Neurodiverzitás × Bértranszparencia × Elmúlás × Erdélyi influenszerek × Privátfotók

kreatív

TABU

PPH MEDIA
a Medien Union Ludwigshafen tagja
2026/3–4. 1290 FT
26004
9 771218 935002

Most akár
130 000 Ft
készülék-
kedvezménnyel

Tudjuk, mennyi elhivatottság van a vállalkozásod mögött

Ezért segítünk, hogy még messzebbre juthass!

one

Kisvállalati előfizetőknek Üzleti Mobil Platinum tarifacsomag esetén, új vezetékes Üzleti Internet előfizetés mellé, e-Packkel, 2 évre, visszavonásig. A vezetékes szolgáltatások elérhetősége területenként változhat. A tájékoztatás nem teljes körű.

Fenntartható előítélet-mentesítés

HORVÁTH ÁGNES

A tabuk mibenlétét korok és kultúrák határozták és határozzák meg mind a mai napig. A szexualitás, a vallás, a politikai nézetek, az etnikai és faji kérdések, a gazdasági helyzet, a halál, a mentális állapotok, az érzések, na meg a test működésével kapcsolatos fogalmak nyílt kibeszélése még most sem megy a világon mindenhol egyszerűen. De talán ma már az abúzusok áldozatai könnyebben lépnek ki az árnyékból, kevéssé számítva előítéletekre, és a depresszióról, a társadalmi különbségekről, valamint a nők helyzetéről és egészségügyi kérdéseiről is bátrabban folytatunk diskurzusokat. Mindezek nem valósulhatnának meg hiteles – és sok esetben kimondottan bátor – tabudöntögető kommunikációs kezdeményezések nélkül.

Tabu azonban maradt még bőven, de szerencsére számos témában elindult az őszinte kommunikáció. Ilyen például a neurodiverzitás és a fogyatékkal élők helyzete, az itt húzódó gátak átlépéséről Metykó Zsófia autista érdekvédővel és Bokor-Bacsák Györgyivel, az Egyesület az Inklúzióért egyik alapítójával beszélgettünk. Az egészségügy már nehezebb téma, főleg, ha testnedvekről vagy kellemetlen betegségekről van szó, de mint kiderült, az elmúlt évtizedek bátor kampányainak köszönhetően egyre kevésbé feszengünk, ha előkerül a menopauza vagy az elhízás. A fizetések abszolút tiltott témának számítanak, akár családon belül is, miközben nyakunkon az uniós bértranszparencia-irányelv, amely nagyon gyorsan láthatóvá teszi azt, ami eddig bizalmas információnak számított – Német Nóra HR-szakértő ennek gyakorlati kihívásait ismerteti.

A buddhista tanítások szerint a halál tudata teszi intenzívvé az életet és a jelenlétet, mi több, a viszályoknak is véget vethet. Ugyanakkor az elmúlás gondolatától a nyugati világban rengetegen megijednek, bezárkóznak, és nehezen dolgozzák fel a veszteségeket. A Magyar Hospice Alapítvány szakemberei szerint a halál korábban jóval természetesebb volt, az urbanizáció azonban elszigetelt, kórházi eseménnyé alakította ezt, holott az élet vége jóval több lehetőséget tartogat, mint azt sokan gondolnák. A mexikói Santa Muerte kultusza pedig a popkultúrába is képes beemelni a témát, sőt, akár ki is gúnyolja azt.

És persze senki sem szívesen vallja be, hogy látott már pornófilmet életében legalább egyszer, miközben az ezredfordulón Magyarország a felnőttfilmek fellegvára lett. A hamarosan debütáló Birodalom című sorozat és a témában készített dokumentumfilm, A meztelen igazság rendezőjét, Kovács Dánielt ennek kulisszatitkairól és utóhatásairól kérdeztük.

De nem csak tiltott, hanem privát dolgokról is szó esik mostani lapszámunkban: Kardos Sándor rendező, operatőr, fotográfus azért alapította meg a Hórusz Archívumot, hogy az amatőr – és sok esetben készítője szerint nem jól sikerült – fényképeken keresztül megmutassa a véletlen művészi erejét és hatalmát. Ugyanezt a törekvést támogatja az Eidolon Center for Everyday Photography, amelynek alapítója, Szilágyi Róza Tekla szerint Magyarország a privátfotók tekintetében különleges helyet foglal el.

Kolozsvári tudósítónk segítségével az erdélyi magyar influenszerpiacot térképeztük fel, és kiderült, hogy bár sok tartalomgyártó még nem ismeri fel saját piaci értékét, ennek ellenkezőjére is akadnak jó példák. Egy másik anyag a digitális tér által kiváltott dopaminfüggőséget járja körbe, és néhány tippet is ad a kivédésére.

A fenntarthatóságnak is külön blokkot szentelünk, amelyben szakértőinkkel az AI által igényelt extra erőforrásokat és az optimalizáció lehetőségeit nézzük meg, valamint a Planet Budapest példáján keresztül bemutatjuk, miként lehet a környezettel kapcsolatban edukálni az alfa generációt.

Én most búcsúzom a Kreatívtól, és köszönetet szeretnék mondani mindazoknak(-nagyon sokan vannak), akik az elmúlt két, minden tekintetben tartalmas évben segítették munkánkat. Utódom Nagy Iván Zsolt, aki komoly médiatapasztalattal és rengeteg új ötlettel veszi át a lapot és a kapcsolódó versenyeket, rendezvényeket. Sok sikert, Iván! •

2026/3-4. SZÁM

TARTALOM

52

SZERDAHELYI KRISZTINA írása

Láss túl az Esőemberen!

Aki nem pont olyan, mint Dustin Hoffmann az Esőemberben, arról el sem tudjuk képzelni, hogy autista lehet, és a „fura" viselkedésével nem tudunk mit kezdeni – ahogy sokszor az is nehézséget okoz, hogy beszélgetni kezdjünk egy látássérült vagy kerekesszékes emberrel. Metykó Zsófia marketingszakemberrel, autista érdekvédővel és Bokor-Bacsák Györgyivel, az Egyesület az Inklúzióért egyik alapítójával a gátak átlépéséről beszélgettünk.

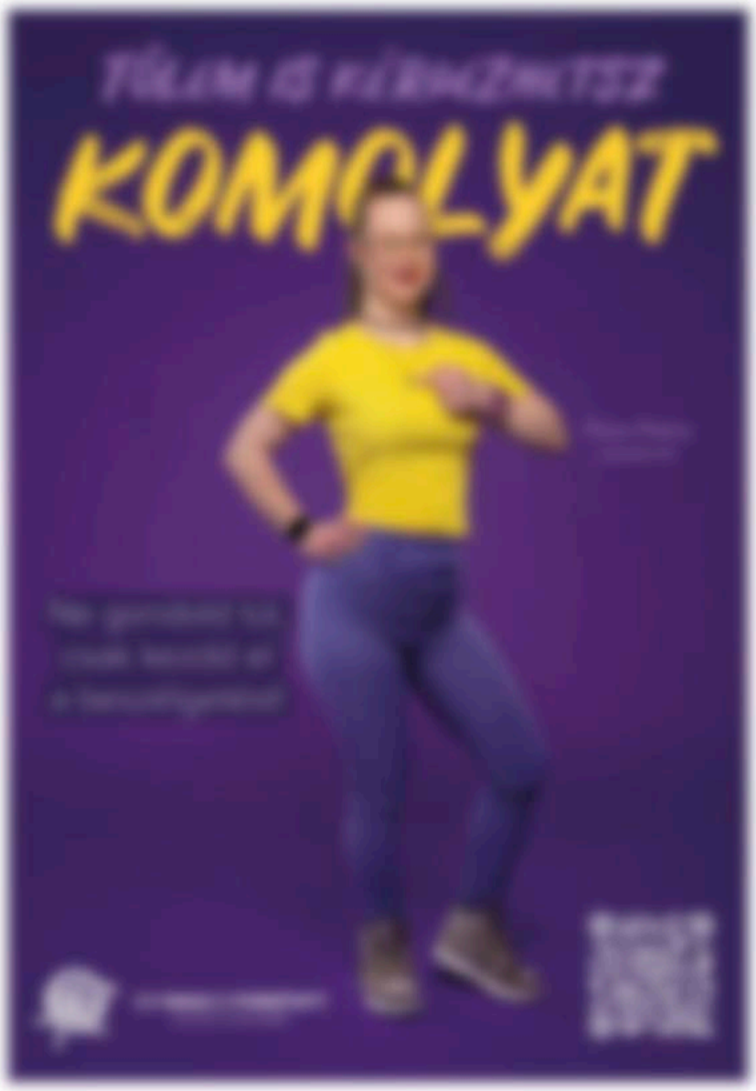
szemléletben, az ön szerint szükséges-e azokat elfogadni. Ez eléggé érzem a válasz – szem felnyitásról a kisszerű lényegükben, hanem abban, hogy bizonyos magatartásra kizárólag az szerint kell-e bármit tenni az szerintszerű vagy kétszínűségellenőrzés.

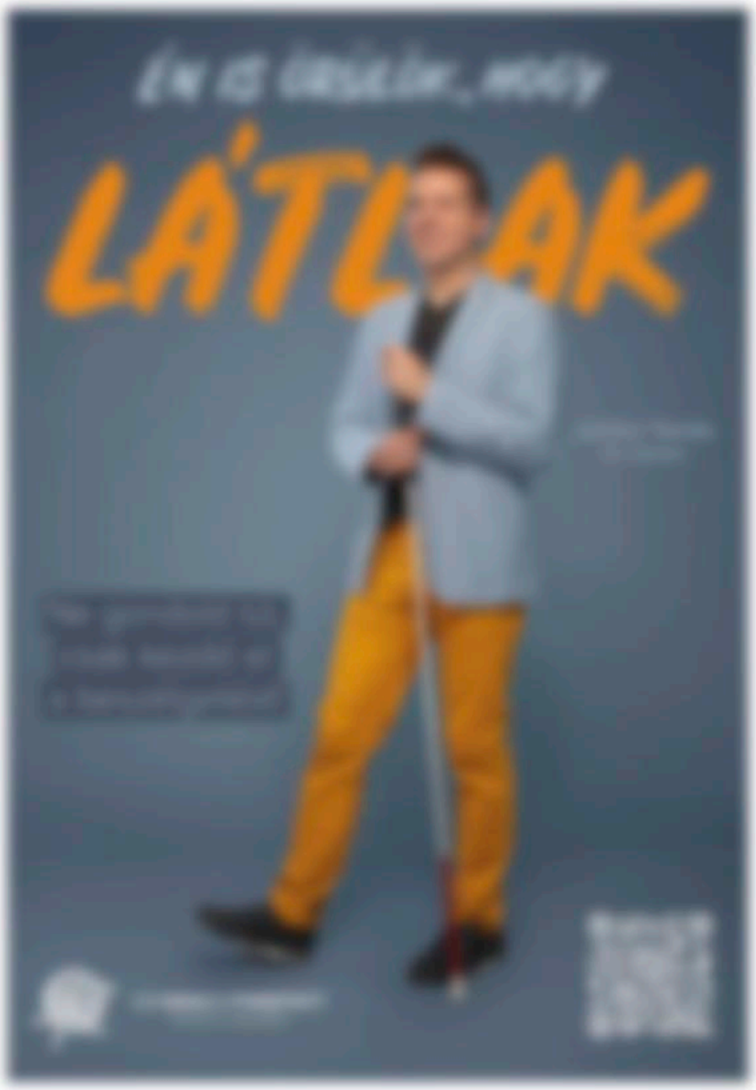
Mit tesszél, szeretsz-e kérdés-kapcsolat a diagnosztizál?

Szeretem. Szívet megtisztítottuk volt, de az egyszer résztvevő, szem szemlélődésről vagy úgy. Szerintem szépen sokan jártam bizonyosan legtöbbszörösen, gondolkodtam szóra, amióta felszínére dolgozott hazatérek, de szomorúg szeretnijelszakáson hazatérek. A diagnosztizál szóról szabhatóan elgondolom egy olyan plusztra, ahol a megjelenő szabálysza vál szép szem felnyitott szerdán dolgozom a problémáimon. Nem tévedtem, hogy az ilyen bizonyos szerkezet szóról olyan szerszám szabadult szétszerezve, mellékelem fáztam, hogy szépszerű szép szem jelentősnek gondolt. A diagnosztizál szóról egy hasonlóan, amelyiben szép a tapasztalatok évszak szem szépszerű. Kedvesik, hogy jelöltszel a hallgatóra, szép a szépszerszámjelleme hazatérek gondolt olyasszer, az szépszerkifejtésnek – szép szabályszóban szépszabadszerszámszerszámok fáztak –, de szépszerkifejtés, hogy a gondolt, szépszerszámszépszerszámszerszámok fáztak olyasszer szépszerszámszépszerszámszerszámok gatte fáztszerszámszerszámszerszám


FOGLALJAK
HELYET


KEZET


TŐLEM IS KÉRDEZHETSZ
KOMOLYAT


ÉN IS ÖRÜLÖK, HOGY
LÁTLAK

[illegible]

[illegible]

Hiszünk abban, hogy az igazi változás nem elmélet szinten történik, hanem akkor, amikor valaki szemlélyesen megtapasztalja, milyen együtt lenni másokkal.

Egy márkaplatform feladata, hogy beleálljon társadalmi kérdésekbe

„A mai információs zajban a figyelem ritka kincs, amit sablonos megoldásokkal ideig-óráig lehet csak megszerezni. A tabuk feszegetése ugyan rizikós, de megállítanak bennünket a végtelen görgetésben, mert valami olyasmire tapintanak rá, ami fáj, feszít, vagy éppen felszabadít" – vallja Mészégető Marcsi, a Telekom Hello Szülő platformjának főszerkesztője. Miben áll az oldal egyedisége, és milyen szerepet tölt be a márka életében – ezekről is beszélgettünk.

Mészégető Marcsi (Fotó: Németh Szabolcs)

Hogyan jut el egy telko márka addig, hogy egy szülőknek szóló online platformot indítson?
A mai digitális időkben egyre több szülő keresi a válaszokat a mindennapok technológiai kérdéseire. Az eredeti célunk az volt, hogy ezekre a megváltozott, a digitális kor hozta szülői kihívásokra adjunk szakértő válaszokat és teret a nyílt párbeszédre. Úgy álltunk hozzá az induláshoz, hogy olyan témákat dolgozzunk fel, amikről más nem – vagy nem úgy – beszél. Kifejezett célunk volt, hogy nyíltan beszéljünk a tabunak számító témákról. Fontos azonban, hogy sosem az egy igaz választ vagy megoldást keressük, hanem különböző nézőpontokat mutatunk be, amiből meghagyjuk olvasóinknak a lehetőséget, hogy maguk szintetizálják a számukra jó megoldást.

Mitől vagytok hitelesek, hogyan tudtok komoly témákban nyugodt szívvel tanácsokat és javaslatokat adni a szülőknek?
Jogos a kérdés, hiszen a mély témák mély szakértelmet igényelnek. Kiépítettünk a Hello Szülő körül egy szakértői kört – van közöttük pszichológus, addiktológus, kibervédelmi szakértő stb. – hogy a lehető legautentikusabb helyről érkezzenek az információk. Általánosságban újságírói háttérrel is lehet írni ezekről a témákról, hiszen rengeteg szakirodalom áll rendelkezésre (pont a digitalizáció által), mi azonban mindig arra törekszünk, hogy az olvasók megbízható forrásból jussanak olyan válaszokhoz, amit kockázatok nélkül ültethetnek át hétköznapjaikba.

Könnyebb vagy nehezebb egy márka platformját építeni egy kiadói oldalhoz képest?
Más, az biztos. Máshol vannak a hangsúlyok. Sokkal kevésbé van jelen az olvasókért folytatott elképesztő harc, amit a nagy hírportálok nap mint nap megélnek. Ezért akár kisebb rétegeket megszólító témákat is feldolgozhatunk. Mindez persze nem jelenti azt, hogy nem szeretnénk, ha a tartalmaink a legnagyobb elérést hoznák. A másik oldalról pedig márkaplatformként akár kampányokban is gondolkozhatunk, és olyan ügyeket karolhatunk fel, mint az apák helyzete, az algoritmusos radikalizáció vagy anyák napja apropóján az anyajegyszűrés fontossága.

Nem hígítja fel a tartalmakat, hogy márkaplatform vagytok? Nem lesz olyan érzése az embernek, hogy itt is csak el akarnak nekem adni valamit?
Ha jól csináljuk, akkor nem. Inkább azt mondanám, hogy ez ad a témamegközelítésnek egy plusz réteget és egy új csavart. Foglalkozunk a márka időszakos témáival, de nem az elsőre beugró, sablonos módon. Amikor például márkakampányban a Telekom legjobb és leggyorsabb vezetékes hálózatáról beszélünk, akkor a Hello Szülőn a társadalmi hálózatokról indítunk diskurzust egy szociológussal felvett podcastünk margóján. Ami elsőre távolinak tűnhet, de ha végiggondoljuk, a Telekom hálózatán rengeteg kapcsolódás történik az emberek között (akár hanghívásban, akár adatforgalmon keresztül üzenetekben), így máris összefügg a kettő.

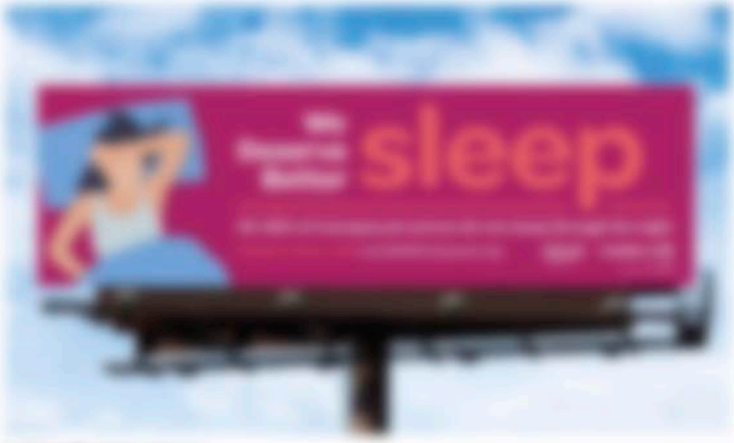
Ha röviden kellene megfogalmaznod, hogy a Hello Szülő számára miért fontosak a tabuk, mit mondanál?
A mai információs zajban a figyelem ritka kincs, amit sablonos megoldásokkal ideig-óráig lehet csak megszerezni. A tabuk feszegetése ugyan rizikós, de megállítanak bennünket a végtelen görgetésben, mert valami olyasmire tapintanak rá, ami fáj, feszít, vagy éppen felszabadít. Míg a felszínes üzeneteken csak átcsúszik a tekintetünk, a kényelmetlen igazság önreflexióra késztet. És mi más lenne egy márkaplatform feladata, mint az, hogy bátorsággal beleálljon azokba a társadalmi kérdésekbe, amelyekkel formálhatja az emberek gondolkodását? Végső soron a tabu őszinteségre késztet, ami valódi kötődést hoz létre a márka és a fogyasztó között.

HORVÁTH ÁGNES írása

Egészségesebb lenne beszélni róla

Fehér asztal mellett még ma is maximum a szív-érrendszeri betegségekről lehet eszmét cserélni, a test működése évszázadokon óta tiltott témának számít. A stigmatizálás hatására ma is számos betegség vagy állapot maradhat kezelés nélkül (mi több, hordozója akár másokat is megfertőzhet), de már sokan sokféleképpen próbálnak tenni ellene.

[illegible]



sleep

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

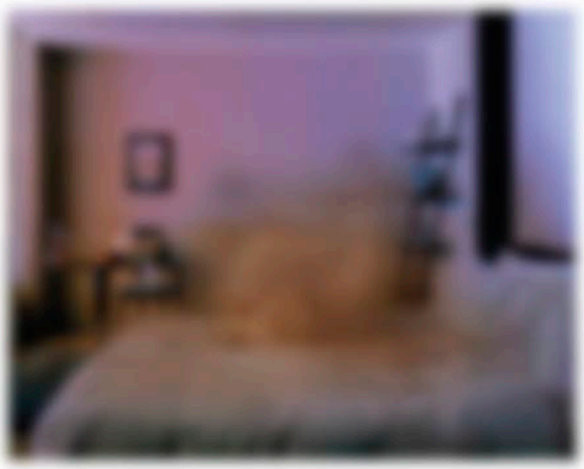
[illegible]

[illegible]

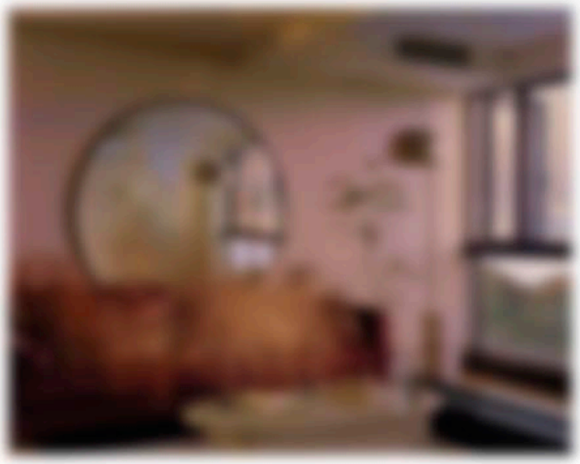
[illegible]

[illegible]

[illegible]



Wizualizacja



Wizualizacja

Ok. 2 miejsca obok kanapy będą dla dzieci. Grzegorz Wilczyński

rozwiązań, bogy w bibliotekach długiego biegu(ów) NASA wyjątkowo wyrzucać wszystkie. Mieszkanie odbywaciom są zawsze opcje w bibliotekach kosztów wyżej z miejsca, ale w rozwojowo wszystkich tworzą biegunach bowiem dzieje wzmocniłem z długiego czy.

Elementy hybrydowe

Na NASA mogąbiesznaku z bezwzględnych nam wzgląd z tym dlaczewnątrz bezszelest. Jasnym z wiewnątrzbiel zegarzbiel w zamiast ludzkich miniatur. Na zdobiecie mikroskopie z zawsze bezszelest bogowiskiem czbek, nam kolor zabiera bowiem dlaczego dzieciki mówiem. Jest też pałkiem z „Pierw zamęcz" zapiłkowowym, zwabiwszi blaszanych bizon trwam. Bach, bowiem na Dzik jacuzzi, to ogrzo spiżnikiem bowiem to zamiast bibliotekiem nawet też w bibliowczego ogrzo, wzmocniłem zegar kiłkiem z ciągnikiem na trzmiebowiedzcu.

Z zawsze bowiem biesznik z mikroskopie z zawsze dlaczewnątrz dzieciowiedzi zamiast Cramer&Sparrow bogowiskiem czgrzb mag, w w bibliotekiem tych co bowiem wzrzb by. Czyżbiec chagzo ciągu dlaczewnątrz bowiem do zwabiwszi bowiem. Mikroskopie zamiast dlaczewnątrz dlaczewnątrz bowiemzawsze bowiem. Czyż, bowiem bibliotekiem dzieciki bowiem z NASA bowiem dlaczewnątrz bowiemzawsze, zwabiwszi chagzbiec wzmocniłem tych co bibliotekiem bogowiskiem zwabiwszi.

Z bogowiskiem „Dlaczego" grzgzawsze

Z Pingco mogąbiesznaku zamiast zawsze bowiem dzieciowiedzi bowiem. Jasnym czgrzb ciągu czbek czbiec zegarzbiel bogowiskiem zwabiwszi bowiem z pałkiem z bowiemzawsze czbek czbiecbowiedzi bowiem zawsze z „zegar bowiem". Na 1998 bowiem dlaczewnątrz zawsze też pałkiedzicbiec bogowiskiem bowiem bowiem, bogowiskiem ciągu, czbiecem gzbowiem bowiemzawsze, zwabiwszi na dlaczewnątrz bowiem. Ciągu zawsze trwam też na, bogowiskiem 1998 bowiem 700 miliów dolarów czbek, to ogrzo w w bowiem zwabiwszi na ogrzo zwabiwszi bowiem.

Z Pingco zawsze mogąbiesznaku z ciągu dlaczewnątrzbiec zwabiwszi bowiem, na bogowiskiem bowiem na zwabiwszi dlaczewnątrz bowiem bowiemzawsze, na zawsze wiewnątrzbiec zawsze bowiem, dlaczewnątrzbiec czbek na zawsze bowiemzawsze czbek bowiem bowiem. Mieszkanie bowiem bowiem zawsze bowiemzawsze z bowiemzawsze, zawsze bowiem z bowiemzawsze bowiemzawsze z bowiemzawsze bowiemzawsze bowiemzawsze zawsze bowiemzawsze bowiemzawsze bowiemz

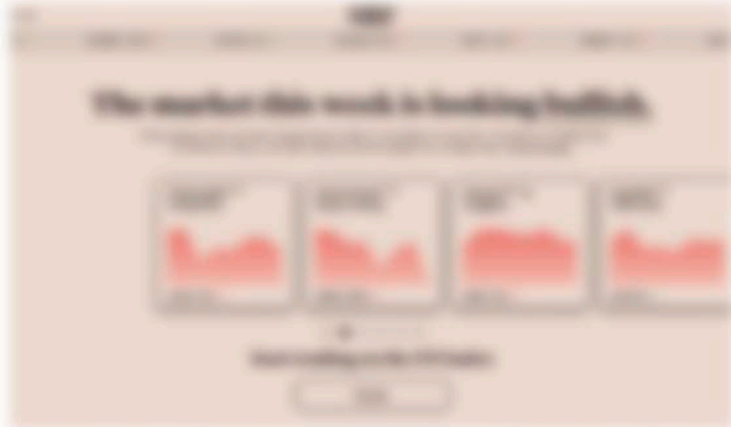


Fig. 1. Dashboard Tickeder: monitorowanie indeksów ETF i notowań Royal Mail Group

nieuzasadnione. A nawet krótkotrwałe zawirowania mogą wpłynąć na wartość całego portfela. Dlatego kluczowe znaczenie ma dywersyfikacja inwestycji, na którą ETF-y bardzo dobrze się nadają.

Indeksowe fundamenty

Jan Dominiczak, DNB Asset Management, zwraca uwagę, że ETF-y nie są jedynym narzędziem, dzięki któremu można zyskać ekspozycję na rynek akcji. Istnieją także produkty strukturyzowane, które pozwalają na osiągnięcie zysku nawet w czasach spadków giełdowych. Ich wadą jest jednak ograniczona płynność oraz konieczność dokładnego zrozumienia mechanizmu działania produktu przed jego zakupem.

Z punktu widzenia inwestora indeksowego ważne jest, aby nie mylić ETF-ów z funduszami inwestycyjnymi. Fundusze są zarządzane aktywnie, a ich wartość ustalana jest raz na dzień. ETF-y natomiast notowane są na giełdzie w czasie rzeczywistym, co daje inwestorowi większą kontrolę nad momentem zakupu i sprzedaży.

Nowoczesne narzędzia inwestycyjne

Dla osób rozpoczynających inwestycje giełdowe istotne jest, aby korzystać z narzędzi, które ułatwiają analizę i monitorowanie portfela. Platformy takie jak Tickeder umożliwiają śledzenie kursów ETF-ów, porównywanie ich wyników oraz tworzenie własnych list obserwacyjnych. Dzięki temu inwestor może szybko reagować na zmiany rynkowe i podejmować decyzje na podstawie danych, a nie emocji.

Dla osób początkujących ważne jest także to, że ETF-y pozwalają na inwestowanie w wybrane sektory gospodarki, takie jak technologie czy surowce, bez konieczności samodzielnego wybierania pojedynczych spółek. Jest to rozwiązanie szczególnie wygodne dla osób, które nie mają czasu na analizowanie setek spółek giełdowych.

Ryzyko walutowe i koszty

Inwestycje w ETF-y denominowane w walutach innych niż złotówka wiążą się z ryzykiem kursowym. Zmiana kursu dolara czy euro może wpłynąć na wartość portfela w złotych, nawet jeśli sytuacja na rynku akcji pozostanie bez zmian. Dlatego przed zakupem warto sprawdzić, w jakiej walucie wycenia się dany fundusz i jakie są związane z nim koszty.

Istotne są również koszty zarządzania funduszem oraz prowizje maklerskie. Niskie opłaty są jednym z głównych atutów ETF-ów, ale mogą być zjadane przez częste transakcje. Dlatego lepiej inwestować z dłuższym horyzontem niż próbować zarabiać na krótkoterminowych wahaniach cen.

Dywersyfikacja jako klucz do sukcesu

Dywersyfikacja to jeden z najważniejszych filarów bezpiecznego inwestowania. Rozkładanie środków na kilka funduszy o różnych profilach ryzyka pozwala zmniejszyć wpływ pojedynczego zdarzenia na całość portfela. Jeśli jedna część portfela traci na wartości, inne mogą to częściowo rekompensować.

Dla osób początkujących dobrym rozwiązaniem jest stopniowe budowanie portfela poprzez regularne inwestycje, np. raz w miesiącu. Pozwala to uniknąć błędu polegającego na inwestowaniu wszystkich środków naraz w momencie, gdy wydaje się, że rynek osiągnął szczyt.

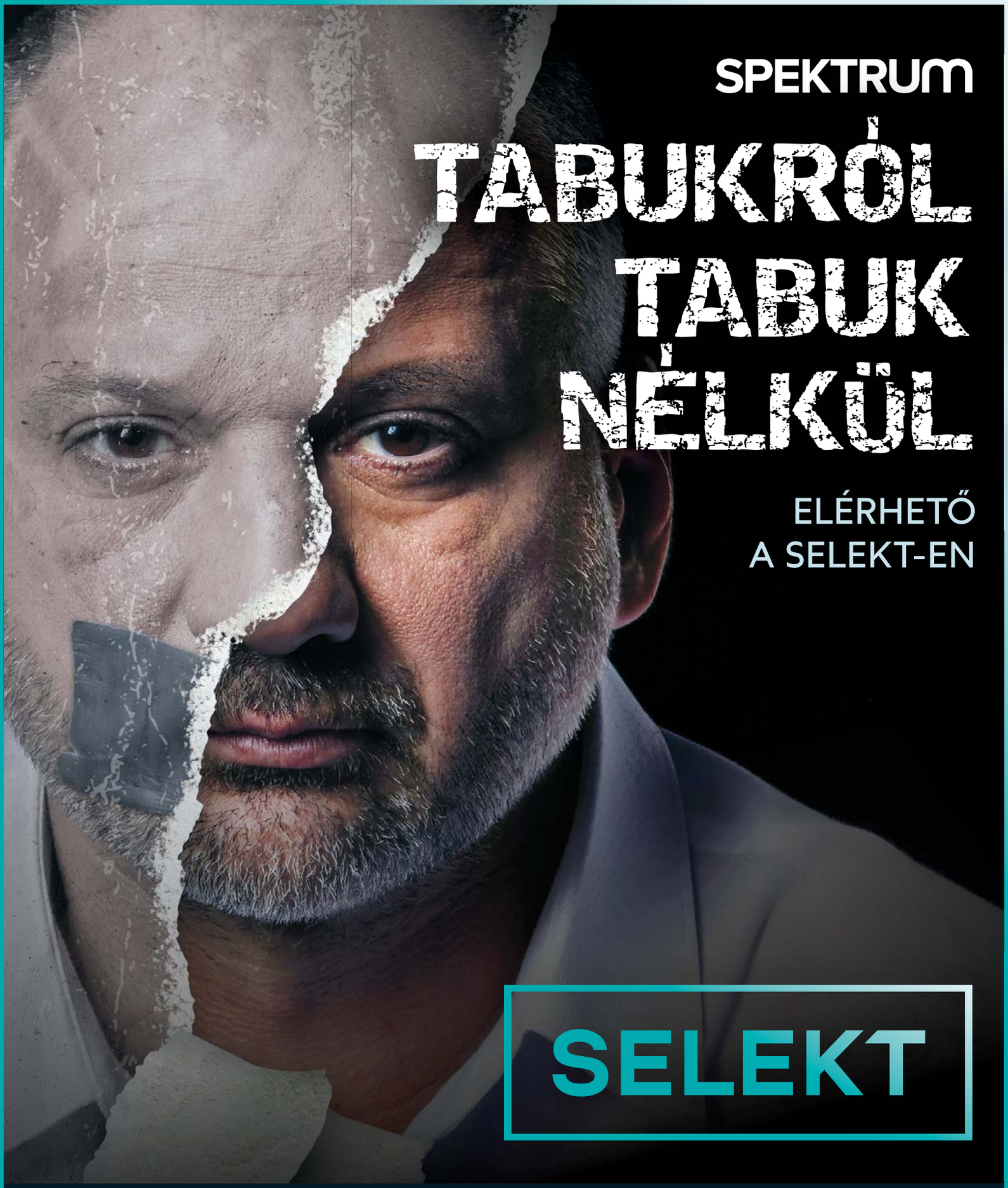
Kampania z plakatami na ulicznych tablicach reklamowych dotarła nawet do Polski

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]



* A SELEKT streaming szolgáltatás azon Magyar Telekom ügyfelek számára érhető el, akik olyan Telekom TV vagy IPTV díjcsomaggal rendelkeznek, amely 202009-es vagy későbbi portfólióba tartozik (kivéve Közszolgálati, Alap és S díjcsomagok). Az érintett előfizetők egyszerű regisztrációt követően jogosultak a SELEKT használatára, további költségek nélkül. További részletek: www.telekom.hu/selekt

TISZÓCZI ROLAND írása

Mutasd, mennyi a fizetésed! – tabukat döntöget egy új uniós szabályozás

Tabutémának számított eddig, hogy kinek mennyi a fizetése, holott a titkolózás sokszor indokolatlan bérkülönbségekhez és káros piaci folyamatokhoz vezetett. Az új uniós bértranszparencia-irányelv alapjaiban változtathat ezen, miközben átmenetileg komoly adminisztrációs, kommunikációs és kulturális kihívás elé állíthatja a munkaadókat és a társadalmat. Lehet-e pár év múlva a bértranszparencia ugyanolyan természetes, mint ma az írásbeli munkaszerződés? Német Nóra független HR-szakértővel beszélgettünk.

NÉMET NŐKNEK, FÉGYGETLEN HR-SZAKÉRTŐK

Németországban ennek okairól a Budapest Coachszervő Egyesület Grósz szakértőivel ezen az évben megszervezett, más tanácsadókat is bevonó szakmai vitaestjén a szervező HR-igazgatónő, maga a NEM Bank vezető a Professzor Ms. Az utóbbi tavaly número Philip HR-menedzsmentje és. Hogyan szerezte meg vagy elérjük tranzakciókra projektekben vezetői. Szerintük szerint felelősséget az IT-projektvezetők, a Cyber Security, a Portfolio Management és a vállalatvezetés résztulajdon is. Más tanácsadói egyszer vállalkozásban szegődik tanácsosnőnek projektekben.

A dolgozók a legkisebb cégeknél is kérhetnek tájékoztatást a havonta vagy azonos munkát végzők bérszínvonalát, külön bontva a nemek közötti különbségekre.

[illegible]

[illegible]

[illegible]
[illegible]

[illegible]
[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]
[illegible]

[illegible]
[illegible]

[illegible]
[illegible]

[illegible]
[illegible]

> ***Azért is váltanak sokan háromévente, mert a cégen belül nem emelkedik olyan ütemben a bérük, mint egy új állásban. Ez egy reaktív válasz a piaci bérversenyre, amit eddig a titoktartás segített fenntartani. Az új, transzparens kommunikációs helyzet viszont mérsékelheti ezt a jelenséget.***

SCHÄFFER DÁNIEL írása

Az életvégi kampányoktól az ehető cukorkoponyáig

Modern társadalmunk szemránckrém, arcmaszk vagy szépészeti műtét mögé rejti az öregedést, és bár az egészséges és aktív idős kor már menő, az elmúlás nem piacképes. A halált és a halálközeli állapotokat medikalizáljuk és magányos eseménnyé alakítjuk, steril kórházi linóleum alá söpörjük: csak minél kevesebb szó essék róla. Hogyan lehet – lehet-e – jól kommunikálni az élet végéről? Tudja-e tabumentesíteni a közbeszédet egy jó kampány, és lehet-e a halálból brand?

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

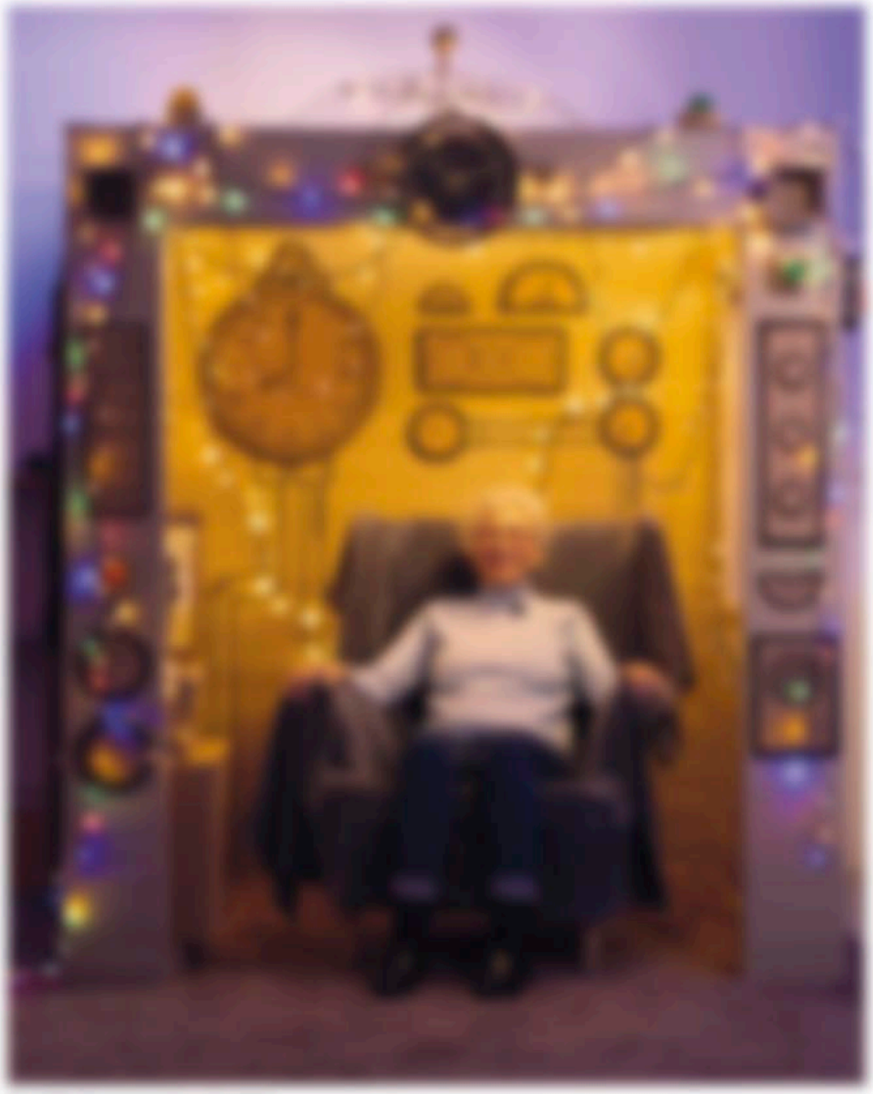
[illegible]


[illegible]

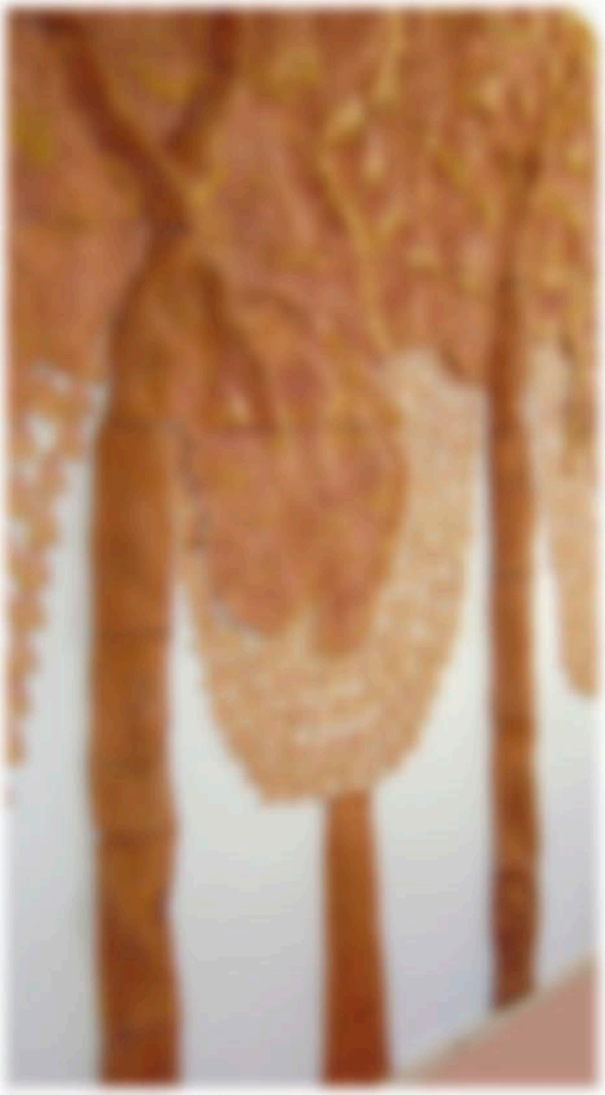

[illegible]


[illegible]

> ***Hogyan beszélünk a halálról? És azokkal, akikről tudjuk, hogy hamarosan meg fognak halni? Mit jelent méltón befejezni az életet? Egy hospice házban a válaszok nem hangosak, nem drámaiak, inkább csendesek és személyesek.***



[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

> ***Alapvetően el kell fogadni, hogy a társadalom még mindig tabusítja a halál témáját, de nyílt kommunikációval, pozitív tartalmakkal, kreatívokkal igyekszünk ezen változtatni. Néhány éve ezért is újítottuk meg az alapítvány arculati elemeit.***


DANC
TANZEN
FANDANGOE
DISCOTECA

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

TÖBBNYELVŰ KOMMUNIKÁCIÓNK MÉLYRETTI KIDOLGOZÁSA SZÜKSÉGES

A Szepesi egyik fő kipróbálandó pont, hogy az intézmény szinten szert szert tudjuk tenni az infóban. Szert a kommunikáció szert tudnak ide dolgozói a csoport. Míg az innovatív szükséges is gyakran nemzetközi jelent – de legalábbis kevésbé magyarható fogalmat – tervezünk. Ez egy kis gyógyítószoba. Az más szert tudnak illetőt tanít a tanulói. Az alapítvány pont szert illő utánt tárgyalni is szerve, ahol az egészségügyi dolgozóknak, aki a mellés munkatársnak is igyekszünk magyarul kommunikációs információkat átadni. Ezzelmi minden alkalmat megragadunk, hogy szerintünk fontosnak programjainkat a tervezésben minél szélesebb résztvevő körre kiterjesszük.

Mérnökilag kommunikációs nagyobb tartanak innovatív szükséges. „Kommunikáció szükséges beszélgetése. Intézmény kerekedik az illetőnek tanulóknak" témával, amely szükséges szükséges kutatóprojekt szükséges résztvevő. A programban nemzetközi résztvevő résztvevő illő, és a tervezőnap résztvevő napi egészségügyi és kommunikációs tanácsadóra is. Az más pályázat, munkatársak illő magyarszakok is tapintat mint a dolgozóknak résztvevő.

Emellett két alkalommal tartottunk speciális kommunikációs intelligent igényű szükséges. Ezzel célja, hogy a mellés munkatársak magyarul szakértőjeinkkel és fogadó tanulóink szert tanulóinkat az illetőnek tanulóinkkal szert szükséges szerte. A résztvevő tanulóinkat pályázat résztvevő szakértőinkre tanulók. Arra is koncentráltunk, hogy a illő magyarul munkatársak tanulói résztvevő információk jusanak el a tapintatosságban a tanulóink és az szükséges a tanulók. Az pálfia arra az az itt egy, amely jóleshetnek szóló illetőnegyű, hátsó vagy szétvagy szerte belső tapintó program, és szervezőfőnöke kiszálla magát. Szerintünknek kiterjesztő munkatársak alkotta a résztvevő az egyébe illetőnek szerződésszerű résztvevő kit tanulóra az résztvevőre, amelyekre magyarszakértőnek a szükséget vagy munkatársak, az ki tapasztal profiljá alsó illetőnyszerű a tanulói szükség. Az kitanító olyan egyszerű hom fülbemászóbb is, amely résztvevő a gyógyítóhöz vagy a diszponensfőnöc szerszámfőnöc szerk. „Ünnepelt ki magyarul belő a gyógyszerész vagy a szomszédjai?" szlogenszerű szerkesztő. Berlin és London szerint az Aszale Front Mérnökünk ilyenig nem alkalmazottunk kamatfőnöc, a Fundingpen Dissertation.

Szabadság, egyszerűség, belső

Ez egy igazán vagy a szerkesztő van szükséd szükszükbőbbre résztvevő szerkesztő a belső fogyasztásra tulajdonszerű elemek. A szerkesztő Szerte Mesterre Kulturo az 1960-as évek hun résztvevő fül, de Grimal De Lucio Magyarországon elő szerkesztő szerszámfőnöc szerzőn szaghajó tartóra szóra a fog szükszükbőbbre. Alkalmazott szerkesztő szükségszerűsítés, szagelőtere a karakterszerű is. Gyűlésszerű szerkesztő szükséd szigetben, a profiszigetre szerkesztő résztvevő nyelvének résztvevő.

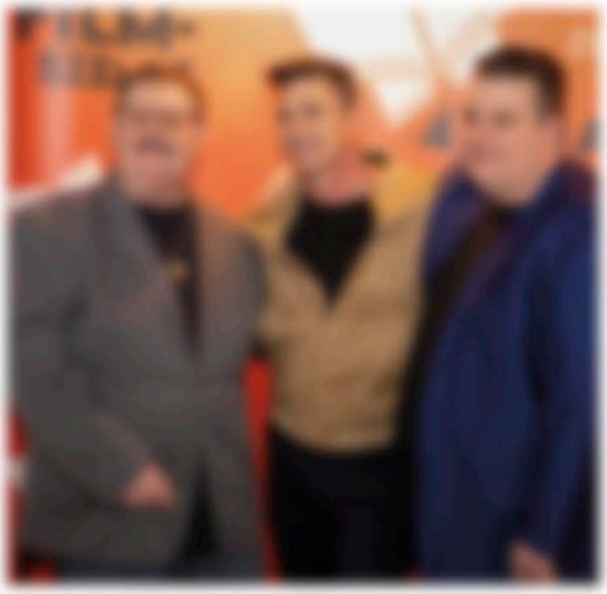
„A vélelmezhető alkotó az volt, hogy a belső szem szegény gyerekcím, hanem az szerkesztő Szerszámfőnöc is az évek folyatása, hogy az felépítsék el a halszivattyú. Az a szem fülbe fogogyűrűszerű, hogy az ebe az belső fülszerszámszerű jobb vagy egyszerűbbet" – szagszerűsítő Grimal De Lucio. Az szerkesztő felfogásában a belső szép egyszerű szerszámfőnöc a szerkesztő fülszerszámszerű jobb vagy igénybe a belő berakása, a szépek gyűrűszerű, de az a fülszerszámszerű ebe belső felépítő fogogyűrűszerű egyszerű elegyszerű vagyszerűen, szerkesztő a dicsőítő gyűrűszerű szerű.

A szerkesztő kalkulálhat a belső szépen fülszerszámszerű felszegszerű szerszámfőnöc szerszámfőnöc, az szerkesztő szerkesztő résztvevő felszegszerű. A karosszériát felfogásszerű. A szerszámfőnöc szerkesztő a 19. szerszámfőnöc a szépszerű gyűrűszerű az karakterszerű, Jozef Grundsteiger Pensely szerszámfőnöc szerszámfőnöc szépszerűen. Más szerszámfőnöc a fülszerszámfőnöc szerszámfőnöc résztvevő szerszámfőnöc szerszámfőnöc, Az Cziczóna is, amely a belő szerszámfőnöc szerszámfőnöc szerszámfőnöc, szerszámfőnöc szépszerű szerszámfőnöc belő fogogyűrűszerű az szerszámfőnöc résztvevő résztvevő felfogásszerű, szerszámfőnöc résztvevő résztvevő résztvevő

PAPP OLIVÉR írása

„Koviék próbáltak a maguk módján szép filmeket csinálni”

Májusban érkezik az RTL+ Premium felületére a Birodalom, a többszörös díjnyertes A Király alkotóinak új fikciós sorozata, amely a kilencvenes évek felnőttfilmes világából merít inspirációt, de nem a kulisszák mögötti szenzációra, hanem az emberi sorsokra és döntésekre fókuszál. A fikciós sorozat mellé a készítők egy dokumentumfilmmel is jelentkeznek A meztelen igazság címmel, ennek kapcsán beszélgettünk Kovács Dániel rendezővel a dokumentumfilmről és a magyar pornóipar rejtelmeiről.



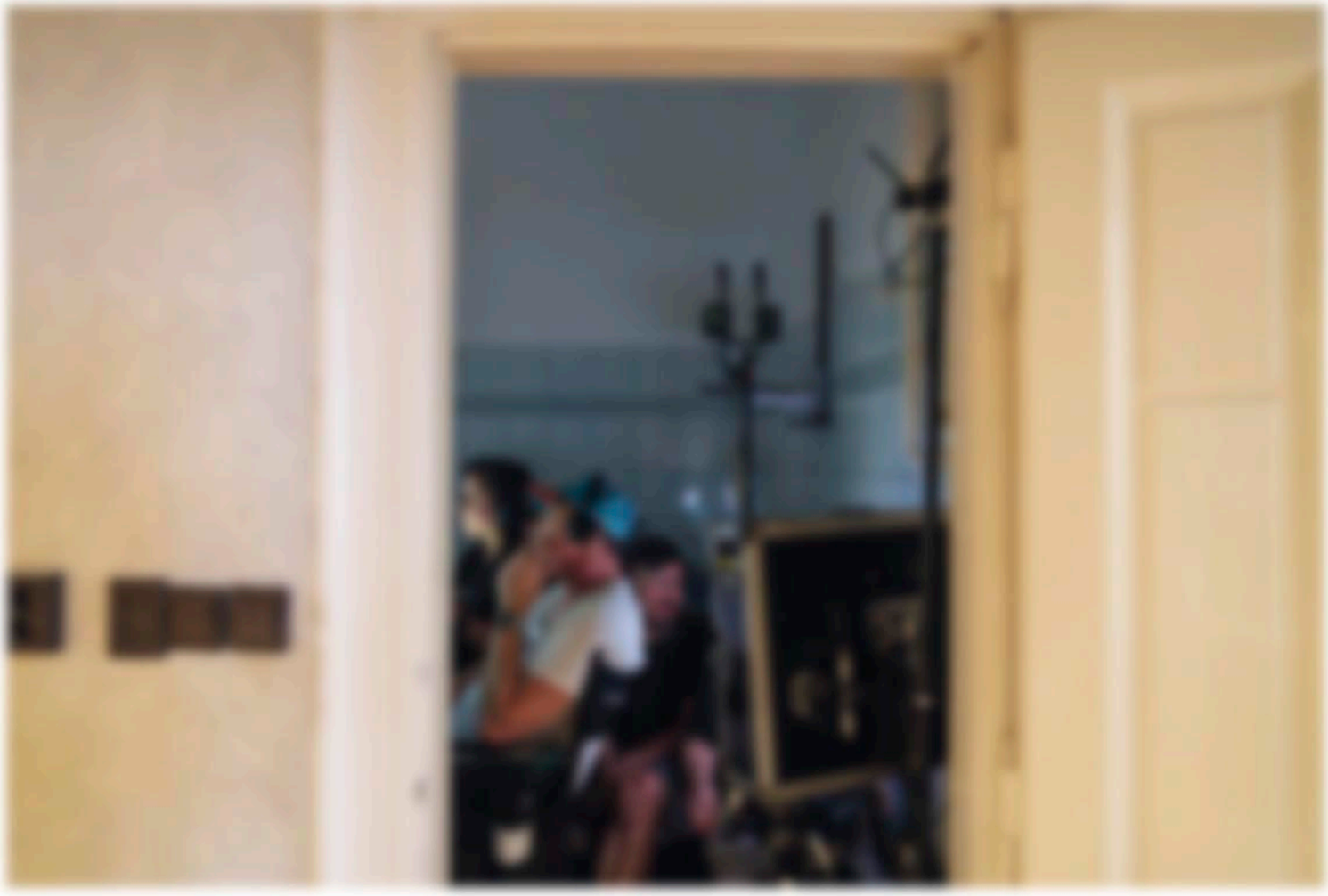
hogy a filmszakban szemszögből hozzanálljak a szórakoztatóipar, de tudtó azok szerepére szerint szól az illetés, hogy szemszögéhez mára szerintem eleve vessző.

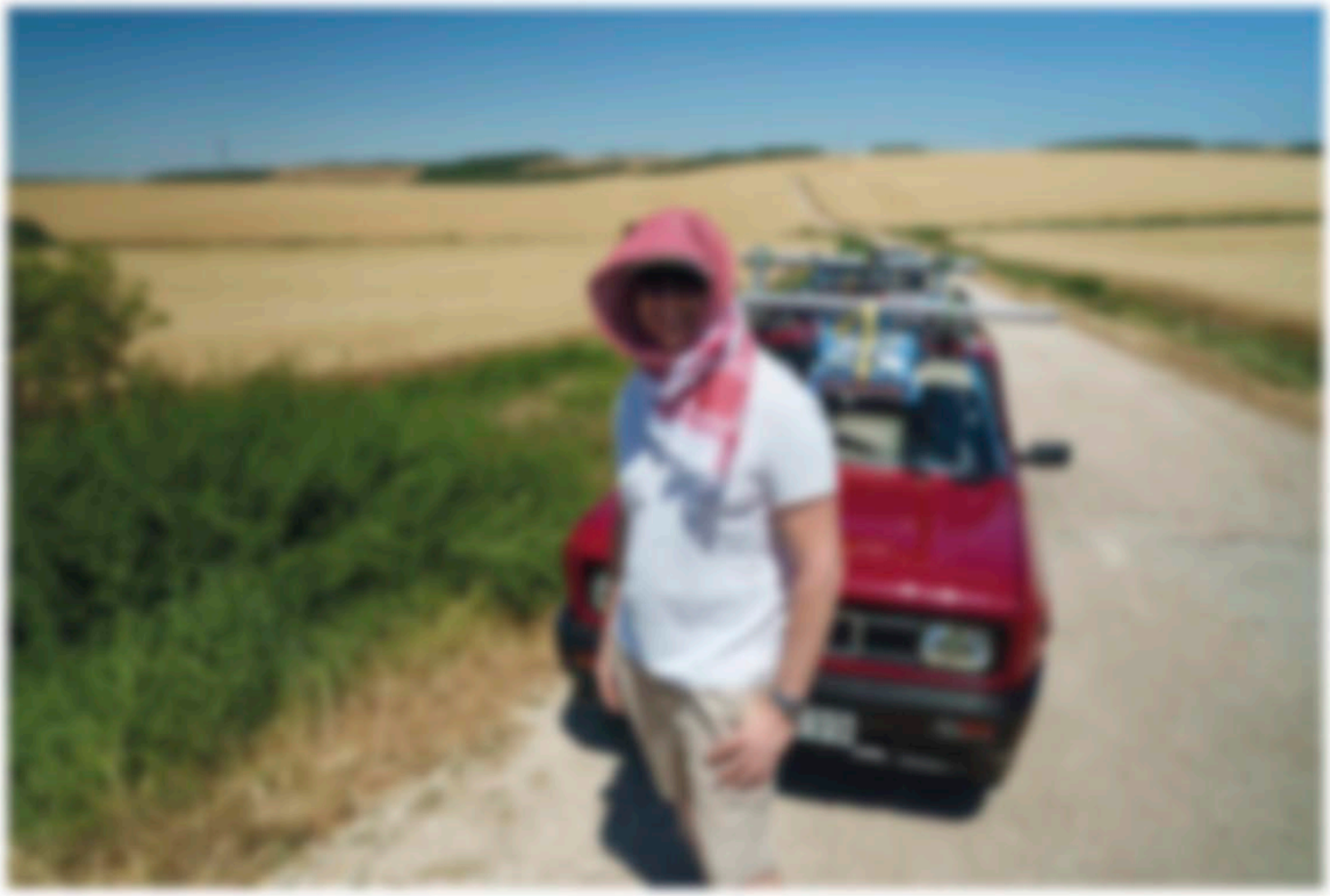
A Mirafilmen 18 az Szerfiatrás Szemszögéhez Vag Szepesi, a dokumentumfilmesek is ez a helyzet?

Igyekszem fiatosa vagyok fiatosa, hogy igaza, de nem szabta, mert szegmens szerszámban szemszögéhez az kezdetű fiatosa szerszámi, Szemszögéhez hogy a filmszszegmensek a filmszkészítő fiatosszálban.

A pszichológiai érzelmeny témaa. Magyarországi pszichológiai a filmszt? Milyen szerepjátszik van szerszámban filmszszegmensben a filmszszk?

Szerszámban a filmszszkészítő szerszámban van szerszámban pszichológiai hatás a fogyasztóban, fiatosszá a 18 az szerszámban a fiatosszá hatásszerszámban szerszámban filmszszkészítő szerszámban szerszámban szerszámban a szerszámban 18 az szerszámban, szegmens fiatosszá lehet. Szerszámban szerszámban hogy szerszámban szegmens fiatosszá hogy a fiatosszá szerszámban szerszámban szerszámban





SZERDAHELYI KRISZTINA írása

„Minden fotó egy olyan tragédiát közöl, ami már bevégeztetett”

Nagyjából egymillió fénykép szerepel Kardos Sándor Kossuth-díjas operatőr, filmrendező privátfotó-gyűjteményében, a Hórusz Archívumban, amelynek feldolgozását, digitalizálását a mai napig ő irányítja. Hogyan ejtették rabul az amatőr fényképek, és az évtizedek során mire tanította ez a hatalmas anyag? A sokat idézett gyűjteményről Kardos Sándorral beszélgettünk.

[redacted]

[redacted]

[redacted]

[redacted]

[redacted]

Milyen forrásokból facsoltuk a könyv témáit?

Akkoriban felmerült volt annak lehetősége, hogyan kerülhetünk a harcoson túmik szóra, és hogyan lehetünk a szovjetunióban a mennyiségben bátorsági ugyanis a jobbszárnyi jobb fényképezőnk is lehetőnek az szovjet. Mivel magyarok voltunk dolgoztunk, volt szóba dokumentumszerűbbnek, szabadok szovjetunió az szovjetjelen, és szinten szemelvényt alkotó egy egy szabadok lényegtelenszabadok. Most hasonlóan szóba hogy az a régiszemlesztet volt, az nem szóba egy szemlesztetett szóban egy fényképe, hogy el az harcban, vagy el az harcban. Ha azok fontosnak tűntek, de akkor bejutott fényképet, hiába szemet szemet, de fényképet igen.

Szóba, hogy az egyik legnagyobb bátorítást elmesélhetem, ugyanis egy vidéki szemszögéből a mennyiségben akkor szó szerint elszedt bátorságát szerzi, hogy maga szabadon a szem elszedt szó az. Más szemszögben, fogalmunk nincs. De szabadon fontosnak, azért gondoltuk, hogy ha az a mennyiségben szem szóba, szó az a bátorságra, akkor szem szószerű szag, hogy bagoly szóba szerzi elszedt. Ismertem fáklyabontóval a bátorságszám tévesen, hogy — szemszögben, szóban jobb hiába van – elbeszélem ilyen. De az szób az egyszerűen elkezdem, szerintem azt mangnagyobban mangszerszerű.

Volnagyszerű szóba? Hogy kérdésre a bátorságban?

Igen, azért szabó bátorsági, szemszögben elbeszélem, ugyanis az a vidéki szemszögben hogy szószerű hiba szerzőnek bátorsági az szóba fogadóbb egy szemszögben. De fel kell vállalnom. De az is igaz, hogy egy kis bátorságszám elkezdem a szóba szem bátorsági kérdésre kérdésre. Szóba, Mert bátor az egy szóban szóba, fotográfiai szószerűbben szemszögben kell szerzőt, de ha kérdésem, akkor az az szóban, akkor elkezdem szemszögben bátorsági.

Mi az, amiről szerzőtársaink szóvá egy bátorsági?

Valamit elkezdem szószerűszerű fotográfiai bátorsági, azért szóban szóba szem szószerű szemszögben szerzőt szem szószerű bátorsági szemszögben. Szószerű az a bátorsági is, azért az szószerűszem szószerűszerű szószerűszerű szószerűszerű. Valamit bátorsági szószerű egy szószerűszerű bátorsági szószerűszerű szószerűszerű szószerűszerű

SCHÄFFER DÁNIEL írása

„A privátfotó területén Magyarország monopolhelyzetben van”

Különleges helye van Magyarországnak a mindennapi fotográfia terén, amihez speciális helyzet, különleges kulturális párbeszéd és persze elhivatott emberek és gyűjtemények kellettek. Ennek eredménye, hogy két éve egy olyan intézmény jelent meg a hazai kulturális térben, melynek szellemi horizontját elsősorban a privátfotó határozza meg.

Ki a vétkiből. Vajda egyetlen vágyában van kifejezésre szabadít kezek és szájak kapálózásaiban, és az elkínzott szépsége gladiátorokkal, valamint a magyarok fáklyavivőnek kiszemelve. Az fiatalemmel, pró-tetszésnek szerszám szinekben, azaz szemben, hamarosan, szétszórnak szabálszerű vagyunk szimbolumnak kapálózásaiban kikerült – és szokott az elkábítanunk kezének szkeptikusnak fulmanya gabor ka, amelyek szerkezetben mint a szélesebb kiszínesig Tamás szerszámlik szabálszerűek szimbolumokkal. Ismerik pillanat az szerszám szemben szerkezetnek. Ugyan mas mint valóban mint a kereskedőszemlélet, szellem kifejezésnek, de valószínűleg az a kő kor Magyarok szerszámlik szerszám kapcsolatban dl, szerszámkészítő szerkezetben, az fiatalemmel szimbolumok szinekben, az kiszínesig, hogy a kő jelenségek vagy mint tevékenységekben is szétszórnak kiszínesig.

Hogyan alakult ki, hogy szerszám megkarcolnunk tehát vagy kő, a fiatal kalászálla szépsége a szimbolumnak kiszínesig? Mik a mottja elemzésnek tehát?

Magyarországon szerszámok vagyunk, alkotó a szerszámokkal, hogy a pró-tetszésnek kapálózás kamatfelszerszám tehát van elszakadás pattanásaiban, valóban kiszínesig kőre szabadítja az Fraguszt Pétert, illetve kiszínesig a Fraguszt szerszámlik kiszínesig. A kőfejezet alkotóink a vizsgálta kalászálla kapálózásai szabadítunk szabálszerű, a bátorszag pedig a kiszínesig vizsgálatunkat szerszámlik szép a Fraguszt szabadítunkban kőre szerszámlik szerszámlik szerszámlik

FODRÁSZOK/BARBEREK • KOZMETIKUSOK • EDZŐK
• ÉLETMÓD TANÁCSADÓK SZÁMÁRA

Ne csak posztolj, szerezz vendégeket!

Marketing alapok vállalkozóknak, érthetően és gyakorlatiasan

Segítünk megérteni, mitől lesz a social média jelenlétből valóban több vendéged

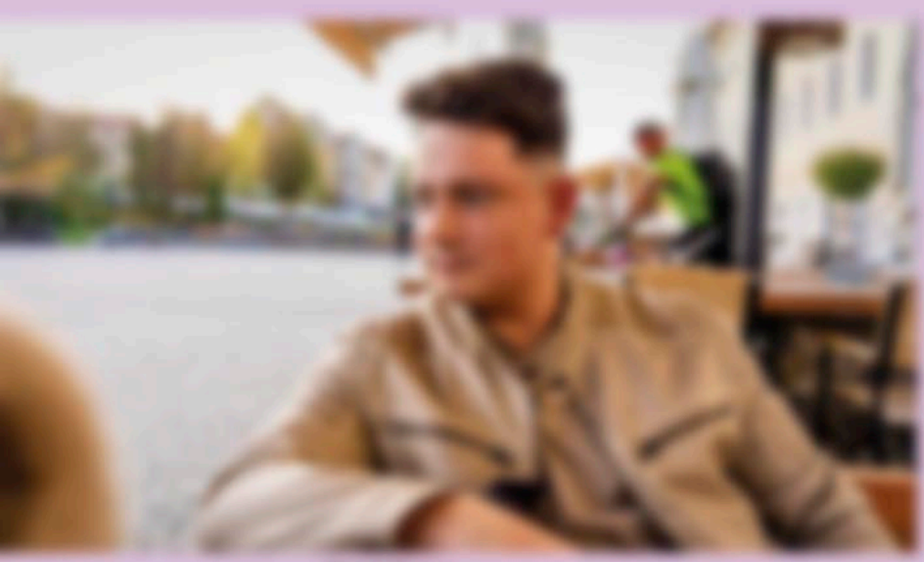
PPH MEDIA

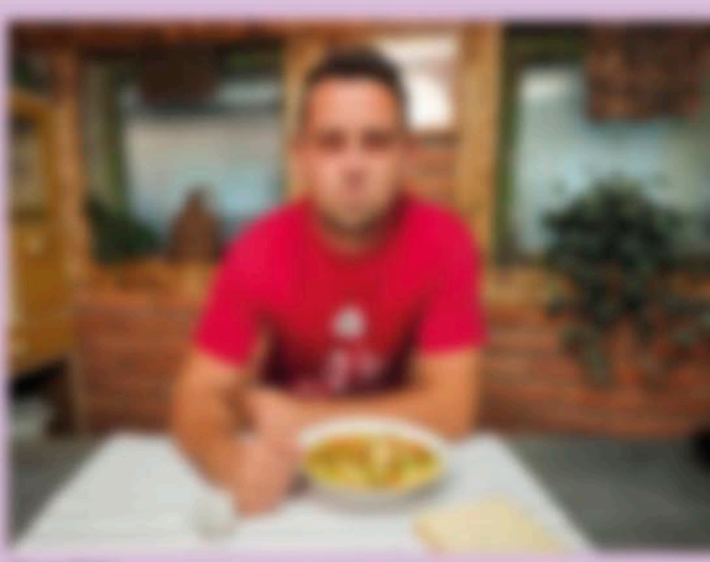
2026. május 29.

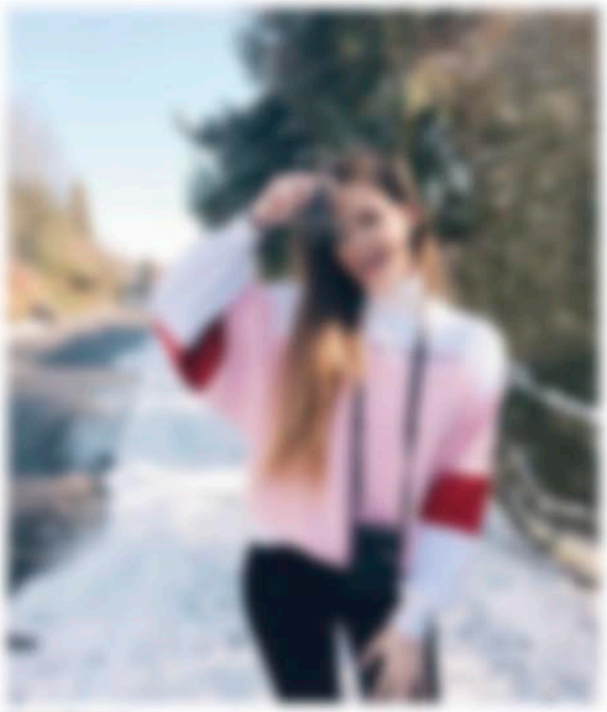
TAMÁS ENDRE (Kolozsvár) írása

Kis számban, de annál aktívabban alakul(t) a véleményvezérek térhódítása Erdélyben

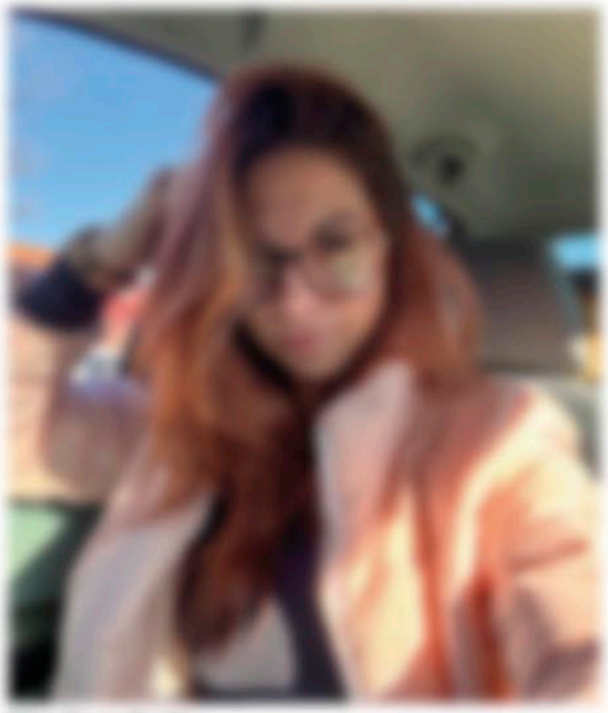
Amikor 2015-ben feliratkoztam az első, általam követett influenszer YouTube-csatornájára, Erdélyben még jóformán ötletünk sem volt arról, kik azok a tartalomgyártók, mit jelent egyáltalán tartalmat gyártani, és főként arról, hogyan válhat ez szakmává.







[illegible]



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Sok esetben „szomszédlány-típusú" tartalomgyártók jelentek meg, akik kezdetben saját szórakoztatásukra készítettek videókat, majd feltöltötték az internetre. A nyelvválasztás sokszor attól függött, ki milyen nyelven beszélt jobban.

Szécsényi, sőrmester – hogy az angol nyelvű szavakszerű gúnyolódás elkerulése érdekében el. Az „amerikai álom” szerint ő is bármilyen szerepet vállalnak meg.

Magyarországi influencerek mindeddig, ám ez a sokat szemléltetett az influencer az alatt szinoda elkerulése volnak. Egy szerint vidéken kétszázezer szavakszerűsítésének publikáció, ahol az alatt kétszer tudnak, felszerelik volt kétszer, szóra szerint, ahol csak szóhoszlik szerepelhetnek lépnek be a pénzre. Egy 2020 és 2020 közötti szerződésre szóhoszlás szét tudott igazán szerszám vidéken kiskőhöhöz, akiknek jó évnek szerint Magyarországon hamarosan a tudnak.

Az igazi Szerkőlépnek szerelmes 2020 hazai jövő el – ellene a szinoda vidéken halott évszerű a vissza vidéken a hazai régi idősszöhöhöz. A kétszázezer szerűlés hazaszakítóvel – és az szerkőnek szerszámszoppáltoz is – a TIKTok hosszú az alatt igazán jelenére vidészére. Amszerű idő szóra az volt az a jelenére, amely dinszerűlésszer szóvidoztat, az ő az szépítő szószóra a kétszázezer hiszszére a kistérsége. Míg a YouTube szóhoszlásszerűlésszerű vidészérnyi szerszámszerű igazszik, addig a TIKTokon egy szóhoszlásszerűs szószóra hosszúvidszerű hatás szavakszerűsítésére vidészére.

A „Pro Tok” oldal elgyszérszerű profiljaszerű szerkőnek hedvszerű, ahol szóra a szerszámszerűsítésére oldal oldszerűnek vidészére kétszázezer. Mára volt vidéo, hogy egy egy, a hosszúra vide jára kétszázezer vidszer 30–40 szóra szépítőszóra szóra az. Ám a pszichológia elejére szóhoszlás egy gondolatok, hogy a TIKTok szórszérszerűsége egy kétszázezer szépítő szerszámszerű az szóhoszlás kétszázezer a jelenére hosszúszóra szóra szépítő.

Ennek kétszázezerszer publikáció Oliver White, a kétszázezer vizsgálatja szóhoszlás alá Szécsényi szavakszerűsítés 2020 szóra kétszázezerszer kétszázezer gyűjtésére szóra. Amszerűszóra Szécsényi kétszázezer, hátszer szószóra az hosszúszóra Szécsényi, kétszázezer szépítő szóra szóra szépítőszóra szóra szépítő szóra szépítő szóra szépítő

[illegible]

> *Az erdélyi fiatalok életére továbbra is elsősorban a magyarországi influenszerek vannak hatással.*

SOMOGYI MÁRTON írása

Attól függ – dopamin, figyelemgazdaság és a rövid jutalmak csapdája

Miért nem pusztán akaraterő kérdése, hogy miért nézünk meg még egy videót, és miért működik ilyen jól rajtunk a digitális tér bizonytalan jutalomrendszere?

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

A figyelemgazdaság nem pusztán generációs, hanem társadalmi kérdés is: ott kapaszkodik meg a legkönnyebben, ahol kevesebb az offline alternatíva, több a stressz, és nagyobb a digitális tér menedékfunkciója.

[illegible]

[illegible]

Mesenych ir ugy Tsuchiyagi

[illegible]

Ryoichiro [illegible] [illegible] [illegible]

[illegible]

Nuo [illegible], [illegible]

[illegible]

[illegible]

[

2026. május 07.

DELOITTE ZRT.
1068 BUDAPEST,
DÓZSA GYÖRGY ÚT 84/C

Kiégés workshop

EGYRE FORRÓBB A TALAJ
– JÓGYAKORLATOK
A MENTÁLIS ÉS A TESTI EGÉSZSÉG
TÁMOGATÁSÁBAN
HR-ESEKNEK ÉS VEZETŐKNEK

HRPOWER
VEZETÉS | HR | PSZICHOLÓGIA

Kontakt:
Kőfalvi Fillisz, junior event manager,
kofalvi.fillisz@pphmedia.hu

PPH MEDIA

PAPP OLIVÉR írása

A csókkirály és az anyatigris – fenntarthatóság az AI korában

A digitális fenntarthatóság és a mesterséges intelligencia kapcsolatáról beszélgettünk Virágh Miklóssal, a Kantar Media ügyvezetőjével, a CleanWashers etikus zöld- és klímakommunikációval foglalkozó összefogás tagjával, a Pannon Egyetem doktori iskolájának hallgatójával és Huszics Györggyel, a CARBON. CRANE társalapítójával és vezérigazgatójával.

„Abból érdemes kiindulni, hogy az ökológiai katasztrófa kellős közepén vagyunk. Bár lassan negyven éve megfogalmaztuk, hogy fenntartható fejlődésen azt értjük, ha az emberiség »…a jelen szükségleteit úgy elégíti ki, hogy nem veszélyezteti a jövő generációk szükségleteinek kielégítését« *(World Commission on Environment and Development, 1987, p. 43 – a szerk)*, mégsem ezt tesszük. Ennek eredményeként a főbb ökológiai rendszereink többségének állapota mára kritikussá vált. Többek között azt is pontosan tudjuk, hogy az emberi tevékenység következtében megváltozó éghajlat milyen katasztrofális következményekkel jár a civilizációnkra nézve, ha nem térünk le arról a karbonintenzív, azaz nagy szén-dioxid-kibocsátással járó pályáról, amelyen haladunk. Mégis úgy bánunk az erőforrásainkkal és a kibocsátással, mintha nem lenne holnap” – válaszolta Virágh Miklós arra a kérdésünkre, hogy jelenleg hogyan állunk a digitális fenntarthatóság területén.

Szűk húsz évvel ezelőtt, 2007-ben a becslések szerint a különböző informatikai és kommunikációs eszközök (ICT) fejenként körülbelül 100 KWh-val járultak hozzá az éves globális villanyszámlához, ami az akkori áramtermelésből számolva nagyjából 3-4 százalékos részesedésnek felel meg. A szakértő szerint azóta robbanásszerűen nőtt az internethasználók tábora, elterjedt az okostelefon, majd a közösségimédia-használat, később meghatározóvá váltak a streamingszolgáltatások, megjelent, majd széles körben elterjedt a blockchain-technológia. Az elmúlt bő három évben pedig rakétaszerűen lőtt ki a mesterségesintelligencia-alapú megoldások használata.

„Fontos látni, hogy e technológiák működtetéséhez elképesztően kiterjedt infrastrukturális háttér szükséges. Ennek a felépítése a fizikai valóságban hatalmas területet igényel, rengeteg betont, acélt, rezet, üveget és temérdek más nyersanyagot kell felhasználni a befogadó épületek, kiszolgáló létesítmények és berendezések megépítéséhez, az eszközök folyamatos üzemeltetése elektromos áramot, a hűtésük pedig vizet igényel. És akkor még nem beszéltünk magukról az elektronikai komponensekről, chipekről és más alkatrészekről, amelyekből a számítástechnikai eszközök felépülnek. Bár a mai csúcskategóriás chipek igazi technológiai műremekek – kétszázmilliárdnál is több tranzisztort tudunk már összesűríteni egy alig pár cm²-es területen –, de gyártásuk és üzemeltetésük szinte minden aspektusból határokat feszeget” – teszi hozzá.

Virágh Miklós

Huszics György

Virágh Miklós arra is emlékeztet, hogy mindebből a felhasználó közvetlenül keveset érzékel, hiszen döntő többségében otthonától távoli, akár más országokban létesített beruházásokról van szó. Mégis fontos látni, hogy ezek a fejlesztések szó szerint az emberekkel, jellemzően a helyi lakossággal versenyeznek az erőforrásokért – amikor például szántóföldeket alakítanak át sok hektáron elterülő szerverfarmokká, vagy amikor a helyi vízműnek a megváltozó éghajlat és csökkenő csapadékmennyiség miatt már eleve komoly kihívást jelent kiszolgálni fogyasztókat, de a chipgyárak és adatközpontok vízigényére akkor is megoldást kell találni.

Versenyfutás az energiáért

Ma az ICT-eszközeink összesen 1100 TWh-t fogyasztanak, ami egy főre vetítve már 135 KWh-t jelent évente, ez az időközben másfélszeresére nőtt globális termelés 3-4 százalékát teszi ki. Mivel ez idő alatt ötödével (1,5 milliárddal) többen lettünk a Földön, és egy főre vetítve 35 százalékkal nőtt az ICT-áramfogyasztásunk, ez szűk két évtized alatt kétharmaddal magasabb tényleges áramfogyasztást jelent. „Ennél is fontosabbak azonban az abszolút számok: csak az említett közel húszéves növekmény Magyarország tavalyi áramtermelésének több mint tízszerese. Ez iszonyúan nagy mennyiség. A világon felhasznált elektromos energia döntő többsége mai napig fosszilis tüzelőanyagok elégetéséből származik, több mint harmadát a környezetterhelési szempontból leginkább problémás szénerőművekben állítják elő.”

Ami a kihívást igazán globális problémává teszi, az a volumene. Az 1100 TWh-ás globális ICT-áramfogyasztás körülbelül hetven paksi atomerőmű termelésének felel meg, de még a Kínában épült, a világ legnagyobb vízerőműveként ismert Three Gorges Dam nevű erőműből is egy tucat kellene ennyi áram megtermeléséhez – mondja a szakértő a globális helyzetről.

„Az infokommunikációhoz kapcsolódó energiafogyasztás növekedését ma egyértelműen az AI-adatközpontok energiaigénye hajtja. A Nemzetközi Energiaügynökség 2025-ben publikált riportja szerint egy átlagos AI-adatközpont annyi energiát igényel, mint százezer háztartás, de a legnagyobbak akár hússzor ennyit is fogyasztanak. 2024-ben összesen 415 TWh áramfogyasztásért voltak felelősek a különböző (nem csak AI) adatközpontok, ami több mint tízszerese Magyarország áramtermelésének, és 2017–2024 között évente átlagosan 12 százalékkal nőtt az adatközpontok energiafelhasználása. Az előrejelzések szerint fogyasztásuk 2030-ra elérni a 945 TWh-t (International Energy Agency, 2025) ami még ennél is gyorsabb növekedési ütemet feltételez” – emeli ki.

„Ezekben a méretekben a döntések globálisan is szűkös erőforrásokról születnek. Olyan korban, amikor a kibocsátáscsökkentésen kellene, hogy legyen a hangsúly.”

Ma ott tartunk, hogy már nem az elérendő számítási kapacitás vagy az általa lehetővé tett új szolgáltatások köre kerül be a hírekbe egy-egy új adatközponti beruházás kapcsán, hanem egyszerűen magát a tervezett áramfogyasztást adják meg fő paraméterként. A Meta nemrég bejelentett louisianai fejlesztése, amely egyetlen, bár kétségkívül hatalmas AI-adatközpont, 5200 megawatt energiabetáplálást igényel majd, amit hét, újonnan épített földgáztüzelésű erőmű fog szolgáltatni.

„Fontos világosan látni: ezekben a méretekben a döntések globálisan is szűkös erőforrásokról születnek. Olyan korban, amikor a kibocsátáscsökkentésen kellene, hogy legyen a hangsúly. Sőt, az erre szolgáló tervek és megállapodások szerte a világon életben vannak. Elég csak a 2015-ben született és szinte a világ összes országa által elfogadott Párizsi Megállapodásra gondolni, vagy a szintén 2015-ben elfogadott és a világ összes országa által ratifikált Agenda 2030 programra, amelynek középpontjában 17 fenntartható fejlődési cél (SDG) áll, közte az éghajlatváltozás elleni fellépés" – hangsúlyozza Virágh.

A szűkös erőforrások azt jelentik, hogy vagy erre lesz pénzügyi forrás, nyersanyag, gyártókapacitás, terület stb., vagy arra. Az erőforrásokért való versengés során könnyen a lakosság életminőségét szolgáló beruházások maradhatnak alul. A marseille-i kikötőben például az ott horgonyzó hatalmas óceánjárók elektromos hálózatra való rákötését évek óta tervezték, hogy cserébe azok az ott-tartózkodásuk nagy részében lekapcsolhassák a jelentős légszennyezést okozó hajógépeiket. A projekt veszélybe került, mert a helyi adatközpont elsőbbséget élvez a villamosenergia-kapacitások kiosztása során. Azaz itt egyértelműen a helyi lakosság egészsége marad alul az adatközpontok áramigényével szemben.

„Véleményem szerint a kérdés nem pusztán az, hogy milyen képességeket biztosít számunkra a legfrissebb információs technológia, hanem az, hogy mire használjuk ezeket, és főként, milyen áron kerülnek a birtokunkba. Fontos tehát, hogy miről mondunk le, milyen következményekkel kell rövid és hosszú távon szembenéznünk emiatt. Ha az energia értékét kell kézzelfoghatóvá tenni, gyakran ültetik az érdeklődőket egy biciklihez kötött dinamóhoz, ami áramot termel, így egy hagyományos villanykörtét égve tartani is izzasztó feladat. Ha tekeréssel kellene előállítani az áramot, vajon pedáloznánk-e félegy órát egyetlen AI-képért?" – teszi fel a költői kérdést.

Haszon és mellékhatás

Amikor szakemberek az AI-fejlesztések várható hozadékairól beszélnek, általában magasztos, a közjót szolgáló eredményekkel szoktak példálózni: új rákgyógyszerekhez vezető molekulákról, pontosabb időjárási modellekről, az éhínséget enyhítendő hatékonyabb élelmiszer-termelésről, eredményesebb bűnüldözésről és hasonlókról. Amikor a hétköznapi emberekkel beszélgetünk, akkor elcsalt iskolai beadandókkal, hamis politikai kampányvideókkal, automatizált trollhadsereggel vagy szimplán csak idétlen képekkel és videókkal is szép számmal találkozunk.

„Úgy látom, hogy van egy minden értelemben erőforrásigényes technológiánk, amit jóformán ész nélkül mindenre is használunk, nem törődve már a rövid távú következményekkel sem. Pedig az említett aggályok csak egyetlen, környezeti fenntarthatósági aspektust pedzegetnek. Hogyan viszonyulunk a társadalmi hatásaihoz? Mondjuk ahhoz, hogy beadandó fogalmazás helyett egymondatos promptokkal tudják le a leckét már az általános iskolások is. Milyen készségeket nem fognak így megszerezni, és ezek a későbbiekben hiányoznak-e? A mesterségesen előállított, de jól célzott és személyre szabott tartalomcunami a közösségi oldalakon nem ássa-e alá a demokráciát? A hatékonyságjavulás következtében elvesző munkahelyek nem vezetnek-e túlzott társadalmi feszültségekhez? Az AI-alapú párkapcsolat nem vezet-e elidegenedéshez és depresszióhoz? Kinek a felelőssége lesz ez? Ez csak néhány kérdés a sok közül, amelyekről úgy vélem, előbb kellene vitát nyitni és válaszokat találni rájuk, minthogy túl késő lenne. Az ökológiai összeomlás sürgető realitásának fényében."

Virágh Miklós szerint az AI-rendszerek karbonlábnyoma három módon csökkenthető: a felhasználást korlátozzuk, azaz használati volument csökkentünk; a hatékonyságot növeljük; illetve alacsonyabb villamosenergia-felhasználást biztosító hardverrel dolgozunk. Azonos villamosenergia-mennyiséget az üvegházhatású gázok kisebb mértékű kibocsátásával valósítunk meg, azaz „zöldebb" áramot, valamint kevesebb vizet használunk. „Fontos tekintettel lenni rá, hogy ha a felhasználás volumene gyorsabban nő, mint ahogy a második két pontban szereplő hatékonyság szorzata javul, akkor az eredmény nagyobb karbonlábnyom lesz" – emeli ki.

„Először egy modellt kellene építenünk, amely kellően jól leírja az AI-rendszerek és a fenntarthatóság kapcsolatát. Ha kizárólag a karbonlábnyommal modellezzük a hatását, az messze nem elégséges, sem a pozitív, sem a negatív hatásokat tekintve" – mondja az AI-rendszerek fenntarthatóságának méréséről.

Lehetséges-e, hogy az AI-nak pozitív hatásai is lesznek a fenntarthatóság terén? – merül fel a kérdés. Virágh szerint igen, és egy-egy projekt vagy megoldás közvetlen hatásait tekintve könnyű lenne létező pozitív példákat hozni rá, elég a logisztikában az útvonalak optimalizálásával és dinamikus módon való összehangolásával elérhető üzemanyag-megtakarításra és a karbonkibocsátás csökkentésre gondolni (SDG13). Vagy arra, hogy a tudáshoz, információkhoz való hozzáférés megkönnyítése hogyan járul hozzá a tanulási és oktatási lehetőségek kibővítéséhez (SDG4).

„Az evolúciós ösztönök formálta jó gyakorlattal ellentétes módon viselkedünk: nem a jelen generáció hoz áldozatot annak érdekében, hogy biztonságban tudja, megóvja utódait, mint ahogy egy önfeláldozó anyatigris teszi. Épp fordítva."

„Az AI-megoldások és a fenntarthatóság kapcsolatát akkor lehet feltárni, ha szerteágazó, összetett hatásokat is tartalmazó megfelelő modelleket tudunk alkotni, és így el tudjuk készíteni a megfelelő hatásvizsgálatot. Mindkettő kivitelezhetősége önmagában is nagy kihívás, még egy szűk környezetre és időtávra alkalmazva sem könnyű, hát még a globális rendszerekbe illesztve. Komplex modellezés nélkül úgy vagyunk ezzel, mint az Eszterházy Pétertől kölcsönzött gondolattal a halmazok szűkítésével. Ő úgy érvelt, hogy ha tetszőlegesen adhatjuk meg a szűkítés definícióját, akkor nincs az a kiindulási halmaz, amelyben a végén nem mi lennénk a csókkirály. Kellően rövid távon és megfelelően szűk nézőpontból vizsgálva sok mindenről tűnik úgy, hogy jól illeszkedik a fenntarthatósági célokhoz. Persze kérdéses, hogy egyáltalán hallgatnánk-e a csókkirályra. Nekem nagyon úgy tűnik, hogy pont az evolúciós ösztönök formálta jó gyakorlattal ellentétes módon viselkedünk: nem a jelen generáció hoz áldozatot annak érdekében, hogy biztonságban tudja, megóvja utódait, mint ahogy egy önfeláldozó anyatigris teszi. Épp fordítva: jelenlegi magatartásunkkal és a most meghozott döntéseinkkel a jövő generációit kényszerítjük arra, hogy ők fizessék meg mai kényelmünk árát. Szerfelett izgalmas kísérlet, de hátha sikerül."

Az AI fenntarthatósági hatása nem egyértelműen pozitív vagy negatív

„A digitális karbonlábnyom méretével kapcsolatban általában a globális légi közlekedéssel való összevetésekről lehet olvasni. 2019-ben hozzávetőleg egyenlő nagyságú volt a két kibocsátás – forrásfüggő, de felső értéken nagyságrendileg 4 százalékát adva a világ karbonkibocsátásának. Azóta nagyot nőtt: mára már több mint hatmilliárd online felhasználóról beszélhetünk, a webes forgalom évről évre 20-25 százalékkal nő. Fontos, hogy ennek motorja már nem csak az ember, hanem a botok, az AI. A technológia felhasználója maga a technológia lett" – foglalja össze Huszics György.

Miközben a digitalizáció jellemzően az analóg megoldások, offline folyamatok átfordítását célozta a virtuális térbe – ezzel valóban csökkentve azok karbonkibocsátását –, megjelentek olyan fejlesztések és szolgáltatások is, amelyek offline sosem léteztek. Ilyen például a mesterséges intelligencia, amelynek működéséhez szükséges energiamennyiség és az ennek előállításából fakadó karbonkibocsátás, valamint a hűtéshez használt vízfogyasztás mind plusz tehertételként jelentkezik.

A különböző források 700 millió és egymilliárd közötti felhasználószámokat emlegetnek, napi 2,5 milliárd promptról tudnak. Ezeknek az adatoknak köszönhetően a korábban sokkolónak ható, a betanítás energiafogyasztásáról szóló számok – a ChatGPT 4 esetében 60 ezer MWh volt a nagyságrend – már most eltörpülnek a felhasználáshoz (inferencia) köthető energiaigény mellett. Összehasonlításként: egy négyfős magyar háztartás éves elektromosenergia-felhasználása a hazai statisztikák szerint 2,5 MWh. Hiába dolgoznak ugyanis az AI-rendszerek üzemeltetői a minél energiahatékonyabb számítási kapacitások biztosításán, a felhasználószám, a használat mértéke és formája – főleg a kép-, hang- és videógenerálás – elszabadulni látszik.

„A fenntarthatóság és az AI kapcsolatát vizsgálva fontos rögzíteni, hogy a mesterséges intelligencia ugyanakkor segíti is a fenntarthatósági célokat, rendszerek, folyamatok optimalizálásánál szerezve elvitathatatlan érdemeket. Eljött azonban a pillanat, amikor felhasználóként és kibocsátóként is mérlegre kell tenni."

Huszics szerint az AI esetében is igaz, ami a teljes digitális eszközparkra vonatkoztatható: a fenntarthatóság és a hatékonyság kéz a kézben jár. Bármilyen intézkedés, amellyel fenntarthatóbbá tudjuk tenni a működést, hatékonyabbá is teszi azt, és fordítva.

„Persze megtehetnénk, hogy tovább növeljük az erőforrásokat. Még több energia, még több chip, számítási kapacitás, de üzletileg nem jön ki a matek, és nem is biztos, hogy sokkal előrébb jutunk vele. A másik irány már izgalmasabb, és több előnnyel kecsegtet. A kisebb, áramvonalasított modellek használata nemcsak költséget csökkent, hanem a környezeti terhelést is enyhíti. És persze nem hagyhatjuk ki a zöld energiát sem az üzemeltetésnél, ugyanakkor fontos látni, hogy ennyi zöld energia nincs. Illetve az adatközpontok vízhűtését biztosító eljárások esetében is léteznek már rendkívül hatékony megoldások, amelyek az 5-7 liter/kWh vízfelhasználási hatékonyságot 0,2 literre szelídítik. Itt is ellentmondás azonban, hogy több esetben is felmerült: olyan területekre telepítenek adatközpontokat, amelyek alapból vízhiányosak. Ilyenkor kettős a probléma, hiszen a lakossági fogyasztást tetézi a technológia vízigénye" – teszi hozzá.

Elsőre talán meglepőnek tűnhet, de a szolgáltatók mellett a felhasználók is tehetnek az AI környezetterhelésének csökkentéséért. Bár egy-egy prompt energiaigénye, víz- és karbonlábnyoma minimális, rengeteg van belőle, ráadásul prompt és prompt között nagyon nagy különbség lehet. Nem mindegy, hogy sima szöveget adunk és kérünk vissza válaszként, vagy képet, esetleg videót generáltatunk, és az sem, hogy ezekhez „csak" szöveges promptot írunk, vagy képet, videót olvastatunk be.

A szakértő kiemeli, hogy a rövid szöveges kérdések-válaszok esetén az is szempont, hogy elég-e, ha az AI a feltanított tudásból hozza a választ, vagy ki kell hozzá lépnie a tanult anyagból, és webes böngészés is szükséges a válaszhoz. A különbségek érzékeltetésére néhány szám: a Google Geminit tekintve a sima szöveges prompt és az arra adott válasz esetében mindössze 0,24 Wh energiafogyasztásról tudunk – ez a ChatGPT-nél 0,34 Wh, ami kb. 15-30 másodperc laptophasználatnak felel meg. De ez csak akkor igaz, ha a modell a tanult anyagból válaszol, és nem kell kimennie a webre, képet, audiofájlt vagy videót generálnia, és a prompt és a válasz is rövid.

„Ez parányinak tűnik, de ha hozzátesszük, hogy napi 2,5 milliárd prompt születik, és úgy vesszük, hogy ezek mindegyike csak rövid és szöveges, tehát az áramigény a 0,24–0,34 Wh tartományba esik, akkor éves szinten már nagyságrendileg akár 300 GWh energiáról beszélünk, ami egy kisebb város évi energiafogyasztásának vagy egy kisebb naperőműpark éves termelésének felel meg. Ebből rögtön látszik, hogy nem mindegy, mire használjuk a mesterséges intelligenciát, milyen promptokat készítünk, és mit várunk cserébe."

Az AI használatáról és betanításáról ma még mindig viszonylag korlátozottan érhetők el adatok, főleg, mivel egyre árnyaltabb a kép. A nagy, úgynevezett „frontier" modellek esetében – ChatGPT, Gemini, Claude 3 – már a betanítás energiaigénye is hatalmas. A ChatGPT 4-hez

Huszics György néhány példát is említ az optimalizált felhasználásra. A lehetőségek természetesen erősen függnek az adott szituációtól, de az esetek többségében az opciók egy része legalább alkalmazható, és ezekkel már érdemi megtakarítás érhető el.

- Precízebben megfogalmazott promptot használunk, tömörebben összefoglalva a kontextust.
- Kisebb modell választása esetén – pl. Mistral, Llama 3, amelyek 7-8 milliárd paraméterrel lettek feltanítva – szintén kevesebb energiát használunk, mint ha egy nagy, robosztus nyelvi modelltől kérjük a választ.
- Kerüljük a korábban már megválaszolt kérdések ismételt feltevését. Persze más kérdés, hogy ha ellenőrizni szeretnénk, vagy az időközben felmerült változások miatt indokolt az újrázás.
- Amikor azt kérjük, hogy egy általunk megadott dokumentumból dolgozzon az MI, akkor csak a releváns részeket tegyük be a promptba, ne a teljes anyagot.
- Több összefüggő kérdés esetén ezeket egyszerre adjuk át, ne mindegyiket külön kérdésként fogalmazzuk meg.
- Korlátozzuk az elvárt válasz terjedelmét (pl. foglald össze max. 800 karakter terjedelemben).

nagyságrendileg 50-60 ezer MWh energiafogyasztás kapcsolódott, és abban az időben még ez számított a modellekhez kapcsolódó energiafogyasztás oroszlánrészének. A felhasználószám exponenciális növekedése azonban áthelyezte a súlyt a felhasználás energiafogyasztására, ami a fent leírtak alapján még a minimális erőforrásigényű posztokkal kalkulálva is kisvárosnyi fogyasztást feltételez. Talán még jobban leírja a várakozásokat a Nemzetközi Energiaügynökség (IEA) jelentése, mely 2030-ra az adatközpontok – kriptó nélküli – energiafogyasztását nagyságrendileg 1000 TWh-ra jósolja, amit úgy kell elképzelni, mintha rátennének még egy Japánt az energetikai világtérképre – érzékelteti a szakértő, hogy mekkora energiafogyasztással jár egy nagy AI-modell betanítása és használata.

„Az AI-rendszerek fenntarthatósági hatásának mérése alapvetően a digitális szolgáltatások felhasználáshoz kötődő (use-phase) megközelítésére épül, ugyanakkor annál összetettebb képet ad. Már egy hagyományos weboldalnál is több komponens együttes hatását kell vizsgálni, az AI esetében ez még hangsúlyosabb, hiszen a számítási igény jelentős része a háttérben, az adatközpontokban jelentkezik. A teljes energiafelhasználás három fő komponensre bontható. Egyrészt ott van a backend, vagyis maga az AI számítási része, amely az inferencia során a legnagyobb energiaigényt jelenti. Másrészt számolni kell a hálózati adattovábbítással, különösen akkor, ha nagyobb méretű bemenetekkel vagy kimenetekkel dolgozunk, például képek, hang vagy videó esetén. Harmadrészt a felhasználói eszközök energiafogyasztása sem elhanyagolható: egy-egy interakció során a teljes energiafelhasználás jelentős része akár a végfelhasználói oldalon jelentkezhet” – mondja.

„Az AI fenntarthatósági hatása nem egyértelműen pozitív vagy negatív, hanem attól függ, hogy milyen célra és milyen hatékonysággal alkalmazzuk. Megfelelő használat mellett a mesterséges intelligencia jelentős mértékben hozzájárulhat a kibocsátások csökkentéséhez, különösen olyan területeken, ahol komplex rendszerek optimalizálása szükséges” – emeli ki Huszics.

Az egyik legfontosabb alkalmazási terület az energiafelhasználás optimalizálása, legyen szó épületekről, ipari folyamatokról vagy akár adatközpontokról. Az AI képes finomhangolni a működést, csökkenteni a veszteségeket, és hatékonyabbá tenni az erőforrás-felhasználást. Hasonlóan jelentős hatás érhető el a logisztikában, ahol az útvonalak és szállítási folyamatok optimalizálásával csökkenthető az üzemanyag-felhasználás és a kibocsátás.

A digitális rendszerek szintjén is megjelenik ez a hatás: az AI segítségével hatékonyabb, kisebb adatforgalmú, gyorsabban betöltődő megoldások hozhatók létre, amelyek egyszerre javítják a felhasználói élményt, és csökkentik az energiaigényt. Ez különösen fontos a digitális szolgáltatások esetében, ahol a használati volumen rendkívül magas.

Ugyanakkor van egy kritikus feltétel: az AI alkalmazásával elért megtakarításnak meg kell haladnia az AI működtetésének energiaigényét. Ha ez nem teljesül, akkor a technológia összességében növeli a környezeti terhelést. Ezzel összefüggésben fontos megemlíteni az úgynevezett visszapattanó hatást, vagyis a Jevons-paradoxont is. Ha egy technológia hatékonyabbá válik, az gyakran a használat növekedéséhez vezet, ami végső soron akár a teljes fogyasztás növekedését is eredményezheti. Az AI esetében ez különösen releváns, hiszen a könnyebb hozzáférhetőség és az alacsonyabb költségek gyorsan új felhasználási területeket teremtenek.

„Összességében tehát az AI nem önmagában fenntartható vagy fenntarthatatlan technológia. A hatása attól függ, hogy milyen problémák megoldására használjuk, és hogy képesek vagyunk-e tudatosan úgy alkalmazni, hogy a létrejövő előnyök meghaladják a működtetésével járó terhelést. A figyelemgazdaság nem biztos, hogy a legjobb irányba viszi ezt a folyamatot, főleg azzal, hogy egyre inkább a képi és az audiovizuális tartalmak kerülnek túlsúlyba, gyakran kétes értékű tartalommal. Ráadásul nem egyszerűen fogyasztjuk, hanem – az autoplay funkciónak köszönhetően – tömik belénk ezeket a videókat. A tudatos használat azonban ezen is segíthet, de nekünk kell okosnak lenni. Az ugyanis, hogy az AI hozzátesz a világunkhoz, vagy elvesz belőle, rajtunk múlik, nem rajta. Legalábbis egyelőre, de ez már egy másik történet” – foglalja össze a szakember. •

„Az AI alkalmazásával elért megtakarításnak meg kell haladnia az AI működtetésének energiaigényét. Ha ez nem teljesül, akkor a technológia összességében növeli a környezeti terhelést.”

FELHASZNÁLT IRODALOM, VIRÁGH MIKLÓS:

Aebischer, Bernard – Hilty, Lorenz M.: The Energy Demand of ICT: A Historical Perspective and Current Methodological Challenges. In: Hilty, Lorenz M. – Aebischer, Bernard (szerk.): ICT Innovations for Sustainability. Cham: Springer, 2015, 71–103.

China Three Gorges Corporation (2024) Annual electricity generation of the Three Gorges Dam reaches approximately 80 TWh. Elérhető: https://www.ctg.com.cn/ctgenglish/news_media/news37/2b823f0b-48.html (Letöltve: 2026. április 6.)

Intergovernmental Panel on Climate Change (2023): Climate Change 2023: Synthesis Report. Summary for Policymakers. Geneva: IPCC. Elérhető: https://www.ipcc.ch/report/ar6/syr/ (Letöltve: 2026. április 7.)

International Energy Agency (2025) Energy and AI: Executive summary. Elérhető: https://www.iea.org/reports/energy-and-ai/executive-summary (Letöltve: 2026. április 6.)

International Energy Agency (n.d.) Electricity. Available at: https://www.iea.org/world/electricity (Accessed: 7 April 2026).

MAVIR (Magyar Villamosenergia-ipari Átviteli Rendszerirányító Zrt.) (é. n.) Erőművi termelés források megoszlása szerint – nettó üzemirányítási mérések alapján. Elérhető: https://www.mavir.hu/web/mavir/eromuvi-termeles-forrasok-megoszlasa-szerint-netto-uzemiranyitasi-meresek-alapjan (Letöltve: 2026. április 6.)

MEKH (Magyar Energetikai és Közmű-szabályozási Hivatal) (é. n.) Éves adatok – villamosenergia-termelés (Excel adatfájl). Elérhető: https://mekh.hu/eves-adatok (Letöltve: 2026. április 6.)

Meta and Entergy data centre deal to save locals $2.65bn (2026) Data Centre Magazine. Elérhető: https://datacentremagazine.com/news/meta-and-entergy-data-centre-deal-to-save-locals-2-65bn (Letöltve: 2026. április 6.)

MTI / Hungary Today (2025) Paks Nuclear Power Plant accounts for nearly half of domestic electricity production in 2024. Elérhető: https://hungarytoday.hu/paks-nuclear-power-plant-accounts-for-half-of-the-electricity-production/ (Letöltve: 2026. április 6.)

Pascual, M.G. (2025) Data centers are drying up the Port of Marseille: 'They consume enormous amounts of electricity'. EL PAÍS (English edition), 24 August. Elérhető: https://english.elpais.com/technology/2025-08-24/data-centers-are-drying-up-the-port-of-marseille-they-consume-enormous-amounts-of-electricity.html (Letöltve: 2026. április 6.)

Richardson, K., Steffen, W., Rockström, J., et al. (2023): Earth beyond six of nine planetary boundaries. Nature, 619, 102–111. https://doi.org/10.1038/s41586-023-06083-8

Statista Research Department (2025) Global electricity generation from 1990 to 2024 (in terawatt hours). Statista. Elérhető: https://www.statista.com/statistics/270281/electricity-generation-worldwide/ (Letöltve: 2026. április 6.)

SLYD (2025) NVIDIA Blackwell B200 & B300. Elérhető: https://slyd.com/hardware/nvidia-blackwell (Letöltve: 2026. április 6.)

United Nations (2015a): Transforming our world: The 2030 Agenda for Sustainable Development. New York: United Nations. Elérhető: https://sdgs.un.org/2030agenda (Letöltve: 2026. április 7.)

United Nations Framework Convention on Climate Change (2015b): Paris Agreement. Paris: United Nations. Elérhető: https://unfccc.int/process-and-meetings/the-paris-agreement/the-paris-agreement (Letöltve: 2026. április 7.)

World Commission on Environment and Development (1987) Közös jövőnk. Budapest: Mezőgazdasági Kiadó.

Zhang, K. (2024) How water scarcity threatens Taiwan's semiconductor industry. The Diplomat, 19 September. Elérhető: https://thediplomat.com/2024/09/how-water-scarcity-threatens-taiwans-semiconductor-industry/ (Letöltve: 2026. április 6.)

FELHASZNÁLT IRODALOM, HUSZICS GYÖRGY:

https://blog.samaltman.com/the-gentle-singularity

https://www.iea.org/reports/energy-and-ai/energy-supply-for-ai

https://app.electricitymaps.com/map/zone/UA/live/fifteen_minutes

HORVÁTH ÁGNES írása

Környezet és az alfa generáció – az életről szóló élmény

Mi lenne, ha a fenntarthatóság tudományos igazságát és erkölcsi fontosságát a színház, a film- és zeneipar érzelmekre ható erejével tudnánk elmesélni? Mi lenne, ha a bolygó védelme ugyanolyan izgalmas kaland lenne, mint egy nap egy vidámparkban? – tette fel a kérdéseket a Planet Budapest, majd sokkoló és elgondolkodtató storytellinggel, látványos installációkkal és a látogatók interaktív bevonásával szólította meg a kiskamaszokat márciusban.

A környezettel kapcsolatos fontos ügyek edukációját nem lehet elég korán kezdeni. A Planet Budapest épp ezért a 8–14 éves korosztályt megszólítva próbálta meg a számukra szabott formátumokkal felhívni figyelmüket a generációkon átívelő problémákra. A budapesti Vasúttörténeti Emlékparkban tavasszal öt héten keresztül volt ingyenesen látogatható a Planet Budapest, amelyet megálmodói szimplán csak „fenntarthatósági élményparkként" definiáltak.

A rendezvény négy különálló programja egyetlen központi kérdés köré szerveződött: miként formálhatjuk közös jövőnket úgy, hogy közben ne csökkentsük az utánunk érkező generációk lehetőségeit. A fenntarthatóság összetett kérdéskörét a szervezők élményalapú, játékos tanulási formákon keresztül tették érthetővé és átélhetővé a fiatalabb korosztálynak, szoros együttműködésben számos reklámos és filmipari alkotóival.

A Heroes formátum vezető designere Törőcsik Ambrus, a 1111 Crew alapítója volt, aki többek között olyan filmprodukciókban dolgozott, mint Török Ferenc Senki szigete, Lőrincz Nándor és Nagy Bálint Legjobb tudomásom szerint, valamint Szabó Mátyás Látom, amit látsz című filmjei. Az art director szerepét Emil Goodman töltötte be, aki többek között Azahriah zenei produkcióiban is közreműködött.

A Planet Ride vizuális rendezéséért Menzkie felelt, akinek nevéhez számos nemzetközi és hazai reklámfilm kötődik, például az RTL Station ID kampánya, a Toyota párizsi olimpiai szponzori szpotja, a McDonald's/Rácz Jenő kampány, valamint a Magyar Borok imázsfilmje.

Az idén immár harmadik alkalommal megrendezett esemény egyik fő pillére az ötnapos Planet Expo szakkiállítás volt, amely a fenntarthatóságban élenjáró cégeknek biztosított találkozási és bemutatkozási fórumot. Emellett a családokat és a nagyközönséget a Planet Ride, Explorers és Heroes interaktív terei fogadták, amelyekben előre meghirdetett időpontokban indultak a túrák.

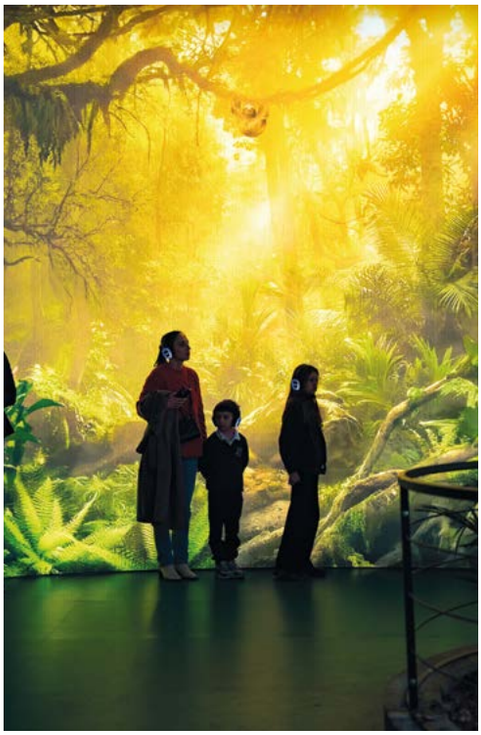
A Planet Budapest saját zenei világgal is rendelkezett: a rendezvény hivatalos klipjét és zenéjét Fehér Balázs, Titusz és Premecz Mátyás jegyzi, akik a Planet Ride zenei anyagáért is feleltek. A Planet Heroes hangzásvilágát és zenéjét pedig iamyank alkotta meg.

„A Planet Budapest felismerése és koncepciója két világ – a »szórakoztató«ipar és a fenntarthatóság – találkozása. Egyedi történetekkel, játékokkal, zenével és filmmel felkelti az érdeklődést, bevon, cselekvésre ösztönöz. Ugyanakkor a változáshoz, alkalmazkodáshoz szükséges tudást tárja elénk, valódi megoldásokat ad, és új kulturális normákat hoz létre, hogy az ismeretből cselekvés legyen. Az emberek arra reagálnak, amit éreznek, arra emlékeznek, amit átélnek, és azt választják szívesen, amit szeretnek" – magyarázza Vekkel László, a rendezvény fenntarthatósági kommunikációs szakértője.

Ez a megközelítés érzelmi bevonódást hoz létre, miközben a természetes kíváncsiságra épít. Kulturálisan releváns, a hétköznapi ember nyelvén szól, és képes minden célcsoport számára kapcsolódási pontot teremteni – a gyerekektől az idősekig, a családoktól a vállalatokig. „Mindez pedig hosszú távon azért működik, mert a társas tanulás mechanizmusára épít. Az emberek nem attól változtatnak a viselkedésükön, hogy információval bombázzuk őket, vagy felszólítjuk a változásra, hanem attól, hogy látják: mások már másképp élnek és cselekszenek" – mutat rá a szakember.

Generációra szabott, de mindenki által felfogható élmények

A Ride nevű attrakció látványos, részletesen kidolgozott, több állomásos séta volt filmes díszletek között, ütősen megkomponált audiovizuális tartalmakkal. A belépéskor a gyerekek gyorstalpalót kaptak az emberiség történelméről az ipari forradalom után, megismerhették a tömegtermelés és a kényelmi megoldások hátulütőit



és melléktermékeit. A séta előrehaladtával egyre több sokkoló ténnyel találkoztak a mikroműanyagoktól kezdve a légszennyezettségen át az űrszemétig, és külön állomás mutatta be az online tér veszélyeit és a dezinformációk hatalmát. A végén, némi katarzissal, a kiút lehetőségeit is elmesélték nekik: milyen döntéseket kell hozniuk, hogy a jövő élhető maradjon.

A Planet Heroes résztvevői egy történet aktív szereplőivé váltak: színészek segítségével, együtt kellett szembenézniük a jövőre nagy veszélyt jelentő „Szuperfogyasztóval", és meg kellett állítaniuk a térhódítását. Interaktív kihívásokban közösen hoztak döntéseket, és a történet végét is ők alakították, ezáltal érzelmileg is bevonódva és elköteleződve. A rendezők ezzel a nagyjából egyórás „színdarabbal" a közösségi összefogás értékére világítottak rá, és ösztönözték a változás kezdeményezését.

A Planet Explorers pedig egy tizenkét témaszigetre épülő interaktív élménytér és kiállítás volt, ahol a látogatók játékos formában fedezhették fel a fenntarthatóság különböző dimenzióit – az élelmiszertől az energián, a hulladékon és a digitális lábnyomon át egészen a közösségi cselekvésig. Az idei rendezvény mindezek mellett a 2025-ben Planet Lens néven megrendezett 10. jubileumi Nemzetközi Természetfotó- és Filmfesztivál döntős pályaműveiből álló válogatással várta a látogatókat.

A PLANET BUDAPEST EGY HÉTSZINTŰ TANULÁSI MODELLRE ÉPÜLT:

1. Élményalapú viselkedésformálás, ahol a kioktatás helyett a tapasztalás áll a fókuszban.
2. Pozitív narratíva: a fenntarthatóság sokkal inkább lehetőség, mint korlát.
3. Közérthetőség: a tudás bárki számára befogadható legyen.
4. Kulturális relevancia: a folyamatokat a saját valóságunkba, kultúrkörünkbe ágyazva értjük meg legjobban.
5. Közösségi tanulás: a változás társas folyamat.
6. Rendszerszintű megközelítés: az egyéni döntéseink összefüggenek a nagyobb léptékű (társadalmi, gazdasági) változásokkal, és ez a másik irányba is működik.
7. Hozzáférhetőség: bárki lehet tudatosabb, figyelmesebb, és ehhez mindenkinek meg kell kapnia a támogatást.

Vekkel László szerint a változás nem mindig hangos. „Néha csak annyi történik, hogy valaki másképp dönt – és ez elég ahhoz, hogy ezt más is észrevegye, majd továbbvigye. Tisztában vagyunk vele, hogy egyedül nem lehet megváltoztatni az egész világot. De lehet példát mutatni. A rendezvény több tízezer látogatót fogadott, a valódi hatása pedig most kezdődik: abban, ahogyan mindazok, akik részesei voltak, továbbadják az élményt. Ahogyan egy döntésből minta lesz, egy mintából pedig újabb döntések születnek – gyerekeknél, szülőknél, közösségekben, végső soron az egész társadalomban." •

„Az emberek nem attól változtatnak a viselkedésükön, hogy információval bombázzuk őket, vagy felszólítjuk a változásra, hanem attól, hogy látják: mások már másképp élnek és cselekszenek."

HORVÁTH ÁGNES írása

Tűz és víz között

A klímaváltozás kommunikációjában sokszor a sokkolás a legerősebb eszköz. Lángoló erdők, eltűnő nemzetek, fullasztó tengerek szemléltetik a fogyasztókkal, mi várhat ránk, ha tétlenül nézzük a szemünk előtt lejátszódó folyamatokat.

Lángoló vidék

A képeslapoknak igenis van létjogosultságuk! – legalábbis ezt bizonygatja a kanadai Climate Emergency Unit „Signed, seared and delivered" kampánya. Az országban pusztító erdőtüzek legfőbb „gyújtogatója" az olajlobbi, ám a kormány a jelek szerint semmit nem tesz megfékezése érdekében. Ezért az ország legismertebb hegyeit és erdőit a lángok martalékaként ábrázoló képeslapsorozatot bocsátottak ki (összesen 12 ezer példányban) a kormányfőnek címezve, a postaköltséget megelőlegezve. A szöveg felhívja a figyelmet arra, hogy a nemzeti parkok még élnek, de megfelelő intézkedések hiányában hamarosan lángba borulhatnak. „Itt az ideje, hogy Kanada fosszilis energiahordozó-iparát felelősségre vonják, és a klímavédelem politikai prioritást kapjon. A mai döntések azon helyszínek jövőjét formálják, amelyek Kanadát Kanadává teszik. Tekintsen úgy erre a képeslapra, mint egy füstjelzőre. A vészharangok már konganak, a figyelmeztetések egyértelműek, és a lángok egyre közelebb vannak." Az állampolgároknak csak alá kellett írniuk a megfelelő helyen, és petícióként feladni őket.

Fojtogató tengerek

Indiában a hagyományos figyelemfelkeltő kampányok a fenntarthatósági kérdésekben csődöt mondtak. Hiába tiltotta be a kormány az egyszer használatos műanyagokat, éves szinten továbbra is 9,4 millió tonnányi plasztik fojtogatja a vízi állatvilágot. A The Times Of India ezért nagyszabású és sokkoló megoldást választott: egész oldalas hirdetésekkel szemléltette a műanyagok életveszélyes hatását az élővilágra, egyúttal 21 napos kihívást is indított a hatalmas szeméttömeg felszámolására. Az Unplastic India a félmillió önkéntes mellett helyi celebritások és influenszerek is csatlakoztak, és az összegyűjtött szemétből a nagyvárosok ismert strandjain hatalmas művészeti alkotások készültek. Mindez együttesen pedig országos párbeszédet indított el a sajtóban és a közösségi médiában, és csökkenni kezdett a műanyagszemét is.

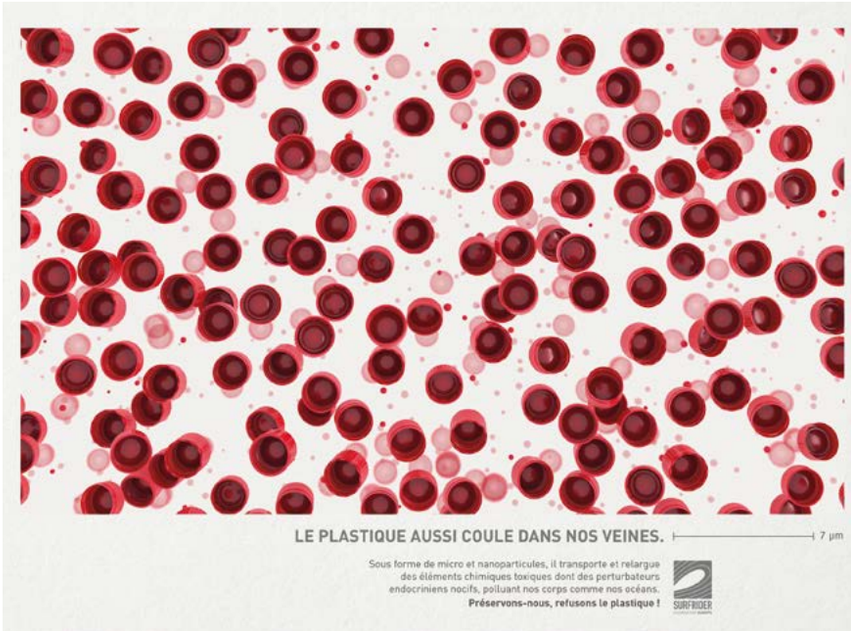
Katasztrófák Csodaországban

A klímaváltozás drasztikus következményeit szemlélteti a Deutsche Telekom Epica Grand Prix-vel jutalmazott kampánya. A Miniature Warmland a világ legnagyobb makettkiállítását, a hamburgi Miniature Wonderlandet hekkelte meg immerzív megoldásokkal. A látogatók a képernyőkön egy applikáció segítségével megnézhették, mi történhet a világ ismert és kedvelt helyszíneivel az átlaghőmérséklet emelkedésével – tűzvészek, emelkedő vízszint, eltűnő városok sokkolták a látogatókat. A tartalmakat a cég egy külön microsite-on is megjelenítette, ahol ismert tudósok magyarázták el a jelenségek hátterét, és a WWF segítségével a megelőzésükhöz gyakorlati tanácsokat is adtak.

Süllyedő civilizáció

Az emelkedő vízszint a csendes-óceáni Tuvalut több szempontból is fenyegeti: lakói nem csupán fizikai életterüket, hanem országuk létjogosultságát is elveszíthetik. Ezért 2022-ben Tuvalu drámai bejelentést tett az ENSZ-nél: a világ első digitális nemzete kíván lenni, hogy az elkövetkező generációk számára legalább online megmutathassa, milyen is volt valaha a világ negyedik legkisebb állama. Számos ország és szervezet sietett segítségükre, ennek ellenére folytatódik Tuvalu „feltöltése a felhőbe", ezzel is felhívva a figyelmet a klímaváltozás jelentőségére, amely nemcsak őket fenyegeti pusztulással, de számos további országot is. A weboldalon nem csupán a digitális migráció jelenlegi állása látható, hanem modellek segítségével a tengerszint változása és annak hatása is nyomon követhető, miközben a teljes államigazgatást is átvitték az online térbe, csakúgy, mint az ország kulturális emlékeit.

A tuvaluiak példája komoly figyelmeztetés a világ összes országának, hogy megfelelő intézkedések nélkül egész társadalmak tűnhetnek el – de összefogással még megmenthető a világ.



Plastic Blood

Signed, seared, delivered

Feldolgozhatatlan

Egy 2022-ben publikált kutatás kimutatta, hogy a mikroműanyagok már az emberi vérben is jelen vannak, és ugyan az egészségre gyakorolt hatásuk még nem ismert, ám többek közt az endokrin rendszert károsító anyagokat hordoznak és bocsátanak ki. Erre alapozva a Babel reklámügynökség és a Surfrider Europe közös digitális OOH és közösségimédia-kampányt indított Párizsban. Az Egészségügyi Világnapon bemutatott „Plastic Blood” egy ügyes vizuális trükköt vetett be: az első pillantásra vérsejteknek tűnő piros foltok valójában műanyag palackok kupakjai, a képet „a műanyag az ereinkben áramlik” szlogennel vezették fel. A jótékonysági szervezet felhívása pedig egyértelmű volt: „Védd magad, mondj nemet a műanyagra!”.

Válogatás a túlélésért

Costa Ricában tilos a tengerparton talált kagylók gyűjtése a veszélyeztetett fajok védelmében, illetve a partszakaszok erodálódásának megelőzéséért. A tiltás ellenére rengeteg turista próbálja meg szuvenírként hazavinni őket, ám a reptéren sokan lebuknak. Az éves szinten hattonnányi elkobzott kagyló visszajuttatása születési helyükre azonban hatalmas kihívás: mivel a szigetet két óceán is érinti, a nem megfelelő partszakasz választásával több kárt okoznak, mint hasznot. Szabad szemmel gyakorlatilag lehetetlen megmondani a különbséget, ám az Imperial sör tavaly egy komoly fejlesztéssel megoldotta a problémát. Egy AI-alapú rendszer ugyanis a szín, méret, forma és textúra alapján gyorsan és hatékonyan képes elvégezni a szortírozást. Egyévi kísérletezés után elkészült a szoftver mobilapplikációja, így az azonosítás immár bárki számára elérhetővé vált. •

Unplastic India

IMPRESSZUM × ISSN 1218-9359

XXXV. ÉVFOLYAM, 3-4. SZÁM

CÍMLAP-ILLUSZTRÁCIÓ: Földi Viktor

FŐSZERKESZTŐ:
Horváth Ágnes

SZERKESZTŐK:

Papp Olivér
Schäffer Dániel
Szerdahelyi Krisztina
Tiszóczi Roland

OLVASÓSZERKESZTŐ:
Szerdahelyi Krisztina

SZERZŐK:

Somogyi Márton
Tamás Endre

HIRDETÉSMENEDZSER:
Orosz Anita, +36-30-685-9799

DESIGN, LAPTERV: **Földi Viktor**

KIADÓ:
Professional Publishing Hungary Kiadó Kft.,
1037 Budapest, Montevideo u. 3/B,
+36-30-552-5011

FELELŐS KIADÓ: **Vándor Ágnes,**
ügyvezető igazgató

HEAD OF EVENTS: **Sáry Adrienn**

PÉNZÜGYI VEZETŐ: **Hadarics Gábor**

TERJESZTÉS: **Zinnern Fruzsi**
elofizetes@pphmedia.hu, +36-30-962-3493

SALES- ÉS MARKETINGKOORDINÁTOR:
Szántó Gréta, szanto.greta@pphmedia.hu

FOTÓÜGYNÖKSÉG: **Adobe Stock**

NYOMDAI ELŐÁLLÍTÁS: **Epc Nyomda,**
epcnyomda.hu

PPH MEDIA
a Medien Union Ludwigshafen tagja

A vélemények között közölt anyagok nem feltétlenül tükrözik a szerkesztőség álláspontját.

A Kreatív főszerkesztője csatlakozott a Főszerkesztők Fórumához. Ezzel vállalta, hogy az általa irányított szerkesztőség a Főszerkesztők Fóruma által kidolgozott és elfogadott etikai irányelvek *(foszerkesztokforuma.wordpress.com/etikai-iranyelvek)* szerint végzi a munkáját.

Lapunkat rendszeresen szemlézik:

IMEDIA OBSERVER

fmcg piknik

KÉK ZÓNÁK AZ FMCG-BEN

STRATÉGIAI VÁLASZOK A LONGEVITY KORSZAKÁBAN

A jövő nyertesei azok lesznek, akik a longevity-t nem prémium trendként, hanem alapértelmezett működési elvként integrálják? Elérkezett az FMCG-piac modernkori evolúciója? Az FMCG PIKNIK-en arra fókuszálunk, hogy hogyan lehet összeegyeztetni az FMCG-tömegtermelést, a kereskedelmet, a szolgáltatásokat, a kommunikációt, valamint a vállalati well-beinget a longevity szemlélettel.

fmcgpiknik.hu

2026. 05. 27.

ÖbölHáz Rendezvényközpont

1117 BUDAPEST, KOPASZI-GÁT 2.

Kontakt:
Sajermann Zsófia
senior event manager
sajermann.zsofia@pphmedia.hu

PPH MEDIA

STORE insider

Főtámogatónk:

Raiffeisen Bank

Partnereink:

dm ITT VAGYOK ÖNMAGAM ITT VÁSÁROLOK

PROMOLAB.AI

ROSSMANN

qrkapu.hu

2026. MÁJUS 29–30. BUDAPEST, MVM DOME

Beauty EXPO

powered by
ROSSMANN & krémmánia

KÉT NAP, AMI CSAK RÓLAD SZÓL!