

2020. szeptember
VIII. évfolyam 3. szám

me gazin

A Miskolci Egyetem közéleti és hallgatói magazinja

Prof. Dr. Torma András interjú

„Biztos tehát, hogy maradok és segítem az új vezetés munkáját, mert embert próbáló nagy feladat áll előttük.”

P4

COVID szabályok az egyetemen. Miért fontos a betartásuk?

„Bár szeptemberben a tanítás normál tanrendben kezdődött el, amennyiben a helyzet megint rosszabbodik, ismét online oktatásra való áttérésre számíthatunk.”

P 13

WITH ENGLISH CONTENT

megazin

Tartalomjegyzék

- A főszerkesztő levele / P3
- Prof. Dr. Torma András interjú / P4
- Interjú István Zsolttal / P10
- Life Projekt 2.0/ P11
- Diplomaosztó és gólyatábor / P12
- Covid-19 az egyetemen/ P13
- Erasmus mentorprogram/ P14
- Együttműködési megállapodás/ P15
- Hogyan éljük túl a COVID következményeit / P16
- Felkészülés az őszre / P18
- Online Vásárlás / P19
- Védőoltások nyomában/ P20
- Minecraft 2020/ P22
- Gyógyászati célú testékszerek/ P23
- Vírushelyzet hatása a munkaerőpiacra / P24
- XXX. Selmeczi Diáknapok! /P25
- Minden ami sport! / P26
- Kiss Csaba Interjú/ P27
- Jussát várja a Vaják- újra / P28
- Könyvajánló/ P29
- Disztópia hatása az új generációra/ P30
- Informations / P32
- Mi az a csomagolás mentes bolt? / P34
- COVID-19 vs. környezetvédelem / P35
- Maszk készítés egyszerűen
- Aktuális pályázatok

A Miskolci Egyetem közéleti és hallgatói magazinja | Megjelenik havonta 5000 példányban

| Felelős kiadó: Prof. Dr.Horváth Zita rektor

| Főszerkesztő: Konyári György | Szerkesztő: Berényi Barbaral Képszerkesztő: Kiss Viktor

| Facebook: www.facebook.com/me.megazin | Web: www.megazin.uni-miskolc.hu | Hirdetés: megazin@uni-miskolc.hu

| A munkatársak, akik ezen a számon dolgoztak:

Berényi Barbi, Balázs Zsófia, Kiss Viktor, Kecsmár Gergő, Zsiga Bianka, Vajnorák Zsófia, Smolnicki Szilárd, Oláh Zsófia, Siroki Andrea, Somoskői Dóra

| Digitális szerkesztés: Berényi Barbara

| ISSN: 2064-3691

| Email: megazin@uni-miskolc.hu

| Telefon: 06-70-866-4618, 06-46-565-111/18-30

MiProdukt

© Miskolci Egyetem, 2020.x

Minden jog fenntartva!

A főszerkesztő levele



Fotó: KISS Viktor

MEgújulás.

Időről-időre mindenkinek szüksége van erre a folyamatra. A Miskolci Egyetem is erre az útra lépett. Nem kidobva az eddig elért eredményeket, hanem azokra építve. Hagyományaira büszkén, de mégis a lehető leggyorsabban reagálva a XXI. század által megfogalmazott kihívásokra. Ezekből pedig – mindannyian a bőrünkön érezzük 2020-ban – van elég.

Fontos változások történtek az elmúlt hónapban, hiszen a Magyar Kormány márciusban bejelentett döntése alapján a Miskolci Egyetem fenntartó jogai 2020. augusztus 1. hatállyal egy állami vagyongazdálkodási alapítványhoz kerültek, melynek neve Universitas Miskolcinen-sis Alapítvány. Reményeink szerint a modellváltás, olyan rugalmasságot hozhat el az egyetemnek, melyből minden egyetemi polgár csak profitálni tud. Idővel az egyetem által kínált szolgáltatások minősége, legyen az oktatás, kutatás, vagy az egyetemi vagyon és tudás hasznosítása egyre inkább piaci alapú és minőségibb lehet, azzal együtt, hogy az állam által nyújtott fenntartói biztonságot nem veszítjük el.

MEgújulás történt az egyetem legmagasabb vezető tisztségében is, hiszen Prof. Dr. Horváth Zita Rectori feladatokat ellátó általános rektorhelyettesként látja el tisztségét egészen 2021. február 12-ig, amikor-től hivatalosan is a Miskolci Egyetem Rektora lesz. Munkájához sok-sok erőt és kitartást kívánunk!

A MEgazin is a 8. évfolyamát éli, így ránk is ránk fért a MEgújulás. Ennek jegyében új grafikai külsőben és tartalommal lép színre ebben a tanévben a Miskolci Egyetem hivatalos lapja. Bízunk benne, hogy olyan szeretettel fogadja az olvasó, ahogyan mi készítettük.

A szeptemberi számban Prof. Dr. Torma András rektor Emeritus segítségével pillantunk vissza az elmúlt 7 évre. Lesz szó a bALEK7-ről és a diplomaosztóról. Természetesen nem mehetünk el a Covid-19 és következményei mellett. Szeretnénk mindenkinek a figyelmét felhívni a szabályokra, melyeket be kell tartanunk az egyetemen falain belül. Ezek betartása életet menthet! Színvonalas kulturális ajánlók mellett a legújabb trendekre is szeretnénk felhívni a figyelmeteket. Életmód rovatunkban igyekszünk benneteket felkészíteni a hidegebb évszakok okozta testi-lelki kihívásokra.

Azt tudjuk ígérni kedves olvasó, hogy a 2020/21-es tanévben is rengeteg informatív anyagot készítünk neked! A nyomtatott lap mellett kövesd web és facebook oldalunkat is. F: <https://www.facebook.com/me.megazin> web: <http://megazin.uni-miskolc.hu/>

Barátsággal:
Konyári György
a MEgazin főszerkesztője

me
gazin



Interjú Prof. Dr. Torma Andrással

Az elmúlt hét évben Torma András Rektor, vezette a Miskolci Egyetemet a sikerek felé. Idén, augusztus 1-től, a Miskolci Egyetem modellváltásától kezdve azonban már új időszak vette kezdetét a vezetés tekintetében is. Erre figyelemmel a Szerkesztőség lehetőséget adott egy olyan interjúra, amelyben a Rektor emeritus Úr értékeli – összegző álláspontot fejt ki az elmúlt évekről.

MEgazin: A MEgazin című folyóirat - úgy gondolom - egy kicsit Rektor Úrnak a gyermeke. Emlékszem a rektorra választása utáni szeptemberben találkoztunk először és akkor azt mondta Rektor Úr, hogy csináljunk valami jobbat, valami mást, mint az akkor funkcionáló „MERT” című lap. Ennek jegyében minden év szeptemberét egy rektori interjúval indítottunk, ez a szeptember sem lesz másképp. Picit már rendhagyóbb módon, de mégis azt a lehetőséget szeretjük volna megadni, hogy összefoglalva az elmúlt tanévet is, illetve az egész, illetve két egész rektori ciklust. Hogy látta Rektor Úr az elmúlt éveket, illetve mik voltak a benyomások, a sikerek, esetleg a buktatók.

T.A: Mindenek előtt köszönöm a MEgazin jelentkezését, mert Torma András mindig fontosnak tartotta a sajtót, az egyetemi sajtót is. Az a benyomásom ugyanis, hogy az elmúlt 7 évet megelőző időszakban a Miskolci Egyetem bezárkózott volt, és nem töltötte be azt

a szerepet, amit egyébként be kellett volna töltenie, vagyis az észak-magyarországi régió vezető kutató helye és vezető egyeteme szerepét. Modern szóval élve a harmadik missziós feladatát az Egyetem nem az elvárható magas színvonalon teljesítette. A harmadik misszióknak a fontosságára a „Fokozatváltás a felsőoktatásban”, 2015-ben kiadott kormányzati dokumentum hívta fel az egyetemek figyelmét. Nem akarok dicsekedni, de kicsit ezt már megelőzte Torma András, amikor rektor lett, vagyis 2013-ban. A rektori pályázatomban z egyik cél - sok egyéb mellett – éppen az volt, hogy nyissuk ki az egyetemet. Tegyük láthatóvá, hogy mit csinál ez a tizenegyezer egyetemi polgár, valójában Miskolc városnak a legnagyobb munkáltatója! . Hogy ez az intézmény messze több, mint átlagos magyar felsőoktatási intézmény, diploma gyár. Az a gyakorlati tapasztalat ugyanis, hogy aki elmegy ebből a térségből nagy valószínűséggel nem fog visszajönni. Éppen ezért nem csak kinyitni kellett az egyetemet, hanem e mellett meg kellett változtatni az egyetem egész arculatát. És 2014-től, a nyitás jegyében teljesen új arculattal jelent meg a Miskolci Egyetem. A sikerek körében, csak felsorolásszerűen azért néhány dolgot szeretnék kiemelni. Nekem az első, nagyon fontos, kiemelt feladatom a Miskolci Egyetem főépületének befejezése és rendbetétele volt. Emlékezzünk csak



arra az időszakra, amikor a főépület egy harmada le volt zárva, ki voltak véve az ajtók, az ablakok, az északi fal, és a hó szabályosan bent volt a különböző emelteken található előadó termekben! A főépület másik egy harmadában pedig bútorraktár volt feltornyozva, irodabútorokkal: nem túlzás, hogy életveszélyes állapotok között dolgoztunk!. A magam tevékenységének sikerét abban látom, hogy 2015 júniusában befejeztük az egyetem főépületének rendbetételét, komoly kormányzati segítséggel!. A segítő kezeket az EMMI-ből elsősorban Balog Zoltán Miniszter Úr és Vitályos Eszter Államtitkár Asszony, az Egyetemről pedig Dr. Szakály Dezső, a Szenátus titkára nyújtotta nekem, illetve az Egyetemnek, amiért örök hálával tartozunk! Számomra ez úgy rögzült, hogy „Torma az újjáépítő” mert bizonyára másoknak is sikerült volna befejezni, de mégiscsak az én rektorságom alatt történt a végső helyreállítás, és én erre nagyon büszke vagyok. A következő dolog, amit kiemelek, az a jobb szó hiányában: a nemzetköziesítés! Mert nagyon szép, nagyon jó, hogy itt az egyetemen belül sikerült visszaállítani a munka békét.. Nagyon szép, nagyon jó, hogy a Miskolci Egyetem ma már benne van a magyar szelle

mi – tudományos és gazdasági közéletben. De legalább ilyen fontos a nemzetközi jelenléte a Miskolci Egyetemnek. A nemzetköziesítés tekintetében pedig elképesztő sikereket értünk el! Itt nem csak arra gondolok, hogy rektorságom előtt, 2012-ben még 0 külföldi hallgatója volt a Miskolci Egyetemnek, 2014-től aztán elkezdtünk növekedni és ma már több mint 400 külföldi hallgatónk van, akik nem átmenetileg tartózkodnak hazánkban, hanem angol nyelven diplomát szereznek. Ez a 400 hallgató a világ majdnem 50 országából van itt, és viszik világgá a Miskolci Egyetem jó hírnevét. Nagyon reméljük, hogy következő év szeptemberében ezt a 400-as létszámot 500-ra fogjuk emelni. A nemzetköziesítéshez hozzátartozik, hogy önkéntes alapon, Magyarországon egyedülként a Miskolci Egyetem nemzetközi akkreditációnak is alávetette magát. Ami azt jelenti, hogy egy nemzetközi szervezet a Miskolci Egyetemet alkalmasnak találta arra, hogy nemzetközi szinten is képzéseket bonyolítson. És végül, ennél a témánál maradván, a harmadik körülmény 2020-ban nyert bizonyítást. A Word University Rankings QS rangsorában ugyanis a Miskolci Egyetem a 801-től az ezredik helyen végzett! Ez elképesztően nagy siker.

A Miskolci Egyetem életében először bizonyult be, hogy a világ több mint 30 ezer felsőoktatási intézményéből az első ezzerben benne van. Hangsúlyozom: ez szerintem hatalmas siker. És ehhez szorosan hozzátartozik, hogy a napokban derült ki, hogy a Times Higher Education rangsorán is ott van a Miskolci Egyetem, más 8 magyar egyetemmel együtt. Ott pedig az 1001+ helyet foglaljuk el a rangsorban, ami szintén hatalmas siker!. Ez a két, objektív adatokon alapuló rangsor bizonyítja tehát, hogy azok az erőfeszítések, amiket megtettünk rektorságom alatt az elmúlt hét évben, igenis hoztak eredményt. Köszönet és hála ezért minden egyetemi októnak és nem oktató dolgozónak, de különösen Prof. Dr. Kékesi Tamás nemzetközi ügyekért felelős rektorhelyettesnek. Én csak azt kívánom, hogy az utódom, Prof. Dr. Horváth Zita Rektor asszony ettől jobb helyezést tudjon majd elérni. A sikerek köréből nem mulaszthatom el a kétszeres akkreditáció kiemelését. Köztudott, hogy az egyetemeket 5 évente akkreditálja a Magyar Felsőoktatási Akkreditációs Bizottság, amelyet hatalmas munka elvégzése előzi meg. Hónapokig, esetleg több évig kell felkészülni az akkreditációra, hiszen annak eredménye döntő lesz a következő öt évben. Nos, nekem a Jó Isten két alkalommal is megadta az akkreditációra való felkészülés örömét és viszontagságait: 2014-ben és 2019-ben is. A felkészülés mindkét alkalommal sikeres volt, így a

Miskolci Egyetem egyetemként folytathatta, és még öt évig folytathatja munkáját! Ez hatalmas siker, amiért köszönet és hála minden októnak és nem oktató dolgozónak, de különösen a felkészülést irányító Prof. Dr. Horváth Zita akkori rektorhelyettesnek, aki a 2014-es akkreditációt irányította, és Dr. Jakab Nóra rektorhelyettesnek, aki a 2019-es felkészülést irányította.

A hallgatói sikerek mellett sem mehetünk azonban el szó nélkül. Annak ellenére, hogy hallgatóink többsége az Észak-Magyarország régióból, tehát Magyarország és az egész Európai Unió leghátrányosabb helyzetű térségeinek egyikeiből származik, egyszerűen hihetetlen tehetségek voltak és vannak közöttünk. Ha például visszanezünk korábbi évnvi-tóinkat vagy diplomaosztóinkat, akkor kiderül, hogy mindig fölléptek énekes fiúk és lányok. Így emelve a szenátusi üléseknek a színvonalát. És mindig kiderül, hogy ők a mi bölcsészhallgatóink, a mi föltudományi, gépész, stb. kari hallgatóink.. Hallgatóink az elmúlt években a tanulmányokban, illetve a nem tanulmányi munkákban is elképesztő sikereket értek el: gondolok itt például az IM jogász kiválósági ösztöndíj elnyerésére, vagy a gazdaszok MNB ösztöndíjának elnyerésére. E körben kell kiemelnem a Gépészmérnöki és Informatikai Kar szuperszámítógép építő és alkalmazó csapatát, amely 2017, 2018 és 2019 évben is – egyetlen európai csapatként – bejutott a Sanghajban meg-

Fókuszban

rendezett „Super computer Challenges” világbajnokságra és „First Class” Díjjal a zsebében térhetett haza a Miskolci Egyetemre! És akkor még nem beszéltem hallgatóink sport sikereiről (lásd például a MEAFC férfi kosárlabda csapatát), vagy a különböző tanulmányi versenyeken, köztük a TDK-án, OTDK-án elért hallgatói sikerekről sem! A hallgatók tekintetében viszont nagyon fontos volt, hogy ők ne érezzenek ebből semmit. És ehhez a magyar kormány is hozzájárult. Szerencsére a hallgatók valóban nem éreztek semmit, mert ők is és az egyetem is megkapja azt a támogatást, (finanszírozást), amelyet megkaptunk volna akkor, ha állami egyetem maradunk. Az, hogy egyetemünk jövője milyen irányba fog menni az majd kiderül. De én optimista vagyok, mivel Horváth Zita rektor asszony és csapata kelő hozzáértéssel és hatalmas lendülettel állt munkába, miközben ne feledjük: az Egyetemet fenntartó alapítvány kuratóriumának elnöke az a Dr. Varga Judit Igazságügy Miniszter, aki néhány évvel ezelőtt – többek között – az én általam oktatott közigazgatási jogcímű, négy féléves tantárgyat, s köztük az „Európai közigazgatást” hallgatta, illetve abból vizsgázott és államvizsgázott. A modellváltás összegzéseként azt mondhatom, hogy az Egyetem hatalmas lehetőséget kapott a fokozatváltáshoz, hiszen a megváltozott jogi helyzetben sokkal nagyobb a mozgáster. Ezt segíti és ösztönzi a lényegesen magasabb kormányzati anyagi támogatás, vagyis meggyőződésem szerint egyetemünk sikerre van ítélve. A Torma András által átadott egyetem összehasonlíthatatlanul jobb helyzetben van a 2013-ban átvett egyetemhez

Fotó: Kiss Viktor

képest, vagyis az alap stabil, lehet rá építeni! Ez azonban már az új vezetésre hárul: Hogy sikeres lesz-e? Én biztos vagyok benne! Mindnyájunk: az Egyetem, a Város, a Megye, a Régió és Magyarország, valamint az egész magyar nemzet megelégedésére! Amikor rektor lettem, a Miskolci Egyetemnek számtalan magyar gazdasági szereplővel volt együttműködési megállapodása. Nem volt azonban közöttük egyetlen olyan állami szerv sem, amelyikkel egyébként indokolt lett volna jó kapcsolatot ápolni. Az Egyetemmel megállapodást kötött szervezetek tehát kizárólag a gazdasági élet szereplői voltak, ami érthető, hiszen 1990 előtt Nehézipari Műszaki Egyetem voltunk! Csakhogy az első társadalomtudományokat művelő Állam- és Jogtudományi Kar megalapításától, 1981-től már több, mint harminc év eltelt, így a kapcsolatrendszer kiszélesítése nem volt tovább halasztható. Nem voltunk tehát 2013-ban kipányvázva más állami szervekhez, főhatóságokhoz, önkormányzatokhoz. Nem volt mondjuk a Magyar Nemzeti Bankkal együttműködési megállapodásunk, vagy akár a Belügyminisztériummal, a Külügyminisztériummal, és a megyei önkormányzattal vagy Miskolc Városával sem.



Nos amikor én rektor lettem, akkor azt mondtam, hogy nyissuk ki az Egyetemet és szélesítsük képzésünk palettáját. Nem csupán abban az értelemben, ahogyan az egyetemet kinyitni szokás, hanem egyenesen pályvázunk is ki, vagyis stabilan rögzítsük is. Kössünk stratégiai megállapodást az állam más szereplőivel is, akik adott esetben államhatalmat gyakorolnak. És ez nagyon fontos, mert a Miskolci Egyetemen nem csupán mérnökképzés folyik, hanem a társadalomtudományi karokon is oktatunk, ahol gazdaságtudományi, állam- és jogtudományi szakembereket, sőt bölcsészeket és pedagógusokat, valamint egészségügyi szakembereket és zeneművészeket is képezünk. Rendkívül büszke vagyok tehát arra, hogy az eltelt években nem csak a gazdasági élet vezető szereplőivel (például: MOL, Bosch, Joyson, SEGA, MVM, Audi, Electrolux, stb.), hanem az állami élet közhatalmat gyakorló szereplőivel (például: Magyar Honvédség, Katonai Nemzetbiztonsági Szolgálat, Magyar Nemzeti Bank, Állami Számvevőszék, Miskolc Város Önkormányzata, stb.) is sikerült stratégiai megállapodást kötni!

MEgazin: Hogyan látja a magyar felsőoktatás helyzetének változását az elmúlt hét évben?

T.A.: A dolgot ott kezdem, hogy 2013-ban lettem rektor és a Rektori Konferencián számtalanszor elmondtuk, hogy iránymutatást kérünk a magyar felsőoktatás jövője tekintetében. Mert az az állapot, hogy senki nem mond semmit a jövőről, illetve a jövőbe vezető út fő irányairól, az a lehető legrosszabb. És ennek tudható be, hogy

2015-ben elkészült a 'Fokozatváltás a Felsőoktatásban' című kormányzati anyag, ami világosan megmutatta, hogy merre, milyen irányba kell fejleszteni a magyar felsőoktatást. Akkoriban minden magyar felsőoktatási intézmény köteles volt Intézmény Fejlesztési Tervet készíteni, amelyben 2020-ig felrajzolja az adott egyetem jövőjére vonatkozó a terveket. Először talán a magyar felsőoktatás életében, a „Fokozatváltásban” stabil irányt mutatott nekünk a Magyar Kormány és mi magunknak is kidolgoztuk a stabil irányt egészen 2020-ig. Ez nagyon jó volt, mert akkor tudja az ember, hogy merre kell menni. Ami nekem nem tetszett és a mai napokig sem tetszik, az az a tény, hogy minden magyar felsőoktatási intézmény „egyetem” nevet és rangot kapott. Szerintem ez nem volt helyes lépés a jogalkotó részéről. Azért nem volt jó lépés, mert ezt megelőzően hazánkban történelmileg kialakult egy olyan felsőoktatási struktúra, amely szerint főiskolák és egyetemek működnek nálunk. A főiskolák képezik az alacsonyabb szintű végzettséget adó szakembereket, az egyetemek pedig a magasabb szintű végzettséget adó szakembereket. Tehát a mai fogalmakat, ha használjuk akkor a felsőfokú szakképzés és az alapképzés összességében a főiskoláknak a feladata, a mesterképzés és a doktorképzés pedig összességében az egyetemeknek a feladata. Ezt gyökeresen sikerült a törvényalkotónak összekeverni, és ma már mindenki mindent csinál, illetve csinálhat! Ez nem helyes, de tudomásul vettem és veszem, hiszen nem jogalkotó, hanem jogalkalmazó lettem, illetve vagyok .

Fókuszban

MEgazin: Hogyan tovább? Hogyan változnak meg a mindennapjai, hogy ettől a nemes, de nagyon embert próbáló feladattól kicsit hátrébb lép? Mi fog változni és milyen kihívások azok, amelyek az embert ilyenkor még mozgatják?

T.A.: A felsőoktatási törvény 65 évben szabta meg az egyetemi vezetői tevékenység ellátásának felső határát. Már korábban említettem, hogy augusztus 1-el magán egyetemmé alakult a Miskolci Egyetem. Ezért aztán a Prof. Palkovics László ITM Miniszter Úrral való beszélgetés következményeként, Családommal konzultálva arra a következtetésre, illetve döntésre jutottam, hogy kezdje a május hónapban a Szenátus által megválasztott új rektor ezt az új létet. Mert ez valóban új helyzet. Kezdje Prof. Dr. Horváth Zita egyetemi tanár, és én segítem az Ő munkáját. Ne férjen senkinek kétsége ahhoz, hogy Torma András marad, és nem csak 65. életévé betöltéséig, hanem nem tudom még, hogy hány évig! Biztos tehát, hogy maradok és segítem az új vezetés munkáját, mert embert próbáló nagy feladat áll előttük. Ugyanakkor a Közigazgatás Jogi Tanszéket sem hagyhatom cserben, hiszen én ott vagyok igazán otthon. Ettől a félévtől tehát főállású egyetemi tanárként visszamegyek a közigazgatásjogi tanszékre és gondozom a Közigazgatási Jog 1., és a Közigazgatási Jog 4. című tárgyakat, valamint foglalkozom (igazán foglalkozom) a doktorandusz hallgatóimmal. Szóval, én szeretek egyetemi oktató lenni, mert úgy gondolom, hogy egyetemi oktatónak születtem. Ugyanakkor több, mint 25 éve egyetemi vezető lettem és voltam: tanszékvezető, intézet igazgató, dékánhelyettes, dékán és rektor, amely vezető feladatokat is szívesen láttam el. Kijelentem tehát, hogy egyetemi vezető, így rektor is szerettem lenni. Az elmúlt évtizedekben, években volt az Állam- és Jogtudományi Karért, illetve

a Miskolci Egyetemért minden létezőt megtenni. Elöljáróim időről időre kitüntetéssel ismerték el munkámat, amelyek közül a legelsőre, az 1988-ban kapott Rektori Dicséretre, valamint a 2012-ben kapott Magyar Érdemrend Tiszti Keresztre vagyok a legbüszkébb. Felemelő érzés és nagy büszkeség számomra az, hogy két cikluson keresztül is a Miskolci Egyetem rektora lehettem. Igyekeztem ehhez méltó módon élni és dolgozni. Hogy ez sikerült-e, azt nem nekem kell értékelnem, de az biztos, hogy én mindent megtettem ahhoz, hogy méltó legyek e címre. Ugyanakkor nem mulaszthatom el kiemelni, hogy minden személyes sikerem mögött ott volt és van a Családom, akik nélkül semmi és senki lettem volna, illetve lennék. Köszönet és hála nekik is: Szüleimnek (akik már nincsenek közöttünk), Feleségemnek, három gyermekemnek, valamint három- és fél unokámnak (Zsuzsa a harmadik gyermekét várja), testvéreimnek, feleségeiknek és gyermekeiknek! És most, hála a Jó Istennek, büszkén és megnyugvással visszatérek oda, ahonnan elindultam: a katedrára! Jó szerencsét!

Berényi Barbi



Fotó: Kiss Viktor

Érdekel a Startup világ és a Miskolci Egyetem hallgatója vagy? Van olyan ötleted, aminek a megvalósításán már gondolkodtál, viszont nincs tőked az induláshoz? Ha igen, akkor az két program neked szól. A Miskolci Egyetemen működő Technológia- és Tudástranszfer Igazgatóság igazgatóját, István Zsoltot kérdeztük a Startup lehetőségekről.

M.: Mi az Igazgatóság feladata?

I.Zs.: A Technológia- és Tudástranszfer Igazgatóság 2020. február 1-én jött létre és arra hivatott, hogy összekapcsolja a gazdasági szereplőket az egyetemmel. Mindamellett, hogy a szervezet segíti az oktatók és a kutatók munkáját, további célunk, hogy felhívjuk a figyelmet Egyetemünk-re. A hallgatók kiemelt fontossággal bírnak az Igazgatóság életében. Célunk, hogy a már végzett hallgatók később is számíthassanak az egyetemre. Kifejezetten támogatjuk azon hallgatókat, akik saját ötleteiket szeretnék megvalósítani, ezért hoztuk létre a „Proof of Concept” Programot (továbbiakban ME-PoC Program), melyre 10 millió Ft keretet különítettünk el.

M.: Mi a ME-PoC lényege?

I.Zs.: A program az Egyetemen folyó innovációs fejlesztések korai szakaszainak támogatása, valamint a hallgatói innovatív vállalkozói ötletek támogatása céljából jött létre.

M.: Hogyan lehet jelentkezni a programba?

I.Zs.: A programban pályázati úton lehet részt venni, melynek határideje szeptember 30. A hallgatók és doktoranduszok önállóan vagy csapatban jelentkezhetnek, a csapat tagjai közé meghívható egyetemi oktató, kutató vagy tanszéki mérnök. A pályázat benyújtása a pályázati adatlap kitöltésével, és a Technológia- és Tudástranszfer Igazgatójához történő eljuttatásával lehetséges, elektronikusan (poc@techtransfer.uni-miskolc.hu)

A pályázók terveiket, ötleteiket megmértethetik a ME Vállalkozói ötletversenyén a StartMeUp-on is, melyet idén 3. alkalommal fognak megrendezni. Más versenyekkel ellentétben, itt a résztvevők nincsenek magukra utalva, hiszen kapnak egy mentort segítségül. A versenyen 5 perces előadásban, úgynevezett pitch-ben kell bemutatni a Startup ötletet és meggyőzni a zsűrit.

M.: Mit tanácsolna a jelentkezőknek?

I.Zs.: Azt tanácsolnám mindenkinek, hogy legyenek bátrak, engedjék el a fantáziájukat és álmodjanak nagyokat. Ne féljenek megmértetni magukat. A ME-PoC Program a résztvevők számára egy kockázat nélküli befektetés, amit kár lenne kihagyni. **További információ:** <https://techtransfer.uni-miskolc.hu/hallgatoi>

Somoskői Dóra





Life Projekt 2.0 – Miskolci Egyetem az éghajlatváltozás ellen

sajtótájékoztató keretén belül az idén ősszel induló második magyar koordinálású, LIFE Éghajlat-politika alprogram keretében megvalósuló közös pályázat bemutatására. A projekt célja, hogy a partnerek kollektíven lépjenek fel a helyi éghajlati kockázatok csökkentése érdekében, valamint lépéseket tegyenek a sérülékeny városi és vállalati területek közös klímaalkalmazkodásának erősítésére.

A projekt során a fenti együttműködés Kazincbarcika város és a BorsodChem Zrt. között jött létre, az együttműködést támogató konzorciumi partnerekkel kiegészülve, mint a Miskolci Egyetem Kémiai Intézet, MBFSZ Nemzeti Alkalmazkodási Központ Főosztály, KÖVET Egyesület a Fenntartható Gazdaságért, valamint GeoGold Kárpátia Kft. A projekt koordináló kedvezményezettje a Miskolci Egyetem. A projekt keretében elkészül Kazincbarcika és a BorsodChem Zrt. közös alkalmazkodási klímastratégiája, amely éghajlatváltozási sérülékenységvizsgálaton alapul. Létrejön egy módszertani útmutató, valamint egy online alkalmazkodási jógyakorlat gyűjtemény is, amelyek a közös alkalmazkodási klímastratégiák kidolgozási gyakorlatának replikációját segítik majd elő más önkormányzatok és ipari vállalatok számára hazánkban és az EU területén.

A sajtótájékoztatón Prof. Dr. Horváth Zita, egyetemünk rektora elmondta a célkitűzések kapcsán, hogy a Miskolci Egyetem egy hatékony, a környezet, társadalom, gazdaság problémáira rugalmasan reagáló felsőoktatási intézmény legyen, ami magas színvonalú oktatást tud biztosítani az alapszaktól egészen a doktori iskoláig, a felnőttképzésig bezárólag, ami az Egyetemet mind a hazai mind a nemzetközi felsőoktatási térképen jól látható, markáns helyen helyezi el. Prof. Dr. Viskolcz Béla, a Kémia Intézet igazgatója kiemelte, hogy a projektekre a konzorciumban 5 partnerrel közösen majdnem 3 éven keresztül történt a felkészülés, ami hivatalosan most fogja kezdetét venni 4 éven keresztül, amit egy 5 éves ún. „after Life”- időszak fog zárni.

Az elkövetkező években a fentiekén túl létrejön az éghajlatváltozási platformot koordináló szervként egy jövőkutató csoport (Future Research Group), valamint egy egyedülálló klímaalap is, ami a helyi kisléptékű olcsó adaptációs intézkedések támogatását fogja szolgálni.

Kecsmár Gergő



Diplomaosztó és a Gólyatábor

Diplomaosztó ünnepség

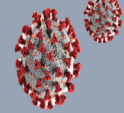
Idén nem a szokványos időben, május helyett csak szeptemberben kerülhetett sor a diplomaátadó ünnepségre. A vezetőség mindenképpen szeretne volna, ha a végzett hallgatók nem csak postán kapnák meg a diplomájukat, hanem éreznék annak az ünnepélyes hangulatát, ami munkájuk gyümölcset bizonyítja. Így a vírushelyzetre való tekintettel, ugyan csökkentett létszámban – hozzátartozók nélkül, de hagyományos rendben sikerült végül megvalósítani az ünnepséget, betartva az előírásokat. 2020. szeptember 3-án 10.30 órakor a Bölcsészettudományi Kar, valamint a Bartók Béla Zeneművészeti Intézet, 14.30 órakor az Állam- és Jogtudományi Kar, valamint az Egészségügyi Kar diplomaosztó ünnepségére került sor. Szeptember 4-én 10.30 órakor a Gépészmérnöki és Informatikai Kar, 14.30 órakor a Műszaki Földtudományi Kar, a Műszaki Anyagtudományi Kar valamint a Gazdaságtudományi Kar ünnepségét tartották meg. A hivatalos egyetemi Youtube-csatornán, illetve a Facebook-oldalon is élőben közvetítették a történéseket. Az elkészült felvételek megtekinthetők az uni-miskolc.hu oldalon.

Gratulálunk minden végzősnek!

Gólyatábor

A gólyatábor, vagy ahogy nálunk nevezik, a BAL-EK7, az elsőéves hallgatók egyik legfontosabb egyetemi pillanata, hiszen ilyenkor tapasztalhatják meg először az egyetemi légkör hangulatát, barátságokat köthetnek, megismerhetik az egyetem hagyományait. A Miskolci Egyetemen idén sajnos nem tudta minden kar megtartani az eseményt, a Gépészmérnöki és Informatikai Kar, az Állam- és Jogtudományi Kar, valamint a Bölcsészettudományi Kar vállalta a tábor megszervezését. Nem volt egyszerű, hiszen szigorú feltételeknek kellett megfelelni, fokozottan figyeltek az állomáspontokon és a kollégiumokban történő fertőtlenítésre, valamint a diákcsomagok is tartalmaztak szájmascskot és fertőtlenítőt. Persze kötelező volt a teshőmérséklet mérése is. Programok tekintetében hasonlóan alakult a tábor, mint az előző években: csapatépítő játékok, sportolási lehetőségek keretében ismerkedhettek meg a gólyák egymással, melyet további különböző Selmeci hagyományokról és Egyetemvárosról szóló előadások és feladatok tettek még színesebbé. Az eseményre augusztus 23-27. között került sor az egyetem campusán.

Siroki Andrea



COVID-19 AZ EGYETEMEN

Magyarország Kormánya 2020. március 11-én vészhelyzetet hirdetett ki, amely nagyban érintette a hazai felsőoktatást, így a Miskolci Egyetem Egészségügyi Karának működését is. Bár szeptemberben a tanítás normál tanrendben kezdődött el, amennyiben a helyzet megint rosszabbodik, ismét online oktatásra való áttérésre számíthatunk. Hogy ennek az esélyét minél kisebbre csökkentsük, tartsunk be minden óvintézkedést!

Az intézmény épületeit, tanóráit jelenleg kizárólag egészséges, megbetegedés tüneteit nem mutató személyek látogathatják. Jellemző tünetek: köhögés, nehézlégzés, légszomj, láz, hidegrázás, izomfájdalom, torokfájás, ízérzés- vagy szaglászavar, émelygés, hányás és hasmenés. Amennyiben valaki bármelyik tünetet tapasztalja, haladéktalanul vegye fel telefonon a kapcsolatot háziorvosával vagy az egyetem orvosával. Az egyetemi rendelő elérhetősége rendelési időben (7.00-18.00 óra között): 0646/565-391, 0646/565-111/14-93-as mellék. A rendelési időn túl, illetve hétfőeken a városi ügyeletet kell hívni a 0646/477-104-es telefonszámon.

Kötelező maszkhasználat: belépéskor, közforgalmú helyeken, ügyintézés közben és a nagy létszámú órákon való részvétel ideje alatt kötelező minden belépőnek az arcot takaró maszkot vagy kendőt viselni. Mivel a vírus főleg cseppfertőzéssel terjed egyik emberről a másikra, ez az intézkedés hivatott megelőzni azt, hogy akár egy hétköznapi társalgás során is akaratlanul megfertőzzük társainkat.

Kézfertőtlenítő: minden belépésnél kötelező a kézfertőtlenítő folyadék használá-

ta, így csökkentve az esélyét annak, hogy az általunk használt tárgyakon és felületeken továbbadhassuk a fertőzést. Amennyiben valamilyen bőrrallergiád van, tarts magadnál speciális, gyógyszerári fertőtlenítőt, illetve gyakran és alaposan moss kezet.

Távolságtartás: zsúfolt helyeken lehetőség szerint tartsd a másfél méteres távolságot! A barátaiddal nyugodtan beszélgethetsz a szünetekben, kültéren akár maszk nélkül is, ugyanakkor tartsd tiszteletben a többi ember szempontjait is.

Bejáratok: az egyetemi épületekbe jelenleg több bejutási pontot is működtetünk, amelyek nyitvatartása a következő:

- A/1 épület: folyamatos bejutás
- A/4 épület: hétfőtől péntekig 6.00-22.00-ig a porta felőli önműködő ajtón lehetséges a közlekedés
- B/2 épület: belépés kártyás beléptető rendszer használatával
- Stefánia épület, Zenepalota, E/7 irodaház: változatlan nyitvatartás
- C/2 épület: a FIEk épület portaszolgálatán keresztül engedélyezett a belépés

Oláh Zsófia

Erasmus mentoprogram

Valószínűleg minden hallgató ismeri az Erasmus ösztöndíjat: ennek segítségével tanulhatsz egy vagy több félétet külföldön úgy, hogy az beszámítson a hazai tanulmányaidba. Több külföldi hallgató is igénybe veszi ezt a szolgáltatást, csak épp fordított esetben; ők érkeznek kampuszunkra, és a Miskolci Egyetemen való boldogulásban segítik őket az Erasmus Mentorprogramban részt vevő hallgatók.



Az Egyetemvárosban rendszeresen találkozhatunk távol- és közel-keleti, valamint egyéb országokból érkezett hallgatókkal, akiknek a megjelenése a városban vagy az egyetemen akár félreértésre is adhat okot, hiszen a kívülállók nem sejtik, hogy mit takarnak az esetleg eltérő külső fizikai jegyek. Ők azok az Erasmusos hallgatók, akik az ösztöndíjprogramon keresztül érkeztek Miskolcra, hogy pár hónapig egyetemünkön folytassák tanulmányaikat. Bár a jelenlegi pandémiás helyzet miatt ezen hallgatók több nehézséggel is találkozhattak, mint például a kötelező kétételes elkülönített karantén (beutazási országtól függetlenül), a Miskolci Egyetem továbbra is lehetőséget kínál azoknak, akik városunkban szeretnék tölteni az Erasmus programjukat. Az Erasmus Student Network (ESN) egy önkéntes diákszervezet, amely az egyetemre érkező külföldi diákoknak segít a mindennapi életben, valamint különféle eseményeket szervez nekik a mentorokkal közösen. A mentorok fix feladatai a következők: segíteni nekik eljutni az Egyetemre és beiratkozni a kollégiumba, illetve elvinni őket a Bevándorlási Hivatalba. Ez körülbelül 4 órát tesz ki összesen. Ezen kívül előfordulhat, hogy a mentoráltad

megbetegszik, ilyenkor a kollégiumi orvoshoz kell őket elvinni. Ha valaki nagyon nem ér rá, nyugodtan kérhető a mentortársaid segítsége, ebben a tekintetben az ESN igen rugalmas. „2009 óta létezik a főként Európából érkező Erasmus-os hallgatók mentorprogramja Miskolcon, amely az integrálásukat segíti. Egy idegen nyelvi környezetben fél évig élni elég nehéz, és azért alakítottuk ki ezt a támogató hálót, hogy a külföldi hallgatók tudjanak kire számítani. A mentorok számára rendszeresen felvételt írunk ki a magyar hallgatók körében. Mivel ez önkéntes alapú program, a legfontosabb a segítségre irányuló motiváció” – foglalta össze egy interjú során a mentorprogram jelentőségét Menyhért József, az ESN Miskolc elnöke. A jelentkezéshez nem szükséges nyelvvizsga, csupán részvétel egy mini interjúban, amelyre az ESN Miskolc irodájában kerül sor (E/2. 227-es szoba). A program célja nem csak a külföldi hallgatók terelgetése, hanem hogy a miskolci hallgatók is fejlesszék nyelvtudásukat, valamint új barátokat szerezzenek.

Oláh Zsófia

Fókuszban

Együttműködési megállapodást írt alá az SZTNH és a Miskolci Egyetem

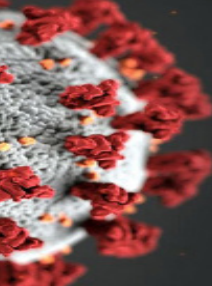
Együttműködési megállapodást írt alá a Szellemi Tulajdon Nemzeti Hivatala és a Miskolci Egyetem. Az együttműködés célja, hogy az egyetem hallgatói tudatosabb kezeljék a létrehozott szellemi tulajdonukat, és megtanulják, hogyan tudják azt hasznosítani. Az SZTNH az együttműködés első lépéseként 500 ingyenes tankönyvet ajánlott fel az első éves hallgatóknak, hogy könnyebben elsajátíthassák az eredményeik megvédéséhez szükséges tudást.

Horváth Zita, a Miskolci Egyetem rektora az aláírást megelőzően hangsúlyozta, azért fontos számukra ez a megállapodás, mert szeretnék, ha a Miskolci Egyetemen keletkezett tudás az egyetemen is maradna, ott hasznosulna. Hozzáette, egyetemünk az innováció területén élen járó egyetem, így az SZTNH-val gyümölcsöző kapcsolatra számítanak. A rektor kiemelte, elképzelhetőnek tartja, hogy a különböző karokon akár szabadalomérett munkák is találhatóak. Az egyetemi képzés kapcsán elmondta, olyan modulokat alakítanak ki, hogy azoknak köszönhetően az itt végző hallgatók minél értékesebbek legyenek a munkaerőpiacon, és ezt kiegészíti a szellemi tulajdonvédelemmel kapcsolatos tudás is. Horváth

Zita hangsúlyozta, az intézmény vállalta azt is, hogy az SZTNH számára szakértőket biztosít, segítve ezzel a hivatal szemléletformáló munkáját. Pomázi Gyula, a Szellemi Tulajdon Nemzeti Hivatalának elnöke felhívta a figyelmet arra, hogy a magyar diákok rendkívül kreatívak és innovatívak, azonban elmaradnak a nemzetközi mezőnyben, mivel a többség még nem tudja, hogy amit létrehozott, azt le is kell védenie. Kiemelte, az SZTNH szeretné a lehető legtöbb módon segíteni a Miskolci Egyetem munkáját, és jelen lenni akár már az inkubációnál.

Pomázi felhívta a figyelmet arra is, nem véletlen, hogy a hivatal jelmondata az „Ötletből érték”, hiszen egy átgondolt oltalmazás segítségével lehet az egyes találmányokból, kutatási eredményekből bevétele a tulajdonosoknak. Az együttműködési megállapodás aláírását követően Pomázi Gyula 500 darab könyvet ajándékozott az egyetem Hallgatói Önkormányzatának. A „Bevezetés az iparjogvédelembe” című könyv ezen a héten jelent meg az SZTNH gondozásában.





Hogyan éljük túl a COVID-19 következményeit

Az egyetemen van lehetőség mentálhigiénés tanácsadásra. Simonné Huszár Katalin tanácsadó várja azoknak a diákoknak a jelentkezését, akiknek szüksége lenne esetleg egy kis segítségre tanulás, kommunikáció, konfliktus kezelés, önismerettel kapcsolatban. A tanácsadás az A/1 mfsz. 32-es szobájában elérhető illetve a hkpszichologus@uni-miskolc.hu címen is.

A koronavírus második hullámában már kissé tapasztaltabbak vagyunk a vírussal szemben, már kicsit tudjuk, hogy mire számíthatunk és azt is, hogy hogyan készüljünk fel az esetleges újabb karanténra illetve a változásokra. De egy valamihez még mindig nehezebb lesz hozzászokni: a mentális kihívásokra.

Következmények az életünkben

Az idei év mindenkinek más de az biztos, hogy senkinek sem könnyű. Akik most kezdik az egyetemet azoknak azért mert ez az első lépésük az önálló életbe, akik pedig most végeztek nekik a diplomaosztó az a bizonyos esemény ami lezárja az egyetemi éveket és a következő lépés már

a nagybetűs életbe lesz. A 2020-as évfolyam számára a pandémia sok következmény jár hiszen utolsó évükre, emlékeikre, nézeteikre teljesen rányomja saját bélyegét. Ez az időszak az ahol a diákok elhagyják a kampusz komfortját és kilépnek a munka világába viszont ez idén teljesen máshogy működik hiszen nem sok lehetőség van a vírus miatt. Ez az ökonomikus sokk minden korosztályt érint Magyarországon és az egész világon is. De ezeknek a fiataloknak ez nem csak egy újabb esemény lesz ami lesújtott a világra, hanem egy meghatározó pillanat az életükben. Minden amit most történik- a lemondott események, a meg nem történt elköszönések és az elveszett lehetőségek- a 2020-as osztályokkal maradnak életük végéig. Viszont ezek a fiatalok azok akik kimernek állni kormányok ellen, felmernek szólalni az elnyomottak mellett és az igazság érdekében. Ez a generáció az akit érdekel a világ fejlődése, helyzete, környezete. Számunkra ez a pandémia valaminek a végét jelentette de az biztos, hogy ezzel egy új holnap kezdődik.

A mentális következmények

Az első karantént mindenki máshogy élte át.

Kezdetlegesen sokan egyetemista buzgóan váltott életmódot. Reggeli edzés, meditáció, ingyenes online órák, Zoom beszélgetés barátokkal illetve tanórák. Viszont ahogy az idő telt ez a buzgóság kezdett le-lankadni és minden visszaállt a régi kerékvágásba. Egyre többen rájöttünk arra, hogy hiányoznak a barátaink még akár az órák is. Mivel nem sok mindent lehetett a négy fal között tenni így az internet világa nyújtott sokaknak új, virtuális teret a létezéshez. Ez teljes mértékben megterhelheti egy ember mentális egészségét. Többeknél jelentkeztek szorongásos problémák, depresszió illetve komolyabb hangulatingadozások.

A következők ellen

Napi rend

Ha ismét bejelentenek, hogy karanténra van szükség akkor már előnyben vagyunk hiszen tudjuk, hogy az első ideje alatt mit csináltunk jól és rosszul. Ha az ember megnézi egy általános napját akkor észreveheti, hogy mindig van valamilyen időbeosztása, hogy mit mikor csinál. A karantén ideje alatt érdemes valami hasonlót kitalálni. Egy napi rend segíti az embert a fókuszálásban és hogy ne érezze úgy, hogy csak az időt pocskolja.

Barátok

Habár egyáltalán nem ugyan olyan mint a személyes találkozás, mégis több mint a semmi. A Zoom felületen rendezett csoportos videóhívások, játék és pizza estek, filmezések valamennyire mégis megadják az embernek azt az érzést, hogy nincs

egyedül. Itt érdemes nem csak a szórakozásra koncentrálni hanem arra is, hogy beszéljünk a jelenlegi világ helyzetéről.

Tükörbe nézni

Nagyon sokan félnek attól, hogy egyedül kell lenniük a saját gondolataikkal. De a karantén illetve a vírus időszak a legjobb időszak arra, hogy az ember mindél többet megtanuljon magáról. A meditáció, jóga tökéletes azoknak akik szeretnének spirituális útra indulni, az olvasás, naplózás, zene hallgatás és még akár a játékok is remek lehetőséget adnak arra, hogy az ember egy darabig csöndben üljön és merjen Önmagával egyedül lenni. Ami esetleg megnyugvást jelenthet sokak számára az talán az, hogy már egy hullámot megéltünk. A második már könnyebb lesz és a szabályok betartásával reméljük nem lesz harmadik hullám. Vigyázatok magatokra.

Berényi Barbi



Felkészülés az ősze

A nyári szünet elmúltával egyre hosszabbak lesznek az éjszakák és egyre hidegebbek a nappalok. Természetes, hogy ez a változás nyomot hagy az emberen, egy kis tudatos felkészüléssel azonban megtarthatod te is a motivációdát és az energiáidat!

1. Gyűjtsd össze a motivációdát!

Szeptemberben még mindenki tele van ambíciókkal és lelkesedéssel, a félév végére azonban elfogy a lendület; ám ahogy a nyári gyümölcsöt is elraktározhatjuk, úgy igaz ez a motivációra is. Fogj egy papírt és írd le, hogy milyen terveid vannak a félévre, mitől érzed, hogy képes leszel teljesíteni – bármit, ami erőt ad számodra. Rakd el egy olyan helyre, ahol ezt könnyen megtalárod, és ha szükséged van rá, olvasd újra. A másik lehetőség, hogy a gondolataidat és motivációidat kis papírfecnikre veted, amiket összegyűjtesz egy befőttesüvegbe és bizonyos időnként húzol egyet. Olyan lesz, mint egy szerencsesüti saját magadtól!

2. Alakíts ki egy (számodra hasznos) rutint!

Változás közben úgy lehet egyensúlyban maradni, ha vannak az életedben biztos pontok. A nyári szünetben valószínűleg több idő volt arra, amit szeretsz csinálni, fontos, hogy valamilyen formában át tudd ezt vezetni a sűrűbb hétköznapiakba is, elkerülve az érzést, hogy „elveszíted magad” a mókuserékben. Úgy sem kezdés el egyből tanulni, ha hazaérsz, használd ezt a pihenőidőt arra a székéről lefolyás és semmibe bámulás helyett, hogy valami építő tevékenységet művelsz. Olvass, zenélj, sportolj, sétálj egyet – bármit, ami örömet okoz és hozzáad valamit az életedhez! Szabd meg magadnak, hogy milyen időintervallumban csinálhatod ezt –



eleinte nehezen tudod majd tartani, de szükséges, hogy időt tudj szakítani más dolgokra is, amik még rád várnak az órák után.

3. Figyelj az egészségedre!

Az egyensúlyhoz a lelked mellett a testednek is 100%-on kell működnie, erre legegyszerűbb módszer az egészséges étkezés és a rendszeres sportolás. Fogyassz idényzöldségeket és – gyümölcsöket, mint a brokkoli, a padlizsán, a csonthéjasok, az alma, a körte és a szőlő. Próbáld az étkezéseid között 2-4 óra szünetet tartani, inkább kevesebbet, de gyakrabban egyél, hogy folyamatos legyen az energiaellátottságod: kevésbé leszel morcos és a Hell automata sem fogod beledobálni az összes apród. A sportot is most a legjobb elkezdni, ha nyárra nem jött volna össze a „beach body”, mert az így felszabaduló dopamin, azaz boldogsághormon segítségével csökkenthető a depresszió, a szorongás vagy a koncentrációs nehézségek is.

Zsiga Bianka

Minden amit az online vásárlásról tudni érdemes



Napjainkban az internet térhódítása olyan mértékűvé erősödött, hogy az már az emberek vásárlási szokásaira is befolyással van. Egyre több olyan online platform és weboldal létezik, ahonnan a hétköznapi dolgoktól kezdve az extrém sportfelszereléseken át a különféle háztartási cikkekig mindent könnyedén beszerezhetünk. Alábbi cikkünkben ezzel kapcsolatban sorolunk fel néhány fontos szempontot és tudnivalót.

Legelőször azt kell eldöntenünk, megbízhatónak ítéltető-e meg a webshop, ahonnan rendelni szeretnénk. Nagyon sok olyan eset történt már, amikor kiderült, hogy a vevők csalás áldozatai lettek, és egyáltalán nem kapták meg a kívánt terméket, rosszabb esetben még a kifizetett pénzüsszegnek is búcsút mondhattak. Szintén nagy forrását adják az internetes mémeknek azok a sztorik, melynek során az egyén elképzelése a vásárolt darabról és a kíméletlen valóság még csak meg sem közelítette egymást. A méret a lényeg – Sok ember járja meg azzal, hogy a méretátlázat tüzetes átvizsgálása nélkül rendelte meg a kiszemelt cikket, és csupán a postázás után döbönt rá, hogy bizony alaposan mellényült. Amennyiben egy terméknél nincsenek feltüntetve a méretbeli adatok, érdemes először a vevőszolgálatnál érdeklődni a paraméterek felől, valamint amennyiben kínai áruházból rendelsz, számíts rá, hogy náluk még kisebb az átlag méretezés. Makk hetesből tud visszaadni? – Amikor egy terméket online rendelünk, a fizetés általában szintén online módon, közvetve, kártyával történik.

Mindenképp ügyelj arra, hogy a kártyaadataidat csak kellőképp biztonságosnak vélt felületeken add meg, soha ne jegyeztesd meg a számítógépeddel, továbbá lehetőség szerint használj PayPal, SimplePay, vagy egyéb tranzakciós fiókot, mivel ezek esetében nagyobb a garancia arra, hogy visszakapd a pénzedet, ha hiba csúszik a gépezetbe. Gondolj a védekezésre! – Bár az adatvédelmi tájékoztatótól és a vásárlási feltételektől kevesebb unalmas olvasmány létezik, mégis tanácsos legalább felületesen átfutni azokat, nehogy valami kellemtelenségre bukkanjunk a vásárlás után. Lehetőség szerint ne egyezz bele adatgyűjtésbe, iratkozz le a hírlevelekről, ha nem érdekelnek, és mielőtt a 'Fizetés' gombra kattintanál, olvasd utána a cégnek valamilyen közösségi fórumon, majd ellenőrizd a kiszemelt termék árait és vásárlási körülményeit több oldalon is, mert ha túlságosan is szembeütnő egy kedvezményes ár vagy szállítási mód, lehet, hogy átverés van a dologban.

Oláh Zsófia

Fotó: Internet

Trend



Védőoltások nyomában

A koronavírus járvány hosszú távú, sikeres kezelése a vírus elleni védőoltásokban rejlik. A kutatások jelenleg is gőzerővel folynak, cikkünkben tények, pletykák és álhírek végtelen rengetegében próbálunk tiszta képet mutatni az aktuális helyzetről.

A védőoltások mesterséges immunitást adnak a bennük lévő gyengített kórokozónak hála egy adott vírussal szemben. Egy vakcina kifejlesztése rendkívül hosszú folyamat; alapesetben akár évekig is eltarthat, míg a laboratóriumokból az állatkísérleteken és az embereken való teszteléseken át eljut egy-egy kutatás a széles körű engedélyezésig. A jelenlegi helyzet azonban új feltételeket szabott, az átfutási idők jelentős mértékben lerövidültek a különböző területek egymásba csúsztatásával, teljes gyártósorok felépítésével, hála a rengeteg pénznek és erőforrásnak, amely az ágazatba áramlik.

Jelenleg hat különböző vakcina vizsgálat is a III. klinikai fázisban jár. A vizsgálatok közül három amerikai, kettő kínai, egy pedig angol. Ebben a fázisban már nagyobb számú betegen vizsgálják

a védőoltás alkalmazhatóságát, hatékonyságát, melyek valószínűleg az év végéig is eltartanak. Ezt követően az eredményeket publikálják, jóváhagyásra bemutatják a gyógyszerhatóságoknak, lezajlanak az ellenőrzések, engedélyezések, így valószínűleg jövő év közepére várható a gyártás megkezdése, hacsak nem derül fény valamilyen nem várt mellékhatásra, miközben a vakcina tartós és hatékony marad. Az említett egymásba csúsztatások a klinikai I. és II. fázisok között történtek, melyek során kényesen ügyeltek arra, hogy a kötelező biztonsági előírásokat ne mulasszák el. A vakcinajelöltek fejlesztése sokkal szervezettebben működött, jól leosztották a különféle munkafázisokat a laboratóriumokban.

Hallhattunk még információmorzsákat orosz vakcinafejlesztésről is, azonban erről semmiféle

adat nem került publikálásra, ellentétben a másik három országban zajló kutatásokkal, melyek jól dokumentált, nemzetközi publikációkból megismerhető kutatások. A magyar kormány ötmillió adagra kötött előszerződést az Oxfordi Egyetem Edward Jenner Intézete és az AstraZeneca gyógyszergyár által fejlesztett vakcinára, melynek tesztelését ideiglenesen felfüggesztették, ugyanis az eddigi 50 ezer tesztalany közül az egyik nőnél egy ritka és súlyos gyulladási betegség tünetei jelentkeztek. A tesztalany azóta már gyógyulóban van, a tesztelések folytatásra kerültek.

A vakcinafejlesztések történhetnek hagyományos módon, vagyis élő, gyengített, vagy elölt teljes vírust tartalmazó oltóanyaggal, de alkalmazhatnak immunválaszt kiváltó vírusfehérje-alegységeket, az epitópot tartalmazó peptidet vagy víruszerű részecskéket is. Az úgynevezett vírusvektor-vakcina egy ártalmatlan másik vírusba, vagyis a vektorba beépítik a koronavírus genetikai állományát. Így nem fertőzi meg a szervezetet, miközben a vektor, például egy adenovírus életben marad, és rendre létrehozza azt az RNS-t, amely szintetizálja a megfelelő immunválaszt kiváltó vírusfehérjét. Ez a módszer így folyamatos ellenanyag-termelést válthat ki a koronavírusra. Hasonló a DNS-vakcina, amikor bakteriális DNS-be építik be a koronavírus fehérjét kódoló DNS-ét, vagy az mRNS-oltóanyag, amikor az átírt mRNS-t viszik be a szervezetbe, és a sejtek ezek segítségével állítanak elő olyan vírusfehérjét, ami

aztán beindítja a megfelelő immunválaszt. Előnye, hogy nem kell a sejtmagba bejuttatni a genetikai kódot, de mivel az RNS nem stabil, be kell csomagolni, például lipidburokba. A felsorolt technikák a gyártás nehézségeit és költségeit tekintve jelentősen eltérnek, és különböző erősségű immunválaszt hozhatnak létre. Az említett hat fejlesztés fele inaktívált vírussal dolgozik, kettő mRNS-, az oxfordi pedig vírusvektor-vakcina. Mindegyik módszernek van előnye és hátránya, és az fog elterjedni, amelyik aránylag olcsón gyártható, de erős és tartós immunválaszt vált ki. Mivel a gyógyszergyártók nem hívei az előzetes prognosztizálásoknak, így nem valószínű, hogy hiteles forrásból pontos időpontokat kaphatunk a védőoltás hivatalos megjelenése előtt. Nem elhanyagolható a versenyhelyzet egészséges hatása, hiszen a különböző kutatóintézetek egymást hajszolják, serkentik a jobbnál jobb megoldások felé. Nem szabad persze elfelejteni azt sem, hogy mekkora presztízzsel járhat az első, hatékony vakcina kifejlesztése, így ez titkolózásokat, áskálódásokat, konku-renciaharcot eredményezhet. Naivan próbáljuk meg azonban azt feltételezni, hogy mégse minden üzlet és mégse minden politika.

Smolnicki Szilárd



Minecraft 2020 – A régi játék, új verzióban

A Minecraft egy nyílt világú sandbox videójáték, melyet a svéd Markus Persson indított útjára még 2009-ben, és a Mojang adta ki 2011-ben. 2020 nyarán jelent meg hozzá a legújabb frissítés, amivel vélhetőleg újabb játékosokat nyert meg magának.

A Minecraftban a játékosok egy blokkokból álló, pixeles, 3D világot fedezhetnek fel, felhasználhatják annak a nyersanyagait, eszközöket és építményeket készíthetnek, továbbá a játék módjától függően harcolhatnak számítógép vezérelte ellenségekkel, vagy akár együttműködhetnek más játékosokkal. A játék több módban is játszható: a gyűjtögetésre, barkácsolásra és harcokra fókuszáló túlélő és a végtelesen forrással rendelkező kreatív módban. A Java alapú kiadásban különböző módokkal új játékmechanikával, tárgyakkal és grafikával is ki lehet egészíteni. A Minecraft minden idők legkelendőbb játéka. 2020 májusára 200 millió példányt adtak el belőle valamennyi platformon, továbbá havi szinten 126 millió aktív játékosal rendelkezik. Idén nyáron jelent meg a játékhoz tartozó legújabb frissítés, amellyel az Alvilágot (Nether) alakították át és hozzáadtak pár

új alvilági élőlényt is a játékhoz. A net-herportálon juthatunk át az Alvilágba, ami eddig sem számított egy igazán kellemes és örömteli helynek, azonban az új frissítés még nagyobb kihívássá változtatta az ott zajló utazásokat. A lávaóceánok és a ghasztok továbbra is a Nether legkomiszabb alkotóelemei, most azonban bővült a szörnyek kínálata a vaddisznókra hasonlító Hoglinokkal, akik három ökleléssel meg is ölhetnek, valamint a Piglinekkel, akik a zombi malacemberekkel ellentétben már nem olyan békés lakói az Alvilágnak: amennyiben nem rendelkezel legalább egy arany páncélelemmel, vagy a ládáik és bástyáik fosztogatására vetemedsz, ők bizony rögtön neked támadnak, és mivel elég jó fegyverekkel a kezübgenerálódnak, igen magas sebést képesek bevinni. A Nether ezen felül új biomokkal is bővült, de amimég fontosabb: megjelent a játékban a Netherite, egy új érc, ami erősebb, mint a gyémánt, ugyanakkor sokkal ritkább is, ezért elég nehézkes a bányászása. Több magyar és külföldi videós is készített már gameplayeket, illetve ismertető videókat erről a megújult Minerraft világról, ezért a szükséges ismeretek komplexelsajátításához mindenképp érdemes a Youtube-on nézelődni.

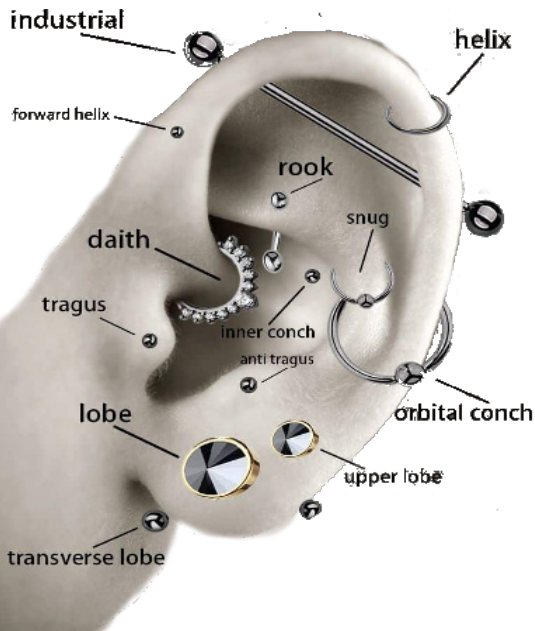
Oláh Zsófia

Gyógyászati célú testékszerek

A különféle piercingek mai napig nagy sikernek örvendenek, hiszen már alig van olyan fiatal, aki nem visel magán valahol legalább egyet. Ugyanakkor a testékszereknek mára nem feltétlen csak annyi a funkciója, hogy jól nézzenek ki. Egyre többen érdeklődnek az olyan piercingek iránt, amelyek mellett, hogy szép, még a különféle betegségekben, fájdalmak csökkentésében is tud segíteni.

Daith- és tragus piercing
avagy a migrén megoldói

Nem igazán tudunk olyan embert mondani, akit ne érintene néha napján a fejfájás problémája, viszont néhányukat akár éveken át képes gyötörni a kínzó migrén. Erre szolgál megoldásul a migrén piercing, amely az úgy nevezett vagus idegre fejt ki nyomást (a fül belső kagylójában található pont), ezzel segíti elő a fájdalom csökkentését. Ez a módszer az ősi kínai akupunktúrás gyógyászatot alapozza, a fül bizonyos pontjaira kifejtett nyomás ugyanis hasonló hatással bír, mint a talpban lévő csomópontok stimulálása. A migrénes fejfájás akár 72 óráig is tarthat, okozhat látászavart és hányingert is, ezért nem árt komolyan venni.



A fülakupunktúra főként a stresszel összefüggő problémák kezelésére alkalmas, így nem csak fejfájásra, de nyak-, hátfájás kezelésére is megfelelő lehet. A daith piercing és a tragus közötti különbség az, hogy két különböző okból eredő fejfájás esetén nyújt segítséget. Míg a daith főként emésztés alapú, hasi problémákból eredő fejfájások esetében hatékonyabb, a tragus az időjárásra érzékenyek számára megfelelő. A gyógy-piercingek nem egyformán hatnak mindenki szervezetére, hiszen különbözőek vagyunk, így lehet, hogy míg valakinek teljesen megszűnteti a tüneteit, valakinek csak egy kicsit javít rajta. Ennek ellenére egy próbát megérhet azok számára, akik nem szeretnék mindig fájdalomcsillapítót szedni a problémára.

Shen men piercing

Ez a típusú piercing ugyanúgy működik, mint az előző: a fülön elhelyezkedő shen men pontot stimulálja, melynek hatására kezelhetőbb a pánikbetegség, különböző pszichés problémák, depresszió, alvászavarok, allergia és még sok más stressz alapú betegség. Azok, akik ódzkodnak a szúrattól, kipróbálhatják a shen men pont stimulálását akár tű nélkül is, masszázis formájában. Ezt otthon saját magának is el tudja végezni az ember. Persze nem ugyanolyan, mintha folyamatos nyomás alatt lenne az adott pont, mint piercing esetében, de lehetséges, hogy valakinek ez is eredményes lesz.

Fotó: Internet

Siroki Andrea
megazin

A vírushelyzet hatása a munkaerőpiacra

A koronavírus-járvány nem csak a mindennapokat borította fel és a gazdaság számos területét állította le, de a munkaerőpiacot is a vártnál jobban felforgatta. Korlátozások, távmunka, elbocsátások - nem sok jót ígért a vírus időszaka a munkavállalóknak.



A koronavírus-járványt megelőzően, különösen az elmúlt egy-két évben szinte minden szektorra jellemző volt a munkaerőhiány, miközben a munkanélküliség alacsony szinten maradt. A járvány okozta krízis ezt a helyzetet alapjaiban változtatta meg. A KSH jelenlegi adatai szerint a foglalkoztatási arány 68,7%, a munkanélküliségi ráta 4,8%. A 2020. május-július időszakban a munkanélküliek átlagos létszáma 224 ezer fő. A nőket magasabb munkanélküliségi ráta jellemezte, mint a férfiakat. 79 ezer fővel dolgoztak kevesebben ebben az időszakban, mint egy évvel ezelőtt. A KSH adatai alapján a koronavírus miatti válságnak legjobban kitett iparágak a feldolgozóipar, a vendéglátás és idegenforgalom, ingatlanközvetítés, szállítmányozás és a szórakoztatóipar. A magyar munkavállalók jelentős része, több, mint a fele dolgozik ezekben a szektorokban. Bérek tekintetében a helyzet fordítottan alakult, ugyanis a KSH közleményei szerint megállapítható volt a kiemelkedő béremelkedés (15,6%), melyet viszont az egészségügyi dolgozóknak kiosztott 500 ezer forintos rendkívüli juttatás is erősen befolyásolt, ezért hosszú távra ebből még nem lehet következtetni. Mivel elért minket a második hullám, a munkaerőpiac további változásaira lehet

majd számítani a későbbiekben is. Ami biztos, az az, hogy mindenképpen előnyt élveznek azok az álláskereső, akik rugalmasan képesek kezelni a távmunka kihívásait. A vírus ideje alatt megfigyelhető volt a vásárlási attitűd jelentős mértékű változása, hiszen számos online webshop forgalma jelentős mértékben nőtt. Az emberek a fertőzésveszély elkerülése érdekében igyekeztek elkerülni a tömött bevásárlóközpontokat és fokozatosan tértek át az internetes rendelésre. Ez a tény ugyancsak alátámasztja azt, hogy az online- és távmunkát végző munkavállalók vannak szerencsésebb helyzetben jelenleg.

Siroki Andrea



XXX. Selmeczi Diáknapok

Augusztus 17-20. között 30. alkalommal került megrendezésre a Burschok többnapos mulatozását szolgáló Selmeczi Diáknapok, vagy ahogyan csak röviden említik: SDN. Az idei a kerek szám mellett azért volt különleges, mert főszervezője a miskolci Cantusok Köre Baráti Társaság volt.



Az első SDN 1991-ben került először megrendezésre a székesfehérvári hagyományörzők indítványozására, azóta pedig körforgószerűen rendezik meg az utódintézmények hallgatói. Idén összesen 162 fő vett részt a rendezvényen, ezek fele miskolci volt, de az összes utódintézmény képviseltette magát. Minden korosztályból voltak hagyományörzők, 2/3-uk aktív hallgató, de akadt 1982-ben keresztelkedett Firma is.

Az első napon ünnepélyes megnyitót tartottak az Akadémián, este pedig ismerkedés és kerekasztal beszélgetés zajlott. Itt megvitatták a hagyományokat, szakestélyeket illető aktuális kérdéseket, mindent jó hangulatban, nótázva. A második napon egy rövid túrázás után sor került a hagyományosan rendezett Cantus-, tarokk- és pipaszívó versenyekre. A Cantus-verseny a jelentkezők nótaismeretét és előadási stílusát tette próbára, amiből Beniczki János a. Kántor került ki győztesen. A tarokk verseny a Selmeczi Tarokk paklival történő játék, nyertese Cseke Bence a. Gigabursch volt. A pipaszívó verseny alatt pedig selmeczi pipával kellett 5 g dohány elfüstölése mellett a tüzet minél tovább életben tartani, melyet több, mint 50 perccel Veres Gábor Pál a. Dzsentri nyert. Este bált rendeztek, ahol az élő



muzsikára hajnalig mulattak a Burschok. A harmadik napon csapatversenyt tartottak Selmecebányán, 7 csapatra osztva a hagyományörzőket. A jelenlévőknek egy térképpel a kezükben, önállóan kellett eljutniuk különböző helyszínekre, ott feladatokat megoldaniuk. Este szakestélyt tartottak, amivel ünnepélyesen lezárták az elmúlt napokat. Czuczor Andor Vászoly a. Bicskás Betyárral, a rendezvény egyik főszervezőjével készítettem interjút. Elmondta, hogy bár a koronavírus rányomta a bélyegét az SDN-re és megnehezítette számukra a szervezést, mégis nagyon elégedett, hiszen

sikerült az év eseményét lérehozniuk. Bebizonyosodott ismét, hogy milyen összetartóak a megkeresztelkedett jelenlegi és volt hallgatók, mindenkire lehetett számítani, ha valamiben segítségre volt szükség, ez pedig megtéríti a befektetett energiát.

Zsiga Bianka Benediktusz v. Csigabiga, a Hódító 2.0 avagy baj, ha túllépek a kreditlimitet?

Fotó: Romenda Roland Róbert

Hagyományaink

Minden, ami sport – kérdések és válaszok

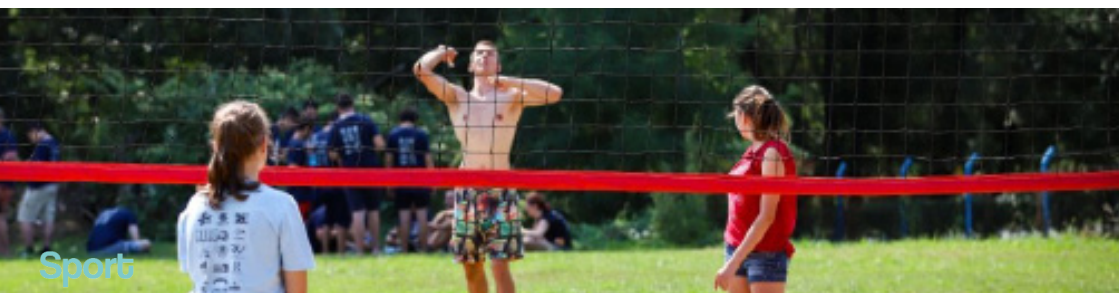
Az Egyetem őszi kezdete mindig is egyet jelentett a sportolási tevékenységek bővülésével, ami az egészségmegőrzésen és aktív kikapcsolódáson túl a kötelező testnevelési órák teljesítését is magában hordozza. A COVID-19 járvány, ahogyan az élet minden területén, úgy az egyetemi sportolásban és a sportesemények megrendezésében is változásokat eredményezett. De, hogy pontosan milyen változásokra lehet számítani? Arról Boda Pétert, a Sport Központ igazgatóját kérdeztem.

A Miskolci Egyetem Sport Központja hozott-e bármiféle egyéni intézkedést- az elmúlt napokban sajnos erősödő- járványhelyzetre reagálva, ami befolyásolhatja a sportoló közösség eddig megszokott sportolási ritmusát, szokásait? Ha igen, melyek ezek? Az elmúlt időszakban a járványhelyzet miatt az élet szinte minden területe megváltozott, mely teljes mértékben igaz az egyetemi sportéletre is, mind a versenysport, mind a szabadidősport tekintetében. Az első hullám miatt félbeszakadtak a bajnokságok, a sportrendezvények lemondásra kerültek, a Hallgatók nem léphettek be az Egyetem területére, így természetesen a teljes egyetemi sportélet leállt. Mostanra jelentősen megváltozott a helyzet, bár a fertőzöttek száma magas és növekszik, az új jelszó szerint a legkörülményesebb, legalaposabb védekezés folytatása mellett, az élet nem állhat meg. Ennek megfelelően az új szemeszter a sport területén szándékaink szerint, a szolgáltatásaink megszokott széles palettájával indul el. Természetesen az Egyetemi Körcsarnokba is, mint minden egyetemi létesítménybe, csak kézfertőtlenítés után, hőmérséklet ellenőrzést követően lehet belépni, valamint Kollégáink nagy gondossággal folyamatosan fertőtlenítik sporttereinket. Nagy örömünkre a tanulmányi félév első jelentős sporteseményét a Gólyatábor Sportnapot sikerült nagy sikerrel megrendeznünk, ennek ellenére azt gondolom, a közeljövőben a kisebb foglalkozásokat kell előtérbe helyeznünk. Évek óta kiemelt célunk, hogy a hallgatók és dolgozók számára minél több sportolási lehetőséget kínáljunk, ennek szellemében hétfőtől csütörtökig minden dél-

után az esti órákba nyúlva várjuk az érdeklődőket a Sportdélutánokon. Ezek keretében szakavatott felügyelet mellett várjuk a Futóklub, Kung-Fu, Boks, Thai Boks, Labdarúgás, Röplabda, Személyi Edzés, Zumba, Aerobik és Fanatic Jump foglalkozásainkon a sportolni vágyó egyetemi polgárokat, valamint kötetlenebb formában elérhetőek kosárlabda, asztalitenisz, tenisz és tollaslabda játéklehetőséget biztosító időpontjaink. A pontos időpontokról információkat a programokkal kapcsolatban a facebook vagy weboldalunkon: <http://www.sport.uni-miskolc.hu/> találnak. Sportversenyek területén milyen eseményekre számíthatunk ebben a félévben? Az egyetemi egyesület a MEAFC szakosztályai megkezdtek a felkészülést az új szezonra, és jelen állás szerint megkezdik a pontok gyűjtését a bajnokságokban. Kosárlabda csapatunk továbbra is az NB/1B piros csoportjában szerepel, röplabda csapatunk viszont idén egy osztályt feljebb lépve kipróbálja magát a legmagasabb osztályban. Az egyetemi sportélet, az Egyetemi Országos Bajnokságok is folytatódnak, a szervezők igyekeznek bepótolni az elmaradt eseményeket. Megrendezésre került az Atlétikai MEFOB is, melyen remekül szerepelt Kiss Csaba egyetemünk hallgatója, aki országos bajnokként végzett 100 méteres távon. Ezúton is gratulálva teljesítményéhez, bízunk benne, hogy a vírushelyzet kedvezően alakul a következő hónapokban, és a mostani bizonytalanság helyett, egy sportban, sporteseményekben gazdag időszak következik.

Kecsmár Gergő

Fotó: Internet



Sport

Kiss Csaba a Miskolci Egyetem hallgatója kiemelkedően teljesített augusztus 27-én az Atlétika MEFOB-on Székesfehérváron!

21 egyetem 113 sportolójával mérte össze tudását hallgatónk, aki erős mezőnyben, 100 méteren 10:87-es időeredményével (mindössze 1 századdal maradt el egyéni legjobbjától) is kényelmesen győzött. Eredményeivel tovább öregbíti a Miskolci Egyetem és az Atlétikai Centrum hírnevét. Ezért és a mögötte álló sikerek kapcsán beszélgettünk vele:

Először is szívből gratulálunk a mostani és eddigi sikereidhez és kívánjuk, hogy a jövőben is hasonló, vagy még nagyobb eredményeket érj el! Szeretnénk többet megtudni Rólad és, hogy milyen úton jutottál el idáig, így rögtön bele is vágnék: Mióta, milyen szakon tanulsz a Miskolci Egyetemen és miért ezt választottad? 2015 óta Anglisztika szakon tanulok, és már gimiben érdekelt a nyelv, azért jöttem ide majd szeretném hasznosítani az angolt a sportban is, esetleg sport menedzserként.

Nagyon jól hangzik, hogy a sport mellett tanulmányaidban is megtaláltad azt, amivel szeretsz/szeretnél foglalkozni. Mindig is az atlétikával foglalkoztál vagy más sportágakat is kipróbáltál már? Régebben úsztam is néhány évig, de 2009-ben kezdtem atletizálni, mert mindig is örökmozgó gyerek voltam.

Akkor mondhatjuk, hogy hosszú út áll már mögötted, hiszen gyerekkorod óta elkísér a mozgás és viszonylag hamar megtaláltad a saját sportágadat. Könnyű vagy nehéz volt az egyetemi tanulmányaid mellett a versenysportot folytatni? Az egyetem mennyire támogatott ebben?

Egyrészt, meg kellett szokni hogy nem mindig értem oda időben az edzésekre, kicsit nehezebb talán összeegyeztetni, mint a gimiben. Úgy érzem, az egyetem támogat ebben, gondolok itt a tanárok megértő hozzáállására, az egyéni tanrend engedélyezésére, hogy minél kevesebb edzésről hiányozzak. A fedettpályás atlétika pályát, illetve a futó-

pályát is korlátlanul Fotó: MEGazin archívum használhattam szinte bármikor, ami főleg a téli felkészülésben nagy segítség.

Mik a céljaid a jövőre nézve? Nagyobb versenyek vannak kilátásban, ha jól számolom lassan tanulmányaid végére érsz, tervezel továbbtanulni? Idén lett volna Európa Bajnokság, amire szerettem volna megfutni a szintet, de a vírushelyzet miatt erre sajnos csak 2021-ben lesz lehetőségem. Jövőre mindenképp szeretnék egyéni csúcst futni, mind 100, mind 200 méteren, de a fő cél az EB szint elérése lenne. Továbbtanulás terén is sport jellegű, sporttal foglalkozó szakon gondolkodok.

Van esetleg valami jó tanácsod az éppen jelentkezés előtt álló, vagy első éves hallgatók számára, akik érdeklődnek a versenysport iránt?

Ha eddig sportoltak, akkor mindenképp folytassák, mert szerintem az egyetem minden más sportolási lehetőséget biztosít, nem csak az atléták számára. Például van uszoda, tornaterem, teniszpálya stb., szóval a feltételek adottak. Semmiképp ne adják fel az álmaikat akkor sem, ha nem könnyű a tanulást meg a sportot összeegyeztetni, mert amikor országos aranyat akasztanak a nyakadba az minden érzést felülmúl!

Köszönjük szépen a válaszokat reméljük, hogy hamarosan ismét beszélhetünk egy újabb sikered kapcsán, és további céljaidról kérdezhetünk! Még egyszer gratulálunk az eddigi eredményeidhez és sok sikert kívánunk!

Fotó: Miskolci Egyetem Sportközpont

me
gazin

Jussát várja a vaják – újra

Ríviai Geraltot már a fiatalabb generációnak sem kell bemutatni, hiszen Sapkowski Andrzej Vaják univerzumának csillaga újrafelragyogott, nem csak új Netflix sorozat, de új játék formájában is.

A The Witcher, vagyis a Vaják első évada elsősoró sikert aratott, így hát nem is csoda, hogy berendelték a második évadot. Az elmúlt időszakban jó néhány hír jelent meg a médiában a közelgő szériáról. A sorozat várható megjelenése ugyan csak 2021 nyarára van kitűzve, mégis folyamatosan kapjuk az információformákat és igyekeznek a készítők fenntartani a kezdeti érdeklődést. Ilyen marketingfogásnak tudható be az is, hogy a Geraltot játszó Henry Cavill felolvasott a vaják könyvekből.

A jelenetek fő helyszínének Budapestet és Londont tervezik, így a szemfülesebb rajongók számos magyar helyszínt láthatnak majd a képernyőn. Várhatóan 8 részes lesz majd a 2. széria. Az első évad legnagyobb bakijának azt tartották, hogy a szálak szinte követhetetlenek voltak azok számára, akik nem rendelkeztek semmilyen információval a könyvekből és játékokból. A készítők azt ígérik, hogy a következő évadban ez a baki megoldódik és sokkal átláthatóbb cselekményt kapunk majd.

Kultúra

The Witcher: Monster Slayer Új játék érkezik Androidra és iOS-re, még hozzá egy Pokémon: GO-hoz hasonló szabadban játszható fejlesztés. A játék alapvetően egy olyan korban játszódik, ahol nincs hiány vajákokból, hiszen a játékos maga is egy lesz közülük. Feladata pedig jó vajákhoz méltóan a szörnyekkel való küzdelem lesz. A Monster Slayer ugyanakkor a szörnyvadászat mellett fő sztoriszállal is rendelkezni fog. Belső nézetes játék, melyben tapasztalati pontokat gyűjthetünk, skilleket tanulhatunk, főzeteket és bombákat készíthetünk. A rajongók habár örülnek az új játéknak, attól tartanak, hogy a jelenlegi helyzetben egy kimozdulós játék nem fog akkora sikert aratni, mint a Pokémon: Go. Másik tényező, ami a játék ellen szól, hogy úgy vélik, a hosszabb harcjelenetek akárhogy is nézzük, furcsán veszik ki magukat a várost járva, a külső szemlélők számára. Ezek ellenére mégis csak egy witcher játékról van szó, így a régi rajongók biztosan izgalommal fogják várni a magyar kiadást.

Siroki Andrea

Fotó: Internet



R. Kelényi Angelika egyik legkedveltebb könyvsorozatának harmadik része hamarosan a polcokra kerül. Carolin Wood ezúttal Hollywood celebeit veszi górcső alá.

De ne szaladjunk ennyire előre, hiszen a Halálos Hollywood előtti részeket, valamint az író nő sikereit is meg kell ismernünk. R. Kelényi Angelika kezdetben több magazin külső cikkírója volt, végül 2014-ben megjelent első könyve. 2016-ban az író nő zsánert váltott és belekezdett a történelmi témájú romanti-

kus sorozatok írásába, mely jó húzásnak bizonyult. Véletlenek sorozatán és a szerencsén múltott, hogy rátaláltam a sorozatokra. Egy Instagram játékon nyertem meg az író nő Menynei bűnök sorozatának első részét. Mondanom se kell, hogy meglepődtem,

tehát, hogy a kezemben tarthattam a könyv dedikált példányát és megismerkedtem az író nő kalandos, ám humorral és romantikával fűszerezett történetével. Miután hamar kedvencemmé vált R. Kelényi Angelika stílusa, sorra elkezdtem olvasni a köteteit. Na de lássuk, miről szól a beharangozott sorozat. Carolin Wood egy híres londoni magazinnál dolgozik, ám minden törekvése ellenére nem újságírói pozícióban, csupán a főszerkesztő asszisztenseként. Ezért gondol egyet és elutazik Barcelonába, ahol reméli olyan cikket hoz össze az utazásról, a szerelemről és a gasztronómiáról, hogy azonnal felveszik újságírónak. „Egyedül azonban még enni is unalmas, így egy szerinte zseniális ötlettől vezérelve egy társkereső oldalon spanyol randipartnereket választ magának. Minden napra egyet...” Persze a bonyodalom csak itt kezdődik, azonban nem lövöm le a sztori végét. Ha kíváncsiak, járjanak utána, olvassák el a „Barcelona Barcelona”-t! Carolin a barcelonai kalandjai után, a második könyvben Róma felé veszi az irányt. Anélkül, hogy túl sokat árulnék el, csak annyit mondhatok, hogy Carot az olasz fővárosban sem kerüli el az izgalom, a finom ételek, na és persze a szerelem. Jó hír azoknak, akik kedvelték az első két részt, hogy a sorozat további három része jelenik meg a közeljövőben. A következő kötet, a Halálos Hollywood október 26-án kerül a boltok polcaira, majd a Rejtélyes Rió 2021 tavaszán, a Szédítő Balaton pedig nyáron lesz elérhető.

Somoskői Dóra



hiszen naponta részt veszünk nyereményjátékokon, de soha semmit nem nyerünk. A szerencse még is mellém állt. Így történt

Fotó: Internet

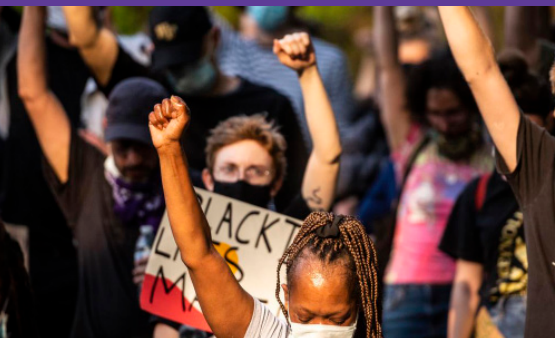
Disztópia hatása az új generációra

2012-t írunk amikor is az Éhezők Viadala mánia áthajtott az egész világon. Mindenhol lehetett hallani a könyvekről majd a filmek megjelenésével még nagyobb rajongó tábornak örvendhetett a trilógia. És most pedig 2020-ban egy újabb kötet jelent meg a trilógia előzményeként, az Énekesmadarak és kígyók balladája ismét felborzolta a kedélyeket és megosztó témává vált az olvasók között. De hogy jön össze ez a 2020-ban történt eseményekkel?

A történetünk Panemben játszódik, egy ország ami a hamvakból emelkedett fel a szörnyű háború után. A Kapitólium irányítja a 13 körzetet és az Éhezők Viadalát használja arra, hogy a félelmet használva fenntartsák a hatalmukat. A rendszerben lévő hibák szemmel láthatóak: a rendőrség erőszakot alkalmazva tartja fenn a rendet, szegénység uralkodik a legtöbb körzet fölött és a gazdagabb embereket pedig megvakítja a giccs és a vagyon. Fiatalok pedig kiszolgáltatottan vállnak táncoló majmokká miközben szórakoztatják a tehetősebb réteget. Az író nő teljes mértékben tudta, hogy mit csinál hiszen a fent említettek közül a legtöbb a napjainkban is ismert. A könyvek megjelenésével együtt nőtt fel a Z generáció is. Egy nagy erővel bíró korosztály, akik bármilyen információt eltudnak érni és megtudnak szerezni másodpercek alatt, kreatív módokon tudják elérni a változást és fontos nekik a jövő. A Z generáció

tagjai azok a fiatalok, akik az Éhezők Viadala, Beavatott, és Sötét elmék könyveken nőttek fel. Amikben a főszereplő soha nem törődik bele a jelenlegi helyzetébe hanem mindig próbál valamit tenni a változás érdekében. A legbefolyásosabb éveikben jelentek meg azok a könyvek, amikben a fő téma az elnyomottak felkelése és a jók győzelme. A körzetek fellázadnak a Kapitólium ellen. Offred nem fogadja el az elnyomást. Tris az életét adja azért, hogy megmentse Chicago városát. A YA disztópiák lehetőséget adnak az olvasóknak arra, hogy egy velük egykorú szemszögéből lássák az eseményeket és velük együtt éljék meg a küzdelmet és győzelmet. Ez a fiatal generáció tudat alatt, a könyvek által ilyen helyzetekre lett felkészítve hiszen ezekkel nőttek fel és így tudják, hogy csak az hozhat változást ha valaki felemeli a hangját és végre megteszi az első lépéseket.

Berényi Barbi



Information to start the year properly

First, we would like to say welcome to every foreign student studying at our university this year! I hope that all your experiences will match your expectations of Hungary. In this article, I will list some information that is inevitable to know in this semester.

The school has already started, I believe that most of you were looking forward to it (after surviving the first pandemic lockdown), but if you would like to know, when will you be able to take days off 'legályly', you should check the webpage <https://www.uni-miskolc.hu/2020-2021-es-tanev-I-felev>. The university's main site also has a Hungarian and a Chinese version. Erasmus students can visit the 105 and 107 offices at the A/4 building with their problems, Krisztina Sándor and Henriett Tóth will be able to assist you. If you are looking for a part-time job, you should check <http://diakallas.hu/>, you can also translate the page to English and can easily find a job that suits you. There are six hostels from E/1 to E/6 at the campus and the building of the Uni-Hotel. There are club rooms in every hostel's first floor where you have the opportunity to play table soccer or just spend some time with other mates. At the Uni-Café you can enjoy a wide variety of drinks from coffee to different kind of shots, join on the dance floor or play billiards. When it comes to loud music and parties, you can visit the Rockwell Pub every day, which is the

perfect place to go out with your friends. In the past 10 years, we were always nominated to the prize of being the most beautiful campus and the university had also won it in 2019 and 2018. The big parks offer you a great facility to wander in the area of the university and if you are hungry or thirsty, there are many restaurants in the near. The University Library has thousands of books for every faculties and printing service, moreover, it is also the place of different free-time activities like yoga or book clubs. If you need a stationary, a post office or a dentist, you can also find them at the campus. Furthermore, if you need some workout after sitting at classes all day long, the floor of the E/4 hostel or in the building of the Uni-Hotel the university gym is open until 9 pm. But if you would like to pursue a different kind of sport, you can also join the tennis club, the running club or partake on sports afternoons, which this year offer zumba, aerobic, fanatic jump, thai box, karate, kung-fu, volleyball, badminton, table tennis, basketball, football or personal training.

Oláh Zsófia

Fotó: Internet



Connection

Mi az a csomagolásmentes bolt?

Magyarországon egyre terjed a zero waste, azaz hulladékmentes szemléletmód, amelynek lényege, hogy a környezeti terhelés csökkentése nem az újrahasznosítással, hanem már a hulladék megvásárlásának kizárásával kezdődik. Erre kínálnak opciót a csomagolásmentes boltok, ahol kimérs rendszerben, a saját edényedbe, tárolódba vásárolhatod meg a különböző alapanyagokat.

Nem csak a felesleges termékcsomagolásokat kerülheted el, hanem a boltok tulajdonosainak fontos az is, hogy termékeik minél egészségesebbek legyen, így például nem tartalmaznak felesleges tartósítószerket, adalékanyagokat és állagjavítókat. Emellett igyekeznek az árujukat minél közelebbi, általuk jól ismert beszállítóktól beszerezni, így emellett, hogy a termék nem utazik felesleges ezer kilométereket, vásárlásoddal a magyar/európai gazdaságot támogatod! Hogyan zajlik a vásárlás?

A tervezést már otthon el kell kezdeni, hogy tudd, miből mekkora mennyiség illetve ezekhez mekkora méretű tároló szükséges. Ugyanakkor ez az előregondolkodás azzal is együtt jár, hogy elkerülheted az impulzusvásárlást, csak az kerül a kosaradba, amire tényleg szükséged van, ezáltal pénzt és időt takaríthatsz meg. Ezután az üzletben lemérik az általad vitt befőttesüvegek, vászonzsákok, műanyag tárolók súlyát, hogy véletlenül se fizess a plusz súly miatt. A kívánt termékeket üveg vagy műanyag tárolókban találod meg, ezekből tetszésed szerinti mennyi-

séget vásárolhatsz és újbóli lemérés után kifizeted. Bár a termékeken nincs címke, az eladók segítenek neked az összetevők és a tápanyagtartalmuk tekintetében.

Mit vásárolhatsz itt?

Gyakorlatilag bármit, ebben eltérő az egyes üzletek kínálata. Általánosságban elmondható, hogy kaphatóak csomagolásmentesen gabonafélék, magvak, tészta, zöldségek, gyümölcsök mindenféle feldolgozásban, tejtermékek, teák, fűszerek, kozmetikumok és tisztítószer.

Mennyibe kerülnek?

A Zöldbolt összehasonlítása alapján a termékek ára kisebb-nagyobb eltéréssel a szupermarketben kapható, középpárkategóriásokénak felel meg, összességében egy csomagolásmentes bolt nem drágább, mint egy hagyományos.

Hol találsz ilyen üzletet?

Sajnos a megyében egyelőre nincs, Miskolchoz legközelebb Budapesten, Hajdúböszörményben és Debrecenben tekintheted meg személyesen a kínálatot, illetve Egerben, a szeptember 1-jén nyílt Stop Csomagolásban.

Zsiga Bianka

COVID-19 vs. környezetvédelem

A koronavírus-járvány elleni küzdelem eszközei a szájmaszk és a gumikesztyű, amelyből egy nap során az átlagember akár egynél többet is elhasználhat. Abba azonban nem mindenki gondol bele, hogy az így eldobált hulladék pontosan hová is kerül...

A járvány kezdete óta az eldobált egészségügyi maszkok és gumikesztyűk mennyisége rohamosan nő. Ez még annyira nem is lenne nagy gond, ha a megfelelő hulladékgyűjtő helyre kerülnének, azonban a legfrissebb, 2020-as felmérések szerint a többségük a tenger aljáról vagy az állatok gyomrából kerül elő. Nagyon sokan dobják ezeket szelektív kukába, azonban sem a maszk, sem a kesztyű nem minősülnek újrahasznosítható hulladéknak, ezért a legjobb az lenne, ha egyes helyeken külön konténereket létesítenének a gyűjtésükre. Egy teszt során két óra alatt három zsáknyi maszkot és kesztyűt szedtek ki a szelektív gyűjtőből: ennyi szemetet kellett kiválogatni ahhoz, hogy minden a megfelelő gyűjtőhelyre kerüljön. Akkor sem jobb a helyzet, ha géppel válogatják át a szemetet: Tom Outbridge, egy újrahasznosító üzem ügyvezetője szerint a maszkok gumipántjai és a kesztyűk megakaszthatják a gépsorokat, és ebben az esetben szintén egy alkalmazottnak kell eltávolítania az akadályt. Sok országban nem is a szemet gyűjtésével van a gond: egyesek egyszerűen a földre dobják a használt maszkjukat, ami a szemetelés mellett még azért is problémának minősül, mert egy fertőzött személy esetében az eldobott maszk is hordozója lehet a vírusnak. Paul Simondon Párizs tisztaságáért felelős köztisztviselő azt tanácsolja, hogy tegyék a maszkot egy jól zárható nejlonzacskóba vagy tasakba, majd csak 24 óra elteltével dobjuk a szemetbe, így csökkentve a továbbfertőzés veszélyét.

Egy hongkongi székhelyű szervezet, az OceansAsia is aggodalmának adott hangot, miután megvizsgálta a városállamhoz tartozó egyik lakatlan sziget partvonalát. Száz méteren több mint hetven gumikesztyűt sodort partra a víz. A következő héten harminc maszkot találtak. „És ez egy lakatlan sziget a semmi közepén” - figyelmeztettek a szervezet szakértői, akik több közeli strandot is megvizsgáltak, és ugyanezzel szembesültek. A magyar szemétszállító cégek is arra kérik az ügyfeleiket, hogy a használt maszkokat a kommunális hulladékba dobják, illetve mielőtt elvinnék a szemetet, két napig pihentessék, majd dupla szemeteszákba csomagolva dobják ki. A Nemzeti Népegészségügyi Központ szerint a használt védőfelszerelések veszélyes hulladékként kezelendők, emellett szerintük a használt maszkokat érdemes kettévágni, mielőtt a fentebb leírtak szerint kidobná az ember, nehogy valaki újra fel tudja használni.

Oláh Zsófia



Fotó: Internet

Hogyan készítsünk maszkot egyszerűen

Most, hogy már a második vírus hullámban vagyunk biztosan mindenkinek van maszkja. De ideje ezt tovább fejleszteni és többet csinálni mivel sokan elfelejtik, hogy az sem higiénikus ha hónapokon keresztül 1 maszkot használunk.

Hozzávalók

- tű
- cérna
- olló
- tányér
- régi top/póló



1. A tányért körberajzoljuk az anyagon, kivágjuk majd a kapott kört kétszer félbehajtjuk.



2. A kapott cikket elvágjuk úgy, hogy négy darabot kapjunk belőle, ezeknek a formáknak a csúcsait levágjuk.

3. A kapott részeket (2-2 lapnyi anyag) összevarrjuk majd ha ez megvan a kapott két külön részt a nagyobb felületen egymáshoz varrjuk.



4. A pólóból kb. 10cm-es vagy éppen a topnak a pántjait levágjuk majd a maszk kisebbig pontjaihoz hozzávarrjuk.

És voilá a maszkunk készen áll.

Vigyázzatok magatokra,

Berényi Barbi



Aktuális pályázatok

A nyár költségei után minden hallgatónak jól jöhet egy kis plusz pénz. Ebben a cikkben a Bursa Hungarica szociális alapú támogatási lehetőségről olvashattok, illetve egy fotópályázatról, melyben Magyarország szépségét kell a pályázóknak lencsevégre kapni.



Bursa Hungarica

A Bursa Hungarica Felsőoktatási Önkormányzati Ösztöndíjrendszer célja az esélyteremtés érdekében a hátrányos helyzetű, szociálisan rászoruló fiatalok felsőoktatásban való részvételének támogatása. Az ösztöndíjpályázatra azok a települési önkormányzat területén lakóhellyel rendelkező, hátrányos szociális helyzetű felsőoktatási hallgatók jelentkezhetnek, akik felsőoktatási intézményben teljes idejű alapképző és szakképző képzésben, mesterképző és szakképző képzésben, osztatlan képzésben vagy felsőoktatási szakképzésben folytatják tanulmányaikat. A pályázatbeadáshoz a Bursa Hungarica Elektronikus Pályázatkezelési és Együttműködési Rendszerben (EPER-Bursa rendszer) egyszerű pályázói regisztráció szükséges, melynek elérése: <https://bursa.emet.hu/paly/palybelep.aspx> A pályázatot az EPER-Bursa rendszerben kitöltve, véglegesítve, onnan kinyomtatva, aláírva kizárólag a lakóhely szerint illetékes települési önkormányzat polgármesteri hivatalánál kell benyújtani.

A pályázat határideje: 2020. november 5. További részletek az emet.gov.hu oldalon találhatóak.

Magyarország 365 fotópályázat

A Magyarország 365 fotópályázat célja, hogy bemutassa hazánk büszkeségeit: természeti és tárgyi értékeit, ünnepeit és mindennapjait. A kezdeményezés magas színvonalú alkotások segítségével erősítheti a hazaszeretetet, valamint a közösségek és a generációk közötti köteleket is. A pályázaton 16. életévüket betöltött magyar állampolgárok és az Európai Gazdasági Térség tagállamainak állampolgárai vehetnek részt. A kategóriák, melyekre nevezni lehet következők: 1. Természet és táj, 2. Épített és tárgyi örökség, 3. Életképek. A díjazások kategóriánként történik: 1. helyezett: 1 millió forint, 2. helyezett: 500 ezer forint, 3. helyezett: 300 ezer forint. A pályaműveket elektronikus úton lehet feltölteni a fotopalyazat.magyarorszag.hu oldalra egy online regisztrációt követően. A pályázat beadási határideje: 2020. október 18. 24:00. Bővebben informálódhattok a <https://fotopalyazat.magyarorszag.hu/> weboldalon.

Siroki Andrea

ExxonMobil

INNOVATION
COMPETITION

#dualchallenge

ExxonMobil Innovációs Pályázat

A VERSENY TÉMÁJA

Az ExxonMobil, a világ egyik vezető energetikai cége, pályázatot hirdet diákok számára a gazdasági fejlődés és a klímavédelem, a felelős és tiszta energiafelhasználás, az energiarendszer átalakításának, valamint a hagyományos és a megújuló energiaforrások innovatív összehangolásának témájában. Kihívásokkal teli változások mentén nő az emberiség energiaigénye, a világban zajló folyamatok rávilágítanak a felelős energiagazdálkodás jelentőségére. Egyre nagyobb az energiaszükségletünk, ám egyre kevesebb erőforrásból gazdálkodhatunk. Szükség van tehát a jelenlegi erőforrásaink hatékonyabb felhasználására, valamint az új technikai megoldásokra, és azok okos felhasználására. A jövőben a növekvő energiaigény mellett a fenntarthatóság jegyében az energia minden formájára szükség lesz – beleértve a földgázt és a megújuló energiaforrásokat is – Európa, valamint a világ kibocsátáscsökkentési céljainak teljesítéséhez.

Kinek szól a verseny?

Azon Magyarországon tanuló

-egyetemi hallgatók vagy

-doktoranduszok, illetve

-egyetemekkel közös kutatási és fejlesztési projektekben közreműködő

szakemberek, munkacsoportok

A pályázatra nevezni előregisztrációval lehet 2020. szeptember 25-ig a verseny internetes oldalán <https://thedualchallenge.com/jelentkezes/>

A pályamunkákat 2020. október 21-ig kell a verseny weboldalára feltölteni.