

2025. DECEMBER

ÓCSA

VÁROSI MAGAZIN



Boldog karácsonyt, Ócsa!



Forrás: Paul Tamás

Így dolgoztunk mi – 2025 az Önkormányzatnál

Eltelt a 2025-ös év, az újonnan felállt Képviselő-testület első teljes éve lezárul decemberben. Tavaly év végén még a frissen megválasztott testületnek nemcsak a 2024-es év zárásával, hanem az idei tervezésével is azonnal foglalkoznia kellett. Rövid-, közép- és hosszú távú terveket dolgoztak ki, amelyek megvalósítása elkezdődött. Paul Tamás polgármester úgy érzi, időarányosan sikerült tartani a kitűzött célokat – annak ellenére, hogy a város költségvetését közel 400 millió forint értékben érintették az állami elvonások.

Mi képezte a tervezés alapját?

A tervek egy új szemléletű önkormányzati gazdálkodásra épülnek: addig nyújtózkodunk, ameddig a takarónk ér. Mindenféle hitelfelvételtől elzárkóztunk, ehhez a jövőben is szeretnénk tartani magunkat. Azokban a fejlesztésekben, amelyeket már az idén elkezdtünk (pl. a régi strand területének megújítása), időarányosan haladtunk. Elkezdtük a különböző hiányosságok felszámolását is, mint például a közlekedési táblák kihelyezését, forgalomcsillapító eszközök lehetőségének vizsgálatát.

Az óvoda területét 500 m²-rel bővítettük, illetve kialakítunk ezenfelül egy parkolót az óvoda, a bölcsőde és a gimnázium dolgozói igényeinek kielégítésére. Ráadásul egy további telek 4 éves fizetési bontásban történő megvásárlásával újabb 500 m²-t csatolhatunk az óvodához, ami előrevetíti egy

esetleges épületbővítési folyamat lehetőségét, ha a gyermeklétszám ezt majd megkívánja. Ezek olyan lehetőségek voltak, amelyekre nem számítottunk a tervezéskor.

Mik voltak az év legfontosabb eredményei?

Kihelyeztünk több, közlekedést elősegítő tükröt, valamint korlátoztuk egyes utcákban a sebességet az ott lakók biztonságának érdekében, több utat mart aszfalttal stabilizáltunk, sőt, már okoszebrák is van az általános iskolánál. 4 főt kisképzési tanfolyamra küldtünk, 1 fő anyakönyvvezetői tanfolyamra ment. Optimalizáltuk a belterületi buszjáratot, két új gyorsjáratot utazhatnak az ócsaiak Budapestre és vissza. Bevontunk egy egészségügyi magánszolgáltatót, hogy a vérvételek minél gyorsabban haladhassanak. A bölcsődébe, óvodába és a gimnáziumba összesen 33 db klímát szereltettünk be. A közvilágítás is bővült, és elindult a LED-esítési program is, amelynek köszönhetően 229 db lámpát cserélnek ki korszerű fényforrásra. A szikkasztóárkokat is felmértük, a jövő évi költségvetésben rendelünk forrást a hiányosságok megszüntetéséhez.

Elindult a Menza Pure program, amely gördülékenyebbé tette a közétkeztetés adminisztrációját, valamint a közétkeztetés díjai sem idén, sem 2026-ban nem emelkednek. Tisztábbak, rendezettebbek lettek az utcák, ugyanis például a roncsautókat elszállítatjuk, hogy ne rontsák az utcaképet. Szerződést kötöttünk a Szent Ferenc Állatotthonnal a kóbor állatok befogása érdekében. Létrejött az Ócsai Torna Klub, és már a labdarúgópálya is nyitva áll a lakosság előtt.

A városüzemeltetés munkatársai új ingatlanba költöznek, amelyet az önkormányzat megvásárolt. Itt egy csarnok is épül, ahol a munkagépeket tároljuk. Dolgozunk az áramstabilitás biztosítása érdekében is, hogy megszűnjene az áramkimaradások. Karbantartási szerződéseket néztünk át és kötöttünk újra, hogy a közterületi kamerarendszernek és egyéb rendszereinknek is „legyen gazdája”. Az önkormányzati gépjárművek karbantartására is kötöttünk szerződést. A meglévő szerződéseinket felülvizsgáltattuk (pl. biztosítási szerződéseket, energia-közbeszerzések, ügyvédi szerződések stb.). A felülvizsgálat

és a módosítások eredményeképpen idén több mint 39 millió forintot tudtunk megtakarítani!

A Liget lakóparknak nevet adtunk. A 80 meglévő ingatlanból az Képviselő-testület döntése alapján nyolcat tartott meg az Önkormányzat. A Halászy Károly Általános Iskola mosdóinak felújítására 4 millió forintot szántunk, ebből 9 db mosdó újult meg az őszi szünet alatt. Az intézmény és a gimnázium is megkapta (összesen 1 millió forint értékben) a Mozaik csomagot, amely a diákok tanulását segíti. Elkészült az Egressy Gábor Szabadidőközpont büféje, valamint készül a terasz is, az Egressy gárdáját pedig átszerveztük.

December 6-a óta használható az új kerékpárút, amelyet még az előző testület pályázott meg sikeresen. Engedélyeztettük a Templom téren az állandó áramellátást, amely nagyban megkönnyíti majd a rendezvények életét: eddig mindig külön kellett kérni a lecsatlakozást, amely jelentős összegbe került, az új, állandó lecsatlakozás ára azonban két év alatt megtérül.

Mit nem sikerült véghez vinni?

Nem csak sikereink voltak. Az év elején ugyanis közel 147 millió forint került az államhoz szociális hozzájárulás címen, amelyről igyekeztünk megtudni, mely települések kaptak, és mire fordítottak, de nem jártunk sikerrel. A Versenyképes Járások Programban részt kell vennünk, így az iparűzési adóból befolyt többletet (amelynek báziséve 2024), mintegy 230-250 millió forintot szintén be kellett fizetnünk. Ebből mindössze 40 millió forintot kaptunk vissza, amit 2026-ban fogunk realizálni.

Szerettük volna önkormányzati tulajdonba venni a régi Bajor Söröző épületét, amely most az állam kezében van. Ide terveztük az Idősek Napközi Otthonát. A Magyar Nemzeti Vagyonkezelő Zrt. ettől elhatárolódott, ingyenesen nem adták át, és a vételárát sem közölték.

A lakhatási válság enyhítése érdekében a Liget lakópark körüli területeket vettük volna önkormányzati tulajdonba, hogy azokat felparcellázva kedvezményes áron telkeket alakítsunk ki azon fiatalok számára, akik szeretnék Ócsán maradni.

Gépjárműveket is kértünk, de ezeket sem kaptuk meg.

Úgy terveztük, hogy a Magyar Nemzeti Vagyonkezelő Zrt. tulajdonában, de a Monori Tankerületi Központ kezelésében lévő lakást tanári lakássá alakítjuk. Sajnos, a tankerületi központ nem járult hozzá ehhez. A lakás már évek óta, de most is üresen áll.

Ilyen mérleg után folytatjuk a munkát, töretlen lendülettel. Köszönöm a Polgármesteri Hivatal minden dolgozójának az egész éves kitartó munkáját!

MÁ

Önkormányzati hírek

Ócsa Város Önkormányzatának Képviselő-testülete október utolsó szerdáján tartotta soron következő ülését. Ez alkalommal 30 napirendi pontról tárgyaltak.

Emelkedik az építmény - és a kommunális adó

Az építményadó emelése kizárólag a helyi vállalkozásokat érinti. 1991-ben vezette be az ócsai Önkormányzat, hogy a vállalkozóknak az építmények után, ahol a vállalkozásuk működik, 300 Ft/m² építményadót kell fizetniük. Ezt a rendeletet a Képviselő-testület felülvizsgálta, és a következő döntést hozta: 0–1000 m² között 500 Ft-ot, 1000 m² felett pedig 1000 Ft-ot kell fizetni négyzetméterenként a vállalkozóknak.

A kommunális adót 2010-ben vezette be az Önkormányzat 1000 Ft/hó mértékben. Ez az adó sem emelkedett azóta. Ez az adónem is emelkedik havi 1500 Ft-ra. Az emelésekre azért volt szükség, mert az idei évben kiemelten sok forrást vont el a kormányzat az önkormányzatoktól, így Ócsától is. A szociális hozzájárulás és a Versenyképes Járások Program összesen mintegy 400 millió forinttal rövidítette meg a költségvetést az idei évben. A kötelező és az önként vállalt feladatokat továbbra is el kell látni, nem szeretne semmiről lemondani az önkormányzat.

A közvilágításra például 27 millió 865 ezer forint állami normatívát kap az önkormányzat, míg ez év szeptembe-

rég a villanyszámla 45 millió 852 ezer forintba került. A gyermekétkeztetés tekintetében az iskolás gyerekek szülei mintegy 64 millió 630 ezer forintot, a bölcsődés gyermekek szülei pedig kb. 10 millió forintot fizettek be. Ehhez a Magyar Államkincstár nagyjából 50 millió forinttal járul hozzá. Ócsa Város Önkormányzatának mindezzel szemben (a szeptember 30-i adatok alapján) 247 millió 800 ezer forinttal kell hozzájárulnia a gyermekétkeztetéshez. Mindezen költségek kifizetéséhez az Önkormányzat a saját megtakarításai mellett a helyi adókból tud hozzátenni. Amennyiben a következő években csökkennek az állami elvonások, a Képviselő-testület azonnal megvizsgálja a kommunális adó mértékének csökkentését, esetleges eltörlését.

Máshol – például Gyálon – szintén emelés volt, Örkényben pedig gondolkodnak a kommunális adó bevezetésén.



Fotó: Pixabay

Lesz Egressy-terasz

A Testület döntött arról, hogy engedélyezik az Egressy Gábor Szabadidőközpontnál egy terasz létrehozását. A büfé megújult, ehhez kapcsolódik majd a kültéri rész, amely állandó fedést kap, így évszaktól függetlenül szolgálja majd a vendégeket.

Településrendezési eszközök módosítása

Egy koncepcióterv alapján 50 darab telket szeretne kialakítani az Önkormányzat a Liget lakópark mellett, hogy elsősorban a helyi fiatalok kedvezményes áron juthassanak telekhez. Hogy ezt megtehesse – és eleget tegyen egyéb törvényi kötelezettségeinek, ami a felülvizsgálatot illeti –, módosítania kell a településrendezési eszközzeit. Elsősorban az Önkormányzat a jövőbeni lehetőségét szeretné megte-

remteni annak, hogy ha a későbbiekben is fennáll a jelenleg tapasztalható lakhatási válság, akkor majd döntést lehessen hozni a telkek kialakításáról. Új helyen lesz az OTP bankautomata

Az OTP Bank ócsai fiókjának megszűnését követően a bank mozgóbankszolgáltatással – heti egy alkalommal – oldja meg a banki szolgáltatások elérhetőségét a városban. Mivel a jelenlegi épületből el kell vinniük a bankautomatát, azt az orvosi rendelőhöz telepítik, hogy a készpénzfelvétel és a -befizetés zökkenőmentes maradjon.

Átcsoportosítások

A Dr. Pártos Lóránt Alapítványnak az október 23-i műsorért (amelyet az Ócsai Bolyai János Gimnázium diákjai adtak elő) a felkészítő tanárok munkájának honorálása céljából 150 ezer forintot csoportosítanak át a polgármesteri és a képviselői keretből. A polgármesteri keretből 100 ezer forint jut a gimnáziumnak arra, hogy a karácsonyi rendezvényüket megszervezzék. Az ócsai Hajnalszallag Baptista Óvoda karácsonyi rendezvényéhez is csoportosítanak át pénzüsszeget, valamint az Ócsai Halászy Károly Általános Iskola is kap 100 ezer forintot a karácsonyi rendezvényre.

Az Ócsa Önkéntes Tűzoltó Egyesület 300 ezer forintot kap a polgármesteri keretből, hiszen az általános iskola mosdóinak felújításához korábban 600 ezer forintot vontak el tőlük. Most ennek felét visszapótolták, elősegítve az épülő tűzoltószertár elektromos hálózatának kiépítését.

Elkészült a Halászy 9 darab mosdója

Önkormányzati finanszírozásból elkészült a Halászy Károly Általános Iskolában 9 darab mosdóhelyiség. A beruházás 4 millió forintba került, és az őszi szünetben elkészültek a kivitelezéssel. Korábban a Monori Tankerületi Központ megjavíttatta az egyik rossz állapotban lévő bejáratot, valamint az egyik fiúmosdót. Megérkeztek az iskolába a központ által adott új iskolabútorok is, amelyek az alsós évfolyamokhoz kerültek.

MÁ

Otthonunk, Ócsa

Hogy áll össze egy mézeskalácsház? A formákat külön-külön ki kell szaggatni, a falakat egyenként meg kell sütni, a folyamat türelmet, odafigyelést és együttműködést igényel. Nem elég csak megsütni – kell hozzá a ragasztás, a díszítés a finom részletek kidolgozása is, hogy végül összeálljon az építmény.

Ahogy a mézeskalácsház aprólékos munkával, türelemmel és szeretettel épül fel, úgy formálódik Ócsa közössége is. Minden egyes mézeskalácslap egy-egy család, egy-egy ember, akik különbözőek, mégis egymáshoz illeszkedve alkotják az egészet – a várost, az otthont.

„A szeretet illata minden otthonban ott van, csak egy kis méz, türelem, és akarat kell hozzá...”

A tésztát először meg kell gyúrni: ez az a szakasz, amikor megszületnek az ötletek, amikor valaki elindít egy kezdeményezést, megszervez egy eseményt, segít kezet nyújt másoknak. A sütés türelmet kíván – időt és kitartást, ahogyan a közösség is csak akkor erősödik, ha gondoskodással és odafigyeléssel építjük.

Majd jön a díszítés: a színek, az apró minták, a részletek, melyek életet visznek a házba. Ezek azok az emberek, akik ötleteikkel, munkájukkal, jelenlétükkel szebbé, gazdagabbá teszik a várost. És végül ott van az „édes máz” – az összetartás, a sokféleségben rejlő erő, amely összefogja és megédesíti az egészet.

Mézeskalácsház az adventben

A mézeskalács eredete egészen az ókorig nyúlik vissza. Már az egyiptomiak és a rómaiak is készítettek mézzel édesített tésztákat. Magyarországon a középkor óta sütnék mézeskalácsot faformák segítségével. A mézeska-

lács-készítés az advent és a karácsonyi készülődés elengedhetetlen velejárója napjainkban is.

Ujszászi Erika Judit, az Egressy közművelődésért felelős szakemberre havi egyszer, szombatonként a Szöszmötölő foglalkozásokat tartja, és mézeskalács-készítő. Az év egyik legfoglalkoztatottabb időszakában is elvállalta a kérésünket, hogy a címlapra mézeskalácsból elkészítse Ócsa ikonikus épületét, az Ócsai Református Műemlék Templomot. Felvetődik a kérdés: hogyan kezdődött a szerelem

a mézes süteménnyel, s miért pont a mézeskalács? „Anyaként a gyerekeimmel kezdtem mézeskalácsokat készíteni körülbelül 30 éve, ma pedig már az unokákkal folytatjuk a családi hagyományt. Sok évvel ezelőtt a testvérem esküvőjére meglepetésből egyszer körülbelül száz díszes szívet készítettem köszönőajándékként. Nagy volt az öröm, és én szeretek örömet okozni! Ez az eset határozta meg az utamat a mézeskaláccsal. Nem sokkal később már vállaltam másoknak is mézeskalács-készítést, de adventben a mézeskalács-készítő foglalkozások-



Fotó: Mészáros Gábor



Fotó: Mészáros Gábor

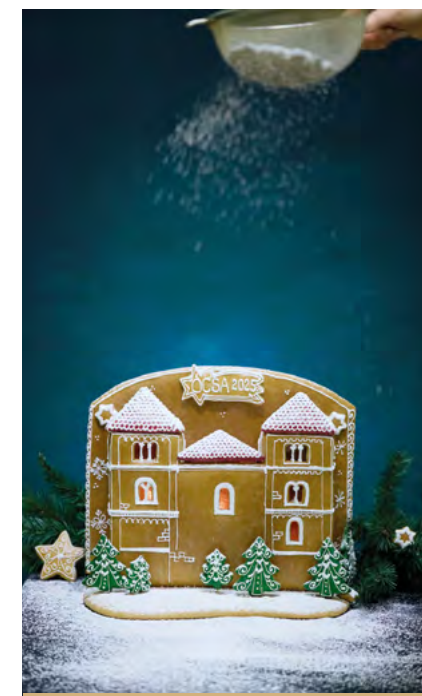
nak sincs se szeri, se száma! Azt szerettem benne a legjobban, hogy minden érzékszervünkre hat: imádom az illatát, finom, fűszeres, édeskés. Jó érzés kézzel megmunkálni, mert puha, jól formázható a tésztája, és hát gyönyörű, szemet gyönyörködtető tud lenni!” – fogalmaz Erika.

Erikának a mindennapjai részét képezi, hogy mindig bíbelődik valamin, alkot. „Ahogy látom, hogy a népi játszóház foglalkozásokon a gyerekek milyen elmerülnek a kreatív alkotásban, az nagyon jólesik, és jó visszaigazolás nekem is. Készítünk bőrből tárgyakat, de a gyógynövényekkel való foglalkozásnak is elkötelezett híve vagyok, mindezt az ökoszemlélet, a pazarlás nélküli létezés és az újrahasznosítás jegyében. A COVID időszakában teljesedett ki az alapérdeklődésem, hiszen akkor volt több időm alkotni és fejleszteni magam: elvégeztem a Hagyományok Háza által hirdetett mézeskalács-készítő tanfolyamot is, és a hosszú távú célom a mézeskalács-készítésben a Népművészet Mestere cím. Különleges alakú, formájú mézest is készítek, ha van rá igény: húsvéti tojás alakú vagy karácsonyi gömbdíszt is megformázok mézeskalácsból” – meséli Erika, aki hozzáteszi, hogy mézesei szinte a világ minden tájára eljutottak már. A mézeskalács története tehát nemcsak régi receptkönyvekben él tovább, hanem immáron az Ócsa Városi Magazin 2025 évi utolsó – és kissé

rendhagyó – címlapján is.

Ahogy a díszített templomfalak elkészülnek, úgy szövődik újra és újra az a hagyomány, amelynek legfőbb üzenete egyszerű: a szeretet illata minden otthonban ott van – csak egy kis méz, türelem és akarat kell hozzá.

KZsÉ



► Kulisszák mögött: a címlapfotózáson porcukorral imitáltuk a havazást.

Fotó: Mészáros Gábor

Legyen a közösségek éve 2026!

Egy igazi közösség nem egyik napról a másikra születik, ahogy egy mézeskalácsház sem áll össze pillanatok alatt. Kell hozzá idő, bizalom és szív. De ha ezek megvannak, a város is olyan helyé válik, ahol jó élni, ahová jó hazatérni – mert mindenki beletett egy darabot saját magából.

Ezért keressük azokat a helyi közösségeket, akik szívesen bemutatkoznának az Ócsa Városi Magazin hasábjain, mert van mit mondaniuk. Várjuk a rövid bemutatkozó levelüket a szerkesztoseg@ocsa.hu-ra. Békés karácsonyi ünnepet és kellemes angyalvárást!



Fotó: Pixabay



Fotó: Mészáros Gábor

Angyalvárás Ócsán: ünnepejünk együtt, közösségben!

Ahogy közeledik az év vége, Ócsa ismét megmutatja, milyen ereje van a közösségnek. A tavalyi, emlékezetes első Ócsai Angyalváró Karácsonyi Vásár és Családi Délután után idén újra megrendezésre kerül az esemény, az Egressy Gábor Szabadidőközpont által. A BÉKE, mint helyi egyesület, nemcsak ötletgazdája volt a rendezvénynek, hanem aktív szervezője is. Idénre, ahogy tavaly is, már több segítő szándékú magánember, vállalkozó és civil szervezet jelezte, hogy kapcsolódnak a programhoz. A december 13-ra tervezett vásár célja nemcsak az ünnepi hangulat megteremtése, hanem az ócsai közösség összekovácsolása is.

A tavalyi közös angyalvárás biztosan egy emlékezetes közösségi esemény volt annak, aki nem maradt le róla. Volt itt minden, ami szem-szájnak ingere, s az ócsaiak nagy számban képviselték magukat. Teljes családok vonultak ki, a melegétel-standnál pedig hatalmas volt az érdeklődés. A BÉKE Egyesület egyik legaktívabb képviselője, Paul-Hajdú Orsolya mesélt erről, és beavatott az idej előkészületekbe is.

„A tavalyi vásár bármely látogatója megkóstolhatta a frissen főtt halászlévet és a töltött káposztát. Az ízletes, meleg ételek rendkívül népszerűnek bizonyultak, és a vendégek örömmel fogyasztották a kínálatot. Rengeteg finomság készült és fogyott el az ünnepi hangulat jegyében. A kezdeményezéshez számos aktív szervező és önkéntes, vállalkozó járult hozzá, akiknek köszönhetően az összefogás és a segítőkészség szellemében valósulhatott meg ez a nagyszerű közösségi program. A bőséges kínálatot tavaly is sok helyi támogatta. Ki, amivel tudta. A Pincebarátok Köre például 30 kilogramm halat ajánlott fel, ehhez társult még egy helyi vállalkozó felajánlásából 20 kilogramm darált hús

is. Érkezett 5 kg rizs, 20 kg savanyú és 10 kg édes káposzta a GudFruit felajánlásából, valamint 10 kg hagyma – mindez önkéntesek közös munkájával vált ínycsiklandó lakomává – fogalmaz Orsi. Idén a szervezők már most ígérnek: a töltött káposzta biztosan nem marad el, és új elemként forralt bor is várja majd a látogatókat, hogy a téli hidegben jobb hangulatban teljen a közös ünneplés.

Szívvel-lélekkel a közösségért

„A BÉKE Egyesület lassan két éve alakult. Célunk, hogy aktívan építsük a közösséget, és karitatív segítséget nyújtsunk. Kiemelt feladatunknak tekintjük az összefogás erősítését, különösen a mai, elidegenedő világban, ahol az emberek gyakran elszigetelődve élnek egymás mellett. Emellett folyamatosan szervezünk programokat, adománygyűjtéseket, bizonyítva, hogy a jószívűség tetteiben ölthet testet. Munkánkhoz köszönhetően egyre több magánszemély és vállalkozás csatlakozik közösségépítő programjainkhoz,

valamint karitatív gyűjtéseinkhez, ezzel is erősítve a közösségi összetartást és szélesítve a segítségnyújtás lehetőségeit. Kulisszatitok, hogy míg tavaly a saját otthonunkban készítettük elő a több mint 400 adag töltött káposztát, idén túlnötte magát a kezdeményezés, és a szabadidőközpont egyik alkalmassabb helyisége ad majd ennek helyet. Az önkéntes munkát akkor is el kell majd végezni, de legalább jobban elférünk majd!” – fűzi hozzá a szervező, aki hozzáteszi, hogy idén egy különleges karácsonyi cipősdoboz-kezdeményezésen is dolgozik, de ennek részletei még egyeztetés alatt vannak.

Nem csupán egy karácsonyi program, hanem az ócsai közösségi élet szimbóluma. Egy olyan esemény, ahol a helyiek együtt főznek, mosolyognak, adnak és kapnak – nemcsak ételt, hanem figyelmet, szeretetet és törődést. Aki tavaly részt vett rajta, nemcsak mint vendég, biztosan nem bánta meg, aki pedig idén látogatna ki, máris írja a naptárba: december 13., Templom tér.

KZsÉ



Az ünnep legmagyarabb édessége: a szaloncukor – recepttel!

Kevés dolog van, ami annyira összefonódott a magyar karácsonyokkal, mint a szaloncukor. Minden évben ott csillog a díszes karácsonyfa ágain, és sokszor már előbb elfogy, mint hogy az ünnep elérkezze. De honnan is ered ez a különleges, fényes papírba csomagolt édesség?



Fotó: Pixabay

Hozzávalók

- 20 dkg magozott datolya
- 15 dkg magas kakaótartalmú csokoládé – fekete csoki

A történet a 14. század közepére nyúlik vissza. Franciaországban ekkor készítették az első fondantcukorkákat, amelyek hamar elterjedtek Európában. Német cukrászok hozták el hozzánk is, és a magyar mesterek hamar továbbgondolták: így születtek az apró, töltött édességek. A cukorkát a tehetősebb polgári házakban a „szalonban” álló karácsonyfára akasztották – innen ered a neve is: szaloncukor. Magyarországon kívül csak Szlovákiában és Romániában terjedt el. És hogy miért szeretjük ennyire? Mert több, mint édesség: emlék és hagyomány, és mert hordozza a gyerekkorunkat. A díszítés öröme, a várakozás élményét, a családi összetartozás ízét. S ha már íz: kezdetben csupán néhány ízesítéssel készültek a szaloncukrok, ma már százféle ízben kaphatóak – diós, marcipános, kókuszos vagy éppen trüffeles –, de mind ugyanazt jelentik: a magyar karácsony meghittségét.

Válasszunk egészséges, házi szaloncukrot!

Tudjuk, hogy a túlzott cukorfogyasztás káros lehet, s még a pénztárcánkat is nagymértékben megterhelheti. Karácsony környékén mi, magyarok mintegy 6-8 milliárd forint értékben költünk szaloncukorra. Háztartásonként mintegy 1 kilogramm az átlagosan megvásárolt mennyiség. Ezért nem árt, ha nemcsak a mennyiségre, hanem a minőségre is figyelünk. Van olyan szaloncukor-különlegesség, amely nemcsak olcsó, egészséges, de még nagyon finom is! Szaloncukor datolyából

Itt egy nagyon egyszerű és villámgyorsan elkészíthető házi szaloncukorrecept azoknak, akik szilveszterkor is jól akarnak kinézni! A datolya kiváló-

an használható cukor helyettesítésére, cukormentes sütemények vagy vegán sütemények készítéséhez is. Most a karácsonyfa díszéhez, a szaloncukorhoz használjuk fel ezt a gyümölcsöt!

Elkészítés

Magozott datolyát használjunk. Vízgőz fölött olvasszuk fel a csokoládét alacsony hőmérsékleten. A datolyákat mártsuk be a csokoládéba, és tegyük egy tálcára őket. Hűvös helyen, például erkélyen pár perc alatt hagyjuk kihűlni.

Az elkészült golyókat szép papírba csomagoljuk, és kész is!

KZsÉ



Fotó: Pixabay



Egy éve az Egressy élén – interjú Kormos Rebekával, az Egressy Gábor Szabadidőközpont kulturális igazgatójával

Egy évvel ezelőtt elindult az Egressy Gábor Szabadidőközpont új időszeke. Akkor még csak cél volt, hogy ne csupán változások történjenek, hanem valódi fejlődés induljon el – az épületben, a csapatban és a közösségben egyaránt. Most, egy év elteltével láthatóvá vált, hogy figyelemmel, együttműködéssel és közös hittel az Egressy nemcsak megújult, hanem fejlődött is: programjaiban, szemléletében és közösségi erejében.



Fotó: Mészáros Gábor

Egy éve, hogy az Egressy igazgató-nőjének mondhatod magad. Milyen tapasztalás volt ez az év számodra? Egy szóval élve: tanulás. De nemcsak szakmai, hanem emberi értelemben is. Az elmúlt egy év egy nagy, élő laboratórium volt, ahol minden nap új felismeréseket hozott. Megtapasztaltam, hogy egy intézmény nem pusztán falak és programok együttese, hanem emberek, közösségek, értékek és történetek szövete. Az Egressy az elmúlt egy évben új lendületet vett

– egyszerre épültünk, szerveztünk, újraterveztünk, és közben hittünk abban, hogy ez a város és ez a ház több annál, mint egy kulturális központ: egy közösségi tér, ahol mindenki otthon lehet.

Hogyan értékeled a részben megváltozott Egressy-csapat teljesítményét az elmúlt évre visszatekintve? Rendkívül büszke vagyok a csapatra. A változás soha nem könnyű, de az Egressyben megmutatkozott a fejlődni

akarás, a kreativitás és az összetartás. Az új kollégák gyorsan megtalálták a helyüket, a régi munkatársak pedig rendkívüli rugalmassággal álltak hozzá az újragondolt szolgáltatói attitűdhez. Ez nem volt egyszerű feladat, hiszen új munkamódszereket, szemléletet és elvárásokat kellett megismerniük és elsajátítaniuk. Ez az év arról szólt, hogy megtanuljunk együtt gondolkodni – közösen tervezni, egymásra építeni, egymás sikerének örülni. És ma már azt érzem:

van egy csapat, aki nemcsak dolgozik az Egressyben, hanem hisz abban, amit csinál.

Mi volt vezetőként a legpozitívabb, és legdrámaibb felismerésed a munkád kapcsán?

A legpozitívabb felismerésem az volt, hogy az együttműködés mindig többet ér, mint az egyéni teljesítmény. Amikor megértjük egymás motivációit, hatalmas energiák szabadulnak fel. A legdrámaibb az, hogy egy vezető gyakran magányos döntéseket hoz, és meg kell tanulnia, hogy nem mindig lehet mindenkinek megfelelni – csak a közös célhoz húnek maradni.

Még a vezetők is emberek. Vannak erősségeink és gyengeségeink...

Három erősségem: kitartás, rendszer-szemlélet és empátia. Három gyengeségem: türelmetlenség, túlzott maximalizmus és az, hogy néha túl sokat vállalkozom magamra. De pont ezekből tanulok: mindennap kicsit tudatosabban engedni, delegálni, és bízni másokban.

Mondj egy rendezvényt 2025-ben, ami úgy sikerült, ahogy azt szeretted volna!

Az Ócsai Öregfalú Kulturális Fesztivál számomra az egyik legszebb bizonyítéka annak, hogy ha egy közösség összefog, csodák történnek. A háromnapos rendezvény nemcsak programsorozat volt, hanem egy új kulturális identitás megfogalmazása: hogy Ócsa képes rangos, minőségi, de emberközelű fesztivált létrehozni. A helyi borászok, zenészek, kézművesek, civilek mind hozzájárítottak a maguk részét, és az egésznek olyan varázsa lett, ami minden várakozásomat felülmúlta. Ez az az élmény, amiért érdemes egy ekkora rendezvény szervezésébe belevágni.

Hogyan formál Téged egy munkahely? Mi a fejlődésed útja?

A munkahely formál, ha engedjük. Az Egressy számomra tükör: nap mint nap megmutatja, hol tartok vezetőként és emberként. Megtanultam nemcsak reagálni, hanem előre látni, időt szánni a stratégiai gondolkodásra. És talán a legnagyobb fejlődésem az, hogy ma már tudatosan figyelek arra, hogy az egyensúly megmaradjon – munka, alkotás és magánélet között. A fejlődésem útja az, hogy vezetőből

„A közösség nem épül magától, de ha figyelünk, elkezd élni.”

inspiráló vezetővé válik – olyanná, aki nemcsak irányít, hanem közösséget épít maga köré.

Mesélj, kérlek, arról is, hogy hogyan próbálsz az Egressy köré építeni a közösséget.

A közösségépítés nálam nem projekt, hanem szemlélet. Az Egressy ma már nemcsak programokat kínál, hanem teret ad az együttlétnek: a kluboknak, önkénteseknek, civil kezdeményezéseknek, fiatal alkotóknak. Legyen szó a nemrég indult Tiszta Élet Klubról, a rendkívül népszerű Waldorf Babaműhelyről vagy arról, hogy a több mint 40 éve működő Népdalkör tagjai számára is sikerült néhány új eszközt beszerezni – mindez azt jelzi, hogy odafigyelünk a múlt értékeire és a jelen igényeire. Emellett a nálunk működő Zeneiskola munkáját is egyre inkább igyekszünk reflektorfénybe állítani. Külön öröm számomra, hogy az előadókól és szervezőktől olyan komoly, pozitív visszajelzéseket kaptunk, amelyek szakmai szempontból is építenek bennünket. A közösség nem épül magától, de ha figyelünk egymásra, elkezd élni.

Szerinted milyennek látnak téged a legközelebbi kollégáid?

Talán energetikusnak, ötletgazdának, néha kicsit hajszoltnak, de mindig elérhetőnek. Azt hiszem, érzik, hogy számomra fontos a közös gondolkodás, a véleményük és az, hogy meghallgassam őket. Nem tökéletes vezetőt szeretnék látni a tükörben, hanem olyan embert, akiben meg lehet bízni – aki mellett a többiek biztonságban és inspirálva érzik magukat.

Túl az első éven, mennyire látsz előre, milyen terveid vannak a következő esztendőre nézve?

Nagyon is előre nézek. 2026 az Egressy és Ócsa számára egyaránt mérföldkő lesz: több új, közösségi kezdeményezés mellett Fekete István-emlékévet is szervezünk, amely

különleges lehetőséget ad arra, hogy irodalmi, természetvédelmi és közösségi témák újra egymásra találjanak. A célom, hogy megerősítsük a partnerségi hálót – vállalkozásokkal, egyházakkal, oktatási intézményekkel, és még szorosabban kapcsolódjunk a város civil életéhez.

Szeretném, ha az Egressy továbbra is élményekkel teli, kulturálisan ösztönző közösségi tér lenne – nemcsak egy szlogenben, hanem a mindennapi tapasztalatban is.

Ha egy mondatban kellene összefoglalni az elmúlt évet, akkor az ez lenne: változtatni valóban könnyű, fejlődni viszont csak együtt lehet. A fejlődéshez idő, türelem, figyelem és partnerség kell. Az Egressy ma már ennek a közös fejlődésnek a terepe: a városvezetés, a közösségek, a cégek és az aktív magánemberek támogatása nélkül nem jöhetett volna létre az a változás, amit ma látunk.

De a legnagyobb érték mégis az, hogy ez az út nem ért véget – mert minden nap egy újabb lehetőség arra, hogy tovább fejlődjünk, együtt.

KZsÉ



► „A fejlődéshez türelem, figyelem, és partnerség kell.”
Fotó: Mészáros Gábor

Plüssel leptük meg Regán Lilit a koncertje előtt

A kétszeresen az „Év DJ-je” címet kapott, kék hajú lemezlovas, Regán Lili meglátogatta városunkat az Ócsai Öregfalú Kulturális Fesztiválon. Bár Lili elmondása szerint nagyon izgatott volt az esemény miatt, fellépése előtt mégis időt szakított ránk, és megható pillanatokban volt részünk.



Fotó: Mészáros Gábor

Ahogy közeledik az év vége, és a karácsony meghitt hangulata lassan belengi a mindennapokat, egyre többen fordulnak a játékonkodás és az adakozás felé. A szeretet ünnepe különösen alkalmas arra, hogy apró, mégis szívből jövő gesztusokkal örömet szerezünk másoknak – pontosan ezt teszi Regán Lili is. A fiatal DJ pár hónapja eldöntötte, hogy plüssállatgyűjteményét minden koncertje alkalmával bővíti, mégpedig úgy, hogy a szervezőktől mindig egy-egy puha játékgúnyát kér. Ezzel a kedves szokással nemcsak emlékeket gyűjt, hanem jótékony célt is szolgál: szeretné, ha egy napon ezek a plüssök olyanokhoz kerülhetnének, akiknek a legnagyobb szükségük van egy mosolyra.

A plüssgyűjtési akció alól a szeptember végi Ócsai Öregfalú Kulturális Fesztivál sem volt kivétel. Ebből az alkalomból szerveztük meg, hogy a koncert előtt Ócsa egyik lakosa, Gerébí Brigitta, személyesen adhassa át Lilinek a saját kezűleg horgolt parasztleány-figuráját. A rögtönzött találkozón a forró hangulat rögvessé meghitté vált, amikor Lili kezébe vette a bájos kis fiúcskát. „Örülök, hogy egy ilyen szívmengető pillanatot él-

hettem meg” – mondta elérzékenyülve Lili, majd új lendülettel folytatta a fellépését, hogy zenéjével is mosolyt csaljon az emberek arcára.

Gyerekkori álmom

A Pécsről indult tehetség elmondása szerint a zene iránti vonzalom családi örökség, hiszen édesapja maga is DJ volt, és gyakorlatilag ő indította el Lilinél az álmot, hogy egyszer ő is a DJ-pult mögé álljon.

„A pályafutásom 17 éves koromban indult, akkor sajátítottam el a szakma alapjait, ami után az első, másfél órás mixemet töltöttem fel a netre, és nem sokkal később felfigyeltek rám.” A kezdetekben egy szórakozóhely adott Lili számára lehetőséget a karrierje megalapozására, majd ezt követően több vidéki fellépés és egy budapesti menedzsment szerződése tette lehetővé a valódi áttörést, ezzel a kék hajú lemezlovas energikus, mainstream zenét játszó DJ-vé vált, akit azóta a Rádió 1 hallgatói kétszer is az „Év DJ-jének” választottak. Mára nemcsak hazai klubokban és fesztiválokon, de nemzetközi helyszíneken is gyakori vendég, fellépett Jennifer

Lopez és Ricky Martin előtt, valamint saját produceri munkáival és dalírói tehetségével is bizonyítja sokoldalúságát.

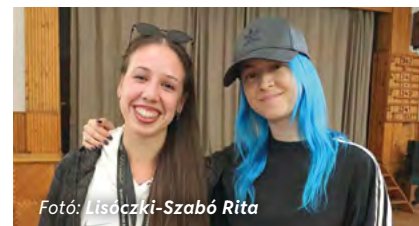
Zene szívvel-lélekkel

„Én úgy gondolom, az emberek észreveszik, hogy valaki miért csinálja azt, amit, és hogy a siker, a pénz vagy a csillogás vezérli-e őket, vagy tényleg csak egy gyerekkori álmom. Én például minden fellépésem előtt izgatott vagyok, emellett mindig arra törekszem, hogy az adott buliból a legtöbbet hozzam ki. Szerintem az emberek érzékelik, hogy tiszta szívből csinálom nekik a zenét, és ezek az őszinte érzések is töltik fel őket egy fellépés alatt” – nyilatkozott Lili, akinek az ócsai látogatása így nem csupán egy fergeteges koncertről szólt, hanem egy olyan komplex eseménnyé vált, amely a zene, a jótékonykodás és az emberi kedvesség találkozását foglalta magába.

Lisócki-Szabó Gréta



Fotó: Gerébí Brigitta



Fotó: Lisócki-Szabó Rita



Fotó: Pixabay

Illatos hagyomány a bölcsozóban

December 12-én ismét mézskalácssütésre várják a bölcsozóba járó gyermekek családját – ahol gyerekek, szülők, a kisgyermeknevelők és a dadus nénik együtt készülnek az ünnepre. Ahogy közelednek az ünnepek, a bölcsozóban is egyre inkább érezhető a karácsonyi hangulat. A finom illatok, a közös nevetések és az együtt alkotás öröme mind hozzájárulnak ahhoz, hogy ez a délelőtti az év egyik legkedvesebb eseményévé váljon.

A mézskalácssütés már évek óta hagyomány a bölcsozóban. Ilyenkor a gyerekek szüleikkel együtt nyújthatják ki a tészta, szaggathatják ki a különféle formákat, majd színes cukorokkal és apró díszekkel, aszalt gyümölcsökkel, magvakkal tehetik egyedivé saját mézskalácsukat. A dadus nénik a konyhában gondoskodnak róla, hogy minden sütemény aranybarnára süljön – a méz és a fahéj illata pedig pillanatok alatt belengi az egész épületet.

Amíg a finomságok sülnék, a kicsik számára külön berendezett játszószerkezet is nyitva áll, ahol önfeledten játszhatnak, építhetnek vagy rajzolhatnak együtt a szüleikkel és a kisgyermeknevelőkkel. A másik csoportszobában apró falatok, frissítők és meleg tea várja a családokat – hogy mindenki megpihenhessen egy kicsit a vidám sütögetés közben.

Ez a délelőtti azonban nem csak a sütésről szól. A program célja, hogy a családok jobban megismerhessék egymást, a szülők beszélgethessenek,

„A mézskalácssütés minden évben egy kis varázslat - nemcsak a sütőből, hanem a szívekből is előkerül valami igazán édes.”

tapasztalatot cserélhessenek, miközben gyermekeik együtt alkotnak és játszanak. Az ilyen alkalom segítene abban, hogy a bölcsozó közösség még összetartóbbá váljon, és igazi családi légkör alakuljon ki. Ez a délelőtti az együtt töltött minőségi időről szól, mind a családok, mind a bölcsozó dolgozók részéről.

A nap végén minden kisgyermek büszkén kóstolhatja meg saját alkotását, és természetesen haza is vihet belőle egy kis csomagot, hogy az otthoni ünnepi

készülődésbe is jusson az élményből. A bölcsozó dolgozói már izgatottan és szeretettel készülnek erre a hangulatos, illatos és meghitt délelőtti, ahol a közös sütés mellett a legfontosabb hozzávaló a jókedv és a szeretet lesz.

Gudmon Elvira, a Manóvár Bölcsozó szakmai vezetője



► A szülők és a gyerekek együtt alkotnak. Forrás: Gudmon Elvira



Forrás: Polgármesteri Hivatal

Egy nap a hivatalban

Lara, Bianka, Jázmin és Bogi. Négy fiatal lány, ifjú hölgy töltött egy teljes – ráadásul hosszú – munkanapot a Polgármesteri Hivatalban. Az Ócsai Halász Károly Általános Iskola tanulói korábban egy pályaaorientációs nap kapcsán már jártak a hivatalban, ahol felajánlották nekik, hogy akár vissza is jöhetnek valamikor, hogy megnézzék, hogyan telik egy nap a helyi közigazgatásban. A lányok éltek a lehetőséggel, az őszi szünet egyik napján megjelentek az ajtóban.

Zsitva Larát egyébként is érdekli az irodai környezetben végzett munka, hasonló helyen szeretne majd elhelyezkedni. Majlinger Jázmin szintén szívesen végezne irodai munkát, ő azonban a marketing felé kacsingat. Kohut Bianka pedig az óvodapedagógia felé húz – a családjában elsőként választhatja majd ezt a pályát. Bartha Boglárka a szépségiparban képzei el magát, hiszen a családjában már van olyan, aki ezen a területen mozog. Ami közös a lányokban, hogy nagyon érdekli őket, mitől működik a város, hol és hogyan születnek a döntések, kik állnak egy-egy olyan rendelet meghozatala mögött, ami az egész település életét befolyásolja.

„Érdekel, hogyan zajlik a Polgármesteri Hivatal dolgozóinak egy napja, mi az ő konkrét feladatuk” – mondja Bogi. „Én azt szerettem volna kideríteni, milyen végzettségű emberek állnak hivataloknak” – folytatja Bianka.

„Megnézhattuk, ki mit csinál pontosan egy munkanapján: a pénzügyes dolgozók, az adóosztály munkatársai vagy éppen a polgármester úr kollégái mutatták meg, milyen szerteágazó egy város mindennapjainak koordinálása” – sorolja Jázmin. „A polgármester úr nagyon közvetlen, a hivatalban tényleg családias a légkör, jókedvűek az emberek. Azt hiszem, pont ez kellett ennek a városnak” – vonja le a következtetést Lara.

Felkészülés a képviselő-testületi ülésre

A lányok éppen október utolsó szerdáját, azaz a testületi ülés napját választották a látogatás időpontjának. Így a munkakezdéstől egészen az ülés végéig maradtak. Paul Tamás polgármester és Kiss Ingrid polgármesteri referens vezették körbe őket a hivatalban. A fiatalok úgy gondolják, a látottak nagyjából megfelelnek annak az elképzelésnek, amit gondoltak a hivatali környezetről. Aztán jött a testületi ülés 30 napirendi pontjának átbeszélése...

Paul Tamás polgármester ismertette a pontokat, és elmagyarázta, melyik miről szól, mit befolyásol az ócsaiak életében, miért fontos róla dönteni, beszélni, adott esetben vitázni. Példákkal segített megérteni az egyes pontok lényegét, hiszen például egy adórendelet módosítása nem feltétlenül érthető egy diák számára a rendelet szövege szintjén, azonban ha a családi költségvetés vagy egy bevásárlás

szemszögéből közelítjük meg, azonnal érthetővé válik.

Hivatali csapatmunka

„Azt hiszem, megfelelő szintű tájékoztatást kaptak a fiatal hölgyek a hivatal működéséről a kollégáim segítségével, akik szívesen fogadták az érdeklődő gyerekeket. Nekem is volt feladatom: meg kellett néznom egy régóta az önkormányzat tulajdonában lévő, ám használaton kívüli épületet, aminek a jövőben funkciót kell találni. Erre a bejárásra vittem el a lányokat. Közösen ebédeltünk, majd áttekintettük a testületi ülés napirendi pontjait” – mondja a városvezető.

„Az ilyen korban lévő fiatalok még kissé apolitikusak, még nem tudják realitásként kezelni a jövőről alkotott képüket. Hogy ebben segítsünk, lehet egy lépés, hogy megismerik egy polgármesteri hivatal működését. Ezáltal nem nyernek politikai belelátást az ügyekbe, hiszen ezen a szinten nem politizálunk. De jogszabályi és rendeleti kötelezettségek vannak, amiket viszont megismerhetnek. Talán sokan azt hiszik, egy polgármester üvegkálitkában ül, és élet-halál ura – most Lara, Bianka, Jázmin és Bogi a saját szemükkel láthatták, hogy ez nem így van” – összegzi a látogatás célját Paul Tamás.

MÁ



Forrás: Polgármesteri Hivatal

Száz éve a magyar hang hullámain

2025. december 1-jén ünnepeljük országszerte a rádiózás születésnapját. Rádió100 eseménysorozattal, konferenciákkal, kiállításokkal, tematikus műsorok és élő közvetítések emlékeznek a jeles napra és idézik fel a száz év történetét – azt a pillanatot is, amikor 1925-ben a Rákóczi út 22. számú ház stúdiójából először szólalt meg a rendszeres adás Magyarországon. Az évforduló alkalmából professzor dr. Simándi Irén egyetemi tanárral (NKE) beszélgettünk a rádiózás múltjáról és jelenéről.

„Az első hírszóró adó 1924-ben egy bűtorszállító kocsin volt, amely a Gyáli úton, a Postakísérleti Állomás udvarán állt” – kezdi dr. Simándi Irén, a 20. századi magyar történelem, politikatörténet, médiatörténet szakértője, egyben a magyar rádiózásé is. A Paskay Bernát által irányított kísérleti adás 250 wattos teljesítményével csak néhány budapesti hallgatót ért el, de hamarosan megérkezett a 2 kilowattos Telefunken adó, amely lehetővé tette a rendszeres sugárzást.

A hang híd volt az emberek között

1925. december 1., a magyar rádiózás hivatalos születésnapja. Ekkor alakult meg a Magyar Telefonhírmondó és Rádió Részvénytársaság. Irén elmesélte, hogy az alapító, Kozma Miklós, már ekkor felismerte az új médium kulturális jelentőségét: „A magyar kultúra fegyvertára erős fegyverrel szaporodott... minden határon túl eljut a magyar szó.”

„A rádió a nemzeti összetartozás szimbólumává vált” – mondta Simándi. „Egyetlen készüléknél gyűlt össze a család, és együtt hallgatták a híreket, színházi közvetítéseket vagy zenét. Ez volt az a korszak, amikor a hang volt a híd az emberek között.”

A háború és újjászületés

A II. világháború alatt a rádió elvesztette függetlenségét, a propaganda szolgálatába állították. „Magyarország német megszállása után a rádió a győzelmet hirdető német propaganda eszköze lett. A lakihegyi Nagyadót felrobbantották, az adások elhallgat-

tak, és csak 1945. május 1-jén szólalt meg újra a magyar hang” – folytatja a professzor.

A háború után azonban a rádió újjászületett, 1945 után folyamatosan a politika eszközévé vált. A Kossuth és Petőfi rádió adásai az 1960-as évektől az emberek mindennapjainak részévé váltak, azzal, hogy szolgáltatást teljesített. Az egyik legismertebb rádiójáték sorozat a Szabó család, amely 1959-től – 2007-ig meghatározó műsora volt a rádióknak. Az évtizedek során a reggeli hírek és a zenés kívánságműsorok mind-mind a generációk közös élményévé váltak. „A rádió akkoriban nemcsak információforrás volt, hanem közösségi tér – a hangok világa, amelyben mindenki otthon érezhette magát” – fogalmazott a szakértő.

Napjainkban a rádiózás

A 21. században a rádió teljesen új formát öltött. Az internet, a podcastok és az online streamszolgáltatások forradalmasították a hallgatást. „Még régen egyetlen készüléknél gyűlt össze a család, ma mindenki a zsebében hordja a rádiót” – teszi hozzá Irén, aki nem tartja ördögtől valónak ezt az új generációs rádióhallgatási narratívát sem. Irén a fejlődés híve, sőt, azt mondja, a mai életformának is megvannak az előnyei a rádiózás szemszögéből. „A mai rádióhallgatás sokkal személyesebb: bár a klasszikus FM-adók – mint a Kossuth, a Petőfi vagy a Bartók – továbbra is meghatározók, a fiatal generációk egyre inkább online hallgatják kedvenceiket, vagy saját ritmusukban választanak műsort. A rádió immár nemcsak műsorszórás, hanem digitális tartalomgyártás is.

Nem kell stúdió hozzá, szinte elég egy telefon, hogy rádiós tartalmat gyárt-sunk.” – mondja.

Mindez azonban nem változtat a lényegen. „A rádió tulajdonképpen ma is ugyanaz, mint száz éve: az emberi hang ereje. A technika fejlődött, de a hang ma is ugyanúgy összeköt bennünket” – hangsúlyozta a rádiótörténész.

KZsÉ



► A lakihegyi adótorony 1940-ben.
Forrás: Fortepan/Rádió és Televízió Újság



► A Magyar Rádió Ikarus típusú busza.
Forrás: Fortepan/Bauer Sándor (1954)

Fantasztikus sporteredmény: beszámoló a világbajnokságról

Ismét büszkéek lehetünk az ócsaiakra, akik most is kiemelkedő sportteljesítményükkel vívták ki a nemzetközi elismerést a világversenyen. Torma Zoltán beszámolóját olvashatjuk.



A Malco (international combat organisation) világbajnokság, október 15–19., Wales, Swansea.
Forrás: Torma Zoltán

A magyar válogatott 11 versenyzővel vett részt a rendezvényen, ahol 20 ország 2200 versenyzője mérte meg magát. Hazánk versenyzői között, a 11 főből 5 ócsai kvalifikálta magát erre a neves eseményre. Ez már önmagában is óriási eredmény, és az egész város büszke lehet az Ócsabox versenyzőire és az egész csapatra, akik segítettek a versenyzők felkészülésén.

6 fővel utaztunk az eseményre. Fördös Krisztina edző, Torma Liza, Torma Lili, Torma Tamás, Bóka Balázs versenyző és Torma Zoltán edző és versenyző. Mind az 5 versenyző 3 számban nevezett, K1, low-kick, és oriental box.

Gyors szabályismertető, hogy tisztázzuk, mi a különbség a szabályrendszerek között. Ami néha apróságnak tűnhet, de a ringben elég nagy súlyuk van ezeknek a kis különbségeknek. A K1 és a low-kick alapvető különbsége a térdhasználat. A K1-ben engedélyezett egy fogással a térdvég, a másikon nem. A támadható felületek mindkét esetben „tokától bokáig”, vagyis lábsőprés, comb, test és fej tá-

madása egyaránt engedélyezett bármilyen technikával. A könyökkel való támadás tilos. Az oriental box abban különbözik a hagyományos ökölvívástól, hogy itt végrehajtható ugrásból és fordulásból is az ütés.

Az első komoly kihívás mindig a „súlyhozás”, a küzdősportokban nagy szerepe van, hogy melyik súlycsoportban indulnak a versenyzők. Néha csak 2-3 kg-ot, de előfordul, hogy akár 10-12 kg-ot is kell fogyni rövid idő alatt úgy, hogy az erő és a koncentráció optimális szinten maradjon. A mostani versenyre a fiú versenyzőknek kellett fogyasztani, és komoly nehézségek árán, de mindenkinek sikerült a megadott súlykategória alá menni. Amennyiben nem sikerül, a versenyzőt kizárják a tornáról.

A cél az volt, hogy egy érmet sikerüljön szerezni a világbajnokságon. Azt gondolom, egy ilyen szintű nemzetközi versenyről egy dobogós hely megszerzése már fantasztikus siker. Az Ócsabox versenyzői ezt messze túlszárnyalták. Nincs elegendő idő és

hely mindenről beszámolni, de azt mindenkinek tudnia kell, milyen fantasztikus teljesítményt nyújtott mindenki. Már a felkészülés alatt is folyamatosan feszegettük a határainkat, a versenyen pedig mindenkinek sikerült óriási csatákat vívni. Amerikai, olasz, francia, ukrán, skót, walesi, angol, portugál, ír versenytársakkal mértük össze tudásunkat. Sok mindent lehetne mondani a bíráskodásról, a szervezésről, a csúszásokról, az ellenfelekről... de inkább csak arról essen szó, milyen fantasztikus fiatal versenyzők vannak ebben a kicsi városban. Óriási szívvel és fantasztikus kitartással küzdötték végig a verseny minden napját.

Hatalmas büszkeség edzőként és apaként megélni mindezt. Óriási élmény volt a tanítványaimmal, a gyermekeimmel együtt versenyezni, küzdeni. Látni, ahogy harcosokká válnak vagy edzővé érnek az útjuk során. Köszönettel tartozunk még a sportegyesületünknek és a Hangmániának az anyagi támogatásukért.

Torma Zoltán



Forrás: Torma Zoltán

Fotó: Peer Réka

Nem először mentettek ki túrázót az ócsai lápból

„Fokozottan védett terület, belépni TILOS!” És mégis, van, aki „belép”. November 2-án egy természetjáró eltévedt az ócsai Öreg-turjánban, és a lápba ragadt. Csak a szerencsén múlt, hogy nem lett belőle tragédia. Nagy Lászlóval, a terület természetvédelmi örkerület-vezetőjével elemeztük a történeteket, és a „mi lett volna”.

A 12 ezer éves ócsai lápvidék területe az alföldi láp-mocsár világ maradványainak egyik gyönyörű és misztikus, lápos talajú területe: a táj földtani, vízrendszeri és élővilági szempontból is különösen értékes. „A láp ősi. Az Ócsai Tájvédelmi Körzet 50 éve, 1975-ben alakult meg, s a terület ekkor vált védett helyé, annak reményében, hogy minél tovább megőrizhessük a még érintetlen tájat: ritka növény- és állatfajok élnek benne, így a szabályozott látogatás kritikus kérdés” – kezdi a szakember, aki maga is olvasta az egész országot bejáró hírt.

Mi lett volna... ha nincs nála mobil?

„Az emberünk az Ócsai Tájvédelmi Körzet egyik legmélyebben fekvő, legrégibb és legérzékenyebb lápfoltjába ragadt bele. Letérve a turistaútvonalról, többszörösen szabálysértő módon, olyan elzárt és megközelíthetetlen helyre gyűrte be magát, ahová még a vaddisznó sem megy. Az odavezető úton több táblán van kiírva ez az egyszerű figyelmeztetés: »Fokozottan védett terület, belépni TILOS!« Ráadásul kutató- és a Madárvárta miatt üzemi terület is egyszerre. Helyismerettel és/vagy engedéllyel nem rendelkező embernek nincs ott keresnivalója!” – fogalmaz a szakember kritikusan.

László szerint a majdnem pórul járt turista valószínűleg a térlátását is elvesztette, ahogy eltévedt, rossz döntéseket hozott, mindeközben be is sötétedett. A természetjárót végül csak

a mobiltelefonja segítette meg a bajban: a kellemes délutáni napsütéses kirándulásból könnyen lehetett volna tragédia is, ha a tűzoltók és a katasztrófavédők együttes erővel nem szabadítják ki a láp fogságából. Nagy László azt is elmesélte, hogy a természet időről időre bebizonyítja, hogy erősebb nálunk. „Úgy emlékszem, 20 vagy 22 évvel ezelőtt egy ócsai fiú ugyanígy beragadt ugyanott a lápba. Az édesapjával együtt, kötéllel összekötve, hangosan kiabálva találtuk meg a fiút. Akkoriban sem GPS, sem mobiltelefon nem segítette a mentést...”

Mi lett volna... ha hallgat a szóra?

Nagy László arról is beszélt, hogy a tilítás nem csupán formálisan jelent tilalmat, hanem azt is, hogy az ott élő élővilág is komoly és visszafordíthatatlan sérüléseket szenvedhet. „Akarva-akaratlanul, szándékosan vagy tudattalanul letiporhatunk egy ritka növényfajt, megkárosíthatunk élőhelyeket...” – mondja, majd hozzátéveszi, hogy van egypár szabály, s ha ezeket betartjuk, nem kerülünk bármely lápban efféle helyzetbe:

- ▶ Olvassuk el a figyelmeztető táblákat!
- Csak a kijelölt tanösvényeken közlekedjünk – és még akkor is legyünk óvatosak.
- ▶ Ha túrázni indulunk, tájékozódjunk előre: van-e vezetett túra, engedély, táblázás stb.
- ▶ Mobiltelefon legyen nálunk, vagy

térkép, esetleg GPS-nyomkövető.

- ▶ Ha úgy érezzük, baj van, eltévedtünk, próbáljunk meg ugyanazon az útvonalon visszamenni, ahonnan elindultunk.
- ▶ Természetvédelmi szempontból: ne csak saját biztonságunk miatt viselkedjünk felelősségteljesen, hanem az élőhely védelme miatt is: ne téjünk le, ne tapossuk le a növényzetet, ne zavarjuk az állatokat.

A természet közelsége sokunk számára nyugalmat, feltöltődést jelent, ám ez nem feltétlenül jelenti, hogy a természet lágy ölén biztonságban is vagyunk. A ócsai lápvidék (és hasonló területek) esetében kifejezetten nem. Nagy László szavai szerint: „A mai, aszfalton nevelkedett ember már elidegenedett a természettől. Nem élünk úgy együtt vele, mint egykor nagyszüleink. Nem ismerjük annyira, mégis egy nap alatt be akarjuk venni, és nem számolunk a kockázatokkal. Az ember sohasem lesz erősebb a természettől!” – zárja László, aki azt tanácsolja, hogy ha tényleg megismernénk a helyi titokzatos lápot, akkor egy tavaszi vezetett túrát keressünk fel. (Ezeket a dinpi.hu oldalon találják.) Ott igazán megérezhetjük: a természet nem játék. Ha nem ismerjük a szabályokat, nem tiszteljük a terepet, akkor a kellemes séta után könnyen találhatjuk magunkat tényleges veszélyben. Vigyázzanak magukra!

KZsÉ

A karácsony varázsa, a zene varázsa

Az év végi ünnepi időszak közeledtével mindannyian igyekszünk ráhangolódni a karácsony varázsára – feldíszítjuk otthonunkat, felkapcsoljuk a fényfüzéreket, vagy éppen örült mézeskalácssütésbe kezdünk. A hangulat fokozásában azonban nemcsak ezek a kis rituálék segítenek: több helyi program is hozzájárul ahhoz, hogy igazán ünnepi hangulatba kerüljünk. Ezek közül az egyik, Denkéné Vigh Melinda zenei vezetésével, immár több mint tíz éve varázsló karácsonyi hangulatot évről évre. Idén december 11-én ismét részesei lehetünk ennek az élménynek – ennek kapcsán a koncert másik állandó főszereplőjével, a ma már nyugdíjas zenetanárral, Katona-Zsombori Pállal beszélgettünk.

Az Ócsai Református Műemlék Templom ódon falai már tizedik alkalommal adnak otthont az ott karácsony előhírnökeként felcsendülő ünnepi énekeknek.

„A Halász Károly Általános Iskola játékonysági hangversenyét minden évben Denkéné Vigh Melinda szervezi. Ám ő mint a kórusnak a vezetője mindig egy komplex zenei élményben gondolkozik, ezért a zenei alapok miatt minden évben bevon engem is, hogy együtt hangszereljük meg a ki-szemelt dalokat. Évről évre egyre fárasztóbb ez már nekem, bevallom, de nem tudok neki nemet mondani! (Nevet.) Nem tudom visszautasítani, olyan szépen kéri” – mesél a pedagógus, aki végül persze örömmel vesz részt az előkészületekben minden évben, és büszke arra, hogy szép előadások születnek.



Fotó: Mészáros Gábor



Fotó: Mészáros Gábor

Katona-Zsombori Pál nevével a magazin olvasói így vagy úgy már biztosan találkoztak. A most középkorú korosztály szívesen emlékszik vissza a szigorú, de barátságos tanár úrra, aki mindig elhivatottan állt a zene tanításához.

„1989-ben települtünk át Marosvásárhelyről Ócsára, ahol Katona-Zsombori Máriával, a feleségemmel együtt egy pedagógusállás várt bennünket. 8 éven át fél katedrával tanítottam az általános iskolában ének-zenét. Mivel Ócsán mindig is sok volt a tehetséges diák, kezdeményeztem egy zenei osztály indítását az általános iskolában. Ez volt az a pont, amikor elkezdtünk Melindával együtt dolgozni, és azóta tart a jó kapcsolat. Tiszteljük egymás munkáját” – mondja Katona-Zsombori Pál.



Fotó: Mészáros Gábor

Kalimba, az ócsai zenei élet aranykora

„Én mindig csapatjátékos voltam! Egyszerűen egyedül nem szerettem soha a színpadon állni, pláne muzikálni. Annak ellenére, hogy komolyzenész főiskolai végzettségem van, fiatalon Erdélyben volt több könnyűzenei zenekarom is, doboltam esküvőkön is, hogy eltartsam a családom. Ám engem a hangszerelés, a zenei hangzás érdekelt a legjobban. Magyarországon laktunk már, és az élet úgy hozta, hogy 1998 után megalapítottam a Kalimba ütőegyüttest, ami ütőhang-

szerekből álló kamarazenekar volt, valahol a könnyű- és a komolyzene határmezsgyéjén. A fiatalokból, a diákjaimból verbuvált Kalimba 12 évet ért meg. Elég nagy sikereink voltak, többen a zenekar hatására indultak el a zenei pályán” – mesél tovább nosztalgizva Katona-Zsombori Pál.



Kalimba a Duna TV műsorán. (2010)
Forrás: Kalimba (YouTube)

Az együttes a város összes kiemelt programján fellépett, az Ócsai Kulturális Napoktól kezdve az adventi koncertekig. Az országos megmérettetéseken pedig szépen szerepeltek: a váci és a győri megrendezésű versenyekről is sorra hozták el a dobogós helyezéseket.

„A saját készítésű hangszerekkel mi mindig egy üde színfolt voltunk, hiszen nem sokan mondhatják el magukról, hogy a házi műhelyben hangszert készítenek. Nálunk így volt: saját kezemmel készítettem a marimbákat, xilofonokat, vibrafonokat, dobokat. Ha az iskolában tanítottam, ha otthon voltam, mindig a zenén járt az eszem. Hogyan fejlesszem az apparátust, hogyan fejlesszem magam? Nagyszerű időszak volt, de egyben nehéz is, mert sokakért tartoztam felelősséggel. A nehézségek ellenére semmit sem csinálnék másképp: ez a zene varázsa!” – zárja a pedagógus, akinek az érdemeit Ócsa városa több alkalommal is (Ócsa Kultúrájáért Díj 2002, 2010) elismerte.

KZsÉ

Ó... azok a régi ócsai karácsonyok!

Ahogy az ország más tájegységein, így Ócsán is voltak különböző szokások, melyek megelőzték az év legnagyobb ünnepét. És hogy vajon a tyúkoknak mi közük volt az ünnephez és a porta szerencséjéhez a régi-ek szerint? Ez is kiderül!

Az adventi hetekben már tilos volt a mulatság, nem volt lakodalom, azonban megkezdődtek a disznóölések és a családi, rokoni vacsorák, találkozások. Az események már november 30-án, András napján kezdődtek, amikor a sógorok, komák, barátok egymáshoz látogattak.

Miklós napján (december 6.) subába öltözött rokonok ijesztgették a gyerekeket a faluban. Luca napján tartották magukat a hiedelmekhez: az asszonyok nem varrtak, nehogy ne tojjanak a tyúkok. Éjfélkor a gazda cirokseprűvel söpörte körül a házat „Hess be!” felkiáltással, a gazdag tyúktojáshozam reményében, ügyelve, hogy csak befelé seperjen, hogy a szerencse is bent maradjon. A tyúkok maguk is hozzájárultak a háziak szerencséjéhez, amikor abroncsból csipegették a magot, miközben a gazda bökdöste őket. Elkezdődött továbbá a lucaszék készítése, ami karácsonykor az éjféli misén tett jó szolgálatot, hiszen ráállva megpillanthatták a boszorkányokat.

Ünnepi szokások

A katolikus házaknál a gyerekek elkészítették a pásztorjáték kellékeit, próbálták az előadásukat. Karácsony előtt 9 nappal „szállást keres a szent család” címmel összejött a rokonság és a barátok valakinek a házána, ahol a gyerekek előadták a színjátékot, majd vendégség következett.

A református házaknál Krisztus áldott születését köszöntötték. Ez volt a kántálás. Pásztornak öltözve, bottal, énekek kántáltak, majd a háziak jutalmul pénzt, almát, süteményt, esetleg bort adtak.

A karácsonyfa nem volt általánosan elterjedt, ha mégis volt, általában almával, dióval, habkarikával díszítették. A szaloncukor nem volt jellemző.



► Végh László Flórián helytörténeti kutató gyűjteményéből. A fotólap egy fotó képeslapméretben, amit gyakran a hátlapon megcímezték, és ugyanúgy feladtak, mint egy sima képeslapot.

Az ünnepi asztalon mindig megjelent az alma, amelyet annyi felé osztottak, ahány családtag ült körül az asztalt, hogy ha valaki elmegy a családtól, mindig emlékezzen rájuk. Az ünnepi vacsora fő fogása a korábban levágott disznóból vagy tyúkból készült. Ezt követte a mákos guba és a mákos-diós kelt kalács. Vacsora után beszélgetett, kártyázott a család. Az éjféli misén a lányok és a fiatalasszonyok fehér ruhát, fehér berlinerkendőt viseltek. Karácsony első ünnepén sötétkék, bordó, zöld vagy barna szövetruhában mentek templomba. A második ünnepen drapp és világos ruhákat választottak, ugyanolyan

nagykendővel. Újévkor csak a férfiak mentek köszönteni a rokonsághoz, ugyanis a hiedelem szerint ha nő lép először a házba vendégként, az balszerencsét hoz. Figyeltek továbbá arra, hogy lehetőleg jó hangulatban teljen a napjuk, hiszen úgy vélték, amilyen a kedvük újév napján, olyan lesz egész évben.

MÁ

Forrás: Magyar Mária és Magyar Ilona: Ócsai népszokások – Bölcsőtől a koporsóig

Egy lépéssel közelebb az egészséghez

Van egy kis csapat Ócsán, akik heti két-három alkalommal róják a kilométereket. Gyalogolnak, sétálnak, mindezt az egészség és a prevenció jegyében. A csoport szeptember közepe óta formálódik, és már részesei voltak a Világ Gyalogló (Hó)napjának is az őszi folyamán, valamint a Monspart Sarolta Egészséges Életmódért Alapítvány országos gyaloglóklub-hálózatához is csatlakoztak már.



► A közösség ereje szintén mentálisan építő jellegű.
Forrás: Krasznainé Balogh Edina

Krasznainé Balogh Edina mentálhigiénia-prevenció-specialista évekként elmondta, hogy az inzulinrezisztencia miatt kezdett el rendszeresen mozogni. Mivel a mozgás, kimondottan a gyaloglás érezte a jótékony hatását, arra gondolt, jó lenne Ócsán egy aktív gyaloglást kedvelő közösséget létrehozni. „A közösségi médiában posztoltam egy ilyen jellegű felhívást, és meglepetésemre komoly érdeklődést váltott ki a lehetőség, főként a senior korosztály körében. Az aktív dolgozó korosztály vagy a kisgyermekes szülők még nem érnek rá abban az időben, amikor a sétákat szervezem, hiszen főállás mellett végzem ezt a tevékenységet. Azonban szeretnék a jövőben hétvégi alkalmat is meghirdetni” – mondja Edina, aki beszélgetésünk során éppen a sétatársait várja, hogy közösen indulhassanak neki a mai néhány kilométeres távnak.

„A gyaloglás kardióedzés is egyben: a séta képes befolyásolni a dopamin hormon (kulcsszerepet játszik a motivációban, mozgáskoordinációban, örömmérzetben, és fontos szerepe van

a tanulási folyamatokban és a memóriában) és a kortizol hormon (magas: gyengítheti az immunrendszert; alacsony: szédülést vagy ájulást okozhat) szintjét a szervezetben, valamint endorfin termel, amelyet csak boldogsághormonként emlegetnek. Ez a fajta mozgás javítja az immunrendszer működését, erősíti a csontokat, építi az izomszövetet, sőt, zsírt is éget. A rendszeres testmozgás a szervezet egészére kihat. Pozitívan hat a szívre, a mozgató-, légző- és keringési rendszerre egyaránt. Ellenálló képességünk és teherbírásunk a mozgás által nő, javul. Az idegrendszerünkre nyugtató hatással van, így a mindennapi élettel felhalmozódó stressz kezelésében is segítséget nyújt. A közösség ereje szintén mentálisan építő jellegű, nagyon fontos támogatórendszerünk is egyben” – sorolja a szakember.

Hol vagytok, férfiak?

A csapatot jelenleg nők alkotják. Hogy miért nem csatlakozott még férfi tagtárs hozzájuk, Edina nem tudta megmondani. Pedig a gyaloglás kortól és

nemtől függetlenül kiváló mozgásforma. Hozzájárulhat bizonyos betegségek, mint például a 2-es típusú cukorbetegség, a magas koleszterinszint megelőzéséhez vagy kezeléséhez.

„Én már a gyógyszert is elhagyhattam, amit az IR-betegségem miatt kellett szednem, viszont prevenció céljával félelmenként rendszeresen felkeresem a diabetológusomat” – hangsúlyozza Edina.

Aki kedvet kapott a sétához, hetente két-három alkalommal biztosan megtalálja a csapatot: sétanaptárjuk szerint indulnak a város utcáin, a Pincesor vagy éppen a Turján érintésével. A város a környék minden évszakban szép, így nincs két egyforma alkalom. A meghirdetett események az Egészségvédelem – Gyaloglás – Ócsa Facebook-csoportban találhatók. Sétára fel, kerüljünk egy lépéssel közelebb az egészséghez!

MÁ



Fotó: Pixabay

Hogy biztonságban teljen az ünnep

A karácsony az év talán legszebb időszaka. Az adventi koszorú és a karácsonyfa valamilyen formában szinte minden otthonban jelen van, azonban ahol fellobban a gyertya lángja, vagy világít egy izzósor, ott veszély is leselkedik. A tűzoltók szempontjából mindig kiemelt időszak a december, hiszen a legszebb ünnepet olykor tragédiák árnyékolják.

Minden évben gondot okoznak az őrizetlenül hagyott adventi koszorúk vagy a minőségi tanúsítvány nélküli izzósorok. Decemberben általában az adventi koszorú okozza a bajt, ha nem kellő körültekintéssel gyújtjuk meg a gyertyákat. „A legfontosabb, hogy a koszorún lévő gyertya semmilyen körülmények között ne tudjon eldőlni. Amikor meggyújtjuk a gyertyát, soha ne hagyjuk felügyelet nélkül, hiszen amikor leég, a koszorú alapja lángra kaphat, vagy a házi kedvenc, a kisgyerekek fellökheti, és kész a baj. A koszorút mindig olyan helyre tesszük, ahol a környezete nem tud lángra kapni. Például ha asztalra tesszük, helyezzük egy fémlapra” – javasolja Gere Imre tűzoltó ezredes, a Monor Katasztrófavédelmi Kirendeltség vezetője.

Jaj, ég a karácsonyfa!

Amikor a fenyőfa bekerül a lakásba, már a legtöbb esetben többnapos, -hetes vágással érkezik. „Ilyenkor a fa azonnal elkezd nedvességet veszíteni, azaz kiszáradni. Ezt megtűzdeljük díszekkel, izzósorokkal, esetleg gyertyával, netán csillagszóróval. Elég egy szikra, egy túlmelegedő fényfűző, és 30 másodpercen belül már ég is a szoba. Ezt mérések igazolják” – mondja a szakember.

Hogy a kockázatot csökkentsük, a fenyőfát érdemes olyan tartóba helyezni, amibe vizet lehet tölteni, illetve naponta kaphat vízpermetet a növény, így valamiképp lassítható a száradási folyamat. A legtöbb karácsonyfátűz egyébként januárban keletkezik, amikor már hetek óta a meleg lakásban vannak a karácsonyfák. Itt kell megemlíteni a csillagszórókat, amik amellet, hogy nagyon szépek, a pattogó szikrák miatt veszélyesek is. A csillagszóró általában 1000–1600 °C-on ég, azonban a szikrák akár 1800 °C-osak is lehetnek. Az emberi bőrön ugyan ritkán okoznak sérülést, mert nagyon hamar kihűlnek, egy száraz fának vagy koszorúnak azonban éppen elég ennyi.

Amikor fontos a papír

Az izzósorok esetén fontos, hogy megbízható helyen vásároljuk őket, és legyen a terméknek CE-minősítése. A CE-minősítés az európai megfelelés rövidítése, és a jelzés arra szolgál, hogy a termék megfelel az Európai Unió (EU) vonatkozó jogszabályi követelményeinek. Ha lehet, a LED-es fűzőket részesítsük előnyben, mert azok nem melegszenek.

Ugyancsak jól jön ebben az időszakban egy füstérzékelő is, hiszen ha van

ilyen beszerelve, akkor van esély rá, hogy időben gátat vessünk a tűz terjedésének. Ennél a készüléknél is fontos, hogy megbízható helyről vásároljuk.

A szilveszter is kiemelt időszak katasztrófavédelmi szempontból. Ekkor a tűzijátékok adnak munkát az új évet a lakosságban köszöntő tűzoltóknak. A tűzijátékok használatát, tárolását és megvásárlását szigorúan szabályozzák. Csak december 31-én 18 órától január 1-én 6 óráig használhatók fel a 3-as kategóriájú, legális csomagolású tűzijátékok. Ezeket megbízható helyen kell beszerezni, a pult alól eladott termékek nem biztonságosak. A petárda használata szigorúan tilos!

Aki otthoni tűzijátékozással köszönti 2026-ot, csak szabadtéren, emberektől, állatoktól, épületektől minél messzebb gyűjtsa be azokat – szigorúan betartva a használati útmutatóban leírtakat. Egy elszabadult rakéta, rossz irányba lött tűzijáték tüzet, ezzel jelentős kárt, sőt tragédiát okozhat.

Mindenkinek boldog és biztonságos ünnepeket kíván a Monori Katasztrófavédelmi Kirendeltség és Dabasi Hivatásos Tűzoltó-parancsnokság!

MÁ



Elhunyt a polgárőrség egykori elnöke: Szabó András „Bandi”

„A ’90-es években mindenki táncolt” – idézhetnénk az egyik popslágerből, ami az akkori Ócsára csak részben lenne igaz. Az akkor hihetetlen népszerűségnek örvendő DDA diszkó környékén azonban nem mindenki táncolt, sőt, nem mindenki érezhette magát biztonságban Ócsa utcáin. Egyre gyakoribbá váltak a randalírozások, betörések, garázdaságok. Ekkor fogalmazódott meg néhány elhivatott ócsai lakosban, hogy tenni kell a közbiztonságért. Így jött létre a Szövetség Ócsáért Faluvédő Egyesület, amelyet 1993. március 31-én jegyezték be hivatalosan. A kilencvenes évek közepén csatlakozott az Országos Polgárőr Szövetséghez. Első elnökének Szabó Andrást, vagy ahogy mindenki ismerte, Bandit választották meg.



Forrás: Bódiné Nagy Johanna

Szabó András szeptember 23-án hunyta le örökre a szemét, de akik ismerték, mindig emlékezni fognak rá. Született ócsai volt, itt élte le életét, dolgozott a FÉG-nél, a NAGÉV-nél, majd Nagytarcsán, ahonnan végül nyugdíjba ment. Szerszámkészítőként kiváló szakember volt – mindent megjavított, sőt, egyszer még egy traktort is épített. Négy gyermek és kilenc unoka gyászolja.

„Nagyon jól ismertük egymást. Bandi majdnem 20 évig, 19 és fél éven át töltötte be az elnöki pozíciót. Fáj, hogy már nincs velünk” – kezdi Bódiné Nagy Johanna, aki évtizedeken keresztül rótt Ócsa utcáit a polgárőrökkel. Bandi egészen 2012 októberéig töltötte be az Ócsa Városi Polgárőr Egyesület elnöki pozícióját, amikor felesége egészségi problémái miatt lemondott, hogy több időt tölthessen vele. Ekkor az egyesület őt mindenkorai tiszteletbeli elnökévé választotta. Szabó András és felesége egyaránt, Bódi László, valamint Johanna maguk is 20 éven

át voltak aktív tagjai a faluvédőknek, majd a Polgárőrségnek. Családként, közösségként dolgoztak Ócsa biztonságáért.

„A DDA alatt nem telt el úgy szombat, hogy Bandival együtt ne lettünk volna mi is kint az utcákon. Ez volt az életünk!” – mesélik Johanna és László felváltva. Főként gyalog biztosították a területet, hiszen a szórakozóhelyről az állomásig tartó útvonal gyakran a randalírozók terepe volt. A rendőrség is támogatta a polgárőrök munkáját: URH-rádiókkal segítették őket, hogy hatékonyabban tudjanak beavatkozni. „Abban az időben rengeteg volt a betörés a huligánok miatt. Mi mindent önként csináltunk, saját autóval, saját benzinnel jártunk” – emlékeznek vissza. Később, 1993-ban, Buza Attila polgármestersége idején az egyesület már anyagi támogatást és később az Országos Polgárőr Szövetségtől pályázat útján gépjárműveket is kapott, ezzel ismerve el a faluvédők elhivatott munkáját.

Az elhivatottság, ami példa marad

A faluvédők polgárőrséghez való csatlakozása után is az maradt a legfontosabb cél, hogy az egyesület Ócsáért és egymásért dolgozzon.

„Bandi volt ennek a lelke! Mesélek egy sztorit, amiből látni, milyen elhivatott volt: egyszer karácsonykor, az éjjeli mise közben több autót feltörtek vala-

mi trógerék, onnantól kezdve minden éjjeli mise ideje alatt is biztosítottuk a templom környékét. Egyik éjjeli misén feltűnt, hogy több idegen is bement a templomba. Utánuk mentünk, de mire odaértünk, eltűntek. Kocsiba ültünk, és a Némedi úton megtaláltuk őket – épp egy házhoz másztak be a kerítésen. Kiderült, hogy kifigyelték, kik mentek templomba, és míg a család imádkozott, betörni készültek. Rajtakaptuk őket, ezzel megakadályoztuk a betörést!” – mondja izgatottan, egyszerre szomorúan Johanna, hiszen minden szenteste eszébe jut ez a történet, így az elhunyt is. Egy közösségben élő család története A polgárőrségi szolgálatot a családok is segítették. „A nagymamák vigyáztak a gyerekekre, így tudtunk éjjel is szolgálatban lenni. Bandiéknál is így volt – náluk az egész család részese volt ennek az önkéntes, szívből végzett munkának” – meséli a volt polgárőr.

„Bandi mindig nagyon a szíven viselte az egyesület sorsát. Az utána következő vezetéssel azonban nem mindenben értett egyet, de mindig figyelemmel kísérte a közösség életét, és szívesen segített volna tanácsal, tapasztalattal” – tette hozzá László. Egy élet az ócsai közösségért Szabó András életét végigkísérte a tenni akarás, a segíteni vágyás és a közösség iránti hűség. Munkássága, önkéntesi elhivatottsága is példaértékű.

KZsÉ

Mitől lesz a karácsony stresszes, és mit tehetünk ellene?

A karácsony az év egyik legjobban várt és legkedveltebb ünnepe. Egy hosszabb várakozási időszak – az advent – előzi meg, mely segíthet felkészülni a várva várt ünnepre. Azonban sokunknak ez az időszak nem a nyugalomról szól, sokszor már december elején érezhetjük a „holiday blues”, vagyis a karácsonyi időszakban jellemző levertség, lehangoltság, szorongás, szomorúság érzését, mely az ünnep környékére korlátozódó átmeneti hangulatra utal.



Fotó: Pixabay

Mitől válhat stresszessé a karácsony?

A karácsony ma már nem ugyanazt jelenti sokunk számára, mint régen. Egy fogyasztói társadalomban élünk, ahol folyamatosan vásárlásra és túlfogyasztásra ösztönöznek bennünket. Ez nagy hatással van az ünnep élvezetére és az ünnep utáni vágyakozás időszakára. Ahogy közeledik a karácsony, egyre nagyobb lesz a rohanás, egyre nő az önmagunkkal szemben állított elvárásaink száma, és egyre kevésbé tudjuk valójában megélni az ünnepet. Ilyen elvárások lehetnek a lakás nagytakarítása, az ünnepi menü összeállítása, sütés-főzés, és természetesen a tökéletes ajándékok megtalálása.

Sajnos azonban egyre többször találkozhatunk azzal az üzenettel, hogy a karácsony kizárólag az ajándékozásról szól, hogy minél többet, minél nagyobb, minél drágábbat akarjunk adni, mintha az ajándék ára a társas kapcsolataink fontosságát is mutatná. A tökéletes ajándék megtalálása, a

halogatás, a tömeg és a közben mindenhol felénk irányuló karácsonyi üzenet, hogy ez az ünnep a boldogságról és a szeretetről kellene szólnon, tovább növelhetik stressz-szintünket, hiszen sokszor pont az ünnep lényegi részét nem tudjuk megélni.

Praktikák egy nyugodtabb karácsonyért

A karácsonyi stressz csökkentése azonban lehetséges. Igyekezzünk ne az utolsó pillanatban bevásárolni, akár már hónapokkal korábban elkezdhetünk ajándékoktalanul gondolkodni, a nagybevásárláshoz pontos listát készíteni. A bolti tömegek elkerülése érdekében jó lehetőség az online vásárlás, vagy tárgyak helyett ajándékozhatunk élményt is. A kötelező ajándékozás érzése és a felesleges pénzkidadás elkerülése érdekében adhatunk általunk készített ajándékokat. Fontos továbbá tudatosítani magunkban, hogy az ajándékozás nem egy verseny. Nem kell nagyobb, drágább, több ajándék-

kot adnunk ahhoz, hogy kimutassuk szeretetünket, hiszen az ünnep ennél sokkal többről szól. A családdal eltöltött idő, a találkozás a régen látott rokonokkal, a karácsonyi hagyományok, a díszítés és a megpihenés teszik a karácsonyt szeretett, várt, emlékezetes ünnepé.

Hiszen valójában most éljük a később emlegetett „rég szép időket”. Próbáljunk ne a tökéletes karácsonyra törekedni, az ünnep lehet varázslatos a csillogó padló, drága ajándék nélkül is, mert az ünnep valójában bennünk, a lelkünkben születik meg.

Faldina Dóra

Források: Hegedűs Dóra, Mitrev Ariel Zoltán (2021) – Tényleg boldog a karácsony? – A karácsonyi stressz (stresssmass) átélése fiatal felnőttek szemszögéből – Vezetéstudomány, 2–11.

Hivatkozások: Dóra Hegedűs, Z. A. (2021). Tényleg boldog a karácsony? Vezetéstudomány, 2–11.



Az angyalok világa: az égi rend és az ember kapcsolata

Az angyalok misztikus alakjai a keresztény hitvilágnak, akik hidat képeznek Isten és ember között. Bár gyakran csak a védőangyalokat vagy a híres arkangyalokat emlegetjük, a hagyomány szerint az angyalok kilenc rendbe sorolhatók. Ez a szellemi hierarchia több mint ezeréves teológiai gondolkodás eredménye, és a teremtés isteni rendjét tükrözi.



► William-Adolphe Bouguereau: Az angyalok dala (részlet)
Forrás: Wikipédia

Az isteni fény közelében

A legmagasabb szinten azok az angyalok állnak, akik közvetlenül Isten dicsőségét szemlélik. A **Szeráfok** a „lángoló szeretet” angyalai – ők Isten trónja körül éneklik szüntelenül a „Szent, szent, szent az Úr” himnuszot. A **Kerubok** a bölcsesség és az ismeret őrzői, akik az isteni titkokba látnak bele. A **Trónusok** pedig az igazságosság hordozói: rajtuk „nyugszik” Isten dicsősége, ők biztosítják az égi rend állandóságát.

Az ember mellett – az angyalok legközelebbi köre

A harmadik triász az, amely leginkább jelen van az emberi életben. A Fejedelemségek népek, közösségek és városok fölött őröködnek, védelmet és békét kérve az adott közösségre. Az Arkangyalok – mint Szent Mihály, Gábriel és Ráfáel – különleges feladatokat kaptak: Mihály a harc és a védelem, Gábriel az isteni üzenet, Rafael

A harangok az angyalok hírnökei, akik imára hívják a közösséget. Ócsán, a katolikus templomban a kis harangot Szent György, a középsőt Szűz Mária és a kisdéd Jézus, a nagy harangot pedig a Szentháromság tiszteletére öntötték.

pedig a gyógyítás angyala. Ők azok, akik Isten üzenetét hozzák a világba.

Végül a „közönséges” angyalok következnek – akik valójában a legközelebb állnak hozzánk. Ők a védőangyalok, akik minden ember életét kísérik a születéstől a halálig, és láthatatlanul segítik döntéseinket, védelmeznek veszélyben, vagy éppen megérintik a lelket, amikor a hit meginogni látszik. Az angyali hierarchia nem pusztán elvont vallási elképzelés, hanem a harmónia és a rend szimbóluma is. A keresztény tanítás szerint Isten minden teremtménye, az angyaloktól az emberig, egy összefüggő láncolat része. Ezért az angyalok nem csupán távoli, mennyei lények, hanem az isteni szeretet továbbadói, akik segítik eligazodni az emberiséget a világ sötétségében.

KZsÉ

Források: Valerian atya, bizdramagad.hu, wikipedia.hu



Anyakönyvi hírek

Elhunytak

	Születési idő	Halálozás ideje
Riegel István	1964. augusztus 29.	2025. szeptember 18.
Buzek Bálintné sz.: Könyves Edit	1942. május 6.	2025. október 2.
Glóz Istvánné sz.: Schenk Julianna	1938. április 28.	2025. október 3.
Sponga Károly	1956. április 25.	2025. október 22.
Terdik Gyuláné sz.: Czibula Lidia	1944. szeptember 28.	2025. október 26.
Máté Károly	1942. november 20.	2025. október 29.

Megszülettek

Báki Ádám	2025. szeptember 29.
Kovácsik Helena	2025. október 8.
Polyák Lénárd Lehel	2025. október 17.

Házasságkötések

Enkhjav Tumentsetseg – Jenei Imre	2025. október 15.
Silman Hajnalka – Fogarassy Sándor	2025. október 18.

Huszonötödik házassági évforduló

Márkus Ildikó Judit – Kiss József Ferenc	2000. október 14.
--	-------------------



Fotó: Pixabay

Új bérlakáspályázat indul Ócsán

December elején új bérlakáspályázatot hirdet Ócsa Város Önkormányzata. A nyertes pályázó piaci alapon bérelhet majd önkormányzati ingatlant a Liget Lakóparkban.

2025. június 1-jén lépett hatályba Ócsa Város Önkormányzata Képviselő-testületének 8/2025. (V. 29.) önkormányzati rendelete, amely az önkormányzat tulajdonában álló lakások bérletére és elidegenítésére

vonatkozó szabályokat tartalmazza. A rendelet 3. § (1) bekezdése kimondja, hogy a bérbeadói jogosítványokat közvetlenül a Képviselő-testület gyakorolja. Azaz: a testület dönt az ingatlanok bérbeadásáról. A Képviselő-testület 2025. november 26-án tartotta rendes ülését, amelyen a Liget Lakóparkban található, **Hársfa utca 12.** szám alatti önkormányzati ingatlan piaci alapú bérbeadásának kérdését is napirendre vették. A bérbeadásra vonatkozó pályázat várhatóan december 1-jén kerül meghirdetésre. A kiírást a megszokott módon – a város hon-

lapján (<https://ocsa.hu/>) és a hirdetőtáblákon – tesszük közzé.

Kocsis-Kótabé Dóra igazgatási irodavezető, Ócsai Polgármesteri Hivatal



Forrás: Index



Programok

december-január

Egressy Gábor Szabadidőközpont

- December 1. hétfő, 19:00, **Jövőre veled ugyanitt** – színházi előadás
- December 6. szombat, 10:00–12:00, **Szöszmötölő** – Magvasmézeskalács-sütés
- December 6. szombat, 16:00, **Mikulás-napi matiné**
- December 6. szombat, 21:00, **Mikulás-büfé buli az #ABisztróban**
- December 12. péntek, 17:00, **Adventi fúvóskoncert** (Múzsák AMI)
- December 13. szombat, 14:00, **Társasjáték klub**
- December 15. hétfő, 17:30, **Adventi zongorakoncert** (Múzsák AMI)
- December 20. szombat, 10:30, **Karácsonyi zenés bábelőadás**
- December 21. vasárnap, 15:00, **Mindenki karácsonya**
- December 31. szerda, 21:00–04:00, **Szilveszteri buli az #ABisztróban**
- Január 16. péntek, 16:00, **Oroszlánkirály kisállat-kiállítás és -simogató**
- Január 20. kedd, 18:30, **Szikra László stand-up-előadása**
- Január 23. péntek, 18:00, **A magyar kultúra napja** – Gálaműsor és a városi kitüntető díjak átadása
- Január 30. péntek, 17:00, **Állati jó farsangi délután**
- Január 31. szombat, 21:00–04:00, **Farsangi buli az #ABisztróban**

Figyelem! December 22-től január 5-ig az Egressy Gábor Szabadidőközpont zárva tart!



A vándor adventi koszorú gyertyagyújtási alkalmai

- November 30. vasárnap, 10:00, **Első gyertyagyújtás a városi adventi koszorún** – Ócsai Református Műemlék Templom
- December 7. vasárnap, 9:00, **Második gyertyagyújtás a városi adventi koszorún** – Baptista Imaház
- December 14. vasárnap, 9:00, **Harmadik gyertyagyújtás a városi adventi koszorún** – Szentháromság katolikus templom
- December 21. vasárnap, 15:00, **Negyedik gyertyagyújtás a városi adventi koszorún** – Egressy Gábor Szabadidőközpont

Ócsa területén

- December 6. szombat, 13:00, **Mikulás-tekerés** – Az új bicikliút felavatása – Templom tér
- December 7. vasárnap, 11:00, **Adventi vásár a PÁ-VA Pincészetnél** – Öreghegyi Pincesor
- December 7. szombat, 14:00, **Mikulás-futás** – UFÓ SE
- December 11. csütörtök, 17:00, **Karácsonyi koncert gyermekkórossal** – Ócsai Református Műemlék Templom
- December 13. szombat, 14:00, **Angyalváró adventi vásár és családi délután** – Templom tér
- December 14. vasárnap, 10:00, **Ovis Karácsonyi Istentisztelet** – Baptista Imaház
- Január 1. hétfő, 10:00, **Újévi túra a Kosboron** – UFÓ SE

Ócsai Tájház

- December 6. szombat, 9:00, **Madárgyűrés a Turjánon, madárkalács-készítés**
- December 14. vasárnap, 10:00, **Luca nap az Ócsai Tájházban** – Hagyományismeret, mese és kézműves-foglalkozás (csak ONLINE jegyvásárlással)
- December 14. vasárnap, 10:00–14:00, **Kamratöltő kispiac**

