

BORSOD-ABAÚJ-ZEMPLÉN, HEVES, NÓGRÁD MEGYE

KÖZMAG

XIII. ÉVFOLYAM — 5. LAPSZÁM

KOZMAG.HU — INGYENES — FREE

CSUPA KEDVESSÉG:

ÖRDÖG NORA

TOPLISTÁN:

ORSOVAI RENI

KAMARÁS
NORBERT
ALIAS CSÓRÓ LALI



MUSIMBE DÁVID DENNIS INTERJÚ
REÁLIS KÖRKÉP DR. ZACHER GÁBORRAL

SZEKRÉNYES® FOTO OPTIKA

TÉLI AKCIÓ

-30%

Vékonyított és multifokális lencse

Készlet kisöprési akciónk!
Keresse a kereteinken az akciós matricákat!

Ez most 5 Ft
lencserendelés esetén!

Ez most 2000 Ft
lencserendelés esetén!

Ez most 5000 Ft
lencserendelés esetén!



AZ ÜZLETBEN TARTÓZKODÓKNAK
KÖTELEZŐ A MASZK HASZNÁLATA!

KÉRJÜNK 1,5 M TÁVOLSÁG TARTÁST
A BENT TARTÓZKODÓKHOZ KÉPES!

VERBÁLIS ÉS KÖRÖKT PARTNER
HŐMÉRŐVEL MÉRÉS
ÉS KÉZTÖLTÖNTÉS!

AZ AJÁNLAT 2020. november 1. és 2021. január 31. között ÉRVÉNYES.

Az akció más kedvezménnyel össze nem vonható. AZ AKCIÓ RÉSZLETEIRŐL ÉRDEKLŐDJÖN AZ ÜZLETBEN!

3200 Gyöngyös, Szent Bertalan utca 2. Tel.: (37) 780-168 ; Mobil: +36 70/678-0533

3200 Gyöngyös, Jókai utca 11. Tel./Fax: (37) 500-353 ; Mobil: +36 20/335-0675

3000 Hatvan, Horváth Mihály út 17. Tel./fax: (37) 302-353 ; Mobil: +36 20/3381196

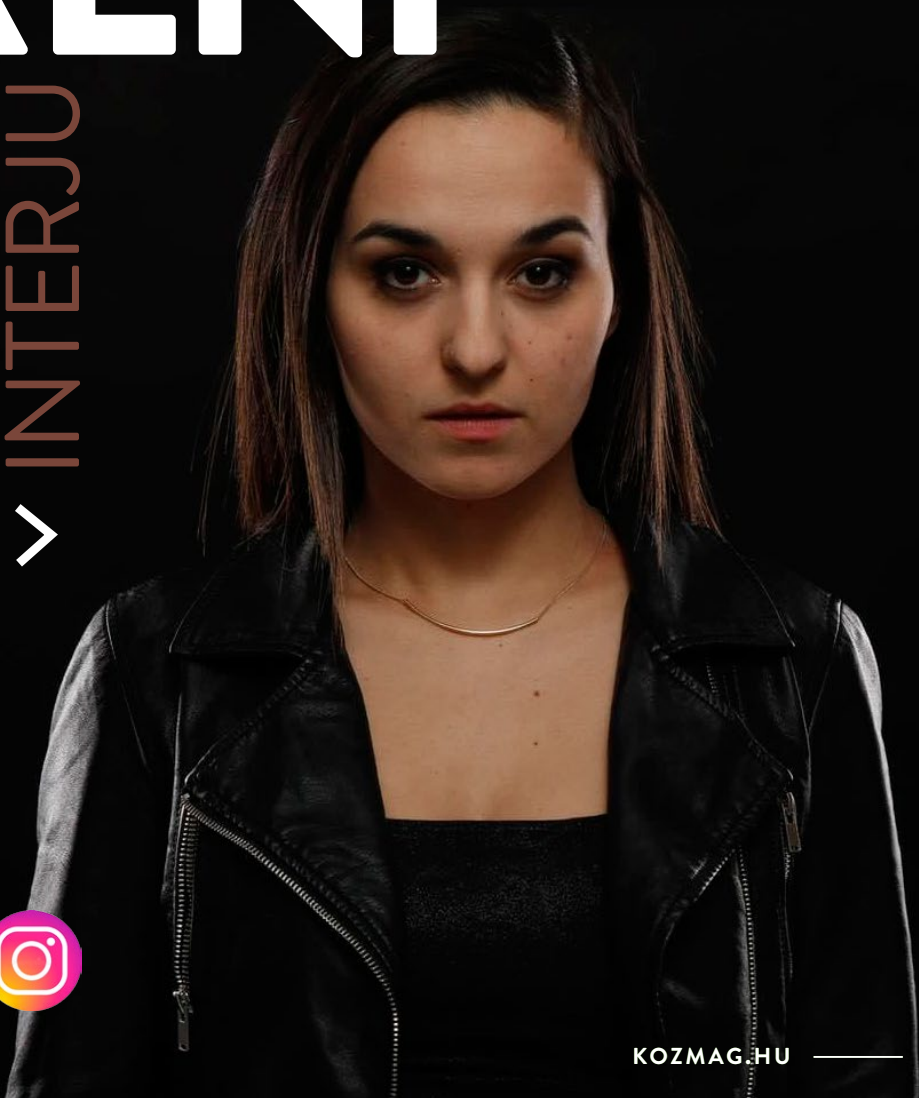
3100 Salgótarján, Erzsébet tér 7. Tel.: (32) 422-450 ; Mobil: +36 20/3383089

www.szekrenyes-foto.hu



ORSOVAI RENI

INTERJÚ



➤ Hova jártál középiskolába, milyen tanuló-
nak számítottál? Volt kedvenc tantárgyad?

Reni: A Hang-Szín-Tér Művészeti Iskolába
jártam Bodajkra. Tulajdonképpen nagyon
jó tanulónak számítottam. Gyakorlatilag
majdnem kitűnő voltam a 4 év alatt, az éret-
tségimét is beleszámítva, csak a matekom
lett négyes. A kedvenceim természetesen
a zenei órák voltak, az ének órák, a szolfézs
órák, zenekari gyakorlat.

Mikor és hogyan került az életedbe a zene?
Vannak a felmenőid között olyanok, akik
szintén ezzel foglalkoztak?

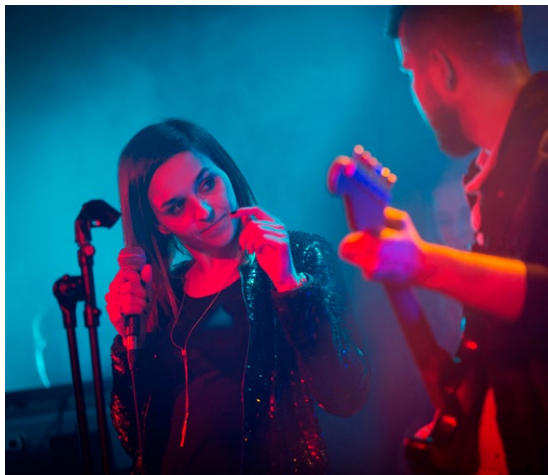
Reni: Gyakorlatilag eleve elrendelt volt,
hogy a művészet valamilyen formában jelen
lesz az életemben. Anyukámnak nagyon jó
hangja van, szerepelt és táncolt színházban,
apukám több hangszerezen játszik és énekel.
6 évesen már zongoratanárhoz, egy évvel
később ének-zenei általános iskolába jártam.

Van példaképed, akire felnézel, ihletet ad a
mindennapokban, munkásságodban?

Reni: Nagyon sok ember ad ihletet, és sokra
felnézek, nehéz lenne kiemelni egyet.
A szüleim, az összes zenetanárom aki
valaha tanított és a kedvenc előadóim és
zenekaraim is mind ilyenek. Ha csak párat
említenem kéne, Stevie Wonder, Sting,
Christina Aguilera, Amy Winehouse, az
LGT, a Hungária mind nagy hatással voltak
rám. De rengeteg mai zenében tudok olyat
találni ami inspirációt ad.

Babonás vagy? Van valami felkészülési
„rituáléd”, ami elengedhetetlen neked
a fellépések előtt?

Reni: Nem igazán vagyok babonás, különö-
sebb rituálém sincs, a zenekarokkal amiben
énekelek mindig hatalmas pacsihegyeket
adunk egymásnak, hogy egy kicsit felspan-
oljuk magunkat a koncertre, ezeket nagyon
szeretem, és megpróbálom kiadni minden
energiámat egy koncert során.



Melyik művedre vagy a legbüszkébb?

Reni: Kedvenc művemet is nagyon nehéz ki-
emelni. Általában mindig a legfrissebbet sze-
retem a legjobban. Denizzel közös számunk,
a “Másként látom” hozta meg az első olyan
élményt, amikor egy álmom valósult meg, és
a koncerten az egész közönség üvöltötte a
számot, el is csuklott a hangom, elsírtam ma-
gam a színpadon. Olyan energiák voltak ott,
amit nehéz szavakkal leírni. Nyilvánvalóan
Rácz Gergővel a Mostantól elképesztő rekor-
dokat döntött, imádják az emberek és nagyon
büszke vagyok, hogy én énekelhetem ezt a
számot. A Nenével a Későre jár c. számunkra
is rendkívül büszke vagyok, ez volt az első
saját dalunk amit a Petőfi rádió rotációban
játszott, sőt még vezette is egy ideig a listát.

Ha nem az énekléssel, dalszerzéssel
töltenéd a mindennapjaid, mi lenne a
foglalkozásod? Van olyan munka, amit
egyáltalán nem tudsz magadnak
elképzelni?

Reni: Nagyon érdekel az emberi elme,
szerintem ha nem énekes lennék, biztosan
pszichológusnak vagy pszichiáternek álltam
volna, szeretnék segíteni az embereken, bár a
zenémrel is valamilyen szinten ezt szeret-
ném elérni. Amit biztosan nem csinálnék:
pilóta vagy légiutas kísérő nem szívesen
lennék, rendkívül félek a repüléstől. :) ➤



Legyen szó általános iskoláról, középiskoláról, vagy éppen felsőoktatási intézményről, a Wacom digitális rajztáblák maximálisan kielégítik az oktatók és a diákok igényeit. Ahhoz pedig, hogy a digitális távoktatás minél hatékonyabb legyen, a megfelelő eszközökre van szüksége mindenkinek.

Ha Te is Wacom digitális rajztáblával szeretnél tanulni, keress minket a [szoftver.hu/elkerhetoseg](https://www.szoftver.hu/elkerhetoseg) oldalon vagy kattints a lenti gombra!

Érdekel 



- Ha a világon bárhol felléphetnél, mi lenne az a helyszín/ esemény? Miért pont ott?

Reni: Legszívesebben egy amerikai fesztiválon lépnék fel, hatalmas élmény lehet abban a hatalmas országban sok ezer ember előtt énekelni. Nagyon nagy álmom eljutni oda, reméljük egyszer majd úgy hozza az élet, hogy teljesülhet ez a vágyam.

Kivel készítenél legszívesebb közös zenét?

Reni: Ha magyar előadókat és zenészeket említhetem Presser Gáborral vagy Caramellel lenne hatalmas megtiszteltetés közös számot csinálni. Ők hatalmas kedvenceim és nagyon tisztetem a munkásságukat valamint imádom a zenéiket.

Kifogod az aranyhalat és kívánhatsz tőle hármat, akkor mi lenne az a három kívánság?

Reni: Ha kifognám az aranyhalat, a három kívánságom a következő lenne: - Legyen az egész családom egészséges, beleértve persze engem is. - Azok a barátaim akik most melletttem vannak, maradjanak velem mindig, és jó viszonyban öregedjünk majd meg. - Szeretnék egy saját kutyamenhelyet ahová minden kis ártatlan állatnak gondját viselhetem.

Mit üzensz a középiskolás olvasóinknak?

Reni: A középiskolás olvasóknak azt üzenem, hogy szeressétek egymást, ne bántsátok a másikat, mert mindenki úgy tökéletes ahogy van, akkor is ha kicsit más mint a többi. Ne vessetek, hallgassatok sok zenét és élvezzétek az életet. Én is így próbálok élni. ○

Varga Attila

www.telefonospanel.hu

Azok az emberek, akik elég örültek ahhoz, hogy azt gondolják, megtudják változtatni a világot, meg is teszik.

Rob Siltanen

A véleményeddel most valami igazán jót tehetsz!

Szerezz extra bevételt és mondd el, mit gondolsz a világ dolgairól.

Részletek a weboldalon » www.telefonospanel.hu



**TELEFONOS
PANEL**

VÁR A
WSUF

a Corvin-negyedben



Tanulj tovább 2021
szeptemberétől
nappali vagy levelező
munkarendben a

**WEKERLE SÁNDOR
ÜZLETI FŐISKOLA
ALAPKÉPZÉSEIN!**



ALAPKÉPZÉSEINK

- ✓ KERESKEDELEM ÉS MARKETING -
ANGOL NYELVEN IS!
- ✓ GAZDÁLKODÁSI ÉS MENEDZSMENT -
ANGOL NYELVEN IS!
- ✓ GAZDASÁGINFORMATIKUS
- ✓ PÉNZÜGY ÉS SZÁMVITEL
- ✓ NEMZETKÖZI GAZDÁLKODÁS
- ✓ EMBERI ERŐFORRÁSOK



VÁLASSZ MINKET, HA

- ✓ GYAKORLAT ORIENTÁLT MINŐSÉGI
OKTATÁSRA
- ✓ VERSENYKÉPES TANDÍJRA
- ✓ TÁMOGATÓ OKTATÓKRA, BARÁTSÁGOS
KÖRNYEZETRE
- ✓ INTÉZMÉNYEN BELÜLI NYELVIZSGA
LEHETŐSÉGRE
- ✓ PIACKÉPES DIPLOMÁRA, BIZTOS
KARRIERE VÁGYSZI

**CSATLAKOZZ
HOZZÁNK!**

JELENTKEZZ A **WWW.FELVI.HU HONLAPON** DECEMBER MÁSODIK FELÉTŐL!

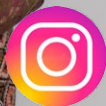
JELÖLD ELSŐ HELYEN A **WEKERLE SÁNDOR ÜZLETI FŐISKOLÁT!**

BŐVEBB INFORMÁCIÓ

WWW.WSUF.HU

ÖRDÖG NÓRA

INTERJÚ



Hova jártál középiskolába? Milyen tanulónak számítottál?

Nóri: Szegedre jártam a Radnóti Miklós Gimnáziumba. Ez egy 8 osztályos gimnáziumi osztály volt, ahova én hetedikétől egészen érettségiig jártam. Kitűnő tanuló voltam. Nagyon jó osztályközösség volt itt, komolyan vettük a dolgunkat. 8 évig voltunk együtt és a fiatalkorunk legintenzívebb időszakát töltöttük együtt. Nem volt ciki jól tanulni, nagyon szerettem a tanárimat, és az egész iskolát. Ez egy kiemelkedően jó korszaka volt az életemnek. A humán és a reál tárgyakban is egyaránt helyt álltam, de tanulmányi versenyeket tekintve inkább humán vonalon voltam jelen. Viszonylag korán kezdtem el prózamondó, szavaló versenyekre járni, Kazinczy szakkörön is jelen voltam, illetve Kazinczy érmes voltam. Anyukám fizika-matematika-számítás-

technika szakos tanárnő, így a reál vonalat hozom otthonról, ezekben a tárgyakban is jó voltam. A továbbtanulásnál éppen ezért érdekes helyzetbe kerültem. Minden érdekelt, nagyon sok dolgot szerettem és én őszinte érdeklődéssel lapozgattam át harmadikos koromban a továbbtanulási tájékoztatókönyvet. Annyit tudtam, hogy nem akarok jogász, ügyvéd vagy orvos lenni. Mivel érdekelték a nyelvek így végül egy idegenforgalmi iskolát céloztam meg, az Idegenforgalmi-szálloda szakra jártam az akkori Budapesti Gazdasági Főiskolán. Azért döntöttem a nyelvek mellett, mert azt gondoltuk a szüleimmel közösen, hogy ez egy hasznos dolog, illetve emellett az idegenforgalom, szállodaipar nagyon érdekelt. Végül az első félév volt, amit végig tanultam nappali tagozaton, ezt követően kezdtem el gyakornokként dolgozni az RTL Klubnál. >



➤ Sportoltál valamit versenyszerűen iskolás korodban?

Nóri: Igen, versenytáncoltam 10 évig. Nagyon hosszú időszaka volt az életemnek, szépen át is vezetett a kamaszkorom nehézségein. Pont emiatt gondolom, hogy nem is volt nehéz az az időszak, mert ez egy annyira kötött dolog volt, hiszen majdnem minden hétvégén versenyekre jártunk, nagyon jó közösségben voltunk, jól elfáradtunk minden egyes edzés után. Szerintem ezt a sportot nekem találták ki. Szinte mindent vissza tudok vezetni: a nőiességemet, a magassarkúban járást, kiállást mind-mind itt tanultam és kamatoztattam a tv-s munkáimban is. Összességében én a versenytáncnak nagyon sokat köszönhetek.

Hogyan csöppentél a televíziózás világába? Volt esetleg a felmenőid között más, aki ebben a szférában tevékenykedett?

Nóri: Nem volt más, aki ezzel foglalkozott volna. Ugye az iskolában jártam szavalóversenyekre és Kazinczy szakörre, majd a szakkör hozta magával, hogy először iskolai előadásokon kezdtem el konferálni, úgymond műsort vezetni. Később ez kinőtte magát egész Szegedre, és elkezdtek városi szintű rendezvényekre hívni műsort vezetni. Talán így is keveredtem oda az egyik szegedi kábeltévéhez, ahol még a gimnáziumi éveim alatt vezettem már műsort. Ez arra tökéletes volt, hogy rájöjjek ezt szívesen csinálnám az életemben. Azért nem választottam ilyen továbbtanulási irányzatot, mert nagyon kétesélyes lett volna. Vagy bejön a dolog vagy nem, erre pedig nem akartam egy életet építeni. Amikor felkerültem Budapestre, akkor kerestem a lehetőségeket, hogy hol tudnék gyakornokoskodni. Egy javaslat alapján írtam is az RTL-nek egy e-mailt, hogy lehet-e gyakornoknak jelentkezni náluk. Fél évvel később visszaírtak, hogy van üresedés és ha érdekel még a dolog, akkor szeretettel látnak. Így kerültem az RTL Klubhoz.

Hosszú és kemény munkába tartott, amíg eljutottál egy ilyen magas szintre. Van olyan személy, aki ösztönzött ebben, példaképként tekintesz rá?

Nóri: Az első pillanattól kezdve azt élveztem legjobban a televíziózásban, hogy csapatban dolgozhattam. Már amikor ott voltam a tv-nél és bekerültem ebbe a közegbe, egyértelmű volt számomra, hogy nem a műsorvezetés az elsődleges célom ott. Amikor elkezdtem gyakornokoskodni, akkor sem az volt a fontos, hogy képernyőre kerüljek, hanem hogy ott lehessenek, ott dolgozhassak. Igazából tartalmi oldalon indultam el. Szerkesztőként dolgoztam már a műsorvezetői munkám mellett párhuzamosan nagyon sokáig. Nyilván a főnökeim, akiknek dolgozhattam, látták meg bennem a lehetőséget, majd mentem el házon belül tartott válogatásokra, és így tudtam átkeveredni később a kamera másik oldalára. Ekkor már a tartalmi rész is olyannyira érdekelt mint a műsorvezetés.

Szerepeltél már a TV2 és az RTL Klub csatornáján is. Melyik volt a legjobb élményed eddigi karriered során? Mi volt a kedvenc műsorod?

Nóri: Itt azt hiszem korszakokról tudunk beszélni. Minden egyes korszaknak megvoltak a maga nagy lépései, műsorai. A Kölyökklub volt az első igazán komoly képernyős munkám. Ezt sokáig csináltam és nagyon szerettem. Nagyon fontos állomása volt ez az életemnek, egyrészt az első komoly képernyős munkám, ami hosszú ideig is tartott, másrészt pedig nagyon alaposan bele tudtam tanulni ebbe a dologba. A következő nagy lépés a Szombat esti láz volt. Itt kerültem először élő, nagy, főműsoridő showműsorba, amit évekig csináltam. Vezettem utána az X-Faktort és a Csillag Születiket is. Majd egy komoly lépés jött, amikor elhatároztam, hogy váltani fogok. Szerintem a TV2-s munkáim hozták el az olyan típusú műsorokat, ahol már nem azt éltem meg, hogy ez egy műsor, amit Ördög Nóra vezet, hanem Ördög Nóra műsora. ➤

Érdekel a biológia és a kémia?

Piacképes tudásra vágysz,
amellyel több területen is érvényesülhatsz?
Fontos a jó közösség?

Neked a Szegedi Tudományegyetem
Gyógyszerésztudományi Kara
a megfelelő választás!



Online nyílt nap: 2021. január 30.

 [sztegytk](https://www.facebook.com/sztegytk)

www.pharm.u-szeged.hu

➤ Hozzám kötöttek már műsorokat, mint pl. a Vigyázat, gyerekkel vagyok, aztán a családi utazásainkat, vlogokat az Ázsia Expressz indította el, ami egy nagyon-nagyon fontos mérföldköve volt az én életemnek és pályámnak. Viszont ami a legfrissebb élmény az a Dancing with the Stars. Ez az első alkalom, ahol nem műsorvezetőként, hanem zsűritagként vagyok jelen.

Ha nem a televíziózás világában dolgoznál, akkor mi lenne a foglalkozásod?

Nóri: Szerintem akkor utazás-szervezés lenne. Ez a mai napig kicsit jelen van az életemben. Az idegenforgalom, és az utazás nagyon fontos dolog, nagyon imádom, és a családommal közös szenvedélyünk is. Talán valami panziót üzemeltetnék.

Kifejezetten elfoglaltak vagytok a férjeddal együtt. Mennyi szabadidőtök van, és ilyenkor mit szerettek a legjobban csinálni?

Nóri: A szabadidő is úgy tud létrejönni, hogy mindenre mindent rá kell szervezni/tervezni. Nagyon üresjárat nincs, és mindig visszakavarodok oda, hogy utazás - és akár Balatonakarattyáig is -, de ez az, ami legjobban kikapcsol. Gyerekekkel nagyon jókat lehet sétálni ilyenkor. Amikor még lehetett, akkor nagyon sokat jártunk mozizni, nagyon szeretek barátokkal találkozni, étterembe beülni.

Jelen vagy a televíziókban, a youtube-on is. Több kollégád a TikTok-on is szerepel. Te nem gondolkodtál el egy TikTok „karrieren” is? **Nóri: Nánásiék hivatalos, családi csatornánk jelen van a TikTok-on is, de talán most ennyi elég nekünk. Én azt gondolom, hogy ez egy másik generációnak a platformja, inkább a fiatalok erősítik a TikTok-ot, de történhet akármi.**



A következő Ázsia Express-es utazásotok során megtalálnád Aladdin csodalámpását, és kívánhatnál tőle hármat, akkor mi lenne az a három kívánság?

Nóri: Az első az lenne, hogy visszakapassuk a régi életünket, ami a koronavírus előtti volt. A szabadságot, a félelem nélküli létezést és az utazás lehetőségét (ezt nagyon szeretném:)). Második kívánságom pedig az lenne, hogy álljon meg az idő. Van mindig egy fura érzés bennem, mintha állandóan 2-3 napos lemaradásban lennék így saját magamhoz képest. Mindig görgetek magam előtt egy csomó, megoldatlan feladatot, és nagyon ritkán van az az érzés bennem, hogy utól tudtam magam érní, és ki tudtam pipálni az összes teendőmet:.) Harmadik pedig a gyerekekkel kapcsolatos lenne. Jó lenne nyugalomban tudni az ő fejlődésüket, tanulásukat, boldogulásukat az életben. Egy ilyen típusú garanciát kérnék a Dzsinntól! ➤

Zoptika



Használd megfelelő szemüveglencsét, hogy később is láss!

Az ibolya-kék fény veszélyt jelenthet a retinára és az időskori makuladegeneráció (AMD) egyik rizikófaktor. A természetes napfény egyik alkotóeleme, és az egyre népszerűbb mesterséges fényforrások (LED, digitális) kijelzők is tartalmazzák.

Torkos Zoltán
+36-70-708-3700
Miskolc, Árpád út 41.
zoptika.hu

 **Z Optika**



> Mit üzensz a középiskolás olvasóinknak?

Nóri: Ne az elvárásaitok mentén próbáljátok továbbtanulási terveket szőni, hanem tényleg, őszintén gondoljátok végig, hogy mi az, amit szívesen csinálnátok.

Nem baj, ha még nem vagytok biztosak benne, mert sok dolog iránt érdeklődhettek. A lényeg, hogy mindent próbáljátok ki. Igazi sikerkarrier az az, ami születik, amiket tényleg szívvel és szeretettel csinál az ember. Sohasem lehet tudni, hogy azok a dolgok, amiket középiskolában szívből, szeretetből csinálunk (szakkörök, plusz elfoglaltságok), azok a felnőtt karrier útjaikban milyen szereppel bírnak. Ilyen nálam a tánc, vagy a Kazinczy szerep. Nem hittem volna el, hogy ha valaki azt mondja nekem, hogy ezeket később kamatoztatni fogom. Vegyétek komolyan azokat a dolgokat, amiket szívesen csinálnátok. Abból az elültetett magocskákból lesznek később a nagy erdők, ami a felnőttkori sikertörténetekhez vezet. Plusz ami nagyon fontos még, hogy élvezzétek ki ezt a korszakot. Az utolsó felhőtlen időszakaitok egyike az bizony a középiskolás kor! ○

Varga Attila

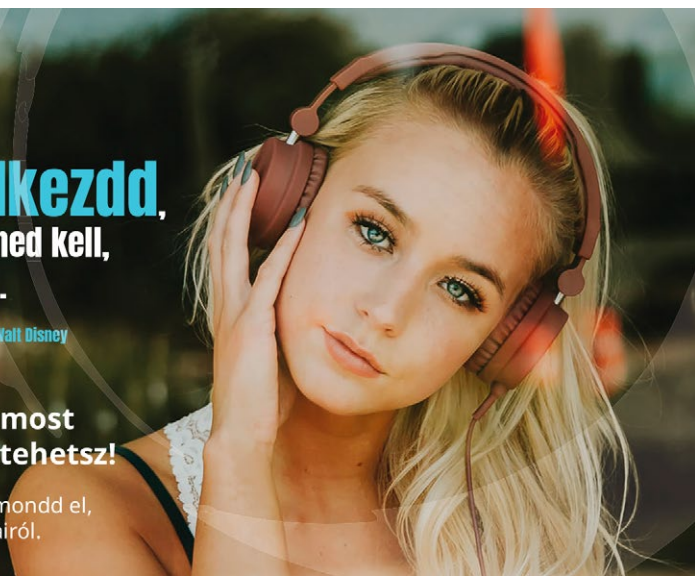


Ahhoz, hogy **elkezd**,
nem beszélned kell,
hanem csinálnod.

Walt Disney

**A véleményeddel most
valami igazán jót tehetsz!**

Szerezz extra bevételt és mondd el,
mit gondolsz a világ dolgairól.



**TELEFONOS
PANEL**

Részletek a weboldalon » www.telefonospanel.hu

Egy tanév vagy félév bármelyik országban!

Into Magyarország Kft.

1986 óta foglalkozunk középiskolai diákcsereprogramok szervezésével és mivel ez a fő profilunk, így bátran fordulhatsz hozzánk, mert a legjobb helyen jársz.



Az into számos európai országra kiterjedő hálózat, mely több mint 40 éve működik sikerrel. Partnerirodáinkkal napi kapcsolatban vagyunk, ami lehetővé teszi a gyors és hatékony együttműködést.

- Több, mint 40 év tapasztalat és kizárólagosság a középiskolai tanévprogramok területén
- Minőség, megbízhatóság, korrektség
- Stabil háttér: legtöbb Európai országban van saját into iroda
- Körültekintés és hozzáértés
- Személyes kapcsolat és segítség a program teljes ideje alatt
- Régióválasztási lehetőség a legtöbb országban
- Alapos felkészítés a kiutazás előtt: kétnapos felkészítő szeminárium öreg-diákjaink részvételével a Balatoni tábortan
- A legtöbb célországban megérkezéskor nemzetközi Orientációs tábor. Azokban az országokban ahol nincs tábor, orientációs felkészítő és eligazítás Aktív Alumni/Öregdiák hálózat - Alumni találkozó minden évben. Öregdiákjaink aktívan részt vesznek az into munkájában. Munkájukért into pontok járnak, melyeket különböző értékes ajándékokra válthatnak be, de a legtöbben replejgre gyűjtötenek.



Címünk, ahol személyesen elérhetsz minket:
1114, Budapest Kanizsai u. 2/a

+3630-758-4047

tanulaskulfoldon.hu

LINEAR COMPUTER KFT

ÚJ GAMER CUCCOK ÉRKEZTEK! NÉZZ BE HOZZÁNK!

www.linearcomputer.hu

TOVÁBBTANULÁS 2021

A jelenlegi járványhelyzetben a továbbtanulást tervező diákoknak fokozott nehézségekkel kell szembenéniük. Elmaradnak a pályaválasztási kiállítások, egyetemi nyílt napok (az Educatio kiállítás is online kerül megszervezésre) – mindez nem kedvez a személyes tapasztalatszerzésnek. Ezek ellensúlyozására összefoglaltunk néhány fontos tanácsot a végzős diákok számára. Mi legyen? Merre tovább?

Lehet, hogy már régóta foglalkozol a kérdéssel, és lehet, hogy most kezdod a "hajrá". Talán már tudod, mi szeretnél lenni, de lehet, hogy még nincs elképzelésed. Az alábbi gondolatok segítenek a mérlegelésben, ha már van válaszd – és utat mutatnak a tudatos tervezéshez, ha még nem döntöttél.

LEGFONTOSABB FORRÁS: ÖNISMERETED

Önismeretre minden döntésnél szükség van, hiszen minden döntés a jövőre irányul. Mire érettségizel, már sokrétű tapasztalattal rendelkezzel magadról – ezeket az iskolában és azon kívül, családotban és társaiddal, feladathelyzetben és szabadidődben szerezted. A továbbtanulási döntésre készülve, önismeretedből elsősorban az érdeklődésedre, képességeidre, vágyaidra (törekvéseidre, motivációidra, céljaidra) vonatkozó információkat érdemes kiemelni.

Fordíts időt az alábbi kérdések megválaszolására! Készíts jegyzetet, listát ezekről:

- Mi érdekel? Mivel szeretsz tartósan / gyakran foglalkozni?
- Miben vagy sikeres, eredményes, ügyes? Miben szeretnél még fejlődni?
- Mit szeretnél elérni?

Segíthet a fenti kérdések megválaszolásában:

- Kérd ki (idézd fel) a téged ismerő személyek (szüleid, tanáraid, barátaid) véleményét.
- Önismereti kérdőívek kitöltése.
- Fordulj tanácsadó szakemberhez.

LEHETŐSÉGEID FELTÉRKÉPEZÉSE

Az önismeret mellett, a megalapozott döntés másik pillére a tájékozottság. Tekintsd át az előtted álló továbbtanulási lehetőségeket!

- Ha a felsőoktatás érdekel, a felvi.hu hiteles (hivatalos) és naprakész információforrás. Megismerheted a felsőoktatási szakok rendszerét, kínálatát, a képzések tartalmát, a továbbtanulási-elhelyezkedés lehetőségeket valamint a bekerülés feltételeit is.

- Az érettségi utáni (2020-ban átalakult) szakképzésről való tájékozódásra a szakkepzes.ikk.hu oldal javasolható. Áttekintheted a képzési ágazatokat, a szakmákkal művelhető foglalkozásokat, de az elsajátítható készségeket, a szükséges kompetenciákat és a képzőhelyeket is itt találod.

FONTOS KÉRDÉSEK, AMIKET ÉRDEMES TISZTÁZNI EGY ADOTT KÉPZÉSSSEL KAPCSOLATBAN:

- Milyen készségekkel rendelkeznek majd, és merre indulhatnak a végzett fiatalok? (Mit fogok tanulni, mihez fogok érteni, hol és milyen munkakörökben dolgozhatok?)
- Mik a bekerülés feltételei (felvételi követelmények)
- A képzés alatti lehetőségek (pl. specializáció, nyelvtanulás, gyakorlat, ösztöndíj)
- Milyenek lennének a tanulóéveid, ha itt tanulnál (utazás, kollégium, időbeosztás...)?

Érdekelnek a nyelvek,
a történelem, az irodalom,
a nemzetközi tanulmányok, a pszichológia,
vagy a média világa?
Akkor 18 alapszakon és 13 tanárszakon
Téged vár a Debreceni Egyetem
Bölcsészettudományi Kara!



**DEBRECENI
EGYETEM**

A legnagyobb vidéki egyetem

Biztos karrier | Tehetséggondozás | Külföldi ösztöndíjak

Sport, szórakozás és sok minden más!

A legjobb éveid lesznek!
Találkozzunk
Debrecenben!

btk.unideb.hu > felvételizőknek > gyere a BTK-ra



Az írott információ mellett hasznos lehet:

- foglalkozásbemutató videók megtekintése (pl. a [Nemzeti Pályaorientációs Portálon](#) vagy a [Duális Szakképzés](#) youtube-csatornán) – ezáltal rövid idő alatt, sokrétű és életszerű információhoz juthatsz
- beszélgetés szakmában jártas személlyel
- munkahelylátogatás
- tanácsadó szakember felkeresése.

Mérlegelés – tervezés – döntés

A pályaválasztási döntés az összegyűjtött információk rendezésének – mérlegelésnek, fontossági sorrendezésnek – az eredménye. Az alábbiakban néhány fontos szempontot olvashatsz.

- Miből gazdálkodhatsz az úton? Gyűjtsd össze erőforrásaidat! Ehhez [itt találsz egy útmutatót](#).
- Ne vállald túl magad! Olyan célt tűzz ki magad elé, amelyet meg tudsz valósítani! A felkészültségedhez illeszkedő célkitűzés lehetővé teszi a sikeres, eredményes bevárlást (és megelőzi a túlvállalás kockázatait).

• Több “jó megoldás” létezik! Egy célpontot több útvonalon – esetleg több szakaszban – is meg lehet közelíteni.

• Jó, ha van “B-terved”! Ez lehet egy másik útvonal ugyanahhoz a célhoz (pl. másik egyetem ugyanazon a szakon, vagy szakképzés egy rokon területen), de lehet eltérő pályacél is. Ezek között helye van azoknak a gondolatoknak is, hogy mi mást is tehetnél, ha éppen nem jövő ősszel folytatod tanulmányaidat ott, ahol éppen szeretnéd!

• Élj a kapcsolataidban lévő lehetőségekkel! Beszéljess a “pályán” előrébb tartó ismerőseiddel! Kérdezd őket tapasztalataikról, munkájukról.

• Tanulj meg lazítani! A stressz, az erőfeszítés – megkívánja a pihenést, feltöltődést.

• Szükség esetén, kérj segítséget! A területileg illetékes [pedagógiai szakszolgálatok](#) ingyenes tanácsadást nyújtanak tanulóknak számára – legyen szó információról vagy a döntéshez szükséges konzultációról.

Intézményünkben lehetőség van [online tanácskérésre](#) is. ○

www.telefonospanel.hu

Ne félj **kiállni** valami mellett,
amiben hiszel, akkor sem, ha
egyedül vagy. **Andy Biersack**

”

**A véleményeddel most
valami igazán jót tehetsz!**

Szerezz extra bevételt és mondd el,
mit gondolsz a világ dolgairól.

Részletek a weboldalon » www.telefonospanel.hu



**TELEFONOS
PANEL**

BIZTOS ALAP – SIKERES JÖVŐ:

DEBRECENI EGYETEM INFORMATIKAI KAR

Új számítógépes laborokkal, a vállalati partnerekkel közösen fejlesztett korszerű tananyaggal, piacképes diplomával, modern környezetben várja leendő hallgatóit a Debreceni Egyetem Informatikai Kara.



**DEBRECENI
EGYETEM**



ALAPKÉPZÉSEINK

- Gazdaságinformatikus (BSc)
- Mérnökinformatikus (BSc)
- Programtervező Informatikus (BSc)

MESTERKÉPZÉSEINK

- Gazdaságinformatikus (MSc)
- Mérnökinformatikus (MSc)
- Programtervező Informatikus (MSc)
- Informatikatanár (MSc)

OSZTATLAN TANÁRKÉPZÉS

- Informatikatanár

www.felvi.hu

www.inf.unideb.hu

További információt az alábbi
elérhetőségeken lehet kérni:
to@inf.unideb.hu

Telefon: (52)-512-900/75021
Debrecen, Kassai út 26.

Postacím: 4002 Debrecen, Pf. 400

A portrait of a man with a beard and curly hair, wearing a dark hat, a red coat, and a green scarf. He is smiling and standing in a city square with classical buildings and a large column in the background. The text 'KAMARÁS NORBERT' is overlaid in large white letters, with 'INTERJÚ' and a right-pointing arrow below it.

KAMARÁS NORBERT

INTERJÚ
>



Jelentkezz cserediáknak!

Láss világot, ismerj meg új kultúrákat és próbáld ki, milyen külföldön élni! A YFU diákcseré program részeként cserediájkaink fogadócsaládoknál laknak és helyi középiskolákban tanulnak egy vagy fél évet. **Jelentkezz a következő tanév programjaira január 31-ig!**

Jelentkezzetek fogadócsaládnak!

Ha nyitottak vagytok új kultúrák megismerésére, szeretnétek szélesíteni a látókörötöket és egy új családtagot szerezni, fogadjatok be egy külföldi cserediákot! Így az egész család életre szóló élményekkel gazdagodhat.

A kiutazó program és a diákfogadás egymástól független lehetőségek, nem kell mindkettőben részt venni. További információ és jelentkezés: <https://yfu.hu/>

Ha kíváncsi vagy korábbi cserediájkaink tapasztalataira és szeretnél többet megtudni, várunk téged és/vagy szüleidet **online információs estünkre január 19-én kedden 18 órakor!**

A tájékoztatóra itt tudsz regisztrálni: <https://forms.gle/2dLT6iuCJ3bQa2iFA>

Iskoláknak, osztályfőnököknek, nyelvtanároknak:

Szívesen tartunk (online) élménybeszámoló előadást iskolai osztályoknak, nyelvi csoportoknak, melyek kérésre meghatározott országokról, nyelvterületekről is szólhatnak.

Érdeklődni a yfu@yfu.hu e-mail címen lehet.



YFU HUNGARY
Nemzetközi Diákcseré Program

Elérhetőségek:
<https://yfu.hu/>
yfu@yfu.hu
+36 30 20 10 125

➤ **Hova jártál középiskolába? Milyen diáknak számítottál? Melyik volt a kedvenc tantárgyad és melyiket utáltad a legjobban?**

Norbi: Én abasári vagyok, ez Gyöngyös mellett az első falu és Gyöngyösre jártam suliba a Vak Bottyán szakközépiskolába. Közepes tanulónak számítottam. Általános iskolában a hármast jegy nagyon rossznak számított, ki is kaptam érte otthon, a középiskolai időszakban viszont teljesen felértékelődött a szüleim szemében is. Én a jó osztályzatokkal nem magamnak, hanem a családomnak akartam mindig is megfelelni.

Mondhatni inkább a társaság miatt szerettem iskolába járni. A tesi volt egyértelműen a kedvenc tantárgyam, kiskorom óta sportoltam. Mivel a szüleim is sportoltak annak idején, így nekem is muszáj valamit mozognom. Kifejezetten aktív gyerek voltam, illetve a sportban nagyon sok sikerélményem volt. Éreztem, hogy nekem ez megy, és bármi labdajáték volt, én mindig az elsők között voltam! Amit pedig utáltam, az a tesinek az inverze, amiben ezeket az élményeket nem találtam meg. Ilyen például a matek, kémia, de még a fizika is...

Van valamilyen vicces, vagy esetleg kínos sztorid a középsulis időszakból?

Norbi: A kínos mindenképp az, hogy egyszer fizikából írtunk egy dolgozatot, majd következő órán a tanár kiosztotta azt, és be kellett diktálni, hogy kinek hányas lett (én persze egyest kaptam). Amikor rajtam volt a sor, akkor rávágtam, hogy hármast lett. Több se kellett...felszólított, hogy vigyem ki, mutassa meg - persze nem hitte el -. Kivittem, láttam, hogy egyes van rajta, majd megkérdi, hogy hármast szeretnél? Erre én rávágtam, hogy nagyon szeretnék igen... erre előttem beírt három darab egyest. Emiatt akkora bajba kerültem, hogy év végén épphogy átcúsúztam kettessel. A bukást szerencsére mindig megúsztam, nem mondom, hogy nem volt olyan alkalom, ahol ne rezgett volna a léc, de mindig átevickéltem. Vicces sztori meg sok volt. Eleven gyerek voltam, mindig volt velem valami baj, viszont azt meg kell hagyni, hogy úgymond szerethető rossz voltam. A humorérzésem mindig is jó

volt, vicces beszélásaim voltak, de nagyon súrolták azt a bizonyos határt. Penge élen táncoltak, hogy már-már sértő is lehetne, de ha a Norbi mondja, akkor az még elmegy... Kicsit mindig is a tanárok haverja voltam, de egy ponton muszáj volt elítélni ezeket a dolgokat...voltam már osztályfőnöki figyelmeztetésben részesítve, és levíve az igazgatóiba is...

Hogyan csöppentél bele az Éjjel-Nappal Budapestbe? Mennyire hasonlít vagy éppen tér el Lali szerepe a Te mindennapi viselkedésedtől?

Norbi: Tudtam azt, hogy jó hatással vagyok az emberekre, hogy röhögnek rajtam bármit is csinállok. Amíg én csak a tesómmal, unokatesóimmal játszottam, addig fel sem tűnt ez a jó humorérzék. Én minden sulis szereplésben benne voltam, sokszor főszerepet vállaltam. Szerettem magam produkálni, motoszkált is bennem, hogy exhibicionista vagyok, szeretek kiállni és szerepelni. Rájöttem arra, hogy amit a tv-ben csinálnak az nekem is megy, illetve hogy nem csak



GYAKORLATI MÉDIAKÉPZÉS

KÉT FÉLÉVBEN

Hogy ne csak elméletben tanulj
a kommunikációról...

Ismerd meg a tévé, a rádió és
az online sajtó világát a médiában
dolgozó szakemberek segítségével!

Minden oktatási hétvégén
stúdiógyakorlat, cikkírási feladat,
egyéni értékelés.



Gyakornoki
és főállású
munka-
lehetőségek.

Mélyedj el abban, ami
a leginkább érdekel!

- MŰSORVEZETÉS
- INTERJÚKÉSZÍTÉS
- RIPTORTERI MUNKA
- RÁDIÓZÁS
- KREATÍV ÚJSÁGÍRÁS
- ONLINE-MÉDIA
- SPORTMŰSOROK
SZERKESZTÉSE
- SPORTKOMMENTÁLÁS



Vágj bele most, februárban!

Szintfelmérő: 2021. január 30. (szombat)

Komlósi Oktatási Stúdió
a mindig megújuló médiaiskola
www.riporteriskola.hu

itt lennék ismert, hanem országosan is. Anno jelentkeztem szinte minden castingra, amit láttam a tv-ben. Legtöbbet az RTL-es műsorokban próbáltam szerencsét, de sajnos egyik sem jött össze. Majd mikor már teljesen elengedtem az egészet, csak a klímaszerelés ment már 4 éve, akkor szóltak telefonon, hogy az egyik karakter az eddig mutatottak alapján teljes mértékben illik rám. Felmentem Pestre, és én voltam az első ember, aki fix szereplő volt az Éjjel-Nappal Budapestben. Norbi majdnem megegyezik Lalival. Amikor olvastam a forgatókönyvet, mintha a saját életem láttam volna. Nem hittem el, hogy ezt a karaktert valaki Németországban megírta, és nem az én életemből alakította volna ki. Amiket el kellett játszani, azok velem már vagy megtörténtek a való életben vagy bármikor előfordulhattak volna. Nagyon rám talált ez a szerep.

Mi lenne a foglalkozásod, ha nem a televíziózás világában tevékenykednél? Mi az a munka, amit egyáltalán nem tudsz elképzelni magadnak? Norbi: Sportoló, élsportoló lennék. Bármikor feladtam volna az ÉNB-s karrierem, ha kaptam volna egy profi szerződést akár focistaként, akár kosárlabdázóként. Amit pedig nem tudnék elképzelni, hogy én egy nagy gyárban, vagy irodaházban dolgozzak. Látva az embereket, akik reggel mennek be a busszal a gyárba, egyenruhában vagy a cégruhájában, vagy éppen egy irodában a nyakukban logó kártyával ülőket...az nem én vagyok. Én mindig ki akartam tűnni a tömegből és ezeken a munkahelyeken ezt nem tudnám megtenni.

Több televíziós műsorban is szerepeltél valamilyen formában. Melyik volt a számodra legemlékezetesebb, legkedveltebb?

Norbi: Amióta az RTL-nél dolgozom több, mint 8 éve, azóta nagyon figyelték rám az Éjjel-Nappal Budapest miatt. Az ebből való kitörtést 2018-ban a Szenzációs Négyes hozta meg nekem. Emellett pedig felkértek az X-Faktor háttérműsorába is Szabó Zsófi mellé, műsorvezetőnek a Love Island-be, illetve az



Árpád Énekes első évadának a kibeszélőjébe is szerepet kaptam.

— **Éppen ezért mondanám kedvencnek a Szenzációs Négyest, mert ez hozta meg nekem az áttörést.** —

Belekóstoltál a mulatós zeneipar rejtelmébe is, ezzel együtt megjelent több zenéd. Hogyan jött ez az irányzat? Miért maradt ennyiben ez a dolog?

Norbi: Az ÉNB-n belüli szerep "követelte" meg ezt a zenei karriert. Nagyon tetszett ez. Színpad, fellépések itthon és határon túl. Ha rajtam múlna, meg sem szűnt volna a mulatós vonal a karakteremnél, de hamarosan várható a folytatása.

Ha te tervezhetnél egy showműsort, mi lenne a koncepciója, miről szólna, milyen szereplőket válogatnál bele?

Norbi: Nagyon az autók szerelmese vagyok, így egy autóműsort el tudnék képzelni magamnak. Showműsort talán hasonlót hoznék létre, mint a Love Island. Beköltözős, sok emberes, együttélős előadást.

Folyamatos akciókkal várunk Benneteket!

Rendelj, vagy térj be hozzánk!

+36 46/794 460

+36 70/581 5868

Miskolc, Csabai kapu 26.

 Diablo Étterem és Pizzéria



Diablo
Étterem & Pizzéria

AUTÓSULI



Rendszeresen induló tantermi
KRESZ és egészségügyi
tanfolyamok valamint azonnal
induló **eduKRESZ** tanfolyam
kedvező árakon.

JOGSIT SZERETNÉL?

Gyere Eger legrégebbi autósiskolájába!



autosulieger.hu

telefon: +36-436-117 mobil: +36-20-414-45-59

e-mail: info@autosulieger.hu

 @autosulieger



MUSIMBE DÁVID DENNIS INTERJÚ



A modern stand-Up humorfelelőset, Musimbe Dávid Dennist faggattuk ki gyerekkoráról, munkájáról, céljairól. Megtudtuk, hogy milyen diáknak számított, hogyan jött az életébe a humor, és a legfontosabbat, hogy mit üzen Nektek, kedves Olvasók!

A rendbontó diákok vagy inkább a szorgalmas tanulók közé tartoztál? **Dávid:** Rendbontó, lázadó kölyök voltam, és amióta az eszemet tudom mindig a hülyeségen járt az eszem.

Mi a legkorábbi gyerekkori emléked, amit fel tudsz idézni? **Dávid:** Talán az, hogy állandóan a hajamat simogatták a dadusok az óvodában, a 80-as évek végén az ovikban viszonylag ritka volt az afro haj :)

Mi volt a legkellemetlenebb élményed a diák éveid alatt, amit megosztanál velünk?

Dávid: Általános sulis 7. osztályában 3 hétig minden áldott nap elindultam suliba, de nem értem be. Két cimbimmel videojáték teremben, és a grundon lógtunk, a kellemetlen része az volt, mikor megjött édesanyámnak a levél a suliból, hogy mégis mi van velem?!?

Hogyan indult a humorista karriered? Mi/ ki ösztönzött arra, hogy elkezdj ebben a szakmában tevékenykedni? **Dávid:** Így az életemre visszagondolva mindig is humorista voltam, mindennap "felléptem" haverjaimnak, osztálytársaimnak, csajoknak, csak épp nem kaptam érte pénzt. Talán egy védekező mechanizmus volt, kompenzálhattam valamit. A stand Up műfajt mindig szerettem, Eddie Murphy, Richard Pryor, Robin Williams nagy kedvenceim. De Bödöcs Tibit, Hadházi Lacit is szerettem nézni a tv-ben. Az élet ironiája, hogy most én vagyok Hadházi egyik "előzenekara", Lakatos Laci a másik.



Volt lámpalázad? Hogyan küzdötted le? Volt valami trükköd rá vagy egy kabalád, ami “megnyugtató”? **Dávid:** Őszintén? Minden egyes fellépés előtt izgulok a mai napig, de amint kilépek a színpadra, teljesen megszűnik és csak élvezem, amit csinállok. Hallottam pár éve egy előadótól egy mondatot, ami nagyon megtetszett: “A színpad a humorista otthona, a nézők jönnek vendégségbe, nehogy már a saját otthonomban feszengjek”.

Fellépéseidre mennyit szoktál készülni?

Dávid: Mivel ez lett a munkám a receptoraim 0-24 bevanak kapcsolva, így mindig azon jár az eszem, miből lehet viccet csinálni. Van egy műsorom, amit folyamatosan igyekszem frissíteni, még ha csak egy-egy mondattal is. Így a válaszmom, mindennap készülök.

Hogy néz ki egy átlagos napod?

Mit szoktál csinálni? **Dávid:** 9 körül felkelek, reggelizem, közben elolvasom a híreket, mi történt a nagy világban. Elmegyek edzeni kondiba, majd ebéd, kis chill, utána írok, aztán indulok fellépésre.

Ha van egy kis szabadidőd, mivel töltöd el? Van valamilyen hobbid? **Dávid:** Abban a szerencsés helyzetben vagyok, hogy a munkám a hobbim, de például kosarazni szeretek.

Mi a legnagyobb célkitűzésed a karriered szempontjából, amit el szeretnél érni?

Dávid: Az új generációs humoristák közül top 2-ben lenni, nézőtereket fullra megtölteni. Lakatos Lacival egyébként ezt csináljuk, csak együtt, van egy közös estünk a Békével jöttünk, amivel járjuk az országot. Most elkezdtük írni a második estünket, ha majd ezzel az esttel is körbeértünk, akkor elkezdem megírni az első önálló estemet.

Mit üzensz a középiskolás olvasóink számára? **Dávid:** Nagyban kell lenni; túl rövid az élet ahhoz, hogy kicsiben legyünk.

Azt üzenem nekik, minden egyes embernek van egy missziója ezen a Földön, alkossatok, álmodjatok nagyot, keressetek a suli mellett bármit, amit szívesen csináltok és építő jellegű. Előbb-utóbb a vágyak úgy is utat törnek a megvalósítás felé. ○



A BME IDÉN AZ ONLINE EDUCATIO KIÁLLÍTÁSON VÁRJA A FELVÉTELI ELŐTT ÁLLÓKAT

A Budapesti Műszaki és Gazdaságtudományi Egyetem (BME) képzéseiről is tájékozódhatnak az érdeklődő középiskolások az Educatio Nemzetközi Oktatási Szakkiállításon, amely idén rendhagyó módon online formában, 3 napon keresztül várja a felvételi előtt álló középiskolások diákokat, mesterképzést kereső hallgatókat, szülőket és pedagógusokat.

A Műegyetem képzéseiről a www.bme.hu/felvetelizoknek linken tájékozódhatnak az érdeklődők az egyetem weboldalán. Itt megtalálható a BME Felvételi kalauz című kiadványa is, amely az egyes karok képzéseit ismerteti. A január 21-23. között megrendezendő Educatio Nemzetközi Online Szakkiállításon a BME is képviselteti magát mind a 8 karával.

Szó lesz többek között az intézmény oktatási és tudományos eredményeiről, az elérhető szakokról, valamint a diploma megszerzése utáni munkaerőpiaci lehetőségekről is, hiszen a BME vezető az iparral kialakított kapcsolatok terén. A volt műegyetemi diákok a legjobban kereső szakemberek között vannak, mindemellett pedig a BME a hallgatók vállalkozásainak elindítását is támogatja.

A kiállításon a részvétel ingyenes, de regisztrációhoz kötött: <https://online.educatioexpo.hu/latogatoi-regisztracio/>

Az Educatio Kiállításról bővebb információ az alábbi linken érhető el: <https://www.educatioexpo.hu/>

A pályaválasztás előtt álló jelentkezők számára elsősorban a későbbi elhelyezkedési lehetőségek az irányadók. Józsa János, a BME rektora szerint a műegyetemi diploma rangját jelzi, hogy az intézményben szerezhető végzettség a magas szakmai színvonalú ismeretek mellett, munkaerő-piaci előnyt is jelent, mind a munkahely megszerzésében, mind pedig az elérhető jövedelemben. A Diplomás Pályakövetési Rendszer 2020 decemberében publikált adatai szerint a BME-n informatikai, természettudományi, műszaki és gazdaságtudományi képzési területeken diplomázók egyaránt az élvonalban vannak a várható jövedelmük alapján. A BME kiválóságát idén is kifejezik a hazai felsőoktatási rangsorokban elért helyezései. Az első helyes jelentkezők száma, a felvett pontatlaga, a nyelvvizsgával felvettek aránya, valamint a tudományos fokozatot szerzett tanárok száma alapján is előkelő helyen végzett a listákon a Műegyetem. A BME-n a képzésnek hagyományosan része, a hallgatók aktív bevonása a kutatási és fejlesztési tevékenységbe is. A Műegyetem együttműködik a jelentős, Magyarországon jelenlévő hazai és multinacionális nagyvállalatok többségével. A cégek bekapcsolódhatnak az oktatásba, kapcsolatba kerülve így a tehetséges diákokkal, a hallgatók pedig részt vesznek a vállalatok munkájában. Ez is hozzájárul, hogy a legtöbb hallgató a képzés végére ipari partnerrel rendelkezik és abban a szakmai témában folytatja pályafutását, amit az egyetemi képzés alatt elkezdett. A kutatói munka során az ipari partnerek megismerik a jól teljesítő diákokat, akiknek diploma után célzottan

kínálnak állást, miközben az egyetem sem veszíti el képzése idején a tanulóit. Továbbá a vállalkozókedvű hallgatóknak kínál lehetőséget a 2020 februárjában megnyílt, Magyarország egyik első egyetemi startup inkubátora, a BME Z10.

Ez a Műegyetem Z épületének 10. emeletén a vállalkozásfejlesztési, inkubációs tevékenységet támogató munkakörnyezet és alkotói műhely.

Ha a jelentkező nemzetközi környezetben és angol nyelven tervez tanulmányokat folytatni, akkor is számos lehetőséget kínál a Műegyetem. Az idegennyelvű oktatás több évtizedes múltra tekint vissza a BME-n, amelynek mára 75 ország több száz felsőoktatási intézményével van együttműködése hallgató cserére, közös képzésekre, kutatási projektekre és a legtöbb szakon angol nyelven is kínál alap-, mesterképzési és doktori képzési programokat, színesítve ezt német és francia nyelvű lehetőségekkel. A Műegyetem a külföldi diákok körében is nagyon népszerű. Több mint 70 országból érkeznek diákok, jelenleg csaknem 2500-an tanulnak rész képzésen vagy idegen nyelvű alap-, mester-, illetve doktori képzéseken. A BME idén bekerült az Európai egyetemek pályázat nyertesei közé. Ez azt jelenti, hogy a Műegyetem, kilenc másik nivós európai egyetemmel szövetséget kötve, az EELISA konzorcium keretében arra törekszik, hogy teljes hallgatói közösségére kiterjessze a nemzetköziesítés lehetőségét és közös képzéseket, kutatásokat indítson, távlati célként kitűzve a minden tagállamban akkreditált európai diploma kiadását. ○





ZACHER GÁBOR INTERJU

Miért lett Ön toxikológus?

Szereti a szakmáját?

Gábor: Véletlenül. Persze nem kell szó szerint érteni. Én baleseti sebészként kezdtem a pályafutásomat, majd lett egy komolyabb allergiám, ami miatt ez a munka tulajdonképpen lehetetlenné vált számomra. Ezt követően kollégám kérdezte tőlem, hogy lenne-e kedvem az akkori Erzsébet kórház Baleseti belgyógyászatán dolgozni. Én mentősként elég sokat jártam arra, ezáltal ismertem magát az osztályt, és erre rögtön azt mondtam, hogy igen. Innen indult el, hogy “toxikológus” lettem. Ez Magyarországon nem egy önálló szakterület, de sikerült elérnünk azt, hogy ma már említik azt, hogy toxikológia, amely egyik szakága a sürgősségi ellátásnak. Imádom a szakmám. Imádom orvos lenni, imádom a sürgősségi ellátást, imádom az egészséget. Én erre tettem fel az életem. Múltkor pont beszélgettünk

a feleségemmel, hogy én 60 éves elmúltam, de mi lesz, ha betöltöm a 65-öt? Nem tervezem, hogy akkor elmegyek, és vidám nyugdíjas leszek. Nem tudom úgy elképzelni az életem, hogy ne dolgozzak.

Honnan ismerhető fel ha valaki nyugtató-, gyógyszerfüggő? Mit tehet magáért?

Gábor: Alapvetően ezeknek a nyugtató szereknek vannak terápiás adagjaik. Ezeknek a felírása és használata orvosi javaslatra történik. Azt viszont tudni kell, hogy ezeknek a gyógyszereknek kb 8% körüli fekete piaci forgalmuk van. Ez azt jelenti, rákeresne a google-ba valamelyik gyógyszerre, hogy vásárolni szeretne, akkor nagyjából az első 30 site arról szól, hol tud ehhez a gyógyszerhez hozzájutni persze anélkül, hogy orvos felírta volna vagy meglenne a szakjavaslat. Ezeket a gyógyszereket én csak úgy szoktam hívni, hogy “lesz@rom tableta”.

a legkirályabb
diákmunkák

a legjobb blog,
hasznos tippekkel

Te regisztráltál
már?

www.ydiak.hu

és egy kis
szórakozás



GENERÁCIÓ
ISKOLASZÖVETKEZET

HORVÁTH BIANKA

NPC IFBB BODYFITNESS ATHLETE

**16 HETES ONLINE
FOGYASZTÓ
PROGRAM VELEM!**

MOST CSAK 32.000 FT

horvathbius007@gmail.com

 Bianka Horváth NPC IFBB Bodyfitness Athlete



➤ Mikor beveszi az ember, rá egy negyed óra múlva az felszívódik, akkor már nem is érdekli őt a probléma. A probléma ilyenkor ugyan úgy ott marad, a gond nem fog semmit sem változni, csak az illető nem érzi át a probléma súlyát, és nem érdekli ez az egész. Miután pedig elmúlik a gyógyszer hatása, akkor ugyan úgy ott van a probléma, és beveszi a következőt. Így kialakul egy hozzászokás, ami azt jelenti, hogy már nem elég 3 x 0,25 mg, hanem mostmár 0,5 mg kell. Így akár 3-4 hónap alatt is valaki olyan mennyiségű gyógyszerek bezedéséhez tud folyamodni, ami már komoly szintű problémákhoz vezet. Ha pedig nem szedi a gyógyszert, akkor elvonási tünetei lesznek. Itt fáj, ott fáj, ideges, feszült, alvási zavarai és hasonló bajai vannak.

Mi a leginkább elterjedt kábítószer manapság? Gábor: Egyértelműen a marihuána.

Őn szerint melyik a legveszélyesebb drog?

Gábor: Nagyon nehéz ezt így kimondani, hogy veszélyes vagy nem veszélyes. Marihuána okozta pszichózis is tönkre tudja tenni az embernek az életét. Tulajdonképpen akár az opiát típusú szereket mondhatjuk - pl. klasszikus heroin - ennek a különböző variánsai (fentanyl). Ezek a szerek megszedik az áldozataikat.

Hogy segítsen egy diák egy barátjának, ha látja, hogy függősége alakult ki?

Gábor: Neki még nem lehet függősége. A függőség kialakulása az nem 2 perc. Ez nem arról szól, hogy elszívtam egy spanglit, és akkor függő vagyok. Alapvetően a történet arról szól, hogy ilyen szituációkban arra a kihívásra, amivel szemben áll a gyerek, mennyire tud nemet mondani. Amikor azt mondják neki a haverok a buliban, hogy "Mi van, nem mered?!" . Erre pedig azt mondja a srác, hogy "Nem!". Ettől, hogy mert jobb döntést hozni, nem lesz senki sem kisebb, gázabb gyerek a többinél. Szerintem ezen múlik az egész, a jó döntéshozatalon. Ez az alfája és az omegája az egész történetnek, hogy ha ezeket valaki nem tud mondani.

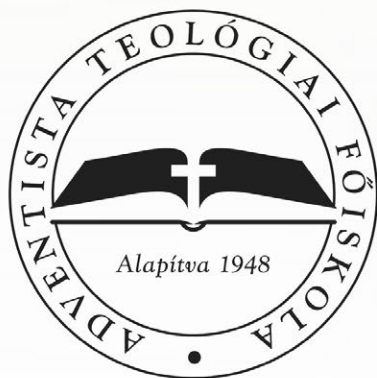
Melyik a legolcsóbb és legkártékonyabb drog amitől óvna a diákokat? Gábor: A szintetikus marihuána származékok — népszerűbb nevén a biofű — ami konkrétan 100-150 Ft-ért beszerezhető. Ez nem egy nagyon-nagyon komoly összeg, viszont itt a hozzászokás sokat játszhat közre. Bejött ez a "Bika" nevű drog, amibe jópáran belehaltak. Ennek van ilyen hatása is, összességében viszont ez egy réteg szolgáltatás. Nagyon gyakran a szegregátumban élőkre jellemző szerhasználat szokott lenni. Egy átlag középiskolás, gimnazista nem fog feltétlenül biofüvet szívni.

Ismeri a "Herbálfigyelő" nevű Instagram közösséget? Ön szerint létezik ennél hitelesebb tájékoztatás a herbálosok problémájáról? Gábor: Nem nagyon használok a közösségi médiás felületeket. Saját facebook oldalam sincs. Az ami az én nevemmel fut, azt az egyik kollégám üzemelteti.

Amikor viszont kapok nyilvánosságot, akkor mindig megpróbálok ezeket a történeteket mindig reálisan elmondani, mindenféle ijesztgetés/ rémisztgetés nélkül. Igyekszem reális képet festeni a magyar kábítószerhelyzetről, és elmondani, hogy ez a történet messze-messze nem olyan, mint ahogy időnként látszódik a médiában.

Az országok listája alkoholfogyasztás alapján (wikipediai adat), jelenleg a 8. helyet foglaljuk el a 191-es listából. Valóban ennyire kritikus a helyzet?

Gábor: Igen, én azt gondolom, hogy ez így van. Sőt, azt ne felejtjük el, hogy a mostani világ, a járványhelyzet nagyban növeli az alkohol-, és nyugtatószerfogyasztást. Ez elsősorban nem a középiskolás korosztályról, fiatalokról szól. Az otthonülésben valahogy el kell ütni az időt, ez miatt pedig mérhetően emelkedett a gyógyszer-, és az alkoholhasználat Magyarországon. Ez nagyon-nagyon nem jó, és ebben segített a "Lesz@rom tableta" és az alkohol. Az alkoholfogyasztás nem csak egy hungarikum, ez alapvetően a járvány időszakában emelkedő tendenciát mutat. ➤



Lélekkel és tudománnyal
Krisztus szolgálatában!

Képzéseink

Alapképzés:

- Teológus alapszak (nappali tagozat)
- Teológus alapszak (levelező tagozat)

Mesterképzés:

- Teológia mesterszak (nappali tagozat)

Szakirányú

továbbképzések:

- Hitoktató
- Bibliai gazdálkodás
- Bibliai vezetéstudomány
- Családi életre nevelés
- Életmód tanácsadó teológus



+36-28-547-295

TOVÁBBI INFORMÁCIÓ ÉS JELENTKEZÉS:

<https://atf.etn.hu/modulok/felveteli/jelentkezes.php>



 **Adventista Teológiai Főiskola - ATF**

 **Adventista Teológia Főiskola**

www.atf.hu

➤ Korábban is több alkalommal gondolt jelentett a pancsolt töményszesznek tűnő italok. Most hogy a pálinka fogyasztás szinte “divat lett”, számolhatunk ismét ezzel a problémával? **Gábor:** Eddig is jelen volt ez. Ha egy átlag magyar alkoholbeteget megkérdeznénk, hogy 100 egység pénzből tud venni 1dl gyümölcsből készült pálinkát, vagy mondjuk 2,5dl bizonytalan eredetűt, de mind a kettőnek ugyan az az alkoholtartalma, akkor nagy valószínűséggel a több mennyiségűre teszi a voksát. Ebben benne lehetnek olyan tömeges mérgezések, mint ami akár Csehországban, Szlovákiában, Ukrajnában is az elmúlt években jelen volt. Nagyon remélem, hogy Magyarország idáig azért nem fog eljutni.

Három kívánságát teljesíti egy Dzsinn, de csak a munkájával kapcsolatban kívánhat! Mit kívánna? **Gábor:** Az első mindenféleképpen az lenne, hogy legyen vége a járványhelyzetnek, mivel csaknem 10.000 embert elvesztettünk ebben a járványban. A másik,

hogy szeretnék még egészségben dolgozni nem kevés időt ameddig bírnám, s remélem ez nem 5 év lesz (amikorra betöltöm a nyugdíj korhatárt), hanem akár egy kicsit több is. Ez adassék meg nekem. Harmadik? Ezen sokat kellene gondolkodnom, nem biztos, hogy mind a hármat felhasználnám. Egyet eltennék talonba. Majd ha valami változik, akkor ezt egy aduásként előhúznám, és kitenném az asztalra.

Mit üzen a középiskolás olvasóinknak?

Gábor: Nehéz most a Ti életek ezzel az online oktatással. Nagyon másabb, mint a tanterem. Teljesen más a tanár szempontjából, teljesen más a diák szempontjából. Próbálgatok meg a lemaradásokat pótolni, amik ebből adódnak, hiszen az a tudás, amit Ti ebben a fogékony korban feltudtok halmozni a fejeteckbe, az a legfontosabb. Bárhova visz titeket a sors, akkor ez a tudás lesz az, amivel érvényesülni tudtok az életben. Persze fontos, hogy ez egy 5-öst, 4-est, 3-ast, stb kaptatok, de a tudás az egész történetben a lényeg! ○

Varga Attila



Ahhoz, hogy **sikeres** legyél a siker iránti vágyak nagyobbak kell lennie, mint a félelmeidnek.

Bill Cosby

A véleményeddel most valami igazán jót tehetsz!

Szerezz extra bevételt és mondd el, mit gondolsz a világ dolgairól.



TELEFONOS
PANEL

Részletek a weboldalon » www.telefonospanel.hu

KÖZMAG

IMPRESSZUM

Alapító / Varga Attila
 Kiadó / Varga Média Kft.
 Főszerkesztő / Varga-Lovas Anikó
 Design & Layout / Illes László
 Újságírók / Bohnicsek Alex,
 Jáрка Emese, Varga Attila

Hirdetés / +36-70-633-48-08
 E-mail / marketing@kozmag.hu

Megjelenik digitálisan az ország összes középiskolájában!
 Online / www.kozmag.hu
 Postacím / 7623 Pécs, Szabadság utca 48.

Megjelenik Borsod-Abaúj-Zemplén, Heves, Nógrád megyében.

A magazinban megjelent programok elmaradásáért és műsorváltozásért a kiadó sem részben, sem egészben nem tud felelősséget vállalni! A hirdetésekben megjelenő adatok hitelességéért, valamint a tartalmak jogtisztaságáért a kiadó nem vállal felelősséget. A jelen magazinban szereplő tartalom továbbközléséhez a kiadó írásos engedélye szükséges! Magazinunk ingyenes és az is marad, melyhez hozzá tudsz jutni sulidban vagy online egyaránt!

Ha van egy jó cikked vagy szeretsz írni, ne tétovázz lépj kapcsolatba velünk!



Kövess minket a www.facebook.com/kozmag.hu oldalon is!

Egy főnök a másíknak:

- Hogy csinálod hogy az embereid mindig pontosak?
- Egyszerű: 30 munkás és 20 parkolóhely.

Két titkárnő beszélget:

- Szörnyű találmány az írógép!!!
- Miért???
- Mert ha nem dolgozol azt rögtön hallani!!

A családi fényképalbumban Mórička a szülei esküvői képet nézegeti.

- Anyu, miért voltál fehér ruhában?
- Azért, mert a fehér az öröm és a boldogság színe.
- Akkor már értem, hogy az apu miért van feketében!

Mórička osztályában a matektanár leszínd mindenkit és azt mondja:

- Gyerekek! Olyan buták vagytok, hogy az osztály 50 százaléka meg fog bukni matekból!

Erre felszólal Mórička:

- De hiszen nem is vagyunk annyian...

- Ugyebár a képen is láthatjátok, a New York-i Szabadságszobor egyik kezében könyvet tart, a másikban fáklyát. Ki tudja megmondani, mit jelképez a fáklya? Tessék, Mórička!

- Azt, hogy sötétben nem lehet olvasni.

Móričkát fenýíti a tanárnő:

- Mondtam, hogy ne hintázz a széken! Nincs füled?
- De van, csak azon nem tudok hintázni!