

FEJÉR, GYŐR-MOSON-SOPRON, KOMÁROM-ESZTERGOM 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



OKÉV. 01043-2010

„B” személygépkocsi és „A” korlátlan motorkerékpár képzés

TANTERMI ÉS E-LEARNING KÉPZÉSEK

[Otthonról elvégezhető online elméleti tanfolyam]

2400 Dunaújváros, Dózsa György út 25/A /A főiskola utcájában, a bisztróval szemben/
Hétfőtől Péntekig: 9.00 - 17.00

Mobil: +36-20-851-78-91

E-mail: info@cityjogsi.hu

Ajándék oktató csomag



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 érettségimet 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?**

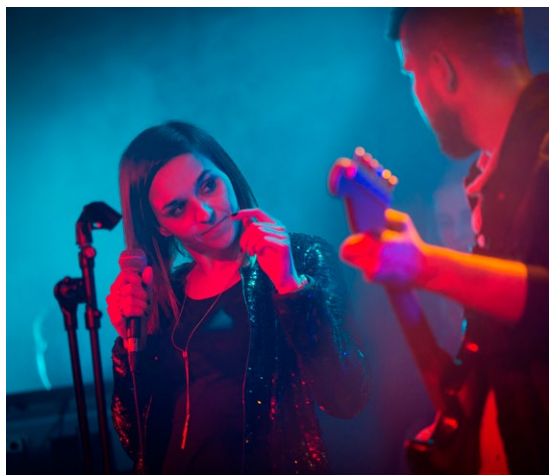
Reni: Gyakorlatilag eleve elrendelt volt, hogy a művészet valamilyen formában jelen lesz az életemben. Anyukámnak nagyon jó hangja van, szerepelt és táncolt színházban, apukám több hangszeren játszik és énekel. 6 évesen már zongoratanárhoz, egy évvel később ének-zenei általános iskolába jártam.

**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, különösebb rituálém sincs, a zenekarokkal amiben énekelek mindig hatalmas pacsihegyeket adunk egymásnak, hogy egy kicsit felspanoljunk 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 kiemelni. Általában mindig a legfrissebbet szeretem 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 magam a színpadon. Olyan energiák voltak ott, amit nehéz szavakkal leírni. Nyilvánvalóan Rác Gergővel a Mostantól elképesztő rekordokat 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 zenémmel is valamilyen szinten ezt szeretném 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 [softver.hu/elerhetoseg](https://www.softver.hu/elerhetoseg) 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 tiszteltem 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 őrültek 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



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 NYELVVIZSGA LEHETŐSÉGRE
- ☞ PIACKÉPES DIPLOMÁRA, BIZTOS KARRIERRE VÁGYSZI!



Tanulj tovább 2021 szeptemberétől nappali vagy levelező munkarendben a

**WEKERLE SÁNDOR
ÜZLETI FŐISKOLA
ALAPKÉPZÉSEIN!**

**CSATLAKOZZ!
HOZZÁNK!**

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

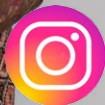
JELÖLD ELSŐ HELYEN A **WEKERLE SÁNDOR ÜZLETI FŐISKOLÁT!**

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 érettségig 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 kamatoztatom 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 szakörré, 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 rájőjjek 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 céloom 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, főműsoridő showműsorba, amit éveig 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. ➤



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

➤ Hozzám kötöttek már műsorokat, mint pl. a Vagyát, gyerekekkel 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 visszakap-hassuk 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 furcsa 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! ➤

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 hétfvégén
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)



Komlói Oktatási Stúdió
a mindig megújuló médiaskola
www.riporteriskola.hu



> 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 sikerkarrierrek azokból a dolgokból születnek, 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 sikertörténetetekhez 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.



Részletek a weboldalon » www.telefonospanel.hu

LEGYÉL TE IS PLAZMAADÓ!

1 heti gyógyszeradaghoz 25 plazmaadóra van szükség!



Első vérplazmaadóknak az alkalmassági vizsgálattal együtt szereshető rendkívüli juttatások 2021 januárjában összesen:

15.000 Ft - méghozzá készpénzben!

Az alkalmassági vizsgálatkor a vidékről érkezőknek az utazási költséget **1.000 Ft-ig** megtérítjük!

Sikeres alkalmassági vizsgálat után:	3.000 Ft
Életed első plazmaadásakor:	11.000 Ft
Baráthívó bemutatása	+ 1.000 Ft
ÖSSZESEN:	15.000 Ft

Először alkalmassági vizsgálat történik, mely **orvosi felmérésből és vérvételből áll**, egy héttel ezután jöhetsz is plazmát adni!

A plazmaadás gyakorisága:

- Havonta 4-5 alkalommal lehet plazmát adni.
- 1 alkalom körülbelül 60 percig tart.
- Évente maximum 45 adás lehetséges.

Ki lehet plazmaadó:

- Életkor: 18-60 év között
- Magyar állampolgár
- Testsúly: 50-130 kg között

Már az alkalmassági vizsgálat után is kifizetés jár!

Aki segít, az kap is!
Havonta akár 50.000 Ft-ot!



www.plazmacenter.hu | + 36 34/ 590-170
2800 Tatabánya, Szent Borbála tér 2-6./C
(A K&H bank mellett, a Vértesszéki Agorájával szemben.)

facebook.com/tatabanyaplazma

A változtatás jogát fenntartjuk.

Az akció 2021.01.31-ig vagy visszavonásig érvényes.

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 kezded a "hajrát". Talán már tudod, mi szeretnél lenni, de lehet, hogy még nincs elképzelésed. Az alábbi gondolatok segítenek a mérlegelésben, ha már van válaszod – 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 rendelkezel magadról – ezeket az iskolában és azon kívül, családotban és társaiddal, feladathelyzetben és szabadidődben szerezted. A továbbtanulási döntésre készülve, önismertetedből 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 lehetőségeit 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...)?

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 szempont 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 más is tehetnél, ha éppen nem jövővel foglalkozol, hanem a jelenről beszélsz!

• Élj a kapcsolataidban lévő lehetőségekkel! Beszélj 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**



KAMRÁS NORBERT

INTERJÚ

>

AZ EGYETEM, AHOL TÖBB LEHETSZ!

Alapképzéseink

Anyagmérnök
Gépészmérnök
Mérnökinformatika
Gazdaságinformatika
Gazdálkodási és menedzsment
Műszaki menedzser
Kommunikáció és média
Szakoktató

Miért a DUE?

Hallgatóinkból kihozzuk a maximumot és velük együtt építjük a karrierjüket!
Országosan legalacsonyabb a ponthatár és a tandíj
Több száz ipari partner, 37 ország
Több, mint 30 ösztöndíj lehetőség
Kolesz már 5500 Ft/hó
Lemorzsolódás csak 9%

Online nyílt napok: 2021. 01. 11. és 2021. 01. 25.

Esetleg nem érzed biztosnak az érettségi felkészülésedet?

A Dunaújvárosi Egyetem 4 képzési területen hirdet felsőoktatási szakképzéseket, melyhez **NEM SZÜKSÉGES EMELT SZINTŰ ÉRETTSÉGI és 240 PONTTAL FELVÉTELIZHETSZ!**

Műszaki [gépészeti specializáció]
Mérnökinformatika
Gazdaságinformatika
Gazdálkodási és menedzsment
Televízióműsorkészítő

**Ne engedd el az egyetemi álmaidat!
Felvételiz a Dunaújvárosi Egyetemre!**



DUNAÚJVÁROSI EGYETEM
UNIVERSITY OF DUNAÚJVÁROS



➤ **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 Gyöngyöstre jártam suliba a Vak Bottyán szakközépiskolába. Közepes tanulónak számítottam. Általános iskolában a hármás 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 tantárgyom, 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 középiskolai 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 hármás lett. Több se kellett...felszólított, hogy vigyem ki, mutassa meg - persze nem hitte el - Kivittem, látta, hogy egyes van rajta, majd megkérdi, hogy hármást szeretnél? Erre én rávágtam, hogy nagyon szeretnék igen... erre előttem beírt három darab egyest. Emiatt akkora bajba kerültem, hogy év végén épphogy átcsúsztam kettessel. A bukást szerencsére mindig megúsztam, nem mondom, hogy nem volt olyan alkalom, ahol ne rezgett volna a léc, de mindig átevicckéltem. Vicces sztori meg sok volt. Eleven gyerek voltam, mindig volt velem valami baj, viszont azt meg kell hagyni, hogy úgymond szerethető rossz voltam. A humorérzékelem mindig is jó

volt, vicces beszéléseim 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 csinálok. 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 ➤



ELINDULT A FELVÉTELI

EDUTUS EGYETEM

EDUTUS
UNIVERSITY

EDUTUS EGYETEM

EDUTUS
UNIVERSITY

GAZDASÁGI # MŰSZAKI # ALAPKÉPZÉS # DUÁLIS DIPLOMA # MESTERKÉPZÉS
BUDAPEST # TATABÁNYA # FELSŐOKTATÁSI SZAKKÉPZÉS
SZAKIRÁNYÚ TOVÁBBKÉPZÉS # FELNŐTTKÉPZÉS # LEDOLGOZHATÓ TANDÍJ
WEBINÁRIUM # SPORTOLÓI PROGRAM # ANGOL NYELVEN IS

GAZDASÁGI OKTATÁSI PROGRAMKÍNÁLAT

GAZDASÁGI ALAPKÉPZÉSEK

DUÁLIS DIPLOMA

Gazdálkodási és menedzsment *Angol nyelven is tanulható!*

📍 Tatabánya, Budapest, Tata, Sümeg

> Specializációk: E-business | SSC | Innovatív vállalkozás | Vár- és kastélyturizmus specializáció

Kereskedelem és marketing

📍 Tatabánya, Budapest

> Specializációk: Content marketing | E-business | Nemzetközi piacok

Nemzetközi gazdálkodás

📍 Budapest

> Specializációk: Innovatív vállalkozás | Nemzetközi piacok | SSC

Turizmus-vendéglátás *Angol nyelven is tanulható!*

📍 Budapest

> Specializációk: Rendezvényszervezés | Szállodai és térségi turizmus | Szállodamenedzsment | Turisztikai termékmenedzsment

GAZDASÁGI MESTERKÉPZÉS

Marketing

📍 Budapest

Államilag finanszírozott helyek is!

GAZDASÁGI FELSŐOKTATÁSI SZAKKÉPZÉSEK

Turizmus-vendéglátás

📍 Budapest, Balatonfüred

> Specializáció: Turizmus

Kereskedelem és marketing

📍 Tatabánya, Budapest

> Specializáció: Logisztika

MŰSZAKI OKTATÁSI PROGRAMKÍNÁLAT

MŰSZAKI ALAPKÉPZÉSEK

DUÁLIS DIPLOMA

Mechatronikai mérnök

📍 Tatabánya

> Specializáció: Lézer technológia

Műszaki menedzser

📍 Tatabánya

> Specializációk: Folyamat- és projektmenedzser | FM (létesítménygazdálkodási menedzser)

MŰSZAKI MESTERKÉPZÉS

Műszaki menedzser

📍 Tatabánya

> Specializáció: Létesítménygazdálkodás

MŰSZAKI FELSŐOKTATÁSI SZAKKÉPZÉS

Műszaki

📍 Tatabánya

> Specializáció: Cépzészet

➤ 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 klímaszerezés 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 felgyűltek 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



Álfarcs 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 rejtelmibe 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. ○

HOZD MAGAD FORMÁBA A MIAMI-BAN

AZ ELSŐ HAVI BÉRLET

CSAK 7000 FT!



Miami
FITNESS & WELLNESS CLUB

Napijegy:

1490Ft

2 hetes bérlet:

6990Ft

6 alkalmas (30napig érv.):

7990Ft

12 alkalmas(45napig érv.):

12990Ft

Havi Felnőtt bérlet:

11990Ft

Havi Diák/nyugdíjas:

10990Ft

3 Havi kedvezményes bérlet:

29990Ft

6 Havi kedvezményes bérlet:

49990Ft

12 Havi kedvezményes bérlet:

84990Ft

Wellnes napijegy:

3990Ft

Wellnes+kondi havi bérlet:

15990Ft

Székény bérlés:

5000Ft/hó

(diák bérletet 24.-év alatt érvényes diákigazolvánnyal lehet igénybe venni)

AUDI SZAKSZERVEZETI KEDVEZMÉNY 9990 FT

A kedvezmény csak szakszervezeti igazolvánnyal vehető igénybe!

NYITVATARTÁS:

H-P: 6-22

SZ-V: 8-21

JÓGA

Minden héten szerdán
este 19-től / Márkus Mira
06-20-226-64-26

KARATE

minden hétfőn és csütörtökön
19-től / szombatonként 10-től
Kovács Bálint
06-20-206-9188

MASSZÁZS

minden nap
Kozma András:
06-20-239-4303

SZEMÉLYI EDZÉS

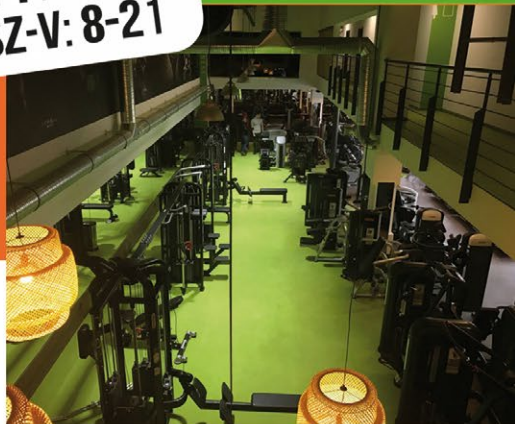
Fél Patrícia: 06-20-488-2860
Mesterházy Vivien: 06-30-998-0697
Erős Áron: 06-20-220-2311

Várunk mindenkit szeretettel!

P

**4 ÓRA INGYENES
PARKOLÁS**

GYŐR PLAZA / KÓRHÁZ FELŐLI BEJÁRAT





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 Bődöcs Tibit, Hadrhási Lacit is szerettem nézni a tv-ben. Az élet ironiája, hogy most én vagyok Hadrhási egyik “előzenekara”, Lakatos Laci a másik.



Volt lámpalázad? Hogyan küzdötted le? Volt valami trükköd rá vagy egy kabalád, ami “megnyugtatott”? **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 válaszom, 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.

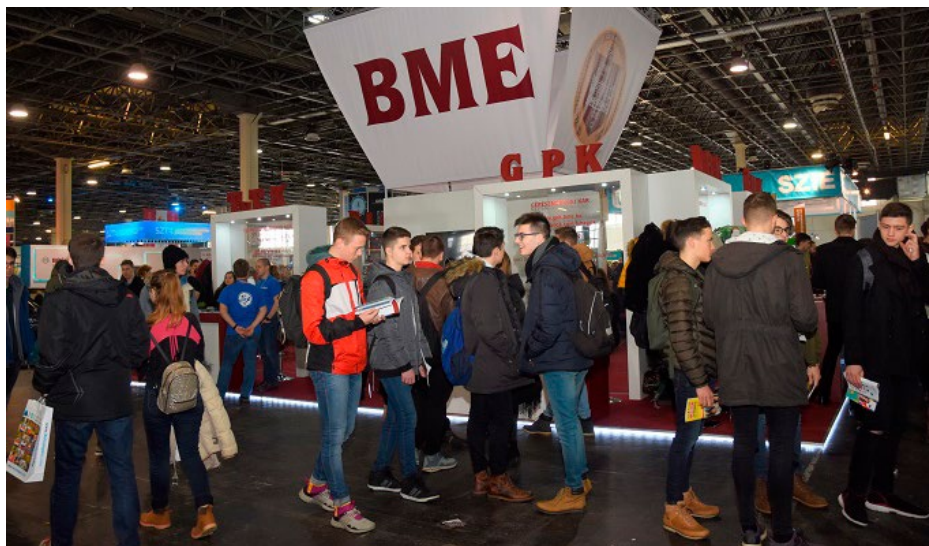
Ha van egy kis szabadidőd, mivel töltöd el? Van valamilyen hobbi? **Dávid:** Abban a szerencsés helyzetben vagyok, hogy a munkám a hobbim, de például kosarazni szeretek.

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 Szakkiállításán, amely idén rendhagyó módon online formában, 3 napon keresztül várja a felvételi előtt álló középiskolás 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 megrendező Educatio Nemzetközi Online Szakkiállításán 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 szerzhető végzettség a magas szakmai színvonalú ismeretek mellett, munkaerő-piaci előnyt is jelent, 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 felvetettek pontátalaga, a nyelvvizsgálóval 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 INTERJÚ

**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 egészet. 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 szernek 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 többenél. Szerintem ezen múlik az egész, a jó döntéshozatalon. Ez az alfája és az omegája az egész történetnek, hogy ha ezeke valaki nemet 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 jőpáran 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 használom 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 megpróbálom 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 elveszítettünk ebben a járványban. A másik,

hogy szeretnék még egészségben dolgozni nem kevés időt ameddig bírnam, 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 hármát felhasználánám. 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 életekkel ezzel az online oktatással. Nagyon másabb, mint a tanterem. Teljesen más a tanár szempontjából, teljesen más a diák szempontjából. Próbáljátok meg a lemaradásokat pótolni, amik ebből adódnak, hiszen az a tudás, amit Ti ebben a fogékony korban feltudtok halmozni a fejetelekbe, az a legfontosabb. Bárhova visztiteket 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 kapjatok, de a tudás az egész történetben a lényeg! ○

Varga Attila



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

Bill Cosby

A véleményeddel most valami igazán jót tehetsz!

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



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,
 Járka 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 Fejér, Győr-Moson-Sopron,
 Komárom-Esztergom 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 tanév vagy fél év 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 öregdiákjaink 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 repjegyre gyűjteneik.



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

+3630-758-4047

tanulaskulfoldon.hu