ÓBUDA

ÓBUDA-BÉKÁSMEGYER ÖNKORMÁNYZAT LAP . SZÁM 2026. SZEPTEMBER 25.

12–13



IDŐUTAZÁS AZ ARÉNÁBA

„Nem vagy egyedül”

Segítség az egyszülős családoknak

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat 2026-ban is vásárlási utalvánnyal segítette az egyszülős családokat. A szeptember közepén átadott 10, 15 és 20 ezer forintos utalványokat a kerületi CBA és Príma élelmiszerboltokban és a Repeta éttermekben lehet felhasználni.



Szeptember közepén lezajlott a III. kerületi önkormányzat által szervezett „Nem vagy egyedül” elnevezésű akció, melynek keretében idén is vásárlási utalvánnyal segítette az önkormányzat a gyermeket egyedül nevelő kerületi szülőket. Az önkormányzat



közleménye szerint a CBA és a Príma kerületi üzleteiben, valamint a Repeta éttermeiben felhasználható utalványok kiosztásával továbbra is az a cél, hogy enyhítsék az érintettek hétköznapi és anyagi terheit egyaránt.

A vásárlási utalvány értéke egy gyermek esetén 10 ezer, két gyermek esetén 15 ezer, három vagy több gyermek esetén pedig 20 ezer forint. A vásárlási utalványra jogosult volt az a természetes személy, aki egyedülállóként jogosult családi pótlékra és Óbuda-Békásmegyer területén lakik, vagy bejelentett tartózkodási hellyel rendelkezik.

Ahogy a megelőző években, Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat idén is segíti a gyermeket egyedül nevelőket. A növekvő infláció és az elszabadult élelmiszerárak miatt először 2023-ban tették ezt meg, azóta minden évben így támogatták az érintetteket. A népszerű akció idén sem maradt el. Már ki is osztották az igényelt utalványokat, melyeket a Kiscelli utcai CBA, a Miklós téri, Gyenes utcai, Flórián téri, Heltai Jenő téri, Római téri, Boglár utcai és Mészkő utcai Príma élelmiszerüzletekben és a Repeta éttermeiben lehet beváltani.



Dr. Kiss László polgármester közösségi oldalán köszönte meg az együttműködést azoknak, akik segítettek az akció megvalósításában, egyben sok örömet kívánt a támogatott szülőknek a gyerekekkel.

> **A vásárlási utalvány értéke egy gyermek esetén 10 ezer, két gyermek esetén 15 ezer, három vagy több gyermek esetén pedig 20 ezer forint. A vásárlási utalványra jogosult volt az a természetes személy, aki egyedülállóként jogosult családi pótlékra és Óbuda-Békásmegyer területén lakik, vagy bejelentett tartózkodási hellyel rendelkezik**

A polgármester egyeztetést kezdeményezett az ügyben a Postával

Vissza a Római téri postát!

Levélben fordult a Római téri posta (III. kerület, Rómaifürdő) ügyében a Magyar Postához Óbuda-Békásmegyer polgármestere, amelyben személyes találkozót sürgetett az állami vállalat képviselőivel. Dr. Kiss László a levélben közölte, hogy néhány feltétel – köztük a postai szolgáltatás – teljesülése esetén a III. kerületi önkormányzat megvásárolná az eladóvá vált épületet.



Aggodalommal értesültünk arról, hogy értékesítésre hirdették meg azt a Római téri ingatlant, amelyben korábban posta működött – írta az önkormányzat nevében a Magyar Posta illetékes képviselőinek címzett levelében a III. kerület polgármestere, amelyben arra kérte a címzetteket, hogy közösen vizsgálják meg, milyen feltételekkel nyithatna újra a Római téri posta. Emlékeztetett, hogy Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat és a Magyar Posta között létrejött korábbi együttműködéseknek köszönhetően sikerült megmenteni a Pethe Ferenc téri postát, illetve újra elérhetővé tenni a postai szolgáltatást a Csillag Centerben.

Dr. Kiss László közölte: értékbecslést követően az önkormányzat kész megvizsgálni az ingatlan megvásárlásának lehetőségét, ha ez szükséges ahhoz, hogy a postai szolgáltatás visszatérhessen a Római térre, és ha a Magyar Posta nyitott lenne az önkormányzat tulajdonába kerülő ingatlanban ismét postai szolgáltatást működtetni. Kiemelte: egyúttal, ha van erre mód, és ha az állami vállalat nyitott rá, akkor az önkormányzat azt is kezdeményezné, hogy III. kerületben újra a Magyar Posta működtesse a lapterjesztést, amely szerinte további bevételi forrást jelentene az egyéb postai szolgáltatások mellett. A polgármester hozzátette, mindezek megvalósításához humánerőforrás területén is szeretnének együttműködést ajánlani, valamint azt is elárulta, hogy az önkormányzat kész megvizsgálni egy olyan megállapodás lehetőségét, amely nyomán a III. kerületben dolgozó postai alkalmazottak havi 30 ezer forintos önkormányzati bérkiegészítésben részesülhetnének.

Végezetül dr. Kiss László levelében felhívta rá a figyelmet, hogy Óbuda-Békásmegyeren a postai szolgáltatásokra nagy szükségük van nap mint nap az idősebbeknek, a digitális ügyintézést kevésbé használóknak és a nehezebben közlekedőknek, zárásként pedig személyes egyeztetést kezdeményezett az ügyben a Magyar Posta illetékes képviselőivel.

Közösségi lehetőségek, segítség és információ egy helyen

Megnyílt az Idősek Információs Pontja

Mostantól segít eligazodni a szociális, egészségügyi és közösségi lehetőségek között az Idősek Információs Pontja. Ingyenesen, előzetes bejelentkezés nélkül igénybe vehető.

Dr. Kiss László, Óbuda-Békásmegyer polgármestere az új intézmény megnyitóján azt mondta, hogy a III.kerületi időseknek nem kell többé egyedül eligazodni a lehetőségek között, itt meghallgatják a kérdéseiket, segítenek megtalálni a megfelelő megoldást, és az ügyintézés első lépéseiben is támogatást nyújtanak.

A szolgáltatás Budapest Főváros Önkormányzata, Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat és az Óbudai Szociális Szolgáltató Intézmény (OSZSZI) együttműködésében jött létre. Az információs pont létrehozásának és üzemeltetésének célja az, hogy a kerületben élő idősek egy helyen kaphassanak naprakész tájékoztatást az elérhető támogatásokról, szociális és egészségügyi szolgáltatásokról, valamint közösségi és kulturális programokról.

Az Idősek Információs Pontja a tájékoztatás és az ügyintézés segítése mellett prevenciós programokkal, mentális támogatással, egyéni beszélgetésekkel és közösségi eseményekkel is hozzájárul az idősek aktív, biztonságos és tartalmas életéhez. Novembertől például az OSZSZI máris itt rendezi majd az Alzeimer Café elnevezésű programsorozatát is.



Mindennél bővebb információ pedig hamarosan az információs pontot üzemeltető intézmény honlapján, az oszszi.hu internetes oldalon lesz olvasható.

IDŐSEK INFORMÁCIÓS PONTJA
Cím: 1032. Budapest, Gyenes utca 20.
Nyitvatartás: hétfőtől csütörtökig 9:00-15:00
Telefonszám: +36 70 685 2191

FORDULJON AZ IDŐSEK INFORMÁCIÓS PONTJÁHOZ, HA

- **kérdése van a kerületben elérhető szociális, egészségügyi és közösségi szolgáltatásokkal kapcsolatban,**
- **szeretne tájékozódni a különféle támogatási és ellátási lehetőségekről,**
- **segítségre van szüksége valamilyen ügyintézésnél,**
- **érdeklik a kerületben elérhető programok, rendezvények és közösségi lehetőségek,**
- **kérdése van digitális eszközök (pl. okostelefon, internet) használatával kapcsolatban.**

Zajlik a kerületi lomtalanítás

Nem mindent visznek el, de semmit sem hagynak ott

Szeptember 20. óta zajlik, és október 5-éig tart Óbuda-Békásmegyeren a 2026-os lakossági lomtalanítás. Lapzártánkhoz igazítva is megmutatjuk a fontos tudnivalókat arról, hogy a háralévő időben mit, mikor és hogyan és lehet kihelyezni, hol lehet minden információt megtudni, továbbá hogy mikorra várható a közterületek lomtalanítás utáni takarítása.



A lakossági lomtalanítás idén szeptember 20. és október 5. között zajlik a III. kerületben, az utolsó elszállítás pedig október 6-án történik. A kerületeket – ahogy eddig is – körzetekre osztották, amelyekből koncentráltan szállítják el a lomokat. A körzeteket tartalmazó térképet a MOHU honlapján lehet megtalálni. A lomtalanítást a kerület északi területein fogják kezdeni.

Budapest közterületi rendjének és tisztaságának megóvása érdekében a lomokat a lakosok csak a címükre vonatkozó napon, 18 óra után készítsék ki. A nem a megjelölt időpontban történő lomkikészítés közterület-szennyezési szabálysértésnek minősül.

A lomtalanítás alkalmával kizárólag a háztartásban feleslegessé vált nagydarabos hulladékok (például elhasználódott bútorok, ágybetétek, szőnyegek) helyezhetők ki. Azokat a lomokat, amelyek faanyagot tartalmaznak – például tömör fa, deszka, léc, forgácslap, lapra szerelt bútorok, OSB-lapok, rétegelt lemez, raklap – a lebonyolító MOHU kérése szerint elkülönítve helyezzék ki.

A lomnak nem minősülő hulladékféleségek, mint például a háztartási hulladék, szelektíven gyűjthető csomagolási hulladék, elektromos és elektronikai hulladék, építési és bontási törmelék, sitt, föld, síküveg, zöldhulladék, textil (például ruhanemű) kihelyezése továbbra is tilos.

Ugyancsak szigorúan tilos veszélyes hulladék kihelyezése. A veszélyes hulladékok közé sorolandók többek között például a háztartási vegyszerek, tisztítószerek, festékanyagok, piperecikkek, az elhasznált sütőolaj, autóápolási és karbantartási maradványok, elektromos eszközök, gyógyszerek, növényvédő- és rovarirtószerek.

A lomtalanítás ideje alatt a rendőrség, a Fővárosi Önkormányzati Rendészeti Igazgatóság és az Óbudai Polgárőrség fokozott jelenléttel biztosítja a rendet. Óbuda-Békásmegyer Közterület-felügyelet megerősített éjszakai szolgálattal látja el feladatát a lomtalanítás alatt. Hétköznap és hétvégén külön járőrök foglalkoznak a feladattal az aktuálisan érintett helyszíneken.

A lomok elszállításának üteme a kihelyezett hulladék mennyiségétől éppúgy függ, mint a MOHU szállító kapacitásától. Az utótakarítást csak a fővárosi kezelésű utakon végzi el a Budapesti Közművek, így várható, hogy a körzetek lomtalanítás utáni teljes takarítása tovább tart majd.

Őszi ágaprítási akció!

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat számos akcióval nyújt segítséget a lakosságnak a kerületi zöldhulladék kezelésében. Burján Ferenc klíma- és környezetvédelemért felelős alpolgármester kezdeményezésére idén is meghirdetik az ágaprítás- és kerti zöldhulladék kezelési programot.
Az igényeket a napi kapacitás erejéig folyamatosan fogadja be az önkormányzat. Jelentkezés: írásban a hoo.csilla@ovzrt.hu e-mail címen, 2026.09. 28., hétfő 8.00 órától folyamatosan a kapacitás erejéig.
Pályázati tudnivalók: a pályázónak a III. kerületben kertes ingatlannal kell rendelkeznie.
Ingatlanonként 2-3 m^3 aprítás történhet. Az aprítani kívánt ágakat minden esetben az ingatlan elé kell kihelyezni! Kizárólag 15 cm körátmérő alatti faágak aprítására van lehetőség. Az aprítanivalóban nem lehet: deszka, raklap, bútorlap, falevél stb. Az ágaprítás után fennmaradó mulcs, komposztálás céljából a helyszínen marad. Az akció időtartama 1 hónap – 2026. 10. 01–10.31-ig folyamatosan. Várják jelentkezésüket!



Szükségünk van rendőrre!

Interjú dr. Tomsits Tulipánnal, Óbuda-Békásmegyer új rendőrkapitányával

Tapasztalt vezetőt neveztek ki a III. Kerületi Rendőrkapitányság élére dr. Tomsits Tulipán rendőr alezredes személyében. Az új rendőrkapitányt kérdeztük, aki augusztus elsején foglalta el új posztját.


fotó: Pozsonyi Roland

■ ***Hogyan talált önre a rendőri hivatás?***

Elsősorban jogásznak készültem, de miután elsőre a Rendőrtiszti Főiskolára vettek fel, annyira beleszerettem a rendőrségbe, hogy ugyan aztán szereztem jogi dilpomát is, már nem szereltem le. A pályafutásomat Budaörsön kezdtem bűnügyi területen, dolgoztam a Budapesti Rendőr-főkapitányság (BRFK) Életvédelmi Osztályán, majd a korrupcióval és a belső védelemmel is foglalkozó Nemzeti Védelmi Szolgálathoz (NVSZ) kerültem, ahol a Nyugat-Magyarországi Főosztály vezetője lettem. Később Ráckevén, majd Budaörsön voltam kapitányságvezető, aztán Pest vármegyében bűnügyi rendőrfőkapitány-helyettes, augusztus elsejétől pedig a III. Kerületi Rendőrkapitányságot vezetem.

■ ***Tehát kicsit több mint egy hónapja végzi legújabb feladatát. Elegendő idő ez arra, hogy felmérje a kapitányság és a kerület helyzetét?***

A felmérés ennél azért több időt vesz igénybe, tehát jelenleg is tart, de a munka előrehaladtával már elkezdtem a felmerülő kérdéseket is rendezni. Az most is látszik, hogy a kapitányság létszámát növelni szükséges, tagadhatatlan, hogy szükségünk van még rendőrre, toborzásra biztosan lehet számítani. Ahogy arra is, hogy a kollégák jól láthatóan jelen lesznek a kerület életében, sőt a városrészt rendszeres rendészeti akciókkal biztosítják majd, amelyeknek sorát két héttel ezelőtt egy közlekedésrendészeti akcióval meg is nyitottuk, az Árpád hídról lehajtó autóvezetőket finn módszerrel szűrtük, és a szondáztatásnak köszönhetően több sofőrről is kiderült, hogy ittasan vezetett. De az Óbuda-Békásmegyer Közterület-felügyelet és a III. Kerületi Polgárőr Egyesület munkatársaival közösen már levezényeltünk egy nagyobb közterületi akciót is.

■ ***Az is látható már, hogy általában milyen természetű jelzések jutnak el önökhöz legtöbbször a kerületi lakosokon keresztül?***

Igen, rendkívül sok jelzést kapunk, és természetesen mi is nyitott szemmel járunk a kerületben, látunk mi magunk is kezelendő problémákat. Közterületi alkoholfogyasztás, köztisztaság megsértése vagy közrend megzavarása kapcsán merül fel a legtöbb kezelendő helyzet, amelyhez az is hozzátartozik, hogy önmagában az, ha valaki hajléktalan, és az utcán éli az életét, nem merít ki kriminológiai kategóriát. Az előbb említett közterületi akció során bejártuk a kerület érintett területeit, és minden olyan személyt eljárás alá vontunk, aki közterületen alkoholt fogyasztott vagy vétett a közrend ellen. Az akció célja a közterületi rend és biztonság erősítése, valamint a lakosságot zavaró jogsértések visszaszorítása volt, összesen 17 személyt állítottunk elő. Hasonló ellenőrzéseket a jövőben is rendszeresen szeretnénk végrehajtani, a beérkező jelzésekre pedig szeretnénk érzékenyen, mégis hatásosan reagálni, különös tekintettel az óvodák és iskolák környékére.

■ ***Tehát a rendőrségnek jó a kapcsolata a helyi közterület-felügyelettel és a polgárőrséggel?***

Kifejezetten, ráadásul a közterület-felügyelettel még szerencsésebb helyzetben vagyunk, hiszen az elődöm, Szikszó Sándor a vezetője, de természetesen számítok mindkét szervezet támogatására. Célom, hogy minden héten legyen dedikáltan egy-egy akció, amit közösen hajtunk végre, és szeretnénk jelen lenni a kerület életében partnerként is.

■ ***Mit tekint itt és most a legfontosabb feladatának?***

Szeretném, hogy a kollégáim maximális bizalommal forduljanak hozzám a gondjaikkal, problémáikkal, és szeretnék javítani a munkakörülményeiken, segíteni a munkájukat, ahogyan csak tudom. Egyúttal azt is szeretném, hogy az állampolgárok ugyanilyen bizalommal forduljanak hozzánk, illetve a társszervek is. Mindemellett a kommunikációra is nagyon érzékeny vagyok, mert a határozottság és a következetesség mellett az emberség is fontos. Sok igazán jó helyismerettel rendelkező kolléga dolgozik ebben a kerületben, ami nagy értéke a III. Kerületi Rendőrkapitányságnak.

Az aluljáró állapota jelenleg erősen fejlesztésre szorul

Felélesztenék a Flórián téri aluljárót



A III. kerületi önkormányzat kezdeményezte, hogy a Flórián téri gyalogos aluljáróban található üres helyiségeket a főváros határozatlan időtartamra, kulturális feladatokra adja ingyenesen használatába.

„A Flórián téri aluljáró állapota jelenleg erősen fejlesztésre szorul összképe kevésbé rendezett. (...) Figyelemmel arra, hogy az aluljáróban jelenleg is működnek kulturális és ismeretterjesztő jellegű kezdeményezések, Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata az üresen álló üzlethelyiségek kulturális célú hasznosítását tartja indokoltnak” – írta Kiss László polgármester Karácsony Gergely főpolgármesternek címzett levelében. „A fentiek megvalósítása érdekében a kerület egyeztetést kíván kezdeményezni a Fővárosi Önkormányzattal, mint tulajdonossal az üresen álló üzlethelyiségek határozatlan időtartamú, térítésmentes használatba vételéről.”

Az önkormányzatok egyeztetése során 12, önálló helyrajzi számmal nem rendelkező, nem lakás céljára szolgáló helyiséget jelöltek ki, és ezek használatba adásáról szerződéstervezetet készítettek elő. A helyiségek közül van, amiben téglagyűjteményt helyeznének el, van, ahol kiállítótér kialakítását tervezik, és van olyan is, ahol installációkat állítanának ki. A Fővárosi Közgyűlés megjelenésünk napján, 2026. szeptember 25-én dönt a használatba adásról, de a hasonló kezdeményezéseket általában támogatni szokták.

> **„A főváros is bízik abban, hogy az ingyenes kulturális hasznosításnak köszönhetően az aluljáró arculata javulni fog.**

Ahogy a közgyűlésre benyújtott előterjesztésből kiderül, a Budapest Főváros Vagyonkezelő Központ Zrt. által 2026. július 28-án készített ingatlanvagyon-értékelés alapján a helyiségek piaci értéke összesen 103,7 millió forint lenne, a becsült havi nettó bérleti díjuk 1,1 millió forint. A teljes képhez ugyanakkor hozzátartozik, hogy az aluljáró helyiségeinek műszaki állapota is meglehetősen leromlott, az üzletek piaci hasznosítására irányuló utóbbi pályázatok nagyrészt sikertelenek voltak, bevételkiesést ezért az ingyenes átadás nem fog okozni. A főváros is bízik abban, hogy az ingyenes kulturális hasznosításának köszönhetően az aluljáró arculata javulni fog.

A szerződés értelmében, ha a javaslatot elfogadják, a kerületi önkormányzat köteles lesz a szerződés szerinti használatról évenként szakmai beszámoló készíteni, és azt a Fővárosi Önkormányzat számára benyújtani.

aradi



Kérdések, válaszok, információk és tippek a városi vaddisznókról

Mi a teendő vaddisznókkal való találkozás esetén?

Mi a legfontosabb első lépés, ha egy vaddisznóval találkozom?

Maradjon nyugodt, ne fusson el, mert az üldözésre ösztönözheti az állatot. Lassan hátráljon, miközben szemmel tartja az állatot. Forduljon oldalra, és lassan, nyugodt mozdulatokkal távolodjon. Soha ne fordítson hátat, és ne próbáljon meg rohanni.

És ha az koca a kismalacaival van?

Tartson távolságot a kismalacos kocától. Az anyadisznó rendkívül védelmező – ha a kicsinyei vannak vele, ne próbálja lefotózni, megközelíteni vagy zajt csapni.

Mit tegyek, ha kutyával vagyok?

Tartsa pórázon a kutyát, ne engedje közel az állathoz, mert a vaddisznó támadhat rá.

Szabad etetni vagy közel menni?

Soha ne etesse, vagy közelítse meg, mert ez hozzászoktatja az embertől való félelem elvesztéséhez, és növeli a konfliktus kockázatát.

Szabad ijesztegetni?

Nem! Ha kiabál vagy megdobálja a vaddisznót akkor megfélemlítve érezheti magát és támadhat.

Lakossági fórum a városi vaddisznókról

- tájékoztatás a vadriasztó rendszerekről
- mit tehet a lakos
- kukafedél leszorítók kiosztása
- kérdezz-felelek

Október 2., 18:00
Békásmegyeri Közösségi Ház

Október 16., 16:00
Gladiátor park

Október 20., 18:00
Ezüsthegyi könyvtár

Tudjon meg többet a városi vaddisznókról:
varosivaddisznok.hu

OTTHONUNK OBUDA BÉKÁSMEGYER

MALACVÉDŐ ALAPÍTVÁNY



SNI – sajátos nevelési igény az óvodában

Minden gyereknek joga van különlegesnek lenni!

A világ nagyon színes, mi sokszor mégsem akarjuk látni az árnyalatokat. Miért ijesztő, hogy nem vagyunk mind egyformák? Ha valami más, mint a megszokott, az bizonytalanságot, félelmet vált ki a társadalom tagjaiból. Ez így volt már a középkorban is, amikor a fertőző betegségek mindig valami kirívó dologgal hívták fel magukra a figyelmet, ezzel kommunikálva: kerülj el! Ugyanez a reflex kapcsol be fizikai vagy mentális betegségek, eltérő bőrszín, testalkat, anyagi lehetőségek megléte esetén, sőt, akkor is, ha nem tipikus fejlődésű gyerekekkel találkozunk, annak ellenére, hogy az SNI-nek nincsenek ilyen látványos fizikai jelei.

De mi az SNI?

Az SNI a sajátos nevelési igény gyűjtőfogalom rövidítése. Amikor kimondjuk, azokra a gyerekekre gondolunk, akiknek viselkedése, magatartása, életvitele jelentős mértékben eltér tipikus módon fejlődő társaikétól, ezért egyéni bánásmódra, és bizonyos esetekben eltérő ellátásra van szükségük. Minden 14. gyerek érintett és abban, hogy ők biztonságban, boldogságban integrálódhassanak a társadalomba, mindannyiunknak közös felelőssége van. Az ENSZ Gyermekjogi Egyezménye kimondja: minden gyereknek joga van a biztonsághoz, az oktatáshoz, az emberi kapcsolatokhoz, a méltóságteljes bánásmódhoz.

Ezzel együtt tudnunk kell: az SNI-s gyerekeknél sok minden nagyon máshogy működik. Mégis fontos, hogy az integrálható sajátos nevelési igényű gyerekek olyan környezetben lehessenek, amiben együtt tölthetik az időt tipikus fejlődésű társaikkal, hiszen ez nagyban hozzájárul későbbi beilleszkedésükhöz. Az SNI befogadó óvodák, iskolák biztosítják a megfelelő feltételeket az érintett gyerekek szakértői véleményben megfogalmazott jogainak érvényesítéséhez. (Ilyenek lehetnek pl. pedagógiai asszisztens bevonása, kevesebb feladat elvégzése, ingerek csökkentése, szóbeli vagy képes kommunikáció előnyben részesítése, pszichológus bevonása, segédeszköz használata, stb.)

A LEGFONTOSABB SNI PÉLDÁK

- **autizmus spektrum zavar**
- **ADHD (figyelemhiányos hiperaktivitás-zavar)**
- **bármilyen értelmi akadályozottság**
- **érzékszervi fogyatékosságok**
- **tanulási nehézségek bizonyos típusai (diszlexia, diszgráfia, diszkalkulia)**

A gyerek minket tükröz

Az óvodában a gyerekek még sokkal ösztönösebben viselkednek, elfogadóbbak, kevésbé jelenik meg közöttük az SNI-hez kapcsolódó kirekesztés, már csak azért is, mert ebben a korban még kevesebb a diagnosztizált eset. A tanulási nehézségekkel vagy fejlődési zavarokkal kapcsolatos ellenérzések, a – társadalmi szinten – ebből fakadó, kiközösítésre való hajlam, ami az iskolai bullying alapja is, ekkor még nem jelennek meg náluk. Ám sose feledjük: minden gyerek eltérő környezetből érkezik, ezért egész más tapasztalataik vannak fogyatékossággal élő társaikról. Előfordulhat, hogy nehezebben tudnak kapcsolódni velük, de ez nem a gyerekek hibája. Az ilyen helyzetek inkább az információk hiányából, esetleges negatív tapasztalatokból, vagy a korábban már leírt, automatizmusra épülő rossz mintákból származnak – és szakmai segítséggel legtöbbször megelőzhetőek vagy megoldhatóak.

Az elmélet persze szép dolog, de aki először szembesül a jelenséggel, az nem min-

dig tudja jól kezelni a helyzetet. Amikor valaki éppen a gyerekünket bántja, nem az az első gondolatunk, hogy mindenki érdekét szem előtt tartva felmérjük, mi állhat a háttérben. Csakhogy egy óvodás korú gyermek már lesi minden reakciónkat, legyünk akár a szülei, akár a pedagógusai. Ha félünk a kutyáktól, és elmegyünk egy ugató négylábú mellett, tudat alatti reakcióinkból fakadóan, erősebben szorítjuk gyerekünk kezét, ezért ő is hamar megtanulja, hogy a kutyák ijesztőek. Ugyanígy a félelem, a szorongás, az undor, a harag megjelenését is rögtön felismerik a gyerekek, és azt gondolják, adott helyzetben ez a megfelelő reakció. Ezért is nagyon fontos, hogy gyerekünk elfogadást, megértést lásson tőlünk: ebből tanulja meg, hogy ő is empatikusan álljon a társaihoz.

Sokat tehetünk azzal, ha beszélgetünk a különbözőségeinkről a gyerekekkel. Ha az ovisok kérdeznek otthon társuk számukra furcsa viselkedéséről („Laci miért kiabál?”), akkor nem kell diagnózisokkal dobálózni, inkább mondjuk: „Lehet, hogy most nehéz neki elmondani, mit érez, ezért kiabálással próbálja megmutatni.” Aztán megkérdezhetjük: „Szerinted hogyan tudnánk neki segíteni?” Érdemes elmondanunk azt is, hogy ez nem betegség, nem lehet elkapni, hanem egy állapot, amivel társának együtt kell élnie. Ez a tudás segít, hogy könnyebben merjenek kapcsolódni. Nem tudunk mindig tökéletesen reagálni, de törekedjünk rá, hogy megértőek legyünk és tisztelettel beszéljünk másokról, hiszen ez vezet a jó megoldás felé.

Szükséges az empátia

Gyakran előfordul sajnos, hogy maguk az érintett szülők sem szeretnék, ha gyermekük megkapná a Pedagógiai Szakszolgálat által kiállított diagnózist, mert attól tartanak, ez megbélyegezné őt. Ráadásul sokan azt hiszik, ha gyermekük SNI-s, az őket minősíti, ők csináltak valamit rosszul. Pedig ez nem így van! Ugyanakkor nagyon fontos lenne, hogy az eltérő nevelési igényű gyerekek kapjanak írásos szakvéleményt, mert ennek hiányában nem részesülhetnek megfelelő ellátásban, és ez a későbbiekben sokkal súlyosabb problémákhoz vezethet. Másfelől nézve: minél kisebb korban kezdődik meg a fejlesztés, annál könnyebb lesz később a beilleszkedés és a tanulás is.

Ha egy gyerek tanulási nehézségekkel küzd, akkor nagyon sok rárakódó probléma jelentkezhet, leginkább abban az esetben, ha nem kapja meg a megfelelő ellátást. Gyakori eset a szorongás, ami azért alakul ki, mert a gyermek azt érzi, nem tud úgy teljesíteni a feladatokban, mint a többiek. Amikor valaki nem érti meg a saját viselkedését, a vele történő eseményeket, az könnyen beilleszkedési nehézségekhez vezethet, és az agresszív viselkedés is megjelenhet, hiszen az érintett gyerekek sokszor dühösek magukra, a világra, mikor felismerik, hogy ők „másmilyenek” – emiatt frusztrációjuk mások vagy önmaguk ellen fordulhat.





Minden gyerek különböző hátizsákkal érkezik az óvodába, fontos figyelnünk arra, hogy empátiával forduljunk feléjük, ezáltal mindegyikük biztonságban érezhesse magát, kapcsolódni tudjon és érzelmei megértésre találjanak. Mindegyikükben ott van a lehetőség, hogy csodás dolgokat vigyenek véghez és a társadalom boldog tagjai lehessenek. Felelős felnőttként rengeteget számítanak a szavaink és a tetteink. Tegyünk minden érintett és nem érintett gyerek hátizsákjába egy kicsi támogatást, törődést és szeretetet, és máris könnyebbnek érződik a cipelés a mindennapokban.

László Andrea
okleveles pszichológus, sport-szakpszichológus,
a Hintalovon Alapítvány NEMECSEK
Programjának szakmai munkatársa

KÜLSŐS SZAKÉRTŐ SZERVEZETEK

- **KézenFogva Alapítvány**
- **EGY SIMA EGY FORDÍTOTT Egyesület az Inklúzióért**
- **Autisták Országos Szövetsége**
- **Együtt az Autistákért Alapítvány**



A munkálatok várhatóan 2027 május végéig tartanak

A faállomány megőrzése elsődleges cél

Megkezdődik a Gőtés-tó környezetének rendezése, jelentette be a Főpolgármesteri Hivatal szeptember közepén. A közlemény szerint már idén ősszel nekifognak a faápolási, favédelmi munkáknak, a cserjeirtásnak és más, kertészeti előkészítő munkáknak, valamint megkezdik a medertisztítást is, télen pedig a vízrendezési munkákra kerül sor.

A faállomány megőrzése elsődleges cél, ám a jellemzően puhafás állomány sajnos igencsak leromlott állapotú, áll a Tájépítészeti Osztály tájékoztatásában. A beavatkozások mértékéről a felmérés után kapnak csak teljes képet a szakemberek. 2027 tavaszán aztán a FŐKERT folytatja a kertészeti és növénytelepítési munkákat, kijelöli az ösvényeket, elvégzi a szükséges kaszálást, és kihelyezi a parki berendezéseket.

A faállomány rendbehozatala és a különleges természeti, ökológiai környezet megőrzése mellett a pihenésre és kikapcsolódásra alkalmas tereket alakítanak ki, amelyek igazodnak a lakosság igényeihez is. Lesznek olyan kiteresedések, amelyeket intenzívebben fognak kaszálni, de lesznek olyan természetközeli gyepterületek is, ahol a vadvirágok kaphatnak teret, ezeken csak évi egy-két alkalommal kerül sor majd kaszálásra. A természetes anyagok használata és az ökologikus szemléletmód fogja jellemezni az új parki berendezéseket: fa hulladékgyűjtőket helyeznek ki, és a balesetveszély miatt kivágott fák törzseiből készülnek majd padok.

Az értékes természeti környezet megóvása érdekében a Honvéd utca felőli felső tó környéke nem lesz látogatható. A kutyás látogatóknak lesz lehetőségük szabad, póráz nélküli futtatásra az ELMŰ területének közelében, pórázon pedig az egész parkban lehet majd kutyát sétáltatni. „A cél a különleges természeti környezet megőrzése mellett egy pihenésre és kikapcsolódásra alkalmas, természetközeli park kialakítása.”

Ahogy az Óbuda újságban is többször összefoglaltuk, a Gőtés-tó környékére sokan járnak megpihenni, élvezni a természet adta kincsek szépségét. A környék az 1930-as években egészen Csillaghegyig kiterjedő, beépítés nélküli vizenyős rét volt, melynek északnyugati sarkában kis rétegforrás fakadt: Békás-forrás vagy Róka-forrás néven is említették a régebbi térképek. Az eredeti nagy vizenyős rét ugyan mára csaknem eltűnt, a Békásmegyer területén található tó körül mégis sok védett állat található, a megmentéséért 1987 óta folyik a küzdelem.

A fővárosi közösségi költségvetés 2022/2023-as időszak egyik nyertes ötleteként majdnem 1200 szavazatot gyűjtött, ezzel pedig részesülhetett a közel 400 millió forintból, amit a 12 pályázat között osztottak szét. A helyszíni fórumon és online is véleményezhető koncepciótervek után 2025 végén elkészült a terület rendezésének kiviteli terve is.

Arra a kérdésre, hogy miért tartott évekig, hogy elkezdődjenek a látványos munkálatok, Bardóczi Sándor főtájépítész azt írta, hogy emögött a demokrácia és a közpénzekkel való szigorú gazdálkodás elvei, az elszámoltathatóság komolyan vétele húzódnak. „Olyan értékek, amik számunkra a minimumot jelentik.” A munkálatok várhatóan 2027. május végéig tartanak. A felújítás során az esetleges kellemetlenségek miatt mindenki szíves megértését és türelmét kérik.

aradi

A kerület hányattatott sorsú kincse

A Mocsáros egyike annak a három kiemelt budapesti területnek, ahol a főváros természetvédelmi és élőhely-rekonstrukciós munkát végez

A Budapesti Közművek Nonprofit Zrt. és az Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesület szervezésében élőhelytakarítási akciót szerveztek a Mocsárosban szeptember 20-án, vasárnap. A területen nagy mennyiségű hulladék halmozódott fel, amelynek eltávolítása kiemelten fontos a terület természetes állapotának helyreállításához.



fotók: Budapest Városháza

A főváros még 2024-ben 1,4 milliárd forint támogatást nyert el a LIFE pályázatán természet és biológiai sokféleség kategóriában. A Mocsáros egyike annak a három kiemelt budapesti területnek, ahol a program támogatásával természetvédelmi és élőhely-rekonstrukciós munkát végez. Ahogy a hivatal is megjegyzi, a város korábban még soha nem nyert el ennyi támogatást kifejezetten zöld célokra. A program célja többek között a gyepterületek helyreállítása, a hagyományos földhasználati módszerek elősegítése, a víz visszatartása és a városi biodiverzitás növelése.

A Mocsáros egy körülbelül 85 hektáros kiterjedésű, kaszálókból, legelőkből és kisebb facsoportokból álló, döntően nyílt terület, amely a budai oldal legnagyobb alföldi jellegű, víz hatására létrejött síkvidéki élőhelye. A terület egykor, ahogy neve is mutatja, mocsár, a Duna ártere volt, az itt élők sokáig állandó küzdelemben voltak a Dunával, manapság pedig a közelben lévő hegyek csapadékvizei, magas vízállásnál a Duna visszaduzzasztó hatása, valamint a közeli karsztvízforrások táplálják a dűlő talajvizét. A területen sok védett növény- és állatfaj figyelhető meg, köztük egy védett szöcske, ami kiemelt jelentőséggel bír.

A Mocsáros legkevésbé értékesnek látszó, a lakótelepek, utak és családi házak tőszomszédságában lévő legelői a magyar tarsza jelentős populációjának adnak menedéket. A magyar tarsza egy lassú mozgású, röpképtelen fürgeszöcske, amely a világon csak itt fordul elő, de a tájhasználati változások miatt nálunk is már csak kevés található belőle.

A takarításra több mint száz önkéntes jelentkezett.





A meghirdetett időpont előtt még csak néhányan lézengtek a Gladiátor utcai játszótér körül, reggel 9-kor viszont már akkora embertömeg hömpölygött, hogy még a szervezőket is meglepte. Ahogy az eligazításkor elmondták, ezúttal az illegális területfoglalások nyomait kell eltakarítani. A feladatok között szerepelt egy hajléktalanszállás maradványainak fölrakodása egy kisteherautóra, egy kukásautó megpakolása, és az illegális állattartó egykori birtokának rendbetétele. A FŐKERT munkatársa elmondta, hogy bár nagyon sokan eljöttek, és valószínűleg sokat is fognak haladni, a terület kitakarítása még ilyen létszám mellett úgy is évekig tartana, ha minden nap dolgoznának.

A takarításon a környékbeli lakosokon kívül megjelent az Óbudai Árpád Gimnázium közel 30 diákja is. Mint a csoportot vezető egyik tanár elmondta, ők minden évben jelentkeznek szemétszedésre, a diákoknak ez már fontos ügyük. Emellett is számos más, környezetvédelmi programba szeretnek bekapcsolódni, februárban például rákokat gyűjtöttek a békásmegyeri Barát-patakban, a vörös mocsárrák ugyanis invazív faj. Mint Zsuzsanna, biológia-földrajz szakos tanár az Óbuda újságnak hozzátette, a Mocsáros a kerület hányattatott sorsú kincse, aminek szerencsére az utóbbi években kezd jobbra fordulni a sorsa.

aradi

ÉLETRE KELT











T AZ ARÉNA!







Több mint másfélezer év telt el, míg a Kolosy térről induló menet a Nagyszombat utcához ért, az idő ráadásul visszafelé forgott: mire helytartó, a légionáriusok, a polgárok és a barbárok kavalkádja bevonult a katonavárosi amfiteátrumba, a madárjóslással egybekötött szertartás már az ókorba repítette a negyedik alkalommal megrendezett AmfiFeszt közönségét. A szeptember 12-13-i hétvégén egymásnak feszültek a római és a barbár csapatok, germán harci beavatások zajlottak, a kvádok és a szarmaták pedig szövetséget kötöttek egymással. Persze most is a gladiátorok voltak az aréna szupersztárjai, de a rendezvény idén sem csak a harc jegyében telt: színházi programok, kézműves foglalkozások, mestermutatók, szakavatott régészeti előadások, mítoszmesélés, madarász bemutató, rabszolgavásár, tűzzsonglőrök, óriás bábok és hamisítatlan vásári forgatag színesítette a kínálatot. Az Esernyős Óbudai Kulturális és Sport Nonprofit Kft. rendezvénye az Óbudai Nyár programsorozat részeként valósult meg. Zene, mutatványosok, gasztronómia: minden adott volt, hogy kicsik és nagyok 2026-ban is újrajátsszák az antikvitást.





fotók: Szilágyi Nóra

Újabb fázisába lépett az Óbuda-Békásmegyer kezdeményezte Limes Világörökség-projekt

Limes-projekt: Több mint ötven önkormányzat csatlakozott



Ahogy arról korábbi lapszámunkban tudósítottunk,, június közepén sajtótájékoztatón jelentette be dr. Kiss László, Óbuda-Békásmegyer polgármestere, hogy a harmadik kerület katalizátora annak, hogy Magyarország kormánya ismét megpályázza az ókori limes Duna-menti vonalának és a Hadrianus-palotának Világörökségi státuszát, amely már több alkalommal meghiúsult. Szeptember 11-én nagyszabású konferencián értesülhettünk arról, hogy ez sikerült, amikor is az országos együttműködés kezdeményező találkozójának Óbuda adott otthont.

Szeptember 11-én pénteken délelőtt Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat kezdeményezésére 54 Duna menti város vezetése és szakértői jelentek meg az együttműködést kezdeményező találkozón, melyen a résztvevők megismerkedhettek a csatlakozás előzményével, jelentőségével és a csatlakozás feltételeivel. A rendezvényen az érintett önkormányzatok választott vezetői, kulturális örökségvédelmi szakemberek, muzeológusok, kutatók, a Főváros szakemberei, az ICOMOS vezetősége, valamint meghatározó döntéshozók vettek részt.

Felütés és záróhang

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat, mint kezdeményező nevében dr. Kiss László polgármester köszönetét fejezte ki a projektben résztvevő szakembereknek az eddig végzett önzetlen munkájukért, és üdvözölte, hogy az alkotó energia újjáéledhet. „A világörökségi cím hosszú távú felelősségvállalást is kíván az adott örökségi értékek, természeti és építészeti értékek megőrzése iránt, ez a hozzáállás 1000%-ig megvan” – fejtette ki a polgármester. A zárszó is őt illette meg, amikor megerősítette: Óbuda-Békásmegyer a motorja kíván lenni a hazai limes-szakasz önkormányzatai közötti együttműködésnek, amihez minden szükséges forrást biztosít. Egyoldalú vállalása oka, hogy az idő értékes kincs, amit nem szabad eltékozolni, ezért arra kérte a kormányt, kellő súllyal álljon a projekt mellé.

Szakmai előadások

Láng Orsolya Phd, régész, a BTM Aquincumi Múzeum főmuzeológus előadásából a résztvevők megismerhették a Ripa Pannonica egyetemes értékét, a megőrzésével kapcsolatos budapesti feladatokat. Pannónia történelmét felidézve kitért rá, hogy a Római Birodalom előretolt helyőrségeként az aquincumi katonák tartóztatták fel minden irányból a barbár törzsek támadásait. A rómaiak rendkívül fejlett városi kultúrát hagytak örökül, mely máig hatással van Óbuda életére, az utcahálózatra és a városszerkezetre egyaránt.

Visy Zsolt, a Pécsi Tudományegyetem régészprofesszor emeritusa, korábbi miniszteri biztos a hazai régészetet méltatva szólt a világörökség szakmai hátteréről, a jelölési folyamatról. Mint kiemelte: a limes feltárásán több mint száz éven át dolgoztak hazai régészek, s olyan munkát végeztek, melyre nemzetközi szinten és méltán büszkék lehetünk. Visy Zsolt kitért a a világörökségi pályázat sorsának sajnálatos előéletére, amikor 2018-ban, noha Magyarország pályázata pozitív értékeléseket kapott a világörökségi bizottságtól, a magyar kormányzat úgy döntött, épp a legjobban feltárt, legértékesebb helyszínt, a Hajógyári-sziget golfpályája alatt húzódó helytartói palotát veszi ki az anyagból. Hozzátette, hogy tudomása szerint a jelenlegi kormány pozitív a limes-pályázat benyújtását illetően.

Végezetül Hirschberg Attila, a Magyar Limes Szövetség elnöke beszélt a világörökségi címben rejlő turisztikai–gazdasági lehetőségekről. Elmondta, hogy Magyarország az előző pályázat visszavonásával komoly lehetőséget mulasztott el, amely Budapestet és a vidéket is kiugró fejlődési pályára állíthatta volna, és hangsúlyozta: az önkormányzatoknak nem kerül semmibe a projekthez való csatlakozás, hiszen a nevezés és az egyéb felmerülő költségek az államot terhelik.

Lehetőség az együttműködésre

A rendezvény végén a jelenlévők, az érintett települések képviselői aláírásukkal is szentesítették a szándéknyilatkozatot, hogy elkötelezettségüket jelezzék a világörökségi projekt támogatása iránt. Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat kezdeményezése fontos állomása lehet annak a folyamatnak, amelynek eredményeként a Ripa Pannonica a közeljövőben – egy-két éves átfutással –, az UNESCO Világörökség Listájára történő felterjesztés egyik esélyes jelöltjévé válhat. Az Önkormányzat célja, hogy a konferenciát követően is folytatódjon a szakmai párbeszéd, és létrejöjjön az a széles körű együttműködés, amely megalapozhatja a nevezési folyamat következő szakaszát.

Obuda.hu/VK

Megáldották a rendbe hozott Csillaghegyi Pléhkrisztust

Teljes fényében ragyog

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat, Óbudai Német Nemzetiségi Önkormányzat és a Braunhaxler Egyesület összefogásának köszönhetően szeptember 14-én újra felavatták és megáldották a Pusztakúti út és az Üröm-hegyi utca sarkán álló sváb vallási jelképet.



A történet előzménye, hogy áprilisban a hagyományosan pléhből, vagyis fémlemezből készült, fakeresztre erősített feszület megsemmisült – az első ijedelmek után, miszerint rongálás következtében, végül is megállapították, hogy az orkán erejű szél volt a hibás. Ez a vallási jelkép az utazókat, a határokat és a földeket védi, megállásra invitálja az arra járókat, egyben emlékeztet a környék német közösségének múltjára is. Az összefogásnak köszönhetően megerősített és teljesen megújult pléhkrisztust 2026. szeptember 14-én avatták fel és áldották meg újra. A szertartást a Budapest-Csillaghegyi Jézus Szíve Plébánia templom katolikus papja végezte el. Az ünnepélyen közreműködött Ötvös Csilla, a Magyar Állami Operaház magánénekese, és dr. Kiss László, Óbuda-Békásmegyer polgármestere köszöntötte a jelenlévőket. Úgy fogalmazott, hogy „az otthonunk attól válik igazán otthonná, hogy ismerjük a történeteit és vigyázunk az értékeire. Kívánom, hogy a megújult Pléhkrisztus még nagyon sokáig vigyázza a csillaghegyiek mindennapjait”!

Jótékonysági koncert a Kobuciban

Közösségi élménnyel az integrációért



2026. szeptember 30-án, 20 órai kezdéssel, a HAT Alapítvány a Kobuci Kerttel együttműködve jótékonysági koncertet szervez átmeneti otthonokban élő családok támogatására. A HAT Alapítvány és Óbuda-Békásmegyer Cigány Nemzetiségi Önkormányzat kiemelt figyelmet fordít a kerületi átmeneti otthonokban élők integrációjára, ami a szociális segítségnyújtás mellett közösségi élmények révén is lehetséges. E törekvés jegyében, hagyományteremtő kezdeményezéssel, most koncertet szerveznek a Mehringer Akusztik és a BALKAN VIP fellépésével.

A HAT Alapítvány elkötelezetten támogatja az anyaotthonban és családok átmeneti otthonában élő anyákat és a családokat, a gyerekek számára pedig életre szóló élményeket biztosít. Egy jegy a résztvevőknek fantasztikus koncertestét, a segítségre szoruló családoknak és gyerekeknek viszont sokkal többet jelent: támogatást az otthonokban élő édesanyáknak és családoknak, felejthetetlen táborokat, közösségi és sportprogramokat, kreatív közös alkotást, életre szóló emlékeket.

Minden megvásárolt jegy hozzájárul ahhoz, hogy az anyaotthonokban élő és hátrányos helyzetű gyerekek táborokban, sportnapokon és közösségi programokon vehessenek részt, mert az alapítvány hitvallása, hogy az élmények életre szóló hatással bírnak. A jegyek elővételben 5000 forintos, a helyszínen 6500 forintos ár on érhetők el. 10.000 forintps támogatói jegy is kapható. A koncert jegyértékesítéséből befolyó összeg a HAT Alapítvány működését támoga

ESERNYŐS Élmény együtt

RUTKAI BORI BANDA

PICIKLIZÉS A PIHITÉREN

2026. SZEPTEMBER 27. | VASÁRNAP

KONCERT **10:00-11:00** | KERÉKPÁROS SÉTA **11:30-14:00**

HELYSZÍN: ESERNYŐS UDVAR



ESERNYŐS Élmény együtt

EGY ASZTALNÁL JÁTSZUNK

TÁRSASJÁTÉKOS ESTE A „MIT JÁTSSZUNK?" VLOG CSAPATÁVAL

2026. OKTÓBER 1. | CSÜTÖRTÖK | 18:00-21:00

HELYSZÍN: SZINDBÁD RENDEZVÉNYTEREM



ESERNYŐS
Élmény együtt

ESERNYŐS **AKADÉMIA**

EGY ÁGYBAN A RÓMAIAKKAL (16)

2026. OKTÓBER 6. | KEDD | 18:00-19:00

HELYSZÍN: SZINDBÁD RENDEZVÉNYTEREM



ESERNYŐS
Élmény együtt

JÁGER BANDI
SOULISTIC

2026. OKTÓBER 9. | PÉNTEK | 18:00-19:00

HELYSZÍN: SZINDBÁD RENDEZVÉNYTEREM



Nosztalgiázzunk együtt!

A Békásmegyeri Közösségi Ház népszerű Nosztalgia bérletének keretében megvalósuló színházi előadások október, november és december egy-egy hétfő délutánján várják az érdeklődőket.

A Nosztalgia bérlet ára 15.000 Ft. Az előadások hétfőnként, 15 órakor kezdődnek. A helyszín pedig a Békásmegyeri Közösségi Ház nagy színházteremmel rendelkező épülete (1039 Budapest, Csobánka tér 5.).

Első előadás: Október 5., 15.00, hétfő

Én, ZsaZsa – monodráma Létay Dóra előadásában

A Spinóza Színház tolmácsolásában megvalósuló monodrámában (rendező Czeizel Gábor) Létay Dóra kelti életre Gábor ZsaZsa legendás alakját, akiről nem biztos, hogy tudjuk, ki volt valójában. Itt és most nemcsak a csillogást ábrázolják, hanem azt is, milyen személyiség volt valójában ez a jelenség a reflektorfény mögött. Mi a titka a sikerének és halálán túl is tartó népszerűségének? A darab egyszerre humoros, őszinte és személyes, vagyis olyan történet, amelyről utána jól esik beszélgetni.







Második előadás: November 9., 15.00, hétfő

Hol van az a nyár? – Kamarás Iván koncertje

Kamarás Iván érkezik Békásmegyerre négytagú zenekarával, hogy az 1920–1960-as évek magyar filmzenéi, Elvis és Sinatra örökzöldjei, a Volare és sok más kedvenc felcsendülhessen swinges, lüktető hangzásban. Kamarás Iván énekel, múltat idéz, közösséget kovácsol, egy kicsit elvarázsol, kiragad a hétköznapokból.

Harmadik Előadás: December 7., 15.00, hétfő

Vedd fel, ha mered! – Teljesen idegenek című film színházi adaptációja

A Pesti Művész Színház tragikomédiája Paolo Genovese Teljesen idegenek című filmjének színházi adaptációja, amely hét barát egyetlen vacsoráján keresztül mutatja meg, milyen titkok lapulnak a telefonok mélyén, és hogyan változik meg minden egyetlen üzenet miatt. A darab lendületes, mai, humoros és elgondolkodtató, vagyis igazi közösségi élmény, amely után jólesik megosztani a saját gondolatainkat is. A rendező Márton András, a szereplők között olyan színészekkel találkozhatunk többek között mint Nyertes Zsuzsa vagy Egyházi Géza. Tehát minden garantált a jó színházi élményhez!



Fesztivállal vár az Aquincumi Múzeum

Barbárok hódítják meg Aquincumot



Barbárok a reflektorfényben: október első hétvégéjén a BTM Aquincumi Múzeumban (Szentendrei út 135.) hagyományőrző bemutatók, kézműves foglalkozások, rendhagyó vezetések és előadások várnak minden érdeklődőt, aki szeretne bepillantani a barbárok sokszínű és izgalmas világába.

Az október 3-4-én a Barbár Napokra kilátogatók hagyományőrző csapatok segítségével ismerkedhetnek meg testközelből kelták, germánok és szkíták mindennapjaival, életével. A rendezvényen tradicionális mesterségek modern művelői tartanak bemutatókat a növényi festéstől a fazekasságon át a nemezelésig. Kézműves foglalkozások során gyermekek készíthetnek saját maguk vagy családjuk, barátaik számára kisebb, barbár-ihletésű emléktárgyakat. A tudományos megközelítést keresőket a múzeum régészei kalauzolják a múlt rejtélyeiben ismeretterjesztő előadások és vezetések segítségével, valamint az intézmény ős- és népvándorlás kori gyűjteményi raktárát bemutató sétán.

Kurátori vezetéssel várja a látogatókat a „Voltunk, mint ti – Arcrekonstrukciók a római korból” című kiállítás, mely tizenhat egykori aquincumi – köztük több „barbár” származású – lakos sorsába enged bepillantást. Szintén kurátori tolmácsolással tekinthetik meg az érdeklődők „A pesti oldal új urai – Szarmaták Aquincum szomszédságában” című tárlatot.

A Barbár Napokon a fiatalokat várja a bátorságpróba, a kincskereső és egyéb játékok garmadája. Idén is megrendezik a nagy népszerűségnek örvendő, a kelta viselet előtt tisztelgő és látogatók számára nyitott kockás ruha versenyt – valamint sok más programelemet.

A belépés III. kerületi állandó lakcímmel rendelkező lakosok számára ingyenes, további részletek a múzeum honlapján olvashatók.

Szésza

Bősze, Bartók, Beethoven

Izgalmas zenetörténeti est a Társaskörben

Mit ír egy zseni, amikor szerelmes? És milyen zene születik abból, amikor kiderül, hogy a szerelem reménytelen? Bősze Ádám zenetörténész Levéláriák címmel tart előadás-sorozatot az Óbudai Társaskörben. Október 1-én Bartók Béla és Ludwig van Beethoven szerelmes levelei és zenéi elevenednek meg.

A zeneirodalom legszebb és legizgalmasabb leveleiről tart előadás-sorozatot Bősze Ádám. Szerelem, öröm, szomorúság, találkozás és búcsú – mindaz, amiből nemcsak az élet, hanem a zene is születik. A leveleket színművészek tolmácsolják, a történetekhez pedig Bősze Ádám humorral és zenével szolgál háttérrel.

Október 1-én először a 26 éves Bartók Béla és a 19 éves Geyer Stefi történetét ismerhetjük meg. A fiatal Bartókot elbűvölte a tehetséges hegedűművésznő, ám mindent elsöprő szerelme viszonzatlan maradt. Érzéseit nemcsak levelei őrzik: a szerelem zenévé változott. Bartók 1907-ben Stefinek kezdte komponálni első hegedűversenyét, amely szinte a lány zenei portréjává vált. A kapcsolat azonban egyre reménytelenebb lett. Amikor Stefi végül szertefoszlatta reményeit, Bartók ezt saját „halálos ítéleteként” élte meg. A hegedűverseny kéziratát mégis elküldte neki. Stefi egész életében megőrizte, de soha nem játszotta nyilvánosan.

Az est második felében egy másik beteljesületlen szerelem következik: Beethoven legendás Levél a halhatatlan kedveshez című írása. Talán a zenetörténet egyik legszebb szerelmes levele – miközben máig



nem tudjuk bizonyosan, ki volt a címzettje. Bartók és Beethoven története arra emlékeztet, hogy a zenetörténet óriásai mögött érző, remélő és csalódó emberek álltak. Ritkán kerülhetünk közelebb a zenéhez, mint amikor megismerjük az érzést, amelyből megszületett. Az est során közreműködik: Nagy Katica és Kovács Máté

Szésza

ÓBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT

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



Október 4. vasárnap 17.00 Sirtos görög táncház

Október 5. hétfő 17.00 Ép testben ép lélek - Tóth Ildikó előadása: A légzés, mint gyógyszer

Október 6. kedd 15.00 Egy diplomata élményei a világ körül: A balti országok helyzete, viharos történelem - fényes jövő (?)

Október 11. vasárnap 11.00 Emil és a detektívek - Körúti Színház
Izgalom, humor, zene! A tökéletes egyveleg, hogy a gyerekek el se akarják szakítani pillantásukat a színpadtól. A Kiskörúti Színiiskola vizsgaelőadása.
Műsoridő: 60 perc, egy részben
Ajánlott korosztály: 6 éves kortól!
Jegyár: 3300 Ft, 3800 Ft

Október 11. vasárnap 19.00 Léna - a szabadság felé : Kiút a bántalmazásból
Dobray Sarolta és Bánki György irodalmi-pszichológiai estje
A pszichiáter-író páros már harmadik éve, töretlen érdeklődés mellett járja az országot, és előadásuk rengeteg embernek segített felismerni a saját, vagy környezete érintettségét a rejtett bántalmazásban. A mostani est már arról az általában rögös és hosszú útról szól, ami a felismerést követheti: a szabadulás és a gyógyulás útjáról. Ez az előadás az Üvegfal folytatásaként megjelent Léna című, regény részleteire épül. Aki érintettként, érintett ismerőseként, vagy akár csak érdeklődőként meghallgatja ezt az előadást, azon kívül, hogy jó eséllyel valódi érzelmi hullámvasúton találja magát, megértheti, miért óriási teljesítmény kilépni egy bántalmazó kapcsolatból, és hogy igenis van fény alagút végén…
Az előadás után Dobray Sarolta megvásárolható könyveit dedikálja.
Műsoridő: 100 perc
Jegyár: 3700 Ft, 4200 Ft

BÉKÁSMEGYERI KÖZÖSSÉGI HÁZ

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



Szeptember 25. péntek 16.00 Színházi kulisszák mögött – Őze Lajos

Október 3. szombat 11.00 Szombati meseszínház – Csipkerózsika - VSG Táncszínház
A Grimm testvérek klasszikus meséje elevenedik meg a látványos zenés-táncos előadásban. Az előadás különlegessége, hogy egyes jelenetek a nézőtéren a közönség bevonásával interaktívan zajlanak. A különleges színpadkép a sok látványos hatáselemmel igazi nagyszínházi élményt ígér.
Táncolják: Annus Beáta, Kiss Zoltán, Vincze Renáta és Vass Sándor Gergely
Rendező - koreográfus: Vass Sándor Gergely
Műsoridő: 52 perc, szünet nélkül. Ajánlott korosztály: 5 éves kortól
Jegyár: 3000 Ft (2 éves kor alatt ingyenes, ha a gyermek ölben ül.)

Október 5. hétfő 15.00 Nosztalgia bérlet: **Én, Zsa zsa**
Spinóza Színház
Nosztalgia bérlet
A bérlet ára: 15000 Ft (3 előadás)
Jegyár: 6000 Ft/előadás

Zsa Zsa szerepében: Létay Dóra Rendezte: Czeizel Gábor, fény-hang design: Vizhányó Kálmán, díszlet: Czeizel Gábor, dramaturg: Fabacsovics Lili, írta: Ann Silberberg és Létay Dóra, producer: Sándor Anna Fotó: Véner Orsolya

Október 9. péntek Aulakiállítás – Észrevétlen csodák
Kovács Máté Benedek természetfotós kiállítása

Október 9. péntek 16.00 Pszichológiai előadás – Hogyan alakítsuk ki a saját stresszkezelési eszköztárunkat?

Szeptember 25. péntek 18.00 Dalok, mesék, álmok - biankahaidu koncert

Szeptember 26. szombat 16.00 A mi Urunk aranybárány!
A Guliba Társulat táncos meseelőadása (A magyar népmese napja)

Október 2. péntek 10.00 Zsebmesék Paár Julcsival

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

Október 2. péntek 18.00 Zeng a lélek zeng a szó - az Óbudai Népzenei Iskola ünnepi koncertje (A zene világnapja)

Október 3. szombat 10.00 Mesés hétvégék – Raktározás és lakmározás

Október 5. hétfő 17.30 Hétfő esti művészetterápiás önismereti műhely



Október 9. péntek 18.00 Miénk a ház - Grecsó Krisztián és Hrutka Róbert zenés irodalmi pódiumestje (Csillaghegyi Szalon)
Zenés irodalmi pódiumest a Csillaghegyi Szalonban
Az ismert író és a népszerű zeneszerző közös estjén a nagyszülők, a család történetei kerülnek elő. Úgy, ahogy régen, társaságban volt szokás: dalban, mesében, adomában mondva el. Zene, irodalom és színház éteri találkozása ez az este. Énekelt versek, a szerzők közös dalai, új Grecsó írások, versek jazz kabátban, és persze remek anekdoták, melyek nem a sublótba valók.
Jegyár: 3200 Ft

Október 10. szombat 10.00 Tiffany workshop

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



Szeptember 25. péntek 19.00 Házastársas

Október 2. péntek 18.00 Lelki fröccs - Limpár Imre

Október 3. szombat 19.00 Falusi Mariann koncert

Október 6. kedd 18.30 Hogyan védd meg kedvencedet?

Október 9. péntek 19.00 ArcMás – Kovács Patrícia
Vendégszeretgetős talk-show
A Vígszínház színésznőjét leginkább a színpadról és a filmvászonról ismerjük. Láthattuk már vígjátékokban, romantikus filmekben, televíziós sorozatokban. Színészi munkája mellett elkötelezett támogatója különböző társadalmi ügyeknek, ilyen például a Suhanj! Alapítvány vagy az állatvédelem. Nagy kutyabarát, jelenleg Terkával, egy komondor keverékkel osztja meg mindennapjait. Szeret úszni, futni, főzni, ugrott már ki repülőből ejtőernyővel, de hogy mi minden van még a bakancslistáján és mi foglalkoztatja az életben, arról Barabás Évi kérdezi.
Jegyár: 3900 Ft

Október 10. szombat 16.00 Boribon költözik

Október 10. szombat 18.30 Hangutazás

ÓBUDAI PLATÁN KÖNYVTÁR

1031 Budapest, Arató Emil tér 1.
(bejárat a Kadosa utcáról)
Tel.: 439-0936 Email: platan@kszki.obuda.hu
www.platankonyvtar.hu



Aura-Soma Workshop - önismeret a színeken keresztül
2026. szept.29., 18.00
Ismerkedj meg a színes Aura-Soma egyensúly üvegekkel, és fedezd fel, hogyan támogathatják a színek az önismereti utadat. A workshop azoknak szól, akik nyitottak a befelé figyelésre, és szeretnének tudatosabban kapcsolódni önmagukhoz.
Regisztráció: rendezveny@platankonyvtar.hu

Országos Könyvtári Napokhoz kapcsolódó programjaink:

Megbocsátás hete - 2026. október 6-tól október 10-ig
2026. 10.06. és 10.10. között elengedjük a késedelmi díjat a kölcsönzési határidőn túl visszahozott dokumentumok után.

Lapozz bele a jókedvbe! - 2026. október 6-tól október 10-ig
Melyik könyv vagy idézet töltött el legutóbb örömmel, derűvel vagy jókedvvel? Oszd meg velünk! - Interaktív könyvajánló felnőtteknek és gyerekeknek az OKN napok alatt.

Mi a te szupererőd?- 2026. október 6-tól október 10-ig
Játssz! Fedezd fel! Inspirálódj! Az OKN napok alatt a Mental Focus kártyajátékaival játékosan fedezheted fel önmagad, erősségeidet és értékeidet, miközben másokat is jobban megismerhetsz.

Platán olvasókör - Elena Ferrante: Nápolyi történetek - 2026. október 6. 16.30
Szereted a könyveket és szívesen megosztanád olvasmányélményeidet? Csatlakozz nyitott olvasókörünkhöz! A program az Országos Könyvtári Napok – Generációk hídja tematikájához kapcsolódik.
Regisztráció: rendezveny@platankonyvtar.hu
A programok ingyenesek.

EZÜSTHEGYI KÖNYVTÁR

1038 Budapest, Ezüsthegy utca 16.
(bejárat a Rózsadomb utca felől)
Tel.: 454-082
Email: platanf@kszki.obuda.hu
www.platankonyvtar.hu/fiokkonyvtar/



Társasjáték klub – 2026. október 2.,17.00
Gyertek el, válogassatok a játékokból és mi segítünk megtanulni a szabályokat.

LeGoZZ! – 2026. október 3. 10.00-12.00
Lépj be a fantázia világába és építs meg bármit LEGO-ból! Ajánlott 5 éves kortól.
Országos Könyvtári Napokhoz kapcsolódó programjaink:

Megbocsátás hete – 2026. október 6-9.
2026. október 6-9. között elengedjük a késedelmi díjat a kölcsönzési határidőn túl visszahozott dokumentumok után.

PAWzitivitás – 2026. október 6-9.
Ismerd meg a macskák, kutyák és medvék vidám, játékos világát! Könyvajánlóval és játékkal várjuk a gyerekeket és felnőtteket az Országos Könyvtári Napok alkalmából.
A helyes megfejtők ingyenes beiratkozási kupont nyerhetnek!

Kata kötőklubja: Tök – 2026. október 7. 17.00
Klubfoglalkozásunkon ajándékokat, kiegészítőket és dekorációkat készítünk. Várjuk a kötés iránt érdeklődő kezdőket és újrakezdőket! Ez alkalommal kötött tököt készítünk.

Háló-zsákba-macska – 2026. október 9. 19.19-20.20
Este a könyvtárban. Hozd magaddal a hálózsákodat és szüleidet egy közös esti mesére! Hogy mit mesélünk? Az legyen zsákbamacska! Hálózsák-bontás 20.20-kor.
A programok ingyenesek.

ÓBUDAI MÚZEUM

1033 Budapest, Fő tér 1.
(bejárat a Szentlélek tér felől)
Tel.: 1/250-102
E-mail: info@obudaimuzeum.hu,
www.obudaimuzeum.hu,
https://www.facebook.com/obudai.muzeum
Nyitvatartás: kedd-vasárnap: 10.00-18.00



IDŐSZAKI KIÁLLÍTÁS:
2025. június 20. – 2027. április 30.
Egy gyár anatómiája. Az óbudai hajógyárunk története

PROGRAM:
2026. október 3., szombat 10:30 – 12:30
Szélesvásznú Óbuda - mesélő filmkockák – tematikus városi séta a Múzeumok Őszi Fesztiválja keretében
Az Óbudai Múzeum új sétája során a résztvevők megismerhetik azokat a belső-óbudai helyszíneket, ahol filmjeleneteket forgattak. A sétán közel 30 Óbudán forgatott filmről esik szó. A program során a forgatási helyszínek felkeresése mellett megismerhetik a filmek történeteit, különböző anekdotákat, az óbudai mozik és színészek történetét, valamint filmkészítési kulisszatitkokat.
Részletek és jelentkezés a múzeum honlapján és Facebook oldalán.

GOLDBERGER TEXTILIPARI GYŰJTEMÉNY

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



IDŐSZAKI KIÁLLÍTÁS:
2026. október 2 - 29.
Térhatások – Hegedűs Andrea textiltervező művész önálló kiállítása
A 2025-ös Év textiltervezője Őri-Kiss Botond zeneszerző-zongoristával közösen készülő, új kiállításának fény-, hang- és üvegtextil térinstallációi azt vizsgálják, hogyan hatnak érzékeinkre a különböző elemek.
VÁNDORKIÁLLÍTÁS:
2026. szeptember 22. – december 31.
Botanica Tinctoria - A növényi festés helye a kortárs textil színezésben és mintázásban.
Vándorkiállításunk következő helyszíne a pápai Kékfestő Múzeum (8500 Pápa, Március 15. tér 12.).
PROGRAMOK:
2026. október 1., csütörtök 18:00 óra
Térhatások – Hegedűs Andrea kiállításának megnyitója
Megnyitó beszédet mond: Molnár Szilvia művészeti közíró, közreműködik: Őri-Kiss Botond.
2026. október 3., szombat
„MúzeumSzombat" – ingyenes tárlatvezetés a Térhatások című új, időszaki kiállításban
Részletek a múzeum honlapján és Facebook oldalán.

ÓBUDAI TÁRSASKÖR

1036 Budapest, Kiskorona utca 7.
Tel: 250-0288
E-mail: info@obudaitarsaskor.hu
Jegypénztár:
informacio@obudaitarsaskor.hu
www.obudaitarsaskor.hu



2026. szeptember 25., 19:00
Maros András: Rugós katica – Apukák a játszótéren
Km: Hajduk Károly, Katona László
2026. szeptember 30., 19:00
ROLLA JÁNOS EMLÉKKONCERT
2026. október 1., 19:00
LEVÉLÁRIÁK – A ZENETÖRTÉNET LEGSZEBB LEVELEI
Km. Bősze Ádám, Nagy Katica és Kovács Máté
2026. október 2., 19:00
30 éves a Gitármuzsika Óbudán!
Km: DuoCorde, Nagy Tamás, Pavlovits Dávid
2026. október 3., 19:00
Louis Armstrong és a jazz aranykora
A Budapest Ragtime Band koncertje
2026. október 7., 19:00
Zenélni tilos! – Fáy Miklós sorozata – Vendég: Pintér Béla

BTM AQUINCUMI MÚZEUM ÉS RÉGÉSZETI PARK

1031 Budapest, Szentendrei út 135.
+36-20-331-1299
aquincum@aquincum.hu
www.aquincum.hu

AntikCafé - X.1., 14.00-15.00
Dr. Vass Lóránt régész kurátori vezetése során tekinthetik meg a résztvevők a „Voltunk, mint ti. Arcrekonstrukciók a római korból" c. kiállítást. Regisztráció a múzeum honlapján.
Barbár Napok - X.3-4.
Hagyományőrző bemutatók, kézműves foglalkozások, rendhagyó vezetések és előadások várnak minden érdeklődőt, aki szeretne bepillantást nyerni a barbárok izgalmas világába.
Római kori séták - X.15., 14.00-15.30
Milbich Tamás régész tart vezetést „A római hadsereg nyomában Óbudán" címmel. A részvétel regisztrációhoz (X.14., 10.00-ig: regisztracio@aquincum.hu) és 2 éves kor felett sétajegy (3.090 Ft/fő) váltásához kötött.
IDŐSZAKI KIÁLLÍTÁSOK
Voltunk, mint ti. Arcrekonstrukciók a római korból - X.31-ig
Az utolsó szállítmány… Késő antik hajóroncs Piruziból és Aquincum kereskedelmi kapcsolatai - X.20-ig
Történetek a római latrinák mélyéről - X.31-ig
A pesti oldal új urai – Szarmaták Aquincum szomszédságában - XII.31-ig



HIRDETÉSEK

Duguláselhárítás, kamerás csatornavizsgálat! Mosogató, kád, wc, eldugult? Csaptelep, wc-tartály, szifon cserére van szüksége? Hívjon most! 06-70/856-7150, www.avizszaki.hu

Villanyszerelés azonnal! Hibaelhárítástól a teljes felújításig. Petrás József villanyszerelő mester. 0620/934-4664, 1/246-9021

Festést, burkolást, kőműves munkát vállalok. Nyugdíjasoknak kedvezménnyel, bútormozgatással takarítással. Tel: 0630/422-1739

Környékbeli villanyszerelő korrekt áron, rövid határidővel vállalja elektromos hálózatok felújítását, háztartási gépek bekötését, lámpák, kapcsolók, konnektorok felszerelését, biztosítéktáblák korszerűsítését. 06-20/423-9923

Redőny, reluxa, szúnyogháló stb. szerelése, javítása garanciával! Kerületi redőnyös. 06 70 341 9489

Redőnyszerelés, javítás, gurtnicsere, szalagfüggöny, szúnyogháló, harmonikaajtó. Nagy Sándor, 06-20/321-0601

Idősek anyagi támogatására ingatlant vásárolnék élethosszig tartó lakhatás fenntartása mellett. Életjáradék fizetésével vagy egyösszegű megváltással, haszonélvezet alapításával. Ügyvédi közreműködéssel, mindkét Fél biztonságáért, megbízhatóan, tisztelettel. +36 30 444 1718

Fürdőszobák felújítása, átalakítása! Csempeburkolás, kőművesmunkák, vízszerelés, villanyszerelés! Anyagbeszerzéssel, garanciával! 0620/961-6153

Nerc, róka mindenfajta szőrmebundát vásárlok, teljes ruhanemű hagyatékot, kiegészítőket, ékszereket. 0620/229-0986

Autóját megvásárolnám készpénzfizetéssel! Akár sérült, lejárt műszakival, adásvételivel. 06-20/496-3155 teofil.21@icloud.com

Tetőépítő! Régi hajlott tetők javítása, cseréje, beázás elhárítás, bádogozás, Lindab tető, új tető cserepezése, kisebb javítások, SOS munkák: 0630/4558-962, 0620/7730-499

Fogtechnika vállal: fogsorjavítást, kapocs pótlást: 5000 Ft, alábélelést: 20.000 Ft, új fogsor készítést: 65.000Ft, Árpád-hídnál. 0620/927-6967

Óbudai általános iskolába keresünk 4 órában, délutános takarító kolléganőket. Bérezés megegyezés szerint. Érdeklődni: 06-20-980-5616 számon lehet.

SZOBAFESTÉS -MÁZOLÁS -TAPÉTÁZÁS bútormozgatással. Parkettacsiszolás, aljzatkiegyenlítés, PVC, szőnyegpadló lerakás. Minőségi precíz, mérsékelt árakon. (Alapítva: 1998) Csapó György. 06-70-6355-777, 06-1/229-5694, festesma.iwk.hu

GYÓGYPEDIKŰR

Benőtt köröm és tyúkszem szakszerű kezelése, lábápolás. Házhoz megyek Óbudán. Tel.: 06-70/580-2923

LAKÁS-FELÚJÍTÁS!

Szobafestés, mázolás, parkettázás, csempézés, vízszerelés, villanyszerelés, kőműves, és kisebb munkákat is vállalok - garanciával.
HALÁSZ TIBOR
generálkivitelező
06 1 202 2505
06 30 251 3800

Várja az Esernyős!

Sok szeretettel várja az Esernyős Kávézó kávékülönlegességekkel, süteményekkel, minden nap friss, házias ételekkel. Az ételeket előrendeléssel igényelhetik.
Menünk megtalálható a www.facebook.com/esernyos weboldalon.
Telefon: +36 30 883 1953.

ÁLLÁSAJÁNLAT

GYÓGYTORNÁSZT KERESÜNK NAPI 8 ÓRÁS MUNKARENDBE

OTTHONI SZAKÁPOLÁSI SZOLGÁLATUNKBA KERESSÜK MUNKATÁRSUNKAT HATÁROZOTT IDŐRE



AMIT KÍNÁLUNK

- Elhivatott és összetartó csapat, ahol számít a munkád,
- Havi BKK bérlet,
- Alapbéren felül: szociális ágazati pótlék + kiegészítő szociális pótlék és egyéb önkormányzati juttatások.

SZÜKSÉGES VÉGZETTSÉG

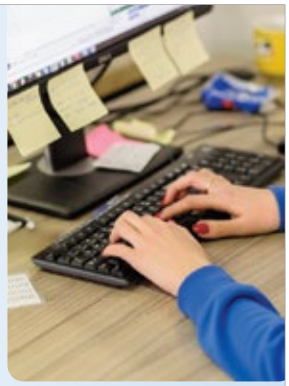
Felsőfokú gyógytornász végzettség.

Jelentkezés önéletrajzzal: teri.viktoria@oszszi.hu

Óbudai Szociális Szolgáltató Intézmény
1036 Budapest, Kiskorona u. 3.
+36 1 250 1552

ÁLLÁSAJÁNLAT

IRODAI ADMINISZTRÁTOR MUNKATÁRSAT KERESÜNK HATÁROZOTT IDŐRE



FŐBB FELADATOK

Otthoni Szakápolási Szolgálat szakmai adminisztrációjának lebonyolítása. Orvosokkal való kapcsolattartás. ISO dokumentumok vezetése. NEAK jelentések leadása. Szakápoló és gyógytornász kollégák munkájának adminisztrációs segítése. Hóvégi zárások és hóközi jelentések elkészítése. Telefonok fogadása.

SZÜKSÉGES VÉGZETTSÉG

Középfokú egészségügyi, vagy szociális gondozó, ápoló végzettség.

Előny:
- Egészségügyi végzettség
- Egészségügyi adminisztrációban szerzett tapasztalat
- ISO ismeret

Jelentkezés önéletrajzzal: teri.viktoria@oszszi.hu

Óbudai Szociális Szolgáltató Intézmény
1036 Budapest, Kiskorona u. 3.
+36 1 250 1552

ÁLLÁSAJÁNLAT

GONDOZÓ-ÁPOLÓT KERESÜNK NYUGDÍJASHÁZBA 12 ÓRÁS MUNKARENDBE

MUNKAVÉGZÉS HELYE:
Őszike Idősek Klubja



AMIT KÍNÁLUNK

- elhivatott és összetartó csapat, ahol számít a munkád,
- biztos, hosszú távú munkahely egy barátságos közösségben,
- színvonalas munkakörnyezet,
- alapbéren felüli : szociális ágazati pótlék + önkormányzati juttatások,
- munkaruha-juttatás.

AMIT VÁRUNK

- szociális gondozó-ápoló vagy egészségügyi végzettség,
- empátia és elhivatottság a ránk bízott idősek iránt.

Jelentkezés önéletrajzzal: teri.viktoria@oszszi.hu

Óbudai Szociális Szolgáltató Intézmény
1036 Budapest, Kiskorona u. 3.
+36 1 250 1552





Alzheimer Café Óbudán

A DEMENCIA ÚTVESZTŐJÉBEN

MIKÉNT SEGÍTHET A TÁRSADALOM ÉS A SZOCIÁLIS ELLÁTÓRENDSZER A DEMENCIÁVAL ÉRINTETTEKNEK

Előadó:

Németh Zoltán

a Soproni Szociális Intézmény vezetője

2026. SZEPTEMBER 29.
KEDD, 16:30

Helyszín:

Óbudai Szociális Szolgáltató Intézmény
1036 Budapest, Kiskorona u. 3.

A rendezvény fővédnöke:
dr. Kiss László
polgármester

A rendezvény háziasszonya:
Haskóné Alker Annamária
intézményvezető

OTTHONUNK ÓBUDA BÉKÁSMEGYER

Részvételi szándékát kérjük jelezni szíveskedjen!
kiskoronaprogram@gmail.com vagy **06 1 250 1552**

ÁLLÁSAJÁNLAT

KONYHAI MUNKATÁRSAT KERESÜNK HATÁROZOTT IDŐRE



FŐBB FELADATOK

Étkeztetés lebonyolítása, ételek átvétele, tálalása, felszolgálása. Terítés, mosogatás, az étkező rendben tartása. A klub helyiségeinek takarítása, textíliák kezelése. Étkeztetéssel kapcsolatos adminisztráció. Részvétel a klub programjainak és rendezvényeinek előkészítésében.

AMIT KÍNÁLUNK

- Kellemes munkakörnyezet
- Összetartó, támogató csapat.
- Stabil intézményi háttér.

SZÜKSÉGES VÉGZETTSÉG

Feladat ellátásához szükséges minimum végzettség.

MUNKAVÉGZÉS HELYE: Őszike Idősek Klubja

Jelentkezés önéletrajzzal: teri.viktoria@oszszi.hu

Óbudai Szociális Szolgáltató Intézmény
1036 Budapest, Kiskorona u. 3.
+36 1 250 1552

EBÖSSZEÍRÁS 2026

TISZTELT ÓBUDAI LAKOSOK, EBTARTÓK!

Az állatok védelméről és kíméletéről szóló 1998. évi XXVIII. törvény (Átv.) 42/B.§ (1) bekezdése alapján „a tartás helye szerint illetékes települési, fővárosban a kerületi önkormányzat, illetve a fővárosi önkormányzat által közvetlenül igazgatott terület tekintetében a fővárosi önkormányzat ebrendészeti feladatainak elvégzése érdekében, illetve a veszettség elleni oltás járványvédelmi vonatkozásaira való tekintettel három évente legalább egy alkalommal ebösszeírást végez."

Önkormányzatunk legutóbb 2023. évben végzett ebösszeírást a kerületben.

Az ismételt adatgyűjtés és a meglévő adatbázis frissítése nagymértékben elősegíti a kóborló ebek tulajdonosainak gyorsabb és könnyebb beazonosíthatóságát, és az esetleges zoonózisok (állatról-emberre terjedő) betegségek elleni hatékony védekezést.

A jelenlegi ebösszeírás időtartama: 2026. szeptember 14. - 2026. október 31. között, önbevallásos adatszolgáltatás módszerével történik.

A kerületre vonatkozó ebösszeíró adatlapot az állat/állatok érvényes oltási könyvének/ állategészségügyi könyvének adatai alapján kell kitölteni. Fontos, hogy minden egyes kutyáról külön adatlapot kell kitölteni, az előző összeírás óta sajnálatos módon elvesztett állatokról is, melyet aláírva kell visszajuttatni a hivatalhoz.

Az adatlap megtalálható:

- elektronikus formában a kerület honlapján (www.obuda.hu),
- önkormányzati óvodákban, bölcsődéskben
- Óbuda-Békásmegyer Közterület-felügyeletének portáján (1033 Budapest, Mozaik u.7.),
- az Ügyfélkapcsolati Osztály irodájában (1033 Budapest, Harrer P. u. 2.),
- az Óbudai Kulturális Központ intézményeiben,
- az Óbudai Múzeumban (1033 Budapest, Fő tér 1.),
- az Esernyős helyiségében (1033 Budapest, Fő tér 2.),
- a közreműködő állatorvosi rendelőkben.

Az ebenként kitöltött és aláírt adatlapokat az alábbi módon lehet eljuttatni a Polgármesteri Hivatalhoz:

- postai úton (Budapest Főváros III. kerület Óbuda-Békásmegyeri Polgármesteri Hivatal 1033 Budapest, Fő tér 3.) Igazgatási Főosztály „ebösszeírás" jelzéssel;
- személyesen leadva (Ügyfélkapcsolati Osztály 1033 Budapest, Harrer Pál u. 2.), itt az átvételről elismervény is kérhető;
- elektronikus úton szkennelést követően az ebosszeiras@obuda.hu e-mail címre megküldve;
- hivatali kapun (KRID azonosító: 506036967) beküldve.

Az ebtartók az összeírást követően is kötelesek az adatváltozásokat (elhullás, szaporulat, tulajdonosváltás, tartási hely változás) írásban bejelenteni a Polgármesteri Hivatal részére.

Az adatszolgáltatás teljesítése előtt az ebtartók/tulajdonsok kérjük ellenőrizzék az állat/állatok utolsó veszettség elleni kötelező oltásának időpontját, és amennyiben az egy éven túl történt, kérjük az oltást haladéktalanul pótolják!

Az adatszolgáltatás KÖTELEZŐ, a korábbi adatgyűjtések során bejelentett ebeket a

2026. évben ismételten be kell jelenteni!

A Magyar Állatorvosi Kamara adatbázisának működtetését eltérő jogszabály írja elő, ezért a kutya adatainak PetVetData rendszerben történő nyilvántartása és rögzíttetése nem felel meg jelen adatszolgáltatási kötelezettség teljesítésének.

Azok az állattartók, akik nem tesznek eleget az Önkormányzat részére történő adatszolgáltatási kötelezettségüknek, állatvédelmi bírsággal sújthatók a hivatkozott törvény 43.§ (1) bekezdése alapján. A bírságot az állatvédelmi hatóság szabja ki az állatvédelmi bírságról szóló

244/1998. (XII. 31.) Korm. rendeletben foglaltak szerint.

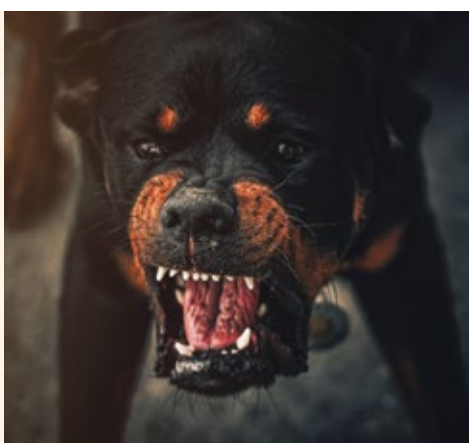
Tisztelettel kérünk minden ebtartót/tulajdonost, hogy tegyenek eleget törvényi kötelezettségüknek, és segítsék munkánkat a kért információk megadásával, az adatkérő lap kitöltésével, és határidőn belül a hivatal részére történő megküldésével.

Budapest Főváros III. Kerület,
Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat



Mit teszel, ha megtámadják a kutyádat?

Lebilincselő, őszinte, olykor meghökkentő előadással várják az érdeklődőket október 6-án 18:30-tól a 3K-ban. Angyal Zsolt kutyakiképző nem finomkodik, amikor arra szeretne tanítani, hogy hogyan védheted meg a kutyád életét. Bármelyikünk kerülhet olyan szituációba sajnos, hogy egy póráz nélküli "nem bánt kutya" odaront és nekimegy a szabályosan, pórázon vezetett kedvencednek. Ez az előadás arra tanít meg, hogy mi az, amit ilyenkor tenned kell, és mi az, amit még véletlenül se cselekedj, mert árthatsz vele. Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat támogatásával és a 3K kutyabarát hozzáállásának köszönhetően baráti árakon válthatók jegyek az eseményre a jegy.hu oldalon. Minden érdeklődőt szeretettel várnak a szervezők.



A védőfalra lehet majd szabadon graffitizni is

Elkészült a skatepark

Szeptember 30-án átadják a Csobánka téri Békási Sziti Skateparkot. „Mi már nagyon várjuk! Reméljük, hogy ti is!” – írta a Óbuda-Békásmegyer Városfejlesztő Nonprofit Kft.



Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata sikeresen pályázott a 2025. évi Országos Görpark Programra, amelyet a Miniszterelnökség Aktív Magyarországért felelős államtitkársága a Magyar Országos Görkorcsolya és Gördeszka Szövetség bevonásával írt ki. A program célja, hogy az olimpiai sportággá fejlődött gördeszkázás és a gyorsasági görkorcsolya sportágak számára megfelelő létesítményeket alakítsanak ki a településeken.

Ahogy az önkormányzat is írta, a Csobánka téren található, 555 négyzetméter területű Békás Sziti Skatepark nagyszámú lakost érint, sokan használják a létesítményt, úgyhogy kézenfekvő volt, hogy ezt újítsák fel. A park kedvező fekvésű, hiszen Békásmegyer központjában található, közvetlen közelében oktatási és kulturális intézmények, ráadásul ivóvízvételi lehetőség és mosdó is rendelkezésre állnak. Az önkormányzat a pályázaton 55 millió forintos támogatást nyert, amit további 55 millió forinttal egészített ki.

A vállalkozóval március végén írták alá tervezői és kivitelezői szerződés, úgyhogy még tavasszal megkezdődhetett a munka. A városfejlesztő beszámolója szerint július végén elkészültek a betonozással, azt követően pedig lefestették az acélfelületeket, a pálya körüli oszlopok közé táblákat helyeztek ki, felszerelték a támfalak korlátait, vízelvezető folyókákat alakítottak ki, valamint elkezdték a pálya környezetének rendezését.

A vállalat legfrissebb tájékoztatója szerint az átadást követően egy kisebb beavatkozás keretében még esőkertet hozunk létre a szomszédos területen, de ez nem fogja zavarni a pálya használatát. Mint kiderült, a védőfalra lehet majd szabadon graffitizni is.

aradi

Környezetbarát tasakok a kerületi gazdiknak

Kutyazacsik térítésmentesen

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat Burján Ferenc alpolgármester kezdeményezésére kerületünkben idén ősszel is kutyapiszok-gyűjtő tasak akciót szervez.



A program keretében a III. kerületi állandó lakcímmel rendelkező, 18 éven felüli regisztrált kutyatulajdonosok térítésmentesen juthatnak hozzá lebomló kutyapiszok-tasakhoz. A gazdik az átvételi helyszíneken 2 csomag / 160 darab lebomló zsákot kapnak, amellyel a közterületek tisztaságát és a környezetbarát szemlélet elterjedését egyszerre szeretnék segíteni.

Az akcióra október 5-től lehet regisztrálni a készlet erejéig az obuda.hu/akcio felületen vagy a +3614378501, +3614378537 és a +3614378539 ügyfélszolgálati telefonszámokon, munkaidőben.

A zsákokat átvenni október 19-22. között a választott helyszínen és időpontban, állandó lakcímkártya bemutatásával lehet.

VÁLASZTHATÓ ÁTVÉTELI IDŐPONTOK ÉS HELYSZÍNEK:

2026. október 19. (hétfő) 14:00 – 18:00 Óbuda-Békásmegyer Közterület-felügyelet Pók utcai telephelye (1031 Budapest, Városfal u. 1.)

2026. október 20. (kedd) 14:00 – 18:00 Heltai Jenő tér (piac előtt)

2026. október 21. (szerda) 14:00 – 18:00 Bud Spencer park (1033 Budapest, Kaszásdűlő lakótelep)

2026. október 22. (csütörtök) 14:00 – 18:00 Flórián tér (1033 Budapest, Szőlő utca – Vörösvári út sarok)

Óbudáról a világ tetejére

Világbajnok a magyar aerodance-csapat





A spanyolországi Pamplonában rendezték az idei aerobic világbajnokságot, amelynek zárónapján világbajnoki címet szerzett a magyar aerodance-csoport. A nyolcfős együttes összeszokott csapat, felkészülésük helyszíne a Mozaik utcai tornacsarnok, ahonnan elindulva évről évre rangos világversenyeken jutnak fel a dobogó legfelső fokára: zsinórban a negyedik világversenyen szerezték meg az elsőséget. A szeptemberi pamplonai vb-ről ráadásul a junior aerostep-válogatott is győzelemmel térhetett haza.

Legjobbnak lenni nem könnyű: mindenki a címvédőt akarja legyőzni. Márpedig a magyar aerodance-csapat nem csupán a két évvel ezelőtti vb-t nyerte meg, de kétszeres Európa Bajnoknak mondhatja magát, és a Világjátékokon is győzni tudott. Különösen izgalmas volt tehát a mostani megmérettetés, főleg, hogy a Fejér Fruzsina, Goda Kamilla, Himmel Tünde, Kőnig Antónia, Lőcsei Zoltán, Mikulecz András, Makranszki Anna és Ruzicska Vanessza alkotta aerodance-csoport a második helyen kvalifikálta magát a döntőbe. Minden adott volt tehát, hogy a finálé körömrágósan kiélezett legyen.

A Magyar Torna Szövetség tájékoztatása szerint a magyar együttes itt aztán magasabb fokozatba kapcsolt – sakk tematikájú gyakorlatukat magabiztosan és rendkívül egységesen mutatták be, teljesítményük pedig világbajnoki aranyérmet ért.

„A selejtező után tudtuk, hogy a koreai csapat nagyon kemény ellenfél lesz, és ez a döntőben is bebizonyosodott. A mieink azonban sokkal jobb gyakorlatot mutattak be, mint a selejtezőben. Amikor elsőként ilyen magas pontszámot kaptunk, már éreztem, hogy meglehet a világbajnoki cím, bár tudtam, hogy nagyon szoros lesz. Egy emberként lélegeztek és mozogtak a versenyzőink. Talán ez volt a legnehezebb feladat: ismét megnyerni és megvédeni a világbajnoki címet. Határtalan a boldogságunk, nagyon büszke vagyok a csapatra” – értékelt a verseny után Sinkó Andrea, aki Sipos Mónikával és Bali Dániellel együtt az aerodance-csapat felkészítője volt. A sportolók óbudai felkészülését egyébként Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat is támogatta, amelyért Sinkó Andrea, az Óbudai WDSE elnöke köszönetét fejezte ki.

Bali Dániel a magyar versenyzők fókuszáltságát és elszántságát emelte ki, és azt, hogy mennyire nehéz egy ennyire jól ismert gyakorlatot újra és újra úgy előadni, hogy ne rutinból menjen. „Az aerodance színpadi sportág, rengeteget számít a prezentáció és az előadás. Ezt most nagyon magas szinten hozták” – tette hozzá Bali Dániel, aki emlékeztetett rá, hogy a csapat 2023 óta őrzi veretlenségét a legfontosabb nemzetközi versenyeken.

A pamplonai világbajnokságról a Máthé Kata, Rozsi Norina, Fonódi Zita, Vajda Tímea, Koska Zsófia, Gál Emma, Kárász Lotti, Kanyó Laura összeállítású junior aerostep-válogatott is győzelemmel térhetett haza.

Szésza



JELENTKEZZ FEGYVERES BIZTONSÁGI ŐRNEK

Jelentkezési feltételek:

- magyar állampolgárság,
- 18. életév betöltése,
- büntetlen előélet,
- bejelentett belföldi lakóhely,
- cselekményképesség,
- alapfokú iskolai végzettség (8 általános),
- egészségügyi, pszichológiai alkalmasság.



Munkavégzés helye:
Budapest III. kerületi Rendőrkapitányság

E-mail:
03rk@budapest.police.hu

Telefon:
06-1-430-4700/43100 mellék

III. KERÜLETI RENDŐRKAPITÁNYSÁG

2026. október 17.
(szombat) 08:00 – 14:00

Egészségnap a Csobánka téri szakrendelőben

– az Egészségfejlesztési Iroda szervezésében

Szent Margit Rendelőintézet
Csobánka téri szakrendelő
(1039 Budapest, Csobánka tér 6.)



EGÉSZSÉGNAP
A RENDELŐINTÉZETBEN

SZŰRŐVIZSGÁLATOK

Szájüregi rákszűrés

Nőgyógyászati rákszűrés
(Kérjük azokat, akik egy éven belül részt vettek rákszűrésen, erre a vizsgálatra ne jelentkezzenek.)

Urológiai szűrés

Anyajegyszűrés

Nyaki ér ultrahangvizsgálat
(Jelentkezni 2026. 10. 12-től hétköznapokon 10-18 óra között a 06/70-666-54-72-es telefonszámon lehet.)
Kérjük, csak azok jelentkezzenek, akiknek egy évnél régebben volt nyaki ér ultrahangvizsgálatuk.

Kardiológiai szűrés
(Fizikális vizsgálat, EKG, vérnyomásmérés. Kérjük, amennyiben rendelkezik 3 hónapon belüli vérvételi eredménnyel, azt hozza magával. Továbbá kérjük, akik rendszeres kardiológiai gondozás alatt állnak erre a szűrésre ne jelentkezzenek.)

Látóélesség-vizsgálat

Demencia szűrés

MÉRÉSEK

Vércukorszint mérés

Koleszterinszint mérés

InBody-testösszetétel mérés, elemzés, táplálkozási és mozgás tanácsadással

Boka-kar index mérés

Stressz kérdőív

Találkozzunk 2026. október 17-én a Csobánka téren!

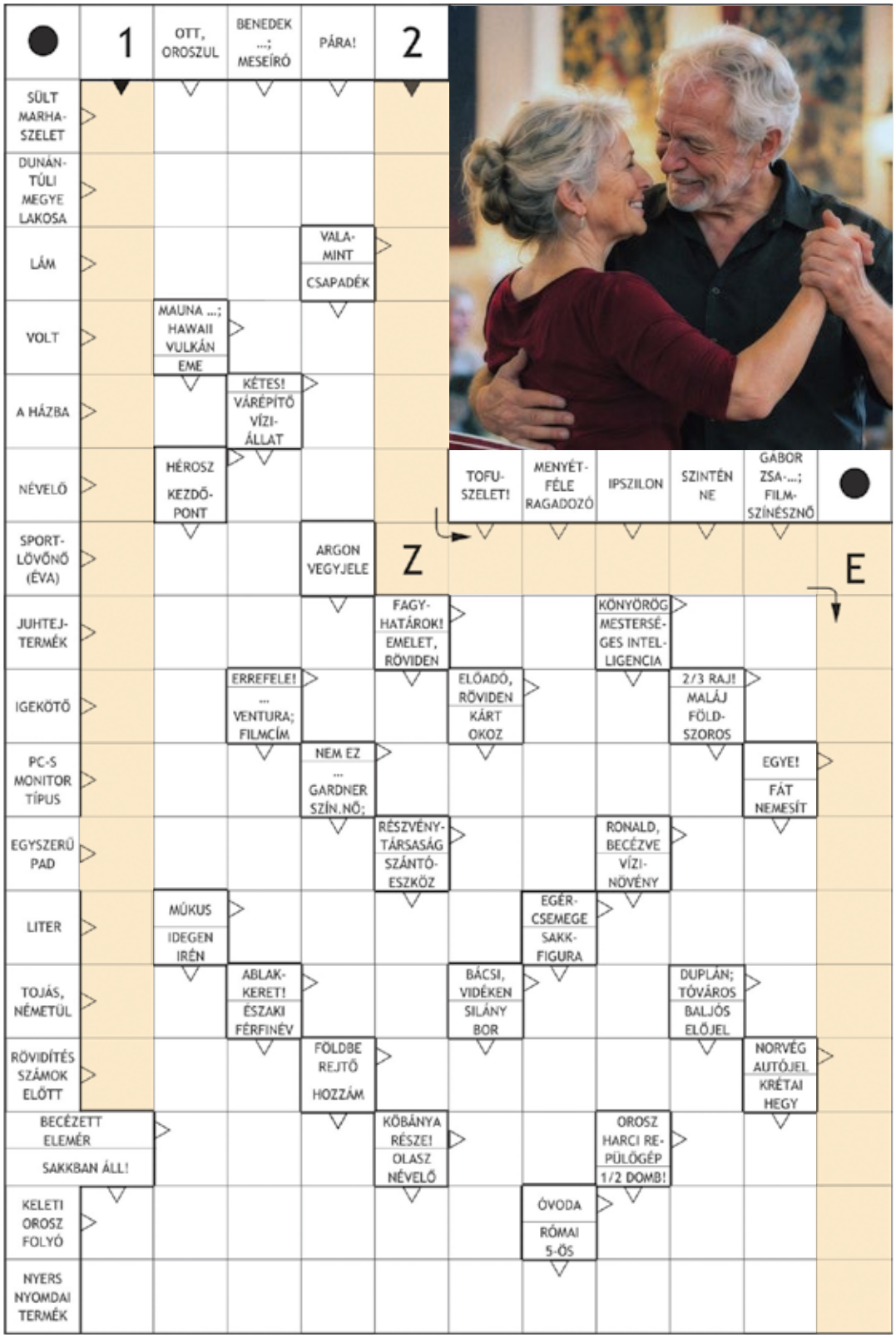
A programokon való részvétel ingyenes.

Szent Margit Rendelőintézet

OTTHONUNK OBUDA BÉKÁSMEGYER

REJTVÉNY

Regenerációs foglalkozássorozat indult a Kaszásdűlői Kulturális Központban a 60 év feletti korosztálynak, amely során egy híres argentin táncon keresztül vezetnek be mindenkit a biztonságos és örömteli mozgás világába. Mi az eseménysorozat mottója?



Elhunyt Dr. Liptay László (1937–2026)

Dr. Liptay László nyugállományú orvos ezredes, korábbi MH Központi Honvédkórház osztályvezető főorvosa, főbelgyógyásza, haematologus, honvédorvos 2026. augusztus 9-én, 89 éves korában elhunyt. Liptay doktor nyugállományba vonulása után, 2007-től az IMS (International Medical Services) Vihar utcai járóbeteg szakellátás kardiológusaként és pajzsmirigy ambulanciájának vezetőjeként sok óbudai számára is támaszt jelentett orvosi szakértelmével, kiemelkedő diagnosztikai hozzáértésével és nem utolsósorban, emberségével.

Liptay László 1937. július 3-án született Budapesten, az orvosi egyetemet Szegeden végezte. A hazai katona-egészségügy és katasztrófa-orvostan kiemelkedő alakja. 1963-tól a Honvédkórház kötelékében dolgozott, 1972-től katonaorvos, 1986-tól orvos ezredes. Elismert szakértője volt a csontvelő-elégtelenség, a leukémiák diagnosztikájának, modern kezelésének. Sokat tett a katonai állomány belgyógyászati, haematológiai alkalmasságának megítélésben.



Liptay doktor az orvostudomány mellett a magyar sakksportban is maradandót alkotott. 1961-ben lett sakkmester, 1983-ban nemzetközi mesteri címet nyert. Tízszeres magyar sakkbajnok, a Budapesti Honvéd örökös bajnoka, a magyar sakkválogatott keretorvosa és szekundánsa (1972–78 között), 1978-ban, Buenos Airesben, a sakkolimpián az aranyérmes csapat orvosa és szekundánsa volt.

Mosolya, kedvessége, figyelme és óriási orvosi tudása pótolhatatlan űrt hagy maga után. Nyugodjék békében!

OBUDA

Következő tervezett megjelenés: OKTÓBER 9.

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

Főszerkesztő: Pion István · Szerkesztő: Aradi Péter, Székely Szabolcs, Varga Kinga · Képszerkesztő: Pozsonyi Roland · Tördelőszerkesztő: Tóth István Gergely · Kiadja: Esernyős Óbudai Kulturális és Sport Nonprofit Kft. e-mail: obudaujsag@esernyos.hu · Nyomdai előállítás: Mediaworks Hungary Zrt., 6729 Szeged, Szabadkai út 20. Felelős vezető: Marancsik Roland · Megjelenik 60 ezer példányban · Web: obuda.hu/obuda-ujsag · Facebook: facebook.com/obudaujsag · Hirdetés: hirdetes@esernyos.hu · Kéziratokat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza. · ISSN 3057-9651



FELHÍVÁS

Az **Idősek Világnapja** alkalmából dr. Kiss László polgármester Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata nevében szeretettel hívja a III. kerület nyugdíjas lakóit
2026. október 1-jén (csütörtökön) 10.00 és 12.00 órakor megrendezésre kerülő, állófogadással egybekötött ünnepi zenés műsorra.
Fellépő művész Janza Kata.

Az Óbudai Szociális Szolgáltató Intézmény szeretettel várja azokat a III. kerületi nyugdíjasokat, akik nem tagjai az Idősek Klubjainak, és nem veszik igénybe az intézmény szolgáltatásait. Az Idősek Klubjaihoz tartozó nyugdíjasok számára az Önkormányzat – az elmúlt évekhez hasonlóan – saját klubjaikban biztosítja e jeles nap méltó megünneplését.

A kerületi ünnepségen való részvétel ingyenes, azonban a belépés kizárólag meghívóval lehetséges. A meghívók 2026. szeptember 23-án (szerdán) 8.00 és 16.00 óra között vehetők át az alábbi címen: Óbudai Szociális Szolgáltató Intézmény 1036 Budapest, Kiskorona utca 3.

Felhívjuk a tisztelt érdeklődők figyelmét, hogy a meghívók előzetes foglalására vagy előjegyzésére nincs lehetőség. Egy személy legfeljebb két meghívót vehet át, két lakcímkártya bemutatásával. A meghívók a helyszín befogadóképessége miatt korlátozott számban állnak rendelkezésre.

SZERETETTEL VÁRUNK MINDEN KEDVES ÉRDEKLŐDŐT!

Haskóné Alker Annamária
intézményvezető

IDŐSEK VILÁGNAPJA

OTTHONUNK ÓBUDA BÉKÁSMEGYER

ÓBUDAI SZOCIÁLIS SZOLGÁLTATÓ INTÉZMÉNY