

2022. november

# due tanuló

válogatás a legjobb diáklapokból



**FERÓVAL  
A NEMZETIBEN**

**INDUL  
A NAGY  
MAGYAR  
FOCITESZT!**

**FENNTARTHATÓ  
VÁSÁRLÁS**

# FIOLA ATTILA

**„Bármit játszom, mindig nyerni akarok”**



WWW.AGRARTESZT.HU

MATE

MAGYAR AGRÁR- ÉS  
ÉLETTUDOMÁNYI EGYETEM



TÖLTSD KI AZ AGRÁRTESZTET  
ÉS NYERD MEG A KÉTSZEMÉLYES  
KÜLFÖLDI UTAZÁS, A SZUPER BRINGA  
VAGY AZ OKOSTELEFON EGYIKÉT!





NAGY MAGYAR  
FILMTESZT  
DIÁKOKNAK

6.

NAGY MAGYAR FILMTESZT DIÁKOKNAK 6. NOVEMBER 11-TŐL!  
KERESD A **NAGYDIAKTESZTEK.HU** OLDALON  
VAGY A **NAGY DIÁK TESZTEK** APPLIKÁCIÓBAN!

# TÖBB MINT ALÁÍRÁS

## BOTOS MICI

### MIÓTA VAGY DUE-TAG?

2022 óta.

### MIKOR VOLT AZ ELSŐ TÁBOROD?

Idén júniusban.

### MIÓTA ÍRSZ A DUE TALLÓZÓBA, MILYEN ROVATOKBA ÍRSZ, ÍRTÁL?

Most szeptemberben csatlakoztam, a Zoom, a Kultúra, a Pont te, a Más világ, a Netbiztos és a Klímavédős rovatba írok.

### MIT TANULSZ?

A Németh László Gimnázium 9. osztályos tanulója vagyok.

### MIVEL FOGLALKOZOL A DUE TALLÓZÓ MELLETT?

7 éve zongorázom és könyvet írok.

### EGY INSTANT TRÜKK, AMIVEL BOLDOGGA LEHET TENNI?

Nagyon szeretek utazni, kirándulni, attól mindig jó kedvem lesz.

### MIT CSINÁLTÁL MOSTANÁBAN?

Augusztusban kaptunk egy kiskutyát, jelenleg a vele való foglalkozás teszi ki a szabadidőm nagy részét.

### HOGY KÉPZELED EL MAGADAT ÖT ÉV MÚLVA?

Remélem, hogy az SZFE dramaturg szakára fogok járni, mivel ez régi álmom.

### MIT SZERETNÉL MÉG MINDENKÉPP KIPRÓBÁLNI?

Színházban dolgozni. Kiskorom óta vonz ez a világ, jó lenne egyszer nem csak nézőként, hanem alkotóként is ott lenni.



IMPRESSZUM • DUE Tallózó – Válogatás az ország diáklapjaiból

A DUE Médiahálózat és a DUE Médiaügynökség havilapja • 2022. november, XXIV. évfolyam 9. szám • Lapmenedzser: Zala Orsolya • Főszerkesztő: Velek Domonkos •  
Rovatvezetők: Kultúra - Orosz-Bogdán Noémi, Pont Te - Panulin Bogi, Klímavédő - Bihari Bernadett Luca, Netbiztos, Zoom - Németh Fruzi • Novemberi szerzőink: Ádám Tünde, Botos Mici, Erdélyi Biborka, Hegyi Vivien, Horváth Ádám, Németh Fruzi, Németh Máté, Szathmáry Emese, Velek Domonkos, Vörös Rebeka F. • Kiadja a DUE  
Produceri Iroda Kft. és a Diák- és Ifjúsági Újságírók Országos Egyesülete • Levelezési cím: 1583 Budapest, Pf. 14. • Telefon/fax: +36 1 222 8213 • Hirdetésfelvétel: DUE  
Médiaügynökség, 1148 Budapest, Őrs vezér tere 11. • Tel.: +36 1 220 5844 • E-mail: due@due.hu • Honlap: www.due.hu • A DUE Tallózó olvasható az interneten is:  
www.duetallozo.hu

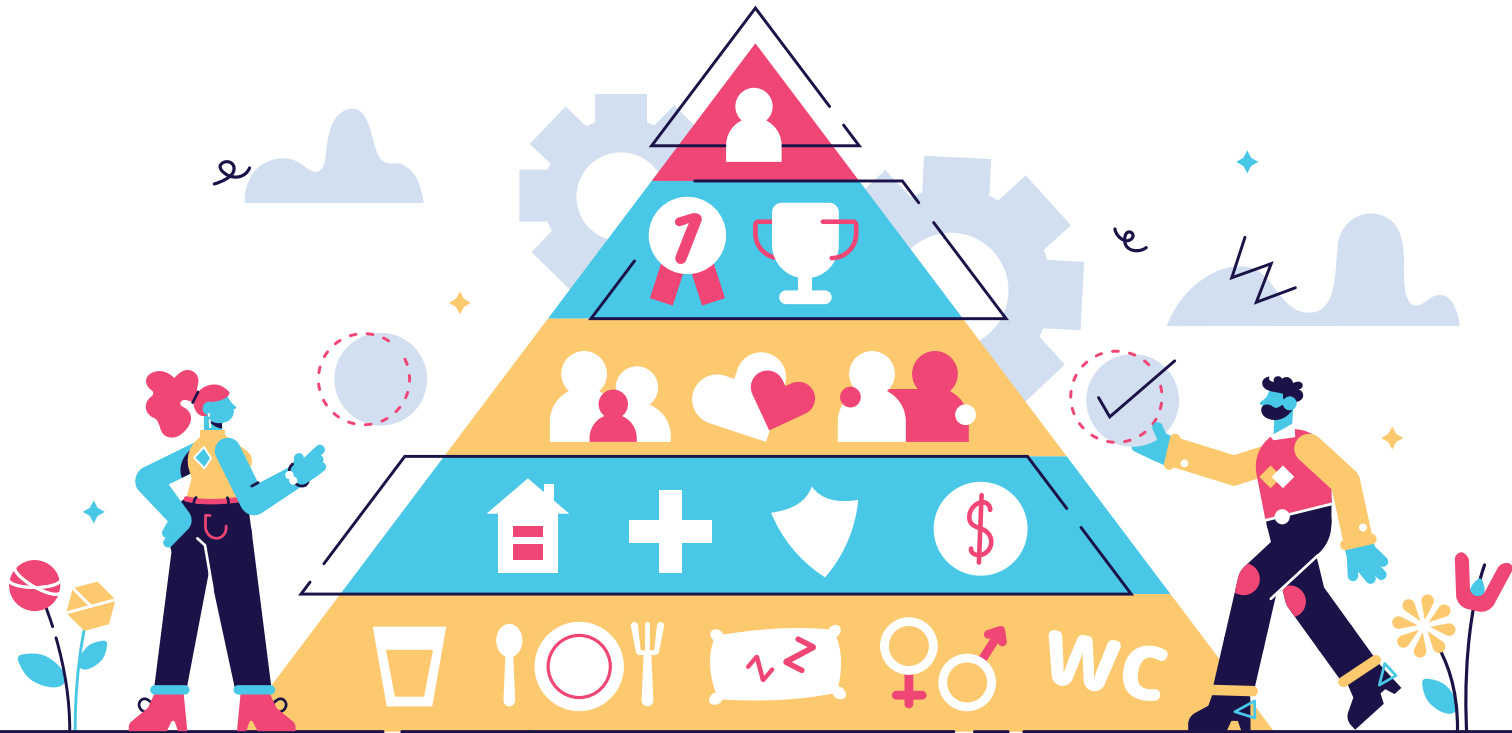


Nyomdai előkészítés: ArtCentrum • Nyomda: Pauer Nyomda • Nyilvántartási szám: 3.4.1/891/1999 • ISSN 1585-5201 • Megjelenik évente nyolcszor. • A lapot a DUE Médiaügynökség terjeszti ingyenesen a DUE Rádió Országos Iskolarádió Hálózatának 350 iskolájában, és további 500 oktatási intézményben. • A DUE Médiahálózatban a diáklapot beküldő szerkesztőségek automatikusan hozzájárulnak az utánközléshez, a cikkeket rövidítéshez, stílizálásához. • Az iskolaiújságokból átvett publikációk tartalmáért a DUE Tallózó nem vállal felelősséget.

**MATESZ**  
print-audit  
Kiadványunk példányszámát  
a Matesz hitelesíti  
auditált adatok, hiteles média  
http://www.matesz.hu

# MASLOW PIRAMISA

**MOTIVÁTLANNAK ÉRZED MAGAD? AKÁRHOGY PRÓBÁLKOZOL AZ ÖNELFOGADÁS ELSAJÁTÍTÁSÁVAL, ÚGY ÉRZED, FOLYTON AKADÁLYOKBA ÜTKÖZÖL? CÉLTALANNAK LÁTOD AZ ÉLETED? HOGYAN FÜGG ÖSSZE AZ EHHEZ HASONLÓ PROBLÉMÁKKAL A MASLOW-PIRAMIS, ÉS EGYÁLTALÁN MI AZ? HOGYAN SEGÍTHETÜNK MAGUNKON?**



Mint ahogy a népszerű videójátékban, a Simsben is látjuk, úgy a való életben is vannak alapvető szükségleteink, amiket ki kell elégítenünk ahhoz, hogy olyan életet éljünk, amelyet szeretnénk, amit ideálisnak találunk. Ilyen dolgok például a táplálkozás, az anyagcsere és az alvás. Ezek olyan fiziológiai szükségletek, amelyek nélkül képtelenség élni. A rangsorban a higiénia követi ezeket, majd később a szórakozás és a szociális igények. Karaktereink vágyaik beteljesítésével elismerésre tehetnek szert, így haladva az önmegvalósítás felé, ami fő céljuk beteljesülését jelenti. A képernyőn keresztül nézve valamiért mindez olyan egyszerűnek tűnik, míg a valós világban rengetegen vannak, akik ennek az öt lépcsőjű piramisnak még a harmadik fokáig sem képesek eljutni.

Abraham Maslow amerikai pszichológus alkotta meg azt a szükséglet-hierarchiát, aminek első négy szintjén találhatóak a hiány alapú, alapvető, ösztönös szükségletek. Ezek közül legfontosabbak az előbb már említett fiziológiai igények, hiszen a piramis alapját

képezik. Végül is légzés, táplálkozás és alvás nélkül tehetetlenek vagyunk. Ennek ellenére rengetegen vannak, akik munkájuk hevében alig, vagy egyáltalán nem esznek, mégis remekül dolgoznak. Vagy gondoljunk csak az éhségstrájkokra, a szerzetesek életmódjára. Ezek az esetek bizonyítják, hogy nem muszáj egy lépcsőfokon belül minden szükségletnek teljesülnie ahhoz, hogy valaki tovább léphessen a következő szintre.

A második legfontosabb számunkra a biztonság, melynek változatos formái nélkül rengeteg stressz érne minket mindennapi életünk során. Ide tartozik az egészség és a vagyon védelme, hogy legyen hol laknunk, és az is, hogy az igazságszolgáltatás megvédjen minket a bűnözéstől. Ezeknek a szükségletnek leginkább a kiszámíthatatlan jövőre való tervezéssel tehetünk eleget. Egy lakás vagy egészségügyi biztosítás megkötése sokaknak okoz megnyugvást, növeli a fizikai biztonságot. Talán ezért is van az, hogy néhányan, akik élhetetlen, bántalmazó környezetben kell élnenek, azok nehezebben

építenek ki társas kapcsolatokat. Az anyagi javak hiánya magával vonzza a szegény érzését, nehezebben nyitunk mások felé.

A harmadik lépcsőfok a szociális, társas szükséglet. A valahová tartozásban a legfontosabb, hogy szeressenek minket, hiszen barátaink és családjuk nélkül mindannyian magányosak vagyunk. Virginia Satir pszichológus szerint napi négy ölelésre van szüksége az embernek a túléléshez, bár ehhez képest rengetegen vannak, akik már hónapok óta egyet sem kaptak. Az érintés ilyen fajta hiánya könnyen szorongáshoz, majd depresszióhoz vezethet. (Miatán elolvastad ezt a cikket, ölelj meg valakit!)

A közösségi élet magával vonzza a kérdést, hogy vajon mi milyen szerepet töltünk be egy-egy nagyobb csoportban. Mindenkinek szüksége van arra, hogy elismerjék, tiszteljék és megbecsüljék, de a hasonló megerősítés a tizenévesek számára a legfontosabb, hiszen ebben a korban alakul ki az önbecsülésük.

(Erdélyi Biborka)

# HÉRAKLÉSZTŐL STAN LEE-IG ÉS AZON TÚL: SZUPERHŐSÖK MINDENHOL

**HŐSÖKRŐL SZÓLÓ TÖRTÉNETEKET MÁR IDŐSZÁMÍTÁSUNK ELŐTTÉRŐL ISMERHETÜNK. VAJON A HÉROSZOKTÓL NAPJAINKIG MI VÁLTOZOTT, ÉS MIÉRT VAN IGÉNY A MEGMENTŐKRE? JÁRJUK KÖRBE A TELJESSÉG IGÉNYE NÉLKÜL!**

## **KIK AZOK A SZUPERHŐSÖK?**

A szuperhősök általában olyan kitalált karakterek, akik tetteikkel igazságot szolgáltatnak és védelmezik a náluk gyengébbeket. Napjaink történeteiben mindezt álruhában teszik, így a jótévő kilétét gyakran titok övezi.

## **AZ ELSŐ „SZUPERHŐSÖK”**

Az ókori görögök mítoszai igencsak széleskörűek voltak, és bár nem teljesen a mai értelemben véve, de rendelkeztek „szuperhősökkel”.

Talán senkinek sem kell bemutatni Héraklész vagy más néven Herkulest. Ha máshogy nem, a Disney 1997-es animációs filmje által mindenképp egészen korán eljutott a története. Rajta kívül tanulmányaink alatt egyre több és több hozzá hasonló karakterrel találkozhatunk.

Az antik korban a híres-neves történetírók fantáziadús, olykor hajmeresztő kihívások elé állították hőseiket, akik kötelezően isteni származásúak, félistenek vagy más néven „héroszok” voltak.

Figuráik nem halhatatlanok, sőt, kifejezetten emberi karaktereket alkottak. Bár erejük, bátorságuk és vakmerőségük már-már természetfeletti hat,

mégsem sérthetetlenek, a legtöbben nem értek szép véget a próbatételek és a szörnyekkel való küzdelmek miatt.

## **MIÉRT VAN RÁJUK SZÜKSÉG?**

Az embereknek igényük van olyan személyekre – legyenek az valóságos vagy kitaláltak –, akikre felnézhetnek, akikről példát vehetnek és akikkel azonosulni tudnak.

A történelmi korszakoknak mindig megvoltak a maguk hősei. A már említett ókori héroszok után a középkorban lovagokkal találkozhattunk, akiknek tetteiről számos feljegyzés és alkotás szól. Ezután a forradalmárok kaptak élharcosi köntöst egészen napjainkig, ahol el nem értünk többek között – ha csak egy nagy nevet szeretnénk említeni – Stan Lee-ig, aki képregényeivel olyan alakokkal gazdagította ezt a világot, mint Pókember vagy a Fantasztikus Négyes.

A szuperhősök egyfajta mintát hivatottak szolgáltatni, mely az egyszerű embereket is képes inspirálni, jó döntéseket hozni a való életben.

Mindemellett egy külön világot hoznak létre, mely szórakoztató, izgalommal teli. A kezdetekben a képregények, majd a filmek lebilincselő látványvilága és eseményei

nyújtottak élményt az érdeklődők számára, és gyűjtöttek egyre szélesebb körű rajongótábort.

Harcolni a gonosszal, hősnek lenni, majd meghódítani szíve hölgyét vagy urát, sok embernek vágya, még akkor is, ha a mindennapokban ez más körülmények között zajlik.

## **HÉTKÖZNAPI HŐSÖK**

Ezt a kifejezést az elmúlt pár évben egyre többször hallhattuk. Láttál már mentőst, orvost vagy tűzoltót szolgálat alatt, amikor akár az életüket kockáztatva is próbálnak valakin segíteni? Teljességgel kimerítik a szuperhős fogalmát.

Az emberi tűrőképesség határáig vagy azon túl képesek sokan tenni másokért. Sajnos a filmbeli szuperhősökkel ellentétben, akiket jobbra csak egy-egy szörny tud meggyötörni testileg, addig a valóságban a lélek sokkal könnyebben sérül. A hosszú távú stressz betegségekhez és különböző nehézségekhez vezethet, így – akár egy rendőrrel, katonával vagy ápolónővel legyen szó –, aki szívvel, lélekkel ott van a bajban, annak hatalmas tisztelettel kellene adoznunk.

(Vörös Rebeka F.)

# ZENE NEMCSAK A FÜLNEK, HANEM A LÉLEKNEK IS

**A ZENEHALLGATÁSNAK NEMCSAK ÉLVEZETI, SZABADIDŐS FUNKCIÓJA VAN. A ZENE ADTA KÜLÖNBÖZŐ POZITÍV HATÁSOK SEGÍTHETNEK A STRESSZ FELOLDÁSÁBAN VAGY EGY BETEGSÉG UTÁNI REHABILITÁCIÓ SORÁN. EBBEN A CIKKBEN EZT PRÓBÁLOM NÉHÁNY PÉLDÁN KERESZTÜL BEMUTATNI.**

**Gömbös-Pamper Zsolt, Jurátus,  
ELTE ÁJK, Budapest**

A zeneterápia (music therapy) és a „hanggal való gyógyítás” (sound healing) egy napjainkban divatos, alternatív gyógymód. Lényege, hogy az orvosi beavatkozások mellett (például a rehabilitáció alatt) segítsék a beteget azáltal, hogy a benne felhalmozódott stresszt feloldják a zenével. Egy témába vágó újságcikket idézve: „A gyógyítók közé tartoznak ilyenkor az orvosok, a tudósok és azok az emberek is, akiknek semmilyen orvosi, illetve egyéb természettudományos háttere nincs. Ami közös bennük, az a meggyőződés, hogy a hangok nemcsak a relaxációt segítik elő, hanem megkönnyítik, enyhítik a gyengélkedés időszakát, ezzel megszabadítva a pácienszt a fájdalmaitól.” Így próbálják elviselhetőbbé, könnyebbé tenni a beteg mindennapjait,

hiszen mindenki hallgat valamilyen stílusú zenét, és így mindenkinek vannak kedvencei is. Egyesek emlékeket kötnek egy-egy dalhoz, másokban a dalszövegek, mint versek maradnak meg. De általában elmondható, hogy pozitív hatás társul mindehhez.

Egy, a zenei terápiához kapcsolódó jelenség a kórházi kórusok növekvő száma. Számítalan tanulmány született már korábban is arról, hogy a kórusban, együttesben való éneklés több szempontból is pozitív hatással van az ott összegyűltekre, például az

előadások örömöt adnak vagy épp erősítik a közösséghez tartozás érzését, és emellett a szívbetegségek kialakulásának esélyét is csökkentik! Mindezt áthelyezve a terápia közegébe csak még hasznosabb lehet az együtténeklés. Az elmúlt 10 évben Nyugat-Európában és Amerikában egyre több „hivatalos-hivatásos kórházi kórus” alakult, amelyekben az orvosok és ápolók a munkájuk mellett a próbákat is komolyan veszik.

De nem kivételes helyzet az sem, ha a kórházi dolgozók mellett az ott ápolott betegek is

csatlakoznak a kórushoz, így történt ez például a Rhythm of Life Choir esetében is, ami egy manchesteri rák-klinikán alakult meg. A tagok szerint a zene megerősítette őket mind fizikailag, mind lelkileg, ezért is lenne szükség több zenei terápiára. Egy onkológiai tanulmány kimutatta azt, hogy ha a betegek a saját zenéjüket kiválaszthatják a gyógyulás idejére, az eredményeik is javulnak, viszont ha az orvosok válogatják nekik a zenéket, akkor a rehabilitáció kevésbé eredményes. Ez nem is annyira meglepő, ha arra gondolunk, hogy mindenkiben pozitív érzéseket kelt, ha meghallja azokat a dalokat, zeneműveket, amelyeket igazán szeret.

A „zenei gyógyításhoz” illik egy másik kimondottan kedves kezdeményezés. Néhány éve indult el az Alive Inside Project, melynek célja, hogy idős emberek számára visszahozzák fiatalkori emlékeiket egy-egy zenei lejátszási listával. A módszer egyszerű: az Alive Inside App alkalmazásában egy kérdőívvel feltárják az egyén zenei preferenciáit, amely alapján valamelyik online zenei oldalon (pl. a Spotify-on) készítenek számára egy lejátszási

listát, amelyet ezután egy memóriakártyára lementve, és azt egy fejhallgatóba helyezve bármikor meghallgathat. Mindez természetesen nagyban épít napjaink technikai megoldásaira, de meglátásom szerint kifejezetten jól használja ki a digitális eszközök adta lehetőséget.

Több kísérlet azt is megmutatta, hogy az Alzheimer-kóros, demens idős emberekre kifejezetten jó hatással lehet egy ilyen lejátszási lista összeállítása. Ezek a személyek folyamatosan veszítik el a tudatukat és emlékeiket, de a zenék gyakran oly mélyen „elraktározódtak” az agyukban, hogy ezzel segíthetnek nekik újra felidézni elvesztettnek hitt emlékeiket. Mindez kimondottan fontos az ilyen, szellemi leépülésben szenvedő betegeknek. Az interneten is lehet találni videókat, amelyekben az idős személyek még a székükből is felállnak az ismerős dallamok hallatán. Ez a folyamat pedig meglátásom szerint a hétköznapijainkba is új szint hozhat. Nekem is volt szerencsém három éve részt venni egy ilyen jellegű feladatban, és bár a fent leírt módszernek voltak hátulütői,

összességében egy megható élménnyel gazdagodtam akkor. Amikor az összeállított lejátszási listát a „páciensünk” először elkezdte meghallgatni, egyből felcsillantak a szemei, a lábával is elkezdte ütni a ritmust!

Az ilyen és ehhez hasonló zenei terápiának pedig szerintem valamilyen szinten van egyfajta spirituális oldala. Függetlenül attól, hogy valaki milyen vallási felekezethez tartozik – vagy vallásos-e egyáltalán, – a zene olyan mértékben hatással van az emberi életre és befolyásolja azt, hogy az elér az emberi lélekhez. Természetesen nem vagyok szakember ilyen téren, de személyes tapasztalatom nekem is, hogy a zene hatással lehet egy – például második fázisú demenciában szenvedő – személy lelkére és ezáltal mindennapjaira. Továbbá a spiritualitás nem is mindig köthető a hithez vagy valamilyen valláshoz. Az egy lelki állapot, az elme egyik interpretációja, röviden: az Élet egy aspektusa. Ennek pedig fontos alkotóeleme lehet a zene, mint ahogy a művészet vagy a személyes hobbik, amelyek „megérintik” az ember lelkét.

## Szeretnél jó podcastokat készíteni?

Vagy csak belekóstolnál a rádiózás új világába?

Akkor jelentkezz Rádiós-podcaster programunkba

2022. november 20-ig a [due@due.hu](mailto:due@due.hu) e-mail címen!

Mindent megtanulhatsz, amitől jó egy podcast, hogy te is olyanokat készíthess, amit rengetegen hallgatnak! A képzés végére elindíthatod saját csatornádat is, vagy ha már van, megnövelheted hallgatóid számát! A résztvevők száma korlátozott, a jelentkezők közül elsősorban a motivációs levelek alapján választjuk ki azt a 20 diákot, aki a képzést elvégezheti.

A képzésen való részvételt oklevéllel igazoljuk.

Részletek: [www.due.hu](http://www.due.hu)

Legyél te is menő podcaster!

Jelentkezz még ma!



# RICSE, RICSE, BEATRICE, AVAGY FERÓVAL A NEMZETIBEN

FOTÓ: SZABADOS TIBOR

Falcz Zsófia, Kőbányai Szent László  
Gimnázium, Budapest

Az év diákújságírója, középiskola, 1. helyezett

Hét óra előtt nem sokkal érkezem meg a Nemzeti Színházba 2021 novemberben. Emberek sora hömpölyög a bejáratoknál, zsvajuk betölti a csendes Duna-partot. Itt van mindenki. Hosszúhajú, kemény rockerek csoportja, fiatalságukat kereső egyedülálló anyukák társasága, öltönyös, fontosnak öltözött férfiak, ötvenes kalandkereső házaspárok, öregek, akik a bandával együtt nőttek fel, és persze mindenki, aki számít. Minden ruhán ott van valamilyen formában a piros, fehér, pöttyös minta, összetartozásuk jeleként.

Teltház esemény, még a csilláron is lógnak. Hét óra öt perckor az addig aláfestő zeneként szolgáló melódia felerősödött, felgördült a függöny és egyből belesaptak a hurokba. Aki egy túllőttetett, sztereotipikus, ünnepi koncertre várt, lehet, sőt biztos, hogy csalódott, mert itt csak öt egyszerű zenészt láttak, akik szívüket, lelküket beleadva zenéltek vállt vállnak vetve a színpadon, mintha csak tudták volna, hogy itt a világvége.

## NAGY FERÓ, MINT JELENSÉG A SZÍNPADON

Elején megszeppenve kezd neki bevezető monológjának, de a közönség bátorító és fáradhatatlan tapsviharának köszönhetően dalról dalra otthonosabban és magabiztosabban érezte magát, lényé betölti az egész színpadot, magára vonva az összes tekintetet. Korához képest meglepően energikusan ugrál a színpadon buggyos bőrgatyájában. Szögezzünk

le valamit; Nagy Feró nem öreg; ő klasszikus, vagy hogy is mondják ezt szépen.

Jól ismert és a nők körében kedvelt rosszfűs imidzséhez hűen pajkos humorral és látszólag kifogyhatatlan energiával meséli kalandos történeteit, nőügyeiről, zenéjéről, és a rendőrséggel folytatott ügyes-bajos dolgairól, meghatározva ezzel mindezt amit ma a köznépi szerint a „nemzet csótánya” jelképez.

Pedig itt sokkal többről van szó. Tanúi lehettünk megjátszás nélküli, őszinte pillanatoknak, betekintést nyerhettünk a banda életének színlaljai mögé, megismerhettük az idáig vezető hosszú út nehézségeit és szép pillanatait, hallhattunk soha elő nem adott feldolgozásokat. Egyszerűen a Beatrice még ennyi évtized után is tudott újat mutatni, felpezsdítve a szokásos, monoton koncertmenetet.

A renghagyó műsor forgatókönyve Nagy Feró: Boldog Szép Napok című önéletrajzi műve alapján készült. A szárok között nyögve ül le az odakészített rozoga székre, és rendíthetetlenül mesél nekünk; mint a nemzet nagyapja, az unokák kíváncsiságával hallgató közönségnek. Őszinte, kedves pillanatok ezek, tisztán érzékelhető az előadó és a rajongók közötti szoros kapocs.

## „NA MAJD MOST... MOST ELÁJULTOK.”

Ezen szavakkal nyitja meg Nagy Feró a második felvonást, majd újdonsült platinalemezt

hanyagul a hóna alá csapva, kezd bele a következő dalba. Ez az est azonban nem csak Feróról szolt. A banda az elmúlt évben vérfrissítés címszó alatt pár új, fiatalabb arccal gyarapodott, és meg kell hagyni, valóban érdemes kiemelni néhány embert, akiktől azért el talán nem ájultunk, de leesett jó pár áll.

Nagy Hunor Attila, Nagy Feró „csinált” dobosa és fia, aki bátran rációlvola a sztereotípiákra olyan lenyűgöző dobszólót produkált, hogy ha Arany módra mondanám; szó bennszakadt, hang fennakadt. Útösen és pregnánsan szólalt meg, pont ahogyan az a nagy könyvben meg van írva. Magából a személyéből pedig sugárzik egyfajta természetes lazaság, tudják, amikor ránéznek valakire, és azt gondolják; „Na, ez az ember imádja, amit csinál.” Ő pont ilyen. Játéka mesterien fogja össze a zenekar különböző részeit, amik mind az általa játszott ritmushoz igazodnak. Erős és dinamikus, technikás és domináló, minden ami ilyenkor kell és elvárt.

Tanúi lehettünk még, ahogy tökéletes összhangban olvad össze a három gitáros elképesztően ritmikus, majd brilliáns futamokba kitélyesedő gitárszólója, ahol több ponton is a közönség bevonásával tették sokszínűbbé az estét. Laczk Ferenc (basszus), Kékkői Zalán és Tari Botond is elég magasra tette a mércét, és okozott pár ámuló pillantást.

A második felvonásban erősen domináltak az ún. „Rendszerváltó dalok”, amik



meghatározó időszakot jelölnek a zenekar életében, elmesélve, hogyan élte meg Nagy Ferő a kommunista kultúrhatalommal és véleményterrorral kapcsolatos mindennapos küzdelmeit. A háttérben egy kétméteres „Kádár” felirat virít, előtte pedig a nikkolbolhaként ugráló Ferő, aki végre teljes hangterjedelmét megvillantotta hón szeretett közönségének.

Pazar látvány és precízen ritmusra igazított, ködös, fehér, olykor túlzóan vakító fényjáték, egy-két szétszórt díszlet, valamint a határtalan mennyiségű, elmaradhatatlan piros fehér pöttyös minta jellemezte a látképet.

Így ünnepelte hát a „nemzet csótánya” a 75-ik születésnapját a Nemzetiben, oldalán a Beatrice-vel.

„K\*rva sokba került, de megérte” – fejtette ki saját egyenes, szókimondó stílusában. A koncert után ezzel teljes mértékben egyetértek, és egy tündézszer magabiztosságával kijelentetem, hogy Nagy Ferő túl fiatal még, hogy ilyen öreg legyen.



# TUDÓS CSAJOK

## TUDÓS CSAJ VAGY? ÉS LENNÉL?

IMÁDOD A BIOSZT, KÉMIÁT,  
MATEKOT, FIZIKÁT, FÖLDRAJZOT  
VAGY AZ ÖSSZESET ÚGY, AHOGY VAN?

Jelentkezz a Tudós csajok  
programba 2022. november 20-ig  
A DUE@DUE.HU CÍMEN!



RÉSZLETEK: [WWW.DUE.HU](http://WWW.DUE.HU)

Szeretnél majd tudós, kutató lenni, aki megfejt a világ titkait, embereket gyógyít, kütyüket talál fel?

Vagy épp csak kíváncsi vagy milderre?

Programsorozatunkon különleges ifjú tudós és kutatónőkkel találkozatsz, megmutatjuk, mindez nem csak a férfiak világa!

művészeti  
**due**  
a diákújságíró egyesület

**Megyünk szeizmológiai és meteorológiai központba, csillagvizsgálóba, gyógyszergyárba, őslénykutató intézetbe, rákkutató és agyi aktivitást vizsgáló központba – de mindez csak ízelítő!**

A tudomány varázslatos világába csak a legjobbak és legelszántabbak léphetnek be!

A résztvevők száma korlátozott, a jelentkezők közül elsősorban a motivációs levelek alapján választjuk ki azt a 20 diákot, aki a képzést elvégezheti. A képzésen való részvételt oklevéllel igazoljuk.

A programot a Nemzeti Tehetség Program,  
a Kulturális és Innovációs Minisztérium és  
az Emberi Erőforrás Támogatáskezelő támogatja.

EMBERI ERŐFORRÁS  
TÁMOGATÁSKÉZELŐ

Nemzeti  
Tehetség Program

KULTURÁLIS ÉS INNOVÁCIÓS  
MINISZTERIUM

# ELFELEDETT ÚJÉVI FOGADALMAK

**BRIT TUDÓSOK BEBIZONYÍTOTTÁK, HOGY AZ EMBEREK HÁROM HARMADA TETT MÁR ÚJÉVI FOGADALMAT ÉLETÉBEN. ARRÓL AZONBAN NEM SZÓL A FÁMA, HOGY EBBŐL HÁNYAN TARTOTTÁK IS MEG HUZAMOSABB IDEIG, EZZEL EGY NAP ALATT MEGVÁLTOZTATVA EGY MÉLYEN RÖGZÜLT PARADIGMÁJUKAT. NÉZZÜK, HOGY A LEGINTELLIGENSEBB LÉNYEK A FÖLDÖN MIÉRT VÉREZNEK EL EGY ILYEN APRÓSÁGON!**

Borsodi Eszter, Diákvilág,  
Radnóti Miklós Gimnázium, Dunakeszi

A kulcs a fokozatosságban van: hiába hangzik jól, hogy „új év, új én”, valljuk be, ez kényelmi okokból egyszerűen lehetetlen, illetve csak nagyon keveseknek sikerül. Ahogyan az evolúció sem egy reklámszűnet alatt ment végbe, magunktól sem várhatjuk, hogy egyik pillanatról a másikra vegyünk konstantinuszi fordulatot.

Ha egyszer megszületett az elhatározás, addig szoktassuk hozzá magunkat a gondolathoz, míg nem elkezdünk lelkesedni érte, vagy teljes mellszélességgel ki tudunk állni mellette; inentől már sokkal

egyszerűbb lesz rávenni magunkat a fogadalom megtartására. Ehhez viszont hozzá kell csapni egy bizonyos időközönként ismétlődő emlékeztetőt vagy motivációt, amíg teljesen a szokásunkká nem válik.

Természetesen fontos az is, hogy milyen célt tűzünk ki: klisésen javasolhatnám, hogy „elérhető céljaid legyenek”, de szerintem sokaknak nem tiszta (nekem legalábbis nem az) már ennek a fogalma sem. Nos, attól tartok, hogy a határainkat csak a kudaraink segítségével ismerhetjük ki, amelyek csak akkor csapnak arcon minket, ha próbálkozunk. Ezért

én inkább úgy módosítanám a tanácsot, hogy ne féljünk nagy változásokat megálmodni, de akkor különösen türelmesnek kell lennünk magunkkal szemben, és készítsünk részletes tervet a nagy cél megvalósításának fokozataihoz, amihez tényleg tudjuk tartani magunkat. Ilyenkor azonban vissza kell venni az egónkból, és sok esetben olyan apró lépésekre kell osztani a fogadalom teljesítéséhez vezető utat, ami elsőre nevelésnek tűnhet, azonban idővel biztosan megköszönjük magunknak. Már most el lehet kezdeni tervezgetni a közelgő újévi fogadalmakat!

## DUE. TÁBOR. BALATON.

### VLOGGER, YOUTUBER, TIKTOKER

VIDEÓS, FOTÓS, PODCASTER, ONLINE ÚJSÁGÍRÓ  
TÁBOROK 2023-BAN A BALATON PARTJÁN.

**BALATONKENESE**  
**2023. JÚLIUS 15-23.**

Egyedülálló angol nyelvi képzés a DUE-táborokban!  
Részletek: [www.due.hu](http://www.due.hu)

[WWW.DUETABOROK.HU](http://WWW.DUETABOROK.HU)

# NETBIZTOS VIDEÓPÁLYÁZAT

**BIZTONSÁGBAN VAGY AZ INTERNETEN? TUDOD, MIRE FIGYELJ SZÖRFÖLÉS, CSETELÉS, KERESGÉLÉS, ZENEHALLGATÁS, VIDEÓNÉZÉS ÉS BLOGOLÁS KÖZBEN? KÉSZÍTS RÓLA VIDEÓT, HOGY SEGÍTS A TÖBBIEKNEK IS OKOSAN HASZNÁLNI A NETET! A YETTEL ÉS A DUE KÖZÖS PÁLYÁZATÁRA 2023. MÁRCIUS 31-IG JELENTKEZHETSZ.**

**BEADÁSI HATÁRIDŐ:  
2023. MÁRCIUS 31.**

A pályázatra két témában várunk maximum 3 perces kisfilmeket, videókat. Az egyik a biztonságos internethasználat, a másik az internet kreatív használata a tanulásban. A pályaművek legyenek figyelemfelkeltők, ötletesek, kreatívak, amelyet Te is szívesen megnéznél! A témán belül nincs megkötés, kiragadhatod bármely apró elemét vagy nagyobb részét is feldolgozhatod.

A pályázaton 12 és 22 év közötti fiatalok vehetnek részt. Egy pályázó több videót is beküldhet mindkét témában.

Az elkészített videókat a YouTube-ra kell feltölteni, a linket, illetve a bemutatkozást pedig a DUE pályázati felületén beküldeni. A pályaműveket szakmai zsűri értékeli. A három legjobbnak ítélt videó készítőjét díjazzuk

## DÍJAK:

- 1. helyezett:**  
1 tablet
- 2. helyezett:**  
1 okostelefon
- 3. helyezett:**  
1 okostelefon

A díjazottak kedvezményes részvételi lehetőséget nyernek a DUE 2023. évi nyári táborába, ahol megismerhetik a szakma mestertitkait.

A legjobb alkotások közönségbemutatója, valamint az ünnepélyes eredményhirdetés és díjátadás a 30. Országos Ifjúsági Sajtófesztiválon lesz 2023 májusában.

A pályázatokat kizárólag elektronikusan lehet beadni a **www.due.hu/palyazat** weboldalon keresztül. Az anyagodat töltsd fel a YouTube-ra, és a linket küldd be a pályázatbeadó felületen!



# „EZ A KILENC ÉV TETT AZZÁ, AKI VAGYOK”

**FÁBIÁN BALÁZS, TIZENHAT ÉVES FEHÉRGYARMATI ÚSZÓ A TAVALYI ORSZÁGOS DIÁKOLIMPIÁN KORCSOPORTJÁBAN ARANYÉRMET SZERZETT 100 MÉTERES HÁTÚSZÁSBAN. IKERTESTVÉRÉVEL, DÁVIDDAL EGYÜTT 6 ÉVES KORÁBAN KEZDETT ÚSZÁSSAL FOGLALKOZNI SZÜLEI HATÁSÁRA, EKKOR MÉG ELSŐSORBAN EGÉSZSÉGÜGYI OKOK MIATT.**

Balázs elmondása szerint kezdetben csak hobbiként tekintett a sportágra, majd ahogy a rendszeres edzésekkel egyre jobban fejlődött a teljesítménye, elgondolkodott azon, hogy versenyszerűen is úszhatná az úszást, ám első megmérettetésén sajnos nem tudott részt venni, nem indult gördülékenyen a versenyzés.

„A testvéremmel sosem voltak komolyabb nézeteltéréseink, inkább csak egészséges testvéri rivalizálás van közöttünk” – mondta. Egymást motiválják arra, hogy minél jobbak legyenek a medencében. Közösen hoznak meg minden döntést, mondhatni ugyanazon az úton járnak.

A hátúszásra leginkább egy genetikai adottság miatt esett a választása, mert kiderült, Balázsnak nagyon jó a vízfekvése, ami ebben az úszásnemben nagy előnynek számít. Testvére fizikálisan erősebb, mint ő, ezért ő inkább a gyorsúszásban jeleskedik, de mivel felkészülése során szükséges egy úszó, aki húzza őt és motiválja, ezért testvére is elkezdett hátúszással foglalkozni. Balázs elmondása szerint már neki is nagyon jól megy ez az úszásnem.

Két évig kézilabdázott is, elmondása szerint számára nem volt könnyű. „Egy héten sokszor egybeestek az edzések, ezért választanom kellett, hogy melyikre megyek el, így egy idő után felhagytam a kézilabdával. Nagyon nehezen tudok veszíteni. Rájöttem, hogy az úszásban csak magamat okolhatom a hibák miatt, a kézilabda ezzel szemben ennél összetettebb, mivel ez egy csapatsport, ezért nem lehet csak egy embert okolni az esetleges hibákért. Az úszásban jobban ki tudok teljesedni. Számomra ez egy olyan sport, amit mindennap szívesen úzok, akár egész nap tudnám csinálni, addig, amíg ki nem fáradok, általa önmagam lehetek.”

Eleinte nem terveztek hosszútávra, viszont közben felkerültek komolyabb kategóriákba, ahol már távolabbi célokat tűztek ki maguk elé. Ám ebből hamar ki kellett hátrálniuk, 2019-ben jött a fordulópont, amikor szüleivel közösen az úszás helyett a tanulást választották, az került a fókuszba. A nemzetközi szinten való versenyzést és az arra való felkészülést Balázs abba is hagyta, inkább a megyei, országos versenyeken vesz részt már néhány éve. Érettségi után tanulmányait a Debreceni Egyetemen szeretné folytatni.

Balázs elmesélte, legszebb emléke a sport vonatkozásában az volt, amikor először nyert országos diákolimpián. „Rengeteg

élmény fűz magához az uszodához Hódmezővásárhelyen, ahol megrendezték az eseményt. Nagyon sokat készültünk arra a versenyre, sok energiát fektettünk bele, végül jó érzés volt az, amikor a munkának meglett a gyümölcse, ami ez esetben egy aranyérem volt.” Balázs következő kitűzött célja, hogy a 2023-as országos diákolimpián ismét a dobogó tetejére tudjon majd felállni, és ahhoz, hogy ezt elérje, elmondása szerint mindent meg is fog tenni, amit csak lehet.

(Ádám Tünde)

# „EGÉSZEN CSODÁLATOS LENNE A TÖBBIEKKEL, AKIKKEL SZINTE EGYÜTT NÖTTEM FEL, EGY EB-RE VAGY VB-RE ELUTAZNI”

**A KAJAKPÓLÓ IZGALMAS KOMBINÁLT SPORT, AMI A KOSÁRLABDÁT, A VÍZILABDÁT ÉS A KAJAKOT ÖTVÖZI – SZAMOSVÁRI ZSOMBOR, TIZENHÉT ÉVES SZEGEDI SPORTOLÓ MÁR NÉGY ÉVE ŪZI. MAGYARORSZÁGON RENDKÍVŪL ÚJKELETŪ A KAJAKPÓLÓ, AZ 1980-AS ÉVEKBEN JELENT MEG HAZÁNKBAN, SZEGEDEN PEDIG MINDÖSSZE CSAK NÉGY ÉVE.**

De hogy is kell elképzelni ezt a sportot? Először is, a kajak úgy jön képbe, hogy a 35x23 méter átmérőjű pálya a vízen helyezkedik el. A kétszer 10 perces meccset két ötfős csapat játssza, akik több gölt lőnek a speciális kajakpóló labdával, azok nyernek. A kosárpalánk alakú kapu két méter magasan helyezkedik el, oda kell fellőni a labdát. Érdekes, hogy a két csapat játékosai között közvetlen kontakt van, teljesen szabályos belőgni a vízbe azt, aki a labdát birtokolja éppen. Ilyen esetben a játékos a kajakkal együtt merül víz alá, ahonnan az úgynevezett eszkimófordulóval tud visszajönni.

„A kajakpóló előtt kézilabdáztam, úgyhogy onnan jött a labdás sportok iránti szeretetem. Utána elmentem kajakozni, és ott az edzőm keresett meg azzal, hogy indul egy új sport Szegeden” – kezdte Zsombor. Nagyon tetszett neki a koncepció, izgalmas új kihívásnak tartotta, így belevágott. „Én igazából benne ragadtam, mert a közösséget is nagyon szeretem és tényleg nagyon összetartó csapatról beszélhetünk.” Elmondta, hogy komplikált sport, hiszen az egyensúlyérzék mellett az sem hátrány, ha találkozott már az ember előtte labdával, emellett a törzs erőssége is rendkívül fontos a kajak irányításához.

Bár nincs sok egyesület Magyarországon, országos bajnokságot azért ebben a sportágban is szoktak rendezni, de kisebb tornákat is szerveznek. A szegedi csapat szeptember 11-én a Maty-éren megrendezett mérkőzésen első helyet ért el az U18/divízió 2-ben. „Főleg külföldre szoktunk menni versenyezni, bár egyáltalán nem gondolom, hogy ezt hátrányként kéne felfogni, hiszen nyelvgyakorlás szempontjából is egy tök jó dolog.” A csapat idén például Olaszországban, Triesztben járt, ahol megnyerték a X. Trofeo Ponterosso elnevezésű tornát, emellett voltak még Bécsben, és a lengyel Katowicében is. „Ezek nagyon jó élettapasztalatok ilyen fiatal srácoknak, mint mi vagyunk.” Zsombor azt is elmondta, ez még nem tartozik az olimpiai sportágak közé, viszont cél, hogy bekerüljön. „Az új szabályok is egyre jobban arra mennek rá, hogy ehhez közelebb kerüljünk. Ez nyilván nagy álma lenne minden hazai kajakpólósnak, hogy egyszer az olimpián is feltűnhessen magyar színekben.”

Azt is elárulta, hogy mik a hosszútávú céljai a kajakpólóval. „Szeretnék a CPS Ligában részt venni. Ez egy olyan kínai megmérettetés, ahol a világ minden tájáról a legkiemelkedőbb játékosokat gyűjtik össze és versenyeztetik meg. Új csapatokat állítanak össze különböző nemzetiségű

játékosokból, akiknek van pár napjuk, hogy összeszokjanak, aztán kezdetét veszi maga a bajnokság, ahol ezek a kreált, ideiglenes csapatok összezsapnak egymással.” Zsombor a társaság miatt is minél tovább a sportágban szeretne maradni. „Egészen csodálatos lenne a többiekkel, akikkel szinte együtt nőttem fel, egy Eb-re vagy vb-re elutazni.”

A csapatról is mesélt pár szót. „Négy évvel ezelőtt, amikor megalakultunk, még látszott a tapasztalatlanság, és az, hogy nem igazán tudtuk hogyan kéne ezt a játékot jól játszani, viszont évről évre egyre jobbak lettünk és azt gondolom, most már ahhoz képest, hogy elég fiatal csapat vagyunk, nagyon sok érmet tudhatunk magunk mögött, és azt látom, hogy ez a tendencia nem áll meg. Egyre jobban számítanak ránk a csapatok is, és félnék tőlünk, hogy éppen mivel fogunk előrukkolni.”

(Szathmáry Emese)

# KISZÁMÍTHATÓAK VAGYUNK, DE CSERÉBE MEGKÖNNYÍTI AZ ÉLETÜNKET: JELENLÉTÜNK A DIGITÁLIS VILÁGBAN

**MAGYARORSZÁG NÉPESSÉGÉNEK KÖZEL 90 SZÁZALÉKA INTERNETHASZNÁLÓ. A NEMZETI MÉDIA- ÉS HÍRKÖZLÉSI HATÓSÁG JÚNIUSI FELMÉRÉSE ALAPJÁN A LEGTÖBBET A 24 ÉS 44 ÉV KÖZÖTTIEK VANNAK JELEN A DIGITÁLIS VILÁGBAN, KÖZEL 98%-UK RENDSZERESEN INTERNETEZIK. AZ ARÁNY EGYRE NÖVEKSZIK A KISGYERMEKEK, AZAZ AZ 5 ÉVNÉL FIATALABBAKAT ILLETŐEN IS. NEM CSODA HÁT, HOGY A 21. SZÁZAD EGYIK LEGTÖBBSZÖR ELŐKERÜLŐ TÉMÁJA MÁRA TUDOMÁNNYÁ NÖTTE KI MAGÁT, ÉS OLYAN SÚLYOS KÉRDÉSEKRE KUTATJA A VÁLASZT, MINT PÉLDÁUL, HOGY HOGYAN HAT EZ A FAJTA JELENLÉT A TÁRSADALOMRA.**

## MIT IS JELENT PONTOSAN „DIGITÁLISAN JELEN LENNI”?

Tulajdonképpen mindenki jelen van digitálisan, aki bármilyen kontaktusban áll valamilyen okos eszközzel vagy az internettel, legyen az egy páratartalom mérő a kerti faházban vagy egy hírportál napi látogatása. Tudtad, hogy 6,2 millióan használnak CSAK okostelefont hazánkban? Ez több, mint a teljes népesség 63 százaléka. Ez a szám egyre gyorsabban növekszik, ami leginkább annak köszönhető, hogy a világ hipergyorsasággal ölti magára azt a hálózatfonálból kötött digitális köntöst, ahol minden egyszerűbb, gyorsabb és könnyebb. A kényelem sok időt megspórol nekünk, és mivel az idő pénz, természetes, hogy prioritásaink ekörül forognak. Ennek persze megvannak a maga előnyei és hátrányai.

## AMIÉRT JÓ

A digitális jelenlét nem csak a mindennapjainkat könnyíti meg, hanem jelentősen segít redukálni a különböző helyzetekből fakadó problémáinkat is. Ráadásul sokrétűségének köszönhetően nem csak a közösségi médiáról vagy a videojáték-függőségről beszélhetünk. A páratartalom

mérőn ugyan nincsenek játékok, de cserébe néhány gombnyomással adatokat kaphatunk a kerti faház levegőjéről, és annak alapján válaszokat nyerhetünk olyan kérdésekre, mint például „be fog-e penészedni a fal télen?”, ami nem elhanyagolható téma, ha többmillió károkat okozhat az információhiány.

Emellett sokat segít fejlődünk is, ha a megfelelően használjuk ki a digitális világ adta lehetőségeket. Mi válogatjuk ki, milyen formában szeretnénk olvasni, de hatalmas előnyt jelent például a könyvek elektronikus elérése. Az e-book legegyszerűbb verzióján is több száz könyvet lehet eltárolni, ezzel helyet és költséget spórolhatunk.

Az oktatásban is egyre nagyobb szerepet kapnak az olyan eszközök, amik segítik, megkönnyítik a tanulást. Még akarattal sem kerülheti el a legkisebb gyermeket sem a digitális világ, így nem megvonni kellene az eszközt tőle, hanem megtanítani arra, hogyan használja felelősen azt.

## ÁRNYOLDALAI

Digitálisan jelen lenni annyit tesz, hogy visszakereshető adat leszel ebben az óriási

halmazban. Teljesen mindegy, hogy csak a páratartalom mérő adatait olvasod vagy egy híroldalt böngészel, nyomot hagysz magad után, amivel hozzájárulsz e hatalmas szekunder univerzum bővüléséhez. Egy online felhasználó adatainak bizonyos részei már nem csak az ő birtokában vannak, ennek pedig súlya és jelentősége van különböző helyzetekben.

Ezt hívják digitális lábnyomnak, mellyel beazonosíthatóvá válunk és következtetni lehet a tevékenységeinkre. Így az ember könnyen kiszámíthatóvá válik, általa a megfelelő módszerekkel pedig befolyásolhatóvá is. Sok esetben ezzel visszaélhetnek, például az adathalász weboldalak vagy álprofilok, amik pénzt akarnak kicsalni a képernyő túloldalán mit sem sejtő emberből. De nem kell ilyen messzire sem mennünk, ha csak arra gondolsz, hogy ha a telefonod mellett beszélgetsz a jövő évi nyaralási terveidről, azonnal nyaralási tipppekkel bombáznak majd a különböző applikációk.

Éppen ezért nagyon oda kell figyelni, hogyan vagyunk jelen a digitális világban, nem csak a magunk, de mások érdekében is.

(Németh Fruzszi)

# PROSULI

## A LEGTUTIBB DIGITÁLIS OKTATÁS

**SOKAN NEM SZERETIK, RENGETEGEN PREFERÁLJÁK – MEGOSZTÓ KÉRDÉSKÖR AZ ELMÚLT ÉVEKBEN ÁLLANDÓ TÉMÁVÁ VÁLT DIGITÁLIS OKTATÁS. EGYESEK ELLENZIK, MÁSOK TÁMOGATJÁK AZ ELEKTRONIKAI ESZKÖZÖK BEVONÁSÁT A TANÓRÁKBA. AZ UTÓBBIKAT SZERETNÉ TÁMOGATNI A YETTEL 2015-BEN LÉTREHOZOTT ORSZÁGOS KEZDEMÉNYEZÉSE A PROSULI PROGRAM.**

### A PROGRAM CÉLJA

A ProSuli 2015-ben indult, akkor még Hipersuli néven. Fő küldetése, hogy iskolákat fogjon össze, támogassa a digitális oktatásra nyitott pedagógusok munkáját, valamint tudatos internethasználatra nevelje a gyerekeket és szüleiket egyaránt. A Yettel szupergyors hipernet hozzáféréssel járul hozzá a diákok oktatásához, mára országszerte mintegy 135 iskolába jutott el a program. Digitális tananyagfejlesztő pályázatának tréninganyagait közel 800 tanár alkalmazza, több mint 40 000 fiatal elérvé ezzel. A hálózathoz csatlakozott iskolák pedagógusai részt vehetnek ingyenes tanárképzéseken és szakmai támogatást is kaphatnak. Emellett a kezdeményezés arra biztatja a tanárokat, hogy a tanórák során bátran merjenek oktatási célra kifejlesztett alkalmazásokat használni.

### A LEHETŐSÉG ADOTT

A ProSuli programba az ország bármely iskolája beléphet, amennyiben nyitottak és elkötelezettek a digitális oktatás iránt. Az intézmények a csatlakozással vállalják, hogy elkötelezettek a digitális oktatás fejlesztéséért, tanáraik elvégzik a ProSuli online kurzusait, és félévente beszámolnak a digitális oktatás aktuális fejleményeiről az iskolában. Arra is lehetőség van, hogy olyan pedagógusok is csatlakozzanak, akiknek iskolájuk nem vesz részt a programban. A ProSuli az évek során felhalmozott tapasztalatok felhasználásával akkreditált képzést is biztosít.

### A PANDÉMIA ALATT SEM ÁLLT LE

A program 2020-ban, a koronavírus járvány miatti iskolabezárás idején is igyekezett segíteni a tanárokat. Javaslatcsomagot készített a pedagógusok, intézmények és szülők számára, internetes oldalakat ajánlott többek között számonkéréshez, gyakorláshoz vagy akár online prezentáláshoz.

### AZ ÉLVEZETESEBB TANULÁSÉRT

A ProSulit nem úgy kell elképzelni, hogy egész nap monitor elé kényszeríti a gyerekeket, hanem mint egy lehetőséget. Amikor arra szükség és lehetőség van, a tanulók használhatják az elektronikai eszközöket, hogy ezáltal szívesebbé, interaktívabbá váljanak a tanórák. Ez a módszer előnyös mind a tanárok, mind a diákok számára, hiszen sokkal szórakoztatóbb, motiválóbb, ha nem csak papírra írják a megoldásokat, hanem élvezik az alkalmazott modern eszközök

és technikák adta lehetőségeket. A másik oldalról a pedagógusok sokkal könnyebben tudják megalkotni a feladatokat, mint a hagyományos módon, ráadásul javítaniuk sem kell azokat, mert a legtöbb applikáció azonnal kiírja a helyes megoldásokat. A diákok, ha jól dolgoztak, dicséretet kapnak, ha hibáztak, újabb próbálkozásra való ösztönzést és további gyakorlásra való biztatást, ami elengedhetetlen az eredményes tanuláshoz.

# FIOLA ATTILA: „HA AZT MONDANÁK, HOGY ÁLLJAK BE A KAPUBA, AKKOR AZT IS MEGTENNÉM”

FOTO: MOLFEHÉRVARFC.HU

**A MAGYAR LABDARÚGÓ-VÁLOGATOTT ÉS MOL FEHÉRVÁR FC ALAPEMBERE, A 32 ÉVES FIOLA ATILA GYEREKKORÁTÓL KEZDVE ELSZÁNT MAXIMALIZMUSSAL ÁLLT A FOCIHOZ. A 2016-OS EB ELSŐ MÉRKŐZÉSÉN SÉRÜLÉST SZENVEDETT, TAVALY NYÁRON VISZONT KÁRPÓLTÁ AZ ÉLET A FRANCIÁK ELLEN LÖTT GÓLJÁVAL - AZ ALÁZATOS VÉDŐ MÉGIS INKÁBB A CSAPAT ÉRDEKEIT TARTJA SZEM ELŐTT MINDIG.**

## TÖBB INTERJÚDAT

**VISSZAOLVASVA FELTŰNT, HOGY GYAKRAN HIVATKOZOL A 2000-ES UEFA-KUPA DÖNTŐRE. TÉNYLEG ENNEK AZ ESEMÉNYNEK HATÁSÁRA DÖNTÖTTED EL, HOGY LABDARÚGÓ LESZEL, VAGY EBBEN VAN AZÉRT EGY KIS KÖLTŐI TÚLZÁS?**

Az első focihoz kapcsolódó emlékem a 2000-es Európa Bajnokság, illetve az általad is említett Arsenal-Galatasaray mérkőzés. Ott kezdtem igazán labdarúgást nézni és követni, mert addig nem kötött le. Lejártam a szülőfalumba, Dunakömlődre focizgatni a barátaimmal, de ez csak hobbi volt. Szerencsém volt, hogy félév után felfigyeltek rám és elvittek Paksra. Valahogy így kezdődött a foci iránti szerelmem.

**GELLEI IMRE ÉS KIS KÁROLY VOLT A LEGMEGHATÁROZÓBB SZEMÉLY A KARRIERED SORÁN?**

Igen, mert ha nincsenek ők, akkor ki tudja, hogyan alakul a pályafutásom. Imre bánál kerültem be a felnőttcsapatba, nála kezdtem el

játszania az NB1-ben. Félév után jött a váltás és „Kiskarcsi” a helyére, onnantól kezdve kerültem hátra védőnek. Sokat köszönhetek nekik.

**VELÜK A TINÉDZSER ÉVEID SORÁN TALÁLKOZTÁL. EZ EGY NAGYON FONTOS ÉS SZENZITÍV IDŐSZAK AZ EMBER ÉLETÉBEN. HOGYAN PRÓBÁLTAK MEG TÉGED TERELGETNI A PÁLYÁN KÍVÜL?**

Imre báról tudni kell, hogy ő pedagógus is. Nagyon sokszor volt olyan, hogy edzés előtt vagy után olvasni kellett. Próbálta egyengetni a fiatal játékosok útját. Nekem ez sokat segített. Arra, hogy az ember mit csinál a szabadidejében, arra nem volt ráhatása és rátekintése. Én az a személyiség voltam, aki igyekezett mindent a futballnak áldozni.

**A PAKS JÁTÉKOSA VOLTÁL, AMIKOR ELŐSZÓR BEHÍVTAK A VÁLOGATOTTBA. MENNYIRE IZGULTÁL, MIKOR BEÁLLTÁL FERŐER-SZIGETEK ELLEN?**

Azt tudni kell, hogy Egervári Sándortól kaptam meg az első meghívómat. Sajnos akkor, 22

**NOVEMBER 20-ÁN  
KEZDŐDIK KATARBAN  
A 2022-ES FÜTBALL  
VILÁGBAJNOKSÁG.**

évesen nem sikerült bemutatkoznom. Pintér Attilánál pedig sérüléssel bajlódttam, mert akkoriban műtöttek a térdem. Utána jött a váltás Dárdai Pál személyében, aki Ferőer-szigetek ellen félíbőben szőlt, hogy be fogok állni. Igazából sok időm nem volt, hogy gondolkozzak, mivel azonnal melegeítenem kellett. Próbáltam ellátni azokat a feladatokat, amiket kértek tőlem. Örölök, hogy ez sikerűlt, és a mai napig tagja lehetek a nemzeti egyűttesnek.

**BENNED NAGY BIZONYÍTÁSI VÁGY VAN, NEM?**

Bennem mindig az volt. Ha valamit csinálók, azt maximálisan teszem. Ha játszok valaki ellen, bármit, akár pingpongot vagy kosárlabdát, mindig nyerni akarok. Már kiskoromban is maximalista voltam. Örölök,



FOTÓ: MOLFEHÉRVARFC.HU

hogya a szüleim így neveltek. Mindig szerettem volna érzékelteni, hogy képes vagyok elérni a céljaimat – feljutni az NB1-be, ott megmaradni, a válogatottba meghívót kapni.

### EMLÍTETTED, HOGY MAXIMALISTA VOLTÁL MÁR GYERMEKKORODBAN IS. EZ MIBEN NYILVÁNULT MEG?

Abban, hogy már ott is a focinak szenteltem mindent. Ha szakadt az ég, ha esett a hó, akkor is mentem edzésre. Volt, hogy hőemelkedéssel is elmentem. Ráadásul nekünk Dunakömlődről nehezebb volt bejárni mindennap Paksra, mert a szüleim nem teheték meg, hogy legyen autónk. Emiatt busszal jártam. Volt, hogy iskola után haza se mentem, hanem egyből edzésre. Ez sok áldozattal járt, de hál' Istennek, mindent úgy csináltam, ahogy kellett.

### MÉG A 2016-OS EB-RE VALÓ KIUTAZÁS ELŐTT NYILATKOZTAD A KÖVETKEZŐT: „HA KELL, CRISTIANO RONALDOT IS LERADÍROZOM A PÁLYÁRÓL”. AZON GONDOLKODTAM, HOGY AKI ENNYIRE ELSZÁNTAN ÁLL NEKI AZ ÉLETNEK, AZ NEM ROPPAN ÖSSZE LELKILEG, MIUTÁN A TORNA ELSŐ MÉRKŐZÉSÉN LESÉRÜL?

Nem olyan sérülés volt, ami lelkileg is megviselt volna. Sajnos azon az Ausztria elleni mérkőzésen kifordult a bokám egy ütközéses, becsúzás után. Ott belementem egy olyan szituációba, amibe nem biztos, hogy bele kellett volna. Így Ronaldo ellen nem volt sanszom játszani.

### MENNYI IDEIG TARTOTT A TELJES FELÉPÜLÉSED? TÚLZÁS LENNE AZT ÁLLÍTANI, HOGY EZ ALAPVETŐEN HATOTT A KARRIEREDRE?

Az év szeptember elején játszottam újból tétmérkőzést, úgyhogy akkor még fájt. Azt a bokasérülést megközelítőleg még három

évig éreztem. Azóta is bandázssal játszom, ennél fogva maradandó sérülés volt. A pályafutásomat alapvetően befolyásolta. Azon a nyáron eredetileg külföldre szerettem volna igazolni, de ez a sérülés miatt nem jött össze. A klubváltás után kerültem a Videotonhoz.

### TAVALY KÁRPÓTOLT AZ ÉLET A FRANCIÁK ELLEN RÚGOTT GÓLOD SORÁN. EGY ÉV TÁVLATÁBÓL MEKKORA JELENTŐSÉGE VAN EGY ILYEN TALÁLATNAK EGY FOCISTA-KARRIERBEN?

Teszem a dolgom, csinálom azt, amit kérnek tőlem. Ha azt mondanák, hogy álljak be a kapuba, akkor azt is megtenném. Az edző számol velem, ahol tudok segítek a csapatnak. Én mindig az ő érdeküket tettem előbbre. Soha nem voltam egyéni sikerekben gondolkozó játékos. Örülök, hogy betaláltam Franciaország ellen, de annak még jobban, hogy a válogatott jól teljesített. Egy év távlatából jó visszagondolni ezekre az emlékekre. Lesz mit mesélni a kisfiamnak, illetve az unokáimnak.

### A VÁLOGATOTTBAN MENNYIRE TARTOD MAGAD VEZETŐ SZEMÉLYISÉGNEK?

Van szavam a csapaton belül, ha kikérik a véleményem, akkor elmondom. Én is elég régóta, tíz éve vagyok a keretben – ebből nyolc éve játszom is –, emiatt, mint régi motorost, jobban tisztelnék. Én viszont azt gondolom, hogy nem vagyok egy Szalai Ádám. Ő egy nagy vezetői karakter és egyéniség. Én annak nem mondanám magam. Inkább próbálok a háttérben dolgozni, csinálni a feladataimat, mint egy szorgos kis hangya. Ha esetleg arra kerül a szó, hogy valakivel beszélni kell külön, azt természetesen szívesen megteszem.

### LEGKÖZELEBB TAVASSZAL FOGTOK TÉTMÉRKŐZÉST JÁTSZANI BULGÁRIA ÉS MONTENEGRÓ ELLEN. MIT GONDOLSZ, MIK A REÁLIS

## NOVEMBER 25-ÉN INDUL A NAGY MAGYAR FOCITESZT DIÁKOKNAK!

KERESD A [WWW.NAGYDIAKTESZTEK.HU](http://WWW.NAGYDIAKTESZTEK.HU) OLDALON VAGY A NAGY DIÁK TESZTEK APPLIKÁCIÓBAN ÉS TEDD PRÓBÁRA MAGAD, MENNYIT TUDSZ A MAGYAR FOCIRÓL!

### ELVÁRÁSOK A CSOPORTON BELÜL, ÚGY, HOGY KÍVÜLRŐL KIKIÁLTOTTAK TITEKET A CSOPORT ESÉLYESÉNEK?

Nyilván lehetett volna nehezebb csoport a mienk, de könnyűnek sem nevezném. Azt gondolom, hogy küzdős mérkőzéseink lesznek. Remélem, sikerül azt a formát átmenteni, amit az elmúlt időszakban mutatott a gárda. Bízom abban, hogy jól fogunk teljesíteni a selejtező sorozatban, és kijutunk az EB-re. Addig lesz még két felkészülési mérkőzés Luxemburg és Görögország ellen. Azokat megpróbáljuk sikeresen lehozni, aztán majd készülünk a márciusi megmérettetésekre.

(Németh Máté)

# Mit nyújtanak ma az egyetemi IT-szakok?

**A KÖVETKEZŐ KÉT ÉVBEN AKÁR 44 EZER ÚJ INFORMATIKUST IS ALKALMAZNI TUDNÁNAK A CÉGEK – FELTÉVE, HA LENNE ELÉG SZAKEMBER A MUNKAERŐPIACON. BÁR AZ INFORMATIKAI KARRIERÚTON EGYÉRTELMIEN ELŐNYÖSEBB HELYZETBŐL INDULNAK AZOK, AKIK FELSŐFOKÚ INFORMATIKAI KÉPZÉSBEN VETTEK RÉSZT, SOKAN MÉG MINDIG TARTANAK ATTÓL, HOGY A FELSŐOKTATÁS NEM KÖVETI MEGFELELŐ ÜTEMEN A MUNKAERŐPIAC IGÉNYEIT. CIKKÜNKBEN ELOSZLATJUK A TÉVHITEKET ÉS BEMUTATJUK A HAZAI EGYETEMEK LEGINNOVATÍVABB IT-KÉPZÉSEIT.**

Az egyetemi informatikai képzésekkel kapcsolatban számos tévhit kering. Sokan azt gondolják, hogy a felsőoktatási képzések nem képesek megfelelő rugalmassággal reagálni a munkaerőpiac elvárásaira és az IT-terület megállíthatatlan technológiai fejlődésére. Pedig az egyetemi alap- és mesterképzéseken a legkorszerűbb tudás elsajátítására van lehetőség, az egyes IT-szakok pedig kifejezetten a különböző mérnöki szakmák közötti interdiszciplináris kapcsolódásokat helyezik a fókuszba. Cikkünkben néhány kifejezetten innovatív informatikai képzést és az egyetemek leghaladóbb fejlesztéseit mutatjuk be.

## CSÚCSTECHNOLÓGIA MESTERFOKON: AUTONÓMRENDSZER-INFORMATIKA

Az önvezető járművek fejlesztése egyike napjaink legdinamikusabban fejlődő kutatási területeinek. Ezek a rendszerek rövidesen a hálózatba kapcsolt okoseszközeink közül a legfontosabbakká léphetnek elő, óriási kihívások és kiváló megélhetés várhat tehát mindazokra, akik e terület szakembereivé válnak. A legkorszerűbb IT-technológiákban mélyülhetnek el azok, akik az informatikai alapképzés, vagy legalább 40 kreditnyi matematikai, számítástudományi és informatikai tárgy elvégzése után az Eötvös Loránd Tudományegyetem Informatika Karának angol nyelvű autonómrendszer-informatikai mesterképzésére jelentkeznek. A képzésben résztvevő hallgatókat elsősorban az intelligens rendszerek szoftvereinek

tervezésére készítik fel, de számos tárgyat tanulnak a szoftvertológiához, a mesterséges intelligenciához, a gépi tanuláshoz, az adatbányászathoz, a számítógépes kép- és feldolgozáshoz, a folyamatirányításhoz, a számítógépes grafika és az érzékelés témaköreikhez kapcsolódóan is, a választható tantárgyak között pedig a térinformatikai rendszerek, az autonóm rendszerek biztonsági kérdései és az ipari matematika is megtalálható. Az autonómrendszer-informatikus mesterszakon a hallgatók ipari partnerekkel közös kutatás-fejlesztési projekteknél is részt vehetnek.

## ÚJ INFORMATIKAI KÉPZÉS A PALETTÁN: ÉPÍTMÉNYINFORMATIKA

2022 tavaszán vadonatúj képzés indul a Budapesti Műszaki Egyetemen: jövőre első alkalommal lehet majd építményinformatika szakra jelentkezni. A tavasszal angol nyelven elinduló képzés kifejezetten a piaci igényekre reagál, hiszen ma már az építőiparban is egyre nagyobb teret nyer a digitalizáció. A képzés végzős hallgatói képesek lesznek az épített környezethez és a létesítményhez kapcsolódó kihívások informatikai, valamint építőmérnöki tudást egyaránt igénylő problémáinak megoldására, tanulmányaik során pedig az épített környezettel és létesítményekkel kapcsolatos informatikai, építmény-információs, valamint építőmérnöki, építészmérnöki, gépészmérnöki, villamosmérnöki és informatikai műszaki fejlesztési ismeretekre tehetnek szert, és képesek lesznek irányítási és projektmenedzseri feladatok önálló ellátására is.

## BPROF, AVAGY AZ ÚJ TÍPUSÚ ÜZEMMÉRŐK ALAPKÉPZÉS

A 2018-ban indult képzésen az első üzemmérnök-informatikus évfolyam éppen ebben az évben végez. Az új Bprof képzés a bachelor képzésekhez hasonlóan alapszakos diplomát ad, e szak azonban a hagyományos egyetemi alapképzésekhez képest sokkal gyakorlatorientáltabb, és nem titkoltan a hazai



informatikus szakemberhiányt próbálja orvosolni. Az üzemmérnök-szakos hallgatók a 6 féléves képzés utolsó évében már valós és releváns munkatapasztalatot szerezhhetnek, az egyetem ugyanis nagyvállalatokkal együttműködve kooperatív képzés keretén belül oktatja a hallgatókat, akik a tantárgyaik jelentős részét a vállalatnál végzett munkájukkal teljesítik. Az első BProf/üzemmérnök-szakos hallgatók a Pannon Egyetemen, az Óbudai Egyetemen, a BME-n, valamint a Gábor Dénes Főiskolán fejezik be a tanulmányaikat a közeljövőben.

**Ha pályaválasztás előtt állsz és felkeltették az érdeklődésedet az egyetemi informatikai képzések, látogass el a [programozdajovod.hu](http://programozdajovod.hu) és a [felvi.hu](http://felvi.hu) weboldalakra, hogy többet megtudhass ezekről a képzésekről!**

**SZÉCHENYI** 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Regionális  
Fejlesztési Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**



# „A legolcsóbb energia a fel nem használt energia”

**AZ IDÉN MÁSODSZOR MEGHIRDETETT NAGY DIÁK KLÍMATESZT CÉLJA AZ VOLT, HOGY A JÁTÉKOSOK NE CSAK FELMÉRJÉK TUDÁSUKAT A KLÍMAVÁLTOZÁSSAL KAPCSOLATBAN, DE MINÉL TÖBBET TUDJANAK MEG A TEREMTETT VILÁG VÉDELMEÉRŐL IS. ÉV VÉGÉRE A KLÍMAHELYZET MELLETT AZ ENERGIA IS KÖZPONTI KÉRDÉSSÉ VÁLT. DELI DANIELLA, A TECHNOLÓGIAI ÉS IPARI MINISZTERIUM KLÍMAPOLITIKÁÉRT FELELŐS HELYETTES ÁLLAMTITKÁRA VÁLASZOLT KÉRDÉSEINKRE.**

## **IDÉN REKORDSZÁMÚ, KÖZEL 40 EZER FIATAL KAPCSOLÓDOTT BE A NAGY DIÁK KLÍMATESZTBE. ÖN SZERINT MINEK KÖSZÖNHETŐ EZ A NAGY ÉRDEKLŐDÉS? ÉVRŐL ÉVRE KLÍMATUDATOSABBAK A FIATALOK?**

Valóban megfigyelhető az az örömteli trend, hogy a magyar fiatalok egyre nagyobb hányada tartja fontosnak a klímavédelmet és a klímatudatos életmódot. Ez köszönhető annak is, hogy a hazai és nemzetközi médiában egyre nagyobb teret kap a fenntarthatóság kérdése, illetve egyre több szervezet – vállalatok, think tankok, nemzetközi intézmények – tűzi zászlajára a klímaváltozás negatív hatásai elleni fellépést. A magyar kormányzat is célul tűzte ki a fiatalok fenntartható fejlődés iránti elkötelezettségének növelését, ezt szolgálja például a fenntarthatóság, mint tantárgy bevezetése a középiskolákban.

## **ÖN MIÉRT TARTJA FONTOSNAK, HOGY EZ A KOROSZTÁLY VALÓDI INFORMÁCIÓKRA, TÉNYEKRE ALAPOZVA TÁJÉKOZÓDJON A KLÍMAVÉDELEMRŐL ÉS PRÓBÁLJON CSELEKEDNI A TEREMTETT VILÁG VÉDELME ÉRDEKÉBEN?**

A klímaváltozás hatásai elleni fellépés egyre növekvő társadalmi népszerűsége okán egyre több tudományos alapú, szakértői anyag is születik Magyarországon és külföldön egyaránt. Fontos, hogy a fiatal korosztály, amelynek a jövője elsősorban függ a klímavédelem terén tett jelenlegi lépésektől, ezekből a hiteles forrásokból is tájékozódjon. Ezzel

az elmélyültebb tudással ugyanis nagyobb eséllyel tudnak majd érdemi változásokat elérni a jövőben. Ezt a szakértői utánpótlás szempontjából is rendkívül fontosnak tartom.

## **TAVALY STEINER ATTILA ÁLLAMTITKÁR ÚRRAL A KLÍMA ÉS AZ ENERGETIKA KAPCSOLATÁVAL ZÁRTUK A BESZÉLGETÉSÜNKET. AZÓTA NAGY VÁLTOZÁSOK VOLTAK A VILÁGBAN. ÖN SZERINT AZ ELSZABADULÓ ENERGIAVÁLSÁG MENNYIBEN ÍRJA FELÜL A KLÍMAVÉDELMI SZEMPONTOKAT?**

A magyar kormány számára elsődleges szempont a magyar emberek energiaellátásának biztosítása, ami átmenetileg – az energiabiztonság érdekében – a hagyományos energiatermelés fokozott igénybevitelét is jelentheti. Egyidejűleg a kormány klímavédelmi céljai változatlanok, azok teljesítésével továbbra is haladnunk kell. A klímavédelem és az energiatakarékosság egymással szoros összefüggésben álló fogalmak, nincs egymással ellentétes hatásuk, mivel az energiamegtakarítás szén-dioxid kibocsátás-csökkenéssel is jár. A megújuló energia felhasználás növekedni fog az elkövetkező években, így közép- illetve hosszú távon elmondható, hogy a jelenlegi helyzet nem hogy visszaveti, hanem épp ellenkezőleg, felgyorsítja a klímavédelmi szempontok által vezérelt zöld gazdasági átalakulást.

Bizonyos szempontból tehát elmondható, hogy az energiaválság előmozdítja a klímatudatos gondolkodást, még ha az indokai eltérőek is.

## **LEHET-E EGYSZERRE AZ EMBER KLÍMATUDATOS ÉS ENERGIATUDATOS?**

Ha valaki energiatudatos életmódot folytat, azzal a klímavédelmet is támogatja, a kettő szorosan összefonódik. Az energiatudatossághoz tartozik minden olyan lépés az egyének részéről, mint a csökkentett energiafelhasználás az otthonunkban, vagy környezetbarát közlekedési módok választása. A legolcsóbb energia mindig a fel nem használt energia, ezért a kormány az energiahatékonyságra is kiemelt figyelmet fordít.

Léteznek a klímatudatosságnak egyéb kisebb részelemei is, pl. az étkezési, fogyasztási, utazási szokások megváltoztatása, de



után, az energiaválság az, ami sokkal komolyabb energia-megtakarítási beruházásokat, energiatakarékos fogyasztói magatartást eredményez.

### MIT JELENT MA ENERGIATUDATOSNAK LENNI?

Elsősorban azt, hogy az ember mindent megtesz annak érdekében, hogy ne pazarlón használja fel a rendelkezésre álló energiát. Ez rövid távon egyszerű magatartás-mintákat jelent, amely nem kerül pénzbe (pl. nem használjuk a világítást olyan helyiségekben, ahol nem tartózkodik senki), de középtávon beruházásokat is jelenthet.

Az energiatudatosság akkor eredményez klímatudatosságot is, ha pl. egy energia-megtakarítási beruházást követően a fogyasztó nem kezd el a csökkenő rezsziárak miatt újra több energiát felhasználni. Ezt hívja a szaknyelv visszapattanó hatásnak. Ez a visszapattanó hatás a klímatudatosság és az energiatudatosság különbsége, hiszen ez potenciálisan igaz lehet azokra, akik nem klímavédelmi okokból csökkentik a fogyasztásaikat.

### MIT TEHET EGY FIATAL A HÉTKÖZNAPOKBAN, VAN-E AZ EGYÉN CSELEKEDETÉNEK HATÁSA EGY ILYEN VILÁGVÁLSÁG IDEJÉN?

Minden cselekedetnek van hatása, „sok kicsi sokra megy” alapon. A fiatalok akkor tudnak az egyéni szinten túllépni, ha jó példával szolgálnak a kortársaik, családtagjaik számára, közösen vesznek részt energia- és klímatudatos kezdeményezésekben, akár versenyeznek is egymással, pl. hogy ki tudja a leginkább csökkenteni az energiafelhasználását.

### ÖN SZEMÉLY SZERINT HOGY KÉSZÜL A TÉLRE, A SAJÁT ÉLETÉBEN HOGY JELENIK MEG AZ ENERGIATUDATOSSÁG?

A személyes életben az energiatudatosságot igyekszem gyakorolni mindennap, a jelenlegi helyzetben pedig még inkább. Nagyon fontosnak tartom hangsúlyozni, hogy jelentős mennyiségű energiát lehet megspórolni pusztán azzal, ha átnézzük a háztartást és a meglévő eszközeinket optimálisabb használatra állítjuk be, ami nulla anyagi ráfordítást igényel.

A fűtési szezon elindulásával kiemelten odafigyelek arra, hogy a lakás ne legyen indokolatlanul túlfűtve, 20-21 Celsius foknál nem szoktam feljebb állítani a termosztátot. A belső hőmérséklet csökkentésével fokként akár 5-7% energia-megtakarítás érhető el. A világítást tekintve LED-izzókat használok. Ugyanazt a fényerőt egy mai LED-izzó ötödakkora fogyasztás mellett képes biztosítani, mint a hagyományos izzók, ráadásul az élettartam huszonöt-szörös is lehet. A háztartási gépeimnél, készülékeimnél leszoktam a készenléti



Deli Daniella

(„stand-by”) üzemmód használatáról. Ha nem használom az eszközeimet, áramtalanítom azokat (kihúzom a hálózati csatlakozót, vagy kapcsolóval rendelkező hosszabbítót használok). Egy tipikus magyar háztartás készülékei akár 270 kWh áramot is elfogyasztanak évente stand-by üzemmódban, a legtöbb esetben teljesen feleslegesen. A hűtőszekrényt igyekszem takarékos üzemmódban használni. Az élelmiszerek tárolására elegendő, ha a hűtőszekrényben +7 °C, a fagyasztó részben pedig -18 °C van. A túlhűtés ugyanis nem előzi meg az élelmiszerek megromlását, az áramszámlát viszont növeli. Ezek egyszerű javaslatok, amiket nem nagy erőfeszítés betartani, az energia-megtakarítást azonban jelentősen növelhetik.

### ADJA MAGÁT, HOGY A KÖVETKEZŐ NAGY DIÁK KLÍMATESZTEN KERÜLJÖN A FÓKUSZBA. ÖN MILYEN TÉMAKÖRÖKET, TERÜLETEKET EMELNE KI, AMIBEN A FIATALOKAT FELTÉTLENÜL TÁJÉKOZOTTABBÁ KELLENE TENNI?

Érdemesnek tartanám a klímatudatosság és az energiatudatosság kapcsolatát részletezni, ahogy azt az előzőekben részben megtettük. Fontosnak tartom továbbá a megújuló energia és az energiahatékonyság közti összefüggéseket is feltárni. Sokat szoktuk a kollégáimmal felidézni a napi munka során azt az alapelvet, miszerint nem pusztán a megújuló energiahasználatot kell növelni, hanem a nem-megújuló (fosszilis) energiahasználatot kell csökkenteni. Fontos a megújuló energia használat ösztönzése, azonban hasonlóan fontos az energiatudatos életvitel is, valamint az energiahatékonyságot javító beruházások megvalósítása.

életciklusos alapon még ezek is kedvező hatást gyakorolnak az energiafelhasználás csökkentésére. Alapvetően az a klímatudatos ember, aki csökkenti az ökológiai lábnyomát, a fogyasztását, ez egyben energiatudatosság is.

Ugyanakkor az energiatudatos ember nem feltétlenül klímatudatos. Az emberek többsége számára a klímaváltozás nem több, mint egy távoli jövőben bekövetkező meghatározhatatlan esemény, amivel nem kellene ennyit foglalkozni. Az energiatudatosság kialakulhat a pénztárca elve okán is, hiszen az emelkedő árak mindenkire hatást gyakorolnak.

Hiába indult világszerte jelentős kampány a Párizsi Megállapodás elfogadása, vagy a több országban kihirdetett klímavédelemhelyzet

# FENNTARTHATÓ VÁSÁRLÁSI SZOKÁSOK

**BÁR A TECHNOLÓGIA FEJLŐDÉSÉVEL A LAIKUS EMBER AZT VÁRNÁ, HOGY AZ EGYRE JOBB TERMÉKEK EGYRE TARTÓSABBAK IS LESZNEK, A VALÓSÁGBAN GYAKRAN NEM EZ TAPASZTALHATÓ. A DIVAT GYORS VÁLTOZÁSÁVAL A RUHÁSSZEKRÉNY TARTALMA IS ÉVRŐL ÉVRE MEGÚJUL, DE NEMCSAK A RUHÁK, HANEM A KÖRÜLTÜNK LÉVŐ ELEKTRONIKUS ESZKÖZEINK SEM MARADNAK SOKÁIG NÁLUNK. AZ UTÓBBI ÉVEKBEN VISZONT A FENNTARTHATÓSÁGI KÉRDÉS EGYRE INKÁBB KEZD ELŐTÉRBE KERÜLNI, ÍGY A SZOKÁSAINK IS MÁS IRÁNYBA TARTHATNAK. SIKLÓSI MÁTÉ FOGYASZTÓVÉDELMI SZAKÉRTŐVEL BESZÉLGETTÜNK A TERMÉKEK SZAVATOSSÁGÁNAK KÉRDÉSEIRŐL, ILLETVE A MEGVÁLTOZÓ SZOKÁSOK ÉS GONDOLKODÁSMÓDOK HÁTTÉRÉRŐL.**



Siklósi Máté

A fogyasztóvédelemnek és a fenntarthatóságnak érdekes kapcsolatrendszere van. Kevés az olyan szabályozás, ami fogyasztóvédelmi területen kifejezetten fenntarthatósági szempontot vesz figyelembe, ugyanakkor az európai politika – a közös és a nemzeti is – egyre inkább úgy kezeli, hogy a rövid termékciklusokkal szembeni ellenérzésekkel kezdeni kell valamit. Az elmúlt évtizedekben egyre inkább tapasztaltuk, hogy mindent sokkal hamarabb kell kidobni, mint azt gondoltuk. Nem évtizedekre vesszünk mosógépet, hűtőt, telefont, tévét, számítógépet, barkácsgépeket, háztartási gépeket, hanem akár mindössze csak 1-2 évre. A tönkrement termékeket pedig utána javítani lehetetlen, mert az annyival drágább, hogy nem éri meg, és szinte rákényszeríti az embert, hogy újat vegyen. Az európai politika tehát már évek óta törekszik arra, hogy ezzel a problémával kezdjen valamit.

Ezért is került sor a kellékszavatossági idő részleges meghosszabbítására. Ez azt jelenti, hogy 2022. január elsejétől az összes európai tagállamban továbbra is két évig érvényesíthető a kellékszavatossági jog fogyasztói szerződés esetén, ezen belül pedig

egy évig a kereskedőnek kell bizonyítania a hiba eredetét. Utóbbi korábban mindössze fél év volt, ami azért jelentős különbség, mert a kereskedő, amikor már nem kell bizonyítania, akkor sokkal könnyebben utasíthatja el a fogyasztó igényét, hiszen a fogyasztónak kell egy szakvéleménnyel igazolnia, hogy a termék nem jó. Ez elsősorban a kisértékű termékekre, például ruhákra vonatkozik. Tehát duplájára nőtt az az idő, amikor a kereskedő nem utasíthatja el a fogyasztó igényét. A fenntarthatóság mellett ez egy komoly fellépés, a klasszikus „gyorsdivat” visszaszorul, már nem egy szezonra vesszük majd a ruhákat. Ez nagyobb szabadságot jelent a fogyasztónak, de felelősséggel is jár: már nekünk is figyelniünk kell arra, hogy ne dobjunk ki rövid használat után a ruhát, eszközöket.

Ugyanakkor az Európai Unió teljes területén, ha egy termék meghibásodik, akkor a jogszabály sorrendje a javítás vagy csere. Tehát elsődlegesen javítani próbálják, vagy cserélni, és csak akkor fizetik vissza a vételárát, ha ez nem lehetséges. Ezzel is a fenntarthatóságot, a hosszabb termék-életciklust szolgálják a jogszabályok – mondta el Siklósi Máté.

A kellékszavatosságnál erősebb jog a jótállás. A magyar kormánynek kifejezetten a fogyasztói jogok erősítésére van egy rendelete, hogy a jótállás csak 10 ezer forintnál drágább és jellemzően tartós fogyasztási cikkekre vonatkozik. 100 ezer forintnál drágább, de 250 ezer forintot el nem érő termékek esetében 2 év a jótállási idő, míg ha 250 ezer forintnál nagyobb az értéke, akkor már három év jótállást kötelező adni. Ezzel is arra sarkallják a gyártókat, hogy a termékek használati ideje elérje legalább a két-három évet. Még nem született róla jogszabály, de ezzel párhuzamosan Brüsszelben kidolgozás alatt áll egy olyan javaslat, amely az alkatrész-utánpótlásról szól. Magyarországon az uniós tagság előtt 8 évig kellett biztosítani az alkatrészek utánpótlását. Ez azt jelenti, hogy a gyártó 8 évig nem mondhatta, hogy nincs hozzá alkatrész, mert túl régi a termék. Akkor ez úgy tűnt, hogy akadályozó tényező, hiszen gyorsabban fejlődnek a gépek, vagy így csak még többet fogunk a szemétkébe dobni. Most az utóbbi szempont az Európai Parlament előtt is megjelent, és próbálják elsősorban a kisebb-nagyobb elektronikai termékek, gépek esetében előírni azt, hogy több évig alkatrész-utánpótlási



kötelezettsége legyen a gyártóknak. Ezzel is segítik a termékciklus meghosszabbítását.

A szabályozáson túl a piacon mindig is voltak olyan gyártók, akiknek nem az állt érdekében, hogy egy év múlva egy ugyanolyan adjon el a felhasználónak. Ehelyett arra épített, hogy amit megveszünk tőle, az 5-10, akár 20 év múlva is használatban lesz. Vannak ilyen népszerű játékgyártók, vagy akár elektronikai termék-gyártók is, amelyek generációkon átívelően használható terméket gyártanak. Tehát mind szabályozás terén, mind a cégeknél – elsősorban a prémium szegmensben – jelen van a fenntarthatósági gondolkodás. Ausztriában például kifejezetten azzal a céllal vásárolnak háztartási cikkeket akár többszörös áron, mint amennyibe átlagosan kerül –

mosógépet, mosogatógépet, szárítógépet, hűtőszekrényt –, mert ezekhez a termékekhez szervizhálózat tartozik, a termékeket akár 10 évesen is hatékonyan tudják szervizelni. Ezeket a termékeket úgy reklámozzák, hogy többszörös időnyi jótállást biztosítanak, és a jótállási időn túl is biztosítanak szervizelést. Persze utóbbi már elég drága, tehát egy osztrák háztartásnak is mélyen a zsebébe kell nyúlnia, de mindezek ellenére a többség nem új terméket vesz. Magyarországon is van olyan bojlergyártó, amely azzal hirdeti magát, hogy a külföldi importtermékekkel szemben minden alkatrész pótolható, cserélhető, javítható.

Amennyiben ruhavásárlóként szeretnénk fenntarthatóan gondolkodni, ugyanazt kell tennünk, mint bármely másik termék eseténben.

Amikor megpróbáljuk felmérni a piacot vásárlás előtt, nézzük meg a fogyasztói véleményeket, állapítsuk meg, hogy mi mennyire tartós. Egy pulóver esetében például feltűréskor kitágul-e, és mosás után sem nyeri vissza eredeti formáját, vagy a használatnak megfelelően működik. Az adott ruha mosásnál nyúlik-e, nem veszti-e el a színét, elég erős-e az anyag, tartósak-e a varrások. A szempontok nagy része persze függ az árkategóriától is. Általánosságban törekedni kell olyan ruhák vásárlására, amelyek minimum a két év kellékszavatossági időt kibírják, de ez mindenféle termékre igaz. Legyen szempont, hogy minél tovább tudjuk használni! Ez az elmúlt 5-10 évben nagyon sokat változott, és egyre többen szeretnének tartósabb termékeket venni.

(Hegyi Vivien, Horváth Ádám)

# Bugár Csaba: A Kincstár olyan, mint a fociban a jó bíró: akkor végzi jól a dolgát, ha szinte láthatatlan marad

**MIT CSINÁL A MAGYAR ÁLLAMKINCSTÁR, KIKKEL MŰKÖDIK EGYÜTT, ÉS HOGYAN LEHET JÓL VEZETNI? EZEKRŐL TÉMÁKRÓL BESZÉLGETTÜNK BUGÁR CSABÁVAL, A SZERVEZET ELNÖKÉVEL, DE A SPORT, A ZENE ÉS A CSALÁD IS SZÓBA JÖTT, MINT A KEMÉNY MUNKA MELLETTI SZABADIDŐS TEVÉKENYSÉG.**

## MI AZ ÁLLAMKINCSTÁR FŐ FELADATA ÉS FUNKCIÓJA?

Alapjában véve mi egy pénzügyi lebonyolító szervezet vagyunk. Ahogy magunk közt szoktuk mondani, a Kincstár a közigazgatás pénzügyi motorja. A fő feladatunk a magyar állami költségvetés végrehajtása, pénzügyi teljesítése. Emellett több száz költségvetési szervezet van, akiknek az utalásait szintén mi végezzük.

Amit a lakosság leginkább érezhet a tevékenységünkől, azok a különféle kifizetések, amiket mi bonyolítunk le – ide tartozik például a nyugdíj, a családi pótlék, az otthonfelújítási támogatás, vagy éppen a fiatalok nyelv- és KRESZ-vizsga támogatása, amik szintén a Kincstáron keresztül jutnak el a családokhoz.

## KIK AZ ÜGYFELEK, ILLETVE MILYEN SZOLGÁLTATÁSOKAT NYÚJT MÉG EZENFELÜL A SZERVEZET?

Vannak állami ügyfeleink, ezek a már említett költségvetési szervek. Vannak azonban nem állami ügyfeleink is. Példának okáért állampapírt is forgalmazunk a 19 megyei fiókunkban és Budapesten, valamint online. Itt több százezer magyar állampolgár vásárolhat államkötvényt.

## A LAKOSSÁGI ÜGYFELEK TEKINTETÉBEN MIBEN KÜLÖNBÖZIK AZ ÖNÖK SZOLGÁLTATÁSI KÖRE EGY KERESKEDELMI BANKÉTÓL?

Ami a működésben hasonló, hogy a bankok is pénzforgalmi, illetve számlavezetési szolgáltatást nyújtanak. Azonban a legnagyobb különbség, hogy mi sem hitelt nem nyújtunk, sem betétet nem gyűjtünk. Még az állampapírnál



sem végzünk befektetési tanácsadást. Más szóval az ügyfeleinknek nem mondjuk meg, mit kezdjenek az államkötvényeikkel vagy hogy melyik miért előnyös, mint ahogy azt egy bank tenné. Mi a vásárlási, jegyzési kérést teljesítjük (akár internetes platformon vagy mobil applikáción keresztül) és szemben a kereskedelmi bankokkal a Kincstár mindenfajta díj felszámítása nélkül, ingyenesen vezeti az magánszemélyek értékpapír-számláját és tartja azokon a megvásárolt államkötvényeket.

## MI A KAPCSOLAT AZ ÁLLAMKINCSTÁR, A PÉNZÜGYMINISZTERIUM ÉS A NEMZETI BANK (MNB) KÖZÖTT?

Az államháztartásért felelős miniszter, Varga Mihály gyakorolja a felügyeleti jogokat a Kincstár fellett. A Kincstár pénzforgalmi számlát vezet az állami szervezetek, önkormányzatok részére. A Nemzeti Bankban van egy Kincstári Egységes Számla, itt jelenik

meg az állam likviditása, ez olyan, mint bármely kereskedelmi banknak a jegybanknál vezetett elszámolási számlája. Viszont az MNB-nek semmilyen felügyeleti jogköre nincsen felénk. Ők egy társszerv, akikkel nagyon jó szakmai kapcsolatot ápolunk.

## ÖNNEK ELNÖKKÉNT MI A FELADATA?

Lényegében az, hogy a korábban említett széleskörű tevékenységeket összehangoljam az öt elnökhelytessel. A legfelső szinten én döntök, valamint olyan feladatoknak vagyok a mentora, szervezője, amelyek a munkánkhoz kapcsolódnak. Ez elég változatos, mert a Kincstárban körülbelül 200 fajta tevékenységet végzünk.

## MITŐL LESZ VALAKI JÓ ELNÖK, VEZETŐ?

Leglényegesebb az, hogy az összes feladatunkat – nyugdíj, GYES, GYED, első nyelvvizsga,

KRESZ-vizsga, mezőgazdasági támogatások folyósítása – pontosan ellássuk. Más szóval elengedhetetlen, hogy mindig határidőn belül teljesítsük az összes kifizetést, ami ránk van bízva. Akkor jó egy elnök, ha ezekről a tevékenységekről csak akkor szereznek tudomást az emberek, mikor megvalósulnak. Természetesen ehhez az kell, hogy a nálunk dolgozó közel hatezer ember a munkáját a lehető legjobb módon végezze el.

### ÖNNEK VOLT VALAMILYEN CÉLKITŰZÉSE, MIKOR ELVÁLLALTA EZT A POZÍCIÓT? ESETLEG MOST IS VAN?

Az elsődleges, hogy a Kincstár legyen észrevétlen, abban az értelemben, hogy olyan megbízhatóan működjön, hogy már magától értetődőnek tűnjön a tevékenysége. **Focihasonlással élve, a Kincstár olyan, mint a fociban a jó bírő: akkor végzi jól a dolgát, ha szinte láthatatlan marad.** Persze ha azt tapasztalom, hogy sokan ezt természetes módon kezelik, akkor mindig elgondolkodom. Hiszen a pontos napi működés mögött nagyon nagy munka van, amit szeretek a munkatársaimnak is elismerni. Talán ez a legfontosabb szempont.

### HAZA LEHET VINNI EZT A MUNKÁT? VAN SZABADIDEJE A MAGYAR ÁLLAMKINCSTÁR ELNÖKÉNEK?

Azt gondolom, hogy köszönhetően annak a hatezer embernek, akik kiválóan végzik a munkájukat, biztosítva van az a lehetőség számomra, hogy a munka végeztével kikapcsolódhassak. A napi tíz-tizenkét óra mellett, amit munkával töltök, marad még időm, hogy a szabadidőmben is fel tudjak tölteni.

### KAPCSOLÓDIK A HOBBIJA A MUNKÁJÁHOZ?

Egyáltalán nem. A hobbijaim világéletemben a munkámtól teljesen függetlenek voltak.

Nagyon szeretem a hatvanas-hetvenes éveken virágkorát élő progresszív rockot. Mai napig ennek a zenei szenvedélynek hódolok – koncertekre járok, gyakran külföldön is. A másik pedig a labdarúgás, ami meggyerekkorom óta kísér. Minden hétfő este focizunk a barátokkal, mérkőzésre is szívesen járok. Természetesen a családom, ami a másik kikapcsolódást jelenti.

### MI A FILOZÓFIÁJA ÉS A VEZÉRELVE A MUNKÁBAN?

Október 14-én kaptam egy kitüntetést a Budapesti Gazdasági Egyetemen. Van egy öregdiák találkozó, ahol minden évben egy ember kap ezüst pecsétgyűrűt. Ez azoknak a végzett hallgatónak jár, akik valamilyen formában öregbítették az alma mater hírnevét. Én 1981-ben végeztem a Pénzügyi és Számviteli Főiskolán, amely azóta más néven működik. Soha nem gondoltam volna – főleg negyven évvel ezelőtt –, hogy ilyen kitüntetésben részesülök.

A díjátadón is megkérdezték, hogy mi a vezérelvem. Akármerre helyezkedtem el, én mindig a lehető legmagasabb szinten kívántam ellátni a munkám. Főleg, mert arra törekszem, hogy ezt el is ismerjék.

### VOLT OLYAN DOLOG, AMIT EBBEN A POZÍCIÓBAN TANULT MEG?

Igen. Ritka az, hogy valakinek ekkora szervezetet kelljen vezetnie. Ehhez egy teljesen más típusú vezetési technika szükséges. Arra utalok, hogy itt még jobban kell számitani a kollégák közötti közös munkára. Ez olyan, mint egy edzőnek a feladata: nagyon sokféle embernek kell összehangolni a tevékenységét. Ez egy egész másfajta vezetést igényel, mint egy százfős vállalatnál. Ott bizonyos szempontból könnyebben mozog az ember, hiszen mindenki ismeri egymást, míg ezt hatezer főnél lehetetlen megoldani.



Bugár Csaba

### TUDNA KICSIT MESÉLNI A KINCSTÁR KUPÁRÓL? MI A SZEREPE, HONNAN JÖTT AZ ÖTLET?

Mikor tavaly ideérkeztem, hamar szembesültem azzal, hogy lesz egy ilyen esemény szeptember elején Balatonfüreden. Meglátásom szerint ez egy úgynevezett spartakiád. Ezen nem csak mi, hanem a Pénzügyminisztérium, a Közbiztosítási és Ellátási Főigazgatóság és az Államadósság Kezelő Központ csapatai is részt vesznek. Itt különböző versenyszámokban, például strandröplabdában, futásban, úszásban vagy pingpongból mérjük össze a játékosok a tudásukat és az erejüket a résztvevők. Ez egy nagy múltú sportesemény, jövőre lesz 30 éves. Egy igazi csapatépítő esemény, amit este egy gála zár le, meghívott vendéglóadóval.

Még az elődöm alapított egy egyesületet, a Kincstár SE-t, itt nagyjából hatszáz dolgozó játszik különböző szakosztályokban, a Kincstár pedig támogatja, hogy minél több kincstári dolgozó tudjon élni a sportolási lehetőségekkel.

### A MESTERECSET PÁLYÁZATRÓL IS TUDNA PÁR SZÓT MONDANI?

Immáron hetedik alkalommal, az 5 és 18 év közötti fiatalok számára írjuk ki ezt a pályázatot. Ez a pénzügyi kultúra és tudatosság fejlesztését szolgálja, ahol általunk előre meghatározott pénzügyi téma ábrázolásával, megjelenítésével öt kategóriában lehet nevezni. Hagyományos és digitális technikával készült alkotásokkal, művekkel lehet jelentkezni december 31-ig és értékes nyereményeket lehet majd elvinni. Ez az Államkincstár saját pályázata.

(Hegyi Vivien, Németh Máté)



## Zsinkai Elvira:

# „Olyan szépségeket is tud ez a szakma adni, amit nem biztos, hogy az ember máshol megtalál”

**EREDETILEG ÁLLATORVOSNAK KÉSZÜLT, MA A ROADPOL-TANÁCS ELNÖKE. MILYEN ÚT VEZETETT IDÁIG, ÉS MILYEN FELADATOKKAL JÁR EGY ILYEN TITULUS? ERRŐL MESÉLT NEKÜNK ZSINKAI ELVIRA RENDŐR ALEZREDES, AZ ORFK KÖZLEKEDÉSRENDÉSZETI FŐSZTÁLYÁNAK KIEMELT FŐREFERENSE.**

### MI AZ A ROADPOL-TANÁCS?

A RoadPol az európai közlekedésrendészeti szervezetek hálózata, amely valamennyi európai rendőrség közlekedésrendészeti szerveit foglalja magába. Tagjai közlekedésrendészeti képviselők. Bár sajnos nem minden ország a tagunk – például Görögország, Szlovákia nem –, de a legtöbb európai országnak közös rendőri képviselője ez a szervezet. Idén szeptember végén volt a tag- és tisztújítás, melynek keretében engem választottak a szervezet elnökévé.

### EZ A POZÍCIÓ MILYEN FELADATOKKAL JÁR?

Mint elnök, én vezetem a szervezetet, a főtitkárral és az alelnökkel együttműködve. Sokféle feladatot végzünk, kezdve a szervezet éves költségvetésének elkészítésével, de koordinálnunk kell a következő évre tervezett közlekedésrendészeti ellenőrzéseket is, illetve foglalkoznunk kell a tagság kérdésével, és a tagságok képviselőit el kell látnunk olyan információkkal, amik hasznosak lehetnek

az országuknak. A legjobb gyakorlatokat szoktuk még bemutatni a kollégáknak, akik ezt megpróbálják otthon alkalmazni.

### HOGYAN INDULT AZ ÖN KARRIERJE?

Az én karrierem elég messzire nyúlik vissza. Olyan gimnáziumba jelentkeztem, ahol rendőri fakultáció volt az egyik tananyag, így én már a gimis éveimben tudtam, hogy rendőr leszek. Az érettségi után jelentkeztem a miskolci rendőr szakközépiskolába. Kitűnő eredménnyel végeztem munka mellett, ezért felvételt nyertem a rendőrtisztai főiskolára. Alapvetően minden rendőr járőrként kezd, így én is. Majdnem minden feladatot kipróbáltam a rendőrkapitányságon, ahol első körben dolgoztam. Mivel elvégeztem közben a rendőrtisztai főiskolát és diplomát szereztem, majd megkaptam az elsőtiszt kinevezést, ez rögtön a balesetvizsgálat és balesetmegelőzés osztályára repített engem a Budapesti Rendőr-főkapitányságon. Itt több mint tíz éven át foglalkoztam balesetekkel, halálos balesetekkel, közúti veszélyeztetésekkel és más közlekedési

bűncselekményekkel. Majd 2016-ban jött egy lehetőség, hogy a szervezet magyarországi képviselője lehetek. Így sikerült bekerülnöm ebbe a nemzetközi csapatba. Az itt eltöltött évek során tapasztalatokat szereztem, utána pedig megválasztottak a szervezet elnökének.

### HOGYHOGY ENNYIRE ELHATÁROZTA MAGÁT MÁR KISKORÁBAN, HOGY RENDŐR SZERETNE LENNI?

Amikor eldöntöttem, hogy rendőr leszek, annak voltak ésszerű, de voltak filmek által ihletett okai. Azokban az időkben nagyon nagy volt a munkanélküliség, az anyukám és a testvérem is nehezen tudott elhelyezkedni. Ezért én szerettem volna, hogy olyan munkám legyen, ami biztos megélhetést ad, és amiben jól is érzem magam. Akkoriban láttam egy rendőr urat és egy rendőr hölgyet, akik épp intézkedést végeztek, talán épp egy járművezetővel szemben, de ebben már nem vagyok biztos. Az érzés ugyanakkor nagyon megmaradt, amikor bevillant, hogy én igazából szeretem az ilyen krimisorozatokat,

# ... HOGY MINDENKI HAZAÉRJEN!

facebook.com/balesetmegelőz



Zsinkai Elvira

és nagyon tetszik a rendőrök munkája. Láttam, hogy milyen határozottan lépnek fel, de közben nagyon szimpatikusak voltak. Ez indított el abba az irányba, hogy lehet, hogy az lesz a jó, ha én rendőrnek készülök.

## MIT MONDANA EGY OLYAN DIÁKNAK, AKIT VONZ A RENDŐRI PÁLYA?

Nagyon sokszor lehet hallani a negatív oldalát annak, ha valaki rendőr, főleg a fizetéssel kapcsolatosan. Valóban, én is úgy gondolom, hogy vannak ennél jobban fizető szakmák, viszont, ha valaki tanul és képezi magát, akár az alsóbb beosztásoktól kezdve – ahogyan azt én is tettem –, akkor olyan magaslatokba is el lehet jutni, ami megéri a fáradozást. Természetesen ez nem veszi fel a versenyt a modern foglalkozásokkal, de én úgy gondolom, hogy olyan szépségeket is tud ez a szakma adni, amit nem biztos, hogy az ember máshol megtalál.

## MI MOSTANÁBAN A LEGNAGYOBB PROBLÉMA A MAGYAR KÖZLEKEDÉSBEN?

Több probléma is felmerül az utakon. Vannak eszközökhöz köthető, és vannak magatartáshoz köthető problémák. Például nagyon sokan szeretnek gyorsan hajtani, a balesetek legnagyobb százaléka sebességtúllépés miatt következik be.

Magukkal a technikai eszközökkel is vannak problémáink, viszont itt a szabályokat nem mi hozzuk, hanem hozott szabályokhoz kell alkalmazkodnunk. Hiszen mi rendőrséggént jogszabály alkalmazók és nem alkotók vagyunk. A rendőri ellenőrzések során is a jelenlévő jogszabályokat alkalmazzuk. Amennyiben egy-egy járműkategória nincsen szabályozva, sajnos mi sem tudunk megfelelően fellépni jogsértés esetén. Mivel tagjai vagyunk az Európai Uniónak, és azokat a szabályozásokat is figyelembe kell vennünk, gyakran felmerül az a probléma – nem csak nálunk, hanem más Európai Uniói országokban is –, hogy bizonyos járműtípusokra nem vonatkozik a jogszabály. Ez általános problémaként szintén megjelenik mostanság nálunk. Gondot jelent még a közlekedésben az ittas vezetés, a türelmetlenség és a tolerancia hiánya is.

## MIT ÜZENNE A DIÁK OLVASÓINKNAK? AKI ESETLEG RENDŐRPÁLYÁN GONDOLKODIK, ANNAK MIVEL ÉRDEMES KEZDENIE? MIRE FIGYELJENEK ODA A KÖZLEKEDÉSBEN?

Azzal kapcsolatban, hogy kiből lehet jó rendőr, mikor lehet jó szakmai karriert befutni, arról van egy általános álláspontunk. Ha valaki tényleg az első lépéseknél kezd, rendőr szakközépiskolában, akkor

annak lehetősége van, hogy betekintést nyerjen mindenféle területre. Ha valaki az egyetemmel kezd, az is jó, de lehet, hogy kimaradnak dolgok az életéből, egy kimaradt munkafolyamat hiányként fog jelentkezni a későbbiekben.

A közlekedéssel kapcsolatban én azt javaslom mindenkinek, hogy legyenek előzékenyek az utakon, próbálják meg megérteni az embertársaik magatartását, és ne menjenek bele bizonytalan szituációkba, mint például az előzés. Próbálják meg mindig betartani a sebességhatárokat. Ha gyalogosan vagy kerékpárral közlekednek, akkor mindig nézzenek körül és vigyázzanak magukra!

(Hegyi Vivi, Botos Mici)

# ALZHEIMER-KÓR ÉS ÉPÍTÉSZET

## AZ AKÁCOS UDVAR REHABILITÁCIÓJA

A HUSZONKÉT ÉVES KOVÁCS FRUZZSINA JÚNIUSBAN VÉGZETT A BUDAPESTI MŰSZAKI ÉS GAZDASÁGTUDOMÁNYI EGYETEM ÉPÍTÉSZMÉRNÖKI KARÁN. DIPLOMAMUNKÁJÁNAK TÉMÁJA HAZÁNKBAN EGÉSZEN RENDHAGYÓ, KÖZPONTJÁBAN AZ ALZHEIMER-KÓR ÉS AZ ÉPÍTÉSZET KAPCSOLATA ÁLL.

### MINEK A HATÁSÁRA JÖTT A PROJEKT ÖTLETE?

Régóta tudtam, hogy szeretnék foglalkozni az Alzheimer-kórral építészeti szemszögből. Két éve egy TDK-dolgozat során alkalmam nyílt a témát feldolgozni, ekkor még egészen más megközelítéssel. Arra kerestem a válaszokat, hogy hogyan érzik magukat a betegek, milyen hatással vannak rájuk különböző terek, téri szituációk. Milyen eszközeink vannak nekünk, építészeknek, amikkel tudunk nekik segíteni a mindennapjaik megkönnyítésében?

A TDK végül egy szöveg, egy rajzsorozat, egy videó és egy makett formájában jött létre, ez volt a megkötés a szekcióban, így inkább művészeti irányba mozdult el.

Később ezt a témát vittem tovább diplomamunkámnak. A TDK során végzett kutatás után meg akartam nézni, hogy miben nyilvánul meg az Alzheimer-kórral élő betegeknek való tervezés egy konkrét példán, épületen keresztül, hogyan tudom átültetni korábbi megállapításaimat egy tervbe. Motivációként szolgált, hogy egy

családtagom küzdött a betegséggel, emiatt kezdtem el jobban foglalkozni a témával.

### MIBEN TÉR EL EGY ALZHEIMER-KÓROSOKNAK TERVEZETT ÉPÜLET EGY SZOKVÁNYOS IDŐSEK OTTHONÁTÓL?

Kiindulásként egy átfogóbb kutatást csináltam azt keresve, hogy milyen princípiumok vannak, amik segítik a tervezést. Kifejezetten lényeges irányelv például a szokások hatalma. Nagyon fontos, hogy olyan formákat és motívumokat alkalmazzunk, amelyek ismerősek a betegek számára, az egyenes vonalúság és sok téri mankó alkalmazása a cél.

Szintén központi elv a strukturáltság és az otthonos terek létrehozása. Nélkülözhetetlen a természetközelség, a természetes fény, és az, hogy ne otthon, egyedül, izolálva, hanem folyamatos társaságban legyenek a betegek, ne csak ápolók vegyék körül őket, hanem más emberek is, egy támogató közösség, akikkel interakcióba léphetnek.

Fontos, hogy célt adjunk az életüknek,



Kovács Fruzsina

legyen feladatuk, könnyebb munkák, amit végezni tudnak. A tervbe éppen ezért került egy kisleptéktű varroda, mely üzemeltetése a helyiakkal együtt, folyamatos felügyelet alatt zajlana. Ugyanebből az okból egy fűszerkert is tartozik a tervekhez, ahol a betegek például kertészkedni tudnak.

A térszerkezetekkel már az első lépésektől kezdve olyan döntéseket tudunk hozni, melyek kedveznek a betegeknek. Ilyen a nagyobb belmagasság alkalmazása, vagy a lépcsők és liftek elkerülése, mivel ez az egyik legnagyobb stresszfactor, melyek alkalmazását mindenképpen el akartam kerülni.

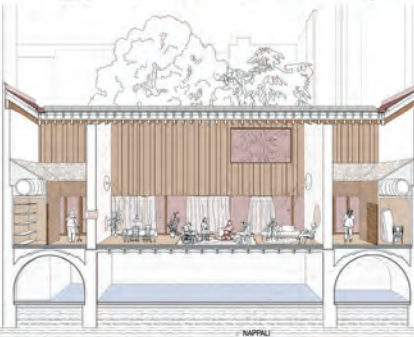
Az anyaghasználat szintén lényeges, hogy egyértelműen megkülönböztethetőek legyenek a helyiségek még tapintással is. Éppen ezért például a folyosókon 1,5 m magasságig csak festve van a téglafal, a kiszolgálóegységek pedig mindig bútor-jellegű, fa burkolatú kubusok.

A formák és színek ugyanígy meghatározóak, például különböző ajtókat terveztem minden épületrészbe. A világos burkolatok alkalmazása előny. Kutatások bizonyítják, hogy a világos felületek segítik a tájékozódást, míg a sötéteknél gyorsabban fellép az orientációs vesztés.

Még ezeken kívül is nagyon sok szempont van, és mindegyik érdemes odafigyelni egy sima idősothonnál is.

### MÉRT PONT AZ AKÁCOS UDVART VÁLASZTOTTAD TERVEZÉSI HELYSZÍNÉNKÉNT?

A TDK miatt a diplomamunkám témája előbb megvolt, mint a helyszín. Az volt a feladatunk, hogy találjak egy helyet, ahol ezt meg tudnám valósítani. Először olyan





IRODA - UDVAR - VARRODA



üres területeket kerestem, melyek meglévő idősothtonok mellett vannak. Véletlenül találtam rá az Akácos Udvarra. Nagyon megtetszett a hely hangulata és a tér, ami a belső udvarban, valamint az épületben van.

Eldöntöttem, hogy ezzel szeretnék foglalkozni, és nem lehetett lebeszélni róla. Az épület egy 200 éves, Pollack Mihály által tervezett földszintes, belső udvaros ház, mely az egyik első volt ezen a területen. Városi relikviaként maradt meg, a mellette levő épületek nagy részét lebontották vagy később építették, és mind jóval magasabbak, 4-5 szinttel. Nagyon érdekesnek találok az ilyen történelmi helyeket, az épület múltja hozzátesz a választott funkciójához is. Rengeteg funkcióváltáson esett át, volt kocsmától kezdve fodrászat és szikvízgyártó üzem is, a legutóbbi alkalommal pedig idősek klubjaként üzemelt. 2021 szeptemberében bezárták, mert súlyos állagvédelmi gondok akadtak, és úgy döntöttek, hogy nem alkalmas emberi tartózkodásra.<sup>00</sup>

### MEG FOG VALÓSULNI A TERV VAGY CSUPÁN ELKÉPZELÉS?

Amikor odamentem bejárni és felmérni a helyszínt, az első kérdése volt a fenntartóknak, hogy megépül-e? Sajnos nem fog megvalósulni valószínűleg, mivel ez egy diplomamunka, nem egy valós beruházás, hanem egy kísérlet részéről arra, hogy hogyan tervezzünk az Alzheimer-kórral küzdőknek. Emellett egy plusz réteg, hogy az Akácos Udvart választottam, ami jött a saját problémakörével,

múltjával és kulturális központ jellegével.

### HOGYAN FOGADTA AZ ÖNKORMÁNYZAT, HOGY BELEVÁGTÁL EBBE?

Mivel ez egy diplomatervezés, hagytak tervezni, beengedtek, bejártam és fotóztam, felmértem a helyet.

### KI SEGÍTETT A DOLGOZATODBAN, MILYEN FORRÁSOKAT HASZNÁLTÁL FEL?

Balázs Mihály volt a konzulensem, aki DLA Kossuth-, Ybl Miklós-díjas és Prima Primissima díjas magyar építész, egyetemi tanár, valamint a Magyar Művészeti Akadémia rendes tagja. Nagyon hálás vagyok neki, mivel végig segítette a munkámat. Nem csak szakmailag, emberileg is mellettem állt. (Balázs Mihállal készült interjúnk és munkásságának bemutatását elolvashatod a 2019. márciusi DUE Tallózóban – a szerk.)

Komoly kutatómunkát végeztem, tudományos kutatásokat olvastam, többnyire angol nyelven, különböző pszichológiai lapokban. Az a baj, hogy a legtöbb Alzheimer-kórral foglalkozó terv nem belvárosban helyezkedik el, hanem vidéki környezetben, sokszor autonóm falvakként működve.

Ezzel szemben én egy olyan napközis otthon akartam tervezni, ami belvárosban van, mivel ez véleményem szerint „hiánycikk”. A még kialakuló és középstádiumban lévő betegek számára érdemes lenne ilyen típusú, napközis



VARRODA

foglalkoztató központ létrehozása, ezzel is késleltetve a betegség fokozódását, mivel a közösségi lét és terápiák sokat segítenek.

A hozzátartozóknak szintén nagy segítség, ha van egy hely, ahova el tudják vinni a beteget. Ha ez a belvárosban található, akkor a környéken élőknek nem kell kiemenniük a külvárosba vagy a város vonzáskörzetében lévő településre, hogy oda vigyék a szeretteiket, majd visszahozzák napi ingázással.

### ITTHON VANNAK HASONLÓ LÉTESÍTMÉNYEK?

Nem igazán találtam olyan otthon Alzheimer-kórosoknak, ami hasonlóan napközis jellegű lenne. Ez a típusú otthon az én ötletem volt. Csak a végstádiumban lévő Alzheimereseknek szóló bentlakásos otthonokra voltak példák.

### MIK A TERVEID A JÖVŐBEN?

Jelenleg Hollandiában vagyok, szakmai gyakorlatot csinálok posztgraduális Erasmus+ program keretein belül, egy urban design cégnél, ahol városépítéssel és tájépítéssel foglalkozunk – én főleg az előbbivel, és nagyon tetszik. Kicsi a cég, viszont nagyon szimpatikus projektjeik vannak és olyan típusú feladatokat is végezhetnek, amikre otthon nem lenne lehetőségem. Márciusig biztosan itt leszek, majd jövőre szeretnék mesterképzésre menni.

(Vörös Rebeka F. - Bihari Betti)

# Marton Éva: „El kell indulni fiatalon a hamuban sült pogácsával világot látni”

**SZINTE MEGSZÁMLÁLHATATLAN DÍJÁVAL MARTON ÉVA A LEGELISMERTEBB HAZAI OPERAÉNEKES. KARRIERJE SORÁN AZ EGÉSZ VILÁGOT BEJÁRTA, MINDENHOL TELTHÁZAS ELŐADÁSOKAT, KONCERTEKET ADOTT, ÉVTIZEDEKIG VOLT A CSÚCSON. A JÖVŐRE NYOLCVANÉVESEN A TANÍTÁSTÓL IS VISSZAVONULÓ KOSSUTH-DÍJAS ÉNEKESSEL, A ZENEAKADÉMIA PROFESSOR EMERITUSÁVAL, A NEMZET MŰVÉSZEVEL, A MAGYAR MŰVÉSZETI AKADÉMIA RENDES TAGJÁVAL BESZÉLTÜNK.**

**AZ OPERA KÖZÖNSÉGÉT MINDIG ELEGÁNS ÖLTÖZETŰ EMBEREKKÉNT KÉPZELJÜK EL. ÖN TALÁLKOZOTT MÁR OLYANNAL, HOGY VALAKI NEM „MEGFELELŐ” RUHÁBAN ÉRKEZETT EGY ELŐADÁSRA? EZ ZAVARÓ AZ ELŐADÓMŰVÉSZEKNEK?**

Nem, egyáltalán nem. A lényeg az számomra, hogy van ott valaki, és hallgatja. Most volt az 5. Marton Éva Nemzetközi Énekverseny, ott álltam a színpadon az Operában azoknak a fiatal művészeknek a gálaelőadásán, akik nyertek. Ilyenkor ki van világítva a teljes nézőtér, különben sötétség lenne. Így viszont láttam egy férfit rövidujjú ingben és rövidnadrágban a hátsó sorokban. Nem voltam megbotránkozva, hanem azt mondtam, hogy biztos betévedt az utcáról, fogalma se volt, csak be akart jönni, meg akarta nézni az Operát. De jó! Legalább majd visszajön legközelebb is. Örülhet neki, hogy ilyet látott.

**1972-BEN FRANKFURTBA SZERZŐDÖTT. HA AKKOR, PÁLYAKEZDŐ FIATALKÉNT NEM FOGALMAZÓDOTT VOLNA MEG ÖNEN A KÜLFÖLDÖN SZERENCÉSÉT PRÓBÁLÁS GONDOLATA, VAGY NEM KAPOTT VOLNA OLYAN LEHETŐSÉGET, AMI EZT LEHETŐVÉ TESZI, VAJON TUDOTT VOLNA HASONLÓAN SIKERES PÁLYÁT BEFUTNI?**

Soha. A mesében is az van, hogy a gyerek elindul a batyujában hamuban sült pogácsával megnézni a világot, és megtanulja

a mesterséget. Ezt magamtól én sem tudtam volna megtenni, kellett, hogy hatások érjenek. Új emberekkel találkoztam, olyan események történtek, amiket itthon nem tapasztaltam volna meg. Erre szüksége van az embernek, hogy színes lehessen, hogy tudja reflektálni azokat a benyomásokat, amiket kap.

**SZOKTÁK MONDANI, HOGY VAN A PÁLYÁKNAK EGY CSÚCSA. EZ BELÜLRŐL NÉZVE EGY LÉTEZŐ DOLOG, LEHET ÉRZÉKELNI?**

Igen, és megtartani a legnehezebb. Ez olyan, mint amikor az ember megy fel a Himalájára, és a hegyen találkozik emberekkel, akik segítik vagy hátráltatják. Amikor végre feljut, akkor ott ritkább a levegő. Egyedül van, nagy tisztaság veszi körül, és ez borzasztó jó érzés. Megpróbálunk a lehető legtovább fennmaradni.

Aztán valamikor a pályának van egy lefelé fordulása, akkor se mindegy, hogy teszem meg: zuhanrepüléssel, vagy pedig szépen, lépésenként. És akár hiszi, akár nem, ugyanazok az arcokkal találkozunk lefelé is, azok még mindig ott vannak.

**AZ EMBER ÉSZREVESZI, AMIKOR A LEGSIKERESEBB ÉVEIT ÉLI?**

Amióta befejeztem a Zeneakadémiát, én nem tudok kudarcokról beszélni. Amit én idéztem elő, hogy lemondtam egyszer előadásokat, mert egy nagy, külföldi

lemeztársaság mást rakott a helyemre, azt se annak éltem meg. Inkább azt mondtam, „ébredj föl, te se tudsz mindenkivel dolgozni!” Én mindig úgy tartottam büszkén, hogy egy magyarnak csak eltörik a gerince, de nem hajlik meg senkinek sem.

**JELENLÉG PROFESSOR EMERITUSKÉNT TANÍT A ZENEAKADÉMIÁN. MILYEN TERVEI VANNAK A JÖVŐRE NÉZVE?**

2023-ban leszek 80 éves, akkor abba akarom hagyni a tanítást. Az, hogy ez mennyire fog megvalósulni olyan értelemben, hogy nem járok be rendszeresen, azt nem tudom. Már most is csak mester fókú növendékeket vállalok. Úgy érzem, hogy van egy pont, ahol abba kell hagyni, vissza kell vonulni szép csendben. Lesz egy nagy születésnap koncertem jövőre, június 18-án, ahol elbúcsúzok. Jönnek külföldi énekesek, az én növendékeim is fellépnek. És bejöhet bárki, akár rövidnadrágban is.

(Velek Domonkos)

# KÖZLEKEDJ OKOSAN!

**A DUE ÉS AZ ORFK-ORSZÁGOS  
BALESETMEGELŐZÉSI  
BIZOTTSÁG (ORFK-OB) KÖZÖS  
KÖZLEKEDÉSBIZTONSÁGI  
VIDEÓ PÁLYÁZATA**

A DUE Médiahálózat,  
a diákújságíró egyesület  
és az ORFK-OB video  
pályázatot hirdet  
14 és 22 év közötti  
fiataloknak



Pályázni saját készítésű,  
max. 3 perces videóval lehet.  
A pályázó az alábbi 2 téma  
egyképpen készíthet videót:

- 1) **MUTASD BE EGY VICCES VIDEÓN  
A BRINGÁD BIZTONSÁGI FELSZERELÉSÉT!**
- 2) **TANÍTSD KÖZLEKEDNI A KISTESÓD!**  
Készíts videót, hogy hogyan mutatod  
meg egy nálad fiatalabbnak a biztonságos  
közlekedés hétköznapi szabályait!

Egy pályázó **több témában is**  
benyújthat pályázatot, és **egy témában**  
**több pályaművet is** beadhat.

A szakmai zsűri külön értékeli  
az ötletességet és a kreativitást.

A pályázatokat a DUE pályázatbeadó felületén  
kell benyújtani ([www.due.hu/palyazat](http://www.due.hu/palyazat)) oly  
módon, hogy a videót a **YouTube-ra**  
kell feltölteni, és ezt a linket kell  
a pályázati felületen megadni.

**A PÁLYÁZAT FŐDÍJA  
EGY SZUPER KERÉKPÁR!**

**A PÁLYÁZATOK BEADÁSI HATÁRIDEJE:  
2022. NOVEMBER 10.**

A legjobb 10 pályázó meghívást kap az ünnepélyes díjátadóra,  
ahol mindenki ajándécsomagot kap.

Pályázati kiírás: [www.due.hu](http://www.due.hu)

Információ, kapcsolat: [due@due.hu](mailto:due@due.hu)

> > > > > > > > > > >

> **Piacképes tudás** >

> > > > > > > > > > >

> **Biztos karrier** > >

> > > > > > > > > > >

>

>

# AZ IT A JÖVŐD

>

> > > > > > > > > > >

**Tanulj tovább** > > > >

> > **IT szakon** > > > >

>

:~1

[programozdajovod.hu](http://programozdajovod.hu)

PROGRAMOZD  
A JÖVŐD!

**SZÉCHENYI** 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Regionális  
Fejlesztési Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**