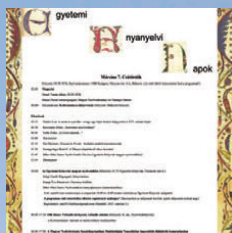


Pbú

XV. évfolyam, 205. szám
2013. március 20.

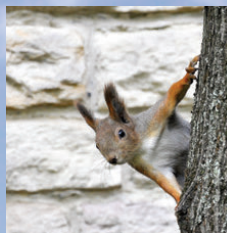
*Megérkezett
a tavasz!*





Nyelvészeti diákkörök

4-5. oldal



ELTE Fűvészkert télen-nyáron

8. oldal



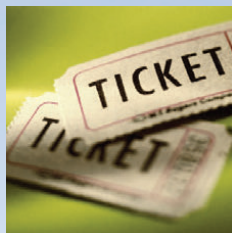
Kuponon bölcsez szemmel

13. oldal



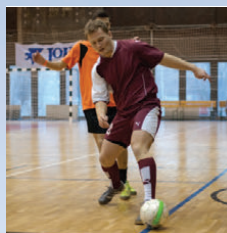
Csináld magad! Húsvétra

17. oldal



Színházjegyek olcsóbban

23. oldal



Közép-európai Egyetemek Kupája

25. oldal

Jegyzetbolt

Kedves gyerekek! Jegyzet kell? Nesztek!

Eme helyen lelhetek meg, gyertek!

Elhagytok a szeretőd? Elvesztetted a laptopod,
pénztárcád, esernyőd?

Vagy csak egyszerűen csak beszélgetni akarsz okos emberekkel, azaz velünk
és közben meg akarsz venni szakkönyveid, vagy jegyzeteid?

Akkor.....

... a Jegyzetboltot neked találták ki!

**MUK Főépület alagsor, jobbra,
a büfé szomszédságában.**

Nyitva hétköznap 9 és 16 óra között.

Kupola

Minek mennél bárhova, mikor itt a Kupola?

Az „A” épület alagsorában kedvezményes áron,
640 forintért kínálunk ízletes menüket nap mint nap!

Mivel várunk ezen kívül?

Tiszta környezetben,
mosolygazdag kiszolgálás mellett
válogathattok kedvetekre mindenféle földi jó között.

Egyetek, vegyetek, hadd nőjön a begyetek

Impresszum • Pesti Bölcsező Újság. Megjelenik kéthetente, 2000 példányban • 1088 Budapest, Múzeum
krt. 4. H épület • Telefon: 06-70-371-3206 • Főszerkesztő: Varga Judit (dittygirl@hotmail.com) • Szer-
kesztőségi email: pbuserkesztoseg@gmail.com • Főmunkatársak: Juhász Gréta, Helstáb Laura, Hargitai
Ágnes, Szőke Dani • Korrektor: Pásztor Dia • Tördelés: Lottó Drímvörkősz • Címlap: Hegyi Dóra • Ter-
jesztés: Szabó Tamás • Nyomda: Demax Művek Nyomdaipari Kft. • Felelős kiadó: ELTE EHÖK
• HU ISSN 1585 8219

Egy lista margójára

Immáron egy hónapja van felfüggesztés alatt az ELTE BTK HÖK. Egy olyan feltételezés miatt, amihez a jelenlegi vezetésnek egyértelműen semmi köze sem lehet, hiszen a mostani elnökség egy éve, 2012. január 18-án nyert mandátumot. Összeszámoltam, összesen 41 egykori vagy jelenlegi HÖK-ös szerepel – jómagam is 2009-ben voltam gólya – az ATV által nyilvánosságra hozott, sokunk neve mellett szintúgy minősíthetetlen megjegyzésekkel ellátott listákon.

A kirobbant botrány kapcsán a vizsgálatok szinte azon nyomban elkezdődtek mind az egyetemen belül, mind a Nemzeti Nyomozó Irodánál. Mindkét lépést örömmel konstataztuk, a belső vizsgálathoz és a nyomozáshoz egyaránt átadtunk minden vélhetően releváns információt, dokumentációt, hogy ezzel is segítsük a helyzet mielőbbi tisztázását és a személyi felelősök megjelölését. Ugyanígy örömmel fogadtuk, hogy a kari vezetés a múlt heti matricobotrányra is gyorsan reagált, és rögtön a nyomozóirodához fordult. Nem hagyhatjuk, hogy karunk hírnevét tovább rontsák ezekhez hasonló események. Láthattuk, hogy már január folyamán elkezdődött egy negatív kampány az országos médiában az ELTE, és azon belül is leginkább a BTK ellen a Neptunnal kapcsolatban, majd rögtön utána következett az egyetemfoglalás, a listabotrány, az oktatói elbocsátások sajtóvisszhangja, majd pedig ez az egyértelműen nyílt provokációnak szánt matricázás. Mindannyiunk közös érdeke a botrányok hátterének feltárása és a felelősök megnevezése.

Ugyan a belső vizsgálat még tart, az információgyűjtés a múlt héten lezárult, már az adatfeldolgozás stádiumába értünk. Épp ezért értetlenül állunk azelőtt, hogy miért tart még mindig a HÖK felfüggesztése. Mert az egy teljesen ésszerű döntés, hogy az adatgyűjtés időszakára lezárják a HÖK irodát, már csak pusztán biztonsági okokra hivatkozva, azonban a HÖK további felfüggesztése olyan következményekkel járhat, melyeknek egyértelműen a hallgatói

jogok szenvedik hátrányát. A jelenlegi felsőoktatási helyzetben nem engedheti meg magának Magyarország legnagyobb egyetemi kara, hogy hallgatói ne legyenek képviselve a különböző döntéshozatali szervekben, hallgatói ügyeket tárgyaló bizottságok munkájában, a hallgatók napi ügyeinek intézésében. Az ERASMUS, szociális támogatások, kulturális, sport és tudományos pályázatok bírálását külön kiemelném. Szerencsére ezek közül a legsürgősebbeket az EHÖK segítségével ideiglenesen sikerült megoldanunk, azonban a továbbiakban ez sem fenntartható állapot. A tudomány- és közösség-szervezés szintén leállt az elmúlt egy hónapban. A felfüggesztés sajnos a tavaszi félév legnagyobb BTK-s rendezvénysorozatát, a Bölcsész Napokat is veszélyezteti. A fellepők felkérése, szerződések megkötése valamint a rendezvény hatósági engedélyeztetése is leállt az elmúlt egy hónapban, így a szakos rendezvények, konferenciák ugyanúgy veszélybe kerültek, mint a közös programok. A BN mellett más kari rendezvényeknél is hasonló problémákkal küzdünk, csak hogy a saját szakomról hozzak példát – a tavalyi év egyik legnagyobb, nemzetközi visszhangot is kiváltó és az Év Tudományos Rendezvénye pályázaton második helyezett hallgatói konferencia, a Fiatal Szlavisták Budapesti Nemzetközi Konferenciája is a szervezés korai stádiumában áll.

A sajtóban megjelent téves információkkal ellentétben az ELTE BTK HÖK választásai évek óta az egyetem legnagyobb részvé-



teli arányával zárulnak. Az új NFTV-nek megfelelően az eddigi 20%-os választási küszöböt az őszi félév során a BTK HÖK Küldöttgyűlése felemelte 25%-ra, így biztosítva, hogy a törvényi háttérrel koherens választási rendszer legyen karunkon. Bár az NFTV csak az intézményi összesített – tehát az összes kart beleértve – választási arányt határozta meg 25%-ban, mi azonban ezt az eredményességi küszöböt az összes BTK-s választási körzet számára előírtuk. Mindig is fontosnak tartottuk, és segítettük, hogy minél többen élhessenek szavazati jogukkal, ezt bizonyítja, hogy már évek óta 50% feletti részvételi aránnyal zárulnak az általános választások, ami ekkora hallgatói létszámnál nem csak egyetemünkön, hanem országos szinten is egyedülálló. Az idei BA-s és FSZ-es választások a felfüggesztést követő napon kezdődtek volna, így annak újbóli kiírása valószínűleg áprilisra tolik. Ezúton is szeretnék buzdítani mindenkit, hogy éljen a lehetőséggel, induljon vagy támogassa az általa szimpatikusnak vélt indulókat a képviselőválasztáson!

A felfüggesztés ellenére igyekezzünk mindent megtenni – a törvényi és szabályzati kereteket betartva –, hogy a jelenlegi állapot miatt minél kevesebb kár érje a hallgatói jogokat, azonban hosszú távon ezt nem tudjuk fenntartani. Remélem, minél előbb lezárulnak a vizsgálatok, és újból visszatárlhatunk a normális működésre, a személyi felelősöket pedig minden szinten a megfelelő szankciókkal sújtják.

Garbai Ádám

Önképzőkör jelleggel

Interjú a Magyar Nyelvtörténeti, Szociolingvisztikai,
Dialektológiai Tanszék új diákköreiről

Lelkes tagok, egyéni ötletek, közös célok, jó hangulat és tanári támogatás – ez mind elmondható a Magyar Nyelvtörténeti, Szociolingvisztikai, Dialektológiai Tanszék három új diákköréről. A Benkő Loránd Magyar Nyelvtörténeti Diákműhely, az Élőnyelvi Diákkör és a Névtani Diákkör titkáraival a megalakulás körülményeiről, az eddigi munkáról és a további tervekről beszélgettünk.

Mi keltette fel az érdeklődéseketek a diákkörötök témája iránt?

Korompay Eszter (Benkő Loránd Magyar Nyelvtörténeti Diákműhely): Inkább ki(k)! Elsőéves voltam, amikor Haader Lea tanárnőhöz jártam szófajtan órára. Sokszor beszélünk érdekes nyelvtörténeti kérdésekről is, de akkor még csak úgy, hogy „majd megtanuljuk”. Azóta sok remek óráját látogattam. A nyelvtörténet órákon pedig Szentgyörgyi Rudolf tanár úr lelkes szavai segítettek, hogy megszeressem a tárgyat.

Krizsai Fruzsina (Élőnyelvi Diákkör): Ahhoz a szerencsés nemzedékhez tartozom, amelynek még volt dialektológia órája. Sok nyelvjárási hangfelvételt hallgatunk, a terepmunka, a nyelvjárásgyűjtés mikéntjéről beszélgettünk, az első saját gyűjtési élményeim után pedig egyértelművé vált, hogy a továbbiakban is szeretnék ezzel foglalkozni.

Buda Villó (Névtani Diákkör): Tulajdonképpen véletlenül ismerkedtem meg a névtan fogalmával. Slíz Mariann tanárom újságolta el, hogy egy korábban is létező diákkör fog újraalakulni, és mesélt a névtanos Lázár Ervin-projektről, amelyen jelenleg dolgozik, engem pedig a kíváncsiság vezetett oda.

Hogyan alakult meg a diákkör?

K. E.: A jelenlegi formában működő, önálló nyelvtörténeti diákműhely szervezését Szentgyörgyi tanár úr kezdeményezte. Egyre több tennivaló adódott a Tanszéken, egyre több ötlet merült föl közöttünk is, s úgy éreztük, szervezett formában hatékonyabban tudnánk együtt dolgozni.

A diákkör indulásának fontos állomása, hogy halálának második évfordulóján a Farkasréti temetőben emlékeztünk Benkő Loránd nyelvészprofesszorra, akit egyben diákkörünk névadójául választottunk.

K. F.: Az Élőnyelvi Diákkör kisebb-nagyobb megszakításokkal régóta létezik, most tehát inkább a közös munka újraindulásáról beszélhetünk. Egyrészt a rendszeres nyelvjárásgyűjtő kirándulások, másrészt a dialektológia és szociolingvisztika órák csökkenése tette aktuálissá, hogy ismét diákkörbe tömörüljenek azok, akik ezek iránt a területek iránt érdeklődnek. Nekem korábban a HÖK tutorálási pályázata tette lehetővé, hogy részletesebben foglalkozhassak dialektológiával, ezeken a speciális órákon fogalmazódott meg a diákkör újraindításának az ötlete tutorommal, Bárh János tanár úrral.

B. V.: Többen is jelezték, hogy foglalkoznának ilyesmivel, és végül elég sokan lettünk. Nyilvánvalóvá vált tehát, hogy vannak érdeklődők, ez tette lehetővé a diákkör újraalakulását. Korábban is volt névtanos csapat, de a tagok nagy része időközben lediplomázott, így a diákkör is szünetelt. Most viszont újra begyűjtöttuk a turbinákat!

Mi mindennel fogtok foglalkozni a félév során?

K. E.: Az egyik legnagyobb feladatunk, hogy a múlt decemberi „Siralmas konferencia” (az Ómagyar Mária-síralom felfedezésének kilencvenedik évfordulójára rendezett konferencia) előadásanyagát

kötetbe rendezzük. Minden diákköri ülésre hívunk egy-egy előadót (tanárt, doktoranduszt, a Műhely egy munkacsoportját), akivel beszélgethetünk. Saját témákkal is foglalkozunk: elolvassuk és megbeszéljük egy-egy szakdolgozat vagy szemináriumi dolgozat részletét.

K. F.: Alapvető célunk, hogy elmélyítsük és kiegészítsük az egyetemi képzésben elsajátítottakat, önképzőkör jelleggel együtt sajátítsuk el mindazt, amire szükségünk van a tervezett dialektológiai-szociolingvisztikai kutatásokhoz. Másik tervünk a tavaszi nyelvjárásgyűjtés előkészítése elméleti és gyakorlati szempontból. Mivel ezúttal csángó területre megyünk, alapvető megértésbeli problémákra is fel kell készülnünk.

B. V.: Mivel csak most alakultunk, egyelőre még ötletelünk. A kezdeti cél annyi, hogy alaposabban megismerkedjünk a névtannal, megteremtjük a műhelymunkát. Nincs köbe vése, mi mindennel fogunk foglalkozni a félév során. Lesznek közös munkáink, de egyéni kutatásokra is lesz lehetőség.

Hol tartotok most, belekezdtek már valami konkrétba?

K. E.: Mi szerveztük a főbb említett konferenciát és az Egyetemi Anyanyelvi Napokat is. Távfati céljaink között szerepel az, hogy saját folyóiratot indítsunk, s arra törekszünk, hogy a következő OTDK-n már mi is képviseltessek magunkat.

K. F.: A magyar egyezményes lejegyzés szabályainak megismerésével és alkalmazásával hetente foglalkozunk, és a csángó nyelvjárási régióval kapcsolatos szakirodalom feldolgozását is elkezdttük.

B. V.: Jelenleg két projekten dolgozunk. Az egyik a már említett Lázár Ervin-projekt, amely az irodalmi névadáson alapul. Eltérő korosztályokon vizsgáljuk, hogy a különböző nevek hatással vannak-e arra, hogyan ítélnék meg másokat. A másik érdekes projekt Rákospatak helyneveihez kötődik.

Hogyan zajlanak a diákköri ülések?

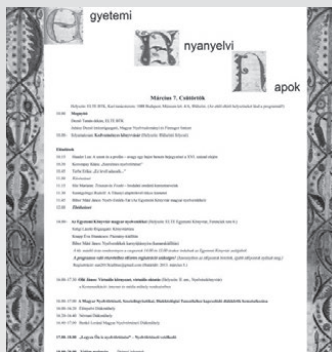
K. E.: Egy diákköri ülés másfél órá – leg-alább. Az ülés első felében a meghívott előadóinké a főszerep, a második felében saját témákról beszélgetünk. Nagyon jó a hangulat, tízen-tizenötön eddig mindig voltunk, s ami még remek, hogy tanáraink is kíváncsiak a diákkörre, így hárman-négyen mindig közöttünk ülnek és segítenek. A szakmai beszélgetések után általában nem megyünk haza rögtön: ki-ki hoz egy kis süteményt, innivalót, s addig nem megyünk el, míg minden el nem fogy! Azért is jók ezek a kötetlen evés-ivások, mert így jobban megismerjük egymást, a közösség is épül.

K. F.: Az ülések már-már családias hangulatúak, noha az időpont, a helyszín kötött, és általában az aktuális témát is előre megbeszéljük. Minden alkalommal gyakoroljuk a nyelvjárási felvételek lejegyzését, egyeztetjük a diákkör aktuális teendőit, vagy szakirodalomról beszélgetünk. Állandó „menetrend” viszont nincs, azzal foglalkozunk többet, ami aktuális, vagy amihez épp nagyobb kedvet érzünk. Néha egy kis kávé, süti vagy ropi is ellátogat az ülésre, az ő megjelenésüket mindig különös örömmel fogadjuk.

B. V.: Kéthetente szoktunk összegyűlni és beszélgetünk, gondolatokat cserélünk. Persze komoly munka is zajlik a háttérben (adatokat gyűjtünk, feldolgozunk, összegyűnk), de semmi sem kötelező. Nincs olyan, hogy neked ezt és ezt kell megcsinálnod, csak olyan, hogy kinek van kedve ehhez és ehhez, ez a rendszer pedig egyelőre működik is. Mindenki akkor hagyja el a gyűlést, amikor akarja: ha épp fáradt vagyok, elköszönök és hazamegyek, senki nem néz rosszallóan utánam.

Március 7-én és 8-án rendezték meg az Egyetemi Anyanyelvi Napokat, ahol a diákkörök 20-20 percet kaptak a bemutatkozásra. Mivel készültetek?

K. E.: Mivel a diákkör több kisebb műhelyből áll (Középkori hivatali írásbeliség; Középkori misszilis; Biblia Mediaevalis



Hungarica; Árpád-kori nyelvemlékek), szerettük volna, ha mindegyiket röviden bemutatgatjuk, hogy az érdeklődőknek kedvet csinálhassunk – így ez volt a fő szempont. Egy diasoron keresztül fölvilantottuk a műhelymunkák érdekes részleteit, egy szép leíróképet, egy izgalmas boszorkánypert mutattunk meg, és meséltünk a „Siralmas konferenciáról” is. Aki a bemutatkozásban nem vett részt, szerepelhetett Három köröstyén leán című, Sándor-kódexbeli darabban.

K. F.: Bárh János, a diákkör vezető oktató és Gion Katalin, a diákkör egyik tagja mutatta be a diákkör múltját és jelenét, némi humorral fűszerezve. Egy prezentációval készültük, amelyben a különböző gyűjtőutakon készített fotókat és hangfelvételeket mutatták be. Ezt követte az aktuális és jövőbeli feladatok, célkitűzések ismertetése.

B. V.: Beszéltünk a céljainkról, jelenlegi munkáinkról, eddigi kutatásainkról és eredményeinkről. Nemrég elvégeztünk egy tesztet óvodás kisgyerekeken, a bemutatkozón pedig közzétettünk néhány vicces adatot. De egy kis játékkal is készültünk: összeállítottunk egy kisebb listát a Magyarországon jelenleg anyakönyvezhető nevekből, és a közönség tagjainak el kellett döntenie, férfi vagy női név-e.

Lehet még csatlakozni a diákkörhöz?

K. E.: Persze, szeretettel várunk mindenkit a félév közben is! Nem gond, ha más szakokról is jönnek érdeklődők, de természetesen előnyt jelent valamennyi nyelvtörté-

net órán szerzett tapasztalat, lelkesedés, netán „utána olvasási” kedv.

K. F.: Természetesen mindenkit szeretettel várunk, aki érdeklődik a téma iránt. A magyar szakosok nyilván némi előnyben vannak a kötelező tárgyaik miatt, de némi utána olvasással bárki csatlakozhat a közös munkához.

B. V.: Lehet csatlakozni, sőt mi is szeretettel várunk minden érdeklődőt szaktól, nemtől, hajszíntől függetlenül. Előképzettség nem szükséges, a jelenlegi tagok többsége sem tudott semmit korábban a névtanról.

Mikor és hol tartjátok az üléseket?

K. E.: Kéthetente szerdánként ülésezünk az A/234-ben. Fél 6-kor kezdünk, és másfél óra után, akinek van kedve, tovább is maradhat.

K. F.: Általában hétfőnként fél 5 és 5 között kezdünk az A/238-ban. Az ülések többnyire egy vagy másfél órásak, de ez attól is függ, mennyire merülünk el a témában.

B. V.: A végleges időpont még nem tisztázódott, de általában kéthetente, szerdán vagy csütörtökön találkozunk délután 4-5 óra tájékán, az A/238-ban.

Aki csatlakozni szeretne, hova fordulhat további információért?

K. E.: Minden információ megtalálható a nyelvtorten.elte.hu honlapon. Akinek mégis kérdése lenne, az írhat az e-mail címünkre (nyelvtortenetimuhely@gmail.com), és a Facebookon is meg lehet minket találni Benkő Loránd Magyar Nyelvtörténeti Diákműhely néven.

K. F.: Jelentkezni az ELTE BTK Élőnyelvi Diákkör Facebook-csoportban vagy az elonyelvidiakor@googlegroups.com címen lehet, ahol szívesen válaszolunk a diákkörrel kapcsolatos kérdésekre is.

B. V.: Slíz Mariann tanárnőnél és nálam is lehet informálódni. Mindketten elérhetőek vagyunk az elte-nevtan@googlegroups.com címen.

Miért is jó skandisnak lenni?

A PBÚ minden számában kiválaszt egy BTK-s szakot, és néhány hallgatót megkérdez, miért is szereti a szakját. Ebben a számban az én szakomat érte a megtiszteltetés, hogy pár hallgatótársammal megfogalmazzuk, miért is szeretünk a skandinavisztika szakon tanulni.



Ha azt halled laikusként IKEA, LEGO, Lars von Trier, Henrik Ibsen, Carlsberg, Tuborg, vikingek, Thor és Odin, Mjölnir vagy norvég black metal, ugye, hogy beugrik, hogy jéé, ez skandináv?! Legtöbbünknel így kezdődik ez a szenvedély, és ez a szak pont ezért jó, hisz lehetőség van elmélyülni a skandinavisztika ezen rejtelseiben, behallgatni az összes skandináv nyelvbe, megtapasztalni az interskandináv kommunikáció ijesztőnek hangzó, de érdekes jelenségét, megismerhetjük, hogy mi is az a skandináv mentalitás, kultúra és irodalom. Utolsó és legütősebb érveim pedig annyi, hogy skandinavisztásnak lenni jó, mert nálunk mindig sok a hó!

Burján Zsófia, dán BA második évfolyam

Valószínűleg a skandinavisztika specialitása, és a kis létszám is közrejátszik abban, hogy a szakon rendkívül barátságos hangulat uralkodik, amely jelen van a tanulmányi munkában és a kulturális életben is. A személyes kapcsolat tanárainkkal és az egyéni odafigyelés nagyon sokat számít a fejlődésünkben, a pár fős előadások és szemináriumok pedig lehetőséget biztosítanak, hogy bátran megosszuk véleményünket, gondolatainkat, amelyek mindig meghallgatásra találnak. A diákélet ugyancsak pezsgő: filmklubok, előadások, találkozások szerveződnek délutánokként,

és 2010-ben megalakult a LiKör is, a skandináv kórusunk. A szakról érkezett énekelni vágyó vegyes csapat nagykövetségi- és más kulturális programokon is énekelt már, és boldogan tesz eleget a folyamatos felkéréseknek. A skandináv kultúra szeretete egy jól működő, elfogadó közösséget hozott létre az R épület első emeletén, ahová jó bejárni, ahová jó tartozni, és ami ad valamit, amit magával visz az ember az egyetem falain túl is.

Kollet Gerda, svéd BA harmadik évfolyam

Jómagam afféle rendszerhiba vagyok a skandinavisztika MA képzésén, ugyanis BA-s koromban egy mezei minoros hallgató voltam anglisztika alapszakkal. Az idei évfolyamban ezzel nem is vagyok ám teljesen egyedül. Van például olyan hallgató is, aki japánról jelentkezett svéd mesterképzésre, szintúgy minorosként. Mint tudjuk, emberek nem jelentkeziknek csak úgy, a mi esetünkben nagyon egyértelmű a képlet: a skandi minor egyszerűen elég meggyőzőnek bizonyult, hogy MA-n folytassuk tanulmányainkat. Az MA nem más, mint egy kis interskandináv család, ahol a hallgatók és az oktatók már egy sokkal kollegiálisabb viszonyt ápolnak, mint BA szinten. Skandinavisztika MA-s hallgatóként lehetőségünk nyílik az egyes tudományterületek átfogóbb megismerésére,

illetve a speciális kollégiumoknak köszönhetően ki-ki kedve szerint keresheti útját, legyen az a skandináv krimi, izlandi próza, viking sagairodalom, vagy az alkalmazott nyelvészet. A hallgatók MA képzésben is norvég, svéd illetve dán alapnyelvek szerint tagozódnak be, ugyanakkor a közös idegen nyelvű óráknak köszönhetően lehetőségünk nyílik egymás alapnyelveit jobban megismerni. Számomra a legszebb dolog a szakon a szabadság és az állandó lelkesedés, például az említett „spekolkok” kapcsán. Ezen kívül külön kiemelném a tanszéki kórus, a LiKör fontosságát: a skandináv szellemben működő kórus egy olyan energiabomba, amely nélkül nem lenne élet az élet.

Kiss Gábor, svéd MA első évfolyam

Legegyszerűbben úgy fogalmaznék, hogy skandisnak lenni életforma. Hiszen amit tanulunk, az egyben a kedvtelésünk és a hobbink is. Egyedi tanulmányokat folytatunk, hiszen az országban egyetemi kerekteken belül kizárólag az ELTE BTK-n van lehetőség tanulni a skandináv nyelveket, és még sok érdekes skandináv nyelvészeti és irodalmi sajátosságot. Ami nekem nagyon imponál, hogy a komoly elvárások mellett mégis családias hangulatban tanulhatunk, hiszen kis létszámú csoportokban folyik az oktatás. Skandin belül norvég alapnyelven tanulok, ami szerintem nagyon szép és jól tanulható nyelv. A szakon szerencsére sok norvég nyelvű programot szerveznek, és van lehetőség ösztöndíjjal kiutazni Norvégiába, ami életre szóló élményeket adhat a hallgatóknak. Továbbá a szakon van két állandó tanszéki ünnep is, a Luciafest és a Vårfest, amiken mindig jó a hangulat, van egy kis evés-ivás és néhány énekes és színjátszós fellépés is, természetesen skandináv nyelveken. Több oldalon keresztül tudnám még ragozni mi a jó a szakomban, inkább nem teszsem, akik érdekel, járjon utána!

Juhász Gréta, norvég BA második évfolyam

Interjú Maróy Krisztinával

Alábbi interjúnkban Maróy Krisztina, a magyarországi Glamour magazin főszerkesztője mesél nekünk a bölcsészkaron töltött kalandos éveiről, és – ahogyan ő fogalmaz – „furcsa kettősségeről” is. Szerinte nem a külsőségek és a hírnév a fontos. Mint mondja, mindenkit az alapján érdemes megítélni, amit létrehoz. Ezzel egyetértve kijelenthetjük: büszkék vagyunk az egykori színes hajl, ELTE-s divat- és irodalomrajongóra, aki kitartásból és szorgalomból, sőt, válasza alapján emberségből is kitűnően vizsgázott az évek során.

Egy Veled készített interjúban azt olvastam, már 11-12 évesen érezted, hogy az újságírás a Te utad. Ennek megfelelően magyar-esztétika szakos bölcsészhallgató lettél az ELTE-n. Hogyan emlékszel vissza a BTK-s éveidre?

Nagyon életkölt voltam, és kizárólag az ELTE BTK-n szerettem volna tanulni. Az első évben nem is vettek fel, felvettek két másik egyetemre, de oda nem szerettem volna menni, így halasztottam, és külföldre mentem nyelvet tanulni. Majd kitartóan tanultam, hogy sikerüljön a felvételi. Nagyon sokat kellett tudni, hogy felvegyenek, és én egy vidéki gimnáziumból érkeztem, nem a budapesti versenyistállókból. Nagy nehezen sikerült. Élveztem azt a rengeteg évet, amit itt töltöttem, még a Pesti Barnabás utcában kezdtem, majd a Múzeum körúton fejeztem be. A két szakommal halasztgattam össze-vissza, megszakítottam a tanulmányaimat és külföldre mentem, szóval elég kalandos évek voltak. Ráadásul végig dolgoztam a nappali tagozat mellett, ami tényleg azt jelentette, hogy nem nagyon aludtam. Pedig imádom. Fontos volt, hogy ide járhattam, és nagyon sok példaképpel találkoztam az egyetemen az évek során.

Ha jól tudom, a divat iránti szenvedély is korán kialakult Benned.

Furcsa kettősségben éltem az életem. Egyrészt imádtam olvasni, leginkább filozófiát, művészetfilozófiát és irodalmat, másrészt imádtam a divat izgalmas világát, amibe már tizennyolc évesen bele-

csöppentem. Nem tudtam az elején, hogy mi lesz ebből a káoszból. Ahhoz képest szerencsés vagyok. Persze sok mindent félbehagytam a divat és a magazinszerkesztés miatt, ami fontos nekem. Remélem, hogy később visszatérhetek, és tovább olvashatok, kutathatok.

A munkából adódóan rengeteg különleges embert ismerhettél meg. Melyik volt a legemlékezetesebb találkozás?

Nehéz lenne egyetlen találkozást kiemelni. Leginkább azt tartom fontosnak, hogy a világhírű emberek is csak emberek. Senkit nem a PR-ja alapján érdemes megítélni, hanem az alapján, amit létrehoz. Aki pedig nem hoz létre semmit, és nem hasznos az, amit csinál, az tényleg csak lufi. Ilyenkor mindig Kant egyik tézise jut eszembe: „Szép az, ami érdek nélkül tetszik.” Ezt talán kiegészíteném: Jó az, amit nem kell magyarázni.

Hogyan néz ki egy átlagos napod? Eszeveszett mókuserék, vagy azért jut idő a kikapcsolódásra is?

Minden percem be van osztva, az biztos. Sok fegyelmet és koncentrációt igényel, hogy az élet különböző területein hely tudjak állni. Az a típus vagyok, aki belefeledkezik a munkába, így mindenki és minden más vár arra, hogy végre én észbe kapjak. Van olyan hétvége, amikor nem dolgozom, és tényleg ki tudok kapcsolni, de szerkeszteni egy életstílus, nincs megállás. Ha kiállásokat szeretnél, akkor valószínűleg nem jó munkát választottál magadnak, vagy már nem motivál annyira,



kép: Miss KK

mint azelőtt. Én sokszor azon kapom magam, hogy a nyaralás alatt is keresek, kutatok, terveket gyártok, fényképezek, írok.

A bölcsészkarosok egyedi öltözködési szokásai messze földön híresek, egyre több a „tarisnyásokról” és a „divatbabákról” harsogó sztereotípiája. Mit üzennél a ma fiatal generációjának, ha azt kérdeznék, hogyan találják meg a határt, önmagukat a divat előírásai és a saját személyiségük között?

Én annak idején is színes hajl, vagy épp a 90-es évek nagy kedvenceiben, lakknadrágban, holdjáróban mentem be az ELTE-re. Soha nem ítélték meg emiatt, de igazából nem is érdekelt, hogy megítélnek-e. Szerintem ez mindennek a kulcsa.

Reigl Angéla

Füvészkert

Tavasszal is vár az ELTE Botanikus kertje

Általános iskolás olvasmányélményeink egyik legmarkánsabb darabja a Pál utcai fiúk, amelyben szegény kis Nemecek Ernő belepottyan egy tóba, és tüdőgyulladást kap. Tudtátok, hogy mindennek köze van az ELTE-hez? A tó ugyanis a Füvészkertben volt, amely napjainkban nem más, mint az ELTE Botanikus kertje.



Van egy hely a hármask metró Klinikák és Nagyvárad téri állomása között, ahol egész évben zöld növények, pálmaház és érdekes programok várják a látogatókat. Az ELTE Füvészkert 1770-es évekbeli alapítását követően többszöri költözködés után telepedett le mai helyén, a Természettudományi Múzeum tözsomszedságában. A tó, amelybe Nemecek Ernő pottyant, ugyan már az átépítések áldozata lett, a virágzó orchideák és félénk mimózák azonban ugyanúgy fejlődnek a gondos kertészek kezei alatt.

Az alapító, Winterl Jakab annak idején a gyógyszerészképzés segítése érdekében hozta létre Magyarország első botanikus kertjét, amely azonban feladatának tekintette a hazai flóra feltérképezését is. A kertben ekkor mintegy 1600 különböző növényfaj volt megtalálható, amelyet katalógusba is foglaltak. Winterl Kitaibel Pál követte az igazgatói székben, aki maga is nagyban hozzájárult a gyűjtemény gazdagításához. Utódai is több újítást eszközöltek, ritkaságszámba ment például a botanikai tanulmányút, amelyre a kor hallgatóit vitték a professzorok.



Az európai viszonylatban is jelentős méretű pálmaház 1864–65-ben készült el. Jelentős évek voltak ezek, hiszen, ahogy a kert honlapján is olvasható: „Ekkor kapnak emlékoszlopot a kertben az első Magyar Füvészkönyv szerzői, a növénytan magyar szaknyelvének megteremtői – **Diószegi Sámuel és Fazekas Mihály** –, valamint a kert jelenlegi helyére kerüléséért, s a reformkor idején Pest városának szépítésében oly tevékeny szerepet játszó **József nádor**.” A manapság használt Füvészkert elnevezés elterjedése és a kert széleskörű népszerűsége azonban a már említett regénynek köszönhető.

A kert egyik elsődleges célja a hazai flóra megismerése, bemutatása és megőrzése. **A Botanikus kert kiemelten fontos természetvédelmi feladata a veszélyeztetett, védett növények megőrzése, mesterséges elszaporítása, viszszafelepítési kísérletek folytatása. A Kert 85 hazai veszélyeztetett fajt őriz, illetve mutat be, a Föld flórájából pedig 250 úgynevezett „vörös könyves”, azaz veszélyeztetettnek minősített faj található meg. A hazai növények mellett elsősorban mérsékelt övi, valamint trópusi és szubtrópusi fajokkal találkozhatnak a látogatók.**

Aki most látogat ki a Botanikus kertbe, egyszerre találkozhat a századforduló bájával és egy modern virágos kerttel. A kert



ma már nem csak a kutatás, de a széleskörű ismeretterjesztés színhelye is, nem véletlenül vesz részt már évek óta a Múzeumok Éjszakája és a Kutatók Éjszakája programszorozatban. Emellett saját szervezésű kiállítások és oktató foglalkozások is várják a nagyközönséget. Március elején pálmabemutató és pálmabörze volt a kertben, április elején pedig a már hagyománynak tekinthető Sakura ünnep keretében érdemes benézni. Ilyenkor virágoznak ugyanis a japán cseresznyefák, amelyek páratlan virágszirom-hőesést produkálnak a könnyed őszi szélrohamokban. Az év folyamán kaktuszkállítás, orchideavásár és elsősorban gyermekeknek szánt kézműves foglalkozások is lesznek.

A Füvészkert március 31-ig minden nap 9-től 16 óráig várja a látogatókat a 1083, Budapest, Illés u. 25. szám alatt, ahová a már említett hármask metró mellett 9-es busszal vagy 83-as trolival, de akár gyalog is eljuthatunk. A belépőjegy diákoknak 400 Ft-ba kerül, a felnőtt jegy pedig ennek a kétszerese. Aki pedig rendszeresen szeretne néhány órát eltölteni az évszakkal együtt folyamatosan változó növénydzsungelben, az 2000 Ft-ért havi, 4800 Ft-ért pedig éves belépőt vásárolhat. További információért keressétek fel a Botanikus kert weboldalát, amelyet a <http://www.fuveszkert.org/> címen érthettek el.

Varga Judit

Kapcsolódj ki!

Avagy KEKSZ után SZEKSZ?

Sokaknak talán ismerősen cseng a KEKSZ, vagyis a Keddi Egyetemes Kikapcsoló Szakkör neve, esetleg már részt is vettek a rendezvényeiken. Mi Mosikával, a jelenlegi főszervezővel beszélgetünk, hogy megtudjuk, hogy indult, mi is ez a KEKSZ, kik szervezik hétről hétre, és hogy mire számíthatunk tőlük az idei évre. Figyelem, klassz, (szinte) ingyenes programok kilátásban!



Honnan jött az ötlet a KEKSZ-hez?

Öt éve az IK HÖK indította el a KEKSZ elődjét, ami egy nagyjából 10-12 fős társaságból fejlődött ki. Akkoriban elkezdtem biliárdversenyeket és egy pókertársaságot szervezni, a két közösség pedig nagyjából megegyezett, így ők alkották a keménymagot. Később volt egy nehéz időszakunk is, ami után következett egy alapvető váltás, a régebbi főszervező kiszállt, és ez lehetővé tette nekünk az előrehaladást. A KEKSZ mai formáját tavaly augusztusban nyerte el, azóta egyre több embert mozgattunk meg hét közben.

Hányan vagytok egy-egy alkalommal?

Százan biztosan össze szoktunk jönni keddenként, de ez olyan minimumlétszám, akkora az érdeklődés, hogy már szerdánként is vannak programok, más egyetemekről is keresnek minket. A keddi napok kifejezetten az ELTE-nek vannak fenntartva, a szerdai pedig inkább más egyetemeknek, de természetesen akkor is jöhetnek az ELTE-sek, nincsenek nagyon merev, kőbe vésett szabályaink. A szerdai

estéknek egyelőre nincs még külön nevük, várjuk rá az ötleteket, bár igazából adná magát a SZEKSZ... (nevet)

A Gold Biliárd jóvoltából mindkét nap a miénk a helyszín, a KEKSZ-előknek mindössze egy italt kell elfogyasztani, ami egyáltalán nem drága: a kis üdítő 150, a korsó Borsodi sör 320 forint. Cserébe teljesen ingyen biliárdozhatnak, dartsozhatnak, csocsózhatnak, vagy csatlakozhatnak valamelyik kártyázó csapathoz egész este, sőt, általában reggelig maradunk, nagyon jó a társaság. A közösségre helyezzük a hangsúlyt.

Hogy kerültetek a Gold Biliárdba?

Elkezdtük körbejárni a város biliárdtermeit, és ők voltak a legmegfelelebbek, mind méretileg – ők a legnagyobb szalon a fővárosban –, mind tulajdonosilag. Nem mellesleg jó helyen van, könnyű elérni tömegközlekedéssel, és – egyetemistákról lévén szó – ez nagyon sokat számít, vannak, akik csak az utolsó buszokig maradnak.

Mi alapján válogattátok a sportokat?

A hely volt, ami alából adta magát, de az is számított, hogy mi mit tudunk magasabb szinten is tanítani az érdeklődőknek, illetve, hogy mi az, amit kifejezetten igényelnek még a résztvevők. A BTK-ról például van egy snookeres csapat, akiket megfogott az ingyen játéklehetőség, de népszerűek a mélyebb gondolkodást igénylő kártyajátékok is, mint a brids vagy a tarokk, ezeket is bármilyen szinten tudjuk nyújtani.

Van valami konkrét menetrendetek?

Igen, keddre már van egy jól bevált programunk, délután négykor kapunyitás, este hattól biliárdoktatás, ahol megtanítom az alapokat, hogy mi a biliárd lényege, mi az, hogy koncentrálni játszol, a gyakorlattal-baknak ilyenkor edzés van hétig, majd elkezdődnek az amatőr versenyek. Általában Texas Hold'Em verseny következik (természetesen ez is ingyenes), de persze emellett bármikor lehet csocsózni, társasozni, dominózni vagy más kártyajátékokkal játszani.

Szerdán ugyan még nincs ennyire kialakult menetrend, mert ez még nagyon friss, de hasonló a kínálat a keddihez: egész este kártyajátékok, biliárdedzés vagy oktatás, és jelenleg folynak a HÖK-kel a tárgyalások, hogy a társasjáték-gyűjteményük is jelen legyen minden alkalommal.

Milyen programok várhatók még a tavaszi félévben?

Elindultak a Giga Ligák, ami azt jelenti, hogy mindenki mindenki ellen játszik, jegyzőkönyvet vezetünk róluk, és természetesen itt is vannak nyeremények: a biliárdos gigacsúcs egy új dákó, amit a nyertes saját maga választhat ki, míg a csocsós gigagyőztes gigája 15 sörrel lesz gazdagabb. Májusban kinn leszünk a Lágymányosi Napokon, ahol a nyitónapi Kő-papíroló versenyt mi rendezzük, de a pontos és részletes további tavaszi program elérhető a neten.

Hol tudnak az érdeklődők megtalálni titeket?

Nagyon aktívan jelen vagyunk a Facebookon, keressétek a K.E.K.SZ. csoportot, vagy a keksz.elte.hu fórumszerű oldalunkon is lehet tájékozódni, ott részletes leírásokat, hivatalos szabályokat is talátok az egyes játékokhoz, és ami a legfontosabb: személyesen minden kedden és szerdán a Goldban. Sok szeretettel várunk mindenkit!

Garai Márta

Mit viselj a munkahelyen?

Kényelem vs. elegancia

Gyakran merül fel a „Most mit vegyek fel?” dilemma nők és férfiak esetében egyaránt, amikor éppen munkába, vagy állásinterjúra készülnek. A legfontosabb problémát az jelenti, hogy megtaláljuk azt az ideális megjelenést, amely még nem „túl sok”, és aluöltözöttnék sem tekintenek benne minket. Továbbá fontos szempont a kényelem is: ha nem érezzük jól magunkat öltözékünkben, az akár munkavégzésünkre is hatással lehet, hiszen a lábfájás egy körömcipőben, vagy egy szűk ing által okozott kellemetlen érzet bizony befolyásolja koncentrációnkat is.



Dress code – mit is jelent?

Számos, főleg multinacionális vállalat munkahelyi elvárásai között szerepel a megfelelő irodai öltözet, amely a cég jó hírnevét – a megbízhatóságot és a profizmust – sugározza a külvilág felé. Ezek az alapvető öltözködési szabályok, irányvonalak általánosságban vonatkoznak a vállalat dolgozóira – gyakornokokra és vezető beosztású szakemberekre egyaránt.

A legtöbb helyen azonban nincsenek pontos szabályok, és valljuk be, hogy napjaink színes, széleskörű ruha felhozatalának forgatagában igencsak nehéz eldönteni, hogy mely ruhadarabok alkalmasak, és melyek nem a munkahelyi viseletre. Ezek a szabályok ugyanis sok esetben nem logikus módon alakulnak ki, hanem egyfajta szokásrend alapján. Természetesen nem minden vállalatnál ugyanolyan szigorúak az öltözködési szabályai, valahol például a farmer és a póló is elfogadott, ám olyan cégek is vannak, ahol még a megfelelő színösszeállításnak is fontos szerepe van.

A dress code-nak számos válfaja van, összefoglalónként az ún. casual és business formal típusokból válogattunk, amelyek jellemzője a kényelmes elegancia.

Légy nőies, de ne kihívó! – munkahelyi elegancia

Azért, hogy a munkahelyeden is komolyan vegyenek, az öltözkédkedni is azt kell sugározni, hogy komoly, precíz hölgy vagy. Az irodai öltözet legáltalánosabb kombinációja a blúz, vagy top, rajta blézer, és térdig érő szoknya, természetesen harisnyanadrággal. Szoknya helyett viselhetsz nadrágot is, ám a farmer kerülendő darab. A cipő legyen zárt és lehetőleg ne túl magas sarkú: ideális lehet a – mostanában egyébként rendkívül divatosnak számító – törpesarkú cipő, amely legyen visszafogott színvilágú. A melegebb, nyári időben ügyelj arra, hogy lehetőleg jól szellőző, pamut anyagból készült ruhadarabokat viselj: annak érdekében, hogy komfortérzeted mellett az elegancia is megmaradjon, kreatív megoldás lehet, ha egy ujjatlan felsőre vékonyabb inget veszel, utóbbit akár gigombóva is viselheted. Nem ajánlott a túlzott parfümhasználat, valamint a feltűnő ékszerek és arcfestés sem, a ríktő színű és hosszú karvaly körömről nem is beszélve. Legjobb, ha csak alapozót és egy kis szempillaspirált használasz, a körmeidet pedig valamilyen natúr színnel, vagy francia manikürrel díszíted. Egyszerűen fogalmazva: hangsúly a visszafogott elegancián van.

frissdiplomás

karrier. tudatosan.

Így indulj a munkába! – tippek férfiaknak

Annak érdekében, hogy semmiképp ne légy alul- vagy éppenséggel túlöltözött, ilyen ruhadarabokat viselj: világos színű ing, zakó, nyakkendő, sötét nadrág, amely a férfiak esetében se lehet farmer! Ezen kívül fontos a sötét színű lábbeli is, ami egy teljesen zárt, egyszínű, elegáns cipő legyen. Tiltólistán szerepel a rövidnadrág, strandpapucs és a sportoláshoz viselt bármilyen öltözet, illetve a túl színes ruhadarabok is: külön figyelj arra, hogy a nadrág szára ne legyen túl rövid, és ha a zokni például ülés közben ki is villan, az mindenképpen sötét színű legyen. Számos cégnél a rövid ujjú ing tiltólistán van, így célszerű ezt is elkerülni. A nyári hőségben is célszerű betartani az öltözködési normákat, ám egy vékonyabb anyagból készült (vászon, lenvászon) nadrággal, amely nyáron akár világosabb színű is lehet (pl. krémszínű, világosbarna, világosszürke), sokkal elviselhetőbbé teheted a hőséget. A szandál mindenképp tilos, ám sötét színű cipődet ekkor nyáriasabb mokaszinra cserélheted.

Összességében elmondható, hogy a dress code bevezetése egyre elterjedtebb a legtöbb cégnél hazánkban is, így hát érdemes elsajátítani az alapvető irodai elegancia írott vagy íratlan szabályait, amelyeket aztán bizonyos kereteken belül saját egyéniségünk és kényelmünk szerint alakíthatunk hozzáillő kiegészítőkkel, ékszerekkel. Fontos, hogy feltűnő ruházat helyett klasszikus ruhadarabokat válogassunk össze. És bár a jó megjelenés a legfontosabb, tartsuk szem előtt az adott összeállítás kényelmességét is, hiszen ez nagyban befolyásolja jó közérzetünket!

frissdiplomas.hu

Kerekes Napok 2013

Száműzetésben a liftek, csutkán az erősítők

A KUK-lakó kollégisták számára az előzetes szervezős e-mailek után a bicikliparkoló helyek ideiglenes felszámolása és a tűzjelzők tesztelése volt az első kézzelfogható jel, hogy idén, immár nyolcadjára ismét közelednek a Kerekes Napok. Majd a keddi esti teaházban az orosz cserediákkal is beszédtema lett, milyen sportokat próbált már ki, és jól meglepődünk, amikor általunk kevésbé ismert harcművészeti ágakat (és a sifutást) sorolta fel.



A kezdés előtt néhány nappal megjelentek a falragaszok, az első napot nyitó sportprogramok színes táblázatai lelkes tanulmányozókra leltek a liftekben utazókban. Elkezdtük megtervezni, melyik sportág tűnik a legszimpatikusabbnak, és ha valaki szemfüles volt, a neten mailben előre fel is jelentkezhetett a kipróbálható órákra, nehogy lemaradjon valami érdekessérről. Hétfőn már a legváratlanabb helyeken is szervező kolhökösök tűntek fel kezükben papírokkal, vagy a fejüket gondterhelten fogva, míg végül csak eljött március tizenkettő.

Kedd reggelre kiürült a porta előtere, ki nyitlak a teremajtók, és mire az órákról hazaestünk, már komplett, szekciókra bontott terekbe sétálhattunk be (már aki: a lefektetett, aljas tatami egyeseket komolyan megpróbált szabotálni). Minden szekcióban más-más sportágat lehetett kipróbálni, a sort a zumbások nyitották, a liftekben sorra tűntek fel a sportszerkesztőcipős emberek, és előzőnlötték a kiválasztott helyeket: ahová csak néztünk, mindenütt vigyorgó fejek, ritmusra moz-

duló karok, lábak és súlyok. A kilenckor kezdődő szintvetélkedő annyira jól sikerült, hogy a megkérdezett résztvevők nem igazán emlékeztek a győztesekre, csak annyit tudtak elsorolni utólag, hogy ők különdijasok lettek, mert jóval kevesebben voltak, mint a többi csapat... De lehet, már csak túl hajnali órán lett feltéve a kérdés. Levezetesként a húszas, harmincas évek korába repítettek vissza minket: pókerparti szigorúan korhű öltözékben, itt egy nyakkendő, ott egy kalap vagy öltöny, élőzenével egybekötött (Balla Gergő és Kristóf Martin), beszélgetős-piálós teaházazás hajnalig, itt-ott feltűnő, cigarettaszípkás, csipkefejdiszes lányokkal.

Második napra a korábban is tekintélyes tömeg sokszorosára duzzadt, aki lemaradt az EZF előadóról, már csak meglepően sok 'elnézést' és 'bocsi' árán jutott A pontból B-be. A liftek, naná, hogy nem működtek (igaz, előre volt róla falragasz), így nem meglepő módon a legfelsőbb emeleteken lakók közül nem egy ember volt hálás a ruhatárnak és a szuperkedves portásnak. A fellépők egymást követték, előbb a Hő-

sök, majd a két nagyágyú, Sub Bass Monster és az Animal Cannibals hangolták a népet, míg éjféltől DJ Gomes keverte a zenét. A hangulat ekkor már a tetőfokára hágott, látványosan megnőtt a táncteren és az azon kívül is ismerkedő párocskák száma, és a rögtönzött mintavétel alapján azok is jól érezték magukat, akiknek alaptól nem is a hangszórókból ömlő zene a kedvelt stílus.

A szintek folyosóin azért helyenként még négyig-ötig folytatódta a beszélgetésbe forduló szintbulik. A kollégiumlakók egy további hajnali élménnyel gazdagodtak a sok-sok lépcsőmászáson túl: reggel hétfő nem volt melegvizes zuhany, ami többeket elgondolkodtatott – ez most véletlenül sikerült vagy instant józanításnak, gyorsítóknak szánták?

A harmadik nap szokatlanul indult, és talán kis aggodalommal, a kezdéskor az előző naphoz képest rémesen kevesen voltak: odakint hol a hó szakadt, hol az eső, néha csak a szél söpörte le majdnem az embereket. Ez épp elég eltántorító erő lett volna, de ahogy csitult odakint a furcsa márciusi időjárás, úgy szaporodtak benn az emberek. Paso és DJ Mathias tartották a frontot. Hajnali kettő táján kezdtek kimerülni az emberek, lassan elszivárogtak a külsősök, a karaoke-kisteremben is már csak egy ember énekelt magának teljes átléssel, úgyhogy a KUK-lakók lépcsőmászó tradícióik megújítása után újra a folyosókra telepedtek még egy kicsit bulizni, beszélgetni és zenélni.

Az új ismeretségeken és a jó bulikon túl a legjobb dolog a kollégiumi napokban talán mégis az, hogy ilyenkor azok is kibújnak a csigaházukból, akik amúgy vagy kockulnak, vagy időszakosan antiszociális hajlamokkal bírnak. És ez jó. Egy időre még azt is elfelejthettük, hogy jövőre talán már nem lesz KUK, ahol a Kerekes Napokat megismételjük.

Garai Márta

Antirasszista világnap: Március 21.

1960. március 21-én véres összecsapás történt a dél-afrikai Sharpeville-ben. Az apartheid rezsim által hozott, a nem fehér lakosság mozgását korlátozó törvény elleni tüntetésen a rendőrök sortűzet nyitottak a békésen vonuló tömegre. A kegyetlen rendőri fellépés 72 halális áldozatot követelt.

Az ENSZ közgyűlése 1966 októberében döntött arról, hogy az említett napot Antirasszista világnappá nyilvánítja. Március 21-én emlékezünk meg mindazokról, akik életüket veszítették az emberi jogokért vívott küzdelemben az apartheid idején.

A rasszizmus elleni küzdelem napján az egész világon megemlékezéseket és demonstrációkat tartanak a kirekesztés és az elnyomás ellen. Magyarországon 1990 óta vannak hasonló megemlékezé-

sek, valamint 2001 óta ezen a napon nyújtják át a Radnóti Miklós nevét viselő antirasszista díjat is.

Az emléknap legfontosabb feladata, hogy felhívja a figyelmet a világon mindenhol jelenlévő olyan embercsoportokra, szubkultúrákra, amelyeket megpróbálnak megfosztani a többséget megillető kulturális és anyagi javaktól, de az alapvető emberi jogoktól is.

Az Antirasszista világnap célja az, hogy harcoljon a faji megkülönböztetés megszüntéséért, hirdesse a különböző kultúrák békés és toleráns egymás mellett élésének szükségességét, valamint hangsúlyozza önmagunk, és ezáltal mások elfogadásának fontosságát is.

A világnap mondanivalója és célkitűzései sajnálatos módon továbbra sem

vesztettek aktualitásukból, ezért is különösen fontos, hogy március 21-én ne csak a Sharpeville-ben megtörtént eseményről, hanem az előtte és az azóta is folyamatosan napirenden lévő rasszista megmozdulásokról is megemlékezzünk, és erőteljesen fellépjünk ellenük a rendelkezésünkre álló eszközökkel. Küzdeni kell azért, hogy az államok politikai vezetői teljes mértékben leépítsék rasszista politikájukat, és hirdetni kell a békés együttélés és a tolerancia jelentőségét azért, hogy a jövőben ne történhessen az 1960-as vérengzéshez hasonló esemény Afrikában, vagy a világ számos, etnikai harcokkal és előítéletekkel mérgezett területén.

Dóra Dalma

Apuval vagy anyuval laksz?

Elvált szülők gyermekei

A minap egy kislány bemutatkozó kérdés gyanánt azzal indította a beszélgetést, hogy én az anyukámmal vagy az apukámmal élek-e. Köpni-nyelni nem tudtam, de nem azért, mert a kérdés megsértett vagy felháborított. Azért lepődtem meg, mert ezt úgy kérdezte végig minden új ismerőstől, mintha nem is lenne esély arra, hogy valaki azt válaszolja, anyuval és apuval is együtt él.

Igen, itt tartunk – mondanám, ha ez a mondat nem hangozna úgy, mintha egy öreg néni sápirozna arról, hova jutott ez a világ. Hiszen milyen dolog az, hogy vannak gyerekek, akik nem is számolnak azzal a lehetőséggel, hogy a szülők esetleg együtt is élhetnek, neadjisten még házások? Nem feltétlenül boldog házások, csak házások...

Miért volt régen jóval kevesebb válás? Esetleg jóval kevesebb volt a rossz kapcsolat? Nem hiszem. Szerintem ez annak a köszönhető, hogy mára már nemcsak megengedetté vált a válás, hanem

kicsit trendi is lett. Rengeteg interjút olvastam különböző híres, címlapon mosolygó emberekkel, akik kifejezetten büszkén jelentették ki, hogy nekik volt megszűk kilépni egy rossz kapcsolatból, és egyenesen a válóperes ügyvédek világába menekülni. És hogy ez így volt a legjobb a gyerekeiknek is. Csak nekem bűlik itt valami?

Vagy gondoljunk csak az elmúlt évek könyvsikerére, az Ízek, imák, szerelmekre! Mi történik? Egy harminchat éves nő hirtelen úgy dönt, hogy kísétál az életből a hátsó ajtón, és otthagy mindent,



beleértve a férjét is. És ő a példakép. Nem mondom, hogy nem bátor dolog. Vannak esetek, ahol a válás tényleg a legjobb döntés. És nem akarok ítélni seni, csak elgondolkodtam azon, hogy vajon minden esetben ez-e a legbátrabb döntés, vagy csak a legegyszerűbb.

A kérdezősködő kislányra visszatérve pedig csak annyit jegyzek meg, hogy száz százalékgig bejött, amit gondolt. Mindenki tudott válaszolni a kérdésére, senki nem mondta azt, hogy anyuval és apuval is együtt él. Tehát akár öreg néni-sen hangzik, akár nem, ki kell jelentenem: tényleg itt tartunk.

Sugár Viktória

NYELVI HANGSÚLY	ORGANISING COMITÉE		ANGOL EGY		ERŐS SZESZ		ZORRÓ		KÉZMUNKÁT KÉSZÍT			BÉCSI KERÜ- LET		
	SÜTŐ-FŰTŐ ESZKÖZ		SPANYOL KISVÁROS		TOYOTA MOTOR EUROPE		TÉLI SPORT		HELLY HANSEN			DÉLELŐTT		
								SZINTÉN NE	RÓMAI 1-ES		INTERNET EXPLORER			PÁRISI FOCH CSAPATA
											SZINTÉN			OLASZ FOLY
KÉRDŐ- SZÖCSKA		MEGFEJTÉS 1.												
MÉTER		PARKOLÓ		SPALYON AUTÓJEL		PORTUGÁL SZIA		CSILLAGOK VÁROSÁ				AZAZ		
KOCSISZÍN		TE MEG EN		NÉMA ZEBRA				SPORTOLÓ JUTALMA						
					A NAGY VARÁZSLÓ			SPANYOL TENISZEZŐ	VIETNAMEI KETTŐS BETŰ					
EPOSZI HŐS										HADVEZÉR, ... ARTÚR				ZUGLÓI SPORTKLUB
INTER CITY														
		LIKÓR SZÉLEI			BABUSGAT								ÁRAD	
		FILMSZÍNHÁZ											GÖMBÖLYŰ TETEJŰ KALAP	
NEMZETKÖZ VALUTAALAP			ENYHÉN LEJTŐS	YOUTUBE RÖV.	MILYEN NAGY?	SZUMÁTRAI SZIGET			AZ IGAZI, A NAGY ...		OPERÁTOR			COUNTER STRIKE
														NÉZD CSAK!
	MEGFEJTÉS 2.													
	CSEH SORMÁRKA						AKADOZÁS							
	ALKOTMÁNY- BÍROSÁG						SALÉTROMSA ...3					UTCAI ÚJSÁGÁRUS		
			KÖZPONTI STATISZTIKA HIVATAL					UNIVERSITY OF EAST ANGLIA				ZÖLD ÁRNYALATA		IRÁN SIVATAGA
REMEK (SZLENG)		NYITOTT TETEJŰ AUTÓ		SZENVEDÉS				ELIPSZILON				LELKI MEGNYUGVA		ZENEI HANG
				OLASZ FOCH- CSAPAT				MOTOR- MÁRKA						
VÁROS GYÖNGYÖS MELLETT	PAPI TISZTSÉG								HANGOS ZAJ	SZEGED EGYETEME			NULLA!	
										KESERVES (IDŐSZAK)				
						OROSZ IGEN	PRÓBA VERZIÓ						PÉK- SÜTEMÉNY	ÉSZT HONLA VÉGZŐDÉSE
ORSZÁGOS BAJNOKSÁG		ÜLŐHELY						MEGFEJTÉS 4.						
		ELEKTRONI- KAI CÉG												
					NÉVELŐ			NÉMET TENISZEZŐ, TOMMY ...	KISDED	BÁNYÁVÁGA				
RÖVID- NYELŰ KASZA	ESZKIMÓLAK A DUNA MELLÉKÁGA					HŰS- POGÁCSA					TESSÉK?			MÉRGEZŐ FELFEM
ALAPVETŐ FÜSZER			KÉTSZÍKŰ NÖVÉNY								VALLÁSOS KÉRELEM			
RÓMAI 2-ES														
		AMENNYIBEN		MUSZLIM VISELET							NÉMA ÖTLET			
KÖNYVTÁRI E-KATALÓGUS					RITMIKUS SPORT- GIMNASZTIKA				MÉRTÉKEGY- SÉO- RENDSZER			HÍRES FIZIKUS		

KIÜTÉS BOXBAN			SZEMÉLYI RÁDIÓ- ESZKÖZ		AUTÓTEMETŐ		ÉGTÁJ		NÖVÉR ESZKÖZE		SKANDINÁV ISTENNŐ		TÖRTÉNELMI NÉPCSOPOS
NEM BE											IKSZ		
		MEGFEJTÉS 3.											
	SZOBOR ANYAGA LEHET					LENDÜLET					MAGYAR WEBLAP VÉGZÖDÉSE		
	FÉMMŰVES					SZEMÉLYI SZÁMÍTÓGÉP							
		ERASMUS STUDENT NETWORK	ADATÉDELMI RENDELET		D'ART, ÉKSZER- MÁRKA		A HANGYA		VAGY ANGOLUL				
FILTER TARTÓJA							DÚR PÁRJA						BŐR- LYUKASZTÓ
KERÉKPÁR													
			X	OXIGÉN		RÁGCSÁLÓ					ZENEI HANG		
											KÍGYÓFAJ		
			FESTŐ							LÉGNYOMÁS MÉTREKEGY- SÉGE			
		ADRIENN BECÉZVE			NULLA	EMERGENCY ROOM	HEVERŐ		BEKAPCSO- LAS			NAUTILUS	
										NEMAN KIFORRI			
	OKLEVÉL RÉGISEN		VOLT TÁVKÖZLÉSI CÉG	SZEMES TERMÉNY ÉRME ANGOLUL				ÁDÁM FIA					
								FISNINGH ON ORFŰ					
					FRANCIA- KÁRTYA LAPJA						PEST MEGYE TELEPÜLÉS	X	MODELL
			HOLLAND FUTBALL- SZAKEMBER	JAPÁN DÉMON TELI CSAPADEK			RIDEG					AZONBAN	
					FOGGAL SZET- ROPPANT								
						MIAMI ÁLLAMA							
FRANCIA NŐI NÉV						GÖRÖG BETŰ			IDE JÁRNAK A KICSIK	HÍRES NORVÉGI ÚSZÓ			
										IMI VÉGEI			
MAGYAR MŰVÉSZETI AKADÉMIA		KÉRDŐ- SZÓTAG		USA TAGÁLLAMA								NULLA	
					HEGYES TERÜLET								
			HÜSLÉ	IFJÚ HÖLGY				ÚTTÖRŐ- CSAPAT		ÍZLETES GYÜMÖLCS	FÜTTYŐS MADÁR	NÉMA OLASZI	
				TOLKIEN TÖRPJE									
					MINIMUM RÖV.		A TAOIZMUS ÚTJA	A TÖNDÉR- KIRÁLY UMBERTO ..., ÍRÓ					
ATTILA BECÉZVE	ILLÓOLAJOS KEZELÉS	UNITED STATES											IGEN (SZLENG)
FLORIDA EGYETEM			KELLEMETLE ALAK						LÁNGOL			JOULE	
						MELLÉK- HELYISÉG		TITKÁRNÓ MUNKAHELY					

Láss csodát!

A szemüveg lesz a következő intelligens kutyü

Nem állíthatjuk, hogy leáldozóban lenne az okostelefonok piaca, de azért az mindenképpen megfigyelhető, hogy egyre több cég igyekszik más trendek, újabb eszközök fejlesztése felé is nyitni, és elébe menni az igényeknek. A legújabb ötlet az okosszemüveg, melynek megvalósítása a Google háza táján már igen előrehaladott állapotban van.

Az amerikai keresőóriás csak pár hete mutatta meg, mi lesz a következő nagy dobása, de az kiderült a kiadott videóból, hogy többéves munka van a projekt mögött. Élénk tárták egy új generáció mindennapi okos eszközét, a szemüveget, melyet hanggal vezérelhetünk, egy szavunkra képet készíthet pontosan arról, amit épp látunk, és ha videotelefonálni szeretnénk, azt is csak kérmünk kell. Részletes leírást, termékjellemzőket persze egyelőre nem adott ki a cég, de a kb. 2 perces felvétel alapján azért sok mindenre lehet kö-

vetkeztetni a működéssel kapcsolatban. Az világos például, hogy a szemüveg elválaszthatatlan lesz a folyamatos internetkapcsolattól, a közösségi élmény, a megosztás központi feladata lesz, s mindezt egyszerűen intézhetjük majd. A kapcsolattartás mellett azonban számos más, nagyon hasznos tulajdonsággal is rendelkezik majd az eszköz: GPS segítségével berajzolja a célhoz vezető utat, adatokat közvetít, képeket jelenít meg bármiről, amiről kérjük, sőt, szükség esetén folyamatosan fordít is nekünk. Az „Ok glass”

kifejezéssel kell jelezniünk, hogy utasítás következik, sokak szerint ez lesz az okosszemüveg végleges neve is, erre utal az is, hogy a Google nemrégiben levédette az „okglass.com” domain nevet.

A fejlesztés fontosságát mutatja, hogy Sergej Brin, a Google egyik alapítója személyesen is dolgozik a termék fejlesztésén – mint mondta, a legfontosabb az eszköz minél gyorsabb és zökkenőmentesebb integrációja az emberek mindennapjaiba.

A Glass honlapján már meg is rendelhetjük a kutyüt, sőt, tesztelőnek is jelentkezhetünk, ez azonban nem annyira jó üzlet, mint ahogy elsőre hangzik, hiszen a termék igen borsos, 1500 dolláros, kb. 330 ezer forintot árt így is ki kell fizetnünk. A Google azt ígéri, karácsonyra már a sorozatgyártást is beindítják, és addigra mindenképpen lefaragnak a vételárból is. Nos, majd meglátjuk!

Szöke Dani

De mi az a DIY?

Miután elindult a PBÚ-ban a DIY rovat, mindenki mondta, hogy nagyon jó, meg ötletes, de te, mit jelent az, hogy DIY? Do It Yourself, tehát 'csináld magad': otthon összeszerelhető IKEA-bútorok, self brandingelő zenekarok, saját kézzel készített ékszerek, kiegészítők – ami egykor spórolás volt, mára divattá vált, lássuk tehát, honnan is jött a DIY!

A kifejezés maga az ötvenes években vált divatossá, amikor egyre többen kezdtek hobbiszinten otthon barkácsolni (mondván, hogy a háború után az otthon a biztonságos fészék, meg egyébként is, a gazdasági visszaesésből azóta sem sikerült kimászni), de ha beleegondolunk, női felmenőink már jó pár generációval előttünk is hímzéssel, nagymamáink pedig kötögetéssel mulatták otthon az időt.

A DIY mint szubkultúra a hetvenes évek punk irányzatának vált zászlóshajójává: ahelyett, hogy nagy zenei cégekkel szerződtek volna, a zenekarok maguk vették fel, reklámozták albumaikat, szervezték meg a

turnékat, ezzel csökkentve a költségeket. A mozgalom elsődleges célja azóta is az maradt, ami akkor volt: nem fizetnek a professzionális segítségért, hanem megcsinálják ők maguk. Napjaink hipster kultúrájában a különbözni akarás újra divatba hozta a DIY-t, ezúttal leginkább az öltözködés terén, és egy csapásra divatossá vált turkálóban vásárolt, otthon felújított cuccokat hordani. A környezetvédelem szintén pártolja a DIY-megoldásokat, azzal a gondolkodásmóddal, hogy minden, még a szemét is, felhasználható valamire, csak egy kis kreativitás kell hozzá. Ez pedig van bőven: tele a világ hálós DIY-ötletekkel, blogokkal, youtube vi-

deókkal, és ha egy dizájnert kiad egy méregdrága darabot, már azon gondolkodik mindenki, hogy készítheti el a saját, olcsó verzióját, amely sok esetben még jobb is lehet, mint az eredeti.

A DIY vonatkozhat a régi bútorok felújítására, befestésére, bevonására szalvétatechnikával, dekoráció készítésére, mindenféle újrahasznosításra, saját kezű ruhakészítésre, ékszerekre, kiegészítőre – általában régi dolgok felhasználása valami újra, minél egyedibb megoldással. De a kifejezés ugyanúgy használatos az otthoni, „saját kezűleg” megoldásokra, így hajfestésre, bármilyen professzionális termék vagy szolgáltatás leutánczására. Két alapelve, hogy lássuk meg mindenben a lehetőséget, és ne fogadjuk el, amit készen kapunk. Ezzel pedig nemcsak pénzt spórolhatunk, de a globális márkák kínálta tömegmegoldásokat is kikerülhetjük – arról nem is beszélve, hogy az egyik leghasznosabb hobbi!

Helstáb Laura

Csináld magad – tavaszváró praktikák

Ha unod már a rossz időt, és van egy szabad félórád, akkor a legértéktelebbnek tűnő dolgokból is készíthetsz magadnak vagy ajándékba pár tavaszi hangulatot hozó apróságot.



Újságpapír pillangók

Jól gondold meg, hogy mit dobssz ki, hiszen a szórólapokból, régi újságokból pár perc alatt látványos díszeket lehet fabrikálni! Újságpapír lepkék készítéséhez nincs is szükséged másra, mint pár színes újságlapra, egy tűre, cérnára és egy ollóra. A papírokból vágj ki különböző méretű lepkéket, de ha beindul a fantáziád, virágokat, madarakat is készíthetsz! Ezután fogj össze három-négy darab azonos méretű lepkét, és a közepénél öltsd össze őket, így még dekoratívabb elemeket kapsz. Fűzz be egy újabb cérnát, és készíts füzért a lepkékből, varrással rögzítve őket. Pár perc alatt kész is a dekoráció, így tavaszi hangulatot varázsolhatsz akár a koliba, az albrétletbe, vagy otthon a szobádba is!

Kosárka tojástartóból

A tojástartót sem érdemes a szemétkosárba dobni, mivel a húsvét közeledtével komoly költségektől is megkímélheted magad, ha ilyenekből készítesz ajándékot, asztali dekorációt. A tojástartó jól festhető, könnyen vágható és formázható anyagból készül, ezért nagyon sok mindenre használható. Tojás vagy édességtartó kosárka készítéséhez vágj ki egy egységet a tojástartóból, ezt vond be valamilyen színes papírral, vagy festd ki temperával. Valamilyen keményebb papírból vágj ki egy csíkot, ebből lesz a kosárka füle. Szegecsekkel, vagy pedig ragasztóval rögzítsd, a kosárka belsejébe pedig műfüvet is tehetsz.



Konyhakert a koliban

Nem kell sok hely ahhoz, ha az ember mini veteményeskertet szeretne – ehhez egy tojástartó is bőven elég. Válaszd el a tojástartó tetejét az aljától, tegyél a mélyedésekbe virágföldet, és már kezdhetsz is a csíráztatást. Ha akad otthon egy kis tojáshéj, az is kitűnően használható palántázáshoz, így a fél tojáshéjba ültessd a magokat, mert amellett, hogy nagyon jól mutat, tápanyagot is biztosít a növényeknek. Ha pedig a szabadba szeretnéd ültetni a növényeket, ezt tojáshéjastól is megteheted, hiszen csak jót tesz vele a termőföldnek!

Lucz Viki

Utazás művtöris szemmel

Az ember a művészettörténet vizsgákra készülve sokszor annyira elveszik a képek, stílusok, művészek magolásában, hogy talán el is felejtí, hogy ezek a művek létező, megcsodálható alkotások. Egy kis művészeti élményért pedig nem is kell olyan messzire menni, hiszen elég csak felbuszozni a budai várba, de nincs sokkal messzebb Visegrád vagy Esztergom sem. Ezúttal a művtöris látnivalóknak eredtünk a nyomába!



Budapestén járva az ember sokszor érí azt, hogy történelemkönyvekbe illő helyeken jár, és ez nem véletlen. Hiszen abban a szerencsés helyzetben vagyunk, hogy olyan városban tanulhatunk, ahol mi is a történelem részeseivé válhatunk. A Budavári Királyi Palota teljes pompában várja a nézelődőket, és ha már ott jár az ember, a Magyar Nemzeti Galériába is benézhet. A palota Mátyás korában jórészt gótikus épületegyüttes volt, ám máig számos változást eszközöltek az épületen. A korban kiemelkedő reprezentációs szereppel bírtak a monumentális szobrok, így többek között Zsigmond király szobrát is láthatták, akik pár száz évvel ezelőtt a környéken jártak. Buda vára maga a megelevenedett történelem, de szerencsére nem csak a történelemimádók találhatnak elfoglaltságot maguknak a várban. Az utóbbi időben több fesztivált is rendeztek itt, így a magyaros ízek kedvelői a Budavári Pálinka- és Kolbászfesztiválon, míg az édesszájúak az Édes Napok csokoládé- és édesség-fesztiválon hódolhattak szenvedélyüknek. Idén pedig másodsorra rendezik meg a Budavári Húsvéti Sokadalmat, az ország egyik legnívósabb hagyományörző multi-kulturális családi rendezvényét.

Kiszabadulva a városból a legközelebbi művtöris célpont a visegrádi palota. Története akkor kezdődött, amikor 1323-ban Károly Róbert a királyi udvart Visegrádra helyezte, ekkor kezdett építkezni a városban. Mátyás király korában a terjedelmes épület faragványainak nagy része késő gótikus stílusban készült. A Dunára néző homlokzatán egy hangsúlyos címtorony állhatott, amit Mátyás és Beatrix királyné címere díszített. A korban ez a nagyvonalú szokás arra szolgált, hogy a frissen kötött házasságot kihirdessék. A palotát a török kor idején elhanyagolták, ezután pedig teljesen a föld alá került. 1934 után indult meg a rekonstrukció, jelenleg pedig több kiállítás is látható a palotában. Az Anjou- és Mátyás-kori kőtár és a visegrádi királyi palota történetével foglalkozó kiállítás mellett a látogatók a Corvin lakosztályt is megtekinthetik. Változatos időszaki kiállításokat, solymász bemutatót és rendszeres családi programokat is rendeznek a várban.



A Dunakanyar nagy múltú városa, Esztergom igazi aranybánya a történelem iránt érdeklődők számára. Az esztergomi bazilika monumentális kupolájával meghatározza a környék látképét. Építését Rudnay Sándor prímás kezdte 1822-ben, a bazilika pedig a mai napig vonzza a látogatókat. A templom méltán híres bal oldali kápolnája Bakócz-kápolna néven híresült el, ma áthelyezve és átalakítva a klasszicista székesegyház egyik mellékkápolnájaként funkcionál. Különlegessége, hogy a belső tér szinte egészét vörösmárvány borítja, ami rendkívül reprezentatív anyagnak számított a korban. A bazilika kincstárral is rendelkezik, itt tárolták a liturgiához szükséges eszközöket, amelyek kivitelezése is a hely rangját tükrözi. Itt őrzik a magyar gótika egyik legszebb kelyhét, a Suki-kelyhet, az ereklyegyűjteményben pedig Szent István és Szent Imre ereklyéi is megtalálhatóak. A bazilika mellett a hegyormon látható Melocco Miklós István megkoronázása című szobra, amely – talán az elhelyezés miatt is – rendkívül nagy hatással van a nézőre. Érdemes egy kicsit más szemmel nézni ezekre az épületekre, és ha már itt a tavasz, nincs is jobb program, mint a kalandozás a múltban!

Lucz Viki

Csak néhány DEKA

A zsírok és zsírban oldódó vitaminok szerepe az egészséges táplálkozásban

Életmódváltáskor legtöbbször a zsírpárnáktól igyekeznek megszabadulni, arra azonban sokan nem gondolnak a gyűlölt elenség kapcsán, hogy a szervezet számára mégiscsak elengedhetetlen a meglétük. A zsírban oldódó vitaminok fontos szerepet játszanak az egészség megőrzésében, ezért természetesen közegük gyökere kiirtásával az étrendünkben magunk alatt vágjuk a fát.

A legtöbb fogyókúrázó és életmódot váltó ember a zsír szó hallatán minden bizonyítással elborzad, hiszen általában éppen ezt kívánja leadni. Pedig a rettegett zsírnak fontos szerepet szán a szervezetünk, általa képes ugyanis feldolgozni az A, D, E és K (más sorrendben: DEKA), azaz a zsírban oldódó vitaminokat. Ezen vitaminok segítségével érhetőek el az egészséges csontok, a szép bőr, de a szem egészségéhez, valamint a szív- és érrendszeri megbetegedések elleni védekezéshez is hozzájárulnak.

A szem és a bőr egészségéért felelős A-vitamint, valamint ennek előanyagát, a bé-

ta-karotint elsősorban a sárgaréppával és a paradicsommal vihetjük be a szervezetünkbe, de a spenótban is megtalálható. Ez utóbbit magas vastartalma miatt főleg a nőknek érdemes rendszeresen beépíteniük az étrendbe.

A D-vitamint a szervezet napfény hatására saját maga is elő tudja állítani, így nekünk csak arról kell gondoskodni, hogy a csontok építéséhez szükséges kalciumot pótoljuk. Ezt például kalciummal dúsított joghurttal, vagy zsíros sajtokkal tehetjük meg. Az E-vitamin antioxidáns tulajdonsága miatt az arc krémek gyakori hatóanyaga és az immunrendszer fontos támogatója. Té-



len, amikor a bőr és a szervezet ki van téve az időjárás viszontagságainak, különösen fontos a pótlása. Ha salátánkat búzacsírral vagy tojással dúsítjuk, majd megszórjuk egy marék olajos maggal, fedezhetjük a napi szükségletet.

Az E-vitamin a K-vitamin felszívódását is segíti, amely a csontok kalcium megkötő képességét fokozza. Magas K-vitamin tartalmú zöldség a brokkoli, de a tejtermékek is segíthetik a napi szükséglet fedezését. Azonban ahhoz, hogy ezek a vitaminok a szervezetben hasznosulni tudjanak, elengedhetetlen a zsírok és olajok tudatos beépítése az étrendbe. Egy marék dió vagy mandula és a salátaöntethez adott egy kanál olívaolaj a súlygyarapodásra még nincsenek hatással, a vitaminok felszívódását azonban elősegítik, így semmiképp sem érdemes teljesen kiiktatni őket a menüből.

Varga Judit

RECEPT:

A fentiek persze jól hangzanak, de elsőre lehet, hogy nehéznek tűnik a mindennapokba történő beépítésük. Ebben segíthet egy könnyű, vacsorára vagy tízóraira elkészített saláta, amely önmagában is elég laktató, és minden fontos tápanyagot tartalmaz. Ha megunnád, kísérletezz bátran: bétáspenót helyett rukkolával vagy madársalátával is finom, a diót pedig nyugodtan lecserélheted a kedvenc olajos magvadra!



Bétáspenót saláta olajos magvakkal (2-3 adag)

Hozzávalók:

- Egy csomag bétáspenót
- Egy marék (5 dkg) dió
- Kókteleparadicsom
- Mozzarella sajt (100 g)
- Egy evőkanál olívaolaj és balsamecet

Elkészítés:

Az apróra vágott diót, a felkockázott mozzarella sajtot és a félbe vágott kókteleparadicsomokat összekeverjük egy csomag friss, megmosott bétáspenóttal. Egy evőkanál olívaolajjal és balsamecettel ízesítjük. Fogyasztható önmagában vagy köretként, hűtőben egy napig friss marad.

Zeneipari Hivatal

— az iskola, ahonnan a diákok óra után sem akarnak hazamenni

Elindult a Zeneipari Hivatal, az ország első olyan zeneipari iskolája, amely egyszerre több zeneipari kurzust kínál! Idehaza a Zeneipari Hivatal hirdet először és egyedülálló módon popzenetörténetet, zeneipari angol szakszókincset és a digitális zeneüzlet ismereteit oktató képzést!

Három képzésünk kezdődik 2013 áprilisában Budapesten:

• **A Beatlestől Yonderboi-ig:**

könnyűzenetörténet a gombafejű Beatles-fiúk felbukkanásától a popkaméleon Lady Gagáig

• **Access All Areas:** a nemzetközi zeneipari szókincs

• **Digitális zeneüzlet A-tól Z-ig!:** a digitális zenei üzlet háttérismeretei, működése és gyakorlata

Csak a Zeneipari Hivatalban oktat, vezet kurzust Jávorszky Béla Szilárd rocktörténész, aki többek közt A magyar rock története 1-2. című könyv szerzője. A Beatlestől Yonderboi-ig kurzuson oktat Csatári Bence, a Kádár-korszak könnyűzenei politikájának szakértője is, mindketten könnyűzenei tanulmányokból doktoráltak. Ez a képzés hiánypótló és segít mindazoknak, akiket akár laikusként, akár érdeklődőként, akár zenével foglalkozó szakemberként érdekel a könnyűzene története.

Bodrogi András, a magyar zenei new media guru Digitális zeneüzlet A-tól Z-ig! címmel vezet kurzust. A digitális zenekultúra egyedülálló oktatója, gyakorlati szakemberként számtalan országosan ismert zenekar és előadó lemezét segítette a hazai vagy akár a nemzetközi digitális zeneipiacra jutásában. Kurzusa olyan zeneipari szereplők, könnyű- és komolyzenészek, alkotók számára fontos, akik online szeretnék az elkészült dalaikat értékesíteni a különböző digitális áruházakban (iTunes, amazon.com, stb.) és egyéb online platformokon, mint a YouTube, azokból pénzt keresni.

A zeneipari angolt egy Liverpoolban zeneiparból diplomázott egyetemi tanár, Steve Swindelli oktatja. Az Access All Areas olyan nemzetközi karrierre vágyó zenészeknek, külföldre szervező kulturális szakembereknek szól, akik nehezen vagy bátoratlanul olvasnak angolul zeneipari szerződéseket, könyveket, tanulmányokat. A Zeneipari Hivatal elméleti és gyakorlati felépítettsége egyedülálló a hazai zeneipari képzések között. A Zeneipari Hivatalban olyan iskolát építünk, ahonnan a diákok óra után sem akarnak hazamenni. Olyan iskolát, ahol élmény a tanulás. Olyan iskolát, ami személyre szabja a tananyagot. Olyan iskolát, ami kiemelkedő zeneipari szakembereket és jól informált, megfelelő készségekkel bíró diákokat képez.

Sok gyakorlati feladattal, valódi élményekből, tapasztalatokból hozott példákkal segítünk a diákokat készségeik fejlesztésében. Célunk, hogy a hazai zeneipart segítő, a gyakorlatban és az elméletben is hasznos tudással rendelkező, a folyamatokat értő, a zeneipart kreatív munkával gazdagító diákok kerüljenek be az iparba. Olyan iskolát akarunk működtetni, ami a végzett diákjai munkájával, tudásával, képzettségével segít a magyar zeneiparnak és a magyar zenének helytállni a nemzetközi piacon.

Számtalan zenével, zeneiparral foglalkozó filmet nézünk, külső helyszínlátogatást és rendezvényt szervezünk. Fontos, hogy diákjainkból közösség alakuljon, és ezek az alkalmak erre valódi lehetőséget biztosítanak.

A Zeneipari Hivatalban egyedülálló módon olvastatunk a zeneiparról. Minden zeneipari képzésünket és azok előadá-



sait magyar és angol nyelvű és csak nálunk elérhető, magyarra fordított külföldi szakirodalmakkal, kötelező és ajánlott olvasmányokkal támasztjuk alá, segítve ezzel a hallgatók alaposabb, teljes körű tájékozódását. Az angol és amerikai zeneipari képzések elvárásait is figyelembe vevő, azok olvasmánylistáinak mentén összeállított kötelező és ajánlott irodalmak használatával tanítunk. Ehhez az iskolánkban zeneipari könyvtár is működik, amelynek kötetei csak nálunk hozzáférhetőek Magyarországon.

Egy olyan iskola megteremtése a célunk, amelynek végzett szakemberei magasan kvalifikáltak; már a kurzus befejeztével, azaz pályakezdésük idején rendelkeznek gyakorlattal, ismerik a hazai és a nemzetközi zeneipari fórumokat, folyamatokat és főbb szereplőket, olvasták a zeneipari alapirodalmakat, és a nálunk is finomított szakmai igényességüknek köszönhetően folyamatosan figyelemmel követik az új zeneipari cikkeket, könyveket, tanulmányokat és történeteket.

Olyan iskolát, ahova rendszeresen járnak oktatni és előadni világhírű zeneipari szakemberek, és amelynek bizonyos képzéseire már a hazai zeneiparban dolgozó szakembereknek sem derogál beiratkozni.

A Zeneipari Hivatal egy öt éves álom megvalósulása. A Zeneipari Hivatal alapítója, Morcz Fruzsina Londonban, a világ egyik legjelentősebb zeneipari diplomáját adó University of Westminster Music Business Management szakán végzett. Gyakorló zeneipari oktató, zenei szervező, a Birmingham City University zeneipari doktori programjának hallgatója.

A kurzusokról részletesebb tájékoztató a www.zeneiparihivatal.hu oldalon található. E-mail: info@zeneiparihivatal.hu

A házban

Megölnek egy tollvonással

Az amerikai „tutibiztos” filmek mellett be-becsúszik egy európai alkotás is a magyar mozik kínálatába. Ilyen a thrillernek nevezett francia film, A házban is. François Ozon műve nem véres ellenségekkel, hanem mindennapi emberekkel borzongat, azt bizonyítva: sosem tudhatod, kit engedsz be a házádba...

Az irodalomtanár Germain (Fabrice Luchini) nagy lelkesedéssel veszi pártfogásába egyetlen tehetségesnek tűnő diákját, Claude-ot (Ernst Umhauer). Nem törődik annak etikai oldalával, hogy a fiú egyik osztálytársának családjáról ír, méghozzá első kézből: beférkőzik Artole-ék életébe, hogy aztán tapasztalatait Germain útmutatása révén a tökéletes regénnyé formálja. A fiú ügyesen manipulálja a körülötte lévőket – az Artole-családból szereplőket gyűr, Germaint pedig lelkes rajongójává teszi. Közben pedig, jó íróhoz méltóan, el-

bizonytalanítja olvasóját: nem lehet tudni, mire megy ki a történet, ahogy azt sem, mennyi történik meg a valóságban abból, amit ír. Egy dolog biztos – tragédia felé tart a cselekmény.

Ozon története egyrészt az alapvető írói dilemmákat jeleníti meg: kiről szóljon a regény, honnan nyerjen ihletet az író, mennyire ragaszkodik a valósághoz, és hogyan építse fel az egészet? Mindenekelőtt azonban – mi az a határ, amit az író már nem léphet át? Másrészt pedig thriller, mely a manipuláció, a hátsó szándékok bemutatásával, na

meg a mosolygás közben is ijesztő Umhauerrel borzongat. A végső csattanó pedig, ha nem is hangos, de üt.

Ami engem kifejezetten megfogott a narratívában, az, ahogy a történetmesélést képileg megjelenítette. Kezdetben élesen elvállal a Germain- és az Artole-szál, azonban ahogy egyre jobban elbizonytalanodik a családi történet valósága, az irodalomtanár is megjelenik az elbeszélésben – testileg, mégis szimbolikusan. Egyrészt jelképezi a lelkes befogadót, másrészt pedig a részleteket kifogásoló mentort, aki tanácsaival bizonyos fokon befolyásolja a mese alakulását.

A házban tehát nem véres, pszichopata gyilkosos thriller (inkább csak részben pszichopata), valahogyan mégis beleeszi magát a gondolataiba. Az írás iránt érdeklődőknek pedig külön nyenyecség!

Hargitai Ági

Halálhegy – A Dyatlov-rejtély

Hegymászás kamerákkal

A francia A házban mellett az angol Halálhegy – A Dyatlov-rejtély című thrillert is vetítik a hónapban. A rejtély maga kissé elcsépelet – a végkifejlet azonban mindenért kárpótol.

Kilenc hegymászó halt meg 1959-ben az oroszországi Halálhegyen. Haláluk oka máig tisztázatlan, a szovjet kormány ráadásul éveken keresztül rejtgette az ezzel kapcsolatos és azóta hiányosan feltárt dokumentumokat. Érthetetlen belső sérülések, hiányzó nyelv, radioaktív sugárzás – ezek a titkok foglalkoztatják A Dyatlov-rejtély főhősnőjét, Hollyt. Az egyetemista lány dokumentumfilmet szeretne forgatni a Halálhegyen barátaival, megmutatva, merre járt, miket tapasztalhatott a kilenc hegymászó. A fiatalok természetesen eléggé hasonló tapasztalatokat szereznek...

A Halálhegy, mint cselekménye is mutatja,

alapvetően nem újítja meg a thriller zsánereit, sőt, maga a rejtély meglepően sablonos, nem egyszer előltek már, ráadásul egy logikai hibát is eredményez. A filmet mégis ajánlanám, egyrészt, mert igaz történeten alapul: a Dyatlov-rejtélyt azóta sem sikerült feltárni, bár különböző alternatív megoldásokat találtak ki az esettel kapcsolatban. Másrészt, mert a végkifejlete jól felépített (már a film elején vannak előreutaló jelek, fontos momentumok, amiknek szerepe lesz a végén), a csattanó kellőképpen ütős, és nem követi a műfajra amúgy jellemző karaktersorsbeli kliséket. A film történetéből adódóan a Blair Witch Projectre hajaz kamerakezelési megoldá-



sok terén: az eseményeket a csapat rögzíti profi és kevésbé profi kamerákkal. Ezt gyakran ki is aknázzák a Dyatlov-rejtély készítői: a feszültség fokozására, a valóság megteremtésére alkalmas, akár csak elődjei esetében, ráadásul, ha erre lehetőség van, a történetben szereplő fiatalok is kihasználják, hogy kamera van a kezükben, nem csak visítva futnak a vakvilágba.

A Halálhegy tehát nem nyújt alapvetően új élményeket a thriller keretein belül, egyszer mégis érdemes megnézni. Hadd üssön az a csattanó...

Hargitai Ági

A fajok eredete

Evolúciós dráma a Szkéné Színházban

Tényleg annyit változott az emberiség az elmúlt hatmillió évben? Vagy menjünk még messzebb: a csirkék szintjén egyáltalán túléltünk már? Volt értelme az egyedfejlődésnek? Ezekre a kérdésekre keresi a választ a Szkéné Színház Fajok eredete című drámája.



A hajléktalanok és az ősemberek nem is különböznek egymástól jelentősen; kelleme forgatni egy filmet, melyből kiderül, hogyha ma is csak itt tartunk, akkor az evolúció nem vezetett sehova. Zoltán (Mucsi Zoltán), az avantgárd filmrendező meg is írja a forgatókönyvet – mivel előző film-

jét csak egyetlen éjszaka vetítették a Duna TV-n, ő lepődik meg a legjobban, mikor a producer (Scherer Péter) többszázszáz nézőszámot ígér. Na igen, de mint kiderül, ezek a nézők nem emberek, hanem egy csirketelep unatkozó lakói. Zoltán először visszakozik, de hosszas rábeszélés után mégis vállalja a feladatot, s a telep börtönviselt gondozójának segítségével (akit Thuróczy Szabolcs alakít) hamarosan neki is állnak forgatni. Ahogy halad előre a történet, a két cselekményszál, a hahnázásból élő három hajléktalan és a róluk forgató filmes trió története egyre inkább egybe-
mosódik: a közönség egy idő után már

nem tudja eldönteni, kiket is néz éppen, mint ahogy azt sem, hogy sírjon-e vagy nevéssen.

A Dömötör Tamás rendezte Tasnádi István darab úgy szórakoztat, hogy közben elgondolkodásra késztet. Legalábbis a koncepció valószínűleg ez volt: valójában az előbbi olyan jól sikerült, hogy az utóbbi rovására ment. A nézők jót nevettek, aztán hazamentek; internetes írásokból kiderül, hogy még egyes kritikusok sem értették meg a darabot (például azt sem, hogy a cselekmény nem egy, hanem két szálon fut). Mindez csak megerősíti az egyik interaktív jelenet igazságát: tulajdonképpen mi vagyunk azok a bizonyos telepi csirkék. Pedig a szöveg jó, a díszlet és a színészek nem különben. A hiba valószínűleg a mi készülékünkben van.

Az evolúció bukásáról szóló darabot legközelebb március 26-án és április 16-án mutatják be a Szkéné Színházban.

Illés Szofi

Csehov: Чайка Kérhetem a kabátját?

A Nemzeti eddig is „jó volt Csehovból”, az Andrei Șerban rendezte Három nővér évek óta töretlen népszerűségnek örvend. Alföldi Róbert ezúttal a Sirályt vitte színre, nem kevesebb sikerrel. Még a kabátod is az (újra)feldolgozott, egyedi, humoros darab része lesz!

Aki gimnáziumi éveiből csak halványan emlékszik a kötelező Sirályra, vagy netalán kifejezetten rossz élményei fűződnek a drámához, azt megnyugtathatom: ez más. Ez más és megéri. A Nemzeti „új értelmet ad” szlogenjét sok darabban megtapasztalhatja a közönség, ez alól pedig a Sirály sem jelent kivételt.

Alföldi rendezése ezúttal már a néző darabkezdesi berögződéseit is újraalkotja. A színházba belépve, a jegyszedők kedves mosollyal tájékoztatnak, hogy a kabátokat majd az előadás előtt adhatjuk le. Nemi

csodálkozást követve kezd (új) értelmet nyerni az előbbi mondat: a ruhatárban senki nem vár kabátért nyújtott kezekkel... A színpadon azonban már ott vannak a szereplők: bilétával, kedves szóval. Itt ma a színészek a ruhatárosok szerepét is magukra öltötték, a nézők kabátjai pedig díszletként állnak össze! Egészen új és szokatlan dolog, de mindenképp érdemes a részévé válni.

Arkagyina (Básti Juli), az ünnepelt színésznő, bátyja vidéki birtokára érkezik pihenni. Magával viszi a szeretőjét is, Trigorint (Földi

Ádám), a fiatal író. A birtokon él még Arkagyina rendező fia, Trepljov (Farkas Dénes) is, és szerelme, Nyina (Tompos Kátya). Nyina hamar beleszeret Trigorinba, ami rövid időn belül bonyodalmakhoz is vezet. Szerelmek, csalódások, valamint megannyi humor. Olykor fanyar és abszurd, és mindenképpen elgondolkodtató. Stúdió-színpados előadás lévén az első sorban ülők különösen közel kerülhetnek a színészekhez: közvetlenül előttük, köztük játszanak. Kiemelni nehéz lenne bárkit is, mindenki remekül hozza a szerepét, bár Básti Juli alakítása túltesz a többiekén.

Ajánlom ezt a darabot minden olyan nézőnek, aki még ki szeretné élvezni az Alföldi-érát, valamint azoknak is, aki eddig lemaradt volna róla. A legutóbbi jegyvásárlás nyitása után a Sirályra percek alatt elkelt minden jegy, így igen fűgének kell lennetek, ha szeretnétek megnézni ezt a remek előadást!

Szőnyi Andris

Hogyan kulturálódj olcsón?

Ha a szűk pénztárca az utadban áll...

Minden színház próbálja népszerűsíteni repertoárját, különleges előadásait, azonban gyakran nem kapnak kellő figyelmet az előadásokra szóló kedvezmények. Cikkemben összefoglaltam nektek a legjobb árakat. A klasszikus műfajtól indulva a posztmodernig, a zenéstől a prózán át a mozgásszínházig megtalálhatod a kedvedre való műsort, és még a zsebed sem ürül ki!

A Nemzeti Színházban érvényes diákigazolvánnyal 10%-kal olcsóbb jegyet vásárolhatunk, a Nemzeti 11 akció keretén belül pedig minden hónap 11-én 20% kedvezménnyel árulják a jegyeket egész nap a meghirdetett saját előadásaiakra. 20%-kal olcsóbban vehetik meg jegyeiket a különböző megyékből érkezők is. Az akcióban szereplő megyék havi eloszlását a színház honlapján pontosan lehet követni. A Katona József Színház jegyeit 200 forint-
os online kedvezménnyel vehetjük meg,

ha a weboldalukat használjuk. Számunkra kedvező még az állójegy, mely bizonyos előadásokra 1000, másokra 800 forint. Diákoknak 25% kedvezményt biztosítanak, és 50%-kal olcsóbban lehet a megmaradt jegyeket megvenni az előadás kezdete előtt egy órával.

Meglepő, hogy a Magyar Állami Operaház – 2011-es árait megtartva – 500, 1200, 4000 forintos jegyekkel áll rendelkezésünkre, bár sajnos a hang és látvány sem olyan, mint a jobb kategóriás helyeken.

A József Attila Színházban a diákok 20% kedvezményt kaphatnak, de a kevésbé elegáns módszer, a pótszék is rendelkezésünkre áll 1000 forintért.

Akik az alternatív színházat kedvelik, azoknak a Trafó 5% kedvezményt ad internetes jegyvásárlás esetén, továbbá 20% kedvezmény jár diákoknak vagy 10% a ferencvárosi (IX. kerület) lakosoknak. A netes és diákkedvezmény ebben az esetben összevonható.

A Vigszínház is kedvez a diákoknak: 50%-os kedvezményt ad a karzatra szóló jegyekre.

Érdemes a bérletek között is szétnézni, a Bárka Színházban vagy a Vígben, ha szívesen ragaszkodunk egy színházhoz.

Kedves bölcsészek, jön a tavasz! Kultúrára fel!

Petrás Hanna

Nagypapák akció után

Fisher Stevens: Született gengszterek

Al Pacino orosz prostit dőnget, vérnyomáscsökkentőt szippant, és csak úgy félvállról, pocakosan gengszterkedik. De a film mégis akkor szól nagyot, ha Christopher Walkennel és Alan Arkinnel csak ülnek az ebédlőasztalnál, és nosztalgizva steak zabálnak.



A Született gengszterek a „nagypapák akcióban” féle alszárner terepén próbál újat mondani azzal, hogy arrébb helyezi a hangsúlyokat: míg a Stallone- vagy

Schwarzenegger-féle matuzsálem hősök újramelegített akciófilmjeiben az volt a lényeg, hogy a pofon idős korban még nagyobb csattan, addig a Született gengszterek inkább elblicceli az akciót, és a lazálással, a zsörtölődéssel és az öregkori szervi bajokkal viccelődik. Persze, ha kell, Pacino is beryomja a jobbost, a koreai pénztárost ugyanazzal a svunggal üti le, mint a prostytutérszakoló gengsztereket, de sokkal viccesebb, amikor inkább Walken gyógyszereit szippantja fel a bárpultról, vagy a régi szép időről pampog egy DJ-srácnak.

De a nosztalgizálás csak addig működik, amíg a film nem próbál cselekményt szu-

szakolni két steakzabálás közé, mert akkor látszik, hogy a generációváltás Hollywoodnak nem csak a színész, de a forgatókönyvíró céhét is megviselte. Az elsőfilmes Noah Haidle szkriptje bárgyú nonszensz, tele hiteltelen, naiv és fellengzős jelennetekkel, amelyekben a lányok nem rágnak be, ha megölik az apjukat, a fitos pincérlányok simán felmennek a papperek lakására, ha az otthagyja nekik az ajtókulcsot, a zsaruk és a rosszfiúk pedig még véletlenül sem próbálnak keresztsbe tenni a bicegő, dülöngélő öregfiúknak. A lényeg persze az, hogy ez a három jópofa nagypapa olyan értékrendet képvisel, amely a mai világból kiveszett, és hogy ezt olyan sztárok közvetítik, akiknél még nem a karizom, hanem a karizma volt a siker titka.

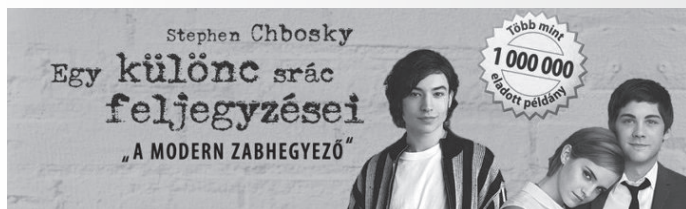
Ez működik is, Walken vagy Arkin féltucat éttermet is kibájlhat a vagyonából, mégse lesz unalmas az emésztés. De azért pár poén jöhetett volna, legalább desszertnek – ha már vígjátékot rendeltünk...

Soós Tamás

Stephen Chbosky: Egy különc srác feljegyzései

A modern Zabhegyező?

Az angol film után végre nálunk is megjelent a regény, mely egy érzékeny tizenöt éves fiú első középiskolás évét meséli el. A Zabhegyező-hasonlat talán túlzás, de az biztos, hogy a Különc srác az utóbbi idők egyik legszerethetőbb ifjúsági regénye.



„Craig azt mondta, a probléma az, hogy mindenki mindig összehasonlít mindenkit mindenkivel, és emiatt az emberek hitelenné válnak.” Ironikus, hogy bár az idézet a regényből származik, a Különc srác is áldozatul esett ennek a jelenségnek – a borító közepén nagy betűkkel írta: a modern Zabhegyező. Na már most, a modern jelző nem igazán indokolt, hiszen a regény tizenhárom év késéssel érkezett meg Magyarországra, maga a történet pedig még

ennél is régebben, a kilencvenes évek elején játszódik – akkor, mikor a Nirvana még újdonságnak számított, a fiatalok pedig másolt magnókazettákat hallgattak. Ez a kor a mai tinikhez szinte semmivel nincs közelebb, mint Holden Caulfield világa. De nem csak ezért sántít a hasonlat: a regény színvonalában is elmarad a Salinger-klasszikus mögött.

A legnagyobb gyengéje, hogy túl didaktikus: minden lehetséges tinédzser-problé-

mát megpróbál belegyömöszölni egy történetbe. Olvashatunk szexről, abortuszról, nemi erőszakról, homoszexualitásról, súlyproblémákról, drogokról és persze öngyilkosságról is. A kevesebb talán több lenne, hiszen már az is nagyon sok, ami a főszereplővel, Charlieval történik. Ezen a ponton megint borul a Zabhegyező-párhuzam: Holden alapvetően átlagos srác, könnyű vele azonosulni, Charlie viszont komolyan beteg – sírógörcsei, dührohamai és hallucinációi vannak, pszichiáterhez jár és rendszeres időközönként kórházba kerül. A problémái nem a mi problémáink, inkább úgy olvasunk róla, mint egy kedves, de nagyon távoli ismerősről.

Összefoglalva: nem hiszem, hogy az Egy különc srác feljegyzései korunk kultuszregénye lenne. Csak egy olvasmányos, szerethető könyv, amely megtört néhány markáns tabutémát, és – ez talán még fontosabb – megismertet a fiatalokkal egy rakás jó könyvet és zenét. Mindez pedig egyáltalán nem kevés érdem.

Illés Szofi

Programajánló

Nemrégiben még latyakban mászkáltunk, de végre eljött a március, és visszafordíthatatlanul beköszöntött a tavasz. A téli búskomorságot felváltó napsütés és a márciusi programok is biztosan a lakás komfortzónájának elhagyására csábítanak majd.

- **Március 16.** Kollektiva 6. Birthday Special a Corvintetón! A line-upban megtalálható többek között a The Magician, és itt debütál a Thomas Mark duó is.
- **Március 16.** Jampik figyelem! Rendhagyó Fenyő Miklós koncert lesz a Barba Negra Music Clubban, a koncert után pe-



dig fergetegpartyn szabadulhattok meg az energiától.

- **Március 20.** Idén is megrendezik a Macaron Napot, amelyen húsz magyar cukrászda sorakoztatja fel ezerszínű és ízű macaronjait az Akváriumban. A cukrászok délután háromtól kilencig várják az édesszájúakat. (A készlet erejéig ajándék macaront osztogatnak!)
- **Március 18-24.** 3300 Ft-ért háromfogásos menüket kóstolhatunk végig az ország legjobb éttermeiben a Diningcity Országos Étterem Hét keretén belül. Asztalfoglalás: <http://www.etteremhet.hu>

- **Március 22-június 30.** A metzenlen férfi címmel megnyílik a LENTOS Kunstmuseum Linz kiállítása a Ludwig Múzeumban. A kiállító művészek között szerepel Matthew Barney, Robert Mapplethorpe és Annie Leibovitz is.

- **Március 22-23.** ELLE Fashion Show a Millenáris Park D épületében. Francia tervezők és magyar dizájnerek mutatják be kollekcióikat filmvetítésekkel és workshopokkal kiegészítve.

- **Március 22-április 7.** A már hagyománynak számító Budapesti Tavasz Fesztiválon fellép többek között Christoph Prégardien és a Le Concert Lorrain, Patricia Petibon és a Münchener Kammerorchester, valamint Joshua Bell is.

Dóra Dalma

„Már Platini is támogat minket.”

Beszélgetés Simon Gáborral, a Kárpát-medencei Egyetemek Kupájának főszervezőjével

A jó kezdeményezések mindig utat találnak maguknak, és előbb-utóbb felfigyel rájuk a nagyközönség. Nincs ez másképp a március 21-23. között az ELTE Bogdánffy úti sportközpontjában immár negyedik alkalommal megrendezésre kerülő KEK esetében sem. Simon Gábor főszervező mesélt nekünk a rangos sportesemény kezdeteiről, az idei tervekről, és az egyre bővülő támogatói köréről is.

Ez lesz a negyedik KEK. Hogyan indult ez az esemény, kik voltak az ötletgazdák?

Nagy Gergő és én vagyunk a szervezőbizottság elnökei, és az ELTE EHÖK és az ELTE BEAC csapatával közösen a kitalálók is. 2010-ben jutott eszünkbe a rendezvény ötlete, a mintát egy erdélyi labdarúgó diákkupa adta. Ezt látva találtuk ki, hogy meghívnánk az ott játszó csapatokat, és már akkor úgy terveztük, hogy Kárpátaljáról, a Felvidékről és a Vajdaságból is érkezzenek résztvevők. Az álmunk egy nagy egyetemi Kárpát-medencei torna volt. Mi ketten kezdtük el a szervezést, akkor mindketten egyetemisták voltunk. Azóta már, bár mindketten az ELTE-n dolgozunk, az a cél, hogy minél több fiatal is bevonjunk a szervezésbe, hogy majd tovább tudják vinni a kezdeményezésünket. A szervezésnek aktív résztvevői még Sajben Marcell, az egyetemi bajnokságok szervezője, Pálffy László, az ÁJK sportosa, és Tabi Norbert, az ELTE Online újságírója is.

Kik a meghívottak? Milyen a fogadtatás a csapatok részéről?

Szerencsére elég jó helyzetben vagyunk, az az igazság, hogy most már olyan sok a jelentkező, hogy nekünk kell meghúzni a határokat. Budapest kissé alul is van reprezentálva. Külföldről jön majd hozzánk Erdélyből 4-5 csapat, érkeznek az Újvidéki Egyetemről, a vajdasági Magyar Tannyel-

vű Tanítóképző Karról, a felvidéki Selye János Egyetemről, és a beregszászi II. Rákóczi Ferenc Kárpátaljai Magyar Főiskoláról. Ezen kívül természetesen fővárosi és vidéki magyar felsőoktatási intézmények is képviseltetik magukat, Nyíregyházától egészen Szombathelyig. Sajnos valahol tényleg nekünk kell megszabni a határokat. Ugyanakkor komoly célunk az, hogy mindenki elég játéklehetőséget kapjon, tehát ne három csoportmeccs, nettó 60 perc után kelljen búcsúzni, emiatt vannak alsó ágak is, ott is rendezünk meccseket a lejjebb csúszó csapatoknak.

Mekkora munka a szervezés? Mikor kezdtétek?

A Kupa március végén lesz, lassan kezdünk már a finisbe érni. Sok esemény kapcsán vannak olyan, kissé nagyképű nyilatkozatok, hogy amint vége az egyiknek, másnap indul a következő szervezése. Ez azért nálunk nem így van, mi november-december körül kezdjük el az alapokat, időpont egyeztetéseket, foglaltságokat.

Hogyan fejlődött, miben változott a KEK az évek során?

A legnagyobb változás, hogy kiterjesztettük a sportágakat. Az elsőn csak futball volt, a másodikon már cheerleader bajnokság is, ez nagyon kedvező fogadtatásra talált. Legutóbb bejött a női röplabda és egy aerobics verseny is, ez utóbbi idén ki-

marad. Szervezés terén szeretnénk még előrelépni abban, hogy az ide érkező csapatoknak nagyobb segítséget tudjunk nyújtani a szállást, ellátást, utazást illetően. Ennek megvalósulására nagy esély van, az évek során sikerült nagynevű támogatókra szert tenni, például Michel Platini és az UEFA támogatott minket labdákkal, de partnerünk a Magyar Egyetemi-Főiskolai Sportszövetség, az EFOTT és az ELTE SPORT Kft. is. Igyekszünk a kísérőrendezvényeket, esti bulikat is jól megszervezni. Most például a Magyarország-Románia válogatott meccs épp a Kupa idején lesz, és mi is készülünk egy nagyobb közös meccsnézésre. Van még egy nagyon fontos dolog, amire büszkék vagyunk, ez alkalommal a beregszászi mellett a tiszakeresztesi magyar általános iskola megsegítésére szervezünk egy nagyobb gyűjtést, a részt vevő csapatok sportszereket, mezeket, labdákat adhatnak, mi pedig eljuttatjuk az iskolának.

Mennyire presztízs kérdés megnyerni a Kupát? Valódi, hajtós meccsek vannak, vagy inkább gála-jellegű az egész?

Ez elég elcsépeelt szöveg, de mi tényleg azt gondoljuk, hogy a részvétel a legfontosabb. Az, hogy jöjünk össze, töltsünk együtt egy hétvégét, ismerjük meg egymást, építsük a kapcsolatokat, és hogy erősítsük az együttműködést e között az öt ország között. De ez azért szerencsére csak az egyik fele a dolognak, hiszen minden csapat úgy gondolkodik, hogy ha már elutazott ideig, akkor igenis győzni szeretne. A tavalyi mezőny már nagyon erős volt, nincs nagyon megkötés, tehát a teljesen amatőrtől a román NB1-es játékosig mindenki pályára léphet nálunk. Ez meglepő módon azért nem teszi borítékolhatóvá a végső eredményt, a győzelemért a román profiknak is minden alkalommal meg kell izzadniuk.

Szőke Dani

Teljesítménytúrák

Az első tíz kilométer után már menni fog!

A teljesítménytúra fogalma sokáig a maratoni futással szerepelt egy lapon a fejemben, kiegészítve egy gúnyosan mosolygó smiley-val, hogy ez nekem úgysem menne. Aztán egy március 15-én elmentem életem első 20 km-es túrájára.

A teljesítménytúrában talán a teljesítmény szó lehet az, amely sok embert elrettenthet a feladattól, pedig nem takar mást, mint a célt, hogy adott időn belül végigmenj egy előre kijelölt útvonalon. Ez néhány kilométertől akár több tíz kilométerig is terjedhet, és a futóversenyekhez hasonlóan akár több különböző táv megtételére is lehetőség van egy adott túrán belül. Így mindenki edzettsége, erőnléte, vagy akár az időjárás alapján dönthet, mennyi időt szeretne a szabadban tölteni.

A természet, a friss levegőn való séta adja a teljesítménytúra élményét. Útvonalukat általában úgy tervezik, hogy az adott táj-

egység legszebb tájain vezessen át, de nem feltétlenül az ismert helyeken. Ezáltal olyan rejtett szépségeket is felfedezhetsz, amelyekről nem is tudtál – például kiderülhet, hogy egy fák által eltakart tisztásról nyílik Budapest legszebb panorámája!

Az élményt átélheted egyedül, de akár csapatban is indulhatsz. Ha többen vagytok, könnyebb lesz motiválni egymást, és legalább mindig lesz valaki, aki csoportképet készíthet az egyes állomásokon. Randinak és párterápiának sem utolsó egy ilyen túra, hiszen 10-20 kilométernyi gyaloglás több óras elfoglaltságot jelent, és bármennyire is élvezitek az erdő csend-

jét, egy idő után elkezdtek majd beszélgetni. A megszokott környezettől eltérő helyen pedig olyan dolgokat is megtudhatsz a másiktól, amelyekről lehet, hogy korábban sosem beszélgettetek.

A rendszeres teljesítménytúrázás ráadásul a kitartást és az önismeretet is fejleszti, mert ha nem futsz naponta félmaratonokat, bizony le kell majd győznöd saját magadat is – de ne add fel, ha az első tíz kilométer megvan, a többi már menni fog! Ezt bizonyítja majd az emléklap és a kitűző is, amelyet hazavihetsz emléke a túra végén.

Ha megjött a kedved a teljesítménytúrákhoz, a <http://www.teljesitmenyturazoktarsasaga.hu/naptar> oldalon megtalálhatod a következő évre tervezett túrákat.

Varga Judit

Kedves hallgatótársak!

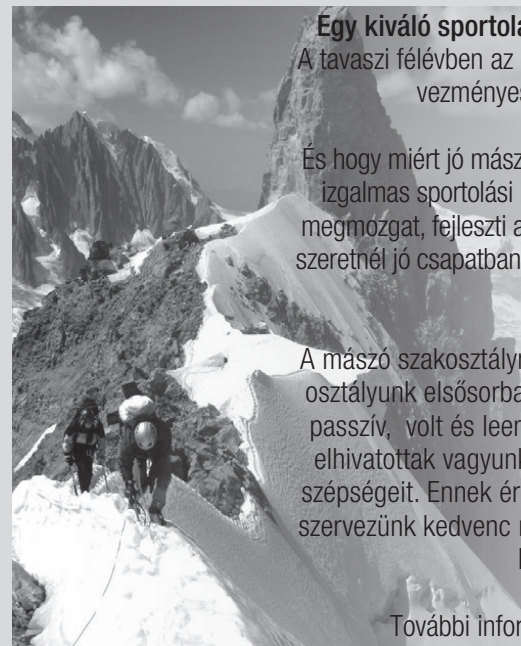
Egy kiváló sportolási lehetőségre hívnánk fel a figyelmeteket!

A tavaszi félévben az egyetemünkhöz közeli profi mászóteremben kedvezményes falmászó edzésekre jelentkezhetek.

És hogy miért jó mászni mindamellett, hogy kiváló kikapcsolódás és egy izgalmas sportolási lehetőség? A mászás voltaképpen minden izmot megmozgat, fejleszti a fizikai állóképességed és egyensúlyérzékedet. Ha szeretnél jó csapatban megfelelően sportos időtöltést magadnak szabadidőben, nálunk a helyed!

A mászó szakosztályról a következőket érdemes tudni: „Mászó szakosztályunk elsősorban a budapesti egyetemek és főiskolák (aktív és passzív, volt és leendő) sportos hallgatóinak körében népszerű, de elhivatottak vagyunk minden korosztállyal megismertetni sportunk szépségeit. Ennek érdekében változatos tanfolyamokat és edzéseket szervezünk kedvenc mászóhelyeinkre (mászótermekbe, sziklafalakra, hegyekre és barlangokba).”

További információk a maszoszakosztaly.hu címen.



Bemutatkozik a Nagytestvér Mentorprogram

A Nap Klub Alapítvány 1992 óta tevékenykedik a Józsefvárosban, célja a hátrányos helyzetű fiatalok segítése. Fél éve kísérleti jelleggel elindítottak egy mentorprogramot is, amelybe fiatal felnőttek, egyetemisták bevonását is tervezik. A kezdetekről és a mentorprogram működéséről kérdeztem Baisánszki Zsanettet, az alapítvány önkéntesét.

Mi a program célja? Mennyiben egyedülálló a kezdeményezés, léteznek hasonló programok?

A Nagytestvér Mentorprogram célját igyekeztünk egyetlen mondatban meghatározni: távlatos modellnyújtás mentoráltjai számára és személyiségfejlődésük támogatása, személyes viszony kialakítása a mentor-mentorált párok között. Azok a gyerekek, akik részt vesznek a programban, sokszor kevés figyelmet kapnak, és nincs előttük példakép, aki pozitív mintát adna nekik. Nem ismernek fiatal felnőtteket, akik egyetemre járnak, szeretnek olvasni, érdeklik őket a művészetek, a tudományok, és látják értelmét a továbbtanulásnak. Egy mentor olyan életbe nyújt betekintést, amelyből ők ki vannak zárva. A Nap Klub Alapítvány egyik legfontosabb ügyének a gyermek- és ifjúságvédelmi prevenciót tartja.

A mentorálás egy világszerte jól működő gyakorlat, a Big Brothers Big Sisters of America egy körülbelül száz éve létező szervezet, Magyarországon pedig nemrég a szegedi Hallgatói Mentorprogram fogott egy hasonló, sikeresen működő vállalkozásba. Személyes tapasztalatunk, hogy ez a legjobb módja a gyerekek megszólításának. Fél éve fut a Nagytestvér „próbaverziója” két mentorral és mentorálttal.

Miért láttátok szükségét egy ilyen program elindításának?

Múlt szeptemberre a péntek délutáni Játószóházban csak két gyerek maradt. Ez a program eredetileg tíz-tizenöt főre volt tervezve, csoportfoglalkozásokkal, csapatjátékokkal. A létszámihiány miatt azonban

egészen más jelleget öltött. A két kisgyerekekkel sokkal személyesebb viszonyunk alakult ki, többet megtudtunk róluk, a családjukról és a körülményeiről. Egyre jobban kötődni kezdtek hozzánk, megbíztak bennünk, beavattak a problémáikba. Kezdtük úgy érezni, hogy sokkal jobban tudjuk őket segíteni, ha a heti egy alkalommal, amikor találkozunk, csak rájuk figyelünk ahelyett, hogy több gyerek között kellene megosztanunk a figyelmünket. Közben ők is megismertek minket, kérdezgettek az életünkről, az egyetemről, és egy idő után úgy tekintettek ránk, mint ahogy a nagy testvérekre szokás. Egyenrangú félként kezeltük őket, ők pedig felnéztek ránk. A szakirodalomból tudtuk meg, hogy nagyjából ezt jelenti a mentorálás.

Mi lesz a mentorok feladata?

A programban részt vevő gyerekek rendszeresen eljárnak a péntek délutáni Játószóházba. Ez a mentoroknak nem kötelező, de csatlakozhatnak. A nagy testvérek legfontosabb feladata, hogy hetente minimum egy alkalommal a Nap Klub Leonardo da Vinci utcai épületében találkozzanak mentoráltjukkal. Itt sor kerülhet korrepetálásra, játékra, beszélgetésre. A mentoroknak ezen kívül csupán egyetlen kötelezettségük van, eljönni az eleinte kéthetente, később pedig havonta megrendezett kezesztal-beszélgetésekre, ahol elsősorban a felmerült problémák megbeszélése, megoldása zajlik, a mentorok tanácsokat, ötleteket adhatnak egymásnak.

Kiknek lehet előnyös a programban való részvétel?

A mentorkodást elsősorban a leendő pedagógusoknak ajánljuk, mivel a képzésük kevés gyakorlati tapasztalatot nyújt. Az egyetemi évek alatt alig találkoznak gyerekekkel, és velük is gyakorlóiskolákban, ahol ritkán fordulnak elő hátrányos helyzetű tanulók. Így nem csoda, ha félelmetes számukra az első munkahely gondolata, vagy ha az első tanítási évük meglepetésekkel szolgál. Ezen felül a BA képzés alatt kötelező tízkredites pedagógia-pszichológia modul egyes kurzusait is kiválthatják önkénteskedéssel.

A mentorkodás, és általában az önkénteskedés mindenkinek hasznos lehet, életpasztaztalatot és szélesebb perspektívát ad, és az önéletrajzban, felvételin vagy állásinterjún is előnyt jelenthet.

A Nap Klub egy olyan rendszert igyekszik kidolgozni, melyben a mentorok a plusz tevékenységekért pontokat kapnak, és ezeket akkreditált képzésekre (kommunikáció, konfliktuskezelés, mediálás, stb.) válthatják be partnerszervezeteinknél. Ez működő gyakorlat Nyugat-Európában a civil szervezeteknél, és reményeink szerint nálunk is motiváló lesz az ingyenes képzések lehetősége.

A számos gyakorlati haszon mellett a mentorkodás nagyszerű élmény, szórakoztató és hálás feladat. Olyan kapcsolat kialakítására ad lehetőséget, amelyben spontán módon csak kevés szerencsésnek lehet része.

Hogyan lehet jelentkezni a programba?

Az önéletrajzokat és motivációs leveleket a nagytestverprogram@gmail.com e-mail címre várjuk. A motivációs levélben érdemes leírni, hogy miért szeretne mentor lenni, van-e valamilyen tapasztalata gyerekekkel, önkénteskedett-e már korábban, van-e olyan hobbi (sport, zene, művészet, stb.), amely hasznos lehet a programban.

<http://www.facebook.com/napklub>

<http://nagytestverprogram.wordpress.com/>

Varga Judit

SPORT. HAGYOMÁNY. ÉLMÉNY

Dunai Regatta



Szállj be Te is!

2013. május 9.



Antall József
Tudásközpont

A sárkányhajó versenyre jelentkezhetsz:

www.facebook.com/dunairegatta



Jelentkezési határidő: március 8.

BCE

BME

ELTE

SOTE

Győri
SLE

Szegedi
SZTE