



Szakmai beszámoló

Támogatott neve: Aquincum – Mocsáros Közhasznú Egyesület

Címe: 1031 Budapest, Gladiátor utca 33.

Telefonszám: +36 30 459 5250

E-mail cím: info@mocsarosegyesulet.hu

Pályázat : Aktív időskort célzó projektek támogatása (AIT-2025-887)

Elnyert összeg : bruttó 725 000 forint

Szerződés iktatószáma : CIV/131-2/2025

A pályázatnak köszönhetően 2025-ben megalapítottuk Mocsárosdűlőn a Szenior Klubot. Mottónk: „A tapasztalat az erőnk, a közösség a hajtóerőnk!”. Célunk az időskorú lakosság – kiemelten a 60-65 év feletti mocsárosdűlői lakosok – életminőségének javítása, az aktív, közösségi életforma ösztönzése, valamint a fizikai, szellemi és mentális egészség megőrzésének támogatása.

A támogatási időszakban, az „Aktív időskort célzó projektek támogatása” pályázat keretében, bruttó 725 000 Ft összegű támogatásban részesültünk, amely lehetővé tette több, egymásra épülő, változatos tartalmú program megvalósítását. A programoknak köszönhetően az időskorú résztvevők aktívan kapcsolódhattak be közösségi és élményalapú tevékenységekbe.

A megvalósított programok hozzájárultak az idősök társas kapcsolatainak erősítéséhez, az aktív szabadidő-eltöltés ösztönzéséhez, a környezettudatos szemlélet formálásához, a kezűgyesség és kreativitás fejlesztéséhez, valamint a közösséghez tartozás élményének megéléséhez. Minden programunk ingyenes volt és nyilvános, azokhoz bárki csatlakozhatott életkortól függetlenül.

A támogatási időszak során az alábbi programok kerültek megvalósításra:

A támogatási időszak során a Szenior Klub keretében több, egymást kiegészítő közösségi és ismeretterjesztő program valósult meg, elsősorban a mocsárosdűlői idősebb korosztály aktív részvételére építve. A programokat nyilvánosan is meghirdettük, így bárki számára elérhetőek voltak, ezen felül minden korosztályt szívesen láttunk. A Szenior Klub rendezvényei főként a Gladiátor Családi Pihenőpark és Játszóter területén valósultak meg.

Húsvéti kézműves program

Április 13-án a Szenior Klub tagjai húsvéti kézműves programra várták a gyerekeket a Gladiátor Parkban. Kicsik és nagyok együtt hangolódhattak az ünnepre.

Madárbarát programok – a madarak világa

2025. május 15-én és 29-én madárismereti foglalkozások kerültek megrendezésre a Gladiátor Parkban. A programokat Berecz Kata, a Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesület munkatársa vezette.

A foglalkozások során a résztvevők megismerkedhettek a környezetükben élő madárfajokkal, azok életmódjával és védelmének fontosságával. A programok nyitottak voltak, több korosztály részvételével zajlottak, diákokat is meghívtunk, erősítve a generációk közötti kapcsolatokat is.

Gyógynövénytura a Mocsárosban

2025. június 12-én szakvezetéses gyógynövénytura zajlott a Mocsáros területén, a Gladiátor Pihenőparkból indulva. A túrát Méhész Ádám vezette, aki gyakorlati és elméleti ismereteket adott át a résztvevőknek a gyógynövények felismeréséről, gyűjtési szabályairól, feldolgozásáról és biztonságos felhasználásáról. A túra végén, a parkba visszatérve, gyógynövényekből készült teákat is kóstolhattak a résztvevők. A program aktív mozgást és természetközeli élményt biztosított az időskorú résztvevők számára.

Szenior klub kirándulás – közösségalkotás mesterfokon

2025. augusztus 28-án a Szenior Klub tagjai számára különleges, külső helyszínen megvalósuló programra került sor az ArtEnto Ökocentrumban. A résztvevők megismerkedtek az intézmény állandó kiállításával, valamint a „Közösségalkotás mesterfokon” című időszaki kiállításához kapcsolódó előadáson és beszélgetésen vettek részt. A program központi témája a hangyák társadalma volt, amely jó példát adott a közösségi együttműködés és szervezettség bemutatására. A rendezvény több szakember és önkéntes közreműködésével valósult meg, és jelentős élményt nyújtott a résztvevők számára.

Bejárás Schmidt Egon Madártani és Természetvédelmi Központban

Szeptember 15-én az Óbudai Zöld Napok keretében lehetőség volt megnézni a Magyar Madártani Egyesület mocsárosdűlői új központját. A klubtagokkal éltünk a lehetőséggel. Örülünk, hogy a lakóhelyünkön egy olyan intézmény fog működni, ahol a természetvédelmi munka, élőhelyvédelem, a kutatás és a közösségi programok kéz a kézben járnak.

Fenntarthatósági program – fűszernövény-bemutató és rovarmegfigyelés

Mi is csatlakoztunk egy rendezvénnyel az Óbudai Zöld Napokhoz. A Szenior Klub tagjai fenntarthatósági programmal készültek a kerületiek számára szeptember 19-én. A Gladiátor Park bejáratánál található fűszerspirálnál először fűszernövény-bemutató zajlott, ahol a résztvevők megismerkedhettek a különböző konyhai és gyógyhatású növényekkel, azok felhasználási lehetőségeivel és kertészeti szerepével. A Parkba látogatókat citromfű teával, valamint fűszernövényekkel ízesített salátákkal vendégeltük meg.

Ezt követően „A rovarok értünk, mi a rovarokért” címmel ismeretterjesztő előadás és beszélgetés zajlott, amely során az ArtEnto Alapítvány önkénteseinek közreműködésével a rovarok ökológiai jelentőségéről és védelmük lehetőségeiről esett szó. A program zárásaként sötétedés után fénycsapdás rovarmegfigyelésre került sor, amely során a résztvevők az éjszakai lepkéket figyelhették meg szakmai iránymutatás mellett.

Szenior klub – beszélgetés és társasjátékozás

A pályázatnak köszönhetően különféle társasjátékokat szereztünk be, amik színesítették a beszélgetős találkozókát. Ezen programok célja az volt, hogy lehetőséget biztosítson a résztvevők számára a személyes kapcsolatok erősítésére, a közösségi élmény megélésére, valamint a szellemi frissesség megőrzésére. A támogatásból beszerzett óriás sakkszőnyeg kipróbálására tavasszal lesz majd lehetőségünk a már meglévő óriás sakkbábuk használatával.

Évzáró közösségi rendezvény

2025. december 14-én a Gladiátor Parkban évzáró eseményt szerveztünk a Szenior klub tagjai, illetve az Egyesület tagjai és a lakóközösség számára, amelynek célja az egész éves közös munka lezárása és értékelése volt. A rendezvény alkalmat adott arra, hogy a résztvevők személyesen is visszajelezhessenek a programokról, valamint megismerhessék a szervezet jövőbeli terveit. A vendégeket forró italokkal, gyümölcsökkel és pogácsával vendégeltük meg. Az ünnepi hangulatú találkozó erősítette a közösséghez tartozás érzését és a további együttműködés alapjait.

Az évvégét lezárandó apró ajándékokkal kedveskedtünk az aktív lakóközösségi tagjainknak: levendulazsákok (60 db) és kézműves, egyedi hűtőmágnesek (100 db) készültek. A Pihenőpark előtt ősszel leszüretelt levendulákat saját magunk által varrt zsákokba töltöttük. Valamint a Patkós Stúdió és az Artento Alapítvány segítségével egyedi, kézzel festett, az Egyesület logójával, illetve a Mocsárosban megtalálható fokozottan védett faj, a magyar tarsza sziluettjével ellátott hűtőmágneseket készítettünk.

A III. kerületi lakosság a támogatásból megvalósult programok révén közvetlenül részesült a támogatás eredményeiből. A programok elsődleges célcsoportját az időskorú lakosság alkotta (65 év felett), de a résztvevők életkora a programok nyitottsága miatt vegyes volt. A programokon résztvevők többsége III. kerületi lakos, arányuk megközelítőleg 80–90%. A programok mindenki számára nyitottak voltak. A klub megalakulását, valamint az egyes programokat online (Facebook, honlap, online hírlevél) és offline (plakátok a Gladiátor Parkban, egyesületi hírlevél – kb. 400 db/alkalmanként) felületeinken is többször meghirdettük.

A támogatási összeg felhasználása kizárólag a pályázat céljaival összhangban történt. Személyi jellegű költségek az előadók és foglalkozásvezetők díjazása volt, akik a szakmai tartalom megvalósításáért feleltek. A programok szervezését és lebonyolítását egyesületünk tagjai önkéntes munkában végezték, beleértve a programokhoz kapcsolódó kommunikációs anyagok elkészítését és terjesztését is. Anyagköltségek a kézműves alapanyagokhoz tartozó költségek voltak (húsvéti kézműves foglalkozás alapanyagai, levendulazsákokhoz anyag, hűtőmágnesek anyagköltségei), amelyek elengedhetetlenek voltak a foglalkozások megtartásához. Az élelmiszer jellegű költségekhez tartoztak a fűszernövény-kóstolóhoz kapcsolódó alapanyagok beszerzése, amelyek a program szakmai célját szolgálták, és kizárólag a résztvevők számára kerültek felhasználásra, továbbá az évzáró rendezvény élelmiszerei sorolódnak ide.

A támogatási szerződésben foglaltakhoz képest lényeges eltérés nem történt. A megvalósított programok a pályázati célokkal összhangban, a tervezett keretek között valósultak meg. Az esetleges kisebb időpont- vagy létszámbeli módosítások a résztvevők igényeihez és az időjárási körülményekhez igazodtak, és nem érintették a támogatás rendeltetésszerű felhasználását. Mivel nincs klubházunk, a programok a Gladiátor Parkban valósultak meg, ami időben beszűkíti a programok megvalósíthatóságát, tavasztól késő őszig tudunk rendezvényeket tartani, de mivel a programok elsősorban az időseknek szólnak, a nyári kánikula is korlátozta a mozgásterünket.

Budapest, 2026. január 19.



Gurin Katalin Ildikó
elnök

Aquincum-Mocsáros Egyesület

AQUINCUM-MOCSÁROS ÉGYESÜLET

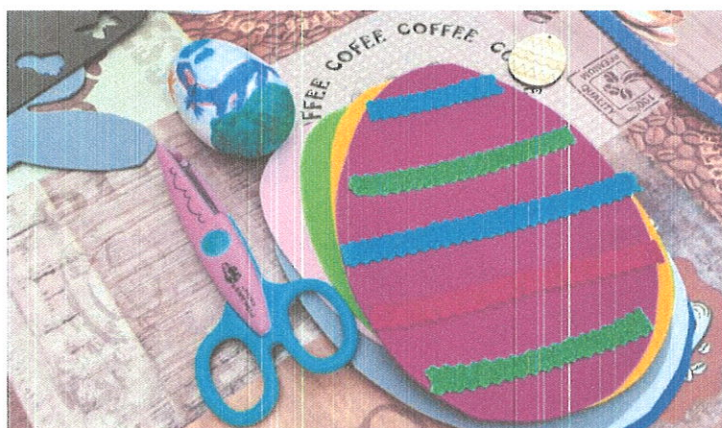
1031 Budapest, Gladiátor u. 33.

Adószám: 18099445-1-41

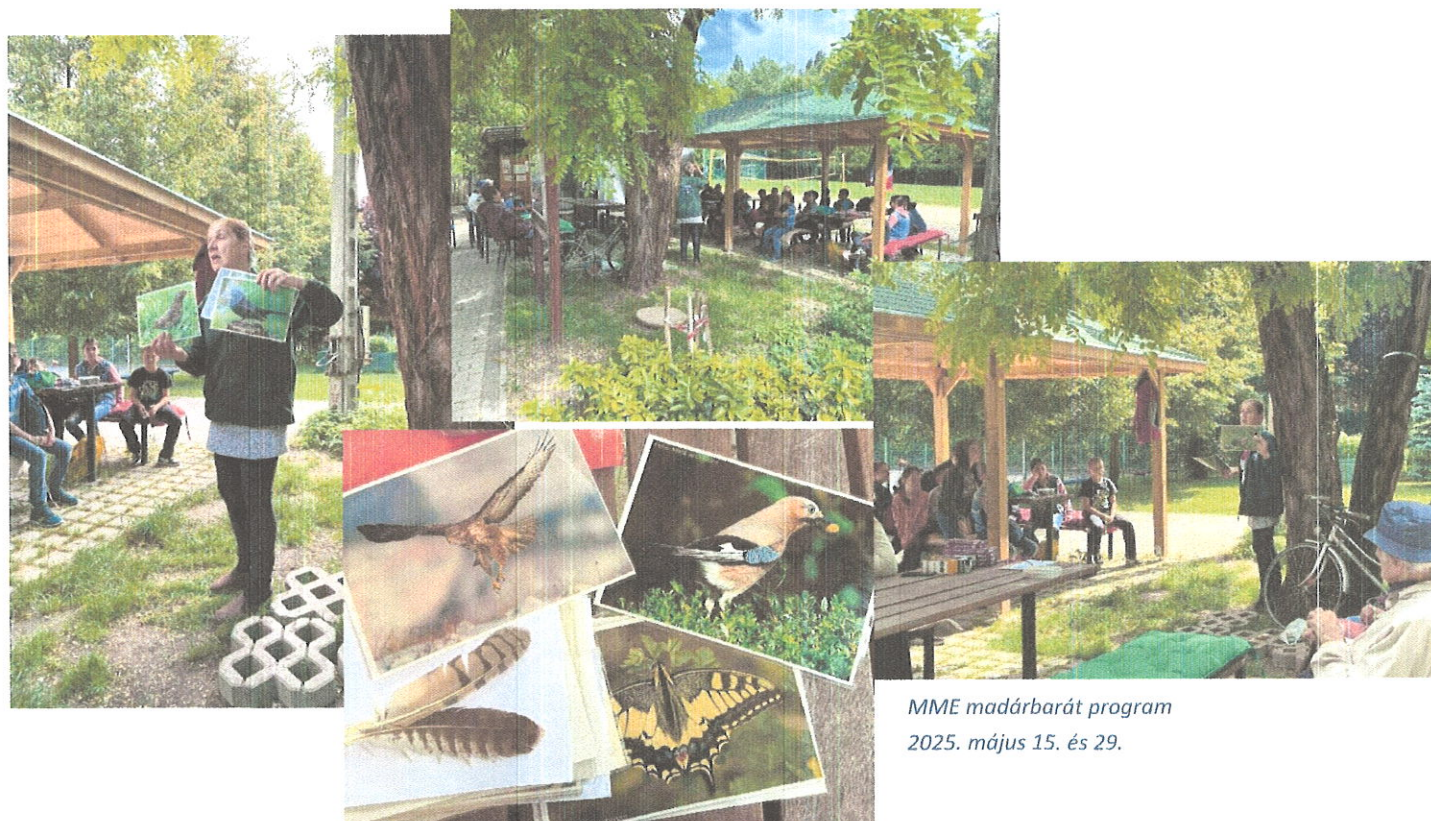
Nyilvántartási szám: 8870

Oldal 3 / 3





Húsvéti kézműves program, 2025.04.03.



MME madárbarát program
2025. május 15. és 29.



Gyógynövénytura a Mocsárosban 2025. június 12.



Látogatás az ArtEnto Ökocentrumban, 2025. augusztus 28.



Fűszerek és rovarok nyomában
2025. szeptember 19.



Évzáró rendezvény, 2025. december 14.



A levendulák nyári pompájukban...



... és az elkészült levendulazsákok.



Készül a tarszás mágnes festése

AME SZENIOR KLUB

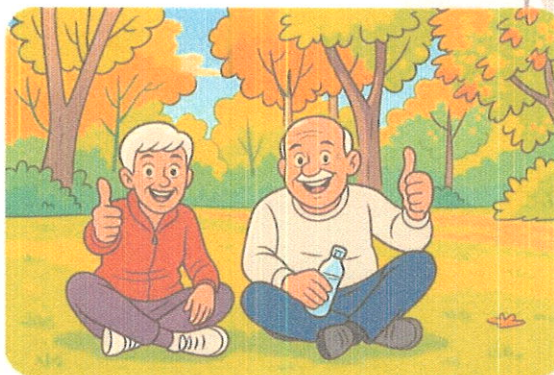
A tapasztalat az erünk, a közösség a hajtóerünk!

Alakítsunk új közösséget, legyen a Gladiátor Játsszótér és Pihenőpark egy új Szenior klub tagjainak találkozó- és szórakozóhelye!

A nyugdíjas korú lakótársak részére havi egy-két délelőtti összejövetelt tartunk az április és október közötti hónapokban.

Mindig valamilyen téma köré szervezzük a találkozókat, amiknek a spontán beszélgetés, eszmecsere, találkozás, teázás/kávézás, kellemes időtöltés az alapja.

**Korhatár nincs,
érdeklődésüket jelezhetik
az info@mocsarosegyesulet.hu címen.**



Szervező:



AQUINCUM-MOCSÁROS EGYESÜLET

Támogató:



OTTHONUNK
BUDA
BÉKÁSMEGYÉR

<http://www.mocsarosegyesulet.hu/page/hirlevel-2025-aprilis>

<https://www.facebook.com/aquincum.mocsaros/posts/pfbid0NMveF8gMeFE4rJDia6hG9KteeFqymZtDJVB3rM7FCMEBBNu7v3XbaGtqEtYFNnyUI>

Természetismereti programok:

<https://www.facebook.com/aquincum.mocsaros/posts/pfbid02GCoo1BoASdhEhzR8fRDJkgS51jxRx8jKe9cZiKK4a7M8qhiquMnhxsRPNJAQEPPRI>

<https://www.facebook.com/aquincum.mocsaros/posts/pfbid0XH0MWBddyEHDhbgCPQh7Lhk9cAJVW7fHuaj1C1EJ2ZTJN1YkpbCq3hkbwd3DVbXRI>

<https://fb.me/e/518dGYPGI>

<https://fb.me/e/8TF6TD3Xr>

<http://www.mocsarosegyesulet.hu/page/hirlevel-2025-majus>



AME SZENIOR KLUB

TERMÉSZETISMERETI PROGRAMOK A GLADIÁTOR PARKBAN



WWW.MOCSAROSEGYEULET.HU

Szervező:



Támogató:

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat



Megalakult az AME Szenior Klubja.
Csütörtöki napokon, délelőttönként a Gladiátor Pihenőparkban
tartjuk összejöveteleinket.

A klubhoz való csatlakozási szándékukat
az info@mocsarosegyesulet.hu e-mail címen jelezhetik.

TERMÉSZETISMERETI PROGRAMOK:

2025. MÁJUS 15., illetve MÁJUS 29., 10:00-12:00

MADARAK VILÁGA - Berecz Kata a Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesület munkatársa a madarak életébe vezet be bennünket.

2025. JÚNIUS 12., 09:30-11:30

GYÓGYNÖVÉNYTÚRA - Gyógynövénytúra a Mocsárosban Méhész Ádám vezetésével.

2025. JÚNIUS 26., 09:30-11:30

A ROVAROK ÉRTÜNK, MI A ROVAROKÉRT - Lukács Anna biológus hallgató és Szabóky Csaba lepkész, az ArtEnto Alapítvány önkénteseinek interaktív előadása.

A természetismereti programok a Szenior Klub keretében kerülnek megrendezésre, de életkortól függetlenül mindenkit szeretettel várunk!

Hagyják otthon az autót, érkezzenek hozzánk zölden!
Amennyiben lehetséges, érkezzenek gyalog, kerékpárral,
rollerrel, tömegközlekedéssel.

A programokon való részvétel ingyenes.
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják.

A programokat rossz idő esetén nem tartjuk meg,
a lemondásról online felületeinken teszünk közzé értesítést.

www.mocsarosegyesulet.hu

fb.com/aquincum.mocsaros

Fűszerek és rovarok nyomában

2025. szeptember 19., péntek
Mocsárosdűlő, Gladiátor Park

Szervező:



Szakmai partner:



Támogató:



16:00 – 17:00 FÜSZERNÖVÉNY BEMUTATÓ

Ismerkedj meg közelről az illatos konyhai és gyógyító növényekkel a Gladiátor Parkban található fűszerspirálnál. Bemutatjuk hogyan élnek egymás mellett a különféle illatos fűszernövények, mire használhatók, és hogyan teremthetünk velük egyensúlyt a kertben.

17:30 - A ROVAROK ÉRTÜNK, MI A ROVAROKÉRT SÖTÉTEDÉSTŐL - FÉNYPÁSZMÁS ROVARMEGFIGYELÉS

Lukács Anna és Szabóky Csaba, az ArtEnto Alapítvány önkénteseinek segítségével először elmélyedünk abban, miért is nélkülözhetetlenek a rovarok az ökoszisztémánkban – és mi mit tehetünk értük.

Majd sötétedéskor a fényhez csalogatjuk az éjszakai lepkéket.

Hozz magaddal nagyítót, esetleg kis fiolát vagy dobozkát, hogy jobban megfigyelhesd ezeket a csodálatos kis élőlényeket.

Hagyjátok otthon az autót, érkeztek hozzánk zölden!
Amennyiben lehetséges, érkeztek gyalog, tömegközlekedéssel.

A rendezvény az
Óbudai Zöld Napok
keretében kerül megrendezésre.



Részletes program:



A programokon való részvétel ingyenes.

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják.

A rendezvényt rossz idő esetén nem tartjuk meg,
a lemondásról online felületeinken teszünk közzé értesítést.

www.mocsarosegyesulet.hu

fb.com/aquincum.mocsaros

<http://www.mocsarosegyesulet.hu/page/hirlevel-2025-szeptember>

<http://www.mocsarosegyesulet.hu/page/fuszerek-es-rovarok-nyomaban>

<https://fb.me/e/5VQE5e7Cd>



**2025. december 14-én, vasárnap, évzáró rendezvényt
tartunk a Gladiátor Parkban,
amelyre minden érdeklődőt szeretettel várunk!**

A találkozó lehetőséget teremt arra, hogy személyesen is
megköszönjük az egész éves együttműködést, és megosszuk
terveinket a következő időszakra.

Kellemes, ünnepi hangulatban várunk mindenkit, aki
szívesen kapcsolódna közösségünkhöz és kíváncsi az
Egyesület előtt álló új célokra.

Hagyják otthon az autót, érkezzenek hozzánk zölden!
Amennyiben lehetséges, érkezzenek gyalog, tömegközlekedéssel.



Szervező:



Támogató: Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat



A rendezvényen való részvétel ingyenes.
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják.

A rendezvényt rossz idő esetén nem tartjuk meg,
a lemondásról online felületeinken teszünk közzé értesítést.

www.mocsarosegyesulet.hu

[fb.com/aquincum.mocsaros](https://www.facebook.com/aquincum.mocsaros)

<http://www.mocsarosegyesulet.hu/page/adventi-evzaro-2025>

<https://www.facebook.com/aquincum.mocsaros/posts/pfbid0VTktEdRaN55XiU36kFpN3UZYoipysnXB851SsjeKyjvRzahqWk1UjA13V5vJvXvNI>