



KÖZÖS KOMPOSZT 11

Hat kerületi helyszínen helyeztek ki raklapos komposztosládákat



12

MODERN KÖZBRINGA- RENDSZER

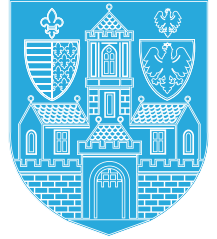
Legördült a gyártósorról az első új MOL Bubi kerékpár



VIRTUÁLIS FUTÁS 21

Tavaszi városrehabilitációs futásra várják a sportolni vágyókat

ÓBUDA



ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER ÖNKORMÁNYZAT LAPJA

XXVII. ÉVF. 5. SZÁM

2021. FEBRUÁR 26.

SEGÍTSÉG A VILÁG MÁSİK VÉGÉRŐL

3



Példamutató összefogással támogatja egy óbudai vendéglő és egy új-zélandi, szintén magyar kézben lévő étterem a kerület átmeneti otthonaiban élő családokat, gyermekeket.

Elismerés a szociális munka napján

7

A szociális munkát végzők sokféle területen állnak helyt. Egyvalami azonban közös szerteágazó hivatásukban: segítő kezét nyújtanak, szaktudással, ugyanakkor alázattal is. Szép hagyománya van Óbudán, hogy a szociális munka napja alkalmából a hivatásukban rég-



óta kiemelkedően teljesítők elkötelezettségét kintúntetéssel ismeri el az önkormányzat. Idén Török Imréné Katalin kerületi bölcsődevezető és Ódor Mária, a polgármesteri hivatal ügyintézője részesült polgármesteri dicséretben.

NEMZETKÖZI MINŐSÍTÉS: TEHETSÉGGÖZPONT LETT A III. KERÜLETI TVE



21

Eljuttatják a nélkülözőkhöz az áruházi portékafelesleget

Sok és sokféle ételadomány



Kerületünkben a szociális munka egy szelete az élelmiszer-adományozás. Ezúttal azt számoltuk össze, hogy a Magyar Élelmiszerbank Egyesület mennyi adománnyal támogatta az Óbuda-Békásmegyeren élő, nehezebb helyzetben lévő lakosokat.

Kerületünk szociális szakemberei többféle forrást is felkutatnak, hogy segíteni tudják a gondozottakat. Az önkormányzattól kapott rendszeres támogatás, illetve az egy-egy alkalomhoz kötődő – ilyen volt például a polgármesteri hivatal kezdeményezte karácsonyi gyűjtés – mellett az Óbudai Családi Tanácsadó és Gyermekvédelmi Központ (ÓCST-GYVK) cégekkel, kerületi intézményeinkkel és civilszervezetekkel is együttműködik. A Magyar Élelmiszerbank Egyesülettel már több éve együtt dolgoznak a minél hatékonyabb megsegítés érdekében.

Hús- és tejtermékeket, zöldségfélét, pékárukat, édességeket is tartalmaznak a csomagok

Az elmúlt évben az ÓCSTGYVK részére a Magyar Élelmiszerbank Egyesület 37 780 117 forint értékben 40 334 kg élelmiszert adott át. Ebből 37 839 kg adományt áruházi élelmiszermentésből, 2945 kg adományt pedig az egyesület raktárából kaptak. De mit is jelent az áruházi élelmiszermentés? A keletkezett portékafelesleg,

illetve a közeli lejáratú idejű – de még mindenképpen fogyasztható – termékek rövid időn, jellemzően egy napon belül eljutnak a nélkülözőkhöz. „Nagyon sok és sokféle értékes élelmiszer oszthatunk így ki a kerületben – mondja Bleszkánné Kis Ildikó szakmai vezető, aki többek között az ÓCST-GYVK intézményeiben az adományosztásért felel. – Hús- és tejtermékek, édességek, pékáruk éppúgy vannak a csomagban, mint zöldségfélék. Az élelmiszerbank raktárából pedig későbbi lejáratú idejű vagy tartós élelmiszerek, konzervek érkeznek. Az ellátottak körét mindig családsegítő munkatársaim határozzák meg nagyon szigorú szakmai szempontok szerint.”

Az ÓCSTGYVK 560 ellátottja számára a szervezet által 2020-ban eljuttatott élelmiszerek fejenként 67 706 forint értékű támogatást és 72,3 kg élelmiszer-adományt jelentettek. Az élelmiszerbank családi tanácsadónk mellett az Óbudai Rehabilitációs és Foglalkoztatási Központtal is együttműködik. A tavalyi évben itt az ellátottaknak összesen 3636 kg élelmiszer-adományt adtak át.

A Magyar Élelmiszerbank Egyesületnek és kollégáinak, önkénteseinek köszönjük, hogy hozzájárulnak kerületünk nehezebb helyzetben lévő lakóinak a mindennapjait könnyebbé tenni. Ezzel az önkormányzat munkáját is nagyban segítik, támogatják.

ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER ÖNKORMÁNYZAT

ÉLELMISZER-ADOMÁNYOZÁS ÓBUDA-BÉKÁSMEGYEREN

2020-ban az Óbudai Családi Tanácsadó és Gyermekvédelmi Központ részére a Magyar Élelmiszerbank Egyesület **37 780 117 forint értékben, 40 334 kg** élelmiszert adott át.

Ebből:



37 839 kg

adományt áruházi élelmiszermentésből

2945 kg

adományt pedig az egyesület raktárából kaptak

Az ÓCSTGYVK 560 ellátottja számára az élelmiszerek értéke fejenként



67 706 Ft

értékű támogatást



72,3 kg

élelmiszer-adományt

jelentett.

ODAFIGYELÜNK EGYMÁSRA!

OTTHONUNK
ÓBUDA
BÉKÁSMEGYER

FÖLDRÉSZEKEN ÁTÍVELŐ SEGÍTSÉG



Példamutató összefogással támogatja egy óbudai vendéglős és egy új-zélandi, szintén magyar kézben lévő étterem a III. kerület átmeneti otthonaiban élő családokat, gyermekeket. Turgonyi Dániel alpolgármester és az önkormányzat a kezdeményezés mellé állt, így az első ételadományok már el is jutottak Óbuda-Békásmegyer intézményeibe.



ételt készítenek és szállítanak a leginkább rászorulóknak részére, így kollégáik bérét is ki tudják fizetni legalább két hónapon át. Mivel a Gléda csapatának tagjai óbudai családi vendéglőként tekintenek a helyre, egyértelmű volt, hogy valamelyik helyi segítő intézményt szeretnék támogatni kezdeményezésükkel.

Támogatás krízishelyzetben

„Amikor megkerestek ezzel a segítő szándékú ötlettel, azonnal tudtam, hová juttassuk az ételadományokat, hogy hol lesz a harmadik kerületben a legjobb helyen hétről hétre, és hogy melyik intézményünkkel kössünk össze a felajánlókat – tudtuk meg Turgonyi Dánieltől, Óbuda-Békásmegyer alpolgármesterétől, aki többek között a szociális ügyekért felel. – Az óbudai Családok Átmeneti Otthona krízishelyzetbe került gyermekes családok számára nyújt lakhatást és ellátást, akár egy éven át. De válságos helyzetben lévő, bántalmazott, a szülészetről éppen kikerülő édesanyák és csecsemők számára is biztosítunk itt otthont. Így őszinte köszönettel tartozom a Gléda vendéglő

munkatársainak a felajánlásáért. Az első nyolcvan adag meleg ebédet már ki is szállítottuk az otthon lakóinak.”

Az ételadományokból a kerületi Gyermek Átmeneti Otthonába is jut, amely szintén az Óbudai Családi Tanácsadó és Gyermekvédelmi Központ intézménye. Dávid István, az otthon szakmai vezetője az első ételadomány átvételekor elmondta, hogy itt gondozást és teljes körű ellátást biztosítanak olyan gyermekek számára, akik családi problémák, lakhatási gondok vagy betegség miatt átmenetileg szülői gondoskodás nélkül maradtak.

Mintaként szolgáló összefogás

László András új-zélandi étterem-tulajdonost, a kezdeményezés elindítóját is sikerült elérnünk, és a részletekről, a támogatás háttéréről kérdeznünk. „Hogy miért éppen Óbuda? Amellett, hogy régi barátság köt a Gléda tulajdonosaihoz, én a XII. kerületben születtem, és ott is nőttem fel. Akkoriban a fiúk egész Budát együtt csavarogták be, nem néztük a kerülethatárokat, így boldogan fedeztük fel Óbudát is, sok szép gyermekkori emlékem köt oda, ráadásul családtagjaim is laktak ott. Ami pedig azt illeti, hogy más szakmák ilyen szolidáris összefogására számítok-e: igen, határozottan. Hiszem, hogy mintaként szolgálhatunk, ha megismerik a munkánkat. Példát mutatunk, hogyan állhatnak egymás mellé mások is ilyen nehéz időkben.”



Melegétel-adományt kapnak az önkormányzat átmeneti otthonainak lakói

KÖZÖSSÉGI KÖLTSÉGVETÉS 2021

A mi otthonunk, a mi döntésünk

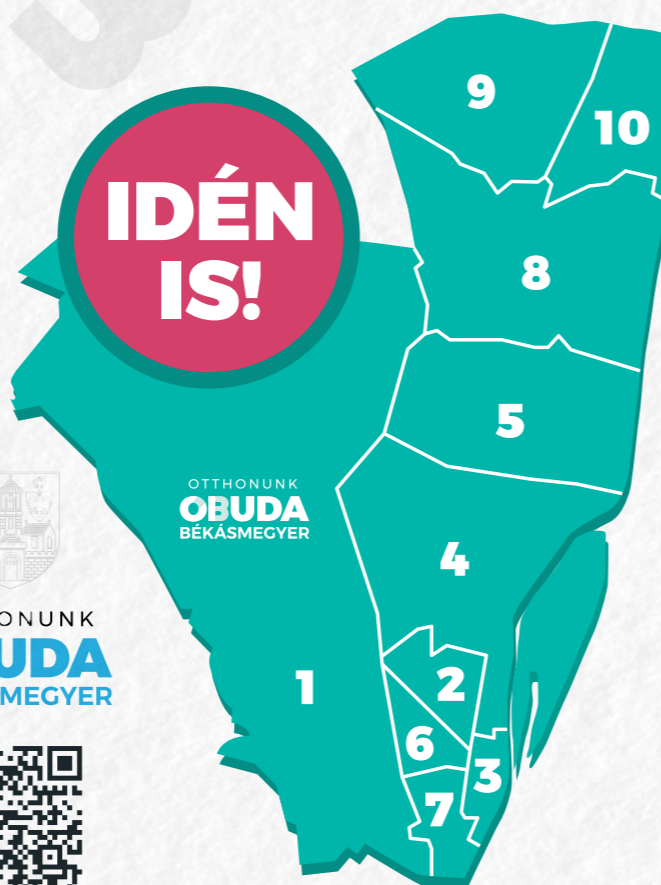
A 2021-ben rendelkezésre álló összeg
75.000.000 forint,
ami 10 körzetre* osztható szét,
vagyis **körzetenként 7,5 millió forintos**
fejlesztésre lesz lehetőség.

A KAMPÁNY KÉT SZAKASZA:

Javaslatétel: 2021. 02. 01.-03. 15.
Szavazás: 2021. 04. 01.-04. 20.

Bővebb információ:
obuda.hu/kozossegikoltsegvetes

OTTHONUNK
OBUDA
BÉKÁSMEGYER



VISSZAKÜLDHETŐ JELÖLŐLAP



Irányítószámom:

Javaslatom - a lakókörnyezetem ettől a fejlesztéstől válna jobbá:

A megvalósítás pontos helye:

Kérjük, minél pontosabban adja meg a címet! **Közterület neve / házszám**

Rövid indoklás:

Javaslattevő lapját, kérjük, **juttassa vissza** 1033 Budapest, Fő tér 3. címre, a borítékra írja rá,
hogy „Közösségi Költségvetés 2021”.

Javaslatát megteheti online is az obuda.hu/kozossegikoltsegvetes oldalon.

Értesítjük a lakosokat, hogy az adatkezelés az Érintett hozzájárulásán, az Európa Parlament és Tanács (EU) 2016/679 rendelete („GDPR”) 6. cikk (f) bekezdés (a) pontja alapján történik. A javaslatételével Ön hozzájárul személyes adatainak kezeléséhez. Tájékoztatjuk, hogy azokat kizárólag Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat arra kijelölt munkatársa fogja megismerni, az adatok harmadik fél számára nem kerülnek átadásra. A megküldött adatok kizárólag a közösségi költségvetés tervezésének ideje alatt és csak annak megvalósítása céljából kerülnek felhasználásra, azt követően törölésre kerülnek.

Interjú dr. Kiss Lászlóval, Óbuda-Békásmegyer polgármesterével

A minőségi egészségügyi ellátásból nem engedünk

A kormány valóban osztott alá vette az önkormányzatokat? Hogyan érinti ez kerületünket? Miért nem mehetünk el szó nélkül a Szent Margit Rendelőintézet megújulásának akadályozása mellett? Milyen fórumokon beszélhetjük meg az ehhez hasonló fontos, közös ügyeinket a járványügyi korlátozások idején?

Karácsony Gergely főpolgármester nemrégiben úgy fogalmazott, hogy a kormány az elvonások nyomán az egész önkormányzati szektor ellen indított támadást. Eltérő települések eltérő feladatokkal – a nehézségek mégis közösnek tűnnek.

Most ott tartunk, hogy már annak hírértéke van, ha kerületünk ügyében írt levélre választ kapunk. Am ezúttal éppen ez történt. Több hónap és számos, figyelmen kívül hagyott levél után végre választ kaptunk a kérdésre: a három és fél milliárd forintos harmadik kerületi szakrendelő-fejlesztést miért vették el egyetlen tollvonással. Mert elhúzódik, és túl drága a projekt, tudtuk meg a válaszelevélből. Nemigen lehet ezzel mit kezdeni, hiszen rajtunk nem múlt, mi tavaly április óta kérdezzük, mikor kezdetjük el a munkát – ehhez ugyanis kormányzati jóváhagyás szükséges. A „túl drága” megjegyzéshez pedig annyit fűzhetünk csak hozzá, ez a részükről jóváhagyott büdzsé, amelyet az önkormányzat hajlandó saját zsebből kiegészíteni szükség esetén. Ezt az ügymenetet különösen azért tartom elfogadhatatlannak, mert a kerület lakóinak jó minőségű egészségügyi ellátása a tét,

amelyhez joguk van. Sőt a Szent Margit Rendelőintézet jóval több polgárt lát el, hiszen például a tüdőgondozónk egyes szolgáltatásait egész Pest megye lakossága igénybe veheti, és szakembereink végeznek egy olyan speciális vizsgálatot is, amely az országban csak itt érhető el.

Tapasztaljuk, az egészségügyi dolgozók a végsőkig kitartanak, dacolva a nehéz körülményekkel. De egyszer mindenki elfárad...

Nagyon hálás vagyok a kerületben dolgozók elkötelezettségéért és odaadó munkájáért. És azért is, hogy a sok feladat és fáradozás ellenére van még erejük, kedvük, gondjuk a közös ügyeinkre. Egy példa egészen a közelmúltból: a kerület több pontjáról jelezték háziorvosok, hogy rendelőjükhöz plakátokat és még több jelölőlapot kérnek a Közöségi Költségvetés 2021 programunkhoz, mert szívügyük, hogy minél többeket bevonjanak a javaslatételbe, majd a szavazásba. Így én is mindenkit csak biztatni tudok a részvételre: március 15-ig várjuk a javaslatokat levélben vagy online. Írják meg nekünk, milyen fejlesztéstől válna jobbá, otthonosabbá, szebbé a lakókörnyezetük.

Egészségünk és biztonságunk egyik záloga a minél szélesebb körű, gyakori tesztelés

Szülőkként az egészségügyben dolgozók mellett a pedagógusok helytállását is csodáljuk e lassan már egy éve tartó feszült helyzetben. Féljük őket is, a gyerekeket is. Az önkormányzatnak van lehetősége enyhíteni a mindennapok aggodásait?

Itt a kerületben az egészségünk és a biztonságunk egyik záloga a járványügyi szabályok betartása mellett a minél szélesebb körű és minél gyakoribb tesztelés. Az elmúlt napokban 414 óvodai dolgozónk vett részt ingyenes és önkéntes Covid-19-szűrésen. Csupán két munkatársunknak lett pozitív a teszt eredménye. Az érintett intézményt fertőtlenítettük, a tájékoztatás és a további teendők szintén a járványügyi protokoll szerint történtek. Igyekezünk a pedagógus kollégák munkáját más módon is támogatni, igaz, a koronavírus-helyzet miatt egyelőre többnyire az online térbe kényszerülve. Ingyenes jogsegélyt és tanácsadást indítottunk a Híntalovon Gyermekjogi Alapítvány szakembereivel: gyermekvédelemmel és gyermekjogokkal kapcsolatban van mód pszichológussal és jogászzal beszélni. Nemcsak szakemberek, laikusok érdeklődésére is számítunk, jelentkezzenek bátran, ha kérdésük, dilemmájuk van – a következő alkalmat március 17-re tervezzük. Előre is köszönöm, ha csatlakoznak hozzánk, fontos, hogy közösen álljunk ki a gyermekek biztonsága és a kerületi gyermekvédelmi rendszer megerősítése mellett. Szintén nagyon köszönöm, hogy online fogadóórámra ezúttal is sokan sokféle kérdéssel készültek. Bizom benne, hogy tudtam segíteni a hozzánk fordulóknak.

Reményeink szerint néhány nap múlva itt a tavasz. Kiemelne egy-két példát a most különösen aktuális témák közül?

Örültem, hogy sokan figyelemmel kísérik a sünmentő programunkat. Többen is érdeklődtek, hogy az ősszel összekapcolt avarral mi a tervünk, miután a sünök elhagyják telőlőhelyüket. Komposztládákba fogjuk gyűjteni, amelyeket már ki is helyeztünk a kerület több pontján. Hosszú távú tervünk, hogy a lakosokkal együtt a szerves hulladék okos gyűjtésével, majd felhasználásával Óbuda-Békásmegyer zöldterületeit keltsük új életre minden évben, hozzáátéve a természet körforgásához.



Hátráltatják a gyógyítást az érdeklődő vagy sürgető telefonhívások

Segítsük a házi orvosok munkáját!



MTI/Rosta Tibor

A Covid-19 elleni védőoltás kapcsán a házi orvosok keresik meg az oltandó pácienseket a regisztrációkor megadott telefonszámon, a védelmi hivatal által megadott lista szerint. Ezért kizárólag érdeklődés céljából ne hívják fel házi orvosukat, illetve házi orvosi kiértékelés nélkül ne jelenjenek meg a rendelésben oltást kérve.

A házi orvosok csak azokat oltathatják be a rendelésben, akik regisztráltak, szerepelnek a házi-

orvos részére megküldött listán, és a házi orvos jelezte számukra, hogy pontosan mikor kerül beadásra részükre a vakcina. Az oltásról általánosságban érdeklődő vagy oltást sürgető lakossági telefonhívások jelentősen hátráltatják a házi orvosokat megnövekedett számú napi feladataik teljesítésében, gyógyító munkájuk gyakorlásában.

A védőoltás elősegíti, hogy az immunrendszer antitesteket és a vírus ellen ható vérszöveteket termeljen, így nyújtson védelmet a Covid-19 ellen. Az oltóanya-

gokra vonatkozó részletes információ az ogyei.gov.hu/ gyógyszeradatbázis weboldalon érhető el. A védőoltások nem okozhatnak Covid-19 betegséget.

Az ügyintézés gyorsítása érdekében kinyomtatva, kitöltve vigye magával a hozzájáruló nyilatkozatot. Gondolja végig, hogy van-e krónikus betegsége, a közelmúltban – különösen az elmúlt

három hónapban – volt-e súlyos betegsége, volt-e az elmúlt két hétben akut megbetegedése. Érdemes összeírni, hogy milyen gyógyszereket szed.

natkozó dokumentációt javasolt magával vinni. Vigye magával a személyazonosító iratait, táj-kártyáját! A védőoltás előtt – a szokásos napi ritmusának megfelelően – igyon és egyen! Amennyiben vérértelkor, védőoltáskor vagy injekció beadása kapcsán előfordult már ájulás, akkor vigyen magával egy palack vizet és esetleg szőlőcukrot! Lehetőleg olyan öltözőkben érkezzen, amiben könnyen szabaddá tudja tenni a felkarját! Praktikus megoldás lehet a rövid ujjú póló feletti réteges öltözködés. A védőoltás utáni mérsékelt alkoholfogyasztás az eddigi tapasztalatok szerint nem rontja a védőoltásra adott immunválaszt.

Kérjük, további információért olvassa el az obuda.hu weboldalon is elérhető Oltási kisokost, valamint a lakossági tájékoztatót.

Az oltással kapcsolatban a házi orvosok keresik meg a regisztrált pácienseket

Amennyiben a közelmúltban immunrendszert gyengítő kezelésben részesült, az erre vo-

Mindenki, aki megkapta a koronavírus elleni védőoltást, oltási igazolást kap.

Újabb tesztelés a kerületi óvodákban

Ezúttal több mint 400 dolgozó vett részt szűrésen

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat újabb ingyenes és önkéntes tesztelést biztosított az óvodai dolgozóknak február közepén. Az antigén gyorseszteket ezúttal is a fővárosi önkormányzat bocsátotta a kerület rendelkezésére. Ez alkalommal is több munkatársnak lett pozitív a teszteredménye.

A kerület óvodáiban ezúttal 414 óvodai dolgozó vett részt Covid-19-szűrésen. Az Óbudai Mesevilág Óvoda Víziorgona utca 1. alatti telephelyén összesen két dolgozó eredménye lett pozitív. Az érintett állami szerveket, a dolgozókat és a szülőket tájékoztatták, dr. Kiss László polgármester haladéktalanul elrendelte az érintett csoportszobák és öltözők soron kívüli fertőtlenítését. „Az óvodák biztonsága érdekében eddig is számos intézkedést tettünk – mondta el korábban dr. Kiss László –, de rendszeresen áttekintjük a tennivalóinkat. Az óvodai programok esetén a korlátozások további fenntartására van szükség. Kérjük mindenki megértését, a gyermekeink védelmében kerül sor erre. Abban az esetben, ha bármely szülő, gondozó nem kívánja az óvodai ellátást igénybe venni, továbbra is orvosi igazolás nélkül megegyezhet. Kérjük, a járványügyi előírásokat, különös tekintettel a maszkviselésre, a gyakori kézmosásra és a védőtávolság megtartására, továbbra is szigorúan tartsák be. Vigyázzunk magunkra és egymásra, vigyázzunk közösségünkre.”



MTI/Balázs Attila

Polgármesteri dicséret a szociális munka napja alkalmából

SEGÍTŐ KEZEK

Szép hagyománya van Óbudán, hogy a szociális munka napja alkalmából a hivatásukban régóta kiemelkedően teljesítők elkötelezettségét kitüntetéssel ismeri el az önkormányzat. Ezúttal Török Imréné és Ódor Mária vehetett át polgármesteri dicséretet.

A szociális munkát végzők sokféle területen állnak helyt. Egyvalami azonban közös szerteágazó hivatásukban: segítő kezet nyújtanak, szaktudással, ugyanakkor alázattal is. Ezért köszönettel tartozunk a harmadik kerületi szociális munkában dolgozóknak. Idén Török Imréné Katalin kerületi bölcsődevezető és Ódor Mária, a polgármesteri hivatal ügyintézője részesült polgármesteri dicséretben. A korlátozások miatt nagyszabású rendezvényen nem ünnepelhettünk együtt, de a díjazottakat szűk körben köszöntötte dr. Kiss László polgármester.

Török Imréné a Solymár utcai bölcsőde vezetője. Katalin amellet, hogy immár negyvenkét éve dolgozik kerületi gyermekintézményekben, az évtizedek alatt empátiájával, tanácsaival mindig nagy segítségére volt a rá bízott kisgyermek családjainak is. 1978-ban képesítés nélküli gondozónőként kezdett dolgozni a III. kerület Kenyeres utcai bölcsődéjében. Elhivatottságát a csecsemők és kisgyermek gondozása mellett és szakmai igényességét mi bizonyíthatná jobban, mint az, hogy



Fotó: Paskó Zsolt

folyamatosan gyarapította tudását: gondozónői, szakgondozónői képzést, majd óvodapedagógusi diplomát szerzett, miközben mindvégig lelkiismeretesen ellátta munkáját. 2007 óta vezetője a Solymár utcai bölcsődének.

Ódor Mária a polgármesteri hivatal Lakásügyi Főosztály Lakhatási Támogatások Osztályának ügyintézője. Mária a munkáját elhivatottan végzi e nehéz területen, miközben folyamatosan törekszik saját

és az osztály szakmai munkájának színvonalát emelni. Szerteágazó feladatköréhez tartozik az óbudai lakhatási támogatás, a lakbérmodosítás, a lakbér mértékének felülvizsgálata, az egyösszegű és a rendszeres hátralékkezelési támogatás. Munkáját kiemelkedően ügyfélcentrikusan, precízen végzi, miközben rendre új ötletekkel áll elő, hogy ő és az osztálya szakmai feladataikat folyamatosan fejlődve, egyre kiválóbban végezhessék.

HÁROM ÉVTIZED GYÓGYÍTÁS



Nyugdíjba vonulása alkalmából köszöntötték dr. Ungrischpek Györgyit

Fotó: Paskó Zsolt

Ünnepélyes keretek között köszönte meg az önkormányzat dr. Ungrischpek Györgyi több évtizedes, áldozatos munkáját. A doktornő 1991 óta praktizált a Monostori úti felnőtt házi orvosi rendelésben, és a kezdetektől a Pók utcai lakótelepen élőket gyógyította. Három évtizedes házi orvosi munkája során nemcsak orvosszakmai tudásával, hanem empátiával és a betegeivel kiépített kölcsönös bizalomra alapozva járult hozzá a kerületrészes lakóinak egészségéhez, egészségtudatosabb életviteléhez, sokszor egy családon belül több generációt is gyógyítva. Elhivatottságára jellemző, hogy nyugdíjba vonulásával sem szeretne az orvoslástól távol kerülni. Rendkívüli szakmai tudásának, emberségének és a kerületben élőkért végzett munkájának elismeréséül a doktornőt Hazai Iván András leköszönő alpolgármester emléklappal és virággal búcsúztatta nyugdíjba vonulása alkalmából. Dr. Ungrischpek Györgyi praxisát január elsejétől dr. Merész Katalin vette át.

MÁRCIUS 1-JÉIG VÁRJÁK A JAVASLATOKAT A DÍSZPOLGÁRI CÍMRE ÉS A PRO ÓBUDA DÍJRA

Március 1-jéig várja az önkormányzat a 2021-es Óbuda-Békásmegyer Díszpolgára és a Pro Óbuda díj kitüntető címekre szóló javaslatokat, jelöléseket.

Díszpolgári cím annak a magyar vagy külföldi személynek adományozható, aki Óbuda-Békásmegyer gazdasági, társadalmi, tudományos vagy művészeti életében maradandót alkotott, vagy egész életművével, kiemelkedő munkásságával olyan országos vagy nemzetközi elismerést szerzett, amely hozzájárult Óbuda-Békásmegyer jó hírnevének öregbítéséhez. A kitüntető cím adományozására indítványt tehet a képviselő-testület valamely tagja, a kerületben lakóhellyel rendelkező legalább száz választópolgár és az Óbudán székhellyel rendelkező civilszervezet is.

Pro Óbuda díj pedig annak a magyar vagy külföldi személynek, illetve szervezetnek adományozható, aki/amely Óbuda-Békásmegyer fejlődése, gyarapodása és hírnevének öregbítése érdekében elismerésre méltó,

kiemelkedő tevékenységet végzett a gazdaság, a tudomány, a művészet és a kultúra bármely területén. A díjra jelölést adhat le bármely III. kerületi választópolgár és a kerületben székhellyel rendelkező civilszervezet, valamint a képviselő-testület bármely tagja is.

Díszpolgári címből évente egy, Pro Óbuda díjból három adományozható, de kivételes okból évente további kitüntető címek adományozására is sor kerülhet.

Az adományozásra vonatkozó indítványokat a Javaslattevő Testület vizsgálja meg, és az általa tett javaslatot a polgármester előterjeszti a képviselő-testület elé. A díjak adományozásáról a kép-

viselő-testület 2021. márciusi ülésén dönt. A díjakat a polgármester ünnepélyes keretek között adja majd át a kerület napja alkalmából rendezett ünnepségen.

Az indítvány megtételkor, kérjük, legyenek figyelemmel arra, hogy az tartalmazza az ajánlott személy adatait (név, lakcím) és az adományozás alapjául szolgáló érdem részletes ismertetését. Az indítványt a „Javaslattevő Testületnek” címezve, zárt borítékban a 1033 Budapest, Fő tér 3. I. em. 28. címre (Szervezési Főosztály) lehet – ügyfélfogadási időben – benyújtani, vagy postai úton megküldeni.

ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER
ÖNKORMÁNYZAT



Jogász szakértő és pszichológus segít megoldást találni a problémákra

Ingyenes gyermekvédelmi tanácsadás indult

Szakemberek, a kerületben élők és itt dolgozók, szülők, fiatalok, egyszóval mindenki jelentkezését várja az önkormányzat, akinek a gyermekvédelemmel, a gyermekjogokkal kapcsolatos kérdése, problémája van.

egy alkalommal tartjuk: március 17-én, április 21-én, május 19-én 14 és 17 óra között. Minden ügyre, esetre 40 perc jut, ezen idő alatt a jogász és a pszichológus kizárólag az adott kérdésre és problémára koncentrálnak. Mivel a beszélgetés bizalmas, fon-

Tegyük a megelőzés és a megoldás érdekében!

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat és a Hintalovon Gyermekjogi Alapítvány munkatársai hosszú távra elköteleződtek a helyi gyermekvédelmi rendszer megerősítése céljából. Az együttműködés része, hogy a kerületben élők, az itt dolgozók, tanulók, szakemberek és laikusok számára rendszeres ingyenes jogsegélyszolgálatot és tanácsadást teszünk elérhetővé.

A koronavírus-járvány miatt ezeket az alkalmakat egyelőre online keretek között, havonta

előtte az adatvédelmi nyilatkozatot mindenki olvassa el. Hogy az összesen három óra alatt pontosan ki mikor kerül rendszeres ingyenes jogsegélyszolgálatot és tanácsadást teszünk elérhetővé. Indokolt esetben akár regisztráció nélkül is fogadják azt, akinek kérdése,

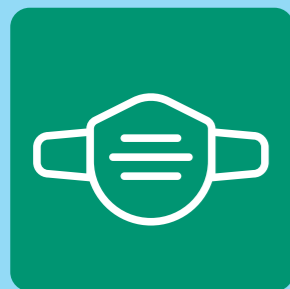


problémája van. Többen is kezdeményezhetnek beszélgetést, ha ugyanazokat a kérdéseket, problémákat szeretnék felvetni. Kérjük, ezt minden esetben jelezzék előre az e-mailben. Ideális, ha önnél többen nem jelentkeznek egyszerre, hogy valóban hasznos tudjon lenni a beszélgetés. Jelentkezzenek minél többen,

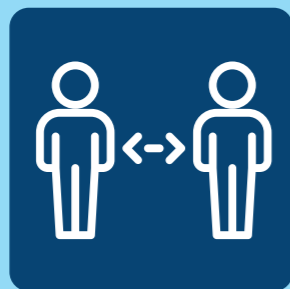
beszéljünk, tegyünk együtt azért, hogy a harmadik kerületben a megelőzés és a megoldás lehessen minden esetben a főszerep, és senki ne kényszerüljön többé titkolózni, hallgatni. Álljunk ki közösen a gyerekek biztonságáért!

ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER
ÖNKORMÁNYZAT

TOVÁBBRA IS:



**VISELJÜNK
MASZKOT**



**TARTSUK
A VÉDŐ-
TÁVOLSÁGOT**



**MOSSUNK
GYAKRAN
KEZET**



**KERÜLJÜNK
A ZSÚFOLT
HELYEKET**

Vigyázzunk magunkra és egymásra,
vigyázzunk közösségünkre **2021-ben is.**

OTTHONUNK
OBUDA
BÉKÁSMEGYER



GYERMEKJOGI FOGADÓÓRA ÉS JOGSEGÉLY

A Hintalovon Gyermekjogi Alapítvány csapata havi egy alkalommal ingyenes online tanácsadást tart. Egy-egy alkalom háromórás, a jogász szakértő mellett pszichológus jelenléte garantálja, hogy a gyermekjogi kérdéseket minden szempontból körül tudják járni.

A fogadóórára a jogsegely@hintalovon.hu címen lehet jelentkezni.

A fogadóóra linkje: meet.google.com/bze-txvc-tkd



Bővebb információ:
www.obuda.hu



VISSZA KELL ADNI A SZENT MARGIT KÓRHÁZ ÖNÁLLÓSÁGÁT!

Hogyan biztosítható így a biztonságos betegellátás?



Óbuda-Békásmegyer lakossága nemrég a Magyar Közlönyből tudhatta meg, hogy a kormány úgy döntött: elveszi a Szent Margit Kórház önállóságát, és a Szent János Kórház alá rendeli be az intézményt. Indoklást nem fűztek a döntéshez, ezért a kerület országgyűlési képviselőjeként írásban kértem magyarázatot a lépésre. Nagyon rossz döntésnek tartom a Margit függetlenségének felszámol-

vel az összevonásról, milyen változásokra számíthatnak az ellátás tekintetében a betegek, várható-e, hogy bizonyos ellátások megszűnnek az intézményben, a veszélyhelyzet után visszaáll-e az eredeti állapot, és újra független lesz a Margit Kórház. Nem elhanyagolható kérdések ezek, hiszen Óbuda-Békásmegyer nemcsak az egyik legnagyobb lakosság-számú kerület Budapesten, ha-

ha valamelyik kórház nem felel meg a 21. század követelményeinek, akkor az a János, a már 30 évvel ezelőtt is elavult pavilonrendszerével, hiányos eszközparkjával és megközelítési nehézségeivel.

Ezért óriási kérdés, hogy az amúgy korszerű Margit Kórház bedarálása miben jelentene előrelépést? Hogyan biztosítható így a biztonságos betegellátás több százezer ember számára?

Lehet a centrumkórházak kiépítése mellett szakmai érveket is felsorakoztatni, de könyörgöm, Észak-Buda centrumkórházát akkor nem egy bel-budai közlekedési csomópontba kellene építeni, hanem Észak-Budára, azon belül is a XII. kerületnél jóval nagyobb lélekszámú III. kerületbe! Pontosan ezzel lehet biztosítani azt, hogy nemcsak az észak-budai lakosok (II. kerület északi része és III. kerület), hanem a 40 ezer lakosú agglomeráció (egészen Visegrádig) számára is elérhető, jól megközelíthető intézményt lehet felépíteni.

Fontos azt is tudatosítani, hogy egy centrumként működő csúcsintézménynek a létrehozása messze nem azonos azzal, hogy néhány intézményt egy szervezet alá vonunk. Az ugyanis nem szól másról,

csak arról, hogy a nagyobb intézmény életben tartása érdekében elsorvasztják a kisebb intézményeket – márpedig ez nem megoldás!

Természetesen a bel-budaiaknak is szükségük van megfelelő színvonalú kórházi ellátásra. Ez ugyanakkor megteremthető lenne a Kútvolgyi Klinikai Tömb és a János Kórház északi területének bázisán. Megint az látszik, hogy átgondolatlan döntések születnek a szakma bevonása és a betegek érdekeinek figyelembevétele nélkül.

Külön érdekesség, hogy a korábbi fideszes polgármester, Bús Balázs anno büszkén hirdette, hogy milyen nagy szerepe volt abban, hogy a Margit Kórház önállóvá válhatott 2013-ban – most viszont nem csinál mást, csak hallgat, és asszisztál a kerület betegellátásának elsorvasztásához. Pedig Óbuda érdeke nem ezt kívánja. Én Óbuda-Békásmegyer képviselőjeként hibás döntésnek tartom a Margit Kórház függetlenségének felszámolását. Ezért a magam részéről folytatom a küzdelmet, hogy visszaálljon az eredeti állapot.

SZABÓ TÍMEA
ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER
ORSZÁGGYŰLÉSI KÉPVISELŐJE
A PÁRBESZÉD TÁRSELNÖKE

Újabb átgondolatlan döntés született a szakma bevonása és a betegek érdekeinek figyelembevétele nélkül

lását, de azt gondoltam, hátha fűződik hozzá olyan szakmai magyarázat, amely meggyőző ennek ellenkezőjéről.

A kormány válasza nemhogy nem győzött meg, még meg is erősítette bennem, hogy Orbán Vikornak és Kásler Miklósnak fogalma sincs arról, hogy mi történik az egészségügyben.

A kérdésem kiterjedt arra is, hogy a lépés előtt egyeztettek-e az érintett intézmények vezetői-

nem még az agglomeráció egy részének is itt biztosítják a betegellátást.

Kérdésekre a kormány nevében Rétvári Bence államtitkár sajnós érdemi tájékoztatást nem, csak mellébeszélést adott olyan mondatokkal, miszerint „a kormány elkötelezett, hogy olyan kórházi ellátórendszer alakítson ki, amely megfelel a 21. század követelményeinek”. Ez a mondat azért is érdekes, mert

Folyamatosak a városüzemeltetési feladatok Óbuda-Békásmegyeren

Síkosságmentesítés, nagytakarítás, fertőtlenítés

Óbuda-Békásmegyer Közterület-felügyeletének Városüzemeltetési Osztálya az elmúlt hetek rendkívül hideg és szeles időjárása ellenére is folyamatosan tisztán tartotta a kerületet. Két óvodát fertőtlenítettek, felszámolták az illegális hulladék-lerakatokat, viharkár-mentesítést, valamint útfelújítási munkákat végeztek.

A közterület-felügyelet munkatársai a parkolóőrökkel kiegészülve minden nap egy-egy kerületrészen nagytakarítást tartottak, ahol sor került az eldobált szemét és az illegális hulladékok összegyűjtésére: ennek során mintegy 57 köbméternyi hulladékot szedtek össze. A parktakarítási, járdaseprési, utcabútor-takarítási és -felújítási munkálatok is folytatódtak. A „Takarítsuk meg az országot”

Tizenöt helyszínen számoltak fel illegális hulladék-lerakatokat

projekt keretében 15 helyszínen számoltak fel az illegális hulladék-lerakatokat, mintegy 270 köbméter hulladékot szállítottak el. Óbuda-Békásmegyer Közterület-felügyeletének Köztisztasági Csoportja a pandémia kapcsán felmerülő védekezésben is aktívan részt vesz. Két óvodát fertőtlenítettek teljes körűen koronavírus-gyanú miatt.

Az útjavítási tevékenységek célja a közlekedési jogszabályok előírásainak megfelelő közúti közlekedés biztosítása, a balesetveszélyes helyzetek csökkentése, a gépjármű- és gyalogosforgalom zavartalan megvaló-



sulása. Jelenleg a lokális út- és járdajavítási tevékenység az időjárás és az érvényben lévő bontási tilalom miatt korlátozottan zajlik. Az út- és járdajavítási szakipari munkák a közvetlen balesetveszélyes kátyúk, járdahibák ideiglenes javítására redukálódnak a balesetveszély elhárítása érdekében. A hibák teljes körű megszüntetésére és javítására tavasztól nyílik lehetőség. Út- és járdafelújítás, akadálymentesítés idén eddig 1200 négyzetméteren valósult meg. Megkezdődött a kerület játszótereinek, fitnessparkjainak takarítása, karbantartása, a sérült já-

tékok cseréje. Először a Juhász Gyula utcai játszótér, majd a Holdudvar park, a Polgár utcai játszótér, az Akácfa utcai, a Budakalás utcai, a Jós utcai, a Királyok útján lévő, a Miklós téri, a Nagyszombat utcai, a Kanóc utcai és a Szindbád utcai játszótér kerül sorra. A takarítás mellett a játszóeszközök biztonsági felülvizsgálata is megtörténik. Az elmúlt hetek szélsőséges időjárása miatt a kerület síkosságmentesítését is elvégezték mintegy 68 ezer négyzetméteren, valamint a viharos, szeles időjárást követően vihar-kár-mentesítettek.

Hat új komposztkerettel gazdagodott a kerület



Óbuda-Békásmegyer Közterület-felügyeletének Városüzemeltetési Osztálya a III. kerület főkertészének, dr. Kerényi-Nagy Vikornak az együttműködésével hat darab, raklappól készült komposztosládát helyezett ki testjelleggel a kerület több pontjára.

A komposztálás révén képződött, tápanyagban és humuszban gazdag talajt a parkok növényeinek tápanyag-utánpótlására használják fel. A komposzt emellett fontos táplálkozási és telelőhelye számos ízeltlábúnak és a sünöknek is, de a madarak is gyakran csemegéznek rajta. Első ütemben raklapos komposztálókeretet helyeztek ki a Kaszásdűlői lakótelepen a Búza utca–Apát utca sarkára, a Búza utca–Köles utca sarkára, a Római lakótelepen a Városfal utca–Lőpormalom utca között és a Váci Mihály téren, Békásmegyer Duna felőli oldalán a Hímző utca–Pünkösdfürdő utca között és a Juhász Gyula utca 3. mögötti területen. Kérünk mindenkit, hogy a komposztosládákat rendeltetészerűen használja, csak falevelek, kisebb ágak és fűnyesedék helyezhető el a ládákbán!

LEGÖRDÜLT A GYÁRTÓSORRÓL AZ ELSŐ ÚJ MOL BUBI KERÉKPÁR



Bemutatták az új MOL Bubi biciklik prototípusát egy közös gyártogatás alkalmával a Csepel Zrt. üzemében. Idén tavaszra a kerékpárok mellett a komplett szolgáltatás is megújul, pár hónap múlva egy modernebb, fenntartható közbringarendszert használhatnak a fővárosban közlekedők.

Közös gyártogatáson vett részt Karácsony Gergely, Budapest főpolgármestere és Walter Katalin, a BKK vezérigazgatója, illetve Szollár Domokos, a MOL-csoport kabinetfőnöke. Az esemény házigazdája a Csepel Kerékpárgyártó és Forgalmazó Zrt. volt, apropóját pedig az adta, hogy elkészült a megújult MOL Bubi kerékpárok első példánya.

BKK

A gyártogatás résztvevői nyeregbe pattanva szerezték meg első benyomásaikat az új bringával kapcsolatban: a bicikli 3,1 kilogrammal könnyebb elődeinél, defektűző, fűjt gumikkal szerelik fel, ami könnyebb és gyorsabb haladást eredményez, továbbá az egyszerűbb használatot biztosító okoslakat és egy praktikus mobiltartó is lesz a bringán. Az új kerékpárokból összesen 1200 darabot szereznek össze Csepelen, emellett felhasználóbarát, új weboldal és applikáció is készül, amellyel egyszerűen és gyorsan lehet intézni a biciklik bérlését.

„Az egyik legfontosabb felhasználói elvárás az volt az új bicikkel kapcsolatban, hogy könnyebben lehessen tekerni” – mondta Walter Katalin a gyártogatónak.

Tavasztól modernebb, fenntartható közbringarendszert használhatnak a közlekedők

A BKK vezérigazgatója szerint az új kerékpárral tényleg könnyebb haladni, ami remélhetőleg sok új felhasználót győz meg arról, hogy érdemes kipróbálni a megújult rendszert. A fővárosban közlekedők tavasztól használhatják a modern kerékpárokat, és megtapasztalhatják a MOL Bubi újításait.

Budapest turisztikai újranyitási csomaggal segíti a vendéglátóipart

Elengedik a teraszbérlési díjakat, csökkentik az adminisztrációs terheket

„Újranyitási csomagot” dolgozott ki a főváros a vendéglátásban és a turizmusban dolgozók számára. A csomag összeállítását folyamatos szakmai konzultáció előzte meg az ágazat képviselőivel, akiknek javaslatait támogatja Budapest vezetése.

A Fővárosi Önkormányzat a saját területén kiterjeszti a teraszszervezési lehetőségeket, egyszerűsíti a kérelmek befogadását és gyorsítja az elbírálást. Közel 100 százalékban elengedi a teraszbérlési díjakat, növeli a közterület-használati lehetőségeket és csökkenti a rendezvények szervezéséhez fűződő adminisztrációs terheket – jelentette be Gy. Németh Erzsébet. A humán területekért felelős főpolgármester-helyettes elmondta: a csomag összeállítását folyamatos szakmai konzultáció előzte meg az ágazat képviselőivel, akik üdvözölték, hogy épp-

úgy, mint ősszel, most is támogatja a főváros a javaslataikat.

A tavaszi újranyitási tervezésekor két szempont lebeg a városvezetés szeme előtt: minél rugalmasabban reagálni a szakmai

A Fővárosi Önkormányzat támogatja az ágazat képviselőinek javaslatait

felvetésekre és akár új vendéglátási formákat is támogatni, illetve a lehető legnagyobb biztonságot garantálni a szektorban dolgozók és a vendégek, a Budapestre látogató turisták számára is. A szakma és a fővá-

rosi vezetés egyetért abban: biztonságunk, egészségünk megőrzése szempontjából nagyon fontos, hogy nyitott térben és minél nagyobb távolságot betartva találkozhassunk. A főváros csomagja ezért arra fókuszál, hogy lehetővé tegye a legtöbb közösségi szabadter igénnyel.

Kiss Ambrus általános főpolgármester-helyettes beszámolt arról is, hogy a két évnél hamarabb lejárt budapesti és önkormányzati vendéglátó-helyiségek szerződéseit – ha a bérlő igényli – automatikusan meghosszabbítják a kihirdetett veszélyhelyzet időtartamával. Hangsúlyozta: Budapest nyitott arra, hogy befogadja azokat a szakmai javaslatokat, amelyek valós és érdemi javulást hozhatnak, segítséget jelenthetnek az ágazat számára, hiszen a ma be nem fizetett pénznél sokkal fontosabb, hogy ezek a vállalkozások a jövőben is működőképesek legyenek.

Budapest működtetéséhez és fejlesztéséhez járulhatnak hozzá a vállalkozások

Támogassa iparűzési adójával a Fővárosi Önkormányzatot!

A vállalkozások február végéig nyilatkozhatnak az iparűzésiadó-kedvezményről, vagyis arról, hogy akarják-e ezzel továbbra is az önkormányzatukat gyarapítani, vagy élnek a kormány kínálta lehetőséggel. A Fővárosi Önkormányzat ezért levélben fordult a vállalkozásokhoz, amelyben azt kéri, aki teheti, továbbra is támogassa ezzel a befizetéssel az önkormányzatokat.

teheti, akit nem terhel komolyabban ez az adó, akit nem sodort nagy bajba a gazdasági válság, akinek a vállalkozását nem veszélyezteti az iparűzési

legfontosabb saját bevételük nagy részét, sok levelet kapott olyan vállalkozóktól, akik szerint a befizetésük továbbra is az

lágítást, a közutak karbantartását. Aki úgy dönt, hogy „adja az adóját” a Fővárosi Önkormányzatnak, az biztos lehet ben-



Ebből a bevételből finanszírozzák a budapesti közszolgáltatásokat

A Főpolgármesteri Hivatal az Ügyfélszolgálaton keresztül küldi az erről szóló levelet minden – nem a kata szerint adózó – budapesti vállalkozásnak. Azt kéri a vállalkozásoktól, hogy aki

adó befizetése, az továbbra is támogassa ezzel a befizetéssel az önkormányzatokat.

Karácsony Gergely főpolgármester elmondta: amikor a miniszterelnök bejelentette, hogy elveszik az önkormányzatoktól

önkormányzatoknál lenne jó helyen. Ebből a bevételből ugyanis Budapesten a minden fővárosi polgárnak járó közszolgáltatásokat finanszírozzák: a közösségi közlekedést, az ivóvízellátást, a hulladékszállítást, a közvi-

ne, hogy ebből a bevételből nem oligarchák gazdagodnak, nem presztízsbetűházások készülnek, nem magánvagyonok gyarapodnak, hanem a saját otthona, a saját városa működtetéséhez és fejlesztéséhez járul hozzá.



KELL AZ OLTÁS!

Hogy újra megteljen élettellel a város

ERŐS VÁROS. ERŐS KÖZÖSSÉG. BUDAPEST.

koronavirus.budapest.hu/oltas



BUDAPEST

Kutyások és nem kutyások: Közös cél a harmónia

Az Óbudai Kutyás Egyesület legfőbb célja a kutyás és nem kutyás emberek együttélésének harmónizálása, a biztonságos és békés kutyázás elősegítése. Szeretettel várják a megkereséseket, s minden tőlük telhetőt megtesznek, hogy segíthessenek.



Óbuda-Békásmegyeren legalább 22 ezer kutya él. Nehéz pontosan meghatározni, hiszen még mindig sok a regisztrálatlan kutya. Ez a probléma az egész országban jelen van és jelen is lesz, amíg éltetjük a szaporítókat azzal, hogy pár ezer forintért vásárolunk tőlük kutyát törzskönyv nélkül. A vásárláson megspórolt pénznek számos esetben a sokszorosát költik később állatorvosra ahelyett, hogy hozzáértő tenyésztőtől szerezne be egészséges kiskutyát.

Szakember segítségét kérhetjük a vásárlás előtt abban, hogy a mi életvitelünkhöz, lakásméretünkhöz való-e a kinézett kutyus. Menhelyről elhozott kutyánál az ott dolgozók elmondanak mindent, amit tudni kell róla. Az elmúlt öt-hat évben egész Európában, így itthon is egyre többen tartunk kutyát. Ennek számos oka van. A legtöbben azzal magyarázzák, hogy magányosan élnek és szükségük van egy társra. Akadnak párok, akik a kutyával gyakorolnak, amíg nem jön a baba. Ismerünk olyan gazdikat, akiknek mindig is volt és lesz kutyájuk, és vannak, akik mellé nélkülözhetetlenek, ők a segítő kutyák. Számos oka van, hogy mi miatt élnek velünk a szőrös családtagjaink.

Ezzel szemben sokaknak nincs és nem is lesz kutyájuk. Egyszerűen nem szeretik a kutyák közelségét, esetleg allergiások rá, rossz élményük volt, tartanak a kutyáktól. Sokfélélük vagyunk.

A III. kerületben csaknem annyi kutya él a családokban, mint 14 év alatti gyermek. Akkor tudunk kiegyensúlyozottan, békességben élni, ha nem vagyunk egymás terhére. Az Óbudai Kutyás Egyesület azért alakult, hogy ennek megvalósításában az önkormányzat segítségére legyen. Szeretnénk biztonságos körülmények között lemozgatni az ebeket úgy, hogy közben másokat ne zavarjunk. Arról, hogy ennek érdekében mik az egyesület tervei, a legközelebbi Kutyafül rovatban írok majd. Addig is szeretném felhívni a kutyások figyelmét egyesületünk elérhetőségeire – Facebook: Óbudai Kutyás Egyesület ÓKE, e-mail: obudaikutyasok@gmail.com, telefon: 06-30-236-3365. Ezek az elérhetőségeken tud felkeresni bennünket kutyás, nem kutyás, bárki, akinek kérdése van, segítségre szorul, esetleg szeretné felhívni a figyelmünket valamire. Szeretettel várjuk a megkereséseket, minden tőlünk telhetőt megteszünk, hogy segíthessünk. Facebook-csoportunkban igyekszünk az óbudai kutyás tudnivalókat közzétenni, sok hasznos poszt jön a gazdiktól is, előremutató, veszélyt jelző, kedves – mindenféle. Mindegyik futtatónak és kutyás közösségnek van saját Facebook-csoportja, ahol a helyi történeteket tudják megvitatni az oda járók, érdemes belépni ezekbe a csoportokba, közösségekbe is. Köszönöm a csoportok adminisztrátorainak a lassan két éve tartó együttműködést!

GÁSPÁR ZSÓFI
ÓBUDAI KUTYÁS EGYESÜLET

Kerületi kutyások Facebook-csoportjai

- Óbudai Kutyás Egyesület ÓKE csoport
- Flórián téri kutyások
- Őszike utcai kutyafuttató
- Holdudvari Óbudai Kutyások
- Gyógyszergyár kutyafuttató
- Laktanya utcai kutyafuttató
- Kerék utcai kutyafuttató
- Dombos – Boldog Sándor István parki kutyás közösség
- Hadrianus kutyafuttató
- Búza-Zab utcai kutyafuttató
- Békásmegyeri Kutyások Szövetsége BÉKUSZ
- Huszti-Kazal utcai kutyafuttató
- Városlal utcai kutyafuttató/ Óbudai Kutyás Egyesület
- Pünkösdfürdői gát kutyásai
- Római kutyapart
- Hollós Korvin Lajos utcai kutyafuttató
- Váci Mihály téri kutyások/ Óbudai Kutyás Egyesület
- Hajógyári Kutyások



ÓBUDAI KUTYÁS EGYESÜLET

LÉPJÜNK FEL AKTÍVAN A KLÍMAVÁLTOZÁS HATÁSAI ELLEN!

Pályázatot nyújtott be Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat a H2020 Green Deal által meghirdetett felhívásra. A projekt célja, hogy aktívan bevonja a helyi lakosságot a klímaváltozás hatásainak csökkentésébe és az alkalmazkodás hatékony megvalósításába.

A H2020 Green Deal meghirdette a „Végfelhasználói termékek és szolgáltatások fejlesztése a lakosság és az érintettek számára, a klímaadaptáció és mitigáció támogatása érdekében” című pályázati felhívást, amelynek keretében 2021. január 26-án benyújtásra került a ClimATTACK elnevezésű projektjavaslat. Az önkormányzat a konzorciumban kísérleti helyszínt adó partneri státuszban vesz részt, a pályázat elbírálása 2021 nyarán várható.

A projekt célja, hogy városi környezetben a klímaváltozás hatásainak csökkentésébe és az alkalmazkodás hatékony megvalósításába aktívan bevonja a helyi lakosságot a tervezéstől kezdve a megvalósításon át a fenntartásig. Mindezt a legújabb digitális technikai megoldások mellett a tudományos, gazdasági és kommunikációs szakértői háttér és az eddigi uniós tapasztalatok felhasználásával igyekszik biztosítani. A pályázat pozitív elbírálás esetén ernyőprojektként működne, az önkormányzat által kiírt tematikus felhívások keretében számos fenntarthatósági és környezetvédelmi beavatkozás megvalósítására lehetőség nyílna.

ÚJABB SZEMLELETFORMÁLÓ PROGRAMSOROZAT INDUL

A múlt őszi programsorozat sikere nyomán újabb szemléletformáló programsorozatot szervez idén tavasszal Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat – tudtuk meg Burján Ferenc alpolgármestertől. A korábbi néhány előadáshoz hasonlóan teljesen online formában tartanak meg minden eseményt, így az érdeklődők otthonról tudnak becsatlakozni, és visszanézhető lesz minden előadás. A programsorozat előkészítése már megkezdődött, jelenleg az előadókkal való időpont-egyeztetés folyik. A témák között helyet kaphat a környezettudatos lakberendezés, a komposztálás, a közösségi kertek, a fenntartható építészet lehetősége, az étel-miszer, a bevásárlás környezet-tudatossága is.



Elkötelezett az önkormányzat a környezeti értékek védelme érdekében



Nézzünk szembe a klímaváltozással!

Kövesse figyelemmel a III. kerületi önkormányzat klímatudatos oldalát, ahol folyamatosan új tartalmakkal várjuk! A klíma.obuda.hu weboldalon a kerület klímastratégiája, SECAP Fenntartható Energia és Klíma Akcióterve is elérhető.

A kerületben a kiemelt ökológiai és természetközeli területek közösségi alapú fejlesztése, klímavédelmi célú, alulról jövő kezdeményezések, projektek támogatása valósulna meg, egyebek mellett Mocsáros-

dűlőn, az Óbudai-szigeten, a Római-parton, bányaterületek és a Gázgyár területén. Ezen területek környezeti értékeinek felmérésére, a fejlesztési igények feltérképezésére, ösztönzésére, nyomon követésére, valamint civil, lakossági, intézményi kezdeményezések támogatására, ökológiai tervezést támogató rendszer fejlesztésére kerülne sor. Pozitív elbírálás esetén lehetőség nyílna a klímatudatos működés szempontjából igen hasznos mérőeszközök – például hőmérő, csapadékmérő, légszennyezettség-mérő – telepítésére is, ezek által lehetőség nyílna a környezeti hatások vizsgálatára, erre épülő szemléletformáló, edukációs programok megvalósítására.

ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER
VÁROSFELJESZTŐ NONPROFIT KFT.

AZ IDŐSKOR AZ ÉLET PRODUKTÍV SZAKASZA LEHET

**Interjú dr. Majercsik Eszterrel,
a Szent Margit Kórház
osztályvezető főorvosával**

„Elsősorban azzal foglalkozom, hogyan lehet megtartani és javítani az idősök életminőségét, segíteni őket abban, hogy továbbra is a társadalom aktív részesei legyenek. Egy társadalom fejlettségét jól mutatja, hogyan tud gondoskodni az idősekről, miként kompenzálja negatív életérzésüket, hogy csak addig voltak fontosak, amíg a nemzeti jövedelemtermelés aktív közreműködői voltak” – vallja PhD dr. Majercsik Eszter, a Szent Margit Kórház Krónikus Belgyógyászati Osztály osztályvezető főorvosa, aki 2020-ban a Fischer Ágoston Óbudai Szociális Díjat vehette át az időstámogatásban nyújtott, szívvel-lélekkel végzett, magas szakmai színvonalú munkájáért és kimagasló érdemeiért.

■ Immár három és fél évtizede dolgozik azért, hogy a legelesettebb, legkiszolgáltatottabb betegek a legjobb ellátást kaphassák. Hogyan indult el ezen a pályán?

Már gyerekként tudtam, hogy orvos leszek, és tudatosan készültem erre a hivatásra. Osztályos orvoscént a Szent Margit Kórházban kezdtem, s azóta is ugyanazon az osztályon, ugyanabban az épületben dolgozom. 1995-ben lettem osztályvezető főorvos. Fontos volt, hogy mindig képezzem magam, belgyógyász és geriátriai szakvizsgát tettem, tudományos fokozatot is az idősgyógyászat területén szereztem, tudomásom szerint minősített geriáter szakorvosként én kaptam elsőként PhD fokozatot.

■ Mit tartalmaz a geriátriai ellátás?

A geriátria az ellátásra szoruló idős embereknek nemcsak a fizikai, hanem a mentális gondozását is jelenti. Fontos, hogy mindenki olyan ellátást kapjon, amilyenre szüksége van – beleértve az orvosi, ápolási és pszichés gondozást. Elsősorban azzal foglalkozom, hogyan lehet megtartani és javítani az idősök életminőségét, segíteni őket abban, hogy továbbra is a társadalom aktív részesei legyenek. Ha ők is aktívan tudják tölteni a nyugdíjas éveiket, és a társadalom is igényt tart az idősök aktivitására, akkor nem alakul ki a feleslegesség érzése, ezzel pedig számos – főleg lelki eredetű – betegség megelőzhető vagy könnyebben gyógyítható. Ehhez tudatosan át kell formálni az öregezésről és az idős emberekről vallott tévhiteket, mindennapi gyakorlattá kell tenni az aktív idősor alapelveit. Meg kell tanulni motiválni az embereket a tevékeny öregezés elérésére való törekvésre. Az idősor az élet produktív szakasza lehet, ha elég kihívást tartalmaz, és támogatást ad a környezet. A felszabaduló idő és energia lehetővé teszi, hogy az idősödő ember azzal foglalkozzon, ami esetleg addig kimaradt. Ezt fel kell, hogy ismerje, de az is fontos, hogy a társadalom erősítse ennek a fontosságát.

■ Mit tudnak Önök ehhez adni?

Az idős kori betegellátás, gondozás, ápolás elsődleges célja, hogy igyekezzünk az életkori sajátosságoknak, elvárásoknak, igényeknek és szükségleteknek legjobban megfelelő gondoskodást adni. Ez nem feltétlenül a teljes gyógyulás, hiszen a természetes élettani folyamatok nem állíthatók meg. A cél, hogy a gyógyítás korlátainak tudomásul vételével a közérzetüket javítsuk, és így segítsük őket az élet legnehezebb szakaszában. Az aktív betegellátás után otthonra nem engedhető betegek részére olyan hidat jelent a krónikus ellátás, amely az otthoni gondozás és a végleges, intézeti elhelyezés



közötti időt tölti ki, ezzel jelentős terhet veszünk le a családok válláról. A folyamatos szakápolás és gondozás elengedhetetlen része az idősök ellátásának. Az osztályra való bekerülést követően a bete-

„ Az aktív korban megszerzett tudásra, tapasztalatra igényt kell tartania a társadalomnak

gek és hozzátartozók közös döntésében a „hogyan tovább”-ról segít az osztály szociális irodája. Lehet a hazamenetel és további otthoni ápolás, a kerületi házi gondozásba vétel, az időotthoni végleges elhelyezés, vagy akár az ápolási osztályra irányítás is.

■ Hogyan tud segíteni a többi korosztály az időseknek?

Az idős korúak arányának növekedése nagy kihívás az egészségügy számára, de a társadalom egészének is. A támogató kisebb közösségek védnek az elmagányosodástól, a fölöslegesség érzésétől is. A meghallgatás élménye sokszor elég gyógyír az időseknél. Az időseket aktívabb életre készítető programok egyben alkalmasak a szemléletváltásra a nemzedéki kapcsolattartásban: az aktív korban megszerzett tudásra, tapasztalatra igényt kell tartania a társadalomnak. Az életkorral járó változások megismerése, az egészséges életmód, a mozgás, a helyes táplálkozás és gyógyszeresedés ismerete mind az idősök életminőségének, egészségének megőrzését szolgáló programok. Kell, hogy keressék és megtalálják a személyiségüket kiteljesítő, önértéküket erősítő elfoglaltságokat, lehetőségük legyen megosztani élettapasztalataikat. Egyéni és közösségi szinten is lehet olyan támogató rendszert létrehozni, amire nagyon sok példa van, a harmadik kerületben ez rendkívül széles körű. Egyetlen idős embernek sem szabadna azt éreznie, hogy ő nem fontos, és ha problémája van, akkor nincs kihez fordulni.

■ Nagyon sok olyan idős ember van, aki krónikus osztályra kerül, és nincsenek hozzátartozói. Rajtuk hogyan tudnak segíteni?

Abba minden idős beleegyezik, hogy a kórházba kell mennie, a benti lét viszont megsokszorozza a problémákat. Nemcsak a testi betegségeket, hanem a lelki gondokat is. Azonnal felmerül a kérdés: „innen nem fogok hazakerülni, már közel a halál, minek élek, otthon egyedül vagyok, úgysem gyógyulok meg”. Ott van egy nagyon fontos törési pont. Meggyógyul, haza tudnák engedni, de otthon nincs, aki ellássa, vagy kórházi ápolásra, rehabilitációs ellátásra szorul. Itt az idősök nagyon sokszor feladják, ilyenkor kell átsegíteni őket: nem lemondunk róla, hanem javítani akarjuk az állapotát. Két feladatunk van. Meg kell szerveznünk azt a hátteret, hogy ne legyen egyedül. Ha pedig valakit nem tudunk hazaengedni, akkor előbb-utóbb felmerül az a kérdés, hogy milyen további elhelyezést javaslunk. Még a krónikus vagy a rehabilitációs osztály is valahogy elfogad-

hatóbb, mintha azt mondjuk neki, hogy haza nem tudjuk engedni, mert időotthoni elhelyezésre van szüksége. Ezt az emberek többsége nem fogadja el, ilyenkor millió negatív gondolat merül fel. Ez egy nagyon nehéz probléma, de van azért átmeneti megoldás. Hazaengedjük, és azt mondjuk, hogy tessék ezen gondolkodni, nem kell rögtön választ adni, de egy idő után, ha ismételten kórházba kerül, akkor utána nincs kérdés. Mindenkinek addig kellene gondoskodnia az elhelyezéséről, amíg erről dönteni tud. Vannak az idősök otthonában is nyílt napok, ahova teljesen jó állapotú nyugdíjasok is el tudnak menni. Amikor már kényszerhelyzetbe kerül az idős ember, hogy megmondjuk neki, hogy ide tetszik kerülni, az nyilvánvalóan nagyon negatív lelki élményt jelent.

■ A bizalom nélkülözhetetlen ahhoz, hogy megfelelő döntés születessen, de mi a helyzet a családokkal?

Régen a nagycsaládban mindenki látta a másik generációt öregedni, vagy éppen elmenni. Mindenkinek megvolt a maga családi szerepe. Ahogy megváltozott a társadalmi szerkezet, az idősök egyre jobban elmagányosodtak. Azért mindenkiről feltételezzük azt, hogy szeretne gondoskodni szüleiéről, de ezt sokszor nem tudja megoldani, nem tud otthon maradni vele és ápolni. Például a 80-90 éves embereknek a gyermekei is már 65-70 évesek, nem tudják otthon ápolni, forgatni, tisztába tenni, mosdatni szüleiüket. Ezért van a szociális ellátásnak rendkívül nagy szerepe, hogy ezeket a problémákat felismerje.



■ Hogyan segíthetnek önkéntesek az önkéntesek?

Az önkéntesek olyan pozitív élményeket tudnak adni a betegnek, illetve maguknak, ami mindkét félnek nagyon jó. Több olyan nyugdíjba vonult önkéntes munkást ismerünk, akik szervezeten kijárnak az idős emberek lakásába, hiszen ez csak egy ellenőrzött ellátáson keresztül, bizalommal alapulhat. Ő azt gondolja, ha el tud menni, meg tud látogatni egy nála magatehetetlenebb, gyengébb embert, akkor ő tulajdonképpen aktív és fiatal marad. Aztán van önkéntesség a kórházon belül is. Csak azok maradnak meg az önkéntes idősellátásban, akik átérzik ezt a feladatot és szeretik az időseket.

Sikeresen szerepeltek a kerületi diákok az ECDL-vizsgán

Akadály nélkül vették a tavaly év végén bevezetett automatikus vizsgákra való áttállást a harmadik kerületi ECDL-tanulók. A diákok idén is Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat támogatásával szerezhetik meg az európai számítógép-használati jogosítványt.

„Az automatikus vizsgáztatás előnyeivel már számos országban élnek. Múlt decemberben hazánkban is bevezették a Sophia elnevezésű, felhőalapú, mesterséges intelligenciával támogatott ECDL automatikus vizsgaszoftvert” – mondta Szikora Pál, a Költségvetési Szerveket Kiszolgáló Intézmény (KSZKI) ECDL-vizsgaközpontjának vezetője. Az automatikus vizsgán a számítógép által véletlenszerűen generált feladatsorokat kell megoldani. A központ a Sophia tavaly decemberi indítása óta folyamatosan alkalmazta az automata vizsgaszoftvert, azzal a nem titkolt céllal, hogy kihasználják a február elejéig tartó átmeneti időszakot, ameddig ingyenesen lehetett hozzáférni.

Az elmúlt két hónapban a harmadik kerületi diákok 21 időpontban 291 automati-

kus vizsgát tettek le, ebből 203 lett sikeres. Ez az arány nem tér el a hagyományos, papíralapú megmérettetéstől, amiből arra következtethetünk, hogy a vizsgaközpont felkészítő foglalkozása hatékony volt, ahogyan arra is: a mai általános és középiskolai tanulók igazi digitális bennszülötteként fogékonyak mindenféle számítógépes problémamegoldásra.

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat immár tizenharmadik éve támogatja az ECDL-bizonyítvány megszerzését a kerületi diákok számára, akik az iskolájukban történő

Eredményes felkészítő foglalkozást tartott a kerületi vizsgaközpont

felkészülés után a KSZKI ECDL-vizsgaközpontjában teszik le a vizsgákat. A központ kiváló munkáját a Neumann János Számítógép-tudományi Társaság több ízben is elismerő oklevéllel jutalmazta.



HÁROMSZÁZ GYORSHAJTÓ HÁROM NAP ALATT

Lakossági jelzéseknek is köszönhető, hogy a kerületi rendőrség kiemelt figyelmet fordít a sebességhatár-átmenet felügyelésére. Nem eredménytelenül: február közepén három nap alatt több mint 300 gyorshajtót jegyeztek fel.

A III. kerületben több útszakasz is felelőtlen száguldozásra csábíthatja az autósokat. A sebességhatár túllépésének rendkívül súlyos következményei lehetnek, a gyorshajtas akár emberéletet is követelhet. A III. kerületi Rendőrkapitányság legutóbbi február közepén szervezett sebességmérési akciót. A mérés megdöbbentő eredményt hozott: három nap alatt több mint 300 gyorshajtót regisztráltak, legtöbbet a Bécsi úton. Volt olyan járművezető, aki az 50-es táblánál 136 km/órával száguldott, amikor a traffipax lencsevégre kapta. Az adatok kétségkívül elrettentőek, ezért sebességmérésre a közeljövőben is bármikor számítani lehet a III. kerületben – olvasható a rendőrség közleményében.

Díszoklevelet kaphatnak a nyugalmazott pedagógusok Segít az önkormányzat a jubileumi diploma igénylésében

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat felhívja a III. kerületi lakcímmel rendelkező nyugalmazott pedagógusok figyelmét, hogy az önkormányzat – a korábbi évekhez hasonlóan – 2021-ben is segítséget nyújt a tanítóként vagy óvónőként végzett pedagógusoknak jubileumi díszoklevelük igénylésének ügyintézésében. Arany, gyémánt, vas, illetve rubin díszoklevelet kaphat az a kolléga – attól függően, hogy 50, 60, 65, illetve 70 esztendeje végzett –, ha legalább 30 évet eredményesen dolgozott pedagógusként.

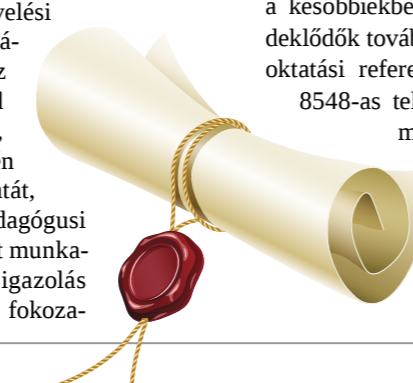
A járványhelyzetre való tekintettel a kérelem postai úton nyújtható be az önkormányzat Köznevelési és Kulturális Főosztályához. A kérelemhez csatolni kell egy rövid szakmai önéletrajzot, első igénylés esetén a diploma másolatát, valamint a 30 év pedagógusi munkakörben eltöltött munkaviszonyra vonatkozó igazolás másolatát. Magasabb fokoza-

tú jubileumi diploma igénylése esetén csak az előző jubileumi diploma fénymásolatát szükséges benyújtani a kérelem mellé.

Kérjük, hogy az igényléseket 2021. február 28-ig szíveskedjenek beküldeni: Köznevelési és Kulturális Főosztály, 1033 Budapest, Fő tér 4. A borítékra kérjük ráírni: Jubileumi díszdiploma igénylése. A kérelem a fentiek kívül tartalmazza a kérelmező lakcímét, telefonszámát, adószámát, taj-számát, valamint azt, hogy a kérelmező hány évet dolgozott pedagógusként a kerületben.

A diplomák átadásáról az önkormányzat a későbbiekben nyújt tájékoztatást. Az érdeklődők további információt Horányi Anna oktatási referenstől kérhetnek a 06-1-437-8548-as telefonszámon. A tanári diplomával rendelkezők közvetlenül a főiskolán, illetve az egyetemen vagy annak jogutódjánál igényelhetik jubileumi diplomájukat.

ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER ÖNKORMÁNYZAT



Online jelmezversenyen is indultak a résztvevők

Farsangi mulatsággal búcsúztatták a telet

Az Óbudai Rehabilitációs és Foglalkoztatási Központban hagyomány van annak, hogy nagy farsangi mulatsággal búcsúztassák a telet az intézmény ellátottjai. Idén sem volt másképp, habár a fennálló veszélyhelyzet miatt ezúttal meghívott vendégek nélkül, zárt körben tartották meg az ünnepséget.

A Rehabilitációs Központban az idei jelmezek tematikája négy lábú kedvenceink, a macskák voltak. Az intézmény ellátottjai különböző ismert film-, rajzfilm- és mesehősök alakját öltötték magukra, de természetesen voltak egyéni nevezők is. A zártkörű karnevál résztvevői azonban nemcsak egymást szerették volna

lenyűgözni jelmezeikkel: jelentkeztek az Óbudai Családi Tanácsadó és Gyermekvédelmi Központ online farsangijelmez-versenyére is. Az intézmény munkatársai segítettek az ellátottaknak a nevezésben, ugyanis nem titkolt szándékuk,

hogy ezzel a gesztussal is ápolják az Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat által fenntartott intézmények közötti kapcsolatot. A maskarák bemutatása után különböző vicces ügyességi játékokban próbálhatta ki magát minden résztvevő.



Válj Te művészeti alkotássá!

Rendhagyó farsangi összeállításban vettek részt az Óbudai Szociális Szolgáltató Intézmény munkatársai és klubtagjai „Válj Te művészeti alkotássá” címmel, amelynek során híres festők alkotásait elevenítették meg. A klubtagok számára nem kis kihívást jelentett a képek alakjainak életre keltése, voltak olyanok, akik maguk varrták erre az alkalomra a jelmezüket.



A kiválasztott műalkotások alakjait a vállalkozó kedvű klubtagok közösen jelenítették meg, néhol humorral fűszerezve. A megelevenedett festmények felvételei a pandémiás időszakra tekintettel, a járványügyi szabályok betartása mellett, más-más időpontokban készültek. Az online kiállítás több mint ötven képe „tárlatvezetéssel együtt” megtekinthető az intézmény közösségi oldalán: facebook.com/oszsz. Ebben az évszakban az intézmény munkatársai örömet, vidámságot hoznak a tárlatot megtekintők hétköznapjaiba. Mindenkinek jó szórakozást kívánunk!

Tüdőszűrés a Rehabilitációs Központban

A Magyar Máltai Szeretetszolgálat munkatársai idén is elvitték Mozgó Tüdőgondozó és Tüdőszűrő Állomásukat az Óbudai Rehabilitációs és Foglalkoztatási Központ portájá elé. Az intézmény ellátottjainak ezúttal is helyben, térítésmentesen biztosítottak tüdőszűrési lehetőséget. A Magyar Máltai Szeretetszolgálat Tüdőszűrő Programja 1995-ben kezdte meg működését, melynek elsődleges küldetése a szociálisan nehéz helyzetben lévő emberek segítése. Az Óbudai Rehabilitációs és Foglalkoztatási Központ ellátottjainak is hosszú évek óta biztosítanak tüdőszűrési lehetőséget minden év első hónapjában. Azon túl, hogy ez nagy segítség az ellátottaknak és családjaiknak, a rendszeres tüdőszűrő vizsgálaton való minél szélesebb társadalmi részvétel mindannyiunk közös érdeke.

HAGYOMÁNYTEREMTŐ BABAKÖSZÖNTÉS

Egy kisgyermek érkezése nagy öröm a családnak és a tágabb közösségnek is. Ezért Óbuda-Bé-



kásmegyer Önkormányzat úgy döntött, hagyományteremtő szándékkal üdvözlje az esztendő első, harmadik kerületi újszülöttjét. A járványügyi korlátozásokra és a kisbaba korára tekintettel a biztonsági szabályok maximális betartásával, igen rövid látogatásra érkezett dr. Kiss László polgármester Óbuda-Békásmegyer idején első újszülöttjének családjához, ajándékcsomaggal és sok-sok jókívánsággal. Hartung Áron Szilveszter 2021. január 1-jén 3 óra 59 perckor jött világra. A baba és édesanyja is jó egészségnek örvend, s a büszke szülők arról is beszámoltak: amellyel, hogy kisfiuk sokat alszik, kezd beállni a stabil napirendje.

Vaddisznót vagy rókát látott a lakókörnyezetében?

Gyakran keresik fel aggodó III. kerületi lakosok Óbuda-Békásmegyer Közterület-felügyeletét, hogy vaddisznót vagy rókát láttak a lakókörnyezetükben, és mit tegyenek. Előfordult már, hogy valakinek a kertjébe ment be egy több kocából álló vaddisznókonda.

Óbuda-Békásmegyer közigazgatási területén megtalálhatók a különböző vadfajok egyedei. Azoknál a lakóingatlanoknál jellemzőbb a megjelenésük, amelyek a hegyen, közel az erdőkhöz épültek. Az állatok lakott területre bejárásának egyik oka az, hogy zöldhulladékokat, esetleg rothadt gyümölcsöket helyeznek ki a házak környékén, ez a vaddisznók számára igencsak csábító, főleg az őszi, téli időszakban, amikor az erdőben már kevés étel találnak. A ró-



A vadon élő állatok jellemzően félnek az emberektől

kák fő zsákmányai viszont a településeken mindig jelenlévő különböző

rágcsálófajok, valamint a kutyáknak és a macskáknak kitett eledel. A róka képes megszokni az ember közelségét, akár félelem nélkül mozog az utcákon és a kertekben. Ha egy rókát látunk lakott területen, még nem jelenti azt, hogy veszett.

Jellemzően félnek az emberektől a vadon élő állatok, és ha hallják, hogy közeledünk, messzire elkerülnek. Mivel már több mint egy hónapja világra jöttek a vadmalacok, nagyon fontos, hogy a kijelölt utakat ne hagyjuk el, a kutyákat pedig pórázon vezessük. A malacait védő koca a legveszélyesebb emlősállat a hazai erdőben, de ha a kijelölt utakon haladunk, kicsi az esélye a találkozásnak. Ha mégis találkozunk vaddisznóval, és nem fél tőlünk, esetleg támadólag közeledik, sajnos nincs más választásunk, futnunk kell. A vaddisznókkal meg kell tanulnunk együtt élni. Az ember vonzotta be a városba és a lakott területekre a szeméttel, valamint az elhanyagolt területekkel. Az ingatlanjainkat pedig védjük, beton alapú, folytonos kerítéssel.

Ha rókával találkozunk, kellő távolságból hívjuk fel magunkra a figyelmet például tapssal, kiáltással. A zajtól való félelemtől el fog távolodni tőlünk. Az egészséges róka biztosan kitér előlünk, igyekszik elkerülni a közeli találkozást. Ha az állat nappal is az ember közelébe megy, sőt hagyja magát néhány lépésre megközelíteni, vagy háziállatot támad meg; esetleg görcsrohamokat, benuást látunk rajta, vagy a fenti tüneteket követően elpusztul, értesítsük a helyi hatósági állatorvost, vagy a NÉBIH zöldszáman, a 06-80-263-244-es elérhetőségen kell bejelentést tennünk.

ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER KÖZTERÜLET-FELÜGYELET

LEGYEN ÖN IS POLGÁRŐR!

A Budapest III. Kerületi Polgárőr Egyesület, az Óbudai Polgárőrség várja tagjai közé azokat, akik önként, a szabadidejük terhére, térítés nélkül szeretnék bűnmegelőzési tevékenységet végezni Óbuda-Békásmegyer lakóinak érdekében. A polgárőrök rendszeresen látnak el nyílt, demonstratív járőrszolgálatot gyalog, kerékpáron, elektromos és benzines robogóval, valamint gépkocsival a kerület egész területén, szorosan együttműködve a rendőrséggel és a közterület-felügyelettel. Részt vesznek a kerületi rendezvények biztosításában, prevenciók előadásokat és bemutatókat tartanak az iskolákban. Tájékozódhat a polgarorobuda.hu weboldalon és az Óbudai Polgárőrség Facebook-oldalán, valamint Szücs János egyesületi elnöknél a 06-30-621-6088-as telefonszámon, illetve a polgaror.obuda@gmail.com e-mail-címen. Adójának egy százalékával Ön is támogathatja a Budapest III. Kerületi Polgárőr Egyesületet, adószám: 18135327-1-41. Segítségüket köszönjük!



Üzlettypusról kell nyilatkozniuk az üzemeltetőknek

Jogszabályváltozás miatt országsszerte minden vendéglátónak nyilatkozni kell az általa üzemeltetett üzlettypusról. Ennek keretében mindazon kereskedőknek, akiknek a nyilvántartásba vételről szóló igazolásában szerepel a vendéglátó tevékenység, és akik tevékenységüket a III. kerület területén végzik, nyilatkozatot kell tenniük Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat jegyzője felé 2021. március 31-ig arra vonatkozóan, hogy milyen üzlettypusba tartozik az általuk üzemeltetett egység.

A 210/2009. (IX.29.) Korm. rendelet 4. számú melléklete az alábbiak szerint határozza meg az üzlettypusokat (a jogszabály melléklete tartalmazza a besorolást segítő információkat): étterem, büfé, cukrászda, kávézó, alkohol-

mentes italokra specializált vendéglátóhely, italüzlet/bár, zenés-táncos szórakozóhely, munkahelyi/közétközvetést végző vendéglátóhely,

OTTHONUNK
OBUDA
BÉKÁSMEGYER

gyorsétterem, rendezvényi étkeztetés, alkalmi vendéglátóhely, mozgó vendéglátóhely. A nyilatkozat megtételére vonatkozó bővebb információk az obuda.hu/blog/igazgatas/aktualis-tajekoztatasok weboldalon érhetők el, illetve a Kereskedelmi Csoport a 06-1-437-8985-ös telefonszámon nyújt bővebb felvilágosítást.

ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER
ÖNKORMÁNYZAT

Óbudai sikerek Zalaszentgróton

A Hayashi Magyar WKF Karate Liga harmadik állomását Zalaszentgróton rendezték meg. A hazai karatésok az MKSZ támogatásával a járványhelyzetben való versenyzési



lehetőség megoldására tavaly ősszel hívták életre a négyfordulós sorozatot. A járvány miatt fokozott óvatossággal megrendezett zalai viadal helyenként már parázs versenyhangulatot hozott, a versenyzőkön pedig érezhető volt, hogy egyre jobb formába lendülnek. Az Óbudai Gankaku Sportegyesület ifjú sportolói egyre jobb teljesítményt nyújtottak a fordulókban: az első két versenyző három érmet szerzett, a másodikik öt versenyző három dobogós helyezést ért el, a harmadikon öt versenyző öt érmet szerzett. Az egyesület 21 csapatból az éremtábla hatodik helyén végzett.

TEHETSÉGGÖZPONT LETT A III. KERÜLETI TVE

A nyártól induló rendszerben Tehetségközpontként működik tovább a III. kerületi TVE az MLSZ döntése és a belga Double Pass audit cég értékelése alapján. „Nagyon boldogok vagyunk, hogy sikerült bekerülnünk a kiválasztott klubok közé, és szeretnénk gratulálni az összes kollégának, aki részt vett az auditálás folyamatában – nyilatkozta Szabó Bence ügyvezető. – Reményeink szerint azt a fejlődési ívet, amit az elmúlt években a TVE leírt, tovább tudjuk folytatni, és ebben segítségünkre lesz az új rendszer. Számunkra a legfontosabb az lenne, hogy a versenyzetetés problémája megoldódjon, hiszen csapataink készen állnak a nagyobb kihívásokra is.”



FOTÓ: TVE

Tavaszi városrehabilitációs futás

Virtuális futás egyedül, szülővel vagy a barátokkal együtt

Az Óbudai Családi Tanácsadó és Gyermekvédelmi Központ a „Szociális városrehabilitáció megvalósítása Békásmegyeren” című, VEKOP-6-os projekt keretében meghívja minden sportolni vágyó kerületi lakost egy térítésmentes, de regisztrációköteles virtuális futásra.

A járványhelyzet miatt immár egy éve nincs lehetőség „élő” futóversenyeket rendezni. Elmaradt az Óbuda-futás, a Mikulás-futás és szilveszteri futás is. Egyéni futókkal viszont a III. kerületben minden nap találkozhatunk. E kiváló sportemberek akár kánikulában, akár esőben, fagyban, sárban, kora reggel vagy akár késő este, de mindig teljesítik az előre kitűzött távot. A jelenlegi pandémiás helyzetben kitartásuk, sportszerettségük és egészségük megővése példa lehet mindenki számára.

Számukra, illetve a hozzájuk csatlakozók számára az Óbudai Családi Tanácsadó és Gyermekvédelmi Központ a „Szociális városrehabilitáció megvalósítása Békásmegyeren” című, VEKOP-6-os projekt ke-

retében meghívja minden sportolni vágyó kerületi lakost egy térítésmentes, de regisztrációköteles virtuális futásra.

A virtuális futás során a kiválasztott táv nem egy kijelölt időpontban, egy konkrét tömegrendezvényen, hanem március 1. és április 5. között bármikor, bármely futóhelyszínen, akár a III. kerületen kívül is teljesíthető. A virtuális futás során minden futótárstól azt kérjük, hogy fussa le a szá-

Március elsejétől húsvétig bármikor teljesíthető a kiválasztott táv

mára legoptimálisabb távot az alábbi kategóriák közül: 500 m, 1 km, 5 km, 7 km. A futást rögzítse futóórán vagy okostelefonon egy futóalkalmazás segítségével, a futóalkalmazásról készítsen fényképet vagy képernyőképet, és azt április 5-ig küldje el

a cstan.vizi10@gmail.com e-mail-címmel. Az e-mailben írja meg a regisztrációhoz szükséges adatokat (név, cím, születési idő, telefonszám, választott futótáv). Ha nem egyedül, hanem szülővel, barátokkal együtt fut, akkor a közös futást igazoló képernyőkép mellett küldje meg e-mailen a futásban részt vettek regisztrációhoz szükséges adatait is.

A futás maximális létszáma: 200 fő. A kiválasztott távot sikeresen teljesítők számára ajándékcsomagot, egyedi befutóérmét/futózsákot ajándékozunk, amely április 10. és 20. között munkaidőben átvehető a Vízorgona utca 10. alatti Családi Közösségi Térben.

Fusszon velünk a tavasz első napjától húsvétig, teljesítse az előre tervezett futótávot, és vegye át húsvét után az egyedi futóérmét!

A tavaszi városrehabilitációs futásról további információ kérhető Tapasztó Gábor pályázati tanácsadótól a 06-20-576-8976-os telefonszámon vagy a cstan.vizi10@gmail.com e-mail-címmel.

ÓBUDAI CSALÁDI TANÁCSADÓ ÉS GYERMEKVÉDELMI KÖZPONT

**ÓBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT**

1032 Bp. San Marco u. 81. Tel.: 388-2373,
www.kulturkozpont.hu
instagram: @kulturkozpont

Március 9-ig.

Egy diplomata visszaemlékezései - ONLINE

A San Marco Baráti Kör előadás-sorozata.

Téma: Nyugat-Berlin – Német-magyar kapcsolatok története és aktuális helyzete, a Berliini Fal, az egyesült. Előadó: **Tóth József Imre**
Az előadás online, ingyenesen megtekinthető Facebook-oldalunkon és Youtube-csatornánkon a fenti időpontban.



Március 14. szombat 10.00

Kokárda készítő alkotónap - ONLINE

Március idusán, nemzeti ünnepünkön mindenki kokárdát hord a szíve fölött. Pöttömök és óriások, készítsétek el saját különleges kokárdáitokat, amihez segítséget nyújtunk az ÓKK közösségi oldalán megtekinthető videóknban. Várunk benneteket szeretettel a monitor elé!

A foglalkozás ingyenesen megtekinthető Facebook-oldalunkon a fenti időponttól.

**BÉKÁSMEGYERI KÖZÖSSÉGI HÁZ**

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



Kültéri árkádkiállítás

Úton – Váradi Levente, a Magyar Állami Népi Együttes, a Főlszállott a páva, valamint a Magyar Táncművészeti Egyetem fotográfusának kiállítása

A kiállítás ingyenesen megtekinthető 2021. március 31-ig.

Kültéri homlokzatkiállítás

Óbuda 6*7 képből fotópályázat kiállítása

A kiállítás, a ház nyitvatartási idejében ingyenesen megtekinthető 2021. április 15-ig.

Aulakiállítás az ablakon át

Csodálatos legyek – Rahmé Nikola fényképész szemével

Rahmé Nikola a természetfotózás, a makrofotózás mestere. 2005 óta fényképezi a rovarvilágot, képein a bogarak, legyek és más hatlábúak csodálatos világa jelenik meg. A kiállítás megtekinthető február 28-ig.

Február 26. péntek 17.00

Színházi kulisszák mögött – Fővárosi színházak története - ONLINE

Sorozatunkban a fővárosi színházak történetét mutatjuk be felvételről.

Előadó: **Szebényi Ágnes** színháztörténész, múzeumpedagógus

Február – József Attila Színház I. rész

Az előadás online ingyenesen megtekinthető Facebook oldalunkon.

Március 9. kedd Aulakiállítás az ablakon át

1848-as forradalom alakjai

Képek dr. Hermann Róbert történész gyűjteményéből.

Kültéri kiállításunk korabeli metszetek és litográfiák segítségével mutatja be az 1848-49-es szabadságharc leverését és az azt követő megtörtést. Portrékon láthatjuk az aradi tizenhármakat, gróf Batthyány Lajos miniszterelnököt és a köztudatban kevésbé élő vértanúkat. A képeket rövid életrajzok, illetve magyarázó szövegek kísérik.

A kiállítás megtekinthető március 31-ig.



Március 12. péntek 17.00 Ökoestek - ONLINE

Előadás-sorozat felvételről

Natura 2000 - közösségi jelentőségű fajok és élőhelyek Magyarországon
A 20. század utolsó negyedében, a 21. század elején számos új problémával találta szembe magát az emberiség. A lokálisan és rövidtávon sokszor nem vagy kevésbé érezhető, de globálisan megjelenő környezeti változások új kihívásokat jelentettek és jelentenek napjainkban is. Az Ökoestek előadás-sorozat néhány problémára kíván rávilágítani, és ha megoldásokat, követendő mintákat nem is fog mindig adni, célja elsősorban a tudatformálás és a problémák tisztán látásának elérésében van. Az estek problémafelvetője, előadója Kecskés Ferenc tanár, botanikus, a Magyar Környezeti Nevelési Egyesület tanácsadó testületének tagja, volt elnöke.

Az előadás online ingyenesen megtekinthető a Facebook oldalunkon.

Március 19. péntek 16.30

Aprók játéka a Kolompós Együttessel 15 percben - ONLINE

Rövid összeállítással folytatjuk évek óta sikeresen működő sorozatunkat kicsiknek és nagyobbaknak, vidámsággal, mondókával és énekkel.

A program online ingyenesen megtekinthető a Facebook oldalunkon.

**CSILLAGHEGYI KÖZÖSSÉGI HÁZ**

1039 Budapest, Mátyás király út 11-15.
Tel.: 240-0752,
www.kulturkozpont.hu,
instagram: @kulturkozpont

Február 26.

Schäffer Erzsébet - "Válogatott percek" - ONLINE

Hetente jelentkező ingyenesen megtekinthető podcast sorozat házunk honlapján, és facebook oldalán.

Schäffer Erzsébet író hetente megoszt velünk egy-egy történetet, gondolatot, kapaszkodóul ezekben a válogatottan nehéz időkben... Sok minden nehezíti épp az életünk. Hiányoznak megszokott közösségeink, elfoglaltságaink, egy kicsit a szabadságunk. Aggodalom szorongatja a szívünk, szeretteink és a világ sorsa miatt is. Ezért kértünk meg valakit, - aki ért hozzá -, hogy adjon pár szóval, gondolattal egy fogódzót, kis pozitív töltést, addig is, amíg újra találkozhatunk.

A videók ingyenesen megtekinthetők a Csillaghegyi Községi Ház Facebook oldalán és honlapunkon.

**MAGYAR KERESKEDELMÉ ÉS VENDÉGLÁTÓIPARI MÚZEUM**

1036 Budapest, Korona tér 1.
1/375-6249
mkvm@iif.hu www.mkvm.hu
www.facebook.com/mkvmuzeum
Látogatással kapcsolatos információk:
www.mkvm.hu/ujranyitas

Digitális múzeum

#múzeumozzszobából

Bár a Magyar Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeum a többi közgyűjteményhez hasonlóan jelenleg határozatlan ideig nem látogatható, az MKVM is csatlakozott a #múzeumozzszobából kezdeményezéshez. A múzeum honlapján, a **Digitális múzeum** menüpontban megtalálhatóak az intézmény online tartalmi, ahol új blog- és vlogbejegyzéseket, érdekességeket tesznek közzé a múzeum munkatársai, de lehet böngészni a műtárgyak és kiadványok között is, valamint barangolni lehet számos virtuális kiállításban is. Jelenleg a múzeum kereskedelmi és vendéglátóipari állandó kiállításai, és három korábbi, már nem látogatható időszak kiállítás tekinthető virtuálisan, különböző digitális megoldások segítségével.

Az oldal elérhető itt: www.mkvm.hu/digitalismuzeum



3K

1033 Bp. Pethe Ferenc tér 2.
Tel.: 247-3604,
www.kulturkozpont.hu
instagram: 3k_kulturkozpont



Február 28-ig.

Valentin napi bonbon készítés - ONLINE

Valentin napi finomságok **Hegyi Barbarával** és **Józan Lászlóval**. Az otthon elkészíthető kis bonbonok, meglepetések rejtelmeibe kukkanthatunk be a két népszerű színész közreműködésével. Kevernek-kavarnak a 3K színpadán.

A program ingyenesen megtekinthető Facebook-oldalunkon és Youtube-csatornánkon a fenti időponttól.



Március 5 - 31.

Óbudai séták II. - Aquincumtól a Római partig

Az Óbudai séták második részében Barabás Évi beszélget vendégeivel. Horváth Péter muzeológus, történész megidézi Hadrianus császár kötődését Aquincumhoz. A Római parton Hrutka Róbert zenész, zeneszerző Tompos Kátya színésznővel még az is lehet, hogy dalra fakad. Elérkezvén a Fellini Római Kultúrbiroig Ruskó Sándor tulajdonos beszél az óbudai kulturális élet Duna-parti pezsgéséről. Tartsanak velünk!

A kisfilm március 5-től ingyenesen megtekinthető a Facebook és Instagram oldalunkon.





ESERNYŐS ÓBUDAI KULTURÁLIS, TURISZTIKAI ÉS INFORMÁCIÓS PONT
1033 Budapest, Fő tér 2.
Tel: +36 30/883-1953 | +36 30/546 1651
www.esernyos.hu
www.facebook.hu/esernyos

Kedves Közönség! Ingyenes online eseményeinkről a bővebb és aktuális információk megtalálhatóak a www.esernyos.hu oldalon!

Köztéri plakátkrimik

Járj utána: nyomozz, sétálj és kávézz!

Különleges köztéri aktivitással várunk Óbuda szívében, ha szereted az irodalmat és szívesen utána járnál egy gondolatébresztő történetnek. Irodalmi nyomozásra invitálunk az Óbudai Anziksz folyóirattal közös projektünkben, ezúttal nem az online térben, hanem a közterekre kihelyezett plakátokon.

A plakátkrimik a Szentlélek térről indulnak, az első rész a 118-as busz megállójában található. Minden plakáton fel van tüntetve a következő rész helyszíne, így egy könnyű sétával lehet végére járni a történetnek: Péntek Orsolya irodalmár mozaik-krimije egy költő mű kalandos sorsán vezet végig.

Olvasgatás közben érdemes szelfiket is fotózni a plakátkrimikről és #krimi hashtaggel kipoztolni őket, hiszen mind a tizet bemutatva az Esernyős kávézóban, bárki vendégünk lesz egy zamatos kávéra – egyelőre még csak elvitelre.

Pepita Playback Társulat ONLINE

A playback-színházi előadás során a nézők érzései, hangulatai, személyes történetei elevednek meg a színpadon. Amit a mesélők elmesélnek, mi rögtönzéssel visszajátsszuk, –zenéljük, –rajzoljuk, –festjük a színpadon. Az előadást improvizáló zenész kíséri, és egy olyan kiállítás zárja, amelynek képeit grafikusművész tagunk az előadás során alkotja meg.

Mindezzel most az online térbe költözünk. Ezúttal egy rögzített videóban a képzőművészet, a zene, a színházi improvizáció és a vers, irodalom találkozik. Kiindulópontja azonban ezúttal is egy-egy személyes történet lesz.



Dobd be magad! – KultúrAutomata

Rendezvényeket látogatni még nem lehet, de sétálgatni igen, úgyhogy hozd és vidd magaddal a művészetet. A Fő téri kirakatunkban látható Esernyős KultúrAutomata arra szolgál, hogy a mai rohanó világban is lassíts és állj meg egy pillanatra, kortyolj bele az elvitteles kávédba és élvezd a művészetek világát. Dobd be magad te is, hiszen a kultúra nem létezhet közönség nélkül: ennél az automatánál akkor kaphatsz többet, ha magadat dobod be.



V. Óbudai Fotótárlat – Virtuális kiállítás

Óbuda-Békásmegyér a 21. században és a karantén idején Mit kezd Óbuda-Békásmegyér népe kulturális és építészeti örökségével, mit tesz hozzá ehhez a jelenben, különös tekintettel a járványra, és mit ad tovább az időben utána következőknek? Ezekre a kérdéseken lehet elgondolkozni a tárlat online anyagait böngészve a www.fototarlat.obudaitarlatok.hu oldalon.



KASSÁK MÚZEUM

1033 Bp., Fő tér 1., Zichy-kastély, Tel: 1 368 7021
kassakmuzeum@pim.hu
www.kassakmuzeum.hu
www.facebook.com/KassakMuzeum/

A Kassák Múzeum kiállításai jelenleg nem látogathatóak.

ONLINE MÚZEUM – SZEMÉLYES TÁVOLSÁG – CSAK EGY KATTINTÁSNYIRA

A Kassák Múzeum Besnyő Éva fotográfiái életművéből rendezett kiállítását a szakma a tavalyi év legfontosabb hazai fotókiállításai közé sorolta. Az eredeti fotók és dokumentumok ugyan decemberben visszakerültek a kölcsönző intézményekhez, azonban elkészült a kiállítás virtuális változata!

A kiállítás eseményeiről készült videófelvevételek a virtuális kiállítás nyitóoldalán és a PIM YouTube csatornáján is elérhetők. Az otthoni fotelből is visszanezhetők az előadások, a beszélgetés vagy éppen a kiállítás virtuális finisszázsa, a Munka Fotóelméleti szavalókórus különleges performansa. Csatlós Judit és Juhász Anna Mária kurátorok személyes hangú tárlatvezetését pedig azoknak ajánljuk figyelmébe, akik magányos bolyongás helyett szakértő kalauzálásra vágnak. Az online vezetés négy kulcsfogalom mentén – szabadság, érintés, tekintet, részvétel – ad betekintést az életmű személyes, fotótörténeti és részben nőtörténeti vonatkozásaiba. Lépjen be virtuális kiállítóterünkbe még ma!



ÓBUDAI PLATÁN KÖNYVTÁR

1031 Budapest, Arató Emil tér 1.
(bejárat a Kadosa utcáról)
tel.: 439-0936
www.platankonyvtar.hu
Hétfő 12-18, kedd 10-19, szerda zárva,
csütörtök 10-19, péntek 12-18, minden
páratlan hét szombatján 10-14

Az Óbudai Platán Könyvtár 2020. november 11-től a hatályos kormányrendelet értelmében bezárt, látogatókat nem fogad. Személyesen ugyan nem találkozhatunk, de az online térben továbbra is várjuk a kikapcsolódni vágyókat.

Hű, de bátor! – online meseolvasás: 2021. március 11.

Négy barát versenyre kel: vajon ki a legbátrabb közülük? Ki az, aki a legelképesztőbb bátorságpróbát is kiállja? Hallgassátok meg Lorenz Pauli és Kathrin Schärer vidám meséjét a valódi bátorságról! A videó március 11-től elérhető a könyvtár honlapján: <https://platankonyvtar.hu/gyerekeknek/mesetar/>



EZÜSTHEGYI KÖNYVTÁR

1038 Budapest, Ezüsthelyi utca 16.
tel.: 454-0826
www.platankonyvtar.hu
Új nyitva tartás: Hétfő zárva, kedd 9-14, szerda
11-19, csütörtök 9-14, péntek 11-19, minden
páros hét szombatján 9-13

Az Óbudai Platán Könyvtár Ezüsthelyi Könyvtára 2020. november 11-től a hatályos kormányrendelet értelmében bezárt, látogatókat nem fogad. Személyesen ugyan nem találkozhatunk, de az online térben továbbra is várjuk a kikapcsolódni vágyókat.

Kata Kötőkлубja ONLINE: Rizskötés és szélszemek kötése – 2021. március 4.

Kötés alapok, kötéstechnikák, kötésminták, hasznos tippek kezdőknek és újrakezdőknek! A kötés iránt érdeklődőket szeretettel várjuk a könyvtár weboldalán: <https://platankonyvtar.hu/fiokkonyvtar/katakotoklubja-/> március 4-től elérhető új videóval.

Horgolda ONLINE: Horgolt nyaklánc készítése – 2021. március 9.

Klubfoglalkozásunkon csodás horgolt kiegészítőket és dekorációkat készítünk. Várjuk a horgolni vágyó érdeklődőket, kezdőket és haladókat egyaránt! Öltösk magunkra a tavaszt, ékszeressük fel magunkat virágos nyakbavalókkal. Varázsoljunk ide egy kis vidámságot, sok színes virágot! Horgoljunk együtt tavaszra! A videó elérhető március 11-től a könyvtár weboldalán: <https://platankonyvtar.hu/fiokkonyvtar/horgolda-online/>



Sütiműhely ONLINE: Édes és sós húsvéti ötletek – 2021. március 18.

Sütés nélkül könnyűszerrel. Receptek, tippek, fortélyok gyerekeknek a játszva elkészíthető süteményekről, desszertokról és falatkákról. Könnyen megalkotható finomságok lépésről lépésre, amivel meglepheted a családodat és barátaidat. Indulhat a konyhaparti Sütiműhelyünkben! Nem varázslat, nem ámitás! Süti és vidámság, semmi más! A videó elérhető március 18-tól a könyvtár weboldalán: <https://platankonyvtar.hu/fiokkonyvtar/sutimuhely---sutes-nelkul-edessegreceptek-/>



ÓBUDAI MÚZEUM

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

Az Óbudai Múzeum jelenleg zárva tart, de honlapunkon, Facebook oldalunkon és Youtube-csatornánkon gazdag tartalommal várjuk látogatóinkat! A már jól ismert KarantÉma keretében napról-napra igyekszünk izgalmas és egyedi tartalmakat nyújtani kiállításaink és gyűjteményeink rejtett kincseiről, továbbá otthonunk, Óbuda kevésbé ismert, érdekes történeteiről, személyeiről.

BÁNLAZETZKY. EGY ÓBUDAI MŰVÉSZCSALÁD

– Virtuális tárlatvezetések

Virtuális villámlátogatások időszaki kiállításunkban a kurátorok kalauzolásával! Youtube-csatornánkon a 2-3 perces villámlátogatások során három óbudai művészegyenység pályaképe bontakozik ki: Lazetcky Rezső festőművész lírai akvarelljei, Lazetcky Stella grafikusművész részletgazdag képeslapjai, valamint Bán István textilművész figurális és absztrakt falikárpitjai tárják fel Óbuda művészéletének egy eddig ismeretlen szeletét.



FLÓRIÁN MACKÓ KALANDJAI – Online mesék gyerekeknek

Flórián, az Óbudai Múzeum kedvenc mackója útra kel a játékiállításban és számos kalandba keveredik a vitrinekből kiszabadult játékokkal. Hallgassátok meg együtt Flórián mackó 22 izgalmas történetét múzeumunk Youtube csatornáján!

JÁTÉKOS CSILLAGUTAZÁS – Letételhető társasjáték

Közeleg legjobb barátod, Egérke születésnapja. Egy különleges ajándékkal szeretnéd meglepni, az univerzum legfinomabb sajtjával. Ehhez be kell utaznod a Tejútrendszer, majd vissza kell jutnod a Földre. A csillagokon és bolygókon át vezet utadon számos kihívás és feladat vár rád. Vajon melyikötök gyűjti össze a legtöbb sajtot?

Ha készen állsz a csillagutazásra, töltsd le a társasjáték kellekeit honlapunkról, nyomtasd ki a szükséges részeket és már kezdődhet is a játék!



Burrito marhahúsból

Hozzávalók

- A fűszerkeverékhez:
- 1,5 teáskanál cayenne bors
 - 2 késhegynyi bors
 - 1 kávéskanál só
 - 2 teáskanál római kömény
 - 3 szál oregánó
 - 1 gerezd fokhagyma
- A fűszeres öntethez:
- 4 ek vaj
 - 4 csapott ek finomliszt
 - 4 dl marha-alaplé
 - 140 g süritett paradicsom
- A húshoz:
- 40 dkg darált marhahús (lapocka)
 - 1 közepes db vöröshagyma
 - 4 ek süritett paradicsom
- A tálaláshoz, tekercsekhez:
- 1,5 dl marha-alaplé
 - 25 dkg vörösbab
 - 3 ek olívaolaj
 - 6 db tortilla lap (nagy méretű)
 - 0,8 bögre rizs
 - 7 dkg cheddar sajt (vörös)
 - 10 dkg jégsaláta
 - 1 közepes db avokádó
 - 1 közepes db paradicsom
 - 1 közepes db piros kaliforniai paprika
 - 100 g tejföl
 - 8 szál koriander
 - 1 közepes db lime



Ez a sokak számára ismert, de hazánkban csak „street foodnak” titulált étel valójában egy teljes értékű ebéd vagy vacsora lehet a mexikói konyha kedvelői számára.

Azért választottuk most a marhahúsos burrito receptjét, mert ez az egyszerűen elkészíthető, különleges ízvilágú étel kiváló belépő lehet sokaknak a mexikói konyhába. Ízlés szerint lehet játszani a fűszerkeverékben található komponensek arányával, és mindenki a saját ízlése szerint egyedi ételt készíthet. Jó étvágyat kívánunk hozzá!

Elkészítés

A fűszerkeverékhez: Összekeverjük az összes fűszert, a fokhagymát belereszeljük.

A fűszeres öntethez: A vajat megolvasztjuk, beletesszük a lisztet, és egy-két percig főzzük kis lángon, amíg szép színe nem lesz. Hozzáadunk két kiskanállal a fűszerkeverékből, és folyamatos keverés mellett felöntjük az alaplével. Hozzáadjuk a paradicsomot is, és kis lángon addig főzzük, amíg a belemártott kanál végére szépen, sűrűn tapad (ez kb. 15 perc).

A húshoz:

Közben olívaolajat hevítünk, beletesszük az apróra vágott hagymát, pár percig pirítjuk. Hozzáadjuk a húst és két evőkanál fűszerkeveréket, fehérredésig pirítjuk. Hozzáöntjük az alaplevet és a paradicsomot, és kb. 20 percig főzzük, amíg a lé szépen elpárolog. Az utolsó 10 percben mehet hozzá a bab. Nem szabad kiszáritani, de ne maradjon rajta szósz.

A tálaláshoz, tekercsekhez:

A rizst hagyományos módon kifőzzük, amíg a hús és az öntet készül. A tortillalapokat magunk elé tesszük, mehet bele pár kanál húsos-babos töltelék, majd egy-két kanál rizs. Ne töltsük túl, úgy nem lehet tekerni. Két oldalán behajtogatjuk, majd szépen feltekerjük, és vajazott tepsibe tesszük úgy, hogy a hajtás alulra kerüljön. A teps mérete legyen kb. 20x30cm-es. Megismételjük az összes többi tekercsel is. Rákanalazzuk a szószot, ráreszeljük a sajtot, és 175 fokra előmelegített sütőbe toljuk. Kb. 30 percig sütjük (hőlégkeveréses módban), amíg a sajt szép aranybarna nem lesz. Az összetépkedett salátával, paradicsommal, avokádóval és tejfőllel tálaljuk. Ha maradt még a fűszeres szószból, ne féljünk azzal is jól meglocsolni.

REJTVÉNY

A szikvízgyártás Óbudán virágzó iparágga fejlődött a 19. századtól. Négy nagyobb családi vállalkozás uralta akkoriban itt a piacot. Négyből három a Fritz, a Lindmayer és a Steiner családnak az üzeme volt. Mi volt a negyedik üzem alapító családfő neve?

●	1	SÓGORNÓ, NÉPIES SZÓVAL	INDONÉZ AUTÓJEL	AZ OXIGÉN VEGYJELE	LEVEST SZED	KÉRDŐSZÖCSKA ATTÓL KEZDVE									
ENNYI A MAGYAR IGAZSÁG															
ENIKŐ, BECÉZVE															
HATÁR-RAG			2/3 ÓRAI HOZZÁM												
AJTÓT KITÁR															
AJÁNLOTT KÜLDÉ-MÉNY JELE		NÉMET SÓRMÁRKA INDIAI TAGÁLLAM				TEXTIL-NÖVÉNY	ERKEL-OPERA ALAKJA; NÁDOR	EME	ABLAKBAN ÁLLI!	SAN ...; OLASZ VÁROS	JELENESEK KÖNYVE				
SZÓFAJ, VERBUM							MATEMATIKA RÉSZE TV-CSATORNA								
KOBALT			... IACTA EST JÖVENDŐ-MONDÓ						ELBORÍT, FED HAJDAN, LATINUL						
ÁLLATOKAT TEREL						NUMERO, RÖVIDEN BORSODI VÁROS							MOLIBDÉN		
KELET		VÉDŐ ÓKORI RÓMAI POLITIKUS					EURÓPAI HEGYSÉG CSEKÉLY MÉRTÉKŰ								
TETŐSZER-KEZET KÉSZÍTŐ MESTER						PÁROS SZÉKI SZÉLEIN ÖNOZÓ!			ARGOSZI HERCEGNŐ VESZPRÉM M.-I KÖZSÉG					NÉVELŐ	ÁDÁM PÁRJA
..., -RE														A PENGE LÉNYEGE	ELEVEN
SZEREP A BÁNK BÁNBAN							SAJÁT KEZÜLEG FELTÉVE			12 HAVI ARAB FIÚNÉV					
KIS AMÁLIA						MAGYAR AUTÓJEL ÉNEKLŐ SZÖCSKA		FEJFEDŐ							
EGYLET KÖZEPE!						ÚJSÁG SZÉKES-EGYHÁZ			PUSKÁT HASZNÁL KECSKE MONDJA					TOVÁBBÁ	PORTÉKA
REGÉNYÉT GÁRDONYI ÍRTA MEG								AMELY DOLOG ERRE-FELE!						ÁZNI KEZD!	ÜRES TÉR!
UNITED KINGDOM, RÖVIDEN															
ÉRDEKTE-LENNEK TARTÓ						A MÁJ TERMELI AMPER				HÁROM, OROSZUL RÉGI, AVITT					
KIS LÉT-SZÁMÚ ÉNEKKAR															

KERESD A ZÖLDET!



A Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesület Kertész- és Hüllővédelmi Szakosztálya az Év kétéltyje programhoz kapcsolódva 2021-ben rajzpályázatot hirdet „Keresd a Zöldet!” címmel. Pályázni hazánk egyik leggyakoribb békáját, a zöld varangyot ábrázoló alkotásokkal lehet. A faj lakott területeken is nagy számban fordul elő, így sokan találkozunk vele, de sokszor félre is ismerjük. Sajnos még napjainkban sem ritka, hogy elszennyezett viseltetünk a varangyok iránt, holott rossz hírnevükre a legkevésbé sem szolgáltak rá. A 2021. év kétéltyje ugyanis kertjeink hasznos lakója és látogatója, hiszen főként rovarokkal, köztük növényeink kártevőivel táplálkozik. És jó tudni: védett állat! Hogy ez az év valóban a zöld varangyoké legyen, a pályázatra várják minden alkotó kedvű övodás, alsó és felső tagozatos, valamint középiskolás diák, de felnőttek műveit is, 2021. április 30-ig. Érdemes megismerni és megőrkíteni e békafaj képviselőit, a szervezők minden kategóriában díjazták a három legjobban sikerült pályaművet. Részletes pályázati kiírás az mme.hu/khvsz weboldalon.

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 áron vásárolhatják meg termékeinket.

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

Főszerkesztő: Prusinszki István · Fotó: Patek Andrea · Envato Elements · depositphotos · Tördelészerkesztő: 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: Ipress Center Central Europe Zrt.
· Megjelenik 75 ezer példányban · Hirdetésfelvétel: 06-20-466-8489, e-mail: keypricekft@gmail.com
· A hirdetések tartalmáért felelősséget nem vállalunk. Kéziratokat nem örzünk meg és nem küldünk vissza.
Web: obuda.hu/blog/media_uj/obuda-uj, facebook.com/obudaujsag
· Következő megjelenés: 2021. március 12.

OTTHONUNK
OBUDA
BÉKÁSMEGYER

KÉPVISELŐI FOGADÓÓRÁK

A koronavírus-járvány terjedésének megfékezése érdekében változott az egyéni választókerületek képviselői fogadóóráinak rendje. A napról napra fokozódó járványügyi helyzet miatt javallott a minél kevesebb személyes kontaktus kialakítása, amennyiben arra lehetőség van. A biztonságos ügymenet miatt a tovább-

biakban az egyéni választókerületek képviselőinek személyesen tartott fogadóórái elmaradnak, velük az alábbi táblázatban közölt e-mailen lehet kapcsolatot tartani. A képviselők természetesen az írásos kommunikáció alkalmával is ugyanúgy járnak el, mint személyes fogadóórájukon.

EVK	KÉPVISELŐ	TELEFONSZÁM	E-MAIL	FOGADÓÓRA IDŐPONTJA	FOGADÓÓRA HELYSZÍNE
1.	DR. KISS LÁSZLÓ	06-1-437-8913	drkisslaszlo@obuda.hu	Előzetes telefonos bejelentkezés alapján	Polgármesteri Hivatal I/23.
2.	HAZAI IVÁN ANDRÁS		hazai.ivan@obuda.hu	Minden hónap 1. péntek 15.00-17.00	Fő tér 1., I/7.
3.	ZÁBÓ ATTILA	06-20-410-4426	zabo.attila@obuda.hu	Minden hónap 1. hétfő 8:30-10:00	Fő tér 4., Testületi Iroda
4.	STRENNER IMRE	06-20-383-6003	strenner.imre@obuda.hu	Minden hónap 1. és 3. hétfő 17.00-19.00	Bécsi út 215.
5.	ŐRI LÁSZLÓ		ori.laszlo@obuda.hu	Minden hónap 1. szerda 14.30-16.30 *	Fő tér 4., Testületi Iroda
6.	CZEGLÉDY GERGŐ	06-1-437-8688	czegledy.gergo@obuda.hu	Minden hónap 1. szerda 15.00-16.30 *	Polgármesteri Hivatal II/38.
7.	BÉRES ANDRÁS	06-30-211-6111	beres.andras@obuda.hu	Minden hónap 1. kedd 15.00-16.30	Pethe Ferenc tér 1., Párbeszéd-iroda
8.	CSONGRÁDI JÁNOS	06-70-213-1350	csongradi.janos@obuda.hu	Minden hónap 2. kedd 16.00-18.00 *	Ágoston Művészeti Óvoda Kastély Tagóvodája
9.	TURGONYI DÁNIEL	06-1-437-8930	turgonyi.daniel@obuda.hu	Minden hónap 2. szerda 16.00-18.00 *	Polgármesteri Hivatal II/37.
10.	SZKALICZKI TÜNDE	06-30-456-4098	szkaliczki.tunde@obuda.hu	Minden hónap 2. hétfő 16.00-18.00 *	Óbudai Platán Könyvtár
11.	BURJÁN FERENC	06-1-437-8509	burjan.ferenc@obuda.hu	Minden hónap 3. csütörtök 17.00-19.00 *	Csillaghegyi Községi Ház
12.	DERDA ÁDÁM		derda.adam@obuda.hu	Minden hónap 3. péntek 16.00-18.00	Békásmegyeri Községi Ház
13.	SZABÓ ÁKOS		szabo.akos@obuda.hu	Minden hónap 1. kedd 17.00-19.00	Békásmegyeri Községi Ház
14.	UJFALVI ISTVÁN		ujfalvi.istvan@obuda.hu	Minden hónap 1. szerda 16.00-18.00	Békásmegyeri Községi Ház
	UJFALVI ISTVÁN		ujfalvi.istvan@obuda.hu	Minden hónap 3. szerda 16.00-18.00	Juhász Gyula utca 2. fszt. 4., DK-iroda
15.	DOMOKOS ÁGNES	06-70-253-1118	domokos.agnes@obuda.hu	Minden hónap 2. és utolsó péntek 15.00-17.00	Juhász Gyula utca 2. fszt. 4., DK-iroda
16.	RÓZSA LÁSZLÓ PÉTER		rozsa.laszlo@obuda.hu	Minden hónap 1. péntek 17.00-19.00	Juhász Gyula utca 2. fszt. 4., DK-iroda
	RÓZSA LÁSZLÓ PÉTER		rozsa.laszlo@obuda.hu	Minden hónap utolsó péntek 16.00-18.00	Békásmegyeri Községi Ház
Lista	BÚS BALÁZS	06-1-367-8791	kepviselo.fideszbp3@gmail.com	Minden hónap 1. hétfő 16.00-18.00 *	Kaszásdűlő utca 7., Fidesz-iroda
Lista	CSAPÓ HAROLD GÁBOR		kepviselo.fideszbp3@gmail.com	Minden hónap 1. kedd 16.00-17.00	Kaszásdűlő utca 7., Fidesz-iroda
Lista	FARKAS BALÁZS		kepviselo.fideszbp3@gmail.com	Minden hónap 2. kedd 14.00-15.00	Fő tér 4., Képviselői Iroda
Lista	KELEMEN VIKTÓRIA	06-20-200-0017	kepviselo.fideszbp3@gmail.com	Minden hónap 1. csütörtök 16.30-17.30 *	Bécsi út 77-79., Képviselői Iroda
Lista	PUSKÁS PÉTER	06-30-471-0703	kepviselo.fideszbp3@gmail.com	Minden hónap 1. csütörtök 18.00-19.00 *	Csillaghegyi Községi Ház
Lista	RÁCZ ANDREA	06-20-200-0017	racz.andrea@fidesz.hu	Előzetes telefonos bejelentkezés alapján	Bécsi út 77-79., Képviselői Iroda
OGYK	SZABÓ TÍMEA	06-30-415-4837	timea.szabo@parlament.hu	Minden hónap utolsó szerda 16.00-18.00	Pethe Ferenc tér 1., Párbeszéd-iroda
OGYK	VARGA MIHÁLY	06-20-200-0017	varga.mihaly.kepviselo@gmail.com	Előzetes telefonos bejelentkezés alapján	Bécsi út 77-79., Képviselői Iroda
OGYK	Z. KÁRPÁT DÁNIEL	06-20-669-7581	z.karpat.daniel@jobbik.hu	Minden hónap 1. péntek 16.00-17.00 *	Kabar utca 11., Képviselői Iroda

*Előzetes bejelentkezés szükséges

ÜGYFÉLFOGADÁSI REND A POLGÁRMESTERI HIVATALBAN ÉS A KORMÁNYABLAKBAN

A járványhelyzet ideje alatt a Polgármesteri Hivatal személyes ügyfélszolgálatára kijelölt helyiségek: a Harrer Pál utca 2. szám alatti Ügyfélszolgálati Iroda és a Fő tér 2. szám alatti Szociális Ügyfélszolgálat. Hétfőn 14 és 18 óra között, kedden 12 és 16 óra között, szerdán 8 és 12 óra között, csütörtökön 12 és 16 óra között, pénteken 8 és 12 óra között fogadják az ügyfeleket.

Az ügyfélszolgálat helyiségeiben egyszerre, egy időben maximum három ügyfél tartózkodhat. Az ügyféllel együtt az ügyfélszolgálat helyiségeiben tartózkodhat az ügyfél 14 év alatti gyermeke, illetve amennyiben az egészségi állapota ezt szükségessé teszi, az ügyfél 14 és 18 év közötti gyermeke, valamint az a személy, akinek segítsége nélkül az ügyfél az ügyeit önállóan intézni nem képes (például jeltolmács).

Az ügyfelekkel való kapcsolattartás elsődleges módja a jelenlegi járványhelyzet idején a telefon, az e-mail, valamint az elektronikus ügyintézési felület. Kérjük, csak az intéznie ügyeit személyes megjelenéssel, akinek ez máshogy nem megoldható! Az ügyfélszolgálat helyiségébe csak szabályos – száját és orrot eltakaró – maszkhasználat mellett engedélyezett a belépés, továbbá kérjük kedves ügyfeleinket, hogy belépés előtt a kihelyezett kézfertőtlenítőt használni szíveskedjenek! A Polgármesteri Hivatal ügy-

félszolgálatán kívüli helyiségeiben csak kivételesen, rendkívül indokolt esetben, előzetesen egyeztetett időpont alapján lehet személyesen ügyfelet fogadni.

A Harrer Pál utca 9-11. szám alatti Kormányablak hétfőn 8-tól 18 óráig, kedden és csütörtökön 8-tól 16 óráig, szerdán 11-től 19 óráig, pénteken 8-tól 14 óráig tart nyitva. A koronavírus-járvány terjedésének megakadályozása érdekében az ügyintézés kizárólag előzetes időpontfoglalással történik. Az ügyféltérben nem lehet várakozni, kötelező az arcot eltakaró maszk viselése, az ügyintézés során be kell tartani a legalább másfél méteres védőtávolságot az ügyfelek között. Az elkészült okmányokat postai úton kézbesítik, személyes átvételre csak kivételesen van lehetőség. Időpontot foglalni ügyfélkapus azonosítóval a magyarorszag.hu oldalon, illetve ügyfélkapu-regisztrációval nem rendelkező ügyfeleknek a 1818-as telefonszámon lehet. Az éjjel-nappal ingyenesen hívható számon felvilágosítást adnak a kormányablakokban, az okmányirodákban és a kormányhivatalok ügyfélszolgálati irodáiban intézhető ügyekkel kapcsolatban; segítenek a megfelelő ügytípus megtalálásában, az ügyintézés helyszínének és időpontjának kiválasztásában, az ügyintézéshez szükséges okmányok és iratok meghatározásában.

Ki kapja idén az Óbuda Kultúrájáért Díjat?

Minden évben az Óbuda Kultúrájáért Díj odaítélésével ismeri el képviselő-testületünk annak a személynek vagy csoportnak a kiemelkedő munkáját, aki/ami Óbuda-Békásmegyer kulturális életének fejlődéséhez kimagasló teljesítményével vagy életművével hozzájárult. Március 10-ig várjuk a kerületi lakosok javaslatait: Önök kit jelölnének jó szívvel az idej díjra?

Óbuda-Békásmegyer képviselő-testülete 2003-ban alapította az Óbuda Kultúrájáért Díjat, és minden évben annak ítéli oda, aki a harmadik kerület hagyományosan jó hírű kulturális életének további fejlődéséhez kiemelkedő teljesítményével hozzájárul. A díjazotról a képviselő-testület dönt a Civil, Nemzetiségi és Kulturális Bizottság véleményének figyelembevételével. Egy személy vagy csoport részesülhet az elismerésben, amelyre bárki tehet javaslatot.

Az Óbuda Kultúrájáért Díjjal Seres János szobrászművész Oszlopok című kisplasztikája, díszoklevél és bruttó 600 ezer forint összegű pénzjutalom jár. A díjat az Óbuda napja kulturális rendezvénysorozat keretén belül, május nyelgődikén adjuk át.

A díjazottra írásban – rövid indoklással együtt – várjuk az óbudai polgárok, civilszervezetek és közösségek jelölési javaslatait. Ezeket zárt borítékban, Budapest Főváros III. kerület, Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat Polgármesteri Hivatala Köznevelési és Kulturális Főosztályának címezve (1033 Budapest, Fő tér 4.), postai úton kérjük elküldeni, 2021. március 10-ig. A borítékra, kérjük, írják rá: „Javaslat az Óbuda Kultúrájáért Díj adományozására”. Bővebb információ Csépanyi Andrea kulturális és turisztikai referensnél kérhető (tel: 06-1-437-8553, e-mail: csepanyi.andrea@obuda.hu).

MEGNYÍLT!
A RÁSZORULTAK MEGSEGÍTÉSE ALAPÍTVÁNY BOLTJA.

Kamra
MEGFIZETHETŐ MINDENNAPOK

ÓBUDÁN - A FLÓRIÁN TÉRI ALULJÁRÓ KÖZEPÉN

AZ IGAZI TAKARÉKOSSÁG A FELSZÍN ALATT KEZDŐDIK.

KÖVESSE VÁLTOZATOS AKCIÓINKAT OLDALUNKON:

facebook.com/kamra.obuda

APRÓHIRDETÉS

SZOLGÁLTATÁS	VILLANYSZERELÉS.	RÉGISÉG	ADÁS-VÉTEL
Víz-fűtésszerelő gyorsszolgálat: csap, szifon, WC-tartály, radiátorszerelés, fürdőszobák teljes körű felújítása, burkolása: 06-70-642-7526	Lakásfelújítás, elektromos hibaelhárítás ingyenes felméréssel, számlaképesen. Nyerges Ádám villanszerelő. Tel: 06-30-581-4192	KÖNYVEKET, KÖNYVTÁRAKAT, MŰTÁRGYAKAT VÁSÁROLUNK! Vírus idején maszkban-kesztyűben. Vértesi Antikvárium: 06-20-425-6437	Nerc, róka, nutria, mindenfajta szőrmebundát vásárolok, illetve teljes ruhanemű-hagyatékot, kiegészítőket, valamint: könyveket, hanglemezeket, varrógépeket és mindenfajta bizsukat. Tel.: 06-20-229-0986
Redőnyszerelés, javítás, gurtncsere, szalagfüggöny, szúnyogháló, harmonikaajtó. Nagy Sándor, 06-20-321-0601	Fakivágás, fűnyírás, sövénynyírás, fűkaszalás, bozótirtás. Veszélyes fák kivágása alpinechnikával is. Tel.: 06-30-994-2431	Könyvek, könyvtárak, teljes hagyaték felvásárlása készpénzért, kiszállással. 06-20-9378-592, 789-2401	Arany-ezüst BRILIÁNS 20 000FT/G (1 karattól), ékszerek, kar-, zseb-, falióra, hagyaték felvásárlása. 1117 Bp., Fehérvári úti Vásárcsarnok, virágsor, Porcelán-Ezüst Üzlet. 06-1-209-4245, www.dinasztiagalerialia.hu
Villanszerelés azonnal! Hibaelhárítástól a teljes felújításig. Petrás József villanszerelő mester. Telefon: 06-20-634-4664, 06-1-246-9021. ELMŰ-ügyintézés.	Kertépítés, térkövezés, favágás, bozótirtás, metszés, gyepesítés, kerítésépítés, tereprendezés. Ingyenes felmérés árán! Tel: 06-20-259-6319, web: www.telekrendezes.hu	Könyvet, képeslapot, jelvényt, kintüntetést, retró tárgyakat vásárolok. Tel.: 06-20-924-4123	
LAKÁSFELÚJÍTÁS! SZOBAFESTÉS, TAPÉTÁZÁS, PARKETTÁZÁS, CSEMPÉZÉS, VÍZSZERELÉS, VILLANYSZERELÉS, KŐMŰVESMUNKÁK, GARANCIÁVAL. HALÁSZ TIBOR TEL.: 06-1-202-2505, 06-30-251-3800	Szabó Balázs vállalja kémények bélelését, építését, kondenzációs kazánok telepítését teljes körű ügyintézéssel. 06-20-264-7752	Fiatal hölgy kötne eltartási, illetve életjáradéki szerződést, vállalom mindenféle házimunkát. 06-20-932-0983	
Úvegezés a helyszínen, biztosításra is! Gyorsan, tisztán, pontosan! Nagy Miklós. Tel.: 06-70-940-1011	Fogsorjavítás és kapcsolópótlás: 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	Nagy tapasztalattal rendelkező, fiatal, értelmiségi pár életjáradéki szerződést kötne egyedülálló, idős személlyel. Méltó, megbecsült, nyugodt életet biztosítunk. Tel.: 06-20-443-0015	

APRÓHIRDETÉSEK FELADÁSA

3S Karakter Kft.
1087 Budapest, Osztyály 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:
aorohirdetesauru@mediaasz.hu



Pályázat GONDOZÓI ÁLLÁSRA az Óbudai Rehabilitációs és Foglalkoztatási Központban

KÉT FŐ GONDOZÓT keres az Óbudai Rehabilitációs és Foglalkoztatási Központ teljes munkaidős munkakör betöltésére, határozatlan időre, közalkalmazotti jogviszonyban.

A munkakörbe tartozó, illetve a vezetői megbízással járó lényeges feladatok: az intézmény nappali ellátását igénybe vevő felnőtt fogyatékos személyek gondozási, ápolási szükségleteinek kielégítése az utasítások és előírások szerint.

Munkavégzés helye: Óbudai Rehabilitációs és Foglalkoztatási Központ, 1033 Budapest, Benedek Elek utca 1-3., Fogyatékosok Nappali Ellátása.

Pályázati feltételek:

- középfokú képesítés: szociális gondozó és ápoló, vagy gyógypedagógiai asszisztens, vagy gyógypedagógiai segítő
- büntetlen előélet, a közalkalmazottak jogállásáról szóló 1992. évi XXXIII. tv. 20.§-nak megfelelő erkölcsi bizonyítvány

Pályázat benyújtásához szükséges okmányok:

- részletes, fényképpel ellátott önéletrajz
- három hónapnál nem régebbi erkölcsi bizonyítvány
- iskolai végzettséget igazoló okiratok másolata

Pályázat benyújtásának határideje: 2021. március 15.

A munkakör legkorábban a pályázatok elbírálását követően, 2021. március 22-től betölthető.

Illetmény, juttatások: az 1992. évi XXXIII. törvény rendelkezései az irányadók.

A pályázat benyújtásának módja:

- e-mailen: titkarsag@obudairehab.hu
- személyesen vagy postai úton: Óbudai Rehabilitációs és Foglalkoztatási Központ, 1033 Budapest, Benedek Elek utca 1-3.

Minden esetben elérhetőség megjelölésével.

További információ munkaidőben kérhető a 06-1-388-7530-as telefonszámon.

A munkáltatóval kapcsolatban tájékozódhat a www.obudairehab.hu weboldalon.

Pályázat ÓVODAPEDAGÓGUSI ÁLLÁSRA az Óbudai Gyermekvilág Óvodában

Az Óbudai Gyermekvilág Óvoda Vitorla utcai épületébe (1031 Budapest, Vitorla utca 6.) KÉT FŐ ÓVODAPEDAGÓGUST keres, határozatlan idejű munkaviszonnyal. A munkába állás azonnal lehetséges, feltétel: érvényes egészségügyi kiskönyv. Beadási határidő: 2021. február 28. Az intézményről tájékozódhat a gyermekvilag-obuda.hu weboldalon.



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 / cm² Színes: 900 Ft / cm²

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 vagyónvédelmi jelző- és megfigyelőrendszerek kezelésére,
- személy- és áruforgalmi beléptetésre,
- informatikai eszköztámogatás segítségével való ellenőrzésre,
- szórakozóhelyek, rendezvények professzionális biztosítására

BIZTONSÁGI ŐR MUNKAÖRBE 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.

Bizunk benne, hogy hamarosan Önt is ügyfeleink között üdvözölhetjük!

DINÓ PÉTER
ügyvezető

Keressen minket bizalommal:
iroda@topper.hu



BIZALOM, A VÉDELEM MINDEN TERÜLETÉN.

PRO FIDELIS

Cégünk készsággel áll rendelkezésükre:

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



PRO FIDELIS VAGYONVÉDELMI ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

KIPUFOGÓ KLINIKA

KIPUFOGÓ, KATALIZÁTOR, FLEXIBIL

MŰSZAKI VIZSGA

1141. Bp. Fogarasi út 189.

Tel: 06/1-383-8055

www.kipufogo.hu



MINDEN, AMI VAGYONVÉDELEM!

- Riasztórendszerek
- Távfelügyelet
- Beléptető rendszerek
- Kaputelefon rendszerek
- Tűzjelző rendszerek
- Kamera rendszerek
- Informatikai rendszerek
- Intelligens otthon
- Kivitelezés, javítás, karbantartás

+36 70 323 6491
cskgeneral.hu | csk@cskgeneral.hu

GUTH CAR VÖRÖSVÁR KFT.

-Karosszéria javítás

- Fényezés

- Teljes körű

biztosítási ügyintézés

akár önrész és

amortizáció nélkül*

2085 Pilisvörösvár,

Csokonai u. 3.

0620-5591942

*részletekért érdeklődjön telefonon vagy személyesen

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat új csatornát indít

ZÖLDÜLŐ ÓBUDA HÍRLEVÉL



Ha érdeklik a kerület zöldügyei, ha szíven viseli Óbuda-Békásmegyer fenntarthatósági és környezetvédelmi terveinek megvalósulását, fásítási programját, **IRATKOZZON FEL!**

További részletek: obuda.hu



KÖVESSE A FACEBOOKON
ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER
FŐKERTÉSZÉNEK HÍREIT!

**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

*Ha Szombat,
akkor Patika!*

PatikaSzombat!



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 termékre 2021. december 31-ig.
A részletekről érdeklődjön a patikában. Más akcióval össze nem vonható.