



SZÁM KATI • BEKÖSZÖNTŐ

Percek óta mesélsz valamit, láthatóan ki vagy akadva, ezért ahogy elvárható tőlem, méltatlankodva megrázom párszor a fejem, s közben arra gondolok, hogy ha lekésem a következő buszt, nem tudok kenyeret venni. Már szégyellem, hogy elvesztettem a fonalat, de nyilván megbántódnál, ha elárulnám, hogy fogalmam sincs, miről beszélsz. Egy bontatlan, barna zacskós küldemény sarkát gyűrögetem közben az asztalomon, fel sem tűnt eddig, de most nem lehetek olyan részvétlen, hogy megnézem. Fogalmam sincs, mióta hever ott, pedig engem minden titok izgatott, minden kibontásra váró ajándék, levél, finomság... Közben beszól egy kollégám, hogy valaki keres. Most? Senkit nem várok! Színpadias sóhajjal intek, hogy hát jöjjön, bár láthatja, hogy nem érek rá most idegenekkel foglalkozni. Miközben elhallgatsz, bosszankodva az ajtóra nézek és eszembe jut, hogy ha gyerekkorunkban otthon megszólalt a csengő, rohantunk az öcsémrel a kapuhoz, hogy vajon ki érkezett, és bohóckodva-kacagva körbeugráltuk...

Hová tűnik az érdeklődés a történetek, az érkezők iránt? A bátorság, hogy kinyissuk az ajtókat, akkor is, ha nekünk épp nem alkalmas. Akkor is, ha félünk az ismeretlentől. Ha tartunk is a kérdésektől, amelyekre nincs válaszunk.

Egy magazin kinyitásához is kell kíváncsiság és elfogadás. Köszönjük, hogy ezt novemberben is megtették, és reméljük, hogy a címlap mögött feltaruló tartalom megéri ezt a bizalmat, és további világokat nyit meg. Ahogy minket is ismeretlenbe hívott „Nyissatok kaput, ajtót, szíveket” című mellékletünk.

OLÁH GERGELY A CÍMLAPFOTÓZÁSON



Képek: Pácza Tamás





JELENLÉT
12



TANDEM
30



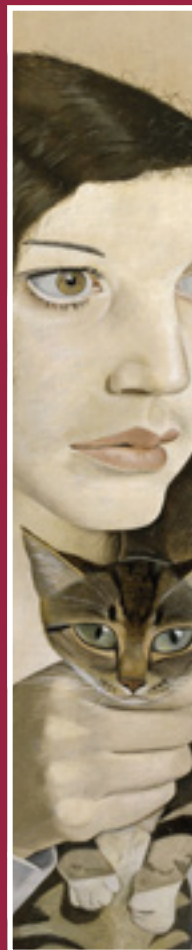
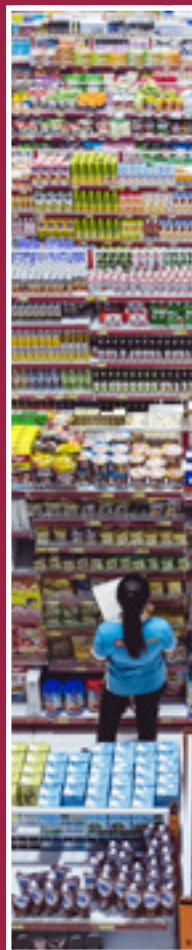
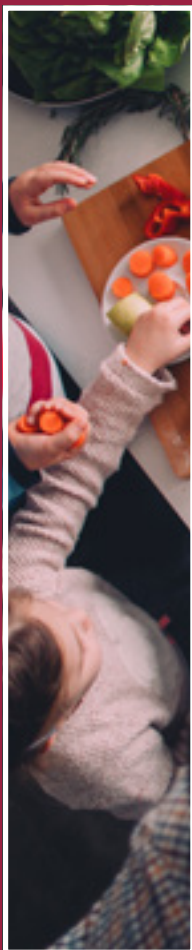
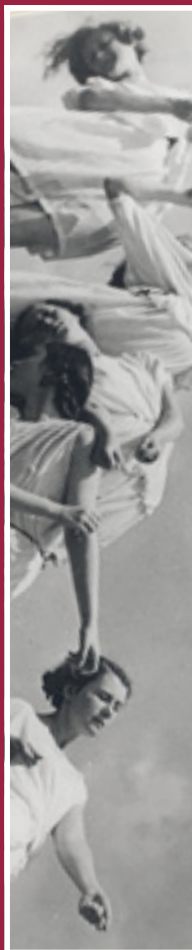
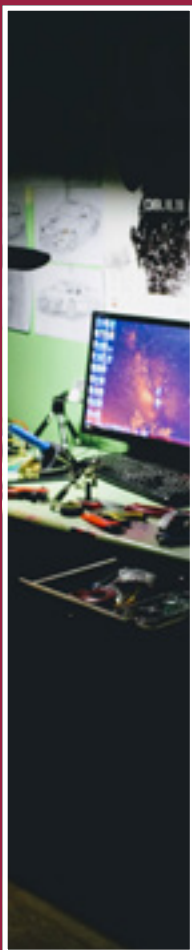
TÜKÖR
34



HÁZITREND
60



KIMENŐ
96



IMPRESSZUM

Képmás családmagazin • Kiadja a Képmás 2002 Kft.
A szerkesztőség címe: 1012 Budapest, Logódi u. 44/d., alagsor 1. (Bugát lépcső felől)
Tel./fax: 06/1/365-1414, 06/1/365-1415 • E-mail: szerkesztoseg@kepmas.hu • www.kepmas.hu
• Bankszámlaszám: 10700347-26317904-5110005
Főszerkesztő: Szám Kati, szam.katalin@kepmas.hu • Képszerkesztő: Páczai Tamás
paczai.tamas@kepmas.hu • Külső munkatársak: Aczél Petra, Ayhan Gökhan, Balkuné
Szűcs Emese, Bognár Mária, Bogos Zsuzsanna, Dér Katalin, Fábrián Tibor, Fodor Zsófia,
Gábos Katalin, Horváth Pál, Keszler Patrícia, Lackfi János, Massay-Kiss Andrea, Mártonffy
András, Mirtse Áron, Németh Zsófia, Póta Réka, Szabó Emese, Szabó T. Anna, Széles-
Horváth Anna, Szőnyi Lídia, Tolnai Nóra, Ughy Szabina, Ungváry Zsolt, Vanyovszki
Mária • Olvasószerkesztő: Kölnei Lívია kolnei.livia@kepmas.hu • Korrektúra: Trans-Kem
Bt. • Címlapfotó: Emmer László • Hátsó borítókép: Páczai Tamás • Szerkesztő: Baka
Ildikó, baka.ildiko@kepmas.hu • Közösségi- és kulturális kapcsolat: Tóth-Fazekas
Andrea, tothfazekas.andi@kepmas.hu • Rendezvények, sajtókapcsolat: Fodor Krisztina,
fodor.krisztina@kepmas.hu • Terjesztés: Kázmér Judit kazmerju@t-online.hu

Ügyvezető: Molnár-Bánffy Kata, mbk@kepmas.hu, Urbán András, urban.andras@kepmas.hu
kepmas.hu • Szerkesztőségi titkár: Demecs Tímea, demecs.timea@kepmas.hu
Arculat, márkastratégia, layout: Salt Communications / Molnár-Bánffy Kata, Nagy
István, Balassa Nikoletta. Nyomdai előkészítés, tördelészerkesztő: Légár Béla
Előfizethető a Képmás szerkesztőségében, a 365-1414-es telefonon, az elofizetes@kepmas.hu
e-mail címen, a Magyar Posta hálózatában, digitális formában a www.digitalstand.hu
oldalon. • Terjeszti: a Lapker Zrt., a Magyar Posta Zrt. és alternatív terjesztők
Nyomda: Grafcom Media Kft., Magdó Emil, Simon Andrea • Ipress Center Central Europe Zrt.
2600 Vác, Nádás utca 8. – Felelős vezető: Borbás Gábor • ISSN 1586-4235
Lapunkat rendszeresen szemlézi Magyarország legnagyobb médiafigyelője, az OBSERVER
MÉDIAFIGYELŐ Kft.

Következő számunk 2018. december 1-jén jelenik meg.
A Képmás magazin kiadását támogatja: Emberi Erőforrások Minisztériuma
Hirdetés: LifeTime Media – Miczinkó Katalin – miczinko.katalin@lam.hu
A hirdetések tartalmáért nem vállalunk felelősséget.
A szerkesztőségi anyagok vírusellenőrzését az **csot** biztonsági programokkal végezzük,
amelyet a szoftver magyarországi forgalmazója, a Siconact Kft. biztosítja számunkra.



KÉPMÁS

„Nincs hely, ahova ne mennék,
ha ott van rám szükség”

Interjú Oláh Gergővel 6

Cyberbűnözés a nappalinkban 12

VILÁG-KÉP

Állati pillanatok 16

KETTŐ AZ EGYBEN

Kétszemélyes vitorlásban
Beszélgetés Berecz Zsomborral és
Loidl Nórával 18

CSALÁDI TÖRTÉNETEK

Elvesztett emlékek 21

A CSALÁD MESÉJE

Határ-csaták 22

MÉDIA A CSALÁDÉRT

Szexuális nevelés itt és most 1. 25
26

MAGYAR PÉLDAKÉPTÁR

Mozgásművészet és filozófia 30

KÖZVILÁGÍTÁS

Joghurt 33

A káosz bölcsessége 34

Derűre Bori – avagy
hogyan legyünk boldogtalanok? 38

EGY TÖRTÉNET, SOK KÉRDÉS

Segítségét kérni nem szégyen 40

Az emberség a gyógyítás része 44

TANÁROK TITKOS ÉLETE

Márpedig menő! 48

A SZALON

Ruha nő nélkül 50

BEMELEGÍTÉS

Milyen a jó edző? 54



HÁZITREND



JELENLÉT



TANDEM



MELLÉKLET



KIMENŐ



TÜKÖR

Élet a császármetszés után 53

UTÁNAJÁRTUNK

Marketing vs hozzáadott érték 60

VÉGY EGY RÉGI RECEPTET!

Szeg és bors 64

ÍRÓ A KONYHÁBAN

Egyszerű luxusebéd:
rizottó sütőtökkel vagy rókaagombával
vagy céklával 66

ZÖLD MOZAIK

68

Nyissatok kaput, ajtót, szíveket! 72

Egy fecske nyarat csinál 74

Kinyílik a világ 76

Kéz a kézben 79

Az ajtónk sarkig nyitva van 82

Tiszteletbeli cigány lettem 84

KÉRDEZŐK, KÉTKEDŐK, KERESŐK

A munkapszichológia kártyavetői 88

IKERTÜKÖR

Lackfi Jánossal és Szabó T. Annával 90

BIBLIA ÉS IRODALOM

Bóbiskolunk 92

„A külföldi városokban is Budapest
kontúrjait keresem”

Beszélgetés Poós Zoltánnal 94

Híres ritkaságok a galériában 96

NOVEMBERI KIMENŐ

100

Műholdfelvétel az ősatyákról 103

Szegedi csatangolások 104

VADÁLLATOK KÖZELRŐL

Állati csodadoktorok 108

TERMÉSZETKÖZELBEN

Mókás mókus és társai 112

FRISS FORGÁCSOK 114