



HIRDETÉS

Adószámunk: 18036754-2-43



Köszönjük a támogatást azoknak, akik adójuk 1%-ának felajánlásával a **Műegyetemi Hallgatókért Alapítványt** segítették.

A 2020-ban befolyt összeget, 376 086 Ft-ot utazási- és esélyegyenlőségi pályázatra fordítja az Alapítvány.



Fiatalság: amikor egy biztos, hogy semmi sem biztos • A családokért felelős tárca nélküli miniszter fiatalokért felelős helyettes államtitkára, **Rácz Zsófia**, huszonkét éves joghallgatóként idén januárban vehette át kinevezését. Interjúmban az ifjúságpolitika helyzetéről, illetve a helyettes államtitkár szemléletmódjáról, szerepéről és terveiről beszélgettünk. **Cikkünk a 2-3. oldalon**

Ez itt a reklám helye?

Reklámokat mindenki látott már, és sokunk tudna mondani legalább néhány ikonikus televíziós szállóigét. Velünk élnek, hatnak ránk, mégis azt

hisszük, hogy függetleníteni tudjuk magunkat tőlük. A történetük is kellően színes és érdemes az áttekintésre.

Cikkünk a 8. oldalon

Hol a Nap?

Klasszikust idézve: közeleg a tél. Egyre rövidebbek a nappalok, alig van már levél a fákon, a hőmérő már 0°C közeli értékeket mutat és a füst száll a kéményekből. Első gondolatra romantikusnak tűnik, főleg mindezt

bentről szemlélve egy bögre forró csoki mellől. Azonban sokszor ez az időszak egyet jelent a légszennyezéssel, a szmog miatt pedig hosszú időre eltűnő Nappal.

Cikkünk az 4. oldalon

Fény az alagút végén: vakcina



Tizennyolc év kellett a TBC elleni oltáshoz, kilenc a kanyaróhoz, de most, kevesebb mint egy év alatt több oltásunk is lesz a COVID-19 ellen.

Jelenleg több mint 320 vakcina áll fejlesztés alatt, és mindegyiknek az a célja, hogy valamilyen módon, immunválaszt váltson ki az emberből. Ezt általában úgy lehet elérni, hogy a vírus valamely részét, elroncsolva, legyengítve, megváltoztatva beadják az egyénnek, akiből ez az ismeretlen biológiai szerkezet (vírusrész) immunválaszt vált ki. Védekezni kezd a testünk, melynek része a memóriasejtek termelése, így amikor elkapjuk az igazi vírust, a szervezet már felkészülten tud védekezni.

Cikkünk az 5. oldalon

HIRDETÉS

„A feladatom, hogy a fiatalok véleményét becsatornázzam a döntéshozatalba.”

Fiatalság: amikor egy biztos, hogy semmi sem biztos

A családokért felelős tárca nélküli miniszter fiatalokért felelős helyettes államtitkára, **Rácz Zsófia**, huszonkét éves joghallgatóként idén januárban vehette át kinevezését. Azóta csapattal azon dolgozik, hogy az ifjúságpolitika eszközeivel segítse a fiatalokat átlendülni ezen a kihívásokkal teli időszakon. Interjúmban az ifjúságpolitika helyzetéről, illetve a fiatal helyettes államtitkár szemléletmódjáról, szerepéről és terveiről beszélgettünk.

SZABÓ-TACSI KORNÉLIA

Mit jelent számodra az ifjúságpolitika, mint fogalom?

Ehhez elsőnek definiálnunk kell, hogy mit jelent fiatalnak lenni. A fiatalság számomra nem egy életkort, hanem egy élethelyzetet jelent, emiatt nem is szeretem korhatárhoz kötni azt, hogy ki

tartozik a fiatalok közé. Ez az életszakasz az útkeresés időszaka, amikor fogalmunk sincs, hogy mi fog történni, mert számunkra addig ismeretlen helyzetekkel találkozunk. Nem tudjuk, hogy milyen karriert válasszunk, hol tanuljunk tovább, hol fogunk lakni, ki lesz a párunk. Az egyetlen, ami biztos, hogy semmi sem biztos.

Az ifjúságpolitika egy horizontális szakpolitika, ami azt jelenti, hogy nem egy önálló, izoláltan létező irány, sokkal inkább egy gyűjtőfogalom, amelybe beletartozik minden olyan intézkedés, program, ösztöndíj, lehetőség, segítség, ami ahhoz szükséges, hogy ebben az életszakaszban támogassuk a fiatalokat.

Milyennek tartod a magyar ifjúságpolitika jelenlegi helyzetét?

Hazánkban is horizontális szakpolitikaként jelenik meg az ifjúságpolitika, hiszen az összes előterjesztés vagy törvényjavaslat, amivel helyettes államtitkárként foglalkoznom kell, tartalmaz olyan részeket, melyek a jövő generációira és annak érdekeire fókuszálnak. A döntések előkészítése során mindig megvizsgáljuk, hogy annak milyen

hatása lesz a fiatalokra, vagy hogyan tudjuk bevonni őket az adott döntés meghozatalába. Ugyanakkor az államnak ebben a kérdésben nem elsősorban kezdeményező, hanem egy befogadó szereplőként kell megjelenie, ugyanis rengeteg, a fiatalok érdekeit képviselő ifjúsági szervezet, kezdeményezés van. A kormány szerepe, hogy ezeket meghallja, és megpróbálja integrálni a döntéshozatali, törvényhozási folyamatokba. Úgy gondolom, hogy egy döntéshozó részéről alázat szükséges annak elfogadásához, hogy lehet, nem ő tudja a legjobban, hogy mire van szüksége a fiataloknak, ezért meghallgatja őket és a képviselőiket. Sok területen erre nagyon pozitív elmozdulásokat látok, és reménykedem, hogy a jövőben még a mostaninál is jobb lesz a helyzet.

A párbeszéd megteremtésének egyik legfontosabb eleme a megfelelő kommunikációs csatornák használata. Ez a legelénkebben az ideai érettségi kapcsán ütközött ki. A diákok vizsgamiatti félelméhez még a vírushelyzet okozta bizonytalanságérzés is társult. Megoldásként a közösségi oldalakon

keresztül arra bátorítottam őket, hogy írják meg nekem az érettségivel kapcsolatos kérdéseiket. Közel hatszáz kérdést sikerült összegyűjteni, melyeket Maruzsa Zoltán, köznevelési államtitkár válaszolt meg. Az elkészült anyagot részletekben feltöltöttem a Youtube csatornáimra. Sok tartalom jelent meg ezzel kapcsolatban a kormányinfón is, de kétlem, hogy egy érettségire készülő diák olyan sűrűn olvasgatja ezeket a felületeket, míg a Facebookra, Instagramra vagy Youtubera biztosan naponta többször is ellátogat. A fiatalokat véleményem szerint elsősorban a közösségi oldalakon keresztül lehet megszólítani, ezért a döntéshozóknak is jelen kell lenniük ezeken a fórumokon.

Van-e olyan ország, amelynek ifjúságpolitikai folyamatai mintaként szolgálnak számodra?

Az ifjúságpolitika szerintem elválaszthatatlan a nemzeti karakterünktől és a nemzeti érdekeinktől, emiatt olyanra próbáljuk formálni az ifjúságpolitikát, amilyen a nemzetvíziónk. A nemzetközi intézményekben töltött időm alatt leginkább jó gyakorlatokat, globális



irányelveket, módszertanokat sikerült elsajátítanom, melyek integrálására törekszem.

A legfontosabb témák, ügyek tekintetében sem mernék egy külföldi ország felé sem fordulni, mert teljesen más a kultúra, a döntéshozatali eljárás, az intézményrendszer felépítése. A témák meghatározásához hazai mintavétel kell, mert azoknak a fiataloknak szeretnék segíteni, akik itt élnek és itt képzelik el a jövőjüket. Ehhez a fiataloktól próbálok ötleteket szerezni, így a január 8-i kinevezésem másnapján már indultam is egy országjárásra. Minél több településre, faluba el akartam jutni, hogy találkozzak az ott élő fiatalokkal és inspirációt szerezzek tőlük. Nincs annál közvetlenebb visszacsatolás, mint egy személyes beszélgetés a problémákról. Ebből jó képet lehet kapni arról, hogy mely kihívásokkal kell kivétel nélkül minden fiatalnak szembenéznie, és milyen regionális problémákkal küzdenek. Sajnos a járvány több ponton keresztül húzta a terveimet, de örülök, hogy van lehetőség az online kapcsolattartásra.

Milyen témák érdeklik a fiatalokat?

Egy fiatalat mindig a sorsa foglalkoztatja és ez az, aminek az alakításához a kormánynak minden támogatást meg kell adnia. Ehhez tartozik a karrier és pályaválasztás, a családalapítás, életkörülmények és életszínvonal. Emiatt a fiatalokkal kapcsolatos témák és ügyek állandóak, de mindig megújulnak, hiszen a világ változásával a kihívások és a környezet is megváltozik. Jelenleg például az otthonteremtés, pályaaorientáció, mentális egészség, fenntartható

informális csatornákon keresztül. Rengeteg fiatallal kerülök például úgy kapcsolatba, hogy közösségi oldalon keresztül elküldik nekem, hogy mivel foglalkoznak és kérnek az adott kezdeményezés támogatására, népszerűsítésére. Az egyik legutóbbi kedvencem az ételpazarlás megelőzésére alakult ifjúsági kezdeményezés, amelyben az éttermek a rászorulókkal összekapcsolásán dolgoznak. Egy másik ifjúsági szervezet pár hete hívott meg egy szemétszedésre Kisújszálláson. Utóbbi azért tartom inspirálónak, mert fontos, hogy a szemléletformáló beszélgetéseken túl gyakorlatban is aktivizáljuk a fiatalokat.

Milyen pluszt ad az ifjúságpolitika szervezéséhez az, hogy egy fiatal személy van az államtitkár helyettes pozícióban?

A szemléletmódot. Részemről nem igényel plusz erőfeszítést az, hogy bele tudjam képzelni magam egy fiatal helyébe, mert az vagyok. Sőt, sokkal nagyobb kihívást jelent egy helyettes államtitkári pozícióba helyezkedni, mint egy huszonhárom éves joghallgató szerepébe. Ha egy nálam harminc-negyven évvel idősebb ember lenne ebben a pozícióban, akkor, bár a szándék az ő részéről is maximálisan meglenne, de neki plusz erőfeszítést igényelne, hogy kiderítse, elképzelje, megtanulja, milyen érzés ma fiatalnak lenni. Emellett fiatalok között élek és mozgok, ezért nincs szükség plusz kutatómunkára ahhoz, hogy mindezt tudjam.

Nekem viszont az jelenti a kihívást, hogy a meglévő tudás birtokában, hogyan küzdjem át a kitűzött célokat a rendszeren, illetve hogyan képezzek

többek között tapasztalat, elszántság és egy nagyon jó csapat szükséges. Mindig jobban küzd az ember egy olyan célért, amiben személyes érintettsége van. Fiatal vagyok, ezért ezt a témát a szívügyemnek érzem. Azon dolgozom, hogy hitelességet adjon a személyem ennek a pozíciónak, mert olyan kérdéseim és hozzászólásaim vannak, amik egy nálam negyven évvel idősebb embernek nem lennének.

A kinevezésed óta eltelt tíz hónap. Össze tudnád foglalni, hogy mi történt veled azóta? Ki tudnád emelni pár dolgot, amit tanulságosnak érzel?

Nem számítottam arra, hogy a helyettes államtitkárságom első évében egy világjárvány kellős közepén kell majd végezni a munkámat. Emiatt az idei érettségit megelőzően komoly munkánk volt Maruzsa Zoltánnal abban, hogy optimális döntés születessen. Nehéz volt, mert a közhangulat épp az érettségi megtartása ellen hergelt. Döntéshozóként azt kellett szem előtt tartanunk, hogy hosszú távon mi jó azoknak, akik ellenzik a döntésünket és csak utólag fogják felismerni, hogy ez volt a jó irány. Az elsődleges szempontunk a járványhelyzetben a fiatalok életének megkönnyítése volt. Emiatt például kitoltuk néhány korábbi intézkedésünk korhatárát, nehogy valaki emiatt csússzon le olyan lehetőségekről, mint a nyelvvizsgadíj, vagy kresz vizsgadíj visszatérítés. De például azok a hallgatók, akik most kerültek szorult helyzetbe és diákhitelt kell felvenniük, ők se legyenek emiatt hátrányban.

A legnagyobb elért eredmény számomra, hogy országszerte kezdem

Debrecenben, vagy éppen Kecskeméten mi a helyzet a fiatalokkal. Ez egy biztos alapot, legitimációt ad a munkámnak és az álláspontnak, amit képviselek.

Milyen érzés közszereplőnek lenni? Ez mennyire hat ki a mindennapi életedre?

Fiatalon nagyon tud minket befolyásolni az, hogy mit gondolnak rólunk mások, és ezért készíttetést érzünk arra, hogy megpróbáljunk megfelelni a környezetünknek. A közszereplőknek meg kell tanulniuk a helyén kezelni az emberek véleményét, miközben egyfajta többlettűrési kötelezettségük is van. Hozzá kellett szoknom ahhoz, hogy olyan idegenek, újságírók alkotnak véleményt rólam, akik nem ismernek sem engem, sem az eddigi teljesítményemet. Kérdések helyett hangulateltető tartalmakat gyártanak, esetemben még a karaktergyilkosságig is elmennek. Azzal egyébként önmagában nincs probléma, hogy valaki jobbító szándékú kritikát fogalmaz meg, enélkül nem is tudnánk fejlődni. Az viszont nagyon aljas dolog, ha valakit kizárólag személyeskedő alapon próbálnak meg meggyűlöltetni a közvéleménnyel. Nem egyszerű, de nem is ezért csinálom, hanem azért, mert ez a szívügyem.

A magánéletemben nagyon figyelek arra, hogy ne viselkedjek másképp a környezetemmel. A tisztségre azért van szükség, mert bizonyos intézményes keretek között így lehet érvényesülni, de egy névjegykártya nem szabad, hogy megváltoztassa az embert. Most például pont abban a szobában dolgozom, ahol három éve gyakornokként kezdtem. Ez egy mindennapi emlékeztető arról, hogy honnan indultam. A feladatom nem változott, csak kaptam hozzá egy névjegykártyát.

Milyen feladataid, céljaid, terved vannak a jövőre nézve?

Első feladatunk a koronavírus miatt egy hatalmas újratervezés, kicsit olyan ez, mint a csata utáni seregszemle. Először meg kell néznünk, hogy melyek azok a területek, amiket nagyon lecsupaszított a vírus. Ezért nem tanácsos még konkrétumokat célként kitűzni, inkább rugalmasan a körülményekhez kell igazítani a terveinket. Napról napra felül kell vizsgálnunk, hogy valódi segítség-e az, amit nyújtunk, vagy más eszközökkel, más ütemben lenne érdemes cselekedni. Itt visszatérek ahhoz, hogy az ifjúságpolitikáról horizontális szakpolitikaként kizárólag más ágazatokkal összefonódva kell gondolkodnunk. Meg kell néznünk, hogy milyen fejlesztési lehetőségek vannak az agráriummal, vidékkel kapcsolatban, amikbe a fiatalokat is be tudjuk vonni. Az Innovációs és Technológiai Minisztériummal karöltve, hogyan tudjuk a vállalkozásindításra ösztönözni őket. Szakterületi és kormányzati szinten is össze kell kapaszkodnunk. A feladatunk tehát változatlan: a fiatal szempontot kell becsatornáznunk a különböző területekre; csak mindezt úgy, hogy nem tudjuk, mit hoz a holnap.



Urbánkó Anna Photo

fejlődés és önkéntesség kérdéskörökkel foglalkozunk kiemelten. Ugyanakkor számos alulról jövő kezdeményezés jut el hozzám a különböző

egy hidat a fiatalok és a döntéshozók között, mert a két világot közelíteni kell egymáshoz. Semmi sem tart vissza attól, hogy jól végezzem a munkámat, ehhez

megismerni a fiatalokat és a problémáikat, hiszen budapesti egyetemistaként sokszor fogalmunk sincs arról, hogy például Szombathelyen, Tatán,

Hol a Nap?

Klasszikust idézve: közeleg a tél. Egyre rövidebbek a nappalok, alig van már levél a fákon, a hőmérő már 0°C közeli értékeket mutat, és a füst száll a kéményekből. Első gondolatra romantikusnak tűnik, főleg mindezt bentről szemlélve egy bögre forró csoki mellől. Azonban sokszor ez az időszak egyet jelent a légszennyezéssel, a szmog miatt pedig hosszú időre eltűnő Nappal.

GOSZTOLA ÁGNES

Mi a szmog?

A szmog elnevezés két angol szó, a smoke, mint füst és a fog, mint köd összevonásából ered – utalva a levegőben megtalálható szennyezőanyagokra és azok ködszerű megjelenésére. A szennyezőanyagok típusa szerint a szmognak két fajtáját különböztetjük meg, miknek elnevezése első észlelésük helyére, hatásukra utal.

A Los Angeles-i vagy oxidáló szmog rendszerint a reggeli csúcsforgalom idején jelentkezik, a közlekedés által kibocsátott szennyezőanyagok hatására. Emellett a kialakuláshoz szükséges erős napsugárzás (UV-sugárzás) és csekély vagy a légmozgás teljes hiánya. Jellemzően száraz, napfényes nyarú térségekben, főként katlanokban elterülő településeken alakul ki.

A londoni vagy redukáló füstköd leginkább téli időszakban jelentkezik. Ennek legfőbb oka, hogy kialakulásához porra, koromra van szükség, amely főként fosszilis tüzelőanyagok égetésével kerül a levegőbe. Emellett feltételei még a

szélcsendes időjárás, a magas légnyomás és relatív páratartalom, valamint a -3 - +5 °C közötti hőmérséklet. A londoni szmognak súlyos egészségkárosító hatása van, kialakulhat miatta asztma és tüdőödéma is.

Szmogkörkép

A légszennyezés a bolygó összes iparosodott területén jelen van, csak különböző mértékben. A leginkább veszélyeztetettek a fejlődő országok, hiszen itt általában az egészség és a környezetvédelem elé helyezik a gazdaságot. A két, ennek leginkább kitett ország India és Kína.

Delhi a világ legrosszabb levegőjű városa. Az ipari szennyezés mellett a

A koronavírus egyenetlen, eddig kimutatható pozitív hatása a szmog csökkenésében mutatkozott meg. A világon sok helyen, köztük Kína és India egyes térségeiben is lezárások voltak tavasszal, ezáltal a közlekedés mértéke lecsökkent, amivel a levegő minősége is javult. Természetesen ez még így is jóval elmaradt az egészségestől.

Magyarországon nem jellemző olyan mértékű szmog, mint az ázsiai országokban. Ennek ellenére itt is volt már példa – főként téli – füstköd megjelenésére. Ilyen esetekben az adott térségben rendelkezések lépnek érvénybe annak érdekében, hogy a levegő szennyezettsége minél hamarabb csökkenjen.

Mi a teendő Budapesten szmog esetén?

A fővárosban a szmogriadónak két fokozata van. Ezeket minden esetben a főpolgármester rendeli el és szünteti meg. Az első a *tájékoztatósi fokozat*, amit akkor vezetnek be,

a riasztási fokozat keretén belül felkérheti a kerületi jegyzőket, hogy fokozottan ellenőrizzék az avar és kerti hulladék nyílt téri égetési tilalmának esetleges megszegését.

Otthoni teendők

Sokat tehetünk azért saját házunk tájékán is, hogy ne legyen szükség szmogriadó bevezetésére. Az otthoni tüzelésnek alapvetően két fajtája a kerti égetés és a kazánhasználat. Az avar és kerti hulladékot célszerű elsősorban helyben komposztálni, amennyiben ez nem megoldható, erre a célra szolgáló zsákba gyűjtve a közszolgáltató elszállítja.

Háztartási berendezések általában alkalmatlanok a hulladék égetésére. A nem megfelelő körülmények között történt égetés során keletkező légszennyező anyagok mind rövid-, mind hosszútávon veszélyeztetik az emberi egészséget. Ezért Magyarországon a hulladék nyílt téri vagy háztartási kazánban történő égetése már másfél



Fotó: Szilávik Orsolya

rengeteg autó, busz és motor is kiveszi a részét ebből. A helyiek már évek óta küzdenek a levegő minőségének javítása érdekében. Ezért egy szervezet is létrehozta, mely a Help Delhi Breathe névre hallgat. Elmondásuk szerint a mielőbbi beavatkozásra azért lenne szükség, mert már így is évente közel 30 000-en veszítik életüket a légszennyezés következtében.

A listán Kína nagyvárosai követik Indiát. Az egyre növekvő települések magukkal hozzák az egyre nagyobb forgalmat. A gyárak által kibocsátott szennyezés pedig csak tovább rontja a levegő minőségét. Egy 2012-es kutatás kimutatta, hogy a levegőben található finom részecskék igen nagy hányadban felelősek a kínai lakosság egészségének romlásáért.

ha a légszennyezettségi szint rövid idejű hatása veszélyt jelent a lakosság különösen érzékeny csoportjaira. Elrendelésével együtt a lakosságot azonnal és megfelelően tájékoztatni kell. A második, *riasztási fokozatot* akkor léptetik életbe, ha a légszennyezettségi szint rövid idejű hatása veszélyt jelent a teljes lakosságra. Ennek elrendelésével egyidejűleg azonnali intézkedéseket kell tenni.

A riasztási fokozat többféle intézkedést vonhat maga után. Érintheti a járműveket Budapest közigazgatási területén. Egyes járművek használatát korlátozhatják vagy meg is tilthatják. A helyhez kötött légszennyező pontforrások üzemeltetőit felkérhetik vagy kötelezhetik más energiahordozó, üzem mód használatára. Továbbá a főpolgármester

évtizede jogszabályilag tilos, ami alól kivételt képez a kezeletlen fa és papír.

Az egészség az első

Kis lépésnek tűnik, hogy otthon ügyelünk az elégetett hulladék típusára, ez azonban annál több. Azzal, hogy erre odafigyelünk, nem csak egy kedves gesztus a szomszéd irányába, hogy ha szellőztet, nem árasztja el a bűz, de szívességet teszünk magunknak és környezetünknek is. Az égés során a levegőbe kerülő részecskék különböző betegségeket okoznak, rövidtávon akár gyulladások formájában is jelentkezhetnek. De a kisméretű részecskék szervezetbe jutása lehet a felelős későbbi légzőszervi, szív- és érrendszeri megbetegedések kialakulásáért is.

Fény az alagút végén: vakcina

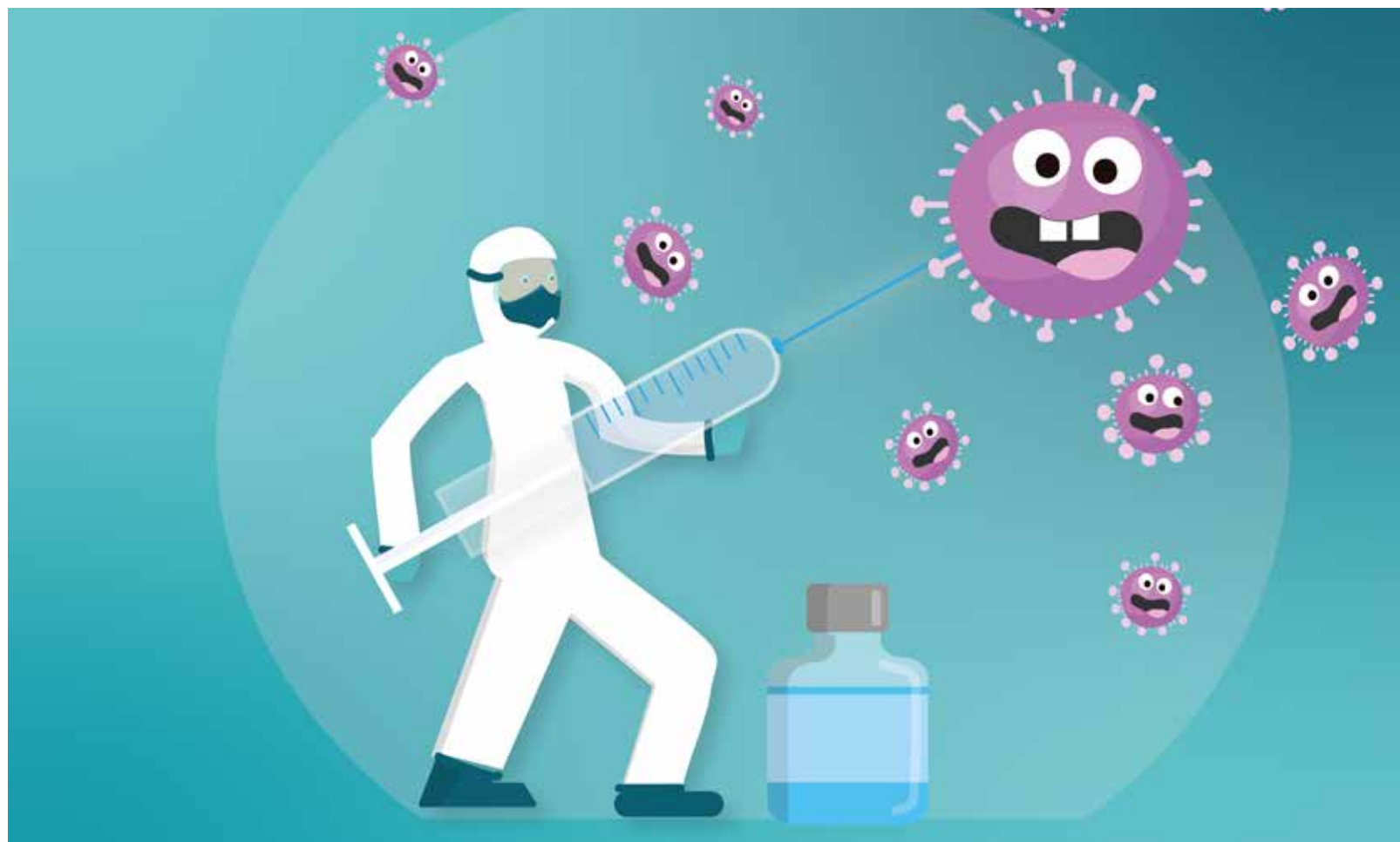
Tizenhét év kellett a TBC elleni oltáshoz, kilenc a kanyaróhoz, de most, kevesebb mint egy év alatt több oltásunk is lesz a COVID-19 ellen.

GARA BALÁZS

Jelenleg több mint 320 vakcina áll fejlesztés alatt, és mindegyiknek az a célja, hogy valamilyen módon, immunválaszt váltson ki az emberből. Ezt általában úgy lehet elérni, hogy a vírus valamely részét, elroncsolva, legyengítve, megváltoztatva beadják az egyénnek, akiből ez az ismeretlen biológiai szerkezet (vírusrész) immunválaszt vált ki. Védekezni kezd a testünk, melynek része a memóriasejtek termelése, így amikor elkapjuk az igazi vírust, a szervezet már felkészülten tud védekezni.

Fejlesztés

Egy új vakcina létrehozásának legtöbb időt igénylő része mégse a hatóanyag kitalálása, hanem az ezt követő emberi tesztek. Három fő szakasza van, melyekben egyre nagyobb létszámú csoportokon (pár főtől kezdve tízezrekig) próbálják ki az oltást. Így érthető, hogy egy hatóanyag tesztelése és jóváhagyása akár 10-15 évig is eltarthat egy új vakcina (egyébként bármilyen gyógyszer) esetében. Az elmúlt évtizedekben kiderült (főleg a H1N1-nek és az Ebolának köszönhetően), hogy krízis esetén a folyamat lerövidíthető, a három szakaszt szinte párhuzamosan futtatásával, és a tömeggyártás előre tervezésével. Majd minden oltás, külön specifikus gyártósort igényel, aminek akár több milliárd vakcinát is le kell tudnia gyártani. Látható hát, hogy egy kicsit pénzfeldobás jellege van



ennek a módszernek, mindent befektetnek előre, és elkezdik már a gyártás utáni szétosztás logisztikáját is megtervezni, egy olyan oltásnál, ahol azt se tudják, hogy tényleg hatásos lesz-e, mert még nem értek végig az emberi teszteseteken. Természetesen ehhez állami tőke is szükséges, hiszen a cégeknek nem érdeke a teljes infrastruktúra kiépítése előre, a vakcina sikerességének bizonyítása előtt. A mi szerencsénk, hogy több mint 320 különböző vakcinát fejlesztenek már a világ különböző pontjain állami tőke segítségével, nekünk pedig elég, ha pár működik ebből, és három már működni is látszik.

Vakcinák

A versenyfutás első sikeresnek tűnő nyertese, a Pfizer és BioNTech által közösen kifejlesztett vakcina. Az eddigi adatok szerint 95% százalékos védeettséget ad a covid-19 ellen, mely egy nagyon jó érték, és bőven elég arra, hogy ha elég embert beoltottunk, megszűnjön a pandémia. Ez az oltás nem a vírus egy fehérjéjét tartalmazza, ami a megszokott módszer lenne, hanem a vírus genetikai kódját, vagyis az RNS-ét, ami áttételesen immunreakciót vált ki, tehát védeettséget ad. Ez egy eddig még kevésbé kihasznált technológia,

mely előtt hatalmas jövő áll, mivel ennél a módszerrel, az sem akkora probléma, ha mutálódik a vírus, mivel a tudósok meg tudják változtatni az RNS molekulát könnyedén, így adaptálva azt. A jó hírek mellett, egy-két rossz is van, a beadást követően, enyhe gyengeség, náthaszerű tünetek jelentkezhetnek, ami elveheti az emberek kedvét attól, hogy beoltassák magukat. Ezenkívül ezt az oltást két adagban kell beadni, ami nem könnyíti meg a logisztikát. A legnagyobb problémája mégis az, hogy -70 °C fokon kell tárolni, ez pedig nagyon magas költségekkel jár, és akadályt okoz majd az európai országoknak is, nemhogy az Afrikaiaknak. De ennek ellenére a világ reménykedik, ígéretük szerint idén már 50 millió oltást tudnak legyártani, és jövőre akár 1,3 milliárdot is.

A következő befutó az amerikai Moderna cég oltása. Az eddigi adatok alapján, nekik is közel 95% hatékonyságú az oltásuk 30 ezer önkéntes eredménye szerint. Itt is jelentkezhetnek náthaszerű tünetek az oltás beadása után, és itt is 2 adagban kell beoltani, viszont van egy hatalmas előnye, ennek a vakcinának az előzővel szemben, elég hűtőben tartani (2-8 °C). Mialatt szállítása és tárolása költséghatékony,

előállítás az eddigi legdrágább. Az AstraZeneca-Oxford által fejlesztett oltóanyagot 70%-os hatékonyságúnak ígérik, viszont észrevették, hogy ha felére csökkentik az első adag mennyiségét, már 90%-os az eredmény. Ez valószínűleg annak köszönhető, hogy ők is az új technológiát használják. Ezt a vakcinát elég hűtőben tartani, mégis talán amiatt a legjobb, mert olcsóbb, mint a többi, és könnyebb gyártani. Ígéretük szerint jövőre 3 milliárdot tudnak gyártani. Az utóbbi pár napban azonban kérdések merültek fel a klinikai kísérletek szabályosságát illetően. Nyilvánosságra hozták, hogy egyes alanyok a protokolltól eltérő mennyiségű hatóanyagot kaptak véletlenül, ezzel megkérdőjelezve az adatok reprezentativitását.

Oroszország is versenyben

Végül akkor a plusz egy ráadás, a Szputnyik-V névre hallgató, orosz fejlesztésű vakcina, aminek a hatékonyságát már azelőtt bejelentették, hogy a tömeges klinikai tesztelés lezajlott volna. Igazából eddig nem lehet semmilyen problémát látni, ugyanolyan, mint bármely másik vakcina, egyszerűen még nincs elég adatunk ahhoz, hogy értékítéletet mondjunk felette, könnyen

lehet, hogy egy jó vakcina, de egyelőre nem tudjuk biztosan. Adatok nem állnak rendelkezésre, ennek ellenére a vakcinát elérhetővé teszik az érdeklődő országok számára.

Hova tovább

Összegezve, rengeteg kérdés van még a vakcinákkal kapcsolatban, a gyors fejlesztések miatt még nem látunk mindent tisztán: Ki tudja, hogy meddig adnak immunitást, fél év, egy év, tovább? Akiknek koruk vagy, alapbetegségeik miatt alaptól gyengébb immunrendszerrel rendelkeznek, is tud védelmet adni? A hosszú távú adatgyűjtés is létfontosságú lenne, hiszen elképzelhető, hogy a jövőben negatív mellékhatások is felmerülhetnek. Továbbá pedig komplex problémák merülnek fel, kezdve attól, hogy a gazdag országok felvásárolják már most a szegények elől az oltást odáig, hogy kinek adjuk be az országon belül? Kötelező legyen vagy önkéntes alapú? Másfelől, az idő is sürget, további százazrek fognak meghalni, a gazdaságok egyre jobban roskadoznak a halmazódó terhek alatt, és már mi is buliznánk egy jót. Abban viszont biztosak lehetünk, hogy vakcina lesz, a tudomány megtette a magáét, most a társadalmon a sor.

Így informálódtunk mi

(3. rész)

Cikksorozatunk előző részeiben górcső alá vettük a nyomtatott sajtót, a rádiót és végezetül a televíziót is.

Záró epizódunk alanya, az internet, a legifjabb mind közül, mégis szinte minden háztartásban alapfelszereltség a tájékozódásra. Jöjjön hát a hazai internet rövid története!

KÓKAI BÁLINT

Alig több mint két és fél évtizede, hogy az első internet-adatsomag megérkezett Magyarországra, azóta pedig brutális mértékben nőtt a világháló elérésének sebessége az optikai hálózatok révén. Mivel a négy vizsgált tájékoztató forma közül ez a leginkább

testreszabható és legtöbb technológiai vitát generáló, érdemes áttekinteni a technikai fejlődését is.

Úton a szélessáv felé

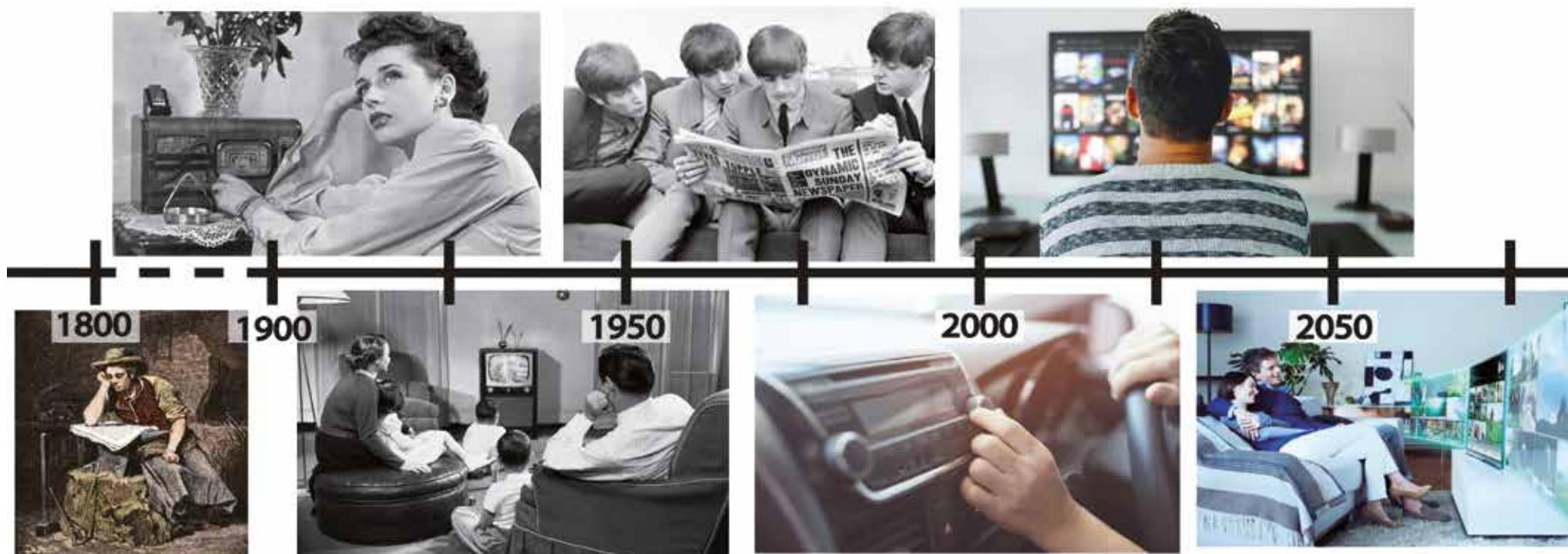
Több mint két évtizede indult el Magyarországon a kereskedelmi internetszolgáltatás, de a Magyar Tudományos Akadémia Számítástechnikai és Automatizálási Kutatóintézetének első számítógépe már 1991-ben csatlakozott a világhálóra, ennek nyomán október 15-én ünnepeljük a magyar internetezés napját. Ugyanekkor jött létre az első magyar internetcím is, a sztaki.hu, a szakma által történelmüként számontartott 192.84.225.1 IP-címen. Az ezt követő néhány évben még csupán az akadémiai és az egyetemi szféra kapcsolódhatott az internetre, a lakosságnak még sokat kellett várnia arra, hogy az otthonokba is elérjen a ma már természetesnek tűnő szolgáltatás. Erre a Matáv Rt. adott lehetőséget, amikor 1997-ben felvette kínálatába a legendás betárcsázós, modemes internet-hozzáférést. A készülékkel faxolni is lehetett, egyetlen megabájt letöltése modemtől függően másfél és három perc közötti időt vett igénybe. Ehhez képest dupla sebességet hozott az ISDN-kapcsolat, majd az ezredfordulón jött az ADSL, amelynek képessége 384 kbit/s letöltési sebességről indult. 2001-ben már 133 ezer vezetékes internet-előfizető volt Magyarországon, akkor egyetlen év alatt negyven százalékkal ugrott meg a netezők tábora. Ebben az évben indult el itthon a mobilnet, amit akkor még WAP-nak hívtak (wireless application protocol). Az akkori sebességen (9,6 kbit/s) még egyetlen mp3 zenefájl letöltése is több mint egy órát vett

igénybe, de már alkalmas volt arra, hogy híreket és e-mailt olvassunk rajta. A WAP-ot a Westel hozta el Magyarországra. Érdekesség, hogy a cég 2003-ban világpremiert is tartott: elsőként vezette be kereskedelmi szolgáltatásként a képet, szöveget és hangot is továbbító MMS (multimedia message service) üzenetet. Míg az SMS-t a hagyományos mobilhálózaton küldte a készülék, addig az MMS már a mobilneten közlekedett a felhasználók között. Az MMS esetében az SMS-nél megszokottól eltérően több mindent kellett pontosan beállítani a mobiltelefonokon, így a felhasználók számára nehezebb a kezelése. Kezdetben ráadásul problémát okozott a tartalmak hiánya. A felhasználók egyszerűen nem tudtak mit küldeni egymásnak. Ezt a telefonokba beépített digitális fényképezőgépek hivatottak orvosolni. Magyarországon 2005 első félévében még alig 8 millió MMS-t küldtek az előfizetők egymásnak, miközben az SMS-forgalom 600 millió felett volt. A mobil szélessáv tömeges elterjedését a 3G, azaz a harmadik generációs mobilnet hozta el, amely 2005-ben indult Magyarországon. A mobilinternet magyarországi fejlődése azóta is töretlen. Az Ericsson itthoni laborjaiban már évekkel a Matávot és a Westelt felvásárló Telekom 4G szolgáltatásának 2012-es indulása előtt be tudta mutatni a két cég, mire lesz képes a technológia, amelyen ma már nem kevesebb, mint 98,4 százalékos kültéri lakossági lefedettségű a magenta színű cég szolgáltatóhálózata. A vezetékes internetezésben az áttörést 2004 hozta el, amikor az ADSL tömegtermékké vált, majd 2005 környékén további lendületet adott, hogy a kábeltelevíziós

hálózatokon is elérhetővé vált az internetszolgáltatás. A Telekomnál 2008 decemberében tesztjelleggel már mintegy ötezer háztartásban vált elérhetővé optikai hálózat legfeljebb 25 Mbit/s letöltési és 5 Mbit/s feltöltési sebességgel. A vezetékes technológia megállíthatatlan fejlődésével a felhasználók számára is egyre nagyobb sávszélesség érhető el, kiszolgálva az igényt, hogy az emberek az otthonukban is egyre több eszközzel csatlakozhassanak párhuzamosan a hálózathoz. Magyarországon cikkünk írásakor a háztartások 86 százaléka rendelkezik szélessávú internetkapcsolattal, de még így is megközelítőleg több mint fél millió háztartás nem mondhatja el ugyanezt magáról. A digitális oktatás megvalósításához mindenesetre ez a lefedettség már alkalmasnak bizonyult.

Formához a tartalom

De mit sem ért minden technológiai vívmány megfelelő közlendő tartalom nélkül. Az első.hu regisztrációt viszonylag későn, 1991. október 7-én jegyezték be. A sztaki.hu a Magyar Tudományos Akadémia Számítástechnikai és Automatizálási Kutatóintézetének honlapja a mai napig működik. A történelem első magyar honlapját ki más is készítette volna, mint a Budapesti Műszaki Egyetem 1993-ban. Az fsz.bme.hu ma is él és virul, de már inkább csak nosztalgikus célokat szolgál. 1996 elején megindult a hatalmas fejlődés, ekkor már év elején 400, áprilisban pedig több mint 500 domain név üzemelt hazánkban. Az első internetes cím, amely nem egy állami intézmény nevéhez köthető, hanem befektetési célból jött létre, a zene.hu volt. Az első magyar nyelvű



Illusztráció: Mórítz Szilvia

kereső Heuréka néven startolt el 1997-ben, és ma már sajnos híre-hamva sincs. (Félő, hogy csak a bolognai képzésnek köszönhető, hogy már kevés olyan hallgató tanul egyetemünkön, aki emlékszik erre a portálra.) A bejegyzett .hu domainek alakulásáról a <http://nic.hu/statisztika/> oldalon lehet pontos képet kapni. Az adatokból látható, hogy 2010. január 1-ig 483501 domaint jegyeztek be, míg tíz évvel később már 762828-t. Idővel megjelentek a híroldalak, úgy, mint az INteRNeTTo, ami később Indexszé változott. Felbukkant az Origo is 1998-ban. Hozzájuk csatlakozott a korábban nyomtatott formában már létező HVG és 2010-ben a 24.hu portálja. Az ötödik legnézettebb hazai bulvároldal a felsoroltakat követve a Blikk online felülete. A statisztikák és rangsorok



szermesei a hazai honlapok látogatottságáról pontos képet kaphatnak. Ha globálisan tekintünk a látogatottsági listára, akkor 2020. október 1-jén google.com, Facebook, YouTube trió bérelte ki a dobogót. Őket ravasz módon a google.hu követi, majd az Instagram tanyázik az ötödik helyen. A hatodik helyen első magyarországi lapként az Index érkezik. Az 50-es lista 10%-a felnőtt tartalmat szolgáltat, némileg kifejezőbb, hogy az öt szereplőből négy a top 20-ba is lazán befért. Összességében a magyarok a keresőoldalak, a közösségi médiát és a híreket kedvelik, de szeretnek sportra fogadni, és műszaki cikkeket böngészni is. A csak hazai oldalakat tallózó tavalyi rangsorban egyetemünk központi honlapja a 83. helyet foglalja el, nagyon picivel lemaradva az ELTE-től. Előttünk végzett a legismertebb hazai fájlcsere és egy (véltetően, bár ezt senki sem tudja...) erotikus oldal is. Az internet tehát megkerülhetetlenül a hétköznapi részévé vált. Vele kelünk, vele fekszünk, néha még éjjel is rajta csüngünk. Ahogy Te is teszed, kedves olvasó, miközben ezt a cikket olvasod...

100% életmódváltás és 100% edzés

A sport és a megfelelő étkezés kéz a kézben jár, mégis hajlamosak vagyunk több időt tölteni az edzőteremben, mint a konyhában. **Hesz Deborah** személyi edzővel és táplálkozási tanácsadóval beszélgettünk az életmódváltás fontosságáról.

BALOGH KATA BOGLÁRKA

A most indított eseménysorozatodban a hangsúlyt az étkezésre és nem a mozgásra fekteted. Honnan jött az öltet? Tizenhárom éves koromban egy vérvétel alapján kiderült, hogy rengeteg mindenre allergiás vagyok. Ide tartozik a glutén, a tej és a tojás, valamint a hisztamin, bár ezt elég jól tolerálom. Sokat kísérleteztem a receptekkel az évek alatt, és mivel szeretek segíteni az embereknek, valamint a táplálkozás és sport kéz a kézben jár, úgy éreztem ez egy olyan lefedetlen terület, amiben kibontakozhatok. Így jött az ötlet, hogy az étrendek készítése és a receptek mellett csináljak egy workshopot, így sokkal közelebb kerülhetek az emberekhez. Az első alkalom előtt borzasztóan izgultam, így rengeteget készültem, de végül mindenki elégedetten távozott. Ami nyilvánvaló lett számomra, hogy biztosan nem ez volt utolsó. A gluténmentes kovász készítését vettük át. Sütöttünk belőle egy kenyeret, és kétféle mindenmentes süteményt, valamint mindenki készített egy adag kovászt, amit haza tudott vinni és nevelgetni.

Hogyan kezdjenek bele azok az egészséges étkezésbe, akiknek nem egészségügyi motivációi vannak, hanem esztétikai változást szeretnének?

Az esztétikai életmódváltás során az alapoknál kezdném, Megvizsgálnám egy pár napon keresztül, hogy mit eszek valójában, és összehasonlítanám azzal, hogy mire van szükségem. A felesleges ételeket, például a nassokat, teljesen ki venném. Következő lépésként a főételnek az adagját a felére csökkenteném. Ezt

folytatnám négy öt hétig, és utána el kezdenék komolyabb dolgokon változtatni, mint például az ételek minőségi lecserélése. Nem érdemes egyből csirkét, rizst és brokkolit enni, mert nem ehhez vagyunk hozzászokva, és nem feltétlenül szükséges, hiszen ez egy versenydiéta alapja. Az előbb említett módszer emberibb, működőképesebb és hosszútávon fenntartható.



Az előre csomagolt ételeket, a kifőzdéket, akárcsak a konzerveket nem támogatom. Tisztában vagyok vele, hogy sok ember erre van szorulva, de úgy gondolom, nagyon káros az egészségünkre, mivel rengeteg ízfokozót és tartósítószer tartalmaznak, valamint nem megfelelő minőségű alapanyagokból állnak. Azt kellene inkább megfontolni, hogy a minőség fontosabb, mint a mennyiség.

Hogyan állsz neki egy étrend összeállításának, és ez mennyi idő?

Egy négy hetes étrend összeállítása alsó hangon tíz óra, ami sok teszt és kérdőív kitöltéséből áll az ügyfél részéről. Otthonra is adok feladatokat, amelyek során meg tudjuk, hogyan reagál valaki a magas zsírra, a magas szénhidrátra és hasonlókra. Emellett folyamatosan konzultálunk, mert így tudom csak rájuk szabni az étrendet, hiszen senki sem egyforma, és a tökéleteset megtalálni idő. Azt látom, hogy az emberek két, három, öt év alatt elhízhatnak, viszont azonnal akarják a megoldást. Az eredmény sok idő után érkezik, viszont, ha egyszer ráállunk erre az útra, akkor biztosan lesz pozitív változás. Az emberek legalább 60%-a rosszul eszik, és nemcsak esztétikai problémák elkerülésére, hanem az egészség megőrzésének szempontjából is fontos lenne váltani. Ez nem azt jelenti, hogy nem lehet tortát enni a születésnapunkon vagy koccintani éjfélkor, igenis lehet finom bejglit kóstolni, de ez mind egy-egy alkalom. Jutalmazzuk meg magunkat, élvezzük az ízeket. Karácsonykor legyünk a családdal, ne bántuk meg a nagymamát és az anyukát, aki egész nap robotolt a konyhában, de játszunk a mennyiségekkel és mozogjunk.

Honnan ismered fel, ha valaki rosszul étkezik?

Elsőként, ha van étkezési naplója onnan, vagy beszél étkezési szokásairól, illetve látom a környezetemet, hogyan étkezik. Azt kell mondanom, a magyar lakosság nagy százalékban rosszul táplálkozik.

30% a mozgás és 70% az étkezés. Ha egészségesen eszünk, elhanyagolható a sport?

Nem, szerintem 100% életmódváltás és 100% edzésnek kell lennie. Rengeteg bizonyított dokumentáció van arról, hogy a mozgás mennyi mindent ad, nemcsak az egészségünknek, hanem csökkenti a stresszszintünket és erősíti az immunrendszerünket. Főleg ebben az időszakban igen is kell mozogni, akár otthon, de még kicsit a szabadban is.

Gyümölcskenyér recept Debi Adventi receptes könyvéből

Hozzávalók:

150 g Hajdina kovász
200 g Kölesliszt
100 g Hajdinaliszt
30 g Arany lenmagliszt
10 g Útifű maghéjliszt
30 g Darált mogoró
200 g Porcukor
1-1 db Bio narancs - citrom reszelt héja
Vanília aroma
2 csomag kandírozott gyümölcs

Elkészítés:

Minden hozzávalót kimérünk, majd alaposan összedolgozzuk egy magasabb falú edényben. Ezt a masszát hagyjuk 5 órán keresztül pihenni, majd 180 fokra előmelegített sütőben 50 percig sütjük. A tetejére vízzel elkevert porcukrot és kandírozott gyümölcsöt használunk, miután a tészta kihűl.

Ez itt a reklám helye?

Reklámokat mindenki látott már, és sokunk tudna mondani legalább néhány ikonikus televíziós szállóigét. Velünk élnek, hatnak ránk, mégis azt hisszük, hogy függetleníteni tudjuk magunkat tőlük. A történetük is kellően színes és érdekes az áttekintésre.

KÓKAI BÁLINT
LÁSZLÓ-KUN GÁBOR

Életemben talán akkor szembesültem először a reklámok olykor pusztítóan erős hatásával, amikor a 2000-es évek elején az alsós pedagógus édesanyám felháborodva mesélte el az énekórán történt incidenst. Az egyik jó képességű nebuló ugyanis "piros alma, arany ág" helyett arany ászt énekelt, majd vigyorogva hozzátette: egy jó pofa sör! A szlogenek beépültek a hétköznapi szóhasználatunkba, egyfajta közös tudássá, összekacsintássá váltak. Így történhetett, hogy a torok kéményseprőjének szerepében tetszelgő cukorkamárka például meghonosította a bébibogyó kifejezést. Talán ma is mindenki érti a ronda, de finom jelzöt, és rögtön tudja, hogy melyik a mi autónk. Tudjuk, hogy mi a legtöbb, mi adható, és azt is, hogy minden azért történik, mert megérdemeljük. Ez egy olyan alap, amelyre építhetünk, és ami szárnyakat ad a szürke hétköznapiakban. Néha azért értetlenül állunk, nem tudva, hogy mi a szösz vagy mi a manó?

Széles lepedők, színes lepedékek

Évtizedek múltak el, de a reklámok célja nem változott, csak a kifejezőmód lett sokkal intenzívebb. A magyar reklámozás hőskorában még az is előfordulhatott, hogy nem is egy konkrét márka került a középpontba, hanem egy annál általánosabb termék, mondjuk egy élelmiszer. Kiváló példa erre a széles körben ismert reklám, amelyben megtudhattuk, hogy hurkát enni csudajó. Még akkor is, ha a második

refrént már héliumos hangú egérkórus cincogta a fülünkbe. De nem maradhat ki a felsorolásból a bontott csirke sem, amit egy ágáló háziasszony hoz a némileg ügyetlen férj tudtára. Meg aztán ott van a "nem lehet megunni" szlogen... de megunni mit is? Hát a tejet, úgy általában. Aztán idővel az alapvető élelmiszereket felváltották a



lényegesen konkrétabb produktumok. A viszonylagos jó világnak márpedig a 90-es években vége lett. És ennek oka nem pusztán a Família Kft. megjelenése volt, bár a produkció nagyon is egy lapon említhető a hazai reklámérettel. Az ember egy percre nem figyelt oda, és a készülék előtt elköltött vacsorája közben hol prosztata jóindulatú megnagyobbodás okozta vizeleti inger, hol hüvelygomba versengett a figyelméért. És ha ez nem lenne elég, a téli szezonban egymást váltják a vitaminok, fájdalomcsillapítók és más, vény nélkül kapható csodaszerek, amik jól bevetethetők orrdugulásra, torokfájásra, lázra és fejfájásra. Vidáman táncikáló, sátáni kacajt produkáló kórokozótoltak az arcunkba, akik néha még saját külön kis birodalmat is kaptak. A száj PH értékének kedvezőtlen alakulása azokat is érzékenyen érintette, akik a kémiaórákat rendre végigaludták, a kegyeinket pedig fogorvosok ostromolták. A lakás pedig, amit hosszú, társbérletes évek és elutasított lakáskiutalások árán sikerült megszerezni, megszűnt jó és biztonságos hely lenni. Undok bacik vették birtokba a WC-t, a fürdőt és a konyhát. A fából készült bútorok fénye megkopott, a mosogatóból pedig hömpölygött a zsír, amit szerencsére akár egyetlen csepp mosogatószerrel is el lehet távolítani. A mosógép fűtőszálára – amiről tulajdonosa legtöbbször nem is tudta, hogy része a masinának – annyi

vízke rakódott, mintha a Dunán valaha lefolyt összes vizet átszűrték volna rajta. Szerencsére megjelent az okos, már-már intelligens mosópor, kérdés, hogy ez a képessége vajon logikai feladatokban, vagy lexikális tudásban csúcsosodik ki. Napjainkban teret hódít magának az az érzelmi nyomásgyakorlás, hogy bizonyos terméket már anyáink, apáink

is használtak köhögés ellen, netán kipirosodott hátsó fertályra.

"...csak a fülünket hasogassa"

Bár hőskorban legfeljebb egy autósampon reklám vasat rágcsáló infantilis plüss rozsdafigurája borzolhatta a kedélyeket, valószínűleg a kezdetektől fogva volt valamiféle társadalmi visszhangja a hirdetéseknek. Kiváltképp akkor, ha eleve provokatívnak szánták. Egy vidéki orvos például beírt a televízióba Sas István rendező cikkünk korábbi részében emlegetett májas és véres hurkás kisfilmjét kritizálva, melynek végén két tinilány az ujjait nyalogatta a csemegézés után, mondván, hogy ez mennyire nem higiénikus, rossz példa. De ekkor Sas nem hagyta magát, és megkérte, hogy mondjon egy olyan magyar népmesét, amiben az áll, hogy „és olyan jót lakmároztak belőle, hogy a végén mind a tíz ujjukat megtörölték egy szalvétával”. Ha azt mondom, MÜSZI, valószínűleg sokan rávágnák, hogy egészségemre. Annak idején (kb. 1988) mindenki ismerte, illetve nem tudta senki sem, hogy mit hirdet. Pontosabban odáig tudta mindenki, hogy csettintés az ujjakkal, és hangosan kiáltani, hogy MÜSZI! De azt, hogy ez a Mezőgazdasági Üzemszervezési Számítástechnikai és Informatikai Rt. reklámja, azt senki. Maga a reklám-szlogen a keménykalapos úrral, nagyon beégett a nézők emlékezetébe, a hatást elérte, de tényleges haszna aligha volt.

Mindenesetre ennél tömörebb reklám-szlogen azóta sem készült. Ma már alighanem komoly hullámokat vetne a korabeli müzlireklám is, amely nemes egyszerűséggel két táborra osztotta Magyarország lakosságát: aki eszik müzlit, tehát jó alakja van, és aki nem eszik müzlit, ergo túlsúlyos. Mindezt egy strandon, vélhetően az érintettek megkérdezése nélkül felvett vágóképekkel illusztrálta. Ugyancsak elbukna a szalonképesség próbáján számos korabeli kávé, vagy ruhareklám, amely mai szóhasználatával élve erősen tárgyiasította a nőket. A következő "minőségi" tandemugrás 1994-hez és egy mentolos cukorkához kötődik, ami nem csupán segít, ha fáj a torkunk, de még az orrunkat is "tisztítja". A német eredetű reklám nagy vihart kavart, kiváltképp azért, mert szereplője egy futballkapus, így a sport azt az előítéletet sugallta, hogy egy focistának eredendően kilóg a kapanyél a szájából. A hirdetés legendás lett, így hiába szelídítették később nyelvtanilag helyes formára, az új változatból nemigen maradt fent felvétel, míg az eredeti szállóige lett. Mellesleg alighanem kevesen tudják felidézni az ominózus cukorkamárka nevét. A legismertebb szénsavas narancsos üdítőitalhoz két, viszonylag provokatív film is kapcsolódik. Az elsőben nemes egyszerűséggel a bőfűzés vált humorforrássá. A főszereplő fiatalok ugyanis egy méretes parabolaantennában fekszenek lázasan üdítőzgetve, és a szénsav okozta hangeffektekkal szórakoztatják egymást, amolyan kulturált, felvilágosult emberek módjára. Az így keletkező hangokat pedig az antenna másik oldalán ülő, a jelek szerint teljesen ostobának bemutatott kutatók az úrból jövő "hello" üdvözléseknek vélik. A másik ominózus terméken már inkább a nyelvtanítók és az édes, ékes anyanyelvünkért aggódó nézők háborodtak fel, az üdítőt ugyanis "kexölő" névvel illették a keresztségben.

Ásóka, nagyharang

El is érkezünk Ásókaig, akit talán senkinek sem kell bemutatni. A legundorítóbb jelenet díjára alighanem ő lenne a legesélyesebb. Ásóka a MÜSZI-hez hasonlóan fogalom lett, ám nagy összegben fogadnék rá, hogy a legtöbben nem tudják, hogy pontosan melyik körömgomba elleni kenőcs gyártója investált ebbe a remekműbe. (Segítek: nem az, amelyikre gondolsz.) Napjainkban sincs hiány botrányos felvételekből, elég csak arra a hurutos köhögés elleni csodaszerre gondolni, amelynek fő humorforrása egybevág a néző első kérdésével, amit kezébe temetett arccal ki tud nyögni: de miért? Ábel, a főszereplő kisfiú a felháborodások hatására aztán új szinkront kapott, hangja így kevésbé vált fülsüketítővé, mint az eredeti esetben. Csőre Gábor szinkronszínészt számos szerepből ismerhetjük, elég csak a South Park Eric Cartmen-jére gondolni. Az, amit viszont egy zöld úrlény képében művel manapság, sokaknál kiverte a biztosítékot. Egy rajongó levelét még fel is olvasta egy videójában, persze a megfelelően kifigurázott stílusban.

Szexizmustól indultunk és szexizmusához érkezünk, ugyanis sajnos ma sem mentes a reklámpár tőle. Igaz, olykor fordul a kocka, elég csak az egyoldalú, primitív és öncélúan sértő "férfinátha" kifejezésre gondolni, amit egy gyógyszerreklámmal éreztek fontosnak meghonosítani a közbeszédben. A főszerepben egy pár áll, amelynek férfi tagja gőgicsélő kisgyermek módjára szenved az egyébként nevetségesen gyenge megfázástól, míg látványosan unott arcú neje hőiesen próbálja kiszolgálni minden bagatell igényét, például elérni a távkapcsolót. Kérdés, hogy vajon megérte-e ez a prosztó kinyilvánítási forma, ha a márkanevet, mint oly sokszor korábbi példákban, kiöntötték a fürdővízzel együtt... Egészen friss példa az egyoldalúságra, hogy a népszerű svéd bútorgég a családon belüli erőszakot rendkívül sértő és torzító módon úgy ábrázolja, mintha a bántalmazó fél kizárólag a férfi, míg az elszenvedő kizárólag nő lehetne.

Végig a kalendáriumon

Amint az Ambrus vezetéknév meghatározó csúfolási alap volt a 90-es évek végének gyermeki nyelvezetében, úgy az utónevek ihlette márkák és reklámszlogenek is megtették hatásukat a köznyelvben. Az egyik üdítőitalt gyártó cég például évtizedekre bebetonozta a köztudatba a "szia, Kata vagyok" szállóigét. A nyolcvanas években az Ágik is megszenvedték a kreatívok áldásos tevékenységét. Sokan voltak azok is, akik, ha a lábukat nem is, de a kezüket rendszerint Szilviába törölték. A reklámszakma a Tomikból sztárt, az Emeséből pedig lelkes, már-már túlbuzgó ám igencsak lesajnált állás-keresőt csinált. Petiék WC-jéről nem is szólva. A hazai piacon talán keveseket érintett érzékenyen az az édesség-reklám, amiben Karen, Doris, Melissa és Kim neve hangzik el, mint a főhős potenciális szeretői, az emlék azonban közel két évtized után is éles. Nevek ide, nevek oda, a Mónika porszívó és a hozzá kapcsolódó áthallásos pajzán szlogen legendája azonban nem állta ki a nyomozások próbáját...

Cipőt a cipőboltból!

A "cipőt a cipőboltból", mint rettenetesen triviális, fantáziátlan szlogen ma felbukkan, ha a reklámok világának ötlettelenségét szeretnék illusztrálni. Sokan gondolják, hogy ez egy valós hirdetés volt. Az urbanlegends.hu blog négy éve utánajárt a kérdésnek, és arra jutott, hogy elképzelhető, hogy a mondat egy régi kabaréjelenetben bukkant fel először. Erre a Youtube-n bizonyítékot is találhatunk Rátonyi Róbert és Kazal László Pesti vadember című jelenetére keresve. A kérdés azonban továbbra is nyitott, mivel lehet, hogy a kabarétréfa is már egy korábbi, primitívnek tartott szlogenre reagál. Már csak azért is, mert pár hozzászólás szerint igenis volt nagybetűs Cipőbolt nevű üzlet annak idején.

Akik a legnagyobb szolgálatot tették az emberiségnek

A Nobel-díj története

A tudomány lenyűgöző eredményei közül sok van, amit nem értünk behatóan, mégis tudjuk, hogy vannak, és nap mint nap könnyebbé teszik az életünket. Hogyan hálálhatja meg ezt az emberiség? Szerencse, hogy nekünk már nem kell ezen gondolkodnunk, mert megtette Alfred Nobel 1895-ben.

KONDA NIKOLETT

Ha azt mondom, Nobel-díj, a legtöbbünknek nevek ugranak be: Szent-Györgyi Albert, Marie Curie, Kertész Imre, és még sorolhatnám. Alfred Nobel svéd kémikus célja azonban nem az volt, hogy egyes tudósok életművét díjazza, amikor 1895-ös végrendeletében meghagyta, hogy vagyonának kamataiból évről évre jutalmazza azokat, akik az adott évben a legnagyobb szolgálatot tették az emberiségnek felfedezésükkel vagy művészi tevékenységükkel. A szolgálat öt területben merül ki: fizikai, kémiai, orvosi és irodalmi díjat osztanak, ami kiegészül a Nobel-békedíjjal – ez utóbbi az egyetlen, amit nem természetes személyek is megkaphatnak, az idei évben például a Világélelmészeti Program. A kategóriák 1968-ban egészültek ki egy közgazdasági díjjal, melyet a Svéd Bank fennállásának 300. évfordulójára alapítottak, és ami az Alfred Nobel-emlékdíj nevet viseli.

Alfred Nobel egyébként valószínűleg maga is megkapta volna a díjat, ha

valakinek eszébe jut alapítani egyetelőtte: az ő nevéhez fűződik a dinamit feltalálása, egy olyan robbanószeré, amellyel elkerülhetőek a véletlenszerű robbanások a gyártás folyamata közben. Nobel ezzel a találmánnyal sokat tett az ipari robbantások biztonságos kivitelezéséért, és ebből a szabadalomból szerezte hatalmas vagyonát is, melyet aztán halála után – örökösök hiányában – a következő generációk tudósainak elismerésére szánt.



Na és hol a matek?

Ha olyan érzésünk van, hogy a Nobel-díj túl szűken határozza meg a tudomány és a művészet címszó alá tartozó területeket, nem vagyunk egyedül: az egyik leggyakoribb kritika a díjjal kapcsolatban, hogy a kategóriák közül kimaradt a matematika. Hogy miért, arról csak anekdoták vannak, és kissé sértődött hangvételű vagdalkozások a matematikusok részéről. Kármán Tódor például önéletrajzi könyvében fejti ki, hogy Nobelben örök nyomot hagyott, hogy a házvezetónője megszökött tőle egy matematikussal. Hogy valójában miért nincs matematikai Nobel-díj, azt valószínűleg sosem fogjuk megtudni, a jó hír viszont az, hogy a Fields-érem matematikusberkekben a Nobellel egyenrangú kitüntetésnek számít, így nem marad elismerés nélkül az sem, aki ezen a területen ér el komoly eredményeket.

Ez nem az a díj

A Nobel-díj nem azok közé az elismerések közé tartozik, melyet egy idő után halmozni kezdenek a díjazottak. Egy egész életnyi tudományos munka is legfeljebb két Nobelt hozott egy személynek az eddigiek során: Marie Curie fizikai és kémiai, Linus Pauling kémiai és béke, John Bardeen két fizikai, Frederick Sanger pedig két kémiai Nobelt nyert el. Nem természetes személyek közül a Nemzetközi Vöröskeresztnek háromszor, az

UNHCR-nek pedig kétszer ítélték oda a díjat.

Nehéz pontos számot mondani, ha az eddigi magyar díjazottakra vagyunk kíváncsiak, ugyanis a legtöbb magyar kötődésű Nobel-díjas nem hazánkából utazott el átvenni az elismerést, és nem is Magyarországon érte el eredményeit – mindössze Szent-Györgyi Albert tett így 1937-ben, és Kertész Imre 2002-ben. Rajtuk kívül még 15, valamilyen módon Magyarországhoz köthető díjazott van a Nobel-díj történetében, akikre büszkéek lehetünk, köztük pedig nem egy olyan, akinek a Budapesti Műszaki és Gazdaságtudományi Egyetemhez is szoros kötődése van: az ő névsorukat megtekinthetjük a BME Központi Épületének aulájában kihelyezett emléktáblán.

A 2020-as év díjazottjai

Az idei díjakkal kapcsolatban október elején határozott a Svéd Tudományos Akadémia, átadásukra pedig december 10-én fog sor kerülni. Az orvosi Nobelt Harvey J. Alter, Michael Houghton és Charles M. Rice kutatóknak ítélték oda a Hepatitis C vírus felfedezéséért. A fizikai kategóriában három tudós nyerte el a díjat: Roger Pengrose bebizonyította, hogy a fekete lyukak képződése az általános relativitáselmélet egyik következménye; Reinhard Genzel és Andrea Ghez pedig a Tejútrendszer közepén található régió, a Sagittarius A*-ot tanulmányozta. A kémiai díjat idén Emmanuelle Charpentier és Jennifer A. Doudna, a génszerkesztés kidolgozói kapják. Az irodalmi Nobel-díj ebben az évben Louise Glück amerikai író kezében landol, aki egyébként magyar felmenőkkel is rendelkezik.

Kösz a semmit!

Ahogy annak egy nívós díj esetén lennie kell, természetesen a Nobelnek is megvan a paródiaváltozata. Az IgNobel-díj – nagyon szellemesen az ignoble, vagyis „semmire sem jó” szóból – azokat a kutatási eredményeket díjazza, melyek tudományosan nagyjából rendben vannak ugyan, de igazán kár volt rájuk szánni azt az akadémiai pénzt. A 2016-os közgazdasági IgNobelt például egy kereskedelmi- és marketingelemzés vitte a köveknek tulajdonított személyiségjegyekről, de ugyanebben az évben két japán kutató is elnyerte a díjat az „érzékelés” kategóriában, akik arra voltak kíváncsiak, hogy máshogy néznek-e ki a tárgyak, ha előrehajolva, a két lábuk között átnézve vizsgálják őket.

MŰHELY

Felelős kiadó:
Budapesti Műszaki és
Gazdaságtudományi Egyetem

Felelős szerkesztő:
Szili Ákos
Varga Ferenc

Főszerkesztő: Szabó Zsolt

Rovatvezetők:
Kovács Zsófia
BME körkép, bmekorkep@muhely.com
Publicisztika, publicisztika@muhely.com

Kókai Bálint
Kapun kívül, kapunkivul@muhely.com,
Technika, technika@muhely.com)

Kulcsár Dorottya
Közélet, kozelet@muhely.com

Balogh Kata Boglárka
Sport, sport@muhely.com

Konda Nikolett
Magazin, magazin@muhely.com

Képszerkesztő:
Szlávik Orsolya

Tördelőszerkesztő:
Fejes Bence

Az újság készítésében résztvettek:
Véski Blanka

Szerkesztőség:
1111 Bp., Műegyetem rkp. 3.
K. alagsor 80/a.
E-mail: info@muhely.com,

Hirdetésszervezés:
E-mail: info@muhely.com

Nyomatás:
Mediaworks Hungary Zrt., Nyomda
Címe: 6729 Szeged, Szabadkai út 20.
Felelős vezető:
Szabady Balázs

Az újság megjelenik kéthetente
6500 példányban.

Ingyenes.

HU ISSN 1589-6668

Lapunkat rendszeresen szemlézi a megújult



www.observer.hu

NYEREMÉNYJÁTÉK

A helyes megfejtést beküldők között egy könyvtalványt sorsolunk ki. A megfejtéseket a muhelymegfejt@gmail.com e-mail címre várjuk **december 12-ig**. Előző számunk nyertese: **Tóth Anna**.

Az EHK üzeni: 1.	Fluor	Arra a helyre tesz	-ra párja	Átmérő	Pénzt elküld	Céda	... Rowling	Hidrogén	Előidéz	Csuk	Zaire	Rontást küld rá	Béke	
	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	→
	Azonban			Tartó				Játék eszköz						
2.				Kanga kicsinye				Foszfór						
Elöl tapad!	▼		Angol patkány!	▼			Szálló föld	▼			Vízlelő hely	▼		
			Vékony				Amper				Főző edény			
Női név	▼		▼				▼	Zorro	▼	Márka címere	▼			
							Javit			Víz!				
... világ műsor	▼				Oxigén	▼	Út jele	▼	Áruval kilincsel	▼				
				Vívónk beceneve			Helyiség		Nitrogén					
Ákos becézve	▼			Program-nyelv	▼	Urizáló	▼					Lítium	▼	
				Egyéni vállalk.		50+50						Egyik nagyszülő		
Bal	▼	Távol	▼						Föveny	▼				
		E napi							... Mars! Gyerünk!					
Belügy Miniszt.	▼		Fogyasz-tás mérő	▼						Csontváz név	▼			
			Bézs szélei!							Ij. magazin				
Zárka foglya	▼			Zűravar jelzője	▼						Római ezer	▼	Kén	▼
				Bór							Méter		Liter	
	▼			▼							▼		▼	

Nézőpont

KOVÁCS ZSÓFIA



Társadalmi nyomás

Ha ideges vagyok, nehezebben megy az írás. Gondolom, ezzel nem vagyok egyedül. Ma ideges vagyok. Ettől szokimondó leszek, amitől meg természetesen tiszteletlen és nagyszájú. De ez van.

Ha egy nő belemegy, hogy valakinek a szeretője legyen, akkor ugyan vállalja, hogy kisemmizik, átlépnek rajta, és még csak meg sem védheti magát, ám azonnal ő lesz a gonosz harmadik, szebben mondva: lotyó. Ezzel szemben a hármashból a férfi, a saját neménél megbecsülést vív ki, hiszen össze tudott szedni egy másik nőt is, míg a nők szemében maximum csalfa lesz. Ha egy lányt csalnak, az nem nyújtott eleget, ha egy férfit, akkor a barátnője szajha. Érdekes.

Milyen elnéző a társadalom az erősebbik nemmel! Ha ők otthagyják a család-jukat, az normális. Azonban ha egy nő lép le, férjére hagyva a gyerekeiket, akkor őt kiátkozzák a létező összes társadalmi rétegből. Ez nem feminista írás, hiszen mindennel át lehet esni a ló túloldalára, de igenis szomorú, hogy ugyanazért a bűnért egy férfi még mindig jóval kevésbé fizet meg. Társadalmi nyomás. Mindenki hallotta már ezt a szót, folyamatosan küzd is vele, de nem tesz ellene.

Miért tenne? A társadalom megbecsült tagjának lenni érték. Nem szabad eldobni. Egy nő nem hibázhat? A válasz: nem. Nekünk nem nézik el. És minden generációba ezt nevelik bele. A férfiak már fiatalon megtanulják, hogy nekik igenis többet szabad. Ők lerészegedhetnek a sárga földig, lehetnek „szegény” alkoholisták, dohányozhatnak megvetés nélkül, de a legfontosabb: bizony tarthatnak szeretőt. És még büszkék is lehetnek rá. Persze minimális ellenérzése ezzel szemben is van a társadalomnak, de az kiheverhető, és ami talán még érdekesebb, elfelejtődik. Ha egy nő szép, nem lehet okos. És ha okos, akkor biztosan nem szép. Egy férfira nem vonatkoznak ilyen kitételek. Társadalmi nyomás. Egy megfoghatatlan valami, amitől mégis ezerszer rosszabbul érzi magát egy nő, ha véletlenül hibázott. Sőt akkor is, ha nem ő hibázott. De hát mit tegyen, ha ezek szerint nem nyújtott eleget?

Kellemes Karácsonyi
Ünnepeket és
Sikerekben Gazdag
Boldog Új Évet
kívánunk!



Merry Christmas

Sose növünk fel!

A karácsony közeledtével az ember még inkább hajlamos a szentimentalításra és a múltba révedésre. Azok a régi gyermekkori ünnepek, a szánkózás, az izgalom, a mesés ajándékok a fa alatt! Azonban nem kell az ifjúkori csodát mind-mind elillantnak hinni, igenis van, ami felnőttként is megmaradhat mesteri szintre emelt szórakozásnak!

KONDA NIKOLETT

A tél és a nyár képzőművészei a természet adta lehetőségekből alkotva igazi remekeket faragnak akár homokból, akár hóból. Míg gyerekként a vizes homokba vájt alagút és a várak voltak a menő, a nagyok már jóval előttünk, az 1960-as évektől szálltak ringbe homokszobor építő versenyeken Amerikában, azon belül is Californiában, az ókori egyiptomiak után, mintegy újra feltalálva a spanyolviaszt. Érdekes azonban szem előtt tartani, hogy az ilyen technikával épült bámulatos nagy alkotások alapja nem holmi kerti vagy tengerparti homok, sokkal inkább kiváló minőségű bányászott homok, melyet megfelelően előkészítve, vizezve, tömörítve és buckába hordva vesznek birtokba a jelentkezők. Az igazán profik a munka végeztével lakkozzák a művet, hogy növeljék annak élettartamát, ám még így sem jobbák a túlélés esélyei a széllal vagy az esővel szemben. Európa leghíresebb homokszobor fesztiválja a berlini Sandsation, de magyarországi törekvés

is volt hasonló jellegű eseményre tavaly Monostori Ferenc homokszobrász jóvoltából. A szórakoztató rendezvényeken túl kevésbé ismert, de világbajnokságokat is rendeznek a műfajban, Joo Heng Tan háromszor is képes volt a dobogó legfelső fokára állni. Az alkotó nemcsak sebességével tűnik ki a tömegből, hiszen egy 3x3 méteres szobrot 24 óra alatt formáz meg, hanem a marketing világa is foglalkoztatja például az OMO mosószer reklámfilmjeiben, hiszen ahogy a szlogen is szól: "A piszok jó!". Valljuk be, jelen utazásmentes helyzetben nehézkes lenne most ennek

óta világrekordok születnek dominó döntésekből, hála Hollandiának. A Domino-nap generációkat szórakoztatott a televízió képernyőjén keresztül, 2004-től az izgalmak fokozására élő építést is felvettek a műsorba az Építők Kihívása névvel, ezzel is még ingoványosabbá téve a világrekord megdöntését. Sajnos az elmúlt évtized anyagi okok miatt szűkölködött a szórakoztatás ezen formájában, az idei újramezdést pedig a vírus söpörte el, reményeink szerint 2021 márciusában újra indulhat az örület az ígéreteknek megfelelően. A dán játéktóriás, a Lego sok gyermek



a hóbortnak hódolni, viszont a hideg közeledtével egyre nagyobb az esély a fagy beálltához, a jég megmaradásához. A jég-szobrászat ugyancsak figyelemre méltó művészet már Michelangelo tanulmányai óta. Világszinten tartanak ebben a kategóriában is versenyeket, a legnagyobb és legismertebb ezek közül a World Ice Art Championship az alaszakai Fairbanksben.

Ki ne ismerné manapság is a 18. század óta velünk élő dominót? Na nem a süteményt, sokkal inkább a 28 darabos kis játékkészletet egytől hatig, vagy akár extrém esetben a több darabos készleteket nyolcig vagy kilencig pontozva. A szabály az évtizedek alatt sem változott, azonos számú pötty mellé azonos számú tartalmazó oldalt kell tenni a meglévő készletből és az nyer, akinek a leghamarabb elfogynak a lapocskái. Azt azonban senki sem gondolta volna hajdanán, hogy az egyszerű forma sokkal inkább válik világszintű rajongás tárgyává, mikor az emberek nem egymáshoz passzintva pakolják egymás mellé, sokkal inkább egymás után építkeznek belőle. 1986

álmát váltja valóra nap mint nap. A műanyag építőkocka azonban jelentős felnőtt rajongótáborral is rendelkezik, akik nem restek akár milliányi elemet is egymásba építeni a magasztos cél érdekében. Sokan nem tudják, de az egyszeri építő nem csupán a boltban elérhető készletekből gazdálkodhat, hanem - főleg a másodlagos piacon - akár egy-egy elemet külön is megvehet, lehetőség nyílik tehát a saját kreációk készítésére. A Lego egy önálló szubkultúra lett, amit csak fokoz a tény, hogy számos külön tematikai irányzat kapcsolódik hozzá, így azok is megtalálhatják a számításukat benne, akiket pár színes kocka összepattintása még nem hozna lázba. A legkiemelkedőbb alkotó, aki művészi szintre emelte a legózást, Nathan Sawaya volt, aki izgalmas és lendületes háromdimenziós szobrokat alkotott. A művész az összeállításához nem használ semmilyen segéd-eszközt, még ragasztót sem. Legdrágább alkotásait az adatok szerint több tízezer dollárért viszik haza. Mint oly sok szebb sorsra érdemes hobbi, a Lego is üzlet lett. A készletek befektetésnek sem utolsók:

a régebbi legókat az interneten gyakran eredeti áruk többszöröséért lehet értékesíteni. Erre a Star Wars Darth Revan a legextrémebb példa. 2014-ben, újonnan 3,99 dollárért árulták, egy évvel később már 28,46 dollárért adtak túl rajta az eBay-en: ez 613 százalékkal magasabb az eredeti árnál.

Aki pedig kevésbé macerás vagy költséges szórakozásra vágyik egészen egyszerű opciók közül is válogathat erőnlétéhez és affinitásához mérten. 2012 óta rendezik meg a fáramászás világbajnokságait és bár az idei esemény Új Mexikóban elmaradt a rendkívüli világjárvány következtében, még el lehet kezdeni edzeni a jövő évi Koppenhágai megmérettetésre. Nyugodtabb, kreatívabb természeteknek továbbra is hódít sikertörténet 2015 óta, a felnőtt színezés. A színesceruzák varázsát és a

monoton tevékenység újrafelfedezését Johanna Basfordnak skót grafikuskőnek köszönhetjük, aki a műfajban először adatta ki a Titkos kert című felnőttek szánt színező könyvét, melyet azóta több mint 2 millióan vásároltak meg világszerte. A tevékenység jótékony hatását már Carl Gustav Jung is tanulmányozta és számos kutatás igazolta pozitív hatásait. A kis anyagköltségű, egyszerű alkotás oldja a feszültséget és kikapcsolja az elmét, ugyanakkor önbizalmat ad a színezést végzőnek a könnyű sikerélménnyel. A fókuszálás közben egyszerre kerül igénybevitelre a jobb és bal agyfélteke és fejlődik a logika és a kreativitás is. Annak viszont kevésbé ajánlatos művelet, aki már óvodában is viszolygott a zárt keretek között maradáستól, a határvonal átlépésének fenyegető veszélyétől.

Az ünnepek közeledtével és a kijárási korlátozásával talán neked is előkerül valami elfeledett a szekrény aljától. Vajon ma mit kezdesz vele? Tudnád most jobban, szebben, máshogy csinálni vagy hasznosítani? Ne félj belevágni!

Kívánság

Még nem állok készen, hogy címet adjak a dolognak. Egy rossz cím elrontja az egész történetet. De én igenis szeretném, ha ez a mese jó lenne. Nem Piroskáról szól. Még csak nem is Hófehérkéről. Hamupipőket meg hagyjuk. Én vagyok a főszereplő. Végre egyszer valóban én. Akkor kezdődött, amikor átadtam a helyem a buszon, egy kedves, öreg néninek. Láttam, alig áll a lábán, tehát egyértelmű volt számomra, hogy hellyel kínálom. El is fogadta, majd beszélgetni kezdtünk. Mesélt a férjéről, a gyerekeiről, az unokáiról, az életéről. Aztán hirtelen annyit mondott: kívánhatok. Hármat. Nem hittem neki. Az életben nincsenek jó tündérek. Nevettem. Rám mosolygott, és csak annyit válaszolt. Igazam van. De ha lennének, és hármat kívánhatnék, mi lenne az, kérdezte. Óva intett, legyenek nagyon őszinte. Egy pillanatra elgondolkoztam, majd halkan sorban kimondtam a vágyaimat. Egy: szeretnék valakit magam mellé, aki viszontszeret, és sosem csalódom benne. Kettő: bárcsak olyan anya lehetnék, akit imádnak a gyerekei, és képes egy pillanat alatt meghitt, családi hangulatot varázsolni számukra, akárhol is legyenek! Végül három: hinni szeretnék a csodákban. A néni lehajtott a fejét. Láttam, nem tetszenek neki a válaszaim. Mindegyiket egyesével elmormolta, és megrántotta a vállát. Mindegy is. Ilyen fiatalon az ember még nem tudja, mit akar, mondta. Ezek a kívánságok idővel változni fognak. Az lehet, válaszoltam. De most, ezekre vágyom igazán. Leszálltunk, elbúcsúztunk. Én el is felejtettem egészen délutánig. Mígnem meg nem kaptam az SMS-t. Ő küldte. A fiú, aki csak titokban, de végtelenül tetszett. Nem írt sok mindent. Pusztán ennyit: hiányzol. Meglepett. Hiszen, nem is ismertem igazán. Meg egyébként is, tudtam, hogy egy olyan srácnak, mint ő, nem kellene egy olyan lány, mint én. Aztán megint írt: találkozunk. Én álltam az utcasarkon és azon gondolkoztam, vajon mi történhetett. Hogy jutottam az eszébe? Mit lát

bennem? De a legfontosabb: mikor látta meg? Válaszoltam, hogy jó. Hol és mikor? Vártam két percig, aztán ötig, végül tízig, de nem érkezett válasz. Azonnal eszembe jutott, nagy valószínűséggel rossz embernek írt, és amikor észrevette a hibáját, már nem akarta az amúgy is kellemetlen helyzetet tovább rontani. Nevetve sétáltam tovább a körúton. Én marha! Komolyan elhittem. Vettem egy könyvet, és kiültem a Margit-szigetre olvasni. Így kevésbé fáj, az elmaradt üzenetek után rám törő magány, gondoltam. Nem messze tőlem egy apuka játszott a kislányával. Sokáig észre sem vettem őket. Aztán amikor mellém gurult az egyik labda, a kislány felkiáltott: visszadobod? Persze, feleltem. Ezek után egyre gyakrabban ért földet a lábamnál az a bizonyos labda. Újra és újra elhangzott a visszadobod? Egészen addig, amíg be nem álltam játszani. Aztán befontam a haját, szigorúan csak, mert kérte. Játszottunk herceg-nőset is. Ő volt Elsa, mert szóke, én pedig Anna, mert barna és hosszú a hajam. Olyan, mintha lenne anyukám! A semmiből jött a mondat. Az apuka szabadkozott: még csecsemő volt, amikor a mamája meghalt egy betegségben. Játszol még velem -, kérdezte a kislány. Persze, feleltem. És végül velük töltöttem az egész délutánt. Hazafelé menet eszembe jutott a kívánságom. Ez pusztán véletlen. De véletlenek csak a mesékben vannak. Már besötétedett, mire a lakáshoz értem. Épp sétáltam fel a negyedikre, mikor félúton megéreztem, hogy az alattunk lakó már megint paprikás csirkét főz. Éhes lettem. Majdnem vissza is fordultam, hogy elszaladjak a közeli pizzázóba, de ekkor valaki megszólított. A lépcsőn ült. Hoztam kaját. Ne aggódj! Ő volt az. A srác, aki csak titokban, de végtelenül tetszett. Rám várt. Egész délután. Nem kérdeztem, honnan tudja a címem. Az viszont már érdekelt, miért jött. Egy szó. Ennyit mondott. Hogy mit, az titok. De legyen elég annyi, most már igenis hiszek a csodákban.

KOVÁCS ZSÓFIA

Újabb darab

Újabb darabot hagytam veszni,
mikor szívemet odaadtam neki,
mert ahogy vége lett,
és a csalfa álom szétesett,
visszaadni már nem volt ideje
szívem összes darabját, ahogy illene.
Megtartja emlékeinek kis fiókjában,
nem mintha kinyitná mostanában,
összes kimondott szavam, tettem,
mosolyom, könnyem, ott vesszen
el, abban a sötét helyen,
Hogy majd egyszer, a nosztalgia
véletlen kiborítsa,
és ő majd visszapakolja az emlékeket,
miközben egy futó pillantást vet
rájuk idegen szemével,
mely már nem farkasszemezett az enyémmel.

GARA BALÁZS

Ketten egyedül

A vendégszobában ülök az ágyon. Fél órával ezelőtt döntöttük el, hogy vége. Nem rázott meg annyira, mint gondoltam, hiszen már jó néhány hónapja nem működött köztünk semmi rendesen. Mégis fáj. Talán az árulása miatt. Ráadásul épp ilyenkor. Azt mondta, megismert valakit. Pontosabban találkozott valakivel. Mégis mikor? Amikor leküldtelek a boltba tojásért? Vagy amikor levitted a szemetet? – vágom a fejéhez. Be vagyunk zárva. Hogy az életbe találkozhattál valakivel? Nem kiabál. Elmagyarázza, hogy öt éve ismeri a lányt. Kollégád? Dehogy. Még az egyetemen találkoztak. Csoporttársak voltak, ám akkor nem történt köztük semmi. Két hónapja látták újra egymást, azóta tart a viszony. Amire igazából nem mondaná, hogy viszony, mert addig nem akart belekezdeni semmibe, amíg velem nem tisztázta a dolgokat. De képtelen tovább titkolni, mert igenis beleszeretett. Jó lenne vele beszélgetni, jobban megismerni. – mondja. Sem az újat, sem engem nem akar kellemetlen helyzetbe hozni. Elköltözni ugyan nem tud, ám amint vége ennek az egésznek, természetesen megy. Ő megérti, ha nekem is van valakim... Abban a pillanatban azt kívánom, bár lenne...már hónapok óta ezt érzi rajtam. Titkolózol. De őt nem zavarja. Sőt emiatt gyűjtött elég bátorságot ahhoz, hogy elkérje a lány számát. Szóval az én hibám. – gondolom. Ezt is rám keni, mikor ő lépett félre. A legrosszabb: valójában nem is lépett félre. Épp engedélyt kér rá. Megadtam hát az engedélyt. Átköltöztem a vendégszobába. Gyorsan megírtam minden barátnőmnek, mekkora seggfej a pasim. Ex-pasim. Fűvel-fával csal. Utóbbiit később töröltem. Valójában nem is viselt meg annyira a szakítás. Mintha mélyen legbelül vártam volna a pillanatot. Szabad vagyok. Jelentsen ez bármit is a jelenlegi helyzetben. Egy darabig azt hiszem, nem is fog köztünk megváltozni semmi, míg véget nem ér a karantén, de tévedek. Innentől nem várom meg a reggelivel, hogy felébredjen, nem nézek akciófilmet csak miatta, nem veszem fel a kényelmetlen melegítőmet, azért mert neki tetszik. Kezdődnek a sorban állások a fürdőszobára várva, az egyedül étkezések a szobában és a hangos zenehallgatások minden egyes alkalommal, mikor megcsörren a telefonja. Úgy kezdünk élni egymás mellett, mint két idegen. Kerüljük a szemkontaktust, a megegyezésen alapuló döntéseket. Már nem kérdés, ki megy boltba, ki viszi le a szemetet, ki hozza fel a postát. Az egyetlen közös ügyünk, egy ezer darabos kirakó, még két hét után is ott árválgodik a kisasztalon. Félig kirakva. Olyan állapotban, mint a szakításunk: végleges ugyan, de nincs befejezve. Sokáig azon gondolkodom, hogy hol rontottuk el. Mi ment félre? Négy évig voltunk együtt. Részemről már annyira kézenfekvőnek tartottam, hogy ott van. Lehet, nem figyeltem rá eléggé. Ezt azonnal ki is verem a fejemből. Ő is megmondta, hogy a Te hibád.” – súgja az angyal meg az ördög egyszerre a fülemből. De ezt is kiverem a fejemből. Igenis mérges vagyok. Haragszom rá. Bocsánatot nem kérek, mert nincs miért, ám azt sem várom el, hogy ő megtegye ugyanezt. Meglepően könnyen engedem el a közös négy évünket. Szinte sírás nélkül. Csak néha pityeredem el a zuhany alatt, vagy porszívózás közben, amikor biztosan nem hallja. Tudom, hogy befejeztük, de állandóan meg kell birkóznom a jelenlétével. Van, hogy azt képzelem szellem, így könnyebb. Egy dolog azonban tilos: eljátszani a gondolattal, hogy minden megjavul. Akárhányszor megjelenik a konyhában, erre figyelmeztetnem kell magam. De működik. Legalábbis azt hiszem. Nyolc hét után még mindig itt ülök a vendégszobában az ágyon. Fél órája mondták be, hogy vége a karanténnak. Nem rázott meg annyira, mint gondoltam, hogy már nem leszünk összezárva. Csak egy dologra vágyom: itthon lenni. Végre egyedül.

KOVÁCS ZSÓFIA