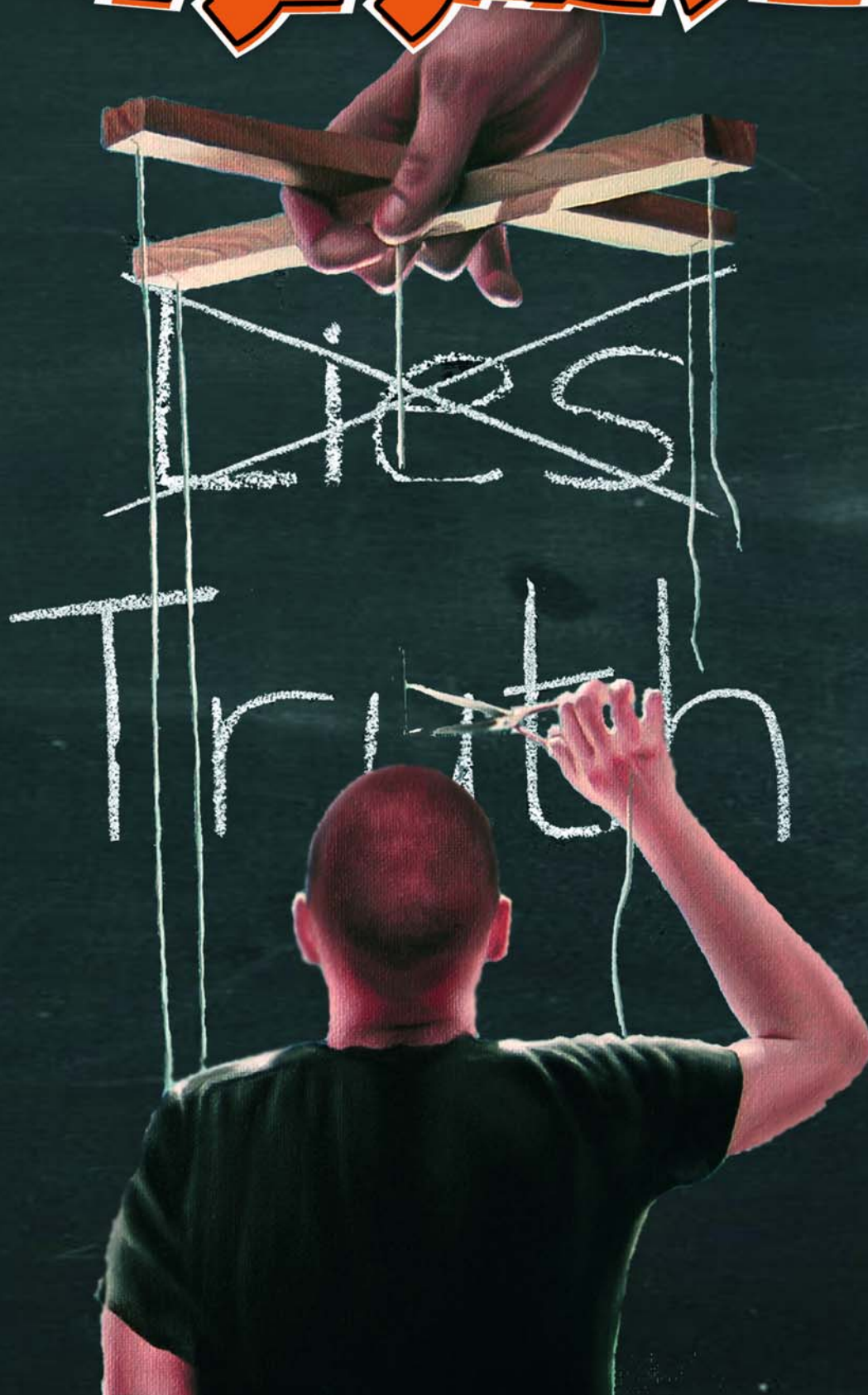


**DUE**  
a diákújságíró egyesület  
értékelése alapján:  
**Az Év Diákújságja**  
**2010**

# HÖKKENTO





2015. július 1–4.  
Magyarkanizsa  
Tisza-part

**OSSIAN**

**ROAD AURORA**

**LEANDER RISING**

**GROOVEHOUSE NEVERGREEN SAMAS**

**Subway Végállomás Ashen Eptaph Feel The Fire Band Phrenia No Signal Sunset**

[www.facebook.com/kanizsafeszt](http://www.facebook.com/kanizsafeszt)

**NIKI BELUCCI HŐSÖK**

**KIZAMI GROOVER LENNARD KINCSES**

**SUCK MY DISCO – KILLTHEPOP, VERANO**

**NOYZ JED LIVING RAWER MAXY DEE MENTOR GESBIN**

További programok: népzenei sátor, nyári egyetem, gyerektanya, civil pont, médiasziget, sportprogramok, Hungarikum utca, egészség központ és még sok érdekesség

**4 napos belépő**

**2014. május 16-ig 1000 din, június 19-ig 1200 din, a helyszínen 1500 din**

**Napijegy 400 din**

A jegyárak tartalmazzák a kemping használatát és az ingyenes sátorozás lehetőségét!



Info: [kanizsafeszt@gmail.com](mailto:kanizsafeszt@gmail.com)

A programváltoztatás jogát fenntartjuk!

# Ébredj Csipkerózsika!



„Az igazság ismeretlen fogalom a diktatúrákban, ettől olyan szűfősak ezek a rendszerek.”  
(Joris Luyendijk)

Úgy érzed, körültekintő vagy? Mindent észreveszel, ami körülötted történik?

Tudod, hogy az egyetem folyosóin hol kaphatsz drogot? Vagy hogy a szexből kifizetett tandíj nem csak mese? Tudod, mit gondolnak a tanárok RÓLAD? Ugye, hogy nem! Ha azt hiszed, itt minden jól működik és az egyetemünk hibátlan, ideje felébredned! Nem vagy Csipkerózsika, hogy megengedd magadnak az álmodozást!

Az egyetem igyekszik a legszebb, legelőnyösebb arcát nyújtani mindenkinek felé. Minél több diák, annál több pénz, ugyebár. Azonban nem lehet

minden felett csak úgy átsiklani. A problémák igenis ott lesznek akkor is, ha eltitkolják őket. Ahogy mondani szokás: a smink és a kozmetikázás sem old meg mindent. Ha egy alma rohadt, mindegy, hogyan fényesítjük kívülről, akkor is ehetetlen marad.

**Vajon hány olyan dolog lehet, amiről senki sem tud? Mennyi dolgot tűntetnek el előlünk?**

Nem hagyhatjuk átverni magunkat! Nem tehetjük meg, hogy mindent elhiszünk, amit az orrunk elé tolnak. Ki kell állni az olyan gondok ellen, amit ez a magazin is taglal: drog, prostitúció, nőellenesség és az emberéleteket veszélyeztető gyűlölet.

**Kedves olvasó! Fel kell tenned magadnak a kérdést: milyen világban szeretnél**

élni? Egy tökéletesen vagy egy IGAZIBAN?

Része vagy az egyetemnek, és a te életed ugyanúgy tét, ugyanolyan jogod van az igazsághoz, mint ahogy a felsővezetésnek. Ne arról szóljanak az itt töltött éveid, hogy vállrándítva továbbhaladsz, ha felmerül egy probléma!

**Merj kiállni, merd megmutatni, ki vagy!** Érd el, hogy odafigyeljenek rád és a problémáidra, ne pedig a sarokból panaszodj! Ne menj el egy eltussolt ügy mellett. Neked és mindenki másnak is joga van az IGAZSÁGHOZ!

Müller Anita  
főszerkesztő  
e-mail: anita.814.0@gmail.com

## Kényelmetlen pártfogás

Szerkesztőségünk egy igen kellemetlen, kissé kényes témának próbált utánajárni. Arra voltunk kíváncsiak anonim kutatásunkban, hogy ha most lennének az országgyűlési választások, akkor az SZTE hallgatói melyik politikai pártra adnák le a voksukat, már amennyiben leadnák.

Nem reprezentatív felmérésünk során több mint száz hallgatót kérdeztünk meg a kérdés kapcsán. A kutatás jellegéből adódóan a végeredmény nem feltétlenül fedi a valóságot, ugyanakkor egy helyzetképet, viszonyítási alapot mindenképpen ad az egyetemisták politikához fűződő viszonyáról.

A megkérdezettek körülbelül egynegyedét egyáltalán nem érdekli a politika, és kimaradna a közélet öltönyös döntőkeinek küzdelméből. E véleményüket legtöbbször nyugodt, némileg ironikus mosollyal közölték, néhányan azonban kissé felháborodva adtak hangot sajátjuknak.

Volt, aki egyenesen azzal indokolta érdeklődésének hiányát, hogy az egyetem után úgyszólván külföldre költözik, mások szerint pedig az „egy szavazat nem is szavazat”, úgysem rajta múlik, hogy ki kormányozza az országot.

Kicsivel kevesebb mint a válaszadók egyötöde szavazati jogával élne, de nem tudta megmondani, hogy kit választana jelen pillanatban. Illetve sokan azzal sem voltak tisztában, hogy kik közül is lehetne választani. Néhányan viszont szükségesnek tartották megemlíteni, hogy bár valóban nem tudnak dönteni, de egy biztos, nem a jelenlegi kormánypartot segítenék.

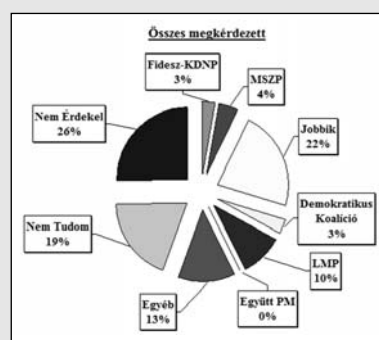
Az összes megkérdezett körülbelül 13%-a állította azt, hogy érdekli a politika, fontosnak tartja, hogy kivegye részét a szavazásból, azonban olyan – többségben konkrétan meg nem nevezett –

politikai pártot vagy civil kezdeményezést támogatna, akik még viszonylag újjak, ismeretlenek a közvélemény számára, akik még „tisztalappal indulnak”, így megérdemelnék az esélyt, hogy bizonyíthassanak. (1. ábra)

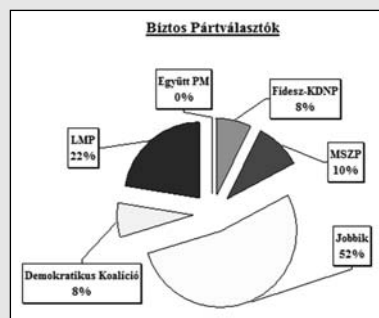
A megkérdezett hallgatók kicsivel több mint 40%-ának volt konkrét elképzelése arról, hogy a jelenlegi köztudatban forgó (a legutóbbi országgyűlési választások során Parlamentbe bejutott) politikai pártok közül kire szavazna.

Ez alapján a biztos pártszavazó egyetemisták valamivel több mint fele a Jobbikra, kicsivel több mint egyötöde pedig az LMP-re adná le szavazatát. Az MSZP körülbelül 10%-ot, a Demokratikus Koalíció és a Fidesz–KDNP egyaránt 8-8%-ot kapott. Az Együtt PM szavazat nélkül maradt. (2. ábra)

A felmérést a teljes egyetemi hallgatótságra vetítve az a következtetés vonható le, hogy ha most lennének a parlamenti választások, akkor azt a hallgatók körében a Jobbik nyerné az LMP előtt. E két párt rendelkezhet a legnagyobb biztos szavazótáborral. A Fidesz–KDNP, az MSZP, a Demokratikus Koalíció, illetve az Együtt PM népszerűsége külön-külön csekélynek mondható, amely betudható a belőlük való kiábrándultságnak. A végeredményt azonban befolyásolhatják azon hallgatók voksai, akik az úgynevezett bizonytalan szavazók. Így az ő megszólításuk és szimpátiájuk elnyerése döntő fontosságú lehet,



1. ábra



2. ábra

elsősorban a Jobbik és az LMP számára, amennyiben az egyetemisták körében a legnépszerűbb párt kíván lenni.

Cikk és diagrammok: Marotti,  
Joó Vivien Krisztina

# „Nem hinném, hogy nálam lenne a bölcsék köve”



Nemrégiben az ország még attól harsogott, hogy a felsőoktatási törvény kancelláriát kíván bevezetni. Mára már **Devez Miklós** tölti be ezt a tisztséget. Szinte azonnal munkához is látott, az egyetem rektorával (**dr. Szabó Gábor**) és a dékánokkal karöltve megalkotni az új SZMSZ-t, vagyis az SZTE szervezeti működését.

A szabályzat kettéválasztja a rektori, illetve a kancellári hatásköröket. Megaláztatását hosszú előkészületek előzték meg, míg végül **2015. március 16-án elfogadták, ugyanezen hónap 30. napján pedig már érvénybe is lépett.** Az olvasmány hosszú, tele jogi szöveggel, de aki szeretné elolvasni, megtekintheti az egyetem honlapján.

Továbbá Devez Miklós 120 napon belül minden vezetői megbízást alaposan átvizsgál, és ha a törvénykezésnek nem felel meg, meghozza a szükséges intézkedéseket. Nyilatkozataiban többször is megemlíti, hogy a csapatmunka híve, és sikeres egyetemet szeretne vezetni a rektor úrral együtt.

A kancellár úr mindenképpen növelni szeretné az egyetem ismertségét, nemzetközi szinteken is. Hároméves megbízatása alatt szeretne stabil alapokat lefektetni, valamint kibővíteni az iskola kapcsolatait is.

Az *SZTE.tv*-nek adott interjúja szerint nagy híve a duális rendszernek, azaz szeretné, ha nemcsak az elmélet, hanem a gyakorlat is nagy hangsúlyt kapna az oktatásban. Első ilyen változtatásra a Mérnöki Karon kerül sor szeptembertől.

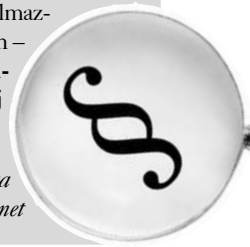
Intézkedései legfőképpen a felsővezetés megreformálásával, felügyeletével foglalkozik, így a hallgatók szinte semmit sem fognak érezni a jelenlétéből. Gondoskodni fog arról, ki mennyit „tehet zsebre”,

illetve vihet haza a hó végén. Szabályozhatja a pénzbeli „kiegészítések” mértékét is.

Összességében **Devez úr célja a nemzetközi kapcsolatok fejlesztése, és hogy a hallgatók több gyakorlati képzésben vehessenek részt. Az oktatás minőségének javulása pedig egyaránt fontos és jó minden itt tanulónak.**

**Mind ezt – ahogy ő fogalmazta meg motivációs levelében – paraszti logikával kívánja elérni, valamint az új SZMSZ segítségével.**

Müller Anita  
Fotók: internet



## Mi lesz veled, TO?

Szinte minden nap akad olyan egyetemista, akinek gondjai támadnak a papírokkal, az ETR-rel vagy bármi mással. Ezek a hallgatók minden esetben a karuk Tanulmányi Osztályához fordulnak segítségért. De valóban segítenek is?

Már a gondolat is, hogy be kell menni hozzájuk, felér egy foghúzással, hisz a legtöbben haraggal távoznak. Számos hallgatót kérdeztem meg különféle karokról (BTK, TTIK, JGYPK, ÁJTK), ahol felháborodva nyilatkoztak a TO-s dolgozók munkájáról.

Az általam megkeresettek kivétel nélkül megemlésttek a HSI és a TO-k közötti szervezetlenséget. Jobbról balra, majd vissza küldözgetik őket, mire végre hajlandók foglalkozni azzal, amiért már hetek óta szaladgálnak. Miért? Miért nem lehet egy egyszerű telefonhívással lerendezni ezt a két iroda között? **Valóban ekkora szervezetlenség van?**

A másik, amit gyakran állítanak, hogy lenéző és bunkó módon beszélnek az emberrel, ha ne adj' isten be meri tenni a lábát. **Nem azért vannak, hogy kulturáltan intézzék el a problémáinkat?** Vagy bele se gondolunk, hogy a feladataik

stresszel járnak? Komolyan gorombák, vagy csak mi értjük félre őket egy-egy rosszabb napunkon?

**Hosszú a nyitva tartás, és halálra dolgozzák magukat?** Ez bizonyítottan nem igaz! Mindegyik kar TO-jának nyitva tartása rendkívül rövid, a leghosszabb ideig a JGYPK-n fogadják a hallgatókat (hétfőtől esütőtökig 8–15 között, pénteken 8–11 között). Máshol alig egy-egy órácskát szánnak a diákok gondjainak megoldására. Helyes ez így? Miért nincs több idejük? Mennyi ideig ülnek az irodában zárás után?

Egy volt hallgatótárs megemléstte az egyetlen kivételt, amikor a Tanulmányi Osztály munkatársai **gyorsak és alaposak: a számlabefizetés.**

Mennyire hasznos alkalmazni a TO-sokat? Nem kellene a körmükre nézni, vagy legalább illemtan órára befizetni őket?

Ki felügyeli a munkájukat? Kinek kell szólni, ha a fent említetteket tapasztaljuk? **Van egyáltalán megoldás?**

Amennyiben a rendszer egyes helyeken nem működik megfelelően, felül kell vizsgáltatni azt!

Azt már megtudtuk, hogy a megkeresett hallgatók nincsenek túl jó véleménnyel a karaikon működő segítségnyújtással.

### Te is így vagy vele?

**SZÁMÍT A VÉLEMÉNYED!** Írd meg nekünk, és a következő számban elolvashatjátok, minek jártunk utána az ügy kapcsán!

Müller Anita



# Tanárok a nagyító alatt

ÍGY GONDOLJÁTOK TI!

A következő oldalon ismertetjük az oktatók által elmondottakat, most pedig a diákok szemszögéből is megvizsgáltuk, hogyan alakult az évek során a tanárok magatartása az oktatási rendszerben.



Tizenhét személyt kerestem fel, akik készségesen válaszoltak minden kérdésemre, de csak név nélkül merték vállalni a véleményüket. SZTE, PTE, SZIE, BCE, BME – különböző intézmények különböző karain tanuló hallgatók osztották meg velem tapasztalataikat.

„Hogy miben más a pedagógusok viselkedése? A rutinosabbak kiforrt stílusban tanítanak, a változás inkább a kezdőkre jellemző, akik PhD-ra készülnek, vagy frissen vannak túl rajta. Ők általában kétféle kategóriába sorolhatóak: az egyik nagyon jó fej, szinte mindent megenged, és nehézségei vannak a fegyelem megtartásával. A másik szigorú, már az elején meg akarja teremteni maga felé a tiszteletet, nagyon fegyelmező. Magabiztosnak akar tűnni, mindent próbál kézben tartani, de gyakran nem látja át a helyzetet, és könnyen hoz igazságtalan döntést.” – osztotta meg velem véleményét egy 22 éves, biológia szakos hallgató.

Sokkal közvetlenebbé vált a tanárdiák kapcsolat, az oktatók rugalmasabbak, próbálják felvenni a fiatal egyetemisták életritmusát. Nem ritkák a közös bulizások, sörözések és az egyetemen kívüli programok. De nem mindenki vevő erre, az idősebb tanárok többsége még mindig túl konzervatív, túl szigorú, nehezen tud ehhez a pörgős életmódhoz alkalmazkodni.

„Ha régebbre akarunk visszanyúlni, nyilván kiment a divatból a verés és ehhez hasonlók. De mindig lesznek olyanok, akik a pályára »születtek« és olyanok is, akik nem.”

– jelentette ki egy 24 éves, óvodapedagógia szakos lány.

Néhányan úgy gondolják, szigorítani kellene a felvételi

eljárásokon, és visszavezetnék az alkalmassági vizsgákat. Nem jó, hogy sokszor csak 2-3 év után derül ki, valakinek semmi keresnivalója nincs az adott szakon. Van diplomája, de nem tudja hasznosítani. Van diplomája, de nem tudja hasznosítani. Nem köti le a munka, nem élvezi azt, amit csinál. Akadnak viszont olyanok is, akik az önköltséges képzéseken szigorítanának, mert nem tartják helyesnek, hogy gyengébb képességgel rendelkező személyek is bekerülhetnek az egyetemi padokba.



„Sajnos sok szakon azok a diákok érvényesülnek, akiknek van hozzá megfelelő anyagi háttérük, lásd államilag finanszírozott szakok megszűnése. Ilyenkor felmerül bennem a kérdés: egy egyetem elvégzéséhez pénzre vagy tudásra van jobban szükség?” – mondta felháborodva egy 20 éves, mérnök szakos hallgató.

Egy 23 éves jogász másképpen látja, ő így nyilatkozott a témáról: „Egyrészt nem tartozom azok közé, akik hisznek abban, hogy léteznek nem megfelelő alkalmassággal, képesítéssel rendelkező hallgatók. Szerintem, ha valaki kitűz egy célt maga elé, ami mellett kitart, akkor bármire képes. Másrészt viszont pont ebben látom a probléma okát is: a legtöbb középiskolában olyan tanárok tanítanak, akik továbbképzésre szorulnak, képtelenek a diákok motiválására. A legtöbben csak azért jelentkeznek egyetemre vagy főiskolára, mert nem tudják, mihez kezdjenek az életükkel: dolgozni még nem akarnak. Természetesen nehéz határvonalat húzni a szigorúság és az engedékenység között, hiszen semmilyen felsőoktatási intézmény sem akarja

kockáztatni a jó hírével, hogy képzetlen, motiválatlan állampolgárokat enged ki a falai közül. Ennek viszont az a következménye, hogy rengetegen váltanak szakot, vagy töltenek el éveket a felsőoktatásban úgy, hogy végül semmilyen diplomát sem szereznek.”

Mindig is hallhattunk olyan tanárokról, akik szándékosan szívatják a hallgatókat, és túlzott szigorot alkalmaznak azokkal szemben, akik nem szimpatikusak nekik. Kisebbségi létszámú évfolyamoknál könnyen megjegyzi a neveket, arcokat, így aki nem jár be az előadásokra, az a vizsgán hátrányos helyzetből indulhat, és lehetséges, hogy ezért nem sikerül a várakozásoknak megfelelő jeget szereznie.

De vajon mit gondolnak erről a diákok? Megalapozott vagy csak tanári habitus?

„Most félévkor volt az anatómia szigorlatunk. A fogásaink elloptak a boncteremből egy koponyát, ezért az egész intézet szünetelt az évfolyamot. Mindenki felháborítónak tartotta, de nem tudtunk ellene mit tenni.” – mesélte csalódottan egy másodéves orvostanhallgató lány.

„Sok boldogságot kívánok azoknak a pedagógusoknak, akik ezzel élnek ki magukat, nyilván a korábban kialakult frusztrációjukat vagy magánéleti problémájukat vetítik ki a diákokra. Szüleim kollégájával történt, hogy az oktató előttük dobta fel a dolgozatot, akinek az asztalra esett, az átment, akié nem, az így járt.” – tudatta velem a meghökkentő tényeket egy SZTE-s diák.

A többség mégis azt állítja: személyesen sosem tapasztalt ilyesmit, az oktatók többsége korrekt, próbálnak elvonatkoztatni, objektíven értékelni, hiszen a tudás a lényeg és az, ami mögötte van. Az érdemjegynek is ezt kellene tükröznie. Mindig voltak hallgatóbarát oktatók, és mindig lesznek olyanok is, akik keményen megizzasztják a diákjaikat. Hogy lesz-e ebben változás, az a jövő kérdése.

Rab Helga  
Fotók: internet





# Viselkedési normák alakulása a felsőoktatási intézményekben

## TANÁRI SZEMSZÖGBŐL

Az oktatási rendszer, a viselkedési normák állandó változás alatt állnak. Köszönés vagy nem köszönés az utcán, evés az órákon, csetelés a pad alatt, szunyókálás a másik háta mögött... Mindez hozzátartozik, szerves része az egyetemi életnek. De hogyan is vélekednek erről az oktatóink?

**– Hogyan alakult az évek során a diákok magatartása, viselkedése az oktatási rendszerben, illetve azon kívül?**

**Sándor János:** Észrevételem szerint a bolognai rendszertől van egy drámai elbutulás, egy sokkal kevesebb ismeretanyag a diákok körében. Elromlott a diákok viselkedési normája... Ez nem azt jelenti, hogy meg kell alázkodni, de bizonyos dolgokat muszáj betartani, és meg kell adni a kellő tiszteletet a másoknak. Választékos beszéd helyett alpári módon fejezik ki magukat, és abszolút nem érzik a kimondott szavak súlyát. Nagyon negatív a viselkedésük, másrészt viszont a nyitottságuknak köszönhetően formálhatóak lehetnének. Legfőképpen a középiskolából hozott viselkedési normák kerülnek át az egyetemre. Elképzelhető, hogy ebben az oktatási rendszerünk is hibás.

**– Befolyásolja-e az érdemjegyet a tesztes index és a szimpátia? Előfordul kivételezés a vizsgákon vagy túlzott szigor azokkal szemben, akik nem szimpatikusak?**

**Fizel Natasa:** Természetesen az oktató is ember, így számára is vannak szimpatikusabb és kevésbé szimpatikus hallgatók. A lényeg az, hogy ez nem derülhet ki. Sem pozitív, sem negatív kivételezést nem tudok elképzelni ilyen alapon. Az én feladatomban a teljesítmény és nem a hallgató értékelése.

**– Mit gondol a hallgatók minimalista hozzáállásáról? Arról, hogy sokan nem hozzák ki magukból a maximumot és megelégszenek a kettessel is?**

**Sándor János:** Minden csoportban vannak olyan személyek, akikért érdemes csinálni. Ha szerencsém van, akkor a teljes csoport ilyen. Nem reménytelen az ügy, de mindenképpen elszomorító, hogy az érdeklődő és a „csak legyen valami a papíron” hallgató között milyen óriási a különbség. Azt gondolom, hogy csak kemény rostával lehetne ezt

megoldani. Nagyon gyakran ezek miatt az érdektelenül átcsúszott hallgatók miatt nem lehet átadni azokat, amelyek a diákok okulására, nevelésére, tudásuk gyarapítására szolgálnának. Ők azok, akik visszahúznak. Én nem értek egyet azzal, hogy ne tegyünk különbséget hülye és nem hülye között.

**– Miben volt más a rendszer akkor, amikor Ön volt egyetemista? Tudna erről mesélni?**

**Döbör András:** Az én időmben nem volt ETR, nem volt email, mobiltelefon. A kurzusokat az indexünk tanárok általi személyes aláíratásával tudtuk megszerezni. A tanárainkat nagyon tiszteltük, udvariasak, tisztelttudóak voltunk velük. A képzés végére mégis sokukkal baráti viszonyba kerültünk. Az ösztöndíjunkért sorba álltunk a TO folyosón, mert nem volt bankszámlára utalás. A vizsgákat nem lehetett végtelen alkalommal megpróbálni: ha egy vizsga nem sikerült, még kétszer UV-zhattunk, és akinek nem sikerült, kibukott az évfolyamból, egy évet ki kellett hagynia. Sokkal több időt töltöttünk emiatt az egyetemen, sokszor hétvége sem mentünk haza, ellentétben a mai diákokkal, akik minél rövidebbre próbálják igazítani a Szegeden tartózkodást. Sokkal jobban megismertük a város adta kulturális és szórakozási lehetőségeket.

**– Felvételi eljárás racionalizálása! Egyetért ezzel? Szigorítana rajta vagy sem? Ön szerint helyes az, hogy nem megfelelő alkalmassággal, képesítéssel rendelkező diákok is bekerülnek az egyetemre?**

**Pető Bálint:** Nem tartom ezt helyesnek, mindenképpen szigorítanék rajta. Így valamelyest kiküszöbölhető volna több probléma, például jelentősen csökkenne a negatív hozzáállás is, hiszen jóval nagyobb százalékban járnának az egyes szakokra olyanok, akiket az adott

képzés komolyan érdekel, és jobban meg is becsülnék, hogy bekerülhettek az egyetemi pad sorokba.

**– Az órákon aktív a részvétel? Bejárnak a diákok az előadásokra vagy csak a kötelező kurzusokra? Mik a tapasztalatai?**

**Sándor János:** Szerintem mindenkinek komolyan kellene vennie az óralátogatásokat. Én beszélgetősen szerettem megtartani az előadásaimat. Ha olyan a csoport, hogy erre partner, akkor nagyon izgalmas és interaktív szokott lenni az óra.

**– Mi a helyzet azokkal a hallgatókkal, akik nehezen viselik a kritikát? Adódott ebből bármikor is konfliktushelyzet vagy vita?**

**Forró Lajos:** Az oktatónak tudnia kell kezelni ezeket a helyzeteket. Ezért vagyunk pedagógusok, ezt tanultuk. Nyilván az ember bezár azok felé, akik nem adják meg a minimális tiszteletet sem. Ezekkel a hallgatókkal a kötelező kommunikációra szorítkozom, de nem kerülnek hátrányos helyzetbe emiatt. Csak velük semmi plusz nincsen, míg a többiekkel esetleg kialakul egy kötetlenebb viszony.

*Kolozsvári  
Melitta  
Fotók:  
internet*



# Nőgyűlölet az SZTE-n?

Bár a feminista mozgalmak réges-rég kivívták az egyenjogúságot, akad még olyan férfi, aki szerint a „gyengébbik” nem helye a tűzhely és a fakanál mellett van. Számos olyan esetről szereztünk tudomást, ahol bizony a Szegedi Tudományegyetem egyes oktatói is ezen a véleményen vannak.



A két kar, ahonnan az információkat kaptuk, különös tekintélynek örvend, feladatukról kiemelten fontos, mind jogi, mind tudományos berkekben. Több hallgató állítása szerint bizonyos oktatók lekezelően beszéltek a nőkről, továbbá megkérdőjelezték képességeiket az adott szakkal kapcsolatban. Egyik példánk esetében a neve elhallgatását kérő hölgy gölya volt. Frissen került az intézménybe, és az első tanítási órán hallgatta végig, ahogy a tanár alkalmatlannak titulálta – többi bent ülő nőtársával együtt – a diploma letételére.

A magánvéleményhez természetesen mindenkinek joga van, azonban arra, hogy ezt nyíltan, a katedráról harsogja, nincs.

Az pedig, hogy – az egyenlő bánásmódot félretéve – meggyőződésüket, miszerint a nők gyerekszülésre valók, a vizsgán is a hallgatók tudtára adják, az egyetem etikai kódexe szerint is szabálytalan:

„1.§ 1. Az Etikai Szabályzat személyi hatálya kiterjed az Egyetemmel foglalkoztatási, illetőleg munkavégzésre irányuló egyéb jogviszonyban lévő személyekre (a továbbiakban: egyetemi polgárok).

2.§ 1. Az Egyetem biztosítja és egyben elvárja polgáraitól az emberi méltóság tisztelését, az egyenlő bánásmód követelményének és a hátrányos megkülönböztetés tilalmának betartását.”

Amennyiben valaki a fent nevezett pontokat megszegi – márpedig tudjuk, hogy többen megtették – etikai vétségget követ el, mely szankciókkal jár a helyzet súlyától függően: írásbeli figyelmeztetés, vezetői/magasabb vezetői megbízás visszavonása.

A burkolt utalások, a szebb megfogalmazás ugyanolyan vétségnek minősülnek, hiszen egyértelműen leszűrhető az illető véleménye.



**Miért van mégis, hogy senki sem tesz semmit?**

Etikai eljárást egyedül az egyetem jelenlegi rektora **Dr. Szabó Gábor** kezdeményezhet. Informátorunk szerint ő is kapott értesítést a szóban forgó egyik esetről, mégsem történt eddig semmi.

A diáklányok értelemszerűen félnek a megtorlástól, ellehetetlenítéstől, azonban ott az a bizonyos hallgatói érdekvédelem.

Mit kezdenek a feljük beérkező panaszokkal? Miért nem tesznek semmit? Van egyáltalán ekkora hatalmuk hozzá?

Az első és legfontosabb dolog, hogy szólunk kell a kar HÖK vezetőségének, aki figyelmezteti a tanárt, és amennyiben ekkor sem intézkedtek ez ügyben, jelenti a dékánnak, majd a rektornak.

Igenis utána kell járni, mert a probléma hallgatással és ráhagyással sosem fog megoldódni. A világban mindig lesznek emberek, akik el akarnak tiporni bennünket, mégis fel kell állnunk és bebizonyítani, hogy minden ember egyenlő!

Müller Anita  
Fotók: internet

## Az SZTE mocskos kis titkai

Ha az eltussolás művészetéért trófeát adnának, minden bizonnyal a Szegedi Tudományegyetem nyerné el ezt a „dicsőséget”. Bámulatos ügyességgel tüntetik el nyomaikat, mindegy, milyen ügyről is legyen szó. Szerkesztőségünk tudomására jutott egy eset, amit ismét a szőnyeg alá kívántak söpörni, annak ellenére, hogy emberi életek múltak rajta.

A hír nem friss, épp ezért is meglepő, hogy egy újság és hírportál sem tette közzé. Történetünk december 3-án kezdődött, amikor egy népszerű kollégium folyosója a hajnali órák folyamán lángra lobbant. Keringtek pletykák balesetről, majd később kiderült, hogy szándékos gyújtogatás történt. Az emeleten többen is laknak. Életük csupán a véletlenen múlt. Ha épp akkor egy buliból feljövő nem látja meg a lángokat és kezdi riasztani az illetékeseket, akár halálos áldozat is lehetett volna.

Még az érintettek (az ott lakók) számára is rejtély, hogy tulajdonképpen miért és ki gyújtotta a tüzet. Az információik csupán annyiból állnak, hogy

két diák – akik szintén észrevették a veszélyt, vészharangongatás nélkül sétáltak el – fegyelmi eljárásban részesült, az egyik Kollégiumi Bizottsági tagot eltanácsolták, mivel helytelenül járt el, vallomásaiban pedig eltérő nyilatkozatokat tett.

Ez csak a hab a tortán, ugyanis az eljárás kapcsán kiderült, hogy számos más dolog is elhallgattak az ott élők elől. Történetek lopások és más eltussolt esetek, amelyeket nem kívántak sem kommentálni, sem nyilvánosságra hozni.

Mindazonáltal meg kell említenem, hogy értesüléseink szerint az igazgató minden tőle telhetőt megtett. Kezét azonban a felsőbb körök megkötötték.

Vajon hány olyan dolog lehet, amiről senki sem tud? Mennyi dolog tüntetnek még el előlünk? Már abban sem kételkedem, hogy egy hullát is képesek lennének elásni valahol a pusztában, csak hogy tisztára mossák a kezüket.

Az életünket adjuk a kezükbe, hisszük, hogy biztonságban vagyunk és fordulhatunk a vezetéshez, ha bajban vagyunk, de ezek után fel kell tennünk a kérdést: KIBEN BÍZHATUNK?

A. A. Wallace  
Fotó:  
internet





# Füves sütit tessék!

Bármennyire is nehéz elképzelni, nagyon sokan drogoznak manapság, olyanok, akikről nem is gondolnád. Jogászok, leendő orvosok, emberek, akikre az életedet bízod, és bizalmat szavazol a munkájuknak. A szerek használata egyre népszerűbb, sokan már tizenéves korukban kipróbálják őket.

– **Bulikban gyakran előfordul a használatuk?**

– Attól függ, hogy milyen a buli. Szerintem a legtöbb inkább bepiál. Nagyon sokan szívznak füvet bulik előtt/alatt, és persze a szintetika használata is ekkor a leginkább jellemző (extasy, speed, de már más szerekkel is találkoztam). Párszor hallottam már, hogy egy-két buliban a gombázás is megy, főleg bulik előtt. De ez nagyon-nagyon ritka. Véleményem szerint a nagy többség megmarad az úgymond „alap” drogoknál.

– **Tudsz-e olyan esetet, hogy valaki lebukott órán/vizsgán valamilyen szer használata miatt?**

– Nem hallottam még ilyenről. Természetesen sokan csinálják, én is voltam már így buli után benn, ha nagyon muszáj volt bemenni, de szerintem az emberek csak úgy rögtön a használatuk után nem mennek be órára. Maximum részegen.

– **Honnan szerzik be a fiatalok ezeket?**

– Alap dolog, hogy a dílereken keresztül, de mivel az itt tanulók nagy része csak alkalmanként használja a keményebb drogokat, így azokat valakin keresztül kell beszerezni (pl.: barát, aki ismeri a dílert). Nagyon sok mindenki csinálja persze, meglepően sok ember. Nem is hinnéd, mennyien.

– **Tudsz-e valami egyetemi rajtaütésről, rendőrségi ügyről?**

– Tudok, persze, de ezt nem szeretném megosztani.

– **Kollégiumoknál mi a helyzet?**

– Ó! Szerintem rengeteg ember csinálja benn is, persze bizonyos diszkreció mellett. De ez ugyanúgy érvényes azokra is, akik albérletben laknak, itt maximum azért nagyobb a létszám, mert sok ember lakik együtt, és általánosítanak az emberek, hogy „biztos a koliban”, meg hogy „az egy fertő” ebből a szempontból. Természetesen ez függ a kollégium fajtájától. A bulisabb kolikban megy eléggé, komolyabb szakos kollégiumokban szerintem ritkábban (más az emberek felfogása), ettől függetlenül nincs különbség arányaiban a koliban lévő felhasználók és az albérletekben élők felhasználási szokásaiban.

A következő sorokban néhány statisztikát olvashattok. (Forrás: [drogfokuszpont.hu](http://drogfokuszpont.hu))

## Mennyire elterjedt a drogfogyasztás a fiatalok körében?

2011-ben került sor az ESPAD kutatás-sorozat ötödik felmérésére. A megkérdezett 16 éves fiatalok 19,9%-a fogyasztott már életében valamilyen tiltott szert. Ennél magasabb, 24,9% volt azoknak az aránya, akik biztosan droghasználati céllal fogyasztottak valamilyen szert (a tiltott szerek mellett mágikus gombát, egyéb opiátokat, pl. máktea, szerves oldószereket, patront/lufit, mefedront). A visszaélősszerű gyógyszerfogyasztás (orvosi javaslat nélküli nyugtatók/altatók és alkohol gyógyszerrel együtt) életprevalencia-értéke 14,7% volt.

Az összes (tiltott és legális) gyógyszerfogyasztás életprevalencia-értéke a megkérdezett 16 éves diákok körében 28,8% volt. A fiúk 28,3%-a, a lányoknak pedig 29,4%-a fogyasztott már valamilyen visszaélésre alkalmas szert élete során.

## Melyek a leggyakrabban használt kábítószereszek a fiatalok körében?

A vizsgált szerek közül változatlanul a legelterjedtebb a marihuána, valamint a gyógyszerek orvosi javaslat nélküli fogyasztása és a szerves oldószer be-  
lélegzés. A prevalencia-értékek alapján az ötödik helyet a 2011-ben először kérték az amfetaminok, az egyéb szerek és az extasy.

Salka Róbert  
Fotók: internet

„Életprevalencia: a személy élete során legalább egyszer már megvalósította az adott magatartást. Életprevalencia-érték jellemzően azon személyek számaránya egy adott közösségben, csoportban, akik életükben legalább egyszer fogyasztottak már például kábítószeret. Ebbe beletartoznak azok is, akik egy alkalommal fogyasztottak szert, de azok is, akik rendszeres használók.”  
(Forrás: Nemzeti Drogellenes Stratégia 2013–2020)



Az alábbiakban egy SZTE-s diákkal készült interjút olvashattok, amelyből megtudhatjátok a komoly valóságot. Kíváncsi vagy rá, kik és mit használnak? Tudni akarod, melyik kar viszi a drog-használók „különdíját”? Vagy hogy honnan szerzik be a cuccot? Interjúalanyunk minden kérdésre választ ad!

– **Melyek a legnépszerűbb drogok az egyetemisták életében?**

– A legerjedtebb talán a marihuána, aminek a használata során az ember eufórikus állapotba kerül, mondhatjuk úgy, hogy ellazul. Élénkíti a fantáziát és élesíti az ítélőképességet, viszont a túlzott fogyasztása gyengíti a szív munkáját, és gondolkodási zavart is okozhat. Ezen kívül elég népszerű még az extasy és a speed is.

– **Hogyan látod a helyzetet, már úgy mennek az egyetemre a fiatalok, hogy használják ezeket a szereket, vagy inkább itt szoknak rá az „egyetemista élet” miatt?**

– Szerintem a legtöbb már előzőleg is használta. De azok az emberek, akik használják, szívesen mutatják be társaiknak, hogy ez mennyire jó. Szóval vannak sokan, akik itt próbálnak ki dolgokat.

– **Vannak olyanok, akik a tanulmányi eredmények javítása érdekében fordulnak ezekhez a szerekhez?**

– Vannak, orvososok főleg tudtommal. Leginkább speedet használnak, hogy fenn tudjanak maradni a vizsgaidőszakban. Sok ilyenről hallottam már, szerintem más szakokon is használják. De összességében elenyésző részük.





# Az Erasmus diákszemmel

## KÖZÉPPONTBAN SPANYOLORSZÁG

Immár több mint egy éve, hogy a Juhász Gyula Pedagógusképző Kar akkor negyedéves tanító-angol szakos hallgatója, **Nagy Mária Roberta** részt vehetett az *Erasmus programban*, melynek keretében Spanyolországban, Baszkföldön, Bilbaoban tölthetett egy félévet. A következőkben tőle kaphatunk némi betekintést a spanyol egyetem, a Universidad de Deusto életébe, a külföldön töltött mindennapjaiba, élményeibe, illetve megismerkedhetünk saját véleményével Spanyolországról és az ottani diákokról.



Az *Erasmus program* 1987-ben jött létre, nevét **Rotterdami Erasmusról** kapta. A programnak köszönhetően több millió diáknak állt módjában valamely európai országban tanulni, bizonyos ideig. Hogy valaki részt vehessen ebben a programban, több feltételnek is meg kell felelnie. A pályázás több pontból áll, először is a hallgatónak kell intézményében jelentkeznie, illetve leadnia minden szükséges anyagot a **Mobilitási Irodába**, majd ezután kerül sor a partneregyetemmel való kapcsolatfelvételre, ahol megszületik a döntés. A programban résztvevő diákok kötelesek *Tanulmányi Szerződést* kötni, mely tartalmazza a külföldi tanulmányok részleteit, illetve megszerzendő kreditek számát. A külföldön töltött félév végén a hallgató tanulmányi átiratot kap kézbe, ami tartalmazza a megszerzett érdemjegyeket, amelyeket a szerződésben foglaltak alapján a küldő intézmény köteles elfogadni.

### – Mért éppen Spanyolország?

– Elsősorban nem az én döntésem volt, az Angol tanszék vezetője ajánlotta fel ezt a lehetőséget, mivel kiváló kapcsolatot ápolnak az ottani egyetemmel.

Azonban ha szabad kezet kaptam volna a döntésben, akkor is erre az országra esett volna a választásom. Mindig is vonzott az ország éghajlata, kultúrája, az ott élő emberek mentalitása. Továbbá általános iskolás korom óta szeretek nyelvet tanulni, rengeteg időt fektettem az angol elsajátításába, ennek a programnak a keretében lehetőségem nyílt egy újabb idegen nyelv ismeretére szert tenni.

### – Miben változtatta meg az életedet ez a program?

– Alapjában véve a világnézetemet formálta leginkább. Sokkal toleránsabbá tett más nemzetek, más típusú emberek iránt, könnyebben elfogadom a differenciáltságot. Rengeteg tapasztalatot szereztem spanyolországi

utam során, ennek köszönhetően talpraesettebb és nyitottabb emberként tértem haza. Az ország iránti szeretetem jövőképemet is nagyban átalakította, szívesen visszatérnék munkavállalóként, akár több évre is. Az ott töltött idő meghozta gyümölcsét, spanyol nyelvtudásomról megszereztem az A 1.1 kezdő szintű tanúsítványomat.

### – Milyennek látod a spanyol oktatási rendszert?

– Véleményem szerint a spanyol oktatási rendszer gyakorlatias, könnyed és érthető.



A baszkoknál ez körülbelül délután 6-8 órára tehető. Spanyolországban is rengeteg egyetemi rendezvényben bővelkedhetnek a diákok, azonban azt mondhatnám, hogy összetartóbbaknak ismertem meg a hallgatókat. Sok olyan közös programot szerveznek, melyek nem az iskola keretein belül zajlanak, például tengerparti séták, közös vacsorák.

### – Tartod a kapcsolatot a most szerzett, külföldi ismerőseiddel?

– Igen, tartom. Nyitott és barátságos népként ismertem meg a baszkokat, ezért sok szoros kapcsolatot ápolok hazatértem óta is, akár személyesen, akár üzenetekben. Számos esetben hasznos tanácsokat és segítséget kaptam a külföldi barátaimtól. Emellett igencsak szerencsésnek tartom magam, ugyanis egy nagyon szeretetteljes családba kerültem, akiknek hiányát a mai napig érzem.

### – Mit tanácsolnál azoknak, akik most készülnek Spanyolországba az Erasmus program keretében?

– Elsősorban azt mondanám, tudjanak valamilyen szinten spanyolul, ugyanis tapasztalataim szerint a legtöbben nem beszélnek idegen nyelveken Spanyolországban, illetve ha mégis, kevésbé merik használni. A hivatalokban, bankokban egyáltalán nem beszélnek a spanyolon kívül más nyelven. Ezzel kapcsolatban nekem is adódtak nehézségek. Emellett nem árt, ha némi spórolt pénzzel indulunk útnak, az ottani árak magasba menően meghaladják az itthoniakat. A legfontosabb, hogy legyenek bátrak, talpraesettek, egy ilyen országban tanulóként rengeteg élménnyel gazdagodhat egy hallgató.

Csapó Renáta

Forrás: [http://www2.u-szeged.hu/erasmus/hallg\\_altalanos.html](http://www2.u-szeged.hu/erasmus/hallg_altalanos.html)





# Viszlát SZTE! Üdv nagyvilág!

Villamoson ücsörögve többször is felkaptad már a fejed arra, hogy államvizsga előtt álló fiatalok a jövőjüket tervezgették? London, Bécs, München... csak hogy a legnépszerűbbeket említsük. Mindenki elvágyódik, mindenki külföldben látja a remény utolsó szikráját. Melyek azok az országok, amelyek a legkapósabbak a kivándorló diákok körében? Vegyük sorjában a 3 legkedveltebb úti célt!

A mai világban ha valaki bejelenti, hogy ő külföldön képzelel el az életét, akkor valószínűleg már meg sem lépődünk rajta. Egyes statisztikai adatok szerint 2014 utolsó negyedévében már több mint 111 000 magyar vándorolt ki az országból az élhetőbb jövő reményében. Ebbe a hatalmas számba tartozik a diákok által képzett tábor is. Egyesek konkrét munkavállalási szándékkal utaznak ki, míg mások tanulmányaik folytatása mellett döntenek – de nem itthon. Az országok bemutatásánál 3 volt SZTE-s hallgató volt a segítségemre, akik arra a kérdésemre válaszoltak, tanulmányaikat követően megtalálták-e a számításaikat a választott országukban.

## TOP 1. Anglia

Anglia sokak szemében a „lehetőségek hazája”: a repülőjegy viszonylag olcsó, és általában munka is mindig akad. A középiskolából, egyetemről kikerülve sokan rendelkeznek már minimum alapfokú angol nyelvismerettel, de akik semmilyen szinten nem beszélnek a nyelvet, azok is hamar ráéreznek az ízére. Anglia hátránya, hogy az albérlet világviszonylatban is elég drága, ezért érdemes barátokkal, ismerősökkel összefogni, és kezdetben közösen megpróbálni boldogulni. Az tény, hogy nehéz megtalálni a nekünk való munkát, de ha egyszer szembe jön velünk a nagybetűs LEHETŐSÉG, akkor munkánkért cserébe megbecsülést kapunk és esélyt arra, hogy feljebb meneteljünk a ranglétrán. Akik továbbtanulni kívánnak ebben a csodás országban, azok is rengeteg opció közül választhatnak. Ki ne hallott volna az Oxfordi vagy a méltán híres Cambridge-i Egyetemről?

**Balogh Tímea (21):** „Jugyus voltam, titkárságvezető felsőfokú szakképzést végeztem. Mindig is vonzott Anglia, már középiskolás éveim alatt is ez az ország volt számomra a legszimpatikusabb.

*2014 novemberében megadtam a lehetőséget, hogy külföldön dolgozzak. Bébiszitterként dolgozom egy angliai magyar családnál. A szállásom, étkezésem biztosított, így nekem jóformán csak gyűjtenem kell arra, hogy ha egyszer haza jövök, akkor ne legyenek többé megélhetési gondjaim.”*

## TOP 2. Ausztria

Itt van a szomszédunkban, és ráadásul a diákok körében is igen népszerű az ország. Abból adódóan, hogy itt van „szomszédban”, az útiköltség kevesebb. Ha Ausztria nagyobb városaiban (pl. Bécsben) szeretnénk boldogulni, fel kell készülnünk arra, hogy a megélhetésnek igen borsos ára van. Az albérletet sokszor horror áron kínálják – nem ritka, hogy több havi kauciót is elkérnek. Érdemes tehát itt is barátokkal összefogva nekiindulni utunknak. Minimum alapfokú nyelvtudás ebben az esetben elengedhetetlen, hiszen az osztrák munkáltatók már-már megkövetelik. Tanulmányokat tekintve választhatjuk Bécsset, Linzt, Innsbruckot, Salzburgot – a lehetőségek széles spektrumon mozognak.

**Tóth Judit (26):** „Anglisztika szakos hallgató voltam az SZTE-n. Szerettem volna új közegben kipróbálni magam, egy számomra teljesen idegen nyelvű és légkörű országban. Spórolt pénzzel mentem ki, és egy ideig az egyik osztrák barátomnál laktam. Az ő segítségével beiratkoztam egy német nyelvű kurzusra, majd sikeresen fektelítettem a Salzburgi Egyetemre. Ennek már majdnem 2 éve. Megtaláltam itt a számításaimat.”

## TOP 3. Németország

Első és egyben elengedhetetlen feltétel a nyelvismeret! A kommunikáció fontos szerepet tölt be az ember életében, ezért létfontosságú, hogy meg tudd magad értetni szóban és írásban is. Ha megszűntek a nyelvi akadályok, akkor indulhat a munka – illetve az albérletkeresés.

Itt is él az az elv, hogy „többet könnyebben lehet boldogulni”.

Az albérlet – a nagyobb városokban – drága, ezért sok időbe telhet, a m í g



megtaláljuk a számunkra legideálisabb lehetőséget, érdemes tehát időben elkezdni nézelődni. Ha tanulás céljából választottad ezt az országot, akkor mindenképpen nézd meg a Mannheimi Egyetem, a Heidelbergi Egyetem és a Münchener Ludwig-Maximilians Egyetem kínálatát, hiszen számos olyan képzést ajánlanak, amelyek a diákok nagy részének érdeklődési körét lefedik.

**Kovács Zsolt (28):** „Pénzügy és számvitel diplomám van, amiben egy percig sem szerettem volna dolgozni. Két lehetőségem volt: új diplomaszakma megszerzése – vagy munka. Egyértelműen a munka mellett döntöttem. Felsőfokú német szakmai nyelviszűgővel rendelkezem, amit elég jó belépőnek tartottam. Kezdetben egy építőipari cégnél voltam »rohangálós munkaerő«, de mostanra egy pénzügyi cégnél vagyok szakmai tanácsadó – csak a szakmám lett a végzetem.”

Jordán Renáta

Fotók: internet



## Velünk is barátkozik az egyetem

Megváltozik az SZTE és az összes kar honlapja, így már sokkal könnyebben el fogunk tudni igazodni rajtuk, és barátságosabb is lesz számunkra –remélhetőleg. Az ÁOK és a BTK honlapja már új, lassan a többi is beáll a sorba, ami szándékuk szerint jobban odavonzza, nem melleleg ott is tartja a böngésző figyelmét.

Ám most még a szándék a lényeg, nemigen az eredmény. Ha engem kérdeztek, elmondhatom: első látásra megrémített az SZTE régi és egyben jelenlegi oldala. Középkorisként, mikor nézelődtem, merre is menjek tovább, úgy éreztem, hogy egyáltalán nem akar magához vonzani az intézmény. Inkább be is zártam az ablakot, mert láttam, hogy nem nekem való, és ugyanezt érzem most is, végzős hallgatóként. Egyáltalán nem látogatom az oldalt, mert számomra egy labirintusnak tűnik. Tapasztalataim alapján és hallgatókat megkérdezve, alig-alig néznek rá az egyetem weblapjára, hiszen ők is hasonlóan vélekednek, mint én.

Persze a friss hírek mind szépek és jók, dicséretesek egyetemünk eredményei, csak éppenséggel mi nem erre vagyunk nyitottak. Egy egyetemi dolgozót megkérdeztem, aki szakmailag szorosan közel áll a portálhoz és jól rálát az egésze: „Az új változat bizonyára jobban tetszik majd a diákoknak, hallgatóknak, mint a régi. Az új SZTE honlap hallgatóbarát.”

Ezek szerint belátták, hogy ez így nem helyénvaló, nem hiába van az újítás, **barátkozni akarnak velünk**. A régi változatban például a kellemetlen tipográfia túlsúlyfoltta teszi az egész kinézetet, bár az újban is van némi kivetnivaló, mégis

sokkal barátságosabb, és lejjebb tekerve szinte már fiatalos hangulat árad belőle.

Ha az ÁOK és a BTK weboldalának szisztémáját viszik tovább, és egy rendes, frissített, sokakhoz szóló design kerül a helyére, sűrűbben nézhetjük egyetemünk portálját, és a középiskolások sem fognak elszaladni azt látva. Bízom abban is, hogy a változások mellett a jelmondatunk – „Válaszd az SZTE-t!” – változatlan marad, csak éppen már többen és jobb szívvel fogadják meg a tanácsot.

Juhos Dóra  
Fotó: internet  
2015. február

## Egy szabad tradíció

Immáron 15. szemeszteréhez érkezett a Szabadegyetem Szeged előadássorozat, melynek szemeszternyitó előadását igen nagyfokú érdeklődés övezte. Az általánosan művelő tárgyak köréből szabadon felvehető kurzus az egyetem különböző karainak hallgatói közül ismét sokak számára kínált vonzó lehetőséget.



A József Attila Tanulmányi és Információs Központ Kongresszusi Termének 2. emeleti bejáratánál már félórával a 18 órás kezdést megelőzően is nagy sor kígyózott. A közel félezer hallgató bejutását diákigazolványukkal történő regisztrációs folyamat lassította.

A pontos kezdést követően az előadás műsorvezetője – minden előadás egyben televíziós felvétel is, amelyek a Szabadegyetem Szeged honlapon, valamint a Városi Televízió Szeged műsorában tekinthetők meg – közölt néhány, hallgatókat érintő alapvető információt a kurzussal kapcsolatban. Többek között, hogy a tárgy lezárása egy 20 kérdésből álló írásbeli vizsga, melynek alapfeltétele a megrendezésre kerülő

12 előadásból legalább 9-en való részvétel. Továbbá, hogy mindenkinek lehetősége van kérdezni az előadóktól az előadás után vagy a Szabadegyetem honlapján.

Ezt követte **Prof. Martinek Tamás** rövid megnyitója, amiben kiemelte, az előadássorozat legfőbb célja egy küldetés: a tudomány népszerűsítése.

Az első előadás a *Házasság Hete* program-sorozat keretén belül került megrendezésre, melynek témája: *Érzelmi intelligencia a házasságban és a párkapcsolatokban*, előadója pedig **Dr. Uzsálné Pécsi Rita** volt, aki a Megyervárosi Általános Iskola és Gimnázium főigazgatója.

Az előadás végig jól felépített, dinamikus és összeszedett volt. A kicsit szárazabb

ismeretanyag jól keveredett az előadó személyes történeteivel, vicces átkötéseivel. A hallgatóság többször is morajló nevetésben tört ki egy-egy tréfás megjegyzést követően.

A tartalom illetően szó esett az érzelmi hálóról, arról, hogy érzelmeink hogyan befolyásolják cselekedeteinket, döntéseinket, emellett milyen hatása van természetes adottságainknak, illetve készségeinknek életünk, valamint hogy milyen szerepek vannak egy párkapcsolatban.

Az előadás végén hangos tapszó jelezte, a rendezvénysorozatnak helye van az egyetemen, és továbbra is igény van rá. A nyitány pozitív volt.

Marotti  
Fotó: internet



# A diákmeló ára

Unod már, hogy nincs pénzed egy jó laktató ebédre? Nem tudsz elmenni a kedvenc koncertjeidre vagy egy jót bulizni? Passzolnod kell a haverokkal az összeülést, mert csóró vagy? Itt a remek megoldás... vagy mégsem?

Rengeteg diákszövetkezethél való regisztrációs lehetőség néz ránk minden utcáról, szórólapról. De vajon mennyit számít, melyiket választod?

A válasz sajnos az, hogy kellő figyelemmel kell végigböngészni a kínálatot, hisz – hivatalosan – ha regisztrálsz egy szövetkezethez, 3 hónapig nem dolgozhatsz másiknál (is).

A szövetkezetek is olyan sokszínűek, mint maguk a diákok. Van olyan, ahol már 16 évesen is lehet dolgozni, míg máshol csak egyetemistaként van lehetőség a pénzkeresésre.

**Íme, pár személyes tapasztalat, jó tanács, hogy mit kerülsz el, ha tudsz!**

Életem első diákszövetkezte

a **Meló-Depó** volt. Kedves, aranyos emberek, töltsd ki az űrlapot, majd keres-

sünk. Hát már vagy három éve keresnek, de megtalálni még nem sikerült. Szerencsére akkor még nem kellett befizetni semmilyen regisztrációs díjat.

Bevallom becsülettel, ez az incidens kicsit meg is törte a kedvem. Majd friss egyetemistaként újra az az elvetemült ötletem támadt, hogy ismét dolgozni akarok, hisz rengeteg jó koncert van még a világban, amire el akarok jutni, és hiába reménykedik édesapám, nem, a két szép szememért nem járnak ilyen kiváltságok az élettől.

Felkerestem a **Meló-Clubot**. Regisztrációs díjként 1000 Ft volt a beugró, amit az ember jószívű laikusként úgy gondol, hogy talán még meg is éri, mert ha már behívnak dolgozni, visszajön az összeg. Az első pár hétre csak egyszer hívtak dolgozni a gyufagyárba. (Ez a hely talán neked sem ismeretlen.) Persze ezzel az egy nappal nyereségesen zárult a hónapom,

de ugye az ember nem ennyit akar dolgozni, pláne ha kicsit jobban ráér.

Értem én a rendszert, hogy újak lenni szívás, de valahol el kell kezdeni, nem? Miért nem adnak az új diákoknak kicsit több lehetőséget? Szerencsére hihetetlen jó munkaerő vagyok (ki gondolta volna! :D) így az új összekötő emberke már többször állított szolgálatba. Szép lassan elkezdtem én is gyalogolni azon a bizonyos „*jaj, de menő vagyok, x ideje itt dolgozom már, bizoóony*” ranglétrán. Teljesen meg voltam elégedve a gyufagyárral, főleg pozitív élményekkel gazdagított.

Mi, halandók mindig hibázunk, ezért volt pár konfliktusom is, természetesen. Például, mivel sajnálatos módon nőneműnek születtem, ezért az egyik „kedves” dolgozó hölgy már az első másodpercben megutált, amikor rám emelte tekintetét. De hé! Semmi gond nincs ezzel; megtanultam, hogy az idegtől még hatékonyabban tud dolgozni az ember. Sőt még azt is sikerült elérnem, hogy egyszer megköszönje a segítségem az előbb említett hölgy. Hát gyerekek, először nem hittem a saját fülemnek! Mi a tanulság? Soha ne add fel, a jó munka kifizetődik, meg hasonló pozitív gondolatok...

Fél évig sikerült gyufagyári munkássá avanszálnom, persze minden kis mellékmelót elvállaltam, tudjátok, szezonálisan, ami épp szembe jött velem (szórólap, plakátolás stb. stb.). Ismét segített az, hogy anti-feministán álltak hozzám, és egy fiúhoz képest biztos, hogy nem tudok majd akkora teljesítményt nyújtani. Egyértelműen meg kellett hazudtolnom ezt az állítást a női társadalom nevében, természetesen sikerült is. Na jó, azért én sem vagyok superhős. A következő hely, amit volt szerencsém megismerni, a Naturtex. Itt már erősen érződött, hogy akármennyire is igyekszem, nem tudok a fiúk nyomába lépni. A raktár pakolásánál értem el teljesítményem csúcspontját, amikor is a fiúk 4 dobozt pakoltak egymás tetejére, viszont én egyedül csak 3 darabot tudtam feltenni, így alulmaradtam. Ám a magasságomat tekintve ez is hatalmas teljesítménynek számított.



A munka pörgött, kevesebben dolgoztak, így a hangulat is jobb volt. Persze egy-két szidást itt is túl kellett élni.

Egyszer volt szerencsém az **Esély-hez** elmenni. Természetesen délután 2-3-kor már senki nem volt az „irodában” (tudniillik, nekik ez egy pincét jelent). Próbáltam velük kapcsolatba lépni Facebookon is, majd sms-ben, amire később kaptam is reakciót, hogy most nem vesznek fel új tagokat, mert nincs munkalehetőség, de amint lesz, értesítenek... Na persze.

A **Meló-Diáknál** egyből tudtak melót ajánlani a szivacsgyárban, illetve tartalékosnak felírni. Egy vagy talán kettő szépséghibája volt a dolognak. A beugró 2000 Ft, illetve az egészségügyi alkalmasságot kötelező volt megcsináltatni, amit az első fizetésből vonnak le szintén 2000 Ft-ért, tehát laikusként az első munkanapod kb. tők ingyen van. Maga a szivacsgyár nem egy szívét meltengető hely. Nem fogsz életre szóló barátságokat kötni. Leginkább egy sznob társadalomra hasonlít a diákcsoport. Eléggé zárt, és semmi segítő szándék az újak felé. Boldogulj, ahogy tudsz, de ha elrontasz valamit, leharapják a fejed.

Neked megér ennyi energiát beleadni, hogy egy kis „zsebpénzhez” juss? Még azt is el tudnád viselni érte, hogy esetleg megaláznak?

Miss X  
Fotók: internet



# Egy hírcsatorna tisztító útja

Szegeden kezdett rádiózni 18 évesen. Gyorsan felkerült a budapesti „nagy” médiába, néhány éve mégis hazajött, hogy a tudását itthon kamatoztassa. **Kiss Mátét**, a *Rádió 88* hírigazgatóját szeretett munkahelyén kerestem fel.

– Gyermekként az ember sok minden szeretne lenni. Álmodoztál kisszáráként arról, hogy ha nagy leszel, rádiós bemondó válik belőled?

– Sosem álmodoztam ilyenről. Először motoros rendőr akartam lenni, majd állatorvos, aztán jogász, de igazából nem volt eldöntve. Hogy mi szeretnék lenni, azt pár éve tudom. Az üzleti szféra az, ami foglalkoztat, főleg kommunikációs szempontból, és véletlenül keveredtem a hírszakma, az újságírás közelébe. Az egész úgy kezdődött, hogy verset mondtam, Kazinczy-versenyekre jártam, és így könnyen eljutottam az egyik helyi rádióhoz, a *Tisza Rádióhoz* 1995-ben.

– Milyen emlék jut az eszedbe abból az időszakból, milyen ifjonti hiba, amit elkövettél és mosolyt csal az arcodra?

– A legelső megszólalásom, ahol levegőt alig kaptam, és remegett a kezemben a papír, amikor élő adásban olvastam.

– Mennyi idő kell ahhoz, hogy valaki eljusson odáig, hogy már ne remegjen a keze?

– Hogy a munkarutin kialakuljon, az néhány hét, esetleg néhány hónap. Fontosabb kérdés a szakmai rutin, ennek pedig fejlődési állomásai vannak.

Akár 3-5 év is kell hozzá a helyi médiában. Itt az a jó, hogy rengeteg hibát elkövethetünk anélkül, hogy komolyabb következménye lenne. Ha pedig tanulunk ezekből, akkor egy országos szakmai szintet is elérhetünk. Ehhez 5-10 év is kellhet, és ha jól csináljuk, bárhol megálljuk a helyünket, mondjuk hírszerkesztőként vagy újságíróként.

– 11 évet húztál le Budapesten az *InfoRádió*nál, most a *Rádió 88* hírigazgatója vagy. Hogyan telt ez az időszak, hogyan fejlődött a szakmai pályád?

– Volt bennem egy kellő önbizalom, hogy igenis azért vagyok ott, hogy megálljam a helyem, égett bennem a bizonyítási vágy. Odafigyeltem arra, hogy mit mondanak, mik az elvárások, és igyekeztem megfelelni, néha túl is teljesíteni, ezt elismerték, és pozícióban, ismertségben is viszonylag könnyen jutottam előre. Az *InfoRádió*ban lettem igazából rádiós hírszakember. Utolérhetetlen az a 11 év, de az elmúlt néhány év a *Rádió 88* hírigazgatói pozíciójában hírszakmailag egyfajta kibontakozást jelentett, például egy hírszerkesztőség megtervezése, működtetésének és felügyeletének biztosítása valóban nagy kihívás, különösen helyi szinten. Ha még fejlődés: mindenképpen meg kell említenem, hogy szeretek beszélgetni. Rengeteget tanultam abból, hogy sok szakemberrel, kollégával ültem le kávézni, sörözni, hogy mellékesen kitérjünk, mégis hogyan lehetne jobban űzni ezt a szakmát.

– Hogyan kerültél a *Rádió 88*-hoz?

– Régi az ismeretségem a rádió vezetőivel. Először 1999-ben reklámhangként, majd hétvégés hírolvasóként kezdtem el dolgozni. 2000 őszén kerültem Budapestre, majd 2012 májusában költöztem haza. Úgy két hete lehettem itthon, amikor a *Rádió 88* ügyvezetője, **Tóth Géza** azután érdeklődött, volna-e kedvem elvállalni a hírszerkesztőség vezetését. Nem volt könnyű a helyzet, mert az akkori működésben strukturális átalakításra volt szükség, és három hét alatt kellett megtervezni és kialakítani egy új rendszert. Nagy kihívás volt, és azóta is örömmel vagyok a *Rádió 88* hírigazgatója.



– Miben változott meg az életed Budapest után? Lelkileg hogyan hatott rád Szeged és az új csapat?

– Memém azt mondani, hogy sokkal izgalmasabb, sokkal nyugodtabb itt. A *Rádió 88*-ban egy üdítő kis szigetet találtam. Kifejezetten jóleső érzés újra Szegeden dolgozni, másképp, máshogy, és élvezetes a hétköznapi élet szempontjából is. Budapest sokszor tűnik egy elszűrőként nagyvárosnak, ahová a vidéki dolgozni megy fel, élni kevésbé. Nekem egyfajta felszabadultságot is jelent Szeged.

– Mit tanácsolsz azoknak, akik rádiós hírszerkesztői pályára szeretnének lépni?

– A rádiós szakmát nézve ennek három bejárható útja van. Az egyik, hogy tanuljanak meg beszélni, menjenek el beszéd-tanárhoz, körülbelül egy év alatt el lehet érni jó eredményt, persze nagyon fontos a hangiség. A másik a hírszerkesztés, hírfás, ezeket próbálja meg elsajátítani tankönyvekből, képzéseken vagy egyetemen, amire épülhet bármilyen munkahelyi gyakorlat. A harmadik pedig az ehhez kapcsolódó háttérismeret: olvasson könyveket, történelmet, napi híreket, és ha naprakész, akkor könnyű dolga lesz. Vegyék komolyan magukat, készüljenek fel tudatosan, és jó esélyük lesz.

– Mindig van hova fejlődnie az embernek. A saját előrelépésedet a szakmában hogyan képezed el?

– Egyfajta „hírcsatorna tisztító”, „kommunikációs útvonaltervező” szerepkört szeretnék betölteni. Azt látom, hogy helyi szinten sokszor gyenge a szervezeti, intézményi kommunikáció, miközben néha egészen csodálatos programokat, eseményeket szerveznek Szegeden. Olyan projekteket szeretnék megálmodni és megtervezni, amelyek támogatják, hogy a helyi médiához – és azon keresztül sokakhoz – eljussanak az értékes helyi kezdeményezések információi.

Cikk és fotók: Juhos Dóra



# Digidegeneráció

Sokan delejes mosolyt ráncolhatnak elméjük azon felületükrére, melyben azon szappanbuborékos emlékek tárolódnak, mint amikor azon veszekedtek gyerekként, hogy ki játsszon a legszuperebb kisautóval, a legnagyobb homoklapáttal, vagy éppen csússzon le a néhány másodpercnyi gyönyört adó műanyag élményvasúton az óvoda oltalmazó falai között. Ezen emlékek azonban időről-időre kikopnak, és helyüket átveszi valami más. Más, melyeket az új évezred gyermekei élnek át, és melyeket később is talán már csak ők értenek majd meg.

Mert a kisautó, a homoklapát vagy épp a csúszda lassan kihalóban van. Az éppen születettek kezébe is nagyon hamar valamilyen kis „digitális aprópénz” kerül. Sőt meg is lesz simogatva hajtól pelyhedző buksija, hogy milyen ügyesen elboldogul vele a gyermek. És ha már elboldogul vele, akkor majd vesznek is neki saját tulajdonba, hogy addig se zaklassa a szülőket, mert ugye nekik nincs ám mindig idejük, hogy csemetéjükkel érdemben foglalkozzanak.

Később így kerülnek a tévé és az internet elé, válnak rabjaikká, melyek megvonása károsan érintheti őket az egészségtelen fejlődésben. De sok esetben még arra sem veszik a fáradságot, hogy valami gyerekzárall vagy jelszóval lássák el az ilyen jellegű csatornákat. Minek is, hiszen előbb vagy utóbb úgyis feltörik a kis hackerek, vagy kierozsakolják a szülői feloldást.

A másik alapszabály pedig nyilván az lehetett, hogy amit tiltunk, az csak még vonzóbb lesz. Részben. A sajnálatos hír azonban az, hogy nemcsak az a vonzó, amit tiltanak, hanem az is, amit nem tiltanak, de érzik róla, hogy egyébként tiltólistán van. Ehhez vannak antennáik, de legyünk igazságosak, minden kor engedetlen ifjúságának volt. Csak talán nem ennyire arcátlan jelleggel, mint manapság.

A szobafogság intézménye is érdekes abban az esetben, ha a szülők alig tartózkodnak otthon, hogy azt betartassák. Ha pedig a veszélyes péntek-szombat esteken elengedésre kerülnek, az beadható a sikeresen behaluzott babaszúr történeteiknek, ahol majd semmi alkohol nem fog folyni, meg minden rendben lesz. De megdöbbenni akkor sem kell, ha majd a mentők vagy jobb esetben a rendőrök keresik a gyanútlan felmenőket.

A legnagyobb gond azonban az új évezredes friss szülőkkel, hogy sok esetben csak adnak, de nem követelik meg a viszonzást. A felnövendők már kisgyerekként megszokják, hogy szinte mindent megkaphatnak, de nem kell értük cserébe tenni semmit.

Elég elmenni manapság egy általános iskola előtt, kicsit belefülélve az ott zajló magas színvonalú eszmecserebe, bizony a káromkodások számát és azok minőségét még a futballpályákon köpködő Puskás-imitátorok is megirigyelnék. Témáikat a különféle közösségi oldalakon lévő ismerőseik képei, megosztásai, a számítógépes játékok, hétvégi tinipajzánkodások és italozási élmények, valamint a bevásárlóközpontokban töltött hétköznapi ötletei adják, mindezt sajátos szócsimbókokkal. Költs, fogyassz, szórakozz. Ezek a kulcsszavak. Ezt pedig már minél fiatalabban el kell kezdeni, mert ugye: amit, ma megtehetsz, azt ne halaszd, nemhogy holnapra, de néhány évvel későbbre még véletlenül se.

Arról nem is beszélve, hogy a tiszteletet csak legendákból ismerik, egyesek arca pedig akkora, hogy fej alakú árnyékot vetve teríthetné be az egész Holdat, mert azon úgyis, „világít” a sötét. Azt pedig, hogy társaságukban egyesek milyen helyet foglalnak el a hierarchiában, sok esetben az határozza meg, hogy ki mondja a legnagyobb sztorikat, ki a legmerészebb, ki milyen márkás ruházatot présel bőrhüvely testére, ki milyen trendi, telefonnak nevezett high-tech csodával pózerkedik kétes higiéniajú fürdőszobájuk tükrében, valamint hogy e művészi értékű képekért hány kedvelést kap majd a közösségi oldalon.

Ezért viszont meg kell dolgozni.

Egyes lányok már 11-12 évesen 20 évesre maszkírozzák magukat, és kirakják mindazt, ami még ki sem nőtt. Ha úgy lépnek ki az utcára, mint a r...ok, ne csodálkozzanak, hogy úgy is kezelik őket.

Mindenki tegye fel magában a kérdést, hogy ha az ő fia, lánya, öccse, húga lenne fizikai vagy lelki támadások cél-táblája, vagy szimplán úgy viselkedne, mint egy géntévesztett homo sapiens, akkor az hogy érintené. Igenis, még mindig a nevelésen múlik sok minden. Akár a szülő, akár egy idősebb testvér felelőssége megkérdőjelezhetetlen. Példát kell mutatni, ugyanakkor tekintélyt kell parancsolni. Ha valaki nem képes egy gyereket tisztességesen felnevelni, tisztességre és a való életre tanítani, az miért kezd bele? Az vállaljon gyereket, aki nemcsak pár napra tartja jó ötletnek, hanem legalább 18 évig, de inkább egészen addig, míg már bizton elengedheti a kezét.

Előfordul olyan is, mikor a figyelmes nevelés és a szülői gondviselés sem segít, mert a 2000-es évek gyermekei hajthatatlanok maradnak. Így a fenti recepten felnőtt emberpalántákat majd tárt kapukkal várja börtön, az utca nyirkos hajléka vagy épp az idő előtti fejfödém.

Marotti  
Fotók: internet



# MUTASD MAGAD, és mondd el, ki vagy!

„Problémázik az asszony? Köcsög a főnök? Csúszol egy évet? Kiborult az ágy mellé rakott vizespohár? Igyál és slammelj. Komolyan. Jobb, mint rinyálni.”  
(Slam Poetry Szeged)

A hazai slam mozgalmat a budapesti Múcsarnok indította el 2006 februárjában *Budapest Slam* nevű rendezvényével, amit költők és rapperek csatájaként tartanak számon. Egy évre rá következett a folytatás, a *Budapest Slam 2*, nemzetközi vendégekkel kiegészülve.

„A slampoetry egy olyan alulról szerveződő esemény, ahol a résztvevők saját verseiket, műveiket előadják pár percen belül, és ezek után értékelik egymást. A múlt század nyolcvanas éveinek közepén jelent meg először mint önálló előadói műfaj. Ez egy modern költészeti stílus, amely csakis szóban és leginkább élőben hatásos...”  
(slampoetry.hu.)

Természetesen Szegeden is nagy teret nyert magának ez a műfaj. Rádásul megadatott számomra az a lehetőség, hogy élőben megnézhessem a Rongy kocsmában a mi slammelőinket. Előzetes jelentkezésre volt szükség, hogy megmutathassák a szegedi fiatalok, mi van a tarsolyukban.

Életem első slamje, rádásul először jártam a Rongyban. Teljes káosz, és izgalom a tetőfokon. Amikor végre sorra kerültem és befizettem a beugrót, beléptem a padokkal, asztalokkal, székekkel, színpaddal és természetesen a bárpulittal ellátott helyiségbe, kicsit megnyugodtam. Mivel korán érkeztem, még csak pár ember lézengett a térségben, így csak egy átlagos kocsmát véltem felfedezni.

A versenyt egy hangpróba előzte meg, utána viszont **Mészáros Péter** nyitóbeszéde következett: „2010 februárjában

kezdődött az egész. Elfogyasztottunk nagyjából négy helyszínt: voltunk a Stage-ben, a JATE-ban, a Gin Tonicban és a Rongyban. Szavaltunk a Dugonicson, sőt még a Kárász utcai mekiben is, mondjuk eléggé illuminált állapotban. Három alkalommal fenyegettek meg »halálosan«, azzal az indokkal, hogy tönkreteszem a szegedi irodalmi életet. Tizenháromszor kaptam agygörösöt azoktól, akik azt nap mondták le a fellépést, mert vemhes a macskájuk, és fel kell tölteniük a YouTube-ra a szülést.”



10 pont volt a maximum, amit egy előadó fejenként kaphatott a zsűritől.

Mint kiderült, az estét csak még érdekesebbé tette, hogy a témák kötetlenek voltak. Akadtak olyan előadók, akik szexuális orientáltságú témával álltak a színpadra. A főbb témák közé sorolandó a MÁV, szerelem, világfájdalom, politika, egyetemi élet, kirekesztettség, másság, elvonás, fiatalság... boldogság.

Sok olyan művet hallottam, amik elgondolkodtattak vagy épp megnévtettek, önkéntelenül is csettintésre ösztökélve.

Való igaz, hogy 20 fő jelentkezett, de útközben egy versenyzőt elveszejtettünk valahol az éterben. Hisz többszöri felszólítás után sem lett meg a lelkem. Így az ő alkotását nem hallhatta a nagyvilág.

Minden tiszteletem azon hölgyeké és uraké, akik ezen az estén bevállalták az első fellépésüket. Elgondolkodtató, hogy mennyire nehéz lehet kiállni egy színpadra és odaadni a közönségnek egy darabot önnönmagunkból úgy, hogy éreztessük vele az érzéseit, a lelkiállapotát az adott műnek.



Az este folyamán **Molnár H. Boglárka** segédkezett Petinek. Először feltették a nagy kérdést: ki volt már slamen, és ki számít újnak.

Örömmel nyugtázták, hogy rengeteg ember keze repült a magasba újonnan érkezettként.

Röviden ismertették a szabályokat, amik annyiból álltak, hogy a slammelőt tiszteljük meg figyelmünkkel és csenddel. Ha az előadása közben tetszik valami, csettintéssel jelezzük, ezzel nem zavarva a maga érthetőségét. A témát mindenki maga választotta, nem szabtak határokat, csak a 15 másodperc tiszteletidőt és a 3 perc ráadást.

A fellépők nevét egy kalapból húzták ki, eleinte Peti és Bogi, majd a zsűri és pár szerencsés néző.

A zsűriket a közönség soraiból választották ki, sőt önként is lehetett jelentkezni erre a posztra. Ezen a rendezvényen jelent meg először a falálcika és a kréta mint szavazóeszköz.

Le a kalappal. Eljátszottam én is a gondolattal, hogy szerény személyem mit tenne egy ilyen helyzetben. Elmosolyodtam magamon, hisz valószínűleg gyorsan elhadarnám, ami a papíron van, csak hogy minél hamarabb túl lehessen rajta, és lekaszálódhassak arról a színpadról.

Majd egyszer... talán...

Egy biztos, ezek után én is hűen követem a slampoetry szegedi csapatát. Köszönöm a remek élményt srácok/lányok! Minden tiszteletem a tiétek!

„Ha úgy érzed, hogy a farszebedben gyűrődő szövegeknek a mikrofonban a helye, akkor dobj egy e-mailt a slampoetryszeged@gmail.com címünkre, és csatlakozz a színpadi gárdához.”  
(Slam Poetry Szeged)

Joó Vivien Krisztina  
Forrás: www.slampoetry.hu,  
www.facebook.com/szegedslampoetry

## Slam Poetry Szeged

Rongy kocsmában

2015. február 23. 18:00

20 fő lépett fel.

1. helyezett: Sipos László

2. helyezett (holtversenyben):

Mikos Ákos,  
Kiss Dániel

3. helyezett: Kámfor



# Tovább száll a kismadár

INTERJÚ VERBA BARNÁVAL

Verba Barna tehetséges, fiatal, szegedi, jugyus tanuló. Ismerhettek a *Rising Star* című tehetségkutatóból, *A Dal 2015-ből* és persze a Kárász utcáról. Főként zenei karrierjéről, magáról a versenyről és magánéletéről beszélgettünk. A 18 éves srác két adás erejéig szerepelt a *Rising Starban*, majd a *Szállj el kismadár* című klasszikussal esett ki.

– Szerinted ez egy jogos döntés volt a zsűri részéről, vagy úgy érzed, lett volna még helyed a versenyben? Mindent beleadtál?

– Úgy gondolom, hogy teljesen jogos volt. Valóban borzalmas számot választottam, mert úgy gondoltam, hogy az első élő adásban ez a dal a maga monotóniájával is elég lesz a továbbmeneteléshez... Hát, tévedtem...

Amit tudtam, kihoztam a dalból, de úgy néz ki, hogy nem volt elég.

– Ki volt a „kedvenc” zsűritagod a versenyben? Ki értett meg a legjobban?

– Mindannak ellenére, hogy a zsűri szobában nem gondolt „elégnek”, annál szebb dolgot mondott utána az élő showban, de ameddig a része voltam a versenynek, addig Pásztor Anna volt a kedvencem. Mivel az ő érdeme volt elsősorban, hogy továbbjutottam a zsűriszobából.

– A zenélés hobbi vagy hivatás? Műfajlag behatárolod magad?

– Amikor jelentkeztem a versenyre, akkor még hobbi volt, most már hivatás, illetve elhívás. Nem szeretném műfajlag behatárolni magam. Ezt majd a jövő megteszi. Amiben sikerül majd alkotni, az lesz a stílusom, de mindenképp szeretnék színes maradni zeneileg, mert rengeteg zenei műfajt nagyon kedvelek.

– Meséj egy kicsit a kezdetekről! Hol kezdted? Hogyan tanultál meg zenélni? Talán a Kárász utcán?

– Az a helyzet, hogy a pályafutásom a Kárász utcán kezdtem, de már előtte is zenéltem különböző iskolai, városi rendezvényeken. Gitározni négy és fél éve gitározok. Az első akkordokat nagyapám tanította meg, onnantól kezdve önképzésbe ment át a gitározás. Most már elmondhatom magamról, hogy egy viszonylag jó gitáros vagyok, bár az elsődleges identitásom az ének. Mindannak ellenére,

hogy még elég csupasznak érzem magam gitár nélkül, mert világletemben, amióta (közönség előtt) énekelek, azt gitárral tettem, így egyelőre még szívesebben állok színpadra azzal, mint anélkül.

– Mennyire megterhelő feladat az iskola és a zene összeegyeztetése?

– Őszinte leszek. Miután elindultam a *Rising Starban*, azóta tudom, hogy a zene az én utam. Tehát az elmúlt időkből hanyagolom a tanulást, de úgy érzem, hogy a későbbi életem nagy részét még azzal fogom tölteni. Legyen az zene vagy akármi más. Még ha nem is iskolai kereteken belül.

– Szép. Meséj egy kicsit *A Dal 2015-ről!* Hogyan kerültél be? Milyen formációban indultál?

– Mujahid Zoltán gitárosa, illetve vokálisa vagyok, és Johnny K. Palmeren keresztül (aki a dal szövegírója) kerültem be a formációba. Kicsit bővebben: a *Rising Star* összes adásán ott volt, mivel az öccse is szerepelt a műsorban (Palmer Izsák), és én vele elég jó barátságot kötöttem. Miután kiestem, odajött hozzám és megkérdezte, hogy van-e kedvem gitározni, vokálózni *A Dalban* Mujahid Zoli alá. A végeredményt meg már ismered...

– Jelenleg mivel foglalkozol? Mi köt le? Milyen projektben hallhatunk rólad legközelebb?

– A legközelebbit még nem tudom. Jelenleg *A Dal* az, ami lefoglalja az energiáimat. Az, hogy utána mi lesz, azt csak a Jóisten tudja. Próbálok saját dalokat írni, de még rengeteget kell gyakorolnom, hogy közönségeképessé dalokat tudjak produkálni. Bár szerintem ez csak az önkritikám miatt lehet, viszont én úgy gondolom, hogy az a helyén van. 2016-ra is tervezek tehetségkutatózni, ez az egy biztos „projekt” van a jövőben. Meg egyelőre legközelebbi, *A Dal* döntője.

– Ha a 10 évvel későbbi önmagadra gondolsz, mit látsz? Csak a zene vagy esetleg más pályán képzeled el magad?

– Csak a zene. De ez majd kiderül. A szerencse kerek sokat forog, most fent vagyok, aztán később leszek lent is. Majd kiderül.

Napjainkban nagyon ritka az olyan fiatal, aki Isten kezébe helyezi szerencsés-jét és a sorsát. Nekem tetszik ez a példamutató hozzáállás.

Boldizsár Woodstock Mária  
Fotók: internet



Én úgy gondolom, hogy az ember kvalitását nem a végzettsége, hanem a tanulásra, változásra, fejlődésre való igénye határozza meg. Ergo, ha valaki egyetemet végez, nem garancia, hogy boldogabb lesz vagy okosabb, mint egy olyan, aki nem. Mert az egyetem egy lehetőség, egy út, de nem csak egy út van, hanem számtalan.

– Ki az, aki mindig támogat, akire bármikor számíthatsz? Honnan szerzed az inspirációt, új lendületet?

– Most mondhatnám azt, hogy a kedvesem, illetve a családom, barátaim, ami igaz is, de az elsődleges segítséget Istentől kapom. Ő mutatta nekem az utat, ezért nem félek a nagyvilágban, és ezért tudom azt, hogy a zenei pályán sincs félnivalóm, mert az Ő gondviselésében élem mindennapjaim.





# Kaland, Játék, Kockázat

Csupán három szó, mely megannyi élményt jelent, de nem úgy, ahogy azt bárki gondolná. Kivéve azokat, akiket rabul ejtett a lapozgatós játékkönyvek bűvölete. Nem egy átlagos könyvről lesz szó, hanem egy felülmúlhatatlan értékről!

A *Káosz Fellegvára* 1983-ban jelent meg. Steve Jackson lebilincselő munkájának befogadásához szükségünk van két dobókockára, egy ceruzára és egy nagy marék szerencsére. Az olvasása nem szokványos, mert az a lényege, hogy nem lineárisan kell haladni, így nem tudjuk, hol a vége. Kis fejezetekből áll, ahol a saját döntéseink alapján kell továbblapozni. Ezért is hívják ezeket a műveket lapozgatós könyveknek. Először megismerjük a szabályokat, és kockadobással megadjuk kezdeti értékeinket. Elkezdjük olvasni a háttértörténetet, és kezdődhet is a játék...

Hazánkat, Fűzfaligetet veszély fenyegeti. A nép fél és

retteg a gonosz varázslótól, Balthustól, aki le akarja igázni a vidéket. A Nagy Varázsló már nagyon öreg, így kedvenc tanítványa lesz, aki szembeszáll a gonosszal és visszataszító teremtményeivel a Fellegvárban. Ezek vagyunk mi, az olvasók, akik útra kelünk a békéért.

Legelső játékom során nem sikerült célba érnem, de számtalan izgalmas helyzeten mentem keresztül, átszöve ravasz fordulatokkal. Kezdetben a torony felé haladtam, kapujában megállított két torz alak, egyiknek kutya feje volt és majom teste, a másik ugyanilyen, csak fordított felosztásban. Válaszbanom kellett, kinek adom ki magam, és folyamatosan döntenem kellett, lapozgatva

a váratlan kalandlehetőségek közt, míg végül sikerült rossz varázslatot

választanom egy ellenfélre: „*Ennek a kalandodnak itt vége szakad...*”

Egyszer sem raktam le a könyvet, mert annyira elvarázsolt ez a csodálatos világ. Neten lehet beszerezni ilyen kiadványokat, de már néhány történet online is megtalálható, csak éppenséggel nem adják meg a lapozgatás izgalmát. Többet nem is szabad róla mesélnem, mert az a játék dolga, inkább belevetem magam egy újabb kalandba.

Cikk és fotó: Juhos Dóra



# Azt gondolod, a te életed kemény?

Mindenkinek vannak gondjai, démonai, szellemei, amikkel nap mint nap meg kell küzdenie. Mi sem természetesebb ennél? Mégis, legalább a békés, biztonságos alvás megmarad számunkra. Mi lenne velünk, ha ez a tudat egy napon hirtelen szertefoszlana?

Sloane Price egy gimnazista lány, hátrányos helyzettel: édesanyja elhunyt, édesapja inkább nevezhető mostohának, a nővére pedig fogta magát és lelépett, amint lehetősége adódott rá. Mit is várhatna az élettől egy lány, aki azért nem mehetett iskolába, mert túl sok látható zúzódása volt az apja dühe miatt?

A sorsába már beletörődve, vagy inkább feladva vonzolta át magát a mindennapi

rutinokon, amikor egy reggel gyökerestül felfordult a napirend. Mint ahogy már megszokhattuk a zombis könyveknél, hirtelen elterjed egy vírus, ami agyevő idiotákat csinál az emberekből, és ráadásul fertőző a harapásuk is.

Sloane-nek szerencséje van, és az iskolájából kevésbé ismert emberekkel társulva sikerül relatíve biztonságos bűvöhelyre bukkanniuk a helyi iskolában. Kicsit ironikus maga a tény, hogy a városban a legtöbb ajtóval ellátott épületbe a zombik nem jutottak még be.

Bevallom őszintén, nem rajongok a zombiapokalipszis témáért, de a vámpírok mellett ők a legmenőbb gonosztevők. Ez a könyv mégis megfogott. Nem csak az átlagos „*úristen, jönnek a zombik*” a lényeg, hanem az, hogy egy fiatal lány már elvesztette az életben való hitét. Már azt sem tudja, hogyan kell boldognak lenni. Vajon lehet-e számítani bárkire is, hogy nem szúr kést beléd éppen akkor, amikor hátat fordítasz neki?

Akkor döbben rá az ember, milyen értékes az élet, amikor futnia kell érte. Amikor szinte minden remény elveszett, hogy túlélj, akkor tudatosul benned az élni-akarás. Mert lehet bármennyire rossz az életed, úgyis ragaszkodni fogsz hozzá!

Az író nagyon szépen megmutatja a halál és az élet jelentőségét. Vajon mennyire változtathatja meg az ember gondolkodását, rálátását bizonyos dolgokra, ha tragédia történik vele vagy megbomlik a világ rendje?

Természetesen szerepet kap a műben a család, a barátság, a szerelem és az utolsó szalmaszálig tartó remény, elgondolkodtatva az embert arról, vajon ő eléggé megbecsüli-e azt, hogy él, hogy élhet.

Jóó Vivien Krisztina  
Fotók: internet



## Courtney Summers: Éles helyzet

Oldalszám: 288

Kötéstípus: kartonált

Kiadó: Könyvmolyképző

Eredeti cím: This is not a Test

Fordító: Papolczy Péter

ISBN: 9789633737613

Országos megjelenés: 2014. július 18.



# Agymenők

A helyszín a kaliforniai Pasadena városa. Itt él közös albérletben a kísérleti fizikus Leonard Hofstadter (**Johnny Galecki**) és elméleti fizikus barátja, Sheldon Cooper (**Jim Parsons**). Minden a megszokott rutin szerint halad, egészen addig, amíg a velük szemben lévő lakásba beköltözik Penny (**Kaley Cuoco**), a feltűnően szép pincérlány, akibe Leonard első látásra beleszeret.



**Eredeti cím:** The Big Bang Theory  
**Nemzetiség:** amerikai  
**Műfaj:** televíziós sorozat, szituációs komédia  
**Alkotók:** Chuck Lorre, Bill Prady  
**Első adásba kerülés:** 2007. szeptember 24.,  
 amerikai CBS csatornán  
**Díjak:** TCA-díj, Emmy-díj, People's Choice Awards, Golden Globe-díj

A sorozat rendszeres főszereplője az Indiából érkezett asztrofizikus Rajesh Koothrappali (**Kunal Nayyar**) – aki szelektív mutizmusban szenved, azaz csak alkohol hatása alatt képes beszélni a nőkkel –, illetve a zsidó származású mérnök, Howard Wolowitz (**Simon Helberg**). A társaságban egyedül ő az, akinek nincs doktori végzettsége, és emiatt gyakran a poénkodások céltáblájává válik. Minden nőnek csapja a szelet, még annak ellenére is, hogy folyamatos elutasításokban van része.

Egyikjük IQ-ja sincs 120 alatt, odavannak a képregényekért és a sci-fikért. Kedvenc időtöltéseik a számítógépes szerepjátékok, valamint a Halo-zás és

a Scrabble-özés Klingon nyelven. Kívülről idézik a *Star Trek* filmeket, és legtöbbször tudományos kérdésekről vitáznak.

A történet tehát 4 tudósról szól, akik meglehetősen elvontak, és bár a tudományban kiemelkedő teljesítményt nyújtanak, az élet egyéb területein sokszor nehezen állják meg a helyüket. Az ütős poénok fő forrását fő-

leg a tudományos és hétköznapi gondolkodásmódok közti különbségek adják. Penny életstílus- és gondolkodása

teljes mértékben eltér a fiúktól, mégis nagyon sok időt töltenek együtt, és szépen lassan megváltoztatják egymás életét.

Az összes epizód rendkívül szórakoztató és sajátos, minden megtalálható benne, ami egy jó sorozathoz szükséges, így természetesen a szerelmi szálak sem maradhatnak ki belőle. Úgy gondolom, hogy az *Agymenők* sikere a szereplők különlegességében, sokszínűségében, egyediségében rejlik. Mindegyik karakternek van valami fura szokása, mániája, de pont ez az, amitől csak még inkább különlegessé, szerethetővé válnak. Nemcsak egyetemistáknak, fiataloknak ajánlom, hanem korosztálytól függetlenül mindenkinek, aki szereti az intellektuális humort!

Rab Helga  
 Forrás és fotók: internet



## „Modern lovagok”

Elegend van már a sablonos kémfilmekből, amik mindig ugyanarról szólnak? Valami újabbra, élménydúsabbra vágysz? Akkor ajánlom figyelmedbe a *Kingsman: A titkos szolgálat* című alkotást.

A történet eltér a többi kémfilmétől. Töki (**Taron Egerton**) egy angliai kisvárosban éli mindennapjait. Édesapját gyermekkorában elveszítette, így édesanyjával, alkoholista és agresszív mostohaapjával és kishúgával él.

Belecsöppen a drogok és a bűnözés világába, ami miatt börtönbe is kerül. Ebből az életből rángatja ki őt Galahad (**Colin Firth**), a Kingsman nevű titkosszolgálat egyik ügynöke, és elküldi a fiút egy kiképzőtáborba, ahol ő is hozzá hasonlónak válhat. Korábban Töki édesapja is a Kingsman szolgálatához tartozott.

A csoportnak életveszélyes helyzetekkel kell megbirkóznia, és meg-

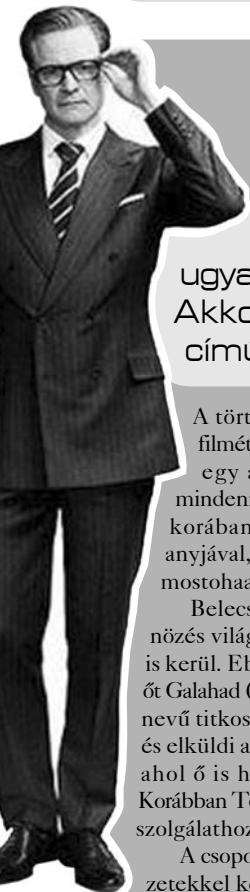
kell tanulniuk nemcsak önmagukért felelni, hanem csapattársaikért is. Az ügynökségnek korlátozott számú tagja lehet, ezért csak egy maradhat a végén. Egy idealista high-tech vezér (**Samuel L. Jackson**) olyan dologra készül, amely által az egész emberiség élete gyökeresen megváltozik. Galahad egy merénylet áldozatává válik, így Töki feladata lesz megmenteni a világot.

Teljesen korrekt, színvonalas színészi alakítást láthatunk a filmben, Taron Egertont bár most láttam először színészkedni, biztosan meg fogom nézni a további filmjeit. Colin Firth pedig zseniálisan játszotta a szerepét (mint mindig). Nagyon sok vicces

momentum van a filmben, annak ellenére, hogy komoly megpróbáltatásokon mennek keresztül a szereplők. Lányként nem rajongtam soha a kémfilmekért, de ezt bátran ajánlani merném bármelyik hölgy ismerősömnek. A film nagyon izgalmas, egyszerűen követhetőek benne a szálak. Nagyon pozitív csalódás volt számomra, mosolyogva hagytam el a mozit.

Zárásul egy mondat, amit a neten olvastam a filmről: „Minden benne van, amit egy kémfilmtől elvársz. A *Kingsman* a legjobb dolog, ami a kémfilmekkel történhetett.”

Pólya Zsanett  
 Fotók: internet



# Egy mosollyal több



HOPPLÁDA — FRANKENSTEIN — TOSCA SORINJA — PYGMALION

„Teltházás ősbemutatók, sikeres újrarájátszások, új programok” — ezzel indította **Gyüdi Sándor** főigazgató a márciusi programot beharangozó sajtótájékoztatót: a *Tosca* rendezője, **Anger Ferenc** produkciójában mutatkozik be Magyarországon **Sorin Lupu**; *Pygmalion*, a 15 éves mórachalmi színtársulat vendégjátéka; *Frankenstein* újragondolása **Hollós Gábor** által; egy újabb mesejáték, a *Hoppláda*.

Már kora reggel zajlik az élet a színházban. Most éppen egy sajtótájékoztatóra készülnek. Szervírozzák a kóstolókat, főzik már a kávékat, ciccen az ásványvizesek palack. A sajtós munkatársak és a színészek aurája még őrzi az ágy melegét. Egy-egy kávéért elfogadnak ébresztőket.

## Nagyszínházi premier

Iván Sára *Éz történt Bécsben* című alkotása nagyszerűen debütált. A *Szökevény csillagok* című produkció szerepelni fog a *Pécsi Családi Színházi Fesztiválon*, ahol május 27-én játsszák majd **Csukás István** és **Nagy Imre** meseoperáját.

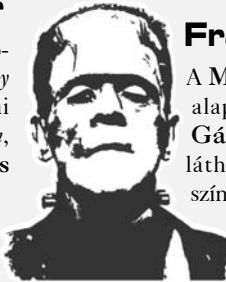
A márciusi műsor is a gyerekeknek kedvez a *Hoppláddal*. A kevésszer említett történet a megbocsátásról, emberi kapcsolatokról, barátságról, szeretetről fog mesélni a gyerekeknek. **Tóth Miklós** bohókás, tréfás hangulatú szerzeményének bemutatása egy szombati napra esik, ezzel is kedvezve a családoknak. A színház legújabb akciójaként a családosoknak is lehetőséget nyújt a kulisszák mögötti barangoláshoz. Mivel ez korlátozott számban áll rendelkezésre, a részvételi szándékot jelezni kell az aktuális előadást megelőző csütörtökig a jegyiroda munkatársainak. Lesz lehetőség közelebb kerülni a színészekhez **március 14-én** egy közönségtalálkozó keretében belül.

Továbbá a premier napja a **Roma Club Alapítvány** jótékony-sági



Fotók: internet

akcióorozatának részét képezi, ahová a **Szegedi Nemzeti Színház** is bekapcsolódik a **Pesti Magyar Színház** után. A kulturális szegénység ellen küzdve a *Hoppláda* produkciót adják ajándékba a Szeged környéki roma gyermekek számára. Ez mintegy 150 gyermeknek biztosít szórakozási lehetőséget a kultúra fellegvárában.



## Frankenstein

A **Mary Shelley** írásán alapuló művet **Hollós Gábor** rendezésében láthatjuk majd a nagyszínpadon. A fiatal tudós, **Viktor Frankenstein** elhatározza, hogy tudományos eszközök segítségével létrehoz egy embert. Egy torz teremtmény születik meg, aki szeretetét és megértésre vágyik. De csak a magányban és megalázottságban van része. A társadalomból való kivetettség érzése, elutasítások sorozata árán válik igazán gonosszá. „*Elkeseredésben agresszív leszek, ezért kezd el gyilkolni.*”

A *Frankenstein* során felmerülő alapkérdések az emberi kapcsolatokra fókuszálnak. Hogyan viselkedünk? Milyen módon működünk egy kapcsolatban? NE féljünk odafigyelni a másikra! LÉPJÜNK, amikor úgy érezzük, és ne halogassuk! A darabról még többet megtudhatsz a **február 24-ei** közönségtalálkozón, a **Somogyi-könyvtárban**.

## Tosca Marioja Sorin Lupu

A legnépszerűbb és a legtöbb előadást megélt operát **Anger Ferenc** — aki a szegedi teátrumban kezdte pályáját — elgondolásában mutatják be. Az Operaház művészeti

igazgatója olyan neves emberekkel dolgozik együtt, mint **Kónya Krisztina**, **Nadia Cerchez**, **Sorin Lupu** és **László Boldizsár**. **Sorin Lupu** vendégművész — a Kolozsvári Román Opera tagja — 29 évesen kezdte el tenorista pályáját. Azóta 25 szerepet énekelt szerte Európában. A *Cavara* dosított alakító színész először lép fel magyar színpadon.



SORIN LUPU

## Vendégprodukció

A mórachalmi színtársulattól már láthattuk *A kaktusz virága* című zenés játékot. Most a *Pygmalion* hozták el **Lázár János** rendezésével. A darab érdekessége, hogy mindig van egy csavar a végén. A főszereplőn, **Fedor Zsófián** dől el, hogy milyen befejezést gondol ki arra az előadásra. A *Lizát* alakító **Zsófia** az **SZTE ZMK** másodéves hallgatója, **Temesi Mária** növendéke. A premier napja pont a színház világnapjára esik (**március 27.**).

## Maszk nélkül

„*Függöny előtt maszk nélkül*” — egy újabb kezdeményezése a színháznak. Ez az új programsorozat havonta jelentkezik majd, ahol a színészekkel „civilben” találkozhatnak az érdeklődők. Az első, akit „maszk” nélkül tekinthet meg a közönség, **Fekete Gizi** lesz. **Március 13-án** a *Jászai Mari-díjas* színésznővel a főigazgató beszélget a **Kisszínházban**. Belépődíj 200 Ft.

**Virsky**, a világhírű ukrán együttes hazánkban is fellép **május 11-én**. Az otthon adó **Nagyszínházban** csodálhatják meg a látványos és izgalmas produkciót.

Kolozsvári Melitta  
2015. március



FEKETE GIZI

# Amikor a művész megy a befogadóhoz

Idén februárban 100 hallgató vehette át a diplomáját a Juhász Gyula Pedagógusképző Kar diplomaátadó ünnepségén. Ezek mellett kiosztották a kar kiválóságainak szóló címeket, köztük **Marton Ákos Barnabás** képi ábrázolás szakos hallgatónak.

– **Meglepődöttél mikor téged szólítottak a Kar Kiváló Művészhallgatójaként?**

– Hatalmas meglepetés volt a díj. Egy jó elismerés és jó pont az egyetemről, hogy van a művészeti szekcióban ilyen lehetőség. Mindenképp jó érzés, hogy az egyetem adott nekem egy díjat, amivel elismerte, hogy az év művészhallgatója lehettem.

– **Melyik elismerésedre, díjadra vagy a legbüszkébb?**

– Nem tudnék igazán választani. Volt már képem a Reök-palotában kétszer, a *Nyári tárlaton*, és egyszer a *Táblaképfestészeti Biennálén* is. A Magyar Alkotóművészek Országos Szövetsége által hirdetett országos pályázaton is részt vettem, ahol volt tanárain munkái mellett az én alkotásom is megjelent, ami számomra szintén nagy megtiszteltetés volt. De a tanszéken belüli *Művészeti Diákköri Konferencián* elért helyezéseimre is büszke vagyok, ahol a tanárain ismerték el a tehetségemet.

– **Mik a legkedvesebb emlékeid, történeteid, amik a művészeti munkád kapcsán történtek veled?**

– Az egyik, amire szívesen visszagondolok, az az Ékes Kapu Otthonban készült falfestés volt. A Kiskunhalason készült aszfaltfestményünk által jutottunk el hozzájuk. Ennek az otthonnak a lakói hátrányos helyzetű, testi-szellemi fogyatékossgal élő gyerekek, akik tág szemekkel és hatalmas örömmel fogadták a falfestményeinket. Az ő elismerésüket nem lehet összehasonlítani más díjjal. Mély benyomást tett nemcsak rám, de a másik négy alkotótársamra is.

– **Vannak falfestményeid, street art munkáid a városban, amikről sokan nem tudják, hogy te készítetted őket. Tudnál felsorolni párat közülük?**

– Igen, a festészet mellett a street arttal is szoktam foglalkozni. Munkáim közül az egyik legnépszerűbb a katicabogár, ami az egyik Dugonics téri fára van festve. De a videofilm szalaggal összetekert szobrok is a nevemhez fűződnek. A legutóbbi ilyen munkám a Mátyás téri Assisi Szent Ferenc szobor újragondolása volt, ami

a helyi médiában is megjelent. Ezeknek nemcsak dekorációs, de tartalmi jelentése is van.

*Falfestményeim közül pedig alkotótársaimmal készült a Törpe, Nyugi, Pulzus, Popper Mór kocsmája, amiket legtöbbször improvizatív módon festünk, nem használunk projektort az elkészítésükhöz.*



– **Fél évet voltál Erasmus programmal Franciaországban, ahol megismerkedhettél az ottani művészettel, és betekintést nyerhettél abba, hogy mennyire befogadók az ott élő emberek a művészet iránt. Milyen tapasztalataid voltak? Vannak külföldön is munkáid?**

– Talán még most is kint van Londonban egy jótékonysági esemény által egy festményem, de Bostonban élőknek is adtam már el képet. Az *Erasmus* nagy élmény volt számomra, az ott élő emberek sokkal nyitottabbak a művészekre és a művészetre. Volt kint az egyetemen hasonlóan terítésem (*a félév során elkészült alkotásokat kirakják az alkotók egy teremben, folyosóra, ahol mindenki, beleértve az oktatókat is megtekintheti őket*), mint itt Szegeden, viszont annyiban különbözött, hogy az utcáról bejöttek emberek, kiválasztották a számukra tetsző alkotásokat, és a művésztől megvették azt. Ez itt sajnos Szegeden még nem működik, pedig nagy lehetőség lenne az itteni alkotóknak, és a vevők számára is sokkal közvetlenebb, mintha egy galériában vásárolnának. Az itteni emberek bátoratlanok,

és nem tudják, hogyan közelítsenek a művészethez. Sokan még a rajz tanszék épületét sem ismerik, pedig rendszeresen vannak itt is kiállítások, amiket ingyen megtekinthetnek a látogatók.

– **Szóval a Te elved, hogy „ha az emberek nem mennek a művészethez, a művészet menjen az emberekhez!” A street artot is ezért választottad?**

– Igen, és ez a műfaj kezd is bejutni Magyarországon, főleg Budapesten, ahol a tűzfalak festése vagy a *Rákapszolás* jótékonysági megmozdulás is volt. Bár nem szeretem magát a street art szót, mert sokan, ha meghallják, negatív élménnyel kapcsolják össze. Falfirkákkal, rongálással azonosítják, nem pedig egy kültéri megmozdulással, utcai alkotóművészettel, amivel inkább egy pluszt adnak az embernek.

– **Milyen jövőbeli terveid vannak?**

– Május 6-án lesz egy önálló kiállításom, aminek a részleteit még most tervezzük. Illetve van egy falfestés is, a Boldogasszony sugárúti egyetemi épület járda melletti homlokzatát festenénk át. Szívesen teszem, mert úgy gondolom, hogy az épület szférájához vállalhatatlan, amilyen állapotban van most. Mindenképp szeretnénk összekapcsolni a motívumokat Szeged egyik nevezetességével, az Aba-Novák Vilmos által festett Hősök kapuja freskójával, ezzel is kiemelve azt. Jelenleg pedig a Tiszavirág és az Art Hotel ad otthont pár festményemnek.

**Köszönöm az interjút, további sikeres és látványos projektet, pályázatot kívánok Ákosnak!**

Kocsis Alíz  
Fotók: internet



# Videojáték történelem

Valószínűleg kevés olyan ember él a Földön, aki nem próbált még ki semmi-féle videojátékot. Nem kötelező a nagy gyártók által készített termékekre gondolni, elég az interneten is fellelhető, könnyedebb ún. flash programokra.

**De honnan is indult ez a hétköznapi találmány?**

1972-ben **Nolan Bushnell** vállalkozó megalapította **ATARI** névvel a cégét. A vállalat első terméke a *Pong* nevű játékgép, amely gyors sikert aratott, és több tízezres példányszámban kelt el. Ezen felbuzdulva az Atari egyre több játéktérmi játékot készített.

A '70-es években ezek a gépek az aranykorukat élték. Az évtized végére az Atari kifejlesztette az otthoni konzolját,

az *Atari 2600-at*. Később azonban a vállalat tucatjával dobta ki a silányabb minőségű játékokat, amikre már a közönség nem volt vevő. A vállalkozás csődbe ment, a számítógépes piacot pedig „halottnak” tekintették.

A japán **NINTENDO** cég eleinte hagyományos kártyajátékok készítésével foglalkozott. Amikor meglátták a videojátékok sikerét, ők is azonnal ki akarták belőle venni a részüket. Első alkotásuk, a *Radar Scope* nem volt túlságosan népszerű.

Mivel a cégnél minden mérnök foglalt volt, megkérték **Shigeru Miyamotot**, hogy tervezzen egy játékot. Miyamoto-ban megfogalmazódott egy kérdés: miért ne lehetne egy videojátéknak cselekménye. Kitalált egy egyszerű történetet, majd beleépítette a játékba, melynek a címe *Donkey Kong*



lett. Alkotása óriási siker volt. Első évében több mint 100 millió dollárt kerestek vele.

1985-ben a cég egy új gépet tervezett: a *Nintendo Entertainment System-et*. Erre a készülékre jelent meg a mindenki által ismert *Super Mario Bros.*, ami új korszakot nyitott a videojátékok történelmében.

Salka Róbert

Forrás és fotók: internet



## Irány a Galaxis, Wa-hoo!!

SUPER MARIO GALAXY 2 KRITIKA

Január közepén került fel a *Super Mario Galaxy 2* a **Wii U** eShop-jára. Akik a rákövetkező héten megvásárolták onnan, nagyon jól jártak, hiszen féláron juthattak hozzá a – már klasszikusnak mondható – gyöngyszemhez.

De vajon megéri-e a pénzt teljes áron is ez a 2010-es játék? Csak egyetlen módon deríthetjük ki: ugorjunk bele a galaxis rejtelmeibe! Mint ahogyan azt a közmondás is állítja: „*a puding próbája az evés*”... vagy a mi esetünkben: Yoshi próbálja az evést?

A történet nem változott: Bowser elrabolta a hercegnőt, Mario pedig útnak indul, hogy megmentse. Sosem zavart a már sablonosnak tekinthető háttértörténet, mert az esetek 99%-ában a játékelmény mindenért kárpótolt. Ugyanez történt most is. Elég volt a kezembe vennem a kontrollert, máris eltelt 6 óra! Nehéz letenni a *Galaxy 2-t*, pimaszul addiktív. Különböző pályákon kell feladatokat teljesíteniünk, hogy a továbbjutáshoz

szükséges csillagokat megkapjunk. Maguk a feladatok ötletesek, a pályák adottságait nagyon jól kihasználják. Az egyik pillanatban egy gömbön egyensúlyozva próbálunk

A pontból B-be jutni, a következőben egy csúszdán száguldunk lefelé, közben érmekeket gyűjtünk és akadályokat kerülgetünk.

A stabil irányítás miatt ez egyáltalán nem jelent problémát. Ritkán volt az az érzésem, hogy „csal a játék”

– ha valamit elrontottam, az tényleg az én hibám volt. Ha valamivel mégsem tudnánk megbirkózni, a játék bemutatja, mit kell tenni – adott esetben átveszi helyettünk is az irányítást (viszont ekkor a jutalmunk csökken). Zene terén sem érhet csalódás, a játékhoz írt orchestra muzsika egyedi atmoszférát teremt.

Rosszat nem tudok felhozni az új *Marióval* kapcsolatban, de felmerült bennem a kérdés, hogy miért

nem készült jobb kétjátékos mód. Multiban sajnos nem sokat nyújt élményben: Ketteske közvetetten tud csak beszállni úgy, hogy csillagdarabkákat lő az ellenfelekre. Nem irányít karaktert, pedig ebben bőven lett volna lehetőség. A pályák teljesítése pedig sok időt vehet igénybe, főleg a maximalistáknak, akiknek fontos, hogy minden apróságot összeszedjenek, amit csak találni lehet.

Ezt leszámítva a *Super Mario Galaxy 2* egy olyan játék, ami kiváló példa lehet a többi mászkálós-gyűjtögetős platformernek.

Kezdőknek és profiknak egyaránt ajánlom, de vigyázzatok, nehogy beszippanston a *Galaxy 2*, mert Mario nem fogja helyettesíteni a sokoldalú beadandóitokat!

Molnár János  
Fotók: internet

### ÉRTÉKELÉS

Grafika: 9/10

Zene: 10/10

Játékelmény: 10/10

Összesen: 9,6/10



# ÖTBŐL 5!

Ötből 5! című sorozatunkban 5 sportolói idézettel fűszerezett kérdést teszünk fel az egyetemünkkel és Szegeddel kapcsolatos sportcsapatoknak. Ezek által betekintést nyerhetünk a csapatok kicsit intímebb, pályán kívüli életébe.



Sorozatunk első részében az **SZTE EHÖK SE női röplabda csapatát** kerestem fel – hogy feltegyem nekik a kérdéseimet –, akiknek éppen mérkőzésük volt a Hattyas sorú sportcsarnokban. Ellenfelük a Szolnoki Sportcentrum Sportiskola volt. A két Tisza-parti város közül végül a mieink mentek ki győztesként az öltözőbe, így a lányokkal jókedvűen kezdtünk neki a kérdéseknek.

**„A sportolónak le kell tudnia mondani egyes dolgokról, hogy sikere legyen.”**  
(Buzánszky Jenő)

– **Ti miről mondtatok le a sportkarrieretek érdekében?**

– Tanulásról.

– Gimis osztálykirándulásokra szinte sosem mentem el, mert mindig volt valamilyen országos bajnokság, torna.

– 3 éven keresztül lemondtam mindig a születésnapomról, mert akkor volt a diákolimpia 5. korcsoport.

– Betegpihenőkről.

– Nem jártam bulizni addig, amíg egyetemre nem mentem. Ha hétvégén van meccs, nyilván nem megy el az ember bulizni.

**„Az emberek a dobás mesterei. Mondhatnám, hogy nagyszerűen hajigálunk mindenfélét; nincs még egy faj a bolygón, aki nálunk ügyesebb lenne ebben.”**  
(Randal Munroe)

– **Tudtok mondani olyan történetet, mikor a labda nem engedelmeskedett nektek, és vicces vagy szokatlan szituáció jött létre?**

– Egyszer eltaláltam egy nézőt.

– Én pedig az előző meccsen eltaláltam szervával az ellenfél edzőjét.

– Életem első meccsén megkérdeztem, hogy mennyi ideig fog még tartani a meccs, hogy hány perc van még hátra.

– Életem első mini meccsén halászgatyában játszottam, mert nem tudtam, milyen nadrágban kell. És volt, mikor eltaláltam a bírót.

– Az előző meccsen pattogtatam a labdát, és hasba

vágtam magam. Röhögőgörcsöt kaptam tőle.

És amit mi láttunk:

– Az ellenfélnek kiesett a tömés a melltartójából nyitás közben...

**„Akárcsak a vas, amely folyvást csillog, ha edzik, ám rozsdásodik és formátlaná válik, ha nem használják, így van ez az emberrel is, aki ha nem marad állandó edzésben, tunyává és henyévé lesz.”**  
(Georg Gumpelzhaimer)

– **Ha befejeződne a sportkarrieretek, milyen további jövőképet láttok magatok előtt?**



– Szerintem mindenki az egyetemen tanult szakmájában dolgozna tovább. pl. gyógyszerészként vagy orvosként.

– A későbbiekben mindenki folytatná hobbij szinten, hogy valamennyire kapcsolatban legyünk a röplabdával.

– **Gyerekek tanításán gondolkodtatok, hogy az eddigi tapasztalataitokat átadjátok?**

– Végül is, aki nem tudja, az tanítja. De egyébként nem valószínű, hogy tanítanánk.

**„A megszállott olimpikonok alighanem rossz szemmel néznék, hogy a sportolók mára a szórakoztatóipar sztárszereplőiként a celeb kategóriába tartoznak – ám bármit gondoljanak is, a mai társadalomban a sportnak ez a státusza.”**  
(Wolfgang Behringer)

– **Szerintetek egy sportoló számára az ismertség áldás vagy átok?**

– Is-is.

– Szerintem pozitív. Mert minél többen ismernek valakit, annál több szponzort vagy támogatót tud magának keríteni. Ilyen szempontból áldásnak mondható.

– Viszont hogyha állandóan leállítanak az utcán, vagy írogatnak, az lehet kicsit zavaró is.

– Igen, de a szurkolók támogatása azért jólesik az embernek. Meg az interjú.

**„Ha nem tudsz szurkolni nekünk, amikor döntetlent játszunk vagy veszünk, ne szurkolj akkor sem, ha győztünk.”**  
(Bill Shankly)

– **Titeket mennyire befolyásol a szurkolók jelenléte, reakciója a játékokban?**

– Nem igazán, mivel nem nagyon vannak szurkolók a meccseinken.

– Az meg elég gáz, mikor hazai meccsen az ellenfélnek nagyobb a szurkolótábora, mint nekünk. Úgyhogy lényegében olyan, mintha idegenben játszanánk.

– Ha idegenben játszunk, és sok a néző, tudom, hogy nem nekem szurkolnak – mégis olyan, mintha nekem is szólna.

– Ha meg ellenünk szurkolnak, akkor meg bennem van, hogy csak azért is megmutatom, hogy ki a jobb!

– Engem az felpörget, ha látom, hogy az ellenfél ujjong, tapsol. Annál jobban próbálok teljesíteni meg megmutatni, azért is...

– Attól függ a motiválása, hogy milyen hangon teszi ezt.

## A következő hazai mérkőzések:

**2015. április 4.** (szombat), 14:00, Hattyas sportcsarnok, H. Zrínyi SE

**2015. április 19.** (vasárnap), 14:00, Hattyas sportcsarnok, Ráthonyi Kft. – Eötvös DSE

*Megtekintés ingyenes. Szurkolásra fel! Hajrá lányok!*

*Cikk és fotók: Kocsis Alíz  
2015. március*





# Vitorlázás és sárkányhajózás testnevelés kurzus az SZTE-n

Testnevelés kurzusokból eddig sem volt hiány, hiszen többfajta küzdősporttól kezdve, az úszáson át az intim tornáig rengeteg lehetőség közül választhatunk.

A Szegedi Tudományegyetem 2015-ben lehetőséget kínál a hallgatói számára, hogy testnevelés kurzus révén gyakorlati és elméleti vitorlázás helyett sárkányhajózásra lesz lehetőség.

Kezdők és haladók egyaránt választják a vitorlázás kurzust, viszont alapfeltétel az úszni tudás.

Az előadások témája: a sportvitorlázás története; a vitorlázás elmélete,

kinetikai alapjai; meteorológiai, vízrajzi, hajózási ismeretek; a szörfözés; műszaki ismeretek.

Azon hallgatók, akik teljesítették a kurzust, lehetőséget kapnak a **nemzetközi kedvtelési célú kishajó-vezetői képzés** megszerzésére, amihez már csak a *Hajózási Szabályzat* kishajósokra vonatkozó részét kell megtanulni. Akik ezt befejezték, azok a Nemzeti Közlekedési Hatóság előtt vizsgát tehetnek.

A vizsgára jelentkezésnek további előfeltételei (az úszni tudáson túl) az orvosi alkalmasság. A kishajósképzés díja 50 000 Ft, melyből a kurzust teljesítő hallgatók 40% engedményt kapnak, így a kishajósképzés díja 30 000 Ft (+ vizsgadíjak).

A tanfolyamon készült képek megtekinthetők a [www.autoinfo.hu/vitorlas](http://www.autoinfo.hu/vitorlas) weboldalon.

Salka Róbert

Forrás: [www.sztehp.hu](http://www.sztehp.hu)

Fotó: internet

## MÁY-SPORT

Szeretsz lazulni a haverokkal, de a sportok sem állnak messze tőled? Szeretnéd fejleszteni a már meglévő reflexeidet, célzó képességed? Ismerkedni szeretnél, de nem tudod, hol és hogyan, csak nem a diszkóban?

„*Irány a kocsmá!*” Ha logikusan belegondolunk, egy jó kocsmá, pub a legideálisabb hely arra, hogy új barátokkal és élményekkel legyünk gazdagabbak. Hogy miért? Az emberek sokkal közlékenyebbek és oldottabbak egy általuk kedvelt helyen, ahol barátok veszik körül. Hamarabb nyitnak az új dolgok felé. Belegondoltatok már, milyen egyszerű odamenni egy másik emberi lényhez parázás nélkül? Bevallom, én is meglepődtem, milyen könnyű ismerkedni.

**Szeretsz csocsózni, biliárdozni, vagy menő vagy a dartsban, esetleg jól bírod a sört?**

Milyen könnyű odamenni egy ismerőssel, és kihívni a győztes(ek)e)t, máris megvan a kapcsolat, az ismerkedés az örök barátságok kezdete... Ha fogyasztó vendég vagy, akár ingyen is, de max.

100 Ft-ból megúszol egy játszmát.

A legnépszerűbb kocsmái sport a **CSOCSÓ**, ezt mindenki tudja. A legtöbb helyen megtalálható, hisz ez a vendégcsalogató a szeszen kívül. Könnyen élvezhető a játék, ha jók a reflexeid, tudsz célozni, és még résen is vagy, esetleg meglátod az ellenfél által adott helyzeteket, majd kapura lösz és góóóó! Mindig akadnak kihívók, jobb játékosok, sőt újabb és újabb fortélyok, amiket el lehet sajátítani. Mindössze a megfelelő csuklómozdulatok és technikák fontosak.

A második kedvenc a **BILIÁRD**. Ez bensőségesebb és megfontoltabb játéknak számít, ahol jó, ha tudsz célozni és a lökés erejét megfelelően szabályozni. Ha közelebről szeretnél valakit megismerni, aki esetleg rosszabb vagy sokkal jobb nálad, egyaránt lehetséges, hisz megkérheted, hogy tanítson meg jobbnak lenni, vagy te magad segíthetsz neki. Na bumm, máris megérte ma lemenni a kocsmába, igaz? Különböző trükköket lehet elsajátítani: golyóugratást, falról való célzást stb. Bár a biliárdnál több szabály lép életbe, így nem elég csak eltalálni a fehér golyót, figyelni kell minden apró dologra, hisz a legcsodálatosabb érzés az, amikor az ember kétszer lökhet egymás után...

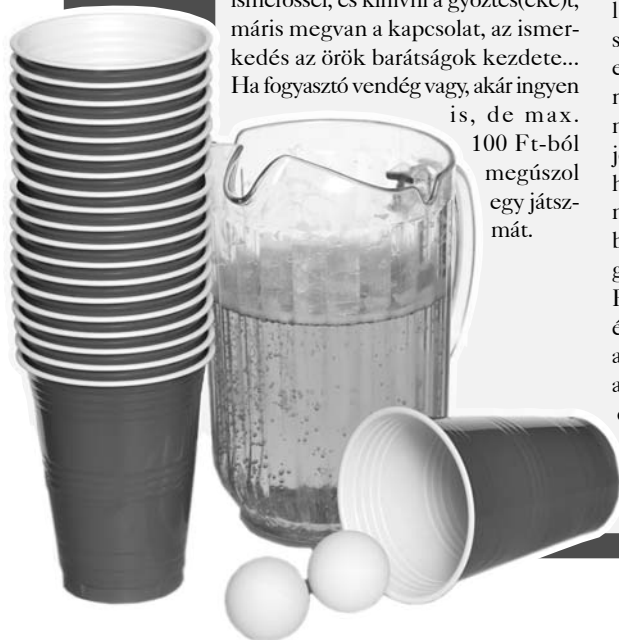
A legmenőbbek mégis azok, akik tudnak **DARTSOZNI**. Itt már



mesterfokú célzás szükséges, és ennél a játéknál a célzóvíz már nem segít, inkább ront a helyzeten. Több funkciót is be lehet állítani, mégis legtöbbször azt szeretik, mikor 301-ig kell megdobni a pontokat elsőként. Ez a legkevésbé kedvelt sport a kocsmákban, hisz nagyobb a bukórátája, mint a csocsónak vagy biliárdnak. Bár itt is lehet ismerkedni, megmutatni a másikat, hogyan kell dobni vagy tartani a dartstűt.

Végül, de nem utolsósorban, az egyik legelterjedtebb sport a fiatalok körében a **SÖRPONG**. Egyszerű játék, és milyen meglepő, az égvilágon semmi köze a pingponghoz. A lényeg, hogy pár műanyag pohárba sört öntötök, és egy pingponglabdával bele kell találni az ellenfeled egyik pohárba, gyakran úgy, hogy a labda mindkettőtök térfelén pattanjon egyet. Ennek érdekében jól kell célozni vagy olyan ellenfelet választani, akire ez nem igaz. Viszont felmerül a kérdés: az jár jobban, aki jól céloz, vagy az, aki több pohárnyi sört hörpint fel.

Joó Vivien Krisztina  
Fotók: internet



INFO@HOKKENTO.HU

TÜRELEM

# Lazar Angelov

KITARTÁS

KÖVETKEZETESSÉG



Manapság ő az egyik legtöbbet foglalkoztatott személyi edző Hollywoodban, millióknak nyújt motivációt nap mint nap az interneten. A saját életén keresztül mutatta meg a világnak, hogy nem létezik lehetetlen, és az ember bármit képes elérni, ha nem adja fel az álmait, és kitartóan küzd a céljaiért.

## Kezdetek

Fiatalkorában rengeteg akciófilmet nézett, leginkább Jean-Claude Van Damme és Bruce Lee hatott rá. A cselekmény számára kevésbé volt fontos, sokkal jobban lekötötték a harci jelenetek és az a komoly fizikai erő, amit a színészek a filmvászonon megjelentettek. Tisztelte őket azért, ahogyan kinéztek. 10 éves lehetett ekkor, és még nem tudta, hogy a tökéletes testnek milyen nagy ára van, csak annyit, hogy később ő is ilyené szeretne válni.

## Sport

Évekig versenyszerűen kosárlabdázott, a legnagyobb vágya az volt, hogy bekerüljön az NBA-be és együtt játszasson a nagyokkal. Egy profi csapat szerződést ajánlott neki, de 18 éves korában megsérült a térdje, és ez véget vetett kosaras pályafutásának. Nagyon megviselte ez az időszak.

1 évvel később csatlakozott a bolgár hadsereghez, és itt megkapott mindent, amire vágyott. Rátalált az életcéljára, a testépítésre. Leszerelése után beiratkozott a Nemzeti Sport Akadémiára, ahol személyi edző képesítést kapott, így kezdődött karrierje.

## Pénz

Lazar szegény családban nőtt fel, gyakran előfordult, hogy elájult a városi buszon, mert nem volt mit ennie. Nappal személyi edzőként, éjszaka pedig biztonsági őrként dolgozott, hogy legyen a napi betevője, és finanszírozni tudja az edzéseit.

„Nehéz volt, mert sosem tudtam eleget pihenni, de nem érdekelt, a céljaimhoz ez kellett. Soha semmi nem állhatott közém és az álmaim közé. Ha igazán akarsz valamit, akkor ezek nem akadályok, és nem is élheted meg ezt annak. Amikor az emberek meg tudják, hogy egyetlen nap hogy telik az életemben, rájönnek,



hogy az erőfeszítéseik feleakkorák sincsenek ahhoz képest, mint amekkorák lehetnének” – nyilatkozta.

## Erősítés

Hetente 6 napot tölt a konditeremben, minden edzésprogramjában szerepel a guggolás, a fekvőnyomás és az emelés. Soha nem szokott a konditermes futógépeken edzeni, csak és kizárólag a szabadban, még akkor is, ha éppen hideg van odakint. Kedvence a 100 méteres sprintfutás és 1 perc séta 4-6 km-en keresztül. Kedveli a tömegelést, télen a lehető legnehezebb súlyokkal erősít. Elképesztően szállkás és szimmetrikus izomzattal rendelkezik, mégis azt mondja, soha semmilyen anabolikus szteroidot nem használt.

## Névjegy

Név: Lazar Angelov

Születési idő: 1984. szeptember 22.

Születési hely: Bulgária

Foglalkozás: személyi edző, fitnessmodell

Családi állapot: nőtlen

Magasság: 180 cm

Hajszín: fekete

Szemszín: fekete

„Az ektomorf testalkatom még jobban megnehezítette a dolgom, és ezt régen még nem tudtam, de rengeteg aerob edzést végeztem, így persze esélytelen volt, hogy bármiféle izomtömeget magamra szedjek. Visszagon-dokva, borzalmas nagy butaságokat csináltam. A diéta mint olyan, nem tartottam fontosnak, szóval még volt hova fejlődnöm. Bármennyit edzhettem, nem láttam magamon jelentős fejlődést. Elkéseredtem, és a düh, amit tehetetlenségemben éreztem, egyre csak nőtt bennem, mert senki nem volt, aki segítsen nekem a céloom elérésében.”

## Táplálkozás

Rengeteg telített és telítetlen zsír szerepel az étrendjében, ami segít magasán tartani a tesztoszteronszintjét. Lazar szerint fontos az elegendő szénhidrát-bevitel, ezt nem szabad megvonni a szervezettől.

A-nap étkezései	B-nap étkezései
1. zabpehely, tojás, mogyoróvaj és grapefruit	1. zabpehely és 6 tojásfehérje
2. rizs, csirke és brokkoli	2. fehérje, rizs és csirkemell filé
3. tészta, tonhal és avokádó	3. fehérje és mandula
4. rizs, csirke	4. rizs és csirkemell filé
5. tonhal és zöldsaláta	5. tonhal és saláta
6. túró és brokkoli	6. fehérje

## Jótekönyködás, életfilozófia

Születésnapja alkalmából árva gyerekeknek adományozott, így próbálta felhívni mások figyelmét arra, hogyan kellene viselkednie egy igazi atlétának a termen kívül. Bevallása szerint ő egyedül kevés ahhoz, hogy megváltsa a világot, de rajongóit talán egészen nemes célokra is rábírhatja ezzel.

A legfontosabb számára, hogy motiválja az embereket és képes legyen megszerettetni velük is a sportot. Ez az, ami élteti. Erejét és kitartását a rajongóiból és legfőképpen azokból az emberekből nyeri, akikkel személyesen is foglalkozhat. Örömmel tölti el, hogyan változott meg a testük és az életük az edzések hatására.

## 3 jó tanács Lazar Angelovtól

1. Legyél türelmes! Róma sem egy nap alatt épült fel...
2. Legyél következetes az edzéstervvel és az étkezéssel.
3. Ne add fel soha, még akkor sem, ha akadályba ütközöl.

Rab Helga

Forrás: [www.lifetilt.hu](http://www.lifetilt.hu)

Fotók: internet



# Körkérdés

Facebook, Snapchat, Instagram – mindez a társas kapcsolataink része. Kommunikációs szokásaink megváltoztak és ezzel együtt a randizási

szabályaink is. Felmerül a kérdés, ma hogyan jellemeznénk egy párkapcsolatot? Mik az alappillérei? 3 fiú és 3 lány mesélt nekünk arról, hogy mit várnak el a párjuktól egy kapcsolatban, és mi a legfontosabb számukra.

## Kerekes Péter

19 éves, AJTK

**E**lőször is le szeretném szögezni azt, hogy csak annyit lehet elvárni a társadtól, amit Te is nyújtasz neki. Másodszer, ami szerintem a kapcsolat alapját képezi, az nem más, mint az őszinte kommunikáció. Ha a felek nem képesek megbeszélni nyíltan és őszintén a problémáikat, és azokat nem próbálják megoldani, akkor a kapcsolat nem tud fejlődni, és megfeneklik, majd szakítással fog végződni. Emellett úgy vélem, hogy az egymásra való támaszkodás, támogatás és az a tudat, hogy van valaki melletted, aki segít legyűrni a hétköznapi problémákat, megnyugtató és fontos. Kell az ember mellé egy olyan társ, aki a vizsgaidőszak közepén lelkierőt ad, és a vizsganapon szorít érted és a kettesért.



## Bognár Mónika

23 éves, JGYPK

**A**ltalában nekem fontosabb az, hogy a másik boldog legyen, és ez minden kapcsolatomban igaz. Igyekszem felvidítani és megnevetetni az embereket. Tudom, elég furán hangzik, de nekem elég, ha boldogságot adhatok, mert akkor én is jól érzem magam. Nincsenek nagy igényeim, csak egy dolgot várok el, már ha ezt el lehet várni bárkitől is, és ez a kölcsönös törődés. Szeretek érezni, hogy kellemes, hogy szükség van rám. Nem vágyom luxus dolgokra, meg üdülésekre. Jobban szeretek összebújni és filmezgetni. Tehát nem is tudom pontosan megfogalmazni, hogy számomra mi a legfontosabb egy kapcsolatban. Talán az, hogy az „Én”-ből „Mi” legyen. Persze fontos a bizalom, az összhang és természetesen a kölcsönös vonzalom is, de ez az egész dolog csak akkor lesz működőképes, ha az ember képes feladni önmagát a másikért, ha képes párként gondolkodni.



## Borsos Misi

19 éves, BTK

**L**egyen megértő, elfogadó. Ha vannak közös vonásaink, és tudunk közösen csinálni dolgokat, programokat, az is remek. Természetesen az a legjobb, ha mindez oda-vissza működik. Nincsenek nagy igényeim ezzel kapcsolatban.



## Orbán Bernadett

21 éves, TTIK

**S**zerintem egy párkapcsolat az egyetértésre és a békére épül. Nekem fontos az, hogy akivel hosszútávra tervezek, az nyugodt természetű legyen. Nagyjából egyezzen az ízlésünk, mert ha nagyon különbözünk, akkor sosem tudnánk egyezsége jutni semmiben. Ha valaki a párom akar lenni, annak saját véleményével és gondolatokkal kell rendelkeznie, amiket nem a „sablon dobozából” húz elő. Összegezve: legyen személyisége, egészséges optimizmusa és békés természete.



## Zahorecz Balázs

20 éves, JGYPK

**N**agyon nehéz röviden megfogalmazni, milyen egy ideális kapcsolat, de néhány fontos szempontot ki lehet azért említeni azok közül, amik nálam általános tendenciák. Például mindkét félnek legyen egy külön élete, ahol bizonyos szerepet vállalnak, de mikor együtt vannak, akkor egyenlők legyenek, ne méregesse egyik a másikhoz magát. Természetes, hogy fontos a szeretet és a tisztelet is. Illetve, hogy építő jellegű legyen a kapcsolat. Ne lefelé, hanem inkább felfelé íveljen, és ezt nemcsak párban, hanem egyénilig is értem. Ha összejövök egy lánnyal, akkor ne azt érezzem, hogy kevesebb vagyok, hanem hogy több. Jobban teljesítek az életben, tanulok tőle. Nem gondolom úgy, hogy mindent egymással kell megbeszélni, ez hülyeség. Egy fiúnak szüksége van a sörözésre a haverokkal, egy lánynak meg a „csajos estékre”. Miért untassam a focimeccsek eredményeivel, ha engem sem érdekel a *Szürke ötven árnyalata*? Viszont a kommunikáció lényeges, mert ha nem értesz a másik nyelvén, akkor nem lesz hosszú életű a dolog, és ahhoz, hogy érts, rengeteget kell beszélgetni olyan dolgokról is, amiket viszont a haverjaidnak nem árulsz el, csak annak a bizonyosnak, akibe szerelmes vagy.



## Mészáros Adél

20 éves, BTK

**S**zerintem az a legfontosabb, hogy a felek ki tudjanak alakítani maguk között egy olyan légkört, amibe más nem fér bele. Amikor félszavakból és pillantásokból is tudják, hogy a másik mire gondol. Ha megvan az összhang, akkor a bizalom és a szeretet nem felejtődik el a nagy veszekedések alkalmával sem. Nekem ez a harmónia nélkülözhetetlen egy kapcsolatban.



Összeállította: Rab Helga, Pólya Zsanett

# Segíthetek?

MAGAS VAGY LAPOS SARKÚ  
CIPŐT VEGYEK FEL?



Ugye lányok, (fiúk?!)? Észrevettétek már, gondolom, hogy valóban nagyobb segítséget kapunk, hogyha magas sarkú cipőt veszünk fel. Azért, mert elesetteknek és törékenyeknek tűnünk? Lehet, hogy tényleg ezt látják mások bennünk: mi szegények, mindjárt elesünk abban a túsarkúban. Van, aki tényleg így néz ki. Azonban vannak olyanok, akik annyira magabiztosan járnak a cipőjükben, hogy le a kalappal előttük.

Na de fordítsuk komolyra a szót. Arra, hogy általában a nők hordják az ilyen cipőket. Rengeteg fajtát sorolhatnánk most fel, mint például túsarkút, vastag talpút, hegyes orrút, kivágott orrút, kerek orrút – mint Gombóc Artúr csokoládéi, megszámlálhatatlanok. Viszont most nem a fajtákról van szó, hanem arról, hogy mekkora hatással van az emberekre a magassarkú, mennyire fontos szerepe van a megjelenésben és a férfiak segítőkészségének felelevenedésében. Ugyanis a sarokmagasság igenis befolyásolja a nők kinézetét és a férfiakban kialakult véleményeket.

Kutatások szólnak arról, hogy a férfiak segítése azonos arányban nő a sarkak magasságával. A magas lábbeli a másik nemmel való kommunikációban nagyobb hatást ér el, mint a laposabb cipők.

Ámde vannak olyan lányok, akikhez egyáltalán nem passzol a magassarkú, sem stílusilag, sem alkatilag. A segítség azonban nekik is megadatik, hiszen igazából a magatartás a fontos és a fellépés.

Tudniillik, hogyha magabiztosak

vagyunk, akkor a megjelenésünk is hatásosabb. „Has be, popsi, cici ki!” Ugye ismerős? Ha görnyedten megyünk el egy olyan helyre, ahol szeretnénk, hogy észrevegyenek, nem fognak. A magas lábbeli ebben is segít: hogyha lapostalpút veszünk fel legközelebb, akkor nem leszünk görnyedtek, hanem egyenes háttal megyünk majd végig. Persze ez többszöri hordás után lesz tapasztalható.

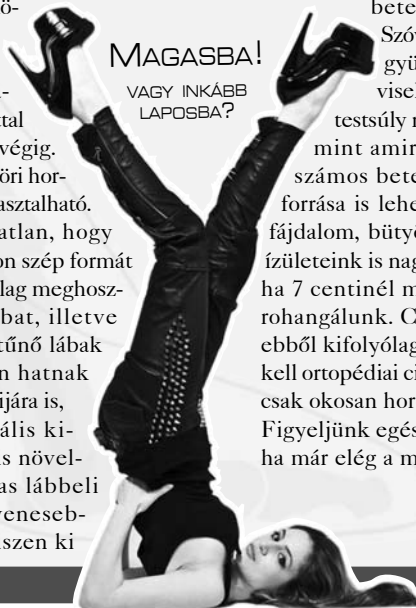
Az vitathatatlan, hogy a vádlinak nagyon szép formát adnak és optikailag meghosszabbítják a lábat, illetve a hosszabbnak tűnő lábak nagymértékben hatnak a férfi tudatalattijára is, továbbá szexuális kisugárzásunkat is növelhetjük. A magas lábbeli segít, hogy egyenesebben járjunk. Hiszen ki

akarja azt, hogy valami tevének nézzék magassarkúban? Bár még az is ügyesebb a patáival. Sajnos vannak ilyenek. Szomorú látvány.

Azonban a magassarkúnak vannak hátrányai is. Ha sokat hordjuk, komoly betegségeink adódhatnak. Szóval heti 1-2 napnál ne vegyük fel többször. A cipellő viselése közben sokkal több testsúly nehezedik a lábfejünkre, mint amire azt „kitalálták”, így számos betegség, eldeformálódás forrása is lehet, mint például lábujj-fájdalom, büttyök, kalapácsujj. A térdízületeink is nagy terhelés alatt vannak, ha 7 centinél magasabb topánkákból rohagálunk. Csak remélhetjük, hogy ebből kifolyólag pár évvel később nem kell ortopédiai cipőkben járnunk. Szóval csak okosan hordjuk a magassarkúakat! Figyeljünk egészségünkre és a jelekre, ha már elég a magasságból!

Sindel Dóra

Fotók: internet



## Sze(k)sz-teszt

Az alábbi teszt a képzelet szüleménye. Tartalma és a levont következtetések bármilyen nemű hasonlósága a valósággal, pusztán a véletlen műve, vagy nem. De lehet, inkább legyen a véletlené. Kitöltés csak saját felelősségre.

Karikázd be a rád leginkább jellemző választ a felsorolt lehetőségek közül!

1. Milyen gyakran mész el szórakozni?

- a) Úgy heti egyszer-kétszer.
- b) Amikor épp alkalom adódik.
- c) Naponta, sőt most is.

2. Mennyi alkoholt szoktál fogyasztani?

- a) Simán végigsétálok a fehérvonalon.
- b) Összefüggéstelenül beszélek.
- c) Taxi! Hol a taxi?

3. Általában meddig mész el a buliban egy ellenkező nemű (!) idegennel, ha egymásra akadtok?

- a) Talán hozzáérek.
- b) Kicsit kavarunk.
- c) Nálad vagy nálam?

4. Fantáziáltál már arról, hogy valamilyen állattal csinálod?

- a) Soha! Fúj!
- b) Csak ha az állatka is élvezi.
- c) Legtitkosabb vágyam teljesülne.

5. Volt már rajtad olyan fehérnemű, amit az ellenkező nem visel?

- a) Nem fordult elő.
- b) Előfordult, de tagadom.

c) Mert szerinted most nem olyanban vagyok?

6. Ha rajtakapnád a párod, hogy megcsal, mit mondanál?

- a) „Itt a vége, nincs tovább.”
- b) „Talán most az egyszer megbocsátok.”
- c) „Várjatok meg, jövők én is!”

7. Melyiket választanád az alábbiak közül?

- a) Intim együttét a párommal.
- b) Italozás a haverokkal.
- c) Megjelölöm az a) és b) választ.

(Az értékeléshez lapozz az utolsó oldalra.)

Marotti



# SZÉTCSÚSZOTT BARBIEK ÉS KENEK

Azt hiszem, mindenki ivott már életében. Van, aki ritkábban, van, aki sűrűbben. Van, aki buliban, van, aki suliban... vagy éppen otthon a négy fal között. Van, aki depisen, van, aki happysen. Házibuli, kari buli, mindegy, csak buli legyen! Party ruhában beesve az órára, elkenődött szemfesték és 3 napos alapozó félig lefolyva... a pálinkaszagról nem is beszélve. Igénytelenség a köbön.

Mi ez a viselkedés, hölgyeim? Aztán meg sírtok, hogy nem találtok normális pasit, és mindenki csak kihasznál titeket... De mit tudtok ezen kívül nyújtani, hogy másra is jók legyetek, ne csak egy éjszakára? Ha játszottok, hát ne lepődjete meg, ha titeket is csak egy játékszernek tekintenek a hálószobában. De sokan már el sem jutnak odáig, van, akinek egy bokor is elég... És ha ezért még pénzt is kértek, akkor ahhoz külön gratulálok! Remélem, azért érzitek az iróniát...



Vodka, tequila, jäger, whisky, pálinka... Mindegy, csak pia legyen és lehetőleg ingyen. Kirakod a melled és várod a csodát, mert ez minden alkalommal beválik. Ma is biztosan akad olyan férfi, aki meghív egy körre, esetleg többre is... És közben játszod az ártatlan kislánnyal. Sokszor voltam már fül- és szemtanúja a fullos lány és csúnya pasi effektusnak. Gondolom, ez mindenkinek ismerős.

A nő számára a férfi tökéletes partner, egészen addig, amíg fizeti az italt. Aztán hopsz, Miss Piesa, amilyen gyorsan jött, olyan gyorsan megy is, és keres magának egy újabb jelöltet, akit kihasználhat, és ez így megy egész este. Másnap meg meséli a sztorit a barátainak: „Huuhh, képzeld, megint ingyen rúgtam be! Micsoda buli volt!”

Bár azért a srákokat sem kell félteni! Hiszen ez a dolog oda-vissza működik. A csaj először megy el bulizni, és szegényt szépen megvezetik. Leitatják, bedrogozzák, másnap pedig egy totál ismeretlen férfi

karjaiban ébred. „Hát ez meg ki?” tekintet és „Mit keresek én itt? Hogyan kerültem ide?” gondolatok követik egymást... Semmi emlék nincs, de még csak képfozlányok sem, totál K. O.

Igen, van olyan, amikor a kellenél jobbra sikerült az éjszaka. Táncoltok, elvagytok, szórakoztatjátok egymást (khm, értsd, ahogyan akarod), beszélgettek, majd újra találgattok, és a kiszemelt srác Top 100-ról pillanatok alatt Top 0-ra változik, hiszen már nem is néz ki olyan jól, mint ahogyan azt te a fejedben összeraktad. Sőt! Konkrétan nagyon nem úgy néz ki, mint amire emlékeztél! „Micsoda pasi... Ki ez a pasi?” „Micsoda nő... Ki ez a nő?” Ismerős? A másik meg nem érti, hogy mi bajod van, hiszen a legutóbbi alkalommal minden olyan jól működött.

Van, akinek ez jó? Van, aki ezt élvezi? Mikor buliról bulira sodródik, hol ide, hol oda? Hol ezzel, hol azzal? Kihasználva mindent és mindenkit? Igen, ez a trend manapság. De biztos, hogy megéri? Te beállnál a sorba?

Rab Helga  
Fotók: internet

## Házi kozmetika

A bőr és a haj egészsége mindenki számára fontos. Nem feltétlenül kell drága kozmetikumok után kutatnunk, ha van olcsóbb megoldás is. Csak néhány hozzávalót kell beszerezni, és máris kész a bőrradíró vagy éppen hajpakolás.

A BŐRRADÍR nagyon hasznos, mivel eltávolítja az elhalt hámsejteket, fokozza a vérkeringést, ráadásul selymessé varázsolja a bőrt.

De fokozottan figyeljünk arra, hogy hetente maximum kétszer alkalmazzuk, ugyanis a visszájára is fordulhat a várva várt eredmény. Ezekkel a receptekkel könnyedén elkészítheted a saját bőrradíródat, sőt olcsóbban is megúszod.

– 1 kiskanál porcukrot keverj össze 1 kanál joghurttal, és már kezdheted is a radírozást.

– 1 evőkanál mézet, 1 teáskanál olívaolajat és 1,5 evőkanál kávézaccot keverj össze, majd kend fel az arcodra. 10 perc után mosd le, és élvezd a megújulást.

A hajunk folyamatos ápolást igényel, ezért célszerű olykor egy kis HAJPAKOLÁSSAL kedveskedni tincseinknek. Sok olyan alapanyagot találhatunk a konyhánkban, amelyből a hajunk egészségéhez járulhatunk hozzá. Próbáld ki ezeket a recepteket!

– 3 evőkanál kefir keverj össze 1 evőkanál mézzel, majd vidd fel a hajadra.

25-30 perc után mosd le, majd samponnal moss hajad. Száraz hajra tökéletes.

– Ami ezek közül a legfurcsább, de az egyik leghatásosabb, a sör. Szó szerint moss vele hajad, masszírozd át vele a fejbőröd, hagyd hatni 5 percig, majd mosd le. Alaposan mosd ki a hajad, nehogy érződjön az a jellegzetes szag.

Pólya Zsanett  
Fotó: internet

SE VELED, SE NÉLKÜLED!

# h, drága stressz!



A szüleink sokszor mondják, hogy nekünk csak tanulnunk kell. Ám arra sok esetben nem gondolnak – vagy nem emlékeznek –, milyen stresszhelyzetekkel kell szembenéznünk az iskolában. Ilyenkor mondják, hogy nekünk könnyű, hiszen nem kell gondoskodnunk a családról vagy éppen a csekket fizetnünk. Csakhogy mi igenis érezzük, ugyanannyi teher nehezedik a vállunkra, ugyanúgy szorongunk, mint szüleink. Alapból már az is megterhelő, hogy eljussunk az iskolába, ha éppen bejárósok vagyunk; ha nem, akkor is. Gondolnánk, mihamarabb az iskolába beérünk, csökken a stressz...

Először tisztáznunk kell, a stressz hogyan is keletkezik bennünk. Kutatások bizonyították, hogy pszichés feszültség, szorongás hatására jelentősen megemelkedik a kortizol nevű hormon koncentrációja – ezt az anyagot pedig csak abban az esetben állítja elő szervezetünk, ha az agyban bekapcsolódik egy CRH-t (corticotropin releasing hormone) kódoló gén. Ez a gén nemcsak a kortizolszint emelkedését, hanem egyfajta belső nyugtalanságot, szorongást is kivált, valamint megemeli a vérnyomást és csökkenti az étvágyunkat is.

Ezért nem jó, ha sokáig stresszelünk, mert az az egészségünk rovására megy, megbetegít minket, ugyanis a stressz csökkenti az immunrendszerünk erősségét, kaput nyitva ezzel a fertőzéseknek és egyéb bacilusoknak. Szerintem sokunknál előfordult már az, hogy egy stresszes hét után alig vártuk a hétvégét, hogy kipihenjük a „betegségünket”.

Az iskolába beérve sokszor azon kapjuk magunkat, mennyit stresszelünk a tanárok, a kurzusok és a vizsgák miatt, és mennyire szeretnénk megfelelni az elvárásoknak.

A bizonytalan helyzet is szorongást válthat ki bennünk, ahogyan az új feladat teljesítése vagy éppen

az új elvárások tisztázása. Ilyenkor feltehető a kérdés, kinek is akarunk megfelelni? Tanárainknak? Szüleinknek? Magunknak? A világnak? Ahány ember, annyiféle megfelelési vágy van. A szorongás feloldásához szükséges a bizonytalanság érzését csökkenteni.

Ezért fontos, hogy a tanárok segítőkészek legyenek bámi kellemetlen kérdésben, ami felmerülhet. A minél hamarabbi tisztázás hozzásegíthet a további tanuláshoz. Az is nagyon fontos, hogy visszajelzést kapjunk, hiszen növeli a magabiztosságunkat, ha pozitív bírálatot kapunk arról, amit jól csinálunk. Tudniillik, ha megfelelő az önértékelésünk, akkor csökken a bizonytalanság érzése is.

Azt tudtátok, hogy különböző szagunk van, amikor stresszelünk és amikor sportolunk? Külföldi egyetemen végeztek kísérletet a kutatók, hogy bebizonyítsák, igenis más „illatunk” van, ha vizsgadrukkal találkozunk vagy ha sportolunk. A kísérleti módszer a következő volt: egy vattakorongot helyeztek el a kutatásban résztvevő emberek hónaljára alá – sportolás közben és egy nagyobb vizsgán. Továbbá kérdőíveket töltettek ki velük, és nyálmintákat is vettek tőlük mind a két fajta stresszes szituáció során. A stresszhormonszint igazolta, hogy vizsgahelyzetben sokkal

a verejték, ami a szorongásunkból származik, az agyban azokat a területeket érinti meg, amelyek azért felelősek, hogy a másik emberrel empatikusak, együttérzőek legyünk. Azokat a diákokat, akik stressz nélkül valamilyen (pl.: hogy nem készültek), a tanár kiszúrja, és meg fogja szólaltatni őket, mert valahogy érzi a „stressz szagát”.

Az e fajta stresszekre vannak már különböző gyógymódok, amikkel csökkenteni lehet őket, ugyanis megszabadulni nem tudunk tőlük. Nem kell rögtön a gyógyszerekre gondolni, hiszen azok csak a végső megoldások lehetnek. Képesek vagyunk megtanulni és fejleszteni azt, hogy hogyan kezeljük egy-egy adott stresszes helyzetet. Ilyenkor jó, ha pozitív dolgokra gondolunk, pl.: egy korábbi sikeres vizsgára emlékezünk, hogy múltkor is minden rendben ment, most se lesz ez másképp, vagy egy kicsit mozgunk és relaxálunk, akár zenét hallgatva.

Vannak olyan emberek, akik az ilyen fajta stresszeket teljesen elnyomják magukban, ám ez nem jó taktika, hiszen ez később fog megjelenni rajtuk, pl. hajhullás, korai öszülés formájában, vagy gyógyíthatatlan betegségek áldozatai lesznek. Néhány ember pedig úgy gondolja, vannak olyan szerek, amik csökkentik a felhalmozódott szorongást bennük. Azonban ezek – úgymint a cigaretta, a kávé, az alkohol és különböző tudatmódosító szerek stb. – legtöbbször károsak a szervezetre.

Azt jó, ha tudjuk, hogy nemcsak rossz stressz van (distressz), hanem létezik jó stressz is (eustressz). Az utóbbi jó hatással van ránk, hiszen inspirál és jobb teljesítményre buzdít. Minimális mennyiségben még egészségesnek is mondható. Jogosan tehetjük fel a kérdést, akkor hol a határ a két stressz között? Önmagában a stressz nem okoz betegséget, viszont ha úgy érezzük, nem tudjuk kezelni az adott helyzetet, vagy nem tudjuk megoldani a problémánkat, akkor negatívan fog ránk hatni a stressz. Igazából attól függ az egész, hogyan éljük át a történeteket, hogyan gondolkodunk róluk.

jobban szorongunk, mint sportoláskor.

Esetleg azt tudtátok, ha szorongunk, akkor a szagunk által a másik ember is szoronghat? Ugyanis az



Sindel Dóra  
Forrás és fotók: internet



Fotók: internet

# DrágaTech

Néhány éve még csak álmodni sem mertünk arról a modern korról, amiben manapság élünk. Tíz év alatt nagyot fordult a világ, megjelentek a legmodernebb érintőképernyős telefonok, és az ezek szolgáltatásaira történő előfizetés is a duplájára nőtt. Elkészültek az első táblagépek és laptopok is. Na de hol is tartunk ma pontosan?!

A táblagépek már lassan ki-  
mennek a divatból, hiszen meg-  
jelent az az eszköz, ami ugyanúgy el-  
van látva a tablet kényelmes funkciói-  
val, de eközben átalakíthatjuk laptop-  
pillanatok alatt. Hamarosan megjelenik  
a **LENOVO YOGA 3 PRO**,  
amit egyszerűen csak a világ legkalkmaz-  
kodóbb számítógépének is neveznek.  
Attól függően, mit szeretnénk vele  
csinálni, négy különböző módon is hasz-  
nálhatjuk: laptopként, álló helyzetben,  
sátoralakban vagy táblagépként.  
Hihetetlen, de ennek az „ultrabooknak”  
akkora a képernyőfelbontása, mint két  
Full HD televízióé. Processzora és  
grafikus teljesítménye pedig lehetővé  
teszi, hogy a legújabb játékok is zök-  
kenőmentesen futhassanak rajta.

Mobiltelefonok terén  
sincs más helyzet. A régi  
„tégla” telefonokat fel-  
váltották az érintőképer-  
nyős, Full HD felbontású,  
beépített erősítővel és  
dupla hangszórókkal el-  
látott példányok. Ilyen  
a nem régen piacra dobott  
**HTC ONE M8**.  
A 9,35 mm vékony készü-  
léket egy 127 mm-es kijelzővel látták el,  
amelybe olyan funkciókat építettek,  
mint az újrafókuszálás vagy éppen a hang-  
kiegyenlítő rendszer, ami a hőmérsék-  
letet érzékelve állítja be az optimális  
hangerőt úgy, hogy a hosszú távú hasz-  
nátal érdekében megóvja a hangszórót  
a károsodástól.

De milyen tévét válasszunk ezekhez  
az okos kütyühöz? Hát okos tévét! Mert  
már ilyen is van. A személyes kedvencem  
a **SAMSUNG UE48H6400**  
típusjelzéssel ellátott eszköz. Ez a 3D-s  
tévé olyan korszerű funkciókkal van  
ellátva, mint például a hangvezérlés,  
érintőpad és mozgásirányítás, illetve  
az USB filmnézés. Utóbbi oly-  
annyira hasznos, hogy már DVD  
lejátszóra sincs szükség. Azonban

itt még nem merül ki minden le-  
hetőség, hiszen a Smart Hub Games  
Panel használatával játszhatunk is  
a készüléken. Ennek köszönhetően  
már konzolra sincs szükségünk.

Jelenleg mind a három készü-  
lék igen borsos áron kapható,  
de néhány hónap múlva már  
nagy valószínűséggel baráti  
összegért is beszerezhetünk  
egyet-egyet, hiszen ahogy fej-  
lődik a technika, megjelennek ennél  
is modernebb modellek.

Talán néhány év múlva már ké-  
szülékre se lesz szükségünk a tele-  
fonáláshoz!

Salka Róbert



## Te melyiket választod?

A fent felsoroltabbaknál különlegesebbre vágysz? Már nem elég a legjobb mobil és tévé? Nézd meg ezeket a cuccokat, és válassz kedvedre!

### Tükröm, tükröm...

Unod a szokványos fürdőszobai tükröt? Nem gond, vehetsz ebből is okosat. Személyre szabott tanácsokkal lát el a divat és a smink terén, ismeri a legújabb trendeket, még bőranalízisre is képes. Melyik lány ne örülne egy házi sminkesnek és stylistnak?



### Ha igazi fitneszbolond vagy, neked találták ki az okosoknit!

Igen, jól olvasod, az általa-  
kított textilbe nyomá szen-  
zorokat építettek be, mely  
számolja a lépéseid, az üte-  
met, a távolságot, még a fu-  
tás közbeni gyorsaságot is!

*Sensoria Fitnes Socks*  
a csoda neve, különféle  
lábméretekre is megren-  
delhető, az aksi 6 órán  
át bírja az iramot!



### Ha már kellően kiakadtál a számos újdonságtól, itt egy újabb és egyben az utolsó kütyü.

A fentieknél talán hasznosabbnak tűn-  
het az okoshátizsák, főleg azoknak,  
akik okostelefon-függők.

Te is utárod, ha a telőd  
a legrosszabb pillanatban  
merül le? Mondjuk puská-  
zás közben? Nem kell mást tenned, mint besze-  
rezni egy okoshátizsákot, amivel bárhol és  
bármikor feltöltheted akár a tabodat is.



Müller Anita  
Fotók: internet



Fotók: internet

# Pofonegyszerű sütnivaló

## HA RÁD TÖR A NASSOLÁSI VÁGY!

Biztosan mindannyian jártatok már úgy, hogy az éjszaka közepén vagy esős hétvégén ellenállhatatlan vágyat éreztek egy kis nassolásra, azonban a közeli kisbolt vagy zárva volt, vagy nem volt kedvetek kimozdulni a házból. Találtam nektek egy pofonegyszerű sütireceptet, amit tényleg pillanatok alatt elkészíthettek, és szinte biztosan minden alapanyag megtalálható a konyhátokban.

### Bögrés-mikrós sütemény

**Hozzávalók:** 4 csapott evőkanál finomliszt, 2-3 csapott evőkanál cukor vagy gyümölcscukor, 1 késhegynyi sütőpor vagy szódobikarbóna, 2 evőkanál főzőkakaópor, 1 tojás, 2 evőkanál olaj (pl. dióolaj), 2 evőkanál tej.

**Elkészítés:** Vegyük a bögrét, és kanalazzuk bele a száraz összetevőket. Jó alaposan keverjük őket össze. Üssük rá a tojást, és adjuk hozzá a nedves elemeket. Egy kanál segítségével alaposan keverjük össze a hozzávalókat – folyós masszát kapunk. A bögre szélét töröljük le egy szalvétával. Tegyük a bögrét a mikrohullámú sütőbe, majd állítsuk be az idő-

szabályozót 3 percre. Kb. 1 perc alatt szépen megemelkedik a tészta, de ne vegyük ki előbb semmi esetre sem. Ha megállt a mikró, hagyjuk bent 30 másodpercet, majd vegyük ki.

Nekem mindig szépen kiesik a bögréből a süti, de ha neked sehogyan sem akarózik kipottyanni, nyugodtan használj egy kést hozzá. Bármivel lehet ízesíteni. Én télen a narancsos fahéjas verziót részesítettem előnyben.

*Jó étvágyat!*

*Piti Fruzsina*

*Forrás: www.sutigyar.hu*



## Sze(k)sz-teszt

### Értékelés

a = 1 pont, b = 2 pont, c = 3 pont

Add össze a válaszaidért kapott pontokat, majd utána keresd meg az összpontszámoknak megfelelő kategóriát.

**7–12 pont:** Tisztességes, visszafogott, egészséges gondolkodású fiatal vagy. Mértéktartóan fogyasztasz alkoholt. Fontos számodra a kapcsolat, nem vágyasz futókalandokra. Nem vagy nagyon bevállalós, és a perverz, gusztustalan dolgokba sem mész bele. Bizalommal tekinthetsz jövődre, sikeres karrier várhat rád választott szakmádban. Könnyen alkalmazkods, nincs

sok konfliktusod, tanáraidal jól kijössz, és majdani főnökeiddel is harmonikus lesz a kapcsolatod.

**12–17 pont:** Az életben a középutat keresed, de hajlamos vagy a csapongásra. Szeretsz szórakozni, nem veted meg az alkoholt. Könnyen ismerkedsz, kedveled a kalandozásokat, ahol nem kell elkötelezned magad. Élvezed a társaságot, szívesen töltöd az időt haverjaid, barátaid körében. Nem szeretsz a négy fal között gubbasztani. Párkapcsolataidban rugalmas vagy, ahova szeretsz belevinni egy kis izgalmat. Majdani munkádban azonban kompromisszumokat kell kötnöd, ellenkező esetben sok konfliktusod lesz.

**18–21 pont:** Mértéktelen alkohol-fogyasztó vagy, gondolataid a féktelen bulizás körül forognak. Tanulásban és a munkában is a hanyagság jellemző, amely sok konfliktust eredményez. Nem tudsz huzamosabb ideig koncentrálni komolyabb dolgokra. Párkapcsolataid lazák, benne vagy perverz, akár beteges dolgokban is, a mennyiséget a minőség elé helyezed. Nem vagy ragaszkodó típus, azok társaságát keresed, ahol kedvezőbb a széljárás. Nagy kanállal habzsolod az élvezeteket. Nem sokat foglalkozol a jövőddel, a mának élsz. Hosszútávon ez az életmód nem túl szerencsés és kifizetődő. Boldogulásod érdekében tanácsos lehet szakember segítségét kérned, még mielőtt menthetetlen eset leszel.

**Hökkentő – A szegedi hallgatók lapja • Főszerkesztő Müller Anita • Főszerkesztő helyettes Joó Vivien Krisztina • Borító Müller Anita • Korrektúra Sziki Bálint • Munkatársak Boldizsár Mária, Csapó Renáta, Jordán Renáta, Juhos Dóra, Kocsis Alíz, Kolozsvári Melitta, Maróti Csaba, Molnár János, Piti Fruzsina, Pólya Zsanett, Rab Helga, Salka Róbert, Sindel Dóra • Hirdetés +36/30-849-88-12 • Felelős kiadó Forró Lajos • Szerkesztőség és Kiadóhivatal 6720 Szeged, Hattyas sor 10., telefon: +36/62-544-759 • Drótposta info@hokkento.hu • Kiadja a Fiatalok a Dél-alföldi Médiaiban Alapítvány • Tördelés és nyomdai előkészítés Veres Ildikó • Megjelenik 3000 példányban • Lapengedély száma 163/149/3/2008 • Nyomda A-Színvonal 2000 Nyomdaipari Kft., telefon: +36/62-656-211 • A megjelent hirdetések tartalmáért felelősséget nem vállalunk! • A lap megjelenését a SZTE JGYPK Szakképzési, Továbbképzési és Távoktatási Központ és az SZTE JGYPK Hallgatói Önkormányzat támogatja • ISSN 1585-1605**

A HÖKKENTŐ a Magyar Egyetemi és Főiskolai Sajtó Egyesület tagja



SZTE JGYPK Hallgatói Önkormányzat



Lapunkat rendszeresen szemlézi Magyarország legnagyobb médiafigyelője, az Observer Budapest Médiafigyelő Kft.



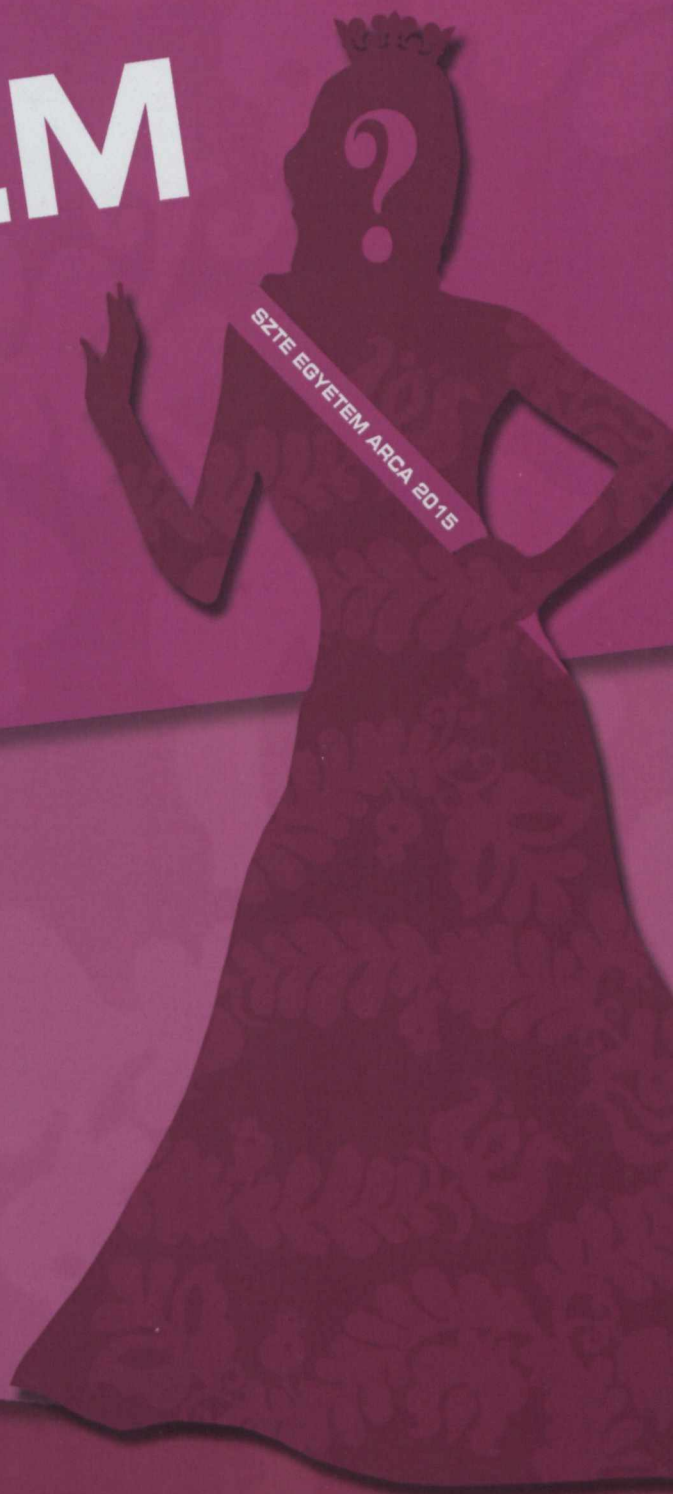
		2				9	3	8
	8			1				
		9	4				1	
	3					5		
4		1	8	5			6	2
	9				6	1		4
		7	5		3		9	
		5						7
	1		2		7	6		

*Készítette: Joó Vivien Krisztina*

# JATE KLUB

2015. május 8. 21:00

# SZTE EGYETEM ARCA 2015



A Szegedi  
Tudományegyetem  
és a Hökkentő közös  
Arcszépségversenye



**SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEM**

**JUHÁSZ GYULA PEDAGÓGUSKÉPZŐ KAR**

**SZAKKÉPZÉSI, TOVÁBBKÉPZÉSI ÉS TÁVOKTATÁSI KÖZPONT**

## **KEDVEZMÉNYES KÉPZÉSEINK AZ SZTE HALLGATÓI SZÁMÁRA**

### **➔ OKJ-KÉPZÉSEK**

#### **➔ 2 FÉLÉVES KÉPZÉSEK**

– Csoportos fitness instruktork

#### **➔ 4 FÉLÉVES KÉPZÉSEK**

- Logisztikai ügyintéző
- Sportedző (kézilabda)
- Sportedző (atlétika)
- Sportedző (kosárlabda)
- Sportedző (labdarúgás)

– Sportedző (testépítés–fitness)

– Sportedző (úszás)

– Idegenvezető

– Turisztikai szervező,  
értékesítő

### **➔ EGYÉB KÉPZÉSEK**

– Stresszkezelő, lelki  
egészség megőrzésére  
irányuló autogén tréning

### **➔ ÁLTALÁNOS INFORMÁCIÓK**

**Jelentkezés:** A [www.szttk.hu](http://www.szttk.hu) honlapon található online jelentkezési lap kitöltésével.

Az órákat általában **kéthetente pénteken 13 órától és szombaton 9 órától** tömbösítve tartjuk.

**A képzés helye:** 6725 Szeged, Hattyas sor 10.

#### **További információk:**

Web: [www.szttk.hu](http://www.szttk.hu)

Tel.: +36/62-546-266

E-mail: [faragoagnes@jgypk.u-szeged.hu](mailto:faragoagnes@jgypk.u-szeged.hu)

Ügyfélfogadás: **Hétfő–Csütörtök: 8.00–15.00, Péntek: 9.00–14.00**

Cím: **6725 Szeged, Hattyas sor 10. X-es épület**

Engedélyszám: **E-000447/2014**