

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 TORNÁ-CLUB-bal
mindenkor délután fél 4 órakor
FOOTBALL-MÉRKŐZÉSEKET
tart.

Helyárak:
Egy napra: Pályajárás 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
Szervita-ter 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 KOSUTHIDJAS • GYÁRTÁSVEZETŐ: FÖLD OTTÓ

RENDEZŐ:

FÁBRI ZOLTÁN

KÉTSZERES KOSUTHIDJAS ÉRDŐS MŰVESZ

SZEREPLŐK:

SINKOVITS IMRE

GARAS DEZSŐ

MOLNÁR TIBOR KOSUTHIDJAS

SUKA SÁNDOR

VELENCZEI ISTVÁN

MÁRKUS LÁSZLÓ

KOLTAI JÁNOS L.A.

SZILÁGYI GYULA

KOMLÓS ANDRÁS

BENKŐ GYULA

GERA ZOLTÁN

HORVÁTH JÓZSEF

VÉGVÁRI TAMÁS L.A.

HAJZ JÁNOS KOSUTHIDJAS, GÖRBE JÁNOS KOSUTHIDJAS, EGRI ISTVÁN, SÓLYI BERTALÁN KOSUTHIDJAS, 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: BURSITIMRE • RUHAFELELŐS: BÉKÉSI LAJOSNÉ • MASZKMESTER: HADAY KÁROLY • II. ASSZISZTENS: KÖÖ SÁNDOR

KÉSZÜLT A MUNKA YÖRÖS ZÁSZLÓ ÉRDEMRENDJÉVEL KITÜNTETETT

HUNNIA FILMSTÚDIO

MŰTER-MEIBEN

LABORATÓRIUMI MUNKA: MAGYAR FILMLABORATÓRIUM VÁLLALAT

SZÉLES VÁLTÓZATBAN IS • 14 ÉVEN ALUL NEM AJÁNLOTT

© 1971 Magyar Filmstúdió, Budapest, K. és J. János Gyártó, Gyártó

© 1971 Magyar Filmstúdió, Budapest, K. és J. János Gyártó, Gyártó

[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.







Helyeknek vizuális adóval együtt:

Pályajátók	K. 50.000
Szponzorált ülés I-II	50.000
Szponzorált ülés III-IV	40.000
Cserék pályajátók	40.000
Cserék	30.000
Állók	15.000

Az átlósítással 10.000 forintot is lehet
átutalni a pályajátókra.

Jegyek elővételben váltathatók:

10.000 forintot 10.000 forintig, 10.000 forintig 20.000 forintig, 20.000 forintig 40.000 forintig, 40.000 forintig 80.000 forintig, 80.000 forintig 160.000 forintig, 160.000 forintig 320.000 forintig, 320.000 forintig 640.000 forintig, 640.000 forintig 1280.000 forintig, 1280.000 forintig 2560.000 forintig, 2560.000 forintig 5120.000 forintig, 5120.000 forintig 10240.000 forintig, 10240.000 forintig 20480.000 forintig, 20480.000 forintig 40960.000 forintig, 40960.000 forintig 81920.000 forintig, 81920.000 forintig 163840.000 forintig, 163840.000 forintig 327680.000 forintig, 327680.000 forintig 655360.000 forintig, 655360.000 forintig 1310720.000 forintig, 1310720.000 forintig 2621440.000 forintig, 2621440.000 forintig 5242880.000 forintig, 5242880.000 forintig 10485760.000 forintig, 10485760.000 forintig 20971520.000 forintig, 20971520.000 forintig 41943040.000 forintig, 41943040.000 forintig 83886080.000 forintig, 83886080.000 forintig 167772160.000 forintig, 167772160.000 forintig 335544320.000 forintig, 335544320.000 forintig 671088640.000 forintig, 671088640.000 forintig 1342177280.000 forintig, 1342177280.000 forintig 2684354560.000 forintig, 2684354560.000 forintig 5368709120.000 forintig, 5368709120.000 forintig 10737418240.000 forintig, 10737418240.000 forintig 21474836480.000 forintig, 21474836480.000 forintig 42949672960.000 forintig, 42949672960.000 forintig 85899345920.000 forintig, 85899345920.000 forintig 171798691840.000 forintig, 171798691840.000 forintig 343597383680.000 forintig, 343597383680.000 forintig 687194767360.000 forintig, 687194767360.000 forintig 1374389534720.000 forintig, 1374389534720.000 forintig 2748779069440.000 forintig, 2748779069440.000 forintig 5497558138880.000 forintig, 5497558138880.000 forintig 10995116277760.000 forintig, 10995116277760.000 forintig 21990232555520.000 forintig, 21990232555520.000 forintig 43980465111040.000 forintig, 43980465111040.000 forintig 87960930222080.000 forintig, 87960930222080.000 forintig 175921860444160.000 forintig, 175921860444160.000 forintig 351843720888320.000 forintig, 351843720888320.000 forintig 703687441776640.000 forintig, 703687441776640.000 forintig 1407374883553280.000 forintig, 1407374883553280.000 forintig 2814749767106560.000 forintig, 2814749767106560.000 forintig 5629499534213120.000 forintig, 5629499534213120.000 forintig 11258999068426240.000 forintig, 11258999068426240.000 forintig 22517998136852480.000 forintig, 22517998136852480.000 forintig 45035996273704960.000 forintig, 45035996273704960.000 forintig 90071992547409920.000 forintig, 90071992547409920.000 forintig 180143985094819840.000 forintig, 180143985094819840.000 forintig 360287970189639680.000 forintig, 360287970189639680.000 forintig 720575940379279360.000 forintig, 720575940379279360.000 forintig 1441151880758558720.000 forintig, 1441151880758558720.000 forintig 2882303761517117440.000 forintig, 2882303761517117440.000 forintig 5764607523034234880.000 forintig, 5764607523034234880.000 forintig 11529215046068469760.000 forintig, 11529215046068469760.000 forintig 23058430092136939520.000 forintig, 23058430092136939520.000 forintig 46116860184273879040.000 forintig, 46116860184273879040.000 forintig 92233720368547758080.000 forintig, 92233720368547758080.000 forintig 184467440737095516160.000 forintig, 184467440737095516160.000 forintig 368934881474191032320.000 forintig, 368934881474191032320.000 forintig 737869762948382064640.000 forintig, 737869762948382064640.000 forintig 1475739525896764129280.000 forintig, 1475739525896764129280.000 forintig 2951479051793528258560.000 forintig, 2951479051793528258560.000 forintig 5902958103587056517120.000 forintig, 5902958103587056517120.000 forintig 11805916207174113034240.000 forintig, 11805916207174113034240.000 forintig 23611832414348226068480.000 forintig, 23611832414348226068480.000 forintig 47223664828696452136960.000 forintig, 47223664828696452136960.000 forintig 94447329657392904273920.000 forintig, 94447329657392904273920.000 forintig 188894659314785808547840.000 forintig, 188894659314785808547840.000 forintig 377789318629571617095680.000 forintig, 377789318629571617095680.000 forintig 755578637259143234191360.000 forintig, 755578637259143234191360.000 forintig 1511157274518286468382720.000 forintig, 1511157274518286468382720.000 forintig 3022314549036572936765440.000 forintig, 3022314549036572936765440.000 forintig 6044629098073145873530880.000 forintig, 6044629098073145873530880.000 forintig 12089258196146291747061760.000 forintig, 12089258196146291747061760.000 forintig 24178516392292583494123520.000 forintig, 24178516392292583494123520.000 forintig 48357032784585166988247040.000 forintig, 48357032784585166988247040.000 forintig 96714065569170333976494080.000 forintig, 9671406556917

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 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. 1. Családi kötelék és közösséghez való tartozás

Június 16., vasárnap (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. 2. Természetközeli életmód és természetes mozgás

Június 17., hétfő (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. 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 Felnőttedzés 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 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. Vitalitás növelése, energiaszint visszaállítása, fiziológiai egyensúly

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

17.00–17.45 Felnőttedzés 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 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. Egyéni jólléti terv létrehozása (Self-optimisation)

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

17.00–17.45 Felnőttedzés 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 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. 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 Felnőttdzés 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: <https://oszk.hu/rendezvenyek/futball-es-kulturtorteneti-kiallitas-2024-es-labdarugo-europa-bajnoksag-alkalmabol>

Hivatkozások:

- [1] https://oszk.hu/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] https://oszk.hu/sites/default/files/PKG_1930_0146.jpg
- [5] https://oszk.hu/sites/default/files/Muzej_24_Minden-idok-focija_kiallitas_PKG_1928_0205.jpg
- [6] https://oszk.hu/sites/default/files/Muzej_24_Minden-idok-focija_kiallitas_PKG_1926_0324.jpg
- [7] https://oszk.hu/sites/default/files/PKG_1914e_0688.jpg
- [8] https://oszk.hu/sites/default/files/Minden-idok-focija_filmvetites_hu_b1_pkg_1976_1016_m_00001.jpg
- [9] https://oszk.hu/sites/default/files/Minden-idok-focija_filmvetites_hu_b1_pkg_1961_915_00001.jpg
- [10] https://oszk.hu/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] https://oszk.hu/sites/default/files/Muzej_24_Minden-idok-focija_kiallitas_PKG_1914e_0109.jpg
- [14] https://oszk.hu/sites/default/files/Muzej_24_Minden-idok-focija_kiallitas_PKG_1947_0169.jpg
- [15] https://oszk.hu/sites/default/files/Muzej_24_Minden-idok-focija_kiallitas_PKG_1926_0318.jpg
- [16] <https://varkertbazar.hu/az-egeszsseges-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://egeszssegesnemzet.hu/>
- [21] <https://varkertbazar.hu/galeriak/varkert-bazar>
- [22] <https://oszk.hu/category/foszotar-es-pozicionalo/hirek>
- [23] <https://oszk.hu/category/foszotar-es-pozicionalo/hirek-cimlapon>
- [24] <https://oszk.hu/category/foszotar-es-pozicionalo/rendezvenyek>