

ISKOLAÚJSÁG



A tartalomról:

- Anyák himnusza
- Bemutakozik : Mackeiné Aux Ildikó, ifjúságvédelem
- Az én hobbi: a foci
- Ludwig Múzeum élménybeszámoló
- Fenntarthatósági témahét - 2025
- A jövő tűzvédelme
- Veszprém vármegye legfinomabb pogácsáját Szíjártó Erik készítette.
- Pályaorientációs nap képekben
- Május utolsó vasárnapja-gyereknapi
- Dohányzásmentes Világnap
- Táplálkozási zavarok
- Június első vasárnapja: pedagógusnap
- Végzőseink tablói

● A hónap idézete:

Nyisd ki búzavirág szemed,
kedvvel hadd köszöntselek!
- Jó reggelt nyár! Jó reggelt nyár!
Ébredj, én is ébredek.

Gazdag Erzsé



Kiadja a Pápai SZC Acsády Ignác
Technikum és Szakképző Iskola
Cím: 8500 Pápa, Erkel Ferenc utca 39.
Igazgató: Matting Mónika
Főszerkesztő: Mayer Zsuzsanna oktató
Design: Bella János rendszergazda





JÚNIUS 2025

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						



Anyák himnusza

Küzdelem egy gyermekért,
az életért, a családjáért
tesz minket, nőket anyává,
egy erős amazzónná.

Ki harcol: míg világ, a világ!
Soha meg nem hátrál!
Számára nem létezik semmilyen akadály!

Hisz szeme előtt ott lebeg a cél,
amiért feláldozni mindent megér!
S mi ez a CÉL? A legszentebb dolog
amivel Isten, s a sors megajándékozhatott.

Egy GYERMEK. Az Ő fogadására készülsz.
Az izgatott várakozásba szinte beleszédülsz.
Vigyázol. Most már nem magadra, hanem magatokra.
Egy kis élet növekszik a pocakodba,
kinek fogantatása a legnagyobb CSODA,
világrahozatala életed legelső komoly feladata.

Gondoskodni róla: nem is olyan egyszerű,
de az életed így lesz mesészerű.
Végre megvan minden, amiről álmodtál:
a CSALÁD, mit te magad alapítottál
a szerelmeddel és a gyermekeddel,

kinek szava
minden este
mutatja,
hogyan harcol megérte:
SZERETLEK ANYA!



Bemutatkozik : Mackeiné Aux Ildikó, ifjúságvédelem



„Ott vagyok, ha szükséged van rám”
Sziaztok! A nevem Mackeiné Aux Ildikó, az iskolában ifjúságvédelmi felelősként és oktatóként dolgozom. A feladatom az iskola tanulóinak mulasztását nyilvántartani, valamint, hogy segítsék azoknak a diákoknak, akiknek valamilyen nehézséggel kell szembenézniük – legyen az otthoni gond, lelki teher, iskolai probléma vagy akár csak egy nehezebb időszak. Hiszem, hogy a figyelem, a megértés és az őszinte beszélgetés sokat jelenthet. Ha úgy érzed, szükséged van valakire, aki meghallgat, tanácsot ad, vagy csak ott van veled – keress bátran.



Nyíregyházáról származom, de már hosszú évek óta Ugodon élek, ahol aktívan részt veszek a helyi közéletben. A Német Nemzetiségi Önkormányzat elnökhelyetteseként dolgozom, és fontos számomra, hogy hozzájáruljak közösségünk fejlődéséhez és értékeink megőrzéséhez.

E mellett szociálpedagógusként dolgoztam évtizedekig, és nagy tapasztalatot szereztem családsegítőként, ahol gyermekekkel és családokkal dolgoztam együtt, segítve őket a nehéz helyzetekben.

Most nyugdíjasként dolgozom, és ez már a negyedik tanévem itt. Nagy örömmel és elhivatottsággal végzem a munkámat, mert fontosnak tartom, hogy a diákok biztonságos, támogató környezetben fejlődhessenek, és minden segítséget megkapjanak, amit csak szükségesnek éreznek.

Három felnőtt gyermekem van, férjem pedig szintén az iskolában dolgozik szakoktatóként. Mivel a hozzátartozóim messze élnek, az iskola és a közösség, amelyhez tartozom, lett az új „otthonom”.

Az itt végzett munka és a diákokkal való közvetlen kapcsolatom adja számomra a legnagyobb örömet, és mindig igyekszem minden tőlem telhetőt megtenni annak érdekében, hogy segítsen őket a mindennapokban, és támogassam őket a fejlődésükben.

Hiszem, hogy minden életszakaszban jöhetnek új kihívások, és hogy a folyamatos tanulás, a közösséghez való tartozás és a fiatalok segítése mind hozzájárulnak ahhoz, hogy valóban értékes munkát végezzünk. Izgatottan várom, hogy közösen dolgozhassunk a fiatalok jólétéért, hogy támogassuk őket a megfelelő irányba, és biztosítjuk számukra a legjobb lehetőségeket.

Kolompár Károly és Kovács Rajmund, 9. C

Az én hobbim: a foci



Sziaztok! Rajmund és Karcsi vagyunk. Kisgyerekkorunk óta érdekel a sport és a foci tetszett meg, és ezért választottuk. Első komolyabb sikerünk a Celldömölk VSE-ben volt, mikor futsal bajnokságot nyertünk. U16-ban 3. helyen végeztünk és ez volt az utolsó meccsünk.



Utána a Győri ETO-nál voltunk próbajátékon, de oda sajnos nem vettek fel. Ez volt az első csalódásunk, de ennek ellenére motiváltak maradtunk, mikor Pápára kerültünk. Itt nagyon befogadtak és barátságosak is voltak, ezért is sokkal több kedvünk volt játszani.

Azon a nyáron napi 2 edzés volt: délelőtt taktikai, délután erőnléti és így sokkal jobban is teljesítettünk. Ezután elkezdődött az első szezonunk Pápán: keményen helytálltunk, heti 2 mérkőzésünk volt és nagyon elfáradtunk, de élveztük. Ezután a téli kupán vettünk részt, ott a 3. helyen végeztünk.



Majd következett a 2. szezon: első felében gyengén teljesítettünk, mert jöttek újak és sokan távoztak is. Idő kellett összeszokni és a szezon 2. felében már jól teljesítettünk és egy fejezet véget ért.

Volt mindkettőnknek egy-egy nagyobb sérülésünk: Rajminak a vádlijában izomszakadás, Karcsinak meg bokatörés.

Felszerelés: futballcipő, sípcsont védő, és télen aláöltözet is kell.

Másoknak is nagyon ajánljuk ezt a sportot, mert kell hozzá akarat, motiváció, szenvedély, erőnlét és fejben is ott kell lenni. A mi hobbink a mi szenvedélyünk.



Ludwig Múzeum élménybeszámoló

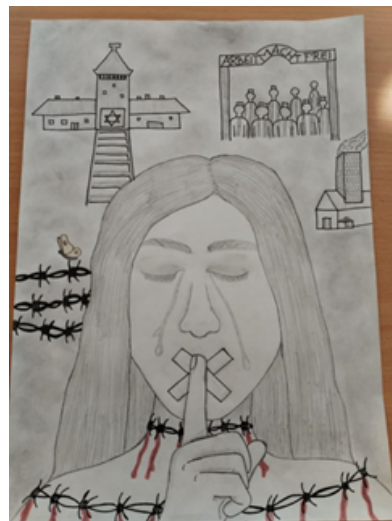
Oláh Kálmán, 10.X

Számomra a Ludwig Múzeum látogatása egy különösen jó élmény. Már az odautazás is, mivel még sosem utaztam Railet vonattal.

Amint a Budapest Kelenföld vasútállomásra értünk lesokkolt, hogy mennyi ember tud egy helyen lenni. Majd mikor közel voltunk a múzeumhoz körülnéztünk az előadás kezdetéig és a Nemzeti Színházat is láttuk. Múzeum előtt a monumentális tartó oszlopok láttán egy furcsa érzés volt bennem. Utána bementünk és az ott meglátott a művészet eddigi legnagyobb volumenévé váltak számomra. A felső szinten megtartott előadás előtt láttam egy kis rajzoló teret, megjött az ihlet, hogy rajzoljak kicsit. Az előadáson számos kérdést tettek fel a műalkotásokkal kapcsolatban, hogy megmutassák mennyire különlegeseek. Majd átmentünk a fő esemény helyszínére, vagyis a kiállításra. Meglepő volt, hogy sokan festményt, dalt, vagy akár verset is készítettek, valamint az, hogy nem volt olyan, hogy „legjobb”, ezzel fenntartva, hogy mindenki munkája ugyanolyan fontos.

Ez egy felszabadult érzést váltott ki belőlem. Volt egy önreflexió is, ahol kérdésekre kellett válaszolni egy kép jelentése alapján, ami által kicsit jobban megismertem önmagam. Utána volt egy olyan feladat, hogy rajzolnunk kellett, hogy milyen kihívásaink, segítségünk és támogatásaink vannak a mindennapokban. Végül volt egy fogadás, ahol sajnos nem voltam ott

Ez a hosszú és élményekkel gazdag utazás örök élmény marad a szívemben.



Horváth Mária, 10.Y

Iskolánkból ketten nyújtottunk be pályaművet a Zachor Alapítvány „A művészet az elmondhatatlan tolmácsa” pályázatára Györke-Horváth Tünde tanárnő mentorálásával.

A pályázat keretében a diákok művészeti alkotásokat készítenek a Dél-kaliforniai Egyetem (USC) Soá Alapítványának holokauszt túlélőkkel és szemtanúkkal készült interjú klipje alapján.

Megérkezésünkkor a karszalag felhelyezése után megtekinthettük a GYIK (Gyakran Ismételt Kérdések) című kiállítást.



Ezután következett az ünnepélyes záró rendezvény, ahol feladatokat kellett megoldanunk, megbeszélnünk. Majd megvendégelték minket. Minden pályázó oklevélben és ajándékkönyvben részesült, a kísérők jegyzetfüzetet kaptak emléke. Nagyon jól éreztük magunkat. Köszönöm a szüleimnek, hogy elkísértek minket erre az alkalomra.



Urbán Éva, oktató

Fenntarthatósági témahét – 2025

A Belügyminisztérium 2025-ben is meghirdette a Fenntarthatósági Témahetet, amelybe most is bekapcsolódtunk. Az esemény 10. jubileumára április 7-11. között kerül sor.

Az idei év fókuszában a környezeti, gazdasági fenntarthatóság kérdéseiből a talaj és biodiverzitása, a mesterséges intelligencia, illetve a zöldenergia-források álltak.

Komplex természettudományos órákon a 9-es technikumi osztályok projektórák keretében a fenntartható fogyasztás-fogyasztóvédelemmel foglalkoztak, ami ezeket a kérdéseket felöleli.



A tanulók csoportmunka keretében dolgozták fel a feladatot.

Két csapattal jelentkeztünk a témahét alkalmából meghirdetett „TERVEZZ FENNTARTHATÓSÁGI TÉMAHÉT KABALÁT! — kreatív pályázatra.

A 9. X osztályból Firtl Botond, Pozsgai Richárd és Takács Zoltán, a 9.Y-ból Varga Anna Katinka és Veilandics Korina alkotásait küldtük el.

A gyerekek nagyon lelkesen dolgoztak.



Peidl Róbert, oktató

A jövő tűzvédelme

Az Országos Tűzmegeelőzési Bizottság alkotói pályázatának Veszprém vármegyei fordulójában digitális alkotás kategóriában

I. helyezett Horváth Milán, 10.X osztályos tanuló.

A pályázat témája a jövő tűzvédelme volt.

Az idei évi digitális témahét során több osztállyal készítettünk ppt-eket a pályázati témában, egy tűzoltórobot működéséről és a tűzoltás menetéről, illetve egy kisfilmet is készítettünk a 9.Y osztállyal a kézi poroltó készülék működtetésének menetéről.



A digitális kultúra tanórán legjobban sikerült ppt-k el lettek küldve a pályázatra, amikből Milánét választották a digitális pályaművek közül a legjobbnak.

A díjátadó hangulatos volt, kapott oklevelet, iskolatáskát, tornazsákot, ezekbe sok édességet, tollat, pendrive-ot, kulcstartót.

A megyei 1. helyezett alkotásokat továbbküldik az országos döntőre.



Milán a pályázaton elért eredményéért a sok ajándék mellett, a fenti képen látható nagyon szép emléklapot is kapott dr. Csillag István tűzoltó ezredestől.



Veszprém vármegye legfinomabb pogácsáját Szíjártó Erik készítette.

A tészta az egy sima leveles tészta.

Leveles tészta recept:

- 40 dkg vaj
- 10 dkg liszt

A hideg vaját és a lisztet összekeverjük és egy téglalapot formáznunk belőle és berakjuk a mély hűtőbe, majd a következőket adjuk hozzá:

- 50 dkg liszt
- 1 tojássárgája
- 10 g só
- 1 kk cukor
- 1 ek ecet
- 10 dkg vaj
- 250-260 ml hideg víz



Elkészítés: Fontos az alapanyagok hidegek legyenek. A hideg vizet, az ecetet, cukrot, sót és a sót egy tálba összekeverjük, majd hozzáadjuk, a lisztet kicsit gyúrunk rajta majd a vaját is hozzáadjuk, és szép simára kidolgozzuk. 20 percre berakjuk a hűtőbe. Ha letelt az idő, akkor kivesszük és kinyújtjuk téglalap alakúra, duplájára, mint a vaj tömb. a közepére belerakjuk a vajtömböt és Jobbról balról behajtogatjuk, majd kinyújtjuk és csinálunk egy 3-as hajtást és újra 20 percre hűtőbe rakjuk. Újból kinyújtjuk és most 4-es hajtást csinálunk. Megint 20 percet hűtőbe rakjuk pihenni. Majd ezt a két hajtást újból megismételjük és kész a leveles tészta.

Káposztás töltelék:

- 60 dkg káposzta
- Só, bors

Elkészítés: A káposztát lereszeljük és ledinszteljük, sózzuk, borsozzuk. Majd hagyjuk kihűlni. Ha kihűlt, akkor újra kinyújtjuk és rárakjuk a káposztát és meghajtogatjuk újra. Majd kinyújtjuk és szaggatjuk majd sütjük 180 fokon.



Pályaorientációs nap képekben



Május utolsó vasárnapja-gyereknap

A Gyereknap az év egyik legvidámabb napja, amikor a legkisebbeket ünnepeljük. A világ minden táján különböző hagyományokkal és szokásokkal köszöntik a gyerekeket ezen a napon.

A Gyereknap hagyománya több évtizedre nyúlik vissza. Az ENSZ 1954-ben nyilvánította a gyerekek jogainak védelmét célzó világnapot, melyet május 27-én ünnepelünk. **Magyarországon azonban az ünnep napja május utolsó vasárnapjára esik**, amikor a családok és közösségek különféle programokkal és ajándékokkal lepik meg a gyerekeket.

A Gyereknap célja, hogy felhívja a figyelmet a gyerekek jogaira és érdekeire, valamint lehetőséget teremtsen a családok számára, hogy minőségi időt töltsenek együtt és különleges programokkal köszöntsék a gyerekeket. Ezen a napon a felnőttek különösen figyelnek a gyerekek igényeire és örömére.

A Gyereknapon számos program várja a gyerekeket és családjukat:

- 1. Családi programok:** A Gyereknapon szervezett családi programok között szerepelnek közös játékok, kézműves foglalkozások, előadások és koncertek.
- 2. Ajándékozás:** Ezen a napon a gyerekek ajándékokat kapnak a szülőtől, nagyszülőktől vagy közeli hozzátartozóktól. Az ajándékok lehetnek játékok, könyvek, ruhák, édességek vagy akár közös élmények is.
- 3. Különleges étkezések:** A Gyereknapon sok család különleges étkezéseket készít a gyerekeknek, akár otthon, akár éttermekben.
- 4. Kirándulások és városnézés:** A Gyereknap alkalmából sokan kirándulnak, városnéző túrákat szerveznek, vagy múzeumokat, állatkerteket és vidámparkokat látogatnak.
- 5. A Gyereknapon a televíziók és mozik** gyermekrajzfilmekkel és mesékkel várják a legkisebbeket, hogy még vidámabbá és szórakoztatóbbá tegyék a napot.

6. Sok helyen sportversenyeket és játékos mozgásos programokat szerveznek a gyerekeknek, amelyeken közösen mozoghatnak, versenyezhetnek és szórakozhatnak.

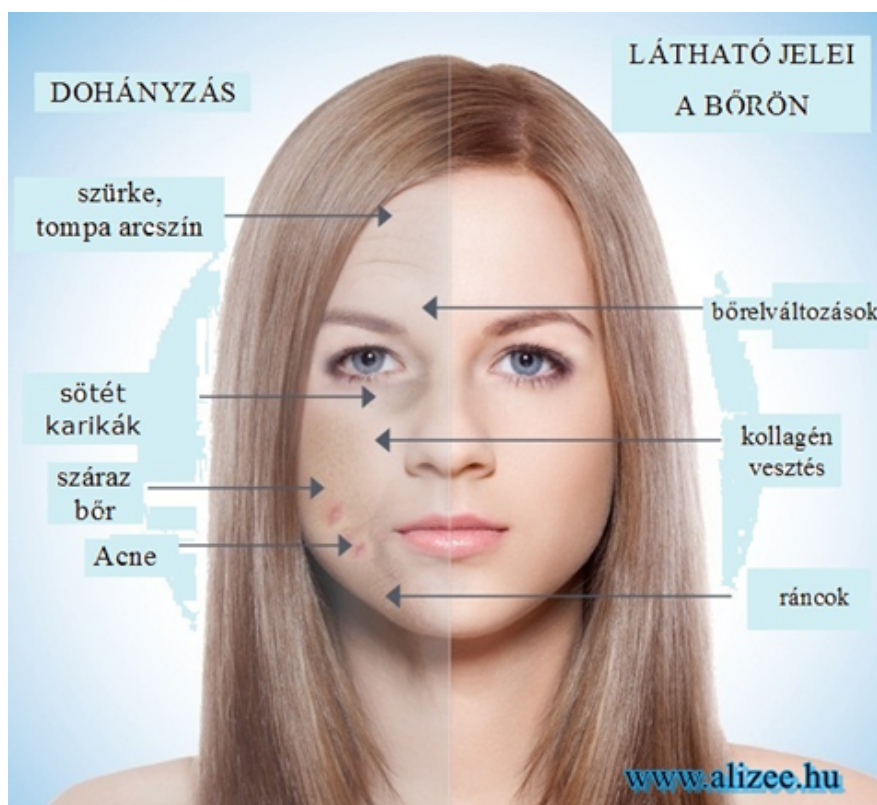
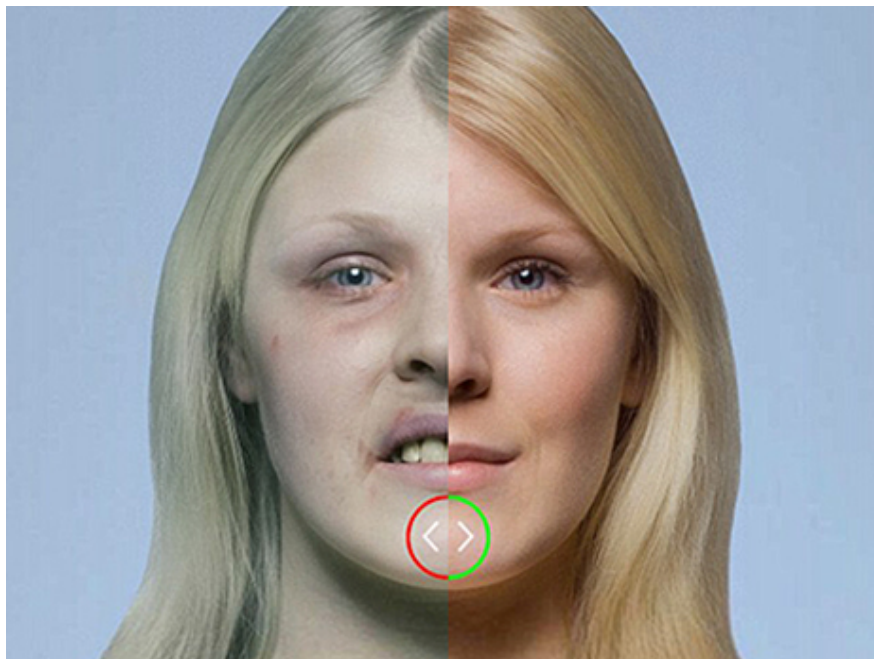
7. A Gyereknapon gyakran szerveznek játékonysági akciókat is, amelyek során a gyerekek segíthetnek rászoruló társaiknak, például játékokat, ruhákat vagy élelmiszert gyűjthetnek.

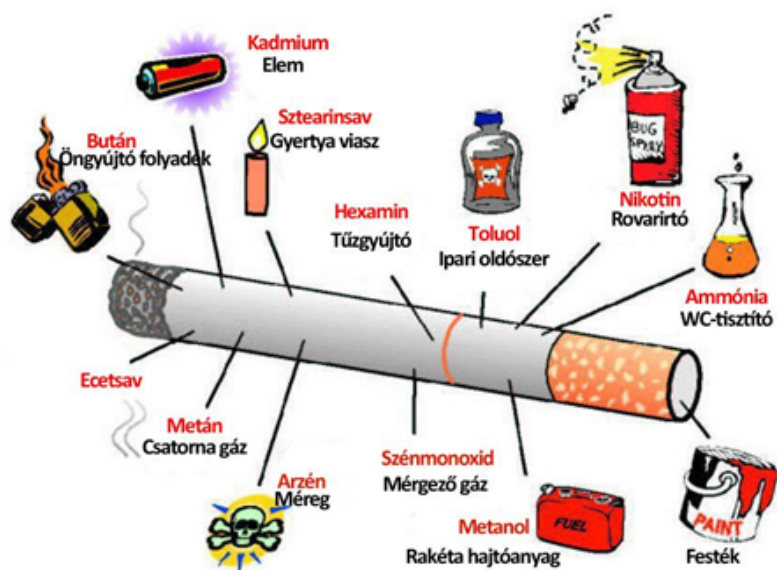
A Gyereknap egy különleges alkalom a családok számára, hogy együtt töltsenek minőségi időt, és a gyerekeknek örömteli élményeket nyújtsanak. A hagyományok és szokások, amelyekkel a gyerekeket ünneplik, sokfélék és változatosak lehetnek, attól függően, hogy milyen érdeklődésűek a gyerekek és milyen programokat szerveznek a közösségek. A lényeg, hogy a Gyereknapon a gyerekek érezzék, hogy ők vannak a középpontban, és mindenki számára felejthetetlen nap legyen.



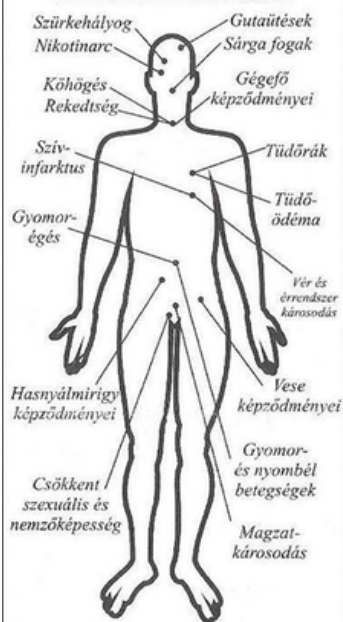
Dohányzásmentes Világnap

A dohányzás káros hatásai:





A DOHÁNYZÁS KÁROS HATÁSAI



LESZOKNÁL A CIGIRŐL? ÍGY KEZDJ HOZZÁ:

Tűzd ki előre a leszokás napját!

Készíts tervet – mit csinálsz majd, kivel találkozol – az első pár napra!

Olyan helyre szervezz találkozót, ahol nem tudsz rágyújtani!

Törd meg az eddigi rutinod, ami kiegészítette a dohányzási szokásod!

Pakolj el előre minden tárgyat, ami a dohányzáshoz kapcsolódik!

Beszéld meg a környezetben élővel, családdal, barátaiddal, hogy mire készülsz!

Próbáld meg többet aludni, pihenni! Mozogj többet!

Rakd félre azt a pénzt, amit korábban dohányzásra költöttél. Legalább két hét eltelte után költsd bátran magadra, mert megérdemled!

Mindig legyen nálad folyadék, az első napokban igyál minimum 2 litert!

Kerüld az alkoholfogyasztást a leszokás idején!

Tarts magadnál egészséges rágcserélnivalót, rágót!



Végh Natália, oktató

Táplálkozási zavarok



Kedves Diákok!

Ma szeretnék mesélni nektek a táplálkozási zavarokról, amelyek komoly kihívásokkal járhatnak, és fontos, hogy tudjátok, mi is ez pontosan. A táplálkozási zavarok olyan állapotok, melyek az étkezési szokásaitokat és a testképeteket befolyásolják, gyakran komoly mentális és fizikai egészségügyi következményekkel járva.

Mik azok a táplálkozási zavarok?

A leggyakoribb táplálkozási zavarok közé tartozik az anorexia nervosa, bulimia nervosa és a falási zavar. Az anorexia esetén a személy rendkívüli módon próbál fogyni, gyakran éheztetni magát, és torzítja az önmagáról kialakított képet, úgy érzi, hogy túlsúlyos, még akkor is, ha valójában nem az. A bulimia jellemzője, hogy a személy nagy mennyiségű ételt fogyaszt, majd hánytatja magát, hogy elkerülje a súlygyarapodást. A falási zavar esetén pedig a személy kontrollálatlanul eszik, de nem próbálja meg elkerülni a súlygyarapodást, ami sokszor büntudathoz és szégyenhez vezet.

Miért fontos a téma?

Fontos, hogy tisztában legyetek ezekkel a problémákkal, mert ezek a zavarok nemcsak a fizikai egészségetekre, hanem a mentális egészségetekre is hatással vannak. Gyakran együtt járnak szorongással, depresszióval vagy alacsony önértékeléssel. Ha úgy érzitek, hogy ti vagy valaki a környezetetekben küzd ezzel, ne féljeteK segítséget kérni!

Hogyan segíthettek egymásnak?

A barátaitok és a családtagjaitok nagy szerepet játszanak abban, hogy támogassátok egymást az egészséges étkezési szokások kialakításában. BeszéljeteK egymással az érzéseitekről, és figyeljeteK oda a másokra. Ha észrevesziteK, hogy valakinek problémái vannak, bátorítsátok, hogy keressen fel egy szakembert, mint például pszichológust vagy dietetikust.

Mire figyeljete?

Az egészséges táplálkozás és a testmozgás elengedhetetlen része a jóléteteknek. Próbáljatok meg változatosan étkezni, elegendő zöldséget és gyümölcsöt fogyasztani, és mozogni rendszeresen. Tartsátok szem előtt, hogy a testeteket szeretni kell, és mindenki különböző, ami azt jelenti, hogy nem kell összehasonlítani magatokat másokkal.

Ne feledjétek, hogy az egészség nemcsak a külsőről szól, hanem a belső érzésekről is. Támogassátok egymást, és mindig figyeljetek oda a saját és mások egészségére!

Ha bármilyen kérdésetek van, vagy ha segítségre van szükségetek, ne habozzatok beszélni róla!



Június első vasárnapja: pedagógusnap

A pedagógusnap változó ünnep, mozgó ünnep: minden év júniusának első vasárnapján köszöntjük a köznevelésben és a felsőoktatásban dolgozókat. Így a pedagógusnap 2025-ben június 1-re esik.

Ahogy megtartjuk a gyermeknapot, anyák napját, apák napját, nőnapot, stb., úgy gyermekeink életének meghatározó szereplőiről sem szabad megfeledkezni. A pedagógusok a tudás mellett erkölcsi tudnivalókat is igyekeznek átadni a gondjaikra bízott gyermekek számára, ápolják lelküket, összetartó közösségeket formálnak és vezetnek.

Idézetek pedagógusnapra, milyen a jó pedagógus:

„Egy remek tanárral eltöltött egyetlen nap többet ér, mint ezeréves szorgalmas tanulás.”

„Az, hogy az iskola - és benne a tanár - milyen volt, csak jó tíz évvel az iskola elvégzése után kezd kiderülni. A tanár nem is tudja - fogalma sincs -, hogy mikor hat igazán a növendékre, egy gesztussal, egy szóval, odavetett tréfás félmondattal.”

„A jó tanárok azt várják a diákjaiktól, hogy haladják meg őket.”

„A jó pedagógus szeretetteljes odafordulással van a diákjai iránt, őszintén és elfogadóan kezeli őket. Érdeklődik a diákjai hogyléte, állapota felől, miközben gondot fordít a személyes jó kapcsolat kialakítására is. A szülőkkel megfelelő kapcsolatot alakít ki, folyamatos a kettejük közti kapcsolattartás.

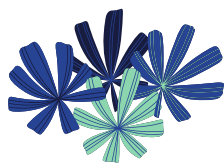
Szakmai felkészült, változatos módszereket alkalmaz az órán, a diákok képességeit, hangulatát, érzelmi állapotát, életkorát figyelembe véve. Élvezettel, szeretettel és lelkesen végzi a munkáját, fő célja a diákok folyamatos fejlődése és fejlesztése”



Végzőseink tablói



Köszönjük az osztályfőnököknek a fotókat!





Szerkesztők:

Urbán Éva
Peidl Róbert
Végh Natália

Szerkesztő segédek:

Kolompár Károly, 9.C
Kovács Rajmund, 9. C
Oláh Kálmán, 10.X
Horváth Mária, 10.Y

