

Civil Érték

KÖZÉLETI MAGAZIN • 2022. május





Tudtad?

Mit tegyünk, ha egyesületet szeretnénk létrehozni?

Már a szervezet alapításához is érdekes segítséget kérni! A Civil Közösségi Szolgáltató Központok úgy nyújtanak segítséget a civil szervezetek létesítéséhez, hogy beépítik a saját és más szervezetek működésének tapasztalatait. Így már az alapítás előtt fel tudják hívni az alapítók figyelmét arra, ha valami nem, vagy nehezen egyeztethető össze a civil szervezeti jellemzőkkel. A tanácsadás segítségével nagyon sok későbbi gazdálkodási, jogi, adózási stb. probléma előzhető meg.



Mi az önkéntesség?

Az önkéntesség az a tevékenység, amit ellenszolgáltatás nélkül végzel a szabadidődben egy ügy, egy közösség érdekében, a saját elhatározásodból. Az önkéntesség során megismerhetsz egy csapatot, új barátokat, ismerőseket, élményeket szerezhetsz. Attól függően, hogy milyen területen végzel feladatot, új szakmai tapasztalatot szerezhetsz és olyan képességeidet próbálhatod ki, amelyekre nem adódik lehetőség nap mint nap. Az itt szerzett tudás és felelősségvállalás nagyban segítheti későbbi pályaválasztásod, karriered is.

Mi az a civil szervezet?

Bizonyára mindenki találkozott már civil szervezettel, hisz aktívan jelen vannak a mindennapjainkban. (Például: iskolai alapítványok, sportegyesületek, hagyományőrző szervezetek, egyházi szervezetek, környezetvédelem, állatvédelem. Lehetnek egész kicsi, helyi szervezetek, de akár országos, vagy világméretű szervezetek is (pl. WWF, World Wide Fund for Nature)

unicef



Én is gyűjthetek adományt?

A bejegyzést követően minden civil szervezet jogosult adományt gyűjteni. Az adományok fogadásának nincs felső összeghatára. Az adomány lehet pénzbeli juttatás, felajánlott tárgyi javak, de akár szolgáltatás is.

Mi az iskolai közösségi szolgálat?

2016 óta az érettségi bizonyítvány feltétele 50 óra iskolai közösségi szolgálatban eltöltött idő igazolása. Ezt megteheted bármely olyan civil szervezetnél, aki együttműködési megállapodásban áll azzal az iskolával, ahova jársz és aki vállalja, hogy szervezetében tevékenykedve olyan feladatokat tudsz végezni, ami mind a közösség, mind a te személyes javadra válik. Nézz szét a településen, ahol élsz és keress olyan egyesületeket, alapítványokat, akik hasonló célokért dolgoznak, mint amelyek neked is fontosak. Ha nem találsz ilyet, szívesen segítenek ebben neked a Civil Központok!

Civil Érték

KÖSZÖNTŐ

Emlékszem, hogy a gyermekeim kitörő örömmel fogadták két éve, hogy nem kell iskolába menniük, otthon maradhatnak, majd otthon fognak tanulni. De arra is emlékszem, amikor néhány hét elteltével már arról beszélgettünk, hogy hiányoznak a barátok, az osztálytársak, a nagyszünetek (és egy kicsit még az órák is), a kirándulások, a közös bulik, az utazások és a koncertek.

Ismert mondas, hogy akkor értékeltük igazán a jó dolgokat az életünkben, amikor valamilyen oknál fogva nélkülöznünk kell azokat. A hiány valós mércéjévé válik az értéknek. A közösségi élet újraindulásával mindannyian lehetőséget kaptunk az újraértékelésre és a megbecsülésre. Közösségek azonban nemcsak az iskolában és a munkahelyen vannak, mert összeköthet bennünket például a közös hitünk, egy közös hobbi, közös városrész, kedvenc zene vagy kedvenc sportág, de akár a közös hang megtalálása azokkal, akik hoz-

zánk hasonlóan segíteni akarnak betegeken, rászoruló embereken, sorsukra hagyott állatokon.

A civil szervezetek létének legfőbb jellemzője, hogy nem önmagukért vannak, hanem létrehozásuk mögött mindig valamilyen közösségi szándék jelenik meg. Ez a szándék lehet egy vagy több közösség szolgálata, akaratának, összetartozásának kifejezése. Legyen szó bármilyen civil szervezeti tevékenységről, ezek az értékteremtő civilek érdemben segítik, komfortosabbá, élhetőbbé teszik a résztvevők és sokszor a környezetük életét. Ezekre a közösségekre számíthatnak azok is, akik valamiért nehéz élethelyzetbe vagy veszélybe kerülnek, de azok is, akik az otthonaikat elhagyva kényszerülnek kiszakadni az addigi megszokott környezetükből.

Tudnunk kell, hogy bármikor kerülhetünk mi is váratlan élethelyzetbe, és szükségünk lehet mások önzetlen segítségére. Jó érzés ugyanakkor abba belegondolnunk, hogy mi



is bármikor önként segíthetünk másokon. A civil közösségek az összefogáshoz, a közös célok megvalósításához, az együttgondolkodáshoz mindenkinek sokféle lehetőséget nyújtanak.

Szeretnénk, ha megismernétek a civil szervezetek változatos tevékenységét, áldozatos munkáját és kedvet kapnátok ahhoz, hogy egy civil szervezet önkéntes csapatának tagjaivá váljatok.

Szalay-Bobrovniczky Vince
*civil és társadalmi kapcsolatokért
felelős helyettes államtitkár*

A kiadvány megvalósulását támogatta:

Civil és Társadalmi
Kapcsolatokért
Felelős Helyettes
Államtitkárság



A támogatás kedvezményezettje
és a kiadvány megvalósítója:



Civil Érték

TARTALOM



Szakács Szilvia: „Amit szeretettel teszünk, az nem lehet rossz!”

Szakács Szilvia, a Sztárban Sztár leszek! tehetségkutató második évadának női döntőse a korát meghazudtoló komolysággal tervezi saját jövőjét. Az Erdélyből érkezett tizenhatéves lány nem egészen egy éve él Magyarországon, de már igen nagy ismertségre tett szert gyönyörű hangjának és vagány, magabiztos, mégis alázatos hozzáállásának köszönhetően.

6.



Velejéig táncos – interjú Sáfrán Balázssal

Jó, de mit dolgozol? – nem egyszer tették fel ezt a kérdést Sáfrán Balázsnak, közvetlenül azután, hogy elmondta: hivatásos táncos. A válasz persze másodjára is ugyanaz: a fiatalember valóban táncos, egész pontosan néptáncos kere-si a kenyerét – még ha ez oly hihetetlenül is hangzik egyesek számára.

10.

Regőczi Alapítvány

Kevés olyan ember van, akit a koronavírus okozta világjárvány miatt ne ért volna veszteség. Rengeteg gyermek maradt árván, veszítette el egy vagy mindkét szülőjét. Erre az igényre reagálva hozta létre Áder János volt köztársasági elnök és felesége a Regőczi Alapítványt.

13.



Farkas Ágnes: „Az az álmom, hogy bejárjam a világot”

Egyetemi tanulmányait szakította félbe Farkas Ágnes azért, hogy külföldi önkéntes programban vegyen részt. Hét hónapot töltött Altenahrban, és ez az élmény olyan erős hatással volt az életére, hogy felsőoktatási tanulmányai is egészen más irányt fognak venni a következő félévtől.

15.

Egy, kettő, három... Hatvanezer Fa Egyesület

Az egyesület 2019 júniusában alakult meg és az azóta eltelt időszakban a tagok jóval túlteljesítették az eredeti célt, vagyis azt, hogy 60.000 fát telepítsenek Békéscsabára és környéke-re. programok.

18.



Egy pörgős csaj – Farkas Bettina

Farkas Bettinát nem kell bemutatni a sportrajongóknak, hiszen többször is felbukkan az M4 Sport csatorna tévéképernyőjén. Saját bevallása szerint kedvenc sportága a vízilabda és a női foci, a tavalyi évben pedig egy újabb területen próbálhatta ki magát: Nyaralj itthon! címmel utazási magazint vezetett.

20.

Mátrix Közhasznú Alapítvány

A szegedi alapítvány célja, hogy csökkentse azt a szakadékot, ami a nagyon jómódban és a mélyszegénységben élő emberek között van. A különböző programjaival ezen próbál változtatni a Mátrix.

24.



Hogyan lehet építkezni egy tragédiából? – A Váradi család tudja a választ!

Él Debrecenben egy háromgyermekes család, akik – bár tragikus körülmények között elvesztették mindenüket – olyan sok kedvességgel, jószándékkal és emberséggel találkoztak az átélt borzalmak után, hogy az teljesen felforgatta az életüket.

32.

ÉLETJEL Mentőkutyás Kutatóegység

Zagyvarékason, Szolnoktól nem messze működik az ország egyik legjobban képzett mentőcsoportja: bűvár, tűzoltó, alpinista, vízimentő, siklóernyős pilóta, orvos, de még barlangi mentő képzettségű önkéntesek is szegődtek a nagymúltú, 1994-ben megalakult csoporthoz. Tagjaik közt ráadásul nem csak kétlábúak kapnak helyet.

35.



Pesti Balázs: „A világ szuper hely”

Pesti Balázs klinikai hipnoterapeuta rengeteg országban járt élete során, sok emberrel, kultúrával, hellyel megismerkedett, miközben belekóstolt az önkéntesség világába is. Azt mondja, a világ szuper hely, és ha valakinek, akkor neki hihetünk.

38.



Magyar Tartalékos Szövetség

A Magyar Tartalékos Szövetség (MATASZ) azon dolgozik, hogy népszerűsítse az önkéntes honvédelem ügyét, a tartalékos katonai szolgálatot és betöltsön egyfajta híd szerepet a társadalom és a honvédség között.

42.



Külföldön egy kicsit mindenki magára talál

A Fekete Sereg Ifjúsági Egyesület célja, hogy a helyi, nagyvázsönyi fiataloknak hasznos szabadidő eltöltését biztosítson. Az egyesület 2006 óta nemzetközi önkéntes küldő-fogadó szervezet, eddig 205 magyar fiatalot juttattak el a világ 30 országába.

45.



Benjamin Alquier: „Mindig látni akartam, milyen itt az élet”

Benjamin Alquier Franciaországban született és ott is nőtt fel. Amikor elvégezte az egyetemen a mesterképzést, még nem szeretett volna dolgozni, ezért 2017-ben jelentkezett Pécsre az Erasmus programra. Benjamin gyakorlatilag ettől kezdve Magyarországon él.

48.

Debreceni Hajdú Táncegyüttes

A táncegyüttes színpadi repertoárjában megtalálható a Kárpát-medence magyar nyelvterületeinek öszszes jellegzetes néptánca. Jelenleg 9 csoportban táncolnak a tagok az óvodásoktól a felnőtt korosztályig az együttesben. Közel 400 taggal rendelkeznek, akiket egy tizenkétfős csapat irányít.

51.



Fehérvár Enthroners American Football SE

Az egyesületet 2007-ben hozták létre szinte a semmiből, hiszen nemcsak Székesfehérváron, hanem Magyarországon is egyedülálló volt akkoriban, hogy létrejön egy amerikai futball csapat.

54.

Kővári Viktor: „Nem minden a győzelem”

Kővári Viktor egész életében jelen van a sport. Huszonkét éve röplabdázik, másik szenvedélye a futás. A véletlen folytán jelentkezett az Exatlonba, ahol megtanulta, hogy a győzelem nem minden. Bár nem nyerte meg a megméretést, valamit mégis hozott neki ez a viadal: szerelmet.

57.



Halász Vivien: „Egész életemben edzésben vagyok”

Halász Vivien gyakorlatilag az édesapja karate dojójában töltötte gyermekkorát. Vivien különböző sportágakban mérettette meg magát az idők során. Az Exatlonban is helyt állt, ahol megismerkedett párjával, Kővári Viktorral.

60.

„AMIT SZERETETTEL TESZÜNK, AZ NEM LEHET ROSSZ!”

“

Szakács Szilvia, a legutóbbi Sztárban Sztár leszek! tehetségkutató második évadának női döntőse a korát meghazudtoló komolysággal tervezi saját jövőjét. Az Erdélyből érkezett tizenhatéves lány nem egészen egy éve él Magyarországon, de már igen nagy ismertségre tett szert gyönyörű hangjának és vagány, magabiztos, mégis alázatos hozzáállásának köszönhetően. Sziszi állítja, most már nem retten meg az ezzel járó felelősségtől, de eleinte kősziklaként nehezedett a válára a felismerés: minden, amit tesz, példaként szolgálhat kortársai számára.

”

Szöveg: Sebestyén Lilla
Kép: Molnár-Kiss Anikó; Szakács Szilvia archívuma

– Mikor kezdted rágódni ezen?

– Amikor a Sztárban sztár leszek! első adásai lementek és egyre többen ismertek meg az utcán jártamban-keltemben. Persze tudtam, hogy ez jó eséllyel így fog történni, de ennek a felelőssége akkor tudatosult. Végigpörgettem magamban én milyen példaképekből inspirálok, majd rögtön görcsölni kezdtem azon, hogy mi az, amit akkor mostantól máshogy kellene csinálnom. Szerencsére ez később oldódott bennem. Fokozatosan rájöttem, hogy nem hazudtolhatom meg önmagam és nem is kell. Az a

fajta lány vagyok, aki mindent szívből csinál, és hiszek benne, hogy az, amit szeretettel teszünk, nem lehet rossz.

– Azt mondd, szívből cselekszel. Ha önkéntes munkáról beszélünk, akkor hová „húz” a szíved?

– Csíkszereda a szülőföldem. Ez egy nagyon családias település. Amikor általános iskolás voltam – talán 8-9 éves –, elvittek minket a legközelebbi gyermekotthonba. Ha jól emlékszem, ajándékokat vittünk egy ünnepségre. Az én szüleim elváltak, ami sokáig nagyon megvi-

selt. Aztán amikor megismerkedtem az ott lakó gyerekekkel, többé nem volt jogom magam alatt lenni: reményteliek és boldogok voltak annak ellenére is, hogy hiányzott a két legfontosabb személy az életükből. Teljesen ámulatba ejtett, ahogy az élethez hozzáálltak.

– Visszajártál oda?

– Igen. Összeszedtem a megunt játékaimat, csomagokat vittünk... Nem nagy dolgok, de az ember lelkének jól esnek. Aztán később – amikor már tudták a városban, hogy énekelek – megkértek, hogy vegyek részt különböző jótékonyági rendezvényeken, koncerteken. Ezek a fellépések különösen kedvesek a számomra, mert azon túl, hogy segíthettem, itt fedeztem fel annak is az örömét, hogy szívesen hallgatnak az emberek és nemcsak a jelenlétemmel, de a zene által is képes vagyok adni.

– A Sztárban sztár leszek! után úgy tűnik, nem tartottál túl nagy pihenőt: azóta is azon dolgozol, hogy minél előbb megvalósítsd az álmaidat. Új dal, új videoklip készült nemrég. Mikor lesz újra lehetőséged arra, hogy valamilyen karitatív munkát végezz?

– Az az igazság, hogy amikor tavaly szeptemberben megérkeztem a válogatóra, nem gondoltam, hogy ennyi munkát követel majd tőlem a műsor. A hét elején sokszor még én sem hittem, hogy az élő show-ra képes leszek mindent megtanulni és hibátlanul előadni. Az a szerencsém, hogy belőlem a stresszhelyzetek a legjobbat hozzák ki: a fő-





próbákon például sosem sikerült annyira jól a produkcióm, mint élesben. Aradszky László – „Isten véled, édes Piroskám” című számának szövegét például minden egyes alkalommal elrontottam a gyakorlás során, az élő show-ban viszont minden beugrott az utolsó pillanatban. Kell az adrenalin, hogy száz százalékban koncentrált tudjak maradni. De viszszatérve a kérdésre: erre minél előbb szeretnék sort keríteni.

– **Vannak már konkrét tervek?**

– Az irányt tartanám, hiszen a gyerekek a szívemnek nagyon kedvesek. Akár a jelenlétemmel, egy koncerttel, egy adománygyűjtéssel, a jövőben őket szeretném segíteni elsősorban. Persze nem zárkozom el semmilyen más lehetőségtől.

– **Itt képzeled el a távoli jövőt Budapesten?**

– Mindenképpen. Magyarország fővárosa már kicsi gy-

rekként is elvarázssolt. Párszor volt szerencsém ideutazni a szüleimmel és már akkor megérett bennem a gondolat, hogy én itt szeretnék élni. A nagyvárosi nyüzsgés, a forgatag – Ez vagyok én!

– **A költözés sem viselt meg? Mégiscsak nagy a váltás.**

– Románián belül több alkalommal is költöztünk, így maga a procedura nem jelentett gondot, hozzászoktam. Persze ilyen





nagyvárosban még sosem éltem, ami újdonság volt, de abszolút pozitívak a tapasztalataim.

– Hogyan sikerült beilleszkedni?

– Őszintén szólva Csíkszereda volt az a hely az iskola tekintetében, ahol nem sikerült igazán megtalálnom a helyem. Amikor beiratkoztam itt, Budapesten, viszonylag hamar befogadtak a kortársak. Eleinte persze voltak, akik azt hitték, hogy beképzelt és öntelt vagyok a Sztárban sztár leszek! műsorban elért sikerek miatt, de később megismertek és rácsáfoltam az előítéletekre. Nagyon hálás is vagyok egyébként nekik, mert magántanulóként ugyan nem kell részt vennem minden órán, de az anyagot ettől még el kell sajátítanom. Sokszor kisegítenek a jegyzeteikkel, egy-egy tanártól hallott magyarázattal. Oktató nélkül valóban nehezebb a dolgom, de szerencsére sosem voltak a tanulással problémáim, jó a felfogóképességem.

– Hogyan sikerül megtalálnod az egyensúlyt az éneklés és a tanulás között?

– Nehéz, de próbálom a kezemben tartani a dolgokat. Mindemellett

pedig olykor-olykor haza is kellene jutnom, hogy meglátogassam a barátokat, rokonokat, pihenjek egy kicsit. Ezt a legnehezebb megoldani. Legutóbb húsvétkor kellett elhalasztanom az utazást, ami mind nekem, mind a családnak nehéz volt, de szerencsére megértőek az otthoniak.

– Mit szólnak a szüleid mindehhez? Nem minden tizenhatéves áll készen rá, hogy menedzselje az életét.

– Nekem is van segítségem és szerencsére a szakmai dolgok tekintetében is terelgetik az utam. Másrésről már egészen fiatalon tudtam, hogy a színpad az én világom. A szüleim számára tehát nem okozott meglepetést ez az álom. Egyébként mindenben támogatnak, felváltva vannak itt velem, vigyáznak rám, de közben hagyják, hogy kibontakozzak és megvalósítsam az álmaimat. Amilyen például egy saját dal is volt.

– Ha már itt tartunk. Mennyiben volt ez a saját dal a tiéd?

– Ez egy érdekes kérdés. Hadd nyúljak oda vissza, amikor megismertem a dalszerzőt, Johnny K. Palmert. Épp egy forgatáson ültünk, beszélgettünk. Én még nem tudtam, hogy ki ő és mivel foglalkozik. Emlékszem, elkezdtem neki ecsetelni, hogy az a nagy álmom, hogy legyen egy dal, amit az én nevem fémjelez, ekkor rávágta, hogy ő meg azzal foglalkozik, hogy dalokat szerez, szóval akár meg is nézhetném, miye van. Hát így



született meg a „Nem kicsi lány”. A dalszöveg írója, Boda Bernadett egyébként szintén erdélyi származású, ami könnyebbé tette a munkát: rögtön összehangolódtunk, nagyon élveztem a közös munkát.

– *Mi alapján választottad ki Johnny repertoárjából azt az egy dalt?*

– Nehéz volt, mert több szerzeményénél is fel-felcsillant a szemem. Végül azért esett erre a számra a választásom, mert tetszett, hogy van benne egy nagy váltás: az eleje lassú, utána viszont begyorsul, pörgős lesz. Azt gondolom, hogy igazán hozzám illő.

– *A szövegírásba, a klip kompozíciójába, felépítésébe mennyire szóltál bele?*

– Ragaszkodtam hozzá, hogy ne csak a szerelmi kapcsolatokra legyen ráhúzható a dal szövege, hanem lehetőség szerint minden kapcsolatra. A klip forgatásakor is abszolút figyelembe vették a kéréseimet. Ilyen volt a nagy zenei váltás hangsúlyozása képileg, színészi játékban. Ugye először egy síró, összetört lányt láthatunk, majd pár snitt után egy magabiztos, bátor énekest. A sok színhez, az izgalmas hátterekhez is én ragaszkodtam.

– *Hogyan fogadták a rajongók, a zenésztársadalom az új dalt?*

– Alapvetően mindenkitől dicsérő szavakat kaptam és a nézettség, a „like”-ok is arról tanúskodnak, hogy tetszett a közönségnek a dal. Szakmai berkekben is biztatnak. Most, hogy végre kész, túl vagyunk a premieren, nagy kő gördült le a szívemről. Alapvetően elég maximalista vagyok és mivel még nem rendelkezem kellő rutinnal, igen nagy volt rajtam a nyomás.

– *Van valami, ami kikapcsol és elfeledteteti veled a mindennapokat?*

– Alapvetően az éneklés, a közönség jelenléte és szeretete az, ami feltölt, de ez nyilván sok energiát is felemészt. Ami kikapcsol, az a festés és a hosszú séták a városban. Utóbbi



konkrét rituálé: gondolkodós sétának hívom, mert ezen alkalmakkor tudom rendszerezni a fejemben a gondolatokat. És persze ott vannak az ásványok: elolvasgatom, hogy melyik mire jó, válogatok közöttük, gyűjtöm őket. Ez is az egyik hobbim. De persze most minden inkább az éneklés irányába húz és ez még szerintem jó ideig így lesz.

– *Mi a következő lépés a karriered szempontjából?*

– Rengeteg a tervem, de mióta részt vettem a versenyben, nagyobb rá-

látásom van arra, hogy mi az, ami megvalósítható, elérhető. A Sztárban sztár leszek! magabiztosságot kölcsönzött nekem, de a korlátaim is megmutatta. Azt gondolom, hogy a következő lépés egy olyan dal kiadása, mely már dalszövegében is az enyém. De szeretnék a színészet világába is belekóstolni. A verseny alatt volt lehetőségem gyakorolni és úgy érzem, hogy ez is egy lehetséges iránya a pályámnak. Egy biztos: bármerre is visz az utam, az éneklés lesz mindig az első! ■

VELEJÉIG TÁNCOS

Jó, de mit dolgozol?

*– nem egyszer és nem is kétszer tették fel ezt a kérdést **Sáfrán Balázs**-nak, közvetlenül azután, hogy elmondta: hivatásos táncos. A válasz persze másodjára is ugyanaz: a fiatalember valóban tánccal, egész pontosan néptánccal keresi a kenyerét – még ha ez oly hihetetlenül is hangzik egyesek számára. Balázs nem veszi zokon a választ követő értetlenséget... Kevesen tudják ugyanis, mennyi munkát takar a hivatása: kemény, fizikai megpróbáltatás, rengeteg tanulás és nagyon kevés szabadidő a jutalma annak, aki ezt az utat választja. Balázs persze mindezek dacára is elhivatott: a táncban megtalálta azt, amit mások egy életen át keresnek: lehetőséget az önkifejezésre, a gondolatai átadására.*

Szöveg: Sebestyén Lilla
Kép: Molnár-Kiss Anikó

– Mikor kezdtl táncolni?

– Ez olyan evidens, már-már sorszerű dolog volt. A családom több szállal is kötődik a néptánchoz, az édesanyám jó pár évig vezette Csákerényben az óvodát, ahol a pedagógiai program fő eleme a néphagyományok ápolása volt. A bátyám is ropta: sokat jártunk a próbákra, előadásokra, ott lógtak nálunk a táncos barátok. Visszatekintve azt gondolom, hogy tetszett a közeg, az identitás, a világnézet. Persze, 7-8 éves fiúként ebből az ember nem

sokat ért, egyszerűen csak azt tudja, hogy jól érzi magát tánc közben, a próbák alatt.

– Mikor tudatosult benned, hogy ez több lesz hobbinál?

– Az Alba Regia Táncegyüttesnél kezdtem elsőosztályos kisiskolásként, és az évek során a tánc töltötte ki a szabadidőm nagy részét, állandóan körülötte forogtak a gondolataim. Én voltam az a fiú, aki még betegen is könyörgött az anyjának, hogy hadd menjen próbára. Tizen-négyszer lehettem, amikor pár fiúval karöltve elkezdtünk saját műsorokat összerakni és előadni: volt olyan eset, amikor külön tanárt is fogad-

tunk a próbákra felül. Ezek a barátok egyébként a mai napig meghatározzák a mindennapjaimat, együtt végeztük el a Magyar Táncművészeti Egyetem Néptánc tagozatát és a közös utunk a mai napig tart, néhányukkal egy hivatásos együttesben is táncolok. Utólag mérlegelve a helyzetet azt gondolom, hogy tinédzserként nem is kerülhettem volna jobb, megtartóbb, biztonságosabb közösségbe.

– Hivatásos táncosa vagy a Duna Művészegyüttesnek, tanítasz a Magyar Táncművészeti Egyetemen, vezeted a Százszorszép Táncegyüttest Martonvásáron. Nem mondhatjuk, hogy unatkozol. Mennyire nehéz megélni a tánc?

– Azt gondolom – annak ellenére, hogy egy igen belterjes, zártabb közösség a miénk –, igen sok a lehetőség benne. Persze nem egy álláskereső portálon fog szembe jönni az ajánlat, de előbb-utóbb megtalál az ismeretségek, a szakma révén. Én arra törekszem, hogy több lábon álljak. Most vagyok fiatal, hiszem, hogy most kell sokat



tanulnom, kitapasztalnom a szakma különböző szegmenseit. A színpadi tánc egyfajta átszellemülést, magasszintű koncentrációt, rengeteg fizikai munkát igényel, a tanítás által lehetőségem van más szemmel vizsgálni a táncot (ezáltal jobban megérteni), az együttesvezetés vagy együttesi munka pedig segít értéket adni a helyhez, ahol élek. Ezek a részek összeadódnak, kiegészítik egymást, több leszek azáltal, hogy mindegyikben részt vállalom.

– Az, hogy tanítani is szeretnél, mennyire volt evidens?

– Mindig is érdekelt. Külön érdekesnek találok, hogy nincsenek bevált receptek: ahogy minden csoport összetétele különböző, nekünk is változtatni kell a módszereinken. Ami az egyik osztálynál beválik, nem biztos, hogy a másiknál is be fog. A táncértelmezést, azon belül is a mozdulatelemzést nagyon érdekesnek találok. Tanárként más szempontok szerint és több oldalról kell megvizsgálnom egy adott mozdulatot, mint táncosként. Ráadásul azáltal, hogy el kell magyaráznom, én is jobban megértem, átlátom.

– Mennyi néptáncost bír még el a hivatásos szakma? Vannak elegendő?

– A Magyar Táncművészeti Egyetemen háromévente indul néptánc szakirányú képzés, a hivatásos tánc együttesek profi utánpótlás képzésének céljából. Az eddigi tapasztalatok szerint körülbelül az évfolyamok hetven százaléka el tud helyezkedni hivatásos tánc együtteseknél, színházaknál. Leginkább a hivatásos néptánc együttesek „szívják fel” ezeket a pályakezdőket – három nagyobb van Magyarországon –, ahol viszont folyamatosan szükség van az utánpótlásra. Tudni kell, hogy a hivatásos tánc – a szervezetre való hatása tekintetében – olyan, akár az élsport: 30-40 éves kor között a legtöbben abbahagyják, mert a test már nem bírja a terhelést. Ettől függetlenül egy együtteshez való csatlakozás – ha nem is több évtizedre szól – nagyon fontos egy táncos éle-



tében szerintem, olyan rutinra tehet szert az ember, amit máshol nem kap meg. Bízom benne, hogy a jövőben is lesz igény a képzett utánpótlásra, és – ezesetben – a hivatásos lehetőségek bővülése nem megy majd a minőség rovására.

– Ha már itt tartunk, a Százszorszép Táncgyűttes egy viszonylag új feladat az életedben. Mi sarkallt rá, hogy elvállald a társvezető szerepét, ha a hivatásos tánc ennyit kivesz belőled?

– Azt gondolom, fontos, hogy ahol az ember él, létezik, ott bekapcsolódjon a helyi kultúrába is valamilyen módon. Tavaly a feleségemmel már tudtuk, hogy Martonvásár lesz az a hely, ahol letelepedünk, családot alapítunk, így amikor megkerestek ezzel a lehetőséggel, ez lebegett a szemem előtt. Másrészről ez egy nagy hagyományokkal bíró együttes, amit megtiszteltetés tovább vezetni... Még ha nem is mozgok olyan ismerős terepen.

– Mire gondolsz?

– Nem minden a táncról és a tanításról szól, ugyanolyan lényeges eleme ennek az egésznek a közösségépítés, a rendezvények szervezése. Nagyon gyerekpőben járok ezzel kapcsolatban. Másrészt borzasztóan kíváncsi is vagyok, hogy mimindent lehet kihozni a feladatból. Tavaly



ősszel vettük át a vezetést, mostanra jutottunk el odáig, hogy van egy kezdetleges koncepciónk. De folyamatosan tanulunk.

– A koronavírus miatti járvány ráadásul egy plusz nehezítést jelentett, gondolom.

– A vírus az egész táncos közösséget megrendítette mindenféle szinteken. A legnagyobb lenyomatot talán az utánpótlás képzésben fedezhetjük fel, illetve együttesi szinten bomlasztotta a jól összeszokott közösségeket is. Gondoljunk csak bele: adott egy fiú, aki eddig ott volt a táncházakban, a próbákban, de van más egyéb elfoglaltsága is, amit ez idő alatt ott-honról egyedül is tudott űzni. A vírus miatt elmaradnak a próbák, elkezd másra koncentrálni, másba időt fektetni. Ő már nagy eséllyel a vírus lecsengése után sem fog visszatérni a néptáncba. A helyi hagyományokat őrző, néptáncos szervezetek pont ezért nagyon megsínylették ezt az időszakot. Jobban is talán, mint más közösségek, hiszen esetünkben nem csupán a tánc a fontos, a közeg, a társaság pont ugyanolyan lényeges.

– Ha már helyi hagyományokról beszélünk: mennyire volt szempont részedről, hogy a néptánc által hagyományt őrizhetsz?

– Ezzel mindig bajban vagyok, már csak azért is, mert úgy gondolok a néptáncra, mint egy nagyon is élő, kortárs táncra. Persze, van egy archaikus jellege, de ha belegondo-

lunk, nem is olyan régi, mint ahogy képzelnénk. A legtöbb táncot 1930-1940-es felvételek, némafilmek alapján próbáljuk rekonstruálni. Ekkor alakultak ki a modern táncok gyökerei is. Természetesen vannak korai gyűjtések, leíratok az 1800-as évekből is, de az, amit mi ma táncolunk, nem évszázadokra nyúlik vissza, csupán évtizedekre. A különbség abban keresendő, hogy megváltoztak a néptánc formálódását meghatározó külső tényezők.

– Nemrég apuka lettél, pár hónapja született meg a kislányod. Három nagy szerelemnek kell most helyet szorítanod az életedben. Hogyan sikerül ezt a feladatot megoldani?

– Ami azt illeti, csodás tapasztalás ez számomra. Nagyon érdekes, ahogy Panna napról napra fejlődik, mindenre reagál, egyre több arckifejezéssel és történéssel örvendeztet meg minket. Másrészről – nyilván – hihetetlen mértékben viszi el a fókusz, az ember hirtelen elkezd máshogy gondolkodni: időbeosztást átalakítani, új értékrendet felállítani. Igyekszem minél több időt vele és a feleségemmel tölteni, de egy táncosnál nyilván kevés a szabad hétvége. De ezt váltuk, tudtuk.

– Vannak terveid a jövőre nézve?

– Most elég sok szálon futnak a dolgaim, így a legfőbb célom, hogy megtaláljam az áldásos egyensúlyt. Ha ez sikerül, már boldog vagyok. ■

Sáfrán Balázs díjai:

- 2012. Ezüstpitykés Táncos
- 2017. „Az évad legjobb végzős táncosa” – Magyar Táncművészek Szövetsége
- 2018. „Az évad legjobb pályakezdő táncművésze” – Magyar Táncművészek Szövetsége
- 2019. Aranysarkantyús táncos
- 2021. Kétszeres Aranysarkantyús táncos
- 2021. Junior Prima Díj
- 2022. Fülöp Viktor Táncművészeti ösztöndíj

REGŐCZI ALAPÍTVÁNY

Kevés olyan ember van, akit a koronavírus okozta világjárvány miatt ne ért volna veszteség: egy rokon, egy barát, vagy egy ismerős... Riasztó, hány élettől kellett búcsút venni. A maga nemében mindegyik hullám tragikus volt, de a harmadikban rengeteg gyermek maradt árván, vesztette el egy vagy mindkét szülőjét. Egy évvel ezelőtt, márciusban már látszott, hogy ezeknek a gyerekeknek segítségre van szükségük. Erre az igényre reagálva hozta létre Áder János volt köztársasági elnök és felesége a Regőczi Alapítványt.

Szöveg: Sebestyén Lilla
Kép: Regőczi Alapítvány Archívuma

Dr. Herczegh Anita – aki a szervezet kuratóriumának elnöke – elmondta: eddig több, mint 1500 megkeresés érkezett hozzájuk, ami 700-800 bajba jutott családot jelent. A történetek nagyon változók: van, ahol két gyerek, máshol hét maradt támasz nélkül. Egyes családok szó szerint azért küzdenek, hogy túljussanak a mindennapokon, máshol a legidősebb gyermek a felsőfokú tanulmányait nem tudja folytatni, mert ő lett testvérei gyámja. Ezen élethelyzetek megoldására nem lehet egy állandó „receptet” alkalmazni, épp ezért az alapítvány családokra bontva, rászorultsági alapon állapítja meg és utalja ki a támogatásokat.

A kuratórium elnöke elárulta, a munkájuk elején, 2021-ben nagyon nehéz volt keretet adni a támogatásnak, hiszen nem tudhatták, hogy pontosan hány gyermek szorul segítségre és mennyi pénzből gazdálkodhatnak. Épp ezért eleinte egyszeri, nagyobb

összegű gyorssegélyt bíztosítottak. Ettől az évtől azonban háromhavonta rendszeresen utalnak, valamint bíztositanak nyáron és az évvégi, ünnepi időszak közeledtével plusz anyagi támogatásokat is. Fontos, hogy az alapítvány nem a 18. életévét még be nem töltött fiatalokat támogatja kizárólag, hanem azokat is, akik idősebbek, de még felsőfokú tanulmányaikat végzik.



A névadó: Regőczi István

Regőczi István (1915. október 5 – 2013. február 28.) római katolikus pap, címzetes prépost, „az Isten Vándora” – ahogyan egy paptársa nevezte.

Regőczi István a Somogy vármegyei Látványban született. Édesanyjától hallott a boldoggá avatott Don Boscóról, és már fiatalon megfogalmazódott benne a vágy, hogy egyszer ő is a nehéz sorsú gyermekek – a prépost szavaival élve: „sasfókák” – pártfogójává váljon. Regőczi gyermekkorára egy jó részét Belgiumban töltötte, itt is szentelték pappá 1943-ban. Hivatását a háború sújtotta Magyarországon kezdte el gyakorolni: több gyermekotthon alapítása is a nevéhez köthető, az elsőt 1943 tavaszán, Pestszenterzsébeten hozta létre.

Számos templomépítést kezdeményezett, kísért végig és több mint húsz kiadott írást köszönhetünk neki. Küldetésétől az sem tántoríthatta el, hogy több alkalommal is letartóztatták 1949 és 1973 között, és négy évet börtönben, közel másfél évet fegyházban is töltött.

Regőczi atya életének 98. évében hunyt el. Jelmondata: „Mindent a sasfókákért, a sasfókákat Istenért!”



A Regőczy Alapítvány munkáját jelenleg öt munkatárs segíti, köztük olyan is van, aki maga is érintett – három gyermekkel maradt egyedül –, épp ezért maximális empátiával fordul a támogatást igénylők felé.

Nagyon sok megkeresés érkezett olyanoktól is, akik önkéntesként állnának az ügy mellé – de ahogy ezt dr. Herczegh Anita hangsúlyozta – mivel a munka oroszlánrészében személyes adatokkal dolgoznak, sajnos az alapítványnál nem tudnak önkénteseket fogadni.

Viszont más módja is van a segítségnyújtásnak: a szervezet honlapja egyfajta kapcsolódási pontként, fórumként szolgál majd a felajánlók és a rászorultak között. Így találkozhatnak az igények és a lehetőségek – tudtuk meg. Ilyen formában célzottan lehet majd segíteni a családoknak: tanszercsomaggal, üdülési lehetőséggel, eszközökkel, vagy bármi mással, amire szükség van.

Az alapítvány most újabb kihívások elé néz, hiszen a háború miatt az emberek más területekre fókuszálva jótékonykodnak, ami – ahogy Herczegh Anita is fogalmaz – teljes mértékben érthető. A munkát azonban nem adják fel: céljuk, hogy minél több támogatót nyerjenek meg az ügynek!

A Regőczy Alapítványt a 13650-as adományvonal hívásával is lehet támogatni!



Sokszor félreértik az adományozás és a jótékonykodás fogalmát. Adományozni nem a saját feleslegessé vált tárgyaink lomtalanítását jelenti, hanem olyan szervezet működik hazánkban, melyek közül mind valamilyen célcsoport megsegítésére jött létre. Vannak olyan szervezetek, akik pénzt gyűjtenek, vannak, akik élelmiszert, vagy tárgyi adományt, esetleg szolgáltatásokat kérnek segítségképpen ahhoz, hogy reagáljanak egy-egy problémára. Adományt gyűjthet minden olyan szervezet, amely hivatalosan be van jegyezve a bíróságon. Segítő kezet nyújtani, adni az egyik legjobb érzés. Próbáld már? Látni egy rászoruló arcán a megkönnyebbülést egy élelmiszer-csomag átadásakor, tanácsot nyújtani a bajban, jelzőfénynek lenni egy problémás élethelyzetben meghatározó érzés az ember életében, sokakat ez az élmény ösztönöz a pályaválasztáskor. Neked volt már ilyen élményed?

A kuratórium tagjai:

Dr. Herczegh Anita

bíró, a Magyar Máltai Szeretetszolgálat jószolgálati nagykövete, Áder János volt köztársasági elnök felesége, négy gyermek édesanyja

„Négy gyermekes édesanyaként a férjem oldalán már kilenc éve figyelem és támogatatom, óvom és segítem az arra rászoruló gyermekeket. Mert hiszem, hogy aki kézen fog egy gyermeket, máris tett valamit a jövőért.”



Prof. Dr. Bagdy Emőke

szakpszichológus, két gyermek édesanyja

„Aki az ilyen gyermekek közül egyet fogad be az én nevemben, engem fogad be...” /Márk Ev.9. 37/



Dr. Ürge-Vorsatz Diána

fizikus, a környezet- és környezetmérnöki tudományok doktora, a CEU professzora, hét gyermek édesanyja

„Személyes felelősségemnek is érzem, hogy a tudományos közösség nem volt képes a nyugati társadalmakon végigtaroló járványt megelőzni. Hétgyerekes édesanyaként a legjobban a megcsonkult családok tragédiáját élem meg, megtiszteltetés és enyhe gyógyír, hogy a szülőjét elvesztett gyermekek fájdalmának és gondjainak enyhítésében részt vehetek.”



Regőczy Alapítvány:
<https://regoczialapitvany.hu/>

„AZ AZ ÁLMOM, HOGY BEJÁRJAM A VILÁGOT”

Egyetemi tanulmányait szakította félbe Farkas Ágnes azért, hogy Németországba utazzon és külföldi önkéntes programban vegyen részt. Hét hónapot töltött Altenahrban, és ez az élmény olyan erős hatással volt az életére, hogy felsőoktatási tanulmányai is egészen más irányt fognak venni majd a következő félévtől.

Szöveg: Simon Rita
Kép: Farkas Ágnes archívuma

Ágnes 2021. július elejétől 2022. február elejéig volt Németországban. A lehetőséget szülőfaluja, Mártély testvértelepülése, Altenahr ifjúsági irodája ajánlotta a számára, ami európai önkéntes programot hirdetett.

– *Ha az időpontot nézem, a pandémia általi korlátozó intézkedések még jelen voltak Magyarországon és Németországban is.*

– Igen, amíg ott voltam, végig maszkot kellett viselnem, de ez nem tartott vissza attól, hogy kimenjek. Nem volt bennem félelem ezzel kapcsolatban, és kapva kaptam a lehetőségen, amikor felajánlották, ugyanis a pandémia miatt már lemaradtam előtte egy németországi útról.

– *Milyen feladatokat láttál el az önkéntes program során?*

– Két évvel ezelőtt, cserediákként voltam már az irodánál, akkor is ha-

sonló munkát végeztem, a gyerekekre kellett vigyáznom és játszani velük, emellett a hosszú hónapok alatt az ifjúsági iroda háttérmunkájába is besegítettem.

– *Mennyire volt nehéz vagy esetleg könnyű olyan gyerekekre*

vigyázni, akik idegen nyelven beszélnek?

– Szerencsére már az elejétől kezdve nagyon jól megértettük egymást, nyelvi nehézség nem adódott, konfliktushelyzet sem volt sem a gyerekekkel, sem a szülőkkel, sem a kollégákkal, minden rendben működött.

– *Úgy tudom, pont, amikor kiutaztál, árvíz volt a településen.*

– Amikor kiutaztam, hat napot tudtam dolgozni az ifjúsági irodában, az eredeti helyszínen. Sokat esett az eső és kiáradt a folyó. Konkrétan végignéztam az egészet annak a háznak az ablakából, ahol laktam. Mielőtt kiöntött volna a folyó, előző este a szakadó esőben álltunk az udvaron és raktuk a homokzsákokat a ház mellé, hogy ne vigye el a víz, de a kertet sajnos elvitte. Nagyon megrázott ez az egész lelkileg, most is kiráz a hideg és nem igazán tudok még róla beszélni. Az irodánál azt a lehetőséget is felajánlották, hogy hazamehetek, de végül úgy döntöttem, hogy maradok, és áthelyeztek minket egy másik településre. Az irodánál szinte minden héten elmondták, hogy büszkék rám, amiért nem jöttem haza.

– *Miért döntöttél úgy, hogy mégis maradsz?*

– Valamiért kötelességemnek éreztem, hogy segítsék nekik, és ne





2021 nyarán az általában sekély Ahr folyó a heves esőzések után hőmpölygő áradattá változott, autókat, lakókocsikat sodort el, elmosta a vasúti síneket és fákat szakított ki. A Rajna-vidék-Pfalz tartományban – ahol Altenahr-Altenburg is található – ez volt az eddigi legsúlyosabb árvíz-katasztrófa. A feltételezések szerint ez volt a legnagyobb esősáv, amelyet valaha megfigyeltek Németországban.



hagyjam őket ott a sok munka között közepén.

– **Mennyi szabadidőd volt kinn? Mennyire tudtál körülnézni az országban?**

– A hétfőigén kívül havonta kaptam 2 szabadnapot és ezeket az összegyűlt napokat két részletben

vettem ki, egyszer télen, egyszer pedig ősszel. Akkor elmentünk a fogadó családdal kirándulni, megmutatták Németország szép részeit. A környéket viszonylag jól ismertem, de ezeken az utazásokon gyönyörű helyeken túráztunk, sőt, a születésnapomon elvittek Tirolba, ezt kaptam tőlük ajándékba. Csodálatosak voltak a hegyek.

– **Ütköztél-e olyan nehézségbe, amire nem is gondoltál volna?**

– Én nem tudok ennyire spontánul élni, mint ők. Nem azt mondom, hogy nem terveznek semmit, de nagyon keveset. Nekem tudnom kell, mi, mikor történik és ők egyáltalán nem ilyenek. Ez az, ami nagyon furcsa volt és nehéz volt megszokni. Azért a végére belerázódtam.

– **Tervezed, hogy még kíméssz külföldre önkénteskedni?**

– Erősen gondolkodom rajta, igen. Természetesen visszavágyom Németországba is, de már kiskoromtól kezdve az az álmom, hogy bejárjam a világot. Úgy érzem, most van itt az ideje és nem később, amikor esetleg családom lesz, akkor már nehezebb lenne.

– **Mely országokban jártál eddig?**

– Családdal kirándultunk már Ausztriában, cserediák voltam nyolcadikos koromban Olaszországban, tizedikesként Hollandiában és 14 éves koromtól kezdve tagja vagyok

a németországi cserediák programnak, ahol most voltam. Cserediákként az iskola szervezésében 1-2 hetet töltöttünk az adott országban, családoknál laktunk, iskolába jártunk és programokat szerveztek nekünk.

– Mennyivel másabb egyedül menni külföldre, mint mondjuk az osztálytársakkal?

– Ha ott vagyunk többen, akkor számíthatunk egymásra. Nekem az volt a szerencsém, hogy olyan helyre mentem ki hét hónapra egyedül, ahol ismertem a leendő kollégáimat, hiszen cserediákként már találkoztunk, és tudtam, hogy számíthatok rájuk. Sok új embert megismertem ott, de a kezdetektől fogva tiszta volt, hogy jól kijövök velük. Az ottani volt kollégáimmal, kolléganőimmel mind a mai napig tartjuk a kapcsolatot, gyakran beszélünk egymással.

– Az egyetemi tanulmányaidat szakítottad meg azért, hogy ki-mehess külföldre?

– Igen, passzívtartottam azt az egyetemi félét, ami kimaradt, így oldottam meg. A társaim nagyon csodálkoztak, ugyanis anglisztika

szakra járok és a tanulmányaim helyett kiutaztam Németországba.

– Mennyire akasztják meg a kihagyott hónapok a tanulmányi időszakot?

– A tanulmányi időszakot annyira nem akasztotta meg ez a helyzet. Ha lehet ilyen mondani, hogy mi az, ami a legérzékenyebben érintett, amikor hazaértem, akkor az, hogy a gyerekek is és a felnőttek is magyarul beszélnek. Érdekes ezt így kimondani, hiszen 19 évet éltem Magyarországon, 7 hónapot pedig Németországban és még mindig van, hogy németül gondolkodom és ez annyira idegesítő. Most, hogy visszamentem angolra, azt is úgy beszélem, hogy először kigondolom németül, mit szeretnék mondani, aztán elmondom angolul. Meg is kaptam némelyik tanáromtól, hogy nagyon németes szerkezetben beszélem az angolt.

– Álmodtál németül kinn?

– Igen, és van, hogy itthon is. Illetve azon is kaptam már magam, hogy amikor egyedül vagyok és gondolkodom valamin, azt is német nyelven teszem. Gyerekekkel foglalkoztam kinn, és itthon is tanítom a gyere-

Ágnes javarészt az irodával való kapcsolattartásnak köszönhetően tanulta meg a német nyelvet, amelyhez nagyban hozzájárult a hét hónap kinn lét, olyannyira, hogy hazatérte után letette a német felsőfokú nyelv-vizsgát.

keket néptáncra, és az első óránkon teljesen ledöbbsentem, hogy magyarul beszélnek. Nagyon furcsa volt és meglepett.

– Mi az, amit adott neked a külföldi önkéntesség?

– Rávilágított arra, hogy nem az angol szeretnék tovább foglalkozni. Már be is adtam a jelentkezésemet szeptembertől az óvodapedagógiára. Valahogy közelebb érzem magamhoz a gyerekekkel való foglalkozást, minthogy folytassam az angolt. Az biztos, hogy több és változatosabb elhelyezkedési lehetőséget biztosított volna, de úgy érzem, hogy a gyerekekkel jobb lesz. ■



EGY, KETTŐ, HÁROM... HATVANEZER FA EGYESÜLET

*Az egyesület
2019 júniusában alakult
meg és az azóta eltelt idő-
szakban a tagok jóval túlteljesítet-
ték az eredeti célt, vagyis azt, hogy
60.000 fát telepítsenek Békés-
csabára és környékére.*

Szöveg: Simon Rita
Kép: Hatvanezer Fa Egyesület archívuma

A nonprofit szervezet létrejöttét megelőzte a három évvel ezelőtti országosan elinduló fásítási program. Ulbert Zoltán is erről látott egy interjút a televízióban, innen jött az ötlet, hogy fásítsák ezt a kevésbé erdősült vidéket is. Facebookos felhívására számtalan szakember csatlakozott hozzá a városból és környékéről: erdész, élőhely specialista, vadgazdálkodó, gazda, tájgeográfus, természetvédő, méhész. Összeállt egy szakmai csapat, ami nagyon hamar összekovácsolódott és kezdetnek

Az egyesület legnagyobb tőkéjét az önkéntesek jelentik, akik mögött 30.000 munkaóra áll már, lelkesen gyűjtik a magokat, kapálnak, kerítést építenek, fát ültetnek, locsolnak.

Hatvanezer Fa Egyesület:
<https://hatvanezerfa.hu/>



vizes élőhely megőrzésével, ami 10-15 éve elkezdett egy útépités során és mára már vízimadarak tanyájává vált, illetve van egy öregerdő projektjük is. A kéthektáros területen 127 éves tölgyfák pihennek, szeretnék ezt érintetlenül meghagyni az utókor számára.

Eddig mennyi fát ültettek? Most már több mint 30 hektáron van a közösségük által létrehozott őshonos erdő, ezen a területen körülbelül 1 millió magonc nyújtogatja levélkéit a nap felé. Emellett több 10.000 facsemetét is ültettek indulásuk óta. Hogy mindez megvalósulhasson, közösségi adományok, cégek, magánemberek, gazdák, pályázatok támogatják az egyesület munkáját. A legnagyobb tőkét mégis az önkén-

meghatározták azokat az irányokat, amelyekben tevékenykedni szeretnének a jövőben. Az elején három cselekvési irányt határoztak meg: őshonos erdőfoltok létesítése Békéscsaba környékén, városi fásítások, valamint a környéken levő dűlők újra fásítása. Ez később kibővült még két iránnyal: egy 12 hektáros





A környezetvédelem területén működő szervezetek célja valamilyen természeti katasztrófa, vagy az emberiség által okozott károk enyhítése a környezetünkben, bolygónkon. A tiszta, élhető környezetért való küzdelem nem pusztán a szemétszedést jelenti, hanem komoly tudományos munka és elkötelezett harc. Ez a folyamat számos közös programmal, kirándulással, kutatómunkával tarkított eseményekkel valósul meg, mely során a civil szervezetek tagjai, önkéntesei élhetővé, fenntarthatóvá teszik környezetünket. Ha számodra is fontos környezetünk megóvása, vagy érdekel, mivel is foglalkozik egy környezetvédelmi szerv, érdemes felkeresned a megyében működő Civil Központot, aki biztosan tud segíteni abban, hogy hol találod őket és akár az 50 órás iskolai közösségi szolgálatod is el tudod náluk szórakozva tölteni.



Őserdő Program: Eddig 5.000 makkot gyűjtöttek az egyesület önkéntesei. A közösséggel együttműködve egy klímaturatos gazda ajánlotta a köznek 3,5 hektáros területét, ahol a közösség 300.000 makkot vetett el. 2020 és 2021 folyamán az egyesület további 14 hektár erdőt hozott létre.



tesek jelentik, akik mögött 30.000 munkaóra áll már, lelkesen gyűjtik a magokat, kapálnak, kerítést építenek, fát ültetnek, locsolnak. Mi sem bizonyítja jobban az összefogást, mint az, hogy tavaly az utóbbi 120 év legszárazabb időszaka köszöntött a városra és Békéscsaba kiszáradt. Ennek ellenére naponta több száz ember kannákkal, vödörrel felszerelve locsolta az elültetett csemetéket, többen is a saját kútjukat

járatták, biztosították a vizet. Így legalább ezer fát sikerült megmenteni a kiszáradástól. Amikor megkérdeztük az egyesületet, mi az oka annak, hogy ennyi embert meg tudnak mozgatni egy-egy akciójukhoz, elmondták, hogy az itt élők erősen érzik a klímaváltozást. Békéscsaba és környéke agrárvidék, jelentős problémát okoz a kiszáradás és a szélviharok. Ezen a környéken ez hatványozottan van jelen, mint más, erdősebb

területen. A város mindig is különleges volt abból a szempontból, hogy számtalan közösségi megmozdulást jegyeztek fel már az 1700-as évektől kezdve, amikor Élővíz csatornát ástak a helyi férfiak, nők, gyerekek 14 km-en, vagy amikor felépítették közösen az evangélikus templomot. Úgy tűnik, a békéscsabaiak vérében benne van az összefogás, amit a Hatvanezer Fa Egyesület eddigi és ezutáni tevékenysége is bizonyít. ■

EGY PÖRGŐS (SA)

“ Farkas Bettinát nem kell bemutatni a sportrajongóknak, hiszen többször is felbukkan az M4 Sport csatorna tévéképernyőjén. Saját bevallása szerint kedvenc sportága a vízilabda és a női foci, a tavalyi évben pedig egy újabb területen próbálhatta ki magát: Nyaralj itthon! címmel utazási magazint vezetett, ami nem kis fizikai megterhelést jelentett számára, de minden percét élvezte.

”

Szöveg: Simon Rita
Kép: Farkas Bettina archívuma

– Hogyan kerültél a média világába?

– Édesanyám 1986-ban került a Telesporthoz, gyerekkoromtól kezdve bejártam vele és annyira elvarázsolt már akkor a hely, hogy gyerekként mondtam és tudtam, hogy én itt szeretnék dolgozni. Ennek megfelelően is folytattam a tanulmányaimat, a kommunikáció-médiatudomány szakot a BGE külkeren, a mesterdiplomát a Corvinuson végeztem el. Az volt a szerencsém, hogy amikor lediplomáztam, megszűnt a Telesport és létrejött az M4 Sport, kerestek új embereket, oda-kerültem gyakornokként szinte a megalakuláskor, majd pár hónap múlva felvettek. Ennek már 7 éve lassan és azóta is itt vagyok.

– Akkor nem a sportos múltad, hanem a szülői példakép vitt erre a pályára?

– Igen, ez szülői példakép. Gyerekként nagyon sok sportot kipróbáltam hobbiszinten, végül a táncnál kötöttem ki. A bátyám birkózó, rengeteg versenyére jártam. A legnagyobb élményem a sporttal kapcsolatban az volt, amikor a riói olimpián a birkózószőnyeg szélén szurkolhattam és utána meginterjúvoltam a versenyzőket.

– Gyakorlatilag a gyerekkori álmod vált valóra azzal, hogy azt csinálod, amit szeretsz?

– Tudatosan készültem erre a pályára, a régi gyerekkori rajzaimon is kamera előtt, mikrofonnal ábrázoltam magam. Hiszek a vonzás törvényében, ha az ember vizualizál vagy tudatosan szeretne valamit és tesz is

érte, akkor azt el lehet érni. Nálam ez a pálya tényleg egy gyerekkori álom volt.

– Melyik sportágak vonzanak téged a munkád során?

– A vízilabda abszolút szerelem lett útközben, nagyon szeretem rajongás szinten is, mindig hálás vagyok, ha pályaszéli riporter lehetek az adott mérkőzésen. A másik pedig a női foci: van egy női labdarúgó magazin az M4 Sporton, aminek a műsorvezetője vagyok, szeretem azt a közeget. Szerencsére egyre több nő focimeccset is közvetít a csatorna, bajnokságot, válogatott mérkőzéseket.

– Ha már a női fociról beszélünk, mennyire jellemző vagy sem, hogy női riporternek dolgoznak a sportszakmában? Mennyire elfogadtak?

Bettina a környezetére is odafigyel. Csak olyan kozmetikumokat használ, amelyek vegyszermentes, vegán termékek, állati kísérletektől mentesek. Tisztítószerek terén is a természetes alapanyagokat tartja szem előtt: a nagymamák által használt szódabikarbóna és ecet megtalálható a háztartásában. Ha boltba megy, viszi magával a textil bevásárlószatyrot és a tasakokat, szerinte is felesleges műanyag zacskót használni, ha van környezetbarátabb megoldás is.

– Azt látom, hogy egyre több kolléganőm van és most már itt is egyenrangú félként tekintenek ránk. Igenis tud egy nő jól felkészült, jó sportriporter lenni vagy akár műsorvezető. Mérei Andrea és Berkesi Judit a két példaképem, utóbbira mentorként is tekintek, mert a női foci magazinban együtt dolgozunk, nagyon sok tanácsot kapok tőle. Szerintem az egész ország szereti és elismeri őket a szakmában.

– Célok esetleg az, hogy példakép legyél egy idő után?

– Nem az hajt, hogy példakép legyek. Szeretek jól tenni, szeretek jó dolgokért kiállni. Szerintem sokan vágyanak az elismerésre ebben a szakmában és ritka az, amikor az ember visszacsatolást kap. Ha példakép nem is szeretnék lenni, nekem is fontos, hogy elismerjenek és kapjak pozitív visszajelzéseket. Például amikor tavaly a Nyaralj itthon! turisztikai magazint forgattuk az M1-nek, volt, hogy egy boltban a pénztárnál fizettem és megjegyezték, hogy mennyire klassz a műsor és követik, vagy odajöttek hozzám az utcán és biztattak. Nekem már ez is bearanyozza a napomat.

– Térjünk is rá a Nyaralj itthon! című műsorra. Ahogy belenéztem, a sport ott is jelen van, az aktív szabadidő eltöltése kapott hangsúlyt.

– Igyekeztünk minden korosztályt megszólítani. Egyrészt bemutattuk a várost, a települést, amit sétával, egyszerű túrával is lehet teljesíteni, de nagy hangsúlyt kapott a sportolási lehetőség is. Sportolókat szólítottunk meg, akik az adott település közelében éltek.

– Mennyire volt megterhelő fizikálisan számodra a forgatás a különböző sportágak kipróbálása során?

– Nagyon megterhelő volt, esténként nem kellett aludni. A kalóriaszámláló az órám dupla, tripla edzésnyi számokat mutatott, mert egy nap két adást forgattunk le, ami

két külön tevékenység kipróbálását, bemutatását jelentette. A legkimerítőbbek a mászások voltak, amikor kalandparkba küldtek. Annyira tartanom kellett magam, hogy eljussak egyik helyről a másikra, teljesen kimerítő volt.

– Melyik tetszett a legjobban és a legkevesbé a kipróbált sportok közül?

– Amitől a legjobban féltem az a siklóernyőzés volt, de örülök utólag, hogy bevállaltam tandemben, hiszen életem egyik legjobb élménye lett végül. Ami a legnehezebben ment, az a wakeboard. Mindig kb. 10 percem volt a felvétel előtt egy gyorstalpalón megismerkedni az adott

sporttal, és annyira nem ment, hogy amint felálltam a deszkára és elindultam volna, azonnal beleestem a vízbe. Körülbelül a huszadik alkalommal sikerült elmennem egy kanyarig, ez került be az adásba. Egyébként nagyon tetszett, de elég maximalista vagyok és csalódásként élttem meg azt, hogy nem jött össze elsőre. Ami a legkevesbé tetszett és nem is próbálnám ki többet soha az a Kis-Balatonnál egy élményparkban az ejtőtorony. Bekötöttek a szerkezetbe, ami 50 méter magasra felment, majd hirtelen leejtett. Őszintén szólva nem tudtam, hol volt a gyomrom abban a pillanatban, nem volt jó érzés. Amit vártam, hogy kipróbáljak, az a jet-skizés volt Abádszalókon, a Tisza-tónál. Hatalmas élmény volt, bármikor újra próbálnám és most már valószínűleg nyabban is mennék vele.





Bettinna majd ki csattan az energiától, ami a környezetére is folyton átragad. Hogy mi okozza ezt? A sportriporter minden hétköznapi reggel az edzőteremben kezd, szereti a csoportos és a súlyzós edzéseket is, az interjúnk napján futással kezdte a napot.

– *Napi két forgatást mondtál, ez eléggé megterhelő. Mindemeltet mennyire sikerült megismerned az adott várost, települést, amit bemutattatok?*

– Feszített volt a tempó, egy városban általában négy-öt órát töltötünk. Én szerencsés vagyok, mert nagyon sokat utaztam a nagyszü-

leimmel és azt gondoltam magamról, hogy jól ismerem az országot, de olyan helyekre is eljutottam, mint például az Őrség, ahol soha nem voltam és nem is volt tervben a közeljövőben, viszont tökmagolajat préseltem, készíthettem a helyiekkel, ami nagyon tetszett. Kalocsa jut még eszembe, ahol mind a mai napig nagy hagyománya van a néptáncnak, és nagyon jó volt látni és hallani, hogy többszáz gyerek jár néptáncolni és megőrzi ezeket a hagyományokat. Ilyen szempontból is rengeteget tanultam az országról, olyan helyekre eljutottunk, annyi rejtett kincset fedeztünk fel, hogy az ember nem is gondolta, hogy Magyarország van. Sok szép helyen jártunk.

– *Akkor elmondható, hogy a munka és a szórakozás egybevágtott ennél a műsornál?*

– Nagyon élveztem, rengeteg plusz energiát adott nekem. Napi 10 órás forgatás után is mosolyogni kellett a kamera előtt, de mivel annyira élveztem, ez nem okozott gondot és őszinte volt a mosolyom még a nap végére is. A kollégák is megkérdezték: hogy csinálom, hogy még mindig mosolygok? Úgy, hogy én ezt tényleg élveztem és nagyon testhezálló volt szinte minden feladat.

– *Munka terén még milyen kihívások állnak előtted a közeli és távoli jövőben?*





– A Miniszterelnökség felkérésére készíték kisfilmeket majd. Ami a sportot illeti, nyár elején lesz a vizes világbajnokság itthon, ami 2017-ben nekem szintén nagy élmény volt. Volt egy saját rovatom, napi 2-3 perces magazin, bejártam a helyszíneket, sportolók, szurkolók közé mentem. Szeretném, ha ez a mostani VB-n is megvalósulhatna. Nyáron tele leszünk multisport EB-kel, illetve a női fociban most lesz a Magyar Kupa, illetve a bajnoki döntő.

– **Elég mozgalmas életet élsz ezek szerint...**

– Nem is tudok megülni egy helyben. Nem próbáltam még irodai munkát, ez az első munkahelyem, de teljesen nekem való. Nagyon szeretem, hogy ilyen mozgalmas, nagyon pörgős csaj vagyok. ■

Bettina a pandémia időszakát tanulásra és főzésre használta fel. Ki sem lehetett robbantani a konyhából. Körülbelül 1,5 évvel ezelőtt áttért a vegán étrendre, vagyis nem eszik állati eredetű élelmiszert. Saját maga főzi az ételeit, házi szója joghurtot, tejet, zabpehelyből és zablisztból zsemleket készít.

A konyhában teljesen meditatív állapotba kerül, kikapcsolja a főzést. Szerencsére zöldség alapú étkezésről van szó, így hamar elkészül, egy óránál többet nem hajlandó a konyhában tölteni. Bettina a saját környezetében is látja, hogy mennyi feldolgozott élelmiszert veszünk magunkhoz. Egy-egy forgatási napon a kollégák is azt eszik, amit éppen a helyszínen meg tudnak vásárolni, ő viszont hozza magával a dobozában a finom étkeit. Párját 50 százalékkal sikerült áttérítenie a vegán életmódra, nagymamája és édesanyja is egyre egészségesebben táplálkozik. Farkas Bettina tervei között szerepel, hogy a későbbiek folyamán egy vegán főzőblogot indítson a YouTube-on. Amióta áttért a sportriporter a vegán étrendre jobban alszik, több energiája van, sokkal jobb a közérzete, mert a zöldség alapú ételek sokkal kevésbé terhelik a szervezetét.



MÁTRIX KÖZHASZNÚ ALAPÍTVÁNY



A szegedi alapítvány célja, hogy tevékenységével csökkentse az egyes társadalmi rétegek közötti szakadékot, hiszen egymás mellett élnek a nagyon jómódban és a mély-szegénységben élő emberek. A 2003 óta működő szervezet évente 10.000-nél több kisgyermeknek, nagycsaládnak, idősnek nyújt támogatást, évről évre sikerül összefognia a lakossággal, hogy ez a cél megvalósulhasson.



Mátrix Alapítvány:
<https://matrixalapitvany.hu/>

Civilek és pályaaorientáció? Összefüggenek?

A pályaaorientáció a megfelelő önismertet megszerzésével kezdődik. Mik az erősségeid, miben vagy esetleg gyengébb, és itt nem elsősorban tantárgyakra gondolunk. Mik a fő készségeid, érdeklődésed, mi az, ami már esetleg kisgyerekként is érdekelt? Ahhoz, hogy megismerd a képzettségednek és elképzeléseidnek megfelelő szakmákat, remek lehetőség a civil szervezeteknél eltöltött idő önkéntesként, vagy iskolai közösségi szolgálat keretében. Egy ilyen közösségben megismerheted a képzési lehetőségeket, a munkaerőpiaci helyzetet. Megtudhatod, hogy mekkora az adott területen a túlképzés, vagy milyenek az elhelyezkedési lehetőségek.

Szöveg: Simon Rita
Kép: Mátix Alapítvány archívuma

Az egyik jelmondatuk az „Együtt csodákra vagyunk képesek!” Ezzel hívják fel az emberek figyelmét arra, hogy nyitott szemmel járjanak, hiszen mindig van valaki, aki egy kicsit tud segíteni és együtt mindent meg lehet oldani.

Ez az elmélet bebizonyosodott, amikor nehéz anyagi helyzetbe került rengeteg család, mert a gazdasági válságkor számos munkahely megszűnt, vagy például vehetjük az elmúlt évek járványügyi időszakát is.

A Mátix tevékenységének fő irányvonalai a következők: a Centerke Adományozó Központ, a Számítógép Álom, a Mesedoktor és a Bohócdoktor, valamint a Szeretetcsoi program.

A saját tevékenysége mellett többször kapcsolódik be más szervezet projektjeibe, a „rakjuk össze, amink van és megváltjuk a világot” elv alapján. A Mátixnál úgy gondolják, jól együtt tudnak működni a szegedi civil szervezetek, támogatják egymást, és vallják is, hogy úgy tudnak életben maradni, ha segítik egymást. Hisznek az összefogás erejében.

Centerke Adományozó Központ

A Centerke Adományozó Központ heti két nap tart nyitva, ide várják adományként azokat a ruházatokat, cipőket, ágyneműket, ruhaneműket, mesekönyvet, játékot, bármi olyan használati tárgyat, ami jó állapotban van, és ők tovább tudják adni. A Centerkébe nemcsak családosok, kisgyerekesek, nyugdíjasok jönnek, hanem az ország minden részéből hátrányos helyzetű kisfalvak, települések önkormányzatai is, akik 50-60 zsák adományt elvisznek és helyben kiosztják, ugyanis nagyon sokan nem tudnak messzebből eljönni

Szegedre, ezért az önkormányzat vállal közvetítő szerepet.

Évente 3-4 alkalommal tartós élelmiszerosztást tartanak, amikor 300 család kap 6-8 kg-os egységcsomagokat, amiben liszt, tej, cukor, méz, édesség, tészta, sokféle konzerv van. Ezek egy részét lakosok, cégek adományozzák, nagy részét pedig saját költségéből finanszírozza az alapítvány. Jelenleg itt gyűjtik és osztják a háborús menekülteknek is a felajánlásokat.

Minden év augusztusában tanszerosztást tartanak, 500-600 Szegeden

és környékén élő gyerekek tudnak ezzel segíteni. Mindenféle tanszert, tollat, ceruzát, zsírkrétát, temperát, füzeteket, tolltartót, tornazsákot, sportcipőt, bármilyen sporteszközt, kinőtt tornaruházatot várnak az adománygyűjtő központjukba. Évente 10.000-nél több kisgyermeknek, nagycsaládnak, időseknek nyújt támogatást a központ.



Centerke:
<https://centerke.hu/>



Mesedoktor és bohócdoktor program

Gyerekklinikákon tartanak vidámító viziteket. A járványügyi helyzet ennek nem kedvezett, ettől függetlenül több alkalommal küldtek össze-

szállított csomagokat a klinikákra: lefertőtlenített mesekönyveket, színezőket, zsírkretákat, csörgőket és egyéb játékokat.



Bohócdoktorok:
<https://bohocdoktor.com/>



Számítógép Álom

A program célja, hogy olyan jól tanuló gyerekeknek segítsenek, akik nehéz körülmények között élnek és nincs pénzügyi keretük arra, hogy technikai eszközöket vásároljanak. A pandémia hatására a cégek, magánszemélyek felajánlották a nem használt számítógépeiket, laptop-

jaikat, monitorjaikat, billentyűzeteket, egereiket, amik eddig csak porosodtak egy raktárban selejtezésre várva. A Mátrix ellenőrzi a gépeket, csak utána kaphatják meg a gyerekek, akik nevében az osztályfőnökök jelentkezhetnek. Egész évben folyamatosan várják a jelentkezé-

seket, mindig tízszeres a túljelentkezés, mint amennyi eszköz a rendelkezésre áll. Az elmúlt két évben sikerült 300 számítástechnikai eszközt kiosztani, annyi felajánlás érkezett a Covid ideje alatt, így megtörtént az ötszázadik számítógép átadása is.



Szeretetcsoki program

A Szeretetcsoki programban a szervezet az összegyűjtött csokoládékat egy évben többször 80 gyerekkel juttatja el, amiből nemcsak a bent fekvő kisbetegek, hanem a dolgozók is kapnak. Véralóprogramokat is támogatnak Szegeden a csokikkal. Plusz boldogsághormont adnak a véradásokon a véradóknak és az ott dolgozóknak is. Ez nagy

segítség abban, hogy még több ember rábírjanak arra, hogy vért adjanak. Ezeken kívül jut a csokiból a Mikulás csomagokba is, minden évben 1.000 gyermeknek adnak csomagot, támogatnak vele önkormányzati táborokat, iskolai, óvodai, családi napokat, illetve aki adományt hoz a Centerkébe, őt is megajándékozzák egy tábla csokival. ■



Szeretetcsoki:
<https://szeretetcsoki.hu/>



Civil Községi Szolgáltató Központok:

Minden megyében és a fővárosban működik egy olyan civil szervezet, amely a civil területtel kapcsolatos megannyi kérdésben ingyen segít más szervezeteknek, illetve magánszemélyeknek, fiataloknak, időseknek, önkénteseknek. Klassz programokkal, rendezvényekkel várnak benneteket és náluk is tudsz önkénteskedni, hiszen számos területen működnek közre a közösséget és a megyei ügyeket érintő projektekben.





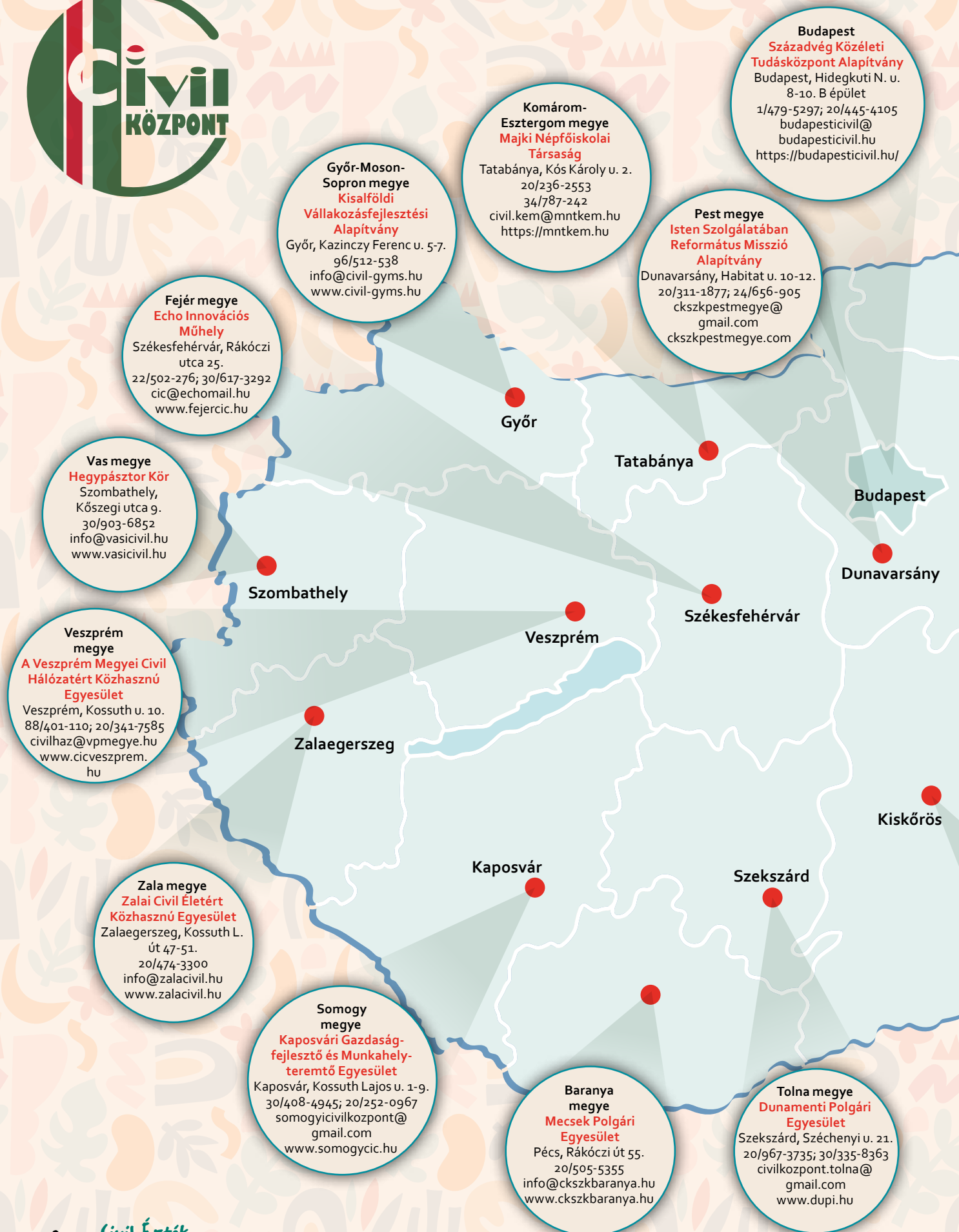
A Civil Közösségi Szolgáltató Központokat működtető civil szervezetek minden megyében és a fővárosban kialakították irodáikat és várják a tanácsra, segítségre szoruló civil szervezetek képviselőit, munkatársait, az érdeklődőket.



MINISZTERELNÖKSÉG



BETHLEN GÁBOR
Alapkezelő Zrt.





Nógrád megye
A „Háztartások
Foglalkoztatásáért”
Alapítvány

Salgótarján, Klapka Gy. u. 4.
32/786-740; 20/943-9366
nogradcivilkozpont@
gmail.com
www.nogradcivilvek.hu

Heves megye
Eger Sikéréért
Egyesület

Eger, Eszterházy tér 8.
36/798-009
civilinfo.eger@gmail.com
www.hevescic.hu

**Borsod-Aba-
új-Zemplén megye**
Esély és Részvétel
Közhasznú Egyesület

Miskolc, Széchenyi I. u. 12.
46/611-559; 30/921-5452
civilkozpont@erke.hu
www.erke.hu

**Szabolcs-
Szatmár-Bereg
megye**
Hierotheosz Egyesület

Nyíregyháza, Mártírok tere 9.
42/311-324
civilkozpontoszsb@gmail.com
www.szabolcs-cic.hu
www.hierotheosz.hu
www.kulhonicic.hu

Salgótarján

Eger

Miskolc

Nyíregyháza

Debrecen

**Hajdú-Bihar
megye**
Civilek a Fiatalokért
Egyesület

Székhely: Debrecen, Simonffy u. 21.
Iroda: Debrecen, Piac utca 69.
52/501-372; 30/228-6006
hbmcivilkozpont@gmail.com
www.civil-tanacsadas
.hu

Szolnok

**Jász-Nagykun-
Szolnok megye**
Contact Mentálhigiénés
Konzultációs Szolgálat
Szolnok, Baross út 56.
56/221-882; 20/322-7225
contact.szolnok@gmail.com
www.contactmksz.hu

Békéscsaba

Békés megye
Egyensúly AE
Egyesület
Békéscsaba,
Wlassics sétány 3.
20/264-4463
civilkozpontbekes@gmail.com
https://civilkozpont.
egyensulyaeegyesulet.
hu/

Szeged

**Bács-Kiskun
megye**
Főnix Kulturális és
Ifjúsági Egyesület
Kiskőrös, Szarvas utca 2.
(Szarvas Inkubátor Ház)
78/415-165
civilbacs@gmail.com
recic.hu

**Csongrád-
Csanád megye**
Tisza-parti Civil
Közösségekért Egyesület
Szeged, Klauzál tér 7.
62/258-559; 20/285-9355
civilcsongrad@
gmail.com
www.recic.hu/
csongrad

HOGYAN LEHET ÉPÍTKEZNI EGY TRAGÉDIÁBÓL?

– A Váradi család tudja a választ!

Szöveg: Sebestyén Lilla
Kép: Váradi család archívuma

Él Debrecenben egy háromgyermekes család, akik – bár tragikus körülmények között elvesztették mindenüket – olyan sok kedvességgel, jószándékkal és emberséggel találkoztak az átélt borzalmak után, hogy az teljesen felforgatta az életüket. Váradi Bálint Istvánnak és szüleinek a mai napig nehéz felidézniük a meg-rázó éjszakát, de kérésünkre megtették és ar-ról is beszéltek, mi minden történt velük az utóbbi három esztendőben.

A Váradi család életében igazi fordulópontra volt 2019. szeptember 13-a: a fancsikai tanyán álló házuk az éjszaka közepén lángra kapott, miközben a három gyermek és az anyuka édes álmát aludta a biztonságot, otthont jelentő, közel 100 négyzetméteres ingatlanban.

Váradi Tamásné Bálint Mária lélekjelölésének köszönhetően mindenki épségben kijutott az épületből: a két kislány a bejárati ajtón át távozott, míg Váradi Bálintnak, a legidősebb testvérnek már az ablakon kellett kiugrania. A hallássérült, akkor 15 esztendőes fiú rögtön a slaghoz szaladt, hogy mentse, amit tud, de erőfeszítései sajnos nem érték célta: a rövidzárlat miatt kialakult tűz elpusztította az egész házat, személyes tárgyaikkal, bútorokkal együtt. Egy élet munkája veszett oda és bár a veszteséget és a traumát semmissé nem tudja tenni, a Váradi családnak mégis gyógyírként szolgált a sebre az a sok segítség, amit kaptak.

– A helyi önkormányzat felajánlotta egy lakást, amibe beköltözhattünk és sorban jöttek az adományok: ruhák, bútorok, élelmiszer. Nem gondoltam volna, hogy ennyien segítenek – magyarázza Bálint. Édesanyja hozzáteszi: a helyi, karitatív munkát végző szervezetek mindegyike megkereste őket és segítettek, amiben csak lehetett.

– A tűzvész után megkérdeztük a gyerekeket, hogy mit szeretnének ezután: visszaköltözni Fancsikára,



A Váradi család



vagy új otthont, valahol egészen máshol? Egybehangzó volt a véleményük: menjünk haza! Szerencsénk volt, mert az egész ország összefogott értünk, még Nyíregyházáról is érkeztek vállalkozók, hogy segítsenek: rengeteg alapanyagot kaptunk az új ház felépítéséhez – ezt már Váradi Tamás, az édesapa teszi hozzá.

A család iránt érzett empátia olyannyira nagy volt, hogy az adományok folyamatosan érkeztek hozzájuk. Egy idő után annyi, hogy nem tudták felhasználni, így egy jó részét a bútoroknak, tartós élelmiszernek és ruháknak – a Debreceni Karitatív Testület közvetítésével – felajánlották

ták a rászorulóbb családoknak. Ez az a kapcsolat, mely a mai napig meghatározza mindennapjaikat.

Bálinttól megtudom, először a szülők kezdtek önkénteskedni, de aztán a gyerekek sorban csatlakoztak hozzájuk. Nem kényszer, vagy rábeszélés hatására, hanem azért, mert szívből segíteni akartak másokon azok után, amennyi segítséget ők maguk is kaptak.

A legidősebb testvér elárulja: havonta egy-két alkalommal egészen biztosan szüleivel tart és a lányok

A család iránt érzett empátia olyannyira nagy volt, hogy az adományok folyamatosan érkeztek hozzájuk. Egy idő után annyi, hogy nem tudták felhasználni, így egy jó részét a bútoroknak, tartós élelmiszernek és ruháknak – a Debreceni Karitatív Testület közvetítésével – felajánlották a rászorulóbb családoknak. Ez az a kapcsolat, mely a mai napig meghatározza mindennapjaikat.



Mária állítja, eddig is egy nagyon összetartó család volt az övék, de még erősebbé váltak a kötelékek a tűz óta.

szintén. Csomagokat állítanak össze, fuvaroznak, menekülteket igazítanak útba, ételt osztanak, vagy épp élelmiszert gyűjtenek naphosszat az egyik hipermarketben – és persze mindezt hétvégén, a szabadidejükben.

Mária állítja, eddig is egy nagyon összetartó család volt az övék, de még erősebbé váltak a kötelékek a tűz óta. Bálint imádja a húgait, ahogy ő fogalmaz: félti, óvja őket és felelősséggel tartozik értük élete végéig. A lányok pedig mindenben számíthatnak a bátyjukra. Az őket ért trauma természetesen végig kíséri az útjukat: hiába kaptak meg minden segítséget, továbbra is utcai ruhát húznak pizsama helyett éjszakába, ott van az ágy mellett a cipő, kabát, sapka, hogyha menni kell, legyen miben. A szülők elmondják, a gyerekek mindegyike járt pszichológusnál terápián, de egy ekkora trauma feldol-

gozása időbe telik. Egy következő lépcsőfokot jelenhet ebben a lelki munkában, amikor végre hazaköltözhetnek. Reményeik szerint még az idén befejeződik az építkezés Fancsikán. A család végül már egy meglévő, 75 négyzetméteres házat bővít ki, hoz helyre, hogy lakhatóvá váljon.

Az apa, Tamás elárulja, sok tűzvészben károsult család hullik szét a tragédia után, szörnyű történetekkel találkozhat, aki utána néz az interneten. Máriával azonban nem hagyták, hogy az a bizonyos szeptember 13-a az életük végét jelentse, mindig a következő lépésen gondolkodtak, a dolgok elébe mentek, hogy minél előbb rendeződjön a család helyzete.

– Ehhez persze nem mindenkinek van lélekjelenléte, ereje. Pont ezért – a gyerekek hívták fel rá a figyelmet egyébként – úgy gondoljuk, hogy érdemes lenne a közeli jövőben létrehozni egy alapítványt a tűzvészben károsult családok megsegítésére. Úgy hisszük, kell egy „mankó” ezeknek a rászorulóknak, és alkalmasabbat nem tudok a feladatra, mint magunkat, hisz ismerjük ennek az egész folyamatnak minden lépcsőfokát – mondja el az apuka, aki szerint ha ezzel segíthetnek, akkor készek átadni a tudást, amivel az elmúlt esztendőkből – ha nem is készségszerűen – de gyarapodtak. ■



ÉLETJEL MENTŐKUTYÁS KUTATÓEGYSÉG

Zagyvarékason, Szolnoktól nem messze működik az ország egyik legjobban képzett mentőcsoportja: bűvár, tűzoltó, alpinista, vízimentő, siklóernyős pilóta, orvos, de még barlangi mentő képzettségű önkéntesek is szegődtek a nagymúltú, 1994-ben megalakult csoporthoz. Tagjaik közt ráadásul nem csak két-lábúak kapnak helyet, sőt, a működés első éveiben kifejezetten a kutyák, a kutyásmentés volt az észak-alföldi csoport fő profilja.



ÉLETJEL Mentőkutyás Kutatóegység:
<http://eletjelmentocsoport.hu/>

Szöveg: Sebestyén Lilla
Kép: ÉLETJEL Mentőkutyás Kutatóegység archívuma



A mentőkutyák kiképzése minimum 3-4 évet vesz igénybe és utána is szükség van a folyamatos gyakorlásra.

Jelenleg három kedvenc segíti a csapatot: Smile a tacsó kutyus, valamint Colt és Trinity, akik labrador fajtájúak.

Turi László, a kutatóegység vezetője elmondja, katasztrófahelyzetben az állatok és a mentőkutyavezető egyenlő félként, társakként vesznek részt az adott szituációban. Munkán kívül viszont a kutyák abszolút házikedvencek: szere-



Tizenhat fővel dolgoznak jelenleg, ebből tizenegy az aktív, riasztható. A tagjaik mind önkéntesek, munka, család mellett vállalták, hogy szükséghelyzetben segítenek. Vezetőjük szerint a fő motiváció minden esetben az, hogy emberéletek múlnak rajtuk. Másrészt egy-egy szituáció megoldása komoly szakmai tudást kíván, amit kihívásként élnek meg – ez is arra sarkallja a társaságot, hogy egyre jobb és jobb legyen a saját területén.

működik Magyarországon, de mindenki a saját területi adottságaira koncentrálni tudását. Az ÉLETJEL abban a tekintetben különleges, hogy Smile kutya vízi kutatások alkalmával is bevetethető: az apró buborékokból felsza-

baduló szagmintát rendkívül elenyésző, így sok esetben a kutya nem is nyomot követ, csupán csak azt képes jelezni, hogy a keresett személy pontosan hol tartózkodik a vízben. Az ÉLETJEL Mentőkutyás Kutatóegység az eszközpark fejlesztésére is nagy hangsúlyt helyez: a különböző típusú és korú tűzoltóautókon túl telephelyükön drónt, repülőgépet, roncsvágót, ejtőernyőket, vízalatti

tenben, családban élnek, általában a vezetőjük „falkájában”.

Turi László elárulja, a kutya jelenléte egy-egy katasztrófahelyzetnél életet jelenthet. Az állatok segítségével sokkal előbb képesek megtalálni a roncsok alá szorult embereket egy földrengés, vagy cunami sújtotta térségben. Sok esetben találnak holttesteket is, ami kevésbé tűnhet fontos munkának, de valójában rengeteget jelenthet az érintett családnak, akik méltóképpen szeretnék elbúcsúzni szeretteiktől. A kutatóegység elnöke – aki maga is mentőkutyavezető – hozzáteszi: több, hozzájuk hasonló szervezet





kamerarendszert, de még csónakot is találai.

Az ÉLETJEL Mentőegység tagjait a legtöbbször a rendőrök riasztják, de mindenkinek módjában áll a segítségüket kérni. A csoport egyébként nem csak magyarországi bevetéseket vállal: ott voltak 2010-ben az albániai árvíznél, 2015-ben Nepálban és 2016-ban Ecuadorban is a földrengések után.

112. Te is jól ismered ezt a számot. Ha sürgősen orvos kell, ha tűz üt ki a közlekedésben, ha rendőri beavatkozásra, azonnali segítségnyújtásra van szükséged, már tárcsázni sem kell sokszor a számot, okoseszközeink egy gombnyomással gondoskodnak azonnali elérésükről. Tudtad, hogy a fenti szervek munkáját számos civil szervezet is segíti? Több ezer önkéntes tűzoltó egyesület segíti a hivatásos állomány munkáját és vannak jelen baleseti mentések, háztűzek, természeti katasztrófák esetén. Számos kutató és mentőegység civil szervezetbe tömörülve keres eltűnt személyeket „földön, vízen, levegőben”, speciális területen. Az egészségügyben tevékenykedő egyesületeknek, alapítványoknak pedig hatalmas szerepe van a prevencióban, a lakosság megfelelő információval való ellátásában. Sok esetben egy közösségként támogatják az egyéneket betegségeikben, nehéz élethelyzetekben és a gyógyulások, vagy a tragédiák is könnyebbem dolgozhatóak fel sorstársak, segítők környezetében.



Egy ilyen szervezetben rengeteget tanulhatsz, hiszen számos remek szakember határoz úgy, hogy közösségben, egyesült erővel még hatékonyabb tud lenni a hivatásában. Sok szervezetnél nem csak önkéntesek vannak, hanem munkavállalók is, ha már olyan nagy szükség van a munkájukra, hogy nem elegendő csak a szabadidejükben űzni a tevékenységüket. Ezért is remek lehetőség, ha egy-egy pályát civil szervezetnél önkéntesként, vagy iskolai közösségi szolgálat keretében térképezel fel, hiszen a saját döntéseidet is meghatározhatja egy ilyen tapasztalás.

A VILÁG SZUPER HELY

Pesti Balázs klinikai hipnoterapeuta rengeteg országban járt élete során, sok emberrel, kultúrával, hellyel megismerkedett, miközben belekóstolt az önkéntesség világába is. Azt mondja, hogy a világ szuper hely, és ha valakinek, akkor neki hihetünk. Hogy miért? Kiderül az alábbi beszélgetésből!

Szöveg: Simon Rita
Kép: Pesti Balázs archívuma

– **Hogyan, mikor kerültél az önkéntesség közelébe?**

– 2005-ben utaztam először Dél-Amerikába, Brazíliába. Egy dokumentumfilmet forgattak a Duna TV-nek és hozzájuk csapódtam a capoeira (brazil harcművészet, jellegzetes akrobatikus mozgáselemekkel) révén. Akkor egy hónapot töltöttem Rio de Janeioban, egy nyomornegyedben (favela). Volt egy gyermekekkel foglalkozó központ, ahol többször jártunk: rendet rak-tunk, takarítottunk, a gyerekekkel foglalkoztunk. Nem volt túl aktív a részvételünk, mert nem ez volt a fő ok, amiért kint voltunk, de ott már elkezdett érdekelni az önkéntesség. „A kék madár nyomában” című dokumentumfilm-sorozatot ekkor forgattuk és már valószínűsíthető volt,

hogy más ilyen akcióban is részt fogok venni.

– **És onnan hogyan folytatódott tovább a világ megismerése és az önkéntességhez fűződő viszonyod?**

– Izlandon éltem két és fél évet ezután nem sokkal. Akkor még bőven capoeiráztam és elkezdtem Reykjavikban capoeirát oktatni. Először teljesen önkéntes alapon, majd keresetkiegészítés lett belőle. A Duna Tv akkori egyik stábtagja eljött Izlandra forgatni arról, hogy egy magyar fiú brazil küzdősportot oktat északon. Az akkori capoeira mesterm kijött két alkalommal meglátogatni és tartottunk egy-egy nagyobb workshopot az izlandiaknak.

– **Milyen formában önkénteskedtél ezután?**

– Magyarországon, elsősorban állatmenhelyekre mentem el önkénteskedni, amelyet nagy kedvvel és szeretettel tettem. Annyiból állt, hogy állateledeleket vettem az éppen menhelyen lévő állatoknak, és amikor volt rá lehetőségem, akkor elvittem többedmagammal sétálni a kutyákat. Bármennyire is szerettem volna, sajnos örökre nem tudtam fogadni egyet sem, de édesanyámnak vidékre vittünk egy menhelyi kutyát régebben. Ezáltal ő is kedvet kapott, és amíg ideje, egészsége engedte,





ő is elvitte sétálni az ebeket. Azóta több kutya gazdája is volt. Nagyon sokat utaztam, vagy dolgoztam a világban. Sokszor jártam Dél-Amerikában, ahol felkerestem Uruguayt, Argentínát és Chilét, dolgoztam óceánjáró hajón, voltam Afrikában és a Csendes-óceán több szigetén is. Nem mindent az önkéntesség köré szervezve ugyan, de amikor volt lehetőségem, rövidebb-hosszabb projektekhez csatlakoztam, tapasztalatokat szereztem.

– Ha jól tudom, akkor forgattatok több, az önkéntesség népszerűsítését szolgáló anyagokat a fiataloknak a későbbiekben.

– 2019-ben, még a pandémia előtt egy nagyon agilis csapattal és egy egyesülettel összeültünk, és arról beszélgettünk, hogy ideje lenne megszólítani a fiatalokat az önkéntesség kapcsán. Így született meg az a tizenkétrészes sorozat, amelynek címe: „Önkéntesen a Kárpát-

medencében és azon is túl...”

Mind a mai napig játszva a huszonhatperces részeket az MTV. Ennek kapcsán sok helyen járunk a stábbal. Nemcsak a Kárpát-medencében, hanem Svédországban, Spanyolországban is. Az önkéntes munkáim közül legbüszkébb az „5 medve Mentőakcióra” vagyok, aminek keretein belül 5 medvét mentettünk meg Spanyolországból, egy bezárásra ítélt állatkertből. Elérhető a YouTube-on és ajánlom mindenki figyelmébe nagy-nagy szeretettel.

– Van érdekes történeted a forgatások, önkénteskedések kapcsán?

– Hogyne! Szinte csak az van. Minden egyes helyszín érdekes, meghatározó, lelkiileg feltöltő és egyben megterhelő is volt. Volt, ahol több

*Nagyon jó szívvel mondom a következőt mindenkinek:
Az utazásaim csak adtak nekem! Nagyon sokat tapasztaltam, tanultam belőlük. Nincs olyan része, amit megbántam volna még az is valami miatt úgy volt jó, ahogy megtörtént. Utazzatok, tapasztaljatok, lássatok világot, és legyetek ti is többek az önkénteskedés, az utazások és az önmagatokkal folytatott mély munka által.*

napot töltöttünk, volt, ahova többször visszamentünk és volt, ahol csak egy napot maradtunk. Segítettem szüretelni, árvákkal foglalkoztam, medvéket mentettem, önkéntes tűzoltónak álltam, a Tisza-tavat tisztítottam, mentőkutyás lettem, és még sorolhatnám. Önkénteskedni kaland és munka is egyben!



AZ 5 MEDVE MENTŐAKCIÓN
5 medvét mentettek meg Spanyolországból, akik hontalan-ná váltak, mert csődbe ment az állatkert, ahol laktak. Kilátástalan volt a helyzetük, mielőtt kimentek volna megnézni őket és Balázs elkezdte volna összeszervezni a csapatot.

Sok-sok segítségük volt és Balázs büszkén mondta, hogy ez még mindig Európa legnagyobb medve-mentő akciója volt. Mind az 5 medve azóta is békésen éldegél a Veresegyházi Medveotthonban, és akit érdekel a dokumentumfilm, annak a QR kód beolvasásával elérhetővé is válik egyből.

– **Mennyire megterhelő lelkileg egy önkéntes munka, önkéntes tevékenység?**

– Nem mindegy, mi motiválja az embert az önkénteskedésre. Van olyan, aki a saját útját, helyét keresi a világban és ez hajtja az önkéntesség felé. Úgy vélem, hogy minden önkéntes munka mögött van ilyen-olyan



önös érdek. Legyen ez a saját utunk keresése, a világ felfedezése, vagy akár ezáltal akarjuk magunkat értékesebbnek, hasznosabbnak érezni. Bármilyen legyen a tudatos, vagy akár a tudatalatti motiváció, lelkileg teljesen fel tud tölteni az ember, amikor segít. Megtanulja, mennyire jó adni, miközben ő is rengeteg mindent kap ezáltal. Azt javaslom, hogy nagyon nyitott szemmel, nyitott lélekkel, nyitott elmével menjenek bárhova is az önkéntesek. Sok esetben, amit egy-egy helyszínen vagy esemény során megtapasztalunk, csupán egy pici, szubjektív szelete a valóságnak. Azok az önkéntesek, akik például a háborús menekültek ellátásában, eligazításában segédkeznek valamely magyar civil szervezet vagy önkéntes csapat munkáját támogatva, sokkal empatikusabban látják a kiszolgáltatott és kilátástalan helyzetben lévő menekült családok sorsát – hisz maguk is megtapasztalják a viszonytásaikat, „belelátanak” a helyzetükbe. Egy ilyen megtapasztalás, az

empátia szellemisége az önkéntesek életére egyéb helyzetekben is pozitív hatással bír. Az önkéntes munka során bele tudnak helyezkedni abba a szituációba, amiben a másik ember van – jelen esetben abba, hogy milyen lenne, ha hirtelen kényszerből mindent hátrahagyva távoznia kellene Magyarországról. Neki is jól esne, ha valaki önzetlenül a segítségére sietne.

– **Neked mit adott az, hogy nagyon sok kultúrát, országot meg tudtál ismerni?**

– Miután elvégeztem az egyetememet, sűrűn kezdtem külföldre utazni. Akkor még nem voltam ezzel tisztában, pedig ennek a hatalmas elvágódásnak volt egy mélyebb oka is: saját magam keresése a világban. Tulajdonképpen ez egy menekülés volt a felelősségvállalás elől, és hogy fel kellene nőnöm, felnőttnek megfelelő életet élnem. Sokszor fel is mondtam azokon a munkahelyeken, ahol éppen dolgoztam, megmagyarázva magamnak, hogy ez nem én vagyok,





ez nem jó nekem. Aztán elutaztam és ugyanazt az embert, ugyanazt a gondolkodást hoztam haza, mint amivel elindultam. Nem feltétlenül jelentette azt a fajta felszabadulást, amire vágytam – de mégis, egyre közelebb hozott önmagamhoz. Nem volt könnyű, ám kellő motivációt jelentett ahhoz, hogy elinduljak. Minden, amit ezáltal átéltem és megtapasztaltam, az csak hozzám adott, több lettem általa.

Másként, sokkal szélesebb spektrumban látom azóta az embereket, hogy más kultúrákat, más világokat megismertem. Azáltal váltam elfogadóbbá, megértőbbé, hogy saját magam tapasztalhattam meg, milyen hely a világ valójában. Általánosságban véve ugyan, de a híradások, a média az ellenkezőjét szeretné velünk elhitetni. A világ alapvetően szuper jó hely, tele van csodával, tele sok-sok jó szándékú, segítő emberrel. Szinte bárkivel is találkoztam a hosszú évekig tartó utazásaim során, minden esetben

mosolygó arccal fogadtak és érdeklődők voltak. És ugyanúgy, ahogy mi itt a Kárpát-medencében kíváncsiak vagyunk arra, hogy milyen az élet bárhol máshol, ők is ugyanúgy kíváncsiak arra, hogy milyen lehet az európai élet. A beszélgetések és sztorik által ők is megtapasztalják, hogy talán nem teljesen olyan, mint amilyennek elképzelték a média közvetítése által.

Fontos megemlítenem, hogy úgy rendezkedtem be az életemben, hogy egy-két évet dolgoztam valahol, aztán valami hirtelen ötlet által vezérelve az összegyűjtött pénzemet elköltöttem utazásokra. Volt egy hatalmas váltás az életemben, amikor újra el akartam utazni itthonról már

sokadjára, és láttam hogy ennek túl sok értelme nincsen, mert olyan, mintha menekülnék valami elől. Elkezdtem mélyebben önmagammal foglalkozni egy hipnoterapeuta segítségével. Onnantól kezdtem el én is sokkal mélyebben, sokkal szélesebb körben, nemzetközi szinten is elismert módon foglalkozni a hipnoterápiával, amit a mai napig csinállok. Azóta a gyönyörű feleségemmel két fiúgyermekünk van. Pontosabban a cikk megjelenésekor már a második kisfiúnk is megszületik. ■

A KÉK MADÁR NYOMÁBAN

A dokumentumfilm-sorozat a boldogág titkát keresi. Rio de Janeiro természeti szépségei mellett arról is híres, hogy lakossága egyharmada a favelláknak nevezett, a hatóságok és idegenek számára megközelíthetetlen, fegyveres bűnözőktől hemzsező nyomornegyedekben él. És ami különös: ezek az emberek mégis boldognak mondják magukat. A Forgatócsoport elsőként nyert bebocsátást a Santa Tereza negyedhez tartozó Fogueteiro favellába és precdens nélküli képsorokat, vallomásokat rögzített a favella életéről. A lakosok között még magyarokat is találtak.



MAGYAR TARTALÉKOS SZÖVETSÉG



Magyar Tartalékosok Szövetsége:
<https://matasz.com/hun/>

Szöveg: Sebestyén Lilla
Kép: MATASZ archívuma

“ A Magyar Tartalékos Szövetség (MATASZ) azon dolgozik, hogy népszerűsítse az önkéntes honvédelem ügyét, a tartalékos katonai szolgálatot és betöltsön egyfajta híd szerepet a társadalom és a honvédség között. ”

A sorkatonai szolgálat megszüntetése az ország katonai erejének szempontjából fontos döntés volt, amely arra irányult, hogy a Magyar Honvédség kisebb állományú, de professzionálisan kiképzett szerződéses katonákból álljon, amelyet kiegészít egy ugyancsak kiképzett önkéntes tartalékos állomány.

Bár a szerződéses állomány létrejött és magas színvonalon látja el feladatait, a tartalékos rendszer sokáig kezdetleges maradt. Valójában

A Magyar Tartalékosok Szövetségét (MATASZ) 2001-ben hozták létre többek között azzal a céllal, hogy Magyarországon is legyen egy olyan szervezet, amely állami akkreditációval bír a NATO tartalékos szervezeteiben való részvételre. A Magyar Tartalékosok Szövetsége nem honvédségi, hanem civil szervezet: megyei, járási, kerületi szervezetei az ország minden részében elérhetők. A MATASZ nyitott: nem szükséges, hogy a tagok tartalékos katonák legyenek. Befogadja mindazon magyar állampolgárokat, akik elfogadják az alapszabályban meghatározott célokat és feladatokat, illetve munkájukkal segítik és részt vesznek a programokon, a hazafias és honvédelmi nevelés feladataiban.



csak 2010-től indult be az önkéntes – műveleti és védelmi tartalékosokból álló – rendszer. A MATASZ-nak jelenleg több ezer tagja van – férfiak és nők egyaránt – nyugdíjas katonák, önkéntes tartalékosok, fiatalok, valamint olyan polgárok, akik egyszerűen érdeklődnek a honvédelem ügye iránt.

A belépéshez mindössze egy nyilatkozatot kell kitölteni, nem szükséges semmilyen erőnléti képesség vagy katonai előképzettség.

A MATASZ-hoz csatlakozók egy olyan társadalmi szervezet, bajtársi közösség tagjai lesznek, amelyben egyenruhát hordhatnak, gyakorlatokra, lövészetre járnak, emellett segítenek az idős katonákon, a hadisírgondozásban és a katonai hagyományok ápolásában is.

A MATASZ részt vesz a Honvéd Kadét Programban is, mely lehetőséget biztosít a fiataloknak, hogy tanulmányaik alatt olyan izgalmas programokon vehessenek részt, mint a laktanyalátogatás, a paintball, az airsoft, a lasertag játékok, kalandtúrák és akadálypályás fog-

lalkozások. A formaruhát magukra öltve a Honvéd Kadét Program képviselőivé válnak, ami magával vonja azokat a követelményeket is, hogy az illető fegyelmezett, kitartó csapatjátékos legyen. A tanulmányaik

végére megtanulják a társaikat tisztelni, vezetni, de azt is, hogy milyen egy csapatban vezetve lenni. Ha a kadétek szeretnék, érettségi vizsgát is tehetnek honvédelmi alapismeretekből, amely által könnyebben

Te voltál már iskolai közösségi szolgálaton? Amikor azt mondják, teljesíteni kell az 50 órát, az elég nyomasztó is tud lenni. Ha azonban jobban belegondolsz, akkor ez egy soha vissza nem térő alkalom is lehet arra, hogy kipróbáld magad különböző területeken. Az itt szerzett tapasztalatokkal felvértezve a továbbtanulás is hatékonyabb lehet. Mit is kell tenned? A Civil Központ segítségével térképezd fel, hogy a számodra érdekesnek tűnő területeken milyen civil szervezet működik a településeden. Keresd fel őket, majd kezd meg a szolgálatot. Lehet, hogy 25 gyerek között jössz rá, a pedagógus pálya nem neked való. Elképzelhető, hogy faültetés közben jössz rá, hogy te mindig is a környezetvédelemmel akartál foglalkozni. A csapatszellem és a hivatástudat pedig átlengeti a közösségeket, akár csak a MATASZ-nál. Lehet, hogy benned rejtőzik a következő szakaszpáncsnok?





tudnak felvételt nyerni a Nemzeti Közszerződési Egyetem Hadtudományi és Honvédtisztképző Kar katonai alapszakjaira.

„Meggyőződésünk, hogy a fiatalok bevonását a hazafias és honvédelmi nevelésbe, a katonai jellegű tevékenységekbe korán kell kezdeni, már az általános iskolákban. Ezért ott vagyunk az oktatási intézményekben, iskolák-

ban is, a szabadidős képzésekben, a szakkörökben, a 'honvédsuliban', az 'apródképzésben'. Izgalmas, érdekes programokat szervezünk, megismertetjük a fiatalokat a katonai élet szépségeivel, szabályaival, technikai eszközeivel. Lövészeteket, versenyeket, próbákat, táborokat szervezünk. Tagjaink fegyelmet, rendet tanulnak, közösségekben fejleszthetik tudásu-

kat és szerezhetnek új ismereteket. Speciális programjainkon megismerkedhetnek a bűvárással, a repüléssel, a rádiózással, vívással, lovaglással, testépítéssel, küzdősportokkal. A MATASZ tagság a katonai szolgálatot később vállalni kész fiataloknak első lépcsőfoka lehet” – mondta el Széles Ernő nyugalmazott dandártábornok, a MATASZ országos elnöke. ■



KÜLFÖLDÖN EGY KICSIT MINDENKI MAGÁRA TALÁL

A Fekete Sereg Ifjúsági Egyesület célja egyszerű volt 1997-ben, amikor megalakult: a helyi, nagyvázsonyi fiataloknak hasznos szabadidő eltöltést biztosítani. Ez a cél huszonöt év alatt sem változott, mind a mai napig ezért dolgoznak – meséli a szervezet alapító elnöke, Kandikó Rita. 1998 óta működtetnek egy szolgáltató teret, ahova bejöhetnek a fiatalok minden héten hétfőtől péntekig délután 2-től fél 8-ig, és ott beszélgethetnek. Van ifjúságsegítőjük, akivel tapasztalatot cserélhetnek, van csocsóasztaluk, pingpong-asztaluk, külföldi önkéntesek, akikkel lehet beszélgetni és együtt lenni. Vagyis semmi mást nem csinálnak, csak meghallgatják a fiatalokat. Az egyesület 2006 óta nemzetközi önkéntes küldő-fogadó szervezet, eddig 205 magyar fiatalot juttattak el a világ 30 országába.

Szöveg: Simon Rita
Kép: Fekete Sereg Ifjúsági Egyesület archívuma

– Milyen módon kapcsolódtak be a nemzetközi önkéntességbe?

– A nemzetközi ifjúsági munkával 2002-ben kezdtünk el foglalkozni, akkor a Mobilitás Nemzeti Iroda motivált minket arra, hogy fogadjunk mi is önkénteseket az Európai Önkéntes Szolgálat keretében. 2005-ben szerveztünk egy Euro-mediterrán találkozót, ahol Észak-Afrikából és Európából érkeztek résztvevők, és az egyik tunéziai fiatalember, Hamdi azt mondta, annyira jó hely Nagyvázsony, hogy újra el akar jönni ide önkéntesnek. Mivel nagyon szimpatikus volt nekünk, elkészítettük az akkreditációt, és 2006 májusában fogadtuk is őt. Hamdi volt az első nemzetközi önkéntesünk. A mai na-





Kandikó Rita,
a szervezet alapító elnöke

ig tartjuk vele a kapcsolatot, annyira jól megtanulta a magyar nyelvet, hogy idegenforgalom szakon végzett, elhelyezkedett egy utazási irodában és magyar csoportokat vezetett Tunéziába. Sajnos jött az Arab tavasz (Arab tavasznak nevezik a 2011-ben elején kirobbant kormányellenes tüntetéssorozatot, amelyek az arab államokban törtek ki – a szerk.), az idegenforgalom megszűnt, azóta egy farmergyárban középvezető, mindenesetre neki nyelvtudást és egy teljesen új életet adott az önkéntesség.

– Hogyan működik a gyakorlatban a közvetítő szerepük?

– Az Európai Szolidaritási Testület programja biztosítja azt a lehetőséget, hogy a 18 és 30 év közötti magyar fiatalok mehetnek külföldre

önkénteskedni. Egy motivációs levelet és önéletrajzt készítenek a jelentkezők, és ez alapján ajánljuk őket egy külföldi partnerszervezetnek. A kiválasztást követően segítjük őket a felkészítésben, az utazásban, a külföldi tartózkodása során tartjuk a kapcsolatot, segítünk a visszailleszkedésben a hazatérést követően. Évente

2-3 alkalommal tartunk Önkéntes Napot, ahova meghívjuk azokat az önkénteseket, akik abban az évben valahol külföldön dolgoztak, osszák meg a tapasztalataikat, és olyan önkénteseket hívunk meg az ilyen napokra, akiket érdekelhet egy ilyen lehetőség. Mi már elég eredményesnek mondhatjuk magunkat, hiszen 205 fiatalt juttattunk eddig 30 különböző országba. Kisvárdától Szombathelyig a legkisebb településekről is megkeresnek minket, mert szeretnének részt venni ebben a programban.

– Hogyan indult el a kapcsolatteremtés?

– Európai szinten a Tempus Közalapítvány szervez találkozót, ha egy új civil szervezet nemzetközi kapcsolatokat akar építeni, akkor ott találkozhat külföldi partnerekkel. Mi is így indultunk, nagyon sokat utaztam, nagyon sok pályázatot írtunk, tudatos kapcsolatépítés zajlott, de hálás feladat ez, mert az utazások során nemcsak partnerszervezeteket találtunk, hanem igazi barátokat is. Például Finnországba, Kokkolába küldtük az első önkéntesünket, a finnekkel 14 éve tart azóta is jó az együttműködés, de ugyanilyen jó kapcsolataink vannak Franciaországban, Olaszországban, Portugáliában.



A Fekete Sereg Youtube csatornája:
<https://www.youtube.com/user/feketesereg2011/featured>

Ovass érdekességeket, beszámolókat az egyesület és önkéntesek életéből!
<https://fekete-sereg.hu/blog/>





**– Mennyi időre
mennek ki,
illetve fogad-
nak fiatalo-
kat?**

– Lehet rövid időre is, ez két héttől két hónapig terjedő időin-
tervallumot jelent, és le-
het hosszabb távra, fél, vagy
egy évre menni, ez attól függ, kinek,
mennyi ideje van. Nagyon sok olyan
fiatalt küldtünk ki, aki éppen útke-
resésben volt, munkahelyet váltott,
nem találta a helyét, nem tudta, mit
szeretne kezdeni az életével. A mi
célcsoportunk elsősorban a kistele-
püléseken élő, nehézsorsú fiatalok,
akik nem végezték el az iskolát, nem
tudnak idegen nyelvet, őket először
rövidebb időtartamra küldjük ki, és
ha megtetszik nekik, hosszabb idő-
szakra is külföldre utazhatnak.

**– Miért ajánlja egy fiatalnak,
hogy menjen külföldre?**

– Azt gondoljuk, ha egy kicsit kizök-
ken a környezetéből, önállósodik,
hiszen nem lesz ott a szülő, a barát,
nem befolyásolja senki, tehát egy
kicsit megtalálja önmagát. Egy idő-
ben, egy helyre 1, maximum 2 főt
küldünk, éppen ezért. Megtanulja
beosztani a pénzét, idegen környe-
zetben élni, és ami fontos, hogy
nem marad kinn, hanem visszajön,
és az ott megszerzett tudást itthon
kamatoztathatja. Nagyon sok fia-
talnak, főleg a nehézsorsúaknak ez
élete első repülőútja, első külföldi
útja, ami örök élmény lesz számára

és meghatározhat-
ja az életét. Motivált
lesz, nyelvet tanul,
elfogadóbb lesz, ke-
vésbé előítéletes, és
mivel a valóságban
ismerkedik egy adott
országgal, a sztereotí-
piák is csökkenhetnek. A támogatott
program során nincsen ki-
tétel nehézségeknél,
hiszen kap zseb-
pénzt, étke-
zést, szállást,
biztosítást,
minden fel-
tétel adott
ahhoz, hogy
jól érezze
magát. Ez a
program ad
lehetőséget
arra, hogy egy „vé-
dett környezetben”
megismerhessen egy másik
kultúrát.

**– Az egyesület fogadásszervezet
is, ez mit jelent?**

– 2006 óta fogadunk külföldi ön-
kénteseket Nagyvázszyban, a 15
év alatt csak 3 hónap maradt ki a
pandémia miatt. Az 1800 fős tele-
pülésen bérelünk egy családi há-
zat, és ott laknak az önkén-
tesek, napi 6 órában adnak
szolgálatot, segítenek
az egyesületi életben.
Német nemzetisé-
gi iskola és óvoda
működik Nagyvá-
zszyban, a né-
met önkéntesek
ott látnak el pe-
dagógiai asszisz-
tensi feladatokat.
Ha valaki Nagyvá-
zszyba jön szept-
embertől májusig és
külföldi szót hall, akkor
az biztos, hogy a Fekete
Sereg önkéntese.

**– Mennyire akasztotta meg
a pandémia a küldési-fogadá-
si folyamatot?**

**A szervezet célja, hogy a nagyvázszyi és a kör-
nyékbeli fiataloknak hasznos szabadidő eltöltést
biztosítson, felkarolja a csellengőket, valamint
támogassa alulról jövő kezdeményezéseiket.**

– A kezdeti időszakban szinte min-
denki hazajött külföldről, és az akko-
ri 3 önkéntesünk is elhagyta az orszá-
got. 2020 márciusa és júniusa között
nem fogadtunk önkénteseket. Ez
2020 szeptemberétől megváltozott,
visszajöttek az önkéntesek, 2020
szeptemberétől már hosszabb távra
is fogadtuk őket. Nem érezzük, hogy
a Covid kapcsán kevesebb igény
lenne az önkéntességre, majdnem
ugyanannyian vannak külföldön és
itt, mint a pandémia előtt.
Az egyesületi munkánkat tekintve
elmondhatjuk, hogy a pandémiát
követően sokkal több fiatal jön be
hozzánk, mint előtte. A fiataloknak
szükségük van egy közösségi térre,
amit mi biztosítani tudunk, találko-
zhatnak egymással, az önkénteseink-
kel, akik motivációt jelenthetnek a
számukra. ■



„MINDIG LÁTNI AKARTAM, MILYEN ITT AZ ÉLET”



Benjamin Alquier Franciaországban született, és ott is nőtt fel. Édesanyja magyar, így gyermekkorától a szünidőt Magyarországon töltötte. Amikor elvégezte az egyetemen a mesterképzést, még nem szeretett volna dolgozni, ezért 2017-ben jelentkezett Pécsre az Erasmus programra. Benjamin gyakorlatilag ettől kezdve Magyarországon él.

Szöveg: Simon Rita
Kép: Benjamin Alquier archívuma

– Eredetileg egy évre jelentkeztem Pécsre, és az első szemeszter vége előtt, még télen elkezdtem keresgélni a lehetőségek között, hogy mit csináljak az Erasmus után. Nem akartam visszatérni Franciaországba, még ideiglenesen sem. Megtaláltam az Európai Bizottság külföldi önkéntes programját (EVS), három helyre jelentkeztem, kettő Magyarországon, egy pedig Szerbiában volt. Végül a Talentum Alapítványhoz mentem Szegedre, ott kezdtem április 1-jén. Amikor ez sikerült, lemondtam a második szemesztert

Pécsen, nem maradtam az eredetileg egyévesre tervezett Erasmuson.

– *Mit csináltál a Talentum Alapítványnál?*

– Több dologgal is foglalkoztunk, ami nagyon tetszett nekem. Több projekttel is foglalkoztam, amíg az alapítványnál voltam. Fő feladatunk a többi EVS-essel együtt az volt, hogy beszéljünk róla és tájékoztassuk a fiatalokat, hogy létezik ez a külföldi önkéntes program, mert Magyarországon kevesen ismerik és élnek vele. Jártunk egyetemeken, középiskolákban is. Ha bármilyen nagy esemény volt Szegeden, kivonultunk egy sátorral és információt adtunk az EVS-ről az érdeklődőknek.

Talentum Alapítvány

A szegedi Talentum Alapítvány küldetése, hogy az alulról jövő társadalmi kezdeményezéseket felkarolja, a közösségi tevékenységeket erősítse, a nonprofit szektort fejlessze, az önkéntességet terjessze, az egyéneket és a szervezeteket felkészítse a társadalmi tevékenységekre.

Volt egy kulturális program is, ahol kreatívan be kellett mutatni az országot, ahonnan jöttem. Több országból érkezünk a programra, a csoportomban volt egy grúz, egy török és egy olasz lány is. Aztán voltam önkéntesként egy gimnáziumban, ahol tanítottak francia nyelvet és így a diákok olyan emberrel tudtak beszélni, akinek az az anyanyelve. Volt több kisprojekt is, például óvodában festettünk falakat, vagy kórházban segítettünk a kis betegeknek. Szerveztünk egy kéthónapos nyári iskolát is, ahol a többi önkéntessel együtt tanítottuk a gyerekeknek az angol nyelvet. Itt is be kellett mutatni az országunkat. Erre a nyári iskolára érkezett tíz önkéntes 5 országból, voltak Szerbiából, Izlandról, Örményországból Törökországból és Olaszországból.

– Mennyi ideig voltál Szegeden önkéntes?

– Hét hónapig. Miközben Szegeden voltam, elkezdtem munkát keresni, még mindig nem akartam hazamenni, és végül sikerült elhelyezkednem az első munkahelyemen Budapesten az IBM-nél. Jelenleg a Francia Intézetnél dolgozom. Mindegyik munkahelyemen a francia nyelvtudásom előnyt jelentett, könnyebben talál-

tam munkát általa, és használok is a munkám során az anyanyelvemet.

– Utána már nem mentél EVS-re?

– Sajnos már nem volt rá lehetőségem, ugyanis az akkori szabályok kimondták, hogy összesen 1 évig lehet önkéntes az ember. Ha csinálok egy rövidebb projektet, majd utána egy hosszabbat, akkor megvan az egy év, de fordítva nem lehet. Vagyis én hosszút csináltam, 7 hónapot voltam a Talentum Alapítványnál, így nem jött volna ki az 1 év.

ban. Később sem volt gond ezzel, a munkahelyeimen sem.

– Hány nyelven beszélsz?

– Franciául, angolul, magyarul és kicsit olaszul is megtanultam a gimnáziumban, nagyon hasonló a franciához, de nem használok. Szóval három és fél nyelven.

– Annak idején miért döntöttél úgy, hogy a mesterképzés után Magyarországra jössz?

– Ennek két oka volt. Egyrészt mindig akartam látni, ismerni és tudni, hogy milyen lehet itt az élet Magyar-



– Mennyire tudtál magyarul, amikor Pécsre érkezted?

– Tudtam valamennyire, de nem annyira mint most, hiszen lassan 6 éve, hogy itt vagyok Magyarországon.

– Nem okozott nehézséget, hogy megérted magad a kezdeti időkből?

– Annyira nem volt nehéz, mert angol szakra jártam Pécsen, angol nyelven voltak a kurzusok. Nagyon sok külföldi volt a környezetemben, és a magyarok is nagyon jól tudtak angolul, így ezen a nyelven beszéltünk egymással. Annyi magyar nyelvtudásom pedig volt, amivel intézni tudtam az ügyeimet a város-

Az Európai Önkéntes Szolgálat (EVS) keretében a fiatalok önkéntes munkát végezhetnek egy másik országban. A szolgálat ideje alatt fedezik számukra az önkéntes megélhetés költségeit és némi zsebpénzt is biztosítanak. Az EVS-nél kétféle projekt van: rövid és hosszú távú. A rövid távú programok 2 héttől 2 hónapig tarthatnak, a hosszabb távúak pedig 6 hónaptól 1 évig.

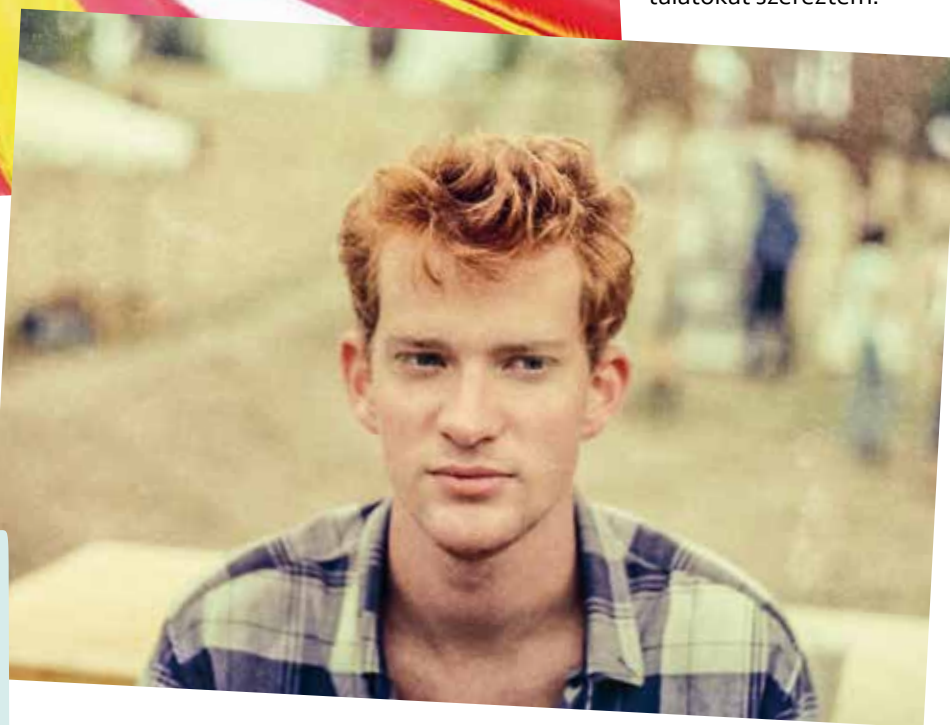


jó lehetőség arra, hogy megismerjünk más országokat, más kultúrát, másik nyelvet, nagyon jó kapcsolódási pont az egyetem és a munka világa között. Az is nagyon érdekes volt, hogy rengeteg külföldivel találkoztam itt, megismertük egymás kultúráját. Mindemellett az is tetszett, hogy sok kisebb projektben vettem részt, nem vált unalmassá az ittlétem, és sok mindent megtanultam, új tapasztalatokat szereztem.

országban. Én csak úgy ismertem, hogy minden nyáron itt nyaraltam, csak látogatóba jöttem, ez teljesen más, mint itt tanulni vagy dolgozni, itt élni. Másrészt volt egy csomó dolog, ami nem

Francia Intézet

Az 1947-ben alapított magyarországi Francia Intézet Budapest egyik legrégebbi külföldi kulturális központja. Található benne nyelviskola és vizsgaközpont, médiatár, moziterem, valamint a franciaországi tanulmányokról tájékoztató sarok, a földszinten könyvesbolt és kávézó is várja az ideérkezőket. A Francia Intézet arra törekszik, hogy erősítse a Magyarország és Franciaország közötti kapcsolatokat, a gondolatok és vélemények szabad áramlásának adjon minél nagyobb teret.



tetszett nekem Franciaországban. Nem volt biztonságos, a nagyvárosokban élők mentalitása zavart, nagy volt a konkurencia az emberek között a munkaerőpiacon, és az adminisztráció is sokkal bonyolultabb, mint Magyarországon.

– Mit adott neked az önkéntesség, az, hogy másik országban éltél, mint addig?

– Ez egy furcsa helyzet, mert Magyarország nekem külföld, de ismertem az országot, a nyelvet, és a kultúrát. Sőt, előtte jártam turistaként Pécsen és Szegeden is. A külföldi önkéntesség szerintem egy nagyon

– Miután elkezdted dolgozni, önkénteskedtél valahol?

– Amikor van szabadidőm, önkénteskednem, de erre egyre kevesebb lehetőségem van, mert a munka sok időmet elveszi. Nemrégiben a Francia Nagykövetséggel jártunk például a magyar-ukrán határon, ott tudtam segíteni. Mind a mai napig kapcsolatban vagyok azokkal, akikkel együtt önkénteskedtem, májusban Grúziába utazom turistaként és találkozom azzal a grúz sráccal, akivel együtt laktam annak idején Szegeden. ■

DEBRECENI HAJDÚ TÁNCEGYÜTTES

Szöveg: Simon Rita
Kép: Váradi Levente

„Együttesünk és iskolánk legnagyobb ereje abban rejlik, hogy minden oktató itt nőtt fel, itt szívta magába a tudást, a közösség iránti feltétlen elkötelezettséget, itt nevelődött bele észrevétlen az együttes hagyományaiba, s egyben egy igazi nagycsaládba. Ez a mi erőnk.” – Tiszai Zsuzsánna igazgató

Az együttes 69 évvel ezelőtt alakult meg Építők Népi Tánccsoportja néven. Az eltelt évtizedekben különböző fenntartói voltak az együttesnek, hol a városhoz, hol a megyéhez tartozott, mígnem 1990-ben létrejött a Hajdú Táncegyüttesért Közhasznú Alapítvány, amely biztos hátteret teremtett a működéshez. Ez tette lehetővé azt is, hogy az utánpótlást biztosító „Hajdútánc” Alapfokú Művészeti Iskola megnyithassa kapuit. Jelenleg 9 csoportban táncolnak a tagok az óvodásoktól a felnőtt korosztályig és a kezdő felnőttig az együttesben. Közel 400 taggal rendelkeznek, akiket egy tizenkétfős





csapat irányít. A táncgyűttes színpadi repertoárjában megtalálható a Kárpát-medence magyar nyelvterületeinek összes jellegzetes néptánca. Rengeteg fellépésük van, június-július hónapokban folyamatosan járják az országot, emellett szoros partnerei Debrecennek, minden városi alkalmon megjelennek, bemutatkoznak. Ott vannak minden verse-

nyen, egyedüliek az országban, akik háromszor kaptak Örökös Kiváló minősítést egymás után, ami azt jelenti, hogy 20 éve állandóan Kiválóra minősülnek. Kőkemény munka és kitartás kell ahhoz, hogy ezt a szintet állandóan tartani tudják, sőt, meg is ugorják. Ehhez egy kiváló közösség, egy igazi család kell, ami meglátszik a műsorokon, a fellépéseken, a gyakorlásokon is. Mindezt sok-sok apró

odafigyeléssel érik el. Megtartják a régi hagyományokat, ha ünnep van, húsvét, karácsony, szilveszter, akkor azt együtt töltik. A családjaik mellett egy másik, közös családot is alkotnak, fontosak egymás számára. Ha fellépésre mennek, nem külön kocsikkal érkeznek, hanem közös busszal mennek, eljárnak húsvétolni, meglocsolni a lányokat, szerenázni is, odafigyelnek egymásra.

„Hajdútánc” Alapfokú Művészeti iskola

Az intézményt 2003-ban hozta létre a Hajdú Táncgyűttesért Közhasznú Alapítvány, így az iskola alapítását megelőzően is jól kiépített utánpótlásrendszer ettől kezdve már iskolai keretek között, a közoktatás részeként működik. Az intézmény a Hajdú-Bihar megyei gyermekek alapfokú művészeti képzésével foglalkozik táncművészeti ágon, ezen belül néptánc tanszakon.



<http://www.hajdufolk.hu/>





Évente több alkalommal szerveznek csapaterősítő programokat, egy-egy estén vagy hétvégén. Érzik, látják, hogy ott vannak egymásnak. Minden egyes táncos fontos része az együttesnek, az első embertől az utolsóig. Most megint kezdi a reneszánszát élni a néptánc, köszönhetően a Fölszállott a páva című televíziós műsornak, amely megmutatta az em-

bereknek, hogy igen komoly szinten művelik ezt a táncformát az országban. Nemzetösszetartó ereje van ennek, és a debreceniek is megmutatták, hogy nem szabad lesöpörni ezt a hagyományt. A fiatalok élvezik, szeretik a néptáncot, és büszkéek arra, hogy egy ilyen közösség tagjai lehetnek, valamint arra, hogy ezt a hagyományt tovább tudják folytatni, tovább tudják örökíteni. ■

Országos szakmai minősítések

- 1962. Kiváló Együttes Cím
- 1968. Kiváló Együttes Cím
- 1972. Kiváló Együttes Cím
- 1981. Kiváló Együttes Cím végleges fokozata
- 1983. Arany I. fokozat
- 1987. Arany I. fokozat
- 1991. Arany I. fokozat
- 2000. „Kiválóan Minősült Együttes” cím
- 2002. „Kiválóan Minősült Együttes” cím
- 2004. „Kiválóan Minősült Együttes” cím
- 2005. Martin György Emlékplakett
- 2006. „Kiválóan Minősült Együttes” cím
- 2008. „Kiválóan Minősült Együttes” cím
- 2010. „Kiválóan Minősült Együttes” cím
- 2011. Martin György Emlékplakett
- 2012. „Kiválóan Minősült Együttes” cím
- 2014. „Kiválóan Minősült Együttes” cím
- 2016. „Kiválóan Minősült Együttes” cím
- 2017. Martin György Emlékplakett
- 2019. „Kiválóan Minősült Együttes” cím



Nemzeti identitásunk megőrzésében, kultúránk, hagyományaink ápolásában a művelődési intézményrendszeren túl hatalmas szerepe van a hagyományőrzéssel, kulturális tevékenységgel és közösségfejlesztéssel foglalkozó civil szervezeteknek. A tevékenység köré szerveződő, kultúra iránt fogékony és annak területén alkotó személyek nem csak hazai szinten, hanem egy-egy település, vagy hagyományaival, helyi identitástudatunk erősítésével járulnak hozzá ahhoz, hogy globalizált világunkban is megőrizzük gyökereinket. A civil szervezetek 15 százaléka foglalkozik kulturális tevékenységgel (például zene, tánc, irodalom, színház, műemlékvédelem, képzőművészet, hagyományőrzés területeken).

FEHÉRVÁR ENTHRONERS AMERICAN FOOTBALL SE



“Az egyesületet 2007-ben hozták létre szinte a semmiből, hiszen nemcsak Székesfehérváron, hanem Magyarországon is egyedülálló volt akkoriban, hogy létrejön egy amerikai futball csapat. A Fehérvár Enthroners létrejöttének köszönhető, hogy megsza-
porodtak a sportcsatornákon az Amerikai Futball Liga (NFL) mérkőzéseinek közvetítései, egyre nagyobb lett az érdeklődés a sportág iránt hazánkban.”

Szöveg: Simon Rita
Kép: Tenk László

Az egyesület kezdetben a közösségi felületeken, magyar közösségi oldalon toborzott a fiatalok körében, hamar el is érték a 40 fős létszámot, és megindulhatott az edzés munka. 2008-ban egy nem hivatalos, újonc ligában tudott indulni a csapat, majd 2009-ben kezdte el menetelését a Magyar Amerikai Futball Szövetség HFL bajnokságában. Nagyon sokáig nem találtak megoldást a csapat végleges elhelyezésére, edzeni a régi, lepusztult MÁV pályán tudtak, ahol nem zavartak senkit sem a te-

vékenységükkel. A mérkőzéseiket vagy a Fehérvár Rugby Club pályáján, vagy Székesfehérvár környéki településeken: Seregélyesen, Iszka-szentgyörgyön, Sárszentmihályon játszották. Fordulat akkor állt be a történetében, amikor Székesfehérvár Önkormányzata fantáziát látott az új sportágban és a csapat mögé állt. 2016. április 30-án így nyithatta meg kapuit a First Field, Magyarországon az első, hivatalos amerikai futballpálya. Kilenc év után hazaérkezett a csapat. Az önkormányzaton kívül megjelent több támogató is a csapat életében, ezáltal az egyesület működése biztosítottá vált. Az egyesület tizenkét éves kortól kezdi a toborzást, ennek oka, hogy a Magyar Szövetség által kiírt legfiatalabb korosztályi bajnokság az U15-ös. Leggyakrabban középiskolákban tartanak bemutató tornaórákat az edzők, így biztosítják az utánpótlást.

NFL

Az amerikai futballt legmagasabb szinten hazája legnagyobb professzionális bajnokságában, a National Football League-ben (NFL) játsszák. Az NFL 1920-ban alakult American Professional Football Association néven, majd 1923-ban vette fel mai nevét. Az amerikai futball az 1960-as években az USA-ban átvette a legnépszerűbb sport szerepét a baseballtól.

Játékidő

Egy meccs az NFL-ben négy 15 perces negyedből áll. A játékidő mérése a futóórás és tiszta játékidő keverékeként fogható fel, bizonyos playek után – ha például a játéktéren kívülre kerül a labda –, megáll az óra. Emiatt egy teljes futballmérkőzés akár három óráig is tarthat.

Jelenleg kb. 140 fős tagsága van az egyesületnek, négy korosztályban játszanak: U15, U17, U19, Felnőtt. Tudni kell a sportágról, hogy nem profi, európai szinten félprofinak számít a HFL, de a játékosok nem kapnak fizetést, szabadidejükben űzik ezt a sportot. Ezért fordulhatott elő az, hogy eddig háromszor kellett nulláról felépíteni a csapatot, hiszen a fiatalok amint egyetemre, főiskolára mennek más városokba, vagy kilépnek a nagybetűs

A csapat neve Enthroners (Koronázók), utalva Székesfehérvár történelmére. A csapat sötétkék, fehér, arany színekben játszik. Jelmondatuk: Fear The E!

First Field

Az Enthroners a MÁV Előre Stadiont használja. 2016-ban a Sóstói Stadion átépítésével párhuzamosan annak elbontott szerkezeti elemeivel és székeivel épült fel, ez Magyarország első és jelenleg egyetlen, az amerikai futball szabványai szerinti 120 yardos stadionja; Európában is ritkaságszámba megy, hogy egy amerikaifutball-csapatnak saját pályája legyen.





<https://enthroners.hu/>

életbe, nem biztos, hogy marad idejük az amerikai focira. Szerencsére ez a tendencia mára már megdőlni látszik, hiszen Budapestről is járnak edzeni az Enthronershez.

Az első csapat a HFL kiemelt osztályában játszik szinte a kezdetektől, illetve több éve elindulnak Európa második legerősebb bajnokságában, az osztrák AFL-ben. Évek kemény munkájával, lépésről lépésre jutottak el a Divízió 4-től a Divízió 1-ig. 2023-tól pedig Milánó és Zürich városai-val együtt csatlakozik a Fehérvár Enthroners a kontinens legjobb amerikai foci csapatait tömörítő ligához, az Európai Superligához (ELF). ■

A sport egészség. A sport közösség. A sport siker. A sport sokunknak maga az élet. Egy sportegyesület a magyar sport hagyományos szervezeti alapegysége, a versenysport, a tehetséggondozás, az utánpótlás-nevelés és a szabadidősport műhelye. A legtöbb sportág mögött komoly egyesületek állnak, akik igyekeznek megadni mindent az aktív sportolóknak, az utánpótlásnak és a közösségnek, akik a családtagokból, szurkolókból, a sportág kedvelőiből áll. Egy-egy verseny hatalmas adrenalin a versenyzőnek és a közönségnek egyaránt, ami rengeteg munkával, szervezéssel, befektetett energiával jár nemcsak a sportolók részéről, hanem a sportolási lehetőség megteremtését biztosító szervezet dolgozói, önkéntesei részéről is.

NEM MINDEN A GYŐZELEM

Kővári Viktor egész életében jelen van a sport. Már gyerekként hiperaktív volt, általános iskolában is mindig ő szeretett volna a legtöbbet és legjobb eredményt futni. Huszonkét éve röplabdázik, másik szenvedélye a futás, ami teljesen kikapcsolja, akár a szabadban, akár a konditeremben a futópádon végzi ezt a tevékenységet. A véletlen folytán jelentkezett az Exatlonba, ahol megtanulta, hogy a győzelem nem minden. Bár nem nyerte meg, valamit mégis hozott neki ez a viadal: szerelmet Halász Vivien személyében.



Szöveg: Simon Rita
Kép: Kővári Viktor archívuma

– Érdekes, hogy egy csapatsport és egy egyéni sport van a kedvenceid között.

– Úgy tűnik, hogy erre is, arra is szükségem van. A csapatsportnál együtt küzdünk valamiért, ott az tud spanolni, hogy minél jobban kell teljesítenem ahhoz, hogy a csapat jobb eredményt érjen el. A futásnál viszont semmivel sem kell foglalkoznom, csak a saját gondolataimmal. Közben rendbe tudom tenni a fejemben az adott hetet, átgondolhatom a teendőimet, hogy mi van mögöttem és mi áll még előttem.

– Szeretsz versengeni?

– Fiatalon nagyon szerettem versengeni, bár ez átalakult az Exatlon óta. Olyan impulzusok értek ott, hogy már nem minden az, hogy megnyerjek egy versenyt, hanem félig-meddig átalakult abba, hogy a részvétel számít, hogy jól érezzem magam, miközben kihozom magamból a maximumot és hogyha ezzel nyerek, akkor nagyon boldog vagyok. Viszont ha nem, már nem ostromozom magam emiatt, mint mondjuk régebben, amikor tényleg mindig mindent meg akartam nyerni és rossz érzéssel töltött el, ha valami nem sikerült.

– Mi ösztönözte arra, hogy jelentkez az Exatlonba?

– Néztam az első és a második évadot is, tetszett a műsor, mindig a Bajnokoknak szurkoltam, az ő karaktereik kicsit közelebb álltak hozzám, mint a Kihívóké. Viszont egyáltalán nem volt bennem az, hogy jelentkezni szeretnék a versenyre. Egyik délután otthon pihentem a röplabda edzés előtt, pörgettem az Instagramot és feldobta a hirdetésben, hogy a harmadik évadba lehet jelentkezni. Amikor megláttam a hirdetést, az ugrott be, hogy miért ne. Kitöltöttem a jelentkezési lapot a telefonomon, elküldtem, aztán el

is felejtettem, nem tulajdonítottam neki semmi jelentőséget. Pár nappal később felhívtak, hogy megkapták a jelentkezést, megnézték, és szeretnének személyes találkozót.

– Lehetnél volna Bajnok?

– Nagyon sok eredményem van röplabdában, a serlegek és az érmek ott sorakoznak a polcaimon, de ezek



**Eszterházy SC
röplabda szakosztály**

Két évvel ezelőtt alapította meg Kővári Viktor az Eszterházy SC röplabda szakosztályát. Addig csak edzésekre jártak és néha röplabda tornákon vett részt a csapat, de hivatalos kerete nem volt a dolognak és nem volt olyan ember sem, aki összefogja a szálakat. Az Eszterházy SC-nek már volt kézilabda, kosárlabda és vízilabda szakosztálya és mivel Viktor irodavezetőként dolgozik az egyetemen, leült a rektorral és a szakosztály vezetőjével, felvázolta a rövid és hosszú távú terveit és megbeszélték a részleteket, így létrejött az újabb szakosztály, a röplabda. Viktor rutinos rókákat, olyanokat, akik 10-20 éve játszanak már, hívott meg a felnőttcsapatba, a stáb kiváló edzőkkel egészült ki, és két év alatt a nulláról sikerült azt elérni, hogy jelenleg a felnőtt csapat az NB II. keleti csoportjában játszik kimagasló eredménnyel. Az utánpótlásról sem feledkeztek meg, U10-es és U21-es csapataik is vannak.



nem országos szintűek, vagy nemzetközi, emiatt nem is tudtak beakadni a Bajnok csapatba. Az elbeszélgetésen erről is szó volt, amikor az eredményeinket ismertettük.

– A versenyek során az egyéni teljesítményt és a csapatszellemet is tudta kamatoztatni?

– Azt gondolom, hogy igen. Az itthoni éneket tudtam kint kamatoztatni sok helyzetben. Azt, hogy rengeteget dolgoztam már emberekkel és csapatban is, hogy közösségi ember vagyok, emiatt a műsorban is nagyon jól kijöttem a csapattársaimmal és szoros kapcsolat alakult ki közöttünk olyannyira, hogy többekkel még a mai napig rendszeresen találkozunk, beszélünk. Egyénileg pedig akkor tudtam nagyon jól teljesíteni, amikor másokért küzdöttem. Ez odakint látszódt is: amikor magamért kellett volna harcolnom, az annyira nem ment, nem volt meg a motiváció, viszont amikor azért küzdöttem például, hogy az egyik csapattársam ne essen ki, akkor sokkal jobban tudtam teljesíteni. Odakint megtanultam olyan dolgokat, amiket idehaza nem tudtam volna, hogy hogyan kell napról napra versenyezni, hogyan kell együtt megélni a dolgokat. Sok olyan érzelmes pillanat volt, amiket azt gondolom, hogy idehaza semmilyen sportban nem lehetne megtapasztalni vagy átélni, nekem eddig ilyenekben nem volt részem.

Az Exatlon és a csapattársaim rengeteget adtak, és én is tudtam fejlődni, például amit már említettem,



hogy a sporthoz is egy kicsit más-hogy állok hozzá. Pár héttel ezelőtt volt Egerben az Eszterházy Kidobós Kupa, lényege, hogy labdával ki kell dobni a másikat úgy, mint a gyerekek játsszák általános iskolában. Összeszedtem oda egy exatlonos csapatot a Bajnokok és a Kihívók közül és nagyon jól éreztük magunkat. Már magában az is pozitív dolog volt, hogy össze tudtunk jönni, és újra együtt versenyezhattunk. A Kidobós Kupán is nagyon jól teljesítettünk, eljutottunk egészen a döntőig, ahol nem sikerült nyernünk, viszont annyira jó volt a csapategység és a hangulat, hogy ez igazából senkit sem szomo-

rított el. Pozitív élményként maradt meg, pedig elveszítettünk egy döntőt, és minimális túske sincs bennem azzal kapcsolatban, hogy nem sikerült nyerni. Míg régebben – biztos vagyok benne – nagyon rosszul esett volna, hogy elveszítettünk egy döntőt. Sokat tanulok az exatlonos társaimtól mind a mai napig, hogy a sportban hogyan kell embernek maradni, hogyan kell hozzáállni más sportolókhoz, és ezek hatalmas értékek.

– Egyébként nyerni mentél az Exatlonba?

– Amikor kimentem, olyan ember voltam – és ezt el is mondtam a casting során –, hogy egy dolog miatt megyek ki, hogyha már ott vagyok, akkor meg akarom nyerni. Öt hónapot töltöttem Dominikán, ebből négy hónapot versenyeztem végig, és egy idő után ez átfordult bennem. Már sokkal fontosabb lett az, hogy a csapattal töltsék el minél több időt a versenyben, mintsem az, hogy megnyerjem a legvégén. Nagyon közel került hozzám a csapattársaim közül Bálint és Ákos, és amikor hónapokat töltöttünk együtt, eljött az a pillanat a számomra, amikor az ő sikerük többet jelentett nekem, mint a sajátom. Én a döntő szakaszban estem ki, amikor már egyéni verseny van, ott olyan érzések voltak bennem, hogy jobban örülnék egy Bálint-Ákos döntőnek, minthogy bekerüljek a döntőbe, és valamelyiküket le kelljen győznöm. Bennem emberi értékeket is megmozgatott az



Exatlon. Már nem az lebegett a szemem előtt, hogy mindenáron meg kell nyernem a versenyt, hanem az, hogy minél több időt együtt tölthessek a csapattal, minél több pályán végigmenjek, és majd meglátom, ez mire lesz elég.

– Azért valamit mégis sikerült nyerned, hiszen megismerted Vivient...

– Ennek nagyon örülök, mert rámtalált a szerelem, amit magam sem gondoltam volna. Vivi eleve a másik csapatban volt, és semmilyen kapcsolat nem volt közöttünk. Az egyéni szakasznál mindketten érintettek

voltunk, akkor költözött össze a két csapat, és a verseny is úgy alakult, hogy először Vivi, aztán pár órával később én is kiestem. Mehettünk vissza a hotelbe a kiesett versenyzők közé, ott kezdtünk el beszélgetni, barátkozni. Már itthon kezdett el körvonalazódni a dolog, egyre többet beszélgettünk, volt, hogy együtt is néztük a műsort, mert pár hetes csúszásban adták le a TV-ben. Örülök annak, hogy kialakultak az érzelmek, mert tényleg egy olyan lányt köszönhetek ennek a műsornak, akiért összeszem mind a két kezem, hogy van nekem. ■



„EGÉSZ ÉLETEMBEN EDZÉSBEN VAGYOK”



Nem volt kérdés, mivel foglalkozik, ha felnőtt Halász Vivien. Gyakorlatilag az édesapja karate dojójában töltötte gyermekkorát, már háromévesen beállt a csoportba, és meg sem állt a bajnoki címeken át a karate edzőségig. Vivien különböző sportágakban mérettette meg magát az idők során, de a karate volt az, ami jelentős szerepet tölt be mind a mai napig az életében. Az Exatlonban is helyt állt, ahol megismerkedett párjával, Kővári Viktorral. Bár messze laknak egymástól, nincs előttük leküzdhetetlen akadály.

Szöveg: Simon Rita
Kép: Halász Vivien archívuma

– Általános iskolás éveim alatt minden sportágat űztem, amit csak lehetett. Diákolimpia szinten indultam atlétikában, szertornában, magasugrásban, mezei futásban, vagyis amilyen megmérettetésen lehetett a Diákolimpián indulni, szinte min-

denhol ott voltam. Tehát heti 3-4 alkalommal karatéztem, mellette jártam atlétika és szertorna edzésre is egészen nyolcadik év végéig. Többször nyertem a Diákolimpián.

– **Azért meglepő, amit mondasz, mert minden egyes sportághoz más készség, más izomzat kell, te pedig mindegyikben eredményeket értél el.**

– Igen, ez érdekes, mert a labdajátékokat is szeretem, például kosarazni, focizni. Mind a mai napig nagyon szeretek sportolni.

– **Mi változott meg középiskolás korodban?**

– Középiskolában nem volt annyi lehetőségem, mint általános iskolában. Röplabda versenyre jártak a lányok, de nekem ahhoz nem volt





Kyokushin karate

A kyokushin egy full kontakt, álló stílusú karateirányzat, alapítója Sosai Masutatsu Oyama. Oyama megreformálta a karatét, előtérbe helyezve a valós küzdelmet és a hatékonyságot. A fizikai képességek fejlesztése mellett céljává tűzte ki az emberi értékek megőrzését és az ifjúság egészséges életmódra nevelését. A kyokushin célja a test és lélek harmóniájának az elérése. A kyokushinkai szó jelentése: találkozás a végső igazsággal.

előképzettségem. A női focinál kötöttem ki, területi versenyekre jártunk és különböző tornákra. A karate mellett tehát ez maradt.

– Hogy volt minderre időd?

– Így visszagondolva, nem tudom. Arra emlékszem, hogy be voltak osztva a napjaim általános iskolában, hiszen jártam atlétika, szertorna és kosárlabda edzésekre, de ezek mind a napközi ideje alatt voltak. Miután hazaértem, ha volt karateedzés, oda is elmentem. Nem

voltam kitűnő tanuló, de az átlagos, jó szintet tartani tudtam.

– Ezek szerint rengeteg energiád volt?

– Ezek szerint igen, az átlaghoz képest most is több energiám van, hiszen egész életemben edzésben vagyok.

– A felsőoktatásban mit sportoltál?

– Ott csak a karate volt. Már gimnáziumban is az dominált, egyre többet edzettem, mellette a foci csak

kiegészítés, hobbi volt. A felsőoktatásban már napi szinten a karate tette ki az edzések nagy részét. Volt, hogy reggel, sulis előtt is volt tréning és délután is. Végül karate edző lettem, ez a szakmám.

– Édesapád nem tartott attól, hogy más sportágakban lesérülj, ami hatással lehet a karakterára?

– Dehogynem! Nem is nagyon díjazta, hogy más sportot is űzők. Emlékszem, hogy ez nyolcadikban csúcsozott ki, amikor a tesitanárnővel meg kellett egyezniük, hogy mikor, hova megyek, mert mindketten azt szerették volna, ha az ő sportágukkal foglalkozom többet.





– *Édesapád 5 danos, te pedig 3 danos mester vagy.*

– Igen. A Covid és az Exatlon egy kicsit háttérbe szorította a célomat, a 4. dant, ugyanis csak japán mester előtt lehet vizsgázni.

– *Mennyire volt nehéz a pandémia alatt, hiszen nem lehetett csoportos edzéseket tartani?*

– Nagyon nehéz volt átküzdeni magunkat ezen az egészen. Hamar reagáltam a lezárásra, mert el sem tudtam képzelni, hogy mit csinálnak otthon a szülők a gyerekekkel a nap 24 órájában. Különböző platformokon nyilvános órákat tartottam élőben, amihez bárki csatlakozhatott. Ebben az időszakban sok szülő is csatlakozott a gyerekekhez, mert annyi feszültség gyülemlt fel bennük hirtelen, hogy muszáj volt vala-

hogyan levezetniük. Sok köszönőlevelet kaptam akkoriban, amelyben megírták a szülők, hogy csak azért tudták átvészelni ezt az időszakot, mert velem edzhettek. Körülbelül 1 évig tartottuk az edzéseinket Zoomon, közben nagyon sokan morzsolódtak le. Az elmúlt pár hónapban éreztem azt, hogy kezd erősödni az érdeklődés, és hogy sikerült kilábalni ebből az egészből.

– *Hogyan kerültél az Exatlonba?*

– Néztem mind a két évadot, nagyon szerettem ezt a műsort, de nem gondoltam volna, hogy ki fogok jutni, hiszen abban az időszakban van a versenyfelkészülésem és a legtöbb versenyem is, amikor a forgatás zajlik. Aztán jött a Covid és minden versenyünk elmaradt, viszont ugyanúgy edzettem napi kétszer, és

Halász Vivien legnagyobb karate eredményei

**Háromszoros Európa-bajnok
bronzérmes**

Nyolcszoros Magyar Bajnok

Kétszeres Világkupa nyertes

Kétszeres Világkupa

ezüstérmes

Négyszeres Világkupa

bronzérmes

Német Bajnok

Osztrák Bajnok

Spanyol Bajnok

nem tudtam megmutatni azt a sok mindent, amit beletettem a tréningekbe. Egy menedzseren keresztül jött a megkeresés édesapámhoz. Elmentem egy castingra, ahol Palik Lászlóval beszéltem. Megtetszett az ötlet és igazából apuval kellett megbeszélnem, hogy tud-e nélkülözni a dojoban körülbelül fél évig, hiszen sokat segít nekik a teremben és a stíluszervezettenél (*karate szakirány – a szerk.*) kapcsolatban is, amelynek ő a vezetője. Pozitívan állt hozzá, látta benne a lehetőséget, végül emiatt döntöttünk amellett, hogy az Exatlonban fogok szerepelni.

– *Nem az elejétől voltál a játékban, hanem valaki helyett érkezteél.*

– A felénél álltam be a játékba. A nézők nem tudják, hogy ilyenkor egészen decemberig nem tudjuk, hogy kezdők leszünk vagy „feltöltések”, illetve utána sem tudjuk, hogy ki, mikor megy. Készenlétben kell állni folyamatosan, szerintem ez nagyon rossz része a versenynek. Úgyhogy csak vártam, folyamatosan edzettem, és a felénél sikerült beállni a versenybe.

– *Nem okozott nehézséget az, hogy egy már összeszokott társaságha érkezteél?*

– Nekem ez a része nem okozott gondot egyáltalán. Nagyon könnyen barátkozó típus vagyok, és jó

kis csapat volt bent, mindenki szimpatikus volt a számomra.

– *Melyik volt könnyebb neked, a csapatjáték vagy az egyéni feladatok?*

– A csapattal együtt versenyezni sokkal jobb volt, és sajnos csak másodmagammal maradtam a végére. Viktornak szerencséje volt, mert ők hatan maradtak. Az egyéni szakaszban napról napra kellett teljesíteni, és nagyon jó is voltam az első napokban. Amikor rám került a sor a párbajban, az a nap valahogy nem úgy sikerült, ahogy szerettem volna és kiestem, de valamiért így kellett történnie. Nem bánok semmit, bár én tényleg azok közé tartoztam, akik azért mentek ki, hogy megnyerjék a versenyt. Egyáltalán nem vagyok csalódott. Ha nem így sikerült volna, vagy nem akkor esem ki, akkor valószínűleg Viktorral sem így alakul a kapcsolatunk. Sokkal többet köszönhetek a versenynek, mintha megnyertem volna, hiszen szerelemre találtam. Ez azért is érdekes, mert nem is gondoltam volna előtte, hogy így fog alakulni az életem.



– *Hogyan oldjátok meg a hétköznapiakat, hiszen te Budapesten, Viktor pedig Egerben van?*

– Ő kevésbé mobilis, mert irodai munkát végez, úgyhogy úgy oldjuk meg, hogy csütörtök este, mi-

kor végzek az edzéstartással, akkor megyek Egerbe hozzá, és hétfőig ott vagyok. De van olyan – mint most is –, hogy hétfőig versenyem van, így csak vasárnap megyek. Két-három hetente ő is eljön, vagy együtt szervezünk valami programot a fővárosban. Általában 3 napot külön töltünk, a többi napot pedig együtt. ■

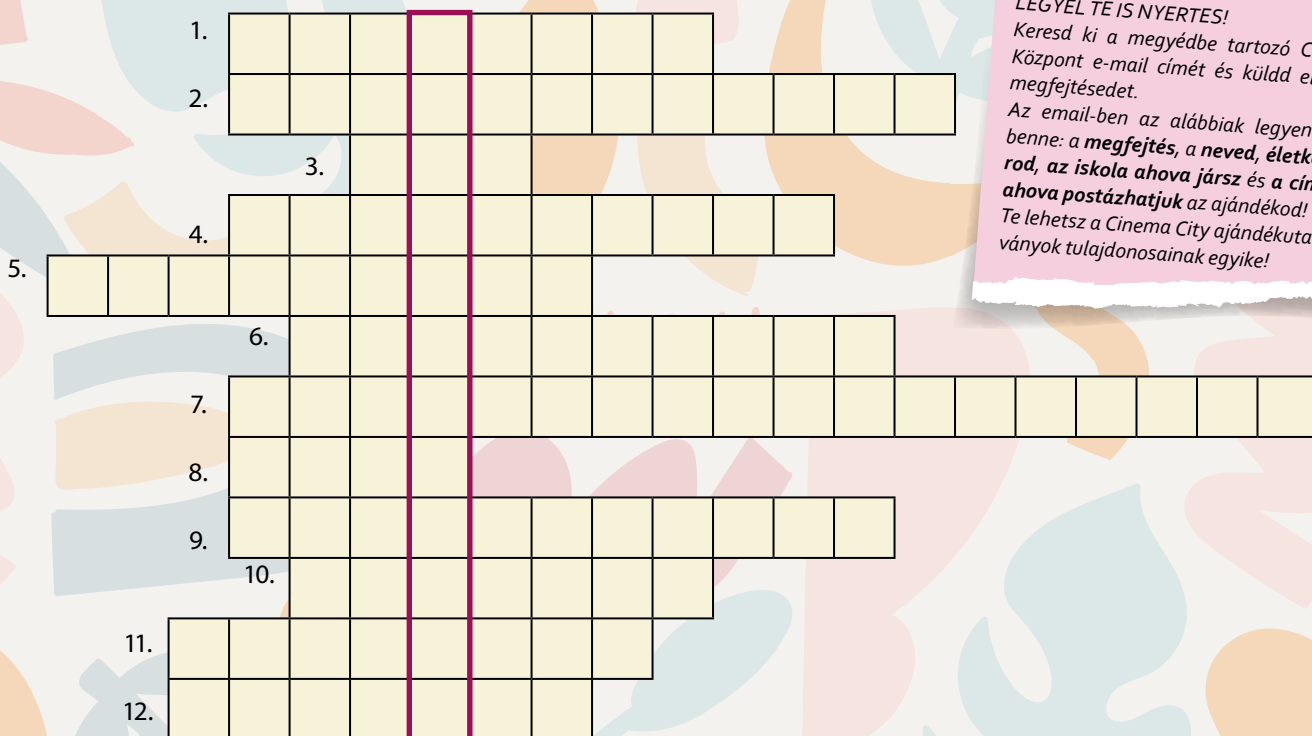
FESTIVÁL KÖRKÉP

2022 NYÁR



2022. június 3–5.	Deja Vu Fesztivál, Szeged
2022. június 9–12.	Katttarzis Fesztivál, Dunaújváros
2022. június 10.	Holi Peace Budapest, Budapest
2022. június 14–18.	Tiszavirág Fesztivál, Szolnok
2022. június 21–25.	Volt Fesztivál, Sopron
2022. június 23–25.	Prog Camp, Szigetvár
2022. június 23–26.	Waldorfeszt, Zebegény
2022. június 23–26.	VéNégy Fesztivál, Nagymaros
2022. június 29 – július 2.	Balaton Sound + B My Lake, Zamárdi
2022. június 29 – július 2.	Fishing On Orfű, Orfű
2022. június 29 – július 2.	Kolorádó Fesztivál, Nagykovácsi
2022. július 7–9.	Alpárfeszt, Lakitelek
2022. július 7–9.	Toxic Weekend, Orfű
2022. július 7–10.	FALU Fesztivál, Szilvásszentmárton
2022. július 7–10.	SopronDrum, Sopron
2022. július 11–16.	VeszprémFest, Veszprém
2022. július 13–16.	Bánkító Fesztivál, Bánk
2022. július 13–17.	EFOTT, Velencei-tó
2022. július 13 – 17.	Major Feszt, Verőce
2022. július 14–16.	Reflektor Festival, Budapest
2022. július 14–17.	Katlan Festival, Tárnok
2022. július 18–25.	SUN Festival, Csobánkapuszta
2022. július 20–23.	Utcazene Fesztivál, Veszprém
2022. július 20–24.	Campus Fesztivál, Debrecen
2022. július 20–23.	Lowland Fest, Hódmezővásárhely
2022. július 22–24.	Electric Fortress Festival, Komárom
2022. július 22–31.	Művészetek Völgye, Kapolcs és környéke
2022. július 26–31.	East Fest, Mezőtúr
2022. július 27–30.	FEZEN Fesztivál, Székesfehérvár
2022. július 27–31.	LB27 Reggae Camp, Cegléd
2022. július 28–30.	ZamJam, Zamárdi
2022. augusztus 1–7.	Ozora Festival, Dádpusztá
2022. augusztus 2–6.	Ördögkatlan Fesztivál, Nagyharsány és környéke
2022. augusztus 4–7.	Beach Fesztivál, Balatonfűzfő
2021. augusztus 4–6.	Paloznaki Jazzpiknik, Paloznak
2022. augusztus 10–15.	Sziget Fesztivál, Budapest
2022. augusztus 11–13.	Palkonya Hangja, Palkonya
2022. augusztus 11–14.	Wild East Rock, Tokaj-Rakamaz
2022. augusztus 11–14.	RockBalaton, Fonyód
2022. augusztus 17–20.	Fekete Zaj Fesztivál, Mátrafüred
2022. augusztus 18 – 21.	Strand Fesztivál, Zamárdi
2022. augusztus 24–28.	Szegedi Ifjúsági Napok, Szeged
2022. augusztus 24–28.	Tábor Fesztivál, Alsóörs
2022. augusztus 26–27.	Kispál on Orfű, Orfű
2022. augusztus 26–27.	Sitkei Rockfesztivál, Sitke

REJTVÉNY



LEGYÉL TE IS NYERTES!
Keresd ki a megyédbe tartozó Civil Központ e-mail címét és küldd el a megfejtésedet.
Az email-ben az alábbiak legyenek benne: a **megfejtés**, a **neved**, **életkorod**, **az iskola ahova jársz és a cím**, **ahova postázhatjuk az ajándékod!**
Te lehetsz a Cinema City ajándékutalványok tulajdonosainak egyike!

1. Minden évben megrendezett kiállítás, mely a pályaválasztásban segít és a Civil Központok országos hálózata is részt vesz rajta
2. Február elsején ünnepeljük
3. Európai Önkéntes Szolgálat hivatalos rövidítése
4. Legújabb ifjúsági magazinunk elnevezése
5. Civil szervezeti forma, melynek alapításához 10 fő szükséges
6. Itt tevékenykedik a Hatvanezer Fa Egyesület
7. 50 órában kell teljesíteni az iskolákban az érettségi előtt állóknak
8. Ennyi Civil Központ található az országban
9. Dokumentum, melyben rögzítve van egy egyesület alaptevékenysége, célja, működési elve
10. Civil szervezetek többsége számára jelentős bevételi forrást képvisel, lehet pénzübeli, tárgybeli, vagy érkezhethet szolgáltatás formájában
11. Így hívják azt, aki szabad akaratából, ellenszolgáltatás nélkül, tudatosan mások javára tevékenységet végez
12. Az alapítvány egyszemélyes vezetője

Civil Érték KÖZÉLETI MAGAZIN

2022. május

Kiadja az Echo Innovációs Műhely

Felelős kiadó: Dr. Zugar Zsuzsanna

Felelős szerkesztő: Simon Rita

Szerkesztőség:

8000 Székesfehérvár, Móricz Zs. u. 14.;

Telefon: 06-30/617-7232

E-mail: info@enigma2001.hu

Grafikai munka: Tóth Adrienn

Nyomdai munka: Prospektus Nyomda

8002 Veszprém, Tartu u. 6.

A Civil Érték magazin

megjelenik 68 oldalon.

A kiadvány megvalósulását támogatta:

Miniszterelnökség,

Civil és Társadalmi Kapcsolatokért Felelős Helyes Államtitkárság,

Bethlen Gábor Alapkezelő Zrt.



A támogatás kedvezményezettje és a kiadvány megvalósítója:





MIT NYÚJTHATNAK A FIATALOK SZÁMÁRA A CIVIL KÖZPONTOK?

CSATLAKOZZ ORSZÁGOS AKCIÓINKHOZ!

- Adj vért, és ments meg három életet! Csatlakozz a Civil Vértadáshoz!
- Adományozz te is egy-egy jó ügyet támogatva! Csatlakozz jótékonyági akcióinkhoz!
- Támogasd az 1% kampányunkat! Ajánlj ismerőseidnek támogatásra méltó civil szervezetet!

KAPCSOLÓDJ BE KÉPZÉSEINKBE!

- Az országban két egyetemen indult civil szeminárium, a Miskolci Egyetemen és Gödöllőn, a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetemen. 2022-ben újabb egyetemeken veheted fel ezt a tantárgyat.
- Ha civil szervezeti vezető szeretnél lenni, vegyél részt a vezető képző workshopokon!

TÖLTSD VELÜNK A SZABADIDŐDET!

- Mi a hobbid? Érdekel a sport, a kultúra, a környezetvédelem, a természetvédelem, az állatvédelem, a túrázás, stb.? A civil központok segítenek neked, melyik civil szervezetet keresheted meg, hol önkénteskedhetsz.
- A Civil Központok és a civil szervezetek országszerte színes programokkal várják az érdeklődőket.

LEGYÉL TE IS ÖNKÉNTES!

- Segítünk, hogy megtaláld a számodra megfelelő civil szervezetet, ahol önkéntes munkát végezhetsz.
- Munkatapasztalat hiányában önéletrajzodban kiemelt helye lehet a civil szervezetnél végzett önkéntes tevékenységnek.

A Civil Központok országos hálózatába tartozó civil szervezetek elérhetőségeit megtalálod a Civil Információs Portálon:

<https://civil.info.hu/kezdolap/CKSZK/index.html>



Te vagy a jövő!



Az iskolai közösségi szolgálat során szerzett tapasztalatokkal, az ott megismert szervezetek és a Civil Központok segítségével te is rátalálhatsz arra a célra, arra a tevékenységre, amit egy életen át űzhetsz. Légy jelen te is önkéntesként, és ha megszeretted a közös munkát, ismerd meg a területet!

A civil szervezetek jövője, a fejlődés és a sok innovatív megoldás – tudjuk –, benned rejlik. Oszd meg velünk a tudásod, légy te is egy civil szervezet tagja, mert a közösség, egy jó ügy szolgálata számodra is rengeteget adhat!

