EGY NAP
A film adatlapja: https://nfi.hu/filmek/egy-nap.html
magyar dráma (2018), 99 perc

Ajánlás a film feldolgozásához

Rendező: Szilágyi Zsófia

Ajánlott korosztály: 15-18 évesek
Kapcsolódó tartalmi területek: művészetek, társadalomismeret, etika

1. FELKÉSZÜLÉS A FILM MEGNÉZÉSÉRE

1.1. A film témája

Anna olasz nyelvtanár. Jogász férjével, Szabolccsal három gyereket nevelnek egy hitelből felújított, budai nagypolgári lakásban. A film Anna egy napját követi végig, a felkelésről, a gyerekek iskolába, óvodába indításán, bölcsibe vitelén, a nyelvórák megtartásán, a gyerekek különóráin és a bevásárláson keresztül az esti otthoni teendőkig. Miközben igyekszik megfelelni a váratlan kihívásoknak is, és szem előtt tartani, hogy minden fillért be kell osztaniuk. A rohanós napi rutint ugyanakkor beárnyékolja a gyanú, hogy a férje vélhetően „félrekavar" valakivel. Segítségként az anyósára számíthat, aki délutánonként vigyáz a legkisebb gyerekre, anyagilag is támogatja őket, és a maga – néha talán idegesítő módján –, abban is segíteni próbál, hogy javítsanak az életükön.

1.2. A rendező, Szilágyi Zsófia gondolatai

1.2.1. A téma kiválasztása

A rendező számára az adta az inspirációt a filmhez, amikor egy kisgyermekes barátnője tízperces bontásban leírta számára egy napját. *„Megrendítő volt szembesülnöm azzal, hogy az anyaság mit jelent a gyakorlatban. Órákra bontva. Az volt maga a dráma, hogy semmi különös nem történt, csak eltelt egy nap."* (8) De *„azt a hajszoltságot, amit a film ábrázol, én is ismerem, ahogy az anyagi szorongást is, és azt a frusztráltságot, amikor nem férsz hozzá, nem tudsz azzal foglalkozni, amivel igazán szeretnél, mert a hétköznapi darálda nem engedi."* – nyilatkozta Szilágyi Zsófia. (6)

Miután elhatározta, hogy erről a témáról fog filmet készíteni, sokféle forrásból gyűjteni kezdte hozzá a részleteket. Figyelte a szomszédok, a barátok, a családtagok életét. Ő maga sokáig volt bébiszitter, amikor szintén számos család életébe belelátott, s az akkori emlékeit is fel tudta idézni. Friss élményt nyújtottak számára azok a helyzetek, amikor a játszótereken gyermekszereplőket keresve, elmondta, hogy a film egy három gyerekes nő egy napjáról fog szólni – amire többször az volt a válasz, hogy *„ne folytasd, mert mindjárt elbőgöm magam."* Ez megerősítette abban, hogy *„van itt valami, amiről érdemes filmet csinálni. Valami láthatatlan teher, amit húznak a nők maguk után, miközben jókedvűen ülnek a játszótéren."* (8) Ugyanakkor azt is érzékelte, hogy a társadalomban nincs valódi tolerancia ezen a téren, amit jól kifejeznek az ilyen típusú mondatok: *„Oldja meg, anyuka. Másoknak is volt már gyerekük. Ne hisztizzen."* (8)

1.2.2. A műfaj kiválasztása

A rendező először arra gondolt, hogy dokumentumfilmet készít, de *„írtózott attól hogy mélyen belemásszon egy család életébe. Így maradt a fikció."* (8) Úgy döntött, hogy színészekkel jeleníti meg a témát, olyan kisrealista történetként, amelynek eszköztára

azonban közel áll a dokumentumfilméhez. Kevés szereplőt mozgat, korlátozott számú helyszínen. (13)

A filmet a napi rutin mellé illesztett megcsalási háttértörténet teszi játékfilmmé, de a rendezőt nem igazán ez foglalkoztatta. Őt elsősorban az idő érdekelte. *„A hétköznapi rohanás ideje: mindig elkésünk valahonnan, a bölcsődéből, az óvodából, az iskolából, cserélődnek a díszletek, de a rohanás marad, és közben vágyakozunk egy másik idő felé, ami csak pillanatokra tűnik fel a láthatáron. Azok a kitüntetett pillanatok, amikben teljesnek tűnik az élet, és amiket ez a teperés lehetetlenné tesz."* (12)

Közben azonban félt tőle, hogy a film *„dögunalmas lesz. Ha a vállalás minimalista, az ember azt a kockáztatja, hogy végül nem lesz ott semmi. Aggódtam, hogy mi lesz, amikor a néző rájön, hogy most tényleg azt kell végignéznie, hogy ez a nő elmegy az iskolába, az óvodába, a boltba, intézi a család dolgait, ahelyett, hogy a drámával törődne. Nem engedi-e el a filmet ezen a ponton, hogy na jó, ebből nem kérek."* (8)

„Egyensúlyozni kellett, hogy ami a háttérben van, az ott is maradjon, de ne tűnjön el. Mindig utal rá egy telefonbeszélgetés, egy erkélyre szerelt nád, valami. Nem akartam hagyni, hogy ez kikerülhessen a nő és a néző tudatából. Ez fogja össze a filmet. Ez volt a filmben a vivő anyag. Ettől lehet elmesélni a hétköznapot. El lehet hagyni bizonyos időkre, de vissza kell térni rá, mielőtt elfelejtjük." (8)

1.3. Hogyan készült a film?

1.3.1. A forgatókönyv és a dramaturgia

A film forgatókönyvét a rendező és Mán-Várhelyi Réka közösen írta. Munkájukat – a film szerkezetét, ritmusát és a dialógusokat – egyöntetűen dicsérték a kritikusok.

Hangsúlyozták, hogy a film a valóságot ragadja meg. Az, ahogyan a házaspár kezeli (vagy nem kezeli) a konfliktusukat, az interakcióik, a reakcióik nemcsak életszerűek, hanem jellegzetesen magyarok, vagy talán inkább kelet-európaiak. *„Nagyon magyar a figurák szimpatikus érzelmi őszintesége és lemeztelenedése, de nagyon magyar az undorító üvöltözésbe torkolló utcai konfliktus is. Magunkra ismerünk."* (2)

A forgatókönyv külön figyelmet fordít a család anyagi problémáinak ábrázolására, ami a kelet-európai társadalmak egyik jellegzetessége. A középosztálybeli igényekkel és szerepfelfogással rendelkező értelmiségi családnak nincs meg az anyagi fedezete ahhoz, hogy megteremtse az ehhez illeszkedő életmódot. Erőfeszítése ezért eladósodással, többletmunkák vállalásával, és a szabadidő eltűnésével jár. (4)

Miközben azonban Anna zaklatott napja egyre fokozódó feszültséget és szomorúságot hordoz, sok elszórt humoros pillanat fokozza az életszerűséget. Úgy, hogy közben semmi sem szájbarágós. A konfliktusokat is hamarabb látjuk a színészek arcán, mint ahogy megtudnánk, hogy pontosan mi a baj. A dialógusokban mindenki úgy beszél, ahogy az emberek ma Magyarországon beszélnek – beleértve ebbe a gyerekeket is.

1.3.2. A helyszínek és a kellékek

A film nagy része a napi rohanás belső tereiben – a lakás, a bölcsőde, az óvoda, az iskola, a munkahely, a különóráik helyszínein – játszódik, és minden apró részlet hiteles. A lakás berendezésétől a szereplők öltözékékig.
A rendező ugyanakkor érzékeltetni akarta a tágabb közeget is, amelyben a történet játszódik. Ezt szolgálják a város képei és az utazós jelenetek. Amikor a néző egy autó vagy tömegközlekedési eszközök ablakain keresztül látja a zsúfolt utakat, és a

gyalogosok tömegét, s üvegfelületek tükrözik vissza – a mókuskerékből pillanatokra kiszakadó –, befelé figyelő Anna arcát.

1.3.3. Színészvezetés

Egyöntetűen dicséték a kritikák a színészvezetést is. Az Annát játszó Szamosi Zsófia esetében a rendező így emlékszik vissza a közös munkára: *„Nagyon nehéz eljátszani, hogy valaki ül egy kocsiban, vezet és közben egészen máshol jár. Olyan elmerültséget kellett hozni, ami látszik az arcon, de nem könnyű megcsinálni. Konkrét helyzeteket csiszoltunk. Ne legyen patetikus, ne legyen drámai, de ne legyen semmilyen sem. Átbeszéltük a forgatókönyvet az első jelenettől az utolsóig, és aztán összevissza kellett haladni benne a forgatás során a gyártási terv miatt. Ilyenkor annak felidézésével tudtam segíteni Zsófinak, hogy hol is tartunk éppen a napban és az állapotban. Anna kemény nő, de fontos volt, hogy ne legyen egy gép, aki gond nélkül letolja a napot. Látszódjon, amikor sérül és elveszti a fonalat. Ugyanakkor maradjon fegyelmezett mindvégig.*" (8)

Kivétel nélkül nagyon jónak minősítették a kritikusok a gyerekek játékát is. Erről így beszéltek az alkotók: *„Hosszan készítettük elő a közös munkát, sok időt töltöttünk együtt, viszonyt építettünk ki, hogy ne ismeretlen gyerekek állítsanak be a forgatásra. Mindvégig szoros kapcsolatot tartottunk fent a szülőkkel. Nagyon komolyan segítették a munkánkat."* (6) *„Fontos volt mindannyiunk számára, hogy a gyerekek jól érezzék magukat a forgatáson, ne fáradjanak túlzottan el, rá kellett érezni, hogy még hány felvételt lehet csinálni velük, de meg is beszéltük. Egyenes, kollegiális viszonyom volt velük. Semmi kedvem nem volt manipulálni őket, meg nem is hagyták volna."* – mondta a rendező. (8) Nem improvizáltak, hanem betanult szerepet mondtak, és az érzelmeket teljes átéléssel tudták megjeleníteni. Arra a kérdésre, hogy ezt miként tudták elérni, ez volt a válasz: *„Megbeszéltük velük. Sokkal több mindent meg lehet beszélni gyerekekkel, mint gondoltuk volna."* (12) Azt, hogy a gyerekek végig biztonságban érezzék magukat, külön munkatárs segítette a forgatáson, akihez bármivel fordulhattak.

1.3.4. Az alkotói csapat

A film sikerét csapatként élték meg az alkotók, amiben nagy szerepe volt a rendezőnek – mesélte egy interjúban a gyártásvezető. *„Fontos, hogy egy rendező milyen hangulatot teremt a forgatáson. Nálunk a gyerekek és a családjaik is tartják a kapcsolatot, úgy tűnik, tartós és kiterjedt kapcsolatrendszer alakult ki az* Egy nap *stábtagjai között."* (12)

Ebben Enyedi Ildikó mintáját követték, aki a rendező tanára volt az egyetemen, s aki mellett évekig dolgozott asszisztensként, de akivel a gyártásvezető is együtt dolgozott a Testről és lélekről című filmje forgatása során. Ő így emlékezett a munkakapcsolatukra: *„Ildikó a forgatás után is ugyanúgy megbecsüli a stábját, mint előtte. Az Oscar-jelölésig vezető út minden lépésébe bevont minket. Tájékoztatott e-mailben, mi történik éppen a filmmel, és a berlini filmfesztivál után az egész stábot meginvitálta magához egy reggelire. A stábok ideiglenes közösségek, a forgatás után általában szétszélednek, de Ildikóval jóval utána is szeretetteljes hangulatban tudtunk együtt ünnepelni."* (12)

2. A FILM FELDOLGOZÁSA

2.1. Megfigyelési szempontok

Mivel a film sok apró részlet mozaikjából áll össze, a feldolgozásnak is jó formája lehet a külön megfigyelt elemek egymás mellé helyezése, és a filmes eszközök azonosítása.

A szereplők és a történet

- Mi mindent tudunk meg a főbb szereplőkről – a helyzetek, a dialógusok és az arcjátékok alapján? Külön figyelve: Anna, Szabolcs, Mari (az anyós), Gabi (a barátnő), és a két nagyobb gyerek alakjára.
- Mi jellemzi a családi erőteret – a belső munkamegosztás, a házaspár kapcsolata, a szülők és a gyerekek közötti kapcsolat, a gyerekek egymáshoz való viszonya, a családtagok és a nagymama közötti kapcsolat szempontjából?
- Milyen apró részletekből tevődik össze Anna napi rutinja? Mi mindent csinál a gyerekek körül, a lakásban, a lakáson kívül? Mikor és hogyan pihen meg?

A feszültségforrások és a problémák

- Mi jellemzi a család anyagi helyzetét? Milyen jelenetek érzékeltetik ezeket?
- Mit tudunk meg a házaspár kapcsolati problémájáról? Hogyan kezelik ezt?
- Milyen problémái vannak a kiskamasz Simonnak? Hogyan kezeli ezeket?
- Hogyan és milyen sikerrel próbál segíteni a család problémáin Szabolcs anyukája?

2.2. A főbb szereplők karaktere

Anna a filmben végig jelen lévő főszereplő, de a többiek esetében külön is meg lehet nézni azokat a jeleneteket, amelyekben megmutatkozik a karakterük:

- ***Szabolcs***: Nyitó jelentsor (0-4:00'); Szabolcs és Anna otthon (8:10-14:05'); Indul a reggel (14:06-20:50); Telefonbeszélgetés (1:01:13-1:03:48'). Hazaérkezés (1:21:18-1:22:40') Új reggel kezdődik. (1:25:10-1:32:15')
- ***Gabi***: Nyitó jelentsor (0-4:00'); Anna és Gabi beszélgetése (4:00-8:10')
- ***Mari***: Tesz-vesz a lakásban, átveszi Márkot (34:57-36:20'); Fogadja Simont, eteti a gyerekeket, beszélget velük (53:20-57:45'). Részt vesz az otthoni esti programban (1:05:48-1:07:35').
- ***Simon***: Indul a reggel (14:06-20:50). Hazaindulás az iskolából (38:30-39:30'). Bevásárlás (39:30-40:55'). Beszélgetés a kocsiban (40:55-44:12'). Úton a Sárival a balettra (45:30-50:00'). Úton hazafelé a kocsiban (50:00-53:20'). Úton a vívásra (59:00-1:01:12'). Elmondja az iskolai problémáját Annának. (1:14:45-1:16:29'). Új reggel kezdődik. (1:25:10-1:32:15')

Lehetséges feladatok:

- Annak megfelelően, hogy hányféle szereplőre figyeltek, kis csoportokban dolgozva, a tanulók rövid jellemzéseket adhatnak róluk. Milyennek ismerték meg Anna, Szabolcs, Gabi, Mari, valamint Simon és Sári karakterét?

- Felrajzolhatják a szereplők kapcsolati hálóját – utalva az ábrával olyan kapcsolatokra is, amelyek kifelé mutatnak a családi hálóból. Megfogalmazhatják, hogy szerintük milyen érzelmek vannak jelen a háló egyes szereplő között.

2.3. Mókuskerék

Lehetséges feladatok:

- Ha volt ilyen megfigyelési feladat, a tanulók – tevékenységi típusonkénti csoportokban dolgozva – összegyűjthetik Anna napi rutinjának elemeit:

- Milyen dolgokat csinál rendszeresen a lakáson belül?
- Mi mindent csinál a családi szerepéhez kapcsolódóan a lakáson kívül?
- Mit csinál a családi szerepétől függetlenül?
- Hányféle dolgot csinál általában párhuzamosan?
- Mikor, hogyan pihen meg, saját magára figyelve?

Megpróbálhatják az összes rendelkezésre álló időt százalékosan szétosztani az egyes tevékenységtípusok között, és visszajelzéseket adni erre.

- Megkísérelhetik megfejteni, hogy az állandó rohanás mellett, vajon miért mondja Anna plusz terhet jelentő, váratlan helyzetben többször is, hogy „megoldom".
-
- Saját tapasztalataikat is beemelve – beszélgethetnek arról, hogy szerintük mi mindenre van szüksége egy gyerekeknek a családban és azon kívül.

2.4. Problémák és nehézségek

2.4.1. A család anyagi gondjai

Lehetséges feladatok:

- Ha volt ilyen megfigyelési szempont, a tanulók számba vehetik, hogy milyen jelzések utalnak a filmben arra, hogy a családnak anyagi nehézségei vannak.
- Megvitathatják, hogy szerintük mik a fő okai ezeknek a nehézségeknek, hogyan próbálják kezelni ezeket, és milyen következményekkel járnak a család életére nézve?

2.4.2. A párkapcsolati krízis

Lehetséges feladatok:

- A tanulók – a dialógusok és közvetett utalások alapján – rekonstruálhatják, hogy pontosan mi történt Gabi és Szabolcs között.
- A látottak alapján megpróbálhatják jellemezni Anna és Szabolcs házasságát. Elemezhetik, hogy mik a kapcsolatot összetartó és szétfeszítő erők.
- Átgondolhatják, hogy igaza van-e Anna munkatársának, amikor azt mondja, hogy ez természetes egy kapcsolatban tíz év után. (Jelenet: 28:35-32:50')
- Mérlegelhetik, hogy mennyi súlya van egy ember életében a házassági eskünek. (Jelenet: 8:10-14:05')
- Feltárhatják, hogy dramaturgiai szempontból miként keretezi a történetet a krízis. Hogyan tartja fenn a feszültséget annak ellenére, hogy képileg meg sem jelenik?
- Mérlegelhetik, hogy miben tudott segítséget adni a nehézségek kezelésében Mari, és miben nem. Vajon miért?
- Ha érdekli a téma a diákokat, interjút készíthetnek hosszabb idő óta együtt élő házaspárokkal. Hogyan tudtak szeretetben megmaradni egymás mellett? Hogyan tartható karban egy kapcsolatot hosszú távon? Mit lehet tenni krízis esetén?

2.4.3. Egy kiskamasz gondjai

Lehetséges feladatok:

- A diákok azonosíthatják Simon problémáit, és átgondolhatják, hogy mennyire súlyosak azok az ő saját nézőpontjából. Azonosíthatják, hogy miként reagál a problémáira a környezet. Tud-e, próbál-e neki segíteni valaki? Mik a korlátai ennek a segítségnek?

2.5. A szuperrealista ábrázolásmód

A rendező a román újhullám alkotásait tekinti saját munkája filmes előképének. *„Imádom a realizmusukat, az apróléksságukat* – mondta egy interjúban. – *Nem ugorják át azokat a kis részleteket, amin elcsúszik egy élet."* (8)

A film *„hiteles, kreatívan összerakott, szuperrealista"* alkotás. Létrehozói *„kicsiben gondolkodtak, de azt maradéktalanul teljesítették."* (11). A hullámhegyek és -völgyek nélküli monotonitást feszültség szövi át, ami abból fakad, hogy a film egyszerre mutatja be *„a mókuskerék könyörtelen, és az anyaság szép pillanatait, miközben Anna tehetetlen. Tudja, mi fog történni, de nem tudja megakadályozni."* (10)

A kis terekhez igazodó beállításokban, a felvevő általában együtt mozog a szereplőkkel. A felvételek jelentős részében kézi kamera rögzítette a család életének intim részleteit. Arcokat mutat bizalmas távolságból, vagy csak kicsivel tágasabb képkivágásokat. Kitakarva a látvány többi részét – a hétköznapiság, túlzsúfoltság és bezártság érzetét keltve ezzel. Ezt a hétköznapiságot sugallják a mindennapi élet tárgyainak képei is.

A filmnek nincs kisérőzenéje. Csak olyankor hallunk zenét, amikor maguk a szereplők is, például az autóban vagy a telefonos ügyfélszolgálatra várva. Folyamatosan jelen vannak viszont a környezet zörejei, beszédfoszlányok, motyogások, amiket olykor nem is lehet tisztán érteni.

Szilágyi Zsófia első ránézésre nem csinál mást, mint dokumentarista módon végig vezeti a nézőt mindennapos dolgokon – szépségeivel és nyűgjeivel. *„Apróságaiban is valósághű, így szinte érezni a pesti levegőt, hallani a város zaját, elkapva egy-két kósza dialógust a buszon-villamoson, és az embernek az az érzése, hogy nem is filmet néz, hanem jelen van egy helyzetben. A tudta nélkül kilesve valakinek egy napját."* (5)

Lehetséges feladatok:

- Ha a diákok megfigyelték, hogy az operatőr döntően közeli képekkel dolgozik, eljátszhatnak a gondolattal, hogy miben lenne más a film hatása, ha távolabbról követte volna Anna mozgását a kamera.

- Ha voltak, akik a hangokat próbálták begyűjteni, a diákok átgondolhatják, miért használt a rendező olyan szövegfoszlányokat is, amiket szinte nem is ért a néző.

3. ZÁRÁS

3.1. Nincs katarzis

Szinte minden kritikus megjegyzi, hogy a filmnek nincs megnyugtató katarzisa. *„A néző batyuként viszi magával, amit kapott."* (5) **„***Nincs megoldás, nem kap ki a rosszfiú, ettől lesz igazán hétköznapi – és igazán lehangoló."* (7) *„Látni, hogy hol csúszott félre, de hogy hogy lehetett volna megakadályozni, vagy hol volt az a pont, ahol még más irányt vehetett volna a történet, nehéz megmondani."* (10) *„Nincs benne katartikus megoldás, nem teszi helyre senki a rosszat, nincs a bűnnek következménye – egyedül a főhősnő magába zárkózott őrlődése van. A napi mókuskeréken áthatolni képtelen dráma…"* (7)

De megjelenik egy másik gondolat is a befejezésre vonatkozóan a kritikákban: *„Máshol húzza meg a határokat. Egészen addig mindennek és mindenkinek megfelel és helyt áll. A munkahelyén, az otthonában, az óvodában, az iskolában, a különórán. A film vége szerintem előrelépés, noha fizikailag hátrálás. Mintha azt mondaná vele: most az én igényem jön, most az a fontosabb. Nem a kötelesség és az udvariasság."* (8)

Lehetséges feladat:

- ! A rendező a nézőre bízza, hogyan oldja meg Anna a fő konfliktusát. A tanulók csoportban dolgozva, érvelő javaslatokat foghalmazhatnak meg a számára.

3.2. A film ereje

A film egyik kritikusa Robert Ebert (1942-2013) amerikai újságíró és filmtörténész gondolatát is felidézte: *"Számomra egy film olyan akár egy gép, amely empátiát generál. Megértet veled különböző reményeket, törekvéseket, álmokat és félelmeket."* Ezután így folytatta: *„A filmek segítségül szolgálhatnak abban, hogy jobban nyissunk a világ felé, az emberek felé. Segíthet abban, hogy nagyobb empátiával viseltessünk azok irányába, akik máshogy gondolkodnak, mint mi. Nem számít, hogy fikcióról vagy valós eseményekről beszélünk, a film egy olyan csodálatos dolog, ami különböző eszközök segítségével képes arra, hogy mások bőrébe képzeljük magunkat és belegondoljunk, milyen lehet X-nek vagy Y-nak lenni. A történetmesélés csodája ez. Tétek, harcok, kudarcok, célok tárháza…"* (5)

Lehetséges feladat:

- ! A film után a diákok megpróbálhatják egy-egy mondatban összegezni, hogy milyen érzést váltott ki bennük a történet. Segített-e nekik valamit megérteni?

Felhasznált források:

1. Bácsi Kinga: Egy nap – Kritika. 7. sor közepe (2018. 11. 07.) https://hetediksor.hu/2018/11/07/egy-nap-kritika/
2. Bujdosó Bori: A magyar valóságot Cannes-ban kaptuk a képünkbe. 24.HU (2018.05.09.) https://24.hu/kultura/2018/05/09/egy-nap-film-kritika-szilagyi-zsofia-szamosi-zsofia/
3. Gyárfás Dorka: Agyonhajszolt anyák, nézzetek a szemembe! – Gondolatok az Egy nap című film kapcsán. WMN. (2018.11.08.) https://wmn.hu/kult/49711-agyonhajszolt-anyak-nezzetek-a-szemembe---egy-nap---filmajanlo
4. Gyenge Zsolt: Ajándék ez a nap? Revizor+. (2018. 05. 13.) https://revizoronline.com/szilagyi-zsofia-egy-nap-cannes-i-nemzetkozi-filmfesztival-2018/
5. Kónya Sándor: Egy nap – Kritika. Puliwood. (2018.11.12.) https://www.puliwood.hu/kritikak/egy-nap-kritika-255695.html
6. Kovács Bálint: Meg voltak lepve, hogy ez egyáltalán érdekel valakit. Interjú Szilágyi Zsófia rendezővel. Cinematrix. (2018.05.10.) https://index.hu/kultur/cinematrix/2018/05/10/szilagyi_zsofia_interju_egy_nap_cannes_szamosi_zsofia_magyar_film/
7. Laborczi Dóra: Belülről feszít – az Egy nap című filmről. Kötőszó. (2018. 11.08.) https://kotoszo.blog.hu/2018/11/08/belulrol_feszit_az_egy_nap_cimu_filmrol
8. Libor Anita: Csináljunk már filmet a láthatatlan munkáról, amit a nők végeznek. Interjú Szilágyi Zsófiával. NFI. (2018. 05 09.) https://nfi.hu/a-filmintezetrol/hirek/csinaljunk-mar-filmet-a-lathatatlan-munkarol-amit-a-nok-vegeznek.html?fbclid=IwAR2EpXR5kju4XJ5NUoe_s371Q01XHX04qqhnlMvQNPE6Ag3H9hPV02feALc
9. Majsa Barbara: Óda az anyákhoz. Filmtett. (2018.08.22.)

https://filmtett.ro/cikk/oda-az-anyakhoz-egy-nap-kritika

10. Manger Adrienn: A film, amit minden anya látni akar – Egy nap kritika. RTL (2018.11.11) https://rtl.hu/cinemaklub/2018/11/11/a-film-amit-minden-anya-latni-akar-egy-nap-kritika
11. Sergő Z. András: Hó végén, ha jönnek a mínuszok – Egy nap. Filmtekercs. (2018.09.23.) https://www.filmtekercs.hu/kritikak/egy-nap-kritika
12. Soós Tamás: „Rohanunk és közben vágyakozunk egy másik idő felé". Interjú Szilágyi Zsófia rendezővel és Péli Sári gyártásvezetővel az Egy nap kapcsán. Filmtett. (2018.11.20) https://filmtett.ro/cikk/rohanunk-es-kozben-vagyakozunk-egy-masik-ido-fele
13. Szíjártó Imre: Egy nap. Kritika. Tiszatáj Online. (2018.11.21.) https://tiszatajonline.hu/film/egy-nap/
14. VFeri: Végre láthatja a világ, milyen az életünk – Egy nap (Filmkritika). Recorder. (2018.05.09.) https://recorder.blog.hu/2018/05/09/filmrecorder_vegre_lathatja_a_vilag_milyen_az_eletunk_egy_nap_filmkritika