MÁRCIUSI PROGRAMJAINK – CSOKONAI RENDEZVÉNYHÁZ

**A Senior TudásTér előadássorozatunk márciusban folytatódik!**

A tavaly tavasszal elindított előadássorozatunk azzal a céllal jött létre, hogy naprakész információkkal és tanácsokkal tudjunk szolgálni az idősebb korosztály számára a testi és lelki egészségük megőrzésének, javításának témájában.

Idén visszatérő és új előadókkal készülünk, folytatva a hagyományt, így szó lesz a leggyakoribb időskori betegségekről a prevenció jegyében, a szerepeink megéléséről időskorban, a mentális fittség fenntartásának és fejlesztésének gyakorlatairól és a rendszeres testmozgás jótékony hatásairól.

Az előadásainkra természetesen szeretettel várjuk az egészségügyi dolgozókat, szakembereket és bárkit, aki érdeklődik a téma iránt, legyen szó önmagáról, a családjáról vagy a környezetéről.

**Az előadásokon való részvétel ingyenes, azonban előzetes regisztrációt kérünk**, hogy nyomon tudjuk követni a várható létszámot.

**Regisztráció:** rendezvenyhaz@csokonai15.hu, +36 1 307 6191

**Helyszín:** Csokonai Rendezvényház (1153 Budapest, Eötvös utca 64-66.)

**Előadásaink:**

**2025. március 11. kedd 10 óra** - Tóth Sára, mozgás- és táncterapeuta

Életvidám aktivitás együtt!

**2025. április 8. kedd 10 óra** – Balla Tünde (Aziza), orientálistánc előadó, rekreációs sportoktató

Női szerepeink megélése idős korban

**2025. május 13. kedd 10 óra** – Niedermüller Péter, gyógy- és sportmasszőr

Mozgás és egészség – út az időskori jólléthez

**2025. június 10. kedd 10 óra** - Dr. Menyhárt Miklós, főorvos

Megoldások és tippek időskorban - a leggyakoribb időskori betegségek

További információ: rendezvenyhaz@csokonai15.hu, +36 1 307 6191

**A Beatlestől a Pink Floydig – Gimesy Péter 5 részes rocktörténeti előadás sorozata**

Gimesy Péter művészettörténész, filozófus öt részes rocktörténeti előadás sorozata folytatódik. Ezúttal a rocktörténet egyik legjelentősebb debütáló albuma kerül sorra ismét az 1967-es évből. Jimi Hendrix első lemezén több műfaj alapjait rakta le. Az előadás során ismertetem az Are You Experienced című lemezt, valamint Hendrix rövid és rendkívül nagy hatású karrierjét és legfontosabb fordulópontjait. A dalok közül többet is meghallgatunk, videó betéttel kísérve.

**Az előadás dátuma:** 2025. március 19. szerda, 18.30 – 20.00

**További alkalmak:** április 16. szerda, május 7. szerda, szeptember 10. szerda

**Helyszín:** Csokonai Rendezvényház

Jegyár: 1200 Ft/alkalom

Online bérlet- és jegyvásárlás: <https://www.jegy.hu/program/a-beatlestol-a-pink-floydig-2-172898>

További információ: rendezvenyhaz@csokonai15.hu, +36 1 307 6191

**Magyar népmesék szaxofonnal – Tóth Viktor szaxofonművész interaktív előadása**

A többszörösen az Év Jazz Zenésze díjjal kitüntetett Tóth Viktor gyermekeknek és felnőtteknek egyaránt szóló előadása. A különleges mozielőadáson a hangszerbemutató és beszélgetés után a szaxofonos a mindenki számára ismert magyar népmesék rajzfilmjeire improvizál, hangszere hangjával narrálja a történetet, imitálja az állathangokat, és a zene szárnyán repíti hallgatóságát, miközben mosolyt csal kicsik és nagyok arcára.

**Következő alkalom:** 2025. március 8. szombat 10.00-11.00

**További alkalmak:** április 12., május 10.

**Helyszín:** Csokonai Rendezvényház

**Jegyár:** gyermekjegy: 3000 Ft, kísérőjegy: 1500 Ft

Online jegyvásárlás: https://www.jegy.hu/program/magyar-nepmesek-szaxofonnal-172377/1249925
További információ: rendezvenyhaz@csokonai15.hu, +36 1 307 6191

**Tavaszváró akusztikus koncert a Kávézóban**

A Klisé egy magyar indie-alternatív-pop-rock zenekar, amely érzelemgazdag szövegeiről és fülbemászó dallamairól ismert. Zenéjükben a modern pop könnyedsége keveredik nosztalgikus hangulatokkal, miközben dalaik a szerelem, a veszteség és az önfelfedezés témáit járják körül.

A zenekart Molnár Aliz (ének) és Bagi Bálint (gitár) alapította 2022-ben. Azóta a „Szétestem” című dalukat a Petőfi Rádió is játszotta, valamint bekerültek A DAL 2024 legjobb 60 előadója közé. Emellett szerepeltek a Petőfi Rádió „Hajrá Magyarok! Stúdiókoncertek Mák Katával” című műsorában is.

A koncert az NKA Hangfoglaló Program támogatásával valósulhat meg.

**A koncert időpontja:** 2025. március 28. péntek 19 óra

**Helyszín:** Csokonai Rendezvényház (1153 Budapest, Eötvös utca 64-66.)

**Jegyár:** 1500 Ft

Jegyvásárlás elővételben és a koncert napján a helyszínen lehetséges.

További információk: rendezvenyhaz@csokonai15.hu ; +36 1 307 6191