokertekben, ökológiai gazdaságokban és közterületen egyszerre elfogadott növényvédelemre.

## Komposztpontok

A komposztpontok „elődjé” a sünhotel, amely pusztán az összekupacolt avar helybenhagyását jelentette. Kerületünkben



négyféle komposztpont üzemeltetése folyik: önkormányzati kezelésben nyolc helyszínen, a BKM Nonprofit Zrt. FŐKERT Kertészeti Divízió üzemeltetésében az Óbudai-szigeten, civil egyesületek fenntartásában a Római-parton, valamint több társasház összefogásában.

## Közösségi programok

A szemléletformálás, a közös felelősségvállalás és a közvagyon megvédésének egyik eszköze, hogy a lakosságot bevonjuk a közterületek fizikai fenntartásába is: ennek érdekében végeztünk közösségi faültetést és faápolást, erdősítést, kaszálást, vadvirágosgyep-kialakítást. Köszönöm a „Közösségi faöntözés” szervezését a 10 Millió Fa Alapítványnak és kerületi felelősének, Tímár Ágnesnek, a Hajógyári-szigeten végzett „Közösségi kaszálást” az Óbudai Kutya Egyesületnek és vezetőjének, Gáspár Zsófiának.

## Helyi védett fák

Idén nyáron megkezdtem Óbuda-Békásmegyer zöldvagyonszámításával kapcsolatban a kiemelkedő természetvédelmi értékek felmérését és megvédését is. Helyi védelemre lesz előterjesztve a Harrer utcai ezüsthárs, a Zichy-kastélyban két hegyi juhar és a fegyverneki eperfa, a római-parti kapitális méretű ezüsthárs és a Rómaifürdőn a 38 darab mocsárciprus.

DR. KERÉNYI-NAGY VIKTOR  
ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER FŐKERTÉSZÉ

A cikk teljes terjedelmében az [obuda.hu](http://obuda.hu) weboldalon olvasható

# Közösségi faültetés a Táborhegyen

Négyszáz fát és cserjét telepítettek kerületi önkéntesek

Az önkormányzat Közösségi faültetési programjának keretében 400 fát és cserjét ültettek a harmadik kerületi Táborhegyen, a Perényi út szomszédságában. A Miyawaki-elvű minierdő telepítését a 10 Millió Fa Alapítvány támogatásával és harminc kerületi önkéntes segítségével kezdték el.

A Városüzemeltetés munkatársai által előkészített, mintegy 200 négyzetméteres területre 50 kocsányos tölgyet, 25 mezei juhart, 50 virágos körist, 85 egybibés galagonyát, 100 veresgyűrű somot és 40 vadkörtét telepítettek. Az ásókkal, csákányokkal kiásott ültető-gödörökbe, a növények tövéhez szerves trágya került, majd az egészet avarréteggel borították és öntözték. „Akira Miyawaki japán botanikus, ökológus az 1970-es években kutatási eredményei alapján egy, a természetes folyamatok előtérbe

## Miyawaki-elvű minierdőt telepítettek a Perényi út szomszédságában

helyezésén alapuló erdészeti módszert hozott létre – mondta el dr. Kerényi-Nagy Viktor, Óbuda-Békásmegyer főkertésze. – Miyawaki elvének alapja, hogy a lehetséges vegetáció fajaiból kiválogatja a kulcsfontosságú és kiegészítő fa- és cserjefajokat, pótolja a talaj elveszített tápanyagait, és mulcsolja a gyomosodás és kiszáradás elkerülése érdekében. Mi ezt a módszert igazítottuk a Kárpát-medence sajátosságaihoz.” A minierdő nagy előnye, hogy a sűrűn lakott területeken is képes nyújtani a természet közelségének előnyeit, szépségeit.



## Sikerrel zárult a madárodú és madáretető program

Közel kilencszázán jelentkeztek Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat első madáretető- és madárodú-akciójára, amelyek keretében térítésmentesen biztosítottak etetőt és odút az érdeklő-



dőknek. A klíma- és környezetvédelemért felelős alpolgármester, Burján Ferenc kezdeményezésére meghirdetett program célja a madarak védelme mellett a lakosság, a felnőttek és a gyerekek környezettudatos magatartásának alakítása, a szemléletformálás. Az önkormányzat a készlet erejéig tudta fogadni a regisztrációkat. Mivel azonban néhányan végül nem vették át az igényelt eszközöket, a számukra félretett etetőket utólagosan a pótregisztráltak körében osztották szét. Az akció keretében összesen 550 darab madáretető és 200 darab madárodú talált gazdára.

# Térítésmentes zeolit a társasházaknak Környezetbarát síkkosságmentesítés



A fagyok beálltát követő téli szózás óriási terhet jelent a városi környezetnek, az itt élő fáknek és növényeknek egyaránt. Az önkormányzat akciója keretében a társasházak térítésmentesen igényelhetik síkkosságmentesítő zeolitot.

A fővárosban a síkkosságmentesítés és a hóeltakarítás az ingatlanok előtti járdákon az ingatlanok tulajdonosainak, üzemeltetőinek kötelessége, lakóház esetében pedig a lakóközösség feladata gondoskodni az épület előtti járdaszakasz takarításáról. Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat Burján Ferenc környezetvédele-

mért felelős alpolgármesterrel egyeztetve térítésmentesen biztosított zeolitörleményt – lépcsőházként egy 10 kg-os zsákot – a társasházak részére, ezzel is elősegítve a környezetvédelmet, a felelős téli úttisztítást. Az önkormányzat által felajánlott anyag, az Útkáli ECO Plus 80 százalék zeolitot és 20 százalék útkáli jégoldót tartalmaz, használata a csúszásmentesítő anyagok között az egyik legjobb megoldás. Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat szórásra kizárólag zeolitörleményt használ, ami egyfelől környezetkímélő eljárás, nem káros a növényekre, nem okoz korróziót, másfelől az állatok lábát sem irritálja, nem sérti fel.

## TISZTELT ÓBUDAI LAKOSOK!

2021 rengeteg nehézséggel teli év volt, leginkább a koronavírus miatt. A III. kerület minden lakójának köszönöm a járványhelyzet alatt tanúsított türelmét és együttműködését. Mindenkinek jó egészséget és áldott, békés karácsonyt kívánok!

BURJÁN FERENC  
ALPOLGÁRMESTER



**Interjú dr. Iványi Gáborral,  
az Oltalom Karitatív  
Egyesület és a Magyarországi  
Evangéliumi Testvérközösség  
elnökével**



# LELKI AJÁNDÉKOK FORRÁSAI

Fotó: Oltalom Karitatív Egyesület

**Az idei Zalabai Gábor díj – A budapestiek esélyegyenlőségéért díj kitüntette az Oltalom Karitatív Egyesület, emellett dr. Iványi Gábert, az egyesület és a Magyarországi Evangéliumi Testvérközösség elnökét Budapest díszpolgára címmel tüntette ki a főváros. Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat idei adventi adománygyűjtési akciójában az Oltalomnak is gyűjtöttek felajánlásokat.**

**■ Gratulálunk mindkét díjhoz! Mit gondolt, miért az Oltalom Karitatív Egyesület kapta az idei elismerést?**

Reményeim szerint annak is köszönhetően a rangos díjat – amelynek névadója maga szintén fogyatékosüggyel foglalkozó politikus, szociális munkás és aktivista

volt –, hogy szerteágazó munkánk követte erőfeszítéseket teszünk azért, hogy épületeink akadálymentesen, a fogyatékosokkal élők számára is nyitva álljanak, fizikai és szellemi értelemben is. A fővárosi Dankó utcai központunkban egy helyen, egymás mellett zajlik a hajléktalanellátás, a szociális munka – a kettő nem azonos – és a szociálismunkás-képzés. Ez fontos számunkra, szakmai érvek is indokolják, és az együvé tartozásunkat is jelképezi. Valljuk: amellyel, hogy kötelességünk az éheseknek enni adni, akik fáznak, azoknak pedig ruhát és meleget, megpróbálunk a fogyatékosokkal élő társaink előtt új kapukat is megnyitni, és velük együttműködve új lehetőségeket találni. Így például a szociálismunkás-képzésünkön, a Wesley János Lelkészképző Főisko-

lán is tanultak, tanulnak fogyatékosokkal élő diákok.

**■ Akkor már kollégaként is van tapasztalata velük kapcsolatban. Milyen többletet adhat az ő jelenlétük a közös munkához?**

Végeznek nálunk mozgáskorlátozott tanítványaink éppúgy, mint látássérültek, és mondhatom, kiváló szociális munkás válik belőlük. És nem csupán azért, mert szakértőként segíthetnek például olyan speciális eseteket megoldani, hogyan is kommunikáljunk több érzékszervi fogyatékosokkal élő hozzánk fordulóval, miként támogassuk, hogy visszataláljon a társadalomba. Ők általában véve is jó szakemberek lesznek, hiszen nem csak a sorstársaikkal kapcsolatos munkában kitűnnek. Mi igyekszünk is, hogy – úgy szoktunk fogalmazni – ne

küldjük vissza őket csak a saját problémáikkal foglalkozni. Ugyanakkor a beszélgetéseinkre – érintettekkel és szakemberekkel – elhozzák nekünk a személyes történeteket, miközben méltóság és derű sugárzik belőlük. Megmutatják, hogy mindannyiunk számára lelki ajándékok forrása fakadhat annak az embernek a lépése nyomán is, aki fizikailag esetleg nem tud lépni.

**■ Milyen utat járt be az Oltalom Karitatív Egyesület, amíg idáig jutott?**

Kereken 33 éve, éppen ezekben a decemberi napokban gyűltünk össze a békásmegyeri lakótelepi lakásunkban gyülekeztem tagjaival, akik tenni szerettek volna valamit a környezetünkben élő nehezebb helyzetben lévőkért. Látuk a lakótelepen például, hogy az egyszülős családokban cseperedő gyerekek olykor még az ünnepekkor is szűkölködést élnek át, ezen szerettünk volna a lehetőségeinkhez mérten változtatni. És akkoriban érkeztek a hírek, hogy új törvény születik, amely lehetővé teszi egyesület alapítását. Ma már több tízezer egyesület működik, mi akkor az elsők között alakultunk meg, a 40. sorszámot kaptuk.

**■ Hajléktalanellátás, szociális munka, főiskolai képzés... Mi tagadás, felvállalt teendők kibővültek azóta.**

A rendszerváltozások éveit következtek nemcsak hazánkban, hanem a környező országokban is, és ezek korábban nem tapasztalt változásokat hoztak. Romániából rengeteg menekült érkezett. Itthon pedig a munkásszállások felszámolásával a hatvanezer férőhely a századára csappant. Ugyan összehasonlíthatatlanul kisebb mértékben, de mindig is volt hajléktalan-ság – persze beszélni nemigen lehetett róla, ahogyan a létező szegénységet sem lehetett nevével nevezni –, de akkor azzal kellett szembesülnünk, hogy ez hirtelen tömeges jelenséggé vált, hogy tömegesen kerülnek emberek életvitelszerűen az utcára. Sürgősen lépni kellett az ellátásukért, és az Oltalom a szervezőmunkából is kivette a részét. Hiszen a kommunista rendszerben illegálisnak számító Szegényeket Támogató Alap, a SZETA egyik alapítójaként nemcsak a nehéz helyzetben élők támogatásában szere-

hettem tapasztalatot, hanem az országjáró szegénységkutatásban is részt vettem. Budapest akkori városvezetése biztosított egy ingatlant, igaz, csak a falai álltak, az épületen belül pedig fák nőttek, de a helyreállítás után elindult a hajléktalanellátás, és anya-gyermek otthonunk is fogadhatott lakókat. Miközben tömegesen szorultak embertársaink szociális megsegítésre, eb-

## || Szociális munkásaink annyit segítenek, ameddig szükséges, és addig, ameddig igény van rá

ben az időben arra a kihívásra is felelnünk kellett, hogy mi a szociális munka, és ki a szociális munkás. Hiszen a jó szándék nagyon becsülendő, de itt nem elegendő, kell a szakmai tudás is. Mivel az előző negyven évben a hatalom szerint nem létezett szegénység, így szegénységpolitika sem. Innen kellett újraépíteni egy szakterületet. És megint csak SZETA-s tapasztalatok segítettek, hiszen arról például, hogy mi a valódi érdekképviselő, vagy hogy mit jelent a személyes gondozás, már volt némi tudásunk.

**■ E kezdeti feladatok az eltelt évtizedekben bizonyára megváltoztak. Hogyan?**

Miközben a minket sújtó forrásmegvonások ellenére sem engedhetünk abból, hogy nem lehet megaláztatott, jogfosztottan élni, és ez

térnek be hozzánk: például megpihenni, ruháért, orvosi kezelésre, de olyan is akad, akinek ide jön a postája, vagy jogi tanácsra van szüksége. Ami közös, hogy mindenkit arra biztatunk, önmaga találja meg a benne lévő kincseket, szociális munkásaink annyit segítenek, ameddig szükséges, és addig, ameddig igény van rá. Sporttal, tanúlással a hajléktalanságból programunk is ezt célozza. Nemcsak futballcsapatunk nemzetközi sikereire lehetünk büszkék, már magunk is szervezünk focitornákat. Van óvodánk, általános és középiskolánk, több munkatársunk az ápolótól a karbantartóig nálunk tanult, szerzett szakképzettséget, és olyan tanulóink is van, akinek sikerült a főiskoláig eljutnia. És családgondozói munkánk mellett működik a népkonyhánk, az éjszakai menhelyünk, átmeneti és menekültszállónk, kórházunk, de még rehabilitációs részlegünk is a függőségből kigyógyulni vágyóknak. Előfordult, hogy kritika ért minket, hogy mindezeket az óvodánk és főiskolánk közvetlen szomszédságában tarjuk fenn. Én viszont büszke vagyok arra, hogy összetett feladatainkat egymás közelségében, egymásra építkezve látjuk el. Így az sem kérdés, hogy az irodáink is itt vannak, mi magunk is itt dolgozunk.

**■ Kerületünkben is sokan az Oltalom számára hozták el adventi adományukat, hogy valaki ünnepét szebbé tegyék. Többen érdeklődtek, hogyan segíthetnének a szabadidejükben.**

Hálával csak biztatni tudom őket, hiszen folyamatosan keresünk önkénteseket, képzést is tartunk számukra. Éppen az elmúlt hetekben beérkezett adományokból – amelyeket szeretettel köszönünk és adunk tovább – készítjük össze a csomagokat. És elkél minden segítség, hogy a több ezer adománycsomag



ellen tenni kötelességünk, valóban folyamatosan, napjainkban is formálódik a működésünk. Igazodik ahhoz, amit az élet hoz. Ez igaz a hajléktalanellátásunkban is, a lakóink többsége munkásszállóként használja, tehát van munkája, rendben tartja magát, a környezetét. És vannak, akik alkalmilag

eljusson oda, ahol ez hiányzik az ünnepeléshez. De egész évben várjuk önkéntesek jelentkezését: ruhák, adományok gyűjtése, válogatása, csomagolása, de ügyeletes és kapus feladatok ellátása is nagy segítség, hiszen mi az év 365 napján 24 órán át nyitva állunk.



**BÉKÁSMEGYERI KÖZÖSSÉGI HÁZ**  
1039 Budapest, Csobánka tér 5.  
Tel.: 243-2432,  
www.kulturkozpont.hu  
instagram: bekasikozhaz



**GOLDBERGER TEXTILIPARI GYŰJTEMÉNY**  
1036 Budapest, Lajos utca 136-138.  
tel.: 1/250-1020  
www.textilmuzeum.hu

**December 18. szombat 15.00 Jégangyal a Csobánka téren (Ingyenes.)**  
**December 18. szombat 18.00 Karácsonyi hangok – a Four Fathers karácsonyi koncertje**

Az a capella, hangszerkíséret nélküli énekes műfaj legismertebb hazai képviselőinek koncertjével készülünk az ünnepekre.

Műsoridő: 60 perc



**2021. november 27-től 2022. január 30-ig Karácsonyi Műselyem Gardrób / Női ünnepi viseletek a két világháború között – Pop-up kiállítás**

A kelmék történetében valódi forradalomnak számított az 1920-as évek végén megjelenő műselyem! Pop-up kiállításunk az 1930-as évek női alkalmi műselyem öltözeteit kelti életre: az ünnepi kreációkba öltöztetett próbababák segítségével életre kel a Horthy-korszak magyar viselete, a keleti műselymet és a párizsi eleganciát utánozó Goldberger-Bemberg Parisette öltözék, egy pipacsmintás fekete selyemköltemény, egy sötét selyemszorszett kisestélyi, egy bársony kosztüm, valamint pompás és exkluzív báli ruhák.

Tartsanak velünk egy rendhagyó időutazásra, amelynek keretében megidézzük, mit viseltek nagyanyaink és dédanyaink a két világháború közötti karácsonyokon!



**ÓBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT**  
1032 Budapest, San Marco u. 81.  
Tel.: 388-2373,  
www.kulturkozpont.hu  
instagram: @kulturkozpont

**December 19. vasárnap 10.00 Nektár Színház: Diótörő**  
**December 19. vasárnap 17.00 Sirtos görög táncház**



**ESERNYŐS ÓBUDAI KULTURÁLIS ÉS SPORT NONPROFIT KFT.**  
1033 Budapest, Fő tér 2.  
Tel: +36 30/883-1953 | +36 30/546 1651  
www.esernyos.hu  
www.facebook.hu/esernyos

Kedves Vendégeink! Programjainkról és aktuális információinkról a [www.esernyos.hu](http://www.esernyos.hu) és a [facebook.com/esernyos](https://www.facebook.com/esernyos) oldalon tájékozódhatnak!

**INFINITIVUSZ- Pilinszky János emlékére-kiállítás**

**Helyszín: Esernyős Galéria**  
Infinitivusz – Tisztelet Pilinszky Jánosnak  
Hogyan él költőirásunk szellemisége a mai képzőművészetben? Személyes párbeszéd hitről, gondolatról, tisztaságról – Istenről az emberben – kortárs műalkotásokon keresztül.

Mintegy 60 képzőművész idézi fel Pilinszky János életművét, bensőséges kapcsolatát zenével, képzőművészettel születésének 100. évfordulója alkalmából a Szolnoki Művészeti Egyesület és az Esernyős Galéria rendezésében.

A kiállítás megtekinthető 2022. január 22-ig.

**Zöld Karácsony avagy újrahasznos karácsonyi workshop, az UPSZ Ajándékbolt alkotóival**

**2021. december 18., szombat 15:00-18:00 óráig**  
Helyszín: Esernyős Szindbád rendezvényterem  
Készíts fenyődísz, dekorációt, ajándékot fenntartható módon! Néhány olló, sok-sok színes ceruza, nagy adag kreativitás, hatalmas szeretet és már kész is a karácsonyi csoda. Csillag papírgurigából, mini hóember lyukas zokniból, gyerekrájzos lámpás csipszes dobozból, kicsiknek és nagyoknak egyaránt. Az Advent három szombatján is készíthetünk zokni hóembert, doboz lámpást és papírguriga dísz is! UPSZ! A program ingyenes Regisztráció ajánlott az [info@esernyos.hu](mailto:info@esernyos.hu) e-mail címen, de a helyszínen is bárki bejöhethet a szabad helyek függvényében.

**Fussuk körbe Óbudát programsorozat – Rómaifürdő és Római-part**

**2021. december 18., szombat – 09:00 óra**  
**Találkozó és rajt-cél helyszín: Rómaifürdő HÉV megálló 8:45-kor**  
**Táv ~ 7 km**

A közösségi futáson való részvétel ingyenes. Regisztráció (maximum 50 fő) az [obudasport.hu](http://obudasport.hu) honlapon és az Óbudasport Facebook oldalán is elérhető az eseménynél. A futást Galántai György az Óbudai Élmenyfutárok edzője és alapítója, sikeres amatőr maraton futó vezeti.

**Véradás a Magyar Vöröskereszt szervezésében**

**2021. december 20., 13.00 – 18.00 óráig**  
Helyszín: Esernyős Szindbád rendezvényterem  
Belépődíjas programjainkra jegyek vásárolhatók a [jegy.hu](http://jegy.hu) oldalon vagy személyesen az Esernyősben, minden hétköznap 10.00-17.00 óra között és az előadások előtt.



**KEDVES VENDÉGEINK!**

**HÁZAINK AZ ALÁBBIK SZERINT TARTANAK ZÁRVA AZ ÜNNEPEK ALATT:**

2021. DECEMBER 20. - 2022. JANUÁR 4. CSILLAGHEGYI KÖZÖSSÉGI HÁZ, 3K	2021. DECEMBER 22. - 2022. JANUÁR 4. BÉKÁSMEGYERI KÖZÖSSÉGI HÁZ	2021. DECEMBER 23. - 2022. JANUÁR 3. ÓBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT
--	--	---

**AZ ÚJ ÉVBEN IS SZERETETTEL VÁRJUK ÖNÖKET!**



**MAGYAR KERESKEDELMI ÉS VENDÉGLÁTÓIPARI MÚZEUM**  
11036 Budapest, Korona tér 1. +36 1 375 6249  
mkvm@iif.hu, www.mkvm.hu  
www.facebook.com/mkvmuzeum  
Nyitva: keddtől vasárnapig, 10.00-18.00

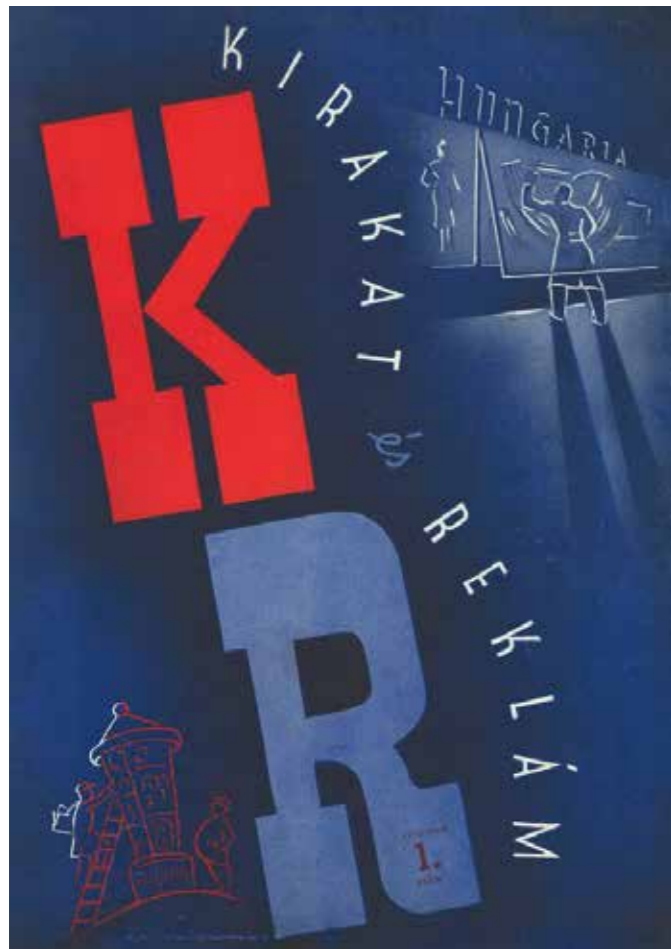


**ÓBUDAI TÁRSASKÖR**  
1036 Budapest, Kiskorona u. 7.  
Tel.: 06 1 250 0288, web: obudaitarsaskor.hu  
Nyitva: Hétőznap 9.00-18.00

**IDŐSZAKI KIÁLLÍTÁSOK**

**2022.02.27-ig:** Mi fán terem az ördöglatkat? Emlékkiállítás Szentiványi Tibor tiszteletére

**2022.04.03-ig:** Életút és alkotás – Gábor Béla, kirakatrendezés és kiállítás a kezdetektől



**2022.05.01-ig:** Csokoládékatoná – Édes pillanatok a Nagy Háborúból  
**2022.04.17-ig:** Mesebolt és Aranyecset, avagy egy színes élet nyomában – Lukáts Kató (1900-1990) grafikus művészete



**2022. január 9., vasárnap 11 óra**

**ÚJÉVI KONCERT / A KÉK DUNA KONCERT-SZALONZENEKARRAL**

Művészeti vezető: **Berki Sándor**

A 2022-es évet január 9-én, immár sokéves hagyományunknak megfelelően a magyar klasszikus szórakoztató zene egyik ragyogó színterét, a Kék Duna Koncert-Szalonzene újévi koncertjével nyitjuk. A szalonzene sok műfajt foglal magába: így a klasszikus muzsikát, a filmzenét, a jazz-örökzöldeket, a ragtime zenét vagy az olyan talpalávaló muzsikát, mint a keringő, a polka és a tangó. Nem tévedett Andrew Lloyd Webber, amikor a kivételesen virtuóz és elegáns előadásairól híres együttest hívta meg egy magán partijára. Önök sem tévednek, ha elfogadják a mi meghívásunkat, hogy fülbemászó melódiákkal, örökzöld slágerekkel és a Kék Duna Koncert-Szalonzene-karral kívánjunk minden kedves nézőnknek boldog új évet!



**ÓBUDAI MÚZEUM**  
1033 Budapest, Fő tér 1.  
(bejárat a Szentlélek tér felől)  
Tel: 1/250-1020  
www.obudaimuzeum.hu

**2021. november 27-től 2022. január 30-ig KARÁCSONYI TÖRTÉNETEK – Mini kiállítás**

Az ünnep megéléséhez – vallásos tartalmán túl – hozzá tartoztak a hagyományos ételsorok, a szeretettel ajándékok, a karácsonyfa csillogó díszei, a karácsonyi énekek, valamint a tágabb rokon, ismeretségi körnek íródott figyelmes üdvözlőlapok is. E témakörök mentén szeretnénk feleleveníteni a régi karácsonyok hangulatát, öt kis vitrinben elhelyezett műtárgyakkal, személyes óbudai történeteken keresztül. A tárgyak a játékkiállítás előterében elhelyezett múzeumi karácsonyfaig vezetik a látogatót.

**2021. november 22-től 2022. február 16-ig UGRAY GYÖRGY (1908-1971), a polihisztor szobrászművész**

Ugray György, a tehetséges és sokoldalú óbudai szobrász- és képzőművész számos műfajban kipróbálta magát. Bár a római iskola harmadik generációs művészeként mind az olasz, mind a magyar művészet nagy reménységének tartották, nemesi származása és értelmiségi családja miatt a kommunizmus évtizedei alatt a magyar szobrászművészetben nem tudta elfoglalni az őt megillető helyét. Az Óbudai Múzeum négy bronzalkotás bemutatásával tiszteleg a művész előtt halálának 50. évfordulóján: Fekvő nő lepellel (1960), Háború és Béke (1965), Fekvő nő tükörrel (1960).



**MAGYAR CSILLAGÁSZATI EGYESÜLET**  
1037 Budapest, Laborc u. 2/c.  
http://www.mcse.hu

**A Magyar Csillagászati Egyesület 2021-ben ünnepli alapításának 75. évfordulóját.**

Ebből az alkalomból ismét tagtoborzót indítunk, az ország legnagyobb múltú, legnagyobb taglétszámú csillagászati szervezeteként várjuk tagjaink sorába az érdeklődőket. Minden korosztályból várjuk azokat, akik csillagászati közösségben szeretnék tudásukat bővíteni, megfigyeléseket végezni, és tagdíjukkal, önkéntes munkájukkal is támogatnák a csillagászat népszerűsítését, az amatőrcsillagászat művelését.

**Az MCSE bankszámla-száma: 62900177-16700448**

A rendes tagdíj összege 2022-re 10 000 Ft. Rendes tagjaink illetménye a Meteor 2022-es évfolyama és a Meteor csillagászati évkönyv 2022 c. kötet. Szlovákiában, Romániában és Szerbiában élő tagtársaink számára a 2022-es tagdíj összege megegyezik a magyarországgal, vagyis 10 000 Ft (ezekben az országokban meg tudjuk szervezni a Meteor és az Évkönyv alternatív kijuttatását). Más országokban élő amatőrtársaink számára az MCSE-tagdíj összege 2022-re 21 500 Ft (a külföldre történő postai feladás rendkívül magas költségei miatt). Az ifjúsági tagdíj igen kedvezményes, a rendes tagdíj 50%-a, vagyis 5000 Ft. Ezt a kategóriát azok a fiatalok választhatják, akik 26. életévüket még nem töltötték be, és közoktatási vagy felsőoktatási intézmény nappali tagozatán tanulnak.

A családi tagság az egy háztartásban élő, legfeljebb két felnőttre és két, 14. életévét még be nem töltött gyermekre vonatkozhat. A családi tagdíj összege a rendes tagsági díj 150%-a, 2022-re 15 000 Ft.

Nem tagok számára a Meteor 2022-es évfolyamának előfizetési díja 10 080 Ft, a Meteor csillagászati évkönyv 2022. évi kötete pedig 4000 Ft. Mindazok tehát, akik a rendes MCSE-tagságot választják, több mint 4080 Ft-ot takarítanak meg.

A tagdíj naptári évre szól.

Tagjaink ingyenesen vehetnek részt a Polaris Csillagvizsgáló programjain, továbbá kedvezményesen látogathatják a Pannon Csillagdát és a Svábhegyi Csillagvizsgálót, 5%-os kedvezménnyel vásárolhatnak SkyWatcher gyártmányú távcsöveket és mechanikákat a Budapesti Távcső Centrumban. A 2022-es évre újonnan belépő tagtársaink 5000 Ft-os vásárlási utalványhoz jutnak a Makszotov.hu távcsőbolt jóvoltából, amely 100.000 Ft feletti vásárlás esetén használható fel.



**ÓBUDAI PLATÁN KÖNYVTÁR**  
1031 Budapest, Arató Emil tér 1.  
(bejárat a Kadosa utcáról)  
Tel.: 439-0936 (hívható nyitvatartási időben)  
e-mail: platan@kszki.obuda.hu  
www.platankonyvtar.hu  
Nyitvatartás: hétfő: zárva, kedd: 12-19, szerda: 9-15, csütörtök: 9-15, péntek: 12-19, szombat: kéthetente 9-13 2021-ben nyitva tartó szombatok: 09. 11., 09. 25., 10. 09., 11. 06., 11. 20., 12. 04., 12. 18.

**Szitanymott koncertplakátok – 2021. október 20 – 2022. január 31-ig**  
Kiállítás Nagy László tervezőgrafikus posztereiből. Megtekinthető a könyvtár nyitvatartási idejében.

A program ingyenes.



**EZÜSTHEGYI KÖNYVTÁR**  
1038 Budapest, Ezüsthelyi utca 16.  
(bejárat a Rózsadomb utca felől)  
Tel.: 454-0826 (hívható nyitvatartási időben)  
e-mail: platanf@kszki.obuda.hu  
www.platankonyvtar.hu/fiokonyvtar/  
Nyitvatartás: hétfő: zárva, kedd: 9-14, szerda: 11-19, csütörtök: 9-14, péntek: 11-19, szombat (kéthetente): 9-13 2021-ben nyitva tartó szombatok: 09. 04., 09. 18., 10. 02., 10. 16., 10. 30., 11. 13., 11. 27., 12. 11.

**Ünnepi fények – közösségi meseolvasás – 2021. december 22. 17.00**  
Ünnepekre hangolódás közösségi meseolvasással.



**Társasjáték klub – 2022. január 7. 17.00 óra**  
Csatlakozz hozzánk egy közös élményre és fedezzük fel együtt a játékok izgalmas világát! Várjuk a kikapcsolódásra és szórakozásra vágyó, játékos kedvű érdeklődőket, felnőtteket, gyerekeket és családokat!  
A programok ingyenesek.

# Gyógytorna az egészségesebb ízületekért

**Érdemes szakember segítségét kérni a keringést javító gyakorlatokhoz**

Hideg, téli hónapokban az ízületi fájdalomra és izommerevségre panaszok száma megnövekszik, azonban az egészségtudatos tippek betartása mellett nem kell megvonunk magunktól a mozgás örömeit. A témával kapcsolatban az Óbudai Egészségfejlesztési Iroda gyógytornászával, Horváth Ágnessel beszélgettünk.

**Mi áll a hideg hónapokhoz kapcsolódó ízületi fájdalmak hátterében?**

Ma már sokan tudják, hogy télen, a napfényhiány következtében lecsökken a szervezet D-vitamin-szintje, ami az ízületek, izmok gyengüléséhez vezethet. Továbbá az alacsony



hőmérséklet hatása is állhat a gyakoribb izomgörcsök hátterében. És arról sem szabad elfeledkezni, hogy a kisízületekben csökken a vérkeringés, ez pedig felerősíti az ízületi gyulladással járó fájdalmakat, előidézve az izommerevséget.

**|| Az őszi-téli hónapokban napi 2000–4000 NE D-vitamin szedése javasolt**

**■ Mit tehetünk annak érdekében, hogy télen is élvezhessük a friss szabad levegő kedvező hatásait?**

Talán magától értetődik, de érdemes figyelmet fordítani a meleg öltözködésre: fontos a derék és a térd melegen tartása, ennek érdekében a réteges öltözködést és a derékmelegítő használatát javaslom. Hasznos segítség a kisízületek védelme céljából a kompressziós zokni vagy harisnya is, hiszen nem csupán az ízületeket tartják melegen, de a keringést is javítják. Egy frissítő séta után kelleme-

sen hat egy meleg – de nem forró! – fürdő is, amely nemcsak a testünket melegíti fel, az izmokat is nagyszerűen ellazítja. Beszélünk már a D-vitamin szerepéről is, az őszi-téli hónapokban az optimális szint elérése érdekében napi 2000–4000 NE vitamin szedését javaslom.



**■ Mit javasolna azoknak, akik még ennél is többet tennének az egészségesebb ízületekért?**

Hivatásomból adódóan nagyon jó szívvel tudom javasolni a vénás keringést javító tornát, amely rövid és fekvő helyzetben elvégezhető gyakorlatokból áll. Ahhoz azonban, hogy igazán eredményes legyen a torna, érdemes gyógytornász szakember segítségét kérni, mivel a helyes kivitelezés is fontos mellett, hogy az egymásra épülő gyakorlatokat a megfelelő sorrendiségben végezzük. További információ kérhető a horvath.agnes@obudairendelok.hu e-mail-címen.

## Karácsonyi tűzveszély

**Egyszerű óvintézkedésekkel elkerülhető a tragédia**

Az elmúlt évtizedekben bekövetkezett sajnálatos, olykor tragikus eseményekből okulva csak kellő körültekintéssel, nagy odafigyeléssel szabad a karácsonyfán gyertyákat elhelyezni és meggyújtani. Amennyiben nem így teszünk, egy élet munkája semmisülhet meg, válhat a tűz martalékává néhány perc alatt.

Az ünnepi időszakban a lakástüzek többségét a felügyelet nélkül hagyott gyertyák, csillagszórók, esetenként az elektromos árammal működtetett lámpafüzérek helytelen vagy felügyelet nélküli használata okozza. Az olcsó, legtöbbször Távol-Keletről származó elektromos díszítések rossz minőségük miatt nemcsak az áramütés veszélyét hordozzák, az esetleg bekövetkező rövidzárlat tüzet is okozhat. A lámpafüzéreket éjszakára vagy hosszabb távollét idejére ne hagyjuk bekapcsolva. Csillagszórót, díszgyertyát a karácsonyfán csak felnőttek gyújtsanak meg. Mielőtt a helyiséget elhagyják, a gyertyákat oltásuk el, a csillagszóró maradványát távolítsák el a fáról. Ha mégis tűz keletkezne



a lakásban, fontos, hogy a lehető legrövidebb időn belül megtegyük a szükséges intézkedéseket: mentsük a lakásban tartózkodókat, értesítsük a tűzoltóságot, s ha tudjuk, kezdjük meg a tűz oltását. Az oltáshoz használhatunk nedves pokrócot, egy vödör vizet vagy tűzoltó készüléket. Áram alatt álló elektromos berendezéseket és a környezetükben lévő tárgyakat vízzel nem szabad oltani. Szilveszterre sokan vásárolnak tűzi játékokat, amelyek gondatlan kezelése is okozhat tüzet a lakásban, az erkélyen vagy az utcán parkoló autókban. A petárdák használata, árusítása, de még csak birtoklása is 2005 óta tilos.

## MESÉS NYOMOZÁS ÓBUDÁN

Az Óbudai Anziks magazin karácsonyi meséjét köztéri plakátokon is olvashatják mindazok a gyerekek és felnőttek, akik követik az egyik mesehős segítő iránymu-



tatásait. Simonfalvi Anita történetét, Ali király karácsonyi vacsoráját Mayer Tamás illusztrálta, a plakátokat Németh L. Dániel készítette. A nyomozáshoz segítségképpen az Óbudai Anziks Facebook-oldalán megadták a történet elejét és a plakáthelyeket: kétszer hét kerületi helyszínen, Belső-Óbudán, valamint a Pók utcai lakótelepen és a Római-parton lehet követni a szereplők kalandjait.

**Diszpécserszolgálat és krízisautó is segít a bajba jutottakon**

# VEGYÜK ÉSZRE, HA VALAKI SEGÍTSÉGRE SZORUL

**Egyre keményebbek az éjszakai, hajnali fagyok, ezért különösen figyelniük kell azokra, akik veszélyeztetett helyzetben vannak. Őszeszedtük, hová lehet fordulni, ha kérdésünk van, ha olyan embert látunk, akit a kihülés veszélye fenyeget, vagy csak úgy érezzük, valakinek segítségre lenne szüksége.**

Egyre hidegebbre fordul az idő. Előfordulhat, hogy látunk valakit, akiről úgy ítéljük meg, a kihülés veszélye fenyegeti, és életveszélyben lehet, vagy egy utcán lévő hajléktalan ember segítséget kér tőlünk, és hirtelen nem tudjuk, hogyan is segíthetnénk. Az is lehet, hogy ismerünk valakit, akit a hajléktalanná válás veszélye fenyeget,



és információra lenne szükségünk. Fontos, hogy tudjuk, ha bajba jutott embert látunk, hová fordulhatunk segítségért.

Budapest III. kerület Óbuda-Békásmegyér Önkormányzat a Magyar Máltai Szeretetszolgálat közreműködésével gondoskodik a hajléktalan emberek ellátásáról. A Szeretetszolgálat a Miklós utcai Integrált Hajléktalanellátó Központban, a Miklós utca 32. alatt érhető el. A szolgálat utcai



gondozószolgálatának munkatársai a kerületben közterületen élő hajléktalan embereknek igyekeznek segíteni. Váltott műszakban dolgoznak reggel 8 és este 10 óra között. Tevékenységüket krízisautó és diszpécserszolgálat egészíti ki, amely hajnal két óráig érhető el, utána a Menhely Alapítvány munkatársa kezeli a hívásokat. Budapesten a Menhely Alapítvány és a Magyar Máltai Szeretetszolgálat Diszpécser Szolgálat napi 24 órában fogadja a bejelentéseket a veszélyeztetett helyzetben lévő emberekről a 06-1-338-4186-os telefonszámon.



A Magyar Máltai Szeretetszolgálat nappali melegedőjét nyitvatartási időben

**|| Napi 24 órában fogadják a bejelentéseket a veszélyeztetett helyzetben lévő emberekről**

vetek részt ilyen vizsgálaton. Ha a hajléktalan embernek nincs taj-fedezete, abban is tudnak segíteni. Krízisszállásukat 19 férőhellyel tartják fenn nők számára. Az igénybevétel feltételeiről személyesen, vagy a 06-1-368-9299-es telefonszámon lehet érdeklődni. Éjjeli menedékhelyük férfiak és nők számára is biztosít hosszabb távú lakhatást 3 és 4 ágyas szobákban, felvételi beszélgetést – szabad férőhely esetén – keddenként 8 órától tartanak. A rászorulóknak számára minden hétköznap 10-től 13 óráig ruhát oszthatnak az intézményben. Ebben a különösen nehéz időszakban nagy szükség van a lelki támogatásra is. Pszichológus szakember péntekenként 8 és 12 óra között, előre egyeztetett időpontban fogadja a segítségkérőket. Továbbá pszichiáter is rendelkezésre áll, hozzá időpontot kérni szintén a vonalas telefonszámon vagy személyesen a recepciósnál lehet. Lakossági adományok leadására 15 és 19 óra között vasárnap kivételével minden nap lehetőség van a Raktár utcából nyíló oldal-só zöld kapunál. Alapvetően az évszaknak megfelelő, öt évnél nem régebbi ruhákat, hibátlan állapotú, mosott fehérneműt, zoknit, takarót, hálósákat, játékokat, könyveket, konyhai eszközöket és tisztálkodószereket várnak. Az adományok leadása előtt érdemes telefonon egyeztetni a 06-1-368-9299-es telefonszámon. Figyeljünk oda a nehéz körülmények között élőkre, a családokra, az idősekre, a szomszédságban ismert magányos emberekre is. Ők vannak a legjobban kiszolgáltatva a zord időjárásnak.

## Elismeréseket adtak át az Óbudai Polgárőrség évzáró értekezletén

# Felelősségteljes szolgálat

**Évzáró értekezletet tartott a Budapest III. Kerületi Polgárőr Egyesület, amelynek elnöke elismeréseket adott át az egyesület támogatásáért, az együttműködésért és a polgárőri szolgálatokért.**

Az eseményen Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat, a BRFK III. kerületi Rendőrkapitányság és Óbuda-Békásmegyer Közterület-felügyelet meghívott vezetői is részt

retlen, magas színvonalú erkölcsi és anyagi támogatásért. Ismertette az önálló polgárőr szolgálatok tapasztalatait, a rendőrséggel és a közterület-felügyelettel végrehajtott közös tevékenységek eredményeit. Hozzájárulásában dr. Kiss László, Óbuda-Békásmegyer polgármestere elismeréssel szölte a polgárőrökről, megköszönte az egyesület tagjai által a kerület lakossága érdekében végzett felelősségteljes szolgálatokat, és további jó munkát kívánt.



vettek. Szücs János elnök kérésére egyperces néma felállással emlékeztek meg a közelmúltban elhunyt Ellenbacher János alapító tagról. Az elnök értékelésében köszönetet mondott az önkormányzatnak és a Budapesti Polgárőr Szövetségnek (BPSZ) a tö-

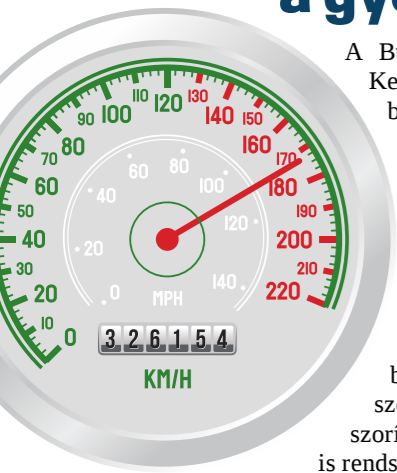
Az egyesület elnöke az egyesület támogatásáért, az együttműködésért és a polgárőri szolgálatokért elismeréseket adott át. A Budapest III. Kerületi Polgárőr Egyesület közgyűlése a „Tiszteletbeli tag” címet adományozta dr. Kiss László polgármes-

ternek. Az egyesület elnöksége az együttműködés terén kifejtett átlagon felüli tevékenységét emléktárggyal és elismerő oklevéllel köszönte meg Dékány Gergely rendőr főtörzsrőrmesternek, a BRFK III. kerületi Rendőrkapitányság körzeti megbízottjának, valamint Paulusz Györgynek, az ÓBKF közterület-felügyelőjének. Oklevelet és emléktárgyat vehetett át Gyarmati Ferenc polgárőr, felügyelőbizottsági elnök, járőr- és gépkocsivezető. Bánszki-Nagy Zsuzsanna járőrvezető, a felügyelőbizottság tagja megváltozott életkörülményei miatt elköszönt az egyesülettől. Közel kilencéves sokrétű és áldozatos munkáját

## Példaértékű az együttműködés a polgárőrség, a rendőrség és a közterület-felügyelet között

az elnökség oklevéllel és emléktárggyal ismerte el. Katona Sándor, a Rendérett Zalai Közbiztonsági és Polgárőr Egyesület tagja 2020. október 30-tól vendégpolgárőrként erősítette az Óbudai Polgárőrséget. Mivel 2022 januárjától visszatér lakóhelyére, a közös szolgálatokat, az egyesület segítségével az elnökség emléklappal és emléktárggyal köszönte meg. A BPSZ Elnöksége kiemelkedő polgárőri szolgálataiért a BPSZ Szolgálati Érdemérem ezüst fokozata kitüntetésben részesítette dr. Balázs András polgárőrt, az egyesület járőr- és gépkocsivezetőjét.

## Bírságra számíthatnak a gyorsajtók



A Budapesti Rendőr-főkapitányság III. Kerületi Rendőrkapitánysága december 7-én ismét sebességmérési akciót tartott a kerületben, ahol két helyszínen összesen 53 gyorsajtóról készített felvételt a traffipax. A sebességhatárt túllépő sofőrök közizgatási bírságra számíthatnak. A Budapesti Rendőr-főkapitányság továbbra is kiemelt figyelmet fordít a közlekedésbiztonságra, azon belül is az egyik legfőbb baleseti veszélyforrásra, a gyorsajtások visszahívására. Ennek érdekében a jövőben is rendszeresek lesznek a sebességmérések.

## Elhunyt Kereszturi Ferenc

Mély fájdalommal tudatjuk mindazokkal, akik ismerték és szerették, hogy Kereszturi Ferenc 91 éves korában, november 10-én elhunyt.

A sport szeretete az egész életét végigkísérte. Többek között az MMG vállalat sportköri elnöke, a Kerek utcai iskolában rendezett kézilabda- és labdarúgó-bajnokságok színvonalas teremtoráninak szervezője, vezetője, később sokak Feri bácsijaként a Tanuló utcai kispályás labdarúgó-bajnokság szervezője és vezetője volt.

Hamvasztás utáni, egyházi búcsúztatása 2022. január 5-én, szerdán 9 órakor lesz az Óbudai temetőben. Egyben köszönetet mondunk mindazoknak, akik felejthetetlen halottunk búcsúztatásán megjelennek, és gyászunkban őszinte szívvel osztoznak.

A GYÁSZOLÓ CSALÁD

# MIKULÁSSAPKÁS EVEZŐSVERSENY

Hagyományos évzáró a Római-parton



**Egy év kihagyás után ismét rendezte hagyományos, évzáró túraversenyét, a Mikulás Kupát a Külker Evezős Klub Óbuda.**

Nagy létszámban jelentek meg résztvevők a hideg, de szikrázóan napsütéses napon. A zord időjárás ellenére a verseny

és az események vidámságot és jókedvet varázsoltak a Római-partra. Több vidéki evezősklub is képviseltette magát az indulók között, tizenegy – korra és nemre való tekintettel vegyes – csapat tette meg az öt kilométeres távot kormányos négypárevezős hajókban, gígekben a klub stégjétől az Északi összekötő vasúti hídig és vissza.

A legmikulásosabban felöltözött csapat küldőidőben részesült. Idén először nyilvános programokkal is összekötötték a szezonzárást, ezzel is népszerűsítve az evezést és a klubot. Tréfás kvízzel készültek a parton arra járóknak, meleg teával, forralt borral és egyéb házi finomságokkal kedveskedtek az érdeklődőknek.

## Közelharc a sportnapokon

**Tartalmas programsorozatot tudhat maga mögött a Magyar Tartalékosok Szövetsége és annak Budapest II., III. kerületi szervezetei. A MATASZ Honvédelmi és Sportnapot júliustól novemberig minden hónapban megtartották.**



Az eseménysorozat kiemelt célja volt az egészséges életmódra nevelés, a küzdősportok szerepének bemutatása a katonai és rendészeti közelharcban, a sportsérülések megelőzésének és kezelésének oktatása, valamint elsősegélynyújtás és életmentés tanítása. A programok fővédnöke Széles Ernő ny. dandártábornok, a MATASZ elnöke, a Honvédelmi Sportszövetség alelnöke; kiemelt támogató a Honvédelmi Sportszövetség volt.

Júliusban kétnapos komplex program keretében a Goju-ryu Karate-do harcművészet technikáit mutatták be a katonai közelharcban, augusztusban ötnapos erőnléti alapozó tábor szerveztek. Minden alkalommal gyermekekkel, kadéttal és felnőttekkel teli termekben tartották a foglalkozásokat. Szeptemberben, októberben és novemberben a Than Károly Ókoiskola és Technikum rendészeti és honvéd kadét hallgatói vettek részt a programokon, amelyeknek az Óbudai Judo Club épülete adott otthont. A szakmai program megtervezésében és lebonyolításában a szintén óbudai székhelyű Gankaku Sportegyesület segédkezett.

## Szinkronúszás: biztató sikerek

Sikeresen indította a szezon a Római Szinkronúszó SE, amelynek versenyzői kiválóan szerepeltek az elmúlt hetekben rendezett versenyeken. A XXVIII. Magyar Kupán Dávid Janka felnőtt szülőben, nemzetközi és hazai mezőnyben, szabad és technikai programban is aranyérmert szerzett. Az utánpótlás csapat hatodik, a junior csapat negyedik helyezést ért el. Az egyesület edzője, Cselleg Klára is rajthoz állt masters kategóriában, és két aranyérmert nyert. A IX. Aquatic Kupán EGY2-ben Gódor Vivien első, Vikár Milla második lett. A mini csapatok versenyében többen életük első zenés programjával álltak rajthoz.

Az 1-es csapat – Csongrádi Patrícia, Korcsmáros Anita, Rippel Laura, Vári Petra – második lett, míg a fiatalabbak – Gulyás Tilda, Király Emőke, Kőszeghy Sára, Szívós Sophia

– a harmadik helyen végeztek. A FINA csapatok versenyében az utánpótlás-versenyzők – Fábos Léna, Jakus Blanka, Kismarci Kira, Neumann Kincső, Szathmári Rebeka, Tatai Petra, Vági Larina, Vári Mira – rangos mezőnyben a hatodik helyen zártak, és ugyanez a csapat Németh Boglárkával kiegészülve a junior korosztályban ezüstérmes lett. A vegyes kombinációs kűrök versenyében sok újonccal álltak rajthoz, s végül a negyedik helyen végzett a Csákvári



Letícia, Haraszti Dóra, Hegedűs Nikolett, Hidvégi Tünde, Horváth-Milvich Borbála, Kump Liána, Lasetzky Veronika, Pluhár Panna alkotta csapat.

# Újévi korhelyleves gazdagon

Közeledik az év vége: szilveszter napja, amikor kéretik sokat enni és inni, és az új év „macskajaj” első napja. Az alábbi recepttel egy csapásra két legyet ütethetünk: háborgó gyomrunkat a savanyú káposzta csitítja, a lencse pedig bőséget és szerencsét hoz a babona szerint. Tegyük hát egy fazékba a lencsét a káposztával, áldozva ezzel az egészség és Fortuna oltárán.

a lencse, készítsük elő a többi hozzávalót is. Karikázzuk fel a kolbászt, a virslit, vágjuk apróra a savanyú káposztát. Kóstoljuk is meg, ha túl savanyúnak találjuk, akkor jól nyomkodjuk ki a káposzta levét, mielőtt beleraknánk a levesbe. Vegyünk elő egy jó nagy fazekat, tegyük bele az olajat. A fellemegetett olajban süssük meg a felkarikázott kolbászt, majd szűrőpapáttal szedjük ki. Így egy extra finoman ízesített olajat kapunk, ami megadja a leves alapízét. Ezután az olajon a finomra vágott vörshagymát megdinszteljük, törjük bele a maradék zúzott fokhagymát, tegyük rá kevés fűszerpaprikát (hiszen már van egy szép piros alapszíne a sült kolbásztól), majd tegyük bele a beáztatott lencsét, és engedjük fel a csülök főzőlével. Kóstoljuk meg, és ha nem elég sós, sózzuk meg a levest. Tegyük hozzá a babérlevelet, 5-6 egész borsot, egy csapott evőkanál mustárt, és kb. fél órát főzzük. Ha a lencse már



## Hozzávalók

- 50 dkg füstölt csülök
- 20 dkg füstölt parasztkolbász
- 30 dkg frankfurti virsli
- 20 dkg lencse
- 1 kg (ha lehet, vecsési) savanyú káposzta, apróra vágva
- 3-4 evőkanál olaj
- 1 kisebb fej vagy 5-6 gerezd fokhagyma
- 2 fej vörshagyma (egy fej egészben, egy fej apróra vágva)
- 4-6 db babérlevél
- 8-10 szem egész bors
- mustár - ízlés szerint
- só - ízlés szerint
- őrölt fekete bors - ízlés szerint
- fűszerpaprika - ízlés szerint
- 1-2 evőkanál liszt
- 1 nagyobb doboz tejföl

majdnem puha, adjuk hozzá a felkockázott csülökdarabokat és az apróra vágott savanyú káposztát is. Főzzük 15-20 percig, amíg a káposzta meg nem fő teljesen (az sem baj, ha egy picit ropogós marad). A még forró levesbe tegyük bele a centis darabokra vágott virslit és a kisütött kolbászkarikákat. Ezután lefedjük, de már főzni nem kell. Aki sűrűn szereti a levest, fokhagymás rántással besűrítetheti, aki már nem akar újabb kalóriákat

adagolni az amúgy sem diétás ételhez, az liszttel elkevert tejföldre habarhatja, és ha végképp sovány korhelyleves akarunk készíteni, akkor csak tálaláskor teszünk az asztalra tejfölt. A lencsés korhelyleves sosem frissen fogyasztjuk, csak melegítve

## Elkészítés

Kezdjük a lencsével, áztassuk be annyi langyos vízbe, hogy bőven ellepje, így hamarabb megpuhul. A füstölt csülköt tegyük fel hideg vízben főni pár szem fekete borssal, 1 fej megtisztított vörshagymával és 2-3 gerezd fokhagymával. Ha a csülök félpuha, kivesszük a főzőléből (tegyük félre a levet), fejtjük le a csontokról, és vágjuk fel darabokra. Amíg fő a csülök és az

## AZ ÓFALU PATIKA BÉKÁSMEGYER DISZKONTPATIKÁJA



Patika24

SZEMÉLYES ÁTVÉTELI PONT

SZÉLES ÁRUKÉSZLETTEL, SZAKÉRTELEMMESEL VÁRJUK ÖNÖKET!

1038 Bp., Ezüsthely u. 64. ☎ +36 1 454 0805  
Nyitva tartás: H.-P.: 8:00-19:00, SZ.: 8:00-13:00

Az Ófalu diszkontpatikában kedves vevőink a Patika24.hu webáruházal közel azonos árakon vásárolhatják meg termékeinket.

## REJTVÉNY

Clement Clarke Moore Szent Miklós látogatása című, 1823-as versében a Mikulást jókedvű, idős karácsonyi manóként írja le, aki nyolc apró rénszarvas által húzott szánon érkezik. A karácsonyi manóról készült, 2011-ben bemutatott amerikai 3D-s animációs mesefilmlet Chad Eikhoff rendezte. Mi a címe ennek az animációs filmnek?

●	1	ESZES	CSAPAT-TAG!	ÓGÖRÖG HANGSOR	ÜNNEPE-LYÉSEN BEIKTATÓ	Képek					
ERSZÉ-NYES EMLŐS	▼	▼	▼	▼	▼						
TEVÉKENY											
ROMÁN AUTÓK JELZÉSE			IGEN, OROSZUL RETESZ								
ÉRTÉKES KÁRTYA-LAP				A TÁRGY RAG-JA NOVI ...; ÚJVÍDEK							
RÓMAI 100-AS		KERTI SZERSZÁM OND FIA				ARAB FÉRFINEV	LITER	NÉVELŐ	BAJBÓL SEGÍT	RENDBEN	LŐRINCI VÁROS-RÉSZE
ESTE, OLASZUL					LOS ...; VÁROS ... GAR-FUNKEL						
BOTVÉGI!			ÉNEK MAKACS-SÁG				KIS-KABÁT TŰZET SZŰNTET				
... LAND; VERNE SZIGO-NYOSA				... DE JANEIRO LOPVA FIGYEL				A -NÁL PÁRJA SZÉL-HÁRFA			
AZ EGYIK KROMO-SZÓMA		NŐI ÉNEKHANG ITÁLIAI ZE-NESZERZŐ					... IT BE; BEATLES-SLÁGER KIS ERIKA			IPSZILON	HOZZÁM
RÉGI ŪRMÉRTÉK					GYŐRI SP.KLUB NÉMET FOLYÓ				IPAR, RÓVIDEN	ETUS	
TE MEG ÉN			HABZÓ ITAL AZ EGYIK SZŪLŐ					... ZEPPELIN FRANCIA KIRÁLY!			RAVASZDI ÁLLAT KÖLYKE
AZ A MÁSIK				A SAV TESZI IDEGEN OLAJ!					TERÜLET, RÖV. VÁGÓ-ESZKÖZ		
ÜGYELE-TES					KALUGA FOLYÓJA NÖVÉNYI NYŪLVÁNY					HAJDANI HEVESEN ÉRVEL	
60 PERCRE VONAT-KOZÓ					KINEK A TU-LAJDONA NÉMET TOJÁS!					FÉL-ZSÁK KAR, NÉMETŰL	
KNOCK OUT			RÁSKAI ...; KÓDEX-MÁSOLÓ CINK					SKANDINÁV MITOSZ ARRA-FELE!			
ZENEI FÉLHANG				BECÉZETT ILONA DÉL				VASPÁNT KERÉKEN AMPER			
A	L				BÉCSI EREDETŰ ZENEKAR						

## Jelentősen bővült az IT Evolúció kiállítás

Több száz újabb érdekes, szemléletes tárggyal egészült ki az Óbudai Egyetem Neumann János Informatikai Karán megtekinthető IT Evolúció kiállítás, melyet bárki szabadon látogathat – és QR-kódok segítségével „továbbvándorolhat” a digitális tudás felé. A tárlat eddig is bőséges anyaggal mutatta be az információtechnológia fejlődését. Az újabb tizenkét vitrin az emberi kultúra fejlődését leginkább meghatározó infokommunikációs találmányokat rendszerezte. Ezek az emberi kiteljesedést szolgáló mérföldkövek: az em-



beri nyelv és beszéd, az írás, a könyvnyomtatás, a kép-, hang- és mozgóképrögzítés, az elektromos távközlés, a digitális, elektronikus számítógépek, a mikroprocesszor és a személyi számítógépek, a számítógéphálózatok és az internet, a mobilinternet és az „okos” informatika. A tárlatot Kutor László, a Neumann János Számítógép-tudományi Társaság Informatikatörténeti Fórumának korábbi elnöke állította össze. Hétköznaponként 8-tól 20 óráig bárki kötetlenül megtekintheti a számológévkavicsól az okostelefonig tartó vitrin időutazást a Bécsi út 96/B épületben.

OBUDA BUDAPEST FŐVÁROS III. KERÜLET, ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER ÖNKORMÁNYZAT HIVATALOS LAPJA

Főszerkesztő: Prusinszki István · Fotó: Patek Andrea · Envato Elements · Tördelőszerkesztő: Tóth István Gergely  
 · Kiadja a Key Price Kft. · Felelős kiadó: Kulcsár János Levente ügyvezető · Szerkesztőség: 206Center Irodaház, 1191 Budapest, Üllői út 206., telefon: 06-70-237-6926, e-mail: obudaujsag@obuda.hu · Nyomdai előállítás: EDS Zrínyi Zrt.  
 · Megjelenik 75 ezer példányban · Hirdetésfelvétel: 06-20-466-8489, e-mail: keypricekft@gmail.com  
 · A hirdetések tartalmáért felelősséget nem vállalunk. Kéziratokat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza.  
 Web: obuda.hu/blog/media\_uj/obuda-uj, facebook.com/obudaujsag  
 · Következő megjelenés: 2022. január 7.

OTTHONUNK  
OBUDA  
BÉKÁSMEGYER

# Rászoruló kutyák karácsonya

A Covid előtti sikeres adománygyűjtést szeretnénk megismételni veletek!  
Idén egy budapesti és egy vidéki menhelynek gyűjtünk.

**MERT ADNI CSODÁLATOS!**

Az ürömi menhelyen 60, a battonyai menhelyen közel 100 kutyusnak tehetjük szebbé az ünnepeket, és ha sok adományt gyűjtünk, akkor a téli időszakot is.

A két menhely vezetőjének elmondása alapján a következőkre lenne szükség:

1. JUNIOR SZÁRAZTÁP ÉS KONZERV
2. FELNÖTT SZÁRAZTÁP ÉS KONZERV
3. RIZS ÉS ORSÓTÉSZTA (NEM DURUM)

Kérünk benneteket, hogy magasabb tápértékű eledelt hozzatok,  
mert a hideg telet csak ezzel tudják gond nélkül átvészelni a kutyusok.

MINDEN ADOMÁNYÉRT HÁLA ÉS KÖSZÖNET!

**Helyszín:**  
Óbuda, Fő tér  
**Időpont:**  
December 18. 10-22 óráig  
December 19. 10-20 óráig

Szervező:  
Óbudai Kutyás Egyesület  
Adománygyűjtés fővédnöke:  
Dr. Kiss László polgármester

Köszönjük a támogatást  
és a segítséget Óbuda-Békásmegyer  
Önkormányzatnak!

A karácsonyi vásárban keressétek  
ezt a logót a kis faházon:

ÓBUDAI KUTYÁS EGYESÜLET

OTTHONUNK  
OBUDA  
BÉKÁSMEGYER



## ÁLLÁSPÁLYÁZATOK

### ÓVODAPEDAGÓGUS, GYERMEKSZIGET MONTESSORI ÓVODA

A Gyermeksziget Montessori Óvoda pályázatot hirdet óvodapedagógus munkakör betöltésére, határozatlan idejű közalkalmazotti jogviszonyra (próbaidő 4 hónap). A munkakör az elbírálást követően azonnal betölthető.

A munkavégzés helye: 1039 Budapest, Ziperowsky utca 2. és Kelta utca 5. (Békásmegyer).

Illetmény, juttatások: a közalkalmazottak jogállásáról szóló 1992. évi XXXIII. törvény rendelkezései alapján. Pályázati feltételek: szakirányú főiskolai végzettség, büntetlen előélet.

A pályázat elbírálása során előnyt jelent: Montessori-módszerben való jártasság.

A pályázat részeként benyújtandó iratok, igazolások: részletes, fényképes önéletrajz; végzettséget igazoló oklevél másolata.

Alkalmazás esetén: erkölcsi bizonyítvány (a foglalkoztatásra vonatkozólag is), amely három hónapnál nem régebbi.

Jelentkezni lehet:  
a kelta-o@kszki.obuda.hu e-mail-címen.

A pályázat benyújtásának határideje: folyamatosan, az álláshely betöltéséig.

A pályázat elbírálásának határideje: folyamatosan, az álláshely betöltéséig.

### DAJKA, GYERMEKSZIGET MONTESSORI ÓVODA

A Gyermeksziget Montessori Óvoda pályázatot hirdet dajka munkakör betöltésére, határozatlan idejű közalkalmazotti jogviszonyra (próbaidő 4 hónap). A munkakör az elbírálást követően azonnal betölthető.

A munkavégzés helye: 1039 Budapest, Ziperowsky utca 2. (Békásmegyer).

Illetmény, juttatások: a közalkalmazottak jogállásáról szóló 1992. évi XXXIII. törvény rendelkezései alapján.

Pályázati feltételek: dajka végzettség, büntetlen előélet.

A pályázat részeként benyújtandó iratok, igazolások: részletes, fényképes önéletrajz; végzettséget igazoló oklevél másolata.

Alkalmazás esetén: erkölcsi bizonyítvány (a foglalkoztatásra vonatkozólag is), amely három hónapnál nem régebbi.

Jelentkezni lehet:  
a kelta-o@kszki.obuda.hu e-mail-címen.

A pályázat benyújtásának határideje: folyamatosan, az álláshely betöltéséig.

A pályázat elbírálásának határideje: folyamatosan, az álláshely betöltéséig.

### ÓVODAPEDAGÓGUS, ÓBUDAI SZÁZSZORSZÉP ÓVODA

Budapest III. kerület, Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat Óbudai Százszorszép Óvoda (1032 Budapest, Reménység utca 6.) 2022. január 1-jei kezdéssel óvodapedagógust keres. A munkakör határozatlan idejű, teljes munkaidős.

Munkavégzés helye: Óbudai Százszorszép Óvoda (1032 Budapest, Reménység utca 6.).

Pályázati feltétel: felsőfokú szakirányú végzettség, alapfokú angol nyelvtudás.

Pályázat benyújtásához szükséges okmányok: részletes, fényképpel ellátott önéletrajz; motivációs levél; erkölcsi bizonyítvány; iskolai végzettséget igazoló okiratok; érvényes egészségügyi alkalmasság. Bérézés: a közalkalmazotti illetménytábla szerint + 40 000 Ft nyelvi pótlék.

A pályázat benyújtásának határideje: folyamatos.

Az elbírálás határideje: folyamatos.

A pályázat benyújtásának módja: a remeny-o@kszki.obuda.hu e-mail-címen vagy postai úton – Óbudai Százszorszép Óvoda, 1032 Budapest, Reménység utca 6. –, minden esetben elérhetőség megjelölésével.

Az állás betölthető: 2022. január 1-jétől.  
A pályázati kiírással kapcsolatban további információt nyújt dr. Bozzayné Káli Tünde óvodavezető a 06-70-685-2239-es telefonszámon.

### ÓVODAPEDAGÓGUS, ÓBUDAI SZÁZSZORSZÉP ÓVODA

Budapest III. kerület, Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat Óbudai Százszorszép Óvoda (Budapest, 1032 Reménység utca 6.) 2022. január 1-jei kezdéssel óvodapedagógust keres. A munkakör határozott idejű (2022. január 1.–2023. július 31.), teljes munkaidős.

Munkavégzés helye: Óbudai Százszorszép Óvoda telephelye, Színes Gyerekkert (1032 Budapest, Gelléri Andor Endre utca 6–8.).

Pályázati feltétel: felsőfokú szakirányú végzettség; alapfokú angol nyelvtudás.

Pályázat benyújtásához szükséges okmányok: részletes, fényképpel ellátott önéletrajz; motivációs levél; erkölcsi bizonyítvány; iskolai végzettséget igazoló okiratok; érvényes egészségügyi alkalmasság. Bérézés: a közalkalmazotti illetménytábla szerint + 40 000 Ft nyelvi pótlék.

A pályázat benyújtásának határideje: folyamatos.

Az elbírálás határideje: folyamatos.

A pályázat benyújtásának módja: a remeny-o@kszki.obuda.hu e-mail-címen vagy postai úton – Óbudai Százszorszép Óvoda, 1032 Budapest, Reménység utca 6. –, minden esetben elérhetőség megjelölésével.

Az állás betölthető: 2022. január 1-jétől.  
A pályázati kiírással kapcsolatban további információt nyújt dr. Bozzayné Káli Tünde óvodavezető a 06-70-685-2239-es telefonszámon.

### PÉNZÜGYI KOORDINÁTOR, ÓBUDAI TÁRSASKÖR

Az Óbudai Társaskör pályázatot hirdet pénzügyi koordinátori munkakör betöltésére.

Foglalkoztatás jellege: teljes munkaidős, határozatlan idejű munkaviszony.

Munkavégzés helye:  
1036 Budapest, Kiskorona utca 7.

A munkakörbe tartozó főbb feladatok:

- az intézmény működéséhez a jogszabályban előírt belső szabályzatok, előterjesztések előkészítése;
- készpénz kezelése, számlák készítése, azok ellenőrzése;
- folyamatos adatszolgáltatás beszámolókhöz, költségvetéshez;
- folyamatos adatszolgáltatás, adminisztráció a munkaügyi feladatok elvégzéséhez;
- megbízási szerződések, egyéb szerződések elkészítése;
- kapcsolattartás a fenntartóval, a gazdálkodásért felelős szervvel és egyéb felügyeleti szervekkel;
- adminisztráció, dokumentumok kezelése, nyilvántartások vezetése.

Pályázati feltételek:

- regisztrált mérlegképes könyvelő (államháztartási területen);
- legalább 5 év szakmai tapasztalat;
- felhasználói szintű MS Office (irodai alkalmazások);
- három hónapnál nem régebbi erkölcsi bizonyítvány.

A pályázat elbírálásánál előnyt jelent: szakirányú főiskolai végzettség.

A pályázat részeként benyújtandó iratok, igazolások:

- fényképes szakmai önéletrajz [kérjük, jelentkezésében jelölje meg bérigényét];
- nyilatkozat arról, hogy a kiválasztási eljárásban részt vevő személyek személyes adatait a kiválasztási eljárással összefüggésben megismerhetik és kezelhetik.

A pályázat benyújtásának módja:  
fényképes önéletrajz elektronikus úton,  
Vass Lajos igazgató részére  
a vass.lajos@kszki.obuda.hu e-mail-címen keresztül.

A pályázat benyújtásának határideje:  
2021. december 22.

A pályázat elbírálásának határideje:  
2022. január 7.

A munkakör a pályázat elbírálását követően azonnal betölthető.

## Pályázati felhívás nem lakás céljára szolgáló, üres helyiségek bérbeadására

Az Óbudai Vagyonkezelő Nonprofit Zrt. pályázatot hirdet a Budapest Főváros III. kerület, Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat tulajdonában álló, nem lakás céljára szolgáló, üres helyiségek bérbeadására. A helyiségbérelti szerződés időtartama 5 év lehet minden, nem raktározási funkcióra történő bérbeadás esetén.

Az Óbudai Vagyonkezelő Nonprofit Zrt. pályázatot hirdet a Budapest Főváros III. kerület, Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat tulajdonában álló, nem lakás céljára szolgáló, tároló funkciójú, üres helyiségek bérbeadására, magánszemélyek részére. A tárolóhelyiségek kereskedelmi célú raktározásra nem vehetők igénybe, vonatkozásukban telephelyengedély nem

adható ki. A helyiségbérelti szerződés időtartama 3 év lehet minden, raktározási (tárolási) funkcióra történő bérbeadás esetén.

A részletes pályázati felhívás – mely teljes körűen tartalmazza a pályázaton történő részvételt, a pályázat benyújtása és az ingatlanok hivatalos megtekintésének feltételeit, a pályázó kötelezően előírt vállalásait, a bérelti szerződés lényeges tartalmi elemeit és megkötésének módját, illetve az esetleges bérlői beruházás kompenzációjának feltételeit –, valamint a pályázati formanyomtatvány az obuda.hu és az ovzrt.hu weboldalakról letölthető. A pályázatokat folyamatosan, legkésőbb 2021. december 23-án 12 óráig lehet benyújtani.

OBUDAI  
VAGYONKEZELŐ  
NONPROFIT ZRT.



# Már igényelhetők a 2022-es parkolási engedélyek

**OBUDAI**  
PARKOLÁSI NONPROFIT KFT.

**Az év végi zsúfoltság elkerülése érdekében az Óbudai Parkolási Kft.-nél már igényelhetők a 2022-re érvényes kerületi parkolási engedélyek. A kérelmek személyesen, postai úton, illetve elektronikusan is benyújthatók.**

A 2021. évre kiadott kerületi parkolási engedélyek érvényessége – a gyermekszállítási kedvezmény kivételével – 2022. január 31-én lejár. Az Óbudai Parkolási Kft. azonban azt javasolja ügyfeleinek, ne hagyják az utolsó pillanatra a jövő évi engedélyek igénylését, ezért már november végétől lehetőséget biztosítanak a 2022. évi engedélyek igénylésére.

A kérelmeket személyesen, a társaság ügyfélszolgálatán, illetve postai úton is be lehet

nyújtani. A megfizetendő összegekről az obudaiparkolas.hu oldalon található információ. Az ügyfélszolgálaton készpénzes és bankkártyás fizetésre is lehetőség van. Előzetes időpontfoglalásra az Ügyfélablakon vagy az Óbudai Parkolási Kft. call centerén keresztül, a 06-21-208-8002-es telefonszámon van lehetőség.

Az állandó III. kerületi lakcímmel és saját üzembentartással, vagy a forgalmi engedélybe bejegyzett üzembentartó hiányában saját tulajdonú, magyar felségjelzésű gépjárművel rendelkező ügyfelek elektronikusan is benyújthatják kérelmüket az Ügyfélablakon keresztül. Erre a munkátlatától kizárólagos használatba kapott úgynevezett „céges autó” esetén nincs lehetőség.

Kizárólag az ügyfélszolgálaton és a honlapon elérhető formanyomtatványokon benyújtott kérelmeket fogadják el. A nyomtatványok hátoldalán található tájékoztató a sikeres kérelmezéshez szükséges dokumentumok listáját is tartalmazza.

A járványhelyzetre tekintettel az Óbudai Parkolási Kft. ügyfélszolgálatának munkatársai az orrot és a száját eltakaró maszkot viselnek, és kéri, hogy saját és munkatársaik biztonsága érdekében az ügyfelek is használják a kézfertőtlenítőt, viseljenek maszkot, valamint lehetőség szerint kísérelő nélkül érkezzenek. 2021. december 23-án 17 órától 2022. január 3-án 8 óráig a parkolás díjmentes, így az Óbudai Parkolási Kft. ügyfélszolgálatára és call centerre sem lesz elérhető.

# Karácsonyi kacsza az óbudai Fő téren

Az óbudai karácsonyi vásár egyik fő attrakciója a Kacsakocsi – hivatalos nevén a Duck You by Gléda. A Gléda Vendéglő tulajdonosai tavasszal álmotdták és építették meg a speciális food truckot, ami teljes egészében a kacsák köré épült. A professzionális konyhai berendezések valóságban kevésbé megergetik meg a vendégek szívét, mint a Kacsakocsi kinézete és pláne a kínálata, pedig azokról is lehetne mesélni eleget. Például: láttak már olyan, vízszintesen forgó grillsütőt, amire egyszerre 15 kacsza méretű madarat lehet felhúzni, hogy tökéletesen omolásra és ropogásra süljenek?

Ezt a karácsonyi vásár ideje alatt a saját szemükkel is megnézhetik, hiszen a Duck You-ban minden nap frissen sütik a Kiskunhalasról érkező peccsenyekacsákat, hogy aztán frissen, félben vagy egészben, illetve izgalmas fogásokká lényegülve örvendeztessék meg a vásár látogatóit.

Kerekes Sándor, a Gléda Vendéglő és a Duck You séfje a nyári

szezon után megújította a kacsafogások kínálatát, ám az örök közönségkedvencet akkor sem vehetnék le az étlapról, ha szeretnék: a tépett kacsaburgerhez először házilag főzött mustárral kenik meg a bucit, erre kerül a jégsaláta, arra a coleslaw-saláta, majd a tépett, konfitált kacsahús, arra pedig a házilag főzött paradicsomszósz, majd a buci teteje. Nem állítjuk, hogy nem fogják leenni a télkabátjukat vele, de bőven megéri a kockázatot!

Az egész vagy fél kacsákat sokkal civilizáltabban lehet fogyasztani – pláne, ha hazaviszik őket a terített asztalra! Egy szaftosra, de kívül ropogósra sült illatos kacsza tökéletes központja lehet a karácsonyi vacsorának – így bőven marad idejük a készülődés azon részére, amit sokkal szívesebben csinálnának. És a sütőt csak annyira kell begyújtani, hogy a kacsza újra átmelegedjen, esetleg valami köret kerüljön mellé. Esetleg egy jó coleslaw a Duck You-ból?



A Kacsakocsi minden nap déltől este 8-ig, hétfőig, de még máris 10-től este 10-ig várja önöket szeretettel a Fő téren. Ha személyesen Deli Jánost, a Gléda vendéglőjét is elcsípi, akkor biztosak lehetnek benne, hogy az almapuncs mellett pezsgő is

akad a pultban az ünnepi vásárláshoz!

### A Kacsakocsi elérhetőségei

A karácsonyi vásár ideje alatt az óbudai Fő téren, online pedig: facebook.com/utszelikacsza

## APRÓHIRDETÉS

**SZOLGÁLTATÁS**  
Víz-fűtésszerelő gyorsszolgálat: csap, szifon, WC-tartály, radiátorszerelés, fürdőszobák teljes körű felújítása, burkolása: 06-70-642-7526.

**LAKÁSFELJÚJÍTÁS! SZOBAFESTÉS, TAPÉTAZÁS, PARKETTAZÁS, CSEMPÉZÉS, VÍZSZERELÉS, VILLANYSZERELÉS, KÖMÜVISMUNKÁK, GARANCIÁVAL. HALÁSZ TIBOR. TEL.: 06-1-202-2505, 06-30-251-3800.**

Üvegezés a helyszínen, biztosításra is! Gyorsan, tisztán, pontosan! Nagy Miklós. Tel.: 06-70-940-1011.

Fogsorjavítás és kapocsptótlás: 4900 Ft, új fogsor készítése (alsó vagy felső): 40 000 Ft, alábélelés: 15 000 Ft. Óbudán az Árpád hídnál 1995 óta. Tel.: 06-20-927-6967.

Redőnyszerelés, -javítás, gurtncsere, szalagfüggöny, szünyogháló, harmonikaajtó. Nagy Sándor, 06-20-321-0601.

Gázkészülékek javítása! Garanciával, korrekt árakkal. Horti Ákos, 06-1-367-0817, 06-30-231-9179.

Fakivágás, fűnyírás, sövénynyírás, fűkaszálas, bozótirtás. Alkalmi és rendszeres kertápolási munkák. Veszélyes fák kivágása kötéltechnikával is. Tel.: 06-30-994-2431.

Pedikűr-manikűr otthonában! Pedikűrös hához megy! Tel.: 06-20-806-7783.

Budapest, III. kerületi gyógyszerárba takarítónőt keresünk. Délutánonként napi 3 óra munka, egy kedves, tisztaságot szerető csapatban. Tel.: 06-30-983-8098.

**ÁLLÁS**  
Budapest III. kerületben 4 lakásos társasház takarítót keres 2x3 órára (lépcsőház, garázs, járda tisztántartására). 2000 Ft/óra. Érdeklődni: a 06-30-922-5005-ös telefonszámon.

Hűvösvölgyi úti társasház keres gondnoki, kertgondozási feladatok ellátására közelben lakó, nyugdíjas munkaeót, havi 25 órás kötetlen munkaidőben. Jelentkezni lehet: 06-20-961-0309.

**RÉGISÉG**  
Könyvet, képeslapot, régi jelvényt, kitüntetést,

retró tárgyakat vásárolok: borbelyimre@gmail.com.  
Régiséget vásárolunk készpénzfizetéssel! Bútort, festményt, könyveket, porcelánt, órát, érmét. Teljesen ingyen! Díjtalan kiszállással, értékbecsléssel! Hétfőig is! Jakab Dorina, 06-20-365-1042.

A Nemes Galéria festménygyűjtemények részére magyar, különleges, valamint ritka és modern festményeket vásárolna. Tel.: 06-30-949-2900, e-mail: nemes.gyula@nemesgaleria.hu.

**ÉLETJÁRADÉK**  
Az Életjáradék segíthet visszazökkenni a mindennapok élvezetébe! Bevásárlás, ápolás, gondozás, takarítás, legyen szó bármiről, én segítek önnek! Részletes információ: 06-70-723-8434.

Nagy tapasztalattal rendelkező, fiatal, értelmiségi pár életjáradéki szerződést kötne egyedülálló, idős személlyel. Méltó, megbecsült, nyugodt életet biztosítunk. Telefon: 06-20-443-0015.

**ADÁS-VÉTEL**  
INGATLANIRODÁNK eladó lakásokat keres! Jutalék 3,5%, ügyvéd ingyen, külföldi vevők elérése. Ismerős lakása eladó? Hívjon, Ön is jutalékot kap! 06-20-9-600-600.

Kiváló adottságú, emeleti, újlipótvárosi, 66 nm-es lakásunkat 4 szobás lakásra cserélnénk a kerületben értékkülönbözettel. Tel.: 06-30-605-5079.

**APRÓHIRDETÉSEK FELADÁSA**  
**3S Karakter Kft.**  
1087 Budapest, Osztály utca 16-18/D. (bejárat a Hős utca felől)  
Személyesen: hétköznap 08.30 és 15.30 között  
Telefonon: 06-1-354-0847, 06-20-360-3785  
E-mailben: aprohirdetesguru@mediaasz.hu

# Szigorodtak a jótállásra vonatkozó szabályok

**Az idei évtől szigorodtak a fogyasztók és a vállalkozások közötti szerződés keretében eladott új tartós fogyasztási cikkekre vonatkozó jótállással kapcsolatos rendelkezések.**

A jótállási kötelezettség teljesítése továbbra is azt a vállalkozást terheli, amely a fogyasztóval szerződést kötött, a jótállásból eredő jogokat pedig a fogyasztási cikk tulajdonosa érvényesítheti. Ismét jelentősen bővült a tartós fogyasztási cikkek köre, a jótállás időtartama pedig – a korábbi egységes egy év helyett – differenciálttá vált a termék eladási áráról függően. A jótállás időtartama 10 ezer és 100 ezer forint közötti eladási árnál 1 év; 100 ezer és 250 ezer forint közötti eladási árnál 2 év; 250 ezer forintot meghaladó eladási árnál 3 év.

A jótállási határidő továbbra is a fogyasztási cikk fogyasztó részére történő átadása, vagy ha az üzembe helyezést a vállalkozás vagy annak megbízottja végzi, az üzembe helyezés napjával kezdődik. Ezt kiegészítette ugyanakkor az az új szabály, miszerint, ha a fogyasztó a fogyasztási cikket



**A jótállásra vonatkozó szabályokról részletes tájékoztatás olvasható az alábbi weboldalon: [recsenyi.hu/januartol-szigorodnak-a-jotallassra-vonatkozoz-szabalyok](http://recsenyi.hu/januartol-szigorodnak-a-jotallassra-vonatkozoz-szabalyok)**

**RÉCSÉNYI ÜGYVÉDI IRODA**  
BSQ Business Center  
B. lph. 3. emelet  
Tel.: 06-30-165-6361  
E-mail: info@recsenyi.hu  
Web: www.recsenyi.hu

Dr. Récsényi Attila ügyvéd  
1036 Budapest, Lajos utca 66.

cikket az átadástól számított hat hónapon túl helyeztetni üzembe, akkor a jótállási határidő kezdő időpontja ez esetben is a fogyasztási cikk átadásának napja. A vállalkozás a magyar nyelvű és jogszabályban meghatározott tartalmú jótállási jegyet köteles a fogyasztási cikkekkel együtt a fogyasztó rendelkezésére bocsátani. Új lehetőség a vállalkozások számára, hogy a jótállási jegyet elektronikus úton is átadhassák a fogyasztónak.

A jogalkotó egyértelműsítette, hogy a jótállásból eredő jogok érvényesítésének nem lehet feltétele a fogyasztási cikk felbontott csomagolásának fogyasztó általi visszaszolgáltatása. Kedvező új rendelkezés, hogy a fogyasztó a kijávitás iránti igényét nemcsak a jótállási jegyen feltüntetett javítószolgálatnál, hanem választása szerint a vállalkozás székhelyén, bármely telephelyén, fióktelepén is közvetlenül érvényesítheti.

A fogyasztók számára előnyösen változtak a termék kicserélésére, illetve a vételár visszafizetésére vonatkozó előírások is. A vállalkozás a termék cseréjét, illetve a vételár visszafizetését 8 napon belül köteles teljesíteni. A vételár visszafizetéséhez szükséges a termék értékesítéséről kiállított, a vételár megfizetését igazoló bizonylat bemutatása. Nem változott az a szabály, amely szerint, ha a fogyasztó a fogyasztási cikk meghibásodása miatt a vásárlástól / üzembe helyezéstől számított három munkanapon belül érvényesít csereigényt, a vállalkozás köteles a fogyasztási cikket kicserélni, feltéve, hogy a meghibásodás a rendeltetésszerű használatot akadályozza.

# 1000+

## új termékekkel várjuk

Pablo Neruda utcai, Madzsar utcai  
expressz üzleteinkben!

Kibővült speciális táplálkozás, nemzetközi konyha és finest választékkal várjuk.



freeFROM

Organic

Speciális táplálkozás

Nemzetközi konyha

**TESCO finest**

Válassza a gyors és egyszerű vásárlást!

HUNGARYCARD  
MAGYAR TURIZMUS KÁRTYA

## ÉLMÉNYEK AZ EGÉSZ CSALÁDNAK KARÁCSONYRA!

**SZÁMTALAN MEGTAKARÍTÁS BELFÖLDÖN EGY ÉVEN ÁT!**  
VASÚTON, BUSZON, AUTÓPÁLYÁN, HAJÓKON, FÜRDŐKBN, SZÍNHÁZAKBAN, MÚZEUMOKBAN,  
KONCERTEKEN, KALANDPARKOKBAN, ÉLMÉNYKÖZPONTOKBAN, SZÁLLÁSHELYEKEN, ÉTTERMEKBN  
A SZÉP KÁRTYA HASZNOS KIEGÉSZÍTŐJE LEHET.

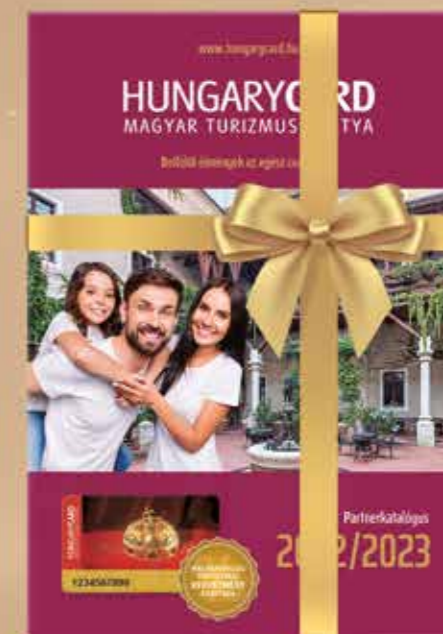
AZ **OBUDA2021** KUPONKÓD SEGÍTSÉGÉVEL 20% KEDVEZMÉNNYEL VÁSÁROLHATJA MEG  
A KÁRTYA BÁRMELY TÍPUSÁT A [WWW.HUNGARYCARD.HU](http://WWW.HUNGARYCARD.HU) OLDALON KERESZTÜL.  
AZ AKCIÓ 2021. DECEMBER 31-IG ÉRVÉNYES. A KISZÁLLÍTÁS INGYENES,  
DE LEHETŐSÉG VAN SZEMÉLYES ÁTVÉTELRE IS A HOTELINFO IRODÁBAN (1056 BUDAPEST, VÁCI UTCA 78-80.)



MAGYARORSZÁG  
TURISZTIKAI  
KEDVEZMÉNY  
KÁRTYÁJA

HUNGARYCARD BASIC  
2022/23 KÁRTYA: 12.000 FT

HUNGARYCARD PLUS  
2022/23 KÁRTYA: 20.000 FT



# TÁRSASHÁZI KÖNYVELÉS

Most kedvezményes áron vállaljuk Társasházak és Lakásszövetkezetek könyvelését!

- Rendszeres, akár online egyenleg-kimutatással
- Közősköltség-számítás speciális előírásokkal

**AKCIÓS ÁR:**

500 Ft / albetét / hó (min. 7.000 Ft / hó)

**NE MARADJON LE!  
KERESSEN MINKET BIZALOMMAL!**

**+36 30 878 7353**  
info@adominden.hu



**OBUDA**  
ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER ÖNKORMÁNYZAT LAPJA

**Töltse le korábbi számainkat az obuda.hu-ról!**

**ISOPLUS Távhővezetékgyártó Kft.**  
keres az alábbi munkakörre férfi jelentkezőket:

**MŰANYAG-EXTRUDÁLÓGÉP KEZELŐ**

Munkavégzés helye: III. kerület Kunigunda útja 45.

Kezdés: 2022. január 1.

Bérezés: megegyezés szerint

Jelentkezni fényképes önéletrajzzal az isoplus@isoplus.hu email címen.

# BIZALOM, A VÉDELEM MINDEN TERÜLETÉN.

PRO  
FIDELIS

**Cégünk készsággel áll rendelkezésükre:**

- személyvédelem
- érdekképviselet
- objektum őrzés
- birtokvitás helyzet
- rendezvények biztosítása esetén



**PRO FIDELIS VAGYONVÉDELMI ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**

**RÁSZOLGÁLUNK profidelis.kft@gmail.com BIZALMÁRA! +36 30 408 7129**

# 75. Máté Péter

születésnap emlékkoncert

**2022. február 4.**  
Budapest Kongresszusi Központ

Az emlékkoncert fellépői:  
Malek Andrea · Id. Malek Miklós · Gallusz Nikolett  
Tabáni István · Solymos Tóni · Back II Black zenekar  
Bolyki Brothers acapella énekegyüttes

Az est házigazdája: Kovács Aron

Jegyek kaphatók az ismert jegyirodáknak és a www.broadway.hu weboldalon.  
Információ: www.matepeteremlekkoncert.hu, 06-30-203-58-22



# OBUDA

## ÓBUDA ÉS BÉKÁSMEGYER KÉTHETILAPJA MÉDIAAJÁNLAT

**Miért érdemes nálunk hirdetni?  
Hány példányban jelenünk meg?**

• Mert Óbuda hivatalos lapjában a Megrendelő hirdetése hatékonyan jut el a célközönséghez, amelynek költségei olcsóbbak, mintha saját szórólappal, vagy kiadvánnyal vesződne.

• Az Óbuda Újság 1965 óta immár 55. évfolyamával nagy népszerűségnek örvend az Óbudán élők körében, mivel a cikkek, rovatok mindig a helyi történésekről, eseményekről, Óbudáról szólnak az Óbudaiaknak.

• Újságunk megújult arculattal, egy igényes, profi környezetben jelenik meg, amely méltó az Ön hirdetéséhez is!

### Az Óbuda újság standard hirdetési árai

2021	Méret (szélesség x magasság) milliméterben	Színes nettó ár
1/1 (egész oldal)	190 x 272	250.000
1/2 (fél oldal)	190 x 134, 93 x 272	125.000
1/4 (negyed oldal)	93 x 134	73.750
1/8	93 x 65	48.750
1/16	44 x 65	31.250
1/32	44 x 31	12.500

Egyedi méret esetén: FF 700 Ft / cm<sup>2</sup> Színes: 900 Ft / cm<sup>2</sup>

A több megjelenésre leadott hirdetések esetében az alábbi kedvezmények alkalmazhatók:

- 3. megjelenés esetén további 10%
- 4-5. megjelenés esetén további 15%
- 6-9. megjelenés esetén további 20%
- 10+ megjelenés esetén: kérje egyedi ajánlatunkat a keypricekft@gmail.com címen!

## TOPPER-SECURITY KFT.

- A magántulajdon védelmének biztosítására,
- járőr feladatok ellátására,
- mechanikai, fizikai és elektronikai vagyonvédelmi jelző- és megfigyelőrendszerek kezelésére,
- személy- és áruforgalmi beléptetésre,
- informatikai eszköztámogatás segítségével való ellenőrzésre,
- szórakozóhelyek, rendezvények professzionális biztosítására

**BIZTONSÁGI ŐR MUNKAKÖRBE**  
állásokat hirdet

Jelentkezés:  
allas.toppersec@gmail.com



## TOPPER-SECURITY KFT.

Cégünk a hazai biztonsági szolgáltató szektor egyik legdinamikusabban fejlődő szereplője. Küldetésünk, hogy ügyfeleink komplex igényeit a legmagasabb színvonalon, a hatályos jogszabályoknak megfelelően szolgáljuk ki.

**Bízunk benne, hogy hamarosan Önt is ügyfeleink között üdvözölhetjük!**

*BIRÓ PÉTER*  
ügyvezető

Keressen minket bizalommal:  
iroda@topper.hu





dr. Kiss László

#mindenkípolgármestere

*Áldott, békés karácsonyt  
és eredményes új évet kíván  
Óbuda-Békásmegyer  
Önkormányzat!*

Advent  
OBUDAN



OTTHONUNK  
OBUDA  
BÉKÁSMEGYER

**Állandó ügyelet!  
Ügyeleti díj nélkül!**

**Mátyás Király  
Patika**

**III. Mátyás király út 2.**

(A Tesco Expressz mellett)  
Szombatonként este 8-ig  
nyitott ajtóval várjuk Önöket!

**T.: (1) 240-4320**

**Miklós Patika**

**III. Vöröskereszt u. 11.**

(Miklós utca – Vöröskereszt  
utca sarok)

**T.: (1) 240-6338**

**PatikaSzombat!**



*Ha Szombat,  
akkor Patika!*

**Aquincum Patika**

**III. Lajos u. 131.**

**T.: (1) 368-7146**

**Szent Lukács  
Patika**

**III. Bécsi út 89-91.**  
(Az Árpád Gimnázium mellett)

**T.: (1) 436-9083**

**KÖZÖS AKCIÓJA**

Az akció érvényes minden recept nélkül kapható, nem támogatott termékre 2021. december 31-ig.  
A részletekről érdeklődjön a patikában. Más akcióval össze nem vonható.