

Kedves Olvasók!

Minden kezdet valami újat hoz magával, remélem ez nem lesz másképp kari újságunk–talán kissé labilis–pályafutása során sem. Naprakész szerkesztői csapatunk igyekezett minél több izgalmas témát bemutatni nektek: az állatterápiáktól kezdve egy autizmussal élő fiú hétköznapijain át a szakirányokig, mindent megtaláltak a tanév első Bárcziumának sorai között. Aki inkább „félretenné” a sulit, és szívesebben kapcsolódna ki lapunk társaságában, az is bőven talál kedvére valót. Mindannyiunk figyelmébe ajánlanám a teljesen új „Hogy éld túl a vizsgaidőszakot?” rovatunkat, amelyben felsőbbévesek próbálnak kiutat találni a rettegett megmérettetések karmai közül. Ezen felül természetesen ne hagyjátok ki a HÖK-ös információkat, kulturális írásainkat és a keresztrejtvényt sem! Ha valaki jobban kedveli az internet világát, akkor se mondjon le rólunk, online is folyamatosan frissülő, érdekesebbnél-érdekesebb cikkekkkel várunk titeket.

A teljes szerkesztői csapat nevében izgalmas és élményekkel teli olvasást kívánok mindenkinek!

Pogácsás Nóra
főszerkesztő

foszerkeszto@barczi.hok.elte.hu





MIBŐL IS LESZ AZ AZ ABSZOLÚT ÉRTÉK?

A GyógyMatek elnevezés a bárczisokat, illetve a TTK matek szakos hallgatókat foglalja magába. Ennek szellemében rendezzük meg már évek óta nagy sikerű közös rendezvényeinket, kiemelve ezek közül a már tradícióvá vált GyógyMatek gólyatábort.



Idén 147 gólya vett részt a táborban, 5 színes csapatra osztva. A színvonalas programokért, csapatépítésekért és feladatokért 38 szervező, 2 junior főszervező, 4 főszervező, és 24 menior felelt. Emellett számtalan közös programot szerveztünk meg, gondolok itt a szeptemberi kocsmatúrára, ami talán a gólyaélet egyik legmeghatározóbb élménye; a gólyaavatóra, ahol minden évben egyre több gólya van jelen, hogy koccintson a már barátaivá vált gólyatársaival; és a gólyahajóra ahol már kívülről fújják a kari indulókat. A sort még nagyon sokáig folytathatnám.

És hogy miért is annyira különleges a GyógyMatek?



„Két meghatározóbb élmény az életben: Amikor megszülettem, és a GyógyMatek!!!! Sosem kaptam még Ennyi szeretetet Ennyi embertől egyszerre!”
/Illés Kincső Boriska–gólya/

A GyógyMatek nem csupán összeismerkedtet a két merőben különböző szakembereit, de egy nagy családot is kreál, ahol mára már „generációk” sorakoznak fel egymás mellett. Menior apák és anyák, menior nagyszülők, és az örökké középpontban álló gólyáik. Azt hiszem, ez lehet valójában az a plusz, ami igazán különlegessé tesz minket.

Fazekas Bia

HÖK TÁJÉKOZTATÓ

Elektronikus elnökválasztás a Bárczin!

Kedves Hallgatótársaim!

A Bárczin novemberben esedékes az elnökválasztás. Az elnökjelöltreől/jelöltekről TI döntötök! Idén került bevezetésre az ELTE Hallgatói Önkormányzatában az elektronikus választás, melynek köszönhetően karunk hallgatói közvetlenül gyakorolhatják választó jogukat egy kattintással, online. A szavazás felületéről és menetéről időben értesítünk Titeket fórumainkon!

Miért fontos, hogy felelős egyetemi polgárként részt vegyél a szavazásban?

Mert a HÖK a TE érdekeidet képviseli. Úgy tudjuk a leghatékonyabban ezt megtenni, ha olyan elnök áll a HÖK élén, akit TE választottál! Dönts te az érdekképviselőt jövőjéről, mert ez a TE érdeked is!

Márkus Mariann

elnök

Érdekel mi is az a NYAF?

Most megtudhatod!

A Kar által működtetett NYAF, azaz „Nyíltan a fogyatékoságról” érzékenyítő program évek óta nagy sikerrel megjelenik, többek között az Egyetemisták és Főiskolások Országos Turisztikai Találkozásán, azaz az EFOTT-on is.

A NYAF program célja a társadalmi szemléletformálás, ismeretterjesztés, a fogyatékosággal élő személyek elfogadtatásának és integrációjának elősegítése. A résztvevők ismereteket szerezhetnek az egyes fogyatékoságtípusokról, a feladatok során tapasztalati úton elsajátíthatják a helyes kapcsolatteremtés és segítségnyújtás formáit. Az ismeretek átadásának eszközei különböző érzékenyítő játékok, szituációs helyzetek, informatív kvízek. A sokszínű, rugalmasan összeállított program lehetővé teszi, hogy az érdeklődők kiválaszthassák a számukra legtesthezállobb játékokat.

Ha szeretnél segíteni a játékok levezetésében és szívesen lennél egy vidám csapat tagja, jelentkezz bátran az Esélyegyenlőségi Bizottságomba az eselyegyenloseg@barczihok.elte.hu email címen.

Kiss Brigitta

esélyegyenlőségi referens



A szabályok azért vannak, hogy megszegjük őket...

...tartják ezt sokan, de vajon célravezető ez? Ha erős az igazságérzeted, és gyakorolnád a § billentyű-kombinációját, az Ellenőrző Bizottságban a helyed. EB-snek lenni nem csak szavazatszámlálást jelent, de egy olyan felelősségteljes feladattal is jár, amivel belátást nyerhetsz a HÖK működésének legapróbb részleteibe is. A bizottság tagjai a küldöttgyűlési képviselők megbízásából olyan felügyeletet biztosítanak az Önkormányzat felett, mely garantálja, hogy az egyes testületek a hatályos jogszabályoknak és az Alapszabálynak megfelelően, továbbá a hallgatók valódi érdekeinek érvényesítésével dolgozzanak. Várjuk jelentkezésedet az **eb@barczihok.elte.hu** e-mail címre, ha szeretnél hozzájárulni ahhoz, hogy az Önkormányzatunk továbbra is tiszta lapokkal játsszon!

Zatykó Nóra
Ellenőrző Bizottság elnöke

A Seniorrendszerőről

Emlékszel a gólyatáborodra? Emlékszel azokra az emberekre, akik végig segítettek a gólyatáborban, és a kezdetekben? Ők a Seniorok.

Karunkon jól felépített Seniorrendszer működik. Ahhoz, hogy valaki Senior lehessen, egy szóbeli meghallgatás után fél éves szakmai, és vezetői képzésen kell átesni, amely egy teszttel zárul.

A Senior válogatás márciusban lesz, de addig is, ha bárkinek kérdése van a képzéssel kapcsolatban, az forduljon hozzám bizalommal.

Herpai Júlia
Senior koordinátor
herpaijulia@gmail.com

VIZSGAIDŐSZAKRÓL

Nappali/levelező képzés és szakirányú továbbképzések többi (I-III.) évfolyamán	2015. dec. 14.–2016. január 29.
A végzős hallgatóknak	2015. dec. 14.–2016. jan. 8.
Utóvizsga hét	2016. január 25–29.

Vizsgajelentkezés:

A vizsgajelentkezés néhány héttel a vizsgaidőszak előtt kezdődik, ekkortól tudtok a Neptunon keresztül feljelentkezni a vizsgákra.

VIZSGÁK → **VIZSGAJELENTKEZÉS** → **PLUSZJEL** → **JELENTKEZÉS**

Fontos tippek:

A vizsgajelentkezés kezdetekor általában még nincs meghirdetve az összes vizsga, ezért ajánlott időnként ellenőrizni a Neptunt.

Egy vizsgaidőszakon belül, a vizsgahalasztás kivételével, legfeljebb három alkalommal jelentkezhet sz vizsgázni!

Vizsgát csak abban az esetben tudsz felvenni, ha nincs pénzügyi tartozásod a Neptunban.

Csak az a hallgató vizsgázhat, aki az adott kurzust felvette.

A vizsgázás előfeltétele a vizsgára való jelentkezés.

Kurzusonként összesen 6 érdemjegyszerzési kísérlet áll a hallgatók rendelkezésére, azonban ugyanabban a vizsgaidőszakban egy kurzusnál (a vizsgahalasztás kivételével, amelyről még később szó esik) legfeljebb három alkalommal jelentkezhetünk vizsgázni.

A gyakorlati jegyről, a kollokviumok típusairól és az értékelés módjáról az ELTE SZMSZ II. Hallgatói Követelményrendszerben olvashattok, ami letölthető az ELTE honlapjáról.



Vizsgahalasztás

Vizsgáról a vizsga kezdete előtt 24 órával tudtok lejelentkezni, és az üres helyek függvényében másik időpontra átjelentkezni. Vizsgahalasztás miatt az oktatónak új időpontot biztosítani nem kötelező, kivéve, ha a halasztás igazolt.

Igazolatlan vizsga egyenlő egy eredménytelen vizsgával, beleszámít a vizsgajelentkezések számába. (Az érdemjegyszerzési kísérletek számába nem!). Igazoltnak csak az a távollét tekinthető, amely önhibákon kívül, hivatalos papírral igazolt külső körülmények miatt következett be.

Vizsga

A kijavított írásbeli vizsgadolgozatba való betekintést a hallgatóknak a vizsgaeredmény közlését követő egy héten belül biztosítani kell. A betekintés után a hallgató a megadott javítókulcs, illetve a kötelező szakirodalom alapján a javítás felülvizsgálatát kérheti a dolgozat javítójától.

Utóvizsga, Javítóvizsga

Utóvizsgára vagy javítóvizsgára kollokvium esetén a vizsga napját követő harmadik, szigorlat esetén ötödik napon kerülhet sor.

Javítóvizsga: A hallgató számára lehetővé kell tenni, hogy félévente szakonként egy sikeres vizsgaeredményét (tehát olyat, ami nem elégtelen érdemjeggyel zárult) javítsa az adott vizsgaidőszakban. Ebben az esetben a vizsgaeredmény az előző teljesítést semmissé teszi.

Utóvizsga (UV, vagy ismétlővizsga): A sikertelen vizsga után (tehát ami elégtelen érdemjeggyel zárult) ugyanabban a vizsgaidőszakban történő ismételt teljesítési kísérlet. Az első utóvizsga lehetőségével minden hallgató térítésmentesen élhet. A második utóvizsgáért, tehát az ugyanazon a tárgyból tett harmadik vizsgáért a karunkon 2000 Ft térítési díjat kell fizetni. Utó- és javítóvizsgára kizárólag az adott képzési időszakban kerülhet sor. Az utóvizsgázási szándékunkat nem szükséges sehol sem jelezni, csak egy időpontra fel kell jelentkezünk, hogy regisztrálva legyünk a vizsgaidőponthon.

Szeminárium, gyakorlat, gyakorlati jegy

Míg az előadásokon alapvetően nem kötelező részt venni (kivéve, ha a képzési terv előírja), addig a szemináriumok és gyakorlatok látogatása kötelező. Szemináriumon és gyakorlaton az oktató nem tagadhatja meg a gyakorlati jegyedet, ha az órák legfeljebb 25%-ról hiányoztatok.

Kollokvium

A vizsgaidőszakban történő írásbeli vizsgára legalább három alkalmat kell meghirdetni az oktátónak úgy, hogy két vizsga között legalább két hét teljen el. Szóbeli vizsgáknál legalább két alkalmat köteles kijelölni az oktató, mindezt úgy, hogy a két vizsga között minimum két hét teljen el, valamint az összesített létszám elérje a kurzust fölvelt hallgatók létszámának 120%-át. Például, ha egy kurzuson 20 hallgató vesz részt, akkor az oktátónak összesen 24 helyet kell biztosítania. Az utóvizsga természetesen ebbe nem tartozik bele, azt az utóvizsga héten a szükséges létszám szerint hirdetik meg.

Fontos! Ha az oktató nem a követelményeknek megfelelően hirdetett meg vizsgaalkalmat, akkor bátran keressétek fel a Hallgatói Önkormányzatot, hogy segíteni tudjunk!

Schindler Petra
tanulmányi alelnök





MERJ ELINDULNI

Sosem gondoltam volna, hogy ilyen könnyű visszacsöppenni a gyerekkorba, hogy a kaja csata ennyire jó móka is tud lenni, hogy Disney slágerekkel még a felmosás is könnyebb, hogy egyszer együtt sírok, együtt nevetek majd 400 lánnyal az utolsó

tábortűz körül vagy, hogy elköszönni ennyire nehéz is lehet. Sosem gondoltam volna, hogy mindez egy kis amerikai városban történik majd velem...

A tábori élet adta vissza egy részem, amit nem is tudtam, hogy elveszett. Két éve kezdődött ez az örület, ami felforgatta az életem. És csak egy egyszerű döntés volt az egész, megyek Amerikába!

Persze nem csak az égből pottyant rám ez a gondolat, belecsöppentem a Camp Leaders programba, aminek köszönhetően két nyaramat is kint tölthettem a táboromban. Minden lépésünket figyelve, segítve immár több mint 1000 ember mondhatja el magáról, hogy átélhették, amit én.

Nincs is jobb érzés, mint találkozni táborosokkal, majd kibeszélni milyen jó is legelső között felkelni a táborban, víziszíni, falat mászni naponta, color war-ban minden pink vagy éppen sárga dolgot magadra venni, ami csak létezik, biffer partin lisztben és tejszínhabban fürdeni, naplementét nézni az erdő egy eldugott pontján az újdonsült barátokkal, elbűszkélkedni minden magyar találmánnyal és azért dolgozni, hogy lásd a gyerkőcök arcán a mosolyt.

Egyszer sem bántam meg, hogy belevágtam a programba. Persze ezt néha elfelejtettem, amikor egy-egy zh előtt adatlapot töltöttem, vagy amikor öt napom volt vizsgázni, mert a hatodik napon már a repülőn ültem. Viszont mindezek végén várt rám rengeteg új barát, élmény és egy felejthetetlen nyárvégi utazás. Pihenésképp kiülni a Sky Deck-re Chicagóban, Pöttyöst enni a Grand Canyon szélén, helikopterezni Las Vegas felett éjszaka, ugrálni egy szikláról a Colorado folyóba vagy akár csak sétálni egyet a Szabadság szobor lábánál, szerintem megérte a nehezebb órákat is. Csak merni kell elindulni!

Ha te is szeretnél elindulni velünk, gyere el egy tájékoztatónkra és tudj meg mindent a programról. Addig is bármilyen kérdéssel forduljatok hozzánk, reméljük, segíthetünk Neked is átélni életed nyarat!



Lép Fanni – ELTE BTK

Dénes Alexandra – ELTE ÁJK

Zsidákovits Panka – ELTE PPK

BÁLINT EGY NAPJA

Autistaként a világ

Gondoljunk bele egy napunkba. Reggel nehezen kikelünk az ágyból, ennivalót csinálunk, majd hosszabb-rövidebb készülődés után elindulunk iskolába, munkába, vagy épp rájövünk, hogy nincs jelenléti ív az órán, így inkább ki sem mozdulunk a lakásból, amíg nem muszáj.

Bálint, az unokatestvérem napjai sem néznek ki másképp: miután elkészült, elindul a „munkahelyére”.

Ez néha nagyon hosszú procedúra, nincs hangulata hozzá, kell a rábeszélés. Szerencsére, amikor már ott van, megjön a kedve, de ehhez olykor némi unszolás szükséges. Egy szociális intézménybe megy, amelyben fiatal felnőttek tevékenykednek, és napjuk egy részét munkaterápia tölti ki. Ezen a helyen kicsit másképp működik a beosztás, mint más-


hol. Bálint kártyákon kapja meg, hogy aznap mit kell tennie, tulajdonképpen kézzel készített dolgokat gyárt, például szőni tanul, és szőnyeget csinál. Az őt körülvevő légkör kellemes, így felszabadult, társai között vidám, és igazán segítőkész. Kölcsönös a szimpátia, ahogy Bálint kedveli barátait, ők is ugyanúgy tekintenek rá, könnyű megszerettetnie magát bárkivel.

Otthoni elfoglaltságai közül talán a legkedveltebb a TV nézés, vagy valamilyen mese keresése az interneten. Ha épp nem ezekkel köti le a figyelmét, akkor autózik, járműi általában a szőnyeggel párhuzamosan egy tökéletes oszlopban vannak elrendezve. Ha kiveszünk egyet, és rossz helyre tesszük vissza, Bálint azonnal az eredeti helyére rakja, még akkor is, ha ő épp nem volt a szobában, amikor az autót elmozdították. Nagyon kedveli a vonatokat, rengeteg mozdonya van vagonokkal, sőt kész pályája is. Szeret mindenféle videókat nézni a



youtube-on, például a szemetes autó munkáját. Ezeket egyedül találja meg. De rengeteg más módon is le tudja magát kötni, nem tölti unatkozással a napot.

Egyik legcsodálatosabb jellemvonása az, hogy ha látja az emberen, hogy szomorú, rossz kedve van, odamegy hozzá, és vigasztalásképpen megsimogatja. Megérzi ezeket a dolgokat, és nem rest segíteni. Talán azt gondolnánk, hogy ez nem nagy dolog, pedig igenis az. Gyakran csak egy gesztus is rengeteget tud javítani hangulatunkon.

Persze nem mindennap munkanap, bizonyos alkalmakkor, például ünnepeken, összeül családunk apraja-nagyja. Mindnyájunkat másképp üdvözlöl. Apukám szavajárása, hogy „hékás”, így ha meglátja, csak annyit mond neki köszönésképp: hékás! Az unokatestvérem, Réka operaénekesnek tanul, ezért Bálint őt egy megszokott dallammal köszönti, amit tőle tanult.

Mindnyáján másak vagyunk, ez egyértelmű. Feladatunk csupán az, hogy mindenkiben meglássuk a legjobbat, úgy van értelme az egésznek.

Anda Tamara

Érdekel a média világa?

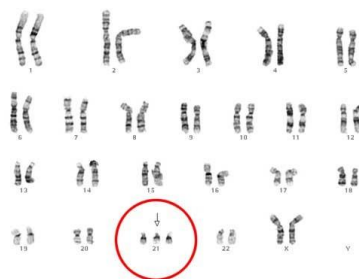
Értesz a grafikához, a szerkesztéshez vagy a fotózáshoz? Csatlakozz a Bárczium új szerkesztői csapatához!

Nincs más dolgod, mint jelentkezni a **foszerkeszto@barczihok.elte.hu** email-címen! Amit mi garantálunk: szuper közösség, remek témák, új ismeretek és tapasztalat. Várunk téged is!

DOWN-SZINDRÓMÁS MODELLEK

Mit is jelent a Down-szindróma ?

Egy olyan kromoszómális rendellenesség, melyben egy extra 21-es kromoszóma részben, vagy teljes egészében megjelenik, így gyakran a betegek a testi sejtjeiben 47 teljes örökítő anyag lesz. Annál súlyosabb a betegség, minél több testi sejt tartalmaz három darab 21-es kromoszómát. Ezt nevezi úgy a szaknyelv, hogy a 21-es kromoszóma triszómiája.



Joggal gondolhatjuk, hogy ezek az emberek korlátozott lehetőségekkel élnek mindennapjaikat, de semmi sem lehetetlen. Ezt bizonyítja egy brisbane-i Down-szindrómás lány sikertörténete.

Madeline Stuart nem mindennapi célt tűzött ki maga elé, rendellenessége ellenére. Modell karriert szeretett volna befutni. A 18 éves lány betegségéből adódóan túlsúllyal küzdött. Kitarását és akaraterejét bizonyítja az, hogy több hónapon keresztül hetente ötször úszott, kétszer konditerembe járt, krikettedzéseket vett, hip-hopozott, és még cheerleadernek (pom-pomlánynak) is beállt. Az eredmény: mínusz húsz kiló.

Maddy néhány hónapja került a figyelem középpontjába, amikor önálló kampányba kezdett, felhívva a figyelmet a fogyatékosok elleni előítéletekre. A kampány eljutott számos divatcéghez is, melynek következtében a Manifiesta szerződést kötött az ausztrál lánnyal. Ezek után beindultak a fotózások, és az eszme, amely a fogyatékosok "életképtelenségét" vallotta, megváltozni látszott. Madeline karrierjével elérte, hogy a szépség hagyományos fogalmát átértékeljék az emberek.





Maddy azóta 480 ezres rajongótáborral rendelkezik a Facebookon, és az Instagramon is számos követője van. Az elmúlt hónapban a New York-i divathét kifutóin is lehetett látni, amely hatalmas áttörést jelent mind neki, mind pedig a világnak. A divatshow-n elegánsan, és magabiztosan mutatta be a kreációkat. Célja pedig, hogy egy nap valóban ő legyen a világ első Down-szindrómás szupermodellje.

Ez a nem mindennapi történet azonban nem jöhetne létre egy biztos háttér nélkül. A színpalak mögött mindig ott izgul könnyes szemmel egy személy, aki soha nem adta fel. Soha nem mondott le a reményről. Ő pedig nem más, mint Maddy édesanyja, Rosanne.

"Én csak azt szeretném, hogy az emberek elfogadóbbak legyenek, szeretettel fogadják, és legyenek jók hozzá"—nyilatkozta a fiatal lány édesanyja. Rosanne úgy érzi, máris sokan ráébredtek: a Down-szindrómás ember is lehet szép és szexi.

Képek forrása: <http://www4.evoke.ie/wp-content/uploads/2015/09/NYFW-model-140915-640x457.jpg>
<http://m.cdn.blog.hu/ne/neszeszer/image/down-syndrome-model-madeline-stuart-australia-6.jpg>

Buzogány Borbála Lujza

NÉGYLÁBÚ ANGYALOK

Az állatok pozitívan befolyásolják az emberi pszichét. Számos mentálisan, érzelmileg és fizikailag sérült embernek segítenek, terápiás felhasználásuk célja a szociális, érzelmi és kognitív funkciók fejlesztése. Az állatok első terápiás szerepléséről már a 18. századból találunk feljegyzéseket, amikor egy kórházban a pácienseknek lehetősége volt kisebb háziállatokkal egy udvaron tartózkodni. Ez hatékony eszköznek bizonyult a betegek szocializációjában. 1961-ben Dr Boris Levinson magára hagyta kutyáját egy viselkedészavaros gyermekkel, és visszatérve látta, hogy a gyermek beszél a kutyához. Ezután vetette bele magát az állatasszisztált terápiák leírásába, ami ma már egyre népszerűbb.

Az állatterápiák két formáját különböztetjük meg. Az állatasszisztált aktivitás (AAA) célja az életminőség javítása, és kötetlenül zajlik a kezelt személyek igényeihez igazodva. A terapeuta itt lehet szakember, önkéntes laikus is. Lényege, hogy az állat simogatásával fokozódjon a vérkeringés, erősödjön a hormon- és immunrendszer.

Az állatasszisztált terápia (AAT) célorientált beavatkozás, mely egy előre megírt fejlesztési terv szerint halad kizárólag szakember közreműködésével, akinek dokumentálnia is kell a terápián történeteket, a változások előrehaladását. Célja a páciens fizikai, érzelmi, szociális, és kognitív funkcióinak javítása. Az állatterápiák két legelterjedtebb verziója a kutyás-, és lovasterápia. Népszerűségük oka, hogy mindenki számára könnyen elérhető, sokoldalúan felhasználhatók, és képzésük egyszerűbb, mint az egyéb háziállatok, madarak, vagy delfinek betanítása, de ezekkel az állatokkal is folynak aktív terápiák.

„A ló előnye tenger”

A lóval való munka során az összehangolt mozgás, az izommunka fejlesztésén túl megismerteti a páciensekkel az ősi bizalmat, hiszen a lovaglás során az ember hagyja, hogy a ló a hátán vigye őt. A terápiában a páciens vizionálja önmagát, viselkedésformáit a lóban, ebben segít a terapeuta. Irányzatai a hippoterápia, a gyógypedagógiai lovaglás, a lovastorna, és a lómediált pszichoterápia. A módszereket a kezelés célja, a tartalma, a sérült személyek, és a terapeuta által teljesíthető követelmények különböztetik meg egymástól. Ebben a cikkben a gyógypedagógiai lovaglást, és lovastornát mutatom be részletesebben.

A gyógypedagógiai lovaglást általában pedagógusok és pszichológusok javasolják, a kezelőorvossal egyeztetve. Ez a terápia a finommechanikus és ke-



vésbé finommechanikus károsodásokra hat, figyelemzavarok, autizmus, kommunikációs és beszédzavarok kezelésére használják. Résztevői elsajátítják a lovaglást, és a lovastorna alapvető ismereteit.

A terápia zárt helyeken zajlik, de lehet hosszú kirándulás is. A lovaglásnál a terápia általában egy személlyel foglalkozik, míg a lovastorna esetén kisebb csoport dolgozik egyszerre. Ebben a terápiában mindhárom jármódban dolgoznak. A lóval végzett munka a félelem és a frusztráció leküzdését tanítja meg és a közös munka adja a sikerélményt, melyből egy új, megerősödött önérték alakul ki. Nem utolsó sorban a terápia során a koncentrációs készség is fejlődik.



Minden ember legjobb barátja

A kutyás terápiáról, Pieke Noémivel beszélgettem aki Bárczin végzett pszichopedagógia szakirányon, és 2010 óta foglalkozik kutyás terápiákkal.

A terápia kifejlődésének története akkor kezdődött, amikor kutyákat vittek nagyobb csoportokba, kórházakba, és idős otthonokba, majd sérült emberek fejlődését is megfigyelték az ebek hatására, így ma már széles körben alkalmazzák. Noémi indította útjára a bölcsődei prevenciós programot, melynek lényege, hogy a gyerekeket minél hamarabb bevonják a korai fejlesztésbe. Ebben segítenek neki négylábú társai. A gyermekek különböző feladatokat kapnak. Ilyen például az akadálypálya, amely a mozgást fejleszti, a kicsik a kutyával, vagy az ebek után teljesítik a pályát. Azzal, hogy a kutyák hámban vannak és a gyerekek ebbe kapaszkodnak a feladatok elvégzése közben, sokat fejlődik az önállóságuk is.

Noémi módszerével rengeteget tanulnak a kicsik: a testrészeik felfedezése közben megismerik a kutyák testét is, például hol van a saját fejed, és hol a kutyáé. A terápia közben nagyon fontos a visszajelzés, a gyerekek dicséretet kapnak, és nekik is meg kell dicsérni a kutyákat. Később ez a mindennapokba is beépül, egymást dicsérgetik a bölcsiben. Noémi bölcsődei prevenciós programjáról többet is olvashatsz a www.kutyasterapia.com oldalon.

A kutyás terápia minden területen fejleszt, az önismerettől a szociális készségeken keresztül a beszédkészségig. Noémi úgy látja, kevés a szakember, ezért indította el saját akkreditált terapeuta képzését pszichológusoknak, gyógypedagógusoknak és gyógytornászoknak.



Az állatokkal való közös munka sokkal hasznosabb bizonyos készségek fejlesztésében, mint azok a foglalkozások, amelyek két faj között zajlanak. Magyarországon egyre több helyen képeznek lovas- és kutyás terapeutákat. Többek között a Magyar Lovasterápia Szövetség és Pieke Noémi kutyásterapeuta képzései közül válogathatnak az érdeklődők. A gyógypedagógus diploma megszerzése után javasolt ezeknek a terapeutaképzéseknek az elvégzése is, hogy minél több és hatékonyabb módszerrel fejleszthessük a sérült gyermekeket és felnőtteket.

Képek forrása: www.terapiaspark.hu; www.extraordinarydogs.org

Somodi Nikolett



KUTATÓK ÉJSZAKÁJA A BÁRCZIN

Az ecseri úti metróból kilépve még a szemerkélő esőnek sem sikerült elvennie a kedvem az estétől, és ahogy az esőtócsák között szambázva haladtunk barátommal az alma mater felé, egyre jobban éreztem, hogy jó dolgok fognak következni.

A Kutatók Éjszakája. Már maga a program címe is misztikusan cseng. Ahogy beléptem a Bárczi kapuján, lelkes arcok rohamoztak meg, csupa önkéntes diák, akik azért voltak ott, hogy gördülékenyen mehessenek a dolgok. Magamban eljátszottam a gondolattal, hogy mennyire tiszteletreméltó dolog, hogy emberek idejüket és energiájukat szentelik egy célért, beletesznek szeretetet, és amikor zavartan mentegetőzni kezdek, hogy nem regisztráltam előre a programokra, kedvesen tovább engednek. Ezért az elfogadó légkörért (is) szeretem a Bárczit.



Miután otthon kicsit ráuggliztam a neten az eseményre, hogy tájékozottabb legyek a programokról, elképedve olvastam, hogy ez a tizedik Kutatók éjszakája, és magát a programot több, mint hetven egyetemen és kutatóintézetben rendezik meg, több száz kutató bevonásával. Megint kicsit VIP-nek éreztem magam, mert ezek az emberek igen sok felkészülést fordítottak arra, hogy ezen az estén kicsit jobban beleláthassunk a munkájukba, álmaikba és törekvéseikbe. De jogosan merül fel bennünk: vajon kik is valójában a kutatók?

Amikor felteszed magadnak a kérdést, fogadok, akárcsak én tettem, te is kémcsővel játszadozó szemüveges embereket vizionálsz, akik üdvívalgásban törnek ki egy új molylepke faj felfedezésétől (megjegyzés: az utóbbi tényleg megtörténhet, és elég menő dolog lehet felfedezni egy eddig nem ismert fajt). Látom magam előtt, ahogy inkább eloldalsz valami "hirtelen nagyon érdekesre" szegezve a tekintetedet. Pedig mekkora tévedés lenne, Barátom!

Egy kutató napjaink valódi harcosa, aki a tudományt használja eszközként, hogy mások világát jobbá tegye.

Oké, oké... Ezek mind szép szavak, de mit jelent ez valójában a gyakorlatban?

Számítógépes játék fejlesztését, amivel már óvodás korban ki lehet szűrni az autizmust. Szemléletformálást, ami meghatározhatja a jövő nemzedék szolidaritását és önálló gondolkodását a társadalomban.

Na, nem lövöm le az este meglepetéseit, inkább gyertek velem tovább, nézzük meg mi fog történni ezután!

Az első előadás, amelyre beültünk, az "Anyanyelven akcentussal?!" címet viselte. Már ez izgalmasnak ígérkezett. Itt egy rendkívül ritka logopédiai jelenségről hallhattunk, a szerzett idegen akcentus szindrómáról, amely röviden-tömören annyit jelent, hogy egy organikus (akár stroke vagy baleset) vagy pszichoszomatikus behatás miatt, a következő reggel a páciens, aki addig boldogan élte életét, olyan állapotban ébred fel, hogy anyanyelvét francia, orosz vagy épp olasz akcentussal kezdi el beszélni. Ebbe a jelenségbe másztunk egy kicsit jobban bele, és az előadás végére már magam előtt láttam egy komplett krimi forgatókönyvét orosz maffiával, medencébe ugrálással a tizedikről, és fejét vakaró Columból. És mindez ott kezdődik el, hogy valaki idegen akcentussal ébredt fel reggel. Szerinted? Ha ez nem inspiráló, akkor semmi sem!

Ezután egy nagyobb terembe tévedtünk, ahol plakátokon a fogyatékoság történetének különböző aspektusaival ismerkedhettek meg az érdeklődők. Ez számomra külön öröm volt, hiszen a barátom, aki nem mellesleg zenész–tehát nem sok köze van a fogyatékoság témájához–kikerekedett szemekkel olvasta az infókat, és kérlelt, hogy maradjunk még egy kicsit, ha lehet, mert ez nagyon érdekes. Ehhez hasonló lelkesedést legutóbb az új Batman film premiere tudott kiváltani belőle. Azt hiszem, ezzel kellőképp tudtam érzékelteni a lényegét. Ha tehetitek, hozzátok el a barátaitokat, és vonjátok be őket, nem fogjátok megbánni!

Végezetül pedig a „Komoly játékok, komoly embereknek” című előadást hallgathattuk meg, ami egy elképesztően kreatív és innovatív projektet mutatott be: egy számítógépes játék fejlesztését, és annak háttér munkálatait az autizmus korai felismerése céljából. A projekt kutatói interaktív módon bevonták a hallgatókat is, és egy szórakoztató, mégis kellően komoly mondanivalójú órát tölthettünk el a kulisszatitkok megismerésével.

Ezen kívül voltak logopédiai vizsgálatok, élő könyvtár, ahol feltehetted a legféltettebb kérdéseidet a fogyatékosággal kapcsolatban, festés- és művészetterápiás előadás, vagyis szinte minden, ami szem-szájnak-agynak ingere!

Számomra ez egy inspiráló, érdekes és érzelmileg megérintő este volt, és csak annyit tudok javasolni, hogy ne hagyd ki legközelebb Te sem! 2016-ban, ott találkozunk!

Csernus Édua



SLAM POETRY A FOGYATÉKOSSÁG KONTEXTU- SÁBAN

„A művészetben a siketek hallanak, a vakok látnak, a bénák járnak, minden fogyatékoság teremtő és magasrendű erővé válhat.”

/Pilinszky János/

Azt gondolom, mindenki számára evidens tény, hogy a fogyatékoság megjelenik a művészet minden ágazatában, értve ez alatt a szerzőket vagy a fogyatékosággal élő személyekről szóló műveket, alkotásokat. A festészetben kiemelkedő Frida Kahlo mexikói festőnőt említeném, aki izombénulásban szenvedett, a zeneművészetben Ludwig van Beethoven, német zeneszerző neve lehet ismerős, aki hallását veszítette el, vagy Háy János *A Gézagyerek* című drámája például egy autizmussal élő férfit szemléltet.

A Slam Poetry egy modern költészeti stílus, mely azonnal, szóban, akkor abban az adott 3 perc 15 másodpercben kell, hogy hasson. Többnyire fejből mondott színpadi elemekkel tarkított saját szöveg-előadás, nem versmondás. Nem színpadi előadás, mert nincs elsődleges forgatókönyve, és nem is a rap műfaja, ugyanis nem szükséges hozzá folytonos lüktető ütem vagy zenei aláfestés. Fő funkciója és célja a szórakoztatás, elgondolkodtatás, érvelés, meggyőzés. Ez egy verseny, melyben bárki megmutatkozhat, egy verseny azoknak, akik ki akarják mondani véleményüket nyíltan, a közönség szemeibe, és ezzel sikert akarnak aratni.

Ma, a XXI. században, a '80-as évek közepétől kezdve egyre inkább teret nyerő és manapság már nagyon népszerű Slam Poetry világában is megjelent Magyarországon az első fogyatékosággal élő személy. Ő név szerint Tunyogi Imre, aki büszkén vállalja és méltón képviseli állapotát. Hypoxiával, azaz oxigénhiánnyal született, melynek következtében enyhén értelmileg akadályozott. Felmerülhet a kérdés, mit keres ő a színpadon, a slamen, ahol—véleményem szerint—a legerőteljesebben jelenik meg az önértékesítés és az önkifejezés,



mint fogalom. Imre igenis helytáll, Horváth Kristóf Színész Bobbal megnyerték a III. Országos Team Slam Bajnokságot.

A budapesti Műcsarnok indította el hazánkban az első slam mozgalmat Budapest Slam nevű rendezvényével, 2006-ban. Ezt az eseményt a költők és rapperek csatájaként tartják számon, azóta számos helyszínen és városban megjelent a Slam Poetry. 2012. októ-



ber 7-én pedig megrendezték a I. Országos Slam Poetry Bajnokságot a Trafóban. Ennek nyertese, Süveg Márk Saiid képviselte Magyarországot Antwerpenben, a 2012-es European Slampionship nevű rendezvényen, majd 2013-ban ezt követte az Országos Team Slam Bajnokság.

Imre, elmondása szerint nagyon jól beilleszkedett a közegbe, az első pillanattól kezdve otthon érzi magát a műfajban. Azt állítja, kikapcsolja a mindennapi gondokból. Fontos számára, hogy elmondhatja véleményét a hasonló gondolkodású embereknek, meghallgatják, értékelik őt. Nagyon élvezi szövegeinek megírását, állítása szerint egyszerűen csak leül és papírra veti azokat, az időhiány az egyetlen gátló tényező. Egy barátja révén ismerkedett meg a slammel, tele van ötlettel, és reméljük, még sokáig részese lesz a műfajnak.

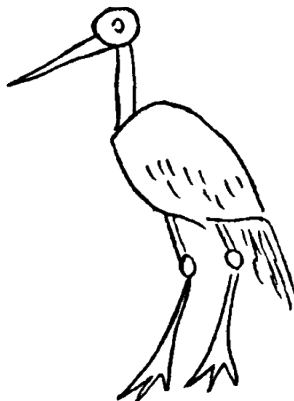
Egyed Barbara



TÁJÉKOZTATÓ A SZAKIRÁNYOKRÓL

Felsőbbévesek válaszolnak

Gólyák három kérdése a szakirányválasztásról



Logopédia

Mi várható az alkalmassági vizsgán?

Mennyire gyakorlatias ez a szakirány?

Van különbség egy beszédtanár és egy logopédus között?

Az alkalmassági vizsga során két fordulón kell átjutnia az érdekelt elsőéves hallgatónak. Először is a papír alapú helyesírás tesztet kell legjobb tudásához mértén megoldania, amiben természetesen magyar nyelvünk összes különlegesége ránk kacsint. Ennek sikeres teljesítése után kerül sor a szóbeli megméretetésre, ahol egy felszabadult, jó hangulatú beszélgetés formájában vizsgálja meg a bizottság a lelkes jelentkező beszédtehetségét (az én esetemben legalábbis így történt). Nem kell félni tőle.

A szakirányon töltött első félévben egyelőre csak elméleti oktatásban részesülünk, ám izgatottan várjuk a gyakorlatias beszédtechnika órát és a hospitálásokat.

Tulajdonképpen a beszédtanár segít az embereknek önbizalmat teremteni kommunikációjukban. Megtanítja őket a helyes légzéstechnikára, a megfelelő hangsúlyra és a kifejező, vonzó előadásmódra, míg a logopédus leegyszerűsítve a beszédhibák “meggyógyításáért” felel. (Pogácsás Nóra)

Szomatopedagógia

Mit foglal magába a szomatopedagógia?

Hol lehet vele elhelyezkedni? Inkább kórházakban vagy máshol is?

Melyik szakirányt válasszuk hozzá?

A szomatopedagógia szak a mozgáskorlátozottság speciális területeinek korrekcióját öleli fel, elvégzése után akár a hippoterápia felé is utat nyit a BA diploma, hiszen elvégzése szinte orvosi ismeretek mélységével való felkészülést igényel az emberi test anatómiájából. Jó párosítás akár logopédiával, vagy autizmus spektrum pedagógiája szakiránnyal. Ha van hozzá elég kitartás benned és eltökéltség, akkor szívből tudom ajánlani, hiszen rengeteg szépsége van ennek a szakiránynak. Jó tanács: kezdj el már most tanulni. (Csernus Édua)

Hallássérültek pedagógiája

Jelnyelv milyen formában van jelen a szakirányon?

Mire lehet számítani az alkalmassági vizsgán?

Az eddigi tapasztalataid alapján érdekesnek találod ezt a szakirányt?

A hallássérültek pedagógiája nevű szakirány előfeltétele a sikeres alkalmassági vizsga, melyre—szerintem—egyáltalán nem lehet készülni. Úgy gondolom, hogy erre a szakirányra születni kell. Szükséges hozzá megfelelő mennyiségű önbizalom, elhivatottság, és nem utolsósorban rengeteg kreativitás. Eddigi tapasztalataim alapján a szurdopedagógia egy nagyszerű hivatás, és már alig várom a további tanulmányaimat, ugyanis csupa érdekes, gyakorlatorientált tárgyunk van.

Sajnos a jelnyelvtanítás nem teljesen kielégítő, ugyanis inkább a szájról olvasási technikákkal ismerkedünk meg. Van lehetőség jelnyelvet tanulni, és nem szabad feladni, be kell kerülni, de úgy gondolom, hogy ehhez mindannyiunknak rengeteg önszorgalom szükségeltetik még. Ami ugyebár nekünk meg sem kottyán. (Horváth Eszter)



Látássérültek pedagógiája

Meg kell tanulnunk a Braille-írást?

Alkalmazható-e a művészetterápia (főleg a vizuális része) a látássérülteknél?

Mennyire jellemző/megoldható a látássérültek integrált oktatása Magyarországon?

Vannak ilyen típusú munkalehetőségek?

Igen, látás szakirányon meg kell majd tanulni a Braille írást és olvasást (ez utóbbit természetesen csak szemmel), de nem adnak túl nehéz vizsgafeladatot belőle.

A terápia alkalmazhatósága véleményem szerint a látássérülés mértékétől függ: aki gyengén látó, az részt tud venni ilyen dolgokban (a gyengén látók iskolájában vannak rajzok is a folyosón kiállítva). Az integrált oktatás nagyban függ a gyermek képességeitől (nem csak a látásteljesítményt nézve) és az iskola adta lehetőségektől, a pedagógusok nyitottságától. Megoldható, ha a körülmények megengedik, és minden érintett tesz érte.

A munkavállalásra is igaz, ami az integrált oktatásra, van sok jó példa arra, hogy látássérült személy sikereket ér el, például ügyvédként vagy gyógypedagógusként. (Kiss Virág)

Autizmus spektrum pedagógiája

Hogyan definiálnád az autizmust?

Hogyan segít egy gyógypedagógus egy autistán?

Mi alapján döntöttél úgy, hogy ezt a szakirányt választottad?

Az autizmus egy nagyon összetett jelenség, ami egy életen át tart, tulajdonképpen egy tipikustól eltérő fejlődésmenet, melynek nincs szigorúan meghatározott kezdete, körülbelül 3 éves kor körül válik észlelhetővé. Alapvető jellemzői a komplexitás és a változatosság. Ahogyan a személy változik, úgy autisztikus vonásai is változnak. Az autizmus megjelenhet az átfogó szellemi, értelmi képesség bármely súlyosságában, a súlyos értelmi fogyatékosságtól kezdve az extrém intelligenciáig. Neurobiológiailag meghatározva egy pervazív idegrendszeri fejlődési zavar, amely leginkább a társas interakciót, szocializációt, kommunikációt befolyásolja, a repetitív és sztereotip viselkedés jellemzi.

A gyógypedagógus kezében különböző specifikus fejlesztési módok, terápiák vannak, amelyekkel enyhíthetők a tünetek. Erre többnyire egy életen át szükség van. Természetesen a gyógypedagógus diagnosztizál, illetve segítséget nyújt adott esetben a szülőknek és segít az érdekérvényesítésben is.

Azért választottam ezt a szakirányt, mert számomra ez a "legérdekesebb" fogyatékoság típus, valamint úgy gondolom, egy kicsit minden emberben él egy autista. Nagyon sokfélék és különbözőek vagyunk, bizonyos készségeink fejlettebbek, néhányak épp ellenkezőleg. (Egyed Barbara)

Pszichopedagógia

Milyen típusú fogyatékosokkal foglalkozik a szakirány?

Milyenek az elhelyezkedési lehetőségek?

Miképpen foglalkozik a szakma fiatal felnőttekkel vagy felnőttekkel?

A pszichopedagógia alapvetően nagyon sokféle fogyatékoságot ölel fel; gondolok itt a mentális problémák igen széles spektrumára. Ide soroljuk például a depressziós, anorexiás, bulimiás stb. eseteket, de a súlyosabb pszichiátriai kórképek (szizofrénia) is tartozhatnak a pszichopedagógia körébe.

Az elhelyezkedési lehetőségek jelenleg elég változók. Alapvetően van lehetőség szociális (gyermekvédelmi) szférában, egészségügyben (pl: neurológia) illetve oktatásban is elhelyezkedni. Nagyon változó, egyénektől függ. (Fazekas Bianka)

Értelmileg akadályozottak pedagógiája

Milyen fogyatékosokkal foglalkozik a szakirány?

Milyen fejlesztési módszereket tanítanak itt?

Túljelentkezés vagy szakemberhiány jellemzőbb?

Milyen szakiránnyal érdemes párosítani?

Az értelmileg akadályozottak pedagógiáján a hallgató széles és színes skáláját ismerheti meg az értelmi akadályozott gyerekeknek és felnőtteknek. Ez a skála a közép súlyos értelmi akadályozottságtól a súlyos akadályozottságon



keresztül a halmozott típusig tart. Képet kapunk a korai ellátásról, az óvodai és iskolai tanításról, fejlesztésről, egészen a felnőttellátásig.

Az értelmi akadályozottság mellé gyakran társul autizmus spektrum zavar, mozgásbeli, beszédbeli akadályozottság, stb., így nagyon sokféle ismeretet magára szedhet az ember az évek során. Belepillantunk a mozgásfejlesztésbe, a kommunikáció fejlesztésébe, önkiszolgálás fejlesztésébe, hogy csak pár területet felsoroljak. Továbbá még egy egységes képet kap a diagnosztikus módszerekről is. Ezen a területen mindig szükség van a jó gyógypedagógusokra.

Szinte nincs „rossz” párosítás az ÉA szakiránnyal. Népszerű és ajánlott párosítás autizmus spektrum zavar, logopédia vagy szomatopedagógia szakiránnyal vagy valamilyen érzékszervi (látás, hallás) sérüléssel foglalkozó szakiránnyal. (Margitai Anna)

Tanulásban akadályozottak pedagógiája

Pontosan kikkel foglalkozik a szakirány, milyen fogyatékosokkal?

Hol helyezkedhet el az itt végzett diplomás?

Milyen másik szakiránnyal érdemes párosítani?

A szakirány elsősorban olyan gyerekek és tanulók fejlesztésére, nevelésére és iskolai oktatására készíti fel a hallgatókat, akik a tanulási tevékenységek terén komplex és átfogó akadályozottságot mutatnak, mint például az egyes rész képesség zavarok (diszlexia, diszgráfia stb.) illetve olyan nehézségek, amelyek az iskolai munkát, a társas kapcsolatok kialakítását nagy mértékben akadályozzák. Az oklevél megszerzését követően a tanulásban akadályozottak pedagógiája szakirányos gyógypedagógus a közoktatás számos területén találhat magának munkalehetőséget. Egységes Gyógypedagógiai Módszertani Intézményekben (EGYMI), pedagógiai szakszolgálatnál, integrált intézményekben, vagy éppen akit a diagnosztika érdekel, a tanulási részképességeket vizsgáló szakértői bizottságoknál is tárt karokkal várják a hallgatókat. Személyes véleményem szerint a szakirányt rendkívül jól lehet kombinálni más szakirányokkal. Mivel tágabb értelemben a kognitív képességek (is) érintettek a tanulásban akadályozottságnál, így az értelmileg akadályozottság pedagógiája, az autizmus spektrum pedagógiája szakirányokkal, de az érzékszervi fogyatékoságokkal (hallássérülés, látássérülés) foglalkozó szakirányokkal, valamint a logopédiával és a szomatopedagógiával is jól kombinálható. (Hegedüs Huba)

INTERJÚ BÁNFALVY CSABÁVAL

Bánfalvy Csaba tanár urat bizonyára sokan ismeritek, azoknak a gólyáknak pedig, akik még nem találkoztak vele, talán elég, ha csak annyit mondok: hétfő reggel nyolckor is tele van az előadóterem, ha ő tart órát.

Mi motiválta arra, hogy szociológiával, azon belül is a fogyatékoság jelenségével foglalkozzon? Gyerekként biztosan egészen más tervei voltak.

Gyerekként fogalmam sem volt róla, hogy olyan foglalkozás, hogy szociológus, létezik. Tanárnak pedig soha nem készültem. A gyógypedagógiáról sem tudtam semmit, az akkori Gyógypedagógiai Tanárképző Főiskola létezéséről sem hallottam még. Merő véletlenségből kerültem ide. Külkereskedelmi szakon végeztem a Közgazdasági Egyetemen, de azon a területen nem találtam munkát. Teljesen véletlenül tudtam meg, hogy itt a főiskolán van egy álláslehetőség, amit megpályáztam és felvettek: politikai gazdaságtant tanítottam. Hamarosan elvégeztem a tanár szakot és hivatalosan is pedagógus lettem. Sosem gondoltam volna, de ahogy elkezdtem tanítani, egy hét után rájöttem, hogy erre születtem.



Az életben rengeteg dolog múlik a véletlenen—a kérdés az, hogy ki tudjuk-e használni az adódó lehetőségeket. Ugrásra késznek kell lenni. Mivel nem voltam gyógypedagógus, ráadásul a Marxizmus-leninizmus tanszékről jöttem, eleinte meg kellett küzdenem egyfajta tartózkodással és gyanakvással mind a tanárok, mind a hallgatók részéről. Ezt azonban nem annyira negatívumként, inkább kihívásként fogtam fel, és lassan megkedveltek a diákok és a kollégák is. Azt, hogy a társadalomtudományon belül a fogyatékoság jelensége felé fordult a figyelmem, egy újabb véletlennek köszönhetem: Illyés Sándor—az akkori



főigazgató–felkért, hogy írjak egy olyan szociológiai tankönyvet, amely a gyógypedagógiai világról szól. A gyógypedagógiai szociológia azóta önálló tantárggyá vált.

Mi az, ami megfogta a tanításban?

Mindig volt bennem egy nagyon erős vágy arra, hogy meséljek, beszéljek, már egészen óvodás korom óta. Később, általános iskolásként, ha olvastam például egy Rejtő Jenő könyvet, azt utána fejezetről fejezetre elmeséltem a környező utcákban lakó gyerekeknek. A társadalomtudományok iránti szakmai érdeklődés pedig a közgazdaságtanon keresztül szintén megvolt, csak a szociológia akkor még tiltott tantárgy volt Magyarországon.

Mit élvez a munkájában a legjobban?

Nagyon szeretem benne, hogy tömeg előtt beszélhetek. Ez egy adottság. Van, aki ettől görcsöl én nagyon szeretek kiállni száz-százötven ember elé és mesélni, közben figyelni, hogy értik-e, élvezik-e az előadásomat. A nagyapám baptista lelkipásztor volt, és bár nem vagyok vallásos, az ő prédikációiból valószínűleg nagyon sokat tanultam. Máig emlékszem, gyerekként mennyire tetset, ahogy a nagyapám beszélt.

Az óráin többször utalt már arra, hogy az elmúlt (és valószínűleg az elkövetkező) hónapok eseményei biztosan be fognak kerülni a történelemkönyvekbe–hogyan benne élünk a történelemben. Ön ezt egészen közelről tapasztalhatta, hiszen mint említette, a Keleti pályaudvar mellett lakik.

Szociológiai szempontból nagyon előnyös helyen lakom, a Nefelejcs utcában, a VII. és a VIII. kerület határánál–ez Budapestnek az a része, ahol a dolgok valójában történnek. Magánemberként ez kevésbé kellemes, de szakmai szempontból nézve kitűnő kutatótér. Én közelről látom azt, amiről mások csak az interneten olvasnak. A személyes élményeimet pedig mindig próbálom felhasználni a munkám során, gyakran beépíteni őket az előadásaimba is.

Mi az a legfontosabb dolog ezzel kapcsolatban, amit Ön mint szociológus ért, de az átlagember talán nem?

Azt szeretném, ha az emberek megértenék, hogy az nagyon komoly változás egy homogén társadalom életében, ha multikulturálissá válik–ám ez nem egy negatív dolog. Európa nyugati felében vannak olyan országok, ahol akár már évszázadok óta multikulturális viszonyok között élnek az emberek, ami nagyon jól tud működni. Magyarországnak azonban az ilyen helyzetek kezelé-

sében régóta nincs semmiféle tapasztalata, hiszen a Monarchia ideje óta nem kellett szembenéznie sem ilyen népességszűküléssel, sem ilyen multikulturalizmussal. Fontosnak tartom tehát, hogy ne problémaként fogjuk fel ezt a helyzetet, hanem mint feladatot, amire megoldást kell találnunk. Egy gyógypedagógus számára azt gondolom, egyértelmű, hogy egy sokszínű társadalom, a többé a mindenféle mássággal élő emberek is beletartoznak, kifejezetten gazdagító hatású.

Ennek ellenére találkoztam már olyannal, aki teljes mellszélességgel kiállt a fogyatékkal élők jogaiért, a melegházasság és a menekültek ellen azonban minden lehetséges módon tiltakozott.

Ez ki fog tisztulni. Ragaszkodunk ahhoz, amit megszoktunk, ebből következik, hogy lassú átmenetek lesznek, valószínűleg nem is konfliktusmentesek. Valaki elfogadja a vakokat, de nem fogad el egy szírt. Valószínűleg azért, mert vakot már látott, szírt meg még nem. Szerencsére az ember mindig új dolgokat tapasztal, új dolgokat tanul és ezáltal formálódik a véleménye, így remélhetőleg egy idő után senkinek sem lesz már probléma elfogadni ezeket a másságokat.

Csalló Júlia



HOGY ÉLD TÚL A VIZSGAIDŐSZAKOT?

Legalapvetőbb túlélési tanácsok

Cigi, kávé plusz egy jó barát, aki vigasztal az egymást követő bukásaid után.

Aludd ki magad!

KeepCalm and Start Studying... ☺

Egy-egy vizsga után megérdemelsz EGY sört és EGY részt a kedvenc sorozatodból.

Keress a közeledben egy éjjel-nappalit, ahol hajnali kettőkor is van a kedvenc energiatalodból. Nincs kedvenc energiatalod? Legyen. Nincs kávéfőződ? Szerezz be egyet.

Facebook profil? DELETE.

Kávé!

Olyan nincs, hogy első vizsga. Arra csak a vakmerők jelentkeznek. Az arra van, hogy megkérdezz másokat: "Miket kérdezett?"

Bizonyított tény: igenis meg lehet tanulni egy éjszaka alatt egy szemeszter anyagát!

KÁVÉ!!!



Mit tegyél, illetve mit NE a szabadidődben?

A Facebook ilyenkor nem a barátod! :D – SZIGORÚAN TILOS

Próbálj meg aludni. Minimum 3 metrómegállónyt muszáj.

Néha jót tesz neked is és a lakásodnak/szobádnek is a takarítás.

A legyek és pókok nem potyognak le a falról. Ez bizonyított tény. Nem igényel mély filozófálgatást.

Lesz-e időd bulizni a 2 hónap alatt? - Ha bulizni nem is, de inni tuti fogsz, vagy bánatra, vagy örömrre.

Vizsgahelyzet és tanulás

Ne kezdj el panaszkodni a csoporttársaidnak, hogy már pedig te meg fogsz bujni!

Légy megértő! Ha végeztél a vizsgáiddal, ne dörgöld a csoporttársaid orra alá, ők még lehet, hogy javában szenvednek.

Szigorúan heti egy vizsga. A heti kettőnek az 50%-a bukás.

A majdnem kettes igenis egy létező jelenség.

Egyél vagy inkább ne a vizsga előtt? - Tökéletesen mindegy, ha nem eszel, gyomorsavat hánysz előtte az izgalomtól, ha igen, a reggelidet.

Vizsga előtt kitől fogadj meg tanácsokat?

Felsőbbévestől semmiképp, mert vagy azt mondja, hogy „áááá, borzasztó nehéz”, egyébként te kisujjból kiráznád, vagy azt, hogy „pofonegyszerű, csak tedd be a párnád alá a könyved, és már annyi elég a ketteshez”, másnap pedig megbuksz. Most felteszed a kérdést, hogy akkor ésszerűbb alsóbbévestől javaslatot elfogadni? Majd szépen lassan levonod a következetes következtetést, hogy tulajdonképpen nemes egyszerűséggel magadra maradtál, mert nem létezik nálad alsóbbéves. Sok sikert!

Még egy kis motiváció

Mindent tudsz? Nem.

Napi 5-6 óra zokogás teljesen természetes.

Győzni mész, tudjuk! De jó lesz a kettes is.

Ha már nem bírod, gondolj bele: Egy fél országnyi egyetemista a bajtársad jelenleg.

Egyszer igenis vége lesz!



Egyed Barbara, Fazekas Bianka,
Horváth Eszter, Sztrecsko Boglárka



SPECIÁLIS SZÜKSÉGLETŰ HALLGATÓNK

Interjú Rostás Rékával

Gyógypedagógusnak lenni nem könnyű, főleg ha az ember maga is sérült. Interjúmban egy speciális szükségletű hallgatóval beszélgetek, aki őszintén beszél önmagáról és arról, hogy milyen a kapcsolata a gyógypedagógiával, illetve a Világgal.

Mesélj kicsit magadról! Honnan jöttél?

Rostás Réka vagyok és Környéről jöttem. Nagyon szerettem ott élni édesanyámmal, nevelőapámmal és nagymamámmal, illetve két testvéremmel. Két évre felköltöztünk ide, Budapestre, amíg az általános iskola utolsó két évét elvégeztem, de utána visszatértünk előző lakóhelyünkre. Egy kutyusom és öt cicám van, akiket szintén szeretek.

Milyen hatással van rád Budapest?

Semmi újjal nem szolgált számomra a főváros, amikor egyetemista lettem. Már valamilyen szinten tapasztalt vagyok a környéken. Ami sokat segített nekem, az a közlekedés. Problémamentesebben lehet tájékozódni a kiírások, táblák és térképek segítségével, ami merőben megkönnyíti a dolgomat ilyen téren.

Pontosan milyen területen is vagy speciális szükségletű? Milyen mértékben vagy sérült?

Gyengén látó vagyok, már így születtem. Egyáltalán nincs térlátásom, de a színeket és a formákat jól érzékelem. Ezek segítenek nekem abban, hogy például valakit megismerjek messzebből is.

Ez alapján mely érzékszervedet érzed intenzívebbnek a többinél?

A fületem, mert észrevettem, hogy a hallásom sokkal jobb, mint másoké. Olyanokat is meghallok, amit ők nem. Ráadásul az emberek hangszínét azonnal megjegyzem és később az alapján is be tudom azonosítani, hogy éppen kivel beszélek.

Milyen eszközök vannak segítségére a tanulásban, illetve a közlekedésben?

Tanuláshoz, olvasáshoz és íráshoz távcsőszemüveget használok, a közlekedésben pedig egy speciális fehér bot áll a rendelkezésemre.

Hogy fogod a vizsgákat letenni? Úgy, mint a többiek vagy más módszerhez folyamodsz majd?

Sajnos a látásom miatt borzalmas a kézírásom és lassan is haladok vele, az idő sem lenne elég arra, hogy teljesítsem a vizsgát. Éppen ezért fogom számí-

tógépen megírni, mert azt ki tudom nagyítani és gyorsabban is tudok gépelni. Már kérvényeztem és el is fogadták.

Hol hallottál az iskoláról és a gyógypedagógiai karról?

Édesanyám ajánlotta, mert szerinte családias a légkör, ráadásul a kar épületében könnyebb a közlekedés, mert helyben vannak az órák.

Mi motivált arra, hogy magad is gyógypedagógussá válj?

Valójában pszichológus szerettem volna lenni, de mivel nem volt biztos, hogy felvesznek, ezt is bejelöltem. Édesanyám is gyógypedagógus, de ő csak a hallássérültek pedagógiáját végezte el. És mivel a pszichológia is kapcsolódik ehhez a szakhoz, hát bejelöltem, mint biztosítékot a felvételin. Így most itt vagyok.

Hogy érzed magad az iskolában? Mennyire nehéz számodra a beilleszkedés a többiek közé?

Nagyon jól érzem itt magam. Igazság szerint nem okoz gondot az új környezet és emberek megszokása, mert a gimnáziumi éveket integrált iskolában töltöttem és már jártas vagyok a változások kezelésében. Bár nem igazán nyitok mások felé, mégis ha valakin látom azt, hogy közeledik hozzám és szeretne közeledni hozzám, akkor nem utasítom vissza, és én is törekszem arra, hogy megismerjem.

Hogyan viszonyulsz a többi speciális hallgatóhoz?

Mivel már jártam integrált iskolába, nem igazán zavar, hogy mások is vannak rajtam kívül, akik hasonlóak hozzám. Inkább magamba fordulok, nem szeretek segítséget kérni. Jobb szeretem saját kezűleg megoldani a gondjaimat.

Mely szakirányok érdekelnek leginkább? És miért?

Az egyik a látássérültek pedagógiája. Ezt azért választottam, mert így más szemszögből is láthatom a saját problémámat. Ráadásul az én oktatásomnál elég rossz módszereket alkalmaztak, ezért majd szeretnék új megoldásokat bevezetni, hogy a hozzám hasonló gyerekeknek ne kelljen ezt átélni, amit nekem kellett. Érdekel még a pszichopedagógia, ugyebár a pszichológia miatt, és az autizmus, mert mások szerint van hozzá érzékem.

Szeretnél még valamit mondani az olvasóknak?

Üzenem mindenkinek, hogy nem szabad feladni. Bármibe belekezd az ember, azt végig kell csinálni, bármilyen nehéz is.

Köszönöm a válaszokat, és kívánom, hogy sikeres légy!

Én köszönöm a megtiszteltetést.

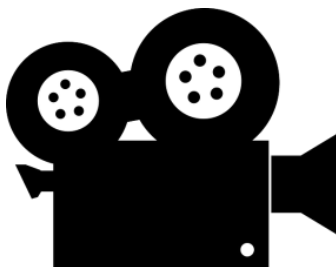
Birinyi Szabina



MOZIAJÁNLÓ

Cinema City vagy művész mozi?

Art mozik. Vagy magyarosan művész mozik. Van, aki isteníti, és van, aki kifejezetten nem szereti őket. Semleges álláspontot valló embert nem ismerek. És a Cinema City-k. A helyzet fordított szereplőkkel általában pontosan ugyanez. Nézzük mik az érvek egyik-másik oldalon!



1. A művész mozik csak elvont nézhetetlen művészfilmeket játszanak./A CinemaCity-kben csak hollywoodi sablonfilmeket lehet látni.

Nos, egyrészt szerintem a művészfilmek nem feltétlenül nézhetetlenek. Tény, hogy másképp kell viszonyulni hozzájuk, mint az amerikai filmek többségéhez. Az egyik célja, hogy alkosson valamit, míg a másiké, hogy mint gazdasági beruházás megtérüljön. Ebből következik az is, hogy míg az előbbi nem a mainstream érdeklődését igyekszik kiszolgálni, addig az utóbbi egy a Cinema City-k számára legyártott szórakoztató termék. A Cinema City egy vállalkozás, a művész mozik viszont gyakran állami vagy pályázati támogatásból, nonprofit szervezeteken keresztül működnek.

Mindkét állítás erősen sztereotipikus. Létezik ugyanis a filmeknek az a háttérterülete, amely mindkét közegben könnyedén megtalálja a saját helyét. Példának hoznám Woody Allen legutóbbi filmjét, a Káprázatos holdvilágot; de ezen kívül is, ha valaki egymásmellé teszi a műsorokat, meglepődhet, hogy milyen sok az átfedés.

2. A művész mozikban rosszabb minőségű a technika.

Általában az art mozik pontosan ugyanazt a vetítési technikát használják, mint nagyobb, plázalakó társaik. A különbség nagyrészt csak a termék méretében és az ülőhelyek kialakításában van, ebből adódóan változik az összehatás.

Különlegességeknek számítanak azok a helyek, ahol a régi analóg filmes módszert is használják. Mivel azonban sokkal körülményesebb egy filmet ilyen formában megszeretni, az ilyen vetítések általában kiemelt, retró eseménynek számítanak.

3. 2D, 3D, 4D, hány D is kell?

Mennyi ingerre van szüksége az embernek, hogy másfél-két órát egyhelyben üljön? Amíg az X-generáció ('90-es évek előtt születettek) egy tv méretű képernyő előtt is végig tud nézni egy filmet, addig a Z-generáció (2000-től) figyelmének fenntartásához már nem elég az, hogy valami mozog a vásznon.

Saját, laikus megfigyeléseim szerint egy korosztálybeli elkülönülés is látszik a mozik között. A közönség pedig alakítja a mozik műsorát, tehát amit nem igényelnek a nézők, azt minek erőltetni. Különben már van olyan művész mozi, ami vetít 3D-s filmeket is.

4. A popcorn vita.

És a legsarkalatosabb kérdés: mozi-e a mozi kukorica nélkül? Ennek a vitának az eldöntéséhez nem hiszem, hogy megfelelő hatalommal lennének felruházva. Mindenesetre az én ismerőseim két nagy csoportra oszlanak. Az egyik, akik szeretnek csámcsogni, zörögni a filmek alatt, és a többiek, akik ezt nem viselik el, így mindenki azt a közeget keresi magának ahová tartozik. Szóval a csöndben filmezni vágyóknak a művész mozikat tudom ajánlani, aki pedig a szociális tevékenységeket és a táplálkozást összekötné egy filmmel, az a multiplexeket keresse!



Balázs Eszter



SZÍNHÁZAJÁNLO

Gyűlölünk vagy imádunk – Pintér Béla színháza

A mai magyar színházi életben egyre nagyobb teret kezdenek nyerni az alternatív irányzatot képviselő alkotók, társulatok és a független színházak. Ez nem is baj, tekintettel arra, hogy az alternatív, más szóval kísérletező színház, ahogy a megnevezése is mutatja, mindig megújulásra törekszik, új lehetőségeket, kifejezőmódokat és témákat keres, a színház- és előadó-művészet határát feszegeti. Mindig aktuális akar lenni, a jelen társadalom és egyén problémáit, kérdéseit veti fel, nem ritkán görbe tükröt tartva a néző elé, mondván: „ez vagy te, nézz szembe magaddal”. Ezt a formabontó irányzatot képviseli Pintér Béla, aki a mai magyar független színházi élet talán legsokoldalúbb, legérdekesebb, leginnciózusabb alkotója.

A Pintér Béla és Társulata 1998-as megalakulása óta számos sikeres produkciót tudhat maga mögött. Előadásaikra szinte azonnal elkelnek a jegyek, gyakran fél évre előre betelik az előjegyzési lista egy-egy darabjukra. Külföldön és belföldön egyaránt szakmai elismerés és siker övezi a társulat munkáját, valamint állandó meghívott résztvevői a művészeti fesztiváloknak.

Pintér Béla darabjai mindig aktuálisak. Olyan embereket mutat be, akik akár mi is lehetünk, vagy könnyen válhatunk olyanokká, mint akiket látunk. Szituációi mindig kissé kifordított, nem ritkán abszurd vagy groteszk, de a felszín alatt mégis valós élethelyzetek. Ezek gyakran azért olyan ismerősek, mert megtörténhetek volna velünk, talán meg is történtek, ha nem is így, de hasonlóképpen. Mindig szembesítenek minket, nem ritkán egy erős pofont tartogat számunkra a darab, amelynek célja, hogy felhívja a figyelmünket arra, kik vagyunk, hogyan, vagy miben élünk, mivé válhatunk, hogyan változtathatnánk? Mert változtatni sosem késő. Erre mutat rá a rengeteg és sokoldalú humor mellett (amelyben szintén bővelkednek a Pintér-darabok) a tragikomédia csúcspontján bekövetkező jól előkészített tragikus csattanó: ők elrontották, de te majd jobban fogsz vigyázni.

Pintér Béla szerzői és rendezői munkáját az ötletgazdagság jellemzi. Helyszínei, cselekményei, karakterei változatosak, rendezéseiben mindig más-más eszközzel, új és egyedi módon vezeti végig a nézőt a történeten. Egyszerű, gyakran minimalista díszleteket használ, éppen csak a szükséges megértés kedvéért, olykor azonban teljesen el is hagyja, ha nincsen rá feltétlenül szükség.

Akad azonban olyan előadása is, ahol a díszlet kifejezetten lényeges elemként van jelen.

Fontos és elengedhetetlen szerepet játszik azonban minden darabjában a zene. A Parasztopera című előadásában például a színészek végig recitálva, azaz énekeszéddel



„mondják el” a szövegeiket, amit többnyire átírt dalok szakítanak meg. A soha vissza nem térő című darabban átírt szövegű kommunista indulók hangzanak el, míg a Gyévuskában Puccini dalokra írt nótákat énekelnek a szereplők.

A látvány, a szöveg és a színészi alakítások együtt olyan egészet alkotnak, hogy a darabokat látva biztosak lehetünk benne, hogy se több, se kevesebb, pont ennyi és pont ilyeneknek kell lenniük. Ezzel az összművészeti egységgel tudja elérni azt a hatást a nézőben, hogy a darab valóban odabilincseljen mindenkit a székhez, vigyen magával minket, együtt sírjunk és nevéssünk velük, vagy rajtuk. Nevetünk, amikor a kis család egy szaunát kap ajándékba karácsonyra az apától, majd betoppan a lány idős szeretője, és sírunk, amikor az anya egy szerelmi kaland miatt elhanyagolja a gyermekét, az ismerőseit, a munkáját és az elkerülhetetlen vég vele is bekövetkezik (A 42. hét). Vagy mosolygunk, mikor az édesanya egy baleset következményeként „historikus ómagyarul” kezd beszélni, de akkor már nem önfeledt a szórakozás, mikor az apa a fogytékos fiát eldobja, mert egy szenvedély rabjává vált (Bárkibármikor).

Mivel a művészet, mint tudjuk, megosztó, a társulat munkáját is van, aki becsüli, és persze vannak olyanok is, akik ellenzik ezt a fajta színházi irányzatot, a független színházak bátrabb, sokszor közvetlenebb hangvételét és véleménykimondását. Lehet imádni és lehet gyűlölni, a folyamatos telt házak, a közönség fanatikus szeretete azonban magáért beszél. Pintér Béla stílusa nagyban elüt a megszokottól, provokál, kérdez és nem hagy nyugodni. És bár fáj néha, amit kapunk, mégis újra és újra ott kell lenni az előadásain, mert minden este történik valami fontos a színpadon

Kép forrása:

http://www.szkene.hu/hu/jegyek/online.html?extra_id=32260

Szabó Tamás



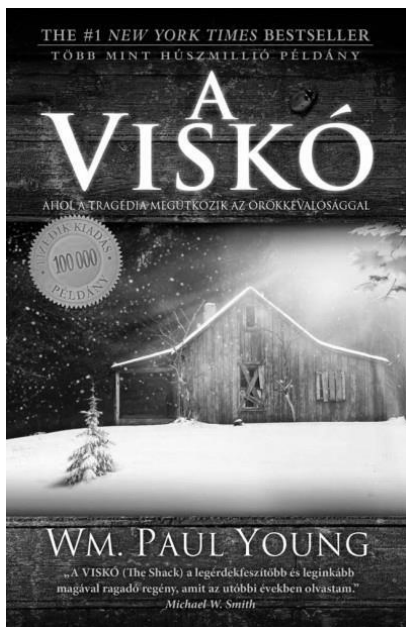
KÖNYVAJÁNLÓ

WM. Paul Young- A viskó

Kedves olvasó, ki készülsz a kezdedbe venni WM. Paul Yong - A Viskó című könyvét. Ezennel örömmel jelentem a számodra, hogy egy remek döntést készülsz meghozni! Jómagam, mióta olvasom ezt a remekművet, mindig csak azt tudom mondogatni, hogy ez életem könyvélménye. Nem mondhatom biztosra, hogy Te is ezen szavakat fogod kiejteni, mert a könyvek megítélése nyilvánvalóan szubjektív. Ellenben rosszat, egészen biztos vagyok benne, hogy nem tudsz majd megfogalmazni a regényről.

Nem szeretnék spoilerezni, viszont néhány apró dolgot sajnos (vagy nem annyira sajnos) el kell, hogy áruljak. Ott kezdem, hogy nem tartom magamat egy mélyen vallásos embernek. Sőt, valószínűleg abszolút nem vagyok vallásos. Kedves olvasó, most feltettem a kérdést, hogy miért is érdekeljen ez téged? Nos, egyedül akkor gondolhatjuk az információt fontosnak, ha elárulom, hogy A viskó című regény Isten és egy halandó ember viszonyáról szól, egy roppant izgalmas történetbe ágyazva, amely olyan keretet ad a történetnek, hogy az ember nem tud a gondolatától szabadulni.

Fontos tudnunk, hogy a könyv olvasását zsebkendő nélkül elkezdni feletébb balga dolog lenne. Talán még soha nem érzékenyültem el ezelőtt könyvön, pedig sok példányt forgattam már. Jó eséllyel sírhattam volna el magam bármikor, de szikla maradtam. A viskóig. A történet olyannyira megható, hogy még a könyv hátulján is felszólítják az olvasókat, hogy legyenek szívesek zsebkendőt magukhoz venni a kényelmes kezdés érdekében. Persze, attól még, hogy van nálunk zsebkendő, fontos a magány is, mert például a távolsági jára-



ton nagyokat néznek a kedves utasok a minden pénteken és vasárnap a buszon utazó pityergő lányon.

A könyv több mint húszmillió példányban kelt el eddig, és lenyűgöző ereje miatt igazi korszakalkotóvá nőtte ki magát. Akik igazán szeretnek olvasni, azoknak óriási szeretettel ajánlom. A könyv nem akarja megtéríteni az embert. Nem szentbeszéd ez, amely belénk sulykolódik, és mindenáron arra törekszik, hogy az ember hívővé váljon, és kövesse Isten tanításait.

A könyv hatalmas gondolatokat ébreszt Istennel kapcsolatban. Az emberi kapcsolatokról, amelyeket lehet, hogy egyáltalán nem értelmeztünk mindeztidőig jól. Hogy működik a család, az igaz barátság, mik is az igazi emberi értékek. Ez csak egy történet, amitől az ember addig nem tud megszabadulni, míg igazán a végére nem ért. Elárulom neked, kedves érdeklődő, hogy ez nem akkor következik be, mikor a 256. oldalra ér az ember. Egy év múlva vagy 4-5 év múlva bizonyos, hogy újra elő fogod kotorni, hiszen minden életkorban mást ért meg az ember a mondanivalójából.

Jelen könyv mondanivalója veled van mindig, szépen finoman kúszik be a gondolataidba, melynek köszönhetően te magad is megláthatod, hogy mit kellene tenned ahhoz, hogy még a jelenleginél is csodálatosabb életet élhess.

Horváth Eszter



BARANGOLÁS A KONYHÁBAN

A főzésnek sok módja lehet. Csinálhatjuk egyedül vagy többen. Elutazhatunk általa bárhová, igaz csak képletesen, az ízvilágok szintjén. Csak egy fontos dolgot kell észben tartanunk: akkor fogjunk bele, ha van is kedvünk hozzá! Véleményem szerint egy étel akkor fog jól sikerülni és ízleni, ha azt jókedvvel és szeretettel készítettük saját magunknak vagy bárki más számára.

Ebben a számban egy citromos csirkét, illetve egy csokis finomságot hoztam nektek. Az elkészítésüket könnyűnek találtam, de azért nem árt odafigyelni rájuk.

Citromos csirke

Hozzávalók

60 dkg csirkemell
1 db citrom
4 gerezd fokhagyma
1 teáskanálnyi kakukkfű
1 evőkanál olaj
só és bors ízlés szerint
Tálaláshoz: rizs
Az elkészítés idő: 30 perc



A csirkemellet feldaraboltam 2-3 cm-es darabokra. Forró olajba raktam és fehéredésig pirítottam. Ezután a citrom levét, héját és a kakukkfűvet raktam bele, majd sóztam, borsoztam és hozzáadtam a fokhagymát. (Érdekes előtte vagy összevágni, vagy pedig kis lyukú reszelőn lereszelni.). Elforraltam a levét és barnára pirítottam a húst.

Tányérra raktam egy kis rizst, mellé a husiból, majd mézzel megcsorgattam.

Csokoládés muffin

Hozzávalók

10 dkg cukor
25 dkg liszt
17 dkg margarin
1 dl tej
3 db tojás
20 dkg főzőcsoki
1 tasak sütőpor
1 evőkanál instant kávé
5 dkg mazsola



A csokit összetörtem apró darabokra, majd a felét a tejjel és margarinnal együtt egy fazékba raktam. Alacsony tűzön elforraltam folyamatos kevergetés mellett. Ha készek vagyunk vele, érdemes átönteni egy másik tálba a gyorsabb hűlés érdekében. Mikor kézmeleg lett a keverék, a tojásokat elkezdtem robotgép segítségével felverni. Nem kell különválasztani a fehérjét és a sárgáját. Mikor jónak láttam, a tojást hozzáöntöttem a csokis keverékhez és még egy kicsit dolgoztam rajta a robotgéppel.

A maradék hozzávalókat egy nagy tálba összeöntöttem, majd a csokis masszát összeforgattam vele.

A formákba muffinpapírt raktam, de ha nincs, az sem gond. Ilyenkor ki kell kenni margarinnal.

Előmelegített sütőben kb. 20 perc alatt kész lett.

Mindenkinek előszeretettel ajánlom.

Rácz Renáta Erika



KERESZTREJTVÉNY

Unatkozol órán? Ezt neked találtuk ki!

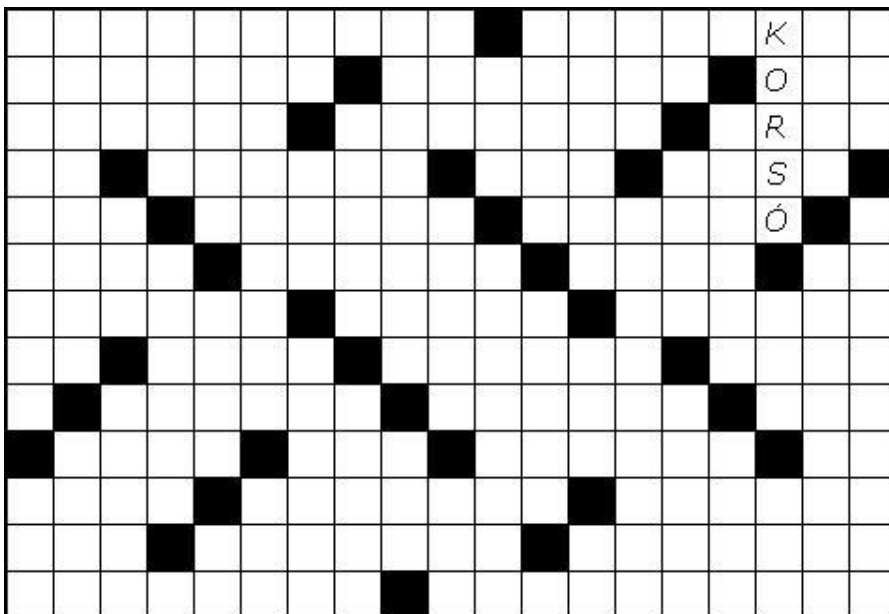
Helyezzétek el az alábbi szavakat, betűcsoportokat – négy kivételével – az ábrában! Segítségül egy szót előre beírtunk. A négy megmaradt szóból a következő vicc csattanóját állíthatjátok össze:

A kis vidéki állomáson egy utas felvilágosítást kér a vasutastól, hogy melyik vonattal ér hamarabb haza. A vasutas készségesen válaszol:

-A gyorsvonat 5 perc múlva érkezik, a személyvonat viszont csak két óra múlva. Mégis azt ajánlanám Önnek, hogy a személyvonattal utazzék.

-De miért? – kérdezi kíváncsian az utas.

(A vasutas válaszát, azaz a vicc csattanóját lásd a rejtvényben!)



Kétbetűsek: AZ, EH, EL, EÓ, GU, OM, RO, RS, TD

Hárombetűsek: ABA, AIM, AIR, ALA, ALE, APU, ATT, BÚR, GEA, KOT, LAG, LAS, LÁT, LIM, MOA, MOP, ORO, REG, SKA, TAB

Négybetűsek: CLAY, ECET, EDOM, FISZ, FORR, SEAT, SÉRT, SINE, SION, SORS, TORS, TRAP, URAZ, VOKS

Ötbetűsek: ABÁLÓ, BARIT, KEREK, KONTY, KORSÓ, OSVÁT, SABIN, SÁROS, TÚRÁS, URALG

Hatbetűsek: AROMÁS, KERALA, KIIVÁS, KOMORA, LIGETI, MALAGA, MEGÁLL, MELASZ, NÁLUNK, SLAPAJ, SUBARU, TÁROLÓ, TEVERE, TIBORC, TILTÁS, TOMATO, TRÁGÁR, TRÁGYA

Hétbetűsek: APÁTLAN, ELALTAT, EVIDENS, OSTOROS, RÁLAPOL, RÁMARAD, UGYANIS

Nyolcbetűsek: ANYAHAJÓ, BALTIKUM, EVOLÚCIÓ, GYALOGOL, ORSZÁGÚT, RÁMUTATÓ

Kilencbetűsek: ANALITIKA, BEKEBELEZ, GUETEMALA, RÉTOROMÁN

Tízbetűsek: BELEKARCOL, GÓZON GYULA



◆	BŐVLJ. SZLENGÜL	FÉLHOLDI!	VEGYJEL URÁN	LAO-CE IZMUSA	ORIGINALIS	◆
1	▶	▶	▶	▶	▶	U
NYÚJT	▶		... POETICA	▶		
			PÉLDÁUL			
GYORSULÁS JELE	▶		A HOLLÓ KÖLTŐJE	▶		
NITROGÉN VEGYJELE			A BASKIR FŐVÁROS			ZSÁMOLY SZÉLEI!
◆	2	INDITÉKBELI	HÜSVÉTI ÁLLAT	▶		
		ELLENÁLLÁS JELE			DOBOZ SZÉLEI!	▶
SZERECSEN	▶		M. CHRISTO SZIGETE	▶		
			VEGYJEL ARANY		NAPÓLEON HADVEZÉRE	
LAKRÉSZ!	▶		NÉVELŐ	▶	NYÚLFAROK!	
			RÓMAI EZER		VEGYJEL ARANY	AZ IDŐ JELE
				KÖTŐSZÓ		NÉVELŐ
◆	LX				FRANCIA TEJ	

A helyes megfejtéseket beküldők között értékes nyereményeket sorsolunk ki! A megoldásokat a foszerkeszto@barcsibok.elte.hu e-mail címre várjuk. A szerencsés nyerteseket ismertetjük a következő számban.

SZERKESZTŐSÉG



Anda
Tamara



Birinyi
Szabina



Csalló
Júlia



Egyed
Barbara



Balázs
Eszter



Buzogány
Borbála
Lujza



Csernus
Édua



Fazekas
Bianka



Horváth
Eszter

Krammer
Dóra



Orbán
Krisztina

Pogácsás
Nóra



Rác
Renáta
Erika

Somodi
Nikolett



Szabó
Tamás

Sztrecsko
Boglárka

