



XII. Bükk-szentkereszti GYÓGYNÖVÉNYNAPOK

2018-AS SZAKMAI PROGRAMOK

NAGYSÁTOR (1. számú helyszín)

A rendezvény háziasszonya: Kertész Zsuzsa

SZOMBAT	ELŐADÓ	TÉMA
10.00-10.15		Megnyitó
10.15-11.00	Gyuri bácsi , a bükki füvesember és lánya, Lopes-Szabó Zsuzsa fitoterapeuta	A hosszú, egészséges élet titka, avagy mit csinálhatnánk jobban? (1. rész)
11.00-12.00	Monspart Sarolta , tájfutó világbajnok, mesteredző, Idősek Tanácsa tag	Mozdulj minden-kor és minden-hol!
12.15-13.15	Böjte Csaba ferences rendi szerzetes, a Dévai Szent Ferenc Alapítvány alapítója	A szeretet erejével
13.15-14.30	Ebédszünet	
14.30-15.00	Gyuri bácsi és Lopes-Szabó Zsuzsa	Könyvedikálás
15.00-16.00	Kovács Katalin háromszoros olimpiai bajnok magyar kajakozónő	Mindig tedd azt, amiben hiszel, és higgy abban, amit teszel! (Nisargadatta Maharaj indiai spirituális tanító)
16.00-17.00	Gyuri bácsi és Lopes-Szabó Zsuzsa	Nagymamák és nagypapák régen és ma – az öregedés evolúciója
17.00-18.00	Gyuri bácsi és Lopes-Szabó Zsuzsa	Nyilvános tanácsadás
VASÁRNAP	ELŐADÓ	TÉMA
10.00-11.00	Gyuri bácsi és Lopes-Szabó Zsuzsa	Egészség, szépség, fiatalság növényekkel
11.00-12.00	Soltész Erzsébet dietetikus	Ételérzékenység, allergia és cukorbetegség
12.15-13.15	Orbán Zoltán , a Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesület (MME) szóvivője	Madarak nélkül miért nem megy?
13.15-14.30	Ebédszünet	
14.30-15.00	Gyuri bácsi és Lopes-Szabó Zsuzsa	Könyvedikálás
15.00-16.00	Kriston Andrea pedagógus, a Kriston Intim Torna módszer kidolgozója	Fiatalos idősek titka. Mit tanítanak a gyógynövények?
16.00-17.00	Gyuri bácsi és Lopes-Szabó Zsuzsa	A hosszú, egészséges élet titka, avagy mit csinálhatnánk jobban? (2. rész)



XII. Bükk-szentkereszti GYÓGYNÖVÉNYNAPOK

TORNATEREM (3. számú helyszín)		Műsorvezető: Lehoczki Éva
SZOMBAT	ELŐADÓ	TÉMA
11.15-12.15	Kautzky-Szemők Adrienn okleveles természetgyógyász, agrármérnök, reflexológus	Szív küldi szívnek szívesen
12.30-13.30	Huszka Éva tanár, geronto-andragógus	Miért játszunk? Játékkal a lelki és szellemi egészségért
15.00-16.00	Houweling Zsófia akupunktőr, természetgyógyász, táplálkozási szakértő	Mindennapi praktikák az egészségünk és fiatalságunk megőrzése érdekében
VASÁRNAP	ELŐADÓ	TÉMA
11.15-12.15	Baráth Georgina személyi edző, a Georganic Method edzésmódszer megalkotója	Hogyan lehet egy edzés és életmód organikus?
12.30-13.30	Cseh Tamás cukorbeteg-életvezetési tanácsadó, vlogger	Divatdiéták: cukorbetegként melyiket szeressem?
15.00-16.00	Houweling Zsófia akupunktőr, természetgyógyász, táplálkozási szakértő	Hulladékmentes otthonunk. Hogyan kezdjek neki?

MOZGÁS- ÉS JÁTÉKTÉR (6. számú helyszín)		Az általános iskola aulájában, bejárat a tornaterem felől.
SZOMBAT	OKTATÓ	AKTIVITÁS
11.15-12.15	Zsámbókné Zana Mária jóga- és Aviva oktató	Aviva
14.00-15.00		Jóga
15.15-16.15	Huszka Éva tanár, geronto-andragógus	Játsszon velünk 50 felett is! (társasjátékozás)
VASÁRNAP	OKTATÓ	AKTIVITÁS
11.15-12.15	Zsámbókné Zana Mária jóga- és Aviva oktató	Aviva
12.30-13.30	Huszka Éva tanár, geronto-andragógus	Játsszon velünk 50 felett is! (társasjátékozás)
15.00-16.00	Zsámbókné Zana Mária jóga- és Aviva oktató	Jóga



XII. Bükkszentkereszti GYÓGYNÖVÉNYNAPOK

A RENDEZVÉNY TÉRKÉPE

