



Természetes otthon

Ingyenes képzések kismamáknak,
kisgyermekes szülőknek

az EKMK Március 15. úti Könyvtárában

IV. Modul: Mosószeres, mosogatószeres, tisztítószeres készítése
2015. február 7-én és 8-án; 9-12 és 14-17 óráig

- A természetes otthon kialakítása, ötletek, tanácsok
- Környezetvédelem
- Tisztítószeres készítése házilag, a kisbaba védelme

**V. Modul: Környezettudatos életvitel, egészséges életmód,
az egészséges főzés alapjai**

2015. február 3-án, 10-én, 24-én és március 3-án 17-20 óráig

2015. április 14-én, 21-én, 28-án és május 5-én 17-20 óráig

- Egészséges életmód szemlélet kialakítása a családban
- Egészséges ételek kisgyermekeknek
- Az egészséges főzés alapjai

Jelentkezés, érdeklődés: Balássi Anett, 88/429-111

A program a KDOP-3.1.1/D2-13-k2-2013-0002

„Szociális városrehabilitáció Veszprémben”
elnevezésű, az Európai Unió támogatásával
megvalósuló pályázat részét képezi.

A programot az akcióterületen élőknek ajánljuk.


VESZPRÉM
VÁROSI MŰVELŐDÉSI KÖZPONT

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Regionális
Fejlesztési Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



TERMÉSZETGYÓGYÁSZAT MÁS SZEMMEL

*Természetgyógyászati képzés Horváth Zoltán,
természetgyógyász vezetésével*

A LONG C'UAN TAO KUNG FU SCHOOL programja

Január 5., 12., 19., 26. (hétfő) 16.00

Február 2., 9., 16., 23. (hétfő) 16.00

Március 2., 9., 16., 23. (hétfő) 16.00

Április 6., 13., 20., 27. (hétfő) 16.00

Május 4., 11. (hétfő) 16.00

HELYSZÍN: Veszprém, Diósy Márton u. 2/E

**A foglalkozásokra Horváth Zoltánnál
(30/268-8606) jelentkezhetnek.**

Érdeklődni lehet Ambrus Anettnél a
88/429-111-es telefonszámon, illetve
az ambrusanett@veszpremmvk.hu
e-mail címen.

A részvétel díjtalan!

A program a KDOP-3.1.1/D2-13-
k2-2013-0002 „Szociális város-
rehabilitáció Veszprémben”
elnevezésű, az Európai Unió
támogatásával megvalósuló
pályázat részét képezi.

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁGI
KORMÁNY

Európai Unió
Európai Regionális
Fejlesztési Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

VESZPRÉM Városi Művelődési Központ



ÉLETVÉZETÉSI ÉS TANULÁSMÓDSZERTANI FOGLALKOZÁSOK FIATALOKNAK

Gyakorlati jellegű programsorozat középiskolások számára

IDŐPONTOK:

JANUÁR 20., FEBRUÁR 17., MÁRCIUS 24., ÁPRILIS 21. ÉS MÁJUS 19. (KEDD) 16 óra

HELYSZÍN:

Jendrassik Venesz Középiskola és Szakiskola

A programsorozat során a következő témákkal foglalkoznak:

- önismeret,
- személyiségtípusok,
- egyénre szabott tanulási szokások, tanulástréning, (erősségek, gyenge pontok, lehetőségek és veszélyek feltérképezése)
- napirend, időbeosztás, önszervezés,
- kommunikáció,
- testi és lelki egészség kialakítása, megőrzése, (a mozgás és a táplálkozás fontossága, függőségek és veszélyeik, a pihenés, relaxáció jelentősége)
- mozgásterápia tanulási nehézségek és tanulási blokkok oldására

Érdeklődni Ambrus Anettnél lehet a 88/429-111-es telefonszámon
illetve az ambrusanett@vmkveszprem.hu e-mail címen.

A programok szervezője a Városi Művelődési Központ

A részvétel díjtanlan!

A program a KDOP-3.1.1/D2-13-k2-2013-0002
„Szociális városrehabilitáció Veszprémben”
elnevezésű, az Európai Unió támogatásával
megvalósuló pályázat részét képezi.

SZÉCHENYI 2020



Európai Unió
Európai Regionális
Fejlesztési Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE