



BÉRES ALEXANDRA

RADVÁNYI DOROTTYA

BARABÁS ÉVA

JAKSITY KATA

SZILY NÓRA

KATUS ATTILA

TÁMOGATOTT INTÉZMÉNY: TORMAY KÁROLY EGÉSZSÉGÜGYI KÖZPONT
ADOMÁNYCÉL: A JÁRÓBETEG SZAKELLÁTÁS ESZKÖZPARKJÁNAK KOMPLEX MODERNIZÁCIÓJA

Csatlakozzon az Egészségsétához! Indulás 9 órakor a Tormay Károly Egészségügyi Központ piac felőli bejáratától, a TamTam Duó kíséretében. Az Egészségséta résztvevői dupla, 600 forint értékű részvételi ponttal járulnak hozzá az adomány gyarapításához.

SZÍNPADI PROGRAM

A nap házigazdája: **Barabás Éva**

- 09:15 A MATE-GEAC kardívás bemutatója
- 09:35 Köszöntőbeszéd
- 09:45 Sztárfellépő: Szabó Ádám
- 11:15 Színpadi beszélgetés – Jaksity Kata és Szily Nóra
- 12:30 A Gödöllő Táncegyüttes előadása
- 14:15 Torna Katus Attilával
- 17:00 A Salsa Mojito Tánciskola Zumba bemutatója
- 17:30 Adományátadás

AGORA ELŐADÓSÁTOR

A beszélgetéseket vezeti: **Radványi Dorottya**

- 10:45 Bemutatkozik a Tormay Károly Egészségügyi Központ
- 11:15 Férfiasság és szívügyek
- 12:00 A bőr és a körmök gombás fertőzései
- 12:30 Csontritkulás – megelőzés és kezelés
- 13:00 Ép lélekkel ép test
- 13:30 **Nem tüntem el** – filmvetítés és nyereményjáték
- 14:40 Varázslatos gondolatok – a memória csodálatos világa
- 15:10 Női egészség – nőgyógyászati beszélgetés
- 15:40 Kérdezze gyógyszerészét!
- 16:10 Richter Főnix Közösség - premiervetítés

RICHTER A NŐKÉRT SÁTOR

- 11:30 Szily Nóra: Beszélgetés a Richter Anna díjas Sc'Up projekt csapatával
- 12:15 Jaksity Kata: Hogyan őrizd meg a lelki egyensúlyodat?
- 13:00 Barabás Éva, Jaksity Kata, Szily Nóra: Mentális egészség a mindennapok forgatagában
- 13:45 Béres Alexandra: Az egészséges életvitelhez vezető utunk és elakadásaink
- 15:00 Szily Nóra: Változás, változtatás GPS-e: mit tegyünk, hogy tudjunk alkalmazkodni az élet változásaihoz?
- 15:45 Béres Alexandra: Testképünk, mozgásigényünk, jóllétünk kapcsolata és változásai a különböző női életszakaszokban
- 16:30 Kerekasztal-beszélgetés Jaksity Katával

A programokon való részvétel ingyenes.

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják.