

Futball- és kultúrtörténeti kiállítás nyílik a 2024-es labdarúgó-Európa-bajnokság alkalmából a nemzeti könyvtár szervezésében

2024/06/15 - 2024/07/14
2024/05/30



Az OSZK 2024. június 15-től július 14-ig *Minden idők focija* címmel családoknak is szóló kiállítással és programsorozattal tiszteleg a nyár legnépszerűbb sporteseménye előtt.

MINDEN IDŐK FOCIJA

„KELL EGY CSAPAT!”
Sándor Pál: *Régi idők focija*

**Futball- és kultúrtörténeti időszak kiállítás
az Országos Széchényi Könyvtárban
és a Várkert Bazárban**

2024. JÚNIUS 15. – JÚLIUS 14.

SPEZIAL RABAX HANDARBEIT

ORSZÁGOS SZÉCHÉNYI KÖNYVTÁR

BUDAVÁRI PALOTANEGYED

nemzeti sport

AZ EGÉSZSÉGES NEMZET

[1]

Az OSZK június 15-től július 14-ig *Minden idők focija* címmel családoknak is szóló kiállítással és programsorozattal tiszteleg a nyár legnépszerűbb sporteseménye előtt. A 2024-es labdarúgó-Európa-bajnokság alkalmából rendezett **unikális időszak tárlat** a kultúra, a történelem és a labdarúgás látványos kapcsolatát szemlélteti **kül- és beltéri helyszíneken** változatos programkínálat kíséretében ([videoajánló](#)). [2]

[Térkép](#) [3]

KÜLTÉRI PLAKÁTKIÁLLÍTÁS

Helyszín: a Várkert Bazár Glorietthez vezető rámpája





[6]

SZT.-MARGITSZIGETI SPORTTELEP =

OXFORD

U. A. F. C.
Anglia
legjobb
amateur FOOTBALL CSAPATA

márczius 23-án vasárnap a
MŰEGYETEMI FOOTBALL-CLUB-bal
márczius 25-én kedden a
MAGYAR ATHLETIKAI CLUB-bal
és márczius 27-én nagycsütörtökön a
FERENCZVÁROSI TÖRNASZÖVETSÉG-bal
mindenkor délután fél 4 órakor

FOOTBALL-MÉRKŐZÉSEKET

tart.

Helyárak:
Egy napra: Pályabérlet 5 kor., számozott ülőhely 4 kor., I. hely tribünön 3 kor., II. hely tribünön 2.50 kor., Sportjegy 1.50 kor., állóhely 80 fillér.
Két napra: (23. és 25.) Számozott ülőhely 7 kor., I. hely 5 kor., II. hely 4.50 kor., Sportjegy 2.50 kor.
Három napra: (23., 25. és 27.) Számozott ülőhely 10 kor., I. hely 7.50 kor., II. hely 6.50 kor., Sportjegy 3.50 kor.

Ezen jegyekben a szigeti belépődíj befoglaltatik.

JEGYEK

előre válthatók:
Margitszigeti hídlejáró.
Kertész Tódor
Szerviz-tér és Marokkó-utca.
Posa Vilmos
VI. Andrássy ut. 3.
Olbrich Z.
VI. Teréz-körút 8.
Wessely István
IV. Váci-utca 22.
Műegyetem portása
VIII. Múzeum-körút.
Magyar Athletikai Club
VIII. Szentkirályi-utca 17.
Országos Casino
IV. Újvilág-utca.
Magyar tisztv. egylete
VIII. Esterházy-utca 4.

Buffet.




[7]

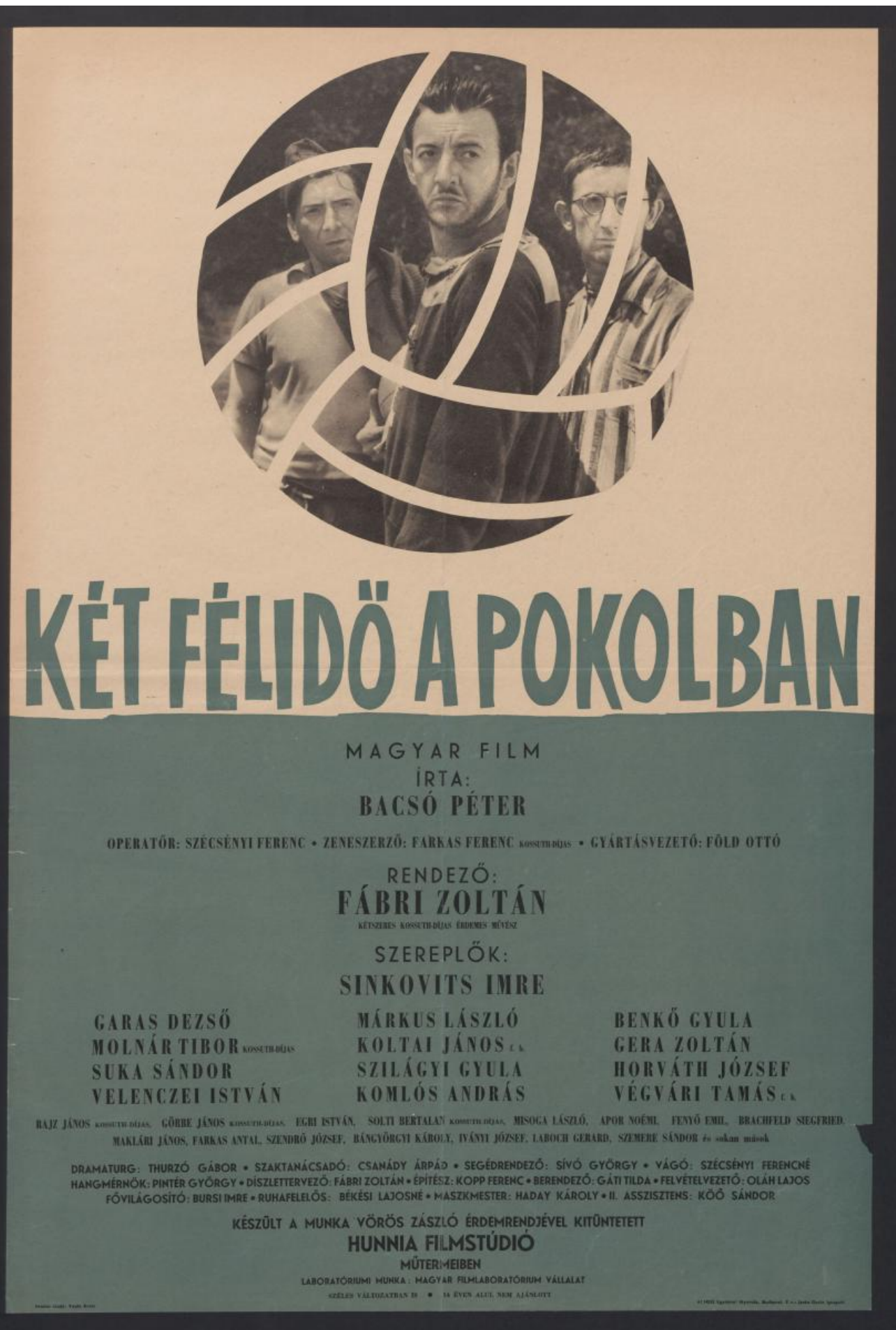
A magyar labdarúgás legkorábbi időszakából nyújt ízelítőt a futballrajongóknak és az érdeklődőknek a **Várkert Bazár Glorietthez vezető rámpáján** látható **kültéri kiállítás**. A plakátművészet hőskorából származó alkotások és napjaink sportfotói – amelyeket a *Nemzeti Sport* bocsátott rendelkezésre – a játékosok látványos mozdulatainak megörökítésével szemléltetik a meccsek magával ragadó hangulatát.

A labdarúgás a 19. század végén és a 20. század folyamán rövid idő alatt rendkívüli népszerűségegre tett szert, amiben nagy szerepe volt a játék egyszerű szabályrendszerének és csekély eszközigényének. A Budavári Palota szintjén, a **Főőrség és az Oroszlános udvar között** a foci „berobbanásának”, azaz népszerűvé válásának időszakából láthatnak **ritka plakátokat** a látogatók.

FILMVETÍTÉSEK

Helyszín: a Várkert Bazár, Öntőház udvar

[8]



KÉT FÉLIDŐ A POKOLBAN

MAGYAR FILM
ÍRTA:
BACSÓ PÉTER

OPERATŐR: SZÉCSÉNYI FERENC • ZENESZERZŐ: FARKAS FERENC KOSSUTH-DÍJAS • GYÁRTÁSVezető: FÖLD OTTÓ

RENDEZŐ:
FÁBRI ZOLTÁN
KÉTSZERES KOSSUTH-DÍJAS ÉRDEMES MŰVESZ

SZEREPLŐK:
SINKOVITS IMRE

GARAS DEZSŐ	MÁRKUS LÁSZLÓ	BENKŐ GYULA
MOLNÁR TIBOR KOSSUTH-DÍJAS	KOLTAI JÁNOS cs	GERA ZOLTÁN
SUKA SÁNDOR	SZILÁGYI GYULA	HORVÁTH JÓZSEF
VELENCZEI ISTVÁN	KOMLÓS ANDRÁS	VÉGVÁRI TAMÁS cs

HAJZ JÁNOS KOSSUTH-DÍJAS, GÖRBE JÁNOS KOSSUTH-DÍJAS, EGRI ISTVÁN, SÓLTI BERTALÁN KOSSUTH-DÍJAS, MISOGA LÁSZLÓ, APOR NOÉMI, FENYŐ EMIL, BRACHFELD SIEGFRIED, MAKLÁRI JÁNOS, FARKAS ANTAL, SZENDRŐ JÓZSEF, BANGYÓRGYI KÁROLY, IVÁNYI JÓZSEF, LABOCH GERARD, SZEMERE SÁNDOR és sokan mások

DRAMATURG: THURZÓ GÁBOR • SZAKTANÁCSADÓ: CSANÁDY ÁRPÁD • SEGÉDRENDEZŐ: SÍVÓ GYÖRGY • VÁGÓ: SZÉCSÉNYI FERENCÉNE
HANGMÉRŐK: PINTÉR GYÖRGY • DISZLEITERVEZŐ: FÁBRI ZOLTÁN • ÉPÍTÉSZ: KOPP FERENC • BERENDEZŐ: GÁTI TILDA • FELVÉTELVEZETŐ: OLÁH LAJOS
FŐVILÁGOSÍTÓ: BURSÍ IMRE • RUHAFELELŐS: BÉKÉSI LAJOSNÉ • MASZKMESTER: HADAY KÁROLY • II. ASSZISZTENS: KÖÖ SÁNDOR

KÉSZÜLT A MUNKA YÖRÖS ZÁSZLÓ ÉRDEMRENDJÉVEL KITÜNTETETT
HUNNIA FILMSTÚDIO
MŰTERMEIBEN
LABORATÓRIUMI MUNKA: MAGYAR FILMLABORATÓRIUM VÁLLALAT
SZÉLES VÁLTÓZATBAN IS • 14 ÉVEN ALUL NEM AJÁNLOTT

© 1971 Hunnia Filmstúdió, Budapest. Minden jog fenntartva.

[9]



A tárlat szabadtéri kísérőprogramjaként a nemzeti könyvtár a magyar filmművészet három futballtémájú remekművét kínálja a **Várkert Bazár Öntőház udvarán** a következő időpontokban:

NFI

NEMZETI
FILMINTÉZET
MAGYARORSZÁG

[11]

2024. június 28., pénteken 20.00-tól – ***Szépek és bolondok***
(színes magyar játékfilm, 1976, rendező, forgatókönyvíró: Szász Péter);

2024. július 3., szerdán 20.00-tól – ***Két félidő a pokolban***
(fekete-fehér magyar játékfilm, 1961, rendező: Fábri Zoltán);

2024. július 4., csütörtökön 20.00-tól – ***Régi idők focija***
(színes magyar játékfilm, 1973, rendező: Sándor Pál).

A filmalkotások a Nemzeti Filmintézet Közhasznú Nonprofit Zrt. jóvoltából tekinthetők meg.

MINDEN IDŐK FOCIJA - IDŐSZAKI KIÁLLÍTÁS

Helyszín: Az OSZK díszterme

A tárlat **2024. június 15-étől július 14-éig**,
keddtől szombatig 10 és 18 óra között tekinthető meg
(pénztárzárás: kedd-csütörtök 17 óra, péntek-szombat 18 óra).

Az OSZK dísztermében futballtémájú filmekkel kapcsolatos plakátok, kéziratok és tárgyak elevenítik meg a foci és a film metszéspontján mára történelemmé vált történeteket, többek között Ottlik Gézához, Mándy Ivánhoz, Jékely Zoltánhoz, Tandori Dezsőhöz vagy éppen a Korda testvérekhez kapcsolódóan.

A **beltéri tárlat** belépőjegy vásárlásával látogatható, de a megváltott jeggyel [Az idő arcai](#) [12] című időszaki kiállítást az érdeklődők ingyenesen tekinthetik meg.

A kül- és a beltéri tárlat kurátora Sulics Fruzsina, a könyvtár Térkép-, Plakát- és Kisnyomtatványtárának kutatója.





[illegible]

TOVÁBBI PROGRAMOK, SZURKOLÓI TERASZ

Helyszín: Oroszlános udvar; Várkert Bazár, Öntőház udvar

A nemzeti könyvtár szervezésében megvalósuló programok mellett a család minden tagja számos eseményen vehet részt a Budavári Palotanegyedben. Változatos sportfoglalkozásokat, edzésformákat, sportvetélkedőket, valamint az egészséges életmóddal és táplálkozással kapcsolatos beszélgetéseket kínál [Az Egészséges Nemzet Mindannyiunk Közös Ügye Alapítvány](#) [16] a **Várkert Bazár Panoráma teraszán** és az **Oroszlános udvarban**.

A kiállítások megtekintése után a focirajongók az Európa-bajnokság mérkőzéseit a [Nemzeti Sport és a Várkert Bazár szurkolói teraszán](#) [17], az **Öntőház udvaron** követhetik nyomon.

A programokhoz mindenkinek jó szórakozást, élményekkel teli drukkolást kívánunk!

Az ingyenes kültéri kiállítás és programsorozat a [Budavári Palotanegyed](#) [18], a [Nemzeti Sport](#) [19], valamint [Az Egészséges Nemzet Mindannyiunk Közös Ügye Alapítvány](#) [20] együttműködésével valósul meg.



AZ EGÉSZSÉGES NEMZET
MINDANNYIUNK KÖZÖS ÜGYE

AZ EGÉSZSÉGES NEMZET MINDANNYIUNK KÖZÖS ÜGYE ALAPÍTVÁNY PROGRAMJAI



[20]

I. helyszín: **Oroszlános udvar**

[1. hét \(június 16-22.\)](#)

[2. hét \(június 23-29.\)](#)

[3-4. hét \(június 30. – július 10.\)](#)

II. helyszín: **Várkert Bazár, Öntőház udvar, Panoráma terasz**

[1. hét \(június 15-21.\)](#)

[2. hét \(június 22-26.\)](#)

[3. hét \(június 29. – július 5.\)](#)

[4. hét \(július 6-14.\)](#)



I. helyszín

Oroszlános udvar ([térkép](#)) [3]

Június 16., vasárnap (helyszín: Oroszlános udvar)

10.00–10.15 Néptánclépések kicsiknek, nagyoknak

10.15–11.15 Akadálypálya, ügyességi vetélkedő

11.15–12.00 Hazai, jó minőségű, biztonságos zöldségek-gyümölcsök bemutatása, egészséges szokásaink kialakításában játszott szerepük, hazai „superfoodok” bemutatása

Június 17., hétfő (helyszín: Oroszlános udvar)

10.00–10.15 Gyerektorna

10.15–11.15 Pókfoci, babzsákkal célba dobó verseny, akadálypálya

11.15–12.00 Kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása)

Június 18., kedd (helyszín: Oroszlános udvar)

10.00–10.15 Néptánclépések kicsiknek, nagyoknak

10.15–11.15 Pókfoci, babzsákkal célba dobó verseny, akadálypálya

11.15–12.00 Kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása)

Június 19., szerda (helyszín: Oroszlános udvar)

10.00–10.15 Néptánclépések kicsiknek, nagyoknak

10.15–11.15 Pókfoci, babzsákkal célba dobó verseny, akadálypálya

11.15–12.00 Kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása)

Június 20., csütörtök (helyszín: Oroszlános udvar)

10.00–10.15 Gyerektorna

10.15–11.15 Akadálypálya, ügyességi vetélkedő

11.15–12.00 Hazai, jó minőségű, biztonságos zöldségek-gyümölcsök bemutatása, egészséges szokásaink kialakításában játszott szerepük, hazai „superfoodok” bemutatása

Június 21., péntek (helyszín: Oroszlános udvar)

10.00–10.15 Gyerektorna

10.15–11.15 Akadálypálya, ügyességi vetélkedő

11.15–12.00 A termőföldtől az asztalig: hogyan kerül a friss zöldség-gyümölcs a tányérunkra?

Június 22., szombat (helyszín: Oroszlános udvar)

10.00–10.15 Gyerektorna

10.15–11.15 Akadálypálya, ügyességi vetélkedő

11.15–12.00 Mind megesszük vagy felhasználjuk! Élelmiszer-pazarlás és az élelmiszermentés fontossága gyerekkortól kezdődően

Június 23., vasárnap (helyszín: Oroszlános udvar)

10.00–10.15 Gyerektorna

10.15–11.15 Akadálypálya, ügyességi vetélkedő

11.15–12.00 A termőföldtől az asztalig: hogyan kerül a friss zöldség-gyümölcs a tányérunkra?

Június 24., hétfő (helyszín: Oroszlános udvar)

10.00–10.15 Gyerektorna

10.15–11.15 Pókfoci, babzsákkal célba dobó verseny, akadálypálya

11.15–12.00 Kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása)

Június 25., kedd (helyszín: Oroszlános udvar)

10.00–10.15 Gyerektorna

10.15–11.15 Pókfoci, babzsákkal célba dobó verseny, akadálypálya

11.15–12.00 Kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása)

Június 26., szerda (helyszín: Oroszlános udvar)

10.00–10.15 Gyerektorna

10.15–11.15 Akadálypálya, ügyességi vetélkedő

11.15–12.00 Mind megesszük vagy felhasználjuk! Élelmiszer-pazarlás és az élelmiszermentés fontossága gyerekkortól kezdődően

Június 29., szombat (helyszín: Oroszlános udvar)

10.00–10.15 Gyerektorna

10.15–11.15 Akadálypálya, ügyességi vetélkedő

11.15–12.00 A termőföldtől az asztalig: hogyan kerül a friss zöldség-gyümölcs a tányérunkra?

Június 30., vasárnap (helyszín: Oroszlános udvar)

10.00–10.15 Gyerektorna

10.15–11.15 Akadálypálya, ügyességi vetélkedő

11.15–12.00 Mind megesszük vagy felhasználjuk! Élelmiszer-pazarlás és az élelmiszermentés fontossága gyerekkortól kezdődően

Július 1., hétfő (helyszín: Oroszlános udvar)

10.00–10.15 Gyerektorna

10.15–11.15 Pókfoci, babzsákkal célba dobó verseny, akadálypálya

11.15–12.00 Kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása)

Július 2., kedd (helyszín: Oroszlános udvar)

10.00–10.15 Néptánclépések kicsiknek, nagyoknak

10.15–11.15 Akadálypálya, ügyességi vetélkedő

11.15–12.00 Hazai, jó minőségű, biztonságos zöldségek-gyümölcsök bemutatása, egészséges szokásaink kialakításában játszott szerepük, hazai „superfoodok” bemutatása

Július 5., péntek (helyszín: Oroszlános udvar)

10.00–10.15 Gyerektorna

10.15–11.15 Pókfoci, babzsákkal célba dobó verseny, akadálypálya

11.15–12.00 Kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása)

Július 6., szombat (helyszín: Oroszlános udvar)

10.00–10.15 Gyerektorna

10.15–11.15 Akadálypálya, ügyességi vetélkedő

11.15–12.00 Mind megesszük vagy felhasználjuk! Élelmiszer-pazarlás és az élelmiszermentés fontossága gyerekkortól kezdődően

Július 9., kedd (helyszín: Oroszlános udvar)

10.00–10.15 Gyerektorna

10.15–11.15 Akadálypálya, ügyességi vetélkedő

11.15–12.00 A termőföldtől az asztalig: hogyan kerül a friss zöldség-gyümölcs a tányérunkra?

Július 10., szerda (helyszín: Oroszlános udvar)

10.00–10.15 Gyerektorna

10.15–11.15 Pókfoci, babzsákkal célba dobó verseny, akadálypálya

11.15–12.00 Kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása)

Július 14., vasárnap

Nincs foglalkozás

A fenti programterv a napi résztvevők életkorától, létszámától függően bővíülhet egyéb egészséges szokások kialakítására ösztönző játékokkal, foglalkozásokkal.

Az időkereten belül a szervező a változás jogát fenntartja.



[21]

II. helyszín

Várkert Bazár

Öntőház udvar, Panoráma terasz [\(térkép\)](#) [3]

Június 15., szombat (helyszín: Várkert Bazár, Öntőház udvar, Panoráma terasz)

17.00–17.45 Felnőtteknek: szakedzővel

18.00–19.45 Gyerekeknek: kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészséges étel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása), akadálypálya, ügyességi vetélkedők

18.00–19.45 Felnőtteknek: Kék zónás szokások. 1. Családi kötelék és közösséghez való tartozás

Június 16., vasárnap (helyszín: Várkert Bazár, Öntőház udvar, Panoráma terasz)

17.00–17.45 Felnőtteknek: szakedzővel

18.00–19.45 Gyerekeknek: hazai, jó minőségű, biztonságos zöldségek-gyümölcsök bemutatása, egészséges szokásaink kialakításában játszott szerepük, hazai „superfoodok” bemutatása, kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészséges étel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása), akadálypálya, ügyességi vetélkedők

18.00–19.45 Felnőtteknek: Kék zónás szokások. 2. Természetközeli életmód és természetes mozgás

Június 17., hétfő (helyszín: Várkert Bazár, Öntőház udvar, Panoráma terasz)

17.00–17.45 Felnőtteknek: szakedzővel

18.00–19.45 Gyerekeknek: kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészséges étel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása), akadálypálya, ügyességi vetélkedők

18.00–19.45 Felnőtteknek: Kék zónás szokások. 3. Táplálkozás, dominánsan növényi étrend

Június 18., kedd (helyszín: Várkert Bazár, Öntőház udvar, Panoráma terasz)

17.00–17.45 Felnőttedzés szakedzővel

18.00–19.45 Gyerekeknek: kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása), akadálypálya, ügyességi vetélkedők

18.00–19.45 Felnőtteknek: Kék zónás szokások. 4. Cél- és értékvezérelt élet

Június 19., szerda (helyszín: Várkert Bazár, Öntőház udvar, Panoráma terasz)

17.00–17.45 Felnőttedzés szakedzővel

18.00–19.45 Gyerekeknek: hazai, jó minőségű, biztonságos zöldségek-gyümölcsök bemutatása, egészséges szokásaink kialakításában játszott szerepük, hazai „superfoodok” bemutatása, kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása), akadálypálya, ügyességi vetélkedők

18.00–19.45 Felnőtteknek: Kék zónás szokások. 5. Erős és szilárd hit

Június 20., csütörtök (helyszín: Várkert Bazár, Öntőház udvar, Panoráma terasz)

17.00–17.45 Felnőttedzés szakedzővel

18.00–19.45 Gyerekeknek kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása), akadálypálya, ügyességi vetélkedők

18.00–19.45 Felnőtteknek: Longevity. Mitől öregszünk?

Június 21., péntek (helyszín: Várkert Bazár, Öntőház udvar, Panoráma terasz)

17.00–17.45 Felnőttedzés szakedzővel – walkenergyóra

18.00–19.45 Gyerekeknek: A termőföldtől az asztalig: hogyan kerül a friss zöldség-gyümölcs a tányérunkra? Kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása), akadálypálya, ügyességi vetélkedők

18.00–19.45 Felnőtteknek: Longevity. Mitokondriális diszfunkció mint az öregedés fő markere

Június 22., szombat (helyszín: Várkert Bazár, Öntőház udvar, Panoráma terasz)

17.00–17.45 Felnőttedzés szakedzővel – Szalka Andi hot iron

18.00–19.45 Gyerekeknek: Mind megesszük vagy felhasználjuk! Élelmiszer-pazarlás és az élelmiszermentés fontossága gyerekkortól kezdődően. Kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása), akadálypálya, ügyességi vetélkedők

18.00–19.45 Felnőtteknek: Longevity. Szervezetünk erősítése az életmódbeli kihívásokkal szemben (Prevenció – ageing well)

Június 23., vasárnap (helyszín: Várkert Bazár, Öntőház udvar, Panoráma terasz)

17.00–17.45 Felnőtteknek: szakedzővel – Kardio kick-box

18.00–19.45 Gyerekeknek: kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása), akadálypálya, ügyességi vetélkedők

18.00–19.45 Felnőtteknek: Longevity. Öngyógyító folyamatok beindítása a szervezetünkben

Június 24., hétfő (helyszín: Várkert Bazár, Öntőház udvar, Panoráma terasz)

17.00–17.45 Felnőtteknek: szakedzővel

18.00–19.45 Gyerekeknek: kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása), akadálypálya, ügyességi vetélkedők

18.00–19.45 Felnőtteknek: Longevity. Vitalitás növelése, energiaszint visszaállítása, fiziológiai egyensúly

Június 25., kedd (helyszín: Várkert Bazár, Öntőház udvar, Panoráma terasz)

17.00–17.45 Felnőtteknek: szakedzővel

18.00–19.45 Gyerekeknek: Mind megesszük vagy felhasználjuk! Élelmiszer-pazarlás és az élelmiszermentés fontossága gyerekkortól kezdődően. Kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása), akadálypálya, ügyességi vetélkedők

18.00–19.45 Felnőtteknek: Longevity. A mentális jóllét alapkövei

Június 26., szerda (helyszín: Várkert Bazár, Öntőház udvar, Panoráma terasz)

17.00–17.45 Felnőtteknek: szakedzővel

18.00–19.45 Gyerekeknek: kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása), akadálypálya, ügyességi vetélkedők

18.00–19.45 Felnőtteknek: Longevity. Egyéni jólléti terv létrehozása (Self-optimisation)

Június 29., szombat (helyszín: Várkert Bazár, Öntőház udvar, Panoráma terasz)

17.00–17.45 Felnőtteknek: szakedzővel – Total body training

18.00–19.45 Gyerekeknek: A termőföldtől az asztalig: hogyan kerül a friss zöldség-gyümölcs a tányérunkra? Kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása), akadálypálya, ügyességi vetélkedők

18.00–19.45 Felnőtteknek: Longevity. Miért olyan nehéz az életmódváltás?

Június 30., vasárnap (helyszín: Várkert Bazár, Öntőház udvar, Panoráma terasz)

17.00–17.45 Felnőtteknek: szakedzővel

18.00–19.45 Gyerekeknek: hazai, jó minőségű, biztonságos zöldségek-gyümölcsök bemutatása, egészséges szokásaink kialakításában játszott szerepük, hazai „superfoodok” bemutatása, kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó,

egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása),
akadálypálya, ügyességi vetélkedők

18.00–19.45 Felnőtteknek: Longevity. Porok, fogyibogyók, csodadiéták

Július 1., hétfő (helyszín: Várkert Bazár, Öntőház udvar, Panoráma terasz)

17.00–17.45 Felnőttedzés szakedzővel

18.00–19.45 Gyerekeknek: kézműves, alkotó tevékenység, az egészséges életmód témakörben (színezők, egészséges étel választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek megismertetése), akadálypálya gyerekeknek, ügyességi vetélkedők

18.00–19.45 Felnőtteknek: Longevity: Amit tudni érdemes a tudatos étkezésről (Mindful eating)

Július 2., kedd (helyszín: Várkert Bazár, Öntőház udvar, Panoráma terasz)

17.00–17.45 Felnőttedzés szakedzővel

18.00–19.45 Gyerekeknek: kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása), akadálypálya, ügyességi vetélkedők

18.00–19.45 Felnőtteknek: Longevity. A kiégés jelei

Július 5., péntek (helyszín: Várkert Bazár, Öntőház udvar, Panoráma terasz)

17.00–17.45 Felnőttedzés szakedzővel

18.00–19.45 Gyerekeknek: A termőföldtől az asztalig: hogyan kerül a friss zöldség-gyümölcs a tányérunkra? Kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása), akadálypálya, ügyességi vetélkedők

18.00–19.45 Felnőtteknek: Longevity. Az alvás fontossága

Július 6., szombat (helyszín: Várkert Bazár, Öntőház udvar, Panoráma terasz)

17.00–17.45 Felnőttedzés szakedzővel – Fun intervall

18.00–19.45 Gyerekeknek: A termőföldtől az asztalig: hogyan kerül a friss zöldség-gyümölcs a tányérunkra? Kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása), akadálypálya, ügyességi vetélkedők

18.00–19.45 Felnőtteknek: Longevity. Egészséges szokások kialakítása 5 lépésben

Július 9., kedd (helyszín: Várkert Bazár, Öntőház udvar, Panoráma terasz)

17.00–17.45 Felnőttedzés szakedzővel

18.00–19.45 Gyerekeknek: A termőföldtől az asztalig: hogyan kerül a friss zöldség-gyümölcs a tányérunkra? Kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása), akadálypálya, ügyességi vetélkedők

18.00–19.45 Felnőtteknek: Longevity. Az ételmentés mint társadalmi felelősségvállalás

Július 10., szerda (helyszín: Várkert Bazár, Öntőház udvar, Panoráma terasz)

17.00–17.45 Felnőttedzés szakedzővel

18.00–19.45 Gyerekeknek: hazai, jó minőségű, biztonságos zöldségek-gyümölcsök bemutatása, egészséges szokásaink kialakításában játszott szerepük, hazai „superfoodok” bemutatása, kézműves alkotótevékenység az egészséges életmód témakörében (színezők, egészségesétel-választó, egészségtelen, a szervezetben gyulladást okozó, „nem pocakbarát” ételek bemutatása), akadálypálya, ügyességi vetélkedők

18.00–19.45 Felnőtteknek: Longevity. Hazai, jó minőségű, biztonságos élelmiszer

Július 14., vasárnap

Nincs foglalkozás

A fenti programterv a napi résztvevők életkorától, létszámától függően bővíülhet egyéb egészséges szokások kialakítására ösztönző játékokkal, foglalkozásokkal.

Az időkereten belül a szervező a változás jogát fenntartja.

2024/06/23 - 17:36

Forrás webcím: <http://193.6.201.226/rendezvenyek/futball-es-kulturtorteneti-kiallitas-2024-es-labdarugo-europa-bajnoksag-alkalmabol>

Hivatkozások:

- [1] http://193.6.201.226/sites/default/files/Minden-idok-focija_kiallitas_240615-0714_FB.jpg
- [2] <https://www.facebook.com/nemzetikonyvtar/videos/1012937520646974/>
- [3] https://varkertbazar.hu/sites/default/files/media/image/2024/01/17/terkep_1200x525px.jpg
- [4] http://193.6.201.226/sites/default/files/PKG_1930_0146.jpg
- [5] http://193.6.201.226/sites/default/files/Muzej_24_Minden-idok-focija_kiallitas_PKG_1928_0205.jpg
- [6] http://193.6.201.226/sites/default/files/Muzej_24_Minden-idok-focija_kiallitas_PKG_1926_0324.jpg
- [7] http://193.6.201.226/sites/default/files/PKG_1914e_0688.jpg
- [8] http://193.6.201.226/sites/default/files/Minden-idok-focija_filmvetites_hu_b1_pkg_1976_1016_m_00001.jpg
- [9] http://193.6.201.226/sites/default/files/Minden-idok-focija_filmvetites_hu_b1_pkg_1961_915_00001.jpg
- [10] http://193.6.201.226/sites/default/files/Minden-idok-focija_filmvetites_PKG_1973_1262.jpg
- [11] <https://nfi.hu/>
- [12] https://oszk.hu/kiallitasok/az-ido-arcai_240411-0713
- [13] http://193.6.201.226/sites/default/files/Muzej_24_Minden-idok-focija_kiallitas_PKG_1914e_0109.jpg
- [14] http://193.6.201.226/sites/default/files/Muzej_24_Minden-idok-focija_kiallitas_PKG_1947_0169.jpg
- [15] http://193.6.201.226/sites/default/files/Muzej_24_Minden-idok-focija_kiallitas_PKG_1926_0318.jpg
- [16] <https://varkertbazar.hu/az-egeszseges-nemzet-mindannyiunk-kozos-ugye-alapitvany-programjai>
- [17] <https://varkertbazar.hu/szurkoloi-terasz-a-budavari-palotanegyedben>
- [18] <https://www.facebook.com/budavaripalotanegyed>
- [19] <https://www.nemzetisport.hu/>
- [20] <https://egeszsegesnemzet.hu/>
- [21] <https://varkertbazar.hu/galeriak/varkert-bazar>
- [22] <http://193.6.201.226/category/foszotar-es-pozicionalo/hirek>
- [23] <http://193.6.201.226/category/foszotar-es-pozicionalo/hirek-cimlapon>
- [24] <http://193.6.201.226/category/foszotar-es-pozicionalo/rendezvenyek>