



**SZTE**  
SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEM

*Alma*  
MAGAZIN *Winter*

IMPRESSZUM:

SZERKESZTETTE:

KÉSZÍTETTÉK:

SCHWIMMER-TÓTH TÍMEA

VASS VIKTÓRIA

BUZA NÓRA, DOMJÁN ANDREA, JUHÁSZ JENŐ, ÚJSZÁSI ILONA, DÚRÓ ANNAMÁRIA

TÖRDELÉS ÉS TERV: SZITÁS ISTVÁN - UNIVDESIGN

FELELŐS KIADÓ:

PROF. DR. SZABÓ GÁBOR, REKTOR, AZ SZTE ALMA MATER ELNÖKE (JATE TTK '78)

DR. GÖRÖG MÁRTA, ALUMNI ÜGYEKÉRT FELELŐS REKTORI MEGBÍZOTT (JATE ÁJTK '98)

SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEM KÖZKAPCSOLATI IGAZGATÓSÁG, SZTE ALMA MATER

6722 SZEGED, HONVÉD TÉR 6.

62/54-6775



*Alma*  
MAGAZIN *Mater*

Tartalom	
Az ápolás életre szóló hivatás .....	4
A fejlődés útján.....	7
Új elektronikus tankönyvek a szerzők ajánlásában.....	8
Pódiumbeszélgetések .....	13
Megújul az alma mater honlapja! .....	21
Múlt-jelen-jövő.....	22
Szeged új jelképe az ELI-ALPS kutatóközpont.....	24
Hallgatóink az ország legjobb felnőtt laikus elsősegélynyújtói.....	25
Mentor feedback .....	26
ETSZK csapatok a félmaratonon!.....	28
Alma Mater 2016 .....	33
Márton Anita olimpikon .....	34

## TISZTELT EGYKORI HALLGATÓNK!

Szeretettel köszöntöm Egyetemünk öregdiákok részére kiadott lapszámában.

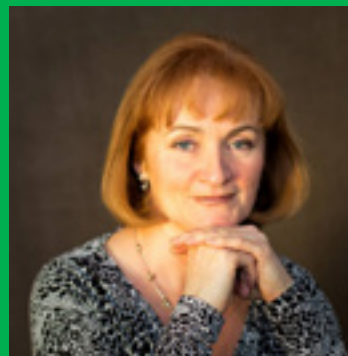
Alma Mater programunk célja az egykori diákjainkkal való kapcsolat ápolása. Szeretnénk olyan közösséget kialakítani, amelyhez jó tartozni!

Az identitás, a gyökerek fontosak az ember életében. Bizonyára Ön is szívesen idézi fel élete meghatározó, élményekben gazdag korszakát jelentő főiskolás, egyetemista éveit. Az ünnepek után, az új év kezdetén talán ismételten eszébe jutnak a tanulmányai alatt szerzett élmények, a rég nem látott társak, barátok, oktatók, akikkel jó volna újra találkozni, beszélgetni.

Programunk fő célja, hogy segítsük a kapcsolattartást. Aktív kommunikációt kívánunk folytatni végzetteinkkel, hogy ismételten megtalálják egymást és Alma Materüket. Célunk továbbá, hogy újra betekintést engedjünk Egyetemünk mai életébe, információt szolgáltatassunk az itt folyó oktató- és tudományos munkáról, segítséget nyújtsunk évfolyam- és csoporttalálkozók szervezéséhez. Lehetőséget biztosítunk a tanulmányok befejezése után is az Egyetem kínálta kedvezményes szolgáltatások igénybevételéhez.

Remélem, a jövőben Önt is Karunk aktív Öregdiákjai között üdvözölhetem!

Addig is kérem, fogadja szeretettel újévi kiadványunkat.



**Baráti Üdvözlettel:**  
**Dr. Barnai Mária**  
dékán

# AZ ÁPOLÁS ÉLETRE SZÓLÓ HIVATÁS



*DR. HELEMBAI KORNÉLIA PROFESSOR EMERITA KÖZEL FÉLÉVSZÁZADOS ISKOLATEREMTŐ MUNKÁJA SORÁN TÖBB EZER HALLGATÓ SAJÁTÍTOTTA EL AZ ÁLTALA TANÍTOTT TÁRGYAKBÓL A BETEGVEZETÉS ALAPJAIT ÉS MÓDSZERTANÁT. SZÉLESKÖRŰ SZAKMAI FELKÉSZÜLTSGE TANKÖNYVEK ÉS CIKKEK FORMÁJÁBAN IS MEGJELENT. KUTATÓI ATTITŰDJE A SZAK NEMZETKÖZI KAPCSOLATAINAK LÉTREJÖTTÉBEN IS ALAPVETŐ FONTOSSÁGÚ. INTERJÚNKBAN BEMUTATJUK HOGYAN EMLÉKSZIK VISSZA ÉLETÉNEK ERRE A JELENTŐS MUNKÁVAL BÍRÓ IDŐSZAKÁRA.*

## ***Milyen kötődései vannak az egészségüghöz, családi indíttatás vagy fiatalkori élmények indították el a pályafutását?***

Az ápolás mindig nagyon érdekelt, az egészségügy is különösen, de orvos nem igazán szerettem volna lenni. Korán tudatosult bennem, hogy emberekkel szeretnék foglalkozni, így a védőnőség volt az a terület, ami akkoriban megtetszett. Szüleim is szerették volna, hogy továbbtanuljak, így végül ebben az épületben tanultam és vehettem kézbe az első diplomámat, ahol most is beszélgetünk.

## ***Hogyan került kapcsolatba a pedagógiai-egészségügyi szakoktatással?***

Kecskeméten kezdtem el dolgozni védőnőként, de mindig hajtott a hiányérzet, hogy az objektív szakmai dolgok mellett a szubjektív emberi kapcsolatokat másképp is lehetne kezelni. Ekkor alakult ki bennem,

hogy a tanácsadói szemléletben egy másfajta megközelítés jobb lenne. A férjemet visszahívták a JATÉ-ra, és mindketten pszichológiával kezdtünk el foglalkozni. A védőnői munkakörből ekkor hívtak át az ápolóképzés szakiskolai oktatásának területére, amit örömmel vállaltam. Időközben elvégeztem a pedagógia szakot, valamint pszichológiából tudományos fokozatot is szereztem, de mindvégig az ápolás állt az érdeklődésem középpontjában.

## ***Milyen benyomásai voltak az ápolói munkával kapcsolatban?***

Az ápolás mindig a szívügyem volt. Védőnő hallgatóként is visszajártam a klinikai osztályokra, ahol beszélgettem az ott dolgozó ápolókkal. Láttam milyen körülmények között dolgoznak és milyen fontos pillérei az orvoslásnak. A nyolcvanas évek második felében történt szakmapolitikai szemléletváltás

eredményeként ápoló szakon is lehetőség nyílt a tanulmányok folytatására a felsőoktatásban, amely korábban – nagy szomorúságomra - csak középszintű oktatás keretében volt elérhető.

### ***Milyen szakmai kihívást jelentett ez az Ön életében, hogy önálló tanszéket vezetve és ezzel iskolát teremtve az ápolói hivatás iránti elkötelezettséget továbbadja?***

Úgy alakult, hogy a Szél professzor asszony egyszer megkeresett, hogy mit szólnék ahhoz, ha elindítanánk az ápolási tanszéket az egészségügyi karon. Ez akkor előzmény nélküli volt az országban, bár képzés volt már Budapesten, de önálló tanszék nem. Az akkori SZOTE volt az az intézmény, amely felismerte az ápolás hozzájárulásának jelentőségét a gyógyítás területéhez, ha ennek a tudományterületnek fejlődési lehetőséget biztosítanak a legmagasabb szinten. Így történelminek nevezhető a tanszék megalapítása és elindítása 1993. július elsején. Azt persze tudtuk, hogy egy tanszék hogyan működik kívülről, de benne dolgozni óriási kihívást jelentett. A kollégáimnak oroszlánrésze volt abban, hogy mindenkor megfeleltünk az elvárásoknak.

### ***Milyen bel- és külföldi kapcsolatai vannak a tanszéknek?***

Nagyon szerencsésen indultak a kapcsolatfelvételeink, mert a tanszékünk alapító okiratán még alig száradt meg a tinta, amikor kaptunk egy ajánlatot Finnországból,

akkor fel is vettük a kapcsolatot két héten belül. Ezután gomba módra szaporodtak a bilaterális szerződéseink. Ezekon kívül a Leonardo program keretein belül 7 ország felsőoktatási intézményeivel közösen dolgoztuk ki a középszintű ápolásvezetők képzésének kölcsönösen elfogadott programját, valamint a Transatlantic pályázatunk támogatásával indított angol nyelvű képzés eredményeként több amerikai és szegedi hallgatónk szerezhette meg a mindkét országban elismert kettős diplomáját.

### ***Melyek voltak ekkoriban a képzés legfontosabb jellemzői?***

A képzés a kezdetekkor mindenkinek igazi kihívás volt. A legelső évfolyam hallgatói többnyire a szegedi klinikák vezető ápolói voltak. A tanszék oktatói számára az elérhető minőségi szakirodalom nagyon korlátozott volt. Nem volt könnyű az előzmény nélkülségből hagyományt teremteni, de már ekkor bebizonyosodott, hogy az elméleti ismereteken túl a napi gyakorlat tapasztalatai is nagyon fontosak a képzés számára. Mindenki „odatette magát” és szakmai elkötelezettségből dolgozott. A fejlődés másik, ugyanolyan fontos szereplőjeként a hallgatóinkat tekintjük és tiszteljük: érdeklődőek, nyitottak voltak mindig is.

### ***Ez a tradíció mennyire egyeztethető össze a szakmát érintő XXI. századi kihívásokkal?***

Én azt vallom, hogy a végzéssel nem elveszítjük a hallgatót, hanem jó kollégát nyerünk vele. A végzőseinket nemcsak itthon, hanem külföldön is várják, sokan kalandvágyból is kimennek. Az elvándorló hallgatóink visszajelzése alapján olyan képzést kaptak, hogy nagyrészüket kinn is hamar vezetői pozícióban találja magát és tisztelet övezi a munkájukat. Tapasztalataik szerint a hazai ápolási szolgáltatásban dolgozók munkaterhelése igen magas, és emellett az ellátási kultúra gyakorlatilag csak az utasításra végrehajtott ápolói beavatkozások teljesítését várja el tőlük. Ilyen feltételek mellett a szakma egyik legnagyobb veszélyének a túlterheltségből, valamint a tudás hasznosítási lehetőségének hiányából is adódó kiégést látom. Magyarországon a bérekhez is hozzá kell nyúlni, mert sajnos nem a legjobban fizetett munka a mienk, de a szakma intellektuális részének elismerése legalább ilyen fontos.

### ***Milyennek látja ma az ápoló képzés helyzetét?***

A főiskolai képzésből nagy előrelépés a vertikális fejlődés lehetősége: BSc képzésből mesterképzésbe és onnan a legkiválóbbaknak a doktori képzésben való részvétele. Az ápolástudomány művelése és gyakorlatának fejlesztése, a nagyobb szakmai megbecsülés elérése csakis a tudás segítségével lehetséges. A legnagyobb problémának most mégis

azt látom, hogy nincs megkülönböztetve az ápolók végzettség szerinti megnevezése függetlenül attól, hogy valaki szakiskolában végzett, vagy felsőfokú tanulmányokat folytatott és akár további mester, vagy doktori fokozatot is szerzett. Jó lenne ebben is előrelépni.

### ***Milyen jövőbeli változásokkal, fejlesztésekkel számolnak a képzésben?***

Az egészségügyi kiadásokra fordított pénz jobb felhasználása és növelése ugyancsak fontos lenne. A gyógyítás lehetősége ugyanis alapvetően adott, de a tudást nem mindig megfelelően tudjuk kihasználni. Az elektronikus tankönyvünk fejlesztése most ért véget. Ebben az elméleti ismeretek mellett nagy szerepet kapott a gyakorlati alkalmazást segítő példatár is, amelyben benne sűrűsödik az elmúlt 20 év munkája és egykori hallgatóink tapasztalata egyaránt. Ez az E-tananyag óriási segítséget jelenthet a következő nemzedékek oktatásában.

### ***Hogyan látja az elmúlt 50 év sikereit?***

Nekem nagyon megtisztelő volt, hogy abban az intézményben dolgozhattam, ahol egykor tanultam. A személyes életutam is bizonyítja, hogy vissza lehet térni a minket érintő kérdésekhez. A jó sorsnak is köszönhető, hogy ez így alakult, amiért én kifejezetten hálás vagyok.

# A FEJLŐDÉS ÚTJÁN

Kedves Öregdiák! Kedves Kolléga!



Az Alma Mater Magazin különszáma lehetőséget biztosít számunkra, hogy néhány fontos, Karunk életében, fejlődésében számottevő fejleményről hírt adjunk.

Sok kollégánk megfeszített munkájának eredményeként, 2016 szeptemberében két új, mester szintű képzést indítunk, valamint három új, hiánypótló, elektronikus jegyzet segíti hallgatóink felkészülését, a már végzetek tudásának frissítését, szinten tartását.

Az induló Ápoló és Fizioerápia Mesterképzési szakokkal kapcsolatban Dr. Barnai Mária dékán a következőket említi:

„Személy szerint nagyon örülök, hogy ma már az ápolás és betegellátás alapszak mindkét szakiránya után fel tudjuk kínálni az egyetemi oklevél megszerzésének lehetőségét. Az egészségtudományi szakterületek megérették arra, hogy kineveljék saját tudósaikat, kutatóikat, ahogy az a fejlett egészségügyi ellátási és képzési rendszerrel rendelkező országokban teljesen természetes. Ahhoz, hogy a hazai és nemzetközi piacon is versenyképesek legyünk, biztosítanunk kell a képzések egymásra épülő szintjeit. Megszámlálhatatlan lehetőségünk van nemzetközi együttműködésekre, de ehhez feltétlenül szükséges, hogy a képzési rendszerünk és lehetőségeink megfeleljenek az európai, vagy tengeren túli feltételeknek is. Hálával gondolok az egyetem karaira azért a támogatásért és együttműködésért, amivel segítették a képzések kidolgozását, és részt vesznek az oktatás elindításában. Különös köszönet illeti az ÁOK vezetőit és oktatóit, éppúgy, mint a JGYPK, az ÁJTK, vagy a MK munkatársait. Ki kell emelnem azoknak a nagy szakmai tudással és tapasztalattal bíró kollégáknak a hozzájárulását, akik a gyakorlatban végzik az oktatási tevékenységet. Nagyon sokan és nagyon sokat dolgoztak a karon azért, hogy a 2016/17-es tanévben elindíthassuk a mesterképzéseket. Remélem, hogy 2018-ban elégedett és jól felkészült frissen végzett kollégának adhatjuk majd át az első, jól megérdemelt egyetemi diplomákat!”

**Dr. Domján Andrea**

Köz- és külkapcsolati dékánhelyettes

# ÚJ ELEKTRONIKUS TANKÖNYVEK A SZERZŐK AJÁNLÁSÁBAN



## **Betegvezetés az ápolás folyamatában**

*Boros Edit - Domonkos Norbert - Dr. Erdősi Erika - Dr. Helembai Kornélia - Nagy Erika - Oláh Mónika - Papp Anita - Dr. Papp László - Simon Katalin - Szatmári Angelika - Dr. Tóth Lilla - Tulkán Ibolya - Vidáné FABIÁN Valéria (szerk.: Dr. Helembai Kornélia) 2015:*

Lektorálta: Pálfiné Dr. Szabó Ilona

Mindenki számára egyértelmű és elfogadott alaptétel az, hogy a beteg helyett meggyógyulni egyetlen ápoló, orvos, vagy bármely más segítő sem képes, így az ápolás szemléleti és tartalmi megújítása pusztán a nagy biztonsággal végzett skill-mixek fejlesztésére fókuszálva sem lehetséges. A komplementer és mellérendelt professzionális kapcsolatban az orvoslás elsősorban a szervezet működésére koncentrálna a kórfolyamattal összefüggésben, míg az ápolás az egyének ezekre adott reakcióit igyekszik befolyásolni az autonómia lehetséges mértékű visszanyerése érdekében. A legújabb kutatások fő célja ezért annak a feltárása, hogy az ellátásban részesülők – az aktív

részvételükkel és érdekeik tudatos képviselésével – miként járulhatnak hozzá a saját egészségi állapotuk jobbításához és az elkerülhető káros események bekövetkezésének megelőzéséhez. A tankönyv hiánypótló céllal az ápolóképzés és ez által az ápolás napi gyakorlatának fejlesztését kívánja elősegíteni a terapeuta szemléletű ápolási kultúrát közvetítő legújabb ismeretek originális módon integrált közreadásával. A betegek emberi méltóságának, önazonosságának és minden egyéb jogának megőrzését támogató betegvezetési ismereteket a jelen munka két részben közvetíti:

Az első rész négy fejezete a betegvezetés fogalmával, a professzionális betegvezetés alapjaival, valamint a betegvezetés gyakorlati aspektusaival, továbbá a betegvezetési modell felépítésével ismerteti meg az olvasókat.

A tankönyv második részében közreadott betegvezetési gyakorlatok az ápolói gondozás különböző területeiről (belgyógyászat-endokrinológia, fül-orr-gége és fej-nyaksebészet, gerontológia,



gyermekgyógyászat, intenzív és sürgősségi ellátás, neurológia, onkológia, pszichiátria, szülészeti-nőgyógyászat, urológia) gyűjtött esetek bemutatásával a paramedikális tanácsadás önálló alkalmazásához nyújtanak ajánlásokat a téma iránt elkötelezett érdeklődőknek.

### **Gyakori fizioterápiás kezelési módszerek elméleti- és gyakorlati ismeretei, klinikai alkalmazásának lehetősége**

*Aranyné Molnár Tímea - Bajory Zoltán - Domján Andrea - Gelányi László - Horváth Gyöngyi - Jakab Katalin - Koncsek Krisztina - Korom Andrea - Kovács Attila - Monek Bernadett - Nagy Edit - Nagy Kata - Pósa Gabriella - Rázsó Katalin - Róka Erika - Szilágyi Levente - Szíver Edit (Szerk.: Koncsek Krisztina) (2015):*

Atananyagtervezésekor, tartalom-meghatározásakor célul tűztük ki, hogy bemutassuk a mozgásterápián kívüli, gyakran alkalmazott fizioterápiás módszereket, eljárásokat, azok elméleti alapjait valamint gyakorlati vonatkozásait. Alapkövetelmény volt, hogy releváns- és naprakész irodalmakat használjunk fel, valamint fontosnak gondoltuk, hogy a klinikai alkalmazás területeiről is kiemeljünk egyet-egyét. Alapismeretek, a terápiák elméleti- és gyakorlati vonatkozásai, valamint kitekintő a klinikai alkalmazás területeire. Ezek lettek a tananyag fő egységei is.

Az alapismeretek fejezet összefoglalóan, de mélységében megfelelő módon tárgyalja az egyes kezelésekhez- illetve a hatásmechanizmusok megértéséhez szükséges fiziológiai, neurofiziológiai tanokat. Kiemelten a fájdalom élettanát, valamint az idegsérülések patológiáját.

Az elektroterápia, a mozgásterápián túl az egyik leggyakrabban alkalmazott fizioterápiás módszerek közé tartozik. Egyre modernebb- és korszerűbb technológiák segítségével valósul meg, éppen ezért ezt tárgyaljuk a legrészletesebben. Ez a tananyag legnagyobb terjedelmű egysége, pedig csak a leggyakrabban alkalmazott formákat mutatjuk be. Bár balneo- és hidroterápia témában bővelkedhetünk kiválóbbnál kiválóbb szakirodalmakban, itt egy, a gyógytornász-fizioterapeuta alapképzésben jól használható összefoglaló megírása volt a cél. Magyar nyelven a hőterápia fejezet talán hiánypótlónak is nevezhető, mert ugyan gyakran alkalmazott metódus a fizioterapeuta mindennapjaiban, a pontos hatásmechanizmusokról és protokollokról kevés helyen olvashatunk. A színterápia fejezet, ahogy ez annak bevezetőjében is olvasható, egy kis kitekintés az alternatív gyógyászat irányába. Ez nem evidenciákon alapul, azonban ahhoz, hogy esetleg a jövőben azzá váljon, megismerhetővé kell tenni.

A klinikai alkalmazási területek igen szerteágazóak, ez is a fizioterápia egyre növekvő szerepét igazolja. Részletes irodalmi áttekintést kaphatunk az

inkontinencia-, a rheumatoid arthritis- valamint a neurológia területeiről és igazán gyakorlatias bemutatást a funkcionális izomstimuláció alkalmazásáról.

Elektronikus tananyag lévén, számos helyen képekkel, videókkal illusztráltuk a leírtakat, valamint hasznos, szakmai szempontból helytálló web oldalakat is ajánlunk az olvasó figyelmébe. Hallgatóbaráttá és tanulási segédanyaggá a fogalomjegyzék, a minta-feladatsor valamint a minden fejezet végén megtalálható ellenőrző kérdések teszik.

A tananyagot lektoráló, szakmájukban igen elismert, neves szakemberek személye pedig - akiknek ezúton is köszönjük lelkiismeretes, alapos munkájukat - reméljük garancia arra, hogy egy színvonalas, hasznos és használható tananyagot sikerült készítenünk.

### **A mozgatórendszer fizikális, funkcionális vizsgálata**

*Barnai Mária - Domján Andrea - Veres-Balajti Ilona  
(Szerk.: Barnai Mária) (2015)*

Az emberi test olyan, mint egy jól megkomponált zenemű. Számtalan hangjegyből épül fel, és csodálatos harmóniában szól, ha minden hangjegy a helyén van, és a zenész, aki megszólaltatja hiba nélkül, jó érzéssel, tökéletesen irányított játékkal adja elő. Ha a kottában, a hangszerben vagy az előadóban hiba van, az egész harmóniája felborul, élvezhetetlenné válik, nem tölti be a szerepét. Ha a hallgató ismeri a

darabot, pontosan meg tudja mondani, hol a hiba, mi tette élvezhetetlenné az előadást.

Ha az ember testtartásának, mozgásának jól szabályozott harmóniája megváltozik, a jól képzett szakembernek a hiba forrását kell megtalálnia és azt lehetőség szerint kijavítani. A beteg panaszokkal érkezik, és jobb esetben orvosi diagnózissal. A panasz két alapvető irányt jelent, a fájdalmat és a funkciózavart (nem tudom megtenni).

A gyógytornász feladata a funkció javítása. Jelentheti ez a fájdalom csökkentését, a beszűkült mozgásterjedelmet, az izomerő, a stabilitás növelését, a koordináció javítását, vagy a megváltozott képességekkel a lehető legjobb teljesítmény elérését. Az orvosi diagnózis irányt mutat, a szakmai protokollok meghatározzák a beavatkozások indikációit és kontraindikációit, sorrendjét, de a konkrét betegre adaptált beavatkozásokat egyéneenként, az alapos és szisztematikus betegvizsgálat eredményei alapján a gyógytornásznak kell megválasztani. Ehhez kíván segítséget nyújtani ez a könyv, a mozgatórendszer fizikális vizsgálatának bemutatásával. Megtalálni a panasz eredetét, ami megalapozza a konkrét terápiás teendőket, és az ismételt vizsgálatokkal lehetőséget nyújt a beteg állapotának követésére, a kezelések eredményének megítélésére.

Könyvünk nem betegségek diagnosztizálásáról szól, hanem arról, hogyan lehet jól felépített fizikális vizsgálattal kideríteni a beteg panaszainak, funkcióvesztésének okait. A fejezetek elején az ízületek felépítését, biomechanikáját, az oszteokinematikai, artrokinematikai mozgásokat elemezzük, és ezzel együtt a vizsgált testrész izmainak összefoglaló működését. Ezután részletesen ismertetjük az ízületi mozgásterjedelem vizsgálatát, komplex mozgásmintákban és elemeire bontva, aktívan és passzívan. Vizsgáljuk az izomerőt, és rugalmasságát (nyújthatóság) izomcsoportonként, illetve bemutatjuk a hasonló működésű izmok differenciált vizsgálatának lehetőségeit. Célja a könyvnek funkció közben vizsgálni az izmokat, ízületeket, kideríteni, hogyan teljesíti feladatát a vizsgált egység, illetve a funkció csökkenés, vagy a fájdalom hogyan befolyásolja a mindennapi mozgást, fizikai aktivitást. A másik cél a fájdalom eredetének beazonosítása. Bemutatjuk, hogyan deríthetjük ki, hogy a fájdalom az úgynevezett kontraktilis elemekből (izom és alkotórészei), vagy a nem kontraktilis elemekből (szalagok, ízületi tok, ízfelszín) származik. Vizsgáljuk a perifériás idegek érintettségét és az ízületeket stabilizáló szalagok és egyéb alkotóelemek, pl. discusok épségét. A könyv a részletes mozgásterjedelem, és izomvizsgálatok mellett a legfontosabb, legáltalánosabban alkalmazott vizsgálatokat mutatja be. Különösen érvényes ez az ízületi instabilitási tesztekre, és neurológiai

vizsgálatokra. Mindezeket saját készítésű fotóink mellett Kapandji Physiology of the joints (2012), Neumann DA: Kinesiology of the musculoskeletal system (2010), és HJ Hislop, J Montgomery: Muscle testing (2002) című könyvének ábráival illusztráljuk, a könyvek kiadóinak engedélyével.

Könyvünkben a csont-ízületi-izomrendszer és részben a perifériás idegek alapvető vizsgálatait mutatjuk be, meghatározott rendszerben, de az ismertetett vizsgálatok csak irányadóak. Az anatómiai, biomechanikai, élettani ismeretek alapján a vizsgáló a beteg állapotának, a vizsgálati körülményeknek és lehetőségeknek figyelembevételével a „szabályostól” eltérő helyzetben is képes a vizsgálatok kivitelezésére és az eredmények értékelésére. Mindenkit arra biztatunk, hogy alkalmazkodva a körülményekhez alakítsa át a teszteket, találja meg a módját a munkáját segítő és az eredményeket tükröző vizsgálatok elvégzésének.

***JELENLÉGI ÉS VÉGZETT HALLGATÓINK  
SZÁMÁRA, REGISZTRÁCIÓT KÖVETŐEN,  
A KÖVETKEZŐ LINKEN ÉRHETŐK EL  
FRISS ÉS A KÖVETKEZŐ ÉVEKBEN  
FOLYAMATOSAN BŐVÜLŐ, AKTUÁLIS  
TUDÁST KÖZVETÍTŐ ELEKTRONIKUS  
JEGYZETEK:  
[ELEARNING.SZTE.HU/MOD/SZTE/  
FRONTPAGE.PHP](http://ELEARNING.SZTE.HU/MOD/SZTE/<br/>FRONTPAGE.PHP)***

SZTE Móra Ferenc  
Szakkollégium

MÓRA 50



# PÓDIUMBESZÉLGETÉSEK

„Pódiumbeszélgetések” a címe annak a programsorozatnak, amelyet a Szociális Munka és Szociálpolitika Tanszék indított a 2015/2016-os tanévben. Az volt a célunk, hogy a terep és a főiskola közelítésével találkozási alkalmat teremtsünk egykori és jelenlegi hallgatóink, gyakorló és leendő szociális munkások számára. Hónapról hónapra olyan nálunk végzett szakembereket hívtunk meg, akik a szociális munka valamely kihívást jelentő területét művelve rejtőzködő, megbélyegzett vagy éppen zárt világban élő társadalmi csoportok képviselőivel dolgoznak. Azon a bizonyos „pódiumon” ülve mindannyian meghitt körben beszélhettek szakmai életútjukról, választott hivatásuk felemelő és nehéz pillanatairól, dilemmáikról és a mai magyar valóság általuk jól ismert szeletéről.

Menekültek? Bevándorlók? Határsértők? Terroristák? – *Székely Bélával*, a bicskei Befogadó Állomás igazgatójával ezekre a nemzetközi migrációhoz kapcsolódó, ám Magyarországot is közvetlen közlelről érintő kérdésekre kerestük a választ. Októberi vendégeink, *Benkó Ildikó* és *Szöllősiné Frankó Noémi* a szegedi Csillag börtönt megidézve a büntetés-végrehajtás mindennapjaiba engedtek bepillantást. A szenvedélyek útján két ismert addiktológiai szakember, *Arany Zoltán* és *Tóth Roland* kalauzoltak bennünket, az LMBTQXYZ betűkkel jelölt nemi kisebbségek útvesztőjében pedig a frissen végzett *Csuvik Gábor* és a ColorfulCircles Egyesületet képviselő *Kiss Anna* segített eligazodni. Áprilisban az ópusztaszeri Pszichiátriai Otthon két mentálhigiénés munkatársát, *Ördöghné Varga Csillát* és *Lendvai Márkot* láttuk vendégül, akik nem mindennapi áldozatokat vállalnak azért, hogy a szó igaz értelmében vett szociális munkát végezzenek.

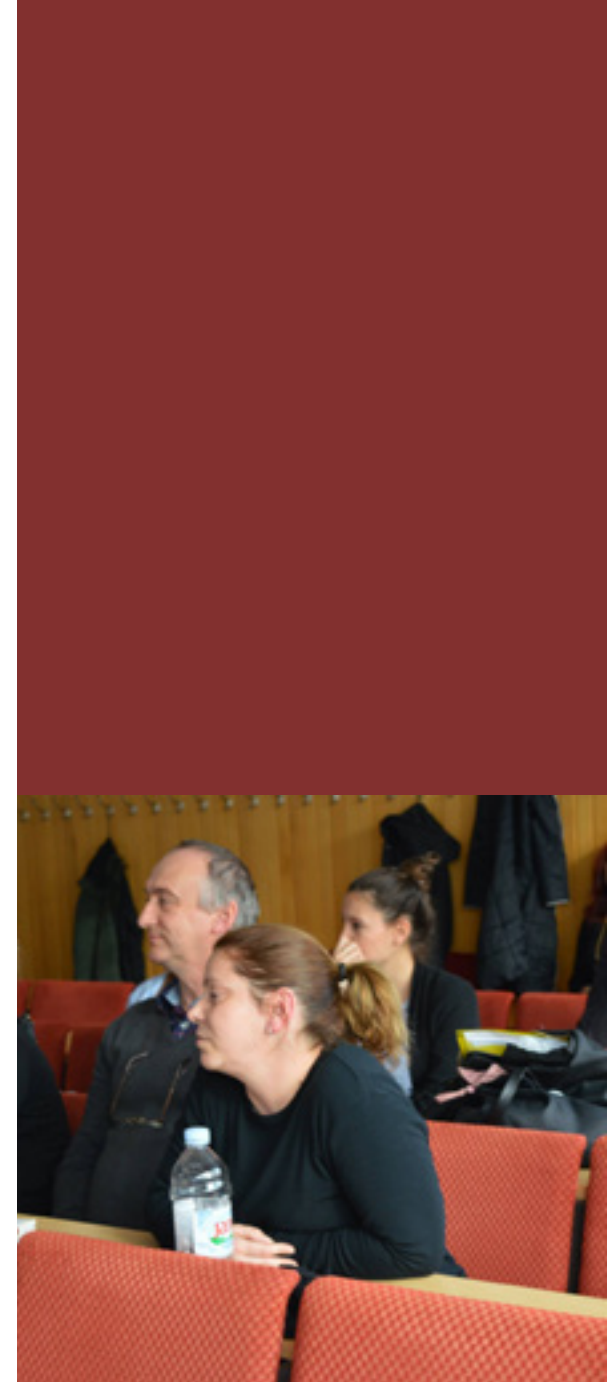
Minden alkalommal más kollégánk volt a beszélgetőtárs, de aztán hamar kinyílt a kör, és a jelenlévők kérdései vezették tovább a meghívottakat. A szociális munkás hallgatók törzsközönségéhez mindig csatlakoztak új érdeklődők; nagy örömünkre még a kollégiumból is. A Bal fasori épület Klubszobája ideális helyszíne lett a találkozásoknak, ahol ezeken a különleges szerda délutánokon szinte megállt az idő...

2017-ben is új témákkal és új vendégekkel folytatjuk, az érdeklődőket szívesen látjuk.

*Dúró Annamária*

13

*Alma*  
MAGAZIN *inter*



## DÍJAZOTT ORVOSOK PÁRBAN A CSALÁDBAN ÉS A MUNKÁBAN

A L'Oreál Unesco díjas Farkas Klaudia és a Junior Prima díjat elnyert Maléth József orvosházaspár, a 8 hónapos Marci boldog szülei. Mindkét díjazott a Szegedi Tudományegyetem Általános Orvostudományi Karhoz és az SZTE Szent-Györgyi Albert Klinikai Központhoz tartozó I. számú Belgyógyászati Klinikán dolgozik: egyikük gyógyítóként, a másikuk kutatóorvosként. A párra hulló díjeső után beszélgettünk. Kiderült: félszavakból is értik egymást, így aztán a kérdező is csak hívószavakkal „operál”.

### - Kitüntetés?

**Farkas Klaudia:** – Mindketten kaptunk ifjúsági tudományos díjakat, a gasztroenterológiához kötődő szakmai elismerést, Bolyai kutatási ösztöndíjat, mielőtt elnyertük idén azokat a rangos díjakat, amelyek alapján most ránk irányul a közfigyelem. A negyedik vagyok a sorban azok között a kiemelkedő kutatóknak között, akik a Szegedi Tudományegyetem munkatársaként lettek L'Oreál Unesco díjasok. A kitüntetéshez kötődve ismertem meg a női kutatók helyzetét jellemző számokat: míg a diplomások között nagyjából fele-fele a férfi-nő arány, ám fele annyi nő lép tudományos pályára, mint férfi. Ezért tartom fontosnak, hogy ezzel a csak a nőknek szóló díjjal ráirányul a figyelem a kutatóknak munkájára.



**Maléth József:** – A Junior Prima díjasok csapatában tartozni nagy öröm és jelentős elismerés. Ha csak a szegedi egyetemre gondolok, eszembe jut, hogy – többek között – Berényi Antal is elnyerte ezt a díjat. Remélem, hogy ez az elismerés a kutatási területemre is reflektorfényt irányít!

### - Indulási pont?

**M. J.:** – Én Mezőberényből 5 osztályos gimnáziumból, Klaudia a szegedi Radnóti gimiből érkezett a Szegedi Tudományegyetem Általános Orvostudományi Karjára. PhD-hallgatóként a sejtélettani kutató laboratóriumban dolgoztunk, mikor megismerkedtünk.

### - Közös pont?

**F. K.:** – Mindketten tudományos diákköri munkát végeztünk, mielőtt a doktori iskolába jelentkeztünk. Mindketten 33 évesek lettünk mikorra közös otthonot alapítottunk és megszületett a kisfiunk...

### - Fókusz?

**F. K.:** – Elsősorban klinikus vagyok és betegellátással foglalkozom. Az SZTE I. számú Belgyógyászati Klinikája kolorektális, azaz a vastagbél betegségeit vizsgáló munkacsoportban Nagy Ferenc professzorral kezdtem dolgozni negyedéves orvostanhallgatóként. Az én témám az egyik immunszuppresszív terápiára mutatott

intolerancia esetén alkalmazott másik készítmény hatásosságának vizsgálata volt. Nagyon megtetszett a munka, ezért Nagy Ferenc professzor javaslatára kezdtem PhD-ézni, aki azt javasolta: alapkutatással is foglalkozzak. Szinte kézen fogva kísért át a sejtélettani laborba Hegyi Péter professzorhoz. Ez eleinte nem vonzott annyira, mert mindig is betegekkel szerettem volna törődni. A váltás mégis jó döntésnek bizonyult, mert a gondolkodásmódot hasznosítani tudtam a gyógyításban. A betegellátás melletti tudományos munka beépülhet a gyógyító orvos mindennapjaiba. Az alapkutatással való ismerkedéssel együtt megváltozott a kérdezéstechnikám: kérdés kérdés hátán, de mindegyik arra irányul, hogy mit és hogyan lehetne jobban csinálni? Első mentorom a belgyógyász Nagy Ferenc professzor volt, akinek munkáját e szempontból is folytatja Molnár Tamás professzor.

**M. J.:** – Negyedéves orvostanhallgatóként kerültem a farmakológiai gyakorlatot vezető Hegyi Péter professzor csoportjába. Itt tetszett meg az alapkutató komplexitása, a folyamatosan megújuló kihívások. Ebben a munkacsoportban lettem tudományos diákkörös, elvégeztem a doktori iskolát, a 13 hónapnyi amerikai ösztöndíj után ide tértem vissza. A gasztroenterológián belül is a hasnyálmirigy betegségek kialakulása és lehetséges kezelési módszereit vizsgálva jutottam el a sejtek közötti kommunikáció kutatásáig. Azt vizsgálom, hogy adott élettani vagy kórélettani hatásokra milyen jeleket

generálnak, s e jelek miként befolyásolják a sejtek sorsát: például túlélését, vagy a fiziológiás élettani működését. A betegre, az adott szervre, szövetmintára, sejtre fókuszálunk. Kísérleteket is végzek, de saját kutatócsoportot is kialakíthattam.



#### **- Csapat?**

**F. K.:** – Együtt gondolkozunk. Inspiráló, hogy az ember nincs magára hagyva, hanem olyan csapatban dolgozik, ahol egymás után jönnek az ötletek. Ebben a mentornak óriási szerepe van.

De a család is csapat: sokat segítenek a szülők a kisfiunk felügyeletében. A mentorainkkal együtt tizenegyen dolgozunk a vastagbél munkacsoportban.

**M. J.:** – Csapatban dolgozunk. Így aztán lehetséges, hogy személyemben éppen én kaptam díjat, de az így elismert eredmény elsősorban a mentoraimnak, és a munkatársaimnak – az asszisztensektől kezdve az állatgondozókon át a TDK-hallgatókig, a doktoranduszokig mindenkinek – szól. Remélem, hogy a díjjal összefüggő közfigyelem a csapatra, a kutatómunkára irányul!



### - Cél?

**M. J.:** – A fő cél, hogy a megfigyelés eredményét a betegekre vetítve is meg tudjuk fogalmazni. Az élettani működést feltérképezni azért fontos, mert abból tudunk következtetni a betegségben betöltött szerepükre. Olyan sejt-kommunikációs utakat vizsgálunk, amelyek ezekben a sejttípusokban még nincsenek feltérképezve, ezáltal azt sem tudjuk, hogy a betegségben hogyan játszanak szerepet. Így tudunk azonosítani olyan pontokat az adott sejtsorozatban, amelyeket ha befolyásolunk – gátolunk vagy serkentünk – akkor a betegségnek a lefolyásán tudunk javítani.

### - Specialitás?

**M. J.:** – Eritél sejtekkel foglalkozom. Ezek a teljes gasztrointesztinális traktusban, a bélrendszerben, de az egész szervezetben is megtalálhatóak, minden szerv működésében alapvető szerepet játszanak, mert elhatárolnak a külvilágtól, folyadék és enzim kiválasztást is végeznek. Igaz, e sejtek minden szervben eltérőek, mégis nagyon hasonlítanak. Ezért egy-egy eredmény általánosítható érvényű lehet.

**F. K.:** – Gyulladásos bélbetegségekkel foglalkozom. A Szegedi Tudományegyetem I. számú belgyógyászati klinikája az egyik országos, biológiai terápiás központja a gyulladásos bélbetegek ellátásának. Hazánkban körülbelül 45-50 ezer az ismert krónikus gyulladásos bélbetegek száma, évente kb. ezer

új esetet diagnosztizálnak. Köztük valamennyivel több a Crohn-betegek száma, kevesebb a krónikus vastagbélgyulladásról szenvedő pacienseké.

### - Megelőzés?

**F. K.:** – Ezekben az esetekben megelőzésről nehéz beszélni, mert pontosan még mindig nem ismert a bélgyulladás kiváltó oka. Annyi bizonyos, hogy a dohányzásnak káros hatása van, a Crohn-betegség súlyosságát, a sebészeti beavatkozás esélyét is növeli. Nagy valószínűséggel táplálkozással és az életmóddal – például a stresszel, a túlsterilizált környezettel – is összefügg a krónikus vastagbélgyulladás kialakulása.

### - Pályázatok?

**F. K.:** – Lejárt egy posztdoktori OTKA-pályázat, a munkacsoportommal nyertünk egy új kutatási OTKA-t, amelynek segítségével a biológiai terápia hatásvesztésének a vizsgálatára fókuszálhat a vastagbél betegségekkel foglalkozó csapatunk. Ezek mellett rendszeresen adunk be nemzetközi pályázatokat is.

**M. J.:** – A szakmai kérdésekre fókuszálok, nem számolom, hány pályázatban vagyok érintett. Például egy posztdoktori OTKA-pályázat megvalósításán témavezetőként dolgozom, miközben több egyetemi pályázatba, illetve a Hegyi Péter professzor projektjeibe különböző pontokon kapcsolódom be szakmai koordinátorként.



### - Alapkérdés?

**M. J.:** – Alapkutatóként a klinikus feleségem gyakran kérdezi: hogyan tud ebből a beteg profitálni? Ám Szent-Györgyi Albert is úgy vélte: a kutatónak önzőnek kell lennie, fontos, hogy azzal foglalkozzon, ami érdekl. Manapság viszont egyre fontosabb a hasznosulás. Ez nálunk otthon is elvárás.

### - Munkanap?

**M. J.:** – Kísérletezés tette ki a munkaidőm 95 százalékát PhD hallgató koromban. Mostanában a nap felét a kutatómunka, a másik részét a pályázatok, projektek koordinálása, a publikációk előkészítése alkotja.

**F. K.:** – A kisfiunk 8 hónapos, vele én maradtam otthon, így csak terveim vannak, milyen lesz egy munkanapom gyerekes anyukaként. Terveim szerint 2017 februárjától dolgozom. Persze tapasztalatom azért van, mert nehéz időszakon vagyok túl, amit 2016 októberében szakvizsgával zártam. De azóta is vagy cikket írok, vagy szöveget nézek át, vagy konferenciára készülök, bekukkantok a laboratóriumba. Visszatérésem után ezek mellett segíthetem a betegek gondozását Molnár Tamás professzor úrral együtt. Persze a kicsivel is minél többet együtt szeretnék lenni. Így amikor ő alszik, este folytatom a tudományt. Ez csak úgy lehetséges, hogy nekem is sokan segítenek, otthon a szüleink, a munkahelyen a csapattagok.

### - Folytatás?

**Maléth József:** – Fontos, hogy a díjeső után se veszítsük el a munka iránti alázatot. Nem dőlhetünk hátra a székben, hiszen több projektünk is fut, befejezésre vár. Ezek közül az egyik közös munkánk lesz, teljesen új: organoid sejt kultúrákon szeretnénk tovább dolgozni, mert reményeink szerint széleskörűen hozhat áttörést. A betegekből létrehozott sejt kultúrák ugyanis egyrészt lehetővé teszik, hogy az eddig csak állatokon elvégezhető vizsgálatokat emberi szöveteken folytassuk, így konkrétabb bizonyítékot ad arra, hogy az élettani megfigyelésünk releváns az emberi szervezetben is. Másrészt a különböző gyógyszerek tesztelését, illetve betegségmodellek létrehozását is lehetővé tenné.

**F. K.:** – Pozitív töltetet, erőt ad mindkettőnknek a díj: itthon is lehet és érdemes színvonalas szakmai munkát végezni, csapatban dolgozni. Józsinnak az organoid sejt kultúrára épülő ötlete és kivitelezése révén olyan témákat indítunk el, amelyek összefüggnek az alapkutatóval és a gyógyítással. A laborokban ismét összeért az utunk.

### - Kívánság?

**Farkas Klaudia:** – Legyünk egészségesek és továbbra is érdeklődők a témáink iránt, hogy ugyanilyen elszántsággal folytathassuk a munkáinkat!

**Újszászi Ilona**

**Fotók: Bobkó Anna**



Agyhullámok – Memória –  
Kreativitás címmel ismeretterjesztő  
előadást tartott Freund Tamás  
akadémikus. Az SZTE Mentor(h)  
áló programján az is kiderült, az  
„agydíjas” kutató miért kórista  
és mi köze lehet az SZTE Alma  
Materhez

## SZTE „ÖREGDIÁK” AZ AGYKUTATÓ FREUND TAMÁS AKADÉMIKUS BIOLÓGUSKÉNT ÁLLÍTJA: A MŰVÉSZI KATARTIKUS ÉLMÉNY SEGÍT A TANULÁSBAN, NÖVELI A KREATIVITÁST

– Kihívásnak érzem, ha dzsessz-zenészekkel együtt improvizálhatok klarinéton – jelentette ki az agykutató **FREUND TAMÁS**, aki szülővárosában, Veszprémben középiskolásként zenekart alapított. Több személyes példával is illusztrálta az SZTE Mentor(h)áló Szolgáltató és Kutatóközpont sikeres programja, a Pedagógiai esték-sorozat vendégeként az **Agyhullámok – Memória – Kreativitás** címmel megtartott előadása üzenetének lényegét. Biológusként érvelve állította: **a művészeti neveléssel elérhető katartikus élmények nagyban segítik a tanulási folyamatokat, a közösségbeli alkotó tevékenységet végezve „önneveléssel” is növelhetjük saját kreativitásunkat.**

**Belső világunk és az információ-robbanás hatásai** alcímmel pontosította Freund Tamás, mit takar előadása címének hármassága: a kommunikációs technikák robbanásszerű növekedése drasztikus változást okoz agyunk információs környezetében. Agyunk keresi a menekülési úrvonalat. Ezért növekszik a drogfüggőség, egyre gyakoribb a depresszió, a pánikbetegség, a WHO kimutatásai szerint is. Tehát **az agy és elmebetegségek kutatásának kiemelt támogatása halaszthatatlan politikai feladat lett.**

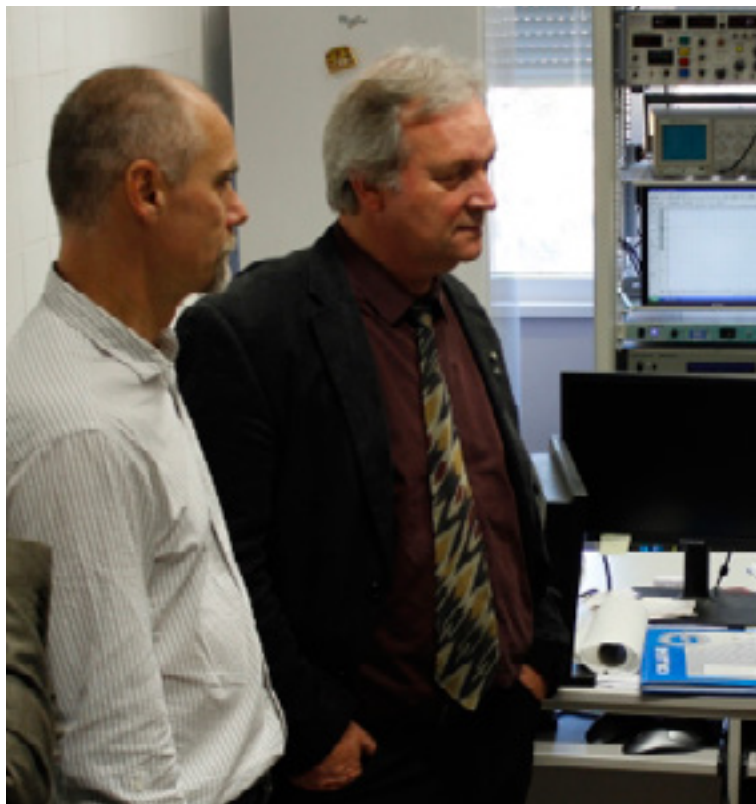
Azokra a kérdésre válaszolva, hogy **„Hogyan növelheti kreativitását a felnőtt önneveléssel?”, „Miként segítheti a szülő vagy a tanár a gondjaira bízott gyerek fejlesztését,”** 2 feladatot határozott meg.

**AZ AGY MŰKÖDÉSÉNEK, BETEGSÉGE OKAINAK FELTÁRÁSÁT  
CÉLZÓ NAP (NEMZETI AGYKUTATÁSI PROGRAM)  
PROJEKTJEIBEN EGYÉBKÉNT A SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEM  
TÖBB MUNKATÁRSA – TÖBBEK KÖZÖTT KÉT AKADÉMIKUS: A  
BIOLÓGUS TAMÁS GÁBOR PROFESSZOR, AZ ORVOS VÉCSEI  
LÁSZLÓ PROFESSZOR – ÉS KUTATÓCSOPORTJA IS DOLGOZIK:  
AZ „AGYDÍJNAK” IS NEVEZETT THE BRAIN PRIZE  
KITŰNTETETTE, FREUND TAMÁS AKADÉMIKUS A NEMZETI  
AGYKUTATÁSI PROGRAM, A NAP ELNÖKE.**

**Az 1. feladat: „Adjunk időt!” Teremtsük meg az igényt és a feltételt arra, hogy maradjon idő és agyi kapacitás – „belső világunk” részvételével – a tanulási folyamatra!** Impulzusaink, az agyi hullámtevékenység, a szinkronizálás generálása segítségével tegyük hatékonyá a tanulást! **Olyan tempóval igyekezzünk tehát tanulni, hogy legyen esélye az agyunknak az információhoz a belső világunk impulzusait hozzátársítani!**

## A 2007-BEN

„AZ ÉV ISMERETTERJESZTŐ TUDÓSA” CÍMET ELNYERT KUTATÓ, FREUND TAMÁS ALMA MATERE A SZEGEDI JÓZSEF ATTILA TUDOMÁNYEGYETEM IS, UGYANIS A JATE BIOLÓGIA SZAKÁN KEZDTE FELSŐFOKÚ TANULMÁNYAIT, MELYET AZ ELTÉ-N ZÁRT DIPLOMÁVAL. ELÁRULTA MAGÁRÓL, HOGY SORKATONAI SZOLGÁLATÁT TÖLTŐ, NULLADIK ÉVFOLYAMOS SZEGEDI EGYETEMISTAKÉNT, A HÓDMEZŐVÁSÁRHELYI LAKTANYÁBAN GYÜDI SÁNDOR ÉVFOLYAMTÁRSÁVAL, A SZEGEDI NEMZETI SZÍNHÁZ MAI FŐIGAZGATÓJÁVAL ÉS MÁSOKKAL EGYÜTT ALAPÍTOTTÁK MEG A CANTICUM KAMARAKÓRUST. A SZEGEDI EGYETEMI ÉNEKKARBA IS EGYÜTT JELENTKEZTEK.



**A 2. feladatunk, hogy „Fejlesszük ezt a belső világot!”** Hogyan? A kulcs: az érzelem, a motiváció, a közösség. Mindez egyszerre a művészeti neveléssel, illetve a másokkal együtt végzett alkotó tevékenységgel fejleszthető.

– Több ezer éven át kristályosodtak ki azok a stratégiák, erkölcsi és etikai szabályrendszerek, amelyek mentén élni kellene – magyarázta *Freund Tamás*. – Ez az **a „belső világ”, amit ha bevonunk agyunk memóriatartalmának kialakításába, akkor kreatívabbak és emberségesebbek leszünk.**

**A megértésben és a motiváció fellesztésében segítenek a példaképek.** Freund Tamás a zenei és tudósi elköteleződése megvilágításához idézte Kodály Zoltán sorait: „A zene rendeltetése: belső világunk jobb megismerése, felvirágozása és kiteljesedése. (...) S ahol az emberi megismerés határait érzük, ott a zene még túlmutat rajtuk, olyan világba, melyet megismerni nem, csak sejteni lehet.”

Újszászi Ilona

## SZEGEDI EGYETEM ANNO

A Szegedi Tudományegyetem megbízásából készült A szegedi láng című film, amelyet az 1956-os forradalom és szabadságharc 60. évfordulós ünnepségén, 2016. október 16-án mutattak be.

Az SZTE 1956. Emlékbizottság által szervezett jubileumi programot Áder János köztársasági elnök is megtisztelte jelenlétével. A Szegedi Tudományegyetem rendezvénye nyitotta meg 2016 őszén az országos megemlékezés-sorozatot.

*„Mi, szegediek, megtettük az első lépést. Felhívunk benneteket, csatlakozzatok! ...”*

*Így szóltak hallgatótársaikhoz azok a szegedi egyetemisták, akik 1956. október 16-án megalapították a MEFESZ-t, az első forradalmi szervezetet. A Diáktestvéreink! címmel írt és sokszorosított felhívásukat az ország összes felsőoktatási intézményébe elküldték. A Magyar Egyetemisták és Főiskolások Szövetsége, a MEFESZ születésekor kimondott, majd az 1956. október 20-i programalkotó MEFESZ-gyűlésen megerősített követeléseket a szegedi hallgatók küldöttei személyesen ismertették Magyarországon egyetemeken. Így szélesedett 1956. október 22-re országossá a diáklázadás.*



# MEGÚJUL AZ ALMA MATER HONLAPJA!

*Ahogy azt már nyár elején beharangoztuk, 2017 januárjában elindul végre az SZTE Alma Mater új honlapja. Az oldal nemcsak külsejében változik meg és követi a mai trendeket, de igazi közösségi platformot nyújt majd a regisztrált tagok számára.*

Lehetőség lesz csoportok létrehozására, valódi kapcsolattartásra, üzenetek küldésére. Így a nagy közösségi portáloknál védettebb, hirdetésmentesebb környezetben kommunikálhatnak egymással a tagok.

Közösségek szerveződhetnek nemcsak az azonos évfolyamra, szakra járók között, de szakmai csoportok és érdeklődési körök mentén is bárki létrehozhat mikroközösségeket vagy csatlakozhat azokhoz.

***MINDENKI FIGYELJE JANUÁR ELEJÉN AZ E-MAILJEIT, AZ ALMA MATER FELÜLETEIT, ÉS REGISZTRÁLJON AZ ÚJ OLDALON AZ ÉLŐ KAPCSOLATOKÉRT ÉS A SZEMÉLYRE SZABOTT INFORMÁCIÓKÉRT.***

*Mi már nagyon várjuk!*

**HAMAROSAN!**



**Új online-tagkártya**



21

Alma  
MAGAZIN  
Mater

# MÚLT-JELEN-JÖVŐ

AZ ETSZK ALUMNI PROGRAMJA

Karunk idén a meglévő hagyományokra építve bővíteni kívánja a kapcsolattartási lehetőségeket az alma mater és a volt hallgatói között.

Szép hagyományunk, hogy ünnepélyes kari tanácsülés keretében díszoklevelet adunk át az 50, 60 és 65 éve végzett védőnőknek, és reméljük, hogy néhány év múlva a 70 és 75 éve végzetteket újra köszönhetjük! (A többi képzésünkön végzetteknek még legalább 25-28 évet kell várniuk az aranydiploma átvételére.)

Rendszeresek az évfolyam találkozók, melyek részben vagy teljesen kari épületben zajlanak. Nem számít ritkaságnak, hogy végzett hallgatók kapcsolódnak be kutatásba, képzésfejlesztésbe, vesznek részt szakmai fórumokon. Többen gyakorlati oktatóként segítik a jelenlegi hallgatókat a szakma elsajátításában.

A végzett és terepen dolgozó szociális munkások a meghívott előadói a havi rendszerességgel megrendezésre kerülő pódiumbeszélgetéseknek, melyet a Szociális Munka és Szociálpolitika Tanszék oktatói szerveznek 2015 óta.

Örülünk, ha volt hallgatónk jelentkezik továbbképzésünkre, nem csak résztvevőként, de előadóként is számíthatunk rá konferenciáinkon. Tavaly két képzésünk is 25 éves jubileumát ünnepelte,

ahol oktató kollégaként is tartottak előadást, beszámolót egykori tanítványaink.

Az Egészségnapon a kari HÖK szervez egy téma köré előadásokat, beszélgetéseket, tájékoztatókat – az elmaradhatatlan véradás és fogászati szűrővizsgálatok mellé.

A Szél Éva Nap megrendezésének is sokéves hagyománya van. Itt oktatóink és hallgatóink számolnak be tudományos-kutatási eredményeikről.

Mindkét eseménybe tervezünk kifejezetten alumni programokat illeszteni, ezen felül pedig a volt hallgatók közül előadókat meghívni.

Az előbb említetteken túl szeretnénk rendszeresen informálni a már végzetteket a Kar aktuális eseményeiről, a végzésük óta bekövetkezett változásokról. Szeretnénk még több lehetőséget teremteni a kapcsolattartásra.

Ennek egyik eleme ez a magazin, melyben az egyetemi hírek mellett ETSZK-s híreket is megjelenítünk.

A közösségi portálokat és a kari honlapot is igyekszünk olyan anyagokkal feltölteni, amelyek nem csak a mostani hallgatók érdeklődésére tarthatnak számot. Azért, hogy az igényeknek minél jobban megfelelőt készítsünk, megkérdeztünk néhány jelenlegi és több volt hallgatót, mire lennének kíváncsiak, mit olvasnának

szívesen pl. a kari honlapon. A beérkezett válaszok alapján alakítjuk ki a tartalmakat. Természetesen az információgyűjtésnek nincsen vége, minden észrevételt, építő kritikát és anyagot, hírt szívesen fogadunk Öntől is, kedves olvasó a cikk végén található email címre!

Terveink között szerepel alumnusaink meghívása pályaaorientációs órákra – hiszen náluk hitelesebben senki nem tudja bemutatni a szakmát. Már kaptunk felajánlást hallgatók vendégül látására, így „élesben” a volt hallgató munkahelyén ismerkedhetnek a szakleendő munkájukkal, természetesen az ő a támogatásával.

A kibővített mentorprogram egyik részében a volt hallgatók is segíthetik majd a jelenleg tanulókat a tantárgyak minél sikeresebb teljesítésében. A jelentkezőket képzéssel segítjük a mentorságra való felkészülésben, és a későbbi munkájukat is támogatni kívánjuk.

Manapság egyre több helyen indítanak gyakornoki programot, így a frissen végzett hallgatók már a képző intézményből való kilépéskor munkatapasztalattal, gyakorlattal rendelkeznek, így előnybe kerülnek a munkaerőpiacon a versenytársaikkal szemben. Úgy gondoljuk ebben az öregdiákok tudnak a legmegfelelőbb terepet, munkát biztosítani a programba bekapcsolódni kívánóknak.

Számítunk visszajelzéseikre a képzéssel kapcsolatban is, amiket a tananyagok és a tantervek fejlesztésében

tudunk hasznosítani.

Biztosan lesz olyan öregdiákunk, aki a Kar „nagyköveteként” viszi hírünket Magyarországon és esetleg a határon túlra is.

Arra biztatjuk Önt, ha alumni programunk bármelyik eleme felkeltette érdeklődését, van ötlete, javaslata, keressen minket a [haiti@etszk.u-szeged.hu](mailto:haiti@etszk.u-szeged.hu) email címen!

*Juhász Jenő*

# SZEGED ÚJ JELKÉPE AZ ELI-ALPS KUTATÓKÖZPONT

32 hónap alatt született újjá Öthalom: az egykori szovjet laktanya területének az ELI-hez tartozó részét 2016 végére parkosították. A záportározó tó, a frissen ültetett fák, virágágyások és lugasok övezte kert közepén magasodik az ELI-ALPS kutatóközpont. Lépünk be együtt a modern épületegyüttesbe!

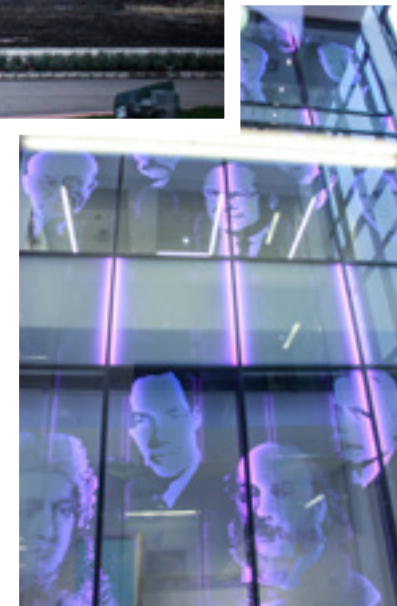


Kft. ügyvezető igazgatója szerint a tervezéstől és a lobbizástól kezdve az informatikai háttér megteremtésén és a különböző tudományterületek képviselétén át a munkatársak motiváltságáig nélkülözhetetlen az SZTE jelenléte.

ELI-ALPS épületkomplexuma 70 milliárd forintnyi beruházást jelent. A költségek 85 százalékát az Európai Unió, 15 százalékát a magyar állam biztosította.

Az SZTE nélkül nem lenne ELI-ALPS

A cégnek 5 százaléknyi tulajdonosa a Szegedi Tudományegyetem, ám az Universitas hatása ennél a részesedésnél jóval jelentősebb, hiszen a munkánk szellemi és szakmai háttérét, utánpótlását adja. Ez a szuperberuházás nem jött volna létre az SZTE nélkül. – jelentette ki Lehrner Lóránt. Az ELI-HU Nonprofit



Az ELI-ALPS kutatóközpont 2018 végétől – 2019 elejétől működik „teljes gőzzel”. Az első „valódi”, vagyis a gyakorlati életben is érzékelhető kutatási eredmények – a szakemberek szerint – 2020-ra várhatóak ELI-ALPS kutatóközpontban.

Újszászi Ilona  
fotó: Bobkó Anna

24



# HALLGATÓINK AZ ORSZÁG LEGJOBB FELNŐTT LAIKUS ELSŐSEGÉLYNYÚJTÓI



Veszprémben szeptember első felében került megrendezésre a Magyar Vöröskereszt által szervezett 45. Országos Elsősegélynyújtó Verseny. Karunk 5 fős csapata a Spider felnőtt kategóriában elnyerte az 1. helyezését járó kupát. A verseny során csapatunk az elméleti és gyakorlati ismereteit egy 20 állomásból álló körpályán bizonyította, ahol élethű baleseti szimulációs sérülteket kellett ellátniuk. Versenyfeladatok között szerepelt

csecsemő újraélesztés, késelés a színházkertben és tömegbaleset a Petőfi Színház próbatermében. Gratulálunk a csapatnak - **Tolnai Nikolett, Demeter Barbara, Kónya János, Kosárkó Bence, Takács János** - a kiváló teljesítményért. A felkészítésben fontos szerepet töltöttek be imitátoraink, akiknek ezúton is köszönjük lelkes közreműködésüket.

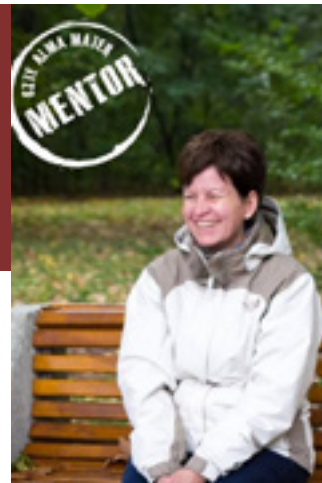
Felkészítő: Papp Anita, tanársegéd

# MENTOR FEEDBACK

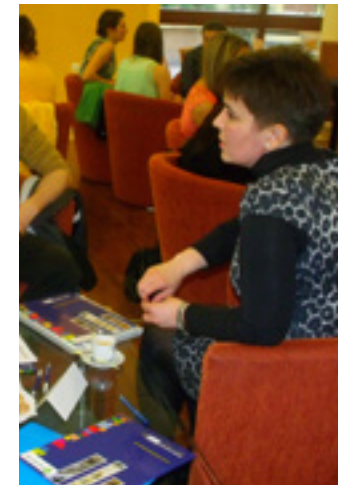
*Októberben hatodik féléve működik sikeresen Alumni Mentorprogramunk. Mentorált hallgatóink létszáma mára a kezdetekhez képest megháromszorozódott, mentori helyeink száma pedig négyszeresére nőtt az első ciklus óta. A munkaerő-piaci előrejutást segítő kezdeményezésről többeket kérdeztünk már, de lássunk most egy összefoglalót arról, hogy mit gondolnak több éve velünk tevékenykedő, tapasztalt mentoraink a programról.*

**A megkérdezett mentorok:** (szerintem kerek buborékokban a képeik, és úgy tők jól be lehet tördelni a cikket.)

**Gyáfrás Edit,** lexikográfus, (szak)nyelvoktató, szakfordító, közgazdász, Grimm Kiadó, SZTE Fordító- és Tolmácsképző Központ



**Fischer Mónica,** szabadúszó fordító és tolmács, korábban az SZTE JGYPK Juhász Gyula Pedagógusképző Kar Modern Nyelvek és Kultúrák Tanszék adjunktusa



**Dr. Virágné Dr. Tamási Anikó,** labor csoportvezető - ContiTech Rubber Industrial Kft.

Mentoraink sokszor szabadidejüket is feláldozva, önkéntes alapon vállalják, hogy segítik egyengetni hallgatóik útját a tanulmányok és a munkaerő-piaci kihívások rengetegében.

## ***Mi motiválta a mentort a jelentkezéskor?***

Fischer Mónica abban látta a kihívást, hogy megpróbálja **hitelesen visszaadni a szakma szeretetét** és az az iránt érzett alázatot, miközben a nehézségeket, bukkánókat is bemutatja a hallgatóknak. Úgy érzi, neki is nagyon jól jött volna annak idején egy mentor, akinek segítségével megspórolhattott volna

idejét, energiáját és néhány esetleg elhibázott lépést.

Virágné Tamási Anikó fő motivációja **tapasztalatainak és tudásának átadása volt,**

Gyáfrás Edit pedig a **tankönyvből kimaradt tudnivalókba** való beavatás lehetőségét emelte ki a mentorrá válás kapcsán, mindemellett pozitív számára, hogy mentoráltjai a program alatt jobban megismerik önmagukat.

Mentoraink bevallása szerint számukra is van „hozománya” a programnak, amely hosszú távra fenntartja a hallgatók szakmai terelgetése iránti lelkesedésüket.

### ***Mit kap a mentor az Alumni Mentorprogramtól?***

**MINDHÁROM MEGKÉRDEZETT MENTOR A KÖLCSÖNÖS TANULÁST, AZ EGYMÁSRA VALÓ HATÁST TEKINTI AZ EGYIK LEGNAGYOBB HOZOMÁNYNAK.**

Virágné Tamási Anikó ezeken kívül az érdeklődő, nyitott hallgatókkal való találkozás pozitívumát emelte ki, Fischer Mónika pedig nagy ajándéknak tartja, hogy a kezdeményezés által **a mentor továbbra is az egyetemhez tartozik,** belelát a programokba. Fontos számára, hogy a mentorálási időszak nemcsak a mentorált, de a mentor számára is jelenthet önismereti fejlődést.

Talán tapasztalt, több ciklus óta dolgozó mentoraink szájából hangzik a leghitelesebben, hogy miért ajánlják a programot, hiszen ők már régóta, sikeresen működnek együtt mentoráltjaikkal.

### ***Miért jó a mentorprogram a hallgatóknak?***

Tamási Anikó a program rugalmasságára, az egyetemi tevékenységek közé beilleszthetőségére hívja fel a figyelmet. Mentoráltjai megtapasztalhatják, hogy az **egyetemen megszerzett tudásukat hogyan és milyen mértékben lehet hasznosítani.** Fischer Mónika szerint a 4 hónapos ciklus alatt a hallgatók belelátanak **szakmájuk gyakorlati oldalába** is és hasznos tanácsot kaphatnak a munka-egyensúly eléréséhez, de akár egy vállalkozás alapításához is. Gyáfrás Edit azt vallja, az igazi vizsga majd az élet lesz. A **hallgatók saját magukért jelentkeznek** az Alumni Mentorprogramra, ami segíthet az akadályok leküzdésében.

# ETSZK CSAPATOK A FÉLMARATONON!



A ProgRun Kft. szervezésében 2016. december 4-én megrendezett II. szegedi félmaraton versenyen az ETSZK két négy fős váltó csapatot indított, öt fő kari és három fő külsős résztvevővel.

A Gyermeksebészeti Klinika javára rendezett versenyen, csípős hidegben, de ragyogó napsütésben kb. 800 induló között mindkét csapatunk sikeresen szerepelt, azonos időeredménnyel ért célba.

Az egyik csapat ezzel az eredménnyel a saját kategóriájában 3. helyezést ért el.

Résztvevők:

**Pozsár Eszter, Babos Boglárka, Sárík Ágnes, Kovács Denisz, Dr. Barnai Mária**



**Nyugdíjas éveiket töltő volt hallgatók, egyetemi oktatók,  
dolgozók jelentkezését várjuk az  
SZTE Alma Mater Senior Közösségébe!**

**Tagjaink számára kulturális programokat, találkozókat,  
rendszeres Senior tornát, kedvezményeket biztosítunk.**

**A csatlakozás ingyenes!**

**A közösség koordinátorai:**

**Gresó Erzsébet, Ráczné Mojzes Katalin**

---

**Soron következő programunk:**

**Szenior torna**

**2017. január**

**Kondor Béla kiállítás megtekintése**

---

**SZTE Alma Mater**  
6722 Szeged, Honvéd tér 6.

tel.: 62/54-6775  
e-mail: [info@sztealmamater.hu](mailto:info@sztealmamater.hu)  
[www.sztealmamater.hu/hu/szenior](http://www.sztealmamater.hu/hu/szenior)

Az *Utazás* című rockopera szegedi produkciójában *Lady Ashton* szerepe fordította meg *Simon Bogi* sorsát. Az egykori szegedi egyetemista az elmúlt tíz évben az ország legjobb színházainak jobbnál jobb zenés szerepeiben hódította meg a közönséget.

## SIMON BOGI AZ SZTE SZÍNHÁZI PRODUKCIÓJÁBAN DÖNTÖTT AZ ÉNEKLÉS ÉS A „VILÁGOT JELENTŐ DESZKÁK” MELLETT



***Musical színésznő, pedig vegyésznek tanult a szegedi egyetemen Simon Bogi. Az 1956-os forradalom ihlette Utazás című musical szegedi bemutatójának tíz éves jubileumán, 2016 őszén azt is megkérdeztük az alma materébe látogató művésznőtől, mi a különbség a „celeb” és a „közönség-kedvenc” között.***

– Közbeszólt a színház – magyarázta *Simon Boglárka*, a Szegedi Tudományegyetem egykori kémia szakos hallgatója a tény: a diplomázáshoz még szükséges egy év tanulás és a laboratóriumi munka helyett miért lépett a „világot jelentő deszkákra”. – Ha az ember beleszeret valamibe, s tudja, az lesz a hivatása, akkor nincs más út, menni kell.

Simon Bogi a „hátsó ajtón” érkezett a színházba: színészi végzettség nélkül, a nulláról kezdve lett

rockopera főszereplő, operett szubrett, musical színész.

– Már gimis koromban, Baján is tagja voltam egy amatőr társulatnak: komplett darabokat játszottunk, musical-gálákat raktunk össze. Akkor még nem gondoltam, hogy a színházzal valaha komolyabban foglalkozom. Igaz, anyukámat elhívtam a Szegedi Nemzeti Színházba a Hegedűs a háztetőn musical egyik előadására, és azt mondtam neki a szünetben, hogy „a fele királyságomat odaadnám, ha egyszer ezen a színpadon állhatnék”. És fél évre rá ott állhattam...

A Szegedi Tudományegyetem SZTEage Szegedi Egyetemi Színpad és a Szegedi Nemzeti Színház közös produkciója, a 2006-os *Utazás* rockopera női

főszerepében, Lady Ashton alakításával tűnt fel Simon Bogi. A Tábori – Kocsák – Miklós által jegyzett Utazás szegedi produkcióját **Nagy Lóránt** állította színpadra, a több mint harminc fős alkotógárdában jórészt egyetemisták közreműködtek.

– Az Utazás produkció profi körülményei és a darab lelke megfogott: úgy éreztem, színházzal kell foglalkoznom – emlékezett a kezdetekre. Lady Ashton szerepére. A debütálásra készülve Simon Bogi dokumentumfilmeket szemlézett, emlékiratokat olvasott, az 56 csepp vér című musicalt is megnézte.

Az 1956-os forradalom és szabadságharc 2016-os jubileumi évében rendezett társulati találkozón az Utazás musical tíz évvel ezelőtti viharos szegedi sikerére is emlékeztek. Az SZTE 21. Őszi Kulturális Fesztivál programja alkalmából látogatott ismét alma materébe Simon Bogi.

– Csak 60 év telt el 1956 óta. Amit az akkori fiatalok tettek, felülmúlhatatlan: bátran fölléptek, kiálltak azért, hogy ebben az országban akarnak boldogulni. Nem menekültek külföldre ők sem, mert itt kell harcolni – aktualizálta 1956 jelentőségét az első profi színházi sikerét. – Az Utazásban mindenki megtalálhatta a saját szerepalmát. Csodálatos élmény volt a zene, a szöveg, az egyetemi társulatbeli munka.

**Egyetemi párhuzammal szólva már „lepéhádézott és országosan ismert szakember” lett Simon Bogi, hiszen az ország legjobb színházaiban játszik zenés főszerepeket. Az István, a király rockopera negyedszázados jubileumi produkciójában, „A társulat” tagjaként Gizella szerepében ismerte meg az ország. A békéscsabai Jókai Színházban kiderült: született szubrett – a Lili bárónőben Clarisse-ként, majd a Csárdáskirálynő Stázijaként aratott sikert. A kecskeméti Katona József Színház közönsége A nyomorultakban Époine alakját köthette Simon Bogihoz. A Vígszínház felújított Macskák produkciójában Cassandra volt, míg a Madách Színházban a Mary Poppins, a Polygamy, a Mamma Mia!, a Vuk produkciókban a kapott szerepet. A Magyar Színház SUGAR – Van, aki forrón szereti musicalben Marilyn Monroe egykori szerepébe léphetett... E sikerszéria ellenére Simon Bogi szeretettel emlékszik, mert művészé válásában sokat köszönhet a Szegedi Tudományegyetem SZTEage Szegedi Egyetemi Színpad társulatában gyűjtött élményeknek.**

– A szervezőktől, a rendezőtől, színházi emberektől – például Nagy Lóritól, Ragály Zolitól sok jó szót kaptam az Utazás idején. Korábban a közvetlen környezetemben élők is biztattak, hogy álljak színpadra, de nekem akkor még az volt az elképzelésem, hogy egy „polgári



foglalkozás” mellett megfér a színház. Később sem végeztem el a Színművészeti Egyetemet, mert úgy vélem: a szakmára a deszka tanítja meg a színészt – jelentette ki. – Ott kell állni, és csinálni, nézni, hogy a nálamtapasztaltabbak hogyan dolgoznak. Szerencsére sok jó szót, segítséget és dicséretet kaptam a Madách Színházban : „Bogika ezt így vagy úgy csináld”. Ez fontosabb, mint a papír. Azt is megtanultam, hogy óriási a hatása egy-egy musicalnek, rockoperának, mert a zene közös nyelvünk, ezt mindenki megérti. Ahol a szó elfogy, ott kezdődik az ének.

– Nem akartam közismert ember, „celeb” lenni. Én „csak” azt szeretném, hogy a nézők összecsapják a tenyerüket, szeressenek, és megbecsüljenek a kollégáim. Amit szerettem volna, már elértem: a Madách Színház családjához tartozom. A nézők, akik megvárnak a színház művészbemjárójánál

visszaigazolják: jó, amit csinálok. Sikerült elérnem, ami a színészi hivatásnak a legfontosabb pillérére: estéről estére örömet szerezni – a közönségnek.

**Hálás az alma maternek, a Szegedi Tudományegyetemnek Simon Bogi, aki mindenhol felemlgeti: büszke arra, hogy „majdnem elvégezte” a kémia szakot. Ha visszahívják, szívesen énekel az SZTE Természettudományi és Informatikai Kar diplomaosztóján vagy bármilyen más rendezvényen. Vagy érvel az SZTE mellett: „Gyere Szegedre! Tanulj itt, mert ez lesz életed legszebb néhány éve!” – foglalta össze, miként mutatná be a felvételi előtt álló középiskolásoknak azt a Szegedi Tudományegyetemet, ahol – miközben kémiát tanult – azt is megtapasztalhatta, mit jelent a színházalkotó közössége. „Szeged nagyon befogadó, nyüzsgő. A sporttól kezdve a színházig rengeteg rendezvény van az egyetemen. Egy fiatal kívánni se kívánhatna jobbat!” – mondta a Szegedi Tudományegyetemről, a dél-alföldi térség legnagyobb alkotó közösségéről.**

*Szöveg és fotó: Újszászi Ilona*



# ALMA MATER 2016

## Pneumobil fejlesztés és jogász karrier az Alma Mater pályázataival



A minden évben szép eredményekkel hazatérő szegedi pneumobil csapatokat idén is az SZTE Alma Mater alapítványának pályázata segítette a felkészülésben, ahogy a '98-as ÁJTK évfolyam is meghirdette jogáshallgatókat támogató ösztöndíját. Januárban kiderül, kihez kerül ebben a tanévben a 200.000 Ft-os támogatás.

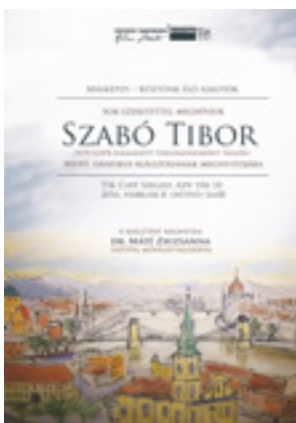


**Az SZTE Zeneművészeti Kar és az SZTE Alma Mater közös** szervezésű koncertsorozata idén is ígéretes programmal készült. 2016-ban Bach és Brahms műveit ismerhették meg a kar oktatóinak tolmácsolásában a résztvevők.

## Tablófotózáson jártunk



Elindítottuk a végzősök fotózást, remek hangulatban, az egyetemi fotós, Bobkó Anna örökítette meg a banketten a búcsúzó hallgatókat.



## Máskép(p) kiállítások

Idén is lehetőséget adtunk volt hallgatóinknak, oktatóinknak, hogy a Máskép(p) sorozat keretében a TIK Cafében kiállíthassák képeiket, fotóikat. Bobkó Anna, Dr. Szabó Tibor, Dezső Ibolya mellett Kokas Károly mutatkozhattak be 2016-ban.

## Folytatódott az Alumi Mentorprogram,



a program 5. és 6. szakaszában egyre több volt hallgató várta a jelenlegi hallgatókat szakmai tanácsadásra, iránymutatásra.

## Idén is nálunk járt az SZTE Alma Mater Mikulás

Kézműves foglalkozással, társasjátékokkal, Lego és könyvsarokkal vártuk a kicsiket és nagyokat december 5-én a TIK-ben. Az SZTE Alma Mater Mikulás zenés hangulatfelelőse idén a Ramazurka együttes volt. A Mikulás idén is először a rajzverseny díjazottjainak adott ajándékot.



Augusztus hónap alma mater tagja, a riói olimpián a volt SZTE-s olimpikonjaink közül a legeredményesebb. Országos csúccsal, 19.87 méterrel lett bronzérmes, ezzel fedettpályás Eb-arany és szabadtéri Eb-ezüstje mellé egy olimpiai bronzot is nyert. Világklasszis sportoló, 1968 óta nem szerzett magyar női sportoló atlétikai érmet olimpián.

## MÁRTON ANITA OLIMPIKON

### ***Mennyit készültél az olimpiára, hogyan zajlottak a felkészülések, hány szakember segített?***

Jelenleg 2 szakemberrel dolgozok együtt, az edzőmmel, aki a technikai és erősítő részét végzi, ő Eperjesi László, és egy gyógytornásszal, Koncsek Krisztinával működünk együtt folyamatosan. Kriszti igazából az utolsó időszakban kapcsolódott be. Gyakorlatilag 16 év munkája, ez az olimpiai érem. De ha csak az idei évről beszélünk, akkor is elég sűrű évem volt, nagyon sok edzőtáborral, sok versennyel, az olimpia előtt volt egy Európa Bajnokságunk például, ahonnan ezüstéremmel jöttem haza. Igazából tavaly november óta megállás nélkül folyt a felkészülés.

### ***Második olimpia volt ez az életedben, miben volt ez más, mint London?***

Nekem igazából nagyon sokban, mert sokkal tapasztaltabb versenyzőként érkeztem meg Rióba, hiszen az elmúlt 4 évben szerencsére nagyon sok alkalmam volt jó nemzetközi mezőnyben versenyezni, illetve sok világversenyt megjártam, így az is nagyon sokat segített, hogy az ellenfeleimet teljes mértékben megismertem, gyakorlatilag egy baráti viszony van köztünk, hiszen egy évben akár 10 alkalommal is együtt versenyzünk a legjobbakkal, úgyhogy ez az izgulás részét is egy kicsit lejjebb veszi. Így sokkal nyugodtabb versenyzőként tudtam ott lenni, mint 4 évvel ezelőtt, amikor ugye fiatal

voltam, nem ismertem senkit, úgymond bekerültem a „nagyok közé”, és hát ez azért elég nagy nyomást is tud tenni a versenyzőre.

### ***Van-e olyan sportoló, akivel szorosabb baráti kapcsolat alakult ki, vagy ilyenkor csak versenytársként tekintetek egymásra?***

Igazából erről a szűk társaságról, aki ilyen sokat együtt versenyzik, mert ezekre a nemzetközi versenyekre tényleg csak a világ legjobb 8-10 versenyzőjét hívják meg, úgy gondolom, mondhatom azt, hogy jó barátságban vagyunk. A versenyek alkalmával, hogyha úgy alakul, akkor többnyire leszoktunk ülni együtt ebédelni, vacsorázni, ha találkozunk, beszélgetünk. Persze a verseny alatt tényleg nem azzal törődünk, hogy mit mondott a Michelle ebédnél, ott mindenki a saját dolgára koncentrálni.

### ***Az egyetemi évekre visszanézve, hogyan emlékszel, miért éppen Szegedet választottad, miért a gyógypedagógiát?***

Mindig is érdekelt a pedagógiai pálya, igazából csak 19-20 éves koromban fogalmazódott meg bennem, hogy szeretnék gyógypedagógiával foglalkozni. Én levelezőn végeztem az egyetemet, Nekem tényleg nagyon gyorsan eltelt ez a 4-5 év, amit Szegeden töltöttem. Jó emlékekkel gondolok vissza rá, nagyon sok akkori tanárommal tartom a kapcsolatot, szoktak írni, hogy olvastak, láttak.



### ***A tanárok közül, ki az, akit kiemelnél, aki hatással volt rád vagy nagyon jó szíveddel gondolsz rá?***

Borovics Márta tanárnő, nála végeztem a gyakorlatomat az Odú Központban, nekem az egy nagyon meghatározó időszak volt az életemben, mert akkor döntöttem el, hogy talán a későbbi pályafutásom során, hogyha a gyógypedagógiával kerülök kapcsolatba, akkor nagyon szeretnék kifejezetten kicsi gyerekekkel, korai fejlesztéssel foglalkozni.

### ***Szerinted hoz valamilyen változást ez az érem az életedbe, vagy ha vége az olimpiai láznak, akkor minden megy majd a régi úton tovább?***

Nagyon remélem, hogy ez nemcsak az én életemben hoz majd változást, hanem gyakorlatilag a csapattársam és a klubom, az egész magyar atlétika életébe. Hiszen nem olyan sok sportág tud olimpiáról érmet felmutatni, és nagyon remélem, hogy a jövőbeni támogatások és az edzésbeli lehetőségeink javulását fogja eredményezni ez az érem.

### ***Mi kell ahhoz, hogy vki. jó súlylökő legyen?***

Ez valamilyen szinten alkati kérdés. Relatív erősebb alkatú gyerekeknek a súlylökés ugye szerencsésebb, az izomzat fontos, hogy mindemellett dinamikus legyen, rugalmas legyen, gyors legyen, igazából ez nagyon összetett dolog. Lényegében tudni kell „megmozdulni”, hogy ezt ilyen nagyon egyszerűen mondjam. De én mindig azt szoktam mondani, fiataloknál, gyerekeknél,

hogy az atlétika - szokták is mondani - minden sportágnak az anyja, úgyhogy ha bárki bármit szeretne csinálni, legelőször az atlétika alapjait kell elsajátítania, még akkor is, ha később kézilabdás akar lenni. Mert egy alap mozgáskoordinációt biztosít minden gyereknek, így ilyen szempontból én mindig, mindenkinek ajánlom, mondom, hogy érdemes megpróbálni, és aztán majd eldől.

Gyakorlatilag az én testalkatom sem a legideálisabb, a mezőny legalacsonyabb tagja vagyok, de igazából az sem elég, ha valaki csak tehetséges. Mindenféleképpen kell a kitartás is. Ez nagyon összetett dolog, igazából annyira egyénre szabott, egy kevésbé tehetséges fiatal is lehet sikeres, hogyha kellő energiát rászán, kitartó és egy nagyon tehetséges sportoló is elbukhat, hogyha gyakorlatilag nem akar megdolgozni a sikerért.

### ***Mit üzenél a mostani egyetemistáknak?***

Talán azt, hogyha a céljaikat el akarják érni - gyakorlatilag mindenki elérheti a céljait - csak küzdeni kell érte, ez rám is igaz, mint ahogy korábban beszéltük, sokan nem hittek benne, hogy világ szinten sikeres lehetek a sportágamban, viszont most jól látszik, hogy az idő és a kitartásom ennek az ellenkezőjét bizonyította.

### ***Sok sikert a továbbiakban, 20 méteren túlra és még tovább!***

Schwimmer-Tóth Tímea





# 1%

18478664-1-06

## FELHÍVÁS

# ***Támogassa egyetemét, az SZTE Alma Mater!***

***Szegedi Universitasért 2007 Alapítvány***

6720 Szeged, Dugonics tér 13.

Adószám: 1847866-1-06

Adományát az alábbi bankszámlaszámra utalhatja:

Erste Bank Zrt. 11600006-00000000-25900976

***A beérkező felajánlásokat a szegedi felsőoktatásból kikerülő végzetek munkaerő-piaci elhelyezkedésének segítségére, az Alma Mater közösség fejlesztésére és az intézmény hagyományainak ápolására fordítjuk. Segítségét a Szegedi Tudományegyetem Alma Mater közössége nevében köszönjük!***

**Dr. Szabó Gábor**

Rektor,

az SZTE Alma Mater elnöke

**Dr. Görög Márta**

az alapítvány kuratóriumi elnöke

SZTE alumni ügyekért felelős rektori megbizott

[www.sztealmamater.hu](http://www.sztealmamater.hu)

[alapitvany@sztealmamater.hu](mailto:alapitvany@sztealmamater.hu)

*Alma*  
MAGAZIN *Water*