

VenoprotEP VenoprotEP Forte filmtabletta

500 mg mikroizált flavonoid, amely 450 mg diosmin és 50 mg heszperidinben kifejezett egyéb flavonoidot tartalmaz vagy 1000 mg mikroizált flavonoid, amely 900 mg diosmin 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.

Citrus flavonoidokat tartalmazó,
vény nélkül kapható gyógyszer.

www.venavedelem.hu

MAGYAR
GYÓGYSZER

EXTRACTUMPHARMA
30
éve

ExtractumPharma zrt. • 1044 Budapest, Megyeri út 64.
Tel.: +36 1 233 0083 • budapest@expharma.hu • www.expharma.hu

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

2024 ÁPRILIS, XXVII. ÉVFOLYAM, 297. SZÁM

www.sikeresnok.hu

SIKERES NŐK

Ára: 980 Ft A SIKERES NŐ LAPJA

LEGYEN ÖN IS SIKERES!

GUBÁS GABI

DR. GARA LÁSZLÓ

CSOMOR CSILLA

TRILL ZSOLT



GARÁNÉ CSEH KLÁRA
BOLDOG 101. SZÜLETÉSNAPOT!

A KONCERT ALATT MÁS TUDATÁLLAPOTBA KERÜLÜNK

ZONGOPERA PÉCSETT

Miklósa Erika és Balázs János május 8-án érkezik a pécsi Kodály Központ színpadára. ZongOpera című produkciójuk kapcsán Balázs János Kossuth-díjas zongoraművészt, a Cziffra Fesztivál művészeti vezetőjét kérdeztük.

– Évek óta járják az országot és Európát Miklósa Erikával. Mitől izgalmas a ZongOpera koncepciója?

– A kulcselem a zene szabadsága. Mindketten olyan művészek vagyunk, akik a zenében a romantikus felfogást képviseljük. Célunk, hogy velünk együtt érezze át a zene örömét a közönség, csakúgy, mint Mozart, Verdi, Liszt vagy Cziffra György közönsége is átélhetett. Ezért műsorunkat áriákból, népszerű dalokból és virtuóz átiratokból építettük fel.

– Egyszer azt nyilatkozta, hogy nincs két egyforma ZongOpera előadás. Ez mit jelent?

– Miklósa Erika Kossuth-díjas koloratúr-szoprán opera-énekesnőt azt gondolom, hogy nem kell bemutatni, hiszen tehetsége világhírű. Amikor a színpadra lép, árad belőle a szenvedély. Természetesen a darabokat előre egyeztetjük, de azt, hogy éppen abban a pillanatban hogyan hangzanak el, nem tudjuk megtervezni. A koncert alatt más tudatállapotba kerülünk, sodor minket a darabok áramlata, és a pillanatnak, az adott hangulatnak megfelelően a legjobbat hozzuk ki belőlük.

– Milyen darabokat várhatunk a pécsi koncerten?

– Ami a zongora világát illeti, elsősorban az ImprovisArt című lemezemről válogatok majd, például Liszt, illetve Ponce darabokat, s ezeket saját átírataimmal színesítem. Erikával széles spektrumon kalandozunk majd, hiszen Gounod Rómeó és Júliájától, Verdi La Traviata-ján át, egészen Kálmán



Imre Csárdáskirálynőjének ikonikus áriájáig jutunk el.

A koncertre jegyek kaphatók a Kodály Központ jegypénztárában, illetve a Jegymester rendszerében. A Cziffra György Fesztivál és a Zsolnay Örökségkezelő Nkft. közös koncertje. A Fesztivál támogatója a Miniszterelnökség és a Bethlen Gábor Alapkezelő Zrt.

Kodály Központ

CZIFFRA CZIFFRA GYÖRGY FESZTIVÁL

PÉCS, KODÁLY KÖZPONT, HANGVERSENYTEREM

2024.05.08. szerda 19:00

ZONGOPERA
MIKLÓSA ERIKA, BALÁZS JÁNOS

JEGYEK KAPHATÓK A CZF.JEGY.HU ÉS A KODALYKOZPONT.HU OLDALAKON.

MINISZTERELNÖKSÉG

BETHLEN GÁBOR Alapkezelő Zrt.

ZSOLNAY ÖRÖKSÉGKEZELŐ NONPROFIT KFT.



TARTALOM

Happy Birthday:

<i>Gubás Gabi</i>	6-8. oldal
<i>Koltai Lajos</i>	30-31. oldal
<i>Bródy János</i>	40-41. oldal

Sikeres színész:

<i>Trill Zsolt</i>	10-11. oldal
--------------------	--------------

Akkor és Most:

<i>Csomor Csilla</i>	12-15. oldal
----------------------	--------------

Sikeres életpálya

<i>Gara Istvánné Cseh Klára</i>	16-17. oldal
---------------------------------	--------------

Közkívánatra

	18-21. oldal
--	--------------

Siker a tudományban:

<i>Dr. Hirsch Edit</i>	22. oldal
------------------------	-----------

Sikeres színésznő:

<i>Sóvári-Fehér Anna</i>	23-25. oldal
<i>Sepsi Melinda</i>	36-38. oldal
<i>Sík Frida</i>	42-43. oldal
<i>Ivancsics Ilona</i>	49-51. oldal

Sikeres zenész:

<i>Leslie Mandoki – Mándoki László</i>	26-27. oldal
--	--------------

Kulturális- és programajánló

	32-33. oldal
--	--------------

Sikeres férfi:

<i>Hajós András</i>	34-35. oldal
---------------------	--------------

Sikeres életmód:

<i>Kiss Erzsébet</i>	44-45. oldal
----------------------	--------------

Sikeres képzőművész:

<i>Kovács Valéria</i>	46-48. oldal
-----------------------	--------------

Sikeres utazás:

<i>A HOTEL HOCHSCHOBERT**** superior szálloda portréja:</i>	
---	--

AZ ÉLVEZETEK CSÚCSA 52-57. oldal

Főszerkesztő: Dr. Huzik Veronika

Kiadó: Police Press Lapkiadó Kft., 7621 Pécs, Király utca 36.



Főmunkatárs: Sörfőző Zoltán, Kemény György

Reklámszerkesztő: Kiss Zsuzsanna

Munkatársak: Berlinger Ágnes, Kancsár Péter, Kiss Erzsébet, Kizsel Tünde, Kiss Annamária, Kondor Csaba Norbert, Lázár Lajos, Nagy Bandó András, Aigner Ivan

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

Szerkesztőség: 7621 Pécs, Király u. 36.,

Levélcím: 7601 Pécs, Pf: 21, Tel./fax: 72/ 515-614,

e-mail: sikeresnok@policepress.hu

Terjesztés: Lapker Zrt.: Relay, Inmedio.

Nyomdai előkészítés: Top Art Stúdió Pécs, Király u. 36.

Stúdióvezető: Szokol Sándor

Nyomdai munkálatok: Érdi Rózsa Nyomda **Felelős vezető:** Juhász László

HU ISSN 1785-8089

Előfizetésben terjeszti a Magyar Posta Zrt. megrendelhető az ország bármely postáján, a hírlapot kézbesítőknél, www.posta.hu

A hirdetések tartalmáért és szövegéért a kiadó felelősséget nem vállal.



CSÁBÍTÓ SZENVEDÉLY ÉS FÉKTELEN ÉRZELMEK: CARMEN A BUDAPESTI OPERETTSZÍNHÁZBAN

Április 19-én bemutatják Frank Wildhorn Carmen című musicaljét a Budapesti Operettszínházban. A világhírű zeneszerzőnek az örök nő szenvedélyességét középpontba állító, varázslatos darabja először kerül színre Magyarországon.

A várva várt hazai ősbemutatót Orbán János Dénes Kossuth-díjas drámaíró, műfordító magyar fordításával és dalszövegeivel, Homonnay Zsolt Jászai Mari-díjas, Honthy-díjas színházi alkotó rendezésében láthatja a nagyközönség. Frank Wildhorn darabjának alapja Prosper Mérimée, a legendás francia novellista és regényíró Carmen című elbeszélése, amely 1845-ben látott napvilágot a *Revue des deux Mondes* című párizsi folyóirat hasábjain. A rendező koncepciója szerint az előadás a nő évezredek óta örök, csábító szenvedélyességét, valamint a férfi és a nő ösztönös és csillapíthatatlan vonzalmát kívánja bemutatni 21. századi, extravagáns környezetben. A musical története szerint egy spanyol kisvárosban eljegyzést tartanak: Mayor Mendoza, a helyi polgármester férjhez adja lányát, Katarínát José Riverához. Az esemény

azonban váratlan fordulatot vesz, amikor megérkezik Carmennel az élen egy cirkuszi vándortársulat. A forróvérű, vadító, féktelen természetű lány megbolondítja Josét, olyannyira, hogy a férfi képes érte feladni addigi biztonságos, kiegyensúlyozott, jól szervezett életét. A rendező a próbákon kiemelte a sorsszerűséget, mint a színpadi történekek szervező erejét: José bármennyire is okosan eltervezi saját életének útirányát, az ésszerű döntéseiből fakadó, egymásra épülő lépcsőfokokat, Carmen megjelenésével – figyelmen kívül hagyva a figyelmeztető jeleket – szinte egy pillanat alatt romba dönti mindazt, amit addig felépített maga körül. Homonnay Zsolt rávilágított arra is, hogy sosem tudhatjuk, terveinket mikor és hol húzza keresztül a sors, és a fékezhetetlen érzelmek miként veszik át az uralmat a racionalitás felett. A Budapesti



Operettszínház új, hazai ősbemutatója kivételes módon egyesíti magában a drámai zenés színházat a káprázatos látványvilágú show elemeivel, aminek fókuszpontjában a cirkusz, mint műfaj és színpadi környezet áll. A rendkívül összetett színházi élményt kínáló előadás új szintre emeli Az Orfeum mágusa című, tavaly novemberben bemutatott, óriási sikert hozó produkció kapcsán a Budapesti Operettszínház és a Fővárosi Nagycirkusz együttműködését. A Carmenben organikus egységként kel életre a cirkusz és a musical, mintegy szimbiózist teremtve a két, rendkívül népszerű műfaj között. A produkcióban különös jelentőséggel bírnak a spanyol zenei hatások, az előadásban Luis Eduardo Castagno gitárművész is látható lesz. A Budapesti Operettszínház újabb nagyszabású bemutatójának drámai története arra inspirálja a nézőket, hogy felfejtsék a darab mélyebb rétegeit; lehengerlő zenéje és káprázatos látványvilága a fiatalabb generációt is elcsábítja a *Carmen* előadásaira, a színház sztárjai és fiatal tehetségei pedig garanciát jelentenek arra, hogy önfeledt szórakozásban lesz része minden korosztály képviselőinek, amikor ellátogatnak a Budapesti Operettszínházba.

Fotók: Janus Erika



HAPPY BIRTHDAY



Thália Színház

SZÉPSÉGE BELÜLRŐL FAKAD

Gubás Gabi 1974. április 7-én Debrecenben született. Tégláson nőtt fel, a debreceni Ady Endre Gimnázium irodalom-dráma tagozatán érettségizett. Ötéves korától színésznő szeretett volna lenni. Gyerekkorában néptánra és balettre járt.

1996-ban végzett a Színház- és Filmművészeti Főiskolán, *Kerényi Imre* osztályában.

1996-2003 között a Radnóti Miklós Színházban szerepelt. 2003-2004, majd 2009-2012 között szabadfoglalkozású színészként tevékenykedett. 2004-2009 között a kaposvári Csiky Gergely Színház tagja volt. 2012-ben csatlakozott a Thália Színház társulatához, ahol már korábban is játszott.

A főiskola elvégzése óta változó rendszerességgel forgat (korai filmjeinek stáblistáján is *Gubás Gabiként* jelenik meg). Számtalan magyar televíziós sorozatban és játékfilmben szerepelt, legismertebb mozgóképes szerepeit *Sas Tamás Kalózkodok*, *Dobó Kata El a kezekkel a Papámtól!*, valamint *Keith English Elk*rtuk* című filmjében játszotta.

A Thália Színház egyik legfoglalkoztatottabb művésze: 2019 óta sikerrel játssza *Erzsébet* osztrák császárnét, magyar királynét *B. Török Fruzsina Sisi* című előadásában, a Gödöllői Királyi Kastélyban, valamint a Polcz Alaine életét bemutató *Teljes lényeddel* című előadást a Tháliában. A színházbarátok a Karinthy Színházban is láthatják: *Szabó P. Szilveszter Az ördög* című, háromórás *Molnár*-adaptációjában *Jolán* szerepét formálja meg.

Foglalkoztatott szinkronszínésznő: az Internetes Szinkron Adatbázis (ISZD) adatai szerint mintegy háromszázötven



HAPPY BIRTHDAY



Fotó: Pitrolffy Zoltán

filmben szinkronizált, jobbára *Jennifer Connelly, Salma Hayek, Gwyneth Paltrow, Marion Cotillard, Drew Barrymore, Keira Knightley, Diane Kruger* magyar hangjaként. „Ő szólaltatja meg legtöbbször *Jennifer Connelly-t* és *Salma Hayeket*, valamint ő az a színésznő, aki egy kávé reklámját is igazi művészetté tudja tenni.” – így jellemzi a magyarszinkron.hu szakmai honlap.

2016 óta az M5, a közmédia kulturális csatornájának a hangja, de több hangjáték, önálló lemez és reklámszinkronizálás is kötődik a nevéhez. 2013-ban a *Mikulás-Gyár* hivatalos gyereklemezét *Czutor Zoltán* zeneszerzővel, énekessel közösen adták ki *MákosGubás* és a *CzutorBorsók* címmel, a bevétel teljes összegét a rászoruló gyerekek kapták.

Férjét egy balesete kapcsán ismerte meg, a gyógyulását köszönhette neki. Házas, két gyermeke van. Munkásságát 2016-ban Fonogram- és Jászai Mari-díjjal ismerték el. 2021-ben az év színésznőjének járó Arany Medál-díjat vehette át.

2022-ben megkapta a Magyarország Érdemes Művésze díját.

Jelenlegi szerepei a Thália Színházban:

- ▶ Gyilkosság az Orient Expresszen

- ▶ Bolha a fülbe
- ▶ Oscar
- ▶ Boeing, Boeing – Leszállás Párizsban
- ▶ Közelebb
- ▶ Teljes lényeddel
- ▶ Szajré
- ▶ Farsang
- ▶ Legszebb férfikor

TÍZ KÉRDÉS, TÍZ VÁLASZ

Mi a számodra legértékesebb értéktelen tárgyad?

- Édesapám öröksége: egy toll.
- **Emlékszel még, mi volt a jeled az óvodában?**
- Talán gomba.
- **Mi volt az a sportág, ami a legkevésbé/legjobban ment a suliban?**
- A legjobban a balett. Alsó tagozatos koromban olyanynira, hogy ha apámék felengedtek volna a Táncművészetre a balett-tanárnőmmel, vagy felköltöztünk volna Pestre, akkor lehet, hogy most balett-táncos lennék.
- **Milyen tulajdonságot irigyeled az ellenkező nemből, mit tanulnál el tőlük?**
- Szeretem, ha egy férfi valóban támasza egy nőnek, mert akkor én nőnek érezhetem magam mellette.
- **Ha három hónapot eltölthetnél valahol a világon, hova utaznál?**

– Álmomban jártam egy helyen, ami kísértetiesen hasonlított a Paradicsomra, azt megkeresném!

– **Ha az állatkertben egy egész napot egyetlen állat megfigyelésével kellene töltened, melyik állatot választanád?**

– Természetesen valami emberszabásút, a családja körében a kicsinyeivel.

– **Melyik írótól olvastad a legtöbb művet (önszántadból), és melyik műve tetszett a leginkább?**

– Első terhességem alatt találtam vissza *Dosztojevszkijhez*, de volt *Umberto Eco*, *Szerb Antal*, sőt „Pöttyös Könyv” korszakom is.

– **Mi a számítógéped háttérképe?**

– Mivel én nem értek hozzá, a férjem által betett háttérkép van.

– **Ha egy világszerte ismert emberrel találkozhatnál, ki lenne az, és mit kérdeznél tőle?**

– *Neil Armstrongtól* kérdezném meg, hogy látott-e valami olyat a Holdon, amiről nem beszélhetett.

– **Milyen idézetet írnál ki a nappalid falára?**

– Live, love, laugh.

Forrás: Thália Színház

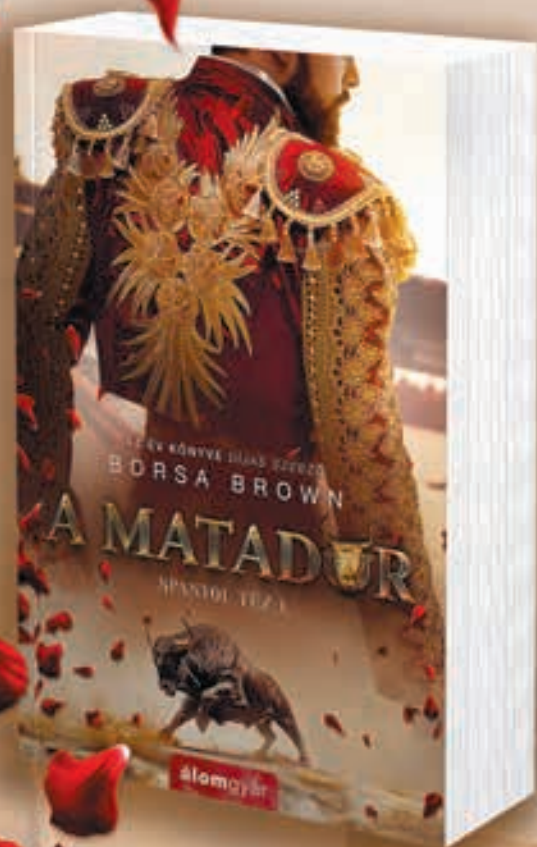
Boldog születésnapot kívánunk!

Szerk.-

BORSA BROWN
A MATADOR

**VÁGYÓDÁS, MELY KÉPES FELÜLÍRNI
A SAJÁT MAGUNK ALKOTTA
SZABÁLYRENDSZERÜNKET.**

Egy matador és egy szenvedélyes állatvédő
táncos mindent elsöprő szerelme, mely utat
keres magának két ember életében.



m a x

New York Times & USA Today bestsellerszerző

m o n r o e

NAGYPÁLYÁSOK-SOROZAT



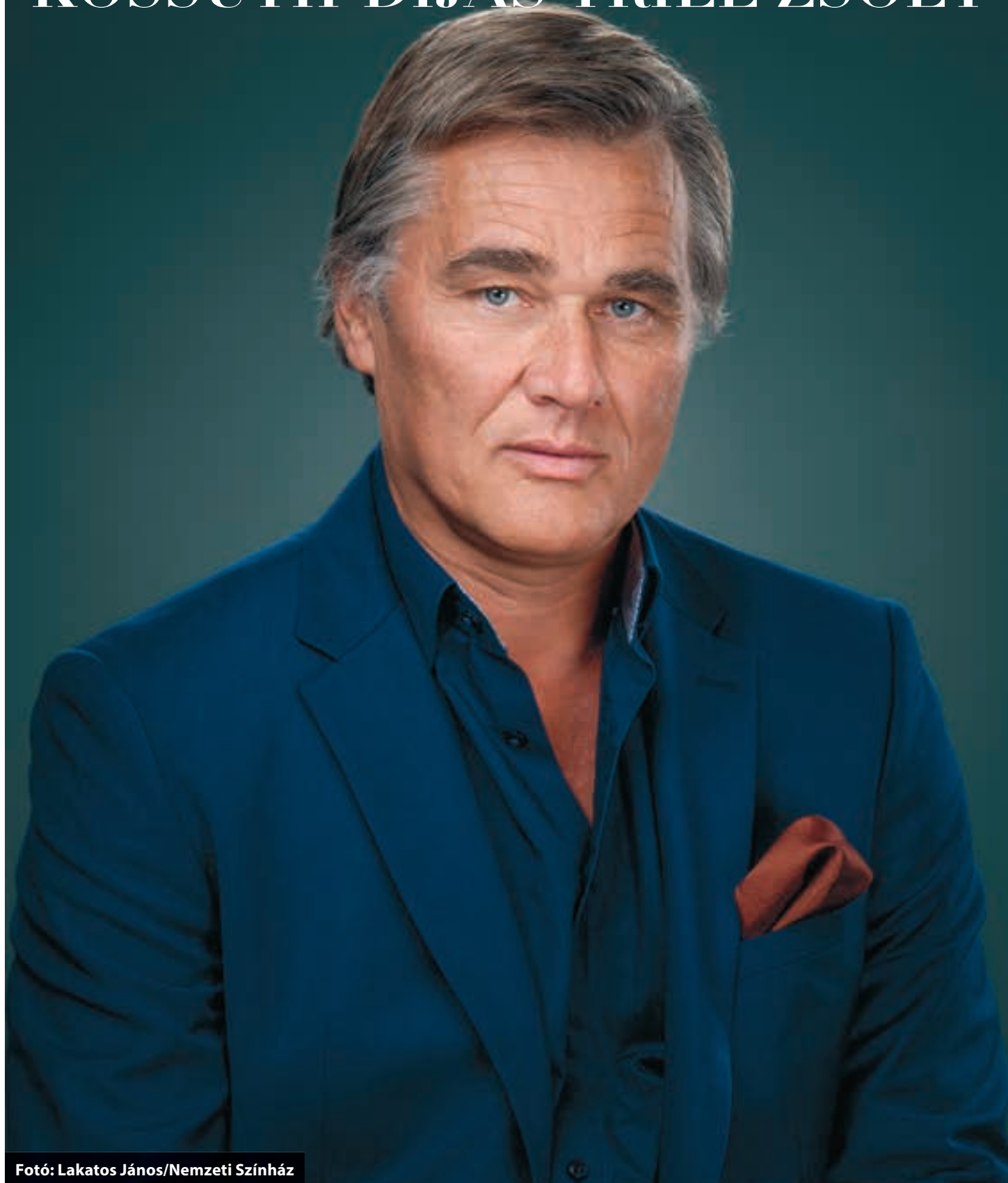
*Készen állsz belépni
a Nagypályások bűvkörébe?*

Max Monroe, a New York Times és a USA Today bestsellerszerző-párosa egy olyan világba csábít minket, ahol a szenvedély és a vágyak megélése lengi körbe a levegőt.

álomgyár

SIKERES SZÍNÉSZ

KOSSUTH-DÍJAS TRILL ZSOLT



Fotó: Lakatos János/Nemzeti Színház

Trill Zsolt 1972. április 13-án, az akkor Szovjetunióhoz tartozó, ma Ukrajna részét képező, alig ezerlakosú Sárosorosziban született.

Habár édesanyja állatorvosnak szánta, saját maga pedig a kommunikációban tartotta legerősebbnek magát, a Kijevi Színművészeti Főiskola – egykori nevén: Állami Karpenko-Karjij Színház- és Filmművészeti Egyetem – elvégzését követően a Beregszászi Illyés Gyula Magyar Színház egyik alapítója lett. 1993-tól játszik hivatásszerűen. Pályafutása a kezdetektől összefonódik a színházalapító-rendező Vidnyánszky Attila, Kossuth-díjas rendező karrierjével. Számos nemzetközi elismerést hozó darab meghatározó szereplője.

A frissen megalakult, játszóhely nélküli társulat 1994-ben debütált a beregszászi közönség előtt Shakespeare *Szentivánéji álom* című darabjával, ám repertoárjukon addigra már olyan drámák szerepeltek, mint Illyés Gyulától a *Bál a pusztán*, Brecht *Koldusoperája* és Beckettől a *Godot-ra várva*. Ezekkel a darabokkal kezdték el bejárni Kárpátalja legkisebb falvait és Magyarországon számos játszóhelyét, ez az időszak alapozta meg a beregszászi színházalapítók nemzetközi ismertségét és elismertségét, amelyben Trill Zsolt nagyívű alakításai komoly szerepet játszottak.

2003-tól rendszeresen szerepelt a budapesti Újszínház előadásaiban, 2006-ban követte Vidnyánszky Attila rendező-igazgatót Debrecenbe, a debreceni Csokonai Színházba, ahol 2013-ig játszott. „Nem

lettem debreceni, de sok minden köszönhetek ennek a városnak. Izgalmas rendezőket, szerepeket, olyan színházi pillanatokat, melyek miatt érdemes élni és játszani. Ilyen volt a *Fodrásznő*, az *Úri muri*, a *Vihar* vagy az *Oblom-off* például” – így beszélt erről az időszakról a dehir.hu debreceni portálnak adott 2012-es nagyinterjújában.

2013 óta, miután – Alföldi Róbert rendező igazgatói pályafutását követően – Vidnyánszky Attila lett a társulat vezetője, a budapesti Nemzeti Színház társulati tagja, a teátrum egyik vezető színésze. Sokrétű játéktílusát Vidnyánszky-n kívül számos rendező látta meg és használta ki, így a közönség olyan szerepekben láthatta, mint a *Brand* (Brecht azonos című drámája, R.: Zsótér Sándor), *Rosalinda* (*Ahogy tetszik*, R.: Silviu Purcărete), *Mark* (*Részegek*, R.: Viktor Rzsakov) vagy a *III. Richárd* (címszerep, R.: ifj. Vidnyánszky Attila). Ma már pályája szerves részét képezik filmszerepei is, többek között olyan népszerű alkotásokban szerepelt, mint a *Drakulics elvtárs*, *A Viszki* vagy a *Kaméleon*. 2023-ban mutatták be Szikora János, Jászai Mari-díjas rendező, a székesfehérvári Vörösmarty Színház igazgatója által rendezett *Hadik* című, nagyköltségvetésű, látványos történelmi filmet, amely a történelem egyik legdicsebb, sajnálatos módon kevésbé ismert és tárgyalt mozzanatát dolgozza fel a 18. századi Hadik András merész berlini portyájának és a legendás huszonegydarab balkezes kesztyű történetének felelevenítésével, igazi sztárparádéval és látványos, nagyszabású akciójelenetekkel.



Fotó: Hekli Andrea

A népszerű, az év végéig 50 ezer mozinéző által megtekintett alkotás főszerepét Trill Zsolt alakította.

Házastársa Szűcs Nelli, Jászai Mari-díjas színművész, aki szintén 1993-ban diplomázott a kijevi Állami Karpenko-Karjij Színház- és Filmművészeti Egyetemen, majd a Beregszászi Illyés Gyula Magyar Színház alapító tagja lett. Jelenleg mindketten a Nemzeti társulati tagjai. Két gyermekük született: Helga és Bertalan.

Számos elismerés birtokosa: 2003-ban Jászai Mari-díjat kapott, további elismerései között megtalálható a Mensáros László-díj, a Sűgő Csiga díj, a Bubik István-díj, az érdemes és kiváló művészi cím. Többször elnyerte a színikritikusok legjobb férfi főszereplőnek járó kitüntetését is, a Pécsi Országos Színházi Találkozón (POSZT) több ízben kitüntették a legjobb férfi főszereplő elismerésével. 2023-ban az év színészeének járó Arany Medál-díjat ítélte neki a közönség.

2024. március 14-én megkapta a Kossuth-díjat. Ennek kapcsán így nyilatkozott: „Nem gondolom, hogy ezután másképp léteznék a színpadon, bár tudatában vagyok annak, hogy mostantól még keményebben kell dolgoznom. Fel kell mennem a színpadra, és kökeményen végig kell csinálnom az előadásokat.”

Az összes díjára büszke, a legkisebbre is, erről így beszélt: „A díjak visszaigazolások, de másnap ismét fel kell kelni, és újra kell élni azokat a pillanatokat, amelyekért megkaptuk.”

„A színészet által a belső világot, gondolataimat fejezhetem ki. A színpadon talán meg tudom magam mutatni. Nem biztos, hogy mindig sikerül, de legalább van rá lehetőség. Egy biztos, szeretem azt csinálni, amivel foglalkozom.” – nyilatkozta a Kossuth-díj átadását követően.

- Szerk.-



www.kep.cdn.indexvas.hu

MODERN „DÉRYNÉ”



Csomor Csilla az a művész, az az ember, az a nő, aki minden „korban” és mindenkor Olvasóink érdeklődését élvezheti.

Lássunk neki címszavakban, mint nyilatkozott AKKOR! (2001, 2018):

GYEREKKOR, CSALÁD

Tizennyolc éves koromig Jászfényszaruon laktam a szüleimmel. Édesapám asztalos,

édesanyám betanított munkás. Minden érdekelt, ami játék és társas dolog. Szerettem a sporttal kapcsolatos játékokat, és mint kislány imádtam a nagymamám ruháiba bújni.

Ötödikes koromtól önfeledt amatőr színjátszó csoportba jártam, ahol egyfelvonásosokban, felnőttekkel parasztdrámákban szerepeltem. Hatvanban jártam gimnázi-

A 27. évfolyamában járó Sikeres Nők méltán elmondhat magáról érettséget, sikeres múltat, és számos nagyszerű mélyinterjút olyan emberekkel, akikre Olvasóink mindig kíváncsiak. AKKOR ÉS MOST című rovatunkban visszatérünk időben is legkedvesebb interjúalanyainkhoz, szembesítjük őket sok évvel ezelőtti énünkkel, és kíváncsian várjuk válaszaikat a jelenkorukat firtató kérdéseinkre.

umba, ahol diáknapokon, Ki Mit Tud?-okon mindig részt vettem.

FŐISKOLÁS ÉVEK, PÁLYAKEZDÉS

Kerényi Imre – Huszti Péter osztályába jártam, többek között Kolti Helgával, Nagy-Kálózy Eszterrel és Czvetkó Sándorral. Az első két év volt a legnehezebb, ártatlanul is vonzott a színészet világa, de itt profizmus kellett. Mindig attól félttem, hogy nem vagyok elég tehetséges. Ártatlan, őszinte és tisztá voltam. A harmadik évtől megszűntek a gátlásaim. Jó felfogású, tisztelettudó voltam a tanulásban. Diplomaosztás után a Győri Színházhoz szerződtem.

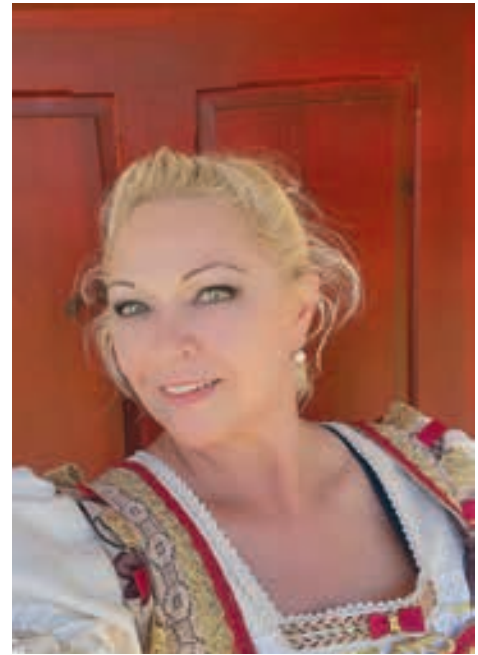
Négy szép évadot töltöttem itt, a *Sirály* című darabbal kezdtem. A *Potyautas* zenés vígjátékban női főszerep, Az *Oliver* musicalban Nancy szerepe, *Éva* – ez egy abszurd darab volt, *Irma* – ez egy zenés vígjáték, az *Imádok férjhez menni* Viktóriája.

TÉVÉ

– **Az egyes epizódokban gyakran van a konyhában, a lakásban.**

A magánéletében is ennyire háziasszony?

– Mint háziasszony, mindent szeretek csinálni. Főzni is szeretek, kedvenceim a tengeri ételek.



SPORT

A golfot a három legnehezebb technikai sportok között tartják számon. Elsősorban mentális sport, el lehet sajátítani technikai fogásokat, de ez a sport amikor mindig önmagadat teszed próbára.

A sportból mindenki annyit vesz ki, amennyit beletesz. Én olyan vagyok, hogy vagy megszállottan csinálom valamit, vagy sehogy. És ami a legfontosabb: itt csak a teljesítmény számít, a művészettel ellentétben, ahol lehet szubjektív a megítélés, itt az eredmény önmagáért beszél.

SIKER

Nekem a siker az, hogy a választott és tanult hivatásomnak hódolhatok, hogy megállom a helyem, élvezem, amit csinállok és meg is élek belőle. Ez nem mindig van egymással összhangban. Csendben teszem a dolgom, velem nem történnek eget rengető botrányok, egy ember vagyok, akinek van egy hivatása.

A karrierben és a sportban találtam meg azt, ami nekem és reménykedem benne, hogy az engem a színpadon és televízióban látó közönségnek is örömet okoz.

ARS POETICA

Azért lettem színész, mert óriási készte-tést éreztem, hogy sokféle figurát életre keltsek. Én olyan sokszínű, sokoldalú és túl-áradó emocionális lelkecske vagyok, hogy azt hiszem, sok figurát meg tudok jeleníteni.

2018

- **Milyen színészi feladataid vannak jelenleg?**
- Hetedik éve vagyok szabadúszó színmű-vész. Két-két futó darabom megy a Gózon Gyula Kamaraszínházban, valamint a Ger-gely Teaternél.

AKKOR ÉS MOST



- Ezeken kívül a két önálló estemmel járom az országot!
- **A képernyőn futó MasterChef sorozat mit jelent neked?**
- A MasterChef vetélkedő jó kis kirándulás volt nekem a gasztronómia világába. Min-



dig szerettem főzőcskézni. Ez a megméretetés nem csak a konyhaművészetéről szól! Valójában egy belső utazás is egyben, kreatív, alkotófolyamat. A legnagyobb kihívás, hogy egy olyan területen bizonyíthattam, ami az egyik kedvenc hobbit. A forgatás alatt új barátságok születtek, számos új konyhai fortélyt, technológiát sajátíthattunk el. Meghatározott idő alatt végrehajtani egy feladatot, elkészíteni sok esetben számunkra ismeretlen ételeket, tálalni, játszani a színekkel, ízekkel, elrugaszkodni a hétköznapi, megszokott kombinációktól... Mindez nagy élmény és jó iskola volt számomra. Fárasztó és egyben kemény menetelés volt a sokszor egész napos forgatás. Ez egy reality műsor, tehát minden élesben ment, a feladatok végrehajtását az lejéltől a végéig kamerák keresztüzében kellett végezni. Bevallom, hogy szenvedéllyel és szeretettel működtem ebben a munkában!

– **Beszélgj arról az életmód-váltásról, aminek jelenlegi kirobbanó formádat köszönheted.**

– Kb. másfél éve határoztam úgy, hogy életmódot váltok és egy picit jobban előtérbe helyezem az egészséges étkezést, a mozgást. Mindig is sportoltam, de az idő előrehaladtával az a tapasztalatom, hogy sokkal jobban kell odafigyelni a testünkre, az egészségünkre. Szó sincs arról, hogy sanyargatom magam, vagy le kell mondanom bizonyos élelmiszerekről. Inkább a tudatosság az, ami jellemzi az életmódomat. Sokkal jobban figyelek a testem jelzéseire, sokkal jobban tudom kontrollálni és fegyelmezni az esetleges éhségérzetemet. Megtanultam, hogy mit mikor és mivel ehetek. Ha elcsábulok egy-egy alkalommal, másnap keményebb vagyok magamhoz, mert már tudom, hogy mi a jó nekem! A testem átalakult, a zsír helyett izmot növeltem. Most jól érzem magam a bőrömben.

– **További terveidről mit tudhatnak olvasóink?**

– A Gózon Gyula Kamaraszínház a továbbiakban is számol velem és októbertől új darabot próbálok, amelynek bemutatója



november végén lesz. Ezzel párhuzamosan a repertoár előadások is futnak. Közben egyeztetés és szervezés alatt áll egy nagyobb lélegzetű erdélyi turné a Blaha Lujza estemmel. A televíziózás legalább annyira vonz, mint a színpad. Szívesen vállalkozom új kihívásokra. Remélem lesz alkalmam a későbbiekben is kipróbálni magamat új szerepben!

MOST (2004)

A jelen

HIVATÁS

Második éve tanítok egy művészeti szakiskolában. Színézmesterséget, előadóművészi alapismereteket és általános művészeteket tanítok kilencediktől tizenharmadik évfolyamig. Valamint felnőtt képzés is van, így összesen több mint 100 embert monitorozok heti, kétheti rendszerességgel. Most ezt tölti ki az életemet, mert 2022-ben ismét színház nélkül maradtam. Sajnos az önálló estjeimre sincs sok érdeklődés, így maximálisan az oktatásnak szentelem az időmet.

Emellett amatőr színjátszó kurzusokat vezetek és már harmadik éve részt veszek a Versűnnep Alapítvány áldásos munkájában. Az alapítvány fő célkitűzése, hogy a magyar költészet gyöngyszemeit megismertesse és

megszerettesse a fiatalokkal. Versmondó versenyeket szervez az anyaországban és a határainkon túli magyar lakta településeken. Ezekre a versenyekre delegál engem, mint zsűritagot. A verseny lezárásaként a legjobbak meghívást nyernek a budapesti Seregszemlére, ahol kicsik és nagyok egyaránt megmutathatják tudásukat és vers szeretetüket. Nyár végén pedig a kiemelkedő teljesítményt nyújtók részt vehetnek egy Vers táborban.

Az oktatás mellett ez a fajta feladat biztosítja számomra a folyamatos szellemi kondicionálást. Rengeteget olvasok és új verseket ismerek meg.

A tanítás mára annyira részemmé vált, hogy szeretnék ebben tovább fejlődni, ezért beadtam jelentkezésemet a Színház- és Filmművészeti Egyetemre, Színházművészeti tanár szakra. Ez a képzés biztosítaná számomra a mestertanári fokozatot.

A színházcsinálásról sem mondtam le végleg, csak a megfelelő pillanatra várok, hogy ismét színpadra álljak valami új szerepben...

ÉLETMÓD

Ahogy az idő halad, egyre tudatosabban figyelek magamra, egyre fontosabb az egészségem, és a magamra fordított minőségi idő. A sport nem hiányozhat, épp ezért



rendszeresen edzem a testem, most épp pilatesre járok, de végre itt a jó idő és beindult a golfszezon is.

A golf régi szerelem, még mindig óriási kihívásokat tartogat. Van egy női klubunk, ahol rendszeresen összejövünk csak csajok és a sportágon kívül is rengeteg témánk van, támogatjuk egymást, kellemes időt töltünk együtt, egymástól tanulunk, közösen fejlődünk.

Szerk.-

SIKERES ÉLETPÁLYA

BOLDOG SZÜLETÉSNAPOT!

101 éves Garáné Cseh Klára az erdélyi nagyszony

Dr. Gara László /Doctor/ Aranydiplomás gyógyszerész, énekes, dalszövegíró édesanyja Garáné Cseh Klára szövegíró május 9-én lesz 101 éves.

Klári néni erdélyi főnemesi családból származik, a Baár-Madas gimnáziumban érettségizett Budapesten, ahol Áprily Lajos költő volt

az igazgatója. Akkor kezdett el írni. Majd férjével gyógyszerertárt vezettek vidéken.

Klári néni ma már csak pihen és az emlékekből él szeretett fiával Lászlóval.

Cseh Klári néni másik fiának – Dr. Gara Istvánnak – Nagyatádon van patikája. Dédunokái Gara Janka és Bella - Gara Bella követi nagybátyját a művészi pályán is.

2020 októberében adtunk hírt arról egy interjúban, hogy **Gara Bella Klári néni** dédunokája megnyerte az Arany Violin 2020 Országos Énekverseny I. díját. Majd a PTE végzős gyógyszerész hallgatójaként tehetséges produkciójával első lett A PTE HANGJA Énekversenyen.

A vele készült interjúból kiderült, hogy Gara Bella családirag is predesztinált az énekesi sikere. *Dr. Gara Lászlónak Bella az unokahúga, Klári néninek Bella a dédunokája. László volt az első „énekes-patikus” – így Vitray Tamás nevezte. Ahogy László fogal-*





GARÁNÉ CSEH KLÁRA

kával ajándékozott meg. *Gara Bella* már végzett gyógyszerész, mellette sikeres énekes. *Gara Janka* orvostanhallgató és sikeresen zongorázik.

Laci már gyermekként is sokat szerepelt, díjat-díjra halmozott, filmszerepre is felkérték – így érthetően – két évig felvételizett a Színművészeti Főiskolára. Miután nem vették fel, ő is gyógyszerész lett. Persze a művészet ördöge nem hagyta, hogy elsikkadjon; énekelni tanult *Fábry Edit* operaénekesnél, majd *Kovács Magdánál*. Megszerezte a hivatásos előadóművészi / ORI/ engedélyt. Dalokat kezdett írni saját magának.

– Ez a pont, ahol az együttes munka elkezdődött?

– Igen! Próbálkoztam más szövegírókkal is, de valahogy az nem volt az igazi. Megkért, hogy segítsék. Dalt dal követett. Több mint 100 szöveget írtam a dalokhoz. *László* fellépett a Rostocki Nemzetközi Dalfesztiválon (1985), majd a Siófoki Interpop Fesztiválon (1988). 30 évig sztár-műsorokban szerepelt az Országos Rendező Iroda /ORI/ műsoraiban számtalan sztárral. Közel 70 tv-felvétel készült vele, a legnagyobb tv-adókon, szerepelt show-műsorokban. 60 tv-felvételünk látható a YouTube-on.

– Mi történt ez után?

– 1991-ben megnyitottuk a Szent Klára Patikát Budapesten az Izabella utcában. Pár évig visszavonult a szerepléstől, de a dalok folyamatosan születtek. *Lacinak* hiányzott a színpad és az éneklés. Biztatásomra felkereste az egyik kereskedelmi tv-t, ahol nyitott ajtóra talált. Ezt követően megkereste a Musica Hungarica Kiadó igazgatója és megjelentette „Üstökös” című CD-jét, majd 2007-ben megjelent harmadik albuma „Nem vagy ugyanaz már” címmel.

– Klári néni! Hogy érzed magad? Mitől vagy ennyire fiatalos?

– Májusban leszek 101 éves. Szerencsére nagyon jól érzem magam. A családom szeretete és gondoskodása és természetesen a ZENE, az ami a hosszú boldog életem titka, melyről 2023. augusztus 12-én az RLT Fókusz Plusz című műsora fél órás felvételt sugárzott.

**Kedves Klári néni!
Boldog születésnapot és jó egészséget kívánunk!**

– Szerk.-

maz: „Előttem az utódom”, és *Bella* követi ezen a pályán.

Születésnapja alkalmából meglátogattuk Budapest környéki otthonában Gara Istvánné Cseh Klárát. Ami rögtön a szembeütő a két családi címer a falon.

– Klári néni! Mit jelentenek ezek a címerek? Hogyan is kezdődött?

– Történelmi főnemesi családból származom – Székelyföldről – Alsó Csernátonból. Édesapám magas rangú katonatiszt volt a Belügyminisztériumban, *Antall József* édesapjával dolgozott együtt. Családom *Bethlen Gábor* fejedelemtől kapta a lófőnemességet /1617/, majd *I. Rákóczi György* fejedelemtől a főnemesi /primori/ rangot/1635/. Így leánykori nevem: – ma már leírhatom – *Primor Alsó – Csernátoni Cseh Klára*. Volt ebből sok kellemetlenségem, éppen elég! A második címer a férjem *Gara István* családjaé.

– Hogyan kezdte verselni, honnan a költői véna?

– Már középiskolás koromban, a Baár-Madas Gimnáziumban *Áprily Lajos* igazgatómtól sok irodalmi feladatot kaptam; ünnepi beszédek, előadások, stb., melyek elvezettek a verselésig.

– Nem készültél művésznék?

– Szerettem volna, de abban az időben a családom miatt nem lehetett.

– Mi történt a háború után?

– Mindenünket elvették, földjeinket, birtokaikat. Örültünk, hogy megúsztuk a kitelepítést. Férjemmel – a sok meghurcolás után – úgy döntöttünk, hogy vidékre megyünk. Somogyban, a vízvári gyógyszerárban dolgoztunk 25 évig. Megalapítottunk egy gyógyszerész-dinasztiát. Férjem halála után *László* fiamhoz költöztem Budapestre.

– Mesélj kérlek, a fiadról!

– *István és László*. Mindketten Győrben a Bencés Gimnáziumban érettségiztek, majd a Semmelweis Orvostudományi Egyetem Gyógyszerész Karán végeztek. *Istvánnak* Nagyatádon van gyógyszerháza és a város díszpolgára, a Magyar Arany Érdemkereszt tulajdonosa. Két déduno-



Régi emlék legjobb barátommal, Cserhádi Zsuzsival és édesanyámmal

1998

Első lapszámunkat a következő szavakkal bocsátottuk útnak: „Nagyon nehéz dolog megfogalmazni, mi is az igazi vegytiszta siker. Mindenki másról álmodik, másnak képzei az odavezető utat... Fokmérője, receptje nincs a sikerek: Példákat írhatunk, megszólaltathatunk az élet minden területén sikereket elért nőket, de a megoldás mindig az egyénre vár. Most induló lapunk a sikeres nőket gyűjti egy csokorba, akik különböző foglalkozásúak, korosztályúak és életvitelűek. Nőkről írtunk, de nemcsak nőkről.”

Ez az ars poetica mit sem változott az évek során.

Első számunkban négy hölgygel ismerkedhettek meg egészen közelről: *Falloni Donatella* zongoraművésznő elmesélte, hogy menet közben, telefonon tanult meg háziasszonykodni, és hogy mérgében földhöz csapkodja a dolgokat. *Soma Bevallotta*, hogy rendszeresen lopott élelmiszereket boltokból és hogy – szerinte – 64 testi hibával küszködött. *Balázs Klári* énekesnő lapunk hasábjain üzentte meg egykori tanárának, hogy az éneklésből igenis meg lehet élni! *Albert Györgyi* mesélt Indiáról, ahol öt évig gyerekeskedett, s elmondta, zavarja, hogy „beskatulyázták egy bizonyos angol nyelvű riporter munkakörbe”. Hogy a Sikeres Nők

olvasásakor mást, többet kaphatnak olvasóink a sztárgazsinok „szenzációs”, híreinel, azt a négy interjú terjedelme, mélysége, őszintesége híven megmutatta. Érdemes szót ejtenünk a fotókról is, hiszen az írásokat archív és intim családi fényképek illusztrálták, melyek nem a nyilvánosságunk készültek, vendégeink mégis megtiszteltek velük bennünket és Önöket, kedves olvasók.

„Szeretnénk bemutatni olyan hölgyeket is, akik talán csak szűkebb környezetükben ismertek, de sikerességük vitathatatlan.” – írjuk a második szám bevezetőjében. Hogy jó úton indulunk el, hogy ráérzünk az Önök elvárásaira, arra a 6.963 darab visszaküldött képeslap a bizonyíték, mely minden várakozásunkat felülmúlta. A művész – és média-világ szereplői mellett hamar rátaláltunk a tudomány, a sport, az üzleti világ a közélet, a politika sikeres asszonyaira is. *Második számunkban* beszélgettünk *Dr. Petching Mária Zita* közgazdással, a Pénzügykutató Rt. főmunkatársával, *Kordé Emese* fitneszbajnoknővel, a harmadikban *Gallov Andrea*val, az Oriflame Kft. kereskedelmi igazgatójával és *Dr. Szili Katalinnal*, aki akkoriban a Környezetvédelmi és Területfejlesztési Minisztérium politikai államtitkára volt.

Rovatcímeink is nagyon hamar kialakultak, persze a hónapok, évek során bővültek. Már *negyedik számunkba* megjelentek a következő, máig használt rovatcíme: Siker a színpadon, Siker a médiában, Siker a konyhában, Szakmai sikerek-sikeres szakmák.

Valljuk azt az örök igazságot, miszerint a férfi nő nélkül és a nő férfi nélkül nem teljes. „A női sikerekben a férfiak is szerepe van. Az apának, a testvérnek, a barátnak, szeretőnek, a férjnek. Amikor sikeres nőkről a hozzá tartozó vagy tartozott férfiak teljesítménye előtt is meghajolunk.” Viszont a dolog kétélű: sokszor a nők azok, akik a háttérben részt vállalnak férjeik, fiaik, szerelmeik sikeriben. Erről szólt *Kunczéné Fellegi Katalinnal*, készített interjünk.

Májustól indítottuk el a Sikeres férfi rovatunka, kifejezetten olvasóink kérésére. Lám ennyire nem tudunk létezni a férfiak nélkül!

Ez a rovat maradt, de van olyan címszó is, ami az első születésnapot már nem érte meg. Sokan szerették a Gólyahír rovatot, melyben kisbabát váró ismert személyiségeket kerestünk fel, illetve a Sikeres elődeinket, ahol történelmünk kimagasló asszonyait mutattuk be *Zrínyi Ilonától Gizella királynén, s Mária Terézián keresztül Árpád-házi Szent Margitig*.



1999

A második év újdonsága a negyedévente megjelenő Sikeres Nők Magazinja volt. 1998 decemberében jelentkeztünk első ízben különszámmal, melyben több mint ötven rövidebb lélegzetű riportot olvashattak. A Magazin elsősorban közismert emberekkel készített interjúkat közölt, míg a Sikeres Nők Lapja továbbra is tartotta magát ahhoz az elhatározáshoz, hogy olyan „ismeretlen” sikeres embereket is bemutat, akinek élete példa lehet. Ennek színtere elsősorban a Hétköznapi sikerek elnevezésű rovatunk, bár sokszor a gazdasági, tudományos és sport sikerek között is találkozhatunk olyan személyiségekkel, akiknek a teljesítménye mindössze szűkebb körbe közismert.

Arra kértük olvasóinkat, írják meg nekünk, ha ismernek olyan embereket, akik érdekesek, vagy követendő példák lehetnek.

Érdekes, hogy egy másik hölgy, dr. Kamarás Nóra plasztikai sebész szakorvos is az önsajnálát elvetése mellett érvel: „Vajon ki a felelős azért, hogy hal vagyunk, és mit csinálunk? Rájöttem, nem panaszkodni – tenni, változtatni kell.

Sokszor a véletlen is segítségünkre szolgált a különleges emberek megtalálásában. Járainé Bödi Györgyihez, a Pestszentlőrinci Vörösmarty Mihály Ének-Zenei, Nyelvi Általános Iskola és Gimnázium igazgatónőjé-

hez egy gyermekkórus CD-je vezetett el, dr. Makara Györgyhöz pedig egy nyelvtanító kazetta ugyanis a Villám nyelvtanulás egyik kitalálója. Kállai Ildikóhoz a Las Vegasban szerzett fitnessz világbajnoki aranyérem miatt kopogtattunk be.

Januárban Tábari Nórándi, Kincses Veronikánál, Monspart Saroltánál jártunk.

Februárban Hegyi Barbara és Jókai Anna író beszélgetett velünk.

Márciusban Felföldi Anikóhoz, Nagy Natához és Polcz Alainehez, az onkopszichológushoz, vagyis rákos betegekkel foglalkozó szakemberhez látogattunk.

Áprilisban két Mártár is felkerestünk, Záray Márta énekesnőt és Zsigmond Márta újságíró, az Ez a Divat című magazinnak, Magyarország első divatlapjának létrehozóját.

Májusban Komlós Juci, Lukács Gyöngyi operaeénekesssel és Schmidt Bea, egykori manökennek és fotómodellel beszélgettünk.

Júniusban Janikovszky Éva íróval, a Mosolyrend lovagjaival és Bényi Ildikó bemondóval, műsorvetővel olvashattak interjút.

Júliusban megkerestük Kalocsai Zsuzsa operettprimadonnát és Lux Elvira szexuálpszichológust.

Augusztusba Rácz Kati dzsesszénekeshez és Détár Enikő színművészhez férközhattunk közelebb.

Szeptemberben két népszerű színésznőt is beszélgetésre invitálunk: Szalay Krisztót és régi kedvencünket, Margitai Ágít.

Októberben a nyelvek szerelmese, Lómb Kátó, aki éppen 17. nyelvét tanulta, akkoriban, és a divat szerelmese S. Hegyi Lucia nyilatkozott lapunknak.

Novemberben a mindig vidám Schütz Ilával, és a „sosem síró” Székely Évdal találkozhattak, de ebben a számban vettünk búcsút Szelezcky Zitától is.

Decemberben a legjobb magyar Carmennek, Varga Magdával olvashattak rendhagyó interjút, illetve Cserháti Zsuzsával, aki hosszú csend után újra színpadon állt.

E hosszú felsorolás még folytatható volna. Elég, ha címlapjainkra vetnek egy pillantást...

Természetesen a férfiak sem hiányoztak lapszámainkból. A Sikeres férfi rovatban találkozhattak Lagzi Lajcsival; Laux Józseffel, a „nagy generáció” kitűnő dobosával; dr. Komáromi Pisti rendőrtábornokkal, aki mellesleg dalszöveget ír és zenét szerez; Lukács Sándor színművésszel, aki tiltakozott az ellen, hogy ő sikeres férfi volna; Fábry Sándor showman-nel; Pintér Dezső bemondóval és műsorvezetővel; Fenyő Mikivel; a sikeres zenésszel.



2000

A Sikeres Nők Lapja harmadik évfolyamát a stabilitás jellemezte. Kiforrott, határozott arculatú, nem csak nőkről és nem csak nőknek szóló magazinná váltunk, biztos olvasótáborral. Továbbra is havonta jelentkeztünk, 48 oldalon és még árat sem emeltünk, 98 forintért kínáltuk magunkat.

Folytattuk az első év novemberében megkezdett hagyományt, miszerint a lap elején a Happy End rovatban közismert emberekről olvashattak friss, rövid híreket.

Januárban például Endrei Juditról, Schubert Évdéről, Egervégi Krisztináról, Kamarás Ivánról, Brunner Mártáról, Pintér Tiborról, Harangozó Teriről és Kósáné Kovács Magádról, aki éppen a francia Nemzeti Érdemrend lovagi fokozatát vehette át. Ezekkel a hírekkel aktualitásunkat kívántuk biztosítani. Januárban Rák Kati csodálatos, kissé démoni fotója tekintett ránk a címlapról. De ha kinyitjuk az újságot, ezt olvashatjuk: „Valójában nem tudom, milyen vagyok. Szeretnék nagyon nőies lenni, pihe-puha, mint egy kismadár, de látszólagos törekvésem ellenére, - tán a sok tehertől - úgy érzem, rengeteget elbírok.”

Februárban Rost Andrea fényképe vonzotta a tekinteteket magazinunkra. A „zene szárnyán” készített beszélgetésben a követ-

kezőket mondta. *„Anyai nagymamám gyakran mondta, hogy egy nőnek mindent meg kell oldani, mindent ki kell bírni. Mindig ez vezérel, amikor valami igazán nehéz helyzetben vagyok; ha úgy érzem, megoldhatatlan feladatok elé állítanak a hétköznapok, az élet. Nagyanyám igazi édesanya volt, aki összetartotta családot. Erős, és mégis gyengéd.”*

Márciusban Liptai Claudia mosolyával csalogattuk olvasóinkat. *„Rossz voltam, mint a bűn. Nekem volt egyedül kettes a magatartásom, még a fiúknak se volt, annyira rossz volt.”*

Áprilisban Xantus Barbara így fogalmazott: *„Ki merem mondani: boldog vagyok!”* Ez a boldogság sugárzik címlapfotóján is. Májusi számunk címlapján Bartha Sylvia sárga szalmakalapja és vidám mosolya már nyári időt ígér. Az ő élete azonban nem ilyen napsugarasan indult.

Júniusban Janza Kata smaragdzöld szemei hívták fel lapunkra a figyelmet. Az eMeR-ton-díjas művésznő számára a sikeres nő *„olyan, aki össze tudja hangolni életében a szakmát és a magánéletet. Tehát otthon remekül főz, játszik a gyermekével, majd néhány óra elteltével tündököl a színpadon. Én gyakorló sikeres nő vagyok. Nincs időm főzni tanulni, mégis igyekszem. Mindezt próbálom, lehet, hogy egész életemben próbálni fogom.”*

Júliusban Varga Izabellával ismerkedhetek meg közelebből. Elmesélte, hogy élete legszomorúbb pillanata a nagymamája halála volt. De *„legboldogabb pillanat”* sok volt az életében.

Augusztusban az *„egyszerűen szép”* Nagy-Kálózy Eszter fényképe került lapunk címlapjára. Rudolf Péterrel való harmonikus kapcsolatának titkáról így vall: *„Tanulni kell. Egy kapcsolatban meg kell küzdeni önmagunkért.”*

Szeptemberben Détár Enikőt látták lapunk elején.

Októberi címlapunkon két hölgy is feltűnik: Szandi és kicsi lánya, Blanka. *„Az anyaságot bulinak képelve már tinikoromban nagyon jól éreztük magunkat és nem kell olyan értelemben komolyan venni, hogy na, most gyereket nevelek és szigorúnak kell lennem. A legeslegfontosabb, hogy szeretetet kapjon a gyerek, mert akkor nem lehet baj!”*

Novemberben nagybetűs HÖLGYET láthattunk magazinunk címlapján: Baló Júliát. Decemberben Pintácsi Viki fényképét helyeztük címlapunkra, aki számára *„... a legfontosabb talán, hogy tőlem telhető leg-tökéletesebben helyt álljak, mint édesanya és mint énekesnő.”*



2001

A 2001-es év több újdonsággal is szolgált a Sikeres Nők olvasói számára, bár az év a megszokott mederben indult:

Januárban Vágó István mesélt egy '72-es Ríporter kerestetik vetélkedőről, Gálovölgyi János paródiáiról, a Favágók zenekarról és Péter fiáról. Vendégünk volt Tihanyi Tóth László, alias Novák Laci és Udvaros Dorottya.

Februárban tapasztalhatták az első újdonságot: új divatrovattal jelentkeztünk. Ezt a számot két tragikus hír is komorította: elhunyt Sinkovits Imre és Zámbo Jimmy.

Márciusban sikeres gyógyulás rovatunk aratott nagy sikert.

Áprilisi számunk már a címlapon hirdette a nagy újságot: májustól kéthetente fogunk megjelenni! Ebben a számban olvashattak Csáky Eszterrel, aki csupán néhány éve lett a Színházművészeti Főiskola tiszteletbeli hallgatója. Találkozhattak többek között Szörényi Leventével és Ónodl Eszterrel, Csák Magdolnával és párjával Rátgéber Lászlóval.

Májusi számunk újdonságát így kommentáltuk az Önök levellélapján: „Jobb minőségű, szebb papírra készül a Sikeres Nők. Mint sokan írták, a belbecshez a külső is megfelelő.” Májusban Eszenyi Enikóval és Tahi Tóth László-

val folytathatták elmélyült beszélgetést, de izgalmas volt találkozni a Szatmári Irgalmas Nővérek magyarországi tartományfőnöknőjével, Zalán Katalin M. Luciana nővérel.

Május közepén újabb kiadással örvendeztünk meg olvasóinkat kétheti megjelenésnek köszönhetően, Kertész Zsuzsával, Vári Attilával találkozhatnak. De itt van a „zongora gyönyörű professzomáje”, Szentpéteri Csilla és „egy ország Bálint gazdája” is.

Júniusban is két számot vehettek kézbe. Balázs Klári az elsóban szerepelt, új lemeze megjelenése alkalmából.

Másik júniusi számunkban Hernádi Judittal készült riportot. Ebben a számban hosszabb szünet után újra jelentkezett a Hétköznapi sikerek rovatunk.

Júliusban szintén két számot készítettünk.

Júliusi kiadásban egy hónapra köszöntünk el Önöktől, s ezzel visszatértünk a havi egyszeri megjelenéshez. A nyári szünet idejére egy 16 oldalal vastagabb újsággal vettünk búcsút olvasóinktól, melyben megemlékeztünk a fél éve elhunyt Jimmyről. Beszélgettünk a pályafutását taxisként kezdő Demszky Gáborral, valamint Verebes Istvánnal, Sass Sylviával, Gryllus Dorkával, Kondor Katalinnal és Kapuvári Gáborral.

Szeptemberi lapunkban új mellékletre bukkanhattak olvasóink a Volkswagen Golfot mutattuk be „női szemmel testközelből.” Ekkor hirdettük meg novellapályázatunkat, melynek első darabját októberben már olvashatták.

Októberi lapszámunk kifejezetten férfiasabbra sikerült. Nem véletlenül, hanem olvasóink igényeinek megfelelően. Bemutattuk Ganxta Zolee-t, Tökés Lászlót és Medgyessy Pétert. Részt vettünk Selmeczi Gabriella esküvőjén, és ekkor kezdtük folytatásokban közölni Medveczky Ilona élettörténetét négy részben.

Novemberben halálának harmadik évfordulóján megemlékeztünk színjárszánk nagyszonyjáról, Tolnay Kláridól.

Decemberben gyönyörű hölgyekkel és markáns férfiakkal zártuk az évet. Vendégünk volt többek között Bánsági Illdiká, Bozsik Yvettel „A tánc fenegyereke.” Az urak névsora: Gundel Takács Gábor, Kuncze Gábor, Náray Tamás és Bálint András, akit a „a sztárság sosem érdekelt!”

A karácsonyfa alá még egy meglepetést készítettünk, de ez már egy másik történet,...



A L'Oréal UNESCO A Nőkért és a Tudományért magyar ösztöndíj nyertese 2023-ban

DR. HIRSCH EDIT

„Valós gyógyszeripari kihívásokra adunk valós megoldásokat”



Hirsch Edit biológiai eredetű gyógyszerek gyártástechnológiájának fejlesztésével foglalkozik.

A biológiai készítmények olyan hatóanyagot tartalmaznak, amelyet élő szervezetek vagy azok részei segítségével állítanak elő. Ilyenek például a fehérjét tartalmazó gyógyszerek, a vakcinák, vagy az RNS-alapú készítmények, de ide soroljuk a probiotikumokat, vérkészítményeket és a sejtes terápiákat is.

A biológiai eredetű gyógyszerek kulcsszerepet játszanak a modern gyógyszeres terápiákban, főleg a rákos, gyulladásos és vírusos megbetegedések kezelésében alkalmazzák őket. Ezek a készítmények rendszerint nagy molekulatömegű, komplex szerkezetű hatóanyagot tartalmaznak, előállításuk bonyolult és körülményes eljárásokat igényel. Továbbá rendkívül érzékenyek a környezeti hatásokra, ennek következtében stabilitási problémák léphetnek fel a termelés, a szállítás és a tárolás során egyaránt. Gondoljunk csak az extrém alacsony hőmérsékleten tárolható vakcinákra.

A gyógyszerek előállítása során nagyon fontosak a hatékony folyamatok, amik biztosítják a hatóanyagok és a későbbi készítmények minőségét. Amennyiben a megfelelő feltételek nem adóttak, nem megfelelő minőségű vagy instabil termék keletkezik. Az új technológiák segítségével, amelyekkel Edit dolgozik, lehetővé válik a hatóanyaggyártás nyomon követése és a készítmények minőségének folyamatos ellenőrzése. A rendszer, amelyet kifejlesztett, teljesen automatikusan működik és biztosítja az optimális körülményeket a gyártás során. A világon számos kutatócsoport dolgozik a biológiai gyógyszerek ipari előállításának, gyártásának fejlesztésén, hazánkban Edit kutatócsoportja az egyetlen, amely ilyen típusú kutatással foglalkozik.

Edit munkája valós, gyógyszeripari problémákra, kihívásokra ad választ, a kutatónő olyan innovatív technológiákat fejleszt ki, amelyek csökkenthetik az előállítási költségeket, megkönnyíthetik a gyógyszerek szállítását és tárolását, így azok a jövőben elérhetőbbé válhatnak szélesebb közönségnek is.

A készítmények, amelyekkel foglalkozik, sokszor nagyon drágák, vagy nagy mennyiségben nem elérhetőek, ilyenek például a Chron-betegség kezelésében használt fehérje típusú gyógyszerek is. Kutatásainak eredménye a jövőben az lehet, hogy a költségesebb terápiák olcsóbban és könnyebben, több beteghez is eljuthatnak.

Forrás: „L'Oréal - UNESCO A Nőkért és a Tudományért” díj

SIKERES SZÍNÉSZNŐ

A KERESZTANYA...



A fenti cím félreérthető lehet.

Sőt... Nemcsak lehet, félre is értik.

Az 1970-es években bemutatott legendás, felejthetetlen amerikai film, *A keresztapa*, Marlon Barandóval, megváltoztatta a szó eredeti értelmét.

Szó sem volt már a keresztvíz alá tartott csecsemő mellett álló kedves családtagról, barátról. Annál inkább a szicíliai maffia rettgett főnökéről.

A magyar tévésorozat, a *Keresztanyu* főszereplőnője sem arról híresült el, hogy egy templomi szertartásban segítene.

Am esetünkben egy valódi keresztmáról lesz szó, akit barátnője kért fel erre a feladatra.

A februári számunkba írtam egy riportot *Labánné Szalai Katalinról*. Amikor friss alanyomnak, **SÓVÁRI-FEHÉR ANNÁNAK** ecseteltem a Sikeres Nők magazin nagyszerűségét, röggön közbevágott. „*Ismerem a lapot, az előző számban benne volt a barátnőm, Szalai Kata, a kislányának én vagyok a keresztanyja.*”

Erre mondják: kicsi a világ.

Pedig végeláthatatlan...

Sóvári-Fehér Annáról keveset tudok. Nem jelentek meg vele mélyinterjúk, nem látni őt egyetlen tévésorozatban sem, de ezektől eltekintve, ahogy mondani szokták: tett már le valamit arra a bizonyos asztalra.

Ami engem illet, kedvenc kávézómban a törzsasztalomnál várom a szóban forgó hölgyet. A megbeszélte időre, pontosan érkezik. Feltűnően szép lány, széles mosollyal. És... Akár a *Télapó!* Hatalmas hátizsákkal...

– **Mi van a hátizsákban? Mármint az élete hátizsákjában?**

– 1999. június 12-én születtem Debrecenben, gyermekkoromat szerető családommal Nyíregyházán töltöttem. Egy hirtelen döntés volt, hogy színésznő leszek. Ötödéves hallgató vagyok a kaposvári egyetem színész szakán. Boldoggá tesz, hogy a győri és a fővárosi – Karinthy és Thália – színházakban szép szerepeket játszhattam már és játszhatok jelenleg is. Mivel *Fehér Anna* nevű színésznő régebb óta van a pályán, a nevem elé

Fotó: László Dorina



Ion Luca Caragiale – Farsang című előadás Didina szerepe, fotó: Thália Színház

nagymamám nevét, a *Sóvárit* vettem fel megkülönböztetésként.

– **És amit a hátán hord?**

– Mikor mi! Fel vagyok készülve minden eshetőségre. Sok hasznos és mások számára haszontalannak tűnő dolgot rejt a táskám.

– **Jöjjön néhány asszociációs villámkérés. Bűvös szék?**

– A Karinthy Színházban nagy örömmel játszom ebben a színdarabban. Remek csapat. A próbafolyamattól ajándékba kaptam nagyon jó barátnőmet, *Balázs Andit*.

– **Egyedül vagy...**

– Csapatjátékos vagyok, de már tudok és szeretek is magamban lenni.

– **De jó is lenne...**

– Jelenleg semmi másra nem vágyom, mint amim és ahogyan van. Csodálatos dolgok történnek velem, hálás vagyok a Jóistennek az életemért.

– **Fedák Sári...**

– Erő, eltökéltség, belső ragyogás. Első kőszínházi szerepemben Győrben a legendáshírű színésznő fiatal éveit játszhattam el. Nagy kaland volt. *Fedák Sári* fontossá vált számomra.

– **Ilyen vagyok...**

– Ami szívemen, a számon.

– **Azt mondták mások...**

– Régen egy számomra fontos ember szörnyetegecskének hívtak, azt gondolom sokszor ez igazán találó rám. Egyszerre kedves és rémes. Ábrándozó és földhözragadt.

– **Lámpaláz?**

– Előfordult, hogy szinte remegő lábakkal léptem a színpadra. Mindig van bennem egyfajta egészséges druk, de gondolom, ez vele jár.



Győri Nemzeti Színház- Minden jegy elkelt című előadás - Fial Fedák Sári szerepe, a kép forrása: Győr+ Média

SIKERES SZÍNÉSZNŐ



Müller Péter Sziámival a Hegedűs Gyula utcai zsinagógában egy Leonard Cohen esten



Claude Magnier – Oscar című előadása Colette szerepe, fotó: Thália Színház

– Partner?

– Színpadon és magánéletben is olyan ember, akivel egy tekintetből is megértjük egymást.

– Szexbotrány Angliában...

– A Thália Színházban ebben a darabban három szerepet játszom. Egy nyolcas ikerral várandós nőt, egy producert és a világhírű futballista, David Beckham feleségét. Élveztem a szerepek sokszínűségét.

– Ujjé!

– A ligetben nagyszerű! Ujjé, a jó beszélgetésekre, a kalandokra, a kihívásokra! Ujjé, amikor olyan emberekkel lehetek, akik igazán fontosak számomra és csak úgy egyszerűen jó velük a lét.

– Vastaps!

– A Fedák Sári előadások végén többször volt benne részem. Ilyenkor érzékenyültem és nagyon megszorítottam Kubik Anna kezét.

– Zene?

– Szinte folyton dúdolok valamit. Ősi összefonódás. Feltöltődés és kiürülés. Több hangszeren játszom, nagyon szeretek jazzt improvizálni, dalocskákat írni.

– Aktuális?

– Jelenleg szakdolgozatot írok, boldog vagyok és a Thália Színház legújabb produkciójában, a Nyakamon a nászmenet-ben próbálok. Nagyon élvezem a folyamatot, sokat tanulok belőle. Remélem, hogy a közönség is szeretni fogja ...

Kemény György

B-vitamin komplex

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

B₁
B₂
B₃
B₆

B₇
B₁₂

A B-vitaminok segíthetik

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

A B-vitaminok hozzájárulhatnak

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

Gyümölcsökből, különféle növényekből és gyógynövényekből készül. Napki 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 gyógyszerárakban, gyógynövény-szaküzletekben, vagy megrendelhető honlapunkon.
Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a kiegyensúlyozott, vegyes étrendet és az egészséges életmódot.

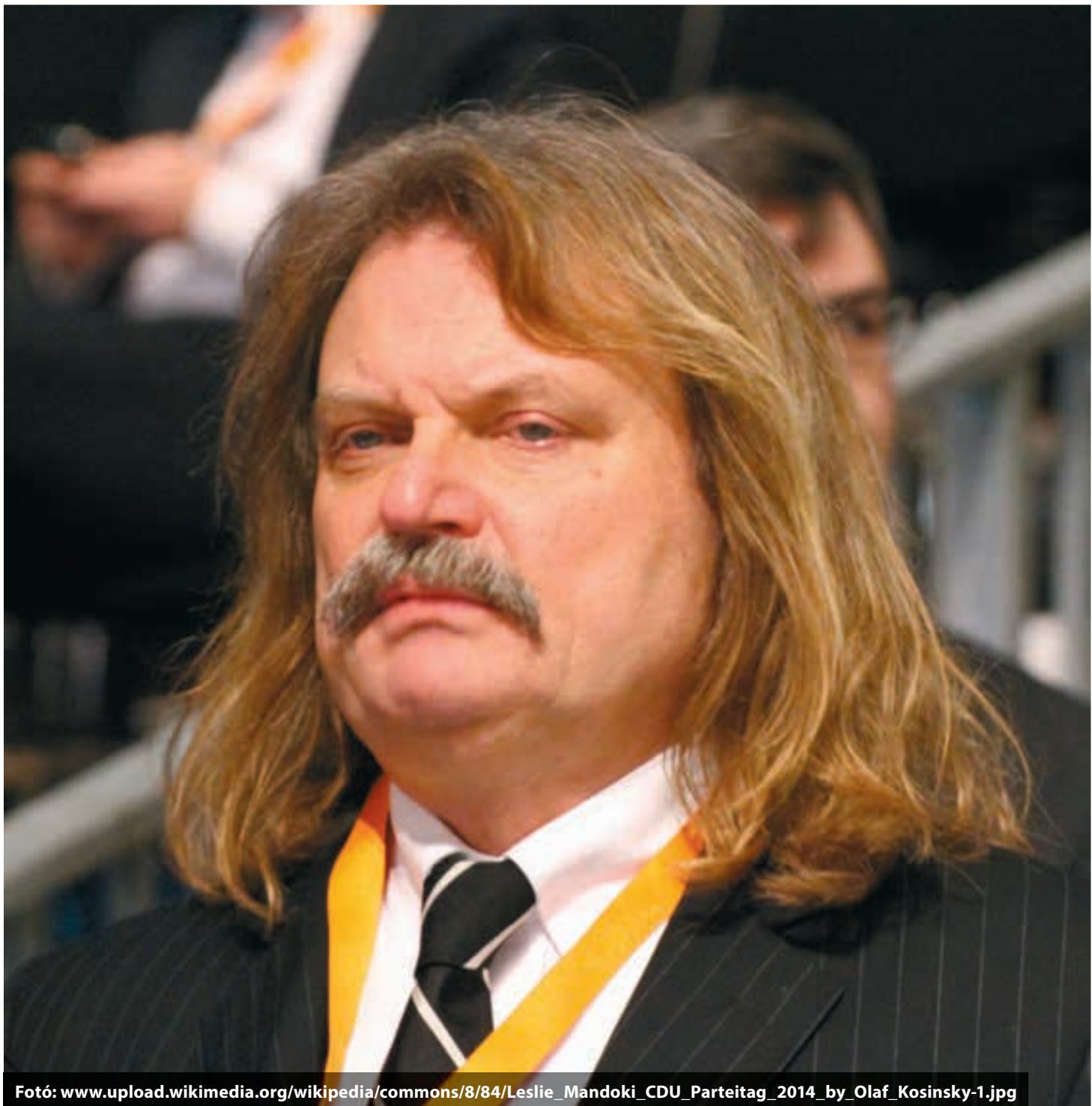
☎ 36/431-001 📞 20/974-28-10

🌐 www.vashiany-verszegenyseg.hu

Forgalmazza: Sal-Bert Kft.

SIKERES ZENÉSZ

„A ZENE A LEGNAGYOBB EGYESÍTŐ ERŐ”



Fotó: www.upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/8/84/Leslie_Mandoki_CDU_Parteitag_2014_by_Olaf_Kosinsky-1.jpg

LESLIE MANDOKI (MÁNDOKI LÁSZLÓ)



LESLIE MANDOKI zenész, zenei producer Mándoki László néven született Budapesten 1953. január 7-én.

Számos nemzetközi díj és kitüntetés tulajdonosa, munkásságát Magyarországon 2012-ben a Magyar Érdemrend tisztikeresztjével, 2013-ban Fonogram életműdíjjal ismerték el.

Leslie Mandoki egy újabb állomáshoz érkezett 'Magyar Képek' című zenei eposzával, amely többek közt Bartók Béla műveiből merített.

„Ha ennyi idő után egy magyar albumot letesz az asztalra, akkor csak annak van létjogosultsága, ami az eddigi legjobb! Sok sikert értem el eddig, kaptam kitüntéseket, de úgy gondolom, hogy a 'Magyar Képek' a Pályafutásom legnagyobb műve lett.” – nyilatkozta a világhírű zenei producer, dalszerző-énekes, multi-ütőhangszeres.

Leslie Mandoki a kezdetekről így nyilatkozott.

„Mikor még kisserác voltam, akkor is a zene volt az első nagy szerelem, bár eleinte festőnek, évekkel később pedig még költőnek is készültem. Amikor fiatal tinédzserkoromban világhíressé vált, hogy zenész leszek, komolyabban elkezdtem magamba szívni a nagy magyar szövegírók munkásságát. Bródy János, Dúsán, Demjén Ferenc és Horváth Attila szövegei hihetetlenül nagy hatással voltak rám a hetvenes évek közepén mint dalszerzőre. Ők voltak a kor igazi nagy magyar rockköltői. Ezeken a dalokon nőttem fel. Engem a zene hajója később messzire vitt: évtizedes zenei bolyongásokkal teltek az évek a nemzetközi zeneipar viharos óceánján Los Angelesztől Londonig. A bolyongást sok-sok felejthetetlen éjszaka követte a New York-i és müncheni stúdiókban, és koncertek a világ rockszínpadain, így az angol lett

számomra a zene nyelve, de a magyarság az nem egy télikabát, amit tavasszal a szekrénybe akaszt az ember, így szinte elkerülhetetlen volt, hogy egy nap az angol nyelvű dalaimat a magyar rockzene legnagyobb előadóival és szövegíróival együtt készítsem el. Így született meg az első Találkozások album 1997-ben, és most, több mint 25 évvel később hasonló indítatásból a Magyar képek is.”

Az albumon olyan magyar hangokat fedezhetünk fel, mint Ákos, Caramel, Charlie, Mező Misi, Pápai Joci, a néhai Szakcsi Lakatos Béla és Zséda, valamint nemzetközi kiválóságok és Grammy-díjas jazz-, pop-, és rock legendák hallhatóak.

Először angol nyelven készült el a duplalemez, amely az Egyesült Államokban 'Utopia For Realists', Európában pedig 'Living In The Gap & Hungarian Pictures' címen sikereket elérve a világ számos pontján. A dalszövegek többségének új, magyarnyelvű jelentést maga Leslie adott Horváth Attilával és Kovács Ákossal, szerzőtársaival.

Az Ákos és Caramel előadásában született dal, az „Ez már az élet”, amely az emberségről, összetartozásról, és a tenni akarásról szól, hordozza az album teljes mondanivalóját.

„Nekem nagyon sokat jelent több okból is az együttműködésünk Leslie-vel. Egyrészt a 'Magyar Képek' szerintem szenzációs, nagyon jó érzés, hogy van egy magyar zenei producer, aki világviszonylatban megállja a helyét. Eltelt 18 év a Megasztár győzelmem óta, sok pozitív ért, de ez mindenképp a pályám egyik csúcspontja, ha nem a legnagyobb, hiszen ilyen közreműködőkkel már nem hiszem, hogy összehozhat még az élet. Leslie pedig amellet, hogy egy legenda, megismerve őt személyesen is, végtelenül kedves, figyelmes és alázatos ember. A dalválasztásnál pedig elképesztő érzékkel tudta, hogy melyik az, amelyik első



hallásra igazán a szívemhez közel állt: „Ez már az élet!” – nyilatkozta Molnár Ferenc Caramel.

Erre az albumra különösen büszke vagyok, hiszen a forma és a tartalom gyönyörű egyensúlyban van a zenében, amely mélyen belemerül Magyarország zenei lelkivilágába. Bartók zenéjét és a progresszív-rock mély költői mondanivalóját ötvöztük az amerikai virtuóz jazzrockkal, az pedig külön megtiszteltetés, hogy ezt a zenét most gyönyörű anyanyelvemen, egykori gyerekkori magyar és angolszász példaképeimmel játszhatjuk együtt. A zene a legnagyobb egyesítő erő, és erre most egyre nagyobb szükségünk van, hogy újra és újra áthidaljuk a szakadékokat. Ezzel a zenével – amit a diktátorok mindig is megvetettek és félttek tőle – szerettem volna ledönteni a falakat. – nyilatkozta Leslie Mandoki

A Soulmates Magyarországon is többször lépett fel, legutóbb 2023. augusztus 20-án a formáció 30 éves jubileumán adtak Budapesten ingyenes koncertet.

Szerk.-

KIRÁNDULJON GYULÁN ÉS KÖRNYÉKÉN!

Pihenjen, gyógyuljon a gyulai Hőforrás Hotelben!



Fedezze fel a Dél-Alföld legszebb kisvárosát Gyulát! 2024-ben ismét rengeteg program várja a városba érkezőket. Májusban a Gyulai Virágok Fesztiválja és a neves előadók felvonultató Pálinkafesztivál kezd meg a végtelen rendezvények sorát.

A Hőforrás Hotelből néhány perc sétára elérhető a vár és a kastélykert, ahol a városi programok többsége zajlik. De a Hőforrásban nem csak az aktív nyaralás kedvelői

találhatják meg a számukra ideális pihenéshez szükséges feltételeket, hanem a nyugalomra vágyók is. A szállodában több típusú lakrészből választhatnak vendégeink. A négy csillagos kényelmet elváróknak a superior szobákat ajánljuk, míg az árérzékenyebb vendégeink részére a komfort szobáink biztosítanak megfelelő szállást. Kisgyermekkel érkezők részére a családi szobáink kínálnak mesés szálláslehetőséget.

A Hőforrás saját fürdőjének gyógyvizes medencéjében ajánlott minden felnőtt számára a napi 2-szer 30 perces tartózkodás, hiszen mind preventív jelleggel, mind a kialakult ízületi, és mozgásszervi problémákra kiváló hatással van a gyulai gyógyvíz. Ám, aki nem csak a gyógyvízben ülne, annak egy termásvizes, ponyva fedésű medence, valamint májustól egy strand- és egy gyermekmedence is rendelkezésre áll. Tavasztól késő őszig minden héten több alkalommal is becsatlakozhatnak vendégeink animációs programjainkra. Nagy kedvenc például programjaink közül a vízitorna, nordic walking oktatás, de akár a pilates tornával is megismerkedhetnek, sőt igénybe vehetik a tenispályát, és még kerékpár bérleti lehetőséget is biztosítunk. Jázmin kabalafiguránk a nyári szünet idején minden kis vendégünk számára meglepetést tartogat, míg az úszni tudó lányok kipróbálhatják a sellőúszást oktatónk segítségével. Kellemes nyári estékre ajánljuk vendégeinknek a szállodánk parkjában lévő bográcsozási, szalonasütési lehetőséget is.

Mindazon vendégeink számára, akik a kevésbé sportos nyaralás hívei ajánljuk megtekintésre a gyulai Almásy-kastély látogatóközpontot, az Erkel emlékházat, Közép-Európa egyetlen épen maradt síkvidéki, gótikus téglavárát. Érdeemes egy kirándulást tenni a békéscsabai Munkácsy Múzeumba, illetve a csodás





szabadkígyósi Wenckheim-kastélyba is. A gasztronómia kedvelőinek ajánljuk a felújított 100 éves cukrászdát, ahol nem csak finom sütemények elfogyasztására van lehetőség, hanem a cukrászmúzeum megtekintésére is. Nyári estére pedig nagyszerű programlehetőségeket ígérnek a gyulai nagyrendezvények, illetve a Várszínház programjai is. Kijelenthetjük, hogy Gyula városa nem véletlen a belföldi turisták egyik legnagyobb kedvence. Foglalja le szállását a Hőforrás Hotelben és legyen gazdagabb csodás élményekkel!

**Tavaszi nyári csomagajánlatainkat keresse honlapunkon!
Várjuk Önt szeretettel Gyulára a Hőforrás Hotelbe!**

**Bővebben rólunk:
www.hoforrasotel.hu
Tel.: 06 66 463-722**



HAPPY BIRTHDAY

KOLTAI LAJOS

„A jóisten mindig vele volt...”



www.kultura.hu

Koltai Lajos Kossuth-díjas, Balázs Béla díjas, Európai Filmdíjas és kétszeres David di Donatello-díjas, Oscar-jelölt operatőr és filmrendező, a Színház- és Filmművészeti Egyetem osztályvezető tanára. Érdemes művész a Nemzet Művésze (2016). Több mint 70 film és több mint 77 év áll mögötte.

Egy gyerekkori élmény hatására döntött el, hogy élete a vizualitás irányába megy el. Szerinte a vizualitás a világ legnagyobb üzenete, az egyetlen dolog, amit még nem tudunk „megrongálni”. A körülöttünk lévő természet nagyon sok szépséget hordoz – mutatott rá, hozzáfűzve: ahhoz, hogy ezt valaki képbe tudja fogni és továbbítani a nézőknek, olyan szemre, agyra és belső gondolkodásra, érzékenységre van szükség, amely képes észrevenni a mások számára észrevétlen vagy érdektelen dolgokat. Számára a filmkészítésben a kép az üzenet és a dialógus.

Gimnazistaként amatőr filmeket készített.

1965-ben került a Színház- és Filmművészeti Főiskola operatőr szakára, ahol Illés György tanítványa volt.

1970-ben az *Agitátorok* című filmmel diplomázott. 1970 óta a Mafilmnél dolgozott. Kezdetben dokumentumfilmeket készített.

Dokumentumfilmjeiben és „dokumentarista” játékfilmjeiben közvetlenül hasznosította a TV-ben szerzett tapasztalatát.

Tagja az Oscar-díjat osztó amerikai filmakadémiának, és az Amerikai Operatőrök Egyesületének. Egyszer javasolták Oscar-díjra, a *Maléna* című filmért.



www.kultura.hu



www.f21.hu/wp-content



Jelenet a Semmelweis című filmből

Már a Színház- és Filmművészeti Főiskola operatőr szakán megkezdődött kapcsolata a Balázs Béla Stúdióval és itt rengeteg ismert filmet csinált jó rendezőkkel. Olyan jelentős magyar filmrendezőkkel dolgozott együtt mások mellett, mint *Gothár Péter* (*Megáll az idő*), *Gábor Pál* (*Angi Vera*), *Dárday István* (*Jutalomutazás, Filmregény*) és *Maár Gyula* (*Dérynék, hol van?*).

Fordulópontot jelentett életében a *Szabó Istvánnal* való közös munka. Együttműködésükből olyan klasszikusok születtek, mint a *Bizalom*, az Oscar-díjas *Mephisto*, majd a trilogia további két része: a *Redl ezredes* és a *Hanussen*, aztán az *Édes Emma, drága Böbe*, a *Találkozás Vénusszal*, *A napfény íze*, a *Szembeállítás*, a *Csodálatos Júlia* és a *Rokonok*.

Az 1980-as évek közepétől dolgozott az Egyesült Államokban is, itt fényképezte többek között a *Ha a férfi igazán szeret* és *A gyönyör rabjai* című filmeket. Az olasz *Giuseppe Tornatore* rendezővel készítette *Az óceánjáró zongorista legendája* című filmet, majd a *Monica Belucci* főszereplésével forgatott *Malenát*. A különleges megvilágítási eljárás, amit *Koltai Lajos* használt a szakma a neve után „*Lajosing*”-nak („*lajosolás*”-nak) nevezte el. Lényege, hogy a szereplők közelében lévő bútorokra irányított fény adja a különleges hangulatú megvilágítást.

Első filmjét 2004-ben rendezte az irodalmi Nobel-díjas *Kertész Imre Sorstalanság* című regényéből, az operatőr *Pados Gyula* volt. Következő filmje rendezőként három évvel később az *Este* volt, amely *Susan Minot* világsikerű regénye alapján készült, s olyan sztárok játszották a főszerepet, mint *Glenn*



Jelenet a Semmelweis című filmből

Close, *Meryl Streep* és *Vanessa Redgrave*. Munkájában az emberi arc fényvel való szeretetét, simogatását tartja a legfontosabbnak.

2021 óta tanít a Színház- és Filmművészeti Egyetemen.

Koltai Lajos legújabb filmrendezése a 2023 novemberéig mozikkakerült *Semmelweis*. A világhírű magyar orvos *Semmelweis Ignác* életéről szóló új film romantikus alkotás, megidézi a 19. századi Bécs hangulatát, a korabeli kórház tragédiáit, az osztrák és magyar orvosok közötti ellentéteket is.

A *Koltai Lajos* rendezésében készült *Semmelweis* című film lett a 19. Torontói EU Fesztivál legjobbja 27+1 ország 29 filmje közül, és elnyerte a közönségdíjat is.

A *Semmelweis* üzenetéről így nyilatkozott: „*Mindegy, hogy a körülmények rosszak, hogy az emberek cserben hagynak, ha végig akarsz menni a saját utadon, és kitartasz, sikerülhet.*” Mindez a mozgóképművész rendező életpályájára is igaz.

Szerk.-

Fotó: InterCom

KULTURÁLIS- ÉS PROGRAMAJÁNLÓ

Koltai 80 – Filmeskönyv

GAÁL ILDIKÓ

Még a Színművészeti Egyetem elsőéves dokumentumfilm-rendező hallgatója voltam, amikor az egyik tanárunk behozott az órára egy vadonatúj, frissen készült filmet.

Ez volt a Sose halunk meg, Koltai Róbert első rendezése. Nem sejthettem, hogy pontosan 30 év múlva olyan könyvön fogok dolgozni, amely Koltai Róbert filmjeivel foglalkozik, és őt nem csak mint filmrendezőt, filmszínészt, hanem mint életem párját is kérdezem majd. A szubjektív kifejezés ily módon talán adja magát, a monográfiát pedig az magyarázza, hogy a könyv Koltai Róbert mintegy 15 filmjét és az elmúlt közel 30 évet öleli át. A könyvben mesélnek többek között: Bunyik Béla producer Darvas Ferenc zeneszerző Dész László zeneszerző, zenész Grecsó Krisztián író Kern András színművész Miklós Mari vágó Vámos Miklós író Nógrádi Gábor író.

A szerzőről Gaál Ildikó vagyok, színházi rendező, rádiós műsorvezető, de legfőképpen kíváncsi ember. Érdeklődésem tárgya pedig a másik ember. Filmen, színházban, rádióban és a magánéletben is. Kapcsolódni szeretek. Érteni, érezni, létrehozni.

Ár: 5.990 Ft

Athenaeum Kiadó



Így írtok ti - Gyűjteményes kiadás

Karinthy Frigyes

Voltak, akik megsértődtek, és voltak, akik a pályatárs elismerését látták abban, amikor Karinthy Frigyes 1912-ben irodalmi karikatúrát rajzolt róluk.

„Babits Bihály” versei, vagy az Ady költészetét parodizáló Moslék-ország mára már érettségi tétel, Kemény Simon nevét pedig nem is ismernénk, ha Karinthy nem írt volna gúnyrajzot róla. „Most már tudom, hogy alapjában véve szerettem azokat az írókat, akiknek torzképét itt találja az olvasó” - írja későbbi, gyűjteményes kötetének előszavában a magyar irodalmi paródia atyja.

Bármennyire ágált is ellene, az Így írtok ti alapozta meg Karinthy országos népszerűségét, és idővel klasszikussá vált: száz év múltán is élvezhető, szórakoztató - megunhatatlan.

Ár: 3.999 Ft

Athenaeum Kiadó



Ki vinné haza

VÁMOS MIKLÓS

Akiket megöltek a vészkorszakban, azoknak leszármazottjai sincsenek, gyakorlatilag mindenki, akivel távolabbi rokonként - kortársként? - tarthatnám a kapcsolatot.

Részlet: Nem is vagy meglepve (Palikám), hogy itt a Lina néni? Hogyhogy miért, hát ő az a Lina néni, tudod, meséltem már, az apám nővére! Vera apja óvatos mozdulatot tett a kezével, igen-igen, örülni kell, hogy ezt is megértük! - eltűnődött, mit gondolsz, Palikám, megjönnek akkor az én... az enyémeik is? Az asszony kelleetlenül bölintott, igen, a nagynénje vagyok ennek a gyerekek. Tudom, tudom, de azt akarnám kérdezni, hogy annak idején nem tett-e véletlenül találkozni az én szüleimmel, mert bár ez nem egészen biztos, de a hírek szerint ők is... őket is oda vitték, doktor Szűcs Oszkár és doktor Szűcs Oszkárné, Veszprémből. Melyik táborban voltak (Lina néni)? Hát Auschwitzban!

Sajnos (Vera apja) bővebbet nem tudok, ez is csak kézen-közön jutott el hozzám, évekkal később... mindenkit elvittek rajtam kívül, engemet bújtattak Ő viszont pécsi, mesélte, szeretne leutazni, megnézni, mi a helyzet ottan, annyi sok év után.

Abban maradtatok, fölkerekedtek valamennyien.

Ár: 4.499 Ft

Athenaeum Kiadó



Végig az Andrássy úton – A sugárút legendás történetei

MORCSÁNYI ELZA

A jövő útja, a város reménysége, a világörökség sugárútja - ezekkel a magasztos jelzőkkel illették egykor az Andrássy utat, fővárosunk legfontosabb látnivalóinak egyikét.

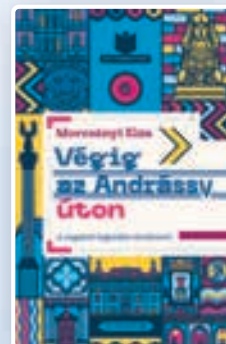
Morcsányi Elza sétavezető, podcast-műsorvezető nemcsak az épületekről mesél szakavatottan, hanem a díszes paloták egykori lakóinak életét övező legendákat, titkokat, szóbeszédeket is megosztja élménydús, szórakoztató sétája során, amelyet friss képanyag és archív felvételek tesznek színesebbé.

Sétára fel!

Részlet a könyvből: Magasztos jelzős szerkezetekből nincs hiány az Andrássy út esetében: a jövő útja, a város reménysége, a világörökség sugárútja, és hosszan sorolhatnánk a megtisztelő elnevezéseket. YouTube-videók, útikönyvek és baráti tippek minimum dobogósa ez a helyszín, ha városunk legfontosabb látnivalóiról van szó; a kiegészítéssel kezdődő és az első világháborúval lezáruló boldog békeidők ragyogó, neoreneszánsz palotákkal tűzdelt mementója.

Ár: 3.999 Ft

Athenaeum Kiadó



PROGRAMAJÁNLÓ

Hungarikum Piknik Eger
Eger, Szépasszony-völgy

2024. április 13. – 2024. április 14.

www.programturizmus.hu

Életet az Éveknek Fesztivál
Balatonfüred

2024. április 15.- 2024. április 18.

www.programturizmus.hu

Savaria Filmszemle
Szombathely

2024. április 24. – 2024. április 26.

www.programturizmus.hu

ErődFeszt
Komárom

2024. május 3. – 2024. május 5.

www.programturizmus.hu

Hólégballon Fesztivál
Hajdúszoboszló

2024. május 17. - 2024. május 19.

www.programturizmus.hu

Komlói Amatőr
Színházi Találkozó
Komló

2024. május 30. – 2024. június 2.

www.programturizmus.hu



Avasi borbarangolás
Miskolc

2024. május 16. – 2024. május 19.

www.programturizmus.hu

Agykontroll
stresszkezelés és elmefejlesztés
(pedagógusok és természetgyógyászok számára akkreditált)

AGYKONTROLL ALAPTANFOLYAMOK

BUDAPEST
2024. április 27-28., május 4-5.
2024. május 4-5., 11-12.
2024. június 15-16., 22-23.
2024. július 6-7., 13-14.
2024. augusztus 10-11., 17-18.

VIDÉK

SZOMBATHELY
2024. május 4-5., 11-12.

BÉKÉSCSABA
2024. szeptember 7-8., 14-15.

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



WEIBEL CSABA

A Séf, a Tenger és a Kolbász - Mediterrán receptek, tengeri kalandok Mallorcáról

A Mallorca szigetén hat évet töltött séf különleges gasztronómiai utazásra invitálja az olvasókat. A szerző izgalmas élményei mellett könnyen elkészíthető, igazi mediterrán hangulatot idéző ételek receptjeit gyűjtötte össze első könyvében. Weibel Csaba a Duna menti Hartán nőtt fel. Előbb a bajai Bányai Júlia Technikumban pincér szakmát szerzett, majd nyakába vette Európát.

2002-ben a világhírű gasztronómiai iskolában, a svájci EHL Campus Passuggban tanulva ismerte fel a szakácsmesterség iránti határtalan szeretetét.

2017-ben Mallorca szigetére költözött, ahol tovább szélesítette a látókörét a legendás Goli étterem executive séfjeként. Munkájában ötvözi a magyar és a mediterrán konyha kincseit, élményeit pedig a Séf, a Tenger és a Kolbász nevű blogján adja tovább minden főzni és élni szerető embernek. „Ez itt nem csupán egy szakácskönyv. Hanem egy olyan kulináris utazás, ahol a tenger, Mallorca szigetének élővilága és az engem inspiráló emberi sorsok szorosan együttműködve alkotják meg a jelen egyik legerősebb összetartó erejét. Van egy kedvenc idézetem, ezzel maradok őszinte híved: Aki eszik, az mindig őszinte. Figyelje meg, milyen odaadó, minden egyebet kizáró érdeklődéssel, elmélyedéssel pillant az evő arra a falatra, melyet majd bekebelez s nemsokára saját egyéniségévé magasztosít. Aki eszik, az szerelmet vall az életnek. (Kosztolányi Dezső)”

Ár: 8.999 Ft

Partvonal Kiadó

SIKERES FÉRFI





HAJÓS ANDRÁS

„NAGYON ŐSZINTÉN”

Hajós Andrással indult a Mindfuel podcast 2. évada

Az Armadillo Kreatív Ügynökség tavaly indította útjára YouTube csatornáján a Mindfuel podcastot, azzal a céllal, hogy mély gondolatokat és tanácsokat osszanak meg a mentális egészséggel, munkahelyi jóléttel és az önfejlesztéssel kapcsolatban. Az első évad nagyon sikeres volt, milliós nézettség felett van az összegtekintések (YouTube, TikTok) száma. Az öt adás vendége Tarr Bence László, Moldován András, Aigner-Barta Mónika, Csernus Imre és Paksi András voltak. Március 20-án este elstartolt a 2. évad, a sokszínű, sokoldalú Hajós Andrással,

aki nagyon őszintén megnyílt Sass Dani műsorvezetőnek, az Armadillo kreatív igazgatójának.

Hajós András már sok szerepben láthattuk, hallhattuk – de vajon melyik az igazi arca? Ő hogyan látja magát? Mi teszi boldoggá? Mitől szorong? Ilyen, és ehhez hasonló kérdésekre keresi a választ a Mindfuel podcast 2. évadának 1. része, amely már elérhető az ügynökség YouTube csatornáján.

A népszerű zenész-énekes, műsorvezető és producer őszintén és sallangmentesen beszél a gyerekeiről, a párkapcsolatáról, a *Dalfutár* anyagi háttéréről, az ottani kihívásokról, illetve azokról a munkáiról, amelyeket szívesen csinál, vagy amelyekre éppen nemet mondott. Kitér arra is, hogy mi az, ami felidegesíti a média, a „szakma” kapcsán – sőt, erről először beszél a nyilvánosság előtt.

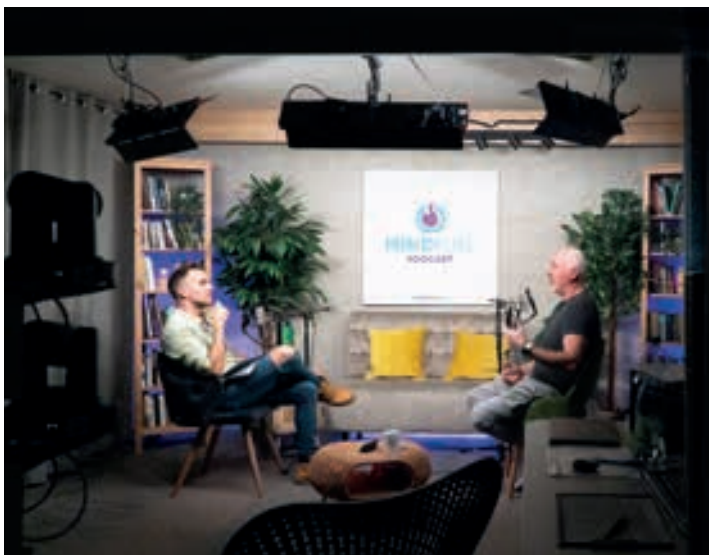
A Mindfuel podcastban *Hajós András* mesél a szüleiről, a fiatal, „rock and roll”-éveiről, arról, hogy mi az, ami kihozta ebből az állapotból; de szóba kerül a sport, az egészsége is.

„Ha nagyon távolról nézem, és ha nagyon őszinte vagyok: az én személyiségem általam legjobban ismert gyengeségei és rossz vonásai miatt, ha velem mindez, ami most én lettem, fiatalabban, és mondjuk egy nagyobb országban történik, én lehet, hogy meghaltam volna.”

Az interjú alatt erős önreflexiót gyakorol, élete szinte minden szegmensébe bepillantást engedve, de a komoly, mély beszélgetést természetesen végig átszővi *András* sajátos humora. A videóból az is kiderül, hogy mi az a két dolog, ami miatt mindenképpen szeretne még élni.

Forrás: Mindfuel podcast

Fotó kredit: Farkas Gréta, Armadillo Kreatív Ügynökség



SIKERES SZÍNÉSZNŐ



Fotó: Györfi-Forgács Beáta

HÓFEHÉRKE HAMUPIPŐKE LETT...

Nincs mese, meghalt *Andersen!* – az ismert szólásmondás szerint.

Elhiggyük, hogy már tényleg vége a meséknek?

Szó sincs róla! Főleg napjainkban, amikor egyre többen próbálnak bemesélni nekünk különböző dolgokat. Nem sorolom, kedves olvasó, te is tudod, hogy naponta milyen mesékkel akarnak kábítani téged gazdasági, politikai és egyéb területekről.

Szerencsére igazi mesék *Andersen* és *Grimm* után is bőven születtek. Nemcsak mesekönyvekben, filmekben, tévésorozatokban, hanem a színpadokon is.

Az utóbbiakról választottam ki – stílszerűen – egy meseszép, tündéri fiatal színésznőt, nevezetesen **SEPSI MELINDÁT**, aki smink nélkül is úgy fest, mintha most lépett volna ki a mesekönyvből. Talán nem véletlenül kapta a kolozsvári Babes-Bolyai Tudományegyetem Színház és Film Karán társaitól a *Hófehérke* becenevet.

Ideális *Hófehérke* lenne színpadon is. Nagy tétben mernék fogadni, hogy meg is kapja ezt a szerepet.

„Tükröm, tükröm, mondd meg nékem, ki a legszebb e vidéken?”

Hát persze, hogy a hősnőnk.

Komoly esélye lenne a királynői koronára egy szépségversenyen is, de *Melindának* esze ágában sincs ilyeneken elindulni.



Fotó: Memlaur Imre,
Aladdinból Jázmin szerepe



Hamupipőke című darab, fotó: Memlaur Imre

SIKERES SZÍNÉSZNŐ



Hamupipőke című darab, fotó: Memlaur Imre



Fotó: Memlaur Imre, Aladdinból Jázmin szerepe

Mellesleg klasszikus mesehősnőként már bemutatkozott a Kaposvári Csiky Gergely Színházban, ahol a *Hamupipőke* címszerepét játszotta.

E rövid bevezető után, nincs mese, jönnek a mesés kérdések.

– **Hiszel a mesékben, a csodákban?**

– Hiszek és várom is őket.

– **Eljött már érted a mesebeli királyfi?**

– Nemrég érkezett meg. Pont olyan, mint a mesékben. Magas, szőke, kék szemű. Színművészeti egyetemi hallgató, zenész, remek dobos.

– **Találkoztál már Tündérr királynővel?**

– Kislánykoromban a kolozsvári színházban láttam egy színésznőt, *Kézdi Imolát*, aki elvarázsolt a játékával.

– **Milyen meseautóval jársz?**

– Egy sötétkék Volkswagen Golf 5-ös kocsival.

– **Milyen számodra az Óperenciás-tenger?**

– Amikor Málta szigetén jártam, a Földközi-tenger látványa és vize is mesés volt.

– **Kedvenc mesekönyved?**

– *Fekete István Vuk* című regénye, életem első olvasmánya.

– **Egy mesés álomszerep?**

– Számomra mindegyik feladatom olyan. Ha egyet kiemelnék, *Csehov Sirály* című drámájában *Nyinát* játszottam, *Eszenyi Enikő* rendezésében.

– **Majdnem minden mesében van Óriás.**

A pályafutásodban kit tartasz annak?

– Az egyetemem *Biró József* volt az osztályvezető tanárom. Sok tanultam tőle a színészmesterségről.

– **Kedvenc virágod?**

– A tulipán. De nagyon kedvelem a jázmin is, ugyanis az *Aladdin* című mesejáték női főszereplőjeként *Jázmin* vagyok.

– **Ha a mesebeli jótündér teljesítené három kívánságodat?**

– A szeretteim minél tovább legyenek velem egészségben, boldogságban. Minél többet láthassak a nagyvilágból, más népek kultúrájából. Harmadiknak pedig olyan visszajelzéseket a színész szakmától, amelyek megerősítenek abban, hogy jól választottam.

Úgy legyen!

Kemény György

Kehida Termál
Gyógy- és Élmenyfürdő, Hotel****

Igazi wellness kalandok a zalai dombok ölelésében

Kehidakustány, Kossuth u. 82.
E-mail: sales@kehidatermal.hu
Tel.: +38 83/534 503

kehidatermal.hu

EGY ROBOTGÉP, AMELY MINDEN ÉRZÉKSZERVET ELBŰVÖL

A Sencor bemutatja azt a robotgépet, amely minden érzékszervet elbűvöl. Az STM 8970 típusú gép mindent tud, amit manapság egy ilyen készüléknek tudnia kell. Sőt, még annál is többet.

A Sencor újdonsága, Paul robottus acéltesttel, rozsdamentes, 6,7 literes, fogantyús, mérőskálás keverőtállal van felvértezve. „Mindenkinek, aki szeret sütni, vagy főzni, nagy hasznára lehet ez az ultra-



modern, többfunkciós konyhai robotgép, amely számtalan feladatra bevethető. Tartozékai között megtaláljuk a húsdarálót, a különféle reszelő és szeletelő feltéteket, valamint négy darab rozsdamentes acélból készült különböző keverőfejet” – hangsúlyozta Lucza András, a Sencor SDA Divíziójának vezetője.

Paula lehet számítani, legyen szó sós, vagy édes fogásokról. Ballo-nos habverőjével tejszínhab, vagy habos krémek készíthetők. Strapabíró dagasztó karjával pedig kemény tésztákat lehet gyúrni kenyér, vagy pizzasütéshez. Akár 1500 grammnyi kenyértészta, vagy ugyanennyi sütemény tészta is előkészíthető benne. A flexibilis keverőfej viszont piskótatészták keverésénél jelenthet hatalmas segítséget. A kolbászöltő, a darált hús készítő, a húsdaráló, a darált keksz előállító, valamint az 1,5 literes turmix edény révén még további feladatok is megoldhatók vele.

Ezt a gépet erős, 1800 wattos motorral szerelték fel, amely fémből készült fogaskerekekkel van összekötve. A Sencor erre a motorra hat év garanciát kínál, vagyis egyértelműen hosszútávra lehet tervezni ezzel a készülékkel.

Paul minden érzékszervre hat, hiszen a látványa szemet gyönyörködtető, a lekerített élek révén a készülék házának tapintása sima. További előnye, hogy viszonylag csendesen üzemeltethető, hiszen maximális fokozaton mindössze 85 dB zajszinten dolgozik. A keverőtálcában előkészített tészták pedig fenséges illatúak. Kezelése is rendkívül egyszerű. Az érintő- és forgókapcsolók révén erő kifejtés nélkül szabályozható a készülék. Mindent összevetve tehát élmény-nyé varázsolja a sütést-főzést.

HAPPY BIRTHDAY

BRÓDY JÁNOS

Korunk krónikása



www.upload.wikimedia.org

A 78 éves Bródy János 1946. április 5-én született énekes, gitáros zeneszerző, szövegíró, aki dalokba sűríti személyes tapasztalatait. 2000-ben Kossuth-díjat kapott az *Illés*-együttessel megosztva.

Maróti Géza építész dédunokája, Bródy András közgazdász és Vajna Mária tanárnó fia.

1964-ben érettségi után került az *Illés*-együttesbe, ahol, mint mondja, kiderült: a dallamokhoz illeszhető szavak egymás után rendezéséhez neki volt a leginkább tehetsége. Sokat tett annak elfogadtatásáért, hogy a beatmuzsika nyelve lehet magyar is. A hatvanas évek beatkultúrájának egyik sztárjává vált, afféle szószólóvá. Diplomáciai érzéke, intelligenciája komoly segítséget jelentett kimondani a tegnap még kimondani.

Többnyire Szörényi Levente zenéire írt szövegei slágerek és kortörténeti dokumentumok egyszerre: *Amikor én még kistrác voltam*, *Good By London*, *Little Richard*, *Sárga Rózsa*. Nagy gyakorlatra tesz szert, miként lehet a cenzúra sáncai mögé juttatni „ártatlannak” látszó sorait. De a *Koncz Zsuzsának* írott: *Ha én rózsá volnék* okán boltokból visszarendelt és bezúzott „*Jelbeszéd*” album egyszer s mindenkorra kijelöli mozgásterét.

Az 1973-ban felbomlott *Illés*-együttest követően a *Fonográf* steel-gitáros, szövegírója lett. A *Fonográf* nemcsak zenekar, hanem alkotóműhely is volt itt készültek *Koncz Zsuzsa* és *Halász Judit* lemezei is, melyeknek értelmi és olykor zeneszerzője Bródy volt. Szövegeit ebben az időben még erősebben cenzúrázták, mint korábban, de ő mindig megtalálta a lehetőséget annak, hogy dalaiban a hivatalos szólamoktól eltérő gondolatokat és érzelmeket közvetítsen. Önálló előadói karrierje 1978-ban kezdődött a Várszínházban és az Egyetemi Színpadon tartott előadásaival. A műsor már akkor *Az utca mások oldalán* címet viselte, kifejezve az alkotó művészi magatartását.

Ezzel a címmel jelent meg 1994-ben negyedik önálló lemeze, amelynek előzményei

1982-ban a *Hungarian Blues*, 1985-ben a *Ne szólj szám* és 1989-ben a *Hang nélkül* c. albumok voltak. Munkásságában jelentős helyet foglalnak el a színpadi művei, amelyeknek szövegét írta (*Kőműves Kelemen, István a király, Doktor Herz, Fehér Anna, Will Shakespeare vagy akit akartok*). Élete egyik legfontosabb előadás volt 1994-ben a Madách Színházban *Az utca másik oldalán* című valamint néhány éve addigi legnagyobb szabású koncertje a Budapest Sportcsarnokban, több mint tízezer néző előtt.

A kamara jellegű előadások állnak hozzá közelebb, így járja az országot manapság is. „*Dalokat énekelni még mindig jó*” – mondja. Közben továbbra is ír dalokat barátainak, régi zenésztársainak.

Legutóbbi albuma 2002 elején jelent meg, „*Kockázatok és mellékhatások*” címmel, majd 2011 év végén: „*Illés szekerén*”.

2016-ban egy ráadás albummal jelentkezett. A 70. évfordulóra egy 5 lemezes exkluzív bakelit összeállítás jelenti meg az Aréna koncertről *BRÓDY 70* címmel DVD + 2 CD került forgalomba.

Dalszövegei először 1983-ban kerültek kiadásra „*Jelbeszéd*” címmel.

2010 tavaszán jelent meg „*Ne várd a májust*” címmel versként is olvasható szövegeinek gyűjteménye.

2017-ben megjelent a költeményeit tartalmazó könyv *52 év dalszövegei* címmel. A zenekarok feloszlottak, átalakultak, de *Bródy János* folyamatosan képes volt önmagát adni és gitárral a kezében, mint hétköznapiak krónikása járja az országot napjainkig. Egyszerű, de mágikus erejű dalai mindig vigaszt és lelki menedéket tudtak nyújtani az embereknek. Nem csupán egy generáció szimbóluma. „*Költészete ma már része hétköznapijainknak és ünnepeinek: észrevétlenül velünk marad évtizedeken át*”.

Művészete az elmúlt fél évszázad történelmének hű lenyomata.

Eddig több mint 800 dal szövegét és 200 dal zenéjét szerezte.

2018-ban a XIII. kerület díszpolgára lett.

2020-ban jelent meg nagylemeze, *Gáz van, babám!* címmel. Ebben 12 számmal jelzi, hogy még mindig kiemelkedően aktív szereplője a hazai zenei közéletnek. A *Gáz van, babám!* is felemelő zenei és szellemi élményt nyújt azoknak, akik követték *Bródy János* csaknem 60 éves pályafutását.

2021-ben kapott Európai Hazafi díjat.

Boldog születésnapot kívánunk!



www.pb2.jegy.hu



www.pb2.jegy.hu

EGY TÜNEMÉNY VAGY...



Fotó: Miklós Kitti

Egy képzeletbeli kihallgatási jegyzőkönyv. Neve? *Sík Frida*.

Kora? 36 éves.

Foglalkozása? Színésznő, drámapedagógus, coach.

Ennyi minden? Van még más is... Magyar-angol szakos tanár, gyermek- és ifjúsági szellemi-lelki tanácsadó, táborvezető.

Ejha! Ez nem semmi! Ezt már e sorok írója mondja. Áprilisi számunkba kerestem egy anyát a közelgő anyák napjára. Azt hiszem, **SÍK FRIDÁBAN** megtaláltam az eszményi, a nagybetűs ANYÁT.

Aligha kell bizonygatnom ennek igazságát, szerteágazó tevékenysége ismeretében. Egy saját gyermeke van, de munkájából adódóan több száz is lehet.

Olvasom az elismerő sorokat, amelyeket a szülők írtak gyermekük tábori emlékei alap-

ján. Az egyik mama *Fridához* írt sorait idézem: „Kislányom részt vett a nyári táborban. Elmondása alapján egy tünemény vagy”.

– **Nomen est omen. A Frida név békét jelent.**

Mennyire jellemző ez a tevékenységeire?

– Találó nevet kaptam. Békés vagyok, de semmiképp nem unalmas. Békésen keresem mindig a kihívásokat. Egyébként imádom a nevem.

– **Lehet a színész szakmát békésen csinálni, konfliktusok nélkül?**

– Úgy érdekes. Egy próbafolyamat azonban testet-lelket igénybe vevő feladat. Nyomás alatt adódnak olyan helyzetek, amiket nehéz kezelni.

– **A színész szakmában mennyire tudja hasznosítani a pedagógiai tanulmányait?**

– Az emberekhez a munkában és a hétköznapi életben is kell pedagógiai érzék. Ezt használom és általában hamar megtalálom mindenkihez a kulcsot.

– **Pedagógusként beveti olykor a színészi képességeit is?**

– Hogyne. 15 éve vagyok a Győri Nemzeti Színház tagja, és ugyanennyi ideje foglalkozom gyerekekkel, a dráma és a színház eszközeinek segítségével. A drámafoglalkozásaimon általában a mindennapi életből vett helyzeteket alkalmazzuk színpadra, majd valamilyen tanulságot magunkkal viszünk. Így nemcsak a színészet alapjait, de a mindennapi élethez elengedhetetlen felfedezéseket is tanulják a gyerekek. Misszióm, hogy segítsen, támogassam őket, nemcsak a tehetségtámogatás színterein belül: célom, hogy jól érezzék magukat a bőrükben, megismerjék magukat, társaikat, és kihozzam képességeikből, lehetőségeikből a maximumot. Kiváló módszer erre a dráma.

– **Egy tanárnál sikeres lehet, ha színészi eszközökkel dolgozik? Gondolok itt az arcjátékra, a testmozgásra.**

– Úgy érzem, hogy a tanári pályára készülők hallgatónak tematikájának szerves részét

kellene képezze a beszédtechnika és az ehhez szorosan fűződő drámajáték. Ha egy tanár képes a hangszíneivel játszani, szünetet tartani, elrugaszkodni a monotonitástól, és mindezt helyes hangsúllyal, kifejező arcminimikával és testbeszéddel teszi, akkor a leadott anyag tartalma maximálisan eljut a hallgatósághoz, sőt nagyban motiválja őket a témakör elmélyítésére.

– **Mit szeret a pedagógus szakmában, és mi az, ami elveszi a kedvét a szakmától?**

– Hamar felfedeztem, hogy az átlagnál jobban kapcsolódom a gyerekekhez, még a pedagógusok között is egyéninek érzem ezt az édesanyámtól örökölt szuperképességet. Szeretek a gyerekek között lenni. Szeretem, ahogyan különböző kis lelkek, de mégis összeérnek az óráimon. Sajnos egyre kevesebben vagyunk ekkora szeretettel, türelemmel és elfogadással a gyerekek felé. Ez az, ami elkeserít. Ugyanakkor erről nem tehetnek azok a pedagógustársak,



Győri Nemzeti Színház- Eleven népmesék



4K Média Stúdió - Gálaest (Bede Fazekas Csaba Gálaest)



Szirmai Klári- Salemi boszorkányok (Betty Paris)



Gyerekekkel

– **Ennyi mindenhez nem árt a jó állóképesség.**

– Megvan hozzá a sportmúltam. Lovagok kislánykorom óta, és a sors úgy hozta, hogy 2023-ban debütálhattam a Magyar Lovas Színházban Komáromban, így a lovaglás, mint hobbim és a hivatásom is összeforrt.

– **Pedagógushiány van. De képzettségével akár egyetemi oktató is lehetne.**

– Kisfiam születése előtt a győri egyetemen tanítottam drámapedagógiát szociálpedagógusoknak, de aztán az édesanya szerepkör betöltötte a mindennapjaim. Nagyon szívesen megyek vendégelőadóknak bárhova, de több nem férne bele az időmbe.

– **Pedagógusként elmondhatja, hogy tökéletes anya?**

– Dehogya. A kisfiamat ugyanúgy küldöm fejlesztésekre, mint azok az anyukák, akik hozzám hordják a gyermeküket. Én a saját kisfiamat nem tudom úgy tanítani, mint másokat. Ez megmagyarázhatatlan, és még nem jöttem rá, hogyan működhetne. Ha van pedagógus, akinek erre született válasza és megoldása, nagyon várom. Ettől függetlenül mindent megteszek a kisfiamért, és ő az első számomra.

– **Ha magán múlna, mit változtatna meg a színész szakmában?**

– Az első és legfontosabb a világirodalom, ahol kevés női szerepet írtak drámaíróink. Viccet félretéve: amin megpróbálnék változtatni, hogy tudjunk előre tervezni. Mi egy próbafolyamat alatt délután ismerjük meg a másnapi próbatáblát, hogy mikor van ránk szükség, illetve minden hó közepén jön ki a következő havi műsorterv, így nagyon nehéz előre terveznünk, egy baráti meghívásra előre igent mondunk, vagy egy hosszú hétvégét lefog-



Fotó: Tóth Zoltán- Elisabeth musical

lalnunk. Természetesen a művészeti titkár és a vezetőség segítségével tervezeteket már láthatunk előre.

– **És a pedagógusszakmában?**

– A már említett továbbképzések, fejlesztések, a kommunikáció tanítása fontos lenne. Illetve a gyakorlatias gondolkodásra nevelésre helyezném inkább a hangsúlyt a hagyományos, elméleti tudást igénylő tematikákkal ellentétben.

– **Melyik a legszebb film vagy színdarab, ami elsőre eszébe jut?**

– A színészi pályáról volt régen egy tv-sorozat: „Mestersége színész”. Ezt nagyon klassz csemegézni.

– **Ars poeticája a színészetről?**

– The show must go on! Bármilyen történet, játssz tovább! Mind a színpadon, mind a színpad körül átélte nehézségek megoldhatók. Csak előre!

– **Ars poeticája a pedagóguspályáról?**

– Szeresd a gyereket, és ő is szeretni fog.

– **Hányasra osztályozná magát 1-10-ig beszélgetésünk négy „tárgyában”?**

– Színésznőként és tanárként 8-ast, gyermekpedagógusként és anyaként 10-est írnék be magamnak.

akinek például ez nem ösztönösen jön, vagy például nincsenek megfelelő pszichológiai tanulmányok birtokában. Továbbképzésekre, fejlesztésekre, támogatásokra lenne szükség ahhoz, hogy az integrált oktatási rendszerben magabiztosan mozoghassanak a pedagógusok. És a szülővezetésre is hatalmas igény lenne, erről órákat tudnék mesélni.

– **Színészként milyen figurákban érzi a legjobban magát?**

– Nagyon szeretem, hogy 36 évesen még mindig játszhatok kislányos figurákat, naiv teremtéseket, bájos karaktereket, de a szélsőséges ábrázolásokat is kedvelem. Álmom még mindig egy mélyről jövő szerep megformálása, ahol minden mesterkelt eszköztől mentesen, drámai vénám, széles érzelmi amplitúdóim is megmutathatom.

– **Játszott már tanárt vagy tanítónőt?**

– De jó kérdés. Nem. De vajon miért? Nagyon sok tanárt tudok utánozni...

– **Coachként is működik. Ez mit jelent pontosan?**

– Vannak tanítványaim, akiknél egyénre szabottan használom a dráma és a színház eszközeit, a coaching speciális kérdéstechnikáját, valamint a hagyományos és alternatív pszichológiát.

Kemény György

KISS ERZSÉBET

Sportmisszionárius

Kiss Erzsébet közel a nyolcvanhoz is irigylésre méltó aktivitással szólítja meg és fel elsősorban kortársait az aktív mozgás gyakorlására. Én a hajdúbagosi Őszirozsa Népdalkör révén ismertem meg, és tanúsíthatom fáradtságot szinte nem ismerő, értékes tevékenységét. Átérezve a személyes példamutatás felelősségét, ő eleget tesz a rousseau-i ajánlásnak: „A nevelés nagy titka abban áll, hogy a test és a szellem gyakorlatai mindig pihenésül szolgáljanak egymásnak.”

Első írása 1982-ben jelent meg a Hajdú-bihari Naplóban. Pályafutása során azután több ezer írást közölt különböző lapokban, köztük a Sikeres Nők című magazinban is.

Öt időskori könyve után ebben az évben hozzákezdett a 60 év feletti debreceni kötődésű testnevelő tanárok életének feldolgozásához. Rendszeresen ír a debreceni Karácsony Sándor Pedagógiai Egyesület által gondozott elhunyt pedagógusok arcképcsarnokába. (Ezekből 2023-ban már a 22. kötet jelent meg!) Ahol megfordul - akár





hivatalos, akár magánéleti eseményeken, mindig talál népszerűsítésre érdemes témákat...

Ifjú korában a fiatalokat buzdította különböző testmozgások megszeretésére, nyugdíjasként pedig élményszerű mozgásvezetéssel és könyveivel szólítja meg korosztályát, vidámabbá téve sokak mindennapjait. Folyamatosan egészsíti ki nyugati mozgás repertoárját tanfolyamokon, továbbképzéseken, bel- és külföldi utazásain tanult módszerekkel. Ezek egészségmegőrző hatásait megérezve saját magán, valamint csoportjainak tagjain, érzett indítást, hogy ezeket átadja szépkorú társainak is.

Önkéntes feladatokat lát el a „Mozdulj, Debrecen!” szivbarát tematikus sétáin, a szervátültetettek „képzett beteg” programjain,



Trapi-Napjain, illetve más nyugdíjas közösségekben.

Jelentős időskori elismerései újabbnal bővültek 2023-ban is. Ismét országos korosztályos Szépkorú bajnok lett, hetedik alkalommal. A Magyar Szervátültetettek Szövetsége arcának választotta a „Millió lépés az iskolákért” programjába: 11 hét alatt másfél millió lépést gyűjtött különböző mozgások lépésre történő átszámításával!

Ugyancsak ebben az évben a *Mozdulj, Debrecen!* önkénteseként az a megtiszteltetés érte, hogy a Szent Anna utcai Egészség központ egyik falán az ő idézete díszel, *Arisztotelész, és Kossuth Zsuzsa* társaságában.

Csattanóként pedig: amikor olvastam egy pályázati felhívást, ami a Debreceni Advent projektjéhez társult, „A város arcai” címmel, úgy éreztem *Erzsébet*nek ott kell lennie. A pályázat célja szerint azokat az elismerésre méltó embereket keresték, – akik a debreceni közösségek mögött állnak; akik a környezetünkben munkálkodnak, és talán nem is sejtik, milyen nagy hatással vannak az életünkre, mindennapjainkra – ám akiken keresztül meg tudjuk élni a közösséghez tartozást.

A felhívásra közel 100 történet érkezett. A beérkezett jelöltekből négytagú zsűri választotta ki azt a 40 egyéniséget, akiket

felkértek, hogy legyenek részesei „A város arcai” projektnek, és ilyen módon is eljusson missziójuk a Debreceni Advent látogatóihoz.

*Erzsébet*re javaslatomra a zsűri beválogatta Debrecen 40 inspiráló személye közül Megérdemelten – hiszen Ő a fiataloknál sokszorta aktívabb, a köz – jellemzően az érettebb korosztály – javát szolgáló, egészség-megőrző tevékenységet folytat, ilyeneket szervez és működtet.

Igy a négy adventi hétfőjén 10-10-10-10 fotó került fel a belváros sétálóövezetének egy épületére digitális épületfestéssel, továbbá a történetek és a portréfotók az esemény weboldalán is elérhetővé válnak hamarosan.

A nyugdíjas testnevelő évtizedes munkájának részei a szenior tánc, az aktív hétfőgék, a nyári regeneráló táborok szervezése és vezetése. Ezeken az alkalmakon saját verseivel, a jeles napokhoz kapcsolódó rímusokkal szórakoztatja közönségét. Pár éve pedig a „Nyugdíjasokról nyugdíjasoknak” című könyvében riportokban mutatta be olyan ismert, vagy kevésbé közismert személyek példáját, akik idős korukra sem adták fel sem az életkedvet, sem az alkotás örömeit.

Szabóné dr. Pataky Eszter

A SZECESSZIÓ JEGYÉBEN

Kovács Valéria üvegfestő művész

Már kiskorában megmutatkozott a rajz és a festés iránti vonzalma. Amikor tehetett, minden alkalmat megragadott arra, hogy rajzoljon. Hol papírra, hol ajtóra, padlóra, falra, semmi nem akadályozta meg abban, hogy a gyermeki intuíciókat ne rajzolta volna le. Játsszótársait is bevonta ebbe a játékba, akik vagy követték, vagy csak nézték, hogy milyen ügyes.

Nagyon szerette a könyveket. Még olvasni sem tudott, de órákat töltött el a képek, illusztrációk bűvöletében. Ha felnőttek társaságában volt, akár egy asztal alatt megbújva, vagy egy sarokba meghúzódva, gondolkodott a látottakon és fantáziája rajzolásra készítette. Az üvegfestéshez azonban még hosszú út vezetett, amelyet részben a sors irányított.



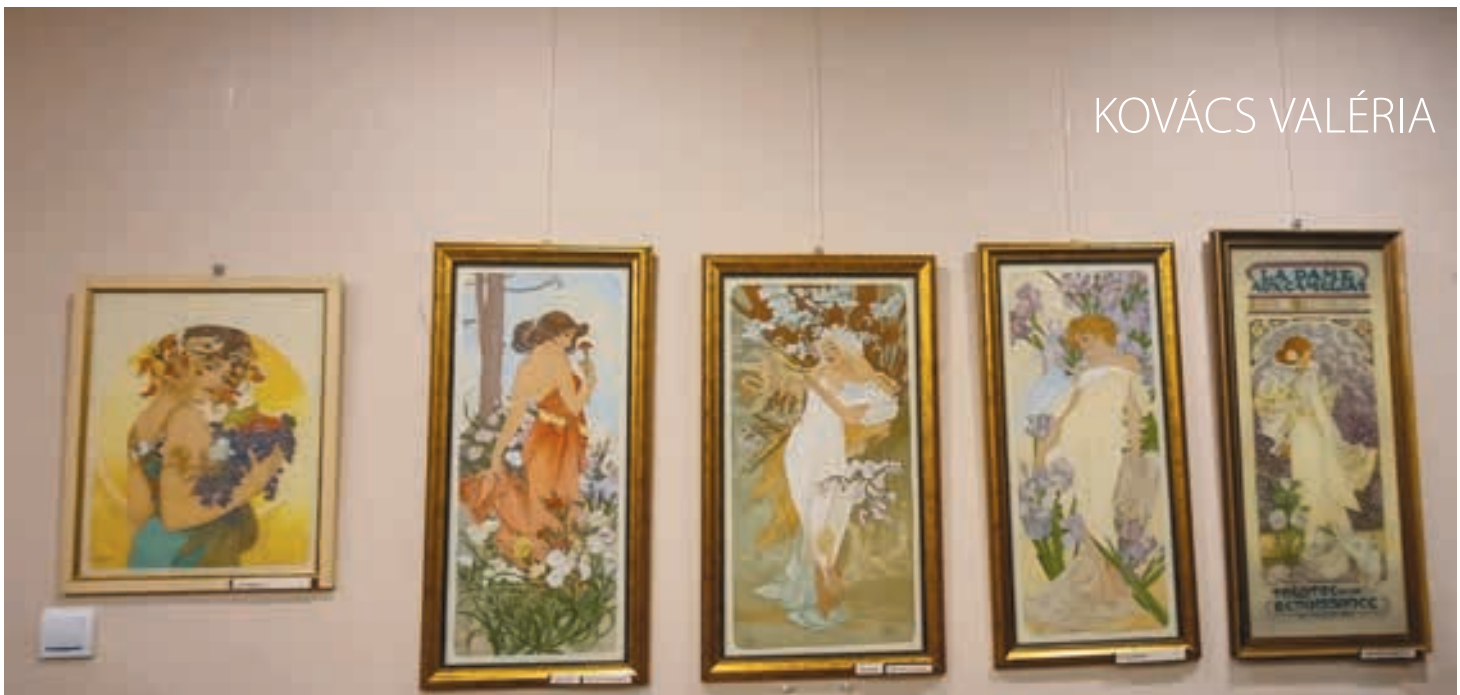
– Mikor sikerült álmaidat megvalósítani, hiszen mindig festeni szeretnél volna?

– Már gyerekkorom óta az volt a vágyam, hogy festhessek. Bár iskoláimat más szakirányú oktatási területen végeztem, Kereskedelmi és Vendéglátóipari Szaközépiskolában tanultam, de a vágyam mindig a művészet felé irányult. Nagyon érdekelt a népművészet, ezen belül a bútorok, tányérok, egyéb használati tárgyak festészet. Komolyabban elkezdtem foglalkozni a gondolattal, hogy jobban megismerkedjek az autentikus népi mintákkal. Eljártam falvakba gyűjteni, tanulni. Gyűjtöttem a magyar, a németalföldi és a sváb díszítő motívumokat. A régi paraszti élet díszítő művészete kelt életre tányéraimban és dísztárgyaimon. Tájegységek mintáit ültettem át a használati tárgyakra. Egyre nagyobb volt az érdeklődés a munkáim iránt. Kialakult egy vevőkör, amely némi jövedelmet is biztosított. Ez akkoriban nekem nagyon jól jött. Több általam készített tányér került külföldre is. Meg kell említenem Madarász Tibor festőművészt, aki ebben segített nekem. Ezeket a munkákat az 1970-es években készítettem.

– Hogyan találtad meg a számodra olyan kedves üvegfestészetet? Tanultad, vagy itt is az ösztönödre hagyatkoztál?

– Betegség miatt változtatnom kellett az egész életemen, így kerültem vissza a népművészeti motívumokhoz. Megint eljött az az idő, hogy a festett népi motívumokkal díszítem munkáimat, ezek a népi bútorok voltak. Egy alkalommal Triestben jártam, azzal a szándékkal mentem oda, hogy az olasz népművészet motívumvilágát is megismerjem. Ekkor lettem figyelmes egy kiállítás plakátjára, ami felkeltette érdeklődésemet, a kiállító Elda Carboni üvegfestő művész volt. Ez a kiállítás a kilencvenes évek közepére datálható.

A kiállított festmények teljesen elvarázsoltak. Akkor ott úgy éreztem, hogy nekem ez a művészeti ág lehet az utam. Megkérdeztem tőle, hogy tanít-e, vannak e



tanítványai? Meglepetésemre igent mondtam és nagyon értékes időt tölthettem mellette, amely a későbbiekben nagyon hasznosnak bizonyult. A technika elsajátítása mellett, a festékek jó minőségére is felhívtam a figyelmemet. Itthon is kerestem a tanulás lehetőségét, a sors összehozott Schulz Erzsébettel az Iparművészeti Főiskola volt tanárával. Az ő segítségével beléphettem a formatervezett üvegfestészet világába.

– **Különleges világot alakítottál ki magad körül. Alfonz Mucha világa jellemzi alkotásod zömét. Mi készítetted a világhírű Cseh művész alkotásainak másolására?**

– Amikor már az üvegfestés technikáját jobban elsajátítottam, próbálkoztam több témát feldolgozni. Jártam múzeumokba, tanulmányoztam a kiváló festőket. Szakkönyveket olvastam, hogy minél több ismeretet szerezzek. Az egyik könyvesboltban képzőművészettel kapcsolatos szakkönyvet kerestem. Egy könyvespolc legalsó polcán láttam meg az Alfonz Mucha munkásságáról készült könyvet. Amikor belenéztem, akkor úgy éreztem ezt a világot szeretném festeni. A szecesszió nagyon közel áll hozzám és a művész története, plakátjai és képei magával ragadtak. Rengeteget másoltam, síküvegre, hogy minél jobban megérezzem a festési technikát. Kíváncsivá tett a részletgazdag formák kidolgozása, a kreativitás lehetősége. Amikor már úgy éreztem, hogy festményeimet szakembereknek is megmutathatom, akkor a Képző és Iparművészeti Lektorátushoz fordultam. Beadtam a szecesszió stílu-

sában készült alkotásaimból néhányat. Elismerő szakvéleményük megerősített abban, hogy ez az út járható számomra, így tudok a legjobban kiteljesedni. Ez 1998-ban történt, majd július 1-én lányommal együtt megnyitottuk, az üveg és textilfestő stúdiómat Kaposváron, a Béke utca 97-ben.

– **Szabad Mucha munkáit másolni?**

– Ez egy másik történet. A Képző és Iparművészeti Lektorátusnak köszönhetem az ő segítségük és közbenjárásuk tette lehetővé, hogy elsőként dolgozhattam fel Mucha műveit síküvegen. Később a Szépművészeti Múzeumban láttam Mucha kiállítását és a már megismert technikának köszönhetően elég bátor voltam ahhoz, hogy az ő stílusát felhasználjam a képeimen. A következő időszak nagyon aktív volt számomra, 20 db Mucha feldolgozást zsűriztettem és ugyanennyi önálló tervezésű alkotásomat is.

Természetesen szerettem volna tudni, hogy a szakma, hogyan értékeli munkámat, képeim színvonala hogyan alakult? Rendszeresen pályáztam és kiállításokra vittem képeimet. Volt lehetőségem csoportos és egyéni kiállításokra. 1999-től több pályázaton vettem részt és számos díjat kaptam. Ezek között a „Kézművesek Európában” elismerő címet, az „Év Somogyi Kézművese” díjat, 2007-ben a Magyar Kereskedelmi és Iparkamara, a „Kaposvár a virágok városa” pályázatra küldött, szecessziós stílusú üvegeképeimért, a „Magyar Kézműves Remek” díjjal tüntetett ki. Munkáim elismeréseként használhatom a kitüntető cím logóját.

Az üvegfestészetnek neves hazai művészei voltak. Roth Miksa volt a legismertebb, aki főleg tehetősebb magánházak, középületek, templomok, katedrálisok üveglakait készítette el. Szívesen dolgozott más művészek tervei alapján is. Dekoratív művészet az üvegfestés, ami az ember lelkét is átjárja. Az átvilágító fény különleges látványt nyújt, amelyet csak csodálni lehet.

– **Beszélgetésünk alkalmával említetted, hogy gyermekkorodból megmaradt egy petróleumlámpa emléke, amely Somogydöröcskéhez és a szülői házhoz köthető.**

– Igen. Nagyon beleégett a tudatomba egy petróleumlámpának az emléke, amit én a szülői házhoz kötöttem. Amikor a házat eladtuk, és pakoltuk ki a berendezést, akkor is kerestük ezt a lámpát, de nem találtuk meg. A testvérem állította, hogy nekünk nem volt ilyen lámpánk. Én azonban évek múlva sem tudtam szabadulni ennek az emléktől, de később feladtam. Amikor a Szépművészetiben voltam a művész kiállításán, egy filmet is vetítettek Mucha életéről. Ebben a filmben műtermének képei is láthatóak voltak. Itt láttam meg a petróleumlámpát, ami számomra egy varázslat volt. Ekkor raktam magamban össze, hogy azoknak a könyveknek az emlékei sugallták azt, hogy nekünk volt petróleumlámpánk. Összemosódott a valóság és a képzelet. Azok a könyvek, amelyet kisgyermekként oly sokat lapozgattam, a szülői házhoz kötöttek. Így igazolódott számomra az, hogy az a lámpa, amit én kerestem, egy emlékkép volt.

SIKERES ÜVEGFESTŐ

- **Ahogy az lenni szokott, a jó és rendezett viszonyokat néha megzavarja egy váratlan, rossz történet.**
- Sajnos ez nálam is így volt. Ekkor Kaposváron laktunk és úgy éreztem, hogy a művészi munkámhoz nagyobb helyre, egy műteremre van szükségem. Fontos volt számomra egy európai színvonalú műhely megteremtése. Eddigre kialakult bennem egy tanítási vágy is, hogy továbbadjam a fiataloknak azt a tudást, amit már jól ismerek. Lányom addigra már képezte magát. Budapesten volt az oktatás, ahol az üvegművesség minden ágát tanították. Ez a Trivium Alapítványi Szakközépiskola Gyöngyös, kihelyezett tagozatán történt. Szerettünk volna tanítani iskolásokat és óvodásokat is. Úgy láttam, hogy megvalósítottam mindazt, amit szerettünk volna. Ekkor következett be az, amire nem számítottam. Felmondták a bérleti szerződést és rövid időn belül el kellett hagynunk a műtermet. Ez jelentős veszteséget okozott, hiszen nagyon sok pénzt fektettünk abba, hogy ez valóban egy színvonalas műterem és oktatástúdióink legyen. Nemcsak anyagilag, de egészségileg is tönkrementem. Szerencsére a családom mellettem volt, a lányom azonnal felmérte a helyzetet. Teljes életmód és lakhelyváltást látott szükségesnek. Elutazott Olaszországba, hogy utánanézzon, hol lenne lehetőség arra, hogy az egész család egy időre áttelepüljön. A férjem már korábban meghalt, így a két felnőtt gyermekem és a leendő menyem bevállaltuk a teljes életmódváltást. Lányomnak köszönhetően Pisában a Kulturális Központ éttermét béreltük ki, ahol a hagyományos vendéglátás mellett, jelentős rendezvényeket bonyolítottunk le éveken keresztül. Szintén váratlanul ért édesanyám hirtelen halála, ami miatt hazaköltöztem. Az alkotómunkába temetkeztem. Képes voltam napi 10-12 órát festeni.
- **Több kiállításod volt Magyarországon és külföldön is. Néhányat megemlítenél?**
- Sok helyen volt egyéni kiállításom, csak néhányat emelnék ki. Így Kaposvár, Budapest, Komló, Szeged, Székesfehérvár, Kötegyán. Csoportosan Kaposvár, Budapest, Békéscsaba Sopron, külföldön – Thessaloniki, Udine, Barnbach, Léva volt fontos állomás. Az Iparművészeti Múzeumban egy kitüntetési ünnepségen ismertem meg *Ungvári Mihály* festőművészt, aki alapítója volt a Kötegyáni Baráti



Kovács Valéria üvegfestő művész, Szűcs Anett a Somogy TV munkatársa és Gyarmati László a siófoki Helyi Érték Egyesület elnöke

Körnek. Meghívott az általa szervezett művésztelepre, hogy oktassam az üvegfestés művészetét.

Soproni kiállításom kapcsán ismertem meg *Antal Zsuzsannát*, a szegedi TV munkatársát. Az ő segítségével kaptam meghívást 2011 és 2014 között rendezett, Szegedi Zsidó Kulturális Fesztiválra. Ez is nagyon fontos volt életem akkori szakaszában. Kitüntetés volt, hogy ez idő alatt minden évben az én kiállításommal nyitották meg a fesztivált.

- **Siküveget festesz, amely jellemzően hidegtechnikával készül. Hogyan készíted az alapmotívumokat a rajzokat, amit később színesben látunk az üvegen?**

– Mindig pauszra rajzolok. Erre azért van szükségem, mert az üvegnek a hátsó felére felragasztom és így viszem fel a kontúr. Ez igen fontos, mert ez tartja meg a festéket. A színeket úgy viszem fel, ahogy a téma adja. Virágok esetében, természetesen, ami a virágokra jel-

lemző. A virágok színvilága igen gazdag. Verseket is festek. A versben megírt hangulatot megidézem. Ha a vers lényege megérint és megjelenik nekem képileg, úgy aszerint festem meg azt. Szívesen festek ajtókra, ablakokra, ott a környezet határozza meg a színvilágot. Elkészítettem egykori iskolámban a lépcsőház ablakait, és megfestettem szülőfalum, Somogydöröcske kápolnájának üveglakait, valamint Kaposváron a Rákóczi Ferenc Általános iskola portál ablakát. Ezek az én ajándékaim voltak. Jelenleg Siófokon a Hexa Kávézóban van kiállításom. Látható több *Alfonz Mucha* kép és néhány saját tervezésű alkotásom.

Kovács Valéria jelenleg Igalon él. Kaposvárt cserélte fel annak reményében, hogy a városi forgatagból kikerülve, a nyugalom, a vidéki táj újabb inspirációt ad további munkáihoz.

Berlinger Ágnes

EXKLUZÍV INTERJÚ IVANCSICS ILONÁVAL

a friss Jászai Mari-díjas színésznővel



Új Színház Jászai Mari-díj köszöntés

Ennyire talán még sosem volt aktuális egy interjú, mint most. Ivancsics Ilona riportunk készítése közben kapta meg a Jászai Mari-díjat. A színésznő, aki több tévéfilmben és színházi darabokban játszott, mégis a Szomszédok Vágási Jutkájaként lett ismert. Saját társulata mellett kétszemélyes előadással járja az országot.

– Hogyan telt a gyermekkorá milyen családban nőtt fel?

– Nagybajomban éltem szüleimmel 18 éves koromig, a gimnáziumba bejártam Kaposvárra. Egyke gyerek voltam, de nagyon érdeklődő, társaságkedvelő, így aztán jártam színjátszókörbe, néptánra, énekkarba.

– A Színművészeti Főiskola az egyenes út volt az ön számára. Gyermekkorában is szeretett verset mondani s közönség előtt szerepelni?

– Sokat mondtam verset, mindig engem küldtek az iskolából a versenyekre, ünnepeken is mindig szavaltam, azt hiszem nem izgultam túlzottan. De amúgy is nagyon szerettem a költészetet, sőt magam is írtam verseket. A főiskolára elsöre felvettek, kb. 1.500 jelentkező volt akkoriban. Szinte el se hittem, hogy nekem sikerült elsöre a három rostan ájtutnom. Boldog voltam.



Hervé Lulu - Ivancsics Ilona és Színtársai

- **Kik voltak a tanárai és kikkel járt egy osztályba?**
- Marton László, Valló Péter voltak a tanárain, akik a Vígszínházban dolgoztak, így aztán gyakorlatra is oda ment az osztályunk a Képzelt riport egy amerikai popfesztiválban játszottunk. Kilencen végeztünk az osztályban, Rudolf Péter, Pathó István, Nyertes Zsuzsa, Szerémi Zoltán, Simon Mari, Rác Géz, Fon Gabi és Nagy Miklós, aki sajnos már nincs velünk, aki a Ruttkai Színházat létrehozta.
- **Van-e emlékezetes színpadi alakítása, amire szívesen gondol vissza?**
- Több mint 100 szerepet eljátszottam a negyven év alatt. Játszottam a József Attila Színházban, a Soproni Petőfi Színházban, a Karinthy Színházban, és persze a saját magánszínházunkban is. Sok főszerep kedves nekem, például Jókai Anna A fejünk felől a tetőt Nusi szerepe, vagy a Kisherceg címszerepe, Nemecsek Ernő is voltam, vagy a Meztláb a parkban főszerepe Józsa Imivel. Hubai Miklós Elnémulás Alleluja szerepe a legmeghatározóbb nekem és a legnehezebb is.
- **Jó néhány magyar tévéjáték ex-tévésorozat is örzi alakításait, sőt az egyikben meg Komlós Jucival is játszott.**
- Igen a Különös házasság, amit főiskolásként forgattam, aztán a Charlie néni, a Boszorkányszombat, de a Szomszédokból ismerhetett meg az ország természetesen.
- **Vitathatatlan hogy Jutka a tanárnő a Szomszédok sorozatban hozta meg az igazi szakmai és közönségsikert. Hogyan került bele a sorozatba és egyből ez a szerep várta?**
- Kiválasztottak a szerepre, Horváth Ádám rendező nem ismert előtte, ezért egy találkoztót kért, ahol azt mondta indul egy

- sorozat, egyelőre 6 rész lesz, és van magának egy tanárnő szerep, vállalja? Egy nap gondolkodási időt kértem és boldogan vállaltam.
- **Az énekora annak idején fontos és kedves tantárgyak számított.**
- Szerettem mindig énekelni, hiszen gyerekkoromban táncdalénekes akartam lenni.
- **Mit jelentett akkor ez a 13 éves sikerszéria?**
- Óriási népszerűséget hozott, hiszen közel 6 millió ember nézte kéthetente csütörtökön. Beköltöztünk a nappalikba, szinte családtagok lettünk.
- **A sorozat után saját színházat, társulatot alapított.**

- Így van, Ivancsics Ilona és Színtársai néven, 15 éven át játszottunk szerte az országban, kiváló munkatársaim voltak, értékes színházat csináltunk.
- **Mostanában újra sokat látni a médiában, új darabban játszik Ábrahám Edit színésznővel.**
- Amikor fel kellett adnom a régi színházunkat, törtem a fejem, hogyan folytassam. Azt gondoltam kicsi előadásokat még elbírok. Így létrehoztuk Edittel a Szomszédok és Barátok közt előadásunkat, aminek nagy sikere van, sokfelé eljutottunk már az országban. örömmel teszünk eleget minden meghívásnak.
- **Az idei évre milyen újabb színházi tervei vannak?**



Mark Dann Öt nő az esőben - Ivancsics Ilona és Színtársai



Jászai Mari-díj átadás



Hubai Elnémulás - Ivancsics Ilona és Színtársai

- Nagy örömmre kaptam egy színházi szerepet a Szegedi Pincészínházban, most ez a fő feladatom, persze töröm a fejem új lehetőségeken, hisz az életem a színház.
- **Nemsokára anyák napja, gyereknap lesz. Ön mit kapott édesanyjától és mit ad a fiának a nevelésében?**
- Anyukámtól a feltétlen szeretetet kaptam, és ugyanezt igyekszem továbbadni a fiamnak. Eddig nem csalódtam benne, hiszen szép karriert épített fel, olyan munkával, amit nagyon szeret, és ez a legfontosabb.



Jelenet a Szomszédok című filmből Vágási Ferencsel

- **Szomorú „jubileum”, de idén 25 éve nincs már a Szomszédok, ám az internetnek köszönhetően nézhetjük a részeket. Mit jelentett az akkori és az újbóli siker önnek?**
- A mai napig is sokan nézik, van aki már 50 szer látta. Számomra is hihetetlen ez a népszerűség, sok e-mailt kapok, hogy mennyire szerették, ez jelentette a fiatalágukat, és most derül ki számomra, hogy sokan szerelmesek voltak *Jutka* tanárnőbe.
- **A fotókból látszik, hogy volt alkalma a Bujáki tanár urat alakító Kertész Péterrel együtt szerepelni más darabokban is. Milyen volt vele partnerként akkor és később?**
- *Kertész Péter* több előadásban játszott a színházunkban. A *Színházkomédia* darabban, a *Lulu* című vígjátékban, nagyszerűen dolgozunk együtt, csodás orgánumát mindig rajongva hallgatta a közönségünk. *Koltai Róbert* rendezte ezeket az előadásokat, emlékezetes időszak volt, hisz *Robi* is nagyszerű művész, és a humora felülmúlhatatlan.
- **Járja az országot különböző rendezvényeken kirándulásokon, verset mond, történeteket mesél a közönségének nem győz eleget tenni a felkéréseknek.**
- Két évbe telt talpra állnom, de nem adtam fel, és mivel azt csinálhatom, amit

nagyon szeretek, amiben hiszek, ezt a közönség is érzi, és hála isten sok felkérésem érkezik az ország minden részéről. Örömmel megyek, szívből mesélek, énekelek, verset mondok. Az élő színház ezért örök, oda-vissza működik, adunk és kapunk.

- **Látványosan változott alakja, mit tanácsol ez ügyben női társainak?**
- Köszönöm, színészként a közönségnek tartozom annyival, hogy figyelek a külsőme is. Én már úgy kezdtem az új évet, hogy tíz kilóval könnyebb voltam. Sokkal jobb érzés a tükörbe nézni, és a visszajelzésekből látom, hogy a nőtársaimnak például szolgálhatok. Aki megkeres, szívesen adok akár tanácsot is. Mindezt a fogyást természetes módon sikerült megvalósítanom, ÖKO nagykövetként ezt képviselem. Én hogyha kívül-belül jól vagyok, szárnyakat kapok, és óriási energiával vetem bele magam a feladatokba. Bízom benne, hogy még sok szép munka rám talál.
- **Mit jelent önnek a Jászai Mari-díj?**
- A Jászai Mari-díj óriási örömet jelent, hisz ez a színház-szakmai munkám elismerése. Rengeteg gratulációt kaptam, amitől azt érzem, kiérdemeltem ezt a díjat, és nagyon jólesik az emberek szeretete.

Kancsár Péter

Szálloda..... több 1000nyi van, Hochschober csak 1!

A HOTEL HOCHSCHOBER**** SUPERIOR SZÁLLODA PORTRÉJA: *AZ ÉLVEZETEK CSÚCSA*

Elhivatottság, ötletgazdagság és előremutató gondolkodás jellemzi a Leeb és Klein család által, 3. generációban működő Hotel Hochschober történetét, továbbá az az elkötelezettség, miszerint vendégeiknek valami különlegeset, valami mást, szokatlant kínálnak szabadságuk eltöltésének idejére, mert: „Az exponált fekvés mindig is egyedülálló ötleteket követelt meg.” – vallja Martin Klein, a szálloda egyik tulajdonosa.

HAGYOMÁNY ÉS INNOVÁCIÓ KÖZEL 100 ÉVE

1929-ben a Leeb család 1. generációja egy kisebb fogadót létesített Turrachon, „Gasthof Hochschober” néven, arra gondolva, hogy az idilli táj rendkívüli ötleteket igényel. Akkor még nem sejtették, hogy a őket követő 2. és 3. generáció egy fantasztikus dimenziójú szállodát varázsol majd kis fogadójukból, mégis alapgondolatukat, amely ma is a Hochschober filozófia kiindulópontja, már akkor megfogalmazták: a vendégek számára a mesés természeti tájban egy kellemes hangulatú és jó közérzetet biztosító légkör megteremtése volt.

A 2. generációs családtagok ezt a hagyományt folytatva, a világszerte utazásaik során megismert népek kultúrájából magukkal hoztak egy – egy darabkát azzal a céllal, hogy az általuk átélt élményeket saját szállodájukban megvalósítsák és ezeket nap, mint nap vendégeikkel megosszák. Így készült el 1998-ban az akkor még egyedülálló Hammam törökfürdő, majd 2005-ben az Alpok egyetlen, autentikus kínai építménye, a Kína-torony, melyek építésénél keleti, illetve távol-keleti szakértőket vontak be.

tiszteletük és elhivatottságuk alapján vallják, hogy a Turrachi fennsík mesés helyszíne kivételes ötletek megvalósítását igényli. E gondolatmenet értelmében zseniális tervekkel realizálnak szállodájukban, melyek megvalósításával vendégeiknek felelhetetlen órákat, napokat garantálnak.

CSÚCSHELY: A TURRACHI FENNÍK 3 tó + 1 fennsík = EGYEDÜLÁLLÓ az Alpokban

Ma a Hochschober szálloda egy ámulatba ejtő „rejtekhely”. A csodálatos, lankás hegyvonulatokból álló Nockberge (Nock hegység) egyik fennsíkján, az 1763 m tengerszint





feletti magasságban pompázó Turrachi fennsíkon (Turracher Höhe) áll, fenyőerdők közepette, közvetlen a Turrachi tó (Turracher See) partján. Kevés osztrák szálloda dicsekedhet tóparti fekvéssel, hiszen a tó mindössze pár lépésre tündököl a szálloda épületétől. A Turrachi tó érdekessége, hogy rajta keresztül fut át a két osztrák tartomány, Karintia és Stájerország határa. E vidéken nem csak három festői hegyi tó: a „Turracher See“, a „Schwarzsee“, és a „Grünsee“, hanem Ausztria legnagyobb egybefüggő cirbolyafenyő erdeje várja az idelátogatókat. Köztudott a cirbolya pozitív hatása az egészségre. Ez az álomszép táj, a kristálytiszta hegyi levegő és a gazdag szabadidős kínálatok együttese által, minden generáció számára egyaránt ideális hely a szabadság eltöltésére.

CSÚCS SZÁLLODA - CSÚCS FILOZÓFIA

A szálloda felszereltsége és szolgáltatásainak színvonala a legmagasabb igényeket is kielégítik. A vendégeket a Hochschober filozófia értelmében a szállodában éppúgy, mint a természetben, kedvük szerinti úgynevezett „HochschoberN“ - azaz egyfajta „Hochschoberolás“ várja: ez pedig a napi 100, különböző pazar élvezet sokasága, úgybent a szállodában, - a szálloda különleges, ajánlataiból válogatva -, a vendégek ui. ingyenesen vehetik igénybe a szálloda teljeskörű kínálatát, mely a szobaárban benne foglaltatik (kivéve a kezeléseket), mint kint a tiszta hegyvidéki levegőn, a hegyvidék lenyűgöző világában. A „HochschoberN“ mottó értelmében a szálloda egy világszerte ismert utazásra csábítja vendégeit: egyik külön-

leges helyről a másikra. Tereken és időközön, régiókon és kultúrákon keresztül.

CSÚCS ÉLMÉNYEK...

örültnék tűnő ötletek és néma csodák: fűtött „úszómedence“ a hideg Turrachi tóban?! Hammam törökfürdő!... , és egy Kína torony az Alpok közepén?

Igen!! Mert a Hochschober szálloda vendégeit olyan páratlan ötletekkel kívánja meglepni, amelyek elsőre talán örülni hangzanak. Ugyanakkor ezen ötletek megvalósítását a legapróbb részletek átgondolása előzte meg: a tulajdonos család elhivatottsága, számos világszerte ismert tanulmányútjuk, és nem utolsósorban az autentikusságra való törekvésük. Ezen „néma“, de aktív csodáknak köszönhetően a vendég az első pillanattól kezdve elmerül a lazulásban: mert a hammam gyengéd mosdatása oldja a mindennapi feszültséget, a melegített vízű ún. „tőfürdőben“ való úszkálás élénkíti a hangulatot, a panorámás szaunákban való időzés egyszerre felmelegít és felfrissít. Akár a csillagos ég alatt is pancsolhatnak a vendégek a 3 szabadtéri „szikla“ perzsgőfürdőben, melyek az Alpok legmagasabb felvő medencéi. A Kína Torony teaszertartása pedig serkenti az érzékeket. Ezenkívül az 5000 m² alapterületű, fantasztikus „Kristall“/ Kristály spa és wellnessrészleg mintegy 70 különböző masszáz és kezelés széles skáláját kínálja.

CSÚCS „hochschoberolás“ a szállodában 4 kultúrkör találkozása

A szálloda különlegessége a 4 kultúrkör találkozása: az északi, a mediterrán, a keleti és a távol-keleti élményvilág ötvözete felülmúlhatatlan élvezetet és élményt nyújt.



SIKERES UTAZÁS



Északi élményvilág:

a hideg és meleg váltakozásának játékában rejlik az északi Hochschober-világ különleges vonzalma. Panoráma-, bio-, és fűszeres szauna, Kelta-kályha, kültéri circobolyafenyő-szauna áll a szaunázás élvezetének hódoló vendégek rendelkezésére.

Mediterán élményvilág:

a szálloda 5.000 m² alapterületű belső spa & wellnessrészlege uszodával, illatkamrákkal, és külön gyermekmedencével rendelkezik. Egész évben üzemel a szálloda három szabadtéri pezsgőfürdője (36-38 C), melyek az Alpok legmagasabban fekvő kültéri medencéi, továbbá a Turrachi tóból leválasztott, 28-30 C-ra melegített, 25 x 10 m vízfelülettel rendelkező ún. „Seebad”, a „Tófürdő”.

A Hochschober 1995-ben Ausztria első olyan szállodája volt, mely fűtött „tómedencével” rendelkezett. Ez a „fürdőtó a tóban” alul nyitott. Három méter mélységig rozsdamentes acél pontonok határolják körbe minden oldalról. Ezekben a pontonokban van elrejtve a fűtés, melyhez a környezetbarát energiát a helyi biomassza fűtőművéből nyeri. Mivel a hideg víz a meleg víz tetején úszik fajsúlya végett, így a tó felületén lévő víz mindig meleg. Így egész évben felejthetetlen élményt nyújt a vendégek számára. A nyári fürdőzés a *Turrachi tóban* felüdülést jelent. A víz a nyár közepén akár 20 C fokra is felmelegszik. A tóra nyíló kilátás különleges varázst és szinte meditatív hatást kelt. A nyugágyakkal ellátott „Alpenstrand” - alpesi strand, a „hálózsákos” relaxációs részleg, mind mind része a különleges Hochschober élvezeteknek.



Keleti élményvilág:

az 1998-ban, keleti szakértők bevonásával létesített Hammam, a pihenés és elmélyülés színhelye, az Alpok egyetlen autentikus keleti fürdőháza, ahol az 1001 éjszaka mesés varázsában élvezheti a vendég a Kelet fürdőkulturáját. A Hammam törökfürdő egyik különlegessége a Hammam-mosdatás, amely testi-lelki megújulás is egyben.

Távol-keleti élményvilág – Kína torony az Alpokban!..... egyedülálló! A „Kína Torony” a távol-keleti kultúrák és tanok otthona: jóga, kínai masszázsek és a különleges teaszertartás elrepíti a vendéget egy új világba. És mindezt repülés nélkül! A 2005-ben megnyitott, Ausztriában egyedülálló autentikus, négy emeletes kínai építészeti remekmű egy kínai építész bevonásával létesült, és berendezése is Kínából





származik. Legfelső szintjén „A szép teaház a hegyen” nevű kínai teázó különleges teákat kínál, csodálatos kilátással a Turrachi tóra. A Hochschober munkatársai kínai teameszterektől tanulták a teaszertartás művészetét. A vendég így bepillantást nyerhet a kínai tea különleges világába. Ugyanis a tea kínai értelemben véve sokkal több, mint egy ital. A tea filozófia, szellemi tartás, a pihenés és a kikapcsolódás kulcsa. A Kína torony 4. eme-

letén található teázó díjmentesen áll a szállodavendégek rendelkezésére: a vendégek naponta saját maguk készíthetik el teájukat, vagy az ún. „teaszertartás” keretén belül különböző kínai, japán vagy taiwani biotéből választhat teaszakértő tanácsadásával.

A 4 kultúrkör, ezek a „néma csodák” az első pillanattól kezdve a hotelvendégek elmerülését szolgálják a Hochschober utánözhatatlan világában: mert a hammam gyengéd mosdatása oldja a mindennapi feszültséget, a Kína Torony teaszertartása élesíti az érzékeket, az úszás a melegített vízű Tófürdőben aktiválja a hangulatot, a panorámás szaunákban való ottlét egyszerre felmelegít és felfrissít. A vendégek naponta akár a csillagos ég alatt is pancsolhatnak a 3 kültéri sziklamedencében. Továbbá kerekén 70 különböző masszáz és kezelés közül

válogathat a vendég. Újdonság a wellness részlegben a medence melletti társalgó és a sportbár biliárd- és asztalitenisz asztalokkal.

GENERÁCIÓK CSÚCS TALÁLKOZÓHELYE

A szálloda nagy hangsúlyt fektet úgy a családok vendégekre, mint a párok kényeztetésére is. A hotel gyermekgondozói és a tájat jól ismerő szállodai dolgozók olyan gazdag témákat kínálnak, melyek a természet kincseit kicsik és nagyok számára egyaránt különösen érdekessé varázsolják. „Pihenjen szeretteivel, fedezze fel a Hochschober rejtékelyét, élvezze az 5.000 m2 területű spa & wellnessrészleg végtelen kínálatát, vagy a kezeléseket, akár kettesben is. Szenteljen magának, partnerének, családjának még több szeretetteljes időt!” - hangzik az invitáló filozófia. Az elegáns, alpesi stílusban berendezett szobák és lakosztályok a hegyvidéki természet érzetét keltik. A nemes anyagok és a dekoratív részletek kényelmes lakókörnyezetet biztosítanak kicsik és nagyon számára egyaránt.

KULINÁRIS CSÚCS ÉLVEZETEK REGGELTŐL ESTIG

A különleges Hochschober kulináris kínálat és élvezet szintén része a szálloda filozófiájának. A vendégek kedvükre válogathatnak az ételek gazdag kínálatából és élvezhetik az ízek élményvilágát, melyet a reggelinél, az imbisz - büfébédnél, és az 5 fogásos gourmet vacsoránál az alpesi konyha természetes, kiváló minőségű regionális biotermékei, a klasszikus karintiai ételváltozatok, vagy az Alpok-Adria régió gasztronómiai ötvözetei garantálnak. A Hotel Hochschober Ausztria első szállodájaként immáron 10 éve kínál



SIKERES UTAZÁS



vegán és vegetáriánus alternatívákat az étkezésekhez, szintén regionális és szezonális alapanyagokból.

Új: Táplálkozz egészségesen, 16:8-as ritmusban! – 16:8 diéta = 8 óra evés, 16 óra pihenés, előzetes bejelentés alapján. A szállodavendégek 2024 júniusától igény szerint 16:8-as ritmusban is étkezhetnek: reggeli 10 és 11 óra között, 12.30 és 15.00 óra között a büfé ebéd leveseket, salátákat, süteményeket és napi ajánlatot kínál. 16:30 és 18:00 között a szálloda konyhája korai, könnyű vacsorát biztosít.

CSÚCS „HOCHSCHÖBEROLÁS” a természetben: nyár a Turrachi- fennsíkon

3 tó + 1 fennsík = EGYEDÜLÁLLÓ az Alpokban: a hegyvidéki nyár, mely május végétől október végéig tart, gazdag és aktív programot kínál a természet világában, annak felfedezésére, és élvezetére. Ráadásul a magaslati levegő bizonyítottan jótékony hatással van az egészségre, a levegő pollenmentes és a hegyen nincs tikkasztó hőség. A Turrachi fennsík ideális terepet nyújt a nordic-walking, a hegyi futás kedvelőinek, a mountainbike-túrák szerelmeinek egyaránt. Az idelátogató változatos hegyi gyalogtúra útvonal kínálatból választhat: a könnyebb hegyi sétákon és túrákon túl, mint pl. a „3 tó túra”, mely a vidék egyik legszebb túrája: egy kellemes gyalogtúrával körülbelül 20 perc alatt megkerülhető a Turrachi tó. A Turrachi fennsík három tava: Turrachi tó, a Grünsee, és a Schwarzsee közül a Turrachi tó a legnagyobb. Legmélyebb pontján akár 33 méter mély. De nagyobb fizikai állóképességet megkívánó túrázásra is van lehetőség, akár 2.441 m-ig, a Nockberge legmagasabb csúcsára. A megfáradt túrázókat, sportolókat a szállodához tartozó két alpesi menedékház várja megpihenésre.

Nyáron a Turrachi tó csodálatos szabadidős területté válik. A tóparti fekvést kihasználva a hotel ún. „Marina Board” részlegében mindenféle eszköz megtalálható a vízi sportok kedvelői számára, mint a SUP (stand-up paddle), vízibicikli, kajakok, vagy egy szokványos csónak. Természetesen a mentőmellény gyerekeknek és felnőtteknek is biztosított.

A „Nocky Flitzer”, az egész évben üzemelő ródlipálya vidám időtöltést jelent kicsiknek és nagyoknak egyaránt. Éles kanyarok a cirbolyafenyőerdőben, körívek, hullámpályák

és ugratók – az összesen 1,6 km hosszú ród-lipálya egyedülálló élményt nyújt.

EGYÉB ÉRDEKESÉG

Csillogó kincs a „Grünsee” tóban! A 12 m mély tó egy különleges kincset rejt magában. Egy speciális széfben közel 500 palack bort érlelnek 2021 októbere óta. Ennek a kísérletnek az ötlete Szigeti Norbert és Birgittől, a burgenlandi A-Nobis pezsgőpincészet tulajdonosaitól született meg. A szálloda saját borai a burgenlandi Hotel Hochschober dűlőjében érlelődnek. Az ún „Julia” pezsgőt a tulajdonosok, Karin Leeb és Martin Klein, leányukról nevezték el. Majd 2029-ben kerülnek az üvegek felbontásra, amikor a Hochschober 100. születésnapját ünnepli.

Mobilitás: a Hotel Hochschober arra ösztönzi vendégeit, hogy klímabarát módon utazzanak: lehetővé teszi az elektromobilitást a helyszínen e-töltőállomásokkal és elektromos kerékpárokkal.

Kitüntetések: a „Best Alpine Wellness Hotel” a LEGJOBB ALPESI WELLNESS szállodák csoportosulása, mely a különleges hangulatú osztrák és dél-tiroli szállodákat tömöríti magába. Filozófiájuk: a kikapcsolódás, a nyugodt életvitel, a belső erő, egyensúly és energia megteremtése egyedülálló, alpesi módon, úgy a test, mint az elme és a lélek számára. Mindezt pedig a vendéglátás a legmagasabb szintjén.

A szálloda 2022 óta a „Change Maker Hotels” csoportosulás tagja, mely azon szállodai úttörőket tömöríti magába, akik maximálisan elkötelezettek a természet, a klíma és az emberek iránt, továbbá jövőbeli utazásokkal kapcsolatos ötleteket dolgoznak ki.

A szálloda számos díjat kapott az energiahatékonyság növelését és az innovatív munkáltatói márkaépítést célzó projektjeiért, köztük a 2023-as Osztrák Turizmus Napján a „Legjobb Gyakorlati Díjat” – melyet első ízben hirdetett meg az „Austrian Advertising” és az Osztrák Kereskedelmi Kamara.



További információk:

Hotel Hochschober

9565 Turracher Höhe 5

Tel.: +43/4275/8213

E-Mail: urlaub@hochschober.com

www.hochschober.com

www.facebook.com/hotel.hochschober,

Instagram: [hotelhochschober](https://www.instagram.com/hotelhochschober)

Török Sándor Strandfürdő

és Gyarmati Dezső Sportuszoda
Hódmezővásárhely

Jól felszerelt
apartmanjainkkal,
medencéinkkel
és gyógyászati
szolgáltatásainkkal
is várjuk
kedves vendégeinket!

Látogasson
el
hozzánk!



Családbarát fürdő élményekkel megfizethető áron!

Honlap: www.hodfurdo.hu • Telefon: 62/249-363

A K C I Ó



Éves előfizetési akció (11 db)
40%-os kedvezménnyel 6 480 Ft

Lapunk ára újságárusnál 980 Ft

előfizetve 6 480 Ft/év



Etele Plaza – GoBuda Mall – WestEnd I-II. – Mammút I. – Arena Mall
Pólus Center – Auchan Budaörs – Auchan Soroksár – Auchan Tesco
Köki Terminál I-II. – Ferenc krt. 33. – Kecskemét Malom

Facebook Schmuck ékszer Instagram schmuck_ekszer



ZUBOR ROZI A KULCS

A BOLDOGSÁGOD KULCSA A KEZEDBEN VAN!

Zubor Rozi háromgyermekes IgenAnya, újságíró, podcaster, a Micsoda történetek könyvsorozat társszerzője. Megható és elgondolkodtató első regénye egy érzelmi utazásra invitál önmagunkba.

ANGELA MURINAI BOSSA NOVA

KÉT NŐ, KÉT ÚJRAKEZDÉS.

Bossa nova. Tánc, amely lehetőséget ad, hogy szigorú szabályait tartva a résztvevők egyedi mozdulatokkal meg nem ismételtetővé varázsolják azt. Bori és Janka ezt a táncot járja, két különböző életben.



álomgyár