

**Beszámoló a „Civil szervezetek számára környezeti és társadalmi fenntarthatóságot
szolgáló közösségfejlesztő projektek támogatására” elnyert FSZK-2024-911
azonosítószámú pályázatról**

Budapest Főváros III. kerület, Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat Civil, Ifjúsági, Kulturális, Oktatási Nemzetiségi és Turisztikai Bizottságának 35/2024. (III.19.) határozata alapján

Támogatott szervezet neve: Aquincum-Mocsáros Közhasznú Egyesület

Pályázat azonosító száma: FSZK-2024-911

I. Összefoglaló

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata 2024. évi fenntarthatósági pályázatára abban a reményben dolgoztuk ki a programjainkat, hogy azok ne csak a hosszú távú fenntarthatósági céloknak feleljenek meg, de egyszerre legyenek újszerűek, hagyományteremtők, figyelem felhívók is egyben. Egyesületünk alapítása óta eltelt negyed évszázad alatt roppant sok tapasztalattal gazdagodtunk, de a tanulási folyamat koránt sem ért véget. A 2024. év folyamán megrendezett programok mindegyike számos új tapasztalat megélésére adott lehetőséget. A programok egymásra épültek és minden egyes rendezvény szervezésekor és lebonyolításakor a megelőző rendezvény során szerzett tapasztalatokra támaszkodtunk. A pályázatnak köszönhetően az év során elért eredményeink felülmúlták a várakozásainkat. Az elnyert pályázatban feltüntetett rendezvényeken túl megvalósított programokra (pl. faültetés, szemét szedés, parkgondozás, önkéntesség a rendezvényeken, külsős civil szervezetek programjain való részvétel) is jelentkeztek olyan lakótársak, akik eddig nem vettek részt az Egyesületünk programjain. A programok illeszkedtek az év folyamán elkezdett, és reményeink szerint 2025-ben folytatódó fenntarthatósági- és környezetvédelmi rendezvények szellemiségéhez. A Mocsárosdűlő lakossága 2-95 éves korig képviseltette magát, igazán összetartó közösséget alkotva. Felnőttek és gyerekek kisebb csoportokat kialakítva fejtették meg a Mocsárosdűlő állat- és növény világára vonatkozó feladatokat, és adtak helyes válaszokat a szűkebb-tágabb környezetünk ismeretére vonatkozó kérdésekre.

A **fotópályázatra** érkezett fényképekből elkészült az AME 2025. évi naptára. A pályázatra 22-en nyújtottak be szebbnél szebb képeket, melyek több szemszögből mutatták be a Mocsárosdűlő sokszor rejtett arcát.

Egyesületünk alapításának **25. évfordulóját** széles körben ünnepelhettük. A több generációs találkozón az alapító tagok elbeszéléseiből megtudhattuk a kezdeti nehézségeket, a fiatalok meglátásaiból a jelen kor kihívásait ismerhettük meg. A generációk közötti párbeszéd nem

titkolt célja, hogy a fiatalok apránként átvegyék az Egyesület munkáját és valósítsák meg a célokat.

Az év végi rendezvényen felidéztük az adventi hétvégéken tartott foglalkozásokat, melyek szervesen illeszkedtek a **fenntarthatósági** programsorozatokhoz. (tudnivalók a helyes madár etetésről, mécses tartó készítés természetes alapanyagokból, lakásillatosító készítése környezetbarát módon, egészséges téli italok készítése).

Végezetül átadtuk a Mocsári Tündérek és Mocsári Manók ajándékát a gyerekeknek. A Manók és Tündérek egy-egy karácsonyi kaktusszal és fából készült karácsonyfadísszel köszönték meg, hogy a gyerekek is egész évben óvták, védték a környezetüket. Ezen virágok gondozásával a télen nyíló virágok ápolását, gondozását is elsajátíthatják a fiatalok.

Az év során a **sportolni** vágyók is megtalálhatták a nekik leginkább tetsző testmozgást, többek között kipróbálhatták az új foci kapukat és labdákat, részt vehettek egy táncos NIA órán.

A programok közötti időszakban Egyesületünk számos egyéb feladatot is ellátott, többek között a Gladiátor Park karbantartását, szemétszedést szervezett, középiskolás diákok IKSZ programjában is részt vett, helyet adott a Jó Buda Civilszervezet programjában. Fogadott kerekesszékekkel érkezőket is. Ezeken a programokon sok olyan lakótárs vett részt, akik korábban nem vettek részt a közösségi életben, de az Önkormányzat által támogatott rendezvények kinyitották számukra a kapukat és lelkesen jöttek segíteni.

II. Megvalósított programok bemutatása és az elért célok bemutatása

II.1. Fenntarthatóság a táplálkozásban – „Palántát a Palántának”

Pályázatban kitűzött célok: Fenntarthatóság a táplálkozásban és a háztartásban: termeljünk élelmiszert a balkonon, készítsünk ételeket fenntartható módon. Előadás és workshop elsősorban tizenéveseknek de idősebbek is elkezdhetik. Az előadás tartalma érinti a növényismereti alapokat és megválaszolja a helyben termelt élelmiszerek fogyasztásának környezetre gyakorolt hatásait.

Kitűzött célok megvalósítása: 2024. június 7-én került sor a fenntarthatóság a táplálkozásban tárgyú workshopra és előadásra. A „Palántát a Palántának” elnevezésű programot elsősorban a tizenéves korosztály részére terveztük, de nagy örömünkre a fiatalabbak és idősebbek is megjelentek a rendezvényen. A legfiatalabb 6 éves, míg a legidősebb 96 éves volt. A programot facebook-messenger üzenetekben hirdettük meg az AME (Aquincum-Mocsáros Egyesület) tagjai között. A visszajelzések alapján összesen 40 fő részvételére számítottunk, ezért 40-40 tő paradicsom-, fűszernövény- és egynyári virágpalántát valamint 40 csomag elvethető zöldségmagot vásároltunk meg, melyeket a program végén osztottunk ki. Az árubeszerzésnél figyelembe vettük, hogy a kereskedő minél közelebbi, de legalább III. kerületi legyen, ezzel is csökkentve a karbonlábnyomunkat. Így esett a választás a Csillaghegyi Kertészetre. A rendezvény helyszíne a Gladiátor Családi és Pihenőpark volt. A programot úgy alakítottuk, hogy ne iskolai előadásnak érezzék a gyerekek, sokkal inkább játékos feladatokkal próbáltuk közelebb hozni a fiatalokat a témához és egyben bevonni a programba a szülőket, nagyszülőket. A kihelyezett asztaloknál lehetett csoportokat alkotni és megfejtetni a feladatokat. A programot növényfelismerő keresztrejtvénnyel kezdtük (1. sz. melléklet), az asztalokon lévő friss fűszernövények nevét kellett a rejtvényben a megfelelő sorban elhelyezni és a Mocsárosdűlő területén elő állat nevét megfejtetni. A következő feladat során minél több, a résztvevő gyerekek által ismert és kedvelt, szívesen fogyasztott zöldséget és gyümölcsöt kellett felsorolni és az asztalt borító papírlapra felírni a kéznél lévő színes filctollakkal. Szintén a Mocsárosdűlő élővilágához kapcsolódóan, egy fiatal tagtársunk, a 12 éves Hanga által megálmodott társasjáték (2. sz. melléklet) lapjain feltüntetett, a Mocsárosdűlő területén élő állatokat kellett felismerni. Végezetül a témához kapcsolódó gyermek mondókákat, verseket és dalokat elevenítettünk fel („csicseriborsó, bab, lencse”, „répa, retek, mogyoró” stb.). A játékokat követően a balkon kertészet alapjait és fontosságát beszéltük át, valamint azt, hogy a balkonon megtermesztett növényekkel hogyan járulhatunk hozzá a nyári hőségben a házak, teraszok hűtéséhez. A szakmai háttérrel Budapest főtájépítészével, Bardóczi Sándorral készített interjúk

adták (3. sz. melléklet). A magunk termesztett zöldségek felhasználásáról, a zöldségek és gyümölcsök rendszeres fogyasztásának fontosságáról már a gyerekek adták meg a válaszokat és sorolták fel a kedvenc ételeiket. A házi tartósításról már gyakorlati példán keresztül esett szó: kószolónak kihelyezett házilag készített kovászos uborkát, savanyúságot lehetett kóstolni, az érdeklődők a receptet is megkapták, a gyakorlottabbak a saját tapasztalataikat is megosztották. Számos saját recept is gazdát cserélt. A programra saját bögrével, kulccsal, táskával érkeztek a résztvevők. Gyümölcstálat és limonádét kínáltunk a résztvevőknek, ezzel is példát mutatva a helyi alapanyagok egészséges felhasználására. A program végeztével minden résztvevő egy-egy tő paradicsom-, fűszernövény- és egynyári virággalántát valamint egy csomag elvethető zöldségmagot vihetett haza. A nyár folyamán több visszajelzést kaptunk, arról, hogy a kiosztott palánták bőségesen hozzák a termést, ontják a virágokat. A gyerekek és felnőttek számára is napi rutinná vált a növényeik gondozása, növekedésük figyelemmel kísérése. Egyesületünk célul tűzte ki, a fiatalok környezettudatossá formálását, a saját mikrokörnyezet megóvását és fejlesztését. A programnak ezzel a részével több területen is sikerült a vállalkásainkat teljesíteni – a fiatalok és idősebbek találkozhattak és megoszthatták tapasztalataikat az egészséges táplálkozás, kertészkedés témában, a fiatalabbak megismerkedhettek a Mocsárosdűlő állat- és növényvilágával és előkészítettük a soron következő programokat, melyek során a Parkon kívül is megismerkedhettek a résztvevők a természetvédelmi terület élővilágával.





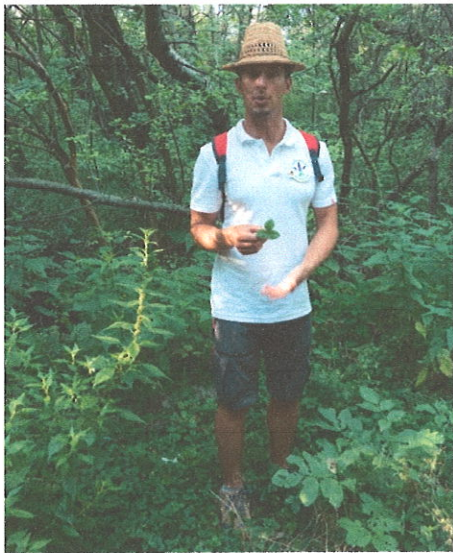


II.2. Gyógynövénytúra a Mocsárosdűlőben

2024. június 25-én a „Palántát a Palántának” program fűszernövény részére épült a következő programunk. A résztvevők egy vezetett séta során fedezhették fel a Mocsárosdűlő területén a természetes közegükben élő növényeket. A programot az AME facebook oldalán hirdettük meg (4. sz. melléklet) és a korlátozott számban elérhető helyek pillanatok alatt beteltek.

Egy kicsit meghosszabbítottuk a napfordulós és a nyárközép éjszakájához kapcsolódó események sorát, ezért esti rendezvényeket tartottunk a Gladiátor utcai Családi Pihenőpark és Játsszótéren, amelyre életkortól függetlenül érkeztek érdeklődők. A programot minden évben szeretnénk megtartani, mert a jelentkezők száma folyamatosan növekszik, de egy-egy túrán csak korlátozott létszámban lehet részt venni.

Méhész Ádám vezetésével hasznos ismeretek szerezhettek a túrán résztvevők a gyógynövények felismerését, helyes gyűjtését, szakszerű feldolgozását és biztonságos alkalmazását illetően. A program végén lehetőség volt gyógytea kóstolására is.



II.3. Lepke megfigyelés a Mocsárosban

2024. június 25-én, a gyógynövénytúrát követően, az esti órában Szabóky Csaba lepkész bemutatóval színesítetten mesélt a lepkék varázslatos világáról, majd a fényhez csalogatta az éjszakai lepkéket. Egyesületünk kiegészítette a megfigyelést nagyítókkal, fiolákkal, hogy jobban megfigyelhetők legyenek a csodálatos kis élőlények. A program társasjátékkal és könnyed kvízzel zárult.



II.4. Vizes élőhelyek lakóinak bemutatása

A Mocsárosdűlő vízi élővilágát bemutató interaktív előadást is szerveztünk. Diákokat és tanáraikat láttuk vendégül a Gladiátor utcai Családi Pihenőpark és Játsszótéren. Első

állomásként megnézték a polgárvárosi amfiteátrumot, majd innen a Parkba jöttek, ahol Mészáros Ádám hidrobiológus Vízipók-csodapók barátai címmel interaktív ismeretterjesztő bemutatót tartott a vizes helyek élővilágáról. A program nem fejeződött be a játszótéren, a gyerekek Ádámmal a Mocsárosban is kirándultak, ahol tovább ismerkedhettek az állatokkal: láttak békákat, pettyes gőtét, különböző csigaféléket, lepkéket, szitakötőket, fátyolkákat. Ezúton is köszönjük Ádámnak, hogy eljött hozzánk és előadásának köszönhetően sok érdekes információval és maradandó élményekkel gazdagodtak a résztvevők! A nap végén még a komposztálásról is hasznos ismereteket szereztek a gyerekek, de természetesen a játék sem maradt el a Parkban található sportpályákon. A programot szervező egyik tanár, aki egyben Egyesületünk tagja is, így foglalta össze a napot: „Továbbítom, ezúton, a kollégáim köszönetét, mert ez olyan nap volt, amikor élvezettel tanítottunk és tanultunk annyi mindent, amire az iskolában hetek alatt sem vagyunk képesek. Nem volt rosszalkodás, tomboló érzelmek voltak, lelkes rohangálás zajlott, kíváncsi, boldog keresgélés, megfigyelés folyt, teljesen le voltam nyűgözve. Ezer éve nem láttam hasonló érdeklődést ilyen tömegben.”





II.5. Fotópályázat

Az Aquincum-Mocsáros Egyesület meghirdette a fotópályázatot "❤️ Mocsáros ❤️ - Mocsárosdűlő, ahogy én szeretlek" címmel. (5. sz. és 6. sz. melléklet)

A fotópályázat célja első sorban az volt, hogy a fiatalok megmutassák, Ők hogyan látják a környezetüket, mit találnak szépnek és mi az, amin változtatnának.

22 pályázó nyújtott be, összesen 55 db fényképet, melyek a Mocsárosdűlő élővilágát, növényeit, állatait mutatja be. A fotók bemutatására az Egyesület fennállásának 25. évfordulójára rendezett ünnepségen került sor. A legfiatalabb pályázók 10 évesek voltak. A képek hűen tükrözték a terület lenyűgöző szépségét és egyben felhívták a figyelmet arra, hogy ennek az állapotnak a megőrzése, védelme nagyon sok energiát és odafigyelést igényel. Alátámasztotta a mottóunkat, miszerint „a Földet nem apáinktól örököltük, hanem unokáinktól kaptuk kölcsön.” Reményeink szerint, akik a fotók elkészítésében részt vettek már érzik és értik a súlyát annak az erőfeszítésnek, melyet Egyesületünk 25 éve napról napra végez annak érdekében, hogy unokáink is egy élhető környezetben nőhessenek fel. Ahhoz, hogy a Mocsárosdűlő évtizedek múltán is megőrizze az elmúlt negyed évszázad alatt elért eredményeinket a most tizenéves fiatalok környezettudatossá válása, elengedhetetlenül szükséges.

A fotópályázat képeiből elkészítettük a 2025. évi AME naptárt, mely nemcsak időszakosan tekinthető meg, de egész évben díszíti a lakásokat és emlékezteti a lakótársakat és külsős segítőinket arra, hogy milyen kiemelt jelentőséggel bír a környezetünk ismerete, védelme. (7. sz. melléklet)

II.6 Tavaszi virághagyma ültetés

A Gladiátor Parkban 200 db virághagyma elültetését is elvégeztük, a hideg időre tekintettel ezúttal gyerekek nem jöttek, a lakótársakat a felnőttek képviselték. Bár a program nem kapott kiemelt hírverést, közösségépítő szerepe igencsak fontos volt. A munka gyümölcse is csak tavasszal lesz látványos és kézzel fogható, de a hosszútávú tervezés - mely Egyesületünk egyik erőssége – meghozza a hatását.

II.7. AME 25 éves évforduló és sportnap

Pályázatban kitűzött célok: interaktív panel beszélgetések az alapító tagokkal és a tizenévesekkel, melynek során az idősebb korosztály az Egyesületbéli élményeit, történeteit, tapasztalatait osztja meg a fiatalokkal, míg az ifjúság elmondhatja a környezet védelemmel, fenntarthatósággal kapcsolatos jelenlegi tapasztalatait és jövőbeli terveit.

Megvalósított célok: A pályázatban kitűzött céljaink között szerepelt a fiatalok bevonása a közösségi életbe, az Egyesületünk mindennapjaiba. Az alapító tagok többsége aktívan részt vett a pályázaton elnyert rendezvények lebonyolításában, a programok szervezésében, és ebben az évben már fiatalokat be tudtunk vonni egyes folyamatokba (például a Mocsárosdülő Társasjáték megtervezésébe) és ez a folyamat nélkülözhetetlen a jövő érdekében. A programjainkon való részvétellel a fiatalok betekintést nyerhetnek az Egyesület mindennapjaiba, később részt vehetnek a döntéshozatalban, pályázatírásban, a következő 25 év sikerének kialakításban.

A rendezvényre 100 névre szóló meghívót küldtünk ki, a programon körülbelül hetven fő vett részt. (8. sz. melléklet) A rendezvényen több generáció is jelen volt: 95 évestől a két évesig.

Az aznapi időjárás nem kedvezett a tervezett sportrendezvények megtartásához, ezért azokat aznapra törölni kellett a programból. A felállított sátrak az esőtől megvédték a résztvevőket és a projektort, mellyel a fotópályázatra érkezett képek mellett az elmúlt 25 évben készült fotókat is bemutattuk. A korábban tervezett fa elemek, melyeken a képeket állítottuk volna ki nem bizonyultak biztonságos megoldásnak, féltő volt, hogy a játszótéren esetleg feldől, így balesetet okozna. Az Egyesület végül egy projektor beszerzését javasolta, melyet több alkalommal is felhasználtunk. A projektor beszerzése elengedhetetlenül fontos volt, mert ezzel nemcsak a fotópályázat és az elmúlt évtizedeket képeit lehetett bemutatni, de hasznos volt a többi fenntarthatósági programon is. A sport rendezvényre szánt, a helyezettnek jutalmaként beszerzett ajándékok végül sorsolással találtak gazdára.

A program során az alapító tagok, a fiatalok generációnak mesélte el az alapítás okát, az akkori körülményeket, az Egyesületbéli élményeit, történeteit, tapasztalatait, míg a fiatalabbak elmondhatták a környezetvédelemmel, fenntarthatósággal kapcsolatos jelenlegi tapasztalatait és jövőbeli terveit. A panelbeszélgetések között a résztvevők a lakókörnyezettel kapcsolatos kvízekkel, feladatokkal versenyeztek egymással.

A 25 éves évfordulón a fiatalok köszönetet mondtak azoknak, akik a legtöbbet tették az Egyesületünkért, a Parkért, és a környezet védelméért. Az Óbudai Rehabilitációs és Foglalkoztató Intézetben tett látogatásunk során született meg az az ötlet, hogy az Intézet munkáját támogatandó az általuk készített kerámia munkákat vásároljuk meg a fotópályázat és a kiemelt alapító tagok részére mintegy emléket.

A fotópályázaton résztvevőket, az Egyesület Alapító tagjainak valamint a közösségünkért kiemelkedő támogatást nyújtó partnereinknek egy-egy oklevéllel is kifejeztük a köszönetünket. (9. sz. és 10. sz. melléklet)

A program több résztvevője is kérte, hogy évvégén is rendezzünk összejövetelt, mert nagyon jól érezték magukat és örültek, hogy az Egyesület hosszú idő után újra feléleszti a régi hagyományokat és összekovácsolja a lakóközösséget. Ennek a kérésnek eleget téve szerveztük meg az év végi záró rendezvényünket.

II.7. Adventi hétvégék - Mocsárosdűlőt felfedező kaland sorozat, fenntartható ünnepi készülődés

Az AME facebook oldalán november 22-től kezdődően négy héten keresztül csütörtökönként közzétettünk egy-egy játékos feladatot (11. sz. melléklet), rejtvényt, melyek a Mocsárosdűlőhöz kapcsolódtak. Az Adventi időszakot jelöltük ki a fenntarthatósági programunk utolsó, befejező szakaszának. Erre az időszakra a karácsonyi ünnepek hangulatával és a téli teendők bevonásával számoltunk. A feladatok során a Mocsárosdűlő tanösvénytábláihoz kellett elszétlenni, és az ott olvasható információkat leírni. Adtunk egy-egy fenntarthatósági tippet is, mely a madarak etetéséről, karácsonyi illatosító készítéséről, méces tartó készítésről, természetes alapanyagokból készülő italokról, majd az adott hét szombati napján a fenntarthatósági tipphez kapcsolódó alapanyagokat odaadtuk a gyerekeknek, akik (szülői

segítséget is igénybe lehetett venni) elkészítették a teamécsest, a lakásillatosítót, és megetethették a madarakat.

A fenntarthatósággal kapcsolatban a szelektív hulladékgyűjtéstől, a csomagoló anyagok szakszerű szétválasztásáról is beszélgettünk a gyerekekkel. A lakás illatosítók készítéséhez szóda-bikarbónát és illóolajokat is felhasználtunk, melyeket később vegyszermentes takarításra is fel lehet használni. Szintén a fenntarthatósághoz kapcsolódva készítettünk mécsest tartókat otthonról hozott befőttes üvegből, kertekből hozott fenyőágakból és színes papírból. A szülők örömeire LED-es gyertyákat is kaptak a gyerekek, így azokat biztonságosan tudták használni. A gyerekek későbbi beszámolója szerint a workshopról hazaérve azonnal bekapcsolták a mécseseket az általuk készített mécsest tartóban és folyamatosan bekapcsolva tartották, ezzel várva az ünnepeket. Átadáskor kiemeltük annak fontosságát, hogy használat után a szelektív hulladékgyűjtést a környezetünk védelmében meg kell tenni.

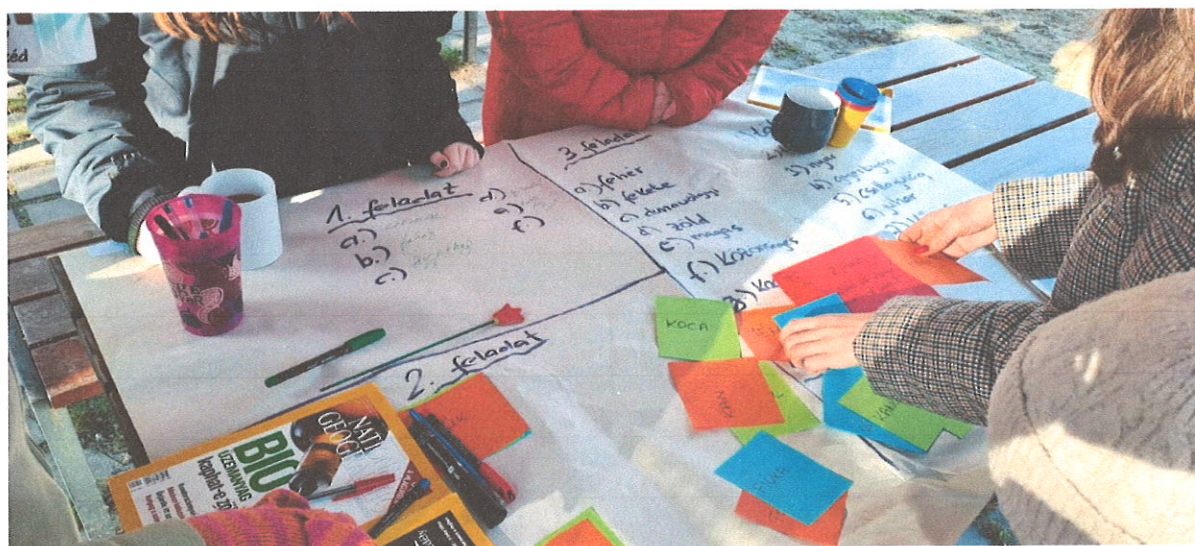
Egy-egy hétvégi programon átlagosan 10, általános iskolás korú gyerek vett részt, akiket a szüleik kísérték el, így egy rendezvényen felnőttekkel és gyerekekkel együtt körülbelül húsz fő vett részt. A workshopokat szombatonként 10-12 óráig tartottuk, így mindenki a saját ritmusában érkezhetett és mehetett el. A gyerekek minden alkalommal feltöltötték a madáretetőket is és beszámoltak a korábbi programon készített illatosítók, mécsesek, madáreledelek sorsáról. A családok mindegyikük helyi lakos volt.





II.8. Évvégi zárórendezvény

Korábbi kérésnek eleget téve tartottuk meg az Egyesület év végi záró rendezvényét. A hideg, de napos időben közel 60 lakótárs gyűlt össze, ahol összegeztük a korábbi rendezvényeket. Egyesületünk által készített társasjátékokkal és kvízzel tovább mélyítettük a környezetünkkel kapcsolatos információkat (Mocsárosdűlőn élő állatok, növények felismerése, karácsonyi illatok felismerése volt a feladatok között). Végezetül a gyerekeket megajándékoztuk a tavaszi „Palántát a Palántának” program téli folytatásaként karácsonyi kaktuszokkal, ez esetben is ismertette a növények helyes ápolását. Azóta visszaérkezett információk szerint a gyerekek élvezettel gondozzák a virágokat, a téli szünetben napi elfoglaltságot adva a fiataloknak. Sportolási lehetőségek is adottak voltak, így az elmaradt sportnap részben megvalósítható volt. Az Egyesület célkitűzéseinek, eszmeiségének továbbadása, a környezet szeretetének és megóvásának elmélyítése a fiatal generáció felé ez évben sikeres volt. A megszerzett tapasztalatok egymással történt megosztása és a fiatalok új szemlélete együttesen formálja közösségünket és hozza közelebb az embereket.





Mellékletek:

1. Keresztrejtvény
2. Mocsárosdűlő Társasjáték
3. Balkonkertészettel kapcsolatos szakmai anyagok
4. Gyógynövénytura és lepkemegfigyelés facebook felhívás
5. Fotópályázat facebook felhívás
6. Fotópályázat plakát felhívás
7. Fotópályázat képeiből készült 2025. évi naptár
8. Meghívó a 25. évfordulós rendezvényre
9. Fotópályázat oklevél
10. Köszönő oklevél
11. facebook felhívás adventi programokra
12. Rovatbemutató meghívó facebook

Budapest, 2025. január 27.


Jászék László

elnök

Aquincum-Mocsáros Közhasznú Egyesület

AQUINCUM-MOCSÁROS EGYESÜLET
1031 Budapest, Gladiátor u. 33.
Adószám: 18099445-1-41
Nyilvántartási szám: 8870