

Képes beszámoló a 2013. szeptemberi Életmódtáborról

Czeglédi Anna



Idén is volt Életmódtábor - 2013. szeptember 25-26-án - a szegedi Eko-Parkban. Mi, másodévesek, sajnos, csak az első napon vettünk részt a programok szervezésében, levezetésében, a második napon, 26-án, már a harmadéves hallgatók voltak a segítők. Az idei tábor már a harmadik tanév eleji – az elsőévesek számára tantervbe illesztett - program, amit az Alkalmazott Egészségtudományi és Egészségfejlesztési Intézet megszervez. Tavaly gólyaként vettem részt a táborban, és amellett, hogy nagyon jól éreztem magam, igazán hasznos is volt, nagyon sokat tanultam, és megismerkedtem az évfolyamtársaimmal. Idén kisegítőként dolgoztam, és elmondhatom, hogy így is nagyon tetszett a munka, és persze az ezzel együtt járó sok-sok móka is. Amikor megtudtam, hogy az idei táborba lehet jelentkezni kisegítői szerepkört vállalóknak, kapva kaptam a lehetőséget, azonnal vállalkoztam rá, jelentkeztem.

Örültem, hogy megismerkedhetek az elsősökkel, és persze, tapasztalatszerzésnek is tökéletes volt a feladat. Tizenegy szaktársammal vártuk a nagy napot, hogy felvegyük a kapcsolatot a gólyákkal, és csapatsegítők lehessünk.

Már negyed kilenckor elkezdődött a regisztráció, jöttek is a hallgatók, kíváncsian, várakozóan. Az időjárás nekünk kedvezett, bíztunk abban, hogy sikerülni fog a nagy rendezvényünk, és reméltük, hogy jó lesz a hangulat is. Mikor kiderült, hogy ki melyik csapathoz kerül, és mi is megtudtuk, hogy melyik csapatnál fogunk segédkezni, egy gyors terepszemle következett, bejártuk a tábor területét, megmutattuk az elsőéveseknek, hogy mit, hol talál-

nak, hol lesznek a programok. A rövid tábornyitó után pedig, máris kezdődhetett a komolyabb munka, vagy inkább, a játszva-tanulás. Természetesen csapatépítő ismerkedős-rázódjunk-össze programmal kezdtünk, megtanultuk egymás nevét, mindenki mesélt magáról egy keveset. A csapatépítőn sok frappáns és vicces csapatnév született, mindenki hangosan kántálta a csapat nevét, a csapat tagjai ösztöretartozónak érezték magukat. Így, mikor a sorversenyek következtek, a hangulat már sokkal felszabadultabb, családiasabb lett. A sportversenyeken mindenki beleadott mindent és szurkoltak a csapattársaiknak. A lufitaposó, a hamupipőke, és a kínai hordár nevű csapatversenyek mellett rengeteg, ötletesebbnél ötletesebb játékot szerveztünk az elsősöknek. Látszott rajtuk, hogy élvezik a munkát, és ezt nekünk, szervezőknek, segítőknek is nagyon jó volt látni. A komolyabb foglalkozásokat az oktatók tartották az épület belső termeiben, ahol életmódelemről folytak a beszélgetések. Gyorsan elszaladt a délelőtt, ebéd következett, és persze egy kis pihenés.

Ezt követően, 3 vicces, átmozgató feladattal készültünk, majd egy nagyon komplex feladat következett, amelyben már a délelőtt, az életmódelemről szerzett tudásukat, ismeretei-

ket is, és legfőképp a kreativitásukat kellett használniuk.

Hosszas, összekapaszkodott sétálva-keresgélés után – a csapattagok megtalálták a kisegítők által elrejtett borítékokat, a bennük lévő elemekből kirakhatták azt a képet, amelyet étellel kellett kitölteniük, el kellett játszaniuk. Persze nem akárhogyan. A megjelenítésbe bele kellett csempésznüik az egészséges életmódra nevelés valamely játékos ajánlását is, így készült az előadás. Minden csapat nagyon jól szerepelt, az előadott jelenetek olyan humorosak, ötletek voltak, hogy mondhatni: szem nem maradt szárazon.

Majd az utolsó feladat következett, ahol verset kellett írni úgy, hogy a vers minden sora azo-

nos szótagra végződjön. A vers első sora adott volt, minden csapat ezzel kezdte a versírást: „Na, most aztán megmutatom, hogy változik életmódom!” Frappáns kis versek születtek – amelyek az egészséges életmód elemeit is tartalmazták. A nap végén mindenki fáradtan, de, ahogy én láttam, a sok élménnyel telt nap után jókedvűen távozott, én pedig elégedetten hagytam el az Eko-Parkot, örülve annak, hogy ilyen kreatív emberek kerültek be a szakra, és persze annak is, hogy a szervezőknek, segítőknél sikerült levezényelni a tábor első napját nagyobb hiba nélkül. Jövőre is szeretnék részt venni a tábor szervezésében, szívesen segítenék a programok kitalálásában is. ◀

