

Római Parti Hírek

DUNAI ÉLETKÉPEK 2018. XXIII. évf. 10. sz. • Rómaifürdő Telep Környezetvédő, Szabadidő és Diák Vízisport Egyesület



Cziniel
cukrászda és kávéház
Bp. III., Nánási út 55.
Tel.: 240-1188
NYITVA TARTÁS:
minden nap
8,00–20,00-ig
www.cziniel.hu

Ajándékötletek céges partnerei számára.

RÓMAI PARTI PIAC A NÁNÁSI UDVARBAN

Baráti légkör, jó hangulat, gyermek programok,
alkalmanként PÓNI LOVAGLÁS, ÉLŐZENE!



III. Nánási út 47-49.



Szeretettel várjuk
új éttermünkben,
kibővített választékkal.

*Itt a gombócok
új értelmet nyernek,
egyedi töltelékekkel
és köntösben*



GombRO'c



www.nanasiudvar.hu

1031 Budapest, Nánási út 47-49.

[facebook/nanasiudvar](https://facebook.com/nanasiudvar)

Tartalom

Kedves Olvasó! – Az én karácsonyi csodám
Rómaifürdő SE Hírek
Suli Hírek: Aquincum Általános Iskola,
Fodros Iskola, Bárczi Általános Iskola
Dr. Béres József Ált. Iskola – Tibi bácsi

Állatorvosi rovat: Mire vigyázzunk télen?
Külker Evezős Klub: Év egyetemi sporto-
lója a Külker Evezős Klubban
Római parti Piac – Jótékonyági program
Folytatódik a kutyabarát program
Zajlik a kármentesítés előkészítése a
Gázgyárnál

Közkinccsé tettük a gyermekek rajzait
Advent Óbudán 2018. – Adományfa,
KorcsolyázÓbuda, A második hétvége –
képes hangulatjelentés
Összefogás Óbudáért Egyesület
Csillaghegyi Polgári Kör Egyesület
Felhívás Jóembereknek!

Kulturális ajánló: Platán Könyvtár, Könyv-
ajánló, Esemény – Kulturális, Turisztikai
és Információs Pont
Óbudai Múzeum és a Goldberger Textil-
ipari Gyűjtemény
Erzsi karácsonyi sütis doboza
Legyen Malaca! – Újévi kvízkérdések

„Karácsonykor az ember mindig hisz egy küssé a csodában, nemcsak te és én, hanem az egész világ az emberiség, amint mondják, hiszen azért van ünnep, mert nem lehet csoda nélkül élni.” – Márai Sándor

Kedves Olvasó!

Az én karácsonyi csodám

A kis ablakon szűrődött ki némi fény. Csendben odaosontunk – azért magamban énekeltem, inkább csak belülről hallottam: „mennyből az angyal...” –, de nem akartuk megzavarni őket. Ott álltunk, édesapám kezében a feldíszített fenyőág, édesanyámnál egy kis sütemény, mi, a bátyámmal a gyertyát szorongattuk, csak úgy fénytelenül. A gyufa is ott lapult a zsebünkben, de azon az estén nem tudtunk a kis ablaktól elmozdulni. Bent Papó az ágy mellett kuporgott, ahol a hatalmas dunyhák között szinte elveszett mama picit, törékeny teste. Papó mama kezét szorította, simogatta, azt a kezét, amit 64 évvel azelőtt fogott meg azzal az ígérettel, hogy soha többé nem engedi el. „Összekommendáltak bennünket, földet a földdel.” – tudtam meg papótól



tól mama halála után nem sokkal. „Aztán szép lassan megszoktuk egymást, összecsiszolt bennünket a sok gond, meg a bajok.” Akkor már tudtam, hogy sokkal több volt ez, mint megszokás. Tudtam, mert azon a karácsony estén láttam és néhány elkapott sóhajból bizonyosságot is nyert, hogy azt a néhány együtt töltött évtizedet végig kísérte a szerelem, ahogy egymás tisztelete és csodálata is. Ott álltunk néma csöndben – akaratlanul kihallgatva egy fájdalmasan szép szerelmi vallomást –, akkor már tudtuk, hogy ez a karácsony más lesz: nem vonulunk be énekelve, nem gyújtunk velük együtt gyertyát, nem koccintunk papó saját borával, amit ezekre a jeles alkalmakra tartogatott. Nem. Csak álltunk ott a gangon, nem néztünk egymásra, hagytuk, hogy átjár-



*Békés,
boldog Karácsonyt
és egészségben,
sikerekben
teljes Újévet
kívánunk olvasóinknak.*

*Szeretettel:
a Római Parti Hírek csapata*

jon a „szomorúsággal vegyes szép” érzése. Csendben ballagtunk vissza „mihozzánk”. Körbeültük az ünnepi asztalt, meggyújtottuk a gyertyákat, énekelünk..., de más volt. Egy kicsit valamennyiünk lelke ott maradt az ősi ház tornácán, a kis ablaknál, amin keresztül a szívünkbe lopózott a mi karácsonyi csodánk, a szeretet csodája. Kedves Olvasóm, azt kívánom most önnek az ünnepek közeledtével, hogy találja meg a saját csodáját a kará-

csonyban: nem nagy dolgokban, inkább az egészen jelentéktelennek tűnő pillanatokban, történetekben, egy dalban, egy versben, egy mosolyban, egy mozdulatban.

**Meghitt pillanatokban gazdag,
békés karácsonyt kívánok!**

Szeretettel:
Fehér Ágnes

Szilágyi Domokos: Karácsony

A puha hóban, csillagokban,
az ünnepi foszlós kalácson
láthatatlanul ott a jel,
hogy itt van újra a karácsony.

Mint szomjazónak a pohár víz,
úgy kell mindig e kis melegség,
hisz arra született az ember,
hogy szeressen és szeressék.

S hogy ne a hóban, csillagokban,
ne ünnepi foszlós kalácson,
ne díszített fákon, hanem
a szívekben legyen karácsony.



RÓMAI PARTI HÍREK – DUNAI ÉLETKÉPEK

Kiadja az RSE Római Part Nonprofit Kft.

1031 Bp. Sóvári u. 26. II./II.

Felelős kiadó: Rátkai János üv.ig

Főszerkesztő: Fehér Ágnes

Tördelőszerkesztő: Kiss Marianna

Szerkesztőségi e-mail: romaipartihirek@gmail.com

Nyomda: Oláh Nyomda és Kiadó Kft.

Hirdetésfelvétel: a szerkesztőség címén és telefonszámán

1031 Bp., Nánási út 53. Tel.: 240-3048, 06 20 9436-521

e-mail címünk: rse@enternet.hu • www.romaifurdo-se.hu

Kéziratokat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza.

Megjelenik havonta 13.000 példányban. Eng. sz. B/ISK/204/1993



LELKI TANÁCSADÁS

Nem kerül semmibe! Kérdezzen!

Helyszín: Glamour Szépségszalon

Csillagvár Bevásárlóközpont, I. emelet

- **Konfliktus** családi kapcsolatban, párkapcsolatban, munkahelyen
- **Önértékelési zavar**, önismereti bizonytalanság
- **Életkori válság**
- Gyerekekkel, neveléssel kapcsolatos **dilemmák**
- **Szexuális zavar**
- **Szorongás**, hangulati zavar
- **Krízis**
- **Egészséges életmódra** való átállás
- **Relaxációs technika** elsajátítása
- **Személyes hatékonyság** fokozása



www.aha-pszichoterapia.hu

Dr Végh Miklós

pszichoterapeuta szakorvos

06 30/560 85 28

RENDELŐ: 1031 Pákász u 6.

Kajak-kenu Szakosztály edzések

Hétfő – Szerda – Péntek 16,00-18,00-ig

Helye:

1031 Budapest, Petur u. 22.

Jelentkezni

Bögös Ádám edzőnél a

06-70-415-1314-es
telefonszámon lehet.



Budapesti Szabadidősport Szövetség

Sportegyesületi vezetők tanácskoztak

A fővárosi sportszövetség évről-évre összehívja a tagegyesületi vezetőket egy háromnapos találkozóra, ahol az éves rendezvények tapasztalatairól szót ejthetnek, miközben szakmai előadásokon tájékozódhatnak a résztvevők a szabadidő sporttal kapcsolatos információk rengetegében. Az előadások mellett a sportra is jut idő, ahogy a sport témájú szellemi vetélkedő sem maradhat ki.



Az idei tanácskozást Velencére hívták össze szervezők, így a Rómaifürdő SE képviselői nem hagyták itthon a kerékpárokat sem: az időjárás ugyan nem kedvezett a tekerésre, de a tókerülést nem lehetett kihagyni.

A Rómaifürdő SE békés, meghitt karácsonyt, folyamkilométerekben gazdag boldog új évet kíván vízi túrázóinak, sportélményekkel teli 2019-es esztendőt tagjainak.

Találkozzunk jövőre is!



Dunán érkezett a Mikulás

A Rómaifürdő SE vizesei és barátaik már egy kicsit sem csodálkoznak azon, hogy december elején különös utassal köt ki egy túrakenu a víz telep előtt a Római-parton. Ki is lehetne más ez a szokatlan vízi túrázó, mint a nagy szakállú, piros köpenyes, ajándékokkal és kedves szavakkal nem fukarkodó Mikulás. Felnőttek és gyerekek nagy örömeire, a Mikulás partot érve megnyitotta a cukorral, dióval teli zsákját. Benn a vízi telepen Orbán Johnny segítségével énekszóval mondtak köszönetet a megajándékozottak. A Fitt Tündér táncba hívta a legkisebbeket dacolva az időnként szemerkélő esővel. A puttonyból előkerültek a mikláscsomagok, egyre másra teltek a bögrék forró teával, forralt borral. A tálcákról hamar elfogyott a hagymás, zsíros kenyér is. Egy biztos: a Vízi Mikulás jövőre is kiköt majd a Római-parton, mert tudja, hogy itt dolga van.



SULI HÍREK

AQUINCUM Általános Iskola

Karácsony másként – 5.a

Az idén karácsonykor az Aquincum Angol-Magyar Két Tanítási Nyelvű Általános Iskola 5.a osztályos tanulói arra gondoltak, hogy egymás megajándékozása helyett másoknak szereznek egy kis örömet.

December 13-án, egy ködös decemberi délelőtt, ellátogattak a Pomázi Állatvédő Egyesület kutyaemenhelyére. A hideg ellenére a kutyasok farkcsóválva fogadtak a csapatot, no és persze a finom csemegéket. Egy kis ismerkedés után mindenki kiválaszthatta kis kedvencét, majd a közeli füves terepen ki-ki vérmérsékletének megfelelően megsétáltathatta új barátját.

A kutyasok nagyon hálásak voltak a jó szóért, simogatásért. Nagyon elszomorító volt megtudni, hogy ezekre az állatokra milyen körülmények között találtak rá. Volt közöttük idős, fiatal, süket, vak, lassú, vagy éppen izgága. Egy közös volt bennük, hogy mind szerető gazdira vágyik.



III. kerületi Szépiró Verseny eredménye

I. korcsoport

4. hely: Gyimesi Gréta 4.a

7. hely: Pados Ivett 3.c

II. korcsoport

6. hely: Azari Márton 6.a

Mindhárom versenyzőnk gyönyörűen kerekítette a betűket, remekül megállták a helyüket a versenyen.

Felkészítő:

dr. Ráczné Halányi Nóra

Gratulálunk versenyzőinknek és felkészítőjüknek!



FODROS Általános Iskola

Adventi kiránduláson a Fodros

A jubileumi adventi kirándulást ezúttal kétnaposra terveztük Salzburgba és Bad Ischl-be.

Reggel 6-kor indultunk busszal az iskola elől. Az út hosszú volt, de egy kis pihenőre megálltunk Mosonmagyaróváron. Tovább utazva a busz ablakából gyönyörködtünk a vadregényes tájakban. A következő megállóhelyünk már Ausztriában volt Mondseennél egy Landzeitnél. Fél 3 körül érkezünk meg Salzburgba. Az egyébként is bübajos városka karácsonyi díszekbe öltözve olyan volt, mint egy mézeskalács-település. A Dóm előtt zenészek játszottak, a fabódékból sült gesztenye és forralt bor illata áradt, és a csípős hideg ellenére vidám kis csoportok verődtek össze a macskaköves utcákon. Az idegenvezető körbe vezetett minket a bel-

városban. Egyik nevezetesség a másik után: Dóm, Hercegségi Palota, Ferences templom, Mozart szülőháza, Mirabell kastély parkja.

A karácsonyi vásárban kaptunk 2 óra szabadidőt. Élvezettel sétálgattunk, vásárolgattunk a csodálatosan kivilágított belvárosban, az ünnepi forgatagban. Kényelmes szállodában töltöttük az éjszakát.

A következő nap reggeli után újra buszra szálltunk. Majd

Bad-Ischl-ben, Ferenc József nyári rezidenciájában időztünk. Meglátogattuk a császár villáját, ahol sok magyar vonatkozású emlék is található. Nagy örömünkre az eredeti ischler-t is megkóstolhattuk. Hazafelé úton még megtekintettük a festői Gmundenben az apró szigeten álló vízi kastélyt.

Fáradtan, de rengeteg élménnyel az esti órákban értünk haza Csillaghegyre.



BÁRCZI GÉZA

Általános Iskola

Közös adventi pillanatok a Bárczisokkal

Különösen szívet melengető élményben volt részük azoknak, akik december 14-én délután kilátogattak az óbudai Szentlélek térre. A gyönyörű ünnepi környezetben az Advent Óbudán rendezvénysorozat részeként mutatta be a Bárczi Géza Általános Iskola Vadócok színjátszó csoportja és a Víziorgona Nyugdíjas Klub énekkara a Hosszúpályi betlehemes című játékát.

Az alföldi betlehemes játék elengedhetetlen alakjai a betyárok és a bojtárok mellett a hagyományos szereplők hol megható, hol vidám párbeszéde és az ismert dalok a színpadra varázsolták a boldog várakozás pillanatait.

A betlehemi istálló elkészítésébe gyerekek és pedagógusok is részt vettek. Igazi közösségi alkotás jelent meg a színpadon.

Az iskola vezetői, felsős napközisei, a szülők, nagyszülők és testvérek családias közössége és a téren sétálók átélhették a közös élményt, az összetartozás érzését. Évek óta szoros kapcsolat van az iskola és a nyugdíjas klub között. A közösen tartott ünnepek, megemlékezések segítik a nemzedékek egymásra találását és a kölcsönös megbecsülését.

A pénteki élmény közelebb vitt mindnyájunkat a karácsony ünnepi hangulatához.



Óbudai Danubia Zenekar a Bárcziban

A 25 éves zenekar 2014 óta nagy sikerrel viszi el az élő muzsika élményét az óbudai általános iskolákba.

10 fölötti opera ismertetése, régi és modern klasszikus szimfonikus zeneművek – egészen napjaink közkedvelt úrfilm zenéjéig – jelentik a kimondottan gyermekeknek összeállított repertoárt. A színvonalas tematikus előadásokat hangszerek és hangszercsoportok, zenei karakterek bemutatása, kivetítések, balett-táncosok és fergeteges nyelvezetű narráció színesíti.



Az Advent nyitányaként a Bárczi Géza Általános Iskolában „Rímes bál a zenekarban” című előadásnak tapsolt a nagyjérdemű, a közel 260 alsós kisdíák.

„Mennyiféle hangszer csücsül egy nagyzenekarban, és mindegyik egészen mást csinál... Hogyan lesz ebből összhang, és miben is különböznek egymástól a hangszerek? Melyik tud csiripelni és melyiknek "acélosan brutál" a hangja? Melyik nagytetű hangszer rejt érzékeny szívű játékost, és mire való egyáltalán a kar-mester?”

Ezekre a kérdésekre kaptunk rímekbe szedett választ a koncerten Hátori Mátétól a zenekar művészeti vezetőjétől.

Köszönet az élményért.

Dr. Béres József

Általános iskola

Tibi bácsi

„Nekem lételemem a gyerekek mosolya.”

Akinek az elmúlt 10-11 évben bármilyen kötődése is volt a Keve utcai iskolához, annak ismerősen cseng: Tibi bá, Tibi bucó, Tibi. Ezek Lakos Tibor használatos nevei az iskolában, ahol portásként kezdett dolgozni, ahol azóta az iskola ikonikus alakjává lett. Már portásként kiderült, hogy küldetésnek érzi, hogy a gyerekek jól érezzék magukat. Ehhez elég volt egy-két kedves szó, egy biztató mosoly. Hamarosan már mindenki tudta, hogy az iskola portása

valamikor zenebohócként kereste a kenyerét: zsonglőrözött, bűvészkedett, az volt a munkája, hogy mosolyt csaljon a legapróbb arcokra. Ő mesélte, hogy már tíz éves korában, amikor a parkban focizott, maga köré gyűjtötte az 5-6 éveseket, szívesen játszott velük. Talán innen eredeztethető a másik nagy szerelem, a foci iránti rajongása. Fociedzőként is ért el sikereket, alapított egy egyesületet is Angyalföldi Lányok Labdarúgó egyesületét, az ALLE-t. Ennek az egyesületnek az utánpótlás bázisát találta meg a Keve utcai iskolában. Az iskola focista lányai kérték először Tibi bált, hogy ugyan mutasson néhány zsonglőr kunsztot.

Edzés után a folyosó végén, kinn az udvaron, éppen ahol hely volt, kezdték el a kis,

színes labdákat dobálni. A következő iskolai gálán már fel is lépett nyolc kislány. Sikerük volt, így a következő héten már 33 főre duzadt a zsonglőr csoport létszáma. Ekkor hivatalosan is szakkörre léptek elő. Azóta már a százas létszámot is meghaladta szakköri tagok száma, az iskola legnépszerűbb délutáni foglalkozása lett a zsonglőrözés. Repülnek a labdák, a karikák, a buzogányok. Kicsik és nagyok együtt tanulnak napról napra újabb és újabb csodákat, lesnek el újabb és újabb fogásokat Tibi bától. A portásfülke egy idő után szűknek bizonyult, ezért elvállalta a karbantartó és kertészeti munkát, amivel jól összeegyeztethető a szakköri alkalmak. A hajdani zenebohóc rátalált az igazi közegére, ahol kiteljesedhet. Sorolhatnám a zsonglőrözés számtalan mentális és fizikai állapotra gyakorolt jótékony hatását, de ezt meghagynom a szakembereknek, inkább arról mesélek, hogy a gyerekek milyen szeretettel üdvözliz Tibi bált, ahányszor meglátják, érezni, hogy az öröm kölcsönös. Arról szólok, hogy milyen könnyen részévé válhat az ember ennek a csodának. Elég, ha végig nézi a karácsonyi gála, most már egész estét betöltő, program-



ját, ahol a kicsik és nagyok együtt, egymásra koncentrálnak, egymást segítve töltik be színpadot és teremtik meg a csodát. Nem számít, hogy valaki kezdő, vagy már szinte profi, egy a lényeg: mindenki az egész sikeréért dolgozik. Milyen jó lenne, ha ezt felnőtt korban sem felejtenénk el...! Nincs ebben semmi hókuszpókusz, titkos módszertan, Tibi bácsinak egyetlen csodaszere van, a szeretet. Azt vallja, hogy a gyerekek ösztönösen megérzik, ha szeretettel fordulnak feléjük és sokszorosan képesek azt viszonzni. Kell ennél több?

Fehér Ági



Állatorvosi rovat

Szerkesztő: Dr. Varga József



Mire vigyázzunk télen?

A tél számos kihívást tartogat ember és állat szervezetére nézve egyaránt. Mivel korábban már bőven esett szó a karácsonyi ünnepek körüli túlesetés, az idegentest lenyelése (pl. dísz), a felsőzott utak okozta veszélyekről, a szilveszteri petárdázás miatti szökések kapcsán a chip regisztráció fontosságáról, most egyéb fontos körülményekre igyekszünk röviden felhívni a figyelmet.

Hosszúra nyúlt a nyár, enyhe és rövid volt az ősz, amire hirtelen jött a mínusz fokos éjszakai hideg, majd egy újabb front. Ez az időjárás a krónikus betegséggel (legyen az keringési probléma, szívbetegség, epilepszia vagy akár vesebetegség) küzdő kisállatok egészségére is rossz hatással volt, nem beszélve, ha eleve idős korban vannak. Az időjárás okozta megpróbáltatásokra esetükben jó lenne felkészülni, de sokszor túlságosan nehéz a természettel, a biológiai folyamatokkal sikeresen felvenni a kesztyűt, és ilyenkor a krónikus betegek hirtelen halálával szembesülünk. Amit mégis meg-

tehetünk négylábú kis társaink érdekében, az egy tudatosabb orvosi kontroll, esetleg gyakoribb kivizsgálás, immunerősítés, a vitaminraktárak feltöltése, valamint a folyadékbevitel kontrollálása.

A fűtési szezonban erősen csökken a lakásokban a páratartalom, ami a nyálkahártya, a bőr kiszáradásához vezet, s amellet, hogy kedvezőtlen hatással bír az éjszakai pihenésre (főleg a kisgyermekek alvására), gyakran légzőszervi panaszok alakulnak ki háziállatainknál is. A benti páratartalom akár 20%-ra csökken, ami jóval a komfort alatt van. A benti teoretikus, a radiátorra helyezett párologtató edény nem oldja meg a problémát. Ember és állat egészsége érdekében is érdemes beszerezni egy komolyabb párasítót készüléket.

A rövid szőrű, lakásban tartott kutyusok egészségügyi sétája még nem kíván öltözetet, de ha akár már félórás sétára is megyünk, akkor bizony kell egy kutyaruha. Hosszú szőrű kutyák esetében inkább a kistestű ebekre javasolt a téli



hidegben védőruhát adni. A kinti kutyák esetében oda kell figyelni, hogy a kutya háza 10-15 foknál hidegebbre ne hűljön, mert rettenetesen tudnak fájni. Manapság rengeteg fűtési, szigetelési lehetőség van, érdemes tájékozódni az ügyben. A legnagyobb veszélyben az éjjelre beengedett, de nappal kint tartott állatok vannak, hiszen az ő szervezetüknek akár 30 fokos hirtelen hőmérsékletkülönbséget kell elviselni, akár 8-10 órán át. Ez esetben inkább válasszunk, hogy kint vagy bent tartjuk a kutyánkat. A hirtelen változásnál még mindig jobb egy megfelelően előkészített kutyaház, de annál azért ideálisabb egy fűtetlen fedett helyiségben (közlekedő, veranda, garázs, stb.) való tartás a téli hónapokban.

Bár a kint élő vagy kinti- benti cicák természetüknél, életvitelüknél könnyebb helyzetben vannak, mint a kutyák, általában könnyen találhatnak maguknak melegebb vackot, azért gondoljunk rájuk is! Vízhatlan helyre tett, rongyokkal jól kibélelt közepes papírdobozban nagyon jól tudják magukat érezni. Elég egy (ronggyal eltakart) bebújó nyílást vágni a dobozba, a cica szívesen fogja birtokba venni a kuckót. Nagyon veszélyes az autók motorterében melegedni vágyó cicákra nézve – főleg a hosszabb szőrűekre –, amikor az addig parkoló autó elindul. Szó szerint bedarálja az ékszíjtárcsa az ott békésen várakozó, mit sem sejtő macskát, akár végzetes kimenetelű sérüléseket okozva neki. Igyekezzünk megőrizni magunk és kisállataink egészségét, testi épségét, és ha tehetjük, különösen ebben az időszakban gondoskodjunk a gazdátlanra vált állatok védelméről is (étel, víz, melegebb hely), mielőbbi hazajutásáról vagy, ha kell, új gazdihoz juttatásáról.

Szeretetteljes, békés ünnepi készülődést és áldott Karácsonyt, boldog új esztendőt kívánunk gazdiuknak és kisállatoknak egyaránt!

SZŐNYEG • VINYL PADLÓ • LAMINÁLT PADLÓ • FÜGGÖNY • TAPÉTA

DIEGO®

120x170cm
25.990
12.990 Ft/db

SZŐNYEG
Velour

160x230cm 4.990 Ft/db, 160x230cm 45.990 Ft/db, 160x230cm 43.990 Ft/db (white, dark grey, dark beige)

LAMINÁLT PADLÓ
Dynamic 8 mm

WOOD STEP

2.999
1.999 Ft/m²

Ajánlatunk 2018. december 1-31-ig, ezen belül a készlet erejéig érvényes! Csak kiskereskedelmi mennyiséget szolgálunk ki!

ÓBUDA, Budapest, Bécsi út 267. (az 1-es villamos végállomásánál)
Tel.: +36 1 436-00-97 Nyitva tartás: H-P: 9-19, Sz: 9-19, V: 9-17

PILISVÖRÖSVÁR, Bartók Béla u. 2/A (Budai út Bartók Béla sarok)
Tel.: +36 (26) 332-230 Nyitva tartás: H-P: 9-18, Sz: 9-13, V: zárva

Kérjük, támogassa az

Elveszett Állatok Alapítványt!

Alapítványunk célja az elveszett, elhagyott és rászoruló állatok egészségének megőrzése és gyógyító rehabilitációs tevékenység, emellett az iskolákban végzett oktatásainkon keresztül tájékoztatni a fiatalokat a helyes állattartásról, állatvédelemről, és környezetvédelemről.

Amennyiben adománnyal járulna hozzá munkánkhoz:

BANKSZÁMLASZÁM:

CIB 11102209-18113633-10000001

Segítségét előre is köszönjük!

Az Alapítvány kuratóriuma

KIRÁLY KONTÍR BT



Társaságunk

20 éves szakmai tapasztalattal végzi

TÁRSASÁGOK

KÖNYVELÉSÉT, BÉRSZÁMFEJTÉSÉT

az Aquincumi lakótelepen található irodában.

kiralykontir@gmail.com • **Tel: 06-20-376-0244**

Jótekonysági program a kerületnek a Római parti Piacon

Sikeresen zárult a Római parti piac első jótekonysági programsorozata, mely keretében III. kerületi rászorulókat támogattak.



„Tőlünk.. Neked 2018!”

címmel került meghirdetésre a három héten át tartó akció, melyben a Máltai Szeretetszolgálattal működött együtt a piac.

A kezdeményezés célja az volt, hogy a termelői élelemből egy finom reggeli erejéig olyanok is részesülhessenek, akiknek amúgy nincs lehetőségük ellátogatni a piacra.

A kérés a vásárlók felé az volt, hogy a piacos bevásárlásaik során gondoljanak a rászorulóakra és vásároljanak pluszban több-kevesebb dolgot, melyet a Máltai Szeretetszolgálat standjánál adhattak le. A program első hétvégéjén az összegyűjtött élelmet kerületi idősek kapták, a Szeretetszolgálat által fenntartott idősklubba hívták őket, illetve hához vitték a mozgásukban korlátozott, legkevesebb jövedelmű nyugdíjasoknak.

A második hétvégén a családok átmeneti otthonában élő 10 családnak, összesen 38 főnek rendeztek jóízű falatozást.

December 8-án pedig a kerületi, kevés jövedelmű családok gyerekei kaptak uzsonnát, a Gyűrű utcai Máltai játszótéren várták őket.

Nagy Gerda, a piac vezetője, aki egyben a program kezdeményezője is volt, így értékelte az eseményt:

„Nagyszerű volt látni, hogy tényleg meg tudtuk szólítani a vásárlókat, hiszen nagyon sok élelem



gyűlt össze. A legtöbb élelmiszer az első hétvégén gyűlt, mert az újdonság erejével hatott a program, de a lendület kitartott a végéig. Ebből is látszik, hogy van igény adakozni, de sokszor jobb, ha a lehetőséget "hához visszük", hiszen úgy egyszerűbb megragadni az alkalmat. Egy-egy átadásnál magam is ott voltam, és büszke voltam, hogy ez a mi piacunk és a vásárlóink eredménye. Külön kiemelném, hogy a vásárlókon kívül több termelő is minden hétvégén adakozott, nekik is szeretném megköszönni a részvételt. Céлом, hogy ez a jótekonysági vonal beépüljön a piac életébe, ne csak Karácsony előtt, hanem rendszeres tevékenység legyen. Dolgozom az ügyön."

A mellékelt fotók a piacon és az átadásnál készültek, a résztvevők hozzájárulásával.

Év Egyetemi Sportolója a Külker Evezős Klubban

Közel száz díjat adott át a Magyar Egyetemi Főiskolai Sportszövetség november 22-én az Év Egyetemi Sportolója díjátadó gálán, demonstrálva ezzel a Nemzetközi Egyetemi Sportszövetség jelmondatát: „Nincs minőségi felsőoktatás minőségi felsőoktatási sport nélkül”. A rendezvény keretében olyan egyetemi tanulmányokat végző sportolókat díjaztak, akik kiemelkedő eredményeket értek el sportági, valamint egyetemi európai és világversenyeken.

A neves eseményen jelen volt számos sportág nagyjá, mint Szatmári András, Universiade-, világ-, és Európa-bajnok kardvívó, és egyben a fiatalokat mozgásra, sportra hívó „Mozdulj rá!” kampány nagykövete, valamint Burján Csaba és Knoch Viktor olimpiai bajnok rövidpályás gyorskorcsolyázók. Az a megtiszteltetés ért, hogy én is e neves sportolókkal együtt vehettem át az Év Egyetemi Sportolója díjat a portugáliai Egyetemi Európai Játékokon nyújtott teljesítményem révén (Kiffer Dorina, szerző).

A július 16-18-ai evezős versenyen a Budapesti Corvinus Egyetem színeiben indulva nagy küzdelemben sikerült megszereznem a harmadik helyet, és egyben életem első nemzetközi érmét egyéni számban, női könnyűsúlyú egypárban. Köszönettel tartozom a MEFS-nek az elismerésért, hiszen megtisztelő a küzdelmek és eredmények honorálása, különösen azon a két területen, melyek életemet oly jelentősen meghatározzák és számomra oly sokat jelentenek: a tudományok és a sport. Azonban a verseny nyújtotta meghatározó élmény, az eredményes küzdelem utáni felszabadult öröm, a kihívásokkal teli felkészülést váratlanul megkoronázó siker, számomra ezek felbecsülhetetlen értékek, és az emlék önmagában is többet ér minden díjnál.

Kiffer Dorina



Kiffer Dorina és Mihály Tibor KEK elnök

Folytatódik a kutyabarát program

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata számos olyan rendezvényt szervezett a közelmúltban, amelyen a kutyatartók, a kutya-barátok és a nem kutyások is megismerkedhettek a felelős kutyatartás ismerveivel és szabályaival. A kulturált eb-tartást segítik az elmúlt hónapban a kerület több pontján kihelyezett új kutyapiszok-gyűjtők is.

A mindannyiunk számára konfliktusmentes, városi kutyatartást segítik elő a kerületben kialakított és folyamatosan korszerűsítésre kerülő kutyafuttatók, a számos ponton elhelyezett kutyapiszok-gyűjtők. 2017-ben elkezdődött az elavult és elhasznált gyűjtők lecserélése új, egyedileg tervezett, kizárólag kutyapiszok gyűjtésére használható eszközökre. Az első ütemben Belső-Óbudán került sor az elavult gyűjtők lecserélésére és 42 db új típusú gyűjtő kihelyezésére.

A program folytatásaként 2018 novemberében összesen 28 db új gyűjtő került kihelyezésre a Filatorigát körzetében, a Gyógyszergyár utcai és a kaszásdűlői lakótelepen. A gyűjtőkön jól látható és követhető használati utasítás található.



Zajlik a kármentesítés előkészítése a Gázgyárnál

Mára mindenki előtt ismert, hogy a Duna alacsony vízállása nyomán újra felszínre került és láthatóvá vált az évtizedek óta tudott tény, mely szerint az egykori Gázgyár szennyezett talajából mérgező anyagok szivárognak a folyóba. Azzal azonban még mindig kevesen vannak tisztában, hogy a gyár egykori területe nem a III. kerület tulajdona, az egykori gyárterület kármentesítése nem tartozik a helyi önkormányzat hatáskörébe. A munkálatok súlyos milliárdokba kerülnek majd. Az Óbuda Újság tájékoztatást kért a Nemzeti Közművek Zrt.-től.

Bús Balázs polgármester már 2009 óta szorgalmazza a kármentesítést, érdemi lépéseket azonban csak a terület tulajdonosa, az NKM Földgázszolgáltató Zrt. tehet. A volt gyárterület nem kerületi tulajdon, a kármentesítés nem a helyi önkormányzat feladata.

Miután ismét a hírekbe került, hogy a szennyezett talajból mérgező anyagok szivárognak a Dunába, az elmúlt egy hónapban folyamatosan érkeznek az Óbuda Újság szerkesztőségéhez a kérdések, kérések: járjanak utána, hol tart a kármentesítés, mit lehet tudni ez ügyben? Ez a lakosság, civil szervezetek, újságírók részéről egyaránt jogos felvetés: mindannyian aggódunk környezetünkért, gyermekeink és a minket körülvevő élővilág jövőjéért. Mint mindig, most is akadnak azonban olyanok, akik leplezetlenül politikai hasznot akarnak kovácsolni a fennálló helyzetből, melyet nem a helyi városvezetés idézett elő. Az önkormányzat a mérgezés megszüntetése érdekében maximum sürgetheti a veszély-elhárítást az illetékes hatóságoknál.

Időközben a rendőrség eljárást indított ismeretlen tettes ellen: az óbudai gázgyári talajszennyezés Dunába jutásával összefüggésben a rendőrségre 2018. október 31-én érkezett feljelentés ismeretlen tettes ellen, amely alapján a BRFK III. kerületi Rendőrkapitánysága nyomozást rendelt el környezetkárosítás bűntett gyanúja miatt.

A Nemzeti Közművek Zrt. a kármentesítés ügyében a következő információkat adta az Óbuda Újság számára.

„Tisztelt szerkesztőség!

Az egykori Óbudai Gázgyár területén a szennyezés az 1913-tól 1987-ig tartó városi-gáz gyártásnak tudható be. A Fővárosi Gázművek 1990-ben saját kezdeményezésére kezdte meg a területen a talaj- és a talajvíz szennyezettségének állapotfelmérését, majd pedig a kármentesítést – a terület 21.000 m²-es méretéből és a szennyezettség kiterjedtségéből adódóan – több szakaszban. Az NKM Földgázszolgáltató Zrt. (korábban FÖGÁZ Zrt.) kiemelt projektként kezeli a terület szennyezettségének megszüntetését.

A terület toxikológiai veszélyt nem jelent a kerületben élőkre.

De mivel ez egy közforgalomra nem átadott, nem rehabilitált és elzárt ipari terület, ezért számtalan baleseti veszélyforrás jelentkezik, ha azon illetéktelen látogatók mozognak. 2018 folyamán nyílt, nemzetközi pályázati eljárás keretében kiválasztásra került a kivitelezés során műszaki-ellenőrző szerepet betöltő mérnök-ellenőr konzorcium és megkezdődött a második kivitelezői közbeszerzés előkészítését. A környezetvédelmi hatóság által megállapított kármentesítési

tési határidők (az egyes ütemek részhatáridői) **2021-ben, illetve 2022-ben** járnak le. A projekt végrehajtása és ütemezése, valamint a közbeszerzés kiírása a környezetvédelmi hatóság által megszabott határidőkhöz igazodik, a projekt előrehaladásáról a hatóságot folyamatosan tájékoztatjuk. Az előkészítő munkák részeként 2017 és 2018 első félév folyamán a Fővárosi Önkormányzat elbontatta a nem műemlék jellegű épületeket, lezajlott az előzetes régészeti feltárás, valamint üzemén kívül helyeztük a területen található 24/6 bar-os nyomásszabályozó állomást. Üdvözlettel,
Nemzeti Közművek”

Korábban az önkormányzat már felhívta az illetékesek figyelmét arra, hogy az érintett lakosság biztonságát mindig szavatolni kell. A munkálatok módjáról és járulékos hatásairól, továbbá a felmerülő kérdéseikre megnyugtató válaszokat szükséges adni. Reméljük, hogy a mérgezőanyagok szivárgásának megállítása ügyében a lehető legrövidebb időn belül érdemi előrelépés történik!

MTI fotó: Máthé Zoltán



26 éves lett a Kelta Utcai Családok Átmeneti Otthona

A több, mint negyedszázados évfordulóra befejeződött az épület felújítása. A víz és hőszigetelés mellett, nyílászárócserékre és a fűtés korszerűsítése is sor került, valamint egy napenergiával működő rendszert is kialakítottak.

A Máltai Szeretetszolgálat és Óbuda-Békásmegyer Önkormányzatának együttműködése szinte egyidős az intézménnyel, emelte ki *Bús Balázs* polgármester. Hangsúlyozta, jelképes, hogy a családok átmeneti otthonának felújítása éppen a családok évében fejeződött be.

„Sajnos számos család néz szembe a bántalmazás veszélyével, érzelmi kiüresséssel, vállalkozhatatlan lakhatási körülményekkel. Ilyen esetekre nyújt segítséget a Magyar Máltai Szeretetszolgálat által fenntartott Családok Átmeneti Otthona, mely jelenleg is 38 embernek jelent menedéket. A segítségnyújtás vonatkozásában a Magyar Máltai Szeretetszolgálat kiemelkedő jelentőségű a III. kerületben, hisz küldetése rendkívül szerteágazó és nem szezonális. Városrészünkben kulcszereplője a szociális ellátásnak. A Zápor utcában máltai pékség üzemel, ahol kenyérbérlettel segítik a rászorulókat, a

Miklós utcai Gondviselés Háza pedig a hajléktalan ellátás területén megkerülhetetlen intézmény. A Szeretetszolgálat önkormányzatunk régi partnere, céljaink számos területen egyezők: közösségépítés, gondoskodás. A fejlesztések közül a családoknak talán a máltai játszóterek hálózata lehet a legismertebb, ahol nem csak a gyerekek tölthetik idejüket védett környezetben, de olyan állandó jelenlétet is biztosít, mely a csellengő gyerekek számára egyfajta megkapaszkodási pont. Egyszerre közösségi színtér és különböző karitatív gyűjtések eseti helyszíne is.” – mondta el a polgármester.

Morva Emília, a Szolgálat regionális vezetője az évforduló alkalmából köszönetet mondott az önkénteseknek és elmondta: „Huszonhat év nagyon hosszú idő egy intézmény életében. Számunkra hatalmas ajándék, hogy huszonhat éven keresztül

ugyanúgy szolgálhatunk tudjuk nap, mint nap a rászoruló embereket. Ebben az önkormányzat mindvégig segítségünkre volt.” *Győri-Dani Lajos* a Szeretetszolgálat ügyvezető alelnöke kifejtette: „Óbuda teljesen speciális a szervezet együttműködéseit tekintve. Vannak olyan pontok a Szeretetszolgálat és Óbuda közös életében, melyek lényegesen túlmutatnak azon, hogy szolgáltatást adunk és felújítunk. Vannak olyan pontok, amik megmutatták, hogy számíthatunk egymásra emberileg is, szervezeti értelemben és közösségileg is. Számtalan olyan szolgáltatásunk van, amelyek először Óbudán valósultak meg.

Többek között a játszóterek és a jelzőrendszeres házi gondozás is itt voltak először az országban.”

A Kelta és a Miklós utcai otthonok felújítását 30 millió forinttal támogatta az önkormányzat, a máltaiak pedig a szakmai munkát, az intézmény fenntartását vállalták. A beruházás során mintegy 800 nm újulhatott meg. A tetőre napelemek kerültek, új ajtók, ablakok fogadják az épületbe betérőket. A belső térben a meglévők mellé további vizesblokkokat, új burkolatokat alakítottak ki. Az épület felújításának időszakát a ház megszentelése zárta le.





Óbuda-Békásmegyer Önkormányzatának
jóvoltából ősszel és tavasszal
360 nagycsoportos óvodás
vehet részt ingyenes
korcsolyaoktatáson.



www.megujulo.obuda.hu

Közkinccsé tettük a gyermekek rajzait

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata rajzpályázatot hirdetett a békásmegyeri általános iskolák tanuló részére „Rejtsd el a békát a piacon” címmel. A pályázatra szebbnél szebb és ötletes rajz készült, ezért **Bús Balázs** polgármester kezdeményezésére a békásmegyeri piac területét körbevevő kerítésekre feszítettek ki azokat, hogy egyfajta szabadtéri kiállításként mindenki megcsodálhassa azokat és ezzel városképileg is szebb látványt nyújtson az építkezés területe. A képek egyenként közel 6 m² nagyságban díszítik a teret.



Békák bújtak el az épülő Békásmegyeri piacon – Többfunkciós szabadtéri kiállítás gyermekrajzokból

Szeptember elején indult az a rajzpályázat, amely a békásmegyeri általános iskolák diákjai fantáziáját hívta versenyre. A résztvevőknek egy békát kellett elrejtetniük a Békásmegyeri Piacon, amely épp az eső elől keres magának búvóhelyet. A gyerekeknek három hét állt rendelkezésre a kreatív alkotások elkészítésére, és összesen négy pályázati kategóriában indulhattak az alsós, illetve felsős évfolyamokról.

Összesen 118 kép született, 125 alkotótól. A nyertes rajzok kiválasztása októberben történt Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata, az Esernyős – Óbudai Kulturális, Turisztikai és Információs Pont, valamint az Óbuda-Békásmegyer Városfejlesztő Nonprofit Kft. által. Ezt követően minden résztvevő egy kis ajándécsomagot kapott, a nyertesek pedig értékes utalványokkal lettek gazdagabbak, melyeket a Csodák Palotájában, illetve könyvesboltokban válthatnak be.

Minden díjazott Bús Balázs polgármestertől oklevelet is kapott, a zsűri által megítélt legjobb 40 rajzból a polgármester ötlete alapján, építési hálók készültek, amelyek immár a Békásmegyeri Piac és Közösségi Tér kivitelezési területét díszítik, összesen több mint 230 m² – nyi felületen.

„Bár az építkezés végeredménye örömdolgozat lesz a békásmegyeriek számára is, hiszen egy 21. századi igényeknek megfelelő, piacot és közösségi teret vehetnek majd birtokba, a kivitelezés látványa sohasem szép városkép. Ezért is gondoltam úgy, hogy a békásmegyeri iskolások rajzai és a rajzokon megjelenő gondolataik, mindenki számára kellemes perceket okoznak majd. Továbbá ezzel a reklámnak egy befogadhatóbb fajtáját támogatjuk, a gyermek tehetségét hirdetjük.” – fogalmazott Bús Balázs polgármester ötlete kapcsán.

Válogatás a helyezett rajzaiból:



Szalay Alíz 1. osztály – I. hely, Csillaghegyi Ált. Iskola



Pándi Éva Zsuzsanna 4. osztály – II. hely, Bárczi Géza Ált. Iskola



Borbély Luca 2. osztály – II. hely, Csillaghegyi Ált. Iskola



Farkas Nikolett 4. osztály – III. hely, Bárczi Géza Ált. Iskola

A 40 kép alkotóját az építkezés generálkivitelezője, a Market Építő Zrt. is ajándékkal díjazta.

A kezdeményezés illeszkedik az önkormányzat vezetőségének azon törekvésebe, hogy a kerület igen sokszínű kulturális tevékenységét, ne csak a programokon, rendezvényeken és intézmények falain belül megrendezett kiállításokon keresztül ismerhessék meg az itt élők és ide látogatók, hanem házak falain vagy éppen építési hálók is művészeti alkotásokkal találkozassanak. Két évvel ezelőtt a Polgármesteri Hivatal épülete renoválása során is gyermekrajzok díszítették a Fő teret, eltakarva az építkezést, de szintén ebből a célból valósult meg, hogy a Krúdy-negyedben a Tanuló utcában lévő Katolikus Plébánia melléképületének falára Krúdy Gyula író életéhez kapcsolódó műveket festettek, valamint a Kálvin köz, műemléki védettségű református parókia tűzfalára Veszeli Lajos festőművész kollázsa került, mely a templom egykori tervezőjének, a híres írónak, építőművésznak állít emléket.

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata tervei szerint a jövőben minden nagyobb volumenű önkormányzati felújítás, építkezés területén hasonló módon, gyermekrajz-pályázati műveket kíván építési hálókra kihelyezni.



Adományfa: Egyedi installáció a Szentlélek téren

Az elmúlt évihez hasonlóan idén is különleges karácsonyfa díszíti majd az óbudai Szentlélek teret az Advent Óbudán 2018 rendezvénysorozathoz kapcsolódva. Az egyedi installáció fából készült építőelemei rászorulókhöz kerülnek majd az ünnepek után.

A szociális építéssel elkötelezett **Hello Wood** kezdeményezésének a célja, hogy a fa építőelemekből összeállított, több tonnás karácsonyfák az ünnepek után újrahasznosított formában tovább szolgáljanak. A **Hello Wood** által tervezett karácsonyfák nemcsak a karácsony és az összefogás szimbólumai, hanem arra is felhívják a



figyelmet, hogy a megélhetési nehézséggel küzdő családoknak mekkora gondot okoz a fűtés a téli időszakban. Az alkotócsapat karácsonyfái idén Óbuda mellett Kecskeméten, Kőbányán, Bécsben és Londonban is megépülnek. *Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata* ebben az évben is fontosnak tartotta, hogy a kezdeményezés mellé álljon. A Hello Wood Adományfája egy akácfa rönkökből felépített 16 méteres, 40 tonnás alkotás, amely a Szentlélek téren, az adventi vásár bejáratánál fogadja a látogatókat november 30-tól. Az egyedi megjelenésű óriás installációt

fényjátékkal világítják meg. Az Adományfa látogatható belső tere a monumentális belmagasság és az egyedi szerkezet okán különleges helyszínét adja az óbudai adventi vásárnak, ahová betérve pár pillanatra elvarázsolódhatunk a karácsonyi forgatagban. Az ünnepi installációhoz felhasznált tűzifák az elbontás után – *Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata támogatásának köszönhetően, a Magyar Máltai Szeretetszolgálat segítségével* – rászoruló családokhoz jutnak el. A különleges karácsonyi fát Vízkerezt után bontják le.



Korcsolyáz Óbuda

**Idén is két jégpálya várja
a korcsolyázni vágyókat a kerületben.**

FŐ TÉRI JÉGPÁLYA

(1033 Budapest, Fő tér)

Minden nap: 8.00–22.00 óráig



CSOBÁNKA TÉRI JÉGPÁLYA

(1039 Budapest, Csohány tér)

Minden nap: 8.00–20.00 óráig

INGYENES KORCSOLYAOKTATÁS

a Fő téri pályán szombatonként 8.00–10.00 óráig, a Csohány téri pályán vasárnaponként 8.00–10.00 óráig.
Első hétvége 2018. 12. 08–09., utolsó hétvége: 2019. 01. 26–27.

III. KERÜLETI ISKOLÁS CSOPORTOKNAK KEDVEZMÉNYES KORCSOLYABÉRLÉSI LEHETŐSÉG!

Egyéb szolgáltatások: korcsolyakölcsönző, öltöző, szervíz (csak a Fő téren)

ÓBUDA
közösséget építünk

www.adventobudan.hu

óbuda sport
és szabadidő egyesület

Advent Óbudán 2018. – A második hétvége

Advent második hétvégéjének mindhárom napján megtelt a Fő tér és a Szentlélek tér. A második gyertyát **Tarlós István** Budapest főpolgármestere gyújtotta meg vasárnap. Az **Advent Óbudán programjaival** egészen **december 23-ig várjuk Önöket** a Fő téren és a Szentlélek téren, valamint a számos kerületi kísérő programon!



December 7-én pénteken kerületi óvodák és iskolák műsorával kezdődött a program a színpadon, majd a gyerekeket a Kolompós Együttes szórakoztatta. A Mikulás Vitéz László Bábjáték Automatájával érkezett, közben a közönség Orosz Zoltán harmonikaművész és zenészbártainak csodás dallamait hallgathatta. Az estét a már megszokott péntek esti fényfestés zárta.

Szombaton a Makám nyitotta a színpadi programot, a téren sétálók a Langeléta Garabonciások produkcióját csodálták, miközben a kézműves vásár vagy a gasztrosztány különlegességei közül válogattak. A zenei aláfestésről a MagyarVista Social Club és a Romengo gondoskodott mindenki öröme.

December 9-én vasárnap Szalóki Ági koncertjére gyűltek a kisebbek a színpad elé, majd a kerületi Széll Kulturális Egyesület és a Békásmegyeri Veres Péter Gimnázium néptáncműsorát élvezhette a Fő tér közönsége a Téka Együttes kíséretével.

Az adventi koszorú második gyertyáját – a hagyományos gyertyagyújtó dal közös éneklése alatt – **Tarlós István** Budapest főpolgármestere, egykori kerületi polgármester gyújtotta meg és köszöntötte az egybegyűlteket. A hétvégét a Korál-sziget zenekar koncertje zárta.

Hasonlóan színes programokkal, kézműves-, étel- és italkülönlegességekkel, ingyenes jégpályákkal és jó hangulattal várunk mindenkit advent negyedik hétvégéjén is a csodálatos Fő téren!

További programok, információk: www.adventobudan.hu



Az **ÖSSZEFOGÁS ÓBUDÁÉRT EGYESÜLET** – együttműködésben az Óbudai Családi Tanácsadó és Gyermekvédelmi Központtal – az adventi időszakban 50 csomag tartós élelmiszer adománnyal és négy mázsa szaloncukorral járult hozzá az óbudai nehéz sorsú családok ünnepi készülődéséhez.



Az Összefogás Óbudáért Egyesület megbízásából

Dr. Hecsei Pál ügyvéd

§ **INGYENES JOGI TANÁCSADÁST** tart minden hónap első hétfőjén 17-19 óráig, §

Cím: 1039 Budapest, Hímző u. 1. földszint, esetleges időpont egyeztetés: +36 30 207 1156

Éhesen indultál suliba?

Reggelizzél nálunk!

Az Összefogás Óbudáért Egyesület „rászoruló gyermekek reggeliztetése” programja a Békásmegyeri Községi Házban (1039 Budapest, Csobánka tér 5.) és a Jövőbarát Egyesületnél (1033 Budapest, Pethe Ferenc tér 1.), tanítási napokon reggel 6 és 7.30 óra között.

Tel.: +36 30 200 3115,
e-mail: info@osszefogasobudaert.hu



Szeretettel várunk!



Hajda Eszter
jószolgálati nagykövet

A Csillaghegyi Polgári Kör Egyesület

www.csipke.info

2019. januári programok

CSILLAGHEGYI KÖZÖSSÉGI HÁZBAN
1039 Mátyás király út 13-15

Csillaghegyi találkozó
2019. január 16, 18 órákor
Mandics György – Záhonyi András: Tatárlaka és Tordos üzenete

ZSÁMBOKI MŰHELYBEN
1039 Csillaghegy, Lehel utca 14.
(A templommal szembe fordulva a jobboldalhoz csatlakozó épületszárnyban)

2019. január 2., 18 óra
Portréfilm vetítése
László Gyuláról

Előadásaink ingyenesek, mindenkit szeretettel várunk.

Római Sport Egyesület Úszásoktatás



Tanulj meg úszni vagy fejleszd úszástudásodat, Budapest legszebb uszodájában, az Új Csillaghegyi Árpád Forrásfürdőben
Célunk, hogy a velünk eltöltött idő alatt elkötelezettje legyél egy egészséges életmódnak.

Helyszín: Csillaghegyi Árpád Forrásfürdő (1038 Bp., Pusztakúti út 3)
Edzések: Hétfőtől - péntekig 15 -19 óráig
Korostály: 4 éves kortól



Jelentkezés:
Gyepes Lajos +36/30-293-73-02
Gyepes Ádám +36/30-284-68-23



FELHÍVÁS jóembereknek



Megvásárlásával támogatja a Tassy Alapítvány létrehozását, mellyel korai fejlesztő házat kívánunk létrehozni kicsi mozgássérült gyermekek számára.

A két kötetes napló 1200 oldalon A64-es méretben puhafedeles formában kapható önköltséges áron. Érdeklődni lehet a 06 30 487 8807 és a 06 1 242 3304 telefonszámokon.

Kedves Barátaim és Ismerőseim!

Szeretettel ajánlom figyelmetekbe a 30 évig írt Naplót egy okos, kedves, empátikus és intelligens, festőnek készülő fiatal mozgássérült lány szemével–agyával–szívével láttatva a világot. Nem hiába melengettem a szívemen az írást Tassy Joli halála után még tíz évig, mire sikerült könyv formában megjelentetni. Van mit merítenünk belőle!

Üdvözlettel: Rab-Kováts Éva

Kulturális ajánló

PLATÁN KÖNYVTÁR



1031 Budapest, Arató Emil tér 1.
(Bejárat a Kadosa utca felől)

www.platankonyvtar.hu

Tel.: 439-0936

NYITVA TARTÁS

hétfő 12-18, kedd 10-19, szerda zárva, csütörtök 10-19,
péntek 12-18, minden páratlan hét szombatján 10-14

Társasjátékozás

2019. január 5 11.00-13.00

Játékos társakat várunk társasjátékozáshoz! Story Cubes (sztorikocka, zsebben is elférő me-segár), Csótánpóker (blöffölős kártyajáték utálatos állatokkal), Letter game (Kocka – be-tűjáték), Mindent a helyére! (kézségfejlesztő játék), Az érzelmek birodalma (érzelmi intel-ligencia-fejlesztő társasjáték), Beugró (impro-vizációs társasjáték egyszer és mindenkorra), Fekete történetek (50 hátborzongató talány), A könyvesbolt (kártyajáték), Csótánsaláta (kártyajáték), Ki vagyok én? (barkochba játék Meseországban), Nénik a törölközők alatt (me-móriajáték édességeként)

Mi az, ami biztos hogy nem lesz? Az unalom garantáltan hiányozni fog.



Origami

2019. január 14. 16.00

A papír nem hajthatatlan. A Magyar Origami Kör foglalkozása az Óbudai Platán Könyvtár-ban.

Sulimesék, Doktormesék

2019. január 19. 11.00-12.00

Interaktív mesedélután Igaz Dó-rával. Mi az allergia? Veszélyes-e a kullancscsípés? Lehet-e egy osztálynak hörcsöge?

A doktoros és sulis mesék meg-tanítják a gyerekeknek, hogy nem kell félni a betegségektől, inkább figyeljük meg a testün-ke-t, hogy működik. A sulis se olyan borzasztó, sőt inkább iz-galmas, főként ha erdei iskolá-ban is lehet tanulni.

Hygge-a dán életérzés

2019. január 24. 18.00-19.00

A kutatók már 40 éve vizsgálják a boldogság összetevőit, és azóta a skandináv országok uralják az első helyeket. De mi is a titkuk? A hygge? Miért vonzó számunkra a dán életérzés és hogyan építhetjük be a mi mindennapja-inkba? Keresd a lehetőségeket a pszichológia tudományának segítségével!



Kutyás kisokos

2019. január 29. 17.00-18.00

Hogyan kell sétáltatni a kutyánkat? Mikor van szükség pórázra, szájkosárra? Hogyan ismer-kednek egymással a kutyák? Az Elveszett Ál-latok Alapítvány munkatársai a kutya etiketről és a felelős kutyatartásról mesélnek. Állatsimogatással várunk benneteket!

A programok ingyenesek.
Minden érdeklődőt szeretettel várunk!

KIÁLLÍTÁS

A ceruzák titkos élete

2019. február 3-ig

Illusztrációk helyett, csakis firkákból álló izgalmas kiállítás, egyenesen **Dániel András** író – illusz-trátor fiókjának titkos zugában meglapuló rajzokból kiválogatva. Borítékok hátuljára, fecnikre, kéziratok margójára felskiccelt grafikák láthatóak szokatlanul nagy méretben. A speciális tárlat először tekinthető meg Budapesten, az Óbudai Platán Könyvtárban



Kis Mackó nagy utazása – 2018. december 22. 11.00

Zsebszínház. Bábjátékkal egybekötött meseolvasás Ingrid Uebe Kis Mackó nagy utazása című meséje alapján.



Könyvajánló



Felnőtt szépirodalom

Colombani, Laetitia:

A hajfonat – Három nő, három élet, három kontinens...

Három nő, három élet, három kontinens, csak a szabadság utáni vágy nem változik. Smita az érinthetetlen kasztjába tartozik Indiában. Arról álmodozik, hogy a lánya elkerüli előre megszabott, nyomorúságos sorsát, és iskolába fog járni. Giulia Szicíliában a családja parókakészítő műhelyében dolgozik. Sarah elismert ügyvéd Kanadában, fontos kinevezés előtt áll,

amikor megtudja, hogy súlyos beteg.

Három történet a reményről és a szolidaritásról.

Mary Alice Monroe:

Déli karácsony

A karácsonyban mindig van valami varázslatos. A Dél-Karolina csodálatos tájain játszódó, örök érvényű történet szereplői megértik, mit is jelent igazán a karácsony, közben pedig megtapasztalják az ünnep és a családi kötelékek megtartó erejét.

Felnőtt szakirodalom

Bea Johnson: Zero Waste otthon – Kevesebb hulladék, egyszerűbb élet

Lehetséges-e szemét nélkül működtetni egy háztartást? Lehet-e úgy vásárolni, hogy a szatyrainkba ne kerüljenek műanyag csomagoló eszközök? Meg lehet-e szabadulni mindattól, amire igazából nincs szükségünk? A válasz: határozott igen! A könyv praktikus, kipróbált megoldásokat mutat be arra, hogy életünk teljesebb és egészségesebb legyen.

Gyerek szépirodalom

Alex T. Smith: A kisegér, aki elhozta a karácsonyt

Fülöp, a kisegér feladata, hogy eljuttassa Olivér levelét a Mikulásnak, miközben kudetése alatt rengeteg izgalmas kalandot él át, és igaz barátokat is szerez. Mint egy igazi adventi kalendáriummal, úgy számolhatunk vissza karácsonyig, és kipróbálhatjuk azt a sok kreatív ötletet, amelyekből minden napra kínál a könyv.

Forrás: bookline.hu

Esernyős

Óbudai
Kulturális,
Turisztikai és
Információs Pont



Az Esernyős kulturális térként és kávézóként működik 3 HÉV-megállónyra a Margit hídtól. Koncertek, kiállítások és filmek mellett igazi kávékülönlegességek várnak mindenkit Óbuda különleges hangulatú Fő terén.

KAPCSOLAT

1033 Budapest, Fő tér 2.
+36 30 883 1953, info@esernyos.hu
www.esernyos.hu | www.esernyosgaleria.hu
www.facebook.com/esernyos
www.facebook.com/szindbad
www.facebook.com/gazlampa

Zenés szólóest a Kisthén énekesétől

Kollár-Klemencz László a Kisthén zenekarral való fellépései mellett több, sikeres szólólemezt is készített. A zenész-énekes-szerző Ember a fán, a Legesleges vagy a Rengeteg című albumaiban egyaránt közös, hogy zenével és irodalmi szövegekkel mélyülnek el a természetben, és azt a sokszor elfeledett tiszta, egyszerű kapcsolatot keresik ember és teremtett természet között, amely mára egyre kevésbé van jelen városi életünkben.

Válogatott dalokból áll össze az az önálló est is, amelyet az óbudai Esernyősben láthat a közönség **január 16-án szerdán este 19.00 órakor**. A Szindbád Szerda sorozatban bemutatásra kerülő produkcióban a próza kerek egészét alkot a zenével, hiszen a Miért távolodnak a dolgok? és A műanyag kerti székek élete novellái is „természet írások”. Főhősei a természet közelében élnek,



gyönyörködnek a létben, hogy milyen sokfélék vagyunk, látják, milyen egyszerűen szép dolog a vágy, a hűség. Pillanatok, érzések, vicces helyzetek idéződnek fel a koncerten olyan emberekről, akik szembe mernek nézni a valósággal, mégis meggyőződéssel hisznek az ideákban.

www.esernyos.hu

Erzsi karácsonyi sütis doboza

Dobesch Erszről az kell tudni, hogy versenyszerűen kajakozott, ma már inkább a vízi túrázást választja férjével együtt. Lapunk olvasói is találkozhattak már a nevével, amikor néhány éve arról számoltunk be, hogy egyesületünk (Rómaifürdő SE) két tagja a Ingolstadtól a Fekete-tengerig evezett a Nemzetközi Duna-túrával. Erzsi az egyesületi összejöveteleken leírhatatlanul finom – és még szép is! – sütemény-költeményeivel kényezteti a csapatot. Most az ő karácsonyi sütis dobozát nyitjuk ki, amiben nagy népszerűségnek örvendő sütitket találunk, és nem mellesleg a hozzá tartozó recepteket is. Sütésre fel! (Fehér Ági)

Beigli (10 rúd)

Hozzávalók: 1 kg 25 dkg liszt, 1/2 kg margarin, 15 dkg sertézsír, 3 tojás sárgája, 1 csapott kávéskanál só, 5 evőkanál porcukor, 5 dkg élesztő, tejföl

Elkészítés: A lisztet a margarinnal és a zsírral elmorzsoljuk, hozzáadjuk a sót, porcukrot. Az élesztőt kevés langyos, cukros tejben feloldjuk, keverünk bele egy kevés lisztet, és megvárjuk, amíg a teteje felemelkedik (felfuttatjuk). Ráöntjük az elmorzsolts lisztre, hozzáadjuk a tojás sárgákat, és a szükséges mennyiségű tejföllel összegyúrjuk. Fél órán keresztül langyos helyen pihentetjük. Tíz egyforma adagra osztjuk. Kb. 2 mm vastagra nyújtjuk, rákenjük a tölteléket, felterkerjük, és tepsiben, egymástól távolabbra rakjuk. A tetejét megkenjük tojás sárgájával, és újabb fél óráig kelesztjük. Kb. 5 cm-enként mélyen megszurkáljuk (így kevésbé reped). Közepesen erős sütőben sütjük.



Máktöltelek (5 rúdhhoz):

60 dkg darált mák, 50 dkg porcukor, 1 citrom reszelt héja és leve, 1 narancs leve, annyi reszelt alma (baba reszelővel, vagy turmixgéppel pépesített), hogy összeálljon

Diótöltelek (5 rúdhhoz):

60 dkg darált dió, 50 dkg porcukor, 1 kávéskanál kakaó, 1 kupica rum, annyi reszelt alma, hogy összeálljon

Brownie

Hozzávalók: 25 dkg vaj, 20 dkg keserű csokoládé (40 %), 30 dkg kristálycukor, 8 dkg kakaópor, 6,5 dkg liszt, 1 teáskanál sütőpor, 4 egész tojás, 1 marék durvára vágott dió, 1 marék aszalt cseresznye (elhagyható)

A kristálycukrot, a szitált lisztet, szitált kakaóport és sütőport összekeverjük. A vajat és a csokoládét gőz fölött felolvasztjuk, le vesszük a gőzről. Bekeverjük a diót és a cseresznyét, majd hozzáadjuk a száraz anyagokat. Egyenként beleütjük és jól elkeverjük az egész tojásokat. Sütőpapírral bélelt



tepsiben sütjük. Akkor finom, ha nem sült át a közepe, de a teteje már nem ragad.

A tepsiben hagyjuk kihűlni. (22 x 38 cm tepsiben sütve, 180 C fokon, légkeverés nélkül kb. 25-30 perc)

Kókuszos mézes

(Samu nagymama receptje)

Hozzávalók: 3 dkg vaj, 25 dkg porcukor, 1 csomag vaníliás cukor, 3 evőkanál méz, 1 egész tojás, 1 citrom reszelt héja, 2 dl tej, 1 csipet só, 1 csomag sütőpor, 28 dkg finomliszt

Máz: 20 dkg porcukor, 20 dkg vaj, 4 evőkanál holland kakaópor, 4 evőkanál rum, 10 evőkanál tej, 20 dkg kókuszreszelék

A lisztet tálba tesszük és elkeverjük a sütőporral. A tészta többi hozzávalóit folytonos keverés mellett összekeverjük (amíg egynemű nem lesz) és a liszthez keverjük.

Sütőpapírral bélelt tepsiben világosra sütjük (180 fokos sütőben, alsó-felső beállításon kb. 20 perc), és hagyjuk kihűlni. Négyzet keresztmetszetű csíkokra vágjuk.

A máz hozzávalóit összekeverjük, és egy olyan



lapos edénybe öntjük, amibe a tésztacsíkok beleférnek (pl. jénai tál). Egy másik tálba öntjük a kókuszreszeléket. A meleg mázba beforgatjuk a tésztacsíkokat (legjobb pusztá kézzel csinálni), lecsepegtetjük a felesleges mázat, és rögtön „bepanírozzuk” kókuszreszelékkel. Minden mártás és „panírozás” után célszerű kezet mosni!!! Az elkészült csíkokat rácsra tesszük szikkadni. Tálaláskor ujjnyi vastag szeletekre vágjuk.

Az Óbudai Múzeum és a Goldberger Textilipari Gyűjtemény PROGRAMJAI



Óbudai Múzeum
1033, Budapest, Fő tér 1
(bejárat a Szentlélek tér felől)

info@obudaimuzeum.hu; 061-251-10-21,
instagram: obudai_muzeum;
facebook.hu/obudaimuzeum

PROGRAM:

TÖRÉKENY VÁGYAK — Porcelánok a királyi asztaltól a panel-vitrinig. Hüttl Tivadar gyára és az Aquincum Porcelángyár — Az Óbudai Múzeum új időszaki kiállítása

A régmúltú magyarországi porcelángyárak mellett kevésbé köztudott, hogy Óbudán is működött porcelángyár. Hüttl Tivadar a századfordulón alapított gyárat a Filatori-dűlőben, amely az 1951-es államosítást követően Aquincum Porcelángyárként működött tovább. Az Óbudai Múzeum új időszaki kiállítása december óta látogatható.



Goldberger Textilipari Gyűjtemény
1036 Budapest,
Lajos utca 136-138.

info@obudaimuzeum.hu; 061-251-10-21, instagram: obudai_muzeum;
facebook.hu/goldbergermuzeum

Óbudai lakosoknak kiállításaink látogatása díjtan.

NYITVA TARTÁS: kedd-vasárnap 10.00-18.00

Ingyenes kurátori tárlatvezetés január 18-a 17.00 óra.

Regisztráció szükséges:

programok@obudaimuzeum.hu; 061-250-10-20

MúzeumCsütörtök — Minden hónap 4. csütörtökjén ingyenes tárlatvezetés az Óbudai Múzeum „Óbuda — Egy város három arca” című állandó kiállításában.

A program maximális létszáma 10 fő, regisztráció szükséges.

Időpont: január 24. 11.00

PROGRAM:

„a Goldberger...” — az Óbudai Múzeum Goldberger Textilipari Gyűjtemény állandó kiállítása.

A kiállítás bemutatja a Goldberger család több generáción átívelő hazai textilipart meghatározó tevékenységét és a gyár meg- és átalakulásának, valamint pusztulásának történetét.

Legyen malaca! – újévi kvízkérdések Újévi (szerencse-)malacságok

Nem véletlenül lett újévi szerencsejelpép a malac, mivel előre tūr, és ezzel kiáshatja a szerencsénket, ellentétben a tyúkkal, aki hátrafelé kapar, a szárnyasokkal, amelyekkel elrepülhet, és a halakkal, amelyekkel elúszhat Fortuna istennő kegye. Utóbbiakkal ne is foglalkozunk, inkább turkáljunk egy kicsit a malacokkal kapcsolatos kérdéseinkben!



1. Vajon miért éppen malac alakúak a takarékoságra nevelő perselyek?

2. A világirodalom talán legismertebb malaca Alan Alexander Milne Micimackó című meséjének Malackája. **Emlékszik rá, hogy mi volt Malacka nagyapjának neve, amely egy törött táblán volt olvasható kunyhója közelében?**

3. „Az új évet (ócska tárgy!) kell megénekelnem hálálkodva, ahogy illik poharat emelnem. Mit van mit kívánni még ily áldott időben — Adja Isten, ami nincs ez új esztendőben...”

...Szegény ember malacának egy híja se essék: messze járjon dög, halál, burgonya-betegség...”

Melyik nagy balladaköltőnk Alkalmi vers című művéből idéztünk?

4. Hogy nevezték régen tréfás szóval az ujjatlan, bő köpönyeget?

5. Mi a címe annak a gyerekek és felnőttek körében egyaránt kedvelt filmsorozatnak, amelyben Miss Röfi (Miss Piggy), a malac reménytelenül szerelmes Brekibe, a békába?

6. Tizenhat év után keresi fel Hercule Poirot egy bűnügy öt még élő tanúját az Öt kismalac című bűnügyi regényben, hogy megtudja, ártatlanul ítélték-e el annak idején megbízója édesanyját. És hiába telt el tizenhat év, hiába borított fátylat sok mindenre a feledés, a tojásfejú belga detektív bravúros logikával kideríti az igazságot. **Ki a szerző, akit a „krimiírás nagyasszonya”-ként emlegettek?**

M. Nagy József

A megfejtések a honlapon fellelhetők.

ADVENT
ÓBUDÁN 2018
11.30. – 12.23.



„Az adventi várakozás hasonlít a megemlékezéshez, de valójában mindennél távolabb áll tőle. Valódi várakozás. Pontosabban úgy, ahogy a szeretet mindennél valóságosabban vágyakozik az után, akit magához ölel és örök újszülöttként a karjai között tart.”

(Pilinszky János)

**Békés karácsonyi ünnepet
és boldog új évet kívánok!**

Óbuda-Békásmegyer,
2018 karácsonyán


Bús Balázs
polgármester