

2026. ÁPRILIS

A fiatal tehetségek lapja

due tálhózó

XXVIII. évfolyam 4. szám

Válogatás a legjobb diáklapokból

BAKANCSLISTA
A SZÜNETRE

MŰKÖDŐ
TEREK

NAGY DIÁK
TESZTDÖNTŐK

DOOM-
SCROLLING

SPORTOLÓ
NEMZET
TANÉV

BANKSZÁMLA
ONLINE

A portrait of Gerda Pikali, a woman with long, wavy brown hair, wearing a black lace top with a yellow belt and sheer polka-dot sleeves. She is standing between two vertical yellow bars.

PIKALI GERDA

„KÖZVETÍTENI VALAMI JÓT, ELGONDOLKODTATÓT ÉS ÉRTÉKET”

NAGY DIÁK PÉNZÜGYES

TESZT 6.

TÖLTSD KI A NAGY DIÁK
PÉNZÜGYES TESZTET
ÉS NYERD MEG A TENGERPARTI NYARALÁS,
AZ ELEKTROMOS ROLLER VAGY
A LAPTOP EGYIKÉT!

MUTASD MEG A TESZTET SZÜLEIDNEK,
NAGYSZÜLEIDNEK IS!
A FELNÖTT JÁTÉKOSOK KÖZÖTT
EGY BELFÖLDI WELLNESS HÉTVÉGÉT
SORSOLUNK KI!

exim
SPORT BANK HÍDEGUTCA

PÉNZIRÁNYTŰ

du
a diákjagságró egyesület



PÉNZMŰZEUM
Magyar Pénzmúzeum és Intézközpont

MFB



MAGYAR
ESTUDENSZÁBI
BANK
ÁLLAMGAZDASÁGI RÉSZTÉSAZONOSÍTÓ ZRT.



NEMZETGAZDASÁGI
MINISZTERIUM

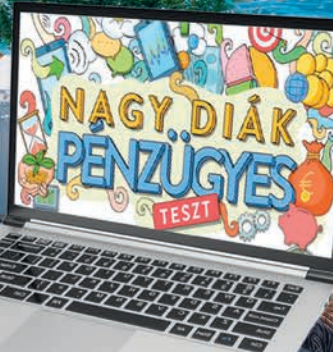
MMB
EDU
LAB

MABISZ
Magyar Biztosítási Szövetség

ÁTKK

Magyar
Államkincstár

WWW.NAGYPENZUGYESTESTZT.HU



Átváltozások

HACSEK ANIKÓ, FŐSZERKESZTŐ

Van Ovidiusnak egy azonos című műve, amit a megfelelő időpontban nem olvastam el, de most a súlyosan közeledő érettségik miatt mégis pótolnom kellett. Észrevétel:

– Ovidius szakított az eposzi kritériumokkal, cirka a napjainak lézadó írója volt,

– és ez annyira bejött neki, hogy a nálam sokkal hozzáértőbbek azt mondják, az Átváltozások a nyugati irodalmi kultúra egyik alapköve.

Ami lenyűgöző, hogy legyen akármilyen nehéz és száraz tananyag az egész, rá kellett jönnöm, hogy most aktuális igazán: hiszen lezseren vágjuk a centit a ballagásunkig, miközben a világ

szépen átalakul körülöttünk, remélhetőleg velünk együtt. Azt tapasztalom, hogy az örökmozgó világban, amiben élünk, a legjobb, ha Ovidius példáját követjük: megírjuk az Átváltozásunkat, akkor is, ha megszidnak minket az elhagyott eposzi kritériumokért. Inspirációként elővettem egy képet a legutóbbi ballagásomról, ahol mindenki maszkban van, hiszen 5 éve még bőven agódtunk a koronavírus miatt. (Atyaég, annak is hat éve!) Akkor reméltem, hogy pár év múlva már nem a maszkom mögül nézek vissza a képre, és ez tők jól bejött! Ami maradt: várni és meglátni, hogy a következő nagy mérföldkötől visszatekintve mi lesz 2026 áprilisának a sajátossága – csuri, hogy bármi is legyen az, úgy öregszik, mint az Átváltozások.



Fotó: Deutsch Levente

TÖBB MINT ALÁÍRÁS

Horváth Natália

Horváth Natália a Kultúra rovat új rovatvezető-helyettese, számos cikkünk szerzője, lelkes csapattag és szuper határidő-betartató – ismerjétek meg az arcot az aláírás mögött!

Hogyan kapcsolódsz a Kultúra rovathoz?
Kiskorom óta fontos része az életemnek a kultúra, legyen szó zenéről, fotókról, színházról – a szüleim minden lehetőséget megadtak, hogy ezeket megismerhessem. Múlt ősz óta írok minderről a rovatba, így még mélyebben megismerhettem kedvenc műfajaimat.

Milyen cikkek szerzője vagy?

A legtöbbet a zenéről írtam, valószínűleg azért, mert az nagyon fontos szerepet tölt be az életemben. Emellett írtam már könyvekről és filmekről, más rovatokba pedig a mentális egészségről és a külföldi életről is, hogy néhány példát említsék.

Mióta vagy DUE tag, és mit csinálsz a DUE-ban?

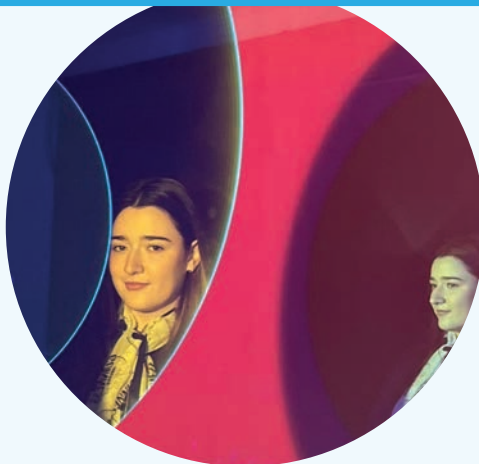
Először 2022-ben, a DUE nyári táborában ismertem meg az egyesületet. Azóta imádom, hogy egy ilyen jó közösség része lehetek. A feladatom az újságírás (és most már rovatvezetés) a DUE Tallózóban. Emellett elhivatott táborozó és a mediatabor.hu egyik szerkesztője vagyok.

Mi a legmeghatározóbb élményed a DUE-val kapcsolatban?

A táborok és a közös bulik. A DUE-nak hála nagyon sok csodálatos barátot szereztem – velük szereztem életem legjobb élményeit, nem tudnék csak egyet említeni.

Mivel foglalkozol a DUE Tallózó mellett?

Épp külföldön végzem a középiskolai tanulmányaimat és a jogosítványomon



dolgozom. A zene iránti szeretetem miatt sokat járok koncertekre is, ott érzem magamat igazán a helyemen.

IMPRESSZUM • DUE Tallózó – Válogatás az ország diáklapjaiból

A DUE Médiahálózat és a DUE Médiaügynökség havilapja • 2026. április, XXVIII. évfolyam 4. szám • Lapmenedzser: Zala Orsolya • Főszerkesztő: Hecsek Anikó • Roovatvezetők: Kultúra rovatvezető-helyettes – Horváth Natália, Talpramagyar – Panulin Boglárka, Zoom – Szalai Maja Anna, Más.világ – Oláh Szabolcs • Áprilisi szerzőink: Blahó Maja, Deutsch Levente, Fogarasi Kleopátra, Hecsek Anikó, Horváth Natália, Kövecses Sára, Panulin Hajnalka • 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: www.duetallozo.hu

Nyomdai előkészítés: ArtGrafik.eu – Szabó Csaba • Nyomda: Pauker 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 Médiahálózat az a diáklapot beküldő szerkesztőségek automatikusan hozzájárulnak az utánköléshez, a cikkek rövidítéséhez, stílizálásához. • Az iskolaiújságokból átvett publikációk tartalmáért a DUE Tallózó nem vállal felelősséget.

DOOMSCROLLING: A VÉGTELEN GÖRGETÉS CSAPDÁJA



A digitális tér mindennapi használatának egyre gyakrabban tapasztalt jelensége a doomscrolling. Sokan ezt kizárólag a negatív hírek végtelen mennyiségben való fogyasztásával azonosítják, de valójában ennél összetettebb folyamatról van szó. A doomscrolling inkább a kényszeres, kontrollálatlan görgetést jelenti. A negatív hírek gyakran dominálnak ebben az élményben, mivel az emberi agy automatikusan a rossz híreket keresi.

BLAHÓ MAJA

Pszichológiai szempontból a doomscrolling több, egymással összekapcsolódó mechanizmus eredménye. Az egyik legfontosabb ezek közül a negatív torzítás, miszerint az emberi agy evolúciós okokból érzékenyebb a fenyegetésekre, mint a pozitív ingerekre. Mivel a túléléshez a veszélyek gyors felismerése kulcsfontosságú volt, nem meglepő, hogy ma is könnyebben ragadja meg a figyelmünket egy válságról, konfliktusról vagy katasztrófáról szóló hír. Amikor görgetünk, az agyunk tudattalanul keresi ezeket az információkat, még akkor is, ha azok nincsenek közvetlen kihatással az életünkre.

Minden új információ, különösen a váratlan vagy intenzív tartalom dopamin-felszabadulást okoz az agyban. Ez egy úgynevezett természetes jutalmazási ciklust hoz létre, amely megerősíti a görgetési viselkedést. Ez a hatás különösen megerősödik, ha a tartalom kiszámíthatatlan. Mivel minden olyan közösségi oldal úgy van felépítve, hogy ne lásd a következő videót, így mindig ad egy kis izgalmat, ezzel is próbálva minél tovább az appon belül tartani a nézőit. Ez a változó megerősítés mechanizmusa, amely ugyanazt az alapelvet használja, mint a szerencsejátékok.

Az eredmény: az ember újra és újra frissít, görget, keres, gyakran anélkül, hogy valódi kielégülést találna.

A doomscrolling fokozott kognitív terheléssel jár, mivel a folyamatos információáramlás miatt az agy nem jut elegendő időhöz a feldolgozásra és a pihenésre. A prefrontális kéreg, amely a döntéshozatalért és az önkontrollért felelős, fokozatosan „elfárad”, így egyre nehezebb tudatosan megszakítani a görgetést.

Sokszor tapasztalhatjuk, hogy miközben a TikTOKot görgetjük, ingerültséget vált ki rengeteg olyan külső inger, ami alapjáraton nem szokott (pl. emberek beszélgetése, tárgyak csörgése). A TikTok úgy van felépítve, hogy teljesen lekösse a figyelmed, és próbálja minél jobban minimalizálni az aggyal a külső világot, ezért ha valamilyen külső inger ér, az agy hirtelen kizökken. Ezzel megszakad a nyugalmi állapot (flow state). Ezt a kizökkenést nem semleges eseményként, hanem stresszként érzékeled.

A doomscrolling másik fontos mozgatórugója a kontroll iránti igény. Bizonytalan időszakokban, például világjárványok, gazdasági válságok vagy társadalmi konfliktusok idején az emberek hajlamosak több információt keresni, abban a reményben, hogy így jobban átlátják a helyzetet.



Paradox módon azonban a túlzott információfogyasztás éppen az ellenkező hatást válthatja ki. A sok, gyakran ellentmondásos adat növeli a bizonytalanságot, és tovább erősíti a görgetés kényszerét.

Érdeemes azt is felismerni, hogy a doomscrolling gyakran nem csak egy rossz szokás, hanem egyfajta megküzdési forma. Amikor fáradtak, túlterheltek vagy érzelmileg bizonytalanok vagyunk, a görgetésből könnyen lesz átmeneti menekülés, mivel ez nem igényel különösebb erőfeszítést,

mégis kitölti az üres időt és eltereli a figyelmet a belső feszültségről. Rövid távon ez akár megnyugtatónak is tűnhet, ám hosszabb távon épp ez a passzív figyelemelterelés akadályozza meg, hogy valóban feldolgozzuk az érzéseinket vagy pihenjünk. A valódi regenerációhoz ugyanis nem elegendő elmenekülni és kiszabadulni. A tartós változáshoz a szokásaidnak is változnia kell. Szükség van tudatos jelenlétre, csendre és olyan tevékenységekre is, amelyek nemcsak lekötik, hanem helyre is állítják a mentális erőforrásainkat.

A doomscrolling nem csupán a modern technológia mellékterméke, hanem az emberi elme és a digitális környezet találkozásának következménye. Egyszerre szól a kíváncsiságról, a félelemről és a kontroll iránti vágyról. Ha megértjük a mögötte álló pszichológiai folyamatokat, közelebb kerülhetünk ahhoz is, hogy tudatosabban alakítsuk a saját figyelmünket – és talán visszazerezzünk valamennyit abból az időből és nyugalomból, amelyet a végtelen görgetés észrevétlenül elvett tőlünk.



Szokatlan szokások rabjai

KÜLÖNC ZSENIK ÉS HÉTKÖZNAPIK

Az emberi történelem bővelkedik olyan kiemelkedően tehetséges tudósokban és művészekben, akik örökségükkel hozzájárultak a kultúra és a tudomány rendületlen fejlődéséhez. A legnagyobb lángelméknek azonban az utókor jobbra inkább csak a munkásságát, a jelentőségét ismeri, az emögött megbújó ember és az ő személyisége pedig megközelíthetetlennek és misztikusnak tűnik az azóta eltelt idő távlatából.

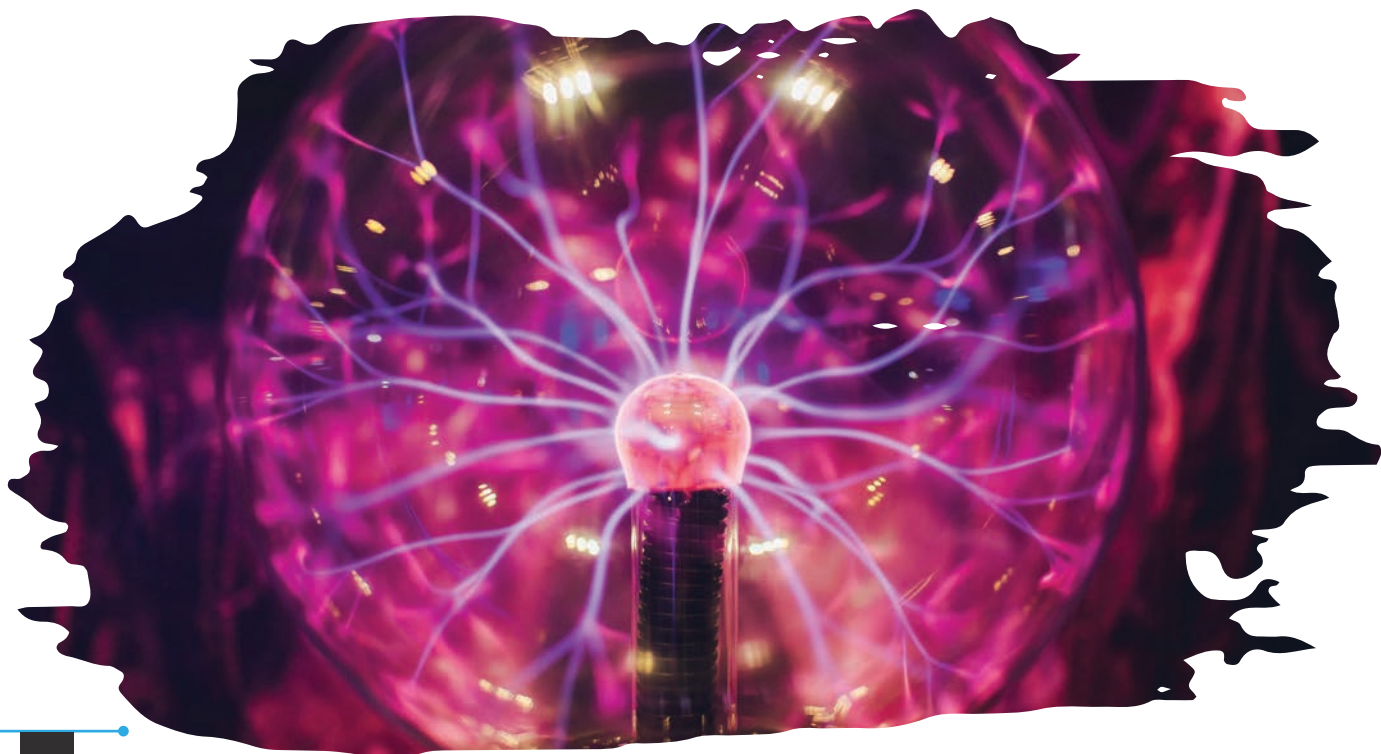
RUCSKA FERENC, TÁT KONTÚR, ELTE TÁRSADALOMTUDOMÁNYI KAR

Ennek ellenére a géniuszoknak is megvoltak a maguk gyarlóságai és hóbortjai, amelyekkel kapcsolatban néhányról úgy tartották, hogy az alkotás és a gondolkodás elengedhetetlen kellekei, de olyan is volt, amelyhez egész egyszerűen kényszeresen ragaszkodott az adott illető. Habár az alábbiakban főként írókat és természettudósokat veszünk górcső alá, így Tesla, Balzac, Dickens, Darwin, Hemingway és Schiller életét, a lista csupán ízelítőt kíván nyújtania legfurcsább szokásokból, így korántsem tejeskörű.

A váltakozóáram, a mágnesesség és a rádiózás terén is maradandót alkotó szerb származású amerikai fizikus, **Nikola Tesla** (1856-1943) emellett, hogy tisztaságmániás és kifejezetten sértődékeny természet

volt, több olyan fóbiával is rendelkezett, amelyek még kollégái szemében is furcsának számítottak, és a legnagyobb jóindulattal nézve sem tudhatók be pusztán szakmai ártalomnak. A tudós irtózott például a kerek tárgytól, különösen a baracktól, emellett csakis olyan szobában volt hajlandó megszállni, amelynek a szobaszáma osztható volt hárommal. Mindezek mellett pedig az, hogy szociális életét szívesebben töltötte galambjai társaságában, már igazán csekélységnek számít.

A legendásan termékeny és maximalista francia író, **Honoré de Balzac** (1799-1850) rengeteg olyan módszert dolgozott ki, amelynek segítségével igyekezett a külvilágot kizárni és csakis a munkára koncentrálni. Ennek szellemében mindig csak lesötétített szobában dolgozott, amelyben az íróasztalán kívül nem is igazán volt semmi egyéb, hogy semmi se terelhesse el a figyelmét, emellett a beszámolók szerint naponta több tucatnyi csésze kávéét ivott, hogy mindig





elégé friss és éber maradhasson az alkotáshoz. Olykor a nap huszonnégy órájából húszat a munkájával töltött, hogy befejezhesse azóta halhatatlanná lett műveit, többek között monumentális regényfolyamát, az Emberi színjátékot.

Kevésbé ismertek talán a *Twist Oliver* és *David Copperfield* írójának, **Charles Dickens**nek (1812-1870) a rendhagyó szokásai, például az, hogy mindig észak felé tájolta az íróasztalát és az ágyát is, hogy ezáltal az alvás és a munka során egyaránt növelje a kreativitást, amelyet az északi pólus jótékony erejű mágnesességével magyarázott. A mindennapi élet egyéb területein is voltak hajmeresztő furcsaságai – ráadásul szó szerint – ugyanis cselédjei szerint napjában akár százszor is képes volt megigazítani a haját annak érdekében, hogy mindig minden precíz és szabályos legyen rajta és körülötte.

A tudomány vizeire visszatérve egy másik jeles természettudós, **Charles Darwin** (1809-1882) sincs a különbségek terén lemaradásban társaihoz képest. Az evolúciós elmélet atyja ugyanis nem csak hogy alaposan tanulmányozta és megvizsgálta az egyes állatfajokat ahhoz, hogy végül megírja áttörést jelentő tudományos művét, *A fajok eredetét*, hanem a feljegyzései alapján meg is ette jónéhányukat. A törtenet még a tudós egyetemi éveire vezethető vissza, amikor létrehoztak a barátjaival egy olyan társaságot, amely a különös állatok kipróbálását és elfogyasztását tűzte ki a céljává. Ennek során a sólymot, a bölömbikát és a macskabaglyot is megkóstolta Darwin, azonban később sem hagyott fel furcsa szenvedélyével, és amíg a Beagle fedélzetén járta a világot, gasztronómiai és biológiai szempontból is egészen közelről ismerkedett meg az olyan egzotikus fajokkal mint a puma vagy a tatu, utóbbi húsát egyébként a kacsáéhoz hasonlította.

Az írók esetében egyébként egész köteteket lehetne megtölteni azzal, hogy ki, milyen technikákat, stratégiákat alkalmazott ahhoz, hogy megőrizze a kreatív írói készségét. **Ernest Hemingway** (1899-1961) például, akinek többek között *Az öreg halász és a tenger* köszönhetjük, ezt úgy oldotta meg, hogy naponta bizonyos számú leírandó szót állapított meg önmaga számára, hogy megőrizze a kreativitását. Emellett arra is ügyelt, hogy közvetlenül az írás előtt már semmit ne olvasson, hogy az ne befolyásolja a munkájában. A Tell Vilmos szerzője és Goethe pályatársa, **Friedrich Schiller** (1759-1805) pedig a hagyomány szerint egy ennél sokkal rendhagyóbb módszert alkalmazott, amelynek az volt a lényege, hogy egy rothadó almát helyezett maga mellé az asztalra, és állítólag a gyümölcs illata inspirálta az író.

A sor természetesen itt nem ér véget, és hosszasan lehetne még részletezni, fejtegetni további bizarr vagy meghökkentő szokásokat, amelyek egy-egy hírességhez kapcsolhatók, beleértve a művészek és a tudósok mellett akár az üzletemberek (pl. az *Aviátor* főhőse, **Howard Hughes**), politikusokat (pl. **Churchill**), és más ismertebb neveket is. A látzat ellenére szinte mindannyiunknak megvannak a maga hóbortjai, még ha nem is vesszük ezeket mindig észre magunkon. Sőt, az említett területek képviselőinek talán több is van belőlük, éppen amiatt, mert máshogyan látják, látták a világot, mint ahogyan azt a legtöbben teszik, de abban talán mindegyikük esetében egyetérthetünk, hogy ezek a szokatlan „fun fact”-ek semmit sem vonnak le azokból az értékekből, amelyeket az említett személyek hagytak hátra nekünk.



TAVASZI FÁRADTSÁG



Mindannyian érezzük: nincs kedvünk semmihez, szomorkásak, fáradtak, álmosak vagyunk. Az államvizsgának már a gondolatától is borsózik a hátunk... igen, ez részben a tavaszi fáradtság következménye.

BOGYÓ, MIÚJSÁG.ZIP, SAPIENTIA, MAROSVÁSÁRHELY

A sok tünet ellenére nem betegségéről van szó, csak a szervezetünk hajszoja túl magát a szezonális váltás következtében. Ennek legfőbb oka a hormonháztartásban bekövetkező változás, nevezetesen két legjobb barátunké: az álmoságért és a boldogságért felelős hormonjaink (melatonin és szerotonin). A melatonin-termelés sötétedéskor indul be, illetve amíg kint sötét van, tehát télen ez gyakoribb, mint nyáron, amikor hosszabbak a nappalok és több a napsütés. Ez a hormoningadozás átmenetileg zavart okoz az alvás-ébrenlét ciklusában. A szerotonin pontosan fordítva működik, ez a fény hatására képződik szervezetünkben, így a tél folyamán jelentős szerotoninhiány alakul ki szervezetünkben, ettől vagyunk melankolikusak.

A tünetekért azonban nem csak a hormonháztartás a felelős, ezeket jelentősen befolyásolja az étkezés is. Míg a téli hónapokban inkább zsírban gazdag és zöldségekben és gyümölcsökben hiányosabb az étrendünk, addig a szervezetünk bizony kimeríti, elhasználja a vitamintartalékainkat, emiatt kialakulhatnak a hiány által okozott tünetek. Egy egyszerű példa: a B-vitamin hiánya könnyedén vezethet idegességhez, így csökkenti a stressztűrő-képességünket, a C-vitamin hiányában pedig immunrendszerünknek szokatlanul nagy erővel kell küzdenie a mindenféle vírusok és baktériumok ellen.

Ez az állapot azonban sem végzetes, sem végtelen, egy kis életmódváltással könnyen túl lehetünk rajta.

1. Amint megjelennek a friss zöldségek (zöldhagyma, saláta, retek stb.) a piacon, fogjunk neki visszavezetni étrendünkbe ezeket a vitaminokban és életben gazdag tápanyagforrásokat.

2. Igyál! Víz. Tavasszal sokat segíthetsz szervezeteden, ha az ajánlott 2 liternél többet iszol, ezzel könnyen megszabadulhatsz a télen felhalmozott méreganyagoktól.

3. Menj ki a szabadba, töltsd fel magad napfényel! Tölts minél több időt a szabadban, és ha már ott vagy, a sportot se felejtse el.

4. Reggelizz! Persze az év minden szakában nagyon fontos a reggeli, de ha ráadásul különösen fáradt vagy, jót tesz, ha megadod a szervezetednek a megfelelő induló lendületet.

5. Ápolj a lelkedet is: próbáld meg erőt venni melankóliádon, vidítsd fel magad, barátaidat, teremts új rendszert az életvedben, hétköznapjaidban, takaríts ki és élvezd maximálisan a tavaszt!

2026.
május 22.
Péntek 9.00-18.00

UP Rendezvényter
11042 Budapest, Szent István tér 13-14.1

33. Sajtófesztivál

Nagy Diák Tesztek Döntők és Díjazások

A Tehetségkutató
Diákmedia Pályázat
eredményhirdetése
és díjazása

Sztárvendégek,
youtuberek, tiktokerek,
sportolók, színészek
és zenészek

A DUE honlapján
www.due.hu
folyamatosan pontosítjuk
a programot!

Pénztudástár nap
KRESZ-nap
Sportnap

Online okosan,
offline aktívan!

A jövő hangjai
Az NMHH
podcastműhelye

Médiatudós

Csodák
tárháza



Hová tűnik a szemetünk?

Bizonyára sokan tudjátok, hogy manapság az egész Földön kiemelt problémát jelent a nagy mennyiségű szemet, amit az emberek termelnek. Sokan nem is gondolnak bele, hogy ez milyen fontos megoldandó feladatot jelent.

TAR ÁGNES, EGYETEMI ÉLET, DEBRECENI EGYETEM

Napról napra több milliárd m³ szemet keletkezik, aminek számos oka van. Egyrészt megengedhetjük magunknak, hogy felesleget termeljünk, amit utána kidobunk, másrészt viszont az emberek többségének hozzáállása sem éppen a legjobb, mondván, úgyis elviszik, aztán lesz vele valami. Ez nem ennyire egyszerű. Sajnos Magyarország sem tartozik a kivételek közé, ha a hulladék kérdéséről van szó. De a nagyvilágban is kreatívabbnál kreatívabb módokat találnak ki a szemetprobléma megoldására, kezdve a tengerek, óceánok szennyezésétől a komplett mesterséges szemetiszigetek létrehozásáig. Ilyen található például a turisták által a pihenés és a boldogság paradicsomának tartott Maldív-szigeteken is, ahol az odalátogatók által termelt több milliárd m³ szemetet egy mesterséges szemetiszigetre szállítják át. A nem lebomló hulladék akár évtizedek múlva is hatással lehet az élővilágra, elraktározódhat a talajban, befolyásolva annak minőségét. A szemetétokról nem is beszélve. A levegőszennyezéstől kezdve, a növények (amiket mi is elfogyasztunk) anyagcseréjének és a belélegzett levegőnk minőségének romlásában döntő szerepet játszanak. Ennek

tudatában nem meglepő, hogy az asztma és a tüdődaganat az egyik leggyakoribb népbetegség a Földön.

Sok ország azonban már felismerte a probléma fontosságát, és elkezdtek cselekedni az ügy megoldásáért. Egyre jobban kezd elterjedni az ügy megoldásáért. Egyre jobban kezd elterjedni a műanyag flakon visszaváltása, az üzletekben a saját tárolóba való pakolás, ezáltal pedig a csomagolóanyagok lecsökkentése. Nagyon fontos a fenntartható életszemlélet, próbáljunk minél kevesebb szemetet termelni, többek között a műanyag flakonok összehajtásával. Az utóbbi években több pozitív kezdeményezés hatására egyre jobban kezd az emberek mindennapjaivá válni a szelektív hulladékgyűjtés is. A családi házakban bevezetésre került a növényi hulladék elhelyezésére szolgáló biokuka, valamint a műanyag és papírszemétnek szánt külön hulladékgyűjtő is.

El sem tudjuk képzelni, hogy ezekkel az apró cselekedetekkel, pluszidő-ráfordítással (például, hogy megválogatjuk azt, hova tesszük a műanyag flakont vagy újságpapírt, és csak annyi élelmet veszünk, amit tényleg elfogyasztunk) évtizedekre elősegíthetjük, hogy tiszta és élhetőbb körülmények között élhessünk.



**DUE
TÁBOR**

HISZÜNK BENNE!

**BALATONKENESE
HOTEL PORT**

2026.

július

04-12.



**PRÓBÁLD KI MAGAD A GYAKORLATBAN:
FOTÓZZ, VIDEÓZZ, ÍRJ ÚJSÁGCIKKET VAGY
GYÁRTS RÁDIÓMŰSORT A BALATON PARTJÁN!**

WWW.MEDIATÁBOR.HU

Bakancslista

**TARCSAY VERONIKA, ÁRPÁD LAPOK,
ÓBUDAI ÁRPÁD GIMNÁZIUM, BUDAPEST**

Még van néhány hét a szünidőig, addig pedig elkészíthetjük az idei nyári bakancslistánkat – végiggondolhatjuk, mire várakoztunk a szürke téli napokon, mit szeretünk volna kipróbálni, amire nem volt lehetőségünk a tanév során, miért is várjuk a szünetet a szabadságon kívül? Amikor otthon vagyunk, érdemes beosztani az időnket, nap elején kijelölni a feladatainkat, este pedig végiggondolni, mit valósítottunk meg terveink közül, hogy ne csúszson ki a lábunk alól a talaj, hiszen nincs annál rosszabb, mint hogy úgy kell visszatekintnünk a szünidőnkre, hogy elpazaroltuk a pihenési lehetőségünket. Néhány (vagy

inkább jó sok) ötletet szeretnék felsorolni, hogy a nyári heteken ne unatkozzunk, de mégis kipihentük magunkat a következő tanévre.

Jó elfoglaltságot jelentenek a nyári táborok, amelyek során életre szóló élményeket és (új) barátokat szerezhethetünk. Mehetünk sport vagy kézműves táborba, ha pedig szeretnénk szépézt keresni, mehetünk táborozással egybekötött diákmunkára is, például napközis táborba animátornak.

Ha nincs lehetőségünk táborba menni, otthon is csinálhatunk kikapcsoló dolgokat a képernyő bámulása helyett. Például felfedezhetjük környezetünket – a szomszéd utcát, a közeli erdőt, parkokat, vagy a lakóhelyünk nevezetességeit. Ha nincs túl meleg, mehetünk sétálva vagy tömegközlekedéssel, viszont arra mindig figyeljünk, hogy legyen nálunk elég víz és naptej, illetve ha olyan helyre megyünk, ahol még nem jártunk, érdemes társasággal menni.

Szabadidőnkben kipróbálhatunk új hobbikat, ebben segítségünkre lehetnek az interneten található oktatóvideók is. Ha szeretünk kézműveskedni, kipróbálhatjuk a horgolást, kötést, scrapbookozást, origamit. Nagyszüleinktől is tanulhatunk újra divatba jött technikákat. Kipróbálhatunk új recepteket, a nagy melegben érdemes italokat, különböző ízesítésű limonádékat vagy gyümölcsturmixokat készíteni – ezeknél bátran variálhatunk az összetevőkkel, kedvünk szerint ízesíthetjük őket.

Ha szeretnénk a barátainkkal kikapcsolódni a szünidő alatt, rendezhetünk pikniket egy parkban, vagy ha van kertünk, gyűjthetünk táborüzet és süthetünk rajta mályvacukrot. Szervezhetünk pizsamapartit, vagy film- illetve társasjáték-maraton a barátainkkal vagy a családdal.

Egyszerűen lefeküdhethetünk a fűbe és hallgathatjuk a madarak csicsergését, a szelet, a város zaját, figyelhetjük a csöndet, és szabadon engedhetjük a képzeletünket: beléphetünk egy könyv fantáziavilágába, hallgathatunk zenét, elképzeltük, milyen lehet madárnak lenni, vagy amit csak szeretnénk. Ha meguntuk az elmélkedést, olvashatunk is. A könyvtár polcsorai között böngészve, egy-egy könyvet felcsapva, megízelve rátalálhatunk új szerzőkre és még a pénztárcánkat sem kell fogyókúrára fogni.

Remélem, tudtál válogatni a felsorolt ötletekből, és kreatív, élményekben és nevetésben gazdag, pihentető szünidőd lesz!



A JÖVŐ HANGJAI

Az NMHH podcastműhelye ismét a DUE Sajtófesztiválon

Csak a hangodra, gondolataidra, kreativitásodra lesz szükség, inspirációt és témát találsz az NMHH podcastműhelyében! A nagy sikerre való tekintettel idén is elkészítheted a DUE Sajtófesztiválon saját podcastodat május 22-én! Nem feltétel a rádiós és újságírói tapasztalat, a szervezők pedig ötleteket, interjúalanyokat és segédanyagokat is biztosítanak.

Az elmúlt években a Nemzeti Média- és Hírközlési Hatóság egy kitelepülő podcastműhellyel vett részt a Sajtófesztiválon, arra ösztönözve az érdeklődőket, hogy alkossanak saját médiatartalmat, és élesszék fel, újítsák meg az iskolarádiózás hagyományait. Az eseményt mindig nagy érdeklődés kísérte, rengeteg érdeklődő készített interjúkat, sok diák pályázott anyagával az értékes díjakra. Az iskolarádió évtizedeken át a diákok hangjának és véleményének platformja volt. Olyan terep, ahol a legbátrabb és leglelkesebb tanulók kipróbálhatták, milyen egy egész intézményhez szólni, rendszeres tartalmat gyártani, azon keresztül pedig közösséget építeni. Az iskolarádió ma már nem az órák közti szünetek szerves része, hiánya azonban könnyen pótolható kéznél lévő eszközeinkkel, ingyenes szoftverekkel és online platformokkal. Reményeink szerint a műhely elindít egy olyan munkát, amelynek eredménye egy iskolai podcastcsatorna lehet.

Ha teljesen kezdők vagytok, adunk néhány tippet, hogyan induljatok el, milyen eszközöket használjatok, milyen felületeken dolgozzatok. Négy témát járhattok körül: az okoseszközök és a mesterséges intelligencia szerepét az oktatásban, a telefonfüggőséget, a családi digitális házirendet, valamint a kortárs segítségnyújtás előnyeit.

Téged is vár a sárga kanapé!

A Sajtófesztiválon felállított podcastműhely sárga kanapéján bátran kérdezhetitek meghívott szakértőinket, és a technikai feltételekről, eszközökről is gondoskodunk. Az interjúkat rögzítjük, és a program végétével elküldjük nektek. A felvételekhez, mint kiinduló anyaghoz, iskolai környezetben diákokat és tanárokat vagy általuk relevánsnak tartott személyeket is megszólaltathattok a Sajtófesztivál előtt, vagy után is, az utómunkán átesett és feldolgozott anyagokat pedig **június 20-ig** várjuk az **informacio@buvosvolgy.hu** címre, hogy az NMHH Bűvösölgy Média-értés-oktató Központjainak szakmai zsűrije értékelhesse az elkészült munkákat. Az eredményhirdetés részleteiről a nevezőket a későbbiekben értesítjük.



A NEVEZÉS MÓDJÁT ÉS FELTÉTELEIT MEGISMERHETED A VERSENYKIÍRÁSBAN:

MÉG NEM ISMERED A MŰFAJT, DE BELEVÁGNÁL A TARTALOMALKOTÁSBA?

- A legegyszerűbb, ha először utánaolvasol, és beleszállasz néhány műsorba. Figyeld meg, hogyan csinálják a profik, és lesd el a titkaikat! Hogyan épül fel egy adás? Milyen műsorelemek vannak?

<http://podkaszt.hu/>

- Majd elolvasol pár remek cikket, vagy megnézel egy-két alapos videót a témáról.



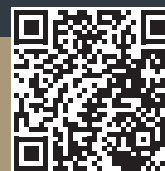
5 tipp podcast-készítéshez



3+1 kényelmetlen érzés, amit podcastkészítés közben érezhetsz



Hogyan induljunk neki a podcastkészítésnek? (videó)



Hogyan készíts podcastot? (videó)

A legfontosabb tudnivalók, mielőtt megnyomnád a nagy piros gombot

- Egy podcast elkészítése rengeteg tervezést igényel, még akkor is, ha tudod, hogy a műsor megszólalójának van mondanivalója az adott témáról.
- Mindenekelőtt gondold végig: mi a műsor célja? Kiknek szól?
- Munka közben érdemes munkanaplót vezetned, amelyben átgondolod a főbb munkafázisokat, és határidőket jelölj ki magadnak.
- Hasznos, ha előre számba veszed a technikai lehetőségeidet, eszközeidet is.
- Egy podcast elkészítéséhez elegendő lehet egy mobiltelefon is headsettel.
- A főbb mérföldkövek lehetnek: anyaggyűjtés, interjú elkészítése (amennyiben szükséges), műsor megtervezése (műsortükör), hangeffektek és zene keresése, próbafelvétel, szerkesztés.
- Ezután érdemes átgondolnod, milyen elemeket tartalmazzon a műsor. A leggyakoribbak az interjúk, ötletek/tanácsok, az információközlés, a panelbeszélgetés és a beszámoló. Egy műsorban természetesen több elem is szerepelhet, de mindeképp gondold át ezek sorrendjét, és hogy melyik elem mit akar elmondani! Ezen még bármikor tudsz változtatni, de jó, ha minél előbb látsz magad előtt egy vázlatot.
- Amikor már összegyűlt a kellő mennyiségű anyagod, érdemes elkészítened a műsortükört, amely részletesen leírja a műsor menetét: jelöli a hangeffektek helyét, és a felolvasandó szöveg is helyet kaphat benne a beköszönéstől egészen a műsor lezárásáig.

A tervezett anyagok rögzítése után jöhet a vágás, a zenei betétek, hangeffektusok szerkesztése. Szerencsére ingyenes, jól használható szoftverek és hangtárak állnak rendelkezésre.

Hangvágás: <https://www.audacityteam.org/> >>

Videószerkesztő programok is alkalmasak hangvágásra:

<https://shotcut.org/> >>

<https://www.blackmagicdesign.com/products/davinciresolve/> >>

<https://www.nchsoftware.com/videoedit/index.html> >>

Ingyenes hangszerkesztők mobilra:

Super Sound – Free Music Editor & Magix Song Maker >>

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.tianxingjian.supersound>

Ingyenes hangeffektek: <https://sound-effects.bbcrewind.co.uk/> >>

EGY FALUBÓL SZÁRMAZIK A NAGY DIÁK RÁKÓCZI-TESZT NYERTESE ÉS A FEJEDELEM APRÓDJA

Véletlen vagy sem, mindenesetre a Nagy Diák Rákóczi-teszt nyertese, Pachman Balázs épp arról a Boldva településről érkezett, ahol a fejedelem apródja és íródeákja, Szathmáry Király Ádám élt. Az erős kapcsolódás persze kevés, a tizedikes gimnazista nagy tudásának köszönhetően végzett az élen a több mint tízezer indulóból. Győzelmét egy isztambuli utazással díjazta a tesztet szervező DUE Médiahálózat.



dr. Szayly József, Rác István Botond, Mészáros Mira, Pachman Balázs, Kecskés István

Lezárult az első alkalommal meghirdetett Nagy Diák Rákóczi Teszt. II. Rákóczi Ferenc születésének 350. évfordulója alkalmából indított játék II. Rákóczi Ferenc életét és a kuruc kor meghatározó eseményeit állította középpontba. Az országos edukatív játékba több mint 10.000 fiatal kapcsolódott be az egész országból, közülük jutott

a legjobb 10 tanuló az UP Rendezvénytérben megszervezett döntőbe.

A diákok a 350 éve született Rákóczi életéről és korának történéseiről kaptak kérdéseket. Az izgalmas, showmúsorba ágyazott vetélkedő döntőjét, amit II. Rákóczi Ferenc 350. születésnapján, március 27-én rendeztek meg,

Pachman Balázs, a miskolci Léway József Református Gimnázium és Diákotthon tizedikes tanulója nyerte. Balázs sokat készült a játékra, de a tanulás mellett mindig van ideje, hogy kedvenc focicsapata, a DVTK meccsein szurkoljon. Érdekeség, hogy arról a Boldva településről érkezett, ahol a fejedelem apródja és íródeákja, Szathmáry



Király Ádám sokáig élt. Az apród a szabadságharc bukása után elkísérte a hadvezért Lengyelországba és Franciaországba. Naplója, melyet e két országban töltött idő alatt vezetett, az egyetlen hiteles forrás a fejedelem bujdosásáról.

Balázs az első helyezéssel egy isztambuli utazást nyert,

a második helyezett **Mészáros Mira** (Budapest) jutalma egy erdélyi körutazás, míg a harmadik **Rácz István Botond** (Derecske) egy hétvégét tölthet el a sátoraljaújhelyi Rákóczi Hotelben.

A szervezők díjazták azt az intézményt is, ahol a legtöbbet töltötték ki a tesztet. Ezt az elismerést a Békéscsabai SZC

Széchenyi István Két Tanítási Nyelvű Közgazdasági Technikum és Kollégium nyerte, és 150.000 forintos jutalomban részesültek.

A Nagy Diák Rákóczi-teszt döntőjéből egy 50 perces tévéműsor is készült, amit műsorára tűz az M5 csatorna.



PIKALI GERDA SZERINT A SZÍNÉSZET LÉNYEGE:

„Közvetíteni valami jót, elgondolkodtatót és értéket”

Pikali Gerda Jászai Mari-díjas színésznő pályája a színház, a szinkron, a mozi és a televízió világán ível át, sokoldalú szerepeivel és jellegzetes hangjával vált mindenki által ismert színművésszé. Munkásságát a Színház- és Filmművészeti Egyetemen alapozta meg, azóta pedig számos színházi-, filmes- és sorozatszerep, valamint ikonikus szinkronalakítás fűződik a nevéhez. Most mesél pályájának meghatározó állomásairól, szerepeiről és a színészethez való viszonyáról.

DEUTSCH LEVENTE

Több színház társulatában játszol. Mit ad számodra ez a sokszínűség, milyen hatással van a változatosság a színészi játékodra?

Akárhol vagyok, ugyanaz az ember maradok, de minden közeg és minden kolléga hat rám. Mindig tanulok valami újat attól a csapatától, akikkel éppen együtt dolgozom. Van, ahol könnyedebb vígjátékokat játszunk, és bár alapvetően drámai alkotnak tartom magam, a humort is nagyon szeretem és rengeteget tanulom a kollégáimtól. A József Attila Színház az anyaszínházam, mellette a Fórum Színházban, az Újszínházban,

a Hangjegy Színházban és a Körúti Színházban is játszom – utóbbinak alapító tagja is vagyok –, így sokféle közegben dolgozhatok, sok kollégával találkozom, és igyekszem mindenkitől tanulni valamit. Ez a fajta sokszínűség nekem nagyon sokat ad, és kifejezetten jól érzem magam a színházi közegben, ami tulajdonképpen a második otthonom – sőt, néha az első is, hiszen rengeteg időt töltünk ott. Azt érzem, hogy a pályámon jelenleg nagyon boldog és kiegyensúlyozott vagyok, mert minden részét szeretem annak, amit csinálok, nincs olyan, amit ne élveznék.

Az első musical szereped a József Attila Színházban a Vértesszérek című világhírű Broadway

darab volt, amiben a főszerepet, Mrs. Johnstone-t, az ikreket nevelő anyát alakítottad nagy sikerrel. Felidézned, mit jelentett számodra ez a szerep, és miért volt ennyire meghatározó?

Prózistaként nagy kihívás volt. Maga a darab is gyönyörű, a történet egy kilencgyermekes anya életét és küzdelmét mutatja be. Ez az anyaszerep a színpadon kívül is megmaradt, a mai napig sokan hívnak mamának a partnereim közül, akikkel a darabban játszottam. Ez a szerep nagyon meghatározó volt lelkiileg és színésziileg is, egy igazi mérföldkő volt az életemben. Azóta, szárnyakra kaptam az éneklés terén. A musical mellett ez egy drámai szerep volt, ami számomra különösen fontos, mert alapvetően a tartalmasabb, mélyebb történetek állnak hozzám közel, ezek tesznek boldoggá a színpadon.

Sokan a Jóban rosszban napi sorozat Nagy Gabriella rendőr századosaként is ismerhetnek. Milyen hatással volt rád ez a szerep, és miben változtatta meg a pályádat?

Nagyon élvezem a filmezést is, mert a napi forgatások arra tanítják meg az embert, hogy nagyon rövid idő alatt is meg kell tudni csinálni egy jelenetet, tehát teljes mértékben felkészültnek kell lenni. A forgatások alatt sokat tanultam



a médiáról is, a sorozatban eltöltött hét évem ebből a szempontból nagyon meghatározó és tanító időszak volt számomra, sok baráttra is szert tettem. Ráadásul gyerekkori álmom is volt, hogy egyszer nyomozó legyek, amit itt kiélvezhettem. A színészetben ezt is különösen szeretem, hogy nagyon sokféle szerep és bennem lévő vágy visszaköszön, amit el tudok játszani. Így ebből a szempontból teljesnek és boldognak érzem az életemet, mert nincs bennem olyan érzés, hogy bármi is hiányozna.

A Duna TV csatornájának is a hangja vagy. Mesélj erről a munkáról!

A csatornának 2015 óta, 11 éve vagyok a hangja. Ez rekordnak számít. Nagyon szeretem a munka változatosságát és izgalmát. Folyamatos készenléti állapotot igényel, hiszen bármikor jöhet műsorváltozás vagy új anyag, amit rövid időn belül fel kell mondani. Gyakran előfordul, hogy hirtelen kell felvételt küldeni, ilyenkor akár két jelenet között, a színpadról lejöve is megoldom, mert fontos számomra ez a munka. Bár kapok instrukciókat, mégis nagy bizalmat jelent, hogy rám van bízva az anyag, és idővel sikerült kialakítanom egy saját stílust, ami az arculat meghatározó részévé vált. Ennyi év után is még mindig nagyon várom az új feladatokat, egy nagyon jó kihívásnak tartom a munkát. Egyfajta közösségként tekintek rájuk, nagyon jó velük együtt dolgozni, és úgy érzem, igazán jól működünk együtt.

Mit gondolsz, mi a színészet valódi feladata ma?

Közvetíteni valami jót, elgondolkodtatót és értéket – személyre szabottan, hiszen mindenkinek más és más gondolat jut el belőle. A színház arra is jó, hogy kikapcsol mindenkit. Most azt tapasztaljuk, hogy inkább a vígjátékokra van nagyobb kereslet, mert azok a vidámságukkal rántják ki az embereket a hétköznapokból, és repítik el őket egy másik világba.

A due.hu oldalon elolvashatod a teljes interjút!



FŐSZEREPBEN A MOZGÁS

SPORTOLÓ NEMZET TANÉV

A Sportoló Nemzet Tanév 2025/26 egy országos kezdeményezés, a Köznevelésért-, Sportért Felelős Államtitkárság és a Klebelsberg Központ együttműködésében. A tematikus tanév fő célja, hogy a sport a mindennapi iskolai életben, valamint tanórán kívül is még hangsúlyosabb legyen, a gyerekek rendszeresen mozogjanak, és közösségként élvezék a sportot barátaikkal és szüleikkel egyaránt.



Játssz te is a Nagy Diák Sportteszten, és tedd próbára sporttudásod a szuper nyereményekért!
www.nagydiaktesztek.hu

PANULIN HAJNALKA

Sport a tesiórán túl

A lehetőségek tárháza igen nagy, hiszen a program nem csak a testnevelésórákat érinti, az élmény rég túlnő már a tanórákon: hatással van a családokra, az iskolai közösségekre, és felejthetetlen közösségi élményt ad a gyerekek számára a sporteseményeken való részvétellel.

A kezdeményezés keretében több mint 50 000 ingyenes belépő érhető el sporteseményekre, ezzel támogatva az iskolásokat, akik társadalmi helyzetüktől függetlenül tapasztalhatják meg a szurkolás és a sport közösségépítő erejét. A látványsportágak: a labdarúgás-, a kézilabda-, a kosárlabda-, a jégkorong-, a vízilabda- és a röplabdaklubok, valamint a szakszövetségek ajánlották fel, hogy a diákok és kísérő szüleik hétről hétre díjmentesen vehetnek részt a bajnoki mérkőzéseiken. A sportműsor kínálata folyamatosan bővül. Az ingyenes belépők igénylésének fontos feltétele a Sportoló Nemzet Klubban a szülői tagság, valamint a gyermekek számára kiáltott társakártyák.

A sportélmény beköltözik az iskolákba

Az „Iskolám az egyesületben” élményszerű sportolási program, ahol az iskolai testnevelésórák egy részét szakképzett edzők bevonásával, a helyi sportegyesületek



Nemzeti Sportfejlesztési és Módszertani Intézet



SPORTEGYESÜLETEK ORSZÁGOS SZÖVETSEGE



segítségével tartják meg, így a gyerekek a tanév során többféle sportágat is kipróbálhatnak.

Az iskolákba közvetlenül az országjáró sportfesztivál-jellegű, úgynevezett Sportoló Nemzet közösségi sportnap viszi el az élményeket interaktív sportbemutatókkal, élményórákkal és mozgási lehetőségekkel. A programsorozat alatt Tatabányán, Salgótarjánban, Keszthelyen, Szigetváron, Kiskőrösön, Érden, Egerben, Szolnokon, Hajdúböszörményben, Szerencsen, Székesfehérváron, Visegrádon, Kapuváron, Makón, Dunavarsányban, Szentgotthárdon, Balatonfüreden, Zalaegerszegen, Szarvason és Kisvárdán több mint húsz ezer gyerek vehetett részt rendhagyó testnevelésórákon, melyek keretein belül megismerkedhettek különböző sportágakkal, sőt közösen sportolhattak olimpiai, világ-, Európa- és országos bajnok sportoló nagykövetekkel, többek között dr. Baji Balázssal, Márcz Tamással, Szász Emesével, Koch Mátéval, Berki Krisztiánnal, Szatmári Andrással, Jónyer Istvánval, Kempf Zozóval, Pupp Noémivel és Fojt Sárával.

A sport mindenkié

Ezt igazolja a Sportpark Fejlesztési Program kezdeményezés is: a Sportoló Nemzet Tanévben pályázat útján tizenkét olyan település iskolája kap kültéri sportparkot, ahol korlátozott a sportolási lehetőség. A cél a testnevelésórák színésítése mellett, hogy minden gyereknek adott legyen a rendszeres mozgás lehetősége az iskolában és azon kívül. Elsőként a pásztói Mikszáth Kálmán Gimnázium és Kollégium diákjai vehették igénybe a kültéri sportparkot, rajtuk kívül a tanév végéig még 11 településre, Kóka, Átány, Ecséd, Gyöngyös, Fábiansebestyén, Jászapati, Kunmadaras, Arló, Csókakö, Encs, Vácduka oktatási intézményébe kerülnek a sporteszközök.

A Sportoló Nemzet Klubnak mostanra több mint 110 ezer tagja van, ezzel Magyarország legnagyobb taglétszámú közösségisport-közösségének mondhatja magát. A regisztrált klubtagok három kedvezménytípust vehetnek igénybe időszaktól függetlenül. Egyike ezeknek a sportlétesítményekben felhasználható kedvezményes jegyek és bérletek megvásárlását jelentik uszodákba, konditermekbe, jégcsarnokokba, tenispályákra és más sportlétesítményekbe. Ezen kívül a klubtagok olcsóbban lehetnek ott a hazai és nemzetközi sporteseményeken, valamint

kedvezményes sporteszközbérlést, étkeztetést, sportszer és időszakos sportruházat vásárlását is igényelhetik. A klubba a regisztráció folyamatos a sportolonemzet.hu/regisztracio oldalon, a kedvezmények ezt követően azonnal elérhetőek.

Akik a program mellé álltak

Az országból összesen 46 olimpiai, világ- és Európa-bajnok sportoló csatlakozott sportoló nagykövetként a tematikus tanévhez közülük többen személyesen is népszerűsítik a köznevelési intézményekben a sportot és motiválják a fiatalokat a rendszeres testmozgásra. A Sportoló Nemzet Tanév nagykövetei közé tartozik Hosszú Katinka, Ekler Luca, Kós Hubert, Márcz Tamás, Dibusz Dénes, Siklósi Gergely és még rajtuk kívül sokan mások. A nagykövetek közül Márton Luana és Viviana *(akikkel a márciusi DUE Tallózóban interjút olvashatsz)* a legfiatalabbak 19 évesen, míg legidősebb nagykövetük a 75 esztendő Jónyer István.

A Sportoló Nemzet Tanév tehát nem pusztán egy egyszerű sportprogram, hanem egy iskola- és közösségépítő kezdeményezés, ami élményeket ad a gyerekeknek, megszeretteti velük és ösztönzi őket a rendszeres mozgásra. Érdemes követni közösségi oldalait, hogy elsőkézből értesülhessenek a programokról és sportolási lehetőségekről.



„ARRA VAGYUNK KÍVÁNCSIAK, MIT GONDOLNAK ŐK”

Először szervezi meg a Budapesti Rendőr-főkapitányság a Kékkopó pályázatot, amire edukációs programtervvel lehet pályázni. A projekt a fiatalok ötleteire és gondolkodásmódjára épít: a kezdeményezés célja az, hogy innovatív és megvalósítható bűn- és balesetmegelőzési projekteken keresztül mutassák meg a pályázók, hogy mit gondol a Z generáció a közbiztonság legfontosabb kérdéseinek – saját tapasztalataikra és kreativitásukra építve. A pályázat részleteiről dr. Osztóicsné Czéder Andrea r. alezredessel, a Budapesti Rendőr-főkapitányság Bűnügyi Szervek Bűnmegelőzési Osztályának osztályvezetőjével beszélgettünk.

FOGARASI KLEOPÁTRA, HACSEK ANIKÓ

Kinek, és miről szól a Kékkopó pályázat?

A célcsoportunk a fiatal felnőttek. Azért őket választottuk, mert ritkán van olyan lehetőség, ahol nemcsak befogadóként jelennek meg, hanem alkotóként vesznek részt. Kíváncsiak vagyunk arra, hogy milyen tapasztalataik vagy érintettségük van a bűn- és balesetmegelőzés területén. Bármilyen módszerrel, eszközzel vagy kampánnyal kapcsolatos átgondolt, kidolgozott projektet várunk.



dr. Osztóicsné Czéder Andrea

A szakmai tartalomnál már konkrét elemeket – például kártyaszövegeket, forgatókönyveket – várnak. Miért ennyire fontos ez a kidolgozottság?

Azért, mert csak így látjuk, hogy a pályázók mit gondolnak, és ezt hogyan fejezik ki a saját szavaikkal. A lényeg számunkra az ő gondolkodásuk, inspirációjuk, és hogy valójában ők mit szeretnének.

Miért kell pontosan meghatározni, hogy a pályázók kiket szeretnének elérni? Hogyan mérhető egy projekt sikere?

Azért fontos, hogy a pályázók pontosan meghatározzák a célcsoportjukat, mert így tudják, kiket akarnak elérni, és hozzájuk tudják igazítani a programot. A kiberbűnözés például minden korosztályt érinthet – gyereket, fiatalokat és felnőtteket is –, ezért különösen lényeges, hogy tudatosan válasszák meg a célcsoportot.

A projekt sikerét többféleképpen lehet mérni. Egyrészt egyszerű mutatókkal, például, hogy hányan vettek részt a programban. Másrészt kérdőívvel: egyet a program elején (bemeneti), egyet a végén (kimeneti), így látható, mennyit fejlődött a résztvevők

tudása. A szemléletben a változás azonban hosszabb idő alatt mérhető.

Miből látják egy pályázaton, hogy valóban megvalósítható – nem csak papíron működik?

Egyrészt fontos, hogy inspiráló, innovatív, aktuális legyen az adott pályázat. Ami a legnagyobb kulcsszó, az a megvalósíthatóság, hogy aztán mérni tudjuk az eredményét. Másrészt fontos, hogy átgondolt legyen a célcsoport meghatározása és a végrehajtás eszköze. Ezek azok az alapelemek, amiknek mindenképpen szerepelniük kell a projektben. A pályázatnak tartalmaznia kell a megvalósítás leírását, amit a szakmai zsűri saját tapasztalataira építve ítél meg. Azt viszont már csak a gyakorlati megvalósítás során fogjuk látni, hogy a valóságban is megállja a helyét.

Mennyire szabad a pálya: inkább klasszikus programokat várnak, vagy kifejezetten örülnének az új, digitális vagy kreatív megoldásoknak is?

Szabad a pálya. A prevenciók lehetőségeiből már nagyon sokat kiaknáztunk, de meggyőződésem, hogy a fiatal generáció szemléletmódja mindig tartogat



Játszd te is a Nagy Diák KRESZ-teszten, és tedd próbára KRESZ-tudásod a szuper nyereményekért!
www.nagydiaktesztek.hu

A pályázat részleteit keresd a BRFK Facebook-oldalán!

újabb és újabb inspirációkat, amelyekre abszolút nyitottak vagyunk. Nagyra értékelem azokat a friss, újszerű megoldásokat és azt a progresszív szemléletet, amivel érkeznek, hiszen pontosan erre a lendületre van szükségünk. Az a célunk, hogy minél innovatívabb programokat találjunk ki, és hiszem, hogy ez a korosztály azért még bőven tartogat számunkra meglepetéseket.

Mit tudnak hozzátenni az egyetemisták a bűn- és balesetmegelőzéshez, amit más szereplők kevésbé?

Azt tapasztaljuk, hogy fiatal felnőtteket mint célcsoport, nehezebb elérni, hiszen kevésbé

járnak olyan rendezvényekre, ahovami esetleg kitelepülünk. Viszont az egyetemi napokon nagyon sokan ellátogattak a standunkhoz. Bízom benne, hogy a saját korosztályukban az őket érintő problémákra preventív programokat, projekteket fognak kidolgozni.

A díjazás mellett milyen szakmai vagy személyes lehetőségeket kapnak a résztvevők?

A nyertes pályázatokat, projekteket segíteni fogjuk egy együttműködési megállapodás keretein belül. Így egy anyagi és partneri szakmai támogatást nyújtunk nekik, akár a projekt végrehajtásában mint Rendőrség.

Összefoglalná a pályázat technikai részleteit?

Elsősorban szeretnénk, ha a pályázók kitöltenék az adatlapot, hiszen az szépen végig vezeti őket a végrehajtás fontos elemein. Az adatlapot és a hozzá csatolt kidolgozott szakmai tartalmat a brfk.prevenicio@gmail.com címre kell elküldeni április 30-ig. Az eredményről e-mailben fogunk mindenkit értesíteni május 8-ig. A döntőre pedig május 14-én kerül sor, ahol egy szakmai bíráló bizottságnak is elő kell adniuk a projekteket. Nincsen karakterszám, és más korlátozás sem a megírás során, azért, hogy a pályázók engedjék el a fantáziájukat és korlátok nélkül gondolkodjanak.

TÁRT KAROKKAL VÁRJÁK A SZEIZMOLÓGUS HALLGATÓKAT

A földrengések világszerte egyfolytában észlelhető hirtelen mozgások a földfelszínen, amik hol alig észrevehető, hol tragédiákhoz vezetnek. Erről is hallottunk Csatlós Mariettától, aki az ELTE doktorandusz hallgatója és a HUN-REN Földfizikai és Űrtudományi Kutatóintézethez tartozó Kövesligethy Radó Szeizmológiai Observatórium kutatási asszisztense. Mesélt a szeizmológus szakmáról és fő szakterületéről, a földrengés-veszélyeztetettségről is.

HACSEK ANIKÓ, HORVÁTH NATÁLIA

Az observatórium bármikor hívható abban az esetben, ha valaki földrengést érzett. A forródróra beérkező hívások milyen arányban valós, használható jelzések?

Régebben aktívabb volt a lakosság a telefonos megkeresések kapcsán. Manapság inkább idősebb emberek keresnek minket még mindig telefonon: a földrengésészlelések nagy része már e-mailben érkezik hozzánk, hívásban inkább segítséget kérnek a különböző károkkal kapcsolatban, vagy ha történt valami a házukban, hiába nem éreztek földrengést, meg szeretnék tudni, hogy az volt, vagy lehetett-e az. Évente négy-öt alkalommal viszont ténylegesen azért hívnak fel, mert érezték a földrengést. Ilyenkor legtöbbször megkérjük őket, hogy lehetőség szerint töltsék ki a kérdőívünket, mivel ez nagyban segíti a munkánkat.

A forródrót a nap huszonnégy órájában elérhető. Hogyan működik a folyamatos ügyelet?

Már nem a laptop előtt ülve várunk a hívásokra, hanem van egy teljes automatikus rendszerünk, ami küld nekünk értesítést, ha Magyarországon földrengés van. Ezt az értesítést egyébként a Katasztrófavédelmi Főigazgatóság is megkapja, és ha hamarabb

észlelik, akkor egyből értesítenek minket, hogy igazoljuk és értékeljük ki. Figyelünk kell a rendszerünk automatikus földrengés-regisztrációját, a kérdőívek kitöltését, hogy minden rendben van-e a honlapunkon, és folyamatosan biztosítanunk kell a telefonos kapcsolatot. A központi telefonszámra beérkező hívásokat átirányítják a mi telefonunkra, szóval aludhatunk éjszaka, addig, amíg nem csörög a telefon.

Milyen egy szeizmológus átlagos napja, és milyen az a nap, amikor földrengés van?

Leginkább irodai munka van, mindannyiunknak van egy kutatása, amivel alapjáratban foglalkozunk. Az ügyeletes pozíciót mindenki a saját munkája mellé, pluszban vállalja. Én doktorandusz vagyok, az egyetemi dolgaimat végzem itt, és amellett vannak még observatóriumi feladataim. Vannak kollégáink, akik a terepre járnak ki, hogy rendbe tegyék a meghibásodott szeizmométereket. Néha pedig „mi járunk ki”, hogy konferenciákon mutassuk be kutatásainkat.

Miről szól a saját kutatása?

Én a földrengés-veszélyeztetettséggel foglalkozom. Magyarországról az utolsó szeizmicitási (földrengés-veszélyeztetettségi) térkép 2006-ban jelent meg, tehát pont 20 évvel ezelőtt. Ezeket nemzetközileg általában négy-öt



Csatlós Marietta

évente szokták újraértékelni, mi viszont olyan területen vagyunk, ahol viszonylag kevés földrengés van. Nagy kihívás olyan területekről statisztikai alapú térképet számolni, ahol nagyon kevés olyan rengés van, amelyet érznek is az emberek.

Emberi cselekmények, például bányarobbantások is mérhető szeizmológiai eszközökkel. Ezekre az adatokra miért van szükség?

Az én doktori témám, a földrengés-veszélyeztetettség egy jó példa erre. Hol okozhat problémát földrengés Magyarországon? A bányákat ismerjük, tudjuk, hogy hol vannak, és mivel ezek



a mozgások nem földrengések, nem lehetnek benne az én adatszeremben. Definiálnom kell ezeket a bányákat, és ki kell szednem robbantásaikat az adatszeremből. Ismernünk kell azokat az eseményeket, amik nem földrengések, és azokat nem szabad tévesen földrengésekként definiálni. A bányarobbanásról a jegyzőkönyvek alapján jó esetben tudjuk, hogy hol és mikor történt

pontosan, tehát ha meg tudjuk határozni az ismeretlen mozgás helyét, össze tudjuk hasonlítani a bányáéval.

Mit tanácsolna azoknak a fiataloknak, akik ezt a pályát szeretnék választani?

Érdeklődőnek kell lenni a matematika, fizika, és földrajz iránt. Szerintem a szeizmológus nem egy híres és nem egy túl népszerű

szakma, az egész országban nem vagyunk húsznál többen. Munkaerőhiányban vagyunk, szóval tárt karokkal várjuk a lelkes hallgatókat. Elsősorban egyetemről lehet céltudatosan jönni hozzánk, de akár gimnáziumból is van lehetőség bedolgozni bizonyos feladatokat illetően. Volt olyan középiskolás kollégánk, aki a tanulmányi versenyre készülő projektjén dolgozott velünk.



A BANKSZÁMLA OLYAN, MINT EGY VIRTUÁLIS PÉNZTÁRCA

A mai világban a pénzügyi tudatosság egyik alappillére a bankszámlanyitás, amivel elkezdheted az utad a pénzügyi önállóság felé. Ugyanakkor sok mindent meg kell fontolni – mint például a költségeket és a biztonságos használatot –, ha bankszámlát nyitnál és bankkártyát használnál. Többek között ezekről beszélt Tikász Beáta, a Nemzetgazdasági Minisztérium Pénzügyi Szabályozási főosztályának szakértője magazinunknak.



HORVÁTH NATÁLIA

Miért jó a bankszámla?

A bankszámla a pénzügyi intézetek által vezetett egyedi számmal ellátott elektronikus pénztárca, amelyen nyilvántartják és kezelik a pénzünket. Lehetővé teszi, hogy átutalásokat fogadjunk vagy indítsunk, készpénzes és bankkártyás fizetésekre ad lehetőséget. Ezekhez a számlákhoz kapcsolódnak a bankkártyák és digitális szolgáltatások, amelyek mindennapi életünket könnyítik meg, hiszen a fizetések nagyrészt már nem készpénzben, hanem bankkártyával vagy online történnek.

Diákként bankszámlát nyitni a pénzügyi önállóság első lépése?

Azért érdemes már diákként is bankszámlát nyitni, mert ha az ember a felnőtt életére készül és tudatosan szeretne a pénzügyeivel foglalkozni, akkor ezt jobb minél előbb elkezdni. Elsődleges cél a pénzügyi tudatosságra nevelés és a biztonságos zsebpénzkezelés. A szüleinktől kapott zsebpénzt, a bankszámlán – akár egy kis perselyben gyűjthetjük, innen indíthatunk fizetéseket, vásárolhatunk különböző termékeket és szolgáltatásokat.

Mik azok a diákoknak szóló bankszámlák?

A diákoknak szóló bankszámla a lakossági bankszámlák egy fajtája, ami többek között abban különbözik a felnőttek számára nyitott számlától, hogy lényeges a számlatulajdonos életkora. 14 és 18 év között a szülőnek (törvényes képviselőnek) is jelen kell lennie a számlanyitáskor, de 18 év fölött már önállóan nyithatunk számlát. A diákoknak szóló számlák díja általában sokkal kedvezőbb, mint az egyéb lakossági bankszámlának. Az ilyen számlákat jellemzően 24-26 éves korig használhatjuk, és legtöbbször feltétel az érvényes diákigazolvány. A bankok nagy része szeretné elérni a diákokat, ezért nagyon sokféle kedvezményt biztosítanak a számukra. Ezekre is érdemes odafigyelni, amikor számlát nyitunk.

Hogyan válasszunk bankszámlát?

Bankszámla-választáskor érdemes körülnézni a bankok kínálatában, a bankok honlapján egész jól lehet tájékozódni, fontos megnézni a kapcsolódó költségeket, díjakat, a számlanyitási feltételeket és az elérhető kedvezményeket. Diákok számára még fő szempont lehet, hogy melyik banknál van a szülőknek számlája.

Online is lehet bankszámlát nyitni?

Most már nagyon sok banknál van lehetőség bankfiókban való személyes megjelenés nélküli bankszámla-nyitásra. Nagyon sok és nagyon szigorú jogszabályi előírásnak kell megfelelniük a bankoknak, amelyek biztosítják, hogy az online számlanyitás is biztonságos legyen. Az online számlanyitás több csatornán is történhet: van a videobankos és a szelfis azonosítással történő, valamint a szülő/törvényes képviselő a saját mobilbankjában is kezdeményezheti gyermekének a számlanyitást. Az online számlanyitáskor is érvényes, hogy 18 év alatt csak a szülő/törvényes képviselő jelenlétében, vagy kezdeményezésére történhet. Szelfis számlanyitásra csak 18 év fölött van lehetőség.

Milyen hibákat követünk el leggyakrabban bankszámla- vagy bankkártya-használat során?

A jelszavakat és a kódokat bizalmasan kell kezelni, azokat tartjuk biztonságos helyen, sose osszuk meg senkivel! A bank sem fogja ezeket kérni tőlünk.

A számlán lévő pénzhez online módon többféle csatornán juthatunk hozzá.

Internetes vásárlásnál a bankkártyánk hátulján található CVC-kódot kell megadni majd általában ezt követi egy második körös engedélyezés is, amivel biztosítjuk, hogy a tranzakciót mi indítottuk. Ez a plusz azonosítást mindig a mi javunkat szolgálja.

A bankkártyához tartozó PIN-kódot, akkor kell használnunk, amikor ATM-nél veszünk fel készpénzt, vagy a boltban, ha a megvásárolt áruért nagyobb összeget fizetünk a kártyánkkal.



Tikász Beáta

Fontos, hogy ne tartsuk együtt a kártyával a PIN-kódot, illetve, ha kártyaadatokat adunk meg egy internetes vásárlásnál, győződjünk meg arról, hogy biztonságos az oldal.

Probléma lehet, hogy a bankszámlán lévő pénzünket könnyedebben tudjuk költeni, mint a szemmel látható készpénzt, sok apró költség is már nagyon jelent a hónap végére. A mobilbankokban vannak kiadáfigyelők, amelyek segíthetnek ebben, szóval érdemes rendszeresen megnézni, hogy mire költöttünk, és akár csak nagyon kis összeggel is elkezdni rendszeresen takarékoskodni.

Időnk nagy részét a digitális térben töltjük, így a legnagyobb veszélyforrás az internetes csalás. Ennek a leggyakoribb formája, hogy valaki az érzelmeinkre hatva becsap, megtéveszt minket és így próbál meg hozzájutni az adatainkhoz és ezen keresztül a pénzünkhöz. Ez történhet hamis banki e-mailek, sms-ek, telefonos átverések, ál-bankos weboldalak formájában, de még hamis webshopok, fizetési linkek útján is csaphatnak ki pénzt tőlünk. Nagyon résen kell lennünk ahhoz, hogy ezeket mind elkerüljük. Legyünk figyelmesek, kétszer is gondoljunk meg, hogy milyen linkre kattintunk, milyen információt, adatot osztunk meg magunkról, a pénzügyeinkről!

RÖVIDFILMEKET IS KÉSZÍT A NAGY MAGYAR FILMTESZT NYERTESE

Rajt-cél győzelemmel, magasan a mezőny fölé emelkedve nyerte meg több mint 20 ezer indulóból Győrfi Balázs a Nagy Magyar Filmteszt Diákoknak országos vetélkedőt. Az ELTE Radnóti Miklós Gyakorló Általános Iskola és Gyakorló Gimnázium tizenkettedikes tanulója nemcsak nézi az alkotásokat, hanem maga is rövidfilmeket gyárt.



Dömök Zsófia, Győrfi Balázs, Csuka Róbert Kristóf

Kilencedik alkalommal rendezte meg a DUE Médiahálózat a Nagy Magyar Filmteszt Diákoknak versenyét a Nemzeti Filmintézet támogatásával. Az edukatív játékba azzal a céllal indították, hogy a 14-20 év közötti fiataloknak szórakoztatva adjanak képet és tudást a magyar filmekről, sorozatokról, alkotókról. A háromfordulós játékba a filmteszt.hu oldalon lehetett bekapcsolódni. A több mint 20 ezer résztvevőből a második fordulóba az online teszt-kitöltésen legjobb eredményt elérő 14 és 20 év közötti játékosok kaptak meghívást. A több száz középdöntős Budapesten, az UP Rendezvénytérben mérkőzött meg egymással március 27-én, és közülük a legjobb 10 került a döntőbe.

A fináléban – ami visszanezhető a DUE Médiahálózat honlapján és Facebook oldalán, illetve tévéműsor is készül belőle az M5-re – képkockákat

kellett felismerniük és villámkérdésekre válaszolniuk a játékosoknak. A döntősök többek közt a *Hogyan tudnék élni nélküled?*, a *Véletlenül irtam egy könyvet*, a *Seveled*, a *Ma este gyilkolunk* és *A nemzet aranyai* című filmekről kaptak kérdéseket. A szervezők hangsúlyt fektettek a filmzenékre is, így *Trokán Nóra*, *Kovács Tamás*, *Waskovics Andrea* és *Fehér Tibor* színművészek mellett *Lukács László*, a Tankcsapda éneke is tett fel kérdéseket a versenyzőknek videó formájában.

A Filmtesztet Győrfi Balázs viszonylag simán, rajt-cél győzelemmel nyerte meg. Mögötte végzett Dömök Zsófia, harmadik lett Csuka Róbert Kristóf. Mindhárman egy Samsung mobiltelefonnal gazdagodtak. Győrfi Balázs a győzelmét azzal magyarázta, hogy nagykanállal fogyasztja a filmeket, köztük a magyar alkotásokat. Mi több, nemcsak

nézi, hanem készíti is azokat: bátyjával, barátaival már több kisfilmet gyártott, melyekben a zsánereket, köztük a horrort és a komédiát ütköztetik. És bár hiába a nagy filmes tudása, egészen máshol képzelet el a jövőjét: jelenleg a biológia és a kémia középiskolai tudásanyagát magolva orvosi egyetemre készül.

A nyereségeket Káel Csaba mozgóképipar fejlesztéséért felelős kormánybiztos adta át. A díjátadón a döntősökhöz és a nézőkhöz szólva elmondta: a jövőben szeretnék elérni, hogy minél több magyar filmet láthassanak a fiatalok. Ennek az egyik tárháza a Filmio.hu, ami a magyar filmeknek a streaming gyűjteménye, amely hétről hétre gyarapszik felújított klasszikus filmekkel és a legújabb magyar alkotásokkal, mozifilmekkel, tévéfilmekkel, sorozatokkal.



KÁEL CSABA: A FIATALOK KEZÉBEN A MAGYAR FILM JÖVŐJE

A DUE Médiahálózat kilencedik alkalommal rendezte meg a Nagy Magyar Filmtesztet Diákoknak a Nemzeti Filmintézet támogatásával. A játétkban résztvevő diákok száma évről évre emelkedik, ami jól mutatja, hogy a fiatalok egyre nyitottabbak a hazai filmművészet megismerésére. A döntőn a magyar filmek helyzetéről, sikereiről és a jövő lehetőségeiről beszélgettünk Káel Csabával, a magyar mozgóképipar fejlesztéséért felelős kormánybiztossal.

KÖVECSES SÁRA

Milyen hatással lehetnek a hazai filmsikerek a fiatalok érdeklődésére, pályaorientációjára?

Ma, amikor a mozgóképek nemcsak a televízióban vagy a moziban, hanem a különböző digitális felületeken és eszközökön is, gyakorlatilag mindig és mindenhol jelen van az emberek életében, fontos az, hogy a fiatalok megismerjék az értékeket, amiket a filmkultúra 1895 óta létrehozott.

A filmes ismeretek hiánya olyan, mintha nem lenne magyar irodalomoktatás: a filmet is meg kell tanulni „olvasni” és megérteni. A film történetének, a kimagasló alkotásoknak, rendezőknek és színészeknek az ismerete olyan tudás, ami segíti a fiatalokat a kulturális tájékozódásban, vagy akár a pályaválasztásban is.

A Nagy Magyar Filmteszt ehhez kapcsolódik, ráadásul népszerű és könnyen befogadható formában. Idén több, mint 20 000 diák vágott bele, ami nagyon szép szám. Külön öröm, hogy a teszt a magyar filmtörténetre és a kortárs alkotásokra is fókuszál.

A cél az, hogy a fiatalok kedvet kapjanak a közös mozizáshoz is, ne csak streaming felületeken nézzenek filmeket egymagukban. Ezen a téren már számokban látható eredményt értünk el, hiszen az elmúlt időszakban a magyar filmek nézettsége jelentősen nőtt, több produkció is rekordszámú nézőt vonzott a mozikba.

Ilyenkor, a Filmteszt döntőjén mindig visszatekintünk az elmúlt év magyar filmtermésére. Most mi volt a személyes kedvence közülük?

A *Sárkányok* *Kabul* felett egy izgalmas és magas színvonalon elkészített alkotás, ami bemutatja azt, hogy hogyan segítettek a magyar katonák a bajba jutottak kimenekítésében.

Az Ön által rendezett Magyar menyegző című filmet is láthatjuk még a mozikban. Mit szeretett volna átadni ezzel az alkotásával?

A *Magyar menyegző* egy olyan világba kalauzolja el a nézőt, ami Erdélyben, a kalotaszegi régióban gyökerezik. A cél az volt, hogy megmutassuk, hogy a kalotaszegi emberek kultúrája és hagyományai milyen erőt adtak a lakosságnak a nehéz történelmi időszakokban, például a Ceaușescu-korszak idején is.

A filmben fiatal színészek szerepelnek, a zenét pedig Pál István Szalonna állította össze, neves táncgyűttesek közreműködésével. A történet egyszerre humoros, megható és látványos, miközben az életöröm és a közösség erejét hangsúlyozza.

Tavaly ilyenkor izgatottan vártuk a Hunyadi sorozatot, és most már jelenthetjük, hogy világszínvonalú produkció. Milyen volt a sorozat fogadtatása a televízióban és a Netflixen?

A televízióban nagyon magas nézettséget ért el a *Hunyadi sorozat*, több rekordot is megdöntött epizódonként 1 millió nézővel átlagban. A streaming



Káel Csaba

platformokon is hosszú ideig szerepelt a toplisták élén. Különösen érdekes, hogy nemzetközi koprodukció lévén több, mint tíz országban vetítették sikerrel. Olaszországban, Németországban, Ausztriában, sőt, Kanadában is nagy érdeklődés övezte. Ez jól mutatja, hogy a magyar történelmi témák nemzetközi szinten is érdekesekek lehetnek.

Mit emelne ki a még bemutatásra váró filmek közül?

Tavasszal érkezik egy portréfilm Hobóról. A zenés roadmovie a blues-rock legenda pályáját, koncertjeit és személyes történeteit mutatja be. Különleges betekintést nyújt a művész életébe, és olyan részleteket is megmutat, amiket eddig kevesen ismertek.



Debrecen Színházterem

TEREK, AMIK MŰKÖDNEK

A lakhatás jövője, a közösségi terek szerepe és a gyerekek nézőpontja egyszerre foglalkoztatja Botos Andrást, a Qvarta Stúdió építészt. Munkáiban az újépítésű lakóházaktól a szociális lakásprogramokon át a józsefvárosi óvodák felújításáig ugyanaz a cél vezérli: olyan élhető, emberközpontú tereket létrehozni, amelyek valóban a használóik igényeire reagálnak.

HACSEK ANIKÓ

Mi az a kérdés, ami jelenleg a legjobban foglalkoztatja tervezőként?

A lakhatás kérdése: sokat foglalkozunk újépítésű lakóépületekkel, illetve önkormányzati, szociális alapú lakásprogramokkal is. Ez két erősen különböző célközönség, de alapvetően mindkét projektípus ugyanazt a célt szolgálja: azt, hogy mindenki a számára megfelelő körülmények között tudjon élni. Ezen felül nemrég fejeződött be józsefvárosi óvodafejlesztési programunk, aminek keretében viszonylag kis forrásból, de annál nagyobb sikerrel hat óvodát újítottunk fel.

Hogyan tudsz a gyerekek fejével gondolkodni, amikor ezeken az óvodákon dolgozol?

Egy óvoda akkor van jól megtervezve, ha a gyerekek és a nevelők is jól tudják használni. Szó szerint lejjebb kell vinni a nézőpontot, hiszen a gyerekek teljesen máshogy tapasztalják meg a világot, vizuálisan, és sok egyéb szempontból is. Sokat foglalkozunk azzal, hogy a gyerekek hogyan élnek meg ezeket a tereket. Van segítségem a témában, hiszen van egy-egy bölcsődés és óvodáskorú gyerekeim – sokszor tapasztalom, hogy ők hogyan látják a világot. Egy tervezőnek tudnia kell mások szemszögébe helyezkedni, hiszen sosem magunknak tervezünk, hanem másoknak.

Az óvodák, amiket az irodával terveztetek, Józsefvárosban vannak, illetve a Józsefvárosi Múzeumot is ti terveztetek. Miért pont Józsefváros?

Kialakult egy erős munkakapcsolat az önkormányzattal. Akkor volt új a helyi önkormányzat, amikor mi indítottuk az irodát. Szerintem Józsefváros az egyik legizgalmasabb kerület ma Budapesten, hiszen sokat fejlődött az elmúlt tíz évben, de mégis van egy saját karaktere, saját bája. Multikulturális közösség lakik ott, és azt gondolom, hogy ehhez nagyban hozzájárulnak azok az intézmények és kezdeményezések, amiket az önkormányzat csinált. Látjuk, hogy a lakók is szeretik ezeket az intézményeket. Több esetben, például az óvodáknál a közösséget is bevontuk a tervekbe.

Mitől lesz jó élettér egy társasház?

Hatalmas szerepe van a lakásokon kívüli közösségi tereknek. Ezeknek persze van egy funkcionális feladata is, az, hogy eljussál a kaputól a lakásig. Én azt gondolom, hogy a közös terek építészeti formálása nagyban meghatározza azt is, hogy a lakóközösség hogyan tud majd együtt élni. Erre nagyon jó példák a gangosházak, amik közepe egyben közlekedőfelület, és szomszédok közötti találkozásoknak a színtere is. Ez ugyanígy érvényes például a bejáratokra – ezt persze környezetpszichológusok mondják, nem én! Ha az ember belép egy házba, akkor rögtön annak a rendezettsége, kialakítása befolyásolja azt, hogy mennyire

fog vigyázni az ember a környezetére. A napjainkban épített házaknál bizonyos lakásszám felett kötelező olyan közösségi teret kialakítani, amit a lakók szabadon használhatnak.

A Józsefvárosi Múzeum kapcsán: milyen különleges elemei voltak a múzeum megtervezésének?

Nem egy meglévő intézménynek kerestünk egy új helyet, hanem maga a múzeum is akkor alakult, ez az első helye. Maga az épület is különleges, ahol helyett kapott: egy lakóépület az alsó két szintje, ami volt kávézó, mozi és galéria is. A Józsefvárosi Múzeum megalapításának az volt a célja, hogy legyen egy kulturális központ időszakos és állandó kiállításokkal. Helytörténeti tárlatok, helyi érdekű események és kortárs installációk kaptak helyet. Eredetileg egyszintes volt a tér, de valamikor begalériázták – szerettük volna, hogy legalább a bejáratnál legyen újra összenyitva a két szint, hogy közvetlenül be lehessen látni. Izgalmas volt az is, hogy az építkezés alatt találtuk meg a bejárat eredeti díszboltívét. Korábban nem tudtuk, hogy ott van, mert azt valamikor a háború után rejthették el, mert nem tudták akkor restaurálni. Sokáig gondolkoztunk azon, hogy mi legyen vele. Végül ez lett a múzeum első kiállítási darabja.

Távolodjunk el Józsefvárostól! A debreceni Zenei Központ tervezése során hogyan tudtál látványt tervezni egy olyan nehezen megfogható dolognak, mint a zene?

A Magyar Építéstechnika egy közel 80 éves szaklap, ami főként az építői technikáról szól. Korábban volt már olyan, hogy szóba kerültek a filmes építések, és tervezek is a jövőben még többet írni erről a le-



Botos András

hetőségről. Persze „másik minőségemben” vagyok a lapban, hiszen ott főként anyagokról, építészsakmai részletekről van szó. Ez a munkásságom is azt mutatja, hogy építésznek tanulni azért jó választás, mert sokféle dolgot lehet csinálni a végzettséggel. Sokszor mondják, hogy a filmipar nem egy életbiztosítás – nekem óriási biztonságot ad, hogy van egy építésmérnök szakma a kezemben, amit hogyha éppen szünet van a filmezésben, akkor tudok hasznosítani.



Mesepalota Óvoda

KÉT FORMABONTÓ MAGYAR FILM, AMI MELLETT NEM LEHET SZÓ NÉLKÜL ELMENNI

A magyar filmgyártás egyre sokszínűbbé vált az elmúlt években: sorra érkeznek a mozikba olyan friss alkotások, amik lebilincselő történetmeséléssel és izgalmas témaválasztással hívják fel magukra a figyelmet. A kortárs rendezők bátran kísérleteznek, és különféle műfajokban szólítják meg a közönséget. Két új magyar filmet mutatunk be, amik most kerültek a hazai mozik kínálatába.

DEUTSCH LEVENTE

TYÚK

Számos nemzetközi filmfesztivált követően a 45. Magyar Filmszemle nyitófilmjeként érkezett meg a hazai közönséghez Pálfi György legújabb filmje. A történet középpontjában egy tyúk áll, aki nem hajlandó beletnyugodni a számára kijelölt sorsba, így megszökik a számára biztos halált jelentő csirkekeltező üzemből. Kalandjai során váratlan dolgokkal találkozik, így jut el egy romos étterem udvarába. Itt talál rá a szerelemre, de hamar szembesül a tyúktól kíméletlen hierarchiájával. Mindent megtesz, hogy megóvja tojásait az étterem tulajdonosától, aki begyűjtené őket. A filmben összesen nyolc Magyarországon született tyúk játszik, Halász Árpád állatkoordinátor vezetésével. A film humoros és abszurd módon mesél a kiszolgáltatottságról és túlélésről egy kaotikus világban.



MAMBO MATERNICA

Nagy Borbála első nagyjátékfilmje három különböző nőt követ, akik egymástól távol élnek, de mégis sokban hasonlítanak. Negyven év körüli nőként mind szembesülnek döntéseik következményeivel és életük egyik legfontosabb kérdésével: mit jelent számukra az anyaság. Párizsban Adél (Török-Illyés Orsolya) egy váratlan terhesség hírével kénytelen megbirkózni. Budapesten Nóra (Sipos Vera) és férje titokban megkezdik az örökbefogadás összetett és érzelmileg is megterhelő folyamatát. Berlinben pedig Becky (Székely Rozália) szembesíti családját azzal, hogy egyedülálló nőként szeretne anya lenni. A három történetzál párhuzamosan futva mutatja meg a női élet dilemmáit, ahol nincs egyszerű jó vagy rossz válasz. A film érzékeny, mégis határozott módon közelíti meg a női életút kérdéseit. A film azt a kérdést is feszegeti, hogy mennyire szabadak ezek a szereplők valójában, és azt, hogy milyen akadályok formálják és korlátozzák az elképzelt életük felé vezető utat.





NAGY DIÁK SPORTTESZT

**TÖLTSD KI A NAGY DIÁK SPORTTESZTET
2026. ÁPRILIS 26-IG
ÉS NYERD MEG A KERÉKPÁR, A SPORTSZERUTALVÁNY,
VAGY A GÖRÖGORSZÁGI UTAZÁS EGYIKÉT!**



HM SPORTÉRT FELELŐS
ÁLLAMTITKÁRSÁG



Nemzeti
Sportfejlesztési
és Módszertani
Intézet



**SPORTOLÓ
NEMZET**



SPORTEGYESÜLETEK ORSZÁGOS SZÖVETSÉGE

médiahálózat
due





**NYERD MEG AZ
ELEKTROMOS ROBOGÓT,
ÉS A B KATEGÓRIÁS
JOGOSÍTVÁNSZERZÉSI
LEHETŐSÉGET!**

