



## SZÁM KATI • BEKÖSZÖNTŐ

Március közepe van, a szokásos tavaszi témákat kiszorítják a járvány hírei. Nem tudjuk elképzelni, milyen óvintézkedések szerint élünk, mire áprilisi számunk megjelenik. Kicsit már belekóstoltunk, milyen, amikor a jövő nem tervezhető, amikor nem juthatunk hozzá a megszokott élményeinkhez, társaságunkhoz, amikor féltünk valakit, akit szeretünk. Sokaknak ez eddig is mindennapi tapasztalat volt, akár betegség, akár háború, akár szegénység miatt. Mert vannak, akiknek nem alapélmény a jóllakás, eddig is voltak a környezetünkben olyanok, akik az életükért harcoltak. A szüleink, nagyszüleink kevésbé szerencsés korokban átélték a rettegést azokért, akiket különféle okokból, különféle helyekre hurcoltak, megtapasztalták, milyen az óvóhelyen aggódni főnt maradt szeretteikért és otthonukért. Azoknak az utódai vagyunk, akik a mostaninál tragikusabb helyzeteket vészeltek át, a génjeinkben van az erejük, a hitük, még ha eddig nem is éreztük, hogy szükségünk van rá.

Ezekben a hetekben sokan maradtunk otthon, szerkesztőségünk is home office-ban dolgozik. Végre igazi értelmet nyerhet, hogy oly sokan élünk az online világban. Ha nem veszítjük el az arányérzékünket, és azokra is marad időnk, akikkel össze vagyunk zárva, sok ajándékot is tartogathat ez a szükségállapot. A világhálót elárasztják az aktuális hírek, a [kepmas.hu](http://kepmas.hu)-n is törekszünk arra, hogy tájékoztatást adjunk és erősítsük a közösséget, amelynek részei lehetünk. A nyomtatott magazin pedig jelentsen folytonosságot, tartsa nyitva az ablakot a járványon túli világra, teremtsen énidőt, adjon erőt és muníciót az ismeretlen kihívásokhoz.

**Kedves Előfizetőink, igyekszünk Önökhöz a következő hónapokban is eljuttatni nyomtatott magazinunkat. Kérjük, arra az esetre, ha ez mégsem volna lehetséges, küldjék el nevüket és emailcímüket az [elofizeto@kepmas.hu](mailto:elofizeto@kepmas.hu)-ra, hogy elküldhessük Önöknek a magazin digitális változatát.**

## GRYLLUS DÁNIEL A CÍMLAPFOTÓZÁSON



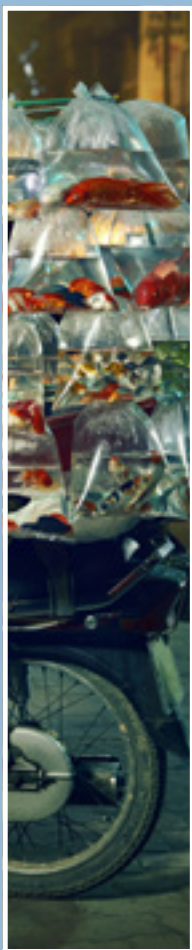
Kép: Pácza Tamás





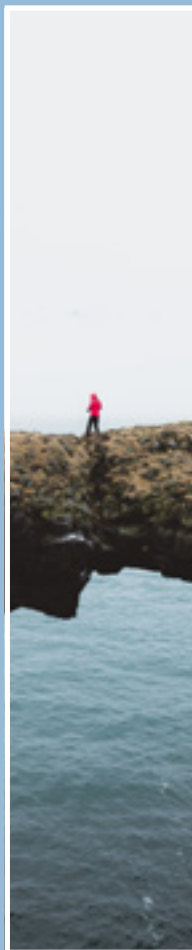
JELENLÉT

22



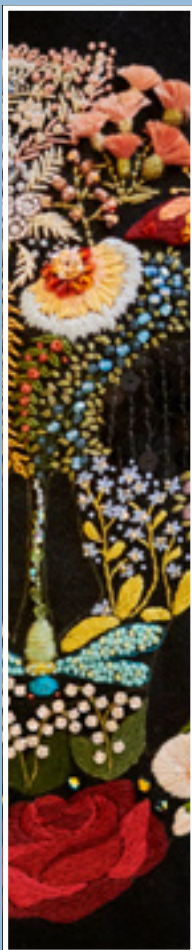
TANDEM

28



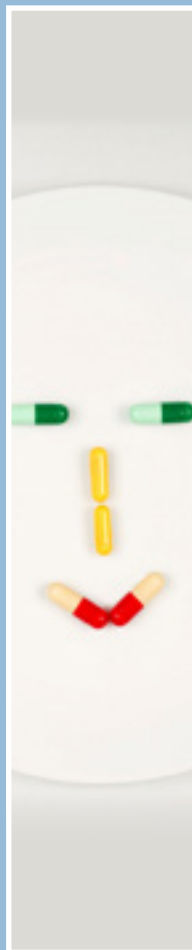
TÜKÖR

48



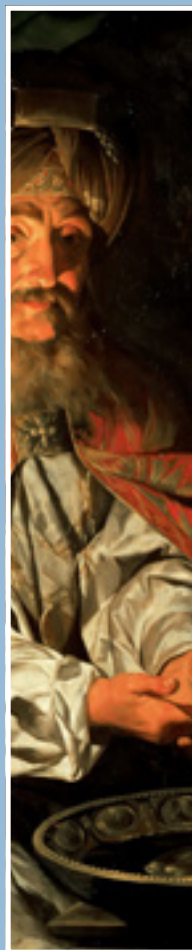
HÁZITREND

64



KIMENŐ

82



#### IMPRESSZUM

Képmás magazin • Kiadja a Képmás 2002 Kft. • 1012 Budapest, Logodi u. 44./D • Tel./fax: 06-1 365-1414, 06-1 365-1415 • Felelős kiadó: Molnár-Bánffy Kata • E-mail: szerkesztoseg@kepmas.hu • www.kepmas.hu • Bankszámlaszám: 10700347-26317904-51100005  
Főszerkesztő: Szám Kati, szam.katalin@kepmas.hu • Képszerkesztő: Páczai Tamás, paczai.tamas@kepmas.hu • Olvasószerkesztő: Gergely-Baka Ildikó • Korrektúra: Trans-Kem Bt. • Címlapfotó: Emmer László • Hátsó borítókép: Páczai Tamás • Arculat, layout, nyomdai előkészítés: Salt Communications Kft. | Nagy István | Balassa Nikoletta | Légár Béla

**Hirdetésértékesítés: Péterfy Hajnal | peterfy.hajnal@kepmas.hu • Előfizethető: www.kepmas.hu/elofizetes | elofizetes@kepmas.hu, valamint a Magyar Posta hálózatában, és digitális formában: www.digitalstand.hu • Terjesztés: Urbán András | urban.andras@kepmas.hu**  
Terjeszti: a Lapker Zrt., a Magyar Posta Zrt. és alternatív terjesztők • Nyomda: 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. A hirdetések tartalmáért nem vállalunk felelősséget. • A szerkesztőségi anyagok vírusellenőrzését az **eset** biztonsági programokkal végezzük, amelyet a szoftver magyarországi forgalmazója, a Sicontact Kft. biztosít számunkra. • **Következő számunk a tervek szerint 2020. április 30-án jelenik meg, ezt a járvány miatt kialakult helyzet módosíthatja.** • Szerkesztőségi titkár: Demecs Tímea | demecs.timea@kepmas.hu • Képmás nagykövet program koordinátor: Tóth-Fazekas Andrea | tothfazekas.andi@kepmas.hu • Képmás-estek: Fodor Krisztina | fodor.krisztina@kepmas.hu



## KÉPMÁS

„Ha nem tudnánk együtt nevetni és vacsorázni, nem működne az egész”  
Interjú Gryllus Dániellel

6

## MAGYAR PÉDAKÉPTÁR

Egy rendszeralkotó gondolkodó,  
Pauler Ákos

12

„Nem jótünderre van szükségük, hanem  
valakire, akiben megbízhatnak”

16

Kötéltánc kint és bent

19

## VILÁG-KÉP

Motoros akrobaták

22

## KETTŐ AZ EGYBEN

„Táncolni alázattal, hévvel  
és fanatizmussal lehet”

24

Bezzeg a mi időnkben

28

## APASZEMMEL

Jancsi általában a fűben heverész

32

## KÖZVILÁGÍTÁS

A jövő

33

## APA, KEZDŐDIK!

Apaméh

34

## MÉDIA A CSALÁDÉRT

35

Mi kell a házasság megtartásához?

36

Önálló gyerekek I.

38

## VIZEN JÁRNI TILOS!

Sehonnai bitang ember

40

Az vagy, amit birtokolsz?  
A 100 dolog című filmről  
pszichológusszemmel

42

## TANÁROK TITKOS ÉLETE

Szerelmi szálak

46

## A SZALON

Tűpontosan, álomszépén  
A kézimunkázás örömét hozza vissza  
az emberek életébe egy új program

48



HÁZITREND



JELENLÉT



TANDEM



KIMENŐ



TÜKÖR

## BEMELEGÍTÉS

Kreatívabb vagy, mint gondolnád! 52

Nyugodtan zongorázzon rajtam az élet! 56

## UTÁNAJÁRTUNK

Zöld szemüveget föl! 60

## RENDELŐ

Feldobjuk, semmi, leesik, gyógyszer  
A placebo nem hatástalan! 64

## VÉGY EGY RÉGI RECEPTE!

Négy nap, négy ételsor 66

## ZÖLD MOZAIK

68

## ÁLLATOK KÖZELRŐL

Zöld erdőben jártam 72

## ODA-VISSZA

76

## KÉRDEZŐK, KÉTKEDŐK, KERESŐK

Aki a lehetetlenre vállalkozott  
Hogyan nem találta meg Dánia  
az Észak-nyugati átjárót? 78

## BIBLIA ÉS IRODALOM

Fölmentelek mindörökre 82

## LEZSER

A világhírű olvasó 86

## ÁPRILISI KIMENŐ

87

Nincs kapcsolat 90

Tavaszdíto az Alföld kincseivel 92

Fókuszban a hit, a remény  
és a szerelem 96