



MAYOCHIX

SIKERES NŐK

SIKERES TOP 50



2 0 2 5

ZEMA[®]



TARTALOM

Almássy Éva	Gulyás Michelle	Milák Kristóf
Azahriah	Helstáb Martin	Navarrai Mészáros Márton
Balázs Klári Korda György	Herendi Gábor	Dr. Pápa Zsuzsanna
Battai Sugár Katinka	Illés Fanni	Peter Šrámek
Berente Judit	Jász Márta	Radvánszki Edit
Bertha Livia	Dr. Kálmáné Kovács Kata	Rúzsza Magdi
Biró Zsombor Aurél	Katzenbach Andrea	Soóky Marietta
Borbély Alexandra	Kaviczky Ágnes	Szimler Bálint
Dr. Borbély Éva	Keszthelyi Erik	Tamás Menyhért
Cseke Eszter S. Takács András	Dr. Király Ágnes	Topolcsik Melinda
Dr. Csisztu Zsuzsa	Kocsi Ilona	Törőcsik Franciska
Dr. Dabsy Roberta	Kovács Lázár	Dr. Turiák Lilla
Esztergályos Cecília	Lovas Rozi	Uhrik Teodóra
Ferenczy-Kovács Attila	Lovász Márta	Vecsei H. Miklós
Ferenczi Bettina „Bebi”	Mészöly Anna	Waskovics Andrea
Földi Katalin	Michelisz Norbert	

Főszerkesztő: Dr. Huzik Veronika

Reklámszervezők: Sörfőző Zoltán, Kiss Zsuzsanna

Munkatársak: A szerkesztőség állandó munkatársai, továbbá Kiss Erzsébet, Navarrai Mészáros Márton, Albutiu Réka, Farkas Zoltán, Éder Vera, Hatházi Tamás, Paseczki Lodia Mozinet-1,

Szerkesztőségi titkár: Novák Judit Tel.: 72/515-614

Szerkesztőség: 7621 Pécs, Király u. 36. • Levélcím: 7601 Pécs, Pf.: 21, Tel: +3630353-9312
e-mail: sikeresnok@policepress.hu • www.policepress.hu

Terjesztés: HIRKER Zrt., Lapker Zrt. regionális részvénytársaságai, és alternatívterjesztők

Nyomdai előkészítés: Ormándlakyné Cser Krisztina EV.

Nyomdai munkálatok: Érdi Rózsa Nyomda Kft.

Felelős vezető: Juhász László

Kiadó: Police Press Lapkiadó Kft. HU ISSN 2064-9711 • EAN kód: 9771585098010 22283

Kéziratok lezárva: 2024. december 10.

Lapunkat rendszeresen szemléli Magyarország legnagyobb médiafigyelője az

A kiadásért felel a kft. ügyvezetője.

A lapban megjelent hírdetések tartalmáért nem vállalunk felelősséget!
Meg nem rendelt kéziratot nem őrzünk meg, és nem küldünk vissza.



1084 Budapest, Árkád u. 11.
Tel.: 303-4738.
Fax: 303-744.
E-mail: marketing@observer.hu
www.observer.hu

valamint az

IMEDIA

Az online élet médiafigyelője



Tisztelt Olvasóink! Kedves Hölgyek és Urak!

Az esztendő végéhez közeledve hagyományainknak megfelelően, az Önök leveleit alapul véve immáron 21. alkalommal jelentetjük meg TOP 50 SIKERES ÉVKÖNYVÜNKET, mely december 20-ától kapható az újságosoknál.

A TOP 50 SIKERES 2025 válogatás sokszínű, összetett, mint maga az élet. Vannak könnyedebb és vannak fajsúlyosabb elemei, de így teljes.

Vannak mérhető és vannak nem mérhető, főleg össze nem mérhető teljesítmények. Könnyen mérhető a gazdagság, de nehezen összehasonlítható kategória a siker. Én magam mindig az utóbbit tartottam izgalmasabbnak, hiszen feltétlenül nagyobb szerephez jut a megítélésében az emberi tényező, a szubjektum, a sokszínű tehetség.

Kiadványunk felvállaltan szubjektív képet ad a benne szereplő 50 sikeres emberről, akik esetében nem elvitatható tény, hogy TOP-on vannak.

Ötven olyan emberről rajzoltunk portrét, akik tehetségüknek köszönhetően az élet valamely területén kimagaslót alkottak, sikereket értek, vagy érnek el. Természetesen az egyes portrék nem lehetnek átfogóak, de figyelemreméltóak igen.

Közeleti szereplőkről, színművészekről, zenészekről, képzőművészekről, sportolókról, tudósokról, gazdasági szakemberekről, nőkről és férfiakra egyaránt szólunk.

Ebben az esztendőben a civil segítő szférában dolgozó emberek nagyobb szerephez jutottak, talán nem véletlenül.

Örömmel észleltük az idei évben, hogy több olyan jelölés érkezett, amelyben igazi „rejtett kincsekre” hívták fel Önök kedves Olvasóink a figyelmünket, így lehetőség nyílt bemutatni egy pillantás erejéig a nem feltétlenül rivaldafényben született sikereket is. Gondolok itt tudományos kutatókra, elhivatott szakemberekre, tehetséges és értő üzletemberekre is.

Kiadványunk nem valóságtól elrugaskodott, nem sznob, hanem életszerűen hétköznapi. Nem pártos, de nem is pártatlan, de páratlan.

Szinte lehetetlen feladatra vállalkoztunk, amikor összemérhetetlen teljesítményeket próbáltunk versenyeztetni, de éppen ezáltal vált kiadványunk rendkívül mozgalmassá, színessé.

A válogatás nyilván nem egzakt módon, de sok szempontot figyelembe véve történt az Önök levelei alapján.

Hangsúlyozzuk, hogy alapos megfontolás után, de mégiscsak 50 személyt kiválasztva kellett döntenünk, így nyilván kimaradtak olyan emberek, akiknek a teljesítményét, munkáját, tehetségét mi magunk is nagyra értékeljük. A szubjektivitás továbbra is sajátunk, mint ahogy olvasóink is minden kategórizálástól mentesen küldték jelöléseiket, amiket ezúton is köszönök. Évről évre jóleső érzéssel tölt el az Önök lelkesedése, a tehetség tisztelete.

A „siker” nem objektív kategória, mindenkinek magának kell tartalommal megtöltenie.

A Sikeres Nők hasábjain olvasható mélyinterjúkban a riportalanyok mindig megfogalmazzák, hogy számukra mit is jelent a siker. Éppen ez a sok éves tapasztalat könnyítette meg a választást, így biztosak vagyunk abban, hogy a bemutatottak sikerességében egyetérthetünk; valamennyien bizonyítottak már szakterületükön, életművükben, életük valamely kiemelkedő pillanatában, vagy akár valamely „ügy” mellett civil kurázsit tanúsítva.

További érdekes szempont az is, hogy a siker gyakran egy pillanatnyi állapot, amely sokszor hullámvölgyeket követve repíti a csúcsra azt, aki elég kitartó és bízik önjerejében.

Érhető okokból - az újdonság varázsa miatt - számtalan olyan ember maradt ki a TOP 50 SIKERES 2025 ÉVKÖNYV válogatásából, akiknek helye örökös tagság itt nálunk a TOP-ban, de korábbi években már közöltük életútjukat, sikereiket, így most mindössze további sok sikert kívánok nekik is.

KEDVES OLVASÓINK!

Szórakoztató, tanulságos és felemelő, néha csupán „tárgyszerű” írásokat olvashatnak lapunkban, melyhez jó szórakozást, kellemes társaságot kívánok.



Sok sikert kívánva, üdvözlettel:

Dr. Huzik Veronika
főszerkesztő

ALMÁSSY ÉVA

Társközvetítés, esküvőiruha kölcsönzés



Sikerének titka, hogy minden amit tesz, azt szívvel-lélekkel teszi. Bemutatjuk Almássy Évát.

"Almássy Évát, sz. Debelka Éva, Magyarország legsikeresebb üzletasszonyai között tartják számon. 35 éve a luxus menyasszonyi ruhák szerelmese és 24 éve a magányos társkereső lelkek doktora. Lelkesedése vezette a csúcsra a szakmában. Hisz a szeretet mérhetetlen erejében, a változásban a fejlődésben, elfogadásban és harmónia fontosságában. Éva stílus- és társközvetítő tanácsadó, az Almássy Éva Exkluzív Társkereső Iroda alapítója, valamint az Almássy Éva Lux Esküvői Ruhaszalon, Milady, és a Veronica Lang szalonok tulajdonosa. Almássy Éva Nagyváradon született. Római Katolikus Teológiai Egyetemen végzett, ahol megszerezte hittan tanári diplomáját. Édesapja Debelka Vencel matematika professzor, édesanyja esküvői

ruha stílus tanácsadó. 1998-ban Budapesten megalapította exkluzív társkereső irodáját. A kezdetekkor fővárosi irodaként indult, majd egyre nagyobb sikereket ért el, így már nem csak Magyarországon hanem külföldről érkező kéréseknek is eleget tett. Napjainkban az egész világról iratkoznak be irodájába segítséget kérve. Nagyon büszke, hogy a 14.000 társkeresőből, az elmúlt évek alatt több mint 3000 házasság, több ezer kapcsolat jött létre, amelyből nagyon sok gyermek született.

2003-ban megnyitotta esküvői ruhaszalonjait. Saját tervezésű, különleges esküvői ruha kollekciója mellett a legnevesebb amerikai, angol, olasz, spanyol és francia divatházak híres tervezőitől kölcsönözhető ruhák. Éva esküvői szalonjait, Budapest legexkluzívabb szalonjai között tartják számon.

Napjainkban is több ezer társkeresőt segít a boldogság megtalálásában, és a sikeres társkeresés után, csodásan öltöztet fel, külön-

leges, egyedülálló, exkluzív menyasszonyi ruháival. Esküvői szalonjaiban nagyon sok híresség kérte már segítségét, és vonult Éva pompázatos ruhakölteményeiben az oltár elé.

Éva az évek alatt számos médiában szerepelt, adott interjút. Számos televíziós felkérésnek is eleget tett, köztük a Családbarátban, a Ridikül műsorban, az életmód - trend magazinokban, a Sikeres Nők Lapjában, a Magyarország Sikeres személyiségei enciklopédiában, a Mood Magazinban, a Nők Lapjában, a Story, a Kiskegyed és más női lapokban. Csodálatos pompájú ruhakölteményei, menyasszonyi ruhái több híres magazin címlapján is látható volt. Esküvői szalonjai több híres TV filmben is szerepelt, köztük az Éjjel Nappal Budapest, Édes Élet, sikeres sorozatokban is.

AZAHRIAH

„Mi vagyunk Azahriah”



Baukó Attila, művésznevén *Azahriah* Artisjus-díjas magyar énekes, dalszerző és youtuber.

2014. február 9-én indította el YouTube-csatornáját *Paul Street* néven.

Azahriah művészneven 2019-ben jelentette meg első dalait. Első saját számát *Hathor* címmel 2020. január 28-án publikálta.

Debütáló albumát 2020. április 15-én, *I'm Worse* címmel adta ki, angol nyelven.

Második angol nyelvű albumát 2021. június 29-én adta ki *Camouflage* néven.

Az áttörést a *DESH* közreműködésével készült, 2020 novemberében publikált *RÉT* című dal jelentette. A duó 2021 májusában kiadott *MIND1* című száma a Mahasz Stream Top 40 slágerlistáján listavezetőként is szerepelt.

A 2021 júliusában megjelent *EL BARTO* ugyanezen a listán a 6. helyet érte el. *Azahriah*-t 2021 novemberében az MTV EMA díjátadóján 2021 legjobb magyar előadójának hirdették ki.

A 2022-ben publikált *tevagyzalány* (ami a 34. helyet érte el), valamint a *MIND1* című számuk 2022 májusában felkerült a páros *A ló túloldalán* címmel megjelent stúdióalbumára is.

2022. augusztus 10-én a silbak közléplemet jelentette meg.

2023. március 10-én teltházas koncertet adott a Papp László Sport Arénában.

2023. május 1-jén *Memento* címmel, 2004. április 18-án pedig *Ska-tulya I* címmel, új nagylemezt jelentetett meg.



2024. május 24-én, 25-én és 26-án a Puskás Arénában adott tripla-koncertet.

2024 október elején így nyilatkozott: „Itt az ideje megpihenni, sok dolgot helyretenni, gondolkodni, változtatni, de legfőképpen tanulni tovább és fejlődni. Nem tudom, mikor találkozunk legközelebb, de biztosan érzem, hogy az a jelenés nagyobb lesz, mint bármi eddig. Őszintén, hálásan köszönöm nektek az elmúlt 3 év pörgést, nagyon vigyázzatok magatokra, keressétek a saját utatok és minden erőttökkel a fejlődésen legyetek, és hogy szeretettel/megértéssel álljatok embertársaitokhoz.”

2024 végén megjelent a sikeres fiatal zenész történetét bemutató egész estés film, a *Mi vagyunk Azahriah*.

Szerk.-

Fotó: www.static.euronews.com

BALÁZS KLÁRI KORDA GYÖRGY

Sikeres páros

Korda György több mint 65 éves munkássága páratlan a magyar popzenében. *Balázs Klárral* több mint 40 éve közös az útjuk.

Korda György a hatvanas évek elején az ország egyik legnépszerűbb énekes volt. A beat térhódítása a „hagyományos” táncdal stílusnak nem kedvezett, ő mégis azok közé tartozott, aki meg tudott maradni a pályán. Népszerűsége megtartásában, növelésében sokat jelentettek a televízió és a rádió által is közvetített táncdal- és egyéb fesztiválok, versenyek.

A nyolcvanas évek elején ismerkedett meg a vokálénekes *Balázs Klárral*, akit rövidesen feleségül is vett. Kölcsönös inspirációjuk művészetük kiteljesedését, *Korda* esetében megújulását is jelentette.

Balázs Klárral 1981-be készítették az első, *Nem hozol több rózsát* című duettfelvételüket, majd 1986-tól kezdve egészen napjainkig közösen jelentetik meg az albumaikat. Néhány hónapos turnékkal közel tíz évet töltöttek el Észak-Amerikában és Ausztráliában.

Kártyaszenvedélyéhez legendák fűződnek, a Sport TV-n pókermérkőzéseket közvetített sportriportertől szokatlan átéléssel.

2002-ben *Záray Márta-Vámosi János* Kulturális, Művészeti és Emlékezeti Alapítvány Díjat kapott.

2003-ban nagy sikert aratott *Herendi Gábor* filmjében, a *Magyar vándorban*.

2005-ben a Magyar Köztársasági Érdemrend tisztikeresztjét kapta meg. 2007 novemberében jelent meg *A Korda sztori* címmel életrajzi kötete, melynek szerzője felesége. Szintén 2007-ben Artisjus Zenei Életműdíjat kapott.

2009-ben egy póker játékost alakított *Sas Tamás, Szinglik éjszakája* című filmjében.

Korda György fáradhatatlan: hajtja a zene és az élet szeretete. Töretlen energiával, kedvvel, humorral szórakoztatja a közönséget.

2022-től a Duna TV *Csináljuk a fesztivált!* című műsorának zsűritagja *Klárrika* mellett.

2023-ban a májusi Budapest Parkbeli nagykoncertjükön *Balázs Klárral* együtt megkapták a Magyar Hangfelvétel-kiadók Szövetségétől a Fonogram Életműdíjat.

Az énekes 65 éves pályafutása alatt több mint hatszáz dalt énekelt fel. A *Reptér* című szerzemény 2023 egyik legnépszerűbb dala volt. Erről így nyilatkozott: „*Nehéz elképzelni, hogy egyszer majd nem leszek, de azt hiszem, a Reptér már lehet egy nyom utánam.*”

Korda György 85. születésnapja alkalmából egy megismételhetetlen fellépéssel ajándékozta meg a közönséget 2024. május 11-én



a Papp László Budapest Sportarénában a *KORDA 85 – Fiatalság & Bolondság* Születésnap koncertshow nagy siker volt.

A Magyar Posta alkalmi, személyes bélyegkibocsátással tiszteleg a magyar tánczene ikonikus alakja előtt.

Az énekes-dalszerző műzsájával és feleségével, *Balázs Klárral* látható az 5.000 példányban készülő bélyegíven, amelyet 2024. május 8-tól a Filapostán, illetve a Magyar Posta webáruházában lehet megvásárolni.

2024-ben feleségével *Klárrikával* együtt megkapták a Hungaroton Életműdíjat.

Gratulálunk!

Szerk.-

Fotó: MTVA/Csöndör Kinga

BATTAI SUGÁR KATINKA

kardvívó világbajnok,
olimpiai 6., 8. helyezett

Az olimpiák történetének legfiatalabb magyar női kardvívója, a DEAC (Debreceni Egyetem Atlétikai Club) negyedik olimpikonja. 2003. április 17-én született Debrecenben. Ötéves kora óta sportol, kezdetben néptáncolt és úszott. A kardvívást kilencévesen kezdte el.



Edzője *Dávid László*, akinek nagyon sokat köszönhet a páston kívül is, akire „második apaként” tekint.

Lépésről lépésre sajátította el a kardvívás alapjait. Hamar kitűnt a tehetsége és a szorgalma, a nagyon jó a kéz-láb koordinációja. Tízévesen már korosztályos utánpótlás bajnokságot nyert.

Egészen kicsi korától arra törekszik - a megfelelő szakmai munka mellett, hogy megtanulja azokat a technikai mozdulatokat, amire a magyar vívósport büszke lehet. A versenyeken általában nyugodt, motivált, mindig a következő feladatra koncentrálni. Példaképe *Olga Kharlan*. Háromszoros Junior Európa-bajnok, kétszeres Junior Világbajnok női kardcsapatban, egyéni junior világbajnoki bronzérmes.

2022-ben a Kairóban megrendezett felnőtt világbajnokságon a csapat (*Pusztai Liza, Szűcs Luca, Katona Renáta*) tagjaként a dobogó legfelső fokára állhatott. 2023-ban a Milánóban megrendezett világbajnokságon ugyanezen összeállítású női kardcsapat tagjaként ismét aranyérmet nyert.

Az első debreceni kardvívó, aki debreceni sportegyesület színeiben versenyzett az olimpiai játékokon.

A 2021-es tokiói olimpián a magyar női kardválogatott (*Márton Anna, Pusztai Liza, Katona Renáta*) tagjaként, mindössze 18 évesen nyolcadik helyen végzett. A párizsi olimpiai játékokon a női kardcsapat (*Pusztai Liza, Szűcs Luca, Márton Anna, Batta Sugár Katinka*) összeállításban hatodik helyezést ért el.

2024-ben Oranban (Algéria) a női kard világtörőn egyéniben bronzérmes, a női kardcsapatban (*Szűcs Luca, Katona Renáta, Spiesz Anna, Batta Sugár Katinka*) aranyérmes lett.

Heti három napot Budapesten, kettőt a Debreceni Egyetem Atlétikai Club (DEAC) vívótermében edz. Céltudatos, kedves, bájos személyiség. A női kardcsapat tagjaival kiváló a kapcsolata, akikkel barátnők is. A sport mellett a tanulás is fontos szerepet játszik az életében. Jelenleg a Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar rekreáció és életmód alapképzési szak hallgatója. Szabadidejében szívesen olvas, szeret sütni.

Díjai:

- 2021. Nemzetközi Olimpiai Bizottság ösztöndíjasa
- 2022. Az Év Egyetemi Sportolója díj
- 2023. Hajdú-Bihar vármegyei Príma díj
- 2023. Jövő legértékesebb sportolója

Parádiné Kenéz Tünde
Fotó: Batta Sugár Katinka

BERENTE JUDIT

Magyar Szervátültetettek Szövetségének elnöke

Tizenhároméves volt, amikor a gyerekorvos azt mondta az anyukájának, hogy ez a kislány nem éri meg a tizennyolcat. Judit küzdött az életéért. Tizenhat évig tartott 40 grammos fehérje diétát, később művese kezelésre járt, és 1995-ben sikeres veseátültetés mentette meg az életét. Azóta valóra váltotta gyermekkori álmát. 1997 óta sikeresen részt vett minden Szervátültetettek Világjátékán (14 nyári és 10 téli játékok), valamint minden kontinens bajnokságán. Érezve a transzplantáció utáni sport csodálatos előnyeit, elkötelezte magát mind hazai, mind nemzetközi szinten. Nemcsak versenyző és sportoló, hanem civil szervezetekben is aktívan dolgozik.

1998-ban megalapította a Szervátültetettek Szolnok Megyei Sportegyesületét, melynek elnökeként alapító tagja, majd 2015-től vezetője a Magyar Szervátültetettek Szövetségének. 2001-ben lépett a nemzetközi színtérre, amikor alapító elnöke lett a Szervátültetettek és Művesekezeltek Európai Sportszövetségének, amelyet 2022-ig vezetett. Jelenleg a World Transplant Games Federation (WTGF Szervátültetettek Világjátéka Szövetsége) elnökségi tagja.

Hatvan fölött is úszik és sífut. Az autójának alaptartozéka a nordic walking bot és a gyaloglócipő, mert ha másra nincs idő, az esti

egy órás gyaloglás bárhol, bármilyen terepen bele kell, hogy férjen a napjába. Ma már tudja és hirdeti, hogy a mozgás az élet, szinte minden krónikus beteg jobb fizikai és mentális állapotba kerül, ha rendszeresen sportol.

2024-ben a magyar szervátültetett válogatott Lisszabonban vett részt a Szervátültetettek és Művesekezeltek Európa-bajnokságán. A 60 sportolóból álló csapat tagjai 9 sportágban versenyeztek (atlétika, asztalitenisz, bowling, darts, kerékpár padel, petanque, tenisz, tollaslabda és úszás), és 26 ország közül a nemzetek összesített pontversenyében a 3. helyezést szerezték meg. Judit úszásban 3 arany és 2 ezüstérmet szerzett a korosztályában.

Most sporttársaival együtt a 2025 augusztusában megrendezésre kerülő drezdai nyári világjátékokra készül úszásban, de hatvankét éves korára, már megnyert mindent, amit lehetett, úgyhogy neki már nem a saját eredményei, hanem inkább az a fontos, hogy a szövetségben, rendben menjenek a dolgok. Ezért is elsődleges számára, hogy fitten tartsa magát, és megőrizze az egészségét, amiért oly sokat kellett harcolnia, s ami példa minden sorstársa számára. Nem hiába választotta be a WTGF a Hírességek Csarnokába mind

azért a negyedszázados munkáért, amit a szervátültetettek nemzetközi sportmozgalmának fejlődésért tett.

Judit és néhány sorstársa kezdeményezésére tíz éve működik a szövetségnek egy háromnapos beteg edukációs programja *Képzett Beteg* címen. Összeállítottak egy képzési tematikát, melyben az orvosi előadások mellett, szerepelnek előadások az életmódról, mozgásról, táplálkozásról, mentális egészségről, megküzdési stratégiákról, művészetterápiáról. Eddig 1.200 szervátültetett és családtag vett részt a Képzett Beteg programon, ami nemcsak gyakorlati tudást ad számukra, hanem közösséget is teremt. A szövetség küldetése, ahol Juditon kívül számos elkötelezett szervátültetett dolgozik, hogy a transzplantáltak a beültetett szervükkel a lehető legtovább élhessenek, és egymást segítő közösséget alkossanak.

Kiss Erzsébet önkéntes segítő



BERTHA LÍVIA

Az ismeretterjesztés nagykövete

Bertha Lívia, 1972. április 4-én született, gyerekkorát az osztrák határon fekvő, Völcsej nevű kis faluban töltötte, a soproni Berzsenyi Dániel Gimnáziumban érettségizett. Kamaszként tanúja volt a rendszerváltás nagy pillanatainak, közelről látta a nyugatra menekülő kelet-német családokat, az 1989-es Páneurópai Piknik eseményeit és a vasfüggöny leomlását. Egy évvel később, már világútlevelel a kezében, ő maga is Bécsbe ment, ahol a Caritas Socialis szerzetesrend önkéntese lett, mellette a bécsi egyetemen németet és szociológiát tanult. Beutazta Európát és egyetemi tanulmányait Budapesten, az ELTE bölcsészkarán folytatta. Utolsó évében a rádiós és a televízió újságíró szakot is felvette.

A kereskedelmi televíziók indulását követően mindkét nagy csatornánál dolgozott, de hamar felismerte, hozzá az ismeretterjesztő műfajok állnak igazán közel. A 2000-es évektől a Magyar Televízióban új formátumok fejlesztésében vett részt, ilyen volt pl. *A Nagy Könyv kampány, vagy a Szósz?! c. nyelvi vetélkedő*, utóbbit az év 10 legérdekesebb európai műsorformátuma közé választották. Közben, a Magyar Televízió *Záróra* című portré sorozatának felelős szerkesztője lett, ezt a műfajt ekkor szerette meg igazán.

Producerként is bontogatta szárnyait, Szabadlábbon Erdélyben címmel 12 részes, reality szerű ismeretterjesztő útifilmsorozat készített. Produceri tervei miatt ismét beiratkozott egy egyetemre, az Université Paris Nanterre magyarországi képzésében 2012-ben közgazdasági diplomát szerzett. A következő években egyre több ismeretterjesztő filmet készített, több alkalommal forgatott Dél-Koreában is, de *Sir David Attenborogról* szóló portréfilmjét tekinti igazi mérföldkőnek, amit a hazai televíziós szakma is díjazott.

De élete legfontosabb tanulóideje csak ezután jött, 2014-től két évig, mint a közmédia kreatív producere, a legnagyobb európai közszolgálati televíziók producereivel közösen, (mint pl. a BBC vagy ZDF) gyerekeknek készülő kislátékfilmek és dokumentumfilmek fejlesztésén dolgozott, melyek egyes epizódjai más- más országban készültek, de közös produceri felügyelettel. Az így született, több mint 40 alkotás több nemzetközi fesztiválon nagy sikerrel szerepelt, Berlintől Tokióig.

2016-ban *A NAGYOK* című portrészorozat felelős szerkesztője lett, *Ugron Zsolna* íróval közösen találták ki a műsort, több mint 400 vendéggel a hátuk mögött, együtt készítik ma is. 2017-ben egy újabb izgalmas területre lépett, társrendezőként és rendezőként játékfilmes elemekre épülő dokumentumfilmek készítésébe kezdett. Az



utolsó nagyszony című, *Mikes Hanna* erdélyi grófnő életét bemutató film, *A bereki ember* című, *Fekete István* író életét vászonra vivő alkotás, majd *A maga természete szerint és szabadon* című, *Szilvássy Carola* életét bemutató történelmi dokumentumfilm következett. Mindhárom mű a bemutatás évében, a Magyar Mozgógépek Fesztivál dokumentumfilmes kategóriájának döntőse lett. De ennél is fontosabbnak tartja, hogy filmklubokban, kulturális fesztiválokon, sőt iskolai órákon is vetítik őket mind a mai napig, ahogy a nevéhez fűződő más sorozatokat is, mint pl. az *Aranyok Aranya*, vagy a *Petőfi, a szerelmes utazó*.

A 2024-es év is fontos számára. Decemberben mutatták be legújabb dokumentumfilmjét, melynek rendezője, s forgatókönyvírója is egyben. Hosszú előkészítés után, stábjával Budapesttől Los Alamoson, s Princetonon át, Washingtonig, sok különleges helyen forgatott, nemzetközi hírű magyar és amerikai tudósok közreműködésével és a legnevesebb amerikai egyetemek szakmai támogatásával. A legpompásabb emberi elme című, angol és magyar nyelven készült dokumentumfilm *Neumann János*, világhírű magyar származású matematikus éltét és tudományos pályáját mutatja be. A film sugárzására a 2024-es Cannes-i nemzetközi televíziós vásáron több külföldi tévécsatorna és nemzetközi streaming szolgáltató is tett ajánlatot. Várjuk a folytatást...

BIRÓ ZSOMBOR AURÉL

Az év írója

Biró Zsombor Aurél 1998. december 8-án, Budapesten született. Középiskolai tanulmányait az Óbudai Waldorf Gimnáziumban végezte, már ekkor elkezdett prózaírással foglalkozni. A Bécsi Filmmakadémián 2023-ban végzett filmíró (forgatókönyvíró) szakon.

Tizennyolc éves korától publikált, első írásai a SZIFonline és a KULTer felületén 2016-ban, majd a Litera portálon 2017-ben jelentek meg. Prózai szövegeit publikálta az Alföld irodalmi folyóirat is. 2021-ben Móricz-ösztöndíjat nyert. *Mit csináljak, hogy jobban érezd magad?* című drámáját a budapesti Táp Színház mutatta be, 2022 őszén. „Kiváló színészek, nagyszerű alakítások; de mindez azért is működött, mert a történet is erős. Nem az érzelmekre hat, hanem mellbe vág. Két generáció, amely azonban nem egymással vitatkozik vagy küzd (mint Turgenyev Apák és fiúkjában), hanem olyan izoláltan vegetál egymás mellett, tudomást sem véve egymásról, mintha egy-egy üveggarang alá lennének bezárva. A panelproli és az értelmiségi. Aki az egyik közegeből kiszakad, az átkerül a másikba, ahonnan nincs visszaút.” – méltatta az előadást Földényi László, József Attila- és Széchenyi-díjas esztéta, műkritikus, irodalomtörténész, egyetemi tanár.

Első regényét, amelynek *Visszatérő álmom, hogy apám vállán ébredek* a címe, a pesti Kalligram Kiadó jelentette meg 2024-ben. „Nincs

nehezebb dolog, mint őszintén hazudni az igazságról. Biró Zsombor Aurélnak mégis sikerül: első regényében úgy szedi magát darabjaira és rakja össze újra, hogy a végére talán ő maga sem tudja, mi a valóság. Egy huszonöt éves fiú története ez, aki szeretne végre férfivá válni, de körülötte már annyira férfiak a férfiak, hogy ő csak iszonyodni tud ettől a rengeteg szőrtől... Apját csak távolról meri szeretni, óvatosan, mint az Istent, és hát akkor a nőkről még nem is beszéltünk. Ebből a regényből mégis csak úgy árad a szeretet. Zsombor olyan empátiával dédelgeti karaktereit, mintha tényleg a családtagjai lennének...

Biró Zsombor Aurél egy ropogósan friss, újgenerációs hangon szólal meg, és teszi ezt olyan könnyed humorral és autentikus szomorúsággal, hogy olvasó legyen a talpán, aki kibírja, hogy ne egy szuszra darálja le ezt a könyvet. Mert ezek a mondatok nemcsak folynak megállíthatatlanul, de meg is történnek, mint az élet.” – ajánlotta a kötetet Potozky László író, szerkesztő.

A *Visszatérő álmom, hogy apám vállán ébredek* első bemutatója a Tavasz Margó irodalmi fesztiválon volt, ahol a szerzőtől elhangzott: a kisregényre autofikcióként, egy család és egy felnövés történeteként gondol (a regény elbeszélőjét *Biró Zsombor Aurélnak* hívják), miközben az olvasó végig követheti az íróvá válás folyamatát is – a szöveg alakulásával együtt. Az igazság és valóság kapcsolatáról is fontos állításokat megfogalmazó fejlődésregény rendkívül jó kritikai fogadtatásban részesült, a szerzőt a legjobb elsőkötetes íróknak járó Margó-díjra jelölték, majd bejutott a Horváth Péter Irodalmi Ösztöndíj TOP3-as jelöltjei közé is.

Megrág, kiköp című drámáját Kizlinger Lilla rendezésében, Rujder Vivien és Béres Bence színművészek főszereplésével 2024-ben mutatta be a Katona József Színház. *2031* című, új drámáját 2025 áprilisában mutatja be a Katona. A fiktív, hetedik Orbán-kormány idején játszódó munkát Dohy Balázs rendezi, Fekete Ernő, Béres Bence, Tasnádi Bence játssza a főszerepet.

2024-ben az év írójának járó Arany Medál-díjat ítélte neki a közönség, amelyet a Bethlen Téri Színházban tartott 16. Arany Medál-díjkiosztón vehetett át. „Alapvetően mindig is az emberi viszonyrendszerek, az emberek közötti kommunikáció lehetetlensége érdekelt. A kimondatlanságok és a mögöttük megbújó szeretet vagy utálat, az egymással párhuzamosan futó, egymással harcban álló narratíváink, és azok az ellentmondások, amikkel együtt élünk a mindennapokban” – fogalmazta meg ars poeticáját a díjkiosztón.

Navarrai Mészáros Márton
Fotó: Farkas Zoltán



BORBÉLY ALEXANDRA

Újabb nemzetközi díjat nyert



Az 1986. szeptember 4-én született színésznő gyermekkorát a felvidéki Nagycétényben töltötte. A komáromi Selye János Gimnáziumban érettségizett. Felvételizett a pozsonyi színművészeti egyetemre is, de végül mégis Budapest mellett döntött.

Mielőtt felvették volna az egyetemre, egy évet töltött stúdiósként a Nemzeti Színházban, ahova Jordán Tamás hívta.

2012-ben végzett a Színház- és Filmművészeti Egyetemen.

2012-től a Katona József Színház Tagja.

Pályáján a 2017-es év átütő sikert hozott.

2017-es éve teljesen új perspektívát adott a számára, köszönhetően a *Testről és Lélekről* című film elsöprő Nemzetközi sikerének. Ráadásul olyan sikernek, amelyet ritkán tapasztal a hazai filmes szakma.

Borbély Alexandra, a Testről és Lélekről színésznője nyerte a legjobb színésznő díjat az Európai Filmdíj 2017-es berlini díjátadóján. „Kaptam már díjat színházi alakításért, de filmszínésznőként ez a legelső díjam.”

2018-ban Jászai Mari díjat kapott.

Nagy Ervinnel 2021-ben kötött házasságukat a 2022 októberében született ikerlányaik tették még teljesebbé.

2024 novemberben 11. alkalommal rendezték meg a 3Kino FilmFest elnevezésű filmfesztivált Prágában. A fesztivál Közép-Európa legjobb alkotásait mutatja be, és évek óta a visegrádi országok (Csehország, Lengyelország, Szlovákia és Magyarország) filmművészetére összpontosít. A program versenyszekciójába minden évben 18 játékfilmet neveznek, amelyek közül nemzetközi zsűri választja ki a legjobbakat. A fesztivál célja, hogy a visegrádi országok filmművészetét nemzetközi szinten is elismertebbé tegye.

A fesztiválon a *The Hungarian Dressmaker (Emma és a halálfejes lepke)* című szlovák háborús dráma is bemutatásra került *Borbély Alexandrával* a címszerepben. A film középpontjában egy zsidó szabónak dolgozó özvegy, *Marika* áll. A nő előbb munkanélkülivé válik, majd rövidesen ráébred, hogy a házában egy zsidó fiú bujkál. Ez pedig nyilvánvalóan mindkettejük számára életveszélyes helyzetet jelent.

Borbély Alexandra alakítását a 3 Kino FilmFest zsűrije különdíjjal ismerte el. Szlovákia az *Emma és a halálfejes lepke* című filmet nevezi a jövő évi Oscar-díjra a főszerepben *Borbély Alexandrával*.

Szerk.-

Fotó: Dömölky Dániel

DR. BORBÉLY ÉVA

Kutatónő



„Miközben a fájdalom működését kutattam az agyban, számtalan mentális probléma került a látóterembe, így fedeztem fel a betegségek között a kapcsolatot.”

Keveset tudunk még arról, hogy mi a kapcsolat a központi idegrendszeri betegségek, mint például az időskori memóriazavar, stressz, szorongás, depresszió, és a krónikus fájdalommal járó kórképek között, de *Borbély Éva* kutatásaival a jövőben közelebb juthatunk a terület megismeréséhez.

A WHO adatai szerint 2015 és 2050 között a világ 60 év feletti lakosságának aránya 12%-ról 22%-ra nő majd, a korosztály életminőségének javítása miatt fontos, hogy a lehetséges összefüggéseket feltérképezzük. A fenti betegségek sokszor egymást erősítik, de jelenleg külön-külön kezelik őket, az elérhető gyógyszermények pedig gyakran járnak mellékhatással. A fájdalom megélését számos faktor befolyásolhatja, ilyenek például a rossz emlékek vagy a negatív mentális állapot.

A kutatónő munkája során azokat a területeket vizsgálja az idegrendszerben, ahol a fenti pszichés és a fizikai fájdalommal járó betegségek „hírvivő” molekulái találkoznak, és kapcsolatba kerülnek egymással. Ezek a molekulák gyengíthetik, de erősíthetik is az agyterületek közötti kommunikációt, utóbbi esetben a betegségek súlyosbodhatnak, emiatt intenzívebben éljük meg a fájdalmat.

Kutatásának célja, hogy pontosan megismerje, milyen folyamatok mennek végbe a központi idegrendszerben, és az ott történt kapcsolódások milyen hatással vannak a betegek állapotára. Az összefüggések feltárása a jövőben segítheti az olyan terápiák bevezetését, amelyek egyszerre több betegséget is kezelhetnek.

Munkájának eredménye olyan „finomhangolásra” képes gyógyszerkészítmények kifejlesztése lehet, amelyek esetén kevesebb mellékhatással érhetünk el javulást a betegeknek. *Dr. Borbély Éva* a Pécsi Tudományegyetem Farmakológiai és Farmakoterápiai Intézetének munkatársa.

**Forrás: L’Oréal–UNESCO
A Nőkért és a Tudományért”**

CSEKE ESZTER S. TAKÁCS ANDRÁS

15 éves az On The Spot



Cseke Eszter Kolozsváron született, tízéves kora óta Magyarországon él. Drámatagozatos gimnazistaként több évig könnyűzenei műsorokat vezetett a Duna Televízióban és az RTL Klubon.

Jogi tanulmányait megszakítva az Egyesült Államokban tanult, minden félretett pénzét utazásra költötte. Éppen Kínában kóborolt, amikor megtudta, hogy továbbjutott a Színház- és Filmművészeti Egyetem harmadik felvételi fordulójába.

Tanára *Fekete Ibolya* filmrendező inspirációjára kezdett komolyabban foglalkozni a dokumentumfilmmezéssel. Első filmét Libanonban készítette egy hónapon át, ahol többek között forgatott a Hezbollah-ról is.

Tanulmányai során *S. Takács András*sal közös portréfilmet készített *Wim Wenders*ről Berlinben, és forgatott *Sir Salman Rushdie*-vel. A nemzetközi Aristoteles filmes workshopon *Fata Morgana* című filmje első helyezést ért el, és bejutott a szarajevói és a Münchener filmfesztivál versenyfilmjei közé.

2009 óta az On The Spot riportfilmsorozat rendezője *S. Takács*

*András*sal, akivel emberi történeteket kutatnak a hírek mögött immáron tizenöt éve.

S. Takács András havi rovatot vezetett már 11 évesen a Pesti Est Juniorban *Sztárinterjú* címmel, hírességekkel beszélgetett *Mika Häkkinen*től *Michael Flatley*-ig.

A Közgazdasági Politechnikum diákjaként 16 évesen interjúsorozatot készített *Karinthy Frigyes Találkozás egy fiatalemberrel* című novellája nyomán. A beszélgetéseket levetítette a Duna tv, iskolája pedig kötetbe szerkesztette. Az interjúalanyok között volt későbbi mestere *Vitray Tamás*, aki könyvében külön tárcát közölt a beszélgetésről *A kislegény* címmel.

Díjnyertes dokumentumfilmjei: *New York-Budapest*, *A gyakornok* (20 évesen a BBC-nél, és a CNN-nél dolgozott).

A Filmművészeti Egyetem mellett tanult a New York Film Academy és a NBC News kurzusán, interjút készített *Stinggel*, tudósította a Népszabadságot a gázai háborúról, és egyetlen magyar riporterként mikronvégre kaphatta *Bill Clintont* is.

2002-ben Ifjúsági Sajtódíjat, 2008-ban pedig Junior Prima Díjat nyert. Időközben az Edinburgh College of Art ösztöndíjas hallgatója is volt. Az On The Spot-tal több díjat nyertek eddig: Év Médiaszemélyisége, Story Érték-díj, illetve az Európa Tanács és az European Youth Press sajtódíjat.

Az alkotópáros házaspár immáron több mint három éve Balin él, ahová első gyermekük születése körüli szülési trauma vezette őket.

A Covid alatti balinéz szülési élmény – második gyermekük születése - saját bevallásuk szerint minden kihívást megért.

A közelmúltban egy Telex-interjúban nyíltan meséltek a Magyarországon tapasztalt „szülési erőszakról”, a traumafeldolgozásról, ami Balin sikerült. 12.000 kilométerre Magyarországtól.

A világotutazó család életében a magán szféra és a munka szinte összeforrt. A már több mint 40 országban járt kisfiúk érdeklődése irányította rá figyelmüket a *Vissza a természethez* sorozatra.

Az *Istenek szigete* sorozat nem a turisták szemével, hanem életvitelükön keresztül mutatja be a balinéz kultúrát, vallást, életérzést.

A „zöldgondolkodás” jegyében adták ki a *Gréta Thunberg* szerkesztette és a klímaválság kérdéskörét taglaló *Klímakönyvet*.

Szerk.-

Fotó: www.24.hu

DR. CSISZTU ZSUZSA

MOB Médiabizottság vezetője



Újságíró, műsorvezető, sportjogi szakjogász. Felsőolni sem könnyű hányfajta tisztséget tölt be a hazai és nemzetközi újságíró szervezet életében kiemelkedő szerepet játszó egykori olimpikon tornász. A Nemzeti Sport főmunkatársa. A Nemzeti Sportrádió műsorvezetője.

A Csisztu Sport Cast műsorvezető-tulajdonosa a Csisztu Channel YouTube csatornán. Tagja a Magyar Olimpiai Akadémia Tanácsának, illetve a Magyar Olimpiai Bizottság közgyűlésének is, sőt a közel-múltban a MOB Médiabizottsága vezetőjének is felkérte Gyulay Zsolt MOB elnök.

Mindez talán azzal kezdődött, hogy a Magyar Sportújságírók Szövetségében (MSÚSZ) előbb elnökségi tagnak, majd alelnöknek választották, s onnan a nemzetközi szakmai közösségben, vagyis a Nemzetközi Sportújságíró Szövetségben, (AIPS) előbb négy éven át a szervezet végrehajtó bizottságában dolgozott, majd 2022-ben a legtöbb szavazattal alelnökké választották.



Zsuzsa 2024-ben rendkívül aktív volt, mint újságíró, hiszen saját YouTube csatornáján olyan emberek szólaltak meg exkluzív interjúban, mint *Legindi Tímea*, a néha hegymászó, *Suhajda Szilárd* özvegye, vagy éppen az Euro 2024 Labdarúgó Eb előtt *Marco Rossi* szövetségi kapitány. *Schäfer András* az Union Berlinből, *Varga Barnabás* a Fradiból, vagy épp *Gulácsi Péter* a Lipcséből, aki otthonában fogadta feleségével együtt Zsuzsa stábját.

A sportriporternő végigtudósította a párizsi olimpiát mind a Nemzeti Sportnak, mind a Nemzeti Sportrádióknak. Exkluzív interjúit rengetegen követték, csak úgy, mint az ősz folyamán a magyar olimpiai vagy paralimpiai csapat tagjaival készített olykor könnyfakasztó beszélgetéseit.

Mégis a rengeteg szakmai siker mellett Zsuzsa a családjára a legbüszkébb: „Szeretem a hivatásom, de nekem a család az első.”

Nincs annál csodálatosabb érzés, amikor a fiaimmal, vagy a férjemmel utazhatunk együtt és fedezhetünk fel új tájakat itthon vagy külföldön, vagy amikor a gyermekeimet látom sportolni, vagy épp hallgatom a kicsit zongorázni. A hivatás és a család közötti egyensúly adja nekem a kapaszkodót, a két terület nélkül nincs balansz.” – zárja gondolatait Csisztu Zsuzsa.

Kiss Erzsébet sportújságíró Debrecen
Fotó: Csisztu Zsuzsa albumából

DR. DAPSY ROBERTA

Családi hagyományok nyomában

Dr. Dapsy Roberta budapesti ügyvédnő pályaválasztásában nagy szerepet játszott a filmes és a családi indíttatás, így gyerekkora óta egyértelmű volt számára, hogy jogi pályára szeretne lépni.

A filmes indíttatás egészen véletlenszerű volt, ugyanis gyerekkorában vetítették a TV-ben a *Petrocelli* című amerikai bűnügyi tévéfilmsorozatot, amelyben a főszereplő egy arizonai kisvárosban praktizáló *Petrocelli* nevű ügyvéd volt. Az egyes epizódokban mindig egy vesztésre álló emberölési ügyben vállalta el a vádlott jogi védelmét, de a végén mindig sikerült a védence ártatlanságát bizonyítania.

Hozzájárult még a jogi pályára lépéséhez szeretett apai nagynénjének és a férjének a példája, akik a Fővárosi Bíróságon dolgoztak évtizedeken keresztül bíróként, de hozzájárultak a pályaválasztásához azok a gyermekkorában a felmenőiről szerzett különleges információk, amelyeket az édesapja által féltve őrzött, 1931-ben kiadott,



a dapsai *Dapsy* család történetét feldolgozó családi monográfiából tudott meg. A több évszázados múltra visszatekintő *Dapsy* család számos tagja már az 1600-as években az igazságszolgáltatásban, közigazgatásban dolgozott, pl. felmenői között találni 1640-ből szolgabírót, 1869-ből kúriai bírót is.

Híres felmenői közé tartozott a jogi tanulmányokat is folytató *Dapsai Dapsy László* (1843-1890), akinek szerepe volt a korabeli brit természettudományi eredmények közvetítésében is, ugyanis ő fordította le magyar nyelvre elsőként *Darwinnak a Fajok* eredete c. művét, amely 1873-ban jelent meg magyarul.

Roberta rendkívül büszke egy fantasztikus költőnő felmenőjére *Dapsy Gizellára* (1883-1940) is, aki *Nil* álnéven írt verseket. A több nyelven beszélő költőnő élő írókat „gyűjtött”, pl. *Adyval* egészen annak haláláig barátságban volt és hosszú levelezéseket folytattak. *Nilnek* és a férjének, *Rozsnyai Kálmánnak* a verőcei házában hatalmas kulturális élet folyt az 1930-as években, járt náluk pl. *Karinthy Frigyes*, *Kosztolányi Dezső*, *Móricz Zsigmond*, *Léda*, *Devecseri Gábor* is. A házaspár *Ady* emléktárgyakat gyűjtött, ez volt az alapja a nagyváradi *Ady* múzeumnak.

Ilyen családi és „filmes” indíttatás után került *Roberta* a Miskolci Egyetem Állam- és Jogtudományi Karára. Egyetemi szakdolgozatát a fiatalkori bűnözés szociológiai hátteréről írta és egyértelmű volt akkor számára, hogy rendőrségen szeretné a pályafutását elkezdni, azonban egy újsághirdetés nyomán váratlanul Budapestre, a Magyar Postához került jogi előadónak.

Önálló ügyvédi praxisát 2004-ben kezdte meg a Budapesti Ügyvédi Kamara tagjaként. Ügyvédként a pénzügyi szektorban, ezen belül követeléskezelési területen eltöltött 17 év során szerteágazó tapasztalatokat szerzett a peres és peren kívüli egyeztetéseket is magában foglaló eljárásokkal kapcsolatban. Irodája elsősorban magánszemélyek fogyasztóvédelmi problémáival, valamint végrehajtási ügyeivel foglalkozik adósi és végrehajtást kérői oldalon, de szolgáltatásai kiterjednek a gazdasági társaságok részére nyújtott teljeskörű, tartós jogi képviselet ellátására is. Célja az általa gyakorolt jogterületeken a jogi kérdések gyakorlatias, ügyfélközpontú megközelítése és azok hatékony és gyors megoldása magas szakmai színvonalon.

A társadalmi szolidaritás iránti elkötelezettsége jeléül 2022 óta működik együtt az Egyedülálló Szülők Klubja Alapítvánnyal és ingyenes jogi tanácsadást biztosít a hozzá forduló egyedülálló szülőknek az ellenük folyó végrehajtási ügyekben.

ESZTERGÁLYOS CECÍLIA

Sikeres életpálya

Esztergályos Cecília 1943. január 26-án, Budapesten született. Édesapja *Dr. Esztergályos János* orvos, édesanyja *Geréb Borbála* fotóművész. Testvérei: *Esztergályos Károly*, Balázs Béla-díjas rendező, *Dr. Esztergályos János* radiológus főorvos, az orvostudományok kandidátusa.

10 éves korában gyermekparalízisben szenvedett, de szerencsésen felépült. „*Játékos portré egy lányról, aki vidáman rója Budapest utcáit*” – ez *Szabó István*, Oscar-díjas filmrendező *Te* című, 1962-es, francia újhulámos hatásokat mutató rövidfilmjének egymondatos szinopszisa. A Balázs Béla Stúdióban készült, tizenegyperces fekete-fehér alkotás főszerepét *Esztergályos Cecília* játszotta, akit ezzel a szereppel fedezett fel a filmszakma, ez után jelentkezett a Színművészeti Főiskolára.

Eredetileg balett-táncosnak készült, 1960-ban az Állami Balettintézetben balettművészként végzett (első mestere *Szalay Karola* volt), majd 1960-63 között a Pécsi Balett alapítótágya és szólistája volt. 1964 és 1968 között Színház- és Filmművészeti Főiskola színművész szakának hallgatója volt, *Simon Zsuzsa* osztályában.

Diplomás színésznőként 1968-tól a *Kazimir Károly* vezette Thália Színház tagja volt. 1984-től 1990-ig a Nemzeti Színház művésze volt, ahol elsődlegesen *Sík Ferenc* és *Vámos László*val és *Kerényi Imré*vel dolgozott együtt.

1990-91-ben a Veszprémi Petőfi Színház társulatához tartozott. 1991-től 1999-ig a *Familia Kft.* című, a kor egyik legnépszerűbbjének számító sorozat állandó főszereplője volt, közben nem dolgozott társulatban.

1999 és 2005 között szabadúszóként tevékenykedett.

2005-től 2011-ig a József Attila Színház volt, 2014-től az Újszínház társulatát erősíti. Ezek mellett számos vendég szerepet vállalt, például a Veszprémi Petőfi Színházban, a Vidám Színpadon, a debreceni Csokonai Színházban, a kecskeméti Katona József Színházban, a Budaörsi Latinovits Színházban.

Elsősorban komika, kifinomult mozgáskultúráját vígjátéki szerepekben kamatoztatja, híres energikus, hiperaktivitásba hajló színpadi-filmes létezéséről. Első nagyjátékfilm alakítását 1963-ban húsz



évesen *Markos Miklós Tücsök* című filmjében rögtön a főszerepét alakította a kor legnagyobb társaságában játszotta.

1964-ben pedig az első magyar/amerikai koprodukciós film, az *Aranyfej* magyar főszereplőjének a METRO-GOLDWYN-MAYAER *Esztergályos Cecíliát* választotta. A filmet *Richard Thorpe* rendezte, aki az *Elvis* filmek rendezője is volt.

Gazdag filmes és színpadi pályafutása során több száz alkotásban játszott, csupán mozgóképes munkáinak száma is meghaladja a százat.

Hatszor házasodott. 1962-ben babát várt a *Fülöp Zsigmond* színművésszel tartó kapcsolatában, azonban rubeola miatt nem tarthatta meg gyermekét. Első férje fél évig *Bácskai Lauró István* filmrendező volt.

A második *Dvorák István* táncművész, a harmadik *Takács Sándor* taxifőnök, az operaház énekkarának énekes. Negyedik férje *Dimulász Miklós* színész volt, ötödik *Incze József* színész volt. 1985 óta él házasságban hatodik férjével, *Fonyódi Péter*rel, aki a pszichológia és a kommunikáció doktora, korábban a *Memphis*, a *Corvina* és a *Pastoral* együttesek dobosa volt. Közös gyermekük nem született. Férjével 2007-től Solymáron, egy *Makovecz Imre*, Kossuth-díjas építészlegenda által tervezett házban lakik, előtte a budai Istenhegyi úton laktak.

Szabadidejében festéssel és kerámiával foglalkozik, több kiállítása volt országszerte. Aktív szereplője a bulvármédiának is, népszerűsége nyolcvan éves korában is töretlen – több filmes alkotás mellett 2023-ban tartották a *Vajda Katalin* által írt *Se itt, se ott* című dráma bemutatóját, amelyben *Tordai Terivel* közösen játszik főszerepet az Újszínházban.

1974-ben Jászai Mari-díjat, 2018-ban Kossuth-díjat kapott. 2020-tól a Halhatatlanok Társulatának örökös tagja. A Magyar Filmakadémia életműdíját 2023-ban vehette át, ugyanettől az évtől a Magyar Művészeti Akadémia (MMA) levelező tagja Színházművészeti Tagozaton. 2023-ban Arany Medál-életműdíjat ítéltek neki a közönség.

Napjainkban is játszik a közönség és a tv-nézők örömére.

Fotó: Pozsonyi Zita

FERENCZFY- KOVÁCS ATTILA

A Nemzet Művésze



Kossuth- és Balázs Béla-díjas építőművész, dizájnér, 2024-ben a Nemzet Művésze-díjat nyerte el.

1951. július 26-én született Pécsen, *Kovács Attila* néven. Építészeti tanulmányait 1969-1974 között a Budapesti Műszaki Egyetemen végezte. Mint építész kezdte pályafutását, *Makovecz Imre* tanítványaként, de filmdíszletek tervezésével vált egyre ismertebbé a nyolcvanas években.

Első munkahelye a Pécsi Tervező Vállalat *Csete György* vezette Ifjúsági Irodája volt 1969-től 1974-ig, majd 1978–1991 között a Mafilmnél dolgozott, később szabadúszó lett. Több évtizedes díszlettervezői pályafutása alatt olyan rendezőkkel dolgozott együtt, mint *Bódy Gábor, Sándor Pál, Jeles András, Enyedi Ildikó* és *Szabó István*.

Többek közt az ő nevéhez fűződnek a *Szerencsés Dániel*; az *Álombrigád*; az *Édes Emma, Drága Böbe*; a *Bűvös Vadász*, valamint *A napfény íze* című filmek díszlettervei is.

A rendszerváltás idején képzőművészként is tevékenykedett, a Műcsarnok mellett kiállított Berlinben, Szöulban, Chicagóban és New Yorkban.

A kilencvenes évektől kezdve dizájnereként is ismertté vált: nemzetközi hírű *conceptdesign* bútorkollekciókat tervezett és mutatott be Londonban *Megyesi Zsuzsával*.

Dolgozott a Bécsi Állami Operaházban, a torinói királyi operaházban (Teatro Regio, Royal Theatre), Londonban forgatta a *Bel Ami* című nemzetközi filmprodukciót *Uma Thurmannel*, közben Budapesten is aktív maradt.

Enteriőrök, éttermek és bárók mellett vezető építészként ő álmodta meg a Terror Háza Múzeum, az Emlékpont Múzeum és a Sorsok Háza épületét.

Közgyűjtemények őrzik alkotásait, köztük a pécsi Janus Pannonius Múzeum, a budapesti Ludwig Múzeum – Kortárs Művészeti Múzeum, vagy a lyoni Musée St. Pierre Gyűjtemény, valamint magán gyűjtők sora az Egyesült Államoktól Japánig.

Legutóbbi nagy alkotása a Puskás Múzeum a Puskás Aréna épületében, amellyel egyidőben tervezte a Market Zrt. legújabb irodaházát és a KKETTKA Alapítványi villájának teljes belsőépítészeti újra alkotását.

Ferenczfy-Kovács Attila munkái lenyűgöző harmóniát teremtenek, mindig képesek meglepni a közönséget friss ötletekkel és új perspektívákkal. Művészete a múltból és a jövőből merítve terjeszti ki a jelent. Tervezései a kreativitás és a szakmai kiválóság csúcsát képviselik. A Nemzet Művésze-díj méltó elismerése annak a sok évtizedes munkának, amelyet a magyar kultúra gazdagításáért tett.

Szerk.-
Fotó: Török Máté

FERENCZI BETTINA „BEBI”

Művészet és elhivatottság



„Bebi”, eredeti nevén *Ferenczi Bettina* Ostffyasszonyfán nevelkedett, majd Vas megyében helyi zenekarok dobosaként indította el zenei karrierjét, amely később Budapestre vezetett. Édesapja szintén dobos, az ő hatására kezdett el érdeklődni a zene - és a dobolás iránt.

Húszas éveiben a Dobmánia táborokban választotta hivatásának a dobolást, *Bordás József* egykori tanára javaslatára. Az ETŰD Jazz Konzervatóriumba való felvételét követően *Berdisz Tamás* lett a tanára és mentora, aki nagymértékben hozzájárult zenei fejlődéséhez, vele a mai napig kiváló szakmai - és baráti kapcsolatot ápol.

Bebi Budapestre költözése után neves előadókkal, mint *Tolvai Reni*, vagy *Ohnody* koncertezett, emellett részt vett a főváros számos neves fesztiválján és zenei eseményén.

Zenei karrierjének mérföldkövei közé a Drumline dobversenyen

elért harmadik hely, amely szakmai kiválóságát igazolja. *Bebi* Dobosként nemcsak a színpadra, hanem az oktatásba is rengeteg energiát fektet, különös hangsúlyt helyezve a fiatalok zenei nevelésére.

2021-ben került be a *Dirty Slippers* zenekarba, akikkel rengeteget koncerteznek Magyarországon és külföldön is. A DS tagjaként nemzetközi fellépések következtek, előbb olyan helyszíneken, mint a Rock Maris Fesztivál Aradon, vagy éppen a londoni, legendás Hope and Anchor klub. A *Dirty Slippers* tagjaként a Suli-turné programjukkal heti rendszerességgel lépnek fel hazai közoktatási intézményekben, ahol a koncertek után drog, alkohol, és HPV elleni prevenció előadásokat tartanak. Ez a programjuk 2024 februárjában Magyar Rekord-díjat kapott.

2023 márciusától a *Dirty Slippers* zenekarral Angliában lép fel. 2024 novemberében és decemberében angliai turnéra indulnak, ahol számos rádióadó játsza a dalokat, amelyekben ő is közreműködött zeneszerzőként. A turné során többek között a londoni Dublin Castle színpadán fognak fellépni, ahol *Amy Winehouse* és a *Coldplay* is bemutatkozott pályájuk elején.

Jelenlegi munkája továbbá a Madách Színházban való dobos közreműködése a *SIX* musicalben, amely három sikeres teltházas évadal büszkélkedhet.

Bebi életútja a művészet és az elhivatottság példamutató találkozása, ahol az elköteleződés és a tehetség által sikerül folyamatosan megvalósítani gyermekkori álmait.

**Forrás: You and Media Management
Fotó: Hegyi Júlia Lily**

FÖLDI KATALIN

Folyamatosan megújul, értékeket közvetít

Megtiszteltetés, hogy benne lehetek 2025. évi TOP 50 Sikeres Magyar között.

Szeretnék bemutatkozni Önöknek az alábbiak szerint:



A TV2 Értékkeremtők és az Életmódi televíziós magazinműsorok producere, főszerkesztője, műsorvezetője, valamint a műsorok gyártó cégének a White Magic Média-nak az ügyvezetője és az Életmódi című havi print magazin főszerkesztője és kiadója vagyok.

Televíziós karrierem az Magyar Televízióba kezdődött, ahol olyan műsorokat készíthettem, mint például a Zöld Bolygó, Árpádházi Erzsébet élete, Európa Tanács, Európai Unió, sőt az Ausztráliában megrendezésre kerülő Olimpia kapcsán Knézy Jenő műsorvezetésével még egy kvízműsor sorozatot is volt szerencsém elkészíteni.

Az igazi változást az Értékkeremtők című műsor hozta meg számomra, amelynek már nemcsak producere és főszerkesztője, de műsorvezetője is vagyok.

Az Értékkeremtők célja, hogy bemutassa azokat az embereket és közösségeket, akik valamilyen formában hozzájárulnak a társadalom fejlődéséhez és értékeinek megőrzéséhez. A műsorban különböző szakterületek kiemelkedő képviselőivel készült mélyinterjúk láthatók, amelyek betekintést nyújtanak az értékkeremtő munkájukba és személyes történeteikbe.

Az Értékkeremtők nemcsak televíziós műsor, hanem podcast formájában is elérhető, így a hallgatók bármikor hozzáférhetnek az inspiráló beszélgetésekhez.

A podcast csatorna révén még szélesebb közönséget érünk el, és még több ember számára nyújthatok motivációt és útmutatást.

Az Életmódi Magazinműsoromban Győrfi Pál és Proksa Szandra a két sztár műsorvezető, mellettük a külső forgatások alkalmával jelenek meg riporterként a képernyőn. Ebben a magazinműsorban a mindennapi élet praktikus és egészséges megoldásaira koncentrálnunk, bemutatva különböző életmódbeli tippeket, tanácsokat és érdekességeket. Az Életmódi Magazin célja, hogy a nézőinket az egészségesebb és kiegyensúlyozottabb életmódra ösztönözze.

A számomra különösen fontos, hogy a műsorok révén pozitív példákat mutassak be és inspirációt nyújtsak. Az Értékkeremtők történetei nemcsak tanulságosak, hanem motiválóak is, hiszen bemutatják, hogy kitartással és elhivatottsággal milyen nagy hatást lehet gyakorolni a közösségre és a társadalomra.

Folyamatosan törekszem a megújulásra, arra, hogy értékeket közvetítsek, nemcsak a televíziós műsorokban, hanem a digitális platformokon is aktívan, elérve a fiatalabb generációkat.

Természetesen fontos számomra, hogy segítsen a nálam kevésbé szerencséseket, ezért alapítottam meg az EgészségŐr Alapítványt is.

GULYÁS MICHELLE

Olimpiai bajok öttusázó

2000. október 24-én született Londonban.

Több sportágba belekósolt, 2011 óta öttusázik. Az eltelt időszak alatt számos nemzetközi versenyen szerepelt a különböző korosztályokban: ifjúsági, junior és felnőtt.

Ifiként, a Buenos Airesben rendezett ifjúsági olimpián már a dobogó harmadik helyén állt. Ezenkívül juniorként szerzett még egyéni világbajnoki bronzérmet és ezzel direkt kvótát a Tokiói olimpiára, ahol szintén részt vett. Ezután nyert egy VB ezüstérmet és egy EB bronzérmet. 2022-ben pedig a világranglista élén végzett, s a megelőző év 2. helyezése után, 2024 augusztus 11-én olimpiai bajnok lett.

Felsőfokú tanulmányait a Nemzeti Közszolgálati Egyetem (NKE) Rendészettudományi Karán bűnügyi (bűnüldözési) szakon 2023-ban kiváló eredménnyel fejezte be. Pályakezdő rendőr hadnagyként a főváros XI. kerületi Rendőrkapitányságra helyezték. Azonban rövid időn belül tartósan vezényelték a NKE-re, hogy ezzel is támogassák az eredményes olimpiai felkészülését, ahol elsősorban toborzással és sportrendezvényekkel foglalkozott.

A terveit, a sport és a rendőri pályafutása területén az alábbiak szerint összegezte: *„Szeretném a versenysportot folytatni és jól felkészülni a 2028-as Los Angelesi olimpiára. Ez nagyon sok időt és energiát követel. Emellett szeretnék a rendőri pályámon is minél több értékes tapasztalatot gyűjteni, hogy jó szakemberré, vezetővé válhassak.*

Ezért is döntöttem úgy, hogy kiberbiztonság mester szakon folytatom tanulmányaimat az NKE-n, is mélyebb ismereteket szerezzek erről a gyorsan növekvő és egyre fontosabb területről. Hosszabb távon szeretnék a határokon átnyúló, nemzetközi bűnözéssel/bűnüldözéssel foglalkozni, akár egy nemzetközi szervezetnél (InterPol, EuroPol). Az olimpiai aranyérem után soron kívül rendőr főhadnaggyá léptették elő.

„Versenyző típus vagyok, imádom a megmérettetést és ez éltet. Relatív nyugodtan versenyzem és alig izgulok, emiatt is tudok ilyen jól teljesíteni versenykörülmények között, jobban, mint edzéseken. Sokakkal ez pont fordítva van. Azért vívás vagy lovaglás előtt természetes, hogy izgul az ember, hiszen ezen a két túsán nagyon sok múlik. Azonban mikor elkezdődik a verseny, a feladatra való koncentráció miatt már nem is tudok másra gondolni, csak magára a versenyre és, hogy minél jobban végrehajtsam. Az öttusa egy egyéni sportág, ahol az egyén teljesítménye mind az 5 túsában remekül mérhető (a lovaglásnál a ló tudásának és együttműködő készségének nagyon nagy szerepe van a sikeres eredményben). Így nagyon jól látható a fejlődés, illetve azok a területek is, amelyeket még csiszolni kell. Nem tudom megmondani sajátos életforma vagy önkifejező mód, talán mindkettő.



A cél minden egyes tudásban a világ legjobbjai közé tartozni.”

A fenti gondolatok alapján számára a siker azt jelenti, hogy az ember élete, pályája, karrierje során elérje a legfontosabb célokat, amelyeket kitűzött maga elé. Valószínűleg nem lehet mindig mindent elérni, de ha az irány jó és a célok jelentős része megvalósul, akkor azzal már elégedett lehet. Mindenkinek vannak álmai és elérhetetlennek tűnő célkitűzései, amelyek ha valóra válnak akár egy életen át boldoggá tehetnek.”

Szerk.-

HELSTÁB MARTIN

A fekete filmkomédia új magyar mestere

Helstáb Martin 1995. március 23-án Pécsen született. Öt éves korától 13 éven át *Lantos Ferenc* Kossuth-díjas festőművész különleges módszerével sajátította el a vizuális és zenei alkotókészséget.

A Mecsek hegyein kalandozva nagyon érdekelte az állatvilág, az egyetemet a PTE biológia szakán kezdte, de a közben elért forgatókönyvírói sikerei miatt zoológusi tanulmányait megszakította.

21 évesen saját animációs stúdiót alapított Pécsen, vállalkozóként elsősorban tudományos kutatásokhoz készített bemutató filmeket.

2014-ben humoros videókat kezdett gyártani a YouTube-ra több száz ezres nézőszámot elérve, ezzel párhuzamosan pedig egyedi szerzői animációs kisfilmeket rendezett, melyekkel gyorsan rengeteg hazai és külföldi díjat nyert el. Filmfesztivál sikerei közt van a Chicagói Művészfilm Fesztivál animációs fődíja, elismerték a Zsigmond Vilmos Filmfesztiválon is. „NagyQtya” művésznéven vicces rapzenéket tett közzé az interneten, „Kipakolom a mosogatógépet” című száma bejárta az országos sajtót. Tíz év alatt 4 egyetemi diplomát szerzett Pécsen és Kaposváron, televíziós producer, filmrendező és művésztanár képzéseket is sikerrel teljesített. Pécs város 2018-ban a kiemelkedő fiatal tehetségeket elismerő *Márk Tamás*-díjjal tüntette ki. Abban az évben hónapokra elvonult a spanyol Costa Brava tengerpartra egy sátorral, ahol botokból faragott szuronnyal vadászott polipokat ennivalónak. Hazatérve, az élményekből fellelkesülve forgatta 5 évig a szülei garázsában a „Zazongpari” című nagyjátékfilmjét. A film Indiában debütált és elvont szürrealista jellegéért *Luis Buñuel* Emlékdíjban részesítették.

„A huszonegy éves korom egy nagyon aktív önkeresés volt a közösségi médiától visszahúzódó zoológus-tanonctól a kísérleti mozgóképművészen és a vademberségen át a mókacsináló filmrendezőig. Örülök annak, hogy kompromisszummentesen mindig a saját víziómat igyekeztem megvalósítani, még ha közben sokszor sajnáltam is az ezzel járó



lemondást szakmai kapcsolatokról, sikerekről, és élményekről. Megtehettem volna, hogy az ipar szabályait követve nagyok projektjeihez asszisztálok, a tűzhöz közeli egyetemekre járok, próbálok tradicionális módon felmászni a ranglétrán. Én az ellenkezőjét tettem, makacsul, egyedül dolgoztam a díjak mellett sok kudarcba fulladt saját projekten is, de megtalálva az egyedi alkotói hangomat.”- nyilatkozta a rendező.

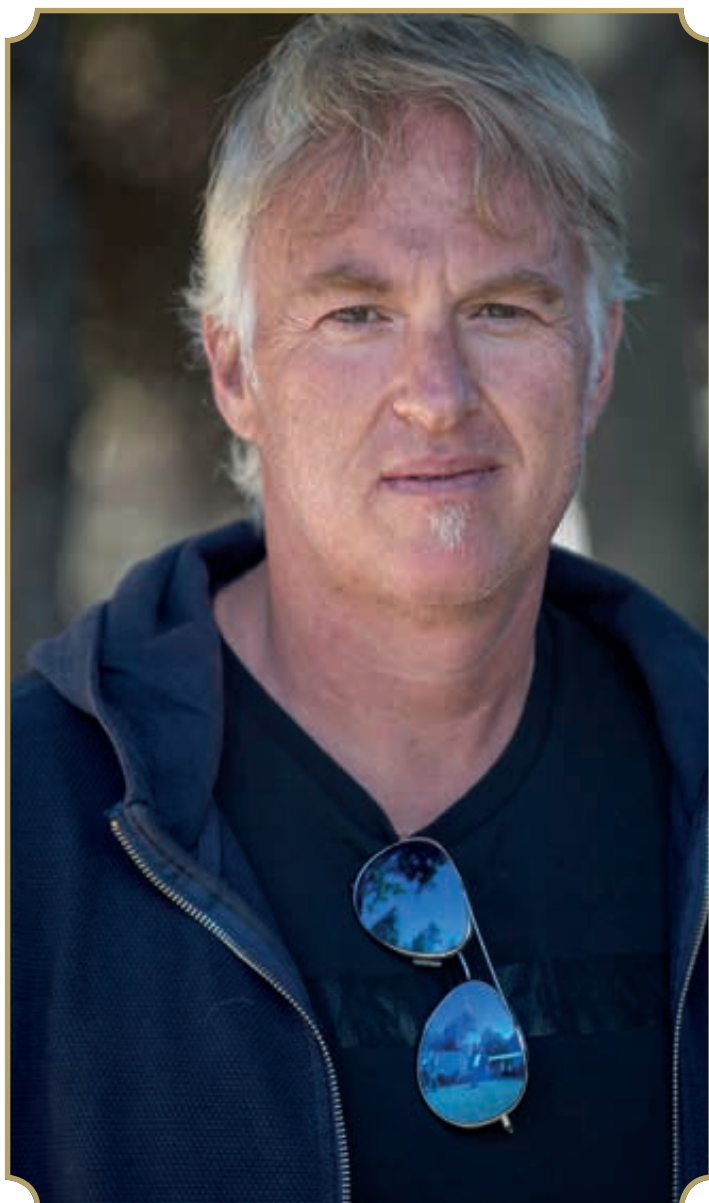
2023-ban a rangos 63. Zlíni Filmfesztiválon mutatták be a valódi szalámiból animált „Decens disznóságok” című rövidfilmjét, ennek szereplője volt a párja, *Zsigrai Eszter* képzőművész is. A művészpár abban az évben kiköltözött a mediterrán Málta szigetére, ahol *Helstáb Martin* a Warner Bros stúdió nagy amerikai reality sorozataiban dolgozott, a *Gladiátor 2* stábjával együtt. A napfényes tengerparton eltöltött év alatt kezdte el forgatni második nagyjátékfilmjét, amit aztán 2024-ben itthon is folytatott. „Ez egy vad filmkomédia lesz, állatos bábokat szerepeltetve, és az automimmun ízületi gyulladásom kezelésének kálváriáját feldolgozva. Bármilyen pozícióba is kerültem az elmúlt 10-15 évben, azt vettem észre, hogy akaratlanul is megnevettetem az engem körülvevőket, mára küldetésemnek érzem, hogy a világot egy mókásabb helyé tegyem. Az a fajta abszurd fekete humor, amit képviselek egy széles közönségnek nem imponál, beleértve a kommersz-, költői-, és drámai filmesek javát, ezért jó a kialakított független művészfilmes státuszom, ahol bármit szabadon beletehetek a műveimbe, és nem múlik a megítélésükön az egyszisztenciám.” – mondta el lapunknak.

2024 őszén Budapestre költözve egy általános iskolában kezdett tanítani, vicces jellemével és izgalmas tapasztalataival a gyerekek kedvencévé válva. A „Decens disznóságok” ezalatt a Pannonfíling országos filmfesztiválon 2 díjat is elnyert, köztük a szinte rá szabott PannonGroteszk-díjat. Készülő nagyjátékfilmje a tervek szerint 2025 második felében kerül a hazai mozikba.

HERENDI GÁBOR

A Futni mentem igazi közönségfilm

Herendi Gábor 1960. december 2-án született Budapesten. A Semmelweis Egyetem Fogorvostudományi Karán szerzett dip-



lomát 1984-ben, eredeti képesítése szerint fogorvos, de soha nem praktizált.

1994-ben megalapította saját filmgyártó cégét, a Skyfilm Stúdiót, 1996 óta szabadúszó reklámfilmrendezőként dolgozik. 2001-ben mutatták be első nagyjátékfilmjét, a *Valami Amerika* című vígjátékot, ami az év legnézettebb alkotása lett mintegy 600 ezer mozinézővel.

A nevéhez kötődik az előbbi mozifilm további két része (előbbi 2008-ban, utóbbi 2018-ban készült el), a *Társasjáték* című HBO által gyártott heti sorozat, valamint a *Magyar vándor* című alternatív történelmi komédia (2004), a *Kincsem* című történelmi romantikus kalandfilm (2017), valamint a *Toxikoma* című életrajzi film, amely Szabó Győző színművész azonos című önéletrajzi regényének filmfeldolgozása.

„Nagy vállalás volt csinálni egy olyan filmet, ami nem a poros elődök követi, hanem újszerű és friss próbál lenni.” – nyilatkozta a *Kincsem* sikere kapcsán. A magyar lósport és lótenyésztés legismertebb versenylovának történetét újragondoló alkotásra több mint 456 ezer néző váltott jegyet a legnézettebb film lett a hazai moziforgalmazásban.

A 2021-es év második legnézettebb játékfilmjének számító *Toxikoma* kapcsán így nyilatkozott: „(...) Amikor a forgatókönyvben már jócskán benne voltam, nekem akkor is az volt az alapvető elképzelésem, hogy egy olyan filmet kell csinálni, amiben általános emberi dolgokat mutatok fel, olyanokat, amiktől akkor is megáll a lábán, ha a nézők nem tudják, ki Szabó Győző vagy kicsoda Csernus doktor.”

Ez után mutatta be a *Bűnös város* című politikai szatírját, amely huszonnyolc percben foglalja össze a Herendi által elképzelt magyar abszurdot. A stáblista nélküli, fekete-fehér alkotás impozáns szereplőgárdával készült: *Thuróczy Szabolcs, Nagy Ervin, Schneider Zoltán, László Zsolt, Gazsó György* és *Sodró Eliza* is játszik benne.

Munkásságát 2009-ben Balázs Béla-díjjal ismerték el; rendszeresen készít reklámfilmeket, videoklipet is rendezett.

A *Brigi és Brúnó* nagysikerű televíziós sorozat a nevéhez fűződik.

2024 év végén mutatták be a hazai mozikban nagy sikerrel legújabb vígjátékát, címe *Futni mentem*, melyet 20 nap alatt sikerült hihetetlenül alacsony költségvetésből leforgatni.

Tervei között több film szerepel, ilyen a *Máté Péter* életrajzi ihletésű film is, valamint a most regényben megjelentetett *Tízparancsolat 2. 0.*

Szerk.-

ILLÉS FANNI

Ötödik olimpiáján is nyert

Illés Fanni ezüstérmet szerzett az SB4-es kategória 100 méteres mellúszó számában a párizsi paralimpián.

Öt paralimpiai játékokon (2008. Peking, 2012 London, 2016. Rio de Janeiro, 2020. Tokió, 2024 Párizs,) képviselte Magyarországot a magyar paralimpiai csapat tagjaként.

Illés Fanni Keszthelyen született, 1992 május 1-én, világ- és Európa-bajnok, paralimpiai bajnokmagyar paraúszó.

2004-ben kezdett el úszni a gerincferdülése miatt, és másfél év múlva bekerült a jó teljesítménye miatt a paraúszó-válogatottba.

Az eredményei 2006-tól fokozatosan egyre jobbak lettek.

A főbb állomásokat kiragadva a teljesség igénye nélkül emlékeztetek:

2011-ben a berlini Európa-bajnokságon bronzérmet szerzett, 2021-ben ezüst (Funchal), majd arany 2018-ban, 2021-ben Dublin, Funchal).

A 2019-es Világbajnokságon aranyérmes Londonban.

2021-ben a Tokiói Paralimpiai játékokon aranyérmet szerzett.

Jelenleg az úszás az élete középpontja, minden más eköré épül fel. A jövőben szeretne mentorként foglalkozni a testi fogyatékos úszókkal a parasportban.



Közreműködésével indult el az edzője Szabó Álmos vezette Vasas Paraúszó Szakosztály, az első olyan klub Magyarországon, amely kifejezetten a paraúszók felfedezésére és a kezdő parasportolók profi szintre történő kinevelésére, fejlesztésére szakosodott, nem integrált klubkörnyezetben.

Saját alapítványa van az *Arany pillangó*, amelylyel a fiatal paraúszókat és családjaikat is támogatja.

2022 nyarán szülte meg első gyermekét.

„Több, mint 15 éve dolgozom nap mint nap az eredményekért. Nehéz ez

a hullámvasút, amire felültem. Összeszámolni sem tudom hányszor voltam csalódott, hányszor akartam abbahagyni, hányszor építettem fel újra és újra önmagam, de egyszer sem hagytam magamat a padlón és talán makacsságból is, de újra kezdtem. Sokáig azt gondoltam, hogy azért születtem lábak nélkül és összenőtt ujjakkal, hogy paralimpiai bajnok legyek, de most már tudom, azért vagyok itt, hogy kapocs lehessen a fogyatékossgal élő és az „ép” emberek között. Küldetésem, hogy a sztereotip gondolkodásmódból fakadó falakat ledöntsem. Sokan ott-hon ragadnak a négy fal között, és nem találják meg a helyüket a társadalomban, mi vagyunk a láthatatlan réteg.” – nyilatkozta a TOP 50 SIKERES Magazinnak Fanni.

A 2024-es Párizsban rendezett Paralimpián címvédőként ezüstérmet nyert az SB4-es kategória 100 méteres mellúszó számában.

2024-ben a Magyar Érdemrend parancsnoki keresztje (polgári tagozat) díjat kapott.



Szerk.-
Fotó: M4 Sport

JÁSZ MÁRTA

Naprakészen alkalmazkodik a változó piaci trendekhez és kihívásokhoz



Jász Márta a biztosítási szektor egyik sikeres és elismert vezetője évtizedek óta.

Hosszú évek kemény munkájának és elkötelezettségének köszönhetően sikerült nemcsak számos szakmai elismerést kivívnia, hanem olyan stabil és sikeres üzleti struktúrákat is kiépítenie, amelyek hosszú távon biztosítják vállalkozása növekedését és fenntarthatóságát.

Márta vezetői filozófiája a személyre szabott ügyfélszolgálatra, a folyamatos szakmai fejlődésre és az innovatív megoldások keresésére épül. A biztosítási szektor gyorsan változó és dinamikus világában kiemelkedő szerepet kapott az, hogy mindig naprakész maradt a piaci trendekkel és a technológiai újításokkal, így képes volt alkalmazkodni a változó igényekhez és kihívásokhoz.

Emellett hiszi, hogy a biztosítás nem csupán egy termék, hanem egy olyan eszköz, amely segíthet az embereknek biztosítani anyagi jövőjüket, biztonságot adni családjuknak, és felkészíteni őket a váratlan élethelyzetekre. E filozófia mentén dolgozik a mindennapokban, és igyekszik folyamatosan innovatív és ügyfélbarát megoldásokat kínálni az ügyfeleknek.

A siker kulcsa számára nem csupán a pénzügyi eredményekben rejlik, hanem a csapata fejlesztésében és a vállalati kultúra építésében is.

Mint vezető, mindig nagy hangsúlyt fektetett a csapattagok motiválására, képzésére és a közös célok elérésére. Az ő hitvallása, hogy a siker nem csupán egyéni teljesítmény kérdése, hanem egy jól összehangolt, elkötelezett csapat munkájának eredménye.

Év végéhez közeledvén fontosnak tartja a számvetést, az elért eredmények áttekintését és az új év tervezését, a célok kitűzését. Ezek kulcsfontosságú lépései a siker elérésének. A számvetés segít abban, hogy értékeljük a tavalyi év eredményeit, tanuljunk a hibáinkból és sikerünkökből, valamint meghatározzuk, hogy mire van szükségünk a jövőbeni céljaink eléréséhez.

DR. KÁLMÁNNÉ KOVÁCS KATA

„Tündérkeresztanyu”

dr. Kálmánné Kovács Kata Kaposváron él családjával.
49 éves, egy gyermek édesanyja.
Nyolc éve szeretet-varrásba kezdett. Először önmagát szeretne
volna így gyógyítani, de látta, hogy „mennyire sok ember lelke fázik.”

A Covid időszakban maszkokat készített ajándékba a város lakói-
nak. Tette ezt úgy, hogy nem volt munkája, de valahogy segíteni és
szolgálni szeretne volna a közösséget, ahol él.

Textil-szíveket varrt bátorításul, és adta postára országosan. Kór-
házakba kemoterápiás kendőket varrt a
hölgyeknek, hogy erőt adjon és reményt.
Textilből készített játékokat, és levendula
szíveket hagyott el Kaposvár utcáin. Isko-
lába, és óvodákba készített uzsonnás
táskákat, és ajándékokat.

Adni, adni, mindig csak adni! Igyekszik
minden lehetőséget megragadni, hogy
átformálja az emberek gondolkodás
módját. Szeretné, ha bátran elő lépne a
sok „csendes figyelő” és megtalálná a
módját, hogy ajándékká váljon mások
életében. A személyes példájával mást is
inspirálni szeretne.

Az Év Embere, és az Év Női Példaképe
Somogy Vármegyében díjra jelölték.

A Kedvesség Nagykövetének pedig
pár hónapja választotta egy civil orszá-
gos szervezet, de a legbüszkébb mégis
a *Tündérkeresztanyu* címére. A Kaposvári
gyerekek így nevezték el.

Igyekszik minden nap önzetlen szere-
tetet ajándékozni, mert a világ tele van
fájdalommal. Sokan megtörnek, és ezért
keserűségből rombolnak...- ő inkább
„épít.”

Azt vallja, hogy soha ekkora szükség
még nem volt a csodára. Kell egy apró
remény, és ő azon dolgozik, hogy kéz-
zelfoghatóvá váljon mindenki számára a
szerepet.

Eddig közösségi tevékenységét
november 1-től szervezett formában,
mint Kaposvár Megyei Jogú Város Pol-
gármesterének megbízottja végezheti.
Nagyon sokat jelent számára munkája
elismerése.



KOVÁCS LÁZÁR

Lázár Chef

Kovács Lázár, azaz Lázár Chef a közelmúltban töltötte be 50. életévét. A Receptklub séf-műsorvezetőjeként megismert gasztronómiai szakember szakács pályafutását a Budai várban lévő Alabárdos Étteremben kezdte.

Középiskolai tanulmányait, a Gundel Károly Vendéglátóipari Szakközépiskolában folytatta. Francia gasztronómia tanulmányait Patrick Pagés séfnél Dél-Franciaországban és Párizsban végezte.

15 éve tért haza Amerikából, ahol a washingtoni magyar nagykövetség séfjeként népszerűsítette a hazai gasztronómiát, mondhatni „gasztro-diplomata” volt a magyar szakácsművészet szolgálatában. A közösségi médiában a Lázár Chef oldalon havi kétmillió eléréssel, a Tik-Tokon a fiatal generáció is követi.

Receptjeiben és főzővideóiban megosztott tippek, trükkök, praktikák segítségével mindenki gyorsan, köny-

nyedén készíthet ízletes fogásokat a legkülönbözőbb alkalmakra. Küldetésének tekinti a magyar alapanyagok népszerűsítését, valamint a fiatalok motiválását az egészséges táplálkozásra és a főzésre.

Nős. Felesége: *Kovács-Siklósi Melinda* ételfotós.

A 2024-es év nemcsak kerek évfordulót, az 50. születésnapot hozta el *Lázár Chef*nek, hanem két hatalmas szakmai elismerést is.

A Chaine Ifjúsági Szakács Világbajnokság megszervezéséért megkapta a Chaine Des Rotisseurs Gasztronómiai Világszervezet egyik legmagasabb rangú kitüntetését. A teljes szakmai pályafutására vonatkozóan, fókuszban a magyar gasztronómia és vendéglátás népszerűsítésével, valamint az utánpótlás fiatal generáció szakmai fejlődésének támogatásával pedig a Gundel Károly-díjat.

Szerk.-

fotó: Lazarchef.hu



Hagyományörzés minőségi termékekkel

Családunktól-családod asztalára

Hajnalné Raucsik Krisztina, ügyvezető igazgató, Érték és Minőség kiíró tanács tagja



Hajnal Húskombinát kft.

www.hajnalhuskombinat.hu

KATZEN- BACH ANDREA

Magyarország Szépe



2024-ben *Katzenbach Andrea* lett Magyarország Szépe.

A versenyzők négy látványos tour-ban bizonyíthattak.

A zsűri szavazatainak összesítése után a legtöbb pontot szerző *Katzenbach Andrea* fejére került a korona. A 23 éves, kiskőrösi közgazdász, grafikus és webdesigner végzettségű győztes egy éven át viseli a Magyarország Szépe címet, és képviselheti az országot a nemzetközi Miss World világdöntőn.

Az első udvarhölgy címet *Cseh Jázmin* kapta, a második udvarhölgy *Horváth Alexandra* lett. A Miss Charity alversenyt – amelyben a jelölteknek egy jótékonyági akciót kellett megvalósítani és megörökíteni, az egymás közti szavazása alapján – *Kiss Kamilla* nyerte, a nézők által legszebbnek ítélt *Grósz Adélt* Közönségdíjjal jutalmazták.

Szerk.-

Fotók: MTI/Hegedüs Róbert

DIETET-IN tableta



Króm-, mangán-, niacin- és cinktartalmú étrendkiegészítő készítmény.

40 db tableta

A termékben levő szerves kötésű króm az inzulin hatásának támogatása révén hozzájárul a normál vércukorszint fenntartásához. A szervezet megfelelő króm-ellátottságának fontos szerepe van a tápanyagok – így a cukor – normál anyagcseréjében.

A mangán nélkülözhetetlen nyomelem. Számos enzim alkotórészeként részt vesz a normál energiatermelő anyagcserefolyamatokban.

A niacin (B3 vitamin) hozzájárul az idegrendszer normál működéséhez és a normál pszichológiai funkció fenntartásához. Elősegíti a nyálkahártyák (gyomor-, bél-nyálkahártya) normál állapotának fenntartását.

A cink fontos szerepet játszik a szénhidrát- és zsíranyagcserre folyamatainak szabályozásában. Hozzájárul az idegrendszer, a szellemi működés, a látás, a csontrendszer, a haj, a bőr és a körmök normál állapotának fenntartásához.

A készítmény szedésével a diétázók életminősége javítható, elősegíthető a test zsír-izom arányának optimalizálása.

E-vitamin Szelén Cink tableta



40 db tableta

A szervezet természetes védekező rendszerében, így az immunrendszer működésében fontos szerepet tölt be a termékben levő E-vitamin, szelén

és cink. Ezen hatóanyagok részt vesznek a sejtek oxidatív stresszel (kóros szabadgyökökkel) szembeni védelmében.

A szelén hozzájárul a pajzsmirigy és a spermaképzés normál működéséhez, valamint a haj, a körmök normál állapotának fenntartásához. A szelén szükséges a jódtartalmú pajzsmirigy-hormonok normál termelődéséhez, ezért a táplálékkal a szervezetbe kerülő jód csak a megfelelő szelén-ellátottság esetén tud hasznosulni.

A cink hozzájárul a szellemi működés, a látás, a csontrendszer, a bőr, a haj normál állapotának megőrzéséhez, ezáltal lassítva az öregedési folyamatokat.

Selenium Pharma

Étrendkiegészítő készítmények. Kaphatók gyógyszerárakban, gyógynövény szaküzletekben.

KAVICZKY ÁGNES

Fiatalság markerek aktiválva!

A világban egyre növekvő igény a fiatalos kinézet hosszú távú megőrzése, mely minden esetben pozitív kontextusba helyeződik. A szépség imázsa felértékelődik. Nem elég csupán ígéretekre hagyatkozni minden ígéretnél többet ér a személyes tapasztalat.

Ez sarkall arra egy kutatót arra, hogy a tudományt a szépség szolgálatába állítsa; saját kozmetikai márkával lépjen a piacra és beírja nevét a nemzetközi szépségtörténelem nagykönyvébe.

Kaviczky Ágnes 2003-ban alapította meg saját cégét és kozmetikai márkáját, a Kaviczky-t, amely ma már nemzetközi szinten is jegyzett beauty-brand. A márka sikerének egyik titka Ágnes szakértelme. „Tíz éves voltam, amikor megkaptam az első mikroszkópot. Azonnal elvarázsolt a biológia világa. Innen egyenes út vezetett az

egyetemre, ahol molekuláris biológia szakon végeztem, majd kutatóintézetben kezdtem dolgozni. Egyre inkább foglalkoztatott, a tudomány mindennapi alkalmazhatósága. Az igény a fejlődésre számomra belső szükséglet, mely alkalmassá tesz, hogy sikeressé válhassak a munkában és a magánéletben egyaránt ezért elvégeztem a kozmetikai szakképzőt, emellett mesterdiplomát szereztem közgazdaságtanból.

Nőként szinte magától értetődő volt, hogy a kozmetikumok és a bőrápolás irányába fordultam. Meghatározó célommá vált a trendek alakítása, sohasem a követése. Jellemzően elvárásainkat egy korábbi tapasztalatunkra építve egyre magasabb igényszinttel állunk elő.

Hitvallása a legmagasabb szintű szakmaiság, melyet tégelyekbe zárva tár a nyilvánosság elé.



KESZTHELYI ERIK

A biztosítási szakma reformere



Keszthelyi Erik a magyar biztosítási piac meghatározó szereplője, a Magyar Bankholding elnök-vezérigazgatói tanácsadója több mint 19 éves biztosításszakmai tapasztalattal rendelkezik. A Hungarikum Biztosítási Alkusz Zrt. – a hazai biztosításközvetítői piac legnagyobb és legeredményesebb, 100%-ban magyar tulajdonú vállalatának – elnök-vezérigazgatója és társtulajdonosa. Alkuszcégen keresztül 58,73%-ot megtestesítő részesedéssel a CIG Pannónia Életbiztosító Nyrt. tulajdonosa.

A kezdetek

Keszthelyi Erik 21 évesen, 2005-ben kezdte biztosításszakmai pályafutását. Személyes küldetése a kezdetektől fogva az ügyfelek 360 fokos kiszolgálása volt, ezért saját cég építésébe kezdett. 2010-ben tulajdonrészt szerzett, 2012-ben pedig egyedüli tulajdonosává vált a Hungarikum Alkusz jogelődjét képező Optimal GB Kft.-nek, amely akkor még 3 fő munkavállalóval és 15 millió forint árbevétellel rendelkezett.

Díjak, elismerések

- ➔ FIVOSZ: Az Év Fiatal Vállalkozója 2015
- ➔ VOSZ: 2016. Az Év Vállalkozója

Vezetésével a valaha létezett legnagyobb biztosításközvetítői vállalat jött létre a magyar biztosítási piacon

2017-ben a Hungarikum Alkusz már a legnagyobb alkuszcégek közé tartozott a biztosításközvetítői piacon. Akvizíciós tevékenységén keresztül a társasághoz az elmúlt 5 évben szektorálisan meghatározó szerepet betöltő alkuszcégek és 41 biztosításközvetítői csoport csatlakozott. A szakember vezetésével a Hungarikum Alkusz üzleti tevékenysége alapján 2023-ban 22,2 milliárd éves árbevétellel, több mint 1000 tanácsadóval és 250 munkavállalóval a magyar biztosításközvetítői piac valaha létezett legnagyobb alkuszcégévé vált, amely több mint 250 000 ügyfél 400 000 szerződését kezeli.

Szenvedély, hit, fegyelem, szorgalom

Keszthelyi Erik tevékenységének köszönhetően olyan szektorális változások, reformprogramok indultak el, melyek több mint 20 éve vártak magukra. Támogatásával 2024 januárban megalapításra került a Magyar Biztosítási Tanácsadók Szövetsége, hidat képezve a biztosítási tanácsadók, szakmai szövetségek és szabályozói szervezetek között. A szakember elkötelezett a biztosítási kultúra fejlesztése, a társadalmi felelősségvállalás és következő generációk személyes fejlődésének támogatása iránt. 2016-ban létrehozott alapítványa, amely a „HUNAlapítvány a Jövőért” nevet viseli, az egészségügy, a családtámogatás, az oktatás, a kultúra, valamint a sport területén nyújt támogatást hátrányos helyzetű vagy súlyosan beteg gyermekek számára. Nevéhez fűződik a Biztosítási Almanach, – a magyar biztosítási szektor egyetlen szakmai évkönyve – amely több mint 14 éve foglalja össze minden évben a biztosítási szektor legfontosabb eseményeit, eredményeit. 2023-ban a Széchenyi István Egyetemmel együttműködve elindította a biztosítási szakma legmagasabb szintű képzését, melynek első évfolyamán 47 hallgató tett sikeres záróvizsgát. 2024 októberében ugyancsak a győri egyetemmel partnerségben mentoring programot indított, amelynek keretében 10 tehetséges hallgatót mentorált, és már a következő programot tervezik.

DR. KIRÁLY ÁGNES ÉVA

Siker a gasztroenterológiában



Mesterséges intelligencia-asszisztált endoszkópia, kapszula-endoszkópia, nyelőcső-gyomor-bélrendszer mozgászavari: dr. Király Ágnes Éva neve beleégett a modern gasztroenterológiába.

Hivatásáról így mesélt:

A Pécsi Orvostudományi Egyetem elvégzése után az I. Sz. Belgyógyászati Klinikára kerültem oda, ahol harmad éves medikus korom óta tudományos diákkörösként dolgoztam. Hamarosan akkori főnököm, Mózsik Gyula professzor az Amerikai Egyesült Államokba küldött minket férjemmel dolgozni, tanulni. A Mayo Klinika mel-

lett az USA legerősebb gasztroenterológiai centruma a Kaliforniai Egyetem Digestive Disease Research Center Los Angelesben. Ott nem is akárhóhoz, Sellye János professzor egyik szellemi örököse: Yvette Taché professzor mellett dolgoztunk. Egy világ nyílt ki a kilencvenes évek elején számunkra, hatalmas lehetőség a tudásszerzésre, és a precíz és végtelenül alapos munka megtanulására.

Miután visszatértünk belgyógyász, majd gasztroenterológus szakvizsgát tettem, paralel Ph.D. fokozatot szereztem. A PTE Habilitált, majd a PTE KK III.sz. Belklinika Oktatási- és Kutatási Igazgatóhelyettese lettem, ahonnan a kétezres évek elejétől első között léptem ki a magánellátásba. Sok kollégámmal szemben akik a biztos állami állás háttere mellett dolgoznak még most is, 2010-től teljes állásban magánintézményt vezettem. Minden gyerekbetegségét átértük a kialakulóban lévő magánellátásnak.

Büszke vagyok arra, hogy az Amerikai Gasztroenterológiai Társaság megkülönböztetett tagja vagyok (AGAF), és alma materem a PTE címzetes egyetemi tanára lettem. A Király Klinika műszerparkja a legújabb technológiákat használja, szakembereink pedig a legutolsó nemzetközi ajánlások alapján dolgoznak. Vallom, hogy a becsületes, rendes munkát nem lehet letakarítani. Belgyógyász

professzor férjem és belgyógyász szakvizsga előtt álló gyerekeim egyaránt az oktatás, tudás elkötelezett hívei, egyetemi emberek.

A magánellátásba betett tőke megtérülése lassú. A szakmai befektetők lassan eltűnnek, az excell táblázatok mögött pedig nem feltétlenül látja az ember a beteget, akit szolgálni kell. A betett tőkét pedig sokszor be kell áldozni, ha a beteg életét ezzel lehet megmenteni. Ez nem feltétlenül jelent veszteséget, sőt, hosszú távon feltétlen előnyt hoz. Ha valahol, itt a magánellátásban hatványozottan embernek kell maradni, amit nőként, anyaként, nyakig merülve a mindennapi betegellátásba, vezetőként is van módom megta-
pasztalni.

KOCSI ILONA

MÚOSZ elnök



Általános iskolai tanulmányait Harkányban végezte. Nagyon szeretett sportolni (ping-pong, kézilabda, futás, úszás stb), mely fegyelemre és kitartásra is tanította. Ezt követte a pécsi Leówey Klára Gimnázium orosz tagozata, majd a budapesti Marx Károly Közgazdaságtudományi Egyetemen közgazdász szakon diplomázott. Akkor már tudta, hogy újságíró akar lenni, de úgy gondolta, nem árt valami-

hez „érteni” is. A gazdaság jó terepnek ígérkezett, találkozott az elképzeléseivel is, mert a közgazdász diplomával bárhol könnyen talált volna magának munkahelyet.

Az egyetemnek volt egy saját lapja, a Közgazdász és egyetemi hallgatóként már rendszeresen írt oda. A szerkesztőség amolyan második otthona volt az egyetemen belül, remek kis közösség alakult ki, jó volt odatartozni.

Kis kitérő után a Világgazdaságnál lett gyakornok. Végigjárta a ranglétrát, gyakornoktól kezdve a főszerkesztői posztig.

Már a Világgazdaság főszerkesztője volt, mikor felkérték, hogy legyen a Magyar Hírlap főszerkesztője. Ezenkívül irányította a Manager Magazint is, s később létrehozta a BOOM Magazint, aminek főszerkesztője, tulajdonosa is volt.

A Magyar Hírlapnál már 5 éve főszerkesztő volt, amikor a külföldi tulajdonos magyar képviselője közölte, hogy elégedetlen az elért példányszámmal, ezért leváltják. Ez váratlan, ismeretlen szituáció volt, s úgy érezte, hogy légüres térbe került, majd a Népszava főszerkesztője által felkínált állást elfogadta.

Jelenleg a Magyar Újságírók Országos Szövetségének elnöke.

A MÚOSZ elnökeként szakmai céljáról így nyilatkozott: „Büszkék vagyunk arra, hogy a MÚOSZ immár majdnem 130 éve létezik. Jogelődünket, a Budapesti Újságírók Egyesületét 1896-ban Mikszáth Kálmán részvételével alapították. Fő célja a sajtószabadság védelme, az újságírói tevékenységet segítő jogszabályi környezet és munkáltatói kultúra támogatása, mely őrzi a hagyományokat, a minőséget és az etikai normák betartását is. Jelenleg kb. 2500 tagunk van, ez a legnagyobb ilyen jellegű civil szakmai szervezet. A tagok tagdíjat fizetnek, működésünknek ez az egyik alapja. Én hiszek abban, hogy egy 130 éves szervezet tud korszerű, nyitott, meghatározó véleményvezér lenni az újságírás alapvető normáiban.”

Szerk.-

B-vitamin komplex

...mert partnerünk a természet!

Étrend-kiegészítő szirup B₁, B₂, B₃, B₆, B₇ és B₁₂ vitaminokkal

B₁
B₂
B₃
B₆
B₇
B₁₂

VEGAN

A B-vitaminok segíthetik

- a vörsvértestek képződését
- a fáradtság és kimerültség leküzdését
- az immunrendszer és az idegrendszer egészséges működését.

A B-vitaminok hozzájárulhatnak

- a normál energifelszabadító anyagcsere-folyamatokhoz
- az egészséges bőr, valamint a testi és szellemi jó közérzet megőrzéséhez.

Gyümölcsökből, különféle növényekből és gyógynövényekből készül. Napi 20 ml szirup 100%-ban biztosítja a szervezet számára a B₁, B₂, B₃, B₆, B₇ és B₁₂-vitaminokat.

Nem tartalmaz alkoholt, tartósítószer, mesterséges színező- és aromaanyagokat, laktózt, glutént, élesztőt. Vegán termék.

Kapható gyógyszertárakban, gyógynövény-szaküzletekben, vagy megrendelhető honlapunkon.

Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a kiegyensúlyozott, vegyes étrendet és az egészséges életmódot.

☎ 36/431-001 📞 20/974-28-10
🌐 www.vashiany-verszegenyseg.hu
Forgalmazza: Sal-Bert Kft.

LOVAS ROZI

A LOUPE Színházi Társulás alapító tagja

Gimnáziumi éve alatt színjátszóként merült fel benne, hogy színész lesz.

Tizenhat éves koráig versenyszerűen teniszezett. A Városmajori Gimnáziumban érettségizett, majd az ELTE-re járt; egy évet olasz, kettőt filmelmélet szakon.

2007-ben felvételt nyert a Kaposvári Egyetem színművész képzésére. *Mohácsi János* osztályában szerzett diplomát, 2012-ben, ez volt az első egyetemi szintű végzett évfolyam.

A Miskolci Nemzeti Színházhoz szerződött 2012-ben.

2013-2015 között a Pesti Magyar Színház, majd a 2015-2016-os évadban a Thália Színház társulatának tagja.

2016-ban a *Kovács Adél* igazgatta Radnóti Miklós Színházhoz csatlakozott.

Fiatal kora ellenére számos díjat nyert el.

2010 – Színművészeti Iskolák Találkozója Marosvásárhely, Legjobb női mellékszereplő.

2013 – POSZT – Legjobb 30 év alatti színésznő (a miskolci *A vágy villamosa* előadásban nyújtott alakításáért) *Tenki Rékával* megosztva.

2014 – Városmajori Színházi Szemle, a legjobb női főszereplő (*Tóth Flóra* alakításáért a *Tanítónő* című előadásban; Budapesti Nyári Fesztivál).

2014-34. Színkritikusok díja, a legígéretesebb pályakezdő. (Színházi Kritikusok Céhe)

2014 – Junior Prima díj színház- és filmművészet kategória.

2016 és 2024 között a Radnóti Miklós Színház színésze.

Több filmben is szerepelt így:

2009-ben a *Made in Hungária* – Éva-ja,

2012-ben a *Nejem, nőm, csajom* című filmben főszerepet játszott.

A Montreal World filmfesztivál elsőfilmes kategóriájában Bronz Zenit díjas *Szász Attila* alkotásában, *A berni követ* című filmben.

Sorozatszerepei:

a *Válótársak Mónija*,

a *Csak színház és más semmi* öltöztetője.

a *A Mi kis falunkban Erikát* játszotta. A *Gólkirályság* című sorozatban a színészi teljesítményt fokozta élportolói múltja.

2024-től szabadúszó, 2024-ben alapító tagja a Loupe Színházi Társulásnak.

Erről így nyilatkozott: „Sok mindent, fejezetet, kaput én magam zártam be... Ma már úgy gondolom, hogy amire nem vagyok kíváncsi, azzal fölösleges is foglalkozni. Viszont sok új ajtó nyílt ki, amin pedig nagyon is inspirálónak érzek belépni. Például most kezdjük el igazán beindítani a LOUPE Színházi Társulást Lengyel Tamással, Molnár Áronnal és a férjemmel, Horváth János Antallal, amire rettentően büszke vagyok. Egy mindenféle kompromisszum nélküli, fantasztikus munkahely ez, amit létrehoztunk. Független minden állami támogatástól, a saját erőnkől, illetve teljes szabadsággal azt csináljuk, amiben tényleg hiszünk. És azt gondolom, ez valaminek csak az eleje, a kezdete, nagyon sok van még benne... Beletaláltunk egy igazán keresett piaci részbe, mert egyszerűen az emberek annyira nagy elánnal, lelkesedéssel és nyitottsággal jönnek felénk, illetve telnek meg az előadásaink, hogy az elképesztően jó érzés. És még rengeteg olyan probléma és társadalmilag fontos téma van, amiről úgy érzem, hogy a színház és a művészet nyelvén vagy azok segítségével, közvetítésével beszélni kell.”

Lovas Rozi és férje, Horváth János Antal kislánya, Misa 2020 májusában, kislányuk Izabella pedig 2022 februárjában született meg. „Bár lényeges számomra a szakmai kiteljesedés, elsősorban édesanya vagyok, a családi összhang és a harmónia megteremtése a legfontosabb.” – nyilatkozta.

A 2024 november végén bemutatott Herendi Gábor film a *Futni mentem* egyik főszereplője.

Szerk.
Fotó: RTL



LOVÁSZ MÁRTA

Divattervező

Lovász Márta divattervező a hazai divatszakma meghatározó egyénisége.

Huszonöt éve, nyitotta meg elegáns szalonját Kaposvár belvárosában, ahova több száz km-t is utazva felkeresik az egyedi tervezésű ruhakollekciókért.

A Budapesti Divatiskola divattervező-stylist szakán végzett, ahol a Művészeti

Egyetem, a Könnyűipari Egyetem. Kiváló tanáraitól sajátította el magas szintű tudását.

Az általa tervezett egyedi alkotások a kifinomult, nőies eleganciát képviselik, ötvözve a legújabb divatjegyekkel.

Különösen nagy hangsúlyt kapnak az örömanyáknak, örömapáknak, és a násznépnek tervezett kollekciói.

A világtrendeket követve, egyéni ötletekkel, prémium és luxusminőségű anyagok felhasználásával, magas szintű szabászati tudással készülnek a megálmodott ruhakollekciók.

Alkotásai a teljes színharmónia jegyében születnek meg, összhangban a kiegészítőkkel Högl cipők, táskák, olasz szal kalapok, kesztyűk, ékszerek, melyek megjelenésünk nélkülözhetetlen kellékei.

Lovász Márta kaposvári divattervező 25. jubileumi divatbemutatóján Kaposvár alpolgármestere Kárpáti Tímea így méltatta az alkotót: *„Egyedi stílus, lenyűgöző kreativitás elhivatottság jellemzi Lovász Márta alkotásait, melyekkel Kaposvár nevét a divat világába emelte.”*



Alkotásai nem anyagból és színekből, hanem történetekből, érzelmekből állnak, amelyek minden szabásvonalban, minden öltésben megjelennek. Kapcsolatot teremt a hagyományok és újdonságok között és ezzel inspirál.

Újító gondolatai Kaposvár büszkeségévé tették azzal is, hogy formálja Kaposvár város lakóinak és az ország hölgyeinek izlését.

Szerk.-

Agykontroll
stresszkezelés és elmefejlesztés
(pedagógusok és természetgyógyászok számára akkreditált)

AGYKONTROLL ALAPTANFOLYAMOK

BUDAPEST
2025. január 4-5., 11-12.
2025. február 1-2., 8-9.
2025. március 22-23., 29-30.

VIDÉK

Székesfehérvár
2025. január 11-12., 18-19.

Baja
március 7-8., 14-15.

Sopron
május 10-11., 17-18.

ÉLŐ ONLINE tanfolyam
2024. december 5-6., 12-13.
(csütörtök-péntek)
2025. február 22-23., március 1-2.

Bővebb info: agykontroll.hu vagy 1/488-0118

MÉSZÖLY ANNA

Az év színésznője

Mészöly Anna 1995. március 29-én, Kecskeméten született. A kecskeméti Katona József Gimnáziumban érettségizett 2013-ban, majd felvételt nyert a Színház- és Filmművészeti Egyetemre. 2018-ban végzett az intézményben, egy évvel korábban szerződött a Miskolci Nemzeti Színházhoz. „Csendes, különös lázadásaim voltak, egészen a gimnázium végéig. Alapvetően jó tanuló voltam, szorgalmas, vágytam arra, hogy újdonságokról halljak, meg persze szeretetre is” – emlékszik vissza a kamaszéveire.

Első filmes szerepét Sopsits Árpád *A martfői rém* című, 1950-es és '60-as években játszódó, valós bűnügyi történetet elmesélő thrillerjében játszotta. Az általa életre keltett, kifürkészhetetlen *Patai Erzsébet* a sorozatgyilkos első áldozata volt, de Mészöly jelenléte a kevés játékidő ellenére mégis emlékezetes volt. „(...) *Hiába csak pár percet töltött a vásznon, aki látta a filmet, megjegyezte magának*” – írta Varga Ferenc a hvg.hu felületén, 2018-ban.

A filmet rendező Sopsits Árpád így emlékszik rá: „Amikor először találkoztunk, volt valami furcsa zavar benne, úgy éreztem, hogy egyáltalán nem olyan, mint általában a színművészeti akadémisták. Szerényebb, de célratörőbb, és olyan elkülönült lény, már-már magányos, akinek titka van. Natúrnak, szinte privátnak tűnt, kissé szorongónak. És én olyat kerestem, akinek elhiszem, hogy egy kisvárosi cipőgyárban három műszakban, szalag mellett dolgozik.”

Mészöly Anna kisjáték- és televíziós szerepek után Bodzsár Márk *Drakulics elvtárs* című fekete komédiájában és Reisz Gábor romantikus tragikomédiájában, a *Rossz versekben* is szerepet kapott. Első tényleges, nagy főszerepét azonban az *Együtt kezdtük* című balatoni coming-of-age dramedyben játszotta 2022-ben. „*Kérégyártó Yvonne filmje nem lóg ki lefelé a magyar populáris filmes felhozatalból, de sajnos felfelé sem*” – írta Vigh Martin, a Revizor kritikusa, aki dicsérte a népszerű vígjáték színészválasztását.

Mészöly Anna számára Szimler Bálint *Fekete pont* című, 2024. szeptember 19-én bemutatott filmje hozta el az igazi áttörést. Az állami támogatás nélkül készült szociodráma a 77. Locarnói Nemzetközi Filmfesztiválon három díjat is kapott a Concorso Cineasti del Presente szekcióban: Szimler a rendezésért vehetett át különdíjat, miután a független kritikusok zsűrijének gáláján is megkapta a legjobb rendezőnek járó kitüntetést, a filmben nyújtott alakításáért Mészöly Annának pedig a legjobb színész díjat ítélte a zsűri. A fiatal színésznő alig néhány héttel később Junior Prima Díjat vehetett át.

2025-ben mutatják be Brady Corbet amerikai színész, rendező – a velencei filmfesztiválon is bemutatott – *A brutalista* című, magyar-



országi helyszíneken forgatott történelmi drámáját, amelyben az Oscar-díjas Adrian Brody amerikai színész oldalán szerepelt.

A Miskolci Nemzeti Színházban jelenleg hat szerepben játszik: a *Vadkacsa*, *A helység kalapácsa*, *A szálemiek*, az *Ivanov*, a *Hedda Gabler*, valamint *A Nyugat császára* című előadásokban.

Pályafutásáért Soós Imre-díjat 2022-ben vehetett át. 2024-ben az év színésznőjének járó Arany Medál-díjat ítélte neki a közönség, az elismerést pályatársnőjétől, Jordán Adéltól vehette át a Bethlen Téri Színházban tartott 16. Arany Medál-díjkiosztón.

Navarrai Mészáros Márton
Fotó: Éder Vera

MICHELISZ NORBERT

2024-ben ismét bajnok

A Himesházán nevelkedő gyermekben korán felébredt a motorsportok iránti érdeklődés, amit a szomszédban lakó és komolyan versenyző nagybácsi versenyautójának közelsége váltott ki.

A sok gyakorlást, kitartást követelő elfoglaltság 2005 őszén, a Hungaroringen érett gyakorlati bemutatkozássá a Magyar Nemzetközi Autósport Szövetség tesztjén.

Az előrelépés lehetőségét magukban hordozó eredményei hatására rövid időn belül igent mondhatott a Zengő Dension Team ajánlatára.

2006-ban megnyerte a Suzuki Swift Kupát, a következő években pedig a Renault Clio Kupát. Lankadatlan szorgalma és kiemelkedő tehetsége az elismert és sikeres versenyzők közé emelte, s mindközben megőrizte szerénységét, nyitottságát.

2008-ban lépett ki a nemzetközi versenypályára, ahol azonnal kiemelkedő eredményt ért el. A Túraautó-világ bajnokság betétfutamaként első alkalommal megrendezésre kerülő SEAT León Európa Kupa indulójaként egy futamot nyerve, tizennegyedik helyezést ért el.

2009-ben ugyanezen a versenyen, öt győzelmet szerzett és megnyerte a kupát.

Egy újabb álom valóra válásaként a SEAT León Eurocup 2008-as monzai futamának megnyerését követően elindulhatott a Túraautó-világ bajnokság (WTCC) japán futamán.

A következő évben már két Túraautó-világ bajnoki futamon volt jelen, 2010-ben, pedig a világ bajnokság állandó résztvevőjévé vált. A 22 versenyből álló sorozatban két alkalommal ért el dobogós helyezést. Egy alkalommal elsőként ért a célba, egyszer harmadik lett, összesítésben a kilencedik helyen zárt. Ugyanebben az évben megnyerte az újoncok számára kiírt bajnokságot.

Hatalmas lehetőségnek értékelte a hazai közönség előtti versenyzést a 2011 WTCC Magyar Nagydíján, BMW 320 TC versenyautójával az első futamban második lett, a másodikban egy

sajnálatos ütközés miatt autója erősen megrongálódott, amiért tizenötödikként ért a célba. Mindkét futamban ő teljesítette a leggyorsabb kört.

A Magyar Nemzeti Autósport Szövetség 2011 év végi díjátadó gáláján *Michélisz Norbertet* az év gyorsasági autóversenyzője díjjal tüntették ki.

2012-ben megszerezte második WTCC győzelmét, a Hungaroringen, hazai közönség előtt. Az év végén az összetett tabella hatodik helyén végzett, és megnyerte a nem gyári csapatok versenyzői számára kiírt WTCC Yokohama Trophy-t.

2013-ban kétszer állt dobogóra, ami jól mutatja a fejlődését.

2013-ban *Michélisz Norbert* az év autóversenyzője. A Zengő Motorsport pedig a legjobb csapat díját vehette át.

WTCC 2014 – Világ bajnoki 4. helyezés.

WTCC 2015 – Utolsó év a Zengő Motorsporttal.

A 2016-os szezonban a Honda gyári versenyzőjeként állt rajthoz. A világ bajnoki dobogó alsó fokának sora az utolsó fordulóban, Katarban dőlt el. *Michélisz* a 4. helyen zárta az idényt.

WTCC 2017 – Esély a világ bajnoki címre. *Michélisz*, pályafutása legjobb eredményét elérve lett második az összetettben, és ő lett a magyar autósport első világ bajnoki éremesté.

2018-tól elindult a Túraautó-világkupa.

2019-ben a magyar pilóta lett a világgupa-győztes, és ezzel magyar autósport-történelmet írt.

2023-ban *Michélisz Norbert*, a Hyundai magyar versenyzője nyerte az első alkalommal lezajlott túraautó világsorozat bajnoki címét, miután az idény makiói zárófordulóján az első futamon győzött, a másodikon pedig nyolcadik lett. *Michélisz* 440 ponttal lett bajnok.

2024-ben másodikként, majd ötödikként ért célba az utolsó makiói versenyen, így 2023 után 2024-ben is a TCR World Tour bajnoka.

Szerk.-

Fotó: MTI/Hegedüs Róbert



MILÁK KRISTÓF

Két különböző olimpián is aranyérmes

Milák Kristóf kétszeres olimpiai, háromszoros világ-, nyolcszoros Európa- és háromszoros ifjúsági olimpiai bajnok magyar úszó. A 200 méteres pillangóúszás világcsúcstartója.

Óvodás kora óta úszik. „Szüleimnek köszönhetek mindent, sokat támogattak, tárnokon nincs uszoda. Érden is csak 2013 óta, ezért kezdetben naponta kétszer ingáztak velem Tárnok és Százhalombatta között, hogy edzésre járhassek. Hajnalban és délután is vittek.”

Kezdetben Egerszegi Klára Krisztina nővére, illetve Plagányi Zsolt foglalkozott vele, majd Selmei Attilával dolgozott.

A Tbiliszbén rendezett Európa Ifjúsági Olimpiai fesztiválon (EYOF) negyedik lett 100 pillangón.

2017-ben a budapesti világbajnokságon 100 méter pillangón az előfutamban elért 51,23-as ideje junior világrekordot jelentett, az elődöntőben a saját junior világrekordját megdöntve, új országos rekordot is elért. A döntőben 50,62-es idővel ezüstérmes lett, újabb országos rekorddal és junior világrekorddal.

Milák Kristóf óriási klasszissá nőtte ki magát 2017-ben.

Az indianapolisi ifjúsági Úszó-világbajnokságon összesen négy aranyérmet szerzett.

A Netánjában rendezett junior úszó-Európa-bajnokság 200 méteres pillangó fináléját junior-világcsúccsal nyerte. A 100 méteres pillangóúszásban 50 méter pillangón is ezüstérmes volt. A magyar váltók tagjaként két aranyat egy ezüstérmet szerzett.

A 2018-as Eb-n Európa-bajnok lett, majd a Buenos Airesben rendezett ifjúsági olimpián a 200 és a 400 méteres gyorsúszás fináléjában aranyérmet szerzett, 100 méter pillangóúszásban ezüstérmes lett.

A 2019-es világbajnokságon új világcsúccsal világbajnok lett 200 méter pillangón, amivel Michael Phelps 10 éves világcsúcsát döntötte meg.

A 2021 májusában Budapesten rendezett Európa-bajnokságon 200 méter pillangóúszásban új Európa-bajnoki csúccsal aranyérmes. 100 méteres pillangóúszásban új országos és Európa-bajnoki csúccsal aranyérmet szerzett.

A tokiói olimpián a 4x100 méteres gyorsváltó tagjaként az 5., a 200 méteres pillangóúszásban új olimpiai rekorddal olimpiai bajnok lett. 100 méteres pillangóúszásban új Európa-csúccsal lett ezüstérmes.

A novemberi rövid pályás Európa-bajnokságon 200 méteres pillangóúszásban ezüstérmet szerzett.

Az év magyar úszója (2018, 2019, 2020)

Az év magyar férfi sportolója (2019)

2021-ben A Magyar Érdemrend tisztikeresztjét,

2024-ben a Magyar Érdemrend parancsnoki keresztjét kapta meg.

2023-as úszó-világbajnokságon nem indult.

2024 áprilisában, az ob-n tért vissza.

Az Európa-bajnokságon 100 méteres pillangóúszásban aranyérmet nyert.

A 2024-es párizsi olimpián az úszócsapattól teljesen külön készülve vett részt. 200 méteres pillangóúszásban végül második lett a francia Léon Marchand mögött. 100 méteres pillangóúszásban megelőzve a két kanadai úszót megszerezte második olimpiai bajnoki címét.

Szerk.-



NAVARRAI MÉSZÁROS MÁRTON

Az Arany Medál-díj alapítója

Navarrai Mészáros Márton 1995-ben vagy 1996-ban, de lehet, hogy 2000-ben született – olvasható az Apokrif irodalmi lap online felületén megjelent szerzői névjegyben. Budapesten született. Édesanyja *Borsos Éva* újságíró, nagypapja *Mészáros Sámuel*, Magyarország legidősebb pályakezdő költője.

2015-ben elvégezte a Magyar Újságírók Országos Szövetsége (MÚOSZ) Bálint György Újságíró Akadémiáját *Cserhalmi Imre*, Aranytollas újságíró, író, egyetemi tanár, a győri Kisfaludy Színház egykori igazgatója osztályában.

Felsőfokú tanulmányait az ELTE bölcsészkarán végezte: magyar nyelv- és irodalom alapszakon 2018-ban, irodalom- és kultúratudomány mesterszakon 2020-ban diplomázott.

Gyermekkorától érdekli a kultúra. Azóta, hogy nyolcévesen elolvasta *Karl May* német író *Winnetou* című indiánregénysorozatát, folyamatosan olvas. „(...) Azóta, hogy a *Winnetou* kiterítette elém az olvasás, az irodalom szőnyegét, mániákusan vettem bele magamat a könyvfogyasztásba.” – emlékezett vissza kezdeti olvasmányélményeire az Új Szó napilapban. Elmondása szerint már gyermekkorában is könyvszerű füzetecskéket állított össze, „házi újságot” szerkesztett és rendszeres naplóról volt.

2009-2014 között kulturális hírblogot vezetett az interneten, Mészáros Márton blogja néven. Első írásai nyomtatásban az Erzsébetváros önkormányzati lapban jelentek meg 2013-ban, majd a *Rófusz Ferenc*, Oscar-díjas magyar animációs filmrendezővel készített interjúja a *Filmvilág* filmművészeti folyóiratban 2014-ben.

2014-ben szerkesztette nagypapja, *Mészáros Sámuel* verseit, amelyekből *Elfojtott szó* címmel állított össze egy, a Garbo Kiadónál megjelent könyvet. 2014-2018 között a Népszava kultúra rovatának, 2019-ben tíz hónapig a Magyar Hírlap kultúra rovatának újságíró-szerkesztőjeként dolgozott. 2016-2017-ben a Pesti Bölcsész Újság (PBÚ) főszerkesztője és olvasószerkesztője lett. 2019-től a *Kárpáti Tamás* újságíró, műgyűjtő által alapított Premier művészeti magazin főszerkesztő-helyettesének választották. 2017-től rendszeresen publikál az Új Szó pozsonyi székhelyű, szlovákiai magyar napilapban. 2018-tól a lap megszűnéséig a 168 hetilap kultúra rovatának újságírója volt. 2022-től a HM Zrínyi médiacég újságíró-szerkesztője,



katonai újságírói feladatai mellett életútinterjúkat, riportokat készít, *Fokozott képhatás* címmel podcastműsort is vezet.

Írásai jelenleg az Új Szó, az Új Ember, a Filmvilág, az Országút és a Magyar Narancs nyomtatott lapokban, a Kultúrpart és a Színház Online portálokon jelennek meg. Munkássága során számos sajtótermékben jelentek meg írásai, köztük a Magyaróra, az Édes Anyanyelvünk, az Új Forrás, a Magyar Nemzet, a Magyar Kultúra, a Heti Válasz, az ELTE Online, a Képmás, a Múltkor, a Critical Lapok, a Fotóművészet, az Utazó Magazin, a Kláris, a Könyvjelző és a Playboy lapokban, valamint a Mandiner és a Jelenkor online kiadásában is.

Novellái, elbeszélései irodalmi folyóiratokban jelentek meg. 2018-tól *Ferdinandy György*, József Attila-díjas író szerkesztője, magántitkára volt. A szerző élete során megjelent könyvei

közül hetet szerkesztett, köztük az Európa Könyvkiadónál indított életműkiadás darabjait. *Ferdinandy* képviselésében vette át az írónak magyar irodalom kategóriában odaítélt Prima Primissima Díjat 2019-ben. Számos további kötet szerkesztője, köztük *Doncsev Toso* író, szociológus és *Adamek Katalin* író munkáinak.

Több könyvet fordított angolról és albánról magyarra (jelent meg prózafordítása magyarról angolra is), ezek között találni *Mihály görög-dán királyi herceg*, *Elia* korábbi albán koronahercegné és *Tom Jones* walesi énekes munkáit, de ismeretterjesztő köteteket is. Jelent meg novellafordítása magyarról angolra. Ismert kultúraszervező: rendszeresen szervez és vezet könyvbemutatókat, közönségtalálkozókat. 2008-ban alapította meg az Arany Medál-díjat, a kulturális elismerést nyolcvannál több magyar művész vehette át.

Három kisjátékfilmet rendezett: a *Bicskey Lukács* színművész főszereplésével készült *Emberség* (2012), a *Tordai Teri* és *Gáspár Kata* főszereplésével készült *Fakulás* (2014), valamint a *Saraghina* (2015) című rövidfilmeket. 2022-ben rendezőasszisztensként is bemutatkozott, amikor az akkor kilencvenhárom éves *Csernus Mariann*, Kossuth-díjas színművész *Vizsolyi Biblia* című legendás előadását *Vizsolyi Biblia 2.0* címmel, felújítva mutatta be a Bethlen Téri Színházban.

Albutiu Réka

Fotó: Hatházi Tamás

DR. PÁPA ZSUZSANNA

Kutatónő



„A hajszál vastagságánál ezerszer kisebb fém mintázatok lézeres megvilágításával közelebb juthatunk a hatékonyabb napelemrendszerek, vagy akár gyorsabb számítógépek fejlesztéséhez is.”

Amikor fémeket lézerefénnyel világítunk meg, akkor a fém-ben található szabad elektronok mozogni kezdenek, ilyenkor átveszik a lézerefény energiáját.

Kutatásai során *Pápa Zsuzsanna* azt vizsgálja, hogy a különböző mintázatú, alakú fémek lézeres „lövésével” mennyi energia összpontosul.

Sok mindenben múlhat, milyen mértékben erősödik meg a fény energiája, függhet a fém típusától, alakjától, elrendezésétől, de még a lézer színétől is. A napelemek esetében is így nyerünk energiát, és bár a rendszerek jól működnek, hatásfokuk egyelőre még alacsony, átlagosan 20 százalékos.

A lézeres kutatások során nem csak meghatározni lehet a keletkezett energia mennyiségét, de megfelelő fémek, mintázatok alkalmazásával akár szabályozni is lehet azt. *Pápa Zsuzsanna* azon dolgozik, hogy a fény ténylegesen oda koncentrálódjon, ahol a reakciók lejátszódnak, ahol az energia a legnagyobb mértékben keletkezik. Kutatásának eredményei a jövőben hatékonyabb napelemrendszerek fejlesztéséhez vezethetnek, amelyek kisebb felületen a megfelelő fémmin-tázatokkal több energiát állítanak elő.

Munkájának az informatikára is jelentős hatása lehet a jövőben. A fémek lézeres megvilágításakor az elektronok hullámokban terjedni kezdenek, akár messzebbre is el tudnak jutni. Ez a tulajdonság információ továbbításra is felhasználható.

A fényhullámok nagyságrendekkel gyorsabb működést tesznek lehetővé, mint a számítógépekben használt elektronikai megoldások, ez azt jelenti, hogy a valós gyorsaságuk ezerszeresére nőhet. A fényalapú információ átadás lehetővé teszi majd, hogy olyan műveletek, amelyek megoldása eddig napokba tellett, pár óra alatt megvalósuljanak.

Dr. Pápa Zsuzsanna az ELI-ALPS Lézeres Kutatóintézet és a HUN-REN Wigner Fizikai Kutatóközpont kutatója, tanulmányait a Szegedi Tudományegyetemen végezte.

**Forrás: „L’Oréal–UNESCO
A Nőkért és a Tudományért”**

PETER ŠRÁMEK

A közönség kedvence



Fotó: TV2



Fotó: MTI/Cseke Csilla

Peter Šrámek Fonogram-díjas szlovák származású magyar énekes. 2007-ben szerepelt a Slovenská Televízia *Môj najmilší hit* című vetélkedőjének döntőjében.

Tanulmányait a pozsonyi zenei konzervatóriumban folytatta, ahol 2015-ben végzett.

Zámbó Jimmy művészete nagy hatással volt rá, *Jimmy* iránti tisztelete miatt tanult meg magyarul, szinte akcentus nélkül beszél a nyelvet.

Magyarországon a *Rising Star* vetélkedőben bejutott a Top 12-be, és végül a 3. helyezést érte el.

A *Sztárban sztár +1 kicsi* első évadában is szerepelt.

2022-ben megnyerte a *Csináljuk a fesztivált!* című zenés show-műsor 7. évadát.

2022-ben a *A Király* című filmsorozatban *Zámbó Jimmy* énekhangjaként vállalt szerepet, aminek érdekében másfél évig gyakorolt, hogy a dalokat akcentus nélkül legyen képes magyarul nyelven elénekelni – és ez is sikerült neki.

2024-ben megnyerte a *Sztárban sztár All stars-t*. A közönség nagy kedvence volt, és a zsűrit is lenyűgözte *Kasza Tibivel* közös duettjével.

2024-ben Szenes Iván-díjjal ismerték el tehetségét.

Szerk.

RADVÁNSZKI EDIT

Segítő, védelmező, közösségépítő

Radvánszki Edit 40 évet a szociális ellát területén tevékenykedett, és a mai napig aktív részese a segítő szakmának, az Alzheimer betegség megelőzése ügyében, mint memória követ.

Nyugdíjba vonulása után feltette magának a kérdést, mit adhat Ő másoknak, hogyan is motiválhatná a kortársait az egészséges aktív életre? A válasz gyorsan megérkezett. Egy újra színezett életet, a tánc felszabadító élményével. A közösség erélyét a rengeteg kacagásban, ölelésben, szeretve levésben.

És belevágott! 60 éves kora után is folyamatosan képezi magát, hogy minél profibb legyen abban, amit képvisel. Tánc instruktorként, szenior örömtánc oktatóként, kulturális rendezvényszervezőként, szenior egyensúly trénerként, gerinc tréner képzéseken vett részt. Az maradt, aki mindig is volt és a segítő, védelmező *Edit*.

Nemcsak edzéseket, táncórákat tart hanem, programokkal, kirándulásokkal motiválja a 65 év feletti korosztályt. Az ország legnagyobb nyugdíjas klubjának, a Dunakeszi Nyugdíjas Kiránduló Klubnak az elnökhelyettese. 2023-ban megalapította a Redit Idősbarát Közösségépítő Egyesületet. Céljuk, hogy a szenior korosztálynak olyan kis közösséget hozzon létre, amely segíti a résztvevőket az egészségmegőrzésben a minél tovább tartó önálló életvitel és jobb egészségügyi állapot megtartásában.



Edit igazi örökmozgó, nem szereti a tétlenséget, ha két napig nem csinálhat valamit, szinte betegnek érzi magát. A közös kirándulások, az egyensúlytréning, a szenior torna jó szervező egyéniségének és aktív életmódjának köszönhetően az év minden szakaszában elérhető, miközben keresi az újítás, megújulás lehetőségét. Országos méretű rendezvényeket, flashmobokat szervez. 2024 évben 60 kisebb nagyobb helyi és országos rendezvénye volt. Az egyesülettel országsszerte roadshowsokat tartanak, 400-700 szenior kórú részvételével. Pestmegyében pályázati forrásból három településen szervezett szenior sportnapot. Munkásságáról az országos médiumok rendszeresen beszámolnak.

A Belügyminisztérium 2022-ben Idősekért-díjjal tüntette ki, a Nők Lapja Példakép-díjra jelölte, Dunakeszi városért kitüntetés büszke tulajdonosa, 2024 novemberében a Kulturális és Innovációs Minisztérium *Monspart Sarolta* az idősekért díjat adományozta *Edit*nek.

Nemrég a Redit Öt Klub tagjaival a *Monspart Sarolta* által megálmodott Gyalogló Klubhálózathoz is csatlakozott.

A mosoly és a vidámság *Edit* személyiségének alapdallama, vidám természete mindenkit magával ragad. *Edit* aktív mindennapjai mindenki számára példaértékkel bírhatnak, ő az élő bizonyíték arra, hogy minden életszakasznak megvan a maga szépsége, öröme, célja és egyben új tavlatok nyílnak előttünk.

Kiss Erzsébet



RÚZSA MAGDI

A Megasztár nyertes zsűritag

Rúza Magdi 1985. november 28-án született a vajdasági Verbász városban.

Általános iskolába Kishegyesen járt, ezután felvételizett a szabadkai Egészségügyi Középiskolába, szülészeti nővérnek tanult.

Magdi kisgyerekkorától fogva énekel.

2004-ben a zentai „Farsangi Ki mit tud?”-on megnyerte a könnyűzenei kategóriát. Ugyanezekben az években énekesként csatlakozott egy bácsfeketehegyi amatőr zenekarhoz, a *Madnesshez*.

2005-ben jelentkezett a TV2 tehetségkutató műsorába, a *Megasztár* harmadik szériájába, amit 2006-ban meg is nyert.

Jött, látott és győzött. *Rúza Magdi* megnyerte a *Megasztár 3*-t, ezzel egycsapára a TOP-on termett.

2006 végén *Ördögi angyal* címmel megjelent első stúdiólemeze. Ő képviselte Magyarországot az Eurovíziós Dal-fesztiválon *Aprócska blues* című dalával. A versenyen kilencedik helyezést ért el.

2008 novemberében jelent meg második önálló stúdiólemeze *Iránytű* címmel, amely aranylemez minősítést ért el.

2009. szeptember 17-én megkapta a magyar állampolgárságot.

2010-ben megjelent a *Gábrriel* című dala, amely eredetileg egy horvát dal egy kis gitárjátékkal van megfűszerezve. A dal *Geszti Péter* magyar szövegével, *Novák Péter* és *Toma Ferenc* hangszerelésében hatalmas sláger lett.

2011 novemberétől önálló esteket tart a Pesti Színházban *Magdaléna Rúza* címmel, melyet 2013 decemberig több mint 40 ezer ember nézett meg.

2012. november 11-én jelent meg 3. stúdiólemeze *Tizenegy* címmel, amely 2013 márciusára elérte a platinalemez minősítést.

2013 februárjától a M1 *A Dal* című eurovíziós dalválasztó műsorának az egyik zsűritagja.

2014. november 28-án jelent meg negyedik koncertalbuma *Dalok húrokra és fúvósokra* címmel.



2015 novemberében *Presser Gáborra* közös turnéra indult, mely az *Angyal melletttem* címet viselte.

2016. február 26-án és 27-én telt házas koncertet adott az Arénában. Ezzel ünnepelve, hogy tíz éve a pályán van és pont tíz éve nyerte meg az Arénában a *Megasztárt*.

2016. november 25-én megjelent a 10 éves jubileumi Aréna koncertjéről készült CD és DVD lemez, továbbá a negyedik stúdióalbuma *Érj hozzám!* címmel.

2016-ban elnyerte a Comet Gálán Az év női előadója díját.

2018. március 13-án, a nemzeti ünnep alkalmával adták át a Máté Péter-díjat, amely egy könnyűzenészeknek járó állami kitüntetés, a díjazottak között volt *Rúza Magdi* is.

2019-ben kiadta a *Lélekcirkusz* című albumot, amelyet sanzonnal átítatott stílusban vett fel.

2020-ben kiadta az „1x fent, 1x lent” című dalát. 2021 áprilisában megjelent a *Szembeszél* című dala. A szövege a pandémiával kapcsolatos. 2021-ben kiadta a *Karma* című albumot.

2022-ben *Papírsárkány* címmel készített új dalt, amelyet újszülött gyermekei

inspiráltak. 2022 szeptemberében elkészítette a *Nagy Fradi Lemezre* az *Olé* című dalt.

2023. február 24-én és 25-én Aréna koncertet tartott. Február 24-én új dalt adott ki *Elmegyek* címmel.

2024. február 23.-24. napok között újra dupla Aréna koncerteket tartott. Ezúttal történeti előadásokkal kötött össze 2-3 dalt.

2024. április 5-én a Spotify-on jelentett meg új dalt *Matricákkal* elnevezve.

2024-ben a *Megasztár* hetedik évadának egyik zsűritagja.

Szerk.-
Fotó: TV2

héra[®]

**MY
color**

KIVÁLÓ MINŐSÉGŰ
BELTÉRI MATT FALFESTÉK

trilak
a festékmester
by ppg

Inspirálódj a kedvenc színeiddel!

Színezd az otthonod
a személyiségedhez.



Modern és elegáns
színárnyalatok segítségével
harmonizálja a belső tereket



SZAKONYI KÁROLY

Arany Medál - életműdíjas



Szakonyi Károly 1931. október 26-án, Budapesten született. Családi neve eredetileg *Németh* volt, egyik nagyanyja szülőfalujának neve (*Szakony*) után választotta előbb írói álnévként, majd 1963-ban polgári névként is a *Szakonyi* nevet. Tanulmányait a Szív utcai elemi népiskolában kezdte, majd a VII. kerületi Madách Imre Gimnáziumban tanult. A hatodik osztály után kimaradt, felvételizett a Színművészeti Főiskolára, színész szakra, de nem vették fel. Ekkor a Repülőtisztai Főiskolára jelentkezett: kérelmét elutasították, behívták sorkatonai szolgálatra Piliscsabára.

Segéd munkás lett a mezőgazdasági gépértékesítő vállalatnál (MEGÉV), majd csomagolóként, raktárosként tevékenykedett. Egy idő után anyagbeszerző, majd kocsikísérő lett; később a vállalat vidéki, kecskeméti telepén volt telepvezető. 1954-ben a Belügyminisztériumhoz került polgári alkalmazottnak: Baranya, Somogy, Tolna és Hajdú-Bihar megyéket járta. Ezután a Zuglói Kötöttáru Gyárban lett betanított munkás. Éjszakai műszakban *Balzacot* olvasott, valamint a világ- és a magyar irodalom klasszikusait megjelentető könyvtári könyveket. 1956-57-ben betanított munkásként dolgozott a Dekorációs Vállalatnál, majd a Képzőművészeti Alap rézkarcügynöke lett. Ezután az SZTK-nál betegellenőr, majd a Budapesti Hajtóműgyár anyagmozgató segéd munkása lett.

Első novellája, a *Kuzmics fuszik* a Népszabadság vezető napilap 1958. december 14-i számában jelent meg. Szabadúszó írói korszaka ekkor vette kezdetét. Ekkoriban ismerte meg későbbi művészbártaikat, köztük *Szabó István* rendezőt és *Csukás István* írókat. Sorra jelentek meg novellái az *Élet és Irodalomban*, a *Jelenkorban*, a *Pest Megyei Hírlapban*, a *Népszavában*, az *Új Írásban*, a *Kortársban*. Első kötetét, amelynek *Középpütt vannak a felhők* a címe, a Magvető Könyvkiadó jelentette meg, 1961-ben. Elmondása szerint csak akkor lett „igazi” író, amikor az *Új Írásban* megjelent a *Fogoly* című elbeszélése, azt lehet komolyabb indulásnak tekinteni, bár már három éve publikált folyóiratokban, újságokban.

1963-tól dramaturgiai ösztöndíjas volt a Nemzeti Színháznál. Megírta első drámáját, az *Életem, Zsóka*-t. 1966-ig a Nemzeti Színház, 1975-78 között a Miskolci Nemzeti Színház, 1982-88 között a győri Kisfaludy Színház, 1989-től a Pécsi Nemzeti Színház, 1993-tól a debreceni Csokonai Nemzeti Színház dramaturgja és címzetes örökös tagja. 1984-től hat éven keresztül a Magyar Nemzet napilap munkatársa volt.

Leghíresebb munkája az *Adáshiba*, amelyet a Vígszínház felkérésére 1970-ben írt. Ez a legtöbbször bemutatott magyar színművek egyike, itthon és külföldön is játszották, készültek hazai és külföldi tévéadaptációi is. „*A technikai fejlődés ma már hihetetlen mértékben beszippantja az embert. Mostanra nagyon elidegenedtünk egymástól, megváltozott a társas kapcsolataink jellege.*” – nyilatkozta a mű kapcsán.

Rendkívül tevékenynek bizonyult az irodalmi élet szervezésében is. 1977-től 1982-ig a *Kortárs*, 1989-91-ben az *Új Idő* szerkesztőbizottságának és az *Új Írás Tanácsadó Testületének* volt a tagja, 1993-tól a *Lyukasóra* címzetes kiadója, szerkesztőségi tagja. Számos munkájából készült film- vagy sorozatadaptáció, köztük *Radó Gyula a Francia tanya* című 1972-es filmje.

Többször házasodott, jelenlegi házastársa az újságíró *Seres Gerda*. Három gyermek édesapja: *Szoó Rozáliától Gergely (1973)* és *Dávid (1974)*, majd jelenlegi feleségétől *Bence (2010)* nevezetű fia született.

Számos rangos kitüntetés birtokosa: a József Attila-díjat 1970-ben, a Kossuth-díjat 1997-ben, a Prima Primissima díjat 2011-ben, a Nemzet Művésze címet 2020-ban kapta meg. 2024-ben *Arany Medál-életműdíjat ítélte neki a közönség*. Szakonyi Károly, mivel elmúlt kilencvenhárom éves az odaítéléskor, a valaha volt legidősebb kitüntetettje az elismerésnek.

Navarrai Mészáros Márton
Fotó: Hatházi Tamás

SZIMLER BÁLINT

Az év rendezője

Szimler Bálint 1987. május 4-én, Budapesten született. Gyermekkorát az Egyesült Államokban töltötte, családjával kétévesen hagyta el Magyarországot. A budapesti József Attila Gimnáziumban érettségizett. 2006-2011 között a Színház- és Filmművészeti Egyetem film- és televíziórendező szakán tanult, Enyedi Ildikó rendező osztályában.

A 8 című rövidfilmje 2007-ben, a következő *Egymás mellett* 2008-ban debütált, az *Itt vagyok* című, 2010-es alkotása megkapta a Magyar Filmszemle legjobb kisjátékfilmjének járó díját. „Viktor nem tud aludni, ezért egész nap és egész éjjel a városban cselleng. Randizik, cigizik, koncertre jár, és közben furcsábbnál furcsább helyzetekbe keveredik” – olvasható a félórás fekete-fehér munka cselekményéről. A harmadéves diplomafilm rövidesen generációs filmmé vált: nemzedéki közérzetfilm, amely egy hangulatot, egyfajta életérzést közvetít. Az *Itt vagyok* azokról a 2010-es évekbeli huszonéves pesti fiatalokról szól, akiket feszít a vágy, hogy valami nagy dolgot hozzanak létre, de távlati célok nélkül élik a mindennapjaikat. Az alkotást a 63. Cannes-i Nemzetközi Filmfesztivál Cinéfondation elnevezésű, a nagyvilág filmfőiskolásainak legjobbjait felvonultató szekciójában is bemutatták.

2015-be került mozikba a *Balaton Method* című zenés dokumen-

tumfilmje, amely több mint két tucat magyar zenekar és több száz további zenei közreműködő részvételével valósult meg. Az alkotás jórészt közösségi finanszírozásból készült el: a 10 ezer eurós alaptőkéket civilek adták össze, s az összeg külső felajánlók támogatásával egészült ki. „A 80 perces film alapkérdése nyilván az, hogy »elég-e egy mozizáshoz, ha klipeket dobálnak egymás után?« Szimlerék a 17 videó nagy részében megoldják annyira a feszültségteremtést, hogy türelmesen kivárjuk a végeiket, sőt, hogy várjuk a következőt. Ha egy ötlet úgy kívánja, akkor akár azt is megteszik, hogy félbevágják a dalt, az egyes klipek belső ritmusa pedig a nagy egészben is jó áramlást alakít ki, és ebben szinte láthatatlan, de fontos szerepe van a dalok közti átkötők milyenségének, hosszának” – írta kritikájában a Recorder magazin.

A 2024-ben moziforgalmazásba került *Fekete pont* című filmje alig két hónap alatt túlszárnyalta a 110 ezer nézőt. Az önéletrajzi ihlettségű alkotás egy tízéves fiú és egy pályakezdő tanárnő történetén keresztül mesél a jelenkori magyar közoktatásról, nem mellesleg ez volt a harminchét éves Szimler első fikciós nagyjátékfilmje. Az alkotást a Locarnói Nemzetközi Filmfesztiválon három díjjal is kitüntették augusztusban: a Concorso Cineasti del Presente szekciójában Szimler a rendezésért vehetett át különdíjat, de a független kritikusok zsűrijének gáláján is megkapta a legjobb rendezőnek járó kitüntetést. A filmben Juci néniként nyújtott alakításáért Mészöly Annának a legjobb alakítás díját ítélte a zsűri. A *Fekete pont* megkapta a 35. Lubjainai Nemzetközi Filmfesztivál fődíját is. Szlovénia egyik legnagyobb filmfesztiváljának nemzetközi zsűrije a film „frissességét, humorát, a téma relevanciáját és a briliáns gyerekszínészeket” is méltatta.

A *Fekete pont* kedvéért hazatért állandó alkotótársa, a főleg Hollywoodban dolgozó operatőr, Rév Marcell (*Eufória; Az idol; A feleségem története*). A helyenként groteszkbe hajló, örkényi hagyományokat folytató alkotás számos hazai producer együttműködésében, független alkotásként valósult meg. „A *Fekete ponttal* nem azt akartam megmutatni, hogy milyen filmet tudok csinálni, nem az én rendezői egóm hívta életre. Sokkal inkább egyfajta társadalmi kiállás motiválta, reagálni szerettem volna egy társadalmi helyzetre, egy kérdésre, amit fontosnak és megvitásra érdemesnek tartok” – fogalmazott.

2024-ben az év rendezőjének járó Arany Medál-díjat ítélte neki a közönség, amelyet közönségfilmes pályatársától, Herendi Gábortól a Bethlen Téri Színházban tartott 16. Arany Medál-díjkiosztón vehetett át.

Navarrai Mészáros Márton
Fotó: Mozinet/Paseczki Lodia



Hajszárító istennőknek

Egy jól elkészült frizura önbizalmat ad. Csillogásával és ragyogásával felhívja magára a figyelmet. Csak győzze fogadni a dicséző szavakat az, aki áldoz rá, hogy hajkoronája kiemelkedjen a szürke hétköznapokból! A Sencor új hajszárító-családja kitágítja a frizura készítés horizontját.

Kevésbé ismert tény, de már az ókori görögök is nagy gondot fordítottak a lehető legszebb frizurák elkészítésére. Az Athéné Fodrászakadémia volt az első hely jelenlegi ismereteink szerint,



ahol már foglalkoztak a haj göndörítésével. Meglehetősen népszerű volt körükben a lazán fonott haj, amit „elbűvölő istennő” frizurának is neveztek.

A Sencor szeretné kamatoztatni az ókori görögök bölcsességét a lehető legjobb frizurák elkészítése érdekében. Ezért olyan hajszárító családot mutatott be, amelyet Artemiszről, a Hold, a vadászat és íjászat szűz istennőjéről neveztek el. Az „Artemiss” hajszárító család két karcsú és bájos készülékből áll. A SHD 9000RS és az SHD 9100RS típusú készülékek korunk „istennőinek” készültek.

Közös ismertetőjegyük, hogy szénkefe nélküli, BLDC digitális motorral rendelkeznek, amely egyfelől hosszabb élettartamot biztosítanak, másfelől pedig csendesebb működést tesztnek lehetővé. Lenyűgöző teljesítményt nyújtanak hiszen akár 75 km/órás sebességű légáramot is létre tudnak hozni.

Mindkét készüléknél három sebességfokozat van. Gyors szárításhoz, formázáshoz a magasabb sebesség-fokozat javasolt, a mindennapos szárításhoz a közepes, az alacsony pedig kíméletes és finom szárításhoz ajánlott. A szárítási hőmérsékletet is célszerű a kívánalmaknak megfelelően megadni. Miben különböznek? A Sencor SHD 9000RS 900 wattos, míg az SHD 9100RS 1500 wattos teljesítményt kínál.

Az Artemiss hajszárítókkal tehát mindenki kihozhatja magából a görög istennőt, hajtípustól függetlenül!

FALPENÉSZ? SALÉTROM? VAN HATÉKONY MEGOLDÁS!

CHEMOCID
SZAGTALAN! TARTÓS HATÁSÚ
PENÉSZLŐ,
PENÉSZGÁTLÓ, MELY
ÖNMAGÁBAN
ÉS ADALÉKANYAGKÉNT
FESTÉKEKHEZ,
TAPÉTARAGASZTÓHOZ,
FUGÁZÓANYAGHOZ
MÉSZHEZ KEVERVE
HASZNÁLHATÓ!



SCHIMMEL STOP
PENÉSZLŐ ÉS
FERTŐTLENÍTŐSZER
AZONNAL MEGÖLI A
PENÉSZGOMBÁKAT,
BAKTÉRIUMOKAT,
TAPÉTÁZOTT
FELÜLETRE IS
HASZNÁLHATÓ!
MÁR 20 ÉVE BIZONYÍTTA
KIVÁLÓ HATÁSÁT!



SALÉTROM
KIVIRÁGZÁS
ELTÁVOLÍTÓ
MEGSZÜNTETI A
SALÉTROMOSSÁGOT.

DAMISOL Kft.
2730 Albertirsa, Irsay K. u. 1.
Tel./fax: 06-53/370-670
E-mail: damisol@t-online.hu



KERESSE A FESTÉK ÉS HÁZTARTÁSI BOLTOKBAN!

www.damisol.hu

ÚJ GAZDASÁGPOLITIKA

MAGYARORSZÁG MEG TUDJA CSINÁLNI!



NEMZETI  KONSZULTÁCIÓ

Készült Magyarország Kormánya megbízásából.

TOPOLCSIK MELINDA

Női erő az abroncsgyártásban

Topolcsik Melinda, a Bridgestone Tatabánya Termelő Kft. ügyvezető igazgatója a Nógrád vármegyei Berkenyén nőtt fel. Közgazdasági, majd jogi végzettségét a Pécsi Tudományegyetemen szerezte meg. Az ügyvezető már a kezdetektől fogva biztos volt abban, hogy a termelőiparban szeretne elhelyezkedni, ahol kézzelfogható, mindenki számára hasznos munkát végezhet.



Szakmai pályafutását a Lufthansa Technik pénzügyi munkatársaként kezdte, majd a PCC AFT Europe Kft.-hez csatlakozott kontrollerként, ahol 2009-től már ügyvezetői igazgatói pozíciót töltött be. 2012-től az Alcoa vállalatcsoport egri kovácsolóüzemét vezette, mielőtt a világ egyik piacvezető gumigyártója, a Bridgestone hazai üzemének élére került 2017-ben.

Az ügyvezető aktív szerepet vállal autóipari és gazdasági szervezetekben. Többek között a Magyar Gépjárműipari Egyesület, és a Joint Venture Szövetség elnökségi tagja, valamint több szakmai szövetség, köztük a Menedzserek Országos Szövetsége és a Hungarian Business Leaders Forum tagja és mentora. Rendszeresen vesz részt konferenciákon és kerekasztalbeszélgetéseken, ahol tudását és tapasztalatait osztja meg.

Topolcsik Melinda mentorként számos programon keresztül támogatja a jövő vezetőit. A Menedzserszövetség DUO Mentor Programjában felsővezető mentortársával segíti a jelentkezőket. A MasterClass Mentor Program keretében karrierváltás előtt álló, vagy fejlődési lehetőségeket kereső vezetőket támogat. Aktív résztvevője a Bridge Budapest tehetséggondozó kezdeményezéseinek, különös figyelmet fordítva a fiatal tehetségek támogatására.

Vezetése alatt a Bridgestone Tatabánya számos rangos elismerésben részesült 2024-ben. Innovatív megoldásaiért és fenntarthatósági törekvéseikért elnyerték a JVSZ „Companies for the Future Award” Best Technology Investment díját. Az Open Minded Companies Award „Program a nemek közötti egyenlőségért” kategóriájában első helyezést értek el a női kollégák és a sokszínűség támogatásáért. Emellett a vállalat 2024-ben már ötödször nyerte el a Családbarát Munkahely címet a munka és magánélet közötti egyensúly elősegítéséért.



VenoprotEP VenoprotEP Forte

filmtabletta

500 mg mikronizált flavonoid, amely 450 mg diózmint és 50 mg heszperidinben kifejezett egyéb flavonoidot tartalmaz vagy
1000 mg mikronizált flavonoid, amely 900 mg diózmint és 100 mg heszperidinben kifejezett egyéb flavonoidokat tartalmaz

*Vénvédelem
Ahogy tetszik!*

*Naponta egyszeri vagy
kétszeri adagolás.*



A **VenoprotEP filmtabletta** érvédő hatású gyógyszer, gátolja a visszerek kitágulását, növeli a hajszálerek ellenállását, javítja az idült vénabetegség tüneteit.



EXTRACTUMPHARMA

a gyógyítás és az egészség szolgálatában

30
eve

Citrus flavonoidokat tartalmazó,
vény nélkül kapható gyógyszer.

www.venavedelem.hu

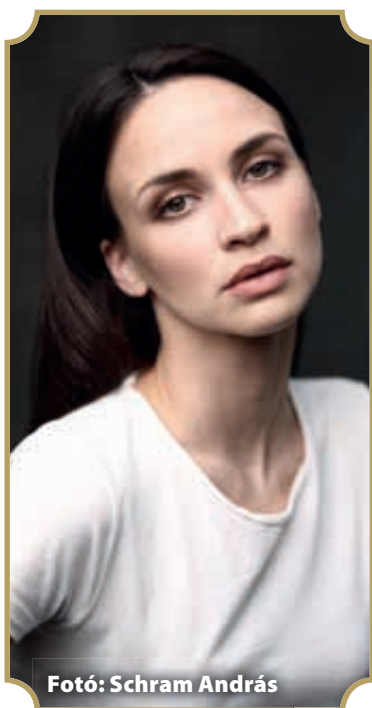
MAGYAR
GYÓGYSZER

ExtractumPharma zrt. • 1044 Budapest, Megyeri út 64.
Tel.: +36 1 231 0083 • budapest@expharma.hu • www.expharma.hu

A kockázatokról és a mellékhatásokról olvassa el a betegtájékoztatót, vagy kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét!

TÖRŐCSIK FRANCISKA

Sikeres színésznő



Fotó: Schram András

Törőcsik Franciska 1990. április 28-án született Budapesten. Édesapja egy gyógyszergyártó cégnél dolgozik, édesanyja pszichiáter.

Már hetéves korától kezdve *Földessy Margit* színtanodájába járt. A gimnáziumi éve alatt japánul tanult és 2 hónapot eltöltött Japánban is.

A gimnázium után jelentkezett a Színház- és Filmművészeti Egyetemre, ahová elsőre felvették. A színművészetin *Novák Eszter* és *Selmeczi György* osztályába járt. 2013-ban végzett. Már az egyetem alatt főszerepeket játszhatott. Az Örkény Színházban együtt dolgozott *Mácsai Pállal* és *Máté Gáborral* is.

2014-ben a székesfehérvári Vörösmarty Színházhoz szerződött. 2017-től szabadúszó.

Első filmjét a Szemle-nyertes *Napszúrást* 18 évesen forgatta. 2012-ben *Flieg auf Benedek* többszörösen díjazott filmjében, a *Csak a szélben* láthatták a nézők.

A televízióban a *Mindenből egy van* című improvizációs sorozatban *Rudolf Péter* és *Nagy-Kálózy Eszter* lányát, *Csillukát* játszotta.

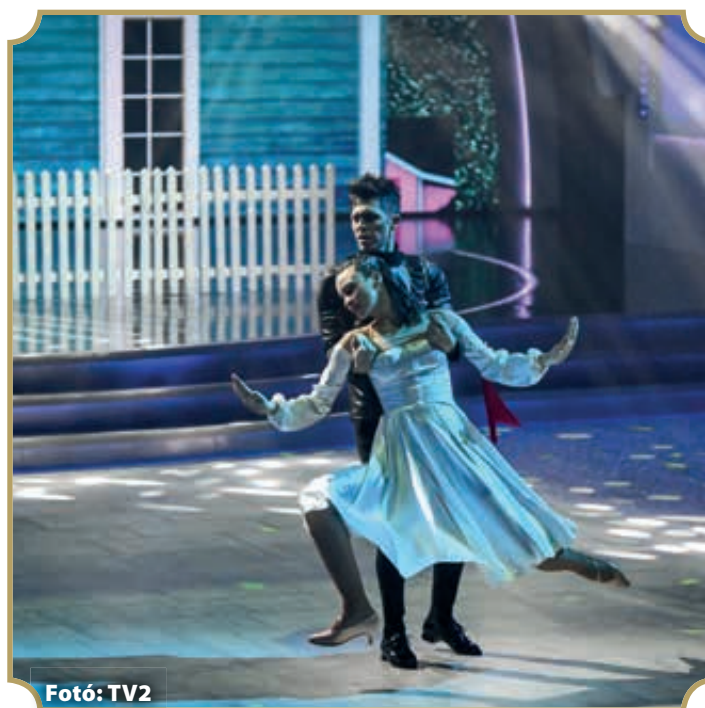
2014-ben a *Swing* című film egyik főszerepében tűnt fel. 2015-ben *Goda Krisztina* filmjében, a *Veszettekben* volt látható.

2016-ban *Kern András* filmjében, a *Gondolj rámban* egy fiatal medikát alakított. Szintén 2016-ban feltűnt a *Vaksötét* című amerikai horrorban is.

2017-ben *Mészáros Márta* filmjében, az *Aurora Borealis: Északi fényben* és a *Budapest Noirban* volt látható.

2018-ban *Goda Krisztina* új filmjében, a *BÚÉKban* *Lengyel Tamás* barátnőjét játszotta.

2019-ben az *A mi kis falunk* harmadik évadának záróepizódjában debütált *Viki* szerepében.



Fotó: TV2

2023-ban a TV2 napi sorozatában, a *Hazatalálszban* alakítja a női főszereplőt, *Virágot*. Szintén 2023-ban a *Cicaverzum* című romantikus vígjátékban alakította a főszerepet. Ezért a szerepért a los angeles-i Made in Hungary Fesztiválon a Legjobb Színésznő díjával jutalmazták.

Törőcsik Franciska alakítja *Hunyadi János* első szeremét a *Hunyadi-sorozatban*, melynek 2024 októberi Cannes-i világpremierje nagy sikert aratott.

Törőcsik Franciska *Baranya Dávid* oldalán profi táncosokat felülmúló tehetséggel szerepel a TV 2 *Dancing with the Stars* ötödik évadában 2024 decemberében.

December 12-től látható a hazai mozikban *Franciska* főszereplésével a 2024-es év legjobban várt magyar zenés, romantikus filmje, a *Hogyan tudnék élni nélküled?* A vígjátékban *Ember Márk* partnereként *Esztert* játssza, a tipikus „jókis lányt”, de a szerelem felkavarja az állóvizet. Ebben a filmben *Törőcsik Franciska* táncol, énekel és reményei szerint maradandót alkot.

Szerk.-

DR. TURIÁK LILLA

Kutató



„Kutatásainkkal reményeim szerint hozzájárulhatunk a daganatos betegségek eredményesebb kezeléséhez”.

Magyarországon minden harmadik embernél alakul ki rosszindulatú daganat, ez a második leggyakoribb halálok. Ha mindkét nemet nézzük, a tüdőrákban szenvednek legtöbben. *Turiák Lilla* olyan módszereket fejlesztett és fejleszt, melyek alkalmasak daganatos betegségekre jellemző, szövetmintákból kinyert fehérjemódosulatok érzékeny kimutatására. Ilyenek például a fehérjékhez kapcsolódó cukorláncok megváltozása tüdőrák és prosztatarák esetében, amelyek sokat elárulnak a betegség kialakulásáról és lefolyásáról. A betegek mintáiból kinyert molekulákat a vizsgálatok előtt kisebb egységekké bontják, majd ezek mérésének segítségével tudják megállapítani, milyen változások, eltérések fedezhetőek fel a szövetekben.

Dr. Turiák Lilla jelenlegi kutatásainak célja olyan módosulások azonosítása a tüdőrákos betegek mintáiból, amelyek összefüggésbe hozhatók azzal, hogy a beteg megfelelően reagál-e egy adott gyógyszeres kezelésre, vagy hogy a kezdetben eredményes terápia miért veszíti hatását az idő előrehaladtával, emellett arra is választ adhatnak, hogy miért válnak ellenállóvá a daganatos sejtek.

A hosszú távú cél egy egyszerű vérvizsgálat kidolgozása, amivel előre jelezhető, hogy a beteg jól fog-e reagálni egy adott kezelésre. Ez különösen fontos a tüdőrák esetében, hiszen nem egységes betegségről van szó. Emellett a daganatos betegségek közül ennek az egyik legrosszabbak a túlélési esélyei és nagy problémát okoz, hogy sok esetben a daganat ellenállóvá válik az adott kezelésre. Kutatásai a prosztatarákra is kitérnek, bár itt a kezelések eredményesebbek, de ezen daganat típus esetében is létfontosságú lehet a betegség lefolyásában kulcsfontosságú szereplők azonosítása.

Dr. Turiák Lilla a Semmelweis Egyetemen végzett gyógyszerészként, jelenleg a HUN-REN Természettudományi Kutatóközpont MTA-TTK Lendület Glikán Biomarker kutatócsoport vezetője.

**Forrás: „L’Oréal–UNESCO
A Nőkért és a Tudományért”**

UHRIK TEODÓRA

A Nemzet Művésze

2024. november 5-én a Magyar Művészeti Akadémia elnöke a Nemzet Művésze kitüntető címet adományozta *Uhrik Teodóranak*.

A magyar táncművészet egyik legnagyobb élő legendája, 1943. 08. 27-én született Budapesten, férje: *Lovas Pál* táncművész, táncpedagógus, gyermekei: *Kamarás Iván* színművész, és *Lovas Anna*.

„Aki belekóstol a balett csodálatos művészetébe, hamar rájöhet, miért érdemes csinálni, rendületlenül”. - beszélt hivatásáról.

A magyar táncművészet és Pécs városának ikonja, Kossuth- és Liszt-díjas Érdemes művész, a Halhatatlanok Társulatának örökös tagja, Életmű-díjas művésznő Pécs Díszpolgára.

A Nemzet Művésze így mesélt a kezdetekről, és pályájáról:

Budapesten, polgári családba születtem, édesanyám háztartásbeli, édesapám mérnök volt.

Nyolcéves koromban sikeres felvételi vizsgát tettem az Állami Balett Intézetbe – amely jogelődje volt a mai Magyar Táncművészeti Egyetemenek.

1960-ban táncművészeti tanulmányaimat befejezve az *Eck Imre* által létrehozott Pécsi Balett alapító tagja lettem.

Tizenhét évesen Pécsen egy olyan csodálatos világba kerültem, ami eddig ismeretlen volt számomra – a színház világába.

Magyarország első „modern balett” együttesének tagjaként beutazhattam a világot, megmutatva, hogy a „vasfüggöny mögött” is létezik a kortárs táncművészet.

Eck Imre volt a mesterem, mindent tőle tanultam. Azt, hogy a táncművészet az egyetemes színházművészet része, máig is vallom. A testünk szavak nélkül is képes beszélni az emberi kapcsolatainkról, érzelmeinkről, a körülöttünk lévő világról, a társadalmi viszonyokról.

Rengeteg szerepben bizonyíthattam a személyiség fontosságát a



tánctechnikai elvárások teljesítése mellett.

Táncos pályám befejezése után a tanítás vált elsődleges feladatommá.

Táncpedagógus diplomám megszerzése után 20 évig tanítottam és vezettem a Pécsi Művészeti Gimnázium Táncművészeti tagozatát.

Szerettem a tehetség felfedezését, segítségét a kibontakozásban, de kapcsolatomat nem vesztettem el a színházzal.

Különböző szerepekben visszatértem a színpadra, prózai és táncszínpadi előadásokban is részt vettem.

Tizenöt évig az alkalmazott koreográfia műfajában is tevékenykedtem, zenés színházi előadások koreográfiáit készítettem budapesti, pécsi, egri, zalaegerszegi, debreceni színházakban.

A Pécsi Balettet sosem hagytam el, voltam balett mestere, asszisztense, dramaturgja és rendezője is az előadásainak.

2017-ben a Pécsi Balett jogilag is önállóvá vált, melynek én lettem az ügyvezetője.

Az elmúlt évek rendkívül sikeresek voltak. Egyéb nehézségek dacára előadásainkat telt házzal játszottuk, repertoárunk rendkívül változatos.

Együttesünk nagyon magas szintű tánctechnikai és előadói tudással rendelkezik.

A Nemzet Művésze díjról így nyilatkozott: *„Úgy gondolom, ez a lehető legnagyobb elismerés, és ennél fontosabb nincs számomra. Azt hiszem, azért eshetett rám a választás, mert egyedül én vagyok 64 éve aktív szereplője ennek a szakmának. A tanítástól és a szakmai könyvek írásától kezdve a táncra, a koreografáláson és a jelmeztervezésen át a színészetig és a rendezésig mindent kipróbáltam. Arra lehetek példa, hogy a tánc egyáltalán nem szűk kategória.”*

Fotó: Pécsi Nemzeti Színház

HARTMANN



Helps. Cares. Protects.

Minőség és hatékonyság a sebkezelésben

HARTMANN Cosmopor® sebtapaszkok

- + **Cosmopor® E**
felszínes vagy műtéti sebre
- + **Cosmopor® Silicone**
érzékeny, sérülékeny bőr esetén
- + **Cosmopor® Transparent**
védi a sebet zuhanyzás vagy
úszás közben is



**Keresse a patikákban és a
hartmannwebshop.hu oldalon!**

SZAKÉRTELEM A SEBKEZELÉSBEN

HARTMANN-RICO Hungária Kft.
hartmann.hu
hartmannakademia.hu

**A KOCKÁZATOKRÓL OLVASSA EL A HASZNÁLATI ÚTMUTATÓT
VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT!**

VECSEI H. MIKLÓS

Az év színésze

Vecsei H. Miklós 1992. május 22-én, Budapesten született. Édesapja *Vecsei Miklós*, a Magyar Máltai Szeretetszolgálat általános alelnöke. Négy édes- és egy idősebb, örökbefogadott testvére van.

Tizenhárom éves korában *Kozma Imre* katolikus pap hittanóráinak hatására kezdett írni. 18 éves volt, amikor kiadták első verseskötetét (*Égszilánk a matracon*), de egyetemi éveitől az akkori lírai munkáit már túl szószátyárnak gondolja; második kötete 2017-ben jelent meg.

A színházhoz a Pesti Színházban látott *Eszenyi Enikő* rendezte *Ünnep* című előadás vitte közel, amelyben *Kamarás Iván* monológja fogta meg. Az érettségi évében az ÁSZ Drámaiszkola Árpád Gimnáziumban működő Ász Színjátszócsoportjának növendéke lett.

2010-ben felvételt nyert a Színház- és Filmművészeti Egyetemre, ahol 2015-ben végzett *Marton László*, *Hegedűs D. Géza* és *Forgács Péter* osztályában. Szakdolgozatát *Athéni Timon élete* címmel írta. Egyetemi éveitől kezdve nehézségei adódtak, *Vidnyánszky Attila* rendezésében az *A szarvassá változott fiú* című Juhász Ferenc-darab olyan nagy hatással volt rá, hogy eldöntötte: színházzal akar foglalkozni. Gyakornoki évét – a rendező tanácsára – a debreceni Csokonai Nemzeti Színháznál töltötte. Még az egyetemen évfolyamtársával, *ifjabb Vidnyánszky Attilával* létrehoztak egy alkotói csapatot, amelyben együtt kiválasztanak egy témát, átbeszélnek és feldolgozzák. Ebben szövegkönyvírással is foglalkozik. 2016-tól a Színház- és Filmművészeti Egyetem doktori iskolájának hallgatója, ahol témavezetője *Radnai Annamária* volt.

Az Ódry Színpadra olyan darabokat készítettek, mint az *Athéni Timon*, a *Karnyóné*, vagy a *Liliomfi*. 2015-20 között a Vígszínház tagja volt, 2024-ben a Nemzeti Színházhoz szerződött. Emellett *ifj. Vidnyánszky Attilával* közösen vezeti a fiatal színházi alkotók közösségeként 2017-ben, *Osváth Gábor* producer segítségével alakult Sztalker Csoportot, amely egy, az Arany János-évforduló apropóján készült, első saját bemutatóval (*Kinek az ég alatt már senkije sincsen*) indult



útjára. Színházi előadások létrehozása mellett *Bajtai Ádám* faipari mérnökkel és *Debrei Nóra* tervezővel együttműködve díszlet- és bútorműhelyt üzemeltet.

A Holtszezon Kortárs Irodalmi Fesztiválon 2023-ban volt először a látható a *Qjúb – A kocka kibontása* című szerelmmunkája. „*Ez részemről egy kísérlet, mert az elmúlt tizenhárom évben – amióta színházzal foglalkozom – minden anyagközpontú volt, a szöveg dominált*” – fogalmazott az összművészeti (költészeti-zenei-fénytechnikai) produkció kapcsán, amely alapvetően *Pilinszky János* és *Radnóti Miklós* költők életművére helyezi a hangsúlyt. A koncertszínházi országos turné után határon túli, magyar lakta településeken is siker-

rel mutatkozott be.

Legfőbb színészi példaképeinek *Bertók Lajost*, *Kaszás Attilát* és *Páger Antalt* tartja. Meghatározó élmény volt számára, hogy találkozhatott *Viktor Ryzakov* világhírű, orosz rendezővel és színészpédagógussal. „*A célom az, hogy a munkáink során olyan erős és őszinte dolgokat adjunk át, amik önmagukért beszélnek*” - vallja.

Vendégszerepelt a Budaörsi Latinovits Színház, a budapesti Nemzeti Színház, a debreceni Csokonai Nemzeti Színház, közreműködött a kecskeméti Katona József Színház előadásaiban is. Színpadi szerepei mellett játszik filmekben, kisfilmeket is rendezett. Az országos ismertséget az *Egynyári kaland* című televíziós sorozat hozta el számára. Számos kisebb szerep után a világhírű magyar orvost, *Semmelweis Ignácot* játszotta el a *Semmelweis* című *Koltai Lajos*-filmben 2023-ban.

Aktív közéleti ügyekben, 2018-ban életre hívta a Sztalker Csoport olvasást népszerűsítő projektjét, a POKET-könyveket. Öt évig, 2017-ig élt kapcsolatban *Trokán Nóra* színésznővel. Feleségével együtt egy fiúgyermek édesapja, első gyermeke 2024-ben született.

2024-ben az év színészeinek járó Arany Medál-díjat ítélte neki a közön-

Navarrai Mészáros Márton
Fotó: Nemzeti Színház



INNOVATÍV ÉPÍTKEZÉS

A Platinum Homes mögött számos sikeres projekt áll, magas szakértelem és elkötelezettség pedig egyértelmű jelzője a cégnek. Fontos számukra az átláthatóság, tervezhetőség, és az ügyfelekkel való folyamatos kapcsolattartás.

MIVEL IS FOGLALKOZIK PONTOSAN A PLATINUM HOMES?

A Platinum Homes stratégiai célkitűzése az innovatív, fenntartható, tartós és biztonságos építési technológiák népszerűsítése Magyarországon, különös tekintettel a CLT (rétegragasztott fapanel) alkalmazása. Ezen építési technológia használata a vállalat számára a modern, fejlődő építőipari trendekhez való igazodást, és a magas vevői elégedettséget tükrözi, valamint egyben környezettudatos megközelítést is képvisel.

TERVEZÉS, ENGEDÉLYEZÉS ÉS GENERÁLIVITELEZÉS

A Platinum Homes vállalja családi házak, nyaralók, hotelek, társasházak teljes körű tervezését, engedélyezését, generálkivittelezését. Tapasztalataik alapján szinte minden egyes ügyfelüknek, családnak személyre szabott, egyéni elképzeléseik vannak életmódjuk, preferenciájuktól függően. A Platinum Homes ezen elvárásokhoz igazodva tervezi meg és valósítja meg ügyfelei álmai otthonát, életterét.

A cég ügyvezetője **Szalai Zsolt**, aki több mint 20 éves pénzügyi, treasury és kontrolling területen szerzett tapasztalattal rendelkezik banki, fuvarozási, építőipari, logisztikai területen, mely időszak alatt több mint 12 évet vezetői pozícióban töltött be Magyarország legnagyobb vállalatainál. Ő volt azon 4 lakásos társasház megálmodója Balatonalmádiban, melyet jelen cikkünkben bemutatunk.

A társasházat a CLT technológia egyik magyarországi legelismerettebb építész, **Vági Édua** tervezte, akinek szintén célja, hogy az építészetet a fenntarthatóság és



PLATINUM HOMES

EST. 2023



A CLT-RŐL DIÓHÉJBAN

CLT? Pusztán három betű, mégis képes életet megváltoztatni és élettereket szebbé, biztonságosabbá, egészségesebbé vagy éppen otthonosabbá tenni.

A CLT rétegragasztott fapanel, mely fűrészelt, szárított, gyalult, szilárdságilag osztályozott deszkákból épül fel, különlegessége, hogy a paneleket alkotó lamellák egymásra merőleges szálirányban vannak összeragasztva, préselve. Ez a technológia biztosítja a dagadás, zsugorodás, valamint a vetemedés mértékének minimalizálását.

Ha nagyon egyszerűen szeretnénk megfogalmazni, hogy pontosan mit is jelent, akkor annyit írnánk, hogy a CLT egy igen sokoldalúan felhasználható fa építőelem. A rétegragasztott falpanelek alacsony energiaszintű, passzív, aktív és ökoházak építésére is alkalmasak, így sokak számára tökéletes megoldást biztosítanak.

A legnagyobb kihívást a CLT építési módszer újszerűsége jelenti jelenleg Magyarországon. Kiemelt figyelmet kell fordítani a tervezési és az előkészítési folyamatra, fázisra, de egyben ez is adja a szépségét, előnyét, hiszen a projekt elején minden részletet át kell gondolni, és tudatosan mérlegelni, kialakítani.

Az, hogy milyen konkrét tulajdonságokkal rendelkezik a CLT ezen cikk második részében került részletesen bemutatásra.

A GLOBE RESIDENCE PROJEKT BEMUTATÁSA

A Platinum Homes legújabb, kedvenc projektje egyértelműen a Globe Residence fantázianevet viselő Balatonalmádiban épülő társasház. Már javában folynak a munkálatok a Balaton partjától mindössze 5 percre, ahol főként az emeleti lakásokból a kilátás és a lélegzetelállító panoráma biztosított.

Balatonalmádiban új építésű 4 lakásos társasházban, balatoni panorámás 2, illetve 3 hálószobás lakások találhatók. A legkorszerűbb technológiával felszerelt 82 nm-es (2 db emeleti) és 93 nm-es (2 db földszinti) lakások tágas (20-40 nm²-es) teraszokkal, erkélyekkel rendelkeznek.

Ahogy már fentebb is megírtuk, a lokáció kitűnő, a strand, illetve a belváros csupán 5 percre található. A mesterien megtervezett lakásokhoz közösségi területen kialakított játszótér, a WELL-HOME által biztosított kültéri edzősarok és közösségi tűzgyújtóhely is tartozik. A két alsó lakáshoz saját egyenként közel kb. 260 nm-es kert is tartozik.

Az exkluzív otthonok fűtését padlófűtés biztosítja, melyeket mind a 4 lakás esetében különálló hőszivattyú működtet. A lakások hűtéséről fan-coil rendszerek gondoskodnak. A 4 lakáshoz tartozik egy 16 m²-es közös fedett tároló és egyben gépesítési helyiség. A lakásokba a tervek szerint prémium burkolatok, egyedi tervezésű bútorok, szaniterek kerülnek beszerelésre (megrendelői igényekhez igazodva). A lakásokhoz lakásonként 1 db parkoló is tartozik zárt udvaron.

A lakásokba okos otthon megoldásokat épít be a cég az ott élők biztonságának és kényelmének biztosítása érdekében. Okos otthon megoldások vezérik a helységenként szabályozható fűtési- és hűtésiköröket, az elektromos motorral működtetett redőnyök, zsalúziák mozgatóját, illetve az egyéb biztonsági megoldásokat is telefonról lehet figyelni és vezérelni. Ezen megoldások részletesebb bemutatására következő cikkünkben térünk rá.

A fentiekből kifolyólag elmondhatjuk, hogy akik ezt a céget választják, komplex, profi és nem mindennapi szolgáltatásban lesz részük.

Weboldal: <https://platinumhomes.hu/>

Szerkezetkész



az ökológia irányába terelje, amellyel, hogy tiszteletben tartsa a régi tradíciókat, de mégis valami újat, modernet alkosson.

A következőkben részletesen kifejtésre kerül, hogy a lakások, illetve társasház szerkezete, felszereltsége, koncepciója eltér a hagyományos, jelenleg megszokott megoldásoktól, cél egy előremutató, fenntartható, innovatív, energiatakarékos és tudatosan kialakított társasház megvalósítása.

DE MITŐL IS TÉR EL A SZERKEZET A HAGYOMÁNYOS MEGOLDÁSOKTÓL?

Több mint 1,5 éves piackutatás eredménye lett, hogy a CLT szerkezet került kiválasztásra, ami Magyarországon csak az elmúlt 10 évben jelent meg és a jövő építési megoldásaként tarják sokan számon, de világszerte több országban már jelenleg is az egyik legelterjedtebb és legfenntarthatóbb építési módszer.

WASKOVICS ANDREA

A legígéretesebb fiatal tehetség

Waskovics Andrea 1992-ben, Balmazújvárosban született. Eredeti vezetéknevét – *Kiss* – akkor cserélte le anyai dédszülei vezetéknevére, amikor már elkezdett országos hírű darabokban játszani. 2012-ben érettségizett a debreceni Ady Endre Gimnáziumban, majd 2012-17 között a Színház- és Filmművészeti Egyetem hallgatója volt, *Máté Gábor* osztályában. Egyetemi gyakorlatát a budapesti Nemzeti Színházban töltötte, ahol a *Körhinta Mariját* vagy a *Tóth Ilonka* címszerepét játszotta.

2017-től egy évadon keresztül a Szegedi Nemzeti Színház tagja volt. 2018-tól a Vígszínház színésznője, a társulat egyik legaktívabb, legsokoldalúbb tagja. *Molnár Ferenc Liliomjában* bájos és ártatlan humorral alakította *Marikát*, *Brecht Baaljában* a karakterformáló képessége mellett akrobatikus ügyességét is megcsodálhatta a közönség. Az *Anna Karenina* konzervatív és áldozatkész *Dolly Oblonszkajaként* komoly érettségről és bölcsességről árulkodott játéka.



Jelenleg kilenc előadásban játszik a nagykovácsi teátrumban.

A *Nyugat császára* női főszereplőjeként érzékeny egyensúlytal mutatta meg egy szikár keménység mögé bújó törékeny lány vágyait és kiszolgáltatottságát.

A *Csoda* című groteszk komédiában *Veronikát* játssza.

A *nagy Gatsby*-ben *Daisy Buchanan* ellentmondásos alakját különleges finomsággal jeleníti meg. Az *apában Kern András* oldalán lenyűgöző egyszerűséggel formálja meg *Laurát*, az ápolónőt, de emlékezetes alakítást nyújt *A diktátorban*, a *Lóvátett lovagokban* és a *Bérmányokban* is. Jelentős sikereket ért el *Az üveg cipő Irmajaként* is: naiv gyermektől, a ragyogó nőn keresztül, az önmagából kivetkőző, szenvedélyes szerelmesig a karakter minden színét felejthetetlenül jeleníti meg, míg a *Pinokkióban* Kékhajúként nemcsak a főszereplőt, de a gyerekeket is elvarázsolja hangjával és játékával. A bábát játssza az *Alföldi Róbert* rendezésében, *Wéber Kata* drámája alapján készült *Egy nő anatómiája* című előadásban a Pesti Színházban.

A Vígszínházban játszott, gazdag repertoárból felépülő szerepei kapcsán így fogalmazott a Nők Lapjának adott interjúban: „(...) Nem szoktam azon gondolkodni, mi a siker titka. Azt hiszem, akkor másról szólna a színház, mint amiről nekem szólnia kell. Azt még elárulom, hogy nagyon szoktam izgulni előadások előtt, a többiek sokszor viccelődnek is rajtam: »Ne már, Andi...!« Számomra azonban óriási a tétje annak, hogy színpadra léphetek, minden előadáson a nulláról indulok.”

Első ismert mozgóképes szerepét az *Aranyélet* fiatal *Jankajaként* játszotta 2016-ban, de főszereplője volt az *Egynyári kaland* című balatoni sorozatnak is. Szerepelt az *Eltörölni Frankot*, a *Nagykarácsony*, a *Szelíd*, a *Blokád* és a *Semmelweis* című filmekben is. Első komoly mozifilmes főszerepét a *Vékes Csaba* rendezte *Lepattanó* című, 2024 őszen bemutatott vígjátékban játszotta. 2025-ben mutatják be *Mayer Bernadette Szemem fénye (Mommy Blue)* munkacímű, személyes ihlettségű filmjét, amelyben a címszereplő feleségét alakítja.

Pályafutásáért az évad legjobb vígszínházi női alakításáért jár Ajtay Andor-émlékdíjban, majd Junior Prima díjban részesült 2020-ban. A Vígszínház társulatának titkos szavazása alapján 2023-ban nyerte el a Ruttikai Éva-émlékgyűrűt *Az üveg cipő* és a *Pinokkió* című előadásokban nyújtott alakításaiért.

2024-ben a *legígéretesebb fiatal tehetségnek járó Arany Medál-díjat* ítélte neki a közönség, amelyet *Sodró Eliza* színművésztől a Bethlen Téri Színházban tartott 16. Arany Medál-díjkiosztón vehetett át.

Navarrai Mészáros Márton

Fotó: Vígszínház

FJN HUNGARIKUM
ALKUSZ

Ügyfeleink szolgálata
a mi küldetésünk.

Keszthelyi Erik,
elnök-vezérigazgató



Hungarikum Biztosítási Alkusz Zrt. | www.hungarikumalkusz.hu | info@hungarikumalkusz.hu

HAJNAL HOTEL GYÓGYSZÁLLODA ***

REUMAKÚRA CSOMAG

Dec 20-ig és 2025. jan. 5-febr. 28-ig
(vasárnapi vagy hétfői érkezéssel)

A csomag tartalma:

Szállás, svédasztalos reggelivel és vacsorával, Gyógyvizes medencék, úszómedence, szauna, sókamra használata, Grátis: személyenként 1x20 perc gyógymasszázs, 1x20 perc 3D masszázsfotel,

1 alkalom ABI érszűkületmérés, 1x15 perc Bemer kezelés
Egészség víz biztosítása, Ingyenes parkolás, Fürdőköntös, lift van.

Hajnal szárny: 72 000 Ft/1 fő/4 éj
Kikelet szárny: 76 000 Ft/1 fő/4 éj

Érdeklődni, foglalás: info@hajnalhotel.hu 06-49/505-190
3400 Mezőkövesd, Zsóry-fürdő Hajnal u. 2.
www.hajnalhotel.hu • 06-30/539-4173