

Lármafa

2025/2026

4. szám



A pozsonyi Duna utcai gimnázium diáklapja

Radnóti Miklós:
Június

Nézz csak körül, most dél van és csodát látsz,
az ég derüs, nincs homlokán redő,
utak mentén virágzik mind az ákác,
a csermelynek arany taréja nő
s a fényes levegőbe villogó
jeleket ír egy lustán hősködő
gyémántos testü nagy szitakötő.



IMPRESSZUM

Újság neve:

Lármafa

Újság periodicitása:

Kéthavonta

Főszerkesztő:

Biháryová Bianka

Szerkesztők:

Dávid Dóra, Horváth Julian, Domsitz Karin,
Porubská Andrea, Popálená Izabella, Čerňanská
Tímea

Grafika, tördelés:

Méry Bence

Szerkesztőség székhelye:

Dunajská 13, 814 84 Bratislava

Kapcsolat:

larmafa. ujsag@gmail.com

Borító (cím betűtípusa, kép, rajz):

Ruggiero Cheyenne

Rajzokat készítette:

Bukor Lilianna, Kovác Szofi Eleonóra

Felügyelő tanár:

Kulcsár Mónika

Kedves duccások és nem duccások!

Eljött ez az idő is: főszerkesztőként az utolsó vezércikket írom a kedves olvasóinknak, akik most az ez évi Lármafa utolsó számát olvassák. E pár év alatt sok mindennel igyekeztünk jobbá tenni az újságot a munkatársaimmal. Voltak viccek, ankétok, aranyköpések, interjúk, hírek, érdekes ismertető szövegek, élménybeszámolók, versek, de szebbnél szebb rajzok is... Hihetetlen belegondolni abba, hogy bár megmarad és fejlődik tovább, valamilyen formában mégis lezárult a Lármafa egy korszaka. Szeretném megköszönni minden osztálytársamnak, barátomnak, ismerősömnek, aki segítségével hozzájárult ahhoz, hogy az újságunk érdekesebb legyen. Köszönet illeti az olvasókat is, akik érdeklődtek irántunk, és figyelemmel kísérték a számainkat az elmúlt években.

Végre eljött a nyár, és lezárult ez az iskolaév is. Sok minden történt, voltak utazások, kirándulások, ismerkedések, de felmérők, stressz és csalódások is. Én már csak tudhatnám, hiszen negyedikes vagyok... Voltam. Szeretnék mindenkinek kellemes nyarat, nyári szünetet kívánni! Élvezze ki, és sokat relaxáljon! Remélhetőleg hozzásegít az újságunk is, amelyben ismét, ebben a felállásban utoljára láthatóak a rendszeres cikkeink. Reméljük, tetszeni fog, és hogy bármi is jön ezután, azért nem felejtődünk el mi sem.

Utoljára búcsúzom és írom alá magam a Lármafa nevében,

BIANKA



GIMIS GUIDE

Tippek és tanácsok a középiskolához

Lementek a szóbeli érettségik, megkaptuk a bizonyítványunkat, és ezzel ténylegesen véget ért számunkra a gimnázium. Furcsa ezt kimondani (és leírni), mert – a mondással ellentétben, miszerint egy pillanat alatt elrepül ez a négy év – azért hosszú és tartalmas, néhol fárasztó és kibírhatatlan volt, így utólag visszatekintve azonban csak egyetlenegy szót találok, amely képes összefoglalni minden bennem kavargó érzést: emlékezetes. Arra gondoltam, megosztanék veletek pár olyan tanácsot, amelyekre a gimi alatt jöttem rá, és amelyek segítettek túlélni ezeket az éveket. Remélem, hasznosnak találjátok majd őket :)

TANULÁS

- Folyamatosan, minden órára tanulni lehetetlen, viszont időben elkezdni az anyagot nem az
 - Dolgozat előtti napon hasznos lehet, ha kvíz kérdésekkel ismétlünk (erre a mesterséges intelligencia nagyon jó, pl. thea.study)
 - Magolósabb tantárgyknál segíthet, ha többször halljuk az anyagot, és a ma már podcastet is lehet generálni a jegyzetekből (pl. notebooklm)
 - Nyelvtanulás sorozatok és filmek útján (fontos, hogy a szinkronhang legyen az adott nyelv, és ne a felirat)
 - Fáradtság esetén nem is délután vagy este tanulni, hanem inkább másnap reggel
 - Ha van egy tantárgy, egy terep, ahol/amiben fejlődni szeretnénk, a különféle versenyek és megmérettetések ebben segíthetnek, és rengeteg lehetőséget biztosíthatnak
- Naptár vagy planner használata nagyban hozzájárul ahhoz, hogy semmiről se feledkezzünk meg
 - Elég pihenés a hétvégén és szünetekben, fontos, hogy maradjon idő a hobbikra is
 - Részvétel sulis kirándulásokon, programokon, különböző rendezvényeken, ezekből később szép emlékek szülehetnek
 - Barátokkal való időtöltés az iskolán kívül is
 - A mindennapok romantizálása és az apró örömek megtalálása segíthet túlélni a hosszú sulis heteket

Valakik úgy vélik, a gimi életünk legjobb időszaka. Mások pont az ellenkezőjét gondolják. Az viszont vitathatatlan, hogy ezek az évek felejthetetlenek, és ha nem is minden momentum, de örökké velünk maradnak. Próbáljuk meg a legjobbat kihozni ebből az időszakból, hogy aztán maradandó barátságokkal és szép emlékekkel távozhassunk.

MAGÁNÉLET/EGÉSZSÉG

- Megfelelő mennyiségű alvás kifejezetten fontos, mert kipihenten a tanulás – meg minden más is – hatékonyabban megy
- Rendezett, tiszta környezet segíthet, hogy produktívabbak legyünk

DÁVID DÓRA



Visszaemlékezés

A DUCCÁS ÉVEKRE

EGY VÉGZŐS SZEMÉN KERESZTÜL

Sokáig kellett gyűjtenem a bátorságot, hogy ezt megírjam. Nem is tudom, miért. Talán mert ezzel a levéllel mintha végleg lezárulna bennem minden, ami a középiskolás éveimhez kötődik. Érdekes állapot ez, hiszen lényem egyik része nagyon örül, és megkönnyebbült, hogy az érettségihez hasonló akadémiai terhek már nem nyomják a vállamat, viszont a másik fele még maradni akar, tapasztalni bármit az égvilágon, csak még egy kicsit ne kelljen búcsúznia.



Aztán pedig színre lép a józan ész, amely azt sugallja, semmi sem tarthat örökké, a fejlődéshez folyamatosan menni kell előre, és nem egy helyben toporogni, mert még senki nem ért el semmi lényegeset azzal, hogy egész életében abban a kis buborékban élt, amely más néven a komfortzóna. Bár most eléggé szürreális, próbálok tudatosítani azt az állítást, miszerint minden új szakasz valami mást tartogat, de az is biztos, hogy jó lesz, csak nem olyan, mint eddig. Rengeteg kérdés és bizonytalanság kavargog bennem. Mégis, ez így természetes.

Amikor előben minyonokként betipegtünk a tornaterembe, tudtam, ez egy különleges korszak lesz. Akkor még bizonytalanul álltunk a diáktársaink előtt, borsónyi önbizalommal (már aki), próbáltunk beilleszkedni - ez idővel aztán sikerült is. Én se indultam el többé a rossz lépcsőn az ebédlőbe, és az iskolai folyosók is kezdtek egy átlátható labirintussá válni. A végtelen utazás a suliba egyre rövidebbnek tűnt, a kiadós alvás az eleinte gyűlölt buszon meg egyre hosszabb lett :)

Szerencsés órarendünknek köszönhetően a péntek délutánokat a drámakörnek tudtuk szentelni, előtte

viszont egy jót nasztunk az osztályban, és valahogy minden egyes alkalommal ennek a szőnyegen fetregő röhögés lett a vége. A legjobb beszélgetések mindig az ebédlőben születtek, vagy a buszúton odavissza a Komáromi Jókai Színházba. A párkányi osztálykirándulás pedig a mai napig az egyik legjobb élményként maradt meg bennem.

Nem feledkezhetek meg az első modellkedési élményemről sem az environmentális napok divatbemutatóján - egyik napról a másikra kellett megtanulnom szépen járni körömcipőben, viszont amint kiálltam ország-világ elé, a gyakorlás által szerzett ismeretek szertefoszlottak, mint a köd :) De legalább begyakorolhattam, milyen az, amikor ezer szem rám szegeződik.

Másodikban jöttem rá, hogy bizony a Starbucks kávé baromira nem finom, szóval az ISIC-kuponoknak ezentúl lőttek. A „gender reveal” témájú avatással lett egy plüss kabala unikornisunk is, amely egészen az érettségiig kísérte utunkat. Sőt, a Borka tanár úr által



szervezett magunkképversonybe benevezett fotónknak is az egyik szerves, bízom benne, hogy a nyereshez hozzásegítő tagja volt.

Megtörtént a felejthetetlen sítúra, amelyen majdnem nem sikerült részt vennem betegség miatt, de végül csak késve érkeztem. Rendes diákokhoz híven vittünk magunkkal kicsi vízfóralót a vífonleves főzéséhez, hajszárítót, pót sínadrágot - amit, szerintem, ezúttal sem használt senki :) A tanár urak leengedtek egy videót, hogy kéne síelni, nem kis értetlenkedéssel kísérve. Eleinte még bíztam a képességeimben, ezért a legjobb csoportba kerültem, viszont miután kiértünk a terepre, amely leginkább egy szántóföldre hasonlított,

úgy gondoltam, az életem számomra kedvesebb, tehát degradáltam magam Csonka tanár úrhoz.

Alig vártuk, mikor érünk vissza a szállásra, mert hullafáradtak voltunk. Vacsora után erőre kaptunk, és egy Kofola mellett társasoztunk. Amikor pár nappal később megtudtuk, hogy a szálloda rendelkezik egy jacuzzival és szaunával, nem is kértük magunkat, rögtön kihasználtuk. Rájöttem, hogy a hideg vizes kádba még sajnos nem tudok belemászni, remélem, majd idővel sikerül.



Krakkó szépségével nem tudtam betelni, Auschwitz megrázó volt, de ráébresztett és megtanított sok mindenre. A wieliczki sóbánya terei egy teljesen új dimenzióba vittek. És hát a szöuli szürreális utazás (amely egy meg nem álmodott beteljesült álom volt) teljesen levett a lábamról. Kultúrsokk, időjárás, napi több ezer lépés... A kirándulás legjobb részének a családoknál való elszállásolást tekintetem, mert nem kellett kint haldokolni a párás hőségben, elvittek minket bárhova, brutális ételeket ettünk, és megtapasztaltuk az Európában még nem látható hipermodernitást. Utunk utolsó részében egy tábor adott nekünk otthont, ahol bár jobban megismertük a koreai szokásokat, de még soha nem áldottam annyira az eget, hogy itt születtem, Szlovákiában :)

Harmadikban életemben először nyertem meg halloweeni jelmezversenyt mint nagymama, először diszkóztam tornateremben, és először énekelhettem a poszonyi Vigadóban. Aztán felnőttem. Továbbra sem voltam jó a földrajzból, fizikából, informatikából. Alig vártam, hogy negyedikben búcsút intsek az

ilyesfajta tantárgyaknak. Szerencsére ott volt a magyar meg a szlovák, ezeket három év után is ugyanúgy szerettem, mindkettő annyira be tudott szippantani, hogy sokszor észre se vettem, milyen gyorsan elment az idő.

Ezután a negyedik már csak úgy jött, szinte kopogás nélkül tört ránk, nehéz volt, de megküzdöttünk vele, mindenki a maga legjobb képessége szerint. Az akadémiai haldoklást nem is szeretném részletezni, nyugodtan el lehet alatta képzelni bármit. A szalagavató, plusz a vele járó előkészületek eléggé emlékezetesek voltak, a ballagás meg egyenesen egy történelmi pillanattal ért fel.

Nem lehet minden egyes jó élményt, tapasztalatot ebbe a cikkbe foglalni, mert rengeteg volt. Legyen szó bármilyen nemű színházlátogatásról, kirándulásról, utazásról, diákbálról vagy másról, minden nagyon tetszett, és főképp rengeteget hozzáadott ahhoz, hogy milyen emberré váltam - a legjobb értelemben véve. Hálás szívvel szeretném megköszönni a tanároknak az áldozatos munkájukat, ők nemcsak tanítottak, hanem neveltek is bennünket (amit mondogattak, az pontosan úgy lett!), és azoknak is, akik hozzájárultak ahhoz, hogy a Ducca légköre mindig ilyen családi maradjon.

Drága Duccám! Négy évig otthonom, erős váram voltál, az a hely, ahol biztonságban éreztem magam, és ahol tudtam, hogy mindig szívesen várnak. Nemcsak egy intézmény voltál, hanem jóval több: barátságok, hasfájdító nevetések, kalandok, olykor könnyek, bakik, reménytelennek tűnő pillanatok - ezek viszont idővel megszépültek, és most már nem tudok máshogy visszagondolni rájuk, csak a nosztalgia édességével. Köszönöm, hogy az életem egy fontos részének tudhattalak, az itt töltött évekre örökké emlékezni fogok.

POPÁLENÁ IZABELLA



VÉGZŐS TÖLÜNK NEKTEK

Mit üzennek a frissen érettségizettek a fiatalabb diákoknak?

Az augusztus végi gólyatábor és az érettség bizonyítványosztás között évek telnek el. Mégis, amikor az ember az osztálytársaitól, a barátaitól és a tanáraitól vesz búcsút, úgy érzi, egy szempillantás alatt elröpült az együtt töltött idő. Néhány végzős diák gondolatát, tanácsát hoztam el most nektek, fogadjátok őket szeretettel!



„Élvezték ki a barátságokat, amíg egy osztályba és iskolába jártok, mert gyorsan eltelnek a közös évek, és utána mindenki szétfut a nagyvilágba”

„Használjátok ki minden adódó lehetőséget (legyen szó színházi előadásról vagy Erasmusról...)”

„Mikor elsős voltam, azt hittem, a negyedik még fényévekre van. Csak nagyokat nevettem, amikor Kulcsár tanárnő azt hajtogatta már első osztálytól: „Mindjárt itt az érettségi”, és milyen igaza volt. Használjátok ki ennek a négy évnek minden percét, vegyetek részt minden programon, amin csak lehetőségetek van, mert az együtt töltött idő gyorsan elrepül, de az emlékek és élmények megmaradnak”

„Ne hagyjatok semmit sem az utolsó pillanatra”

„Próbáljátok meg beosztani az időtöket”

„Hibázni emberi dolog, és fontos a fejlődés szempontjából”

„Minden percét élvezték ki, még akkor is, ha nehéz és kegyetlen néha, mert utána bánni fogjátok, ha nem”

„Ne stresszeljétek túl mindent, gyorsabban eltelik ez a pár év, mint hinnétek”

„Fontos, hogy ne csak tanuljatok, hanem gyűjtsetek is közös emlékeket, mert a tananyag nem biztos, hogy megmarad, de az együtt töltött pillanatok igen”

„Biztos fognak nektek a néha furcsa emberek mindenfélét ajánlani, és talán nem fog érdekelni, de hallgassátok meg. Menjétek el arra a szakkörre, eseményre vagy programra, amire nem gondoltátok, hogy akartok. Karvai színpályázótábor az isten háta mögött? Furcsa történelmi kirándulás České Budějovicében? Még Strassbourgba se volt kedvem menni... De elmentem, és ezek az emlékek számomra a legkedvesebbek. Plusz, használjátok ki, ha híresség megy a suliba! Mindenki fél tőle, ti ne féljétek! Ő is volt diák, és tudja, milyen az! Én csak egy év alatt sok-sok ismert emberrel beszélgettem, és nem csináltam semmit, csak nem voltam bekakilva, amikor előttem álltak az osztályban.”

„Osszátok be a tanulnivalót, és ne hagyjatok mindent az utolsó pillanatra. Emellett élvezték ki a gimis éveket, az érettségi ügyis meglesz!”

ÖSSZEÁLLÍTOTTA: DÁVID DÓRA

„Én mindennek a királynője leszek”

Gwyneth McMullen huszonkilenc éves, és Instagramon több mint 230 ezer, TikTokon 800 ezer követője van. A transznemű influencer eredetileg az amerikai közönség körében volt ismert, de ez pár hónappal ezelőtt megváltozott. A bejegyzései alatt egyre több olyan szlovák nyelvű komment jelent meg, melyek szerint a kaliforniai tartalomgyártó arca hasonlít Robert Ficóéra, Szlovákia kormányfőjére. A feltűnést kihasználva Gwyneth a videóiban azonnal célba vette a szlovák közönséget: elkezdett viccelődni a témáról, Szlovákia királynőjének nevezte el magát, és ilyen feliratú ruhát is árult. Növekvő népszerűsége eredményeként, több utalás után, júniusban személyesen ellátogatott Szlovákiába, és számos médiaszereplés után a rajongóival is találkozott a pozsonyi Queen Arrives, vagyis A királynő megérkezik nevű divatrendezvényen. Itt találkoztunk Gwynethtel, és vonultunk el vele a rajongók sokaságából egy gyors cevejre.

Miért pont egy divatrendezvényen találkozott a rajongóival?

Imádom a divatot, és szívesen találkozom a támogatóimmal. Nagyszerű ötletnek tűnt egyszerre találkozni a követőimmel és részt venni egy közös kollektív létrehozásában. Egy álmom vált ezzel valóra: óriási öröm volt számomra, hogy eljöhettek Szlovákiába, és ennyi emberrel találkozhattam. Nagyon hálás vagyok, igazi megtiszteltetésnek érzem.

Csak pozitív reakciókat kapott?

Igen!

A miniszterelnökünknek sok a rajongója, de sokan nem is szeretik. Nem fél attól, hogy mert hasonlít rá, barátságosan visszajelzéseket is kapni fog?

Kicsit izgultam, de eddig mindenki hihetetlenül kedves és vendégszerető volt. Ha akad is néhány rosszindulatú ember, eltörpülnek a rengeteg pozitív visszajelzés mellett.

Reagáltak Önre valahogy a szlovák politikusok?

Természetesen. Kaptam meghívást a parlamentbe is, illetve több hasonló felkérést. Nagyon izgultam, és rengeteg dolgom is volt, így végül nem jutott rá időm. Több politikus és kolléga is meghívott, de most inkább arra szeretnék koncentrálni, hogy mosolyt és jókedvet hozzak. Először szerettem volna személyesen megismerni az országot, mielőtt bármilyen politikai témába belefolynék. Én egy vendég vagyok az országokban. Nem azért érkeztem ide, hogy kívülállóként megmondjam, hogyan kellene élniük az embereknek. Egyelőre csak örömet hoztam, a többit majd meglátjuk.



Gwyneth McMullen és a Lármafa főszerkesztője, Biháryová Bianca

Miért nevezte el önmagát pont királynőnek?

Mert úgy gondoltam, hogy ha már a miniszterelnökhöz hasonlítanak, akkor én leszek a királynő!

Valamennyire aktuális, hallottam olyan viccet, hogy Szlovákia bizonyos szempontból a 19. században ragadt...

Tudod, mit? Vigyük előre az országot! Teremtsünk együtt egy gyönyörű, befogadó Szlovákiát. A diákok – köztük te is – elképesztő munkát végeznek.

Az arcán kívül mi közös még Önben és Ficóban?

Mindkettőnkben van egyfajta erő, ami hatással van az emberekre.

Mit üzenne neki?

Azt üzenném neki: „Remélem, jó napja van — úgy látom, ráférne.”

Ezt miért gondolja?

Úgy látom, elég megosztó személyiség. Az emberek velem nagyon kedvesek, vele viszont mintha nem mindig lennének azok. Hogy ez mennyire jogos, azt nem tudom megítélni – amerikaiként nem látok bele mindenbe.



Gwyneth McMullen és Robert Fico (Forrás: Instagram, @idnescz)

Mennyire nézett utána, ki ő?

Utánanéztam egy kicsit, és úgy tűnik, hogy az amerikai és a szlovák politikai helyzet bizonyos szempontból hasonló. Szerintem arra kell figyelni, ami igazán számít: az emberekre. Az amerikai elnök és a szlovák miniszterelnök is értük dolgozik. Ne aggódjunk annyit miattuk, inkább egymásra figyeljünk, és legyünk kedvesek egymáshoz.

Robert Ficónak köztudottan sok rajongója van a nyugdíjasok között. Ön is meghódítja őket?

Nem tudom, a nyugdíjasok fent vannak-e TikTokon — ha nem, akkor nehéz lesz elérnem őket. De tudod, mit? Koncentráljunk inkább a fiatalokra! A diákok fantasztikusak.

Szlovákia királynőjeként mit tanácsolna az itteni fiataloknak?

Azt tanácsolnám a diákoknak, hogy járjanak emelt fővel, és legyenek magabiztosak abban, akik. Különlegesnek lenni nagyszerű, és büszkének kell rá lenni. Ha úgy érzik, kilógnak a sorból, az teljesen rendben van — pontosan ott vannak, ahol lenniük kell. Mindannyian értékesek, és sokkal több lehetőség áll előttük, mint azt talán most gondolják. Jól lesznek, és minden rendben lesz. Ha valami nem megy elsőre, ne csüggedjenek: lehet, hogy épp az a tulajdonságuk lesz később az erősségük. A jövő kiszámíthatatlan, de tele van lehetőségekkel.

Önnek is volt ilyen tapasztalata?

Nem voltam jó matekból. Sokkal inkább a kreativitás érdekelt, szerettem szerepelni és önmagamot adni.

Talán ennek is köszönhető, hogy ma ilyen különleges helyzetben lehetek. Van egy fiútestvérem, aki például kosárlabdaedző szeretne lenni, mert imádja a sportot... Annyi út létezik, ahol az ember a saját képességeit kamatoztathatja. Ez csodálatos.

Ön milyen volt diákként?

Nem voltam a legjobb tanuló. Sokszor inkább beszélgettem, mint tanultam. Ha visszagondolok a középiskolára — főiskolára nem mentem, amit kicsit bánok —, azt kívánom, bárcsak jobban igyekeztem volna. Fontos, hogy a képességeinkhez mérten a lehető legjobban teljesítsünk. Lehet, hogy akkor nem tűnik fontosnak, de tíz év múlva visszanezve azt mondd: „Ott voltam, és sokkal többet tanulhattam volna, jobban kihasználhattam volna a lehetőségeket.” Én így érzem.

Mik a tervei a jövőben?

Dolgozom valamin a háttérben — valami nagyobb, fontosabb, hatásosabb dolgon. Nem ígérhetek semmit, mert ez egy komoly feladat, és még nem beszélhetek róla. Időbe telik, de remélem, sikerül. Szlovákia csodálatos ország, és annyi szeretetet kaptam tőletek, hogy csak hálát érzek. Egészen elképesztő élmény volt.



Pillanatkép Gwyneth McMullen egyik videójából (Forrás: Instagram, @gwynethmcmullen)

Tehát köze van Szlovákiához.

Természetesen! Szlovákia számára lesz.

Azt is eszelted már, hogy Szlovákiába akar költözni. Komolyan gondolta?

Majd meglátjuk, mit hoz a jövő. Miért ne költöznék ide? Az emberek kedvesek, a diákok fantasztikusak, az ország pedig gyönyörű.

Pedig mások menekülnek innen: nem a legjobb a gazdaság, az egészségügy, az oktatásügy...

Az rendben van. Mindig igyekszünk fejlődni és a lehető legjobbak lenni. Szlovákiában nagyon erős emberek



Pillanatkép Gwyneth McMullen egyik videójából (Forrás: Instagram, @gwynethmcmullen)

élnék — nincs kétségem afelől, hogy minden rendben lesz.

Jelenleg egy dokumentumfilmen dolgozik. Mit árulhat el róla?

A dokumentumfilm erről az egész „Szlovákia királynője” jelenségről szól. A mentális egészségéről is beszélek benne, arról, hogyan maradj önmagad, amikor a világ meg akarja mondani, ki legyél. Lesz benne divat, az ide vezető utam és minden találkozás azokkal, akik ilyen kedvesek voltak hozzám. Rengeteg élmény ért az elmúlt hónapokban, ezért kíváncsian várom, hogyan jelenik majd meg mindez a filmben.

Miért pont egy cseh csapattal forgatja?

Sok ajánlatot kaptam különböző emberektől és projektektől. Az, hogy a stáb cseh, nem jelenti azt, hogy ne lennének a szívükben szlávok. Hihetetlen munkát végeznek, és fontos volt számomra, hogy olyanokkal dolgozzak, akik értenek, büszkék a közös munkára, és osztják a víziókat. A csapatom fantasztikus, és legalább annyira szeretik Szlovákiát, mint én.

Csak nem már Csehország királynőjévé is vált?

Én mindennek a királynője leszek. Miért is ne? Lehetnék akár Oroszország királynője is — hajrá!

Mehetne az Európai Parlamentbe is, hogy ott legyen királynő.

Ne adj nekem ötleteket, mert egy perc alatt ott teremnék.

BIHÁRYOVÁ BIANKA



„Nem tetszik, ha az emberek egyetlen kultúrába tömörülnek, mert ugyanúgy néznek ki és viselkednek”

Schlosser Imre anyai ágon Amerikai, apai ágon pedig egy régi pozsonyi család sarja, amely – korábban Fizély néven – több mint százötven éve él Pozsony belvárosában. A patikuscsalád több tagja a szlovák főváros különféle gyógyszerüzeteiben, köztük a Grössling utcai Schlosser nevűben is dolgozott. A műveltség mellett hagyomány náluk a zenélés is: az elődök barátságot ápoltak Németh Mária európai hírnő magyar operaénekesnővel, Ján Albrecht és Németh István László pozsonyi zeneszerzőkkel.



Schlosser Imre. Fotó – Schlosser Imre archívuma

A családi szokáshoz híven Imre és testvérei a Duna utcai iskolában kezdték el tanulmányaikat, majd Imre a középiskolát angol nyelven folytatta, jelenleg iskolaelső. Zenei és szervezői elfoglaltságai mellett külsőként tagja volt a Duna utcai robotikacsapatnak is, amely 2024-ben és 2025-ben is megnyerte a World Robot Olympiad robotikai versenyt szlovákiai bajnokságát, és részt vett először az izmiri, majd a szingapúri világbajnokságon, ahol bronz sávós lett.

Imre nagymamája a pozsonyi filharmóniában énekelt, és az egykori legjobb szlovák szoprán operaénekesnővel, Edita Gruberovával barátkozott. A húga nemzetközi versenyeket nyer, a tanárai zseninek nevezik.

Apai ágon régi pozsonyi családból származol. A Z generáció tagjaként mit jelent számodra ez az örökség?

Otthonias érzést ad számomra a városnak. A családom már százötven éve itt lakik, és mindenről tud mesélni: hol dolgozott a dédnagyapám, milyen patikánk volt... Bár a szlovákiai magyarok között megtörténik, hogy felismernek, a fiatalok már nem nagyon tudnak erről semmit. Ráadásul azt érzem, hogy köztük mostanában nagyon elterjedt az individualizáció, vagyis hogy önmagukért élnek. Persze kötődnek a családjukhoz, de jobban érdekli őket, hogy ők kik, mint az, honnét származnak. Ez segíthet definiálni önmagukat, de nem olyan fontos számukra.

Neked se?

Ez jó kérdés. Magam sem tudom.

Mindenesetre az őseid miséket játszottak a Szent Márton-dómban, és nagy nevű embereket ismertek. A nagymamád, Schlosser Klára – aki jelenleg énektanár, és templomi kórust vezet – énekelt a Szlovák Filharmóniában, és közeli barátnője volt az elhunyt Edita Gruberovának.

Biztos több hírességet is ismert a családom. Lehet, hogy a nagyapám is: sokszor diplomákban orgonált, filharmóniában és énekkarban volt zongorista.

A családban mindenki zenél. Az amerikai nagyapám önéből megtanult zongorázni, és nagyon természetesen ment neki. Az apám, az anyám, a testvéreim és én is zongorázunk.

A családot bekerült a Pozsonyi Kifli polgári társulás Régi pozsonyiak vagyunk (My sme starí Prešporáci) című könyvébe. Erről mit gondolsz? Meglepődtél rajta?

Nem annyira. Valahol elvártam, hogy bekerüljünk oda. Emlékszem, hogy a nagymamám odaadott a könyvből egy részletet, hogy olvassam el. A családtörténettel főleg a nagymamám testvére foglalkozik, ő szokta leírni, ő működik együtt a Pozsonyi Kiflivel is. Jelenleg ő őrzi az egész családi történetet, amely nagyon hosszú. Hogy mennyire, nem is tudom. Olykor szeretek belenézni. Utoljára az ükapám – aki az osztrák–magyar hadseregben volt katona – frontról hazaküldött leveleit olvastam. A családon belül ez tetszik a legjobban: minden rendesen dokumentálva van. Sokat jelent, hogy ezeket a történeteket le lehetett jegyezni, mert enélkül a jövőben teljesen el lennének felejtve. Segíthetnek megemlékezni arról, hogy emberek vagyunk, és vannak olyan dolgok, amelyek mindenkivel megtörténnek: például hogy mérges vagy a főnöködre, frusztrálnak a szüleid, lázadó a gyereked... Érdekes elolvasni, hogy ezek a dolgok a történelem folyamán mindig itt voltak,

csak más formában.

Összetartanak a régi pozsonyi családok?

Gondolom, hogy a Pozsonyi Kifli tartja őket össze, meg valamilyen találkozó, amelyeken emlékeznek a múltra. Az Ifjú Szivek Táncszínházban láttam az *Akcent* című előadást, és az nagyon jól leírja ezt.

A szlovák fővárosi mellett anyai ágon amerikai vér is kering benned, születésedtől fogva három nyelvel és kultúrával vagy kapcsolatban. Minek valod magad pontosan?

Az anyukám Amerikából származik. Apai ágon a nagyapám szlovák, a nagymamám magyar, így az apám félig szlovák, félig magyar. Én negyedrészt ilyen, negyedrészt olyan vagyok. De ez attól is függ, hogy épp hol vagyok, és kivel beszélek. Amerikában könnyebb azt mondani, hogy félig szlovák vagyok, és Pozsonyban, Szlovákiában lakom. Nem tudják, hol van, de azt igen, hogy ország. Magyarországon könnyebb elmagyarázni, mi a szlovákiai magyar és az amerikai.

Manapság egyre többen származnak többnemzetiségű környezetből. Milyen ez a te generációd körében: hogyan definiálják önmagukat a fiatalok, és akadnak-e ebben nehézségek?

Szerintem mindenkinek, aki többkultúrájú, van ezzel problémája. Legtöbbször az egyikben él, és a másikba meg lehet, hogy ellátogat. Ezért úgy érzi, hogy az messzebb áll tőle, és hiányzik az életéből. Például én otthon főleg angol kultúrában nevelkedtem, magyarral vagy szlovákkal nem nagyon voltam körülvéve, legfeljebb ha ellátogattam a nagyszülőkhöz. Amikor elmegyek Amerikába, otthonias érzésem van, de csak



A Pozsonyi Kifli városnéző sétája. Fotó – Braňo Bibel, Pozsonyi Kifli

néha, és egy idő után már hiányzik Pozsony és Szlovákia. Nekem ebben az segített, hogy létrehoztam magamnak egy saját kultúrát. Önmagam vagyok. Nem is tetszik, ha az emberek egyetlen kultúrába tömörülnek, mert ugyanúgy néznek ki és viselkednek. Nagyon unalmas. Olyanokkal szeretek beszélni, akik magabiztosak abban, amilyenek. Az iskolai barátaim se érzik magukat nagyon szlovákoknak, bár van bennük szlovákság,

hanem saját identitást hoztak létre maguknak.

Nemzeti büszkeséget érzel-e valamelyik kultúra iránt?

Attól függ. Valamennyire mind a három iránt érzek. Nem sokat, de érzek. Például amikor Amerikában egy fesztiválon magyar táncot vagy szlovák kolbászt látok. Az olimpiai játékok során majdnem elsírtam magam, amikor a szlovák hokisták nem nyertek érmet. Ott volt az USA is, de nem érdekelt annyira.

A gyógyszerész elődeid gimnáziumba – többen is a Duna utcaiba – jártak, ami régen magas műveltségre utalt: beszéltek a magyaron kívül franciául, latinul, németül, szlovákul és görögül is. Az apád a pannonhalmi gimnáziumban tanult matematikát, a gyerekei versenyszerűen természettudományokkal foglalkoznak. Nálatok mindenki ennyire okos?

Ezt mindig megkérdem. A szüleink sose akarták, hogy zsenik legyünk, de azt igen, hogy érdeklődjünk a dolgok iránt, olvassunk, legyen motivációnk fejlődni. Mindig elvárták tőlünk, hogy tanuljunk. Mindegy, hogy mit, de valamit. Én sokáig a történelem iránt érdeklődtem, ezért a szüleim történelemkönyveket vettek nekem, múzeumokba jártunk.

A testvéredet, a tizennégy éves Vivient ténylegesen zseninek nevezte az osztályfőnöke, és a Duna utcai iskola weboldalán azt írták: tanárai szerint egy kis csoda. Többször első helyen végzett a Kenguru Nemzetközi Matematikaversenyen és a MatekÁsz felvidéki fordulóján, megnyerte a ScratchMatch lányoknak szóló programozóversenyt. Több ízben 99 percentil fölött teljesített az IBobor informatikaversenyen. Táncol, zongorázik, robotikaszakkörre jár, az utóbbi kettőből veled együtt versenyen is volt. A Scratch programozói felületen saját programokat fejleszt, kisregényt ír és illusztrál, gyöngy dísz tárgyakat és ékszereket készít, zenét próbál komponálni... Hogyan tudja ezt mind győzni és összehozni? Mindenben egyformán profi?

Ő mindent, amit csinál, a fejében tart. Hogy ezt hogyan teszi, nem tudom. Szerintem a programozásban és a logikai feladatokban profi, már engem is jócskán leghagyott. Az apámmal valamikor össze szoktunk nézni, hogy nem értjük, mi zajlik a fejében. Mindig megtalálja a helyes választ, de amikor megpróbálja elmagyarázni, ott ülünk ketten a fejünket fogva, hogy: „Mi?” Valamikor a kisebbik húgoddal, Emilyvel matekfeladatokat old. Amikor az apám az interneten talál egy logikai kérdést, legtöbbször Vivi szokta jól megcsinálni, a többiek nem nagyon. Mégis, tényleg különbséget a logika és a matematikai számítások között. A matematikában már most is magasabb szinten van, de akkor lesz nagyon jó benne, amikor eléri a legmagasabb szintet, amit az ő korában el lehet. Bár szerintem, ha most elmagyaráznám neki az integrálást, pár lépésen belül megértené, csak még senki nem ült így le vele. Ezenkívül ír táncrea és zongorára jár, de nem profi szinten. Ha az iskolában

valamilyen tantárgy nem érdekli, akkor nem tesz érte semmit. Szerintem őt az motiválja, hogy eljusson a hét végéig, hogy videojátékokat fejlesszen vagy játsszon.

Egy ilyen ember mellett a családtagjaiddal nincs kisebbségi komplexusotok?

Az apámról nem tudom, de nekem egyelőre még nincs. Nem zavar annyira. Elvagyok a saját érdeklődési körömmel, a robotikával. Főleg hogy én már eljutottam valahova, ő meg még nem. Más az érdeklődési körünk.

Mind a ketten programoztok, matekoztok, robotikáztok...

Ez igaz. Lehet, hogy ha eljut a világbajnokságra, már én is fogom majd a fejem, hogy: „Jaj ne!” Én csak azt várom, hogy Emilyből mi lesz, mert ő a hármunk közül a legszorgalmasabb diák. Mindig hozza a házit, mindent időben megcsinál. Én az ő korában sokszor elfelejtettem a házit, nem tartottam be a határidőt, sok mindent nem csináltam meg. De ezt már az új iskolámban megjavítottam, mert száz különböző dolgot csinállok, úgyhogy időben muszáj győzőm.

A Duna utcai alapiskola után az English International School of Bratislaván folytattad a tanulmányaidat, és jelenleg az egész intézményen belül neked vannak a legjobb jegyeid. Emellett mi mindennel foglalkozol?

Az iskolámban a harmadik szemeszter elején, amikor elkezdődik a diplomaprogram, nagyon nehéz tiszta egyesnek maradni. Az egész harmadik évfolyamból én vagyok az egyetlen, akinek ez sikerült. Nem alszom, sok koffeint iszom. Van belső motivációm, mert jól akarok teljesíteni és jó egyetemre kerülni, hogy a lehető legjobb oktatásban részesüljek. A szüleim mindig azt mondták: ha el tudjuk érni az egyest, akkor miért csináljunk valamit kettesre? Most főleg robotikával, zongorával, gitárral és kosárlabdával foglalkozom. Az iskolámban szervezem a nárciszok napját – az ilyesmit nálunk nem a tanárok csinálják –, benne vagyok a diákönkormányzatban, az érettségihez fizikaprojektekét csinállok, és számítógéptechnikával foglalkozom. Ez jut hirtelen az eszembe. De le van minden írva, mert rendszereznem kell.

A Duna utcára is gyakran visszajössz. Külsőként versenyeztél az iskolai robotikacsapatban, és DÖK-ös megfigyelés céljából a diákbálon is megjelentél. Miért vonz ennyire a Duna utca?

Egyrészt ott vannak a barátaim, másrészt jó valamikor magyarok, nem csak angolok között lenni. Valamennyire még itt van a szívem. A Duna utcán a robotika is fejlettebb. Ezenkívül sok ötletet veszek át innen a mostani iskolámba, mert mivel még kisebb, csak kezdetleges klubok működnek. Például nincs mentorprogram, ezért a múlt évben megpróbáltam beindítani, de kicsi volt az érdeklődés.

A magyar alapiskola után miért törted meg a családi

hagyományt, és mentél angol nyelvű középiskolába? Miben tér el egymástól a két intézmény?

Azért, mert a magyar csak a második nyelvem. Angol az anyanyelvem, olvasni is előbb tanultam meg angolul, mint magyarul. Az angol nyelvtudásom sokkal fejlettebb, mint a magyar, így itt könnyebb fogalmazásokat és felmérőket írnom, meg kifejezmem magam. A tanítás itt sokkal modernebb, mint a Duna utcán, de nehezebb is teljesíteni. A Duna utcán minden tananyagot egy tankönyvből vettünk át: meg volt adva, hogy ez van ideírva, ezt kell átvenni. Nálunk konkrét tankönyvek alig vannak, hanem a tanárok különböző tankönyvekből, saját prezentációkból tanítanak. Kombinált módszereket használnak. A múlt évben rengeteg fizikaprojektet és -kísérletet csináltunk, és ezt a tanár sokkal jobban el is tudta magyarázni.

Szlovákiában erős a magyarok közössége, aminek saját kulturális élete van, például a magyar tannyelvű iskolákban. Hasonló a szlovákiai angolok csapata, akár az iskoládon belül?

Nem nagyon. Oda mindenhol jönnek emberek. Van négy kínai osztálytársam, ukrainai, amerikai-szlovák... Inkább úgy írnám le, hogy nálunk szinte egy harmadik kultúra keletkezett az összesből, ami odajött. Vannak olyan diákok, akik nem mások, mint a szlovák vagy magyar iskolákban tanulók. De vannak olyanok is, akik teljesen a saját útjukat járják, önmagukat adják, és nagyon magabiztosak, amivel valószínűleg egy állami iskolában nem találkozna.

BIHÁRYOVÁ BIANKA

„Ha elveszítjük önmagunkat, semmink sem marad“

Aneta Parišková háromszor nyerte el a Televíziós Személyiség (Osobnosť televíznej obrazovky) címet, és a Markíza Televízió által korábban szervezett hasonló megmérettetésben (Televízna osobnosť Markízy) elért öt győzelmével a legsikeresebb tévés személyiségnek számít. Bemondónóként kezdte pályafutását, később a Szlovák Televíziónál dolgozott. 1996-ban csatlakozott az akkor alakuló Markíza Televízióhoz, ahol a Televízne noviny nevű fő hírműsor történelmileg első műsorvezető páros egyik tagja volt. 2007 óta a TV JOJ-nál dolgozik. Zsűritagként értékeli a Híradás és publicisztika, illetve a Kamera előtti teljesítmény kategóriákban benyújtott pályamunkákat az Aranycsapó (Zlatá klapka) országos ifjúsági audiovizuális versenyen. Emellett vállalkozó és pedagógus is, saját magánóvodát működtet.

Ön szerint milyennek kell lennie egy televíziós személyiségnek?

Igazából nem tudom, mi ennek a titka. A jó műsorvezető az, aki nem saját magát próbálja előtérbe helyezni, hanem a vendéget, illetve az általa vezetett műsort. Csodálom azokat, akik okosak és műveltek. Mindig igyekeztem képezni magam, verset szavaltam, nagyon szerettem a szlovák nyelvet, szlovák–angol szakon végeztem. Ezenkívül mindig arra is törekedtem, hogy tisztességes ember legyek. Fontos, hogy a munkánkat szakszerűen és becsületesen végezzük. Apám mindig azt mondta nekem: „Anetka, bármit is csinálsz, csináld rendesen, ez a névjegyed.” Ezért minden munkámban a maximumot igyekszem nyújtani. Arra is törekszem, hogy ne csak szépen beszéljek, hanem a megnyilvánulásaim is természetesek legyenek.

Mit jelent ez? Hallottam olyan véleményt, hogy a műsorvezetőnek éppen hogy nem szabadna kimutatnia az érzéseit és a személyiségét.

A lényeg a mértéktartás. Szerintem látszik, ha valami nem természetes. Ha valaki valamit eljátszik, és mesterkéltséggel, az eléggé észrevehető. Az embernek a lehető legtermészetesebbnek kell lennie, még ha szokatlan helyzetben is van, mert a műsorvezetés más, mint amikor egy kocsmában ülök, és a barátaimmal beszélgetek. Nagyon szeretem az emberiséget. Ahogyan azt a közmondás is tartja: A szépség belülről fakad. Úgy gondolom, hogy ez olyan emberekre igaz, akik önzetlenül cselekszenek, anélkül, hogy ezt hivalkodva mutogatnák. Lehet, talán nem mindig van így, de én akkor is hittem benne. A szüleim úgy tanítottak, hogy mindenekelőtt arra kell törekednem, hogy ez belőlem mint emberből fakadjon. Ha ez tetszik a nézőknek, akkor az ember olyan elismeréseket kaphat, amelyeket én is kaptam. Még ha nem is értékelnek, számomra az a fontos, hogy bele tudjak nézni a tükörbe, és a lehető legelégedettebb legyek a teljesítményemmel. De be kell vallanom – mivel mindig is rendkívül önkritikus voltam –, hogy ritkán vagyok elégedett. Mindig látom, min kellene javítani.

Hogyan készül a műsorvezetésre?

Mivel soha nem tartottam magam szépnek, azzal próbáltam ezt kompenzálni, hogy professzionális teljesítményt akartam nyújtani, és tökéletesen akartam beszélni. Tizennyolc évesen nem vettem fel elsőre tévés bemondónőnek, csak második alkalommal. Aztán, amikor már bemondónóként dolgoztam Pozsonyban, azt mondták nekem, hogy nem ez a nekem való pálya, mert orrhangom van. Visszavonulhattam volna, feladhattam volna, én mégis megpróbáltam. Ettől az emberben megmarad egyfajta alázat. Nem nézek ki jól, orrhangom van, ezért törekszem arra, hogy a szövegeim értelmesek legyenek. Végül aztán stilsztikával és nyelvi jelenségekkel foglalkoztam, mert imádom a nyelvtant.

Vannak olyanok is, akiknél éppen fordítva van: nekik elég a jó kinézet a műsorvezetéshez?

Manapság, amikor mindenki podcasteket készít?! Néha meg is döbbenek, sőt a magam módján csodálkozom is, ha valaki, akinek beszédhibája van – dadog, nem tudja kiejteni az „l”-t, rosszul mondja a sziszegő hangokat –, podcasteket készít. Miért éppen ezt választja az ember, amikor vannak más szakmák is?! De ezt nem az én dolgom megítélni.

Hogyan tudja megtartani a semleges arckifejezést egy olyan interjúalanynál, akinek a véleményével egyáltalán nem ért egyet?

Ezt a médiaképzésen tanultam meg, illetve akkor, amikor a Markíza Televízió hírműsorának főműsorvezetője lettem. Stanislava Benická tanított be, és nagy hangsúlyt fektetett arra, hogy a műsorvezetőnek mindenáron objektívnek kell maradnia. Még ha kellemetlen személlyel is készíték interjút, vagy olyannal, akivel politikailag nem értek egyet, nem vagyok kommentátor. Szerencsére nem vezetek politikai műsort, de meg kell mondanom, csodálom azokat a politikai műsorvezetőket, akik képesek megőrizni a semlegességüket annak ellenére is, hogy mélyen nem értenek egyet az interjúalanyal. Nem szeretnék politikai műsort vezetni.

De biztosan előfordult már, hogy valaki untatta.

Én kíváncsi természetű vagyok. Igyekszem mindenkiből kiszedni valami érdekeset. Mindig

találok az emberekben valamit, amibe kapaszkodhatok. Vannak olyan témák, amelyek nem állnak annyira közel hozzám, például a bitcoin vagy az elemzés, de ha éppen ezek kerülnek napirendre, akkor utánanézek, és foglalkozom velük.

Nyilvánosan is bevallotta már, hogy egyszer olyan erős lámpaláza volt, hogy még a szája is remegett. Vannak erről történetei?

Ó, igen! Például amikor elfelejtettem a szöveget vagy egy nevet. De az ilyen helyzeteket kihívásként fogom fel: ami nem öl meg, az megerősít. Mindenkinek megvan a maga természete, én introvertált vagyok. Mindig arra gondolok, hogy Milan Lasica is az volt. Ahhoz, hogy valaki a nyilvánosság előtt szerepeljen, nem kell feltétlenül extrovertálnak lennie. Sokféle helyzetbe kerültem már, de megtanultam, hogyan fordítsam a lámpalázat a javamra. Nálam ez főleg a felelősségről szól: hogy ne rontsak el semmit. Számomra alap a felkészülés és az, hogy átnézzem a dolgokat. Ez tulajdonképpen nem is olyan rossz. Látszott rajtam az idegesség, amikor műsort vezettem?

Észrevettem, hogy egy tollat szorongatott a kezében. Nyilvánosan azt is megosztotta, hogy ez Önnél gyakori. Igen, ez segít nekem ellazulni. Ha feszült vagyok, még erősebben megszorítom.

Ajánlaná a műsorvezetői munkát az iskolánk diákjainak?

Ez olyan pálya, ahol sokat lehet nyerni, de csalódnai is. Éppen ezért azt tanácsolnám a diákoknak, hogy legyen több opciójuk is, ne csak egyetlen tervre építsenek. Ha valaki szeret szavalni vagy szerepelni, abból még nem feltétlenül következik az, hogy műsorvezetőnek kell lennie. Én sem készültem erre a pályára, de amikor megláttam a frissen induló Markíza Televízió felhívását, jelentkeztem a válogatásra. Öt megterhelő forduló után végül kiválasztottak. Ha nem így történt volna, talán a világot járom, az Oktatási Minisztériumban vagy a Külügyminisztériumban dolgoznék, esetleg tanár lennék, ami gyerekkorom óta az álomom volt. Büszke vagyok rá, hogy a pedagógiai kart vörös diplomával, becsületos munkával, mindenféle csalás nélkül végeztem el. Igen, stréber voltam. A tanulás nem mindig ment könnyen, néhány jó jegyért keményen meg kellett küzdenem, de örülök, hogy kitartottam. Ez az ember jellemét is formálja. Ennek köszönhetően ma már tudom, hogy egy nehezebb feladatra is fel lehet készülni. Megszoktam, hogy nem csak azokkal a dolgokkal foglalkozom, amelyek könnyen mennek. A pedagógiai karon olyan tantárgyakat is tanultam, például a pszichológiát, amelyek később rendkívül hasznosnak bizonyultak. Ennek is köszönhető, hogy tizenhárom évvel ezelőtt megnyithattam a saját óvodámat. Szerintem fontos a tanulás, az, hogy



Aneta Parišková és a Lármafa főszerkesztője, Biharyová Bianka

figyeljünk, merre húz a szívünk, és hogy nyitottak maradjunk az új lehetőségekre és kihívásokra. Előbb-utóbb valamelyik út biztosan beválik.

Hogyan tudja megőrizni a magánéletét?

Régebben sokat foglalkoztatott, hogy mit gondolnak rólam az emberek, de egy idő után eldöntöttem, hogy nem fogok ennyire mások véleményére figyelni. A rosszindulatú kommenteket sem veszem már a szívemre. Persze előfordult, hogy fájnak, és ma is elszomorítanak, de megtanultam kezelni őket. Arra törekszem, hogy jól érezzem magam a saját bőrömben. Inkább sportos típus vagyok, ritkán lehet engem magas sarkú cipőben vagy feltűnő ruhákban látni. A magánéletemben is voltak nehéz időszakok. Három gyermekem van, és mellettük végig dolgoztam, nem maradtam otthon hosszabb ideig anyasági szabadságon. Emiatt sokan „kegyetlen anyának” tartottak, és ez érintett a legfájdalmasabban. Végül azonban azt mondtam magamnak: majd bebizonyítom, hogy nincs igazuk.

Mi mindennel foglalkozik egyszerre?

Rendszeresen szerepelek a TV JOJ és a JOJ 24 csatornák műsoraiban. Önkéntesként alelnöke vagyok a Lymfóma és Leukémia Szlovákia nonprofit szervezetnek, ahol a betegek tájékoztatásával foglalkozom, valamint podcasteket készítek. Emellett a Vöröskereszt rendezvényeinek műsorvezetője vagyok, más eseményeken is moderálok, és az óvodám igazgatójaként is dolgozom. Közben rendszeresen utazom az Egyesült Államokba, mivel Floridában is van otthonom. Az életem különböző területei váltják egymást, és mindegyiket örömmel végzem. Ugyanakkor tudatosan figyelek a pihenésre is – például a repülőutak alatt.

Ön is zsűritagja az Aranycsapó (Zlatá klapka) versenynek, amely kapcsán gyakran azt mondják, hogy a sikeres résztvevők a jövőben fontos pozíciókat tölthetnek be. Igaz ez?

Ez természetesen nem automatikus, de egy ilyen verseny fontos visszajelzést adhat, és segíthet megtalálni a megfelelő irányt. Nemrég beszélgettem egy résztvevővel, akit dicséretben részesítettem, és aki marketinget szeretne tanulni. Úgy gondolom, ez remek választás, hiszen nagyon jól fejezi ki magát.

Hogy lehet, hogy olyan elismert szakemberek, mint például Ön, Petronela Kolevská színésznő – aki Alžbetka szerepét játszotta a Perinbaba című filmben –, Patrik Pašš vágó és az International Emmy-díj nyertese, illetve mások is időt szakítanak egy fiatal amatőröknek szóló versenyre?

Ami engem illet, nekem személyes kötődésem van ehhez, hiszen pedagógusként dolgozom. Amikor felkértek, úgy gondoltam: miért ne? Akkor még nem sejtettem, mennyi időt fogok a pályamunkák megtekintésével és értékelésével tölteni. Mégis úgy

érezem, hogy ennek valódi értelme van. A JOJ 24 egyik kollégáját például éppen ezen a versenyen keresztül ismertem meg. Emellett sokat köszönhetek azoknak a tanároknak, akik fiatal koromban támogattak és hittek bennem. Meggyőződésem, hogy egy jó tanár rendkívül sokat adhat a diákjainak. Ha én is hozzájárulhatok ahhoz, hogy valaki magabiztosabban haladjon a saját útján, annak nagyon örülök.

Ön országszerte ismert személyiség, több évtizedes tapasztalattal. Sőt, legyőzte a rákot is, ami után elismerte, hogy megváltozott a világnézete. Milyen életbölcsest adna a mai fiataloknak?

A tapasztalat nem átadható. Nekem is meg kellett élnem a kudarcokat és a nehézségeket ahhoz, hogy tanulni tudjak belőlük. Fontosnak tartom, hogy megőrizzük a kíváncsiságunkat, ne mondjunk le az álmainkról, és ápoljuk az emberi kapcsolatainkat, hiszen ezek az egészségünkre és a lelki egyensúlyunkra is jó hatással vannak. Törekedjünk arra, hogy jó emberek legyünk, és maradjunk alázatosak. Talán közhelyesen hangzik, de sokan mindent azonnal szeretnének elérni. Pedig az életben a legtöbb dologhoz idő kell. Lépésről lépésre kell haladni a saját utunkon, és közben megőrizni azt, akik vagyunk. Ha elveszítjük önmagunkat, semmink sem marad.

BIHÁRYOVÁ BIANKA



Még mindig fáj a TRIANON

Június 4. – a nemzeti összetartozás napja

Az 1920-as trianoni békeszerződés aláírásának évfordulója nemzeti emléknap Magyarországon, és a határon túli magyar közösségek számára is nagy jelentőségű, hiszen a magyar nemzet egységét hangsúlyozza.

A TRIANON TÖRTÉNELMI HÁTTERE

Az első világháborút Magyarország a vesztes oldalon fejezte be. Az antant nagyhatalmak békeszerződés – vagy békediktátum, a szigora miatt – aláírására kényszerítették, amelyre 1920. június 4-én, a versailles-i Trianon-kastélyban került sor. A békekötés Magyarországot területi veszteséggel sújtotta (az ország az egyharmadára csökkent), és jóvátétel fizetésére kötelezte. A hadsereg létszámát minimalizálták, és megtiltották az általános hadkötelezettséget és a modern fegyverkezést.

A magyar politikai erők nem fogadták el a kialakult helyzetet, és revíziót, a béke felülvizsgálatát követelték. Később, a Horthy-rendszer külpolitikájában is ez vált a legfőbb irányelvvé, és ez terelte Magyarországot Németország mellé és sodorta a második világháborúba.

TRIANON MA

Trianon nem csupán egy békeszerződés volt, hanem egy történelmi törésvonal, amely átalakította Magyarországot térképét és társadalmát. Bár az elmúlt években a határokon átívelő kapcsolatok megerősödtek, a trianoni béke ma is erősen ott él a magyar köztudatban.



DÁVID DÓRA





HÍREK

a világ minden tájáról

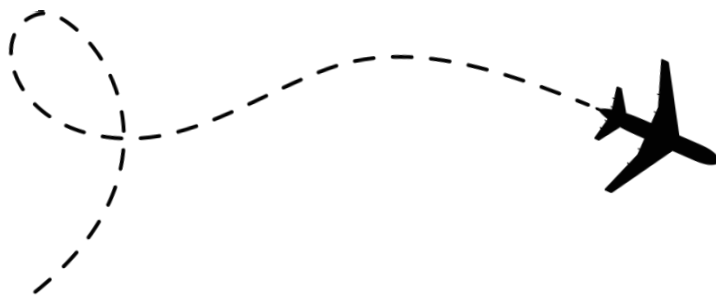
Letette esküjét az első szerzetesrobot

Májusban a Gabi nevű humanoid robot letette szerzetesi esküjét egy szöuli templomban. Ezzel ő lett az első buddhista robotszerzetes. A dél-koreai buddhista közösség szimbolikus lépésnek szánta a ceremóniát, amely az ember és a technológia együttélésének új lehetőségeit mutathatja meg. Az eseményen a százharminc centiméter magas gép hagyományos buddhista szerzetesi ruhába öltözve meghajolt, imára kulcsolta kezeit, és egy szerzetes egy imafüzért helyezett a nyakába. A Jogye rend kulturális ügyekért felelős vezetője, Ven. Seong Won azt mondta, fontos lenne, hogy a robotok is részt vehessenek a buddhista közösségi eseményeken, például a Lótusz Lámpás Fesztiválon. Elmondása szerint megalkották a robotokra vonatkozó „öt erkölcsi alapvet”, amelyet minimális társadalmi szabályrendszernek szánnak az emberek és robotok együttéléséhez. (infostart)

.....

Ötezer euróba kerülhet megérinteni Neptunusz nemi szervét

A firenzei rendőrség művészeti és építészeti érték rongálása miatt vádat emelt egy huszonnyolc éves nő ellen, amiért egy lánybúcsús tréfán belül megérintette a Piazza della Signoria-i Neptunuszt ábrázoló szobor nemi szervét. A szakértők szerint az 1559-ben készült Neptun-kútban több ezer eurós kárt okozott, amelyet a városi tisztviselők ötezer euróra becsültek. Firenze városi tanácsának közleménye szerint a turista – akit rendőrök szedtek le az emlékműről – azt mondta a hatóságoknak, hogy a barátai hergelték bele a feladatba. (telex)





HÍREK

a világ minden tájáról

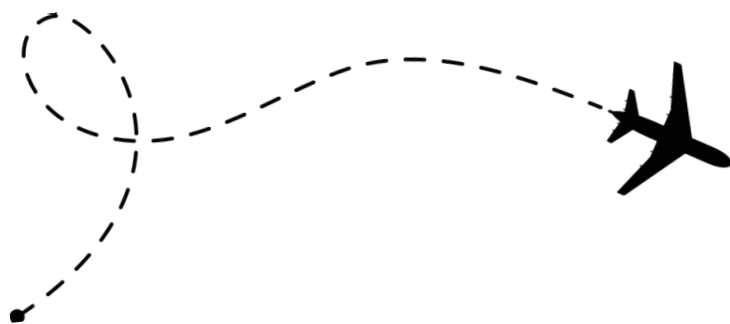
Egyesek már sose dohányozhatnak az Egyesült Királyságban

Az Egyesült Királyság kormánya jóváhagyta azt a javaslatot, amelynek értelmében soha nem vásárolhat dohányterméket, aki 2009. január 1. után született. A tilalom a cigarettára, a vape-re és a hevített dohánytermékekre is érvényes. Ezenkívül tiltja a füstölést a játszótereken, az iskolák környékén és az autókban is, hogy kevesebben legyenek kitéve a passzív dohányzásnak. A brit kormány történelmi lépésnek nevezte a döntést, amely által egy füstmentes generáció nőhet majd fel. Számításai szerint a hatására 2075-ig nyolcvannyolcezer életét menthet meg, miközben a tizenkét és harminc év közötti dohányosok százaléka a 2040-es évek végére öt százalék alá eshet. A törvény értelmében minden évben egy évvel megemelik a dohányzás legális korhatárát. (24.hu)

Ingyenes felkészülés a nyelvvizsgára

„A Duolingo ingyen felkészít a középfokú nyelvvizsgára” – közölte a cég. A bejelentés szerint a Duolingo mostantól angolul, spanyolul, franciául, németül, olaszul, portugálul, japánul, koreaiul és kínaiul kínál haladó nyelvi oktatási tartalmakat. Ez magába foglalja az olvasásos és a hallásos szövegértési feladatokat is. A felhasználók az androidos készülékeken, iPhone-okon és a webes felületen keresztül is hozzáférhetnek az újításhoz. A cég közölte, hogy ennek köszönhetően felkészülhetnek egy állásinterjúra és egy külföldi útra, a tanfolyam végére pedig fordítóprogram nélkül megérthetik az adott nyelven íródott híreket, könyveket vagy filmeket. A Duolingo döntése azt a célt szolgálja, hogy növekedjen az ingyenes felhasználói bázis. (24.hu)

Biháryová Bianka



MIT SZÓL HOZZÁ?

Kopogás és hangok hallatszottak egy kelet-szlovákiai temetőben egy sírból, amelybe nem régen előtte temettek el egy hatvanéves férfit. A sírt felnyitották, de a férfit életjelek nélkül találták. Megkérdeztük, mit szól hozzá...

Fónod tanárnő: Sok hűhó semmiért?!

Lilianna, IV. B: Nos, én úgy gondolom, hogy valaki biztos pranket játszott az embereken.

Lilien, III. A: Őszintén szólva, a gyász sok trükköt tud játszani az agyon, és ezek nem az örülség jelei, hanem szimplán az agyunk próbálja feldolgozni egy ember halálát, és emiatt hallhatunk hangokat, és láthatunk halott embereket.

Wittenberger tanárnő: Már megint valaki képzelődött.

Tamara, II. A: Nem hiszek az ilyen szellemes dolgokban. Szerintem lehet, valami földalatti élőlény lehetett, vagy a messzeségben talán kopogtak meg zajongtak, vagy csak simán hallucináltak. De lehet, hogy előtte még élt, és próbált kopogni meg segítséget kérni, de mire felnyitották a koporsót, meghalt. Hallottam valami ilyen betegségről, hogy a szív megáll, de az agy tovább működik, és aztán él, és lehet, hogy ilyen állt be nála. De őszintén reálisabbnak gondolom, hogy valami külső tényező lehetett.

Bella, IV. B: Úgy látszik, holta után is szeret tréfálkozni.

Szofi Eleonóra, I. B: Véleményem szerint ez egy nagyon megdöbbentő és sokkoló eset. El sem tudom képzelni, mit érezhetett a család...

Heiva, II. A: Húha, ez egyszerre ijesztő és szomorú történet. Először azt hittem, hogy ez valami horrorfilm kezdete vagy egy korai halloweeni tréfa. Aztán amikor kiderült, hogy a férfit életjelek nélkül találták, már inkább **e l s z o m o r o d t a m .** Kicsit megdöbbentő belegondolni, hogy valaki kopogást hall egy sírból egy temetőben. Remélem, hogy a családja megtalálta a lelki békéjét, és hogy kiderül, mi

okozhatta a hangokat. Az biztos, hogy ha én hallottam volna a kopogást, valószínűleg rekordsebességgel hagyom el a temetőt.

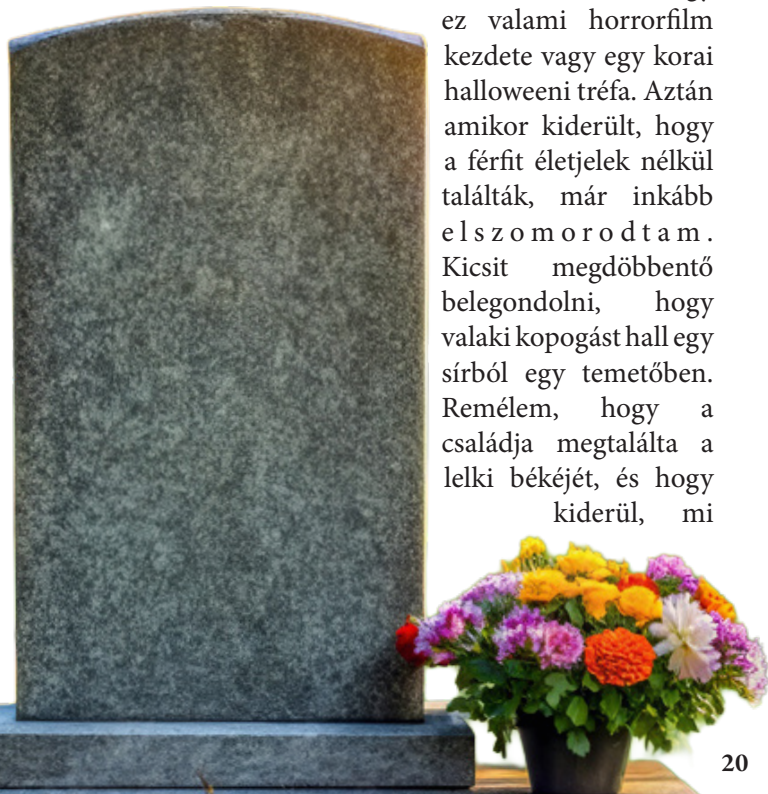
Borka tanár úr: Ha ez nem hápog, amit kétlek, mert a holttestet a temetés előtt lehűtött állapotban tartják, akkor szörnyű trauma a család számára. Ha valami könnyedebb válasz kell, akkor azt mondanám, lehet, csak egy újabb zombiapokalipszis készülődik...

Andi, IV. A: Ha nemrég temették el, akkor lehet, hogy élve volt eltemetve, csak mire felnyitották a sírt, már meghalt. Ilyen zombis-feltámadós dologra kevés az esély, csak ha nemrég temették el.

Noémi, II. B: Szerintem valószínűleg csak a koporsó recsegetett, vagy valami ilyesmi. Az emberek ijedségükben sokszor gondolnak olyanra, aminek általában nincs valóságalapja. Szóval szerintem az ilyenek miatt nem kell megijedni.

Marták tanár úr: Tipikus bulvárhír. Az első mondat után abba hagyom az ilyenek olvasását.

Eszi, IV. B: Én is hallottam erről, elég hátborzongató eset... Az biztos, hogy ha az én környékemen történt volna, akkor fogom a cuccom, és engem arra többé biztosan nem látnak... De amúgy meg sajnálom a családot, hogy a gyász mellett még ezt is át kellett élniük.



HIDRATÁLÁS NYÁRON

Erőről a témáról valószínűleg már mindenki hallott, de ahogy az idő egyre melegebb, és a nap is erősebben süt, még aktuálisabbá válik, hiszen ilyenkor hamarabb lesznek súlyos következményei a kevés folyadékbevitelnek.

MI AZ A HIDRATÁLÁS?

Röviden és tömören: a hidratálás szervezet és a bőr víztartalmának optimális szinten tartása, illetve pótlása. Elengedhetetlen az életfunkciók fenntartásához, az egészséghez és persze a bőr szépségéhez.

MI TÖRTÉNIK ILYENKOR A SZERVEZETÜNKBEN?

Hidratáláskor a testünkben helyreáll a víz- és elektrolit-egyensúly. A folyadék ilyenkor felszívódik a gyomorból, és a véráramba jutva tápanyagokat ad le, javítva a vérkeringést, valamint hozzájárul a vesék méreganyag-kiválasztásához. A hideg folyadék segít a felmelegedett test lehűtésében is. A bevitt ásványi anyagok (nátrium, magnézium, kalcium) hozzájárulnak a szervezet megfelelő működéséhez és kiegyensúlyozottságához.

MI AZ A DEHIDRATÁCIÓ?

A dehidratáció vagy kiszáradás egy olyan állapot, amikor több folyadékot veszítünk, mint amennyit fogyasztunk. A folyadékháztartás felborul, és ez veszélyezteti a szervek és az anyagcsere szabályos működését.

MI TÖRTÉNIK ILYENKOR, ÉS MIÉRT VESZÉLYES?

Kevés folyadékbevitel esetén az első tünetek a szomjúságérzet, a sötét színű vizelet, a fejfájás és a koncentrációs zavarok. Idővel a vérünk besűrűsödik, ezáltal a szívnek többet kell dolgoznia, és elkezd szaporán verni. Ennek következtében hamar elfáradunk, és kimerültek leszünk, valamint izomgörcsök léphetnek fel. A vérnyomás leesése miatt akár el is ájulhatunk. A vesék lelassulnak, csökkentve a méreganyagok kiválasztásának hatékonyságát, és felborul az elektrolit-háztartás, amely az izmok és az idegrendszer kommunikációjáért felelős.

MIT TEHETÜNK ELLENE?

Ezt természetesen mindenki tudja: igyunk sok folyadékot. Ezzel csak egy gond van, hogy nem tudjuk biztosan, mi segít, és mi nem. Éppen ezért készítettem egy listát az ajánlott italokról és azokról, amelyekből több liter megivása sem hidratálja a szervezetet.

DEHIDRATÁLÓ ITALOK:

Energiaitalok, fekete kávé, fekete és zöld tea: koffeint tartalmaznak, amely fokozza a vizeletkiváltást. Cukros üdítők, bolti gyümölcslevek: a szervezetünk sok vizet igényel a cukrok lebontására, így a cukrozott italok

dehidratálnak.

HIDRATÁLÓ ITALOK:

- **Víz:** a hidratálás legegyszerűbb és legtermészetesebb módja, napi 2–2,5 liter ajánlott!
- **Kókuszvíz:** gazdag elektrolitforrás.
- **Gyógyteák és gyümölcssteák:** nem tartalmaznak koffeint.
- **Tej:** a fehérjetartalma miatt hidratál.
- **Sportitalok:** egy minőséges és tápanyagokban gazdag sportital mindig jó választás, de fontos ellenőrizni a tartalmát, gyakran tartalmaznak káros anyagokat.

Mindezek mellett ajánlott a sima vízbe mentát, uborkát, kókuszvizet, chia magot, citromot, lime-ot vagy más gyümölcsöt tenni, amelyek nemcsak hogy gazdag vitamin- és elektrolitforrások, hanem még a vizet is finomabbá teszik egy meleg nyári napon.

DOMSITZ KARIN





A hosszabb olvasmányok mellett összegyűjtöttem nektek néhány érdekességet a világból: van itt olyan, amely magához a júniusi hónaphoz kapcsolódik, a többi pedig csak random tény. Jó olvasgatást!

TUJTAD...?

Június hónap a nevét Juno római istennőről (görögöknél Héra) kapta, a régi magyar források pedig Szent Iván havának említik.

A croissant nem francia, hanem osztrák származású péksütemény.

A Nap hangot is ad ki, ezt viszont mi nem érzékeljük. Kutatások megállapították, hogy földi hangereje nagyjából 125 decibel lenne.

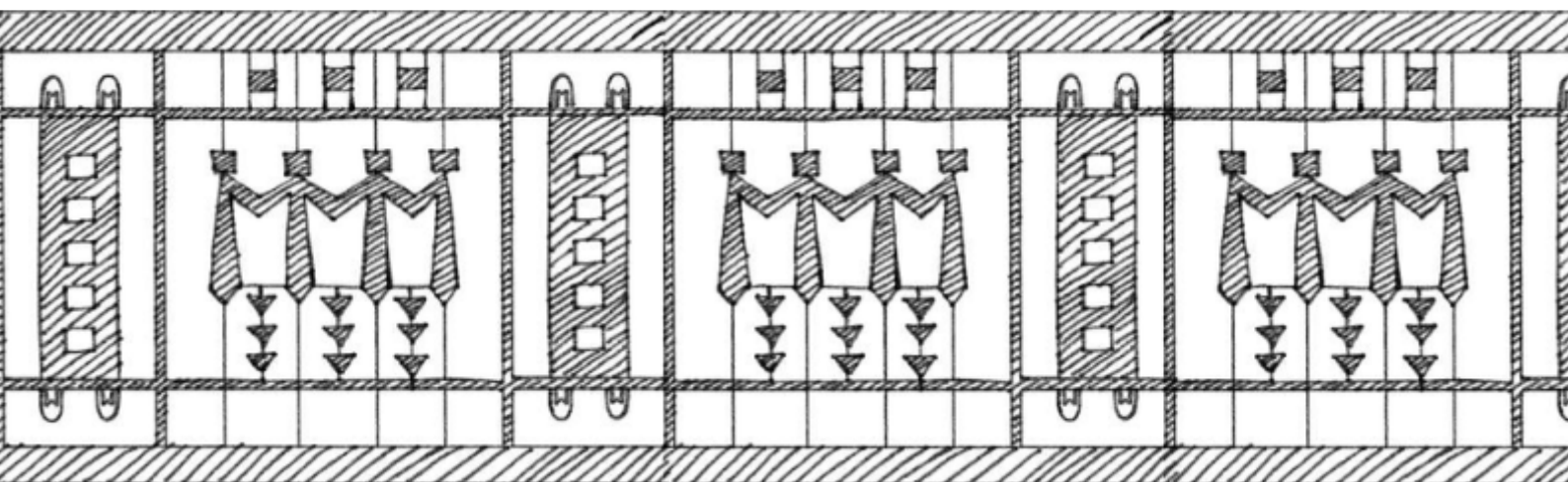
Bár életük jelentős részét a vízben töltik, a vízilovak nem tudnak úszni, helyette a mederfenékről rugaszkodnak el, és sűrűségük miatt könnyedén lebegnek a víz alatt.

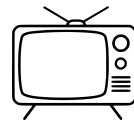
Az emberi fül képes megkülönböztetni a meleg és a hideg víz hangját.

A jegesmedvék szőre alatt fekete bőr húzódik. A fehér szőrszálak közt üreges, átlátszó szálak is megtalálhatóak, melyeknek a hőszigetelésben és az úszásban van szerepük.

Megfigyeltek a Vénuszon egy optikai jelenséget, amely – a hagyományos szivárványokhoz hasonlóan – a napfény felhőcseppeken keresztüli átszűrődésének eredménye. A ritka szivárványtípust glóriának nevezik.

DÁVID DÓRA





Itt van a nyár és a nyári szünet, amelyet szerintem már mindannyian nagyon vártunk. Reméljük, a két hosszú hónap alatt jut idő elég pihenésre és minden olyan elfoglaltságra, amelyre az iskolaév alatt nem. Mi is itt volnánk a szokásos ajánlónkkal, fogadjátok szeretettel!



AZ ÉGI HIVATALNOK ÁLDÁSA



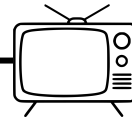
Bár *Az égi hivatalnok áldása* nem kifejezetten nyári témájú, mégis tökéletes választás lehet a szabadabb szüneti napokra a részletes világépítésével és a benne megbúvó ókori kínai hitvilággal. A könyv egy hétkötetes könyvsorozat része, amelynek ha az ember egyszer nekikezd, bizony nehéz letenni. Magam is a nyár tikkasztó hőségében bukkantam rá a sorozatra, és azóta a kedvencemmé vált.

A főszereplő, Xie Lian hercegnek született. Harciasságával felküzdötte magát az istenek sorába, amikor azonban a népe segítségére sietett egy megnyerhetetlen háborúban, rákényszerült, hogy elhagyja égi pozícióját, mígnem saját országa is ellene fordult.

800 éve céltalanul kóborol, magával hurcolva múltbeli fényes sikerének árnyékát. Amikor pedig hosszas meditáció során sikerül újra felemelkednie a mennyekbe, az istenek elfordulnak tőle, és megvetik. De talán mégis van valaki, aki mindig mellette állt, és végigkísérte a nehézségeken...

Mo Xiang Tong Xiu egy varázslatos világot teremt lebilincselő mitológiával, narcisztikus istennel és szerelmes démonokkal. Története arra emlékeztet minket, hogy az igaz szeretet nem attól függ, hogy hol tartunk életünk útján, mik a sikereink vagy a hibáink, hanem igazán feltétel nélküli.

„Számomra az vagy, aki a dicsőségben ragyog, és te vagy az is, aki a porba hullott. A legfontosabb maga te vagy, és nem az, hogy milyen állapotban vagy.” Hua Cheng



MINDEN, MINDENHOL, MINDENKOR

Evelyn fiatalon kedvesével, Waymonddal Amerikába emigrált a szülei elől, akik nem támogatták házasságukat. Az akkor lángoló szerelmüket azonban lassanként megfojtják a mindennapok nehézségei: a lassan csődbe menő mosodájuk fenntartása, Evelyn cinikus apjának közelgő látogatása és tinédzser lányuk számukra érthetetlen viselkedése.

Miután a hitelkérelmük katasztrofális kudarcot vallott, Evelynt meglátogatja egy férfi, aki pontosan úgy néz ki, mint Waymond, de mégsem ő az. Elmeséli neki, hogy ő Waymond, csupán egy másik univerzumból, és Evelyn segítségére van szüksége, hogy megállítsa Jobu Tupakit, egy, magát a Káoszt reprezentáló szörnyet, aki minden univerzumban sorra megöli Evelynnt. Amikor a nő rájön, hogy Jobu Tupaki valójában a lánya, Joy, minden megváltozik, és ahelyett, hogy harcolna, megpróbálja megérteni Jobut.



A film egy sci-fi pengeéles stílusába és elképesztő vizuális effektusai mögé rejtje ezt a megható családi drámát, amely a megértésről és az elfogadásról szól, hiszen a család az, amelyre mindig támaszkodhatunk. Még akkor is, ha intergalaktikus veszélyről van szó.

„Minden visszautasítás, minden csalódás ide vezetett téged, ehhez a pillanathoz.” Alpha Waymond

2026 NYÁRI BAKANCSLISTA!

Véget ért egy újabb tanév, és itt a nyári szünet! Hál' istennek – mondják ilyenkor sokan, tanár és diák szintűgy, hiszen a hosszú tanév végére bizonyára mindannyian elfáradtunk. Szerencsére két hónap pihenés vár ránk, amikor is átaludhatjuk a fél napot, kirándulhatunk, diákmunkázhatunk, vagy csak élvezhetjük a napsütést kint, a szabadban. Ha esetleg kifogynátok a programokból, hadd osszak meg veletek néhány ötletet – remélem, izgalmasnak találjátok őket. Jó szünetet mindenkinek!

KALANDOK

- Menj el egy olyan helyre a városodban/faludban, ahol még sosem jártál
- Szervezz éjszakai pikniket a barátaiddal
- Próbálj ki egy új sportot
- Nézz meg egy napfelkeltét és egy naplementét ugyanazon a napon

FELTÖLTŐDÉS

- Találd meg a legújabb kedvenc könyved
- Készíts saját nyári playlistet
- Aludj egyet a szabadban: sátorban, kertben, teraszon stb.
- Tarts semmittevős délutánt

KREATIVITÁS

- Fotózd végig a nyarat: készíts mindennap egy fényképet
- Tanulj meg valamit: origami, Rubik-kocka kirakása, zsonglőrködés
- Írj egy levelet a jövőbeli önmagadnak, és tedd el a következő tanévig
- Próbálj ki egy olyan receptet, amellyel már régóta szemezgetsz

NYÁRZÁRÓ

- Készíts egy videót vagy fotóalbumot a 2026-os nyár legjobb pillanataiból
- Írj egy listát arról, mit tanultál magadról a szünet alatt
- Hála-napló mindazért, ami jól alakult a nyáron

A nyár két csodás hónapot ajándékoz nekünk, ami rengeteg idő. Pihenjünk, kapcsolódjunk ki, töltsünk időt a szeretteinkkel, és szenteljünk annak időt és energiát, ami igazán boldoggá tesz bennünket.

DÁVID DÓRA



NYÁRI HOROSZKÓP

Avagy mit tartogat számodra a csillagok szerint a szünet?

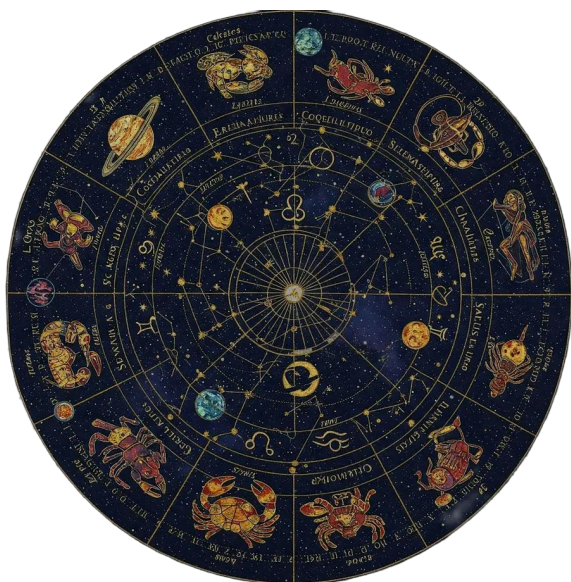
Mi vár rád idén nyáron a csillagjegyed alapján? Derítsd ki :)

KOS (03. 21. – 04. 19.)

A nyár számodra a lazulás szezonja. Fagylalt, piknikek, egy kényelmes pléd és egy jó könyv. A csillagok szerint megtalálsz a tökéletes helyet a pihenéshez: ez lehet a saját ágyad – vagy valaki másé –, egy árnyékos pad, de akár a homokos tengerpart.

BIKA (04. 20. – 05. 20.)

Tele leszel energiával, és ezt mindenki érezni fogja. Idén nyáron te leszel az, aki mindenkit rávesz a spontán programokra. Vigyázz, nehogy túl sok mindent vállalj be egyszerre!



IKREK (05. 21. – 06. 21.)

A kommunikáció csúcspontjában leszel. Rengeteg új ismerős, beszélgetés és kaland vár rád. A nyár végére annyi sztorid lesz, hogy szeptemberben, az új tanévben mindenki téged fog hallgatni.

RÁK (06. 22. – 07. 22.)

Érzelmes, nosztalgikus nyarad lesz. Sok időt töltesz majd a barátaiddal, és rájössz, mennyire fontosak neked. A csillagok szerint egy régi kapcsolat is újra felmelegedhet.

OROSZLÁN (07. 23. – 08. 22.)

Te leszel a nyár főszereplője. Fesztiválok, bulikon, mindenhol is feltűnsz. A horoszkópod szerint legendás fotók készülnek majd rólad, amelyek felett még évekkel később is nosztalgiázni fogsz.

SZŰZ (08. 23. – 09. 22.)

A nyár elején még próbálsz mindent megtervezni, de a csillagok szerint végül engedsz a spontaneitásnak. És milyen jól teszed! A legjobb élményeid pont olyan dolgokból születnek majd, amelyeket nem írtál bele a naptárdba.

MÉRLEG (09. 23. – 10. 22.)

A nyár a harmónia időszaka lesz számodra. Sok új élmény és rengeteg olyan pillanat vár rád, amikor egyszerűen csak jól érzed magad. A csillagok szerint egy új kedvenc helyet is találsz majd.

SKORPIÓ (10. 23. – 11. 21.)

Intenzív nyár vár rád: mély beszélgetések, nagy felismerések és néhány titokzatos kaland. A csillagok szerint valaki nagyon kíváncsi lesz rád... És csupán rajtad áll, mennyit mutatsz meg önmagadból.

NYILAS (11. 22. – 12. 21.)

Utazás, mozgás, szabadság. Ha rajtad múlik, egész nyáron úton leszel, és egy spontán kiruccanás is életre szóló élménnyé válhat. Úgyhogy elő a kalandvággyal, és éld meg a pillanatot!

BAK (12. 22. – 01. 19.)

A nyár elején még próbálsz produktív lenni, de aztán rájössz: a pihenés a cél. A csillagok szerint találsz egy új hobbist, ami meglepően jól megy majd, és talán a meleg mindennapokat sem kell egyedül töltened...

VÍZÖNTŐ (01. 20. – 02. 18.)

Kreatív, különc és szabad — pont ilyen lesz a nyarad. Olyan ötleteid támadnak, melyekre mások csak pislognak, de végül mindenki csatlakozik hozzád, és fergeteges szórakozásban lesz részetek.

HALAK (02. 19. – 03. 20.)

Álmodozó, romantikus nyár vár rád zenével, érzelmekkel és naplementével. A horoszkópod szerint valami vagy valaki nagyon megérinti a lelked... ez lehet egy hely, egy emlék, de akár egy személy is.

DÁVID DÓRA



NYÁRI IDÉZETEK

és idézetek nyári születésű emberektől

„Az érzések ... olyanok, mint a színek, nehéz őket elmagyarázni.” (Francois Lelord)

„A világ azé, aki élvezi.”

„A nyár nem évszak, hanem érzés.”

„A nyár megtanít újra élvezni az apró pillanatokot.”

„A nyár nem tart örökké, ezért olyan értékes minden pillanata.”

„A naplementék emlékeztetnek rá, hogy az elmúlás is lehet gyönyörű.”

„Minden nyárnak megvan a maga története.” (Nicholas Sparks)

„A pihenés nem tétlenség, és néha a nyári fűben feküdni annyi, mint megtölteni a lelket.” (John Lubbock)

„Nyáron az ember közelebb kerül önmagához.” (Márai Sándor)

IDÉZETEK NYÁRI SZÜLETÉSŰ EMBEREKTŐL

„Az élet vagy nagy kaland, vagy semmi.” (Helen Keller)

„A boldogság nem kész dolog. A saját tetteidből fakad.” (Dalai Láma)

„A világot nem lehet szenvedély nélkül megváltoztatni.” (Frida Kahlo)

„A legegyszerűbb dolgok hozzák a legnagyobb boldogságot.” (Jennifer Lopez)

„Az ember addig fiatal, amíg képes álmodni.” (Hermann Hesse)

„A szépség ott kezdődik, amikor mersz önmagad lenni.” (Coco Chanel)

„Az életben a legfontosabb, hogy soha ne veszítsd el a kíváncsiságodat.” (Robin Williams)

„A siker titka: szeretni azt, amit csinálsz.” (Mick Jagger)

„A remény erősebb a félelemnél.” (Jennifer Lawrence)

„Merj élni, mert az idő gyorsabban telik, mint hinnéd.” (Madonna)

„Azért vagyunk a világon, hogy valahol otthon legyünk benne.” (Tamási Áron)

ÖSSZEÁLLÍTOTTA: DOMSITZ KARIN

NYÁRI ÍZEK A KONYHÁBAN

Hogyan hűsöljünk a forró mindennapokban?

Nyáron mindannyian friss és könnyű, na meg egyszerűen elkészíthető ételeket kívánunk. Rengeteg gyümölcs áll a rendelkezésünkre, melyekből különféle finomságokat készíthetünk. Az alábbiakban több olyan smoothie-receptet osztok meg veletek, amelyek nemcsak táplálóak, de finomak is! Jó étvágyat hozzájuk :)

DÁVID DÓRA

Málnás smoothie

HOZZÁVALÓK (2 ADAG):

- 30 dkg málna
- 2 dl joghurt (natúr vagy áfonyás)
- 1,5 tejszín
- 6 dl tej
- 5 tk méz

ELKÉSZÍTÉS

1. A málnából néhány szemet félreteszünk. A többit a joghurttal, a tejszínnel, a tejjel és a mézzel összeturmixoljuk, majd lehűtjük.
2. Kb. egy órával később poharakba töltjük, és a félretett málnával díszítjük.



Banánturmix

HOZZÁVALÓK (2 ADAG):

- 2 db banán
- 6 dl hideg tej
- 0,5 tk citromlé
- 1 csomag vaníliás cukor

ELKÉSZÍTÉS

1. A meghámozott banánt apró darabokra törjük, majd a tejjel, a citromlével és a vaníliás cukorral együtt turmixgépbe tesszük.
2. Alaposan összeturmixoljuk, majd lehűtjük, és poharakba töltve kínáljuk.



Oreo shake

HOZZÁVALÓK (2 ADAG):

- 5 dl vaníliafagylalt
- 1 dl tej
- 6 db oreo keksz (+ a díszítéshez)

ELKÉSZÍTÉS

1. A fagylaltot hagyjuk egy kicsit megolvadni, majd a tejjel együtt a mixerbe öntjük.
2. Hozzáadjuk a kekszet, és összeturmixoljuk.
3. Poharakba öntjük, és a tetejére kekszet tördelünk.



(receptek, képek: mindmegette.hu)



Az egyediséget NEM LEHET MEGVENNI VAGY MÉGIS?

Itt a nyár, és a június elhozta magával a nyári szünet illatát és az utolsó ideoi Lármafát is. Én pedig ahelyett, hogy arról beszélnék nektek, melyek az ideoi nyár színei (egyébként a türkiz, a vajsárga, az olivazöld, az égett narancssárga és a kobaltkék), és mit vegyetek fel ezen a nyáron (egyébként kendőket, virágos szoknyákat, farmert, hatalmas napszemcsiket és nyakláncokat), elhoztam nektek néhány divattal kapcsolatos izgalmas magyar kezdeményezést és kisvállalkozást, hátha meg tudlak ihletni titeket, hogy ne csak Sheinről rendeljétek :)

1. CHARMELIER



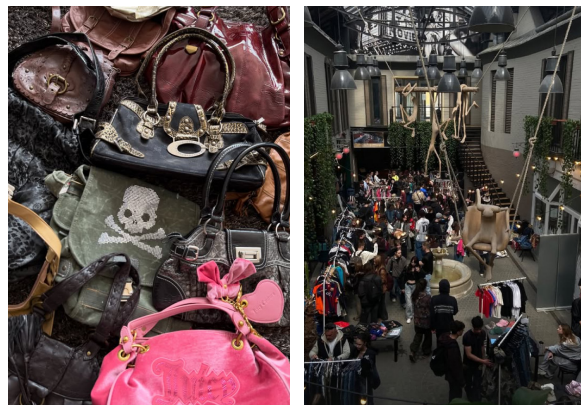
Ezt a vállalkozást Amarilla alapította, és meg tudjátok őt találni Instagramon (@charmelier_hu) vagy egyenesen a weboldalán (charmelier.hu). Elmondása szerint olyan ékszereket szeretett volna készíteni, amelyek „egyszerre cukik, letisztultak és személyesek”. Főképp táskadíszeket alkot, ezekből a málnás palacsinta a bestseller, de kínálatában megtalálhatóak virágos gyűrűk, piercings orchideák és sok más egyéb is. Fontos megemlíteni, hogy szezonális darabokat készít, így jelenleg főképp



citromos dolgai vannak minden mennyiségben, de ősszel majd előkerül a sütőtök és a fahéjas csiga is. Ékszereit és charmjait meg tudjátok rendelni a weboldalán, vagy személyesen megvenni különféle vásárokon (workshopokat is szervez, így akár a saját charmotokat is elkészíthetitek).



2. RAWR MARKET



A RawR egy 2000-es évekbeli használt ruha-vásár, amely minden hónapban egyszer kerül megrendezésre. Megálmodói Lendvai Dorka és Glück Patrícia, akik

árusként is jelen vannak az eseményen. Ami pedig a termékeket illeti, rengeteg vintage és használt ruha megtalálható a marketen csakúgy, mint az egyedileg készített darabok és kiegészítők sokasága, minden árusnál találunk valami egyedülálló darabot. Kísérőprogramokból sincs hiány: divatbemutatók, tetoválás, tooth gem, verseny a legjobb outfitért és még sorolhatnám. A következő dátum június 20-21., további információt pedig az Instagramukon találtok (@rawr_market_).



3. INFERNO

Ez a márka Tóth Enikő szüleménye, akit ismerhettek hatalmas, charmokkal telerakott körmeiről vagy akár onnan is, hogy láttátok már a ruháit valamelyik ismert magyar zenészen, ugyanis készített már szettet Tóth



Andinak, Fejes Tominak a Tankcsapdából, a BSW-nek, de ő készítette például ByeAlex szegecses foteljét is az arénás koncertjére. Ruháit megtaláljátok Instagramon (@_____inferno_____) vagy a weboldalon (inferno.clothing.com), a készítési folyamatokra pedig Enikőnél leshettek rá (@toth.enikoo). Ruháit leginkább a fekete szín, a tépett anyag, a szegecsek, a láncok és a keresztjek jellemzik. Barátja, Dávid márkája a project kloff (@projectkloff), és mindkettejük ruháit meg tudjátok vásárolni például a RawR Marketen.



Ezek voltak a tippjeim, remélem, inspirálódtok belőlük, de ha nem is, mindenképp ajánlom, hogy keressetek kisvállalkozásokat, turkálókat, egyedi koncepciókat, és vásároljatok ott. Nemcsak egyedi darabokhoz juttok így hozzá, hanem a környezettel is kíméletesebbek vagytok. Én Andi voltam, ti pedig a Divatrovatot olvastátok, sziasztok!

PORUBSKÁ ANDREA

Versek

Dávid Dóra:
**az én szentemnek feléd
hajlik a keze**

dermedt ujjak és a hideg lehelet
pocsolyákon a sárgás pislogás
szavaid közt megpihen az őszi eső
az égbolt mögül az éjszaka kukucskál

a mai csönd törékeny de holnap
hangosabb leszek

ne szeress meg
mert ha feltámad a szél
belőlem egy falevél
lesz és te maradsz kopár fa

a kertek alatt mozog a föld
érkezik az utolsó villamos
ő sem tud aludni mint te
pedig már hajnalodik





Viator (Čerňanská Tímea): Taníts meg

Taníts meg szeretni
Kérlek.

Amikor nem megy az ima
S ennyit tudok kinyögni csak
Taníts meg, mert úgy érzem
Szavaim kések mások szívében
Tetteim bántók s csalárdak
S nem vagyok való barátoknak
Taníts meg szeretni,
Mert nem akarom,
Hogy körülöttem a halom
Ember eszközzé váljon.
Segíts, hogy ne én legyek a hiba.
Amen

Aurora: Haikuk

1.
Végtelen zene
Csillog a tónak tükre
A lelke szemé

2.
Mekkora zaj van
Madarak marakodnak
Ott benn az agyban

3.
Tánc zivatarban
Két vércse alkonyatban
Húsából kitép

4.
Fekete cica
Holdfényben egeret hajt
Karma nyomot hagy

5.
Csöppen a vérfolt
A Bűnök szava még fojt
Kard fejem szeli



Aranyköpések

„Én csak hangosan
gondolkodtam, nem
beszéltem”

- Ki hiányzik ma?
- Nekem senki.

„Lötvös Magyarország”

- A csengő a tanárnak szól,
nem a diáknak.
- Akkor reggel be se jövök.

Diák: Nem lennék tanár, nem
lenne türelmem a diákokhoz.
Tanár: Az olyanokhoz, mint
te?

„Írhatok a javítóból
javítót?”