

Confabula *major*

A pécsi orvoskar lapja

Anno 1992

| Interjú rezidens orvosokkal

| Medikus beharangozó

| Programajánló



Tartalom

- 3 | Szerkesztői levél
- 4 | Sikeres nők - interjú Dr. Bock-Marquette Ildikóval
- 7 | Szabó Lili: Pszichikum
- 8 | Pontyos Kata Sára: Az önbizalom szörny meséje
- 11 | Interjú rezidens orvosokkal
- 18 | Interjú rezidens fogorvossal
- 20 | Tavaszi koktélok
- 22 | Szabó Lili: Axióma
- 23 | Gasztrovat
- 24 | Medikus Kupa beharangozó
- 28 | Könyvajánló
- 32 | Közvélemény-kutatás - az orvosi épületek népszerűsége
- 34 | Szabadidő: Pihenők
- 36 | Szabadidő: Programajánló

Főszerkesztő:

Kiss Krisztina

Megbízott főszerkesztők:

Rozmán Barnabás
Váradí Kata

Olvasószerkesztők:

Orosz Polett
Szabó Lili
Váradí Kata

Tördelőszerkesztő:

Hertelendy Hanna Mária
Ádám Judit

Címlaptató:

Rozmán Barnabás
@rb4photo

Grafika:

Murányi Éva
@wilmoof

Fényképezés:

Beck Brandon
Kollárovcis Ákos Miklós
Storcz Júlia

E számunk szerzői:

Ádám Judit
Grunda József Árpád
Kósi Zsófia
Lei Márton
Pontyos Kata Sára
Szabó Lili
Szőke Dávid

Szerkesztőség:

Anita Galina
Fazekas Luca Boglárka
Grunda József Árpád
Hevesi Klaudia
Kósi Zsófia

Lei Márton

Orosz Polett
Pontyos Kata
Szabó Lili
Szőke Dávid
Török Emma

Felelős kiadó:

Pénzes Martin
PTE ÁOK HÖK elnök

Nyomda:

Sz. K. Stúdió Kft.

Kedves Olvasó!

2024 eddig eltelt pár hónapja is már megszámlálhatatlan élménnyel szolgált. A téli vizsgák befejeztével újra belevethettük magunkat a kétheti Sörpongok és Open Mic estek, a még sűrűbb Medikus Csütörtökök kavalkádjába, de ez a félév több extra programmal is szolgált. Maradó élményt nyújtott a nagy sikert arató Sörsátor mellett különleges délutáni és esti programokat felvonultató, a Hallgatói Önkormányzat szervezésében megrendezett MediFest, az English-German Student Councilnak köszönhető, megannyi nemzet kultúráját bemutató International Evening, a Surgical Society által rendezett Surgical Conference, a Pécsi Orvostanhallgatók Egyesületének támogatásával létrejött rengeteg prevenciós és családi nap, a PTE ÁOK kari szervezésének köszönhető, a hallgatói mindennapjainkat, gyakorlatainkat és karrierünket érintő előadás-sorozatok és még hosszan sorolhatnám. Ha már tavasz, a medikusok szívének egyik legkedvesebb eseménye mellett sem mehetünk el szó nélkül. Közeledik az 51. Medikus Kupa, melynek idén Debrecen ad otthont.

Szerkesztőségünkben is történtek változások. Új szerzőket ismerhettünk meg Fazekas Luca Boglárka, Grunda József Árpád, Hevesi Klaudia és Szőke Dávid személyében, valamint egy új tördelőszerkesztő, Ádám Judit is segíti idéntől, hogy az újság a megszokott minőségében kerülhessen a kezetekbe. Emellett vezetőségünk is megváltozott. 2 évnyi, azaz immáron 7 Confabula számnyi főszerkesztés után a kreatív főszerkesztői pozíciót átadom az eddig is sokat bizonyító Váradi Katának, főszerkesztő helyettese pedig a borítók mindenkori megbízható készítője, Rozmán Barnabás lesz. Mindkettejünkkel élmény volt az eddigi munka, és őszintén hiszem, hogy jobb kezekbe nem is adhatnám át az újságot.

Zsúfolt, de izgalmas tavaszi szemeszterünk – szép lassan szerencsére – a végéhez közeledik. A rengeteg program után napjaink egyre nagyobb részét kezdi kitölteni a tanulás, tételdolgozás, vizsgákra való készülés. Az utolsó pár szabad percben azonban – két tétel között, vagy akár a vizsgára várva – szeretnék jó szórakozást kívánni a Hallgatói Önkormányzat és persze a magazin szerkesztőségének nevében a Confabula 2024-es tavaszi számához.

Kiss Krisztina
Főszerkesztő



SIKERES NŐK



INTERJÚ DR. BOCK-MARQUETTE ILDIKÓVAL

Dr. Bock-Marquette Ildikó a Biokémiai és Orvosi Kémiai Intézet tudományos főmunkatársa, kutatója és oktatója. 2022-ben magas rangú Abraham White Lifetime Science Award elismerésben részesült, a thymosin béta-4 peptid magzatfejlődési és öregedési folyamatokban betöltött szerepének részletes vizsgálatáért. Laborjába lépve különleges világba nyerhettem betekintést. Erőt, magabiztosságot és komolyságot sugárzó környezetben, nyugodt, családi légkört volt szerencsém megtapasztalni, melynek mozgatórugója Ildikó.

Köszönöm, hogy elfogadta megkeresésünket! Mesélne egy kicsit magáról olvasóinknak?

Eredetileg Villányban nőttem föl, családom német anyanyelvű felmenőktől származik, így ennek megfelelően a pécsi Leőwey Klára Gimnázium német nemzetiségi tagozatára jártam, ahol németül érettségiztem. A gimnáziumban volt egy fantasztikus biológia tanárom, Dr. Litkei József tanár úr - ő egy olyan tanár volt, akivel jártuk az erdőt, úgy ismertük meg a növényeket.

Elhozott minket az orvosi egyetemre a boncterembe, hogy lássuk az embert. Szégyen volt nem tanulni nála: mellette tudni akartunk, mindenáron. Először műszaki pályán gondolkodtam, mivel a családomban mindenki ezen a területen mozgott, de én lettem végül az egyedüli „elfajzott” és orvos lett belőlem, ami főleg a tanár úr hatásának köszönhető. 1984-ben nyertem felvételt az orvosi egyetemre és én is hat évig jártam ide.

Mindig a kutatás foglalkoztatta, ez a pálya érdekelté tanulmányai alatt is?

Három terület közül próbáltam eldönteni, hogy milyen irányt vegyek. Az egyik a patológia, ebben az intézetben is TDK-ztam Dr. Matolcsy András szárnyai alatt, aki nagyon jó mesterem volt. Éjszakába nyúlóan dolgoztunk, néha öngyújtófény mellett mentünk az emeletre a halottas kamra mellett Takáts Ottó barátommal, mert a hátsó lépcsőházban nem volt világítás. A patológia alapiskola, feltétlen kell és érdemes megtanulni. A másik lehetőség a régi Honvéd Kórház Pszichiátriai Osztályán adódott hatodévesen, mindig is nagyon érdekelt a pszichológia, az emberi elme működése, de a megismert lelki terheket nem tudtam a kapunál letenni, vittem haza magammal, úgyhogy úgy gondoltam, hogy ez mégsem az én utam lesz.

A harmadik izgalmas terület pedig a gyermekgyógyászat volt, ott is Méhes professzor iskolája, de végzésemkor a Gyermekklinikán nem volt szabad hely, viszont teljesen véletlenül a Biokémián igen, így az elvégzett hatodév után az első két évemet a Biokémiai és Orvosi Kémiai Intézetben töltöttem, ahol a felvétel után azonnal oktatni kellett. Azért a hatodév végeztével az ember a biokémiára nem igazán emlékszik, úgy tanítottam, hogy a diákok előtt jártam egy-két héttel az anyagban. Első évben az oktatáson kívül nem igazán volt más feladatomban, majd második évben kezdtem Dr. Sándor Attila professzor úr irányításával a kutatásba is betekinteni. Sándor professzortól és a technikus kollégáktól rengeteg mindent megtanulhattam. Ebben az

időben látogatott haza az Amerikai Egyesült Államokból Dr. Melegh Béla professzor úr, aki korábban szintén a Biokémia Intézetben dolgozott, és éppen munkatársat keresett maga mellé a Gyermekklinikán induló laborjába. Egy lépéssel közelebb kerültem a régi álmomhoz, így örömmel mentem hozzá első PhD hallgatójaként. Ez a találkozás örökre meghatározta a pályámat. Három év közös munka után Melegh professzor volt az, aki segített egy ösztöndíj pályázatot megnyerésében az Egyesült Államokba az International Pediatric Research Foundation jóvoltából. Összepakoltam, és semmi angol nyelvtudással (németet és oroszul tanulhattunk akkor csak az iskolában) felszálltam a repülőre és elindultam Amerikába egyedül.

Hogy boldogult, hogy élte meg ezt az időszakot?

Itt indult csak életem következő nagy kalandja. Először is meg kellett tanulnom angolul, amit úgy tettem, mint egy kisgyermek. Hallgattam, hallgattam és egyszer csak megértettem. Madisonban két évre kaptam ösztöndíjat, ahol génterápiával foglalkoztunk (Pécs méretű városként kell elképzelni Madisont azzal a nagy különbséggel, hogy télen nagyon hideg van). Két év után Dr. Jon Wolff professzor felajánlott egy harmadik év lehetőségét a laboratóriumában, így maradtam - annak ellenére, hogy mindenáron haza szerettem volna jönni, hazahozni, amit tanultam.

Férje, Jon - azt hiszem, kijelenthetjük -, hogy a kar egyik meghatározó karaktere. Hogyan ismerkedtek meg egymással?

A harmadik Madisonban töltött évem alatt ismerkedtem meg Jonnal teljesen véletlenül. Egy magyarországi barátóm, Dr. Skuta Gabriella akkor került Dallasba a Biokémiáról, amikor én északra. Én Madisonból, a fagyból és hőséssből elmentem hozzá látogatóba Dallasba kicsit a nyárba. Az ő akkori párja ismerte Jont és így ismerkedtünk meg. A harmadik év után úgy döntöttünk, hogy összeházasodunk és Madisonból leköltöztem Texasba. Összepakoltam újra, minden felkerült Jon „pick-up truck”-jára és 18 óra vezetés után megérkeztünk Dallasba. Kétszer házasodtunk össze Amerikában, egyszer Jon háza előtt, aztán egy esküvőnk volt Jon nővérénél, aki egy indián rezervátum területén él férjével az erdő közepén, egy gyönyörű log-house-ban. Házasságunk pedig egy évvel később Magyarországon is megerősítésre került az itthoni családdal és barátokkal.

Texasba való költözésem előtt nekiláttam állást keresni, és az UT Southwestern Medical Schoolban kötöttem ki. Szerintem mázlim volt, hogy professzor Eric Olson intézetében Dr. Deepak Srivastava mellett egy olyan kutatólaborba kerültem, ahol a modern szív kutatások alapjai születtek és születnek ma is. Rengegetet tanultam, egyszerűen beleszerettem ebbe a témába.

Hogyan kanyarodott vissza Magyarországra az útja?

Időközben Deepak-et San Franciscoba hívták a Gladstone-ba igazgatónak, Jon állása miatt azonban nem tudtam vele tartani. Maradtam Dr. Eric Olson intézetében. Két nagy pályázatot is elfogadták, így meg tudtam alapítani saját munkacsoportomat. Nem voltunk túl sokan, de már saját laborom volt, izgalmas időszak volt ez számomra. Jon festőművész, minden évben hazajöttünk akkoriban Magyarországra, és beleszerettünk a Mecsekbe, a házakba, a formákba és a színekbe. Én pedig mindig haza akartam jönni. Ez idő tájt épült a Szentágotthai János Kutatóközpont, ahol Dr. Sümegei Balázs professzor úr felajánlott egy álláslehetőséget.

”Mindenképpen szerettem volna, hogy a gyerekeim Magyarországon érettségizzenek, azt gondolom, hogy szélesebb horizontú tudást kapnak itt, mint az amerikai általános- és középiskolákban.”

Kaland volt hazaköltözni, mindent bepakoltunk egy nagy konténerbe, ahogy a filmekben, és a legminimálisabb dolgokkal repülőre szálltunk. Nem volt olyan egyszerű egy olyan helyet találni a pécsi szűk utcákban, ahová egy hatalmas konténer be tudnak állítani.

Milyen volt újra felépíteni az életet, folytatni a kutatást?

Hoztam jó pár dolgot magammal, főleg a kutatásom anyagait. Hatalmas szárazjeges dobozokban hazaköltöttem FedEx-szel az anyagokat, és mikor hazaérkeztem, kerestem, hogy hová menjek, hol a kutatóközpont, de még csak az alapokat ásták. Kalandos időszak volt, végül 2012. júniusában beköltözhettem egy csontüres laborba. A következő lépés az volt, hogy megtaláljam a kis csapatomat. Az elején a biokémia előadásaim után jöttek oda a srácok hozzám, beszélgettünk, újra megkerestek és csapatagokká váltak. Együtt szépen építettük a kutatólaborot tégláról téglára. Mindenképpen jó érzés,

hogy az alma materemben átadhatom az itteni diákoknak is mindazt, amit tanultam.

Hazajönni kicsit olyan volt, mint egy időgép, visszakerülni ugyanoda, ahonnan indultam, először furcsa volt. Nem sok minden változott kinézetre, de ha odajött hozzám egy külföldi hallgató, most már válaszolni tudtam angolul. Pécs és az egyetem is változott, rengeteg külföldi hallgató lett; amikor én diák voltam, akkor indult az első angol évfolyam 20 fővel.

Milyen a hallgatókkal együtt dolgozni? Tanácsol esetleg nekik valamit?

Csodálom ezt a generációt. Talán a rendületlen kitarítás hiányzik, mintha kicsit könnyebben feladnák a küzdést ahhoz képest, ahogy mi birtuk. De rengeteget tanulok tőlük, rendkívül izgalmas a gondolkodásmódjuk. A laborban társak vagyunk, egymástól tanulunk folyamatosan, egymás mellett, egymásért. Azt látom, hogy a magyar gyerekek nagyon félnek kérdezni, félnek kimondani a gondolataikat. Minden meglátás értékes, nincs buta gondolat és együtt valami újat és értékeset tudunk létrehozni.

” Ne féljenek a kérdéseiktől és meglátásaiktól, ez egy izgalmas és csodálatos nagy játék. A magyar hallgatók fantasztikusak, éles agyuk van és rendkívüli kreativitással tudnak kombinálni.

Hogy telik egy nap a laborban?

Az ember bejön, leteszi a táskáját, majd átgondolja, hogy mi a mai feladat. Végigjár az asztalok között, megkérdezi, ki hogy érzi magát, rendben van-e, aztán mindenki nekiáll a maga munkájának. A pályája kiválasztásában én azt tanácsolom mindenkinek, hogy találja meg, mi az, amit úgy csinál, hogy közben számára eltűnik az idő - amikor felnéz és azt mondja: „hűha, eltelt két óra, hát hogyan?”, mert az lesz az útja. Nekem szerencsém van: ha a laborban vagyok, boldog vagyok, veszek egy nagy levegőt és elmerülök ebben a csodában.

Mit szeret csinálni szabadidejében?

Olvasok - a szépirodalom az kell: egy jó könyv, egy film -, de főleg a könyv. Szeretek olvasni és mióta tudok angolul, igyekszem az eredeti nyelven olvasni (mind angolul, mind magyarul). Régen futni, biciklizni jártam rengeteget, de most idősebb koromra elsősorban a jóga maradt.



Bízatok mindenkit arra, hogy mozogjon, sportoljon. A mozgás kell!

Az Abraham White Lifetime Science Award díjáról mesélne néhány gondolatot? Milyen érzés volt ebben a kitüntetésben részesülni?

Én nagyon csodálkoztam, amikor egy szép napon Goldstein professzor úr, Abraham White valamikori tanítványa felhívott és azt mondta, hogy az eddigi kutatási eredményeim alapján a bizottság úgy ítéli meg, hogy rászolgáltam a díjra. Óriási megtiszteltetés volt számomra, hogy az általam is vizsgált fehérje felfedezőjétől vehettem át ezt a díjat, ott állt mögöttem és ő akasztotta nyakamba a kitüntetést. 23 év küzdelmeinek elismerése, mérhetetlen sok munka, rengeteg tudás és számtalan barátság született ennek a kutatásnak kapcsán. El sem akartam hinni, de nagy megtiszteltetés volt ez tény - és valós. A családom végig mögöttem állt, ez a díj nem csak az én érdemem. A kutatás egy csapatjáték, a hallgatóim, az összes kollégám, mentoraim és a családom türelme, kitarása és segítségé nélkül nem juthattunk volna el ideig. Ezúton is őszinte köszönettel tartozom minden mentoromnak, az egész családomnak, valamint hálás és mérhetetlenül büszke vagyok kollégáimra, hallgatóimra, barátaimra, akivel a kutatásaim során együtt dolgozhattam és a mai napon is dolgozhatok.

Ezúton is gratulálok a kitüntetéshez! A látogatásom során én is megtapaszthattam, hogy ebben a laborban és csapatban ténylegesen jó hangulatban repül az idő. További eredményes kutatást, sok sikert és kitarást kívánok!

Készítette:
Grunda József Árpád

Pszichikum

Keringőt járnak sötét megvilágítás alatt
lidérces álomképeink,
színesítenénk elmúlt és eljövendő éveink.
Alattunk földet árnítani, hogy
gyorsabbak lennénk nála, tudva,
belehalunk eme szívizomlázba.

De a megrészegítő vízió elleni realitás
most igen józanító,
vele gyűrű bilincsként hordva nem méltó.
Jelenünk ördöglakat; várva, hogy
a logika átvegye az irányítást;
minduntalan süketre hallgatok.

Egy helyei közt pattogó metronóm
készít engem vallomásra;
mit tehetnék; csak halotti csók aortámra.
Ő mással; én magányomban
szenderedek el, ha múlt lesz
az insomniá.

Távolodnék a sok bajtól, mint világból
magát kizavaró kívülálló,
talán sehol se lehetnék teljesen odavaló.
Az élet nem habostorta, mégis érzéseim
különösen egyedi hobbija, hogy
lélekkeltető engem ravatalra tenni.

Ennek ellenére az élet maga a nap,
olyan ő, mint kertésznek árnyilliom;
béke megőrzéséből tomboló forradalom.
Túlcsordul napjaimban empátiafogadag,
vakítóan ragyogó, szavakba nem
önthető kisugárzása.

Kivárni a fehéritő illatú áprilisi
délutánban, létezés édes értelme;
ha reggel írt, levele megérkezne éjjelre.
S egy ő-nyi helyet szűkülhet az úr, ami
szívemben tátongva leli meg az éter
minden négyzetméterében.

- Szabó Lili





Az Önbizalom Szörny meséje

Biztosan ismersz engem, kedves Olvasó. Valószínűleg rettegsz tőlem az álmaidban. Még nappal is folyton engem keresel. Hol rejthőzhet? – kérdezed magadtól. Persze lehetséges az is, hogy szeretsz engem. Megeshet, hogy jóban vagyunk. Végtére is hosszú életem során találkoztam néhány emberrel, akivel kifejezetten megkedveltük egymást.

Mindenesetre inkább bemutatkozom. Én vagyok az Önbizalom Szörny. Ott lapulok a szobád sarkában, amikor kételyeid támadnak. Figyellek a távolból, amikor éppen sikereket érsz el. Igaz, az utóbbi jóval ritkábban történik meg. Na jó, nem leszek gonosz. Ma kivételesen nem, hiszen születésnapom van. Arra gondoltam, most nem valaki másnak a szenvedését tekintem meg, hanem elregélem az én történetemet. Az úgy is olyan szórakoztató. Meg tanulságos. A saját történetünk az a történet, amiből a legtöbbet tanulhatunk. Empátia Szörny valószínűleg vitatkozna velem, de most nem ő a Mesélő. Az én feladatomban pedig nem az, hogy kedvességre és önfeláldozásra tanítsalak benneteket. Engem csak az önbizalmatok vagy annak hiánya érdekel. Semmi más, a szörnytársaim majd törődnek az egyebekkel. Azonban mint említettem, ma nem dolgozom. Nem leszek ott a rémálmaidban, nem fogok nevetni a kudarcaidon. Nem leszek a halk hang a fejedben, aki megfogalmazza a kétségeidet. Sajnos a sikereidet se tudom látni így, de hát egy szabadnap nekem is jár. E jeles napon tehát csak mesélni fogok.

Izgalmas história az életem, főleg mióta felnőttem. Az életem eleje ugyanúgy kezdődött, mint bármelyik szörnytársamé. A felhők fölött születtem, a Szörnybirodalom egy apró falvában, Montreus-ban. A szüleim természetesen rendkívül boldogan mutogattak engem az ismerőseiknek. A gyerekkoromban nem volt semmi különleges. Óvoda. Iskola. Aztán Szörnyavatás.

A Szörnyavatás egy ünnepélyes ceremónia, ahol megkapjuk a későbbi foglalkozásunkat. Reméltem, hogy valami menőt kapok. Harcos

Szörny. Ijesztgetés Szörny. Színes Szörny. Vakmerő Szörny. Okos Szörny. Építő Szörny. Számtalan remek lehetőség lett volna. Azonban egyik se hangzott el, amikor a Szörnyanya végre a nevemhez ért.

- YBL. Bizonytalan. További küldetés szükséges. – A idős szörnyasszony szavain megrettentem. A Bizonytalanok távoztak a Szörnybirodalomból, s addig nem térhettek vissza, míg meg nem találták a küldetésüket az emberek világában. Sokszor még évekbe telt, mire az illető megszerezte a végleges képesítését. Néhányan pedig örök vándorok maradtak.

A legpontosabb képet szeretném elétek tárni kezdeti megpróbáltatásaimról, így úgy döntöttem felolvasom nektek korábbi napló bejegyzéseimet:

Bizonytalan. Az utolsó dolog, amit hallani akartam. Bár kétségkívül, a Bizonytalanok kapják a legrangosabb kinevezéseket később, s társadalmunk legtiszteltebb tagjaivá válnak ők. Azonban nekem nincsenek ilyen ambícióim. Nincs szükségem mások elismerésére a boldogságomhoz. Én csak egy társra vágyok, vidám szörnygyermekekre, meg egy szórakoztató, de nem túl nehéz munkahelyre.

Egy átlagos szörny akarok lenni. A Szörnybirodalomban. Semmi kedvem arra az ismeretlen helyre menni. Az az emberek birodalma. Nem az enyém. Sosem lesz az én otthonom az a vidék. Megijeszt a gondolat, talán soha többé nem jöhetnek vissza a felhők feletti hazámba. Ha nem szerzek képesítést, örökre ott ragadok. Az emberek furcsa bolygójának vándorló lelke leszek, aki csupán arra jó, hogy éjszaka fura zajokat csapjon a házak elhagyatott padlásán, amitől talán még az élénk fantáziájú minimeberek se félnek.

Előre ugorhatunk, kedves Olvasó? Nem szeretek a múltbeli bizonytalanságaimon merengeni. Szívesebben elmesélem neked, hogyan kezdődtek a kalandjaim az emberek bolygóján.

Föld. Az új lakhelyem. Egy ideig az egyetlen otthonom. Távól az igazi hazámtól. Felhők válszatanak el a családomtól, a legkedvesebb barátaitól. Itt lent nincsenek felhők. Bármerre elnézek, csak egymáshoz illesztett kockákat meg gúlákat látok. Házaknak hívják őket – ezt is megtanultam, miközben két emberlény beszélgetését hallgattam. Ők éppen újabb házakat akartak építeni egy virágokkal teli tisztásra. Újabb kockák, újabb gúlák. Nem értem, a Föld lakói hogyan képesek ilyen apró helyeken tartózkodni hosszú-hosszú éveken át.

Először az összes ház ugyanolyannak tűnt. Napokig, talán hetekig vándoroltam közöttük. Cél-talanul. Mi lesz, ha nem jövök rá a küldetésem-re? Hazajutok még én? – kérdeztem magamtól egyre gyakrabban. Lett egy második énem, aki folyton azt mondogatta: A többi Bizonytalan szörny valószínűleg okosabb. Bátrabb. Kedvesebb. Talpraesettebb. Én csak átlagos vagyok.

Mindig is az voltam. Nem a legokosabb, de nem a legbutább. Nem lettem festőművész, de az iskolában a legtöbb feladatot teljesíteni tudtam a rajzórán. Nem nyertem sportversenyeket, de kitartóan tudtam futni, s nem voltam ügyetlen a labdajátékokban.. Nem volt számtalan barátom, de sosem éreztem magam egyedül. Semmiben nem tartottak igazán tehetségesnek, de semmiben nem voltam igazán rossz. YBL átlagos. Szerintem mindenki ezt mondta a hátam mögött.

Azonban ez engem nem zavart. Szörnybirodalomban sose érdekelt, mit gondolnak rólam mások. Itt lent meg senki nem ismer, szóval még csak nem is pletykálhatnának rólam. Viszont tudtam, többet nem maradhatok átlagos YBL. Kell taláinom valamit, amiben jobb vagyok, mint bárki más. Ugyanis ha átlagos maradok, sosem érem el célomat. Sosem jutok haza.

Szóval újult erővel kerestem küldetésemet. Próbáltam segíteni a földlakóknak. Azonban nem tudtam házakat építeni a fuvallatommal. Nem gyógyítottam meg a betegeket, ha a szobájukban tartózkodtam. Nem varázsoltam széppé senkit, de csúnyává sem. Utóbbit talán nem

bánták az emberlények.

Azonban bármennyire is kimerítő volt a sok próbálkozás, nem adhattam fel. Haza kellett jutnom. Meg kellett szereznem a képesítést. A társadalom hasznára akartam válni, még akkor is, ha ezzel nem a szörnyeknek segítek, hanem az embereknek. Tovább folytattam tehát e különös bolygó barangolását, s lassan egészen megszoktam az emberek furcsábbnál furcsább tulajdonságait. Aztán egy szép napon a Ház előtt találtam magamat.

A Házban egy szülőpár lakott fiatal leánygyermekükkel. Családi ház. Így hívták az effajta lakókocka-gúla együtteseket. A Ház ugyanúgy nézett ki, mint az összes többi, melyeket korábban láttam. Azonban földi tartózkodásom során először izgatottság fogott el. S egy különös bizonyosság. Itt a feladatom. Itt a helyem.

Benéztem az ablakokon. Először csak unalmas bútorokat és bézs falakat láttam, majd megpillantottam őt. A kislányt. Hét éves lehetett. Élénk narancssárga ruhát viselt, ami vidámságot tükrözött. Azonban amikor megfordult, az arcán könnyeket láttam. A kezében egy kis mackót szorongatott.

Az ablaküvegen keresztül a szobába suhantam. A kislány persze nem láthatott. Mi szörnyek láthatatlanok vagyunk az emberek számára, ha csak úgy nem döntünk, hogy megmutatjuk magunkat nekik.

- Szerinted miattam megy el? Múltkor nem raktam rendet a szobámban, és az oviban leszidott az óvónő.

A kismackó nem felelt. A gyermek könnyei tovább folytak.

- Szerintem nem – szólaltam meg, miután alakot öltöttem. Nem tilos beszélünk az emberekkel a küldetésünk során, de nem is igazán ajánlott. Azonban nem tudtam, hogyan segíthetnék a kislánynak egy láthatatlan szörnyként. Ráadásul már hónapok óta nem kommunikálhattam senkivel. Magányos voltam.



- Ki vagy te? – nézett rám csodálkozva a leánygyermek. Szerencsére nem rémisztettem halálra a megjelenéssel. A Szörnybirodalomban a Bizonytalanok gyakorta meséltek az emberekkel való találkozásairól. A gyermekek néha eszeveszetten sikoltozni kezdtek, segítségért esedeztek. A legtöbb esetben azonban inkább aranyos és kedves jövevényeknek találtak bennünket, és úgy vélték, hogy egy távoli mesevilágból érkezünk.

- Én... Szörnyi vagyok – mondtam végül. Titokban tartottam a nevemet, ahogy a Szörnyanya tanácsolta. – És téged hogy hívnak?

- Emma a nevem. És Szörnyi, te honnan jöttél?

- Fentről – feleltem. Többet nem árulhattam el a lakhelyemről. Ez is egyike volt, azoknak a tanácsoknak, amit indulásomkor kaptam.

- Az égből?

- Igen.

- Miért beszélsz velem?

- Hm... - valami bölcs válaszon gondolkodtam. Azonban nem jutott eszembe semmi értelmes gondolat. – Küldetésem van.

- Mi a küldetésed?

- Nem tudom. – Nem tudtam, hiszen én Bizonytalan voltam. Végre történt valami, s még ezzel a helyzettel se tudtam mit kezdeni.

- Ne aggódj. Én se tudok semmit soha, Szörnyi. Anya elköltözik itthonról. Azt mondja, apával már nem szeretik egymást. De hazudik. Miatlant megy el. Nem vagyok elég jó kislány. – Emma hangja elcsuklott, s a tenyerébe temette az arcát. Keservesen sírogált.

- Emma, biztos vagyok benne, hogy te egy csodálatos kislány vagy.

- Nem, Szörnyi. Nem vagyok az. Rendetlen vagyok. Béna. Tegnap még az unokatesómmal is összeveszttem. Azt mondjuk nem is bánom. El akarta venni a kristályos pónimat. Pedig azt én kaptam.

- Szerintem kedves vagy. A szobád is takaros. És okosan gondolkodsz – mondtam neki. Tényleg így vélekedtem. Emma aranyos teremtésnek tűnt. Szerettem volna, ha vidám. Bár akkor még nem tudtam, mindez hogyan kapcsolódik a küldetésemhez, végre találtam magamnak egy célt. El kellett érnem, hogy Emma ne magát hibáztassa a szülei válásában.

- Te is kedves vagy, Szörnyi. És biztos majd rájössz, mi a küldetésed. – mondta mosolyogva, s végre megálltak a könnyei.

Szóval így kezdődött a barátságunk Emmával. Napokig ott maradtam vele a szobájában, s önbizalmat öntöttünk egymásba. Megdicsér-

tük a másik jó tulajdonságait, próbáltuk javítani a rosszakat. Hittünk egymásban, amikor saját magunkban nem tudtunk hinni. Emma volt az első küldetésem. Sikerral jártam, pontosabban jártunk. A kisleány belátta, nem ő tehet a szülei válásáról. Én akkor még nem tudtam a küldetésem pontos célját, de máris kevésbé éreztem magam Bizonytalannak. Elhatároztam, meg kell találnom az Emmához hasonlókat. Azokat az embereket, akik kételkednek magukban. Vissza kell adnom az önbizalmukat, épp úgy, ahogy Emma megerősítette az enyémet.

Nemsokára megkaptam a hivatalos foglalkozás címetem is. Az idő múlásával pedig egyre tapasztaltabb lettem. A kedvességemből viszont vesztettem. Sok embernek a kemény, gonoszabb énemre volt szüksége. A szörnyetegre, nem pedig Szörnyire. A lelkiismeretem azonban tiszta. Az ő érdekükben cselekedtem. A szörnyeteg énem kalandjait viszont majd egy másik nap mesélem el neked, kedves Olvasó. Mára elfáradtam, s egy hivatásos Önbizalomszörnynek is kell pihennie időnként.

-Mi lett Emmával? – kérdezed. Majd valamikor erről is beszélünk. Most csak annyit mondhatok, hogy Emma boldog, s magabiztos hölgy. Időnként vissza-visszasuhantam hozzá, bár talán neki kevesebb szüksége volt rám, mint nekem rá. Azonban ezt az apró részletet ne pletykáld el senkinek, drága Olvasóm! Néha-néha az Önbizalomszörny is kételkedhet magában. Végtere is senki se tökéletes.

Írta: Pontyos Kata Sára



Interjú rezidens orvosokkal

6 rezidens orvos, Pécsen és nem Pécsen tevékenykedők és 6 különböző szakterület – de mi is a közös bennük? Mindannyian 2023-ban végeztek a Pécsi Tudományegyetem Általános Orvostudományi Karának általános orvos szakán, és frissen végzett, fiatal, pályakezdő orvosokként betekintést engedtek a mindennapjaikba. Vágyunk is bele!

Aneszteziológia és intenzív terápia:
Dr. Szapáry Ádám



Milyen hatásra döntöttél az aneszteziológia-intenzív terápia mellett, mi volt a motivációd?

Egyértelmű vágyálmom nem volt ez az irány, hallgatóként engem több minden érdekelt, köztük az anesztézia is. Ez az a terület, ami talán a legjobban összefogja az egyetemen tanultakat az elméleti alapoktól kezdve a klinikai tárgyakig, gyakorlatilag valamennyi klinikai területtel találkozhat az ember a mindennapi gyakorlatban. Az elméleti dolgok mellett rengeteg manuális is van a szakmában, ezért akinek van ilyen jellegű indíttatása, de a sebészi pálya nem érdekli, akkor érdemes lehet az aneszt ITO-n is elgondolkodni.

Itt a klinikán szerencsés helyzetünk van, mert

rengeteg tapasztalt kollégától lehet tanulni, és az intézet szíven viseli a fiatal rezidensek oktatását.

Hogy néz ki egy napod, milyen műtéteken alathatsz és nagyjából mennyi idő után válsz önállóvá, hogy egyedül althatsz műtéteknél?

Itt a klinikán hetente kapunk beosztást, ezért nem tudjuk, hogy a következő héten hol fogunk dolgozni, a most kezdett rezidenseknél igyekeznek már figyelni arra, hogy lehetőség szerint huzamosabb ideig legyünk egy helyre osztva, de azért vannak meglepetések. Amikor az intenzív osztályra osztanak minket akkor az ott lévő osztályos munkát végezzük, van lehetőség különböző manuális beavatkozás gyakorlására, elvégzésére. Műtőben pedig általában szakorvos mellé vagyunk osztva, vagy egy tapasztaltabb rezidens felügyeli a munkánkat és lát el tanácsokkal.

Gyakorlatilag az összes klinikán megfordulunk idővel, ahol sebészi beavatkozást végeznek, ezért betekintést nyerhetünk valamennyi műtéti típusba, melyek olykor speciális anesztéziai technikákat is igényelnek. Azt gondolom, hogy önálló altatást ideális esetben viszonylag hamar alkalmassá válunk kivitelezni. Az ideális eset alatt arra gondolok, hogy az altatott beteggel minden rendben van, azonban ha valamilyen szövődmény támad - legyen az akár anesztéziai, akár sebészi -, akkor ezeknek az elhárításához nem kevés tapasztalatra és hidegverre van



szükség, amely csak sok év munkájával és tapasztalatával szerezhető meg.

Volt e az elmúlt időszakban olyan műtéted, ami különleges élmény volt - ez alatt értem pl. hogy egy igazi kihívást jelentett, mégis sikerült jól abszolválni?

Konkrét műtétet nem tudnék kiemelni. Az elmúlt hónapban az ortopédiai klinikán dolgoztam, ahol az egyes protézis műtétekhez előszeretettel alkalmaznak - illetve alkalmazunk - regionális anesztéziát, gerincközei érzéstelenítést. Itt volt alkalmam és szerencsém úgynevezett Espocan kombinált Epidural-Spinal szettel dolgozni, mely segítségével egy bökésből kivitelezhető a spinális anesztézia, illetve a beteg epidurális kanüllel való ellátása. Ezt a szettet viszonylag ritkán használjuk, vidéki kórházakban dolgozó kollégáknak tudomásom szerint gyakorlatilag nincs lehetőségük találkozni vele. Nem tudom mennyire nevezhetjük ezt "különleges élménynek", de ezt tudnám kiemelni, ami frissen él az emlékeimben, és a nem túl gyakori használata miatt is örülök, hogy dolgozhattam vele. De az igazi különleges élmény szerintem még várat magára.

Fül-Orr-Gégészet:
Dr. Buczkó Emma



Miért döntöttél a fül-orr-gégészet mellett és hogyan kell elképzelni egy fül-orr-gégész szakképzését?

Szerettem volna olyan szakmát választani, ami- ben az invazivitás és a beteggel való kontakt egyaránt része a mindennapos betegellátás-

nak. Mind e mellett egy rendkívül változatos szakmáról van szó, ami miatt ma már tovább lehet specializálódni bizonyos területekre (pl. audiológia, foniátria, gyermek fül-orr-gégészet, onkosebészet, rhinológia stb.), ez is egy szempont volt számomra a választásban. A szakképzés 5 éves, ami a fül-orr-gégészetén kívül főleg sebészeti alapokra helyezi a hangsúlyt. A képzés során 2 részvizsgát kell teljesíteni, azt követően pedig jöhet a szakvizsga.

Hogyan zajlik egy napod a klinikán?

A napom minden reggel a nagy vízzel kezdődik 7:30-kor, majd utána mindenki elfoglalja helyét attól függően, hogy hova vagyunk beosztva aznapra (osztály, ambulancia vagy műtő). Hivatalosan 15:30-ig tart a munkaidőnk, de persze előfordult már párszor, hogy egy ügyelet határon beérkező akut műtét miatt este 6-7-kor mentem haza. Egyelőre a legtöbb napot az osztályon töltöm, ahol főleg betegfelvételekkel és az osztályos betegek kezelésével foglalkozom, de volt már pár saját lokális érzéstelenítésben végzett műtétem, és sokszor van lehetőségem nagy műtéteken is asszisztálni.

Van példaképed a szakterületen, ha igen ki és miért?

Karrier szempontjából egyelőre még keresem az utam a szakmán belül, nagyon sok minden tetszik, ezért szakmai példaképemnek több embert tudnék megnevezni. Azonban életvitel szempontjából Somogyvári Krisztina adjunktus doktornőt említeném meg, aki mind amellet, hogy az országban elsőként végzett el fül-orr-gégészeti robotsebészeti műtétet a Klinikán, három gyermekes családanya. Ezzel csupán azt szerettem volna mondani, hogy nem könnyű megtalálni az egyensúlyt a mindennapokban, de ez lenne az egyik célom.





Mi vonzott a pszichiátria terület felé, mi az a tényező(k) ami miatt erre esett a választásod?

Hatodévbem nagy dilemma volt számomra, hogy milyen szakot válasszak; a gyermekgyógyászat, neurológia és a pszichiátria tárgyak voltak a kedvenceim, így e három között vacilláltam. Már egy ideje kacérokodtam a gondolattal, hogy a gyermek- és ifjúságpszichiáter rezidens képzést válasszam, azonban kicsit úgy éreztem ezzel a szakkal kapcsolatban, hogy ezen ágazatnak még van hova fejlődnie, így végül úgy döntöttem, hogy vagy a gyermekgyógyászatot vagy a pszichiátriát fogom elkezdeni.

A hatodéves gyakorlatomat a Soproni Erzsébet Oktató Kórház Pszichiátriai Osztályán töltöttem, és ott engedték, hogy a Gyermekek- és Ifjúságpszichiátriai Osztályon is eltölthessek pár napot. Itt betekintést nyerhettem a gyermekpszichiáterek és pszichológusok munkájába, és rá kellett jönnöm arra, hogy sok esetben a szülőkkel, nevelőkkel is nagy probléma van. Így az ott dolgozó gyermekpszichiáterek biztatására úgy döntöttem, hogy a felnőtt pszichiátriával fogom a képzést kezdeni. Közben rájöttem, hogy mennyi-mennyi mindent lehet az alap szakképzésre építeni, pl. az igazságügyi pszichiátriát, ami véleményem szerint szintén nagyon érdekes, vagy az addiktológiát, pszichoterapeuta képzést vagy a rehabilitációt is akár. Emellett számtalan pszichoterápiás módszert meg lehet ismerni már a rezidensképzés során is. Közben szinten kell tartania magát az embernek a szo-

matikus orvosi dolgokban is, hiszen az osztályon fekvő betegeknek lehet egy alap kardiológiai-, neurológiai-, traumatológiai stb. betegsége, így bár a társszakmák tudnak segíteni, azonban alap szinten el kell látnunk a krónikus betegségeik talaján kialakuló szubakut problémákat. A gyógyszerinterakciók miatt is feltétlenül szükséges, hogy up to date maradjon az ember.

Hogyan néz ki egy napod, milyen teendőid vannak?

A napjaim jelenleg a soproni SBO-n zajlanak, hiszen 2022 óta a képzés eleme az 5 hónap sürgősségi gyakorlat, amiből 2 hónap SBO-n töltendő, 2 hét mentőgyakorlat és 2,5 hónap sürgősségi pszichiátriai gyakorlat. Szeptemberben viszont az Akut Pszichiátrián kezdtem, ami elég érdekes volt, hiszen a hatodév során a három hét gyakorlat alatt ilyen mélyen egyáltalán nem láthattam bele az osztály munkájába. Alapvetően a nap egy megbeszéléssel indul, ahol az ügyeletes orvos referálja az ügyelet történéseit, megbeszéljük, hogy van-e tervezett felvétel aznap, majd elkezdődnek az osztályos teendők: gyógyszerrendelések, ha jön új beteg, betegfelvétel, lázlap átirás stb., majd a vizit. A Pszichiátriai osztályokon véleményem szerint általában hosszabbak a vizitek, hiszen a páciensek lelki problémáit beszéljük át, meg kell ítélni, hogy aktuálisan legyen-e gyógyszeradag-módosítás, esetleg váltás. Ezt követően a vizit alatt felmerült problémákat kezdjük el intézni. A délután nagy része beteg explorációval, adminisztratív dolgokkal telik, igyekszem a betegeimet szupportálni, és lassan belekóstolni egy-egy pszichoterápiás módszerbe is, ami segítheti a felépülésüket.

Mennyire érzed mentálisan megterhelőnek a szakmát egy "szomatikus" orvosszakmához képest?



A szakma nemcsak azért kihívás, mert egyszerre kell figyelni a páciensek lelki és testi épségére, hanem valamennyire a szociális státuszukat sem lehet ignorálni, ezt is meg kell oldani. Rengeteg szociális otthoni elhelyezéssel kapcsolatos papírt töltünk ki nap mint nap, és sajnos érezhető ezen intézmények hiánya az országban.

Mentálisan megterhelő a szakma, és sajnos szupervízioról saját magamnak kellene gondoskodni, ez eddig nem történt meg, mivel közben egy másik gyakorlatot kezdtem el. Előbb-utóbb azonban mindenképpen sort fogok keríteni rá, illetve még nem feltétele a képzésnek, viszont a pszichológus testvéremtől tudom, hogy az önismereti képzés mennyire sokat tud segíteni és hozzátenni ahhoz, hogy a pácienseket az ember megfelelően ellássa. Így terveim között szerepel, hogy majd elinduljak egy ilyen önismereti úton, hiszen hiába gondolom, hogy jól ismerem magam, biztos vagyok benne, hogy sok minden saját magammal kapcsolatos dologgal nem vagyok tisztában.

” *Az önismeretet egyébként bármilyen szakot választó orvos palántának szeretném ajánlani, számtalan lehetőség van ezen a téren is, pl. pszichodráma, biblioterápia, egyéb művészetterápiás önismeret, Dream önismereti csoport stb.* ”

Összességében a számos kihívás ellenére nem bántam meg, hogy elindultam ezen az úton. Szeptember óta a PTE ÁOK-on kezdtem a rezidensképzést is, hűséges maradtam az alma materhez, és havonta van lehetőség Pécsre jönni egy-egy képzési napra, amik általában mindig nagyon érdekesen telnek. Legutóbb Szigetváron jártunk és betekintést nyerhettünk az ottani Addiktológiai Rehabilitációba és a Rehabilitációs Osztály munkájába, de volt már a korábbi években börtönlátogatás, tervben volt, hogy a Tündérhegy Rehabilitációs Központban ismerkedjünk az ott bevált pszichoterápiás módszerekkel, amiket személyiségzavarral küzdő pácienseken alkalmaznak.

Úgy gondolom, számtalan lehetőség van a képzésben, s bár már találkoztam az árnyoldalaival is annak, hogy ezt a pályát választottam, stigmatizációval, a többi szakmától való lenézéssel is, ennek ellenére várom a szakma következő kihívásait.

**Sebészet:
Dr. Kőrösi Péter**



Mi vonzott a sebészetben, miért pont erre a területre esett a választásod?

Hatodév végéig nem is tudtam, hogy milyen orvos szeretnék lenni. A szigorló év során ismertem fel magamban, hogy gyakorlatias típus vagyok és inkább a manuális szakmák illenek jobban a habitusomhoz és a személyiségemhez. Továbbiakban szempont volt még az is, hogy pörgősek legyenek a mindennapjaim. Két szakirány között hezitáltam. Az egyik a sürgősségi orvostan és oxiológia, a másik a sebészet. Jobban beleástam magam melyik szakma mivel foglalkozik és akkor jöttem rá, a sebészet az igazán nekem való.

Hogyan néz ki egy napod sebész rezidensként?

Reggel 7 óra környékén szoktam beérni a munkahelyemre, ránézek a betegeimre, beszélgetek velük néhány szót (hogyan telt az éjszakájuk, van-e fájdalmuk), utána leülünk az adminisztrátorral és elvégezzük a papírmunkát. Majd a főorvosi vizit következik, személyesen ránézünk mindenkire és azután pedig sort ejtünk egy megbeszélésre, ahol szó esik az ügyeleten történekről, illetve az előző napi és aznapi műtétekről. Ha érdekes vagy nehezen megoldható eset van, azokat is ilyenkor szoktuk közösen megtárgyalni. Ilyenkor szabad ötletbörze van, bárki bármilyen ötlettel előrukkolhat beteg problémájának megoldása céljából.

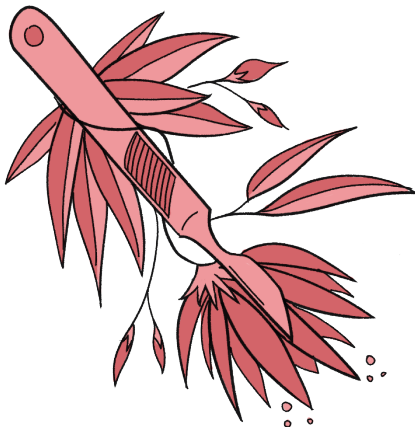
8-fél 9 között elindul a műtéti program, szerencsére a nagyon jó kollégák és gyakorlatorientált osztályvezetőnek köszönhetően sok önálló műtétet kapok rezidensként. Az egyszerű anyajegyektől kezdve a visszer műtétekig különböző beavatkozásokat bíznak rám, hogy kitanuljam a szakmát. Megközelíthetőleg délután 2-ig vagyunk műtőben. Ebédszünetet ritkán tartunk, ezért ilyenkor tudunk megebédelni. Délután mindenki a saját betegeire még egyszer ránéz és 3-tól az ügyelet kezdődik.

Milyen előnyt/hátrányt látod egy kisebb kórház sebészeti osztályának/műtéti lehetőségeknek egy nagyobb egyetemi klinikával szemben?

Véleményem szerint eddig csak az előnyt látom annak, hogy kiskórházban kezdtem a pályafutásomat. Szabad kezet kapok a döntéseimben és az operációk során is. Azt sajnálom, szerintem hátránynak tekinthető, hogy a komolyabb, nagyobb műtétekkel (pl. pancreas, aneurysma műtét) csak a klinikán találkozhatunk. Azonban a szakképzés során kötelező lesz klinikai gyakorlaton részt venni, ahol remélhetőleg találkozhatok új technikákkal és ritka műtéti módokkal.

Az egyik mottóm:

”Házat csak biztos alappal tudunk építeni”, ezért én úgy tekintek a kiskórházakra, mint olyan helyre, ami meg tudja nekem adni az alap technikákat.



Sürgősségi Orvostan:
Dr. Horváth Levente Máttyás



Mi vonz a sürgősségi munkában?

Az akut ellátás nem teljesen ismeretlen számomra, mivel egyetem előtt és alatt szakképzett mentőápolóként teljesítettem szolgálatot az Országos Mentőszolgálatnál, ami a körülményeket tekintve, majdhogynem az elejétől kezdve maximális önállóságot igényelt, így hamar megtapasztaltam ennek az összes előnyét és hátrányát.

Az osztályos munkával kapcsolatban jóval kevesebb tapasztalatom van, azt éreztem, hogy tőlem ez távolabb áll. Természetesen ennek a háttérében a korábban megszerzett tapasztalat és a következményesen kialakult komfortzónám állhat. Ami kimondottan vonz, hogy szinte az összes szakterület problémájával találkozhatsz és ezekre nagyrészt választ kellene találnod, de ez nem minden esetben jelent gyógymódot a beteg számára. Sok esetben ez egy iránydiagnózist jelent, amivel a megfelelő szakmaspecifikum felé továbbítható a beteg további ellátás és hospitalizáció céljából.

Leginkább krónikus betegségekkel és azok heveny fellángolásaival találkozhatsz, de az akut kórképek is szép számmal felbukkannak, mind traumatológiai, mind belgyógyászati esetek képében, ami a mindennapokban kihívás elé állítja az ellátót.

A betegmenedzsment legnagyobb részét orvosi szempontból többnyire egyedül végzed, de szakorvosi segítség mindig a rendelkezésedre áll (sürgősségin a műszakvezető, illetve konzílium formájában egyéb szakterületek szakorvosai).

Ugyanakkor ez egy csapatmunka is, ami elképzelhetetlen a radiológiai és labor háttér, illetve a sürgősségin dolgozó ápolók, beteghordók nélkül, akikkel szoros együttműködésben történik a betegellátás. Algoritmusok és szakmai irányelvek alapján dolgozunk, ami szintén segíti az önálló munkavégzést. A változatos és izgalmasabbnál izgalmasabb kórképekhez természetesen tartozik egy személy is, akiknél nem csak testi, hanem lelki probléma is húzódhat a háttérben, amire véleményem szerint szintén hangsúlyt kell és szükséges fordítani. Nincs két egyforma eset, nincs két egyforma beteg.

Manualitásokat tekintve egészen az intubálástól, mellkascsővezésen keresztül a centrál véna biztosításig mindennel lehet találkozni, monotonitást ebben sem fogsz érezni. Tapasztaltabb ellátóknál megfigyelhető, hogy idővel különös "szimatra" is szert tesznek, ami nagyjából azt takarja, hogy az első benyomás a beteggel kapcsolatban, hogy valami komolyabb baj húzódik a háttérben és mindenképpen nagyobb figyelmet kell szentelni rá, annak ellenére, hogy az elsődleges vizsgálatok során riasztó objektív tünet nem került (még) felismerésre.

” Az biztos, hogy mint minden más szakterület, ez is alázatra tanít. ”

Összegezve, ha szereted az önállóságot, kihívásokat, ambiciózus vagy, bírod a rejtvényeket, szeretsz csapatban is dolgozni, nem riadsz meg a gyorsabb döntéshozataitól és nem utolsó sorban a betegeket is szereted, akkor jó választás a sürgősségi szakma, illetve gyakorlaton jól fogod magad érezni!



Volt-e tapasztalatod az akut helyzetek ellátásában?

MSTR (Magyar Stroke Triage Rendszer) alapján besorolt időkritikus betegek ellátásával (kritikus, életveszélyes kategória) előbb-utóbb mindenki találkozik, így velem sem történt ez máshogy. Pár példát említve, volt már részem sikeres és nem sikeres újraélesztésben, GI vérző, illetve az ellátás irányítójaként időablakon belüli strokeos beteget ellátásában is.

Van olyan nap, amikor a felsorolt betegek 1-2-3 óra leforgása alatt egymást követik, és vannak műszakok, amelyek nyugodtabbak. Kiszámíthatatlan.

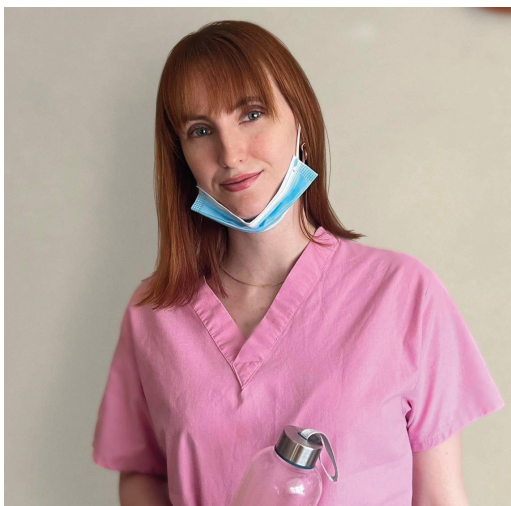
Milyen további terveid vannak a jövőre (és a szakmára) tekintettel?

Az egyetem után úgy gondoltam, hogy teszek egy kis kitérőt és a rezidensképzést mellőzve, osztályos orvos státuszban, kötetlenül, kiszakadva a mókuserékből 1 évet eltöltök a kaposvári sürgősségin. Szeptembertől kezdem az Anesztiológiai szakirányt.

A szakképzés alatt 1-2 műszakot, valamint szakképzést követően részmunkaidőt továbbra is szeretnék vállalni a sürgősségin. Ha egyszer egy biznissz elindul.... ☺

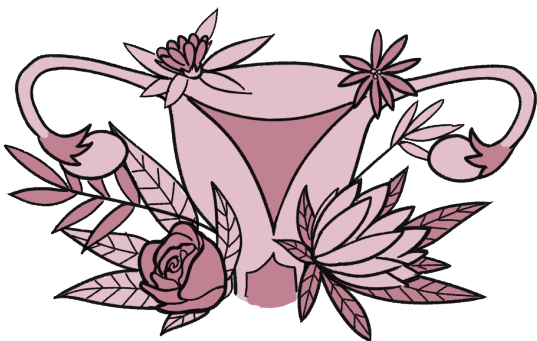


Szülészet-Nőgyógyászat:
Dr. Kövecss Eszter



Milyen okból kifolyólag választottad a szülészet-nőgyógyász szakmát?

Egészen negyedéves hallgató koromig azt gondoltam, hogy idegsebész leszek, ám a nyári sebeszet gyakorlaton ráébredtem, hogy az egy fizikailag is rendkívül megterhelő szakterület, így onnantól inkább egy olyan irányt szerettem volna választani, ahol szintén megvan a manualitás, a műtői környezet, de valamivel talán kevésbé terheli a szervezetet. Ötödévben találkoztam a szülészettel az egyetemi órák alkalmával, és volt egy "megérkezés" érzésem, mintha akkor és ott tudtam volna, hogy ezzel szeretnék foglalkozni. Tetszett, hogy megvan benne mind az operatív rész, mind pedig a szorosabb, bizalmi kapcsolat a páciensekkel.



Hogyan néz ki a klinikán egy napod?

A Klinikán 7:30-kor indul a nap. A napom menetrendje attól függ, hogy éppen milyen osztályra, milyen feladatokra vagyok beosztva. Jelenleg a szülőszobán vagyok, így reggel átvesszük az ügyeletes kollégáktól a szülőszobán tartózkodó pácienseket, majd 07:50-kor meghallgatjuk a reggeli megbeszélésen, hogy mi volt ügyeletben, illetve az aktualitásokat is átbeszéljük.

Ezután mindenki teszi a dolgát a nap folyamán. A szülőszobán születeket vezetünk, a rezidenseknek lehetősége nyílik gyakorolni többek között a fizikális vizsgálatot, burokrepesztést, gátmetszést, illetve annak elvarrását is. Innen visszük fel a kismamákat a műtőbe is császármetszés elvégzése céljából. Ezen kívül pedig nagyvetélések is zajlanak nálunk. 14:30-kor kezdődik a délutáni megbeszélés, ahol sorra vesszük a nap történéseit, 15:00 körül pedig haza indulunk.

Miért éppen Pécs mellett döntöttél? Milyen előnyeit/hátrányát látod a kisebb kórházakkal szemben?

Több okból is Pécs mellett döntöttem. Itt születtem, az elmúlt 25 évben itt éltem, itt van a családom, tehát minden ideköt. Ezen kívül pedig szerettem volna klinikai környezetben dolgozni, így egyáltalán meg sem fordult a fejemben, hogy elhagyjam a várost. Klinikán dolgozni szerintem azért előnyös, mivel sok ritkább esettel is találkozhatunk, amiket kisebb kórházakban különböző okokból kifolyólag nem tudnak ellátni. És persze az is szuper, hogy rengeteg kollégám van, és bárkitől kérdezhetek, ha úgy adódik, ami talán egy kisebb kórházban az orvosok kisebb száma miatt nem olyan egyszerű.

Hátrányként talán azt tudnám megemlíteni, hogy pont azért, mert egy kisebb kórházban nem tudja valaki mindig fogni a kezünket, hamarabb önállóak lesznek a rezidensek.

Az interjúkat készítette:
Kósi Zsófia

Interjú rezidens fogorvossal

A fogorvosi rezidensképzés nagy jelentőséggel bír az egyetemisták és frissen végzett orvosok életében. A témával kevesen foglalkoznak, ezért dr. Németh Kristóf egyetemi rezidenssel készült interjúban ezt a témát jártuk körbe.



A fogorvostanhallgatók többsége már találkozott veled különböző gyakorlatokon. Azok számára, akik nem ismernek, meséld magadról, egyetemista éveidről.

Dr. Németh Kristóf vagyok. A konzerváló fogászatot töltöm a harmadik évemet, mint rezidens. Anno 2013-ban kezdtem az egyetemet és 2019-ben végeztem. Az egyetemi éveim az elején sok kihívást tartogattak, nehéz volt beletérni a tanulásba. A technikáim voltak rosszak, nem is tudtam, hogy hogyan kéne tanulnom. Szerintem ez egy elég széleskörű probléma, mivel hallgatóként nem igazán láttam át, hogy hogyan is kell ezt sikeresen menedzselni. Nekem onnantól rendeződött a tanulásmódszertanom, amikor megismerkedtem a feleségemmel. Egészen addig céltalan voltam, kényelmesebb volt bulizni, játszani. Szóval minden fontosabb volt, mint a tanulás. Azonban amikor megismerkedtünk, lett egy konkrét célom és mindig ez hajtott előre. Nagyon jó tanuló volt és szinte húzott magával. Szerintem a célkeresés fontos része az egyetemi életnek, nagyon kevesen érkeznek ide kitérőzt és határozott tervekkel.

Jelenleg én viszek egy másodéves konzerváló fogászati laborgyakorlatot, a harmadéves oktatásban is részt veszek és a klinikai gyakorlatok is össze lehet velem futni.

Mi volt a motivációd, hogy belekezdj a rezidensképzésbe, milyen élményeid voltak az itt eltöltött idő alatt?

Én nem egyből a diploma megszerzése után kezdtem bele a rezidensi pályába, hanem 2 évet lehúztam fogászati turizmusban. Elég hamar meg kellett tanulnom, hogyan kell gyorsan, jól csinálni. Szerencsére ebből a szempontból nagyon jó volt a főnököm, tanított, foglalkozott velem, úgyhogy ezért nagyon hálás vagyok neki. Én úgy tapasztaltam, hogy hiába tanuljuk meg elméletben a dolgokat, kivitelezni sokkal nehezebb. Már maga az is, hogy emberekkel dolgozunk, nem pedig egy könyvben ideális helyzeteket látunk. A betegeknek neked kell elmondani a következő lépést, neked kell felvilágosítást, tanácsot adni.

Szóval két évet dolgoztam, amiből a második év vége a COVID járványba esett. Eredetileg nem szerettem az endodontiát, de az első munkahelyemen valahogy megfogott a dolog. Kipróbáltam, barátkoztam vele, kérdezgettem, technikákat lestem el és szép lassan nagyon a szívemhez nőtt. Ebben az időszakban elkezdtem vissza-vissza járni a klinikára, majd jelentkeztem rezidensnek. Anno még a Dischkában kezdtem el a képzést, majd, amikor kész lett az új klinika, akkor részt vettem a költöztetésben. Nem volt egyszerű munka, de elszórakoztattuk magunkat.

A rezidens képzés maga, picit változott azóta amióta én benne vagyok. Régen úgynevezett forgási rendszerben voltunk. Az azt jelentette, hogy minden szakirányban eltöltött a rezidens 3 hónapot, majd vizsga és ment a következőre. Manapság már nem ilyen kötött a helyzet. Elkezd az ember dolgozni az általa választott részlegen és a tutur által szükségesnek vélt osztályokon kell forgást végezni. Ennél a rendszernél jobban az egyénre van fektetve a hangsúly,

az egyéni igényekre. Maga a rezidensképzés 3 évet jelent.

Milyen előnyei, hátrányai vannak, ha valaki a Pécsi Fogászati Klinikán szeretne rezidensként dolgozni? Kötelező maga a képzés, vagy enélkül is teljes értékű a megszerzett diploma?

Egyáltalán nem kötelező a rezidensképzés. Ha szeretnéd, keresel magadnak egy helyet a diploma után, ha alkalmaznak, akkor kezdődhet is a munka.

A képzéssel kapcsolatban, vannak az állami képzési helyek és vannak külső képzőhelyek, melyek akkreditált továbbképzést biztosítanak valamelyik egyetemhez, klinikához tartozva. Ez azonban nincsen területhez kötve, bárki, bármelyik akkreditált helyre mehet. Itt is vannak ösztöndíjas, vagyis állami és vannak külső képzési helyek, melyek önköltségesek. Ez a költség havi körülbelül 80-100 ezer forintot jelent, sajnos pontos számot nem tudok mondani, de könnyen utána lehet keresni.

Nálunk kétféle rezidensképzési fajta van. Az egyik a KK, vagyis a klinikai központos rezidens és van az egyetemi utánpótlási hely. Ez úgy néz ki, hogy a KK-s képzés leteltével állami fenntartású intézményben kell dolgozni, a szakvizsga megszerzése után 3 évig. Az egyetemi utánpótlásos pedig az úgynevezett ÁOK-os rezidens, mely nem tartalmaz ilyen megkötést.

Előnyök tekintetében azt emelném ki, hogy itt azokkal az emberekkel dolgozhatsz, akik eddig tanítottak. Nem lesz nagy környezetváltás. Munkaidő tekintetében is egy elég barátságos hely.

A jövőről való elképzelések befolyásolhatják, hogy előnyös-e vagy hátrányos, mivel klinikán sokkal több és komplexebb beteganyag fordul meg, mint mondjuk egy magánpraxisban. Ha a klinikai munkán gondolkodik valaki, akkor nagyon jó belerázódás. Akadémiai pályára készülőknél csak ajánlani tudom, ha ebben gondolkodik valaki.

Ha valaki erre a képzésre készül, milyen tippjeid, tanácsaid vannak?

Talán azt tudom mondani, hogy elég jó politikusnak kell lenni. Jól kell tudni alkalmazkodni az új helyzethez, helyzetekhez. Ebből a szempontból elég ingoványos, de a csapat nagyon segí-

tőkész, ha személyes ellentétek elő is fordulnak, mindig segítünk a másiknak. Én is azt vallom, hogy ez egy munkahely, szakmai szempontból nem szabad hátráltatni senkit. Biztos fura lesz a helyzet elsőre, de bele lehet szeretni.

Arra is fel kell készülni, hogy itt is lehet nem éppen kellemes szituációkkal találkozni. Például amikor kellemetlen fejleményeket kell megmondani a páciensnek.

A hallgatókat megkérdeztem, hogy mi az, ami érdekelné őket a rezidensképzéssel kapcsolatban:

- *Diploma után milyen lehetőségeink vannak?*
- *Ha klinikán szeretnék elhelyezkedni, mennyire számít, hogy fogszakorvos vagyok-e?*

A diploma után egészen konkrétan mindenre fel vagytok jogosítva, mint fogorvos. Tudomásom szerint az implantátumbehelyezés azonban külön képzéshez, vagy szakvizsgálathoz kötött. Diploma után tényleg bármit lehet választani: saját praxis, klinikai munka, külföldre költözés, bármi. Szóval azt csináltok, amit akartok, amibe elég furcsa lehet belegondolni.

A fogszakorvosi kérdésre pedig úgy tudok válaszolni, hogy hosszútávon csak szakorvosként lehet klinikán elhelyezkedni.

Ezzel kapcsolatban egy nagyon jó mondatot hallottam az egyik oktatómtól:

” Bármit meg lehet csinálni, csak tudd megmagyarázni, hogy miért csináltad. ”

*Az interjút készítette:
Lei Márton*





Tavaszi koktélok



Epres margarita

Ezt a tequila alapú koktélt kár lett volna kihagyni a felsorolásból, a mindig frissítő margaritákat roppant könnyű otthonunkban is elkészíteni. És soha ne feledjük az arany szabályt: klasszikus koktélokot mindig lehet évszakhoz igazítani!

Hozzávalók:

- 6 cl silver tequila
 - eperszirup
 - 3 cl limélé
 - 3 cl narancsízű likőr vagy narancslé, de citromlével is bátran fogyasztható
- + epersziruphoz recept: egy kis lábasban keverjük össze az epret cukorral és vízzel.

Elkészítés:

Közepesen melegítsük a keveréket, majd alaposan pépesítsük. Ha az eper már szétesett, a folyadék pedig minimálisan besűrűsödött, akkor jó úton járunk, ezután levehetjük a tűzhelyről. Miután átszűrtük, várjunk, amíg teljesen lehűl a fagyasztóban.



Speed

Ha valami igazán ütősre esne a választásunk, egyértelműen ez a késő tavaszi/kora nyári csoda legyen az!

Hozzávalók:

- 20 ml Copperhead gin
- 20 ml Angostura Reserva
- 20 ml Sierra blanco tequila
- 20 ml citromlé
- 20 ml eperszirup

Redbull az egészet nyakon locsoljuk és kocintunk.



Gin fizz

Hozzávalók:

- 4,5 cl London dry gin
- 3 cl citromlé

- 1-2 cl cukorszirup, viszont a tavaszra való tekintettel bátran kísérletezhetünk különböző gyümölcszírupokkal

Elkészítés:

Jéggel összevázzuk a komponenseket, felöntjük szórával, pár szelet citromkarikát beledobunk, és meg is van a tavaszindító italunk.



Twist on daiquiri

Kuba nemzeti italához nem kell más, mint:

-6 cl fehér rum

-2 cl limelé

-1,5 cl szirup



+ 1 TIPP:

Tapasztalat szerint bodzaszörppel hatalmas sikert arat, így egy bulis estén sok dicséző szót be lehet vele zsebelni :)



Sex on the beach

A vodkalapú koktélok királynője címre méltán pályázik (a Cosmopolitan és a Swimming pool mellett), a bárak klasszikus ajánlata, nem csak rendelésével, de elkészítésével sem tudsz mellőzni egy forró, nyári napon:

-4 cl vodka

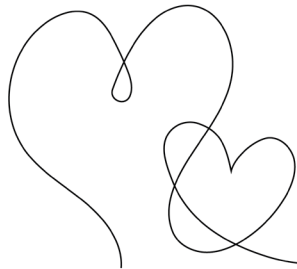
-4 cl narancslé

- 2 cl baracklikőr

Végül a tetejére öntsünk 4 cl áfonya- vagy ribizlilevet

Írta: Szabó Lili





Szabó Lili

Axióma

Vihar se volt, csend se. Borultan az ég felettem, mégis érezni lehetett a megbújó napsugarakat, akik voltaképpen csak játszanak: kápráztatnak, megmásítják szemünk világát. Illúziókeltés, ámítás csupán, tudatot módosít, ha nem koncentrálnunk, ha engedjük magunknak, hogy éljünk. Azt mondják, egoistaságból és naivitásomból kiindulva gyakran rá kéne jönnöm az élet mivoltára, és tiszta szemmel látni, stabilabban járnám. Kárhözatra lettem ítéltetve, mikor pont ott, úgy tört ki a bokám, hogy nem csak lezuhantam a földre - szakadéka estem, vagyis inkább beléd. Ez nem okozna problémát, tudják, az élet nem habostorta, mégis érzéseim különösen egyedí hobbija, hogy lélekkeltető engem ravatalra tenni. Persze semmi önsajnálattal meg egyéb hasonló kiváltság; aki lakótelepen nő fel, mind tudja és átérzi, a négy fal közé bezárva nem lehet szerelemre találni, sem utódként, sem boldog ösként. Anno' a közös kosárpálya szerepelt, mint a légyottoknak tere, mára már nyoma sincs a tengernyi innovációs pályázat megnyerése okán, elvégre az a föllendülés nem párhuzamosan arányos a mentális egészségünkkel.

Évek és évtizedek, még mindig írok. Van, ami megunhatalan, ami kimeríthetetlen, most meg szemben állunk egymással, mint kik nem fedezték még fel a másik csigolyái közt elterülő porc-korongokat, vagy nem aludtak el egy idegen szívdobbanáson. Te mindig velem vagy. Hajnali 3-kor, oh, már fél négy is elmúlt; és egyedül telepedtem fekhelyemre, ez azonban, ha számítanám, már rég darabokban heverne az elhervadt szívizomrostok által közrefogott érzelmekavalkádom. Hisz' ott vagy minden bornyításban, az összes futólépésemben. A konyhaszéken, amit csak rézsutosan szűrődő fény szívott ki az idő vasfoga miatt, a Szarvasiból lefőzött mindenmentes kávé tetején. A kulcsörgetésben elnémuló ajtónyításban, sőt, az ajtó is a te képed-

ben ég. Megjelsz minden második elolvasott oldalon, az összes megivott energitalomban. Te magad az energiai talon. Megtalálalak mind-egyik szerpentin határára dobott csikkben, meg a hűtővitrinen elfekvő világos sörök dobozán, elvégre úgy lesz habos az életed oldala. Mindig, mikor inkább fűre ülök beton helyett, vagy amikor késő délután vékony pulóveranyag erősíti meg testem fakó sziluettjét. Veled vannak a horganyzott ereszcsontrákra ragasztott házi-matricák, villanyoszlopokhoz kitémasztott biciklik a lépcsőházak árnyékolásában, kettesben elszívott félcigaretták. Mert mi amúgy sem dohányszunk, főleg nem egy tópartnál, üres kőbányais üvegbe hamuzva vagy a lakásom után elterülő pipacsmezőn.

Egynéhány jéghideg gin tonic kéne a rumod mellé, és úgy lecsúsznánk a sárga föld alá, hogy még a hazafelé vezető utat is megtalálnánk. Felkapcsolom a lámpát, és az a világosság hasítja lelkemet, amit az életembe hoztál, amit minden nap minimálisan gyarapítasz. Ha napkelte özönében magamra öltöm a kabátom, ha hazatérek, és igényesen fogásra rakom. Mikor reggeli zuhany után frissen éri vizenyős lapockáimat a pamutpóló. A párás levegőn való séta felborzolja hajam, ahogy te a gondtalan és gondtalan álomvilágomat. Ott vagy minden tollfogásban, ételhordó kinyitásban, és zöld lámpán való átkelésben. Mikor nem egy hullámhosszra hangolódnak, és összekoccan két alkalmatlankodó térd. Térdeink. Nyáron vagy a zsenge, majd kiteljesedő hajtásokban, télen a fák felfelé ívelő meztelen alkatán. Minden egyes alkalommal, mikor süketre hallgatok a zenét, vizet forralok a zacskós leveshez, vagy egyszerűen keresztbe rakom a lábam az éjszakai, fűtetlen buszjáraton. Szerepelsz elhatárolásaimban, majd elbizonytalanodásaimban is. Talán, ha egyszer ezt elolvasod, megérted, hogy valakinek az egész éltetéséhez csak neked van közöd; végre belátod, milyen csodálatos vagy.



Egyserpenyős gombás-spenótos gnocchi

Hozzávalók:

- 50 g vaj
- 300 g csiperkegomba
- 1 fej vöröshagyma
- 4 gerezd fokhagyma
- 200 g bébispenót
- 100 ml víz
- 250 ml habtejszín
- 500 g gnocchi
- só, bors
- 20 g parmezán



Elkészítéséhez egy nagyobb serpenyőben habzásig melegítünk vaját, és közepes/magas hőmérsékleten aranybarnára sütjük benne a felszeletelt gombát kb. 10 perc alatt. Ha kész, kiszedjük egy tányérba és félretesszük.

A visszamaradt zsiradékban 2-3 perc alatt megdinszteljük a félbevágott vöröshagymát és a szeletelt fokhagymát. Hozzáadjuk a spenótot, amit megfonnyasztunk az alapon. Ha összeesett, felöntjük vízzel és tejszínnel. Hozzáadjuk a gnocchit és 4-5 perc alatt összefőzzük az egészet. Visszatesszük a serpenyőbe a pirított gombát, sózzuk, borsozzuk, és egy alapos összefogatás után parmezánnal a tetején tálaljuk.

Aranygaluska gnocchi

Hozzávalók:

- 6 ek kristálycukor
- 70 g egész dió
- 300 g gnocchi
- 2 ek vaj
- 100 g darált dió
- 1 csomag vaníliás pudingpor (40 g-os kiszerelés)
- 500 ml tej

Elkészítéséhez először a cukorból 3 evőkanálnyit alacsony lángon karamellizálunk, beleforgatjuk az egész diót, majd félretesszük.

A gnocchit egy lábasban, gyöngyöző vízben addig főzzük, ameddig fel nem jönnek a víz tetejére. Ezután serpenyőben, közepes lángon megbarnítjuk a vaját, megpirítjuk benne a gnocchikat és összeforgatjuk a darált dióval.

A pudingport kikeverjük egy kevés tejjel és a maradék cukorral, a maradék tejet pedig egy lábasban, közepes fokozaton felforraljuk. Ha felfort a tej, beleöntjük a pudingporos keveréket és folyamatosan kevergetve besűrítjük.

A pudingból még melegen öntünk egy keveset a tányérba, rászedjük a gnocchit és a tetejére tördeljük a karamellizált diót.

Írta: Ádám Judit



Medikus Kupa



Közeleg a tavasz egyik ikonikus alappillére: be-köszönt idén 51. alkalommal a MEDIKUS KUPA Debrecen ad otthont 2024. 04. 19-21. között a Medikus Kupának, amit 1972 óta felváltva rendez meg az ország 4 orvosi egyeteme (POTE, SZOTE, DOTE, SOTE).

Sportolóink 5 különböző sportágban mérhetik össze képességeiket:

labdarúgás
kosárlabda
kézilabda
röplabda
vízilabda

Az idei év az első, amikor mindegyik sportágban megmérkőzhetnek a női sportolók is!

A #potecsaládban roppant fontos szerepet vállalnak ilyenkor a sportolók, azonban muszáj hangsúlyozni, hogy a szurkolói tömegtől is sok energiát igényel ez a rendezvény. Mivel a szórakozásról és az élményekről szól ez a program, a háttérben meghúzódik pár ember, akiknek feladatuk a buzdítás és az, hogy a párhuzamosan futó meccsek mindegyikén legyen megfelelő számú szurkoló, akik győzelemhez segítik a csapatot.

Vezérszurkolóink mondták az elmúlt Medikus Kupákról:

„Egészen egyedi élet-
érzés, mikor tova sodródsz
a zöld pólós tömeggel, kör-
bejár az ordibátor, felzendül tő-
lünk a lelátó és együtt szurkol sok
vigyorgó, kipingált arc. Sok kedves,
nagyszerű ember lopta be magát a
szívembe a Kupa alatt, s biztos sose
felejttem, ahogy az utolsó kosár-
meccs után a négy egyetem
szurkolóival együtt énekelünk
a Ludovika Aréna előtt.”

- Borcsa

Beharangozó

„Pár mondatban összefoglalni, hogy milyen is vezérszurkolónak lenni? Elég nehéz szavakba önteni azt az érzést, amikor egy egész egyetemi szurkolótábor áll mögötted, és a te vezetéseddel mindenki üvöltve szurkol a csapatodnak. Felemelő érzés! Egyszerűen, teljesen átszellemül az ember, és teli torokból üvölti, hogy HAJRÁ PÉCSI!”

- Bence

„Amikor éppúgy idegenekkel, mint a legjobb haverokkal az utolsó ütembe is mindent beleadtok, hogy a nap utolsó meccsén még fordítson a POTE - a mi szurkolóinkkal sikerült is! Amikor spontán módon egymás zászlóit lengetve a négy egyetem együtt éneklí a Szerelemdoktort a záróünnepség előtt. Amikor egy 3. hellyel hazatérve is két órán keresztül zúg az „ITT VAN PÉCSI!” a zsúfolásig tömött éjszakai IC-kocsin hazafelé. Nekem ez a Medikus Kupa!”

- Bálint

Tartsatok velünk az év legnagyobb bulijára, ahol 3 napon keresztül a medikusoké a főszerep!

#mindenkipécsiakarlenni

Írta: Szabó Lili



DEAC pálya

A röplabda, illetve foci szerelmesei egész nap kitelepülhetnek ide, ugyanis a mérkőzéseket itt fogják lejátszani.

Kolík

A Kossuth kollégiumok híresek a magas összkomfort-érzetről, de ami igazán lényeges, hogy minden program pár perc alatt megközelíthető tőlük.

Oláh Gábor utca

Az Oláh Gábor utca éppen kiheveri az április eleji Ifjúsági Kosárlabda Bajnokok Ligáját, mire odaér a POTE és felrobban a hangulat a kosárlabdától.

Sportuszoda

Az Úszó Európa bajnokságok és Országos bajnokság után a Medikus kupa helyszínéként is ez a vizes komplexum lett kiválasztva.

A helyszínek pontos címei::

Debrecen Hall - Nagyerdei krt. 12

Nagyerdei Víztorony - Pallagi út 7.

Kollégiumok - Egyetem tér 1.

DEAC Pálya - Dóczy József utca 24.

Sportuszoda - Zákány utca 4.

Főnix Aréna - Kassai út 28.

51. MEDIKUS KUPA

Helyszínek



Víztorony

Amellett, hogy a minden hétfőjén teltházasan koncerteket nyújtó helyszín szintén buliközpont lesz, napközben amolyan chillzoneként fog üzemelni, délutáni programokkal kiegészülve.

Hall

A Campus fesztivál leghíresebb koncertterme az esti bulik egyik központjaként fog szolgálni.

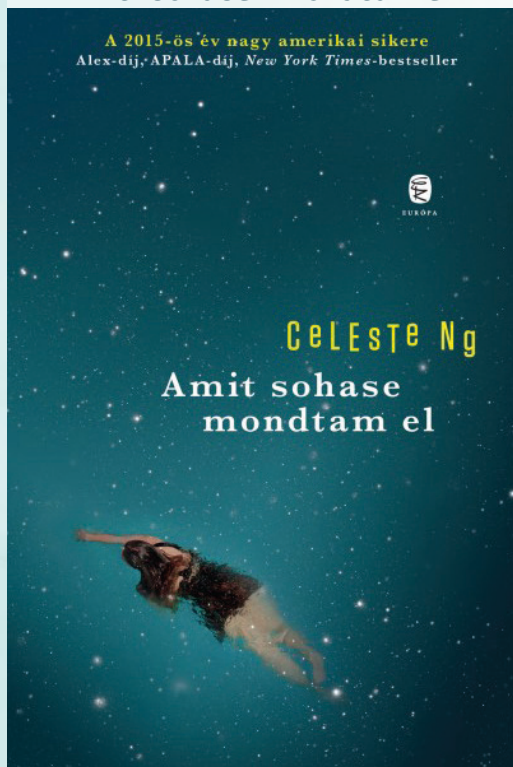
Főnix Aréna

Magyarország negyedik legnagyobb rendezvénycsarnoka remek hangzást fog biztosítani a PTE Brass Bandnek, miközben kézilabdázóinkat nézzük.

Könyvajánló

Celeste Ng:
Amit sohasem mondtam el

A 2015-ös év nagy amerikai sikere
Alex-díj, APALA-díj, New York Times-bestseller



Az 1970-es évek Amerikájában járunk, ahol adott egy család, ami messze áll az átlagos fogalmától. Egy család, amit mindenki különcként, kívülállónak tart. Egy család, ahol senki sem mondja ki a valós gondolatait, hanem magába zárva rejtegeti a ki nem mondott szavakat, elfojtott érzéseket. Vajon meddig lehet így létezni? Meddig lehet a szőnyeg alá söpörni a problémákat, sérelmeket, a meg nem értettséget?

Marilyn egy különleges tehetséggel és intelligenciával megáldott nő, aki a férfiak uralta természettudományok és a kémia világában briliánsan lavírozott – legfőbb céljaként az orvosi egyetem lebegett a szeme előtt. Ám a sors máshogy alakította életét: beleszeretett egyetemi tanárába, James Lee professzorba, akivel

összeházasodtak és három gyermekük is született: Nathan „Nath”, Lydia és Hannah. Ellentétben azzal a tévhittel, miszerint a középső gyermek az „elhanyagolt” szerepében tetszeleg, ebben a családban Lydia kerül reflektorfénybe, ő a kedvenc, az imádott gyermek. A gyermek, akinek a legtöbb elvárásnak kell megfelelnie, akire ólomsúlyként nehezednek édesanyja meg nem élt, orvoskarrier álmai.

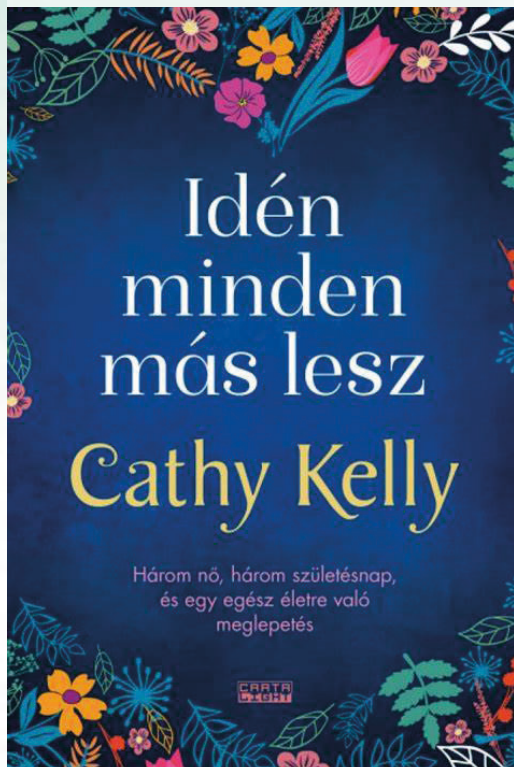
Mindeközben Nath az űrhajók rabjává válik, elszántan rögzít minden fontos információt a világúrról, űrhajósokról, és legfőképpen az űrhajókról, mint gépekről – egészen ígéretes jövő előtt álló fiatalemberről van szó. Családjától azonban nem kapja meg azt a visszacsatolást és támaszt, amit várna, ugyanis ebben a családban a maradék két gyerek csak Lydia árnyékában létezhet; a kis Hannah pedig gyakorlatilag láthatatlan számukra.

Nemcsak a gyerekek, hanem a két szülő között is éles ellentét feszül, ami leginkább a személyiségükből is fakad: James Lee Kínából vándorolt be és telepedett le a remények hazájába, az Egyesült Államokba, s másra sem vágyott jobban, minthogy elvegyüljön a tömegben, ne tűnjön ki, ne vegyék észre, hogy ő más – ellentétben Marilynnel, aki bármit megtett volna, csak hogy kitűnjön.

És azután bekövetkezik a legrosszabb, ami minden szülő rémálma: Lydia váratlanul meghal. Gyilkosság? Öngyilkosság? Véletlen baleset? Hiszen ezzel a gyönyörű, végtelenül okos lánynyal ilyen szörnyűség nem történhet meg. Vagy mégis?

Ha kíváncsi vagy egy olyan történetre, ahol egy család darabjaira hullásának, majd pedig újraegyesülésének lehetsz szemtanúja; egy olyan történetre, ahol igazán megmutatkozik a megfelelő kommunikáció kulcsfontossága és annak hiányának romboló mivolta; egy olyan történetre, ami magával ragad, elvarázsol, és egyenesen beszippant; és egy olyan történetre, amit nem tudsz letenni, akkor jó helyen keresgél – mert megtaláltad.

Cathy Kelly:
Idén minden más lesz



Cathy Kelly könnyed, szórakoztató stílusban meséli el három nő történetét, akik ugyanazon a napon születtek, csak éppen más évtizedeket ünnepelnek: az egyikük 30, a másikuk 40, harmadikuk pedig 50 éves lett. Mindegyikőjük küzd valamilyen problémával: a 30 éves Ginger a túlsúlyával, a 40 éves Sam a teherbeeséssel, amivel végül sikerrel jár, az 50 éves Callie pedig egy férje által szervezett házibulin ünnepli a születésnapját, ahol nem különösebben érzi jól magát. Pláne abban a pillanatban, amikor a rendőrség kopogtat az ajtaján, Callie férjét keresve, aki szőren szálán eltűnt, és még csak búcsúlevelet sem hagyott maga után. Ekkor kezdődik a kalamajka – Callie élete fenekestül felfordul, és hirtelen nem is tudja mihez kezdjen, hova is mehetne kislányával. Végül édesanyjánál húzza meg magát arra az időre, amíg csillapodnak a kedélyek – és ki nem derül, hová tűnt a férje.

Mindeközben Ginger egy igazán impozáns személyi edzővel próbálja formába hozni magát, akit újságírói mivolta nyomán ismer meg, Samnál pedig a teherbeesés reménytelenség-

gét övező félelmet felváltotta az „elég jó anya vagyok-e?” kérdésköre és az ezzel kapcsolatos bizonytalanság.

A három, korábban egymás számára ismeretlen nő sorsa a történet végére összefonódik, s úgy vélem, mindegyikőjük megkapja azt az elégtételt, amire vágyott.

A fordulatos cselekmény garantált, s idővel mindegyik szereplő a szívedhez fog nőni.

Celeste Ng:
Kis tüzek mindenütt



A tartalom:

„Shaker Heights. Cleveland nyugodt, virágzó külvárosa, ahol a házak színétől a szabályos keresztutakon át a lakók sikeres életéig minden tökéletesen elrendezett. Itt él Mrs. Richardson négy gyermekével és ügyvéd férjével. Elena a körmök mintalakója, helyi újságíró, és legfontosabb alapelve a szabályok betartása.

Ebbe az idilli kertvárosi buborékba költözik Mia

Warren, a titokzatos fotóművész és egyedülálló anyja, valamint tinédzser lánya, Pearl, akik a Richardson családtól bérelnek házat, de rövid idő alatt már nemcsak albérlők lesznek, hanem a szomszéd gyerekek életében is fontos szerepet kezdenek el betölteni.

A rejtélyes múltú Mia azonban felbolygatja a gondos rendben élő közösség mindennapjait, amikor Richardsonék barátai egy kínai-amerikai kisbabát szeretnének örökbe fogadni, ám váratlanul felbukkan a gyermek igazi anyja. Drámái küzdelem kezdődik, amely megosztja a város lakóit, és végül Mia és Elena ellentétes oldalra kerülnek. Elena eltökélt szándéka lesz, hogy leleplezze a nő titkait, de megszállottsága váratlan és visszafordíthatatlan következményekkel jár. És mindeközben egy családi házban egy szikra lángra lobban.

Regény a súlyos családi titkokról, az anyaság kegyetlen nehézségeiről, és annak a veszélyeiről, ha elhisszük, hogy a szabályok követésével mindig megakadályozhatjuk a katasztrófákat."

Mrs. Richardson maga a mintaanya, mintafeleség, mintanő. Előkelő házuk van Shaker Heightsban, ő maga sikeres újságíró, férje pedig egyike a legkiválóbb ügyvédeknek a környéken, valamint 4 csodás gyermek édesanyja – egyszóval irigylésre méltó élet az övé. Egy nap azonban arra eszmélnek, hogy ragyogó házuk lángok martalékvá vált, és legkisebb leánygyermek, Isabelle (akit a történetben csak lyuként emlegetnek) eltűnt.

Celeste Ng stílusa már lassan kezd kibontakozni az olvasó előtt: a történet elején adott egy váratlan (általában negatív) életesemény, ami fenekestül felforgatja a szereplők életét, s szépen fokozatosan bontakozik ki előttünk a cselekmény. Megismerjük a család tagjait, az érzéseiket, gondolataikat, és a fókuszpontot is, ami pedig nem más, mint az anyaság. Ugyanis Mrs. Richardsonéktól nem messze él egy házaspár, McCulloughék, akik hosszú, gyötrelmes

gyermekáldás nélküli évek után végre örökbe tudtak fogadni egy kisbabát – méghozzá egy kínai-amerikai származású kisbabát, akit édesanyja a tűzoltóság küszöbén hagyott. Ám arra egyikük sem számít, hogy a valódi édesanyja is előkerül, s jogi úton megpróbálja visszaszerezni gyermekét, akit nehéz anyagi körülményeire hivatkozva kellett hátrahagyni. Az édesanya pedig történetesen az a kínai származású nő, aki ugyanabban az étteremben dolgozik, mint főszereplőnk, Mia Warren.

Mia mindig is művészlélek volt – a fotózás élte. Bár szülei egyáltalán nem ezt a pályát szánták lányuknak, Mia hajthatatlan volt, s hol a zsebpénzből spórolt újabb gépre, hol alkalmi munkákat vállalt. Végül felvételt nyert egy neves new yorki művészeti egyetemre, ahol megtanulhatta a fotózás csínját-bínját, ám hónapról hónapra egyre szűkösebben élt, s alig futotta neki bármire, hiába dolgozott két helyen is az egyetem mellett. S időközben megfogant kislánya, Pearl is, aki aztán tényleg felborította az életét – viszont Mia ebben az időszakban is talpraesettségeről tett tanúbizonyságot. Fényes jövő állt előtte a fotós szakmában, ezért amikor megihletődött, a szenvedélyének élt – fotózott, ameddig csak bírta. Amikor pedig nem a szenvedélyének hódolt, minden munkát elvállalt, csak hogy eltartsa mindkettőjüket – pincérkedett, megjavította a csapokat idős házaspároknál, vagy éppen takarított. Viszont egy helyen sokáig nem maradhattak, sokat kellett költözködniük.

És most Mia el sem hiszi, hogy egy olyan pazar környékre költözhet lányával, mint Shaker Heights. Mrs. Richardsonnak egyébként is kihívás volt megfelelő albérlőt találni, Miára pedig áldásként tekintett. Gyerekei is hamar összebarátkoznak lányával, Pearllel, s időközben keresetkiegészítésként Mrs. Richardson felajánlja Miának, hogy náluk dolgozhat házzvezetőnként, amit a nő boldogan fogad – Pearl azonban már kevésbé repes a boldogságtól ennek hallatán. De vajon mi ez a titokzatoság, ami Miát övezi?



Ki is valójában Pearl apja? És végül kinél marad a félig kínai, félig amerikai kisbaba – a vérszerinti édesanyánál, vagy a biztos életet kínáló szülőknél? Ezekre a kérdésekre mind-mind választ nyerhetünk a regényből.

A 2017-ben megjelent bestseller regényből 2020-ban minisorozat is készült Reese Witherspoon (Elena Richardson), Kerry Washington (Mia Warren) és Rosemarie DeWitt (Linda McCullough) főszereplésével. A Hulu által gyártott sorozat 5 Primetime Emmy-díj jelöléssel is büszkélkedhet.

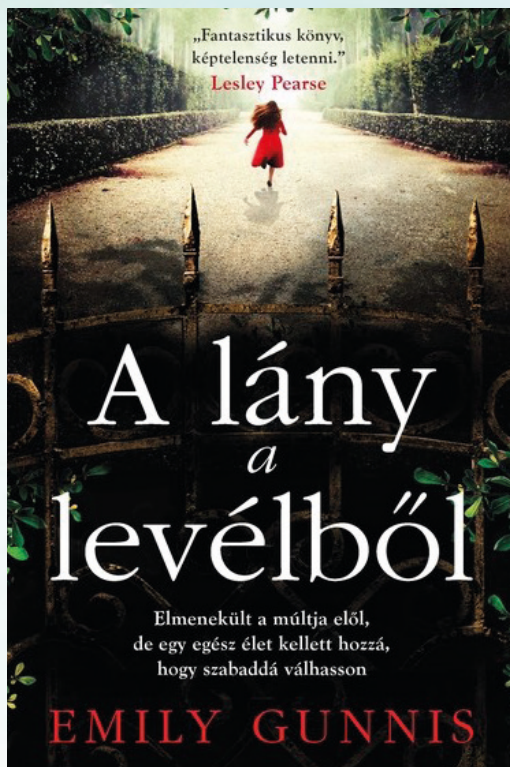
Emily Gunnis:
A lány a levélből

A tartalom:

„Egy szívszaggató levél.
Egy külvilágtól elzárt lányanya. Egy megoldandó rejtély.

1956. Amikor Ivy Jenkins terhes lesz, családja a megesett lányok számára fenntartott rideg és kegyetlen St. Margaret anyaoththonba küldi, hogy elrejtse a világ szeme elől szégyenét. Kis-lányát akarata ellenére örökbe adják, és ezt Ivy soha nem fogja tudni kiheverni. Napjainkban. Samantha Harper újságíró úgy érzi, a végkimerülés határára került. Amikor azonban rábukkan egy levélre a múltból, annak tartalma mély-ségesen megérinti. Egy fiatal lányanya sorait olvassa, aki azért könyörög szerelmének, hogy mentse meg, mielőtt túl késő lenne. Sam kutatni kezd a tragikus történet után, és felfedezi, hogy számtalan megmagyarázhatatlan haláleset kapcsolódik a fiatal lányhoz és gyermekéhez. Miután a St. Margaret anyaoththon épületét lebontásra ítélik, Samnek néhány órája marad, hogy összeillessze a hatvan évvel azelőtti kirakós darabkáit, mielőtt az igazság végleg feledésbe merülne. Az igazság kifürkészhetetlen útjai ráadásul a saját családja felé vezetnek...”

Emily Gunnistól már korábban olvasásra került nálam Az elveszett gyermek című könyve, és hasonló érzések kavargtak bennem annak olvasása során is, mint most. A maga módján egy igazán hátborzongató cselekménynek vagyunk tanúi, mint olvasók – terhes vagy már éppen vajúzó asszonyokkal végeztenek olyan mértékű fizikai munkát abban az anyaoththonban, ami alapjáraton egy normális kondícióban



lévő nőnek és férfinak is rendkívül kimerítő lenne. De a fizikai munka csak „hab a tortán” – a lelki terrort, amit az apácák alkalmaztak, nem lehet mihez hasonlítani. Az író nő a kötet végén mellékletként említést tett arról, hogy régebben valóban léteztek hasonló kaliberű anyaoththonok Írországból és az Egyesült Királyságból, ám azóta a földdel váltak egyenlővé.

Ha valaki egy igazán fordulatos, ám egyúttal egy elborzasztóan tragikus történetet szeretne elolvasni, az ő számára ez a regény tökéletes választás.

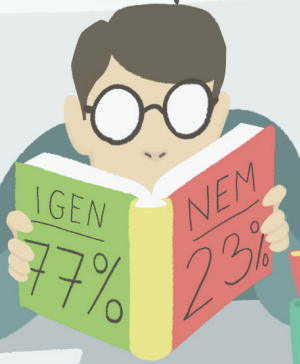
Írta: Kósi Zsófia

KÖZVÉLEMÉNYKUTATÁS: VOL. 2

KÉRDŐÍV: SZÓKE DÁVID | RAJZ: MURANCI EVA

Az orvosi épületeink népszerűségét, felszereltségét mértük fel.

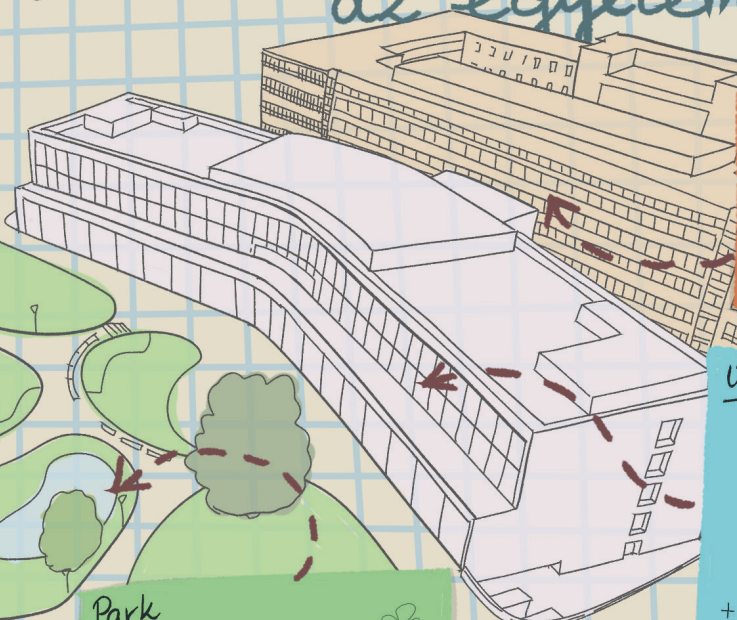
SZOKTÁL AZ EGYETEMEN TANULNI?



Új épület 20,7%
Regi épület 29,7%
Otthon 50%

Hol tanulsz szívesebben?

Mi a kedvenc helyed az egyetemen?



Regi épület

- Patinás
- Meleg
- Jó társaság, sok ismerős
- Vizsgaidőszakban csendes

Új épület

- Tágas
- Uvilagos
- Jó kilátás
- Modern
- Hangulatos

+ Kanapékek!

Park

- Fehyos
- Tágas
- Kellemes
- Természetközeli
- Nyitott
- Nyugtató
- Van négylevelű lóhere!

Az egyetemen inkább egyedül,
vagy barátokkal szeretés
tanulni?

28%
egyedül

72%
társakkal

Miből kellene több
az egyetemre?



egészséges
ételautomata



sze'kek,
asztalok

TANULÓI
PIHENŐHELYEK



kávége'p

kávé's
helyseg



konnektorok



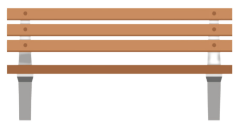
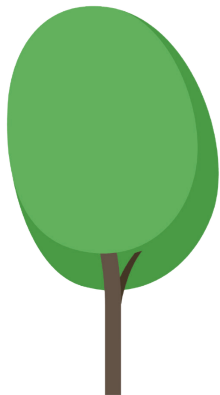
több vízforrás

ÉTKEZŐHELYEK

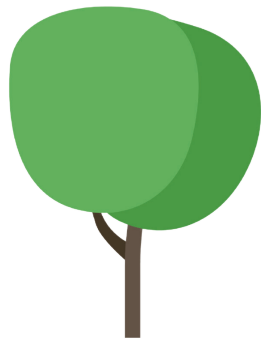


mikrók!

Szabadidő:



Pihenők



Egy verőfényes tavaszi/nyári napon mi sem esne jobban, mint egy kis kirándulás és szabad levegőn tartózkodás! Ebben a részben 3 ismert pécsi pihenőhelyet hoztunk el nektek, amelyek nagyszerű látványt és kikapcsolódást nyújtanak mind családdal, mind párral, mind pedig a barátokkal – két tétel között, vagy éppen egy nehez szigorlatot letudva. De akkor jöjjenek is ezek a csodahelyek!



Flóra-pihenő

Bizonyára sokaknak ismerős lehet a hintaszék és a lábaink alatt terülő Mecsek látványa, ám a története és elnevezése annál kevésbé ismert. Impozáns helyre, a hegyperemre épült kilátóból gyönyörködhetünk az alattunk elnyújtózó Pécs és a Keleti-Mecsek látványában 404 méteres magasságból.

A Bertalan-szikla formája bizonyos szögből nézve megtévesztésig hasonlít egy székre, így régebben Bányaszékként is emlegették a helyiek. Tetején már 1894-ben állt egy menedékház, amit Zellerin Mátyás épített, de az 1909-es tomboló vihar szinte a földdel tette egyenlővé. Két évvel később Hamerli József helyreállította a romokat: terméskőből rakatott szilárd alapot (ez időtállóvá tette az épületet), a régi forma megőrzésével pedig kilátóvá formálta a fatetőt



építményt - amit elkészülte után az édesanyja tiszteletére Flóra-pihenőnek keresztelt.

A következő felújításra majdnem száz év múlva került sor. 1984-ben még hiányoztak a fából készült részek, de 2007-re már az eredeti állapotot állították vissza azzal az apró különbséggel, hogy a lépcső fakorlátjai hiányoznak. A 404 méter magasán a Mecsek oldalába ékelődő épületből csodaszép panorámát kapunk a hegylábra és az alattunk elterülő Pécsre.

(forrás: www.termesztetjaro.hu)



Ilonka-pihenő

Az 1891. április 30-án megalakult Mecsek Egyesület tagjainak és támogatóinak célja a kezdetektől fogva az, hogy közelebb hozzák a Mecseket a pécsiekhez és a Pécsre látogató turistákhoz. Kezdődött ez azzal, hogy az egyesület a város feletti szőlők között turistautakat épített, amiken a városiak könnyen fel tudtak jutni a hegyre és az erdőbe. Ekkor kezdődött a Mecsek parkerdővé alakítása, mely „erdőbútorok”, azaz padok, menedékházak és turistapihenők megépítésével folytatódott évtizedeken át.

Fontos tudni, hogy ezek az építmények közadakozásból, vagy egy-egy természetbarát pécsi család hagyatékából épültek és emléket állítanak azoknak, akik kötődtek a hegyhez, a mecseki erdőkhöz. Dr. Kenessey Aladár sebész, szemész, Erdemes Orvos, a pécsi szemklinika alapítója és a református egyház főgondnoka ilyen ember volt. Neki köszönhetjük a Mecsek megannyi pihenőhelye közül a legszebbet és a legérdekesebbet, az 1934-ben épült Ilonka-pihenőt.



Az enyhe félkörívben kialakított klasszikus dór oszlopaíról híres pihenő távol áll a megszokott mecseki pihenőhelyek bástyáinak, kőpadjainak képétől, ezért is nehéz elfelejteni látványát. Az Ilonka pihenőt tervezető sebész (a terveket Hoffmann László építész készítette) célja a nem mindennapi és Pécssett szinte alig látható „görögös” stílussal az volt, hogy a hely szervesen illeszkedjen a város akkor már észrevehető és érezhető mediterrán hangulatába.

A Tettye felett emelkedő oszlopos pihenő története akár egy romantikus regényben vagy filmben is megállná a helyét. Az orvos saját elmondása szerint a pihenő ötletét feleségével, Szántó Ilonkával találta ki akkor, amikor egyszer kettesben Versailles-ban jártak. A palota mellett egy görög oszlopsorral körülvett padon ülve beszélgettek az idő múlásáról, a történelemlről, és kapcsolatukról, dr. Kenessey Aladár pedig ekkor határozott úgy, hogy egy hasonló, elmékedésre, testi-lelki megpihenésre használható helyet építtet szeretett városában.

Pécsre hazatérve az első dolga az volt, hogy megfelelő helyet keressen az általa megálmodott pihenőhelynek. Sokáig nem kellett keresnie, az akkoriban kiépülő és szépülő Tettye



feletti hegyen meg is találta azt. A helyszín felkutatásában és a pihenő terveinek elkészítésében Nendtvich Andor, Pécs akkori polgármestere is segédkezett neki.

A pihenő 1934-es építésekor felesége azonban már beteg volt. A sebész felesége emléke előtt tisztelve vésette fel az építményre: Ilonka pihenő. Szántó Ilonka 1937-ben halt meg, mindössze 57 éves volt. A sebész és szerelme 38 éven át éltek boldog házasságban. Dr. Kenessey Aladár felesége halál után egy évvel adta ki – ahogy mondta – „első és egyetlen” verseskötetét, melynek azt a címet adta, hogy „az Ő tiszta emlékének”. A kötet ma már nem létezik, szerelmükre viszont mindig emlékezett a Mecseken álló – a 2000-es évek elején felújított – pihenő, ami így tulajdonképpen egyben egy emlékmű is.

Dr. Kenessey Aladár 99 éves korában – a város akkori legöregebb polgáraként –, 33 évvel felesége halála után halt meg. 88 évesen még operált.

(forrás: www.pecsma.hu)



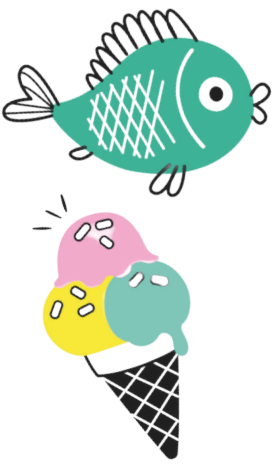
Balázs-pihenő



A sokak által „Tettye-kilátóként” emlegetett hely valójában nem egy kilátó, hanem a tettyei sziklafal déli oldalára épült pihenő, ahonnan pazar látvány tárul elénk. Az építmény 290 m magasan található a tengerszinttől számítva, s 2003-ban Szatyor Győző tervezte meg. Nevét Balázs Józsefről, egy pécsi erdészről kapta, aki nagyon sokat tett a városi erdőkért. A Mecsek Egyesület egyébiránt már 1982 óta vezetett ide túrákat, azonban akkortájt még csak padokról lehetett élvezni a kilátást.

Összegyűjtötte és írta:
Kósi Zsófia





Szabadidő: Programajánló



Zsolnay Fényfesztivál, Pécs
2024.július 4-7.



A Zsolnay Fényfesztivál idén nyáron is megrendezésre kerül. Az ország első és egyetlen ilyen jellegű fesztiválja négy napon át várja majd a látogatókat. A rendezvény ideje alatt az érdeklődők számos szórakoztató program közül válogathatnak, amelyek között minden korosztály megtalálhatja az őket megszólító eseményeket.

A fesztivál honlapja még nem közölte a pontos programot (a cikk születésének időpontjában), de az előző évekhez hasonlóan valószínűleg a látogatóknak most is lehetőségük lesz végigjárni a Fény Útja színpompás állomásait. A nyilvános közterületeken lévő alkotások megtekintése természetesen ingyenes, azonban egy karszalag megvásárlásával a galériákban, valamint az egyéb különleges helyszíneken kiállított installációkat is megcsodálhatjuk. Korábban már részt vettem az eseményen, így mindenkit bátorítok a karszalag megvásárlására, szerintem az élményért cserébe abszolút megéri az árát.

A Fényfesztivál másik központi programja a nemzetközi hírű Zsolnay Light Art Fényfestőverseny. A nevezők a Pécsi Székesegyház épületére terveznek dinamikusan mozgó fényalkotásokat, melyeket a megfelelő zenével kombinálnak. Az érdeklődő közönség a fesztivál minden napján megtekintheti az épületre kivetített impozáns műveket.

A pécsiek már délután belevethetik magukat az izgalmas interaktív programok sokaságába, melyekkel a szervezők a kicsiket-nagyokat egyaránt a kreatív alkotásra ösztönzik. A Székesegyház előtti faházaknál pedig ehetünk vagy ihatunk valamit, mikor már elteltettek bennünket a vizuális élmények. Esténként koncertekre, táncos fellépésekre lehet számítani.

A részletes programot a Fényfesztivál honlapján található meg, ahol a tavalyi programsorozatról is olvashatsz remek beszámolókat, megnézheted a lélegzetelállító képeket.





Zenei fesztiválok, Pécs és Orfű

Pécs: 2024. május 9-11
Orfű: 2024. június 26-29



Jó hírünk van számokra, ha a zene szerelmese vagy, hiszen 2024-ben is várunk rád a fesztiválok, valamint koncertek. A Pécsi Egyetemi Napok koncertsorozata tökéletes lehetőséget ad a barátokkal való kikapcsolódásra a vizsgaidőszak nehéz hetei előtt. A város legnagyobb zenei eseménye az EXPO Centerben kerül megrendezése. Számítalan neves előadó koncertjén vehetsz részt, itt lesznek többek között a következők: Bagossy Brothers Company, Dzsúdló, Elefánt, Kowalsky meg a Vega, VALMAR, 30Y, Pun-nany Massif. Az összes előadó listáját a Made in Pécs weboldalon találod, s itt a bérleted vagy a jegyedet is meg tudod vásárolni.

Ne csüggedj akkor se, ha vizsgaidőszak előtt már nem tudsz a szórakozásra koncentrálni! A Fishing on Orfű könnyűzenei fesztivált június végén rendezik meg, ezzel super alkalmat adva minden egyetemistának, hogy a barátaikkal együtt ünnepeljék a vizsgaidőszak sikereit, vagy éppen elfelejtsék annak kudarcait. Rengeteg híres előadóművész fogja Orfűn a közönséget szórakoztatni. Pár nevet kiemelnék kedvcsinálóként: Blahalouisiana, Bohemian Betyars, Carson Coma, Csaknekedkislány, Esti Kornél, Hiperkarma, Ivan & The Parazol, Krúbi. A teljes listát a koncertekről a fesztivál honlapján olvashatod el, ráadásul ezen keresztül a kemping-, valamint a fesztiváljegyekhez is hozzájuthatsz.





Bortúra, Villánykövesd Tavasz és nyár



Villány és vidéke méltán híres a borairól, ezt kiválóan bizonyítja a Villányi Bornevek népszerűsége, azonban nem kell megvárnod az ősz azzal, hogy festői környezetben ízlelhesd meg a minőségi borokat. Villánykövesd pincéi egész évben boldogan fogadják a látogatókat. Egy-egy ilyen látogatás ára eltérő lehet a különböző pincék közt, s attól is függ, hogy mit tartalmaz a két csomag.

Van lehetőségek borkóstolást kérni korlátlan fogyasztással, illetve hideg ételmezt is rendelhetek. Nincs is más dolgotok, csak felvenni a kapcsolatot a szimpatikusnak talált pincével, majd leegyeztetni a részleteket. Villánykövesdről még este 10 óra körül is jön vissza vonat, így az utazás miatt sem kell aggódnotok.



Orfű, szabadidős programok Tavasz és nyár



A Pécs-től 17 kilométerre található Orfűre könnyedén eljuthatunk, gyalog, busszal, biciklivel, kocsival egyaránt megtehető a táv. A nyári időszakban az orfűi tavak kiváló helyszínt biztosítanak a strandoláshoz, napozáshoz, kajakozáshoz. A part menti büfében pedig megtalálhatjuk a kedvűnkre való ételeket-italokat.

merített papír készítéséről. Látogatásunk végén további gasztronómiai élményekkel gazdagodhatunk a Malom Pincében.

Abban az esetben, ha már meguntuk a strandolást, vagy éppen nem elég napsütéses az idő ehhez a tevékenységhez, akkor is számos egyéb programlehetőség közül választhatunk. A tavak körüli erdőben remek túrákat tehetünk, rengeteg szép tanösvény közül választhatunk. Ezek egyike a Vízfő tanösvény, melynek kiinduló pontjánál találjuk az Orfűi Malomokat. A három malomnál többet megtudhatunk a település régi napjairól, megkóstolhatjuk a cukrászműhely finomságait, vagy előzetes bejelentkezést követően részt vehetünk különböző foglalkozásokon, legyen szó kenyérsütésről vagy

A Vízfő tanösvényen tovább haladva a láperdő égerfái közé érünk, s fahidas utakon folytathatjuk barangolásunkat a csendes természetben. Külön engedéllyel belülről is megcsodálhatjuk a Vízfő-barlang impozáns cseppköveit. A túra utolsó állomása a Balázs-hegyi-kilátó, melynek legfelső szintjéről megpillanthatjuk a tavas környék bámulatos panorámáját. Ha kedvet kaptál egy orfűi kiránduláshoz, akkor az ehhez való felkészüléshez a település honlapján is számos hasznos információt találhatsz, valamint értesülhetsz az aktuális programokról, rendezvényekről.

*Írta:
Pontyos Kata Sára*



LEGYÉL TE IS CONFABULÁS!!!

ÉRDEKEL AZ ÚJSÁGÍRÁS, TÖRDELÉS, FOTÓZÁS?

Szívesen megosztanád írásaidat, novelláidat, verseidet?

LENNE KEDVED INTERJÚZNI EGYETEMÜNK PROFESSZORAIVAL?

SZERETNÉL EGY DINAMIKUS CSAPAT TAGJA LENNI?

Ne habozz, keress minket bizalommal!



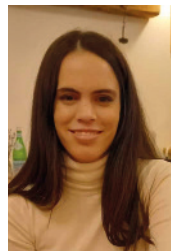
Kriszti



Kata



Barni



Kata



Zsófi



Julcsi



Polett



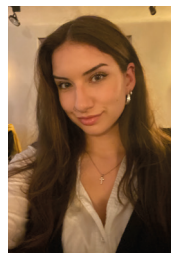
Lili



Anita



Luca



Klau



Évi



Judit



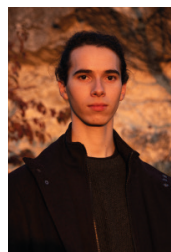
Hanci



Joci



Dávid



Ōkos



Marci



ELÉRHETŐSÉGEK:

Kiss Krisztina
confabula.szerkesztoseg@gmail.com
facebook.com/Confabula
instagram.com/confabull

