

KURZUSLISTA

a 2018/19-es tanév II. félévére

Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája, 16. félév

Kedves Hallgatóink! Kedves Leendő Hallgatóink! Kedves Érdeklődők!

A továbbiakban a 2018/19-es tanév II. félévére, a Milton Friedman Egyetemen hirdetett szenior tanfolyami listát olvashatja.

A kurzusokra 2019. február 1-től lehet jelentkezni az Egyetem pénztárában, a pénztár nyitva tartási idejében.

Jelentkezni a Jelentkezési lappal lehet, amelyet letölthet honlapunkról, illetve átvehet a portán, a Folyamatos Tanulás Projektközpont ajtaja előtt és a pénztárban is. A kitöltött Jelentkezési lapot kell átadni a pénztárosnak, s nála kell befizetni a tandíjat.

A tandíjas tanfolyamainkra két módon lehet jelentkezni:

1. Egyedi jelentkezés – ára: 10000 forint (a befizetés után nincs más teendője, mint a tanfolyam első alkalmára elmegy)
2. Szenior Kártya - ára 15.000 forint (ezzel négy tanfolyamra jelentkezhet, amelyeket a Jelentkezési lapon kell megjelölnie. A befizetés után nincs más teendője, mint a 4 tanfolyam első alkalmaira elmegy).

Az ingyenes tanfolyamainkat a tematikában külön feltüntetjük!

A kurzusok tantermei a portán lévő kijelzőn szerepelnek majd.

A tanfolyamok további részleteiről kérjük érdeklődjön Dr. Jászberényi Józsefnél (email: jaszberenyij@gmail.com), illetve a Folyamatos Tanulás Központban (B32-es terem, minden hétköznapi délelőtt 12 óráig).

A képzések Facebook-csoportjának címe:

<https://www.facebook.com/groups/1865374547078367/?ref=bookmarks>

TANULNI SOHASEM KÉSŐ !!!!

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

2018/19-es tanév II. félév, Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája, 16. félév

Kurzusok:

001 – Családfakutatás (Dr. Tóth Eszter Zsófia)

<p style="text-align: center;">MILTON FRIEDMAN EGYETEM NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév</p>
Tanfolyam címe: Családfakutatás
Tandíjas-e a tanfolyam: igen
Képzés száma: lásd a tematika felett
Képzés oktatója: dr. Tóth Eszter Zsófia
Minimális létszám:
Tematika: <ol style="list-style-type: none">1. genealógiai források a magyarországi református egyházi levéltárakban2. genealógiai források a magyarországi evangélikus egyházi levéltárakban3. mikrofilmen kereshető anyakönyve4. genealógiai kutatások a Hadtörténeti Levéltárban5. genealógiai kutatások a megyei levéltárakban és a települések iratanyagában6. a családi fondok7. családfakutatás az interneten: szoftverek8. művészek családfái- Czeizel Endre könyvei
Terem: lásd a portán a kijelzőn
Időpontok: 2019.03.20., 2019.03.27., 2019.04.03., 2019.04.10. minden alkalom délelőtt 10 órakor

kezdődik.

Egyéb

MILTON FRIEDMAN EGYETEM
NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA
XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe:A Közel-Kelet biztonsági helyzete

Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: Dr. Kis-Benedek József c. egyetemi tanár

Minimális létszám:

Tematika:

- 1. A közel-keleti térség általános jellemzői az „Arab tavasz”t követően**
- 2. A szír válság regionális és helyi dinamikája**
- 3. Globális és regionális érdekek összecsapása Szíriában**
- 4. Az arab-izraeli konfliktus helyzete**
- 5. Irán-Szaúd-Arábia és az Egyesült Államok viszonya**
- 6. Katonai biztonság a Közel-Keleten**
- 7. A dzsihadizmus helyzete a Közel-Keleten**

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

- 1. 2019. március 27., szerda 10:00-11:30. 1 téma**
- 2. 2019. április 3., szerda 10:00-11:30. 2 téma**
- 3. 2019. április 10., szerda 10:00-11:30. 3 téma**
- 4. 2019. április 17., szerda 10:00-11:30. 4 téma**

5. 2019. április 24., szerda 10:00-11.30. 5 téma

6. 2019. május 8.,szerda 10:00.11.30. 6 téma

7. 2019. május 15., szerda 10:00-11-30. 7 téma

Egyéb:

003 – Olasz kezdő, újrakezdő

MILTON FRIEDMAN EGYETEM
NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA
XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: Olasz kezdő-újrakezdő

Tandíjas-e a tanfolyam: igen

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: Dr. Pollmann Teréz

Minimális létszám: 7 fő

Tematika:

- 1. Bemutakozás, essere - avere ige**
- 2. Olasz ételek, egyes szám – többes szám**
- 3. Mindennapi élet – 1. igeragozás**
- 4. Mindennapi élet – 2. igeragozás**
- 5. Mindennapi élet – 3. igeragozás**
- 6. Leírás, bemutatás – melléknév-egyeztetés**
- 7. Ismétlés, gyakorlás**

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

- 1. 2019. március 19., kedd, 10:00-11:30**
- 2. 2019. március 26., kedd, 10:00-11:30**
- 3. 2019. április 2., kedd, 10:00-11:30**
- 4. 2019. április 9., kedd, 10:00-11:30**
- 5. 2019. április 16., kedd, 10:00-11:30**

6. 2019. április 30., kedd, 10:00-11:30

7. 2019. május 7., kedd, 10:00-11:30

Egyéb: Tankönyvünk a Progetto italiano 1. (vagy 1/A). Előnyös, de nem feltétlen szükséges a megvásárlása.

MILTON FRIEDMAN EGYETEM

NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: Célkeresztben – biztonságos számítógép-használat

Tandíjas-e a tanfolyam:

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: dr. Nagy Gábor

Minimális létszám: 10

Tematika:

1. Mit akarnak a támadók? Mi a hajtóerő, és melyek a fő célpontok. Kis viktimológia, azaz az áldozatokból is okulhatunk.

2, Rosszindulatú programok, tartalmak (malware). Sérülékenységek, támadók és támadások.

2. Kis vírustörténelem: támadók, célpontok és már ismert technikák. Az ismerős támadások kivédhetők, az ismeretlenek jó része szintén. A védelmek eszközei és korlátai.

3. Könnyű átverni a felkészületlen felhasználót. Hackerek, crackerek, víruskészítők, spammerek, adathalászok, szochekkerek, csalók és csalások.

5. A megelőzés és védelem (ingyenes és fizetős) eszközei. Biztonsági szoftverek. A biztonságos(abb) böngészés eszközei és a védelmek.

6. Felhasználó azonosítás: amid van, amit tudsz, ami vagy. Jelszavas védelmek, (biztonságosabb) jelszavak, titkosítás, digitális aláírás.

7. Biztonsági mentések és helyreállítás ingyenes eszközökkel. Mentés a felhőbe, hálózati számítógépre, vagy helyi tárolóinkba.

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

1. 2019. március 20., szerda, 16:00-18:00

2. 2019. március 27., szerda, 16:00-18:00

3. 2019. április 3., szerda, 16:00-18:00

4. 2019. április 10., szerda, 16:00-18:00

5. 2019. április 17., szerda, 16:00-18:00

6. 2019. április 24., szerda, 16:00-18:00

7. 2019. május 8., szerda, 16:00-18:00

Egyéb:

MILTON FRIEDMAN EGYETEM

NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: Self-publishing – e-könyvek készítése és szerkesztése

Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: dr. Nagy Gábor

Minimális létszám: 6

Tematika:

- 1. Mi is az e-könyv? Az e-book-ok kialakulása és története. E-book formátumok, olvasás pecén, táblagépen és okostelefonon. E-book-olvasók és ekönyveket is kínáló könyvtárak, kiadók és áruházak.**
- 2. Egy saját könyv megtervezése, nyomdászati alapfogalmak. Egy könyv (papír és e-könyv elemei és előállítás). A könyv belső részei, papírméret, impresszum, kolofon... stb. A könyvkészítés résztvevői a szerzőn túl.**
- 3. Szövegbevitel és szövegformázáskeresői: program-, szöveg- és kiadványszerkesztők, e-könyv készítő.**
- 4. Képi és egyéb elemek a szövegben. PDF készítés, beágyazott képek. Szövegformázás, oldalkialakítás, keresztthivatkozások, hiperlinkek, tartalomjegyzék, irodalomjegyzék és egyéb jegyzékek.**
- 5. A Calibre program bemutatása. E-bookok készítése és szerkesztése, kezelése. Saját sablonok használata e-könyvek szerkesztéséhez.**
- 6. Az e-könyv kéziratok ellenőrzése, szintaxisvizsgálat, nyelvi ellenőrzések. Mi kell a kiadóknak is eladható e-könyvekhez?**
- 7. Terjeszhető e-könyvek létrehozása, szerkesztése és menedzselése. Ingyenes és fizetős e-book készítő és kezelő programok. Sigil, Kotobee stb.**

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

2019. március 21. csütörtök, 17:00-18:30

2019. március 28. csütörtök, 17:00-18:30

2019. április 4. csütörtök, 17:00-18:30

2019. április 11. csütörtök, 17:00-18:30

2019. április 18. csütörtök, 17:00-18:30

2019. április 25. csütörtök, 17:00-18:30

2019. május 2. csütörtök, 17:00-18:30

Egyéb:

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

006 – Olasz 3. (Kalpagos-Szabó Ágnes)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM
NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA
XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: *Turista olasz 3.*

Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: Kalpagos Szabó Ágnes

Minimális létszám:

Tematika:

- 1. Rendelés étteremben-feltételes mód, abszolút felsőfok**
- 2. Összevont prepozíciók**
- 3. Internet használat-gyakorlás**
- 4. Mobiltelefon használat, vásárlás-időhatározók, kötőszavak**
- 5. Postán, bankban-birtokviszony**
- 6. Csomagküldés-közelmúlt**
- 7. Gyakorlás, játék, szöveghallgatás**

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

- 1. 2019. március 20., szerda, 13:00-14:30**
- 2. 2019. március 27., szerda, 13:00-14:30**
- 3. 2019. április 3., szerda, 13:00-14:30**
- 4. 2019. április 10., szerda, 13:00-14:30**
- 5. 2019. március 17., szerda, 13:00-14:30**

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

6. 2019. április 24., szerda, 13:00-14:30

7. 2019. május 8., szerda, 13:00-14:30

Egyéb:

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

007 – La dolce lingua (Olasz nyelv és kultúra kezdőknek 4.)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM
NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA
XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: *La dolce lingua – olasz nyelv és kultúra kezdőknek 4.*

Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: Kalpagos Szabó Ágnes

Minimális létszám:

Tematika:

1. Teszt a 0-2 leckék anyagából, új szöveg feldolgozása
2. Összevont prepozíciók
3. Gyakorlás, szöveghallgatás
4. Térbeli tájékozódás
5. Gyakorlás, szöveghallgatás
6. Birtokviszony kifejezése
7. *Gyakorlás, játék, szöveghallgatás*

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

1. 2019. március 20., szerda, 11:00-12:30
2. 2019. március 27., szerda, 11:00-12:30
3. 2019. április 3., szerda, 11:00-12:30
4. 2019. április 10., szerda, 11:00-12:30
5. 2019. március 17., szerda, 11:00-12:30

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

6. 2019. április 24., szerda, 11:00-12:30

7. 2019. május 8., szerda, 11:00-12:30

Egyéb:

<p style="text-align: center;">MILTON FRIEDMAN EGYETEM NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév</p>
<p>Tanfolyam címe: Bevezetés a médiakultúra világába.</p>
<p>Tandíjas-e a tanfolyam: Igen</p>
<p>Képzés száma: lásd a tematika felett</p>
<p>Képzés oktatója: Dr. Szak Andrea</p>
<p>Minimális létszám:</p>
<p>Tematika:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Bevezetés a tömegkommunikáció, a médiakultúra világába.2. Hét tradíció a kommunikációelméletek területén.3. A kommunikáció általános-és elméleti modelljei.4. A közéleti kommunikáció alapvető szinterei, a politikai-és a tömegkommunikáció.5. A társadalmi rétegződés szerinti befogadó magatartás értelmezése, vizsgálata.6. A hatás-és befogadás-elméletek.7. A hatás-és befogadás-elméletek elemzése gyakorlati példákon keresztül.
<p>Terem: lásd a portán a kijelzőn</p>
<p>Időpontok:</p> <ol style="list-style-type: none">1. 2019.03.18., hétfő, 13.30-15.002. 2019.03.25., hétfő, 13.30-15.003. ua. 15.00-16.304. 2019.04.01., hétfő, 13.30-15.005. ua. 15.00-16.30

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

6. 2019.04.08., hétfő, 13.30-15.00

7. ua. 15.00-16.30

Egyéb: Telefon: 30 6076710

E-mail: szak.andrea@freemail.hu

MILTON FRIEDMAN EGYETEM
NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: Lakberendezés alapjai

Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: Sváb Katalin belsőépítész

Minimális létszám: 8 fő

Tematika:

- 1. A lakáskultúra története a kezdetektől napjainkig. Épületek, bútorok, enteriőrök kialakulása és fejlődése.**
- 2. Mit jelent a lakás? Alap és változó tevékenységek összefoglalása. Helyiségcsoportok, térkapcsolatok ideális kialakítása, a lakástervezés szempontjai. Lakásfelújítás és dizájn.**
- 3. Térszervezési alapelvek. A lakás helyiségeinek vizsgálata lépésről lépésre. Funkció, méretezés, berendezési tárgyak és elhelyezésük. A tervezés menete gyakorlati példákon keresztül.**
- 4. Lakás ergonómia. Helyiségek és bútorok méretezése. A legnagyobbtól a legkisebb helyiségig.**
- 5. A színek élettani és lélektani hatásai.**
- 6. A térhatást módosító optikai eszközök. Akadálymentes környezet kialakítása.**
- 7. Lakberendezési stílusok és divat irányzatok. Kompozíciós alapelvek, dekorációs eszközök.**

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

- 1. 2019. március 19. kedd 14:00-15:35**
- 2. 2019. március 26. kedd 14:00-15:35**

3. 2019. április 2. kedd 14:00-15:35

4. 2019. április 9. kedd 14:00-15:35

5. 2019. április 16. kedd 14:00-15:35

6. 2019. április 23. kedd 14:00-15:35

7. 2019. április 30. kedd 14:00-15:35

Egyéb: Az előadásokra érdemes időben jelentkezni, mert ha nincs meg a létszám március 10-ig, a tanfolyam nem indul el.

MILTON FRIEDMAN EGYETEM
NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: Lakberendezés haladó

Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: Sváb Katalin belsőépítész

Minimális létszám: 6 fő

Tematika:

1. 1. Egy tervezési feladat bemutatásával kezdjük a szemesztert. A tervezési folyamat menete hogyan alakul a kiviteli tervekig. Egyénenként kiválasztjuk a tervezési feladatot. Választható a tanár által felajánlott, vagy saját tervezési téma.

2.-7. A következő órákon kezdő tanfolyam ismereteit felhasználva és kibővítve egy tervezési folyamatot viszünk végig. A kiválasztott feladatokat kell megoldani, felméréstől a vázlattevé készítésén át a kiviteli tervekig. A feladatokat otthoni munkával kell elkészíteni, az órákon csak vázlatozás és korrektúrára van lehetőség.

A tervezés mellett bútorismeret, anyagismeret, világítás és gépészeti ismeretekről is szó lesz. Megismerjük a legújabb lakberendezési irányzatokat és dizájn fogalmát.

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

1. 2019. március 19. kedd 15:45-17:15

2. 2019. március 26. kedd 15:45-17:15

3. 2019. április 2. kedd 15:45-17:15

4. 2019. április 9. kedd 15:45-17:15

5. 2019. április 16. kedd 15:45-17:15

6. 2019. április 23. kedd 15:45-17:15

7. 2019. április 30. kedd 15:45-17:15

Egyéb: Az előadásokra érdemes időben jelentkezni, mert ha nincs meg a létszám március 10-ig, a tanfolyam nem indul el.

A4-es papír, ceruza, 2db háromszög vonalzó szükséges

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

011 – Gyógyító Jóga – a hét csakra harmonizálása (Máté Erika)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM

NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: Gyógyító jóga – A 7 csakra harmonizálása

Tandíjas-e a tanfolyam: Igen

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: Máté Erika

Minimális létszám: 10

Tematika:

Ebben a félévben jóga gyakorlatunkat testünk hét fő energiaközpontjára összpontosítva végezzük. Foglalkozásokként körbejárunk egy-egy csakrát először elméletben majd a gyakorlatok szintjén.

Testünk 7 fő energiaközpontján alulról fölfelé haladunk:

1. Gyökércsakra – eredet, biztonság, stabilitás
2. Szakrális vagy nemi csakra – fantázia, szexualitás, érzelmi biztonság
3. Köldökcsakra – hatalom, önérvényesítés, akaraterő
4. Szívcsakra – adás és elfogadás, együttérzés, feltétel nélküli szeretet
5. Torokcsakra – kreativitás, önkifejezés, kommunikáció
6. Homlokcsakra – intuíció, tisztánlátás, „belső mester”
7. Koronacsakra – magasabb tudatosság, egységélmény, tiszta lét

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

1. 2019. március 20., szerda, 10:00-12:00
2. 2019. március 27., szerda, 10:00-12:00

3. 2019. április 3., szerda, 10:00-12:00
4. 2019. április 10., szerda, 10:00-12:00
5. 2019. április 17., szerda, 10:00-12:00
6. 2019. április 24., szerda, 10:00-12:00
7. 2019. május 8., szerda, 10:00-12:00

Egyéb:

A félév különlegessége, hogy összekötjük a gyakorlatokat azokkal a csakrákkal, amelyekre hatással vannak.

A kurzus kezdők és haladók számára egyaránt ajánlott.

Eszközигény: jógamatrac vagy polifoam, és laza öltözék.

Kapcsolat: 70 4 336 909, materika8@gmail.com

012 – Az életerő növelése csikung gyakorlatokkal (Máté Erika)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM

NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: Az életerő növelése csikung gyakorlatokkal

Tandíjas-e a tanfolyam: Igen

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: Máté Erika

Minimális létszám: 10 fő

Maximális létszám: 20 fő

Tematika:

A csikung szó (chi kung, qigong) két karakter fonetikus átírása.



CSI



KUNG

A CSI levegőt, életerőt, életenergiát jelent.

A KUNG jelentése: munka, tartós művelés, fejlesztés.

A CSIKUNG - 氣功 - tehát nem más, mint az életenergia művelésének és az egészség megtartásának művészete.

A gyógyító csikung a hagyományos kínai gyógyászat egyik ága, melyet kifejezetten az egészség megőrzése és helyreállítása érdekében, és az idő előrehaladtával egyre csökkenő életerő (csi) visszapótlására fejlesztettek ki. Ez az ősi módszer egyesíti a testmozgást, a légzéstechnikát, a mentális koncentrációt és a képzelet teremtő erejét a testi-lelki-szellemi egyensúly megtalálásának érdekében. Az egészség feltétele ugyanis a testünk energiacsatornáiban akadálytalanul áramló életenergia.

A 10 alkalom során egy csodálatosan hatékony gyakorlatsort sajátítunk el. Először az

ízületeket mozgatjuk át alulról felfelé haladva (boka, térd, csípő, ujjak, csukló, könyök, váll, nyak). Ezután az óra gerincét adó, mintegy 20 természeti képet megjelenítő gyakorlat következik, végül a Tan-tien nevű alhasi erőközpontban összegyűjtjük az energiát.

A csikung mozdulatok egyszerűek. lágyak, természeteseek, mégis képesek átmozgatni a test minden porcikáját és biztosítani az életerő szabad áramlását benne. Ha pedig az életerő, azaz a *csi* szabadon áramlik, akkor az egyensúlytalanságok és betegségek eltávoznak testünkből.

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

1. 2019. március 18., hétfő, 9:15-10:15
2. 2019. március 25., hétfő, 9:15-10:15
3. 2019. április 1., hétfő, 9:15-10:15
4. 2019. április 8., hétfő, 9:15-10:15
5. 2019. április 15., hétfő, 9:15-10:15
6. 2019. április 29., hétfő, 9:15-10:15
7. 2019. május 6., hétfő, 9:15-10:15
8. 2019. május 13., hétfő, 9:15-10:15
9. 2019. május 20., hétfő, 9:15-10:15
10. 2019. május 27., hétfő, 9:15-10:15

Egyéb:

A gyakorlatokat alapvetően állva végezzük, de – igény esetén – egy részük széken ülve is végezhető.

A tanfolyamnak kényelmes, laza öltözéken és cipőn kívül egyéb eszközigénye nincs.

Kapcsolat: 70 4 336 909, materika8@gmail.com

MILTON FRIEDMAN EGYETEM

NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: Arctorna és szemjóga

Tandíjas-e a tanfolyam: Igen

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: Máté Erika

Minimális létszám: 10 fő

Tematika:

Szemjóga

A kurzus olyan terápiás joggyakorlatokkal ismerteti meg bennünket, amelyek segítik a szemizmokban fellépő működési rendellenességekből fakadó különféle szembetegségek enyhítését.

Arctorna

Az arc területén több mint 50 izom található. Az arctorna ezen – mimikai és rágóizmok – erősítő és lazító, nyújtó- és masszázstechnikáiból áll.

Segítségével

- megszüntethető az izomfeszültség eredetű **tenziós fejfájás**
- a fogkopást és egyéb egészségügyi problémákat is okozó **fogszorítás és fogcsikorgatás**
- enyhíthetők a **migrénes** fájdalmak
- a **nyak- és vállfájdalmak**
- korrigálhatók az olyan állkapocs-rendellenességekből adódó hibák, mint pl. a **mélyharapás**
- enyhíthetők a **stressz** okozta egészségügyi problémák (lévén igen hatékony módszer a stressz oldására is)
- javítható a **testtartás**

Kozmetikai vonatkozásai:

- természetes arcliftingként megemeli és teltebbé teszi az arcot

- serkenti az elasztin- és kollagén termelő sejtek működését
- kisimítja a ráncokat
- csökkenti a tokát
- az arc visszanyeri fiatalos kontúrját
- ragyogóvá teszi a bőrszínt
- javítja a fejbőr vérellátását, csökkenti a hajhullást

Az alkalmak két részből állnak:

- **a külső- és belső (fókuszváltásért felelős) szemizmokat megmozgató és ellazító szemjoga gyakorlatokból (kb. 15-20 perc)**
- **a mimikai és a rágóizmok erősítő-, lazító- és masszázstechnikáiból (kb. 40-45 perc)**

A szemjoga gyakorlatok állandóak, az arctorna-technikák változatosabbak, óráról órára más területre esik a hangsúly.

A **10 alkalom** lehetővé teszi, hogy olyan szinten elsajátítsuk az arctorna és szemjoga gyakorlatokat, hogy utána - a tartós eredmény érdekében - otthon is végezni tudjuk őket.

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

1. 2019. március 18., hétfő, 10:30-11:30
2. 2019. március 25., hétfő, 10:30-11:30
3. 2019. április 1., hétfő, 10:30-11:30
4. 2019. április 8., hétfő, 10:30-11:30
5. 2019. április 15., hétfő, 10:30-11:30
6. 2019. április 29., hétfő, 10:30-11:30
7. 2019. május 6., hétfő, 10:30-11:30
8. 2019. május 13., hétfő, 10:30-11:30
9. 2019. május 20., hétfő, 10:30-11:30
10. 2019. május 27., hétfő, 10:30-11:30

Egyéb:

Eszközigény: egy darab parafadugó, a 2. órától - az első órán ezt megbeszéljük!

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

Kapcsolat: 70 4 336 909, materika8@gmail.com

014 – Képességfejlesztés társasjátékkal (Huszka Éva)

<p>MILTON FRIEDMAN EGYETEM</p> <p>NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA</p> <p>XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév</p>
<p>Tanfolyam címe: Képességfejlesztés társasjátékkal</p>
<p>Tandíjas-e a tanfolyam: igen</p>
<p>Képzés száma: lásd a tematika felett</p>
<p>Képzés oktatója: Huszka Éva</p>
<p>Minimális létszám:6 fő</p>
<p>Tematika:</p> <ol style="list-style-type: none">1.Önismeret feltérképezése, fejlesztése, önbizalom erősítés2.Figyelem fejlesztés- felismerés, reagálás, gyorsaság3.Gondolkodás fejlesztése- megismerés, tanulás, ismeretek alkalmazása4.Logikus gondolkodás fejlesztése5. Együttműködés, empátia fejlesztése6.Kommunikáció fejlesztése7.A fejlődés felmérése – játék
<p>Terem: lásd a portán a kijelzőn</p>
<p>Időpontok:</p> <ol style="list-style-type: none">1. 2019. március 18. 15 óra2. 2019. április 1. 15 óra3. 2019. április 8. 15 óra4. 2019. április 29. 15 óra5. 2019. május 6. 15 óra

6. 2019. május 13.. 15 óra

7. 2019. május 27. 15 óra

Egyéb:

Olyan termet szeretnék kérni, mint a B/6, ahol a padok asztalokká alakíthatóak.

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

015 – Játszmák, sorsok, emberek (Kovács György)

<p style="text-align: center;">MILTON FRIEDMAN EGYETEM NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév</p>
Tanfolyam címe: Játszmák, sorsok, emberek
Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN
Képzés száma: lásd a tematika felett
Képzés oktatója: Kovács György
Minimális létszám: 5 fő
Tematika: <ol style="list-style-type: none">1. Játszmák, sorsok, emberek2. Elrontott párkapcsolatok3. Idős szülők, felnőtt gyerekek4. Magukra hagyott generációk5. Titkok, hazugságok, megbocsájtás6. Menekülés a félelmeink elől7. Szegény nők, szegény férfiak
Terem: lásd a portán a kijelzőn
Időpontok: <ol style="list-style-type: none">1. 2019. március 19. kedd 11.00-12.452. 2019. március 26. kedd 11.00-12.453. 2019. április 02. kedd 11.00-12.454. 2019. április 09. kedd 11.00-12.455. 2019. április 16. kedd 11.00-12.45

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

6. 2019. április 23. kedd 11.00-12.45

7. 2019. május 30. kedd 11.00-12.45

Egyéb:

<p style="text-align: center;">MILTON FRIEDMAN EGYETEM NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév</p>
Tanfolyam címe: Számolósdi Excellel
Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN
Képzés száma: lásd a tematika felett
Képzés oktatója: dr. Nagy Gábor
Minimális létszám: 6
Tematika: 1. Ismerkedés a számolótáblával: cellák. Tartományok, koordináták, munkalapok, adattípusok, függvények, cella- és tartományhivatkozások, alap-operátorok, képletek. 2. Egyszerűbb, mindennapi függvények, szintaxis, feltételes formázás, adatok rendezése, kereső függvények. 3. Szűrések (autoszűrés és irányított szűrés), panelrögzítés és feloldás, sorok-oszlopok elfedése és feloldása, adatbázis-függvények, kimutatások, diagramok használata. 4. Gyakoriság számítás, kamatos kamat, kamatláb átszámítás, fixtőkés és annuitásos szerkezetek. 5. Hitellefutások, célértékkeresés. 6. Projektek kezelése. 7. Adatérvényesítés és űrlapkészítés ActiveX vezérlőkkel – egy valutaátszámító űrlap segítségével.
Terem: lásd a portán a kijelzőn
Időpontok: 2019. március 18. hétfő, 14:00-15:30 2019. március 25. hétfő 14:00-15:30 2019. április 1. hétfő 14:00-15:30 2019. április 8. hétfő 14:00-15:30

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

2019. április 15. hétfő 14:00-15:30

2019. április 22. hétfő 14:00-15:30

2019. április 29. hétfő 14:00-15:30

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

017 – Angol kurzus középfeladónak (Tassy Sándor)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM

NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: Angol Kurzus Középfeladónak 2. rész

Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: Tassy Sándor

Minimális létszám:

Tematika:

**L.G Alexander: Preintermediate és Tassy Sándor: Vidám Angol Nyelvtan
Könyvsorozat alapján az eddigi tanfolyam folytatása.**

Minden érdeklődőt szeretettel várunk

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

**1. 2019 03. 20 szerda 14.00-15.30, és azt követő minden hétfő 14 órai kezdéssel
összesen 7 alkalommal**

018 – Színes festés, akvarell kezdő tanfolyam (Berta Szilvia)

ZSIGMOND KIRÁLY EGYETEM

NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: Színes festés (akvarell) kezdő tanfolyam

(Max 45 karakter – a tanfolyam linkje is ebből kerül generálásra.)

Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: Berta Szilvia

(Ez a főoldalon is megjelenítésre kerül.)

Minimális létszám: 20 fő

Tematika:

1. nap: Ismerkedés a színekkel: színek a hétköznapokban, színesztétika, színek és érzelmek, a színek jelentése, színkeverés vízfestéssel, az akvarell festés alapjai, ismerkedés az eszközökkel, festékekkel, színkeverés alkalmazása a gyakorlatban.

2. nap: Az első napon tanultak rögzítése, akvarell képek festése.

Terem: lásd a portán a kijelzón

Időpontok:

1. 2019. április 15., hétfő, 9:00-16:30

2. 2019. április 16., kedd, 9:00-16:30

Egyéb:

Előfeltétel: Jobb agyféltekés rajztanfolyam elvégzése

Maga a színkeverés bal agyféltekés tevékenység, azonban rajz tudásunkat és jobb agyféltekés látásmódunkat is felelevenítjük, hiszen szükségünk lesz rá a vázlat készítésnél.

A tanfolyam elsődleges célja, hogy megismerkedjünk a színekkel, a színkeveréssel, és a különböző eszközökkel, azok használatával. Kezdőknek szól, akik szeretnék tudatosan használni a színeket, és akik szeretnének belemélyedni az akvarell festés világába.

Alkotni jó, az önkifejezés, önkiteljesedés egy formája, annak fontos része. A művész mindenkiben ott lakozik, csak meg kell találni!

Az szükséges eszközök egy részét akár hipermarketekben is be lehet szerezni. Ezek alacsonyabb árfekvésű, kezdőknek, tanulóknak készült eszközök, de a technika kipróbálásához megfelelőek és így nem kell nagy összeget fordítani a beszerzésükre. Aki szeretne művész minőséget vásárolni, természetesen azt is lehet művészellátóban, de nem biztos, hogy érdemes, hiszen előfordulhat, hogy más technika lesz az, amivel majd a későbbiekben festeni szeretnénk. Ez a tanfolyam egy kaland lesz a színek világában, kicsit felidézve az iskolás éveket a gombos vízfesték készlettel.

Eszközигény:

- Papírtörő (ecset törléshez): 1 tekercs (vagy kis fehér frottír törölköző)
- Fültisztító pálcika 2-3 db
- Nagy műanyag pohár (pl. fél literes joghurtos/ kefir pohár) vagy befőttes üveg (ecset mosáshoz): 1 db
- Mosogatószivacs: 1 db
- Rajztábla
- Akvarell papír/ tömb (lehetőleg minimum 200g, legjobb a 300g érdes/ félérdes felületű): bármekkora méret jó, de mi A5-ös méretben fogunk festeni, ezért otthon előre össze kell vágni (nem baj, ha kicsit nagyobb lesz).
- 3H ceruza: 1 db
- Hegyező
- Radír
- Vízálló vékony hegyű fekete filctoll
- Vízfesték: 12 színt tartalmazó gombos vízfesték (pl. "Süni", hipermarketekben is beszerezhető)
- Fehér porcelán vagy műanyag tányér
- Ecsetek:
 - 1 db tanuló kör ecset készlet (4, 6, 10-es méretű ecsetekkel, hipermarketekben is beszerezhető)
 - 1 db természetes, kemény, vastag szálú ecset (disznószőr), aminek a végén enyhén szétállnak a szőrszálak (6-os vagy 8-as méret, hipermarketekben is beszerezhető)
 - 1 db tüecset (000 vagy 00 méret) - művészellátóban kapható (opcionális)
 - legyező ecset (opcionális)

019 – Jobb agyféltekés rajzolás (3 nap) (Berta Szilvia)

ZSIGMOND KIRÁLY EGYETEM

NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: Jobb agyféltekés rajzolás (3 nap)

Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: Berta Szilvia

Minimális létszám: 20 fő

Tematika:

1. nap: Rajzos gyakorlatok végzése, melynek célja a jobb agyfélteke aktivitásának élnkítése, és a bal agyféltekének a kizárása az alkotási folyamatból; ismerkedés a két dimenziós terekkel; tónusozási technikák (satírozás, maszatolás)

2. nap: Rajzos gyakorlatok végzése, melynek célja a jobb agyfélteke működésének további erősítése, a bal agyfélteke kismértékű bevonása az alkotási folyamatba és a két agyfélteke működésének összehangolása; további ismerkedés a két dimenziós terekkel; három dimenziós terek ábrázolása

3. nap: Vázlatolási technikák, rajztechnika, portré rajzolás

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

1. 2019. március 18., hétfő, 9:00-16:00

2. 2019. március 19., kedd, 9:00-16:00

3. 2019. március 20., szerda, 9:00-16:00

Egyéb:

Ez a tanfolyam az alapot adja meg a rajzoláshoz, az alkotás örömének az ízét, azt, amit gyermekkorunkban sokan felnőttek nem élhettünk át, mert valami miatt feladtuk, megrekedt a rajzkészségünk fejlődése, és maradtunk a pálcikaembernél. A tanfolyam

elvégzésével önbizalmunk is erősödik, mivel olyan dolgot sajátítunk el, amiről korábban azt gondoltuk (vagy erősen megkérdőjeleztük), hogy képesek vagyunk rá.

Gondosan összeválogatott rajzos gyakorlatok végzésével alakul ki az a látásmód, amire a realisztikus ábrázoláshoz szükség van. Először a türelmet, a részletek érzékelését, a kétdimenziós formák tökéletes látását tanulják meg a résztvevők, aztán jön a háromdimenziós terek érzékelése, a dombormű kinézetű rajzok készítése, az arcok részleteinek mind tökéletesebb felismerése, majd a portrérajzolás. A tanfolyam elvégzésével nem csak rajzkészségünk fejlődik, több más képességünk is erősödik, néhányat kiemelve: szem-kéz kontaktus, arány érzék, koordinációs képesség, megfigyelőképesség, koncentráció képesség, problémamegoldó képesség, türelem, kreativitás.

A gyakorlatok nem közvetlenül a rajzolásra irányulnak, hanem a jobb agyfélteke működésének serkentésére, a jobb és a bal agyfélteke működésének a kiegyenlítésére, összehangolására.

A jobb agyféltekénknek nincs időérzéke, képekben, mintákban gondolkodik, nem fordítja le gondolatainkat számokra, szavakra, mondatokra, ezért alkotás közben egy meditációhoz hasonló állapotba kerülünk, amikor elménk nem zakatol, hanem egy jóleső belső csendben rajzolunk.

A tanfolyamon megtapasztalt fejlődést és alkotást bárki hasznosíthatja más és más okból, legyen az stressz oldás, kikapcsolódás, sikerélmény, önbizalom építés vagy a rajzkészség fejlesztése.

Alkotni jó, az önkifejezés, önkiteljesedés egy formája, annak fontos része. A művész mindenkiben ott lakozik, csak meg kell találni!

Eszközigény:

- grafitceruzák: 1 db HB, 1 db 4B, 1 db 8B (lehetőleg KOH-I-NOOR márkájú)
- 20 db fénymásolópapír
- 5 db félfamentes rajzlap (lehetőleg érdesebb felületű)
- 1 db „elefántos” radír (lehetőleg KOH-I-NOOR márkájú)
- 1 db olyan radír, amelynek vékony éle van
- 1 db radírceruza (opcionális)
- 1 db hegyező
- gyurmaradír (lehetőleg KOH-I-NOOR márkájú)
- 10 db fültisztító pálcika
- 6 db papír zsebkendő
- rajztábla (opcionális)

020 – Válogatott fejezetek a sikeres idősödés történetéből (Dr. Boga Bálint)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév
Tanfolyam címe: Válogatott fejezetek a sikeres idősödés témaköréből
Tandíjas-e a tanfolyam: igen
Képzés száma: lásd a tematika felett
Képzés oktatója: dr. Boga Bálint
Minimális létszám: 10
Tematika: 1.-2. Aktív és sikeres idősödés. A testi és szellemi aktivitás módszerei. 3.-4. Az idős ember és családja. Harmónia és konfliktusok 5.-6. Az idős ember és a múltja. Az emlékezés pozitív szerepe a jelenben. 7.-8. Idősödés és esztétika. A művészet szerepe a harmonikus idősödésben.
Terem: lásd a portán a kijelzőn
Időpontok: <i>(2x45 perc interaktív részidővel, 15 perc szünettel)</i> 1.-2. 2019. április 03., szeda, 15:00-16:45 3.-4. 2019. április 17., szerda, 15:00-16:45 5.-6. 2019. május 02., csütörtök!, 15:00-16:45 7.-8. 2019. május 15., szerda, 15:00-16:45
Egyéb: <i>vetítési lehetőség pen-drive-ról. (Ha befolyásol esetleg más lényeges tanfolyamot, lehet más napokra áttenni megbeszélés alapján.)</i>

021 – Kreatív írás – személyesség és történetmondás (Hidas Judit)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM

NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: Kreatív írás – Személyesség és történetmondás

Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: Hidas Judit író, dramaturg, a Marie Claire állandó szerzője

Minimális létszám: 10 fő

Tematika: vannak asztalfiókban rejtegetett írásai? mindig szeretne volna a világ elé tárni az ötleteit, de nem volt hozzá bátorsága? ezen az órán lehetőség nyílik az eltemetett ambíciók megmutatására. Sosem késő belevágni! Az órára várunk mindenkit, aki blogot, novellát, regényt, tárcát szeretne írni. A kurzus gyakorlatorientált, meglévő és készülő saját írások alapján dolgozunk

- 1. mi kell egy jó történethez?**
- 2. a valóságból származó történetek hogyan alakulnak át fikcióvá**
- 3. eltávolodás a személyes történettől, az olvasó szemével látni**
- 4. hogyan ábrázoljunk anélkül, hogy didaktikusan megmondanánk a véleményünket?**
- 5. hogyan alkossunk érdekes karaktereket? I.**
- 6. hogyan alkossunk érdekes karaktereket? II.**
- 7. mitől lesz íze, szaga egy szövegnek?**

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

- 1. 2019. március 18., hétfő 10-11:30**
- 2. 2019. március 25., hétfő 10-11:30**
- 3. 2019. április 1., hétfő 10-11:30**
- 4. 2019. április 8., hétfő 10-11:30**

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

5. 2019. április 15., hétfő 10-11:30

6. 2019. április 22., hétfő 10-11:30

7. 2019. május 6., hétfő 10-11:30

Egyéb:

022 – Színházértés – értelmezés (Dr. Szűcs Katalin Ágnes)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM
NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA
XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: Színházértés, -értelmezés

Tandíjas-e a tanfolyam: Igen

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: Dr. Szűcs Katalin Ágnes

Minimális létszám: nincs

Tematika:

Sokszor nehéz megfogalmazni pontosan, hogy a látott színházi előadás miért tetszett vagy nem tetszett. A kurzus a látottak értelmezéséhez, elemzéséhez ad szempontokat, s a vélemények artikulálásához, formába öntéséhez, ütköztetéséhez támpontokat.

Felvételről vagy élőben közösen megnézett színházi előadásokat elemezve próbáljuk az élményt „feldolgozni”, esetenként ugyanarról a produkcióról szóló kritikákat összehasonlítva, s megvitatva az előadások kapcsán felvetődő társadalmi, művészeti kérdéseket is.

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

- 1. 2019. március 21., csütörtök, 10:00–11:30**
- 2. 2019. március 28., csütörtök, 10:00–11:30**
- 3. 2019. április 4., csütörtök, 10:00–11:30**
- 4. 2019. április 18., csütörtök, 10:00–11:30**
- 5. 2019. április 25., csütörtök, 10:00–11:30**
- 6. 2019. május 2., csütörtök, 10:00–11:30**

7. 2019. május 9., csütörtök, 10:00–11:30

Egyéb: Az időpont módosítására szükség esetén (óraütközés) van mód, közös megegyezéssel. Elérhetőség: szucs.katalin.agnes@gmail.com

MILTON FRIEDMAN EGYETEM

NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: Beszéd, érvelés, retorika

Tandíjas-e a tanfolyam: igen

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: Dr. Szűcs Katalin Ágnes

Minimális létszám: nincs

Tematika:

Már a beszéd szavunk is többértelmű, cselekvésre és „tárgyra” egyaránt utal. A címben szereplő három fogalom elválaszthatatlan egymástól – összefüggésüket vizsgáljuk a kurzuson, vitákat, beszédeket elemezve és generálva, érzelmi és értelmi hangsúlyt megkülönböztetve s a lámpaláz leküzdésének módjait keresve – többek közt.

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

- 1. 2019. március 21., csütörtök, 12:00–13:30**
- 2. 2019. március 28., csütörtök, 12:00–13:30**
- 3. 2019. április 4., csütörtök, 12:00–13:30**
- 4. 2019. április 18., csütörtök, 12:00–13:30**
- 5. 2019. április 25., csütörtök, 12:00–13:30**
- 6. 2019. május 2., csütörtök, 12:00–13:30**
- 7. 2019. május 9., csütörtök, 12:00–13:30**

Egyéb: Az időpont módosítására szükség esetén (óraütközés) van mód, közös megegyezéssel. Elérhetőség: szucs.katalin.agnes@gmail.com.

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

024 – Szólj, ki vagy, s elmondom (Dr. Szűcs Katalin Ágnes)

<p style="text-align: center;">MILTON FRIEDMAN EGYETEM NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév</p>
Tanfolyam címe: „Szólj, s ki vagy, elmondom”
Tandíjas-e a tanfolyam: igen
Képzés száma: lásd a tematika felett
Képzés oktatója: Dr. Szűcs Katalin Ágnes
Minimális létszám: nincs
Tematika: <p>Öltözködési stílus, gesztusok, beszédstílus sok mindent elárulnak az emberről, személyiségéről. A kurzus elsősorban ez utóbbival, a nyelvhasználat sajátosságaival, jellemzőivel foglalkozik, szókészletteni, jelentéstani, stilisztikai szempontból és nyelvhelyességi aspektusból vizsgálva irodalmi szövegeket és köznapi verbális megnyilvánulásokat.</p>
Terem: lásd a portán a kijelzőn
Időpontok: <ol style="list-style-type: none">1. 2019. március 19., kedd, 10:00–11:302. 2019. március 26., kedd, 10:00–11:303. 2019. április 2., kedd, 10:00–11:304. 2019. április 16., kedd, 10:00–11:305. 2019. április 23., kedd, 10:00–11:306. 2019. április 30., kedd, 10:00–11:307. 2019. május 7., kedd, 10:00–11:30
Egyéb: Az időpont módosítására szükség esetén (óraütközés) van mód, közös

megegyezéssel. Elérhetőség: szucs.katalin.agnes@gmail.com.

ZSIGMOND KIRÁLY EGYETEM

NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: AZ ISTENEK KÖZÖTTÜNK JÁRNAK – Görög Mitológia

Vetített képes előadásorozat a mitológia legszebb történeteiből 4000 év képzőművészeti ábrázolásával körítve

(Max 45 karakter – a tanfolyam linkje is ebből kerül generálásra.)

Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: BAKIRDZI KALLIOPÉ

Minimális létszám: 10 fő

Tematika:

- 1. Származás és magánélet: Zeusz zúrós szerelmi élete**
- 2. Származás és magánélet: A többi főisten**
- 3. Származás és magánélet: Kisebb istenségek**
- 4. Héroszok tettei: Perszeusz és Héraklész**
- 5. Héroszok tettei: Oidipusz, Thészeusz és Iászón**
- 6. Héroszok tettei: A trójai háború**
- 7. Héroszok tettei: Hazatérés Trójából, Odüsszeusz kalandjai**

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

- 1. 2019. március 20., szerda, 14:00-15:30**
- 2. 2019. március 27., szerda, 14:00-15:30**

3. 2019. április 3., szerda, 14:00-15:30

4. 2019. április 10., szerda, 14:00-15:30

5. 2019. április 17., szerda, 14:00-15:30

6. 2019. április 24., szerda, 14:00-15:30

7. 2019. május 8., szerda, 14:00-15:30

Egyéb:

Eszközigeny: **laptop, projektor, WIFI**

026 – Kék és fehér (görög országismeret) (Bakirdzi Kalliopé)

ZSIGMOND KIRÁLY EGYETEM

NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: KÉK ÉS FEHÉR - GÖRÖG ORSZÁGISMERET

Vetített képes előadásorozat tájképekkel, épületfotókkal, néprajzi felvételekkel és zenével illusztrálva egy magyarországi görög előadásában

(Max 45 karakter – a tanfolyam linkje is ebből kerül generálásra.)

Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: BAKIRDZI KALLIOPÉ

Minimális létszám: 10 fő

Tematika:

1. Tájegységek és híres látnivalók 1. - A szárazföld Trákiától Közép-Görögországig
2. Tájegységek és híres látnivalók 2. – Attika, Athén és Pelopponészosz
3. Tájegységek és híres látnivalók 3. - Égei és Jón tengeri szigetek
4. Görög konyha és táplálkozás az ókortól napjainkig - Mediterrán diéta és mai finomságok
5. A görög zene világa – Kezdetek, egyházi zene, népzene, rembetiko, műdalok, szerzők
6. Ünnepek, szokások - Nemzeti ünnepek, az ortodox húsvét és a karácsonyi ünnepkör, hiedelmek
7. Kommunikáció turistáknak - Görög nyelv és gesztikuláció; Mit mutogassunk és mit ne...

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

1. 2019. március 20., szerda, 12:00-13:30
2. 2019. március 27., szerda, 12:00-13:30

3. 2019. április 3., szerda, 12:00-13:30

4. 2019. április 10., szerda, 12:00-13:30

5. 2019. április 17., szerda, 12:00-13:30

6. 2019. április 24., szerda, 12:00-13:30

7. 2019. május 8., szerda, 12:00-13:30

Egyéb:

Eszközigeny: **laptop, projektor, WIFI**

MILTON FRIEDMAN EGYETEM

NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe:

Hogyan olvassunk híreket?

Tandíjas-e a tanfolyam:

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója:

Soós Eszter Petronella

Minimális létszám: 5

Tematika:

1. Kit olvassak, mit olvassak? Álhírek és kamuhírek: miben, kiben bízhatok?
2. Honnan tudhatom, mi fontos és mi nem fontos?
3. Ténnyel vagy véleménnyel van dolgom?
4. „Ne higgyünk a politikusoknak!” (Tényleg ne?)
5. Hogy gondolkodnak a politikusok, ha kommunikálnak? Fejtsük meg!
6. Hogy gondolkodnak a vállalatok, ha kommunikálnak? Fejtsük meg!
7. Összefoglalás, átbeszélés, kérdések

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

1. 2019. március 18. hétfő 13:00-14:30
2. 2019. március 25. hétfő 13:00-14:30
3. 2019. április 1. hétfő 13:00-14:30
4. 2019. április 8. hétfő 13:00-14:30

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

5. 2019. április 15. hétfő 13:00-14:30

6. 2019. április 29. hétfő 13:00-14:30

7. 2019. május 6. hétfő 13:00-14:30

Egyéb:

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

028 – Élő panoptikum? További barangolások Britanniában (Kerényi Péter)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM

NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: Élő panoptikum? További barangolások Britanniában

Tandíjas-e a tanfolyam: Igen

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: Kerényi Péter

Minimális létszám: 5

Tematika:

- 1. Egy ország ahol semmi sem ugyanolyan.**
- 2. London – földön, vízen, levegőben**
- 3. London – múzeumi barangolások**
- 4. Vajon Oxford vagy Cambridge? Egyetemi városok versengése.**
- 5. A Kerek Asztal lovagjai**
- 6. Az angol tóvidék**
- 7. Ha leszáll a köd a csatornára, Európa el van vágva” Egy ország jelene és jövője**

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

- 1. 2019. március 20. szerda 13.00-14.30**
- 2. 2019. március 27. szerda 13.00-14.30**
- 3. 2019. április 3. szerda 13.00-14.30**
- 4. 2019. április 10. szerda 13.00-14.30**
- 5. 2019. április 17. szerda 13.00-14.30**

6. 2019. április 24. szerda 13.00-14.30

7. 2019. május 8. szerda 13.00-14.30

Egyéb:

Élményekben gazdag országjárás- történetekkel, képpel és zenével

MILTON FRIEDMAN EGYETEM

NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe:

ANGOL ÖRÖMMEL, ÖNBIZALOMMAL - TÁRSALGÁS

Tandíjas-e a tanfolyam: Igen

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: Kerényi Péter

Minimális létszám: 5

Tematika:

1. Így kezdjük a folytatást
2. Beszéljünk arról, ami a szívünket nyomja
3. Hagyományos vagy újszerű – a mai Anglia
4. Angol nyelvi sajátosságok - dalokban elbeszélve
5. Ami az újságok címlapján van
6. Tudunk újat mondani!
7. Ne felejtés! Hogyan gyakoroljunk két szemeszter között

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

1. 2019 március 19. kedd 13.50 – 15.20
2. 2019 március 26 kedd 13.50 – 15.20
3. 2019. április 2 kedd 13.50 – 15.20
4. 2019 április 9 kedd 13.50 – 15.20

5.2019 április 16 kedd 13.50 – 15.20

6. 2019 április 23 kedd 13.50 – 15.20

7. 2019.április 30 kedd 13.50 – 15.20

Egyéb:

Társalgás szókincs gyűjtéssel, napi aktualitásokkal, továbbtanulás játékosan, a megszólalás biztonságának örömeivel, sok szöveggel és zenével egy kis angol kultúrával, érdekességek felfedezésével. Fejlődő beszédbiztonság, erősödő önbizalom. Ha kérdése van, emailben szívesen tájékoztatom. kerenyi.peter@gmail.com.

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

030 – Angol örömmel, önbizalommal – rutinos újrakezdőknek (Kerényi Péter)

<p style="text-align: center;">MILTON FRIEDMAN EGYETEM NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév</p>
Tanfolyam címe: Angol örömmel, önbizalommal , rutinos újrakezdőknek
Tandíjas-e a tanfolyam: Igen
Képzés száma: lásd a tematika felett
Képzés oktatója:Kerényi Péter
Minimális létszám:
Tematika: 1.Ami már megy csaknem magától 2.Csináld velünk, csináld jobban 3.Hétköznapi, ünnepnapok 4.Mindenütt jó, de legjobb 5.Unokáink is hallani fogák 6.Szórakozzunk együtt 7.Világjárás szavakkal és zenével
Terem: lásd a portán a kijelzőn
Időpontok: 1.2019 március 19. kedd 10.15-11.45 2.2019 március 26 kedd 10.15-11.45 3.2019. április 2 kedd 10.15-11.45 4.2019 április 9 kedd 10.15-11.45 5.2019 április 16 kedd 10.15-11.45

6. 2019 április 23 kedd 10.15-11.45

7. 2019.április 30 kedd 10.15-11.45

Egyéb:

Tanfolyam szókincs gyűjtéssel, a nyelv szerkezetének „fájdalommentes” megértésével, játékosan, a megszólalás örömeivel, sok szöveggel és zenével. Aki már tanult kicsit bátran csatlakozhat. Ha szemernyi kétsége van, e-mailben szívesen eloszlatom. kerenyi.peter@gmail.com.

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

031 – Angol örömmel, önbizalommal – előbbre lépőknek (Kerényi Péter)

<p style="text-align: center;">MILTON FRIEDMAN EGYETEM NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév</p>
Tanfolyam címe: Angol örömmel, önbizalommal -- előbbre lépőknek
Tandíjas-e a tanfolyam: Igen
Képzés száma: lásd a tematika felett
Képzés oktatója: Kerényi Péter
Minimális létszám:
Tematika: 1. Folytassa angolosa 2. Sok angol szóból ért a magyar 3. Az előbeszéd trükkjei 4. Ki, mit, mikor, hol, miért 5. Nyelvi utazás 6. Jövőről jelen időben 7. Ez tényleg ilyen egyszerű
Terem: lásd a portán a kijelzőn
Időpontok: 1. 2019 március 19. kedd 11.55 – 13. 25 2. 2019 március 26 kedd 11.55 – 13. 25 3. 2019. április 2 kedd 11.55 – 13. 25 4. 2019 április 9 kedd 11.55 – 13. 25 5. 2019 április 16 kedd 11.55 – 13. 25

6. 2019 április 23 kedd 11.55 – 13. 25

7. 2019.április 30 kedd 11.55 – 13. 25

Egyéb:

Tovább lépő tanfolyam szókincs gyűjtéssel, a nyelv szerkezetének „fájdalommentes” megértésével, játékosan, a megszólalás örömeivel, sok szöveggel és zenével. Ha további tájékozódásra van szüksége: kerenyi.peter@gmail.com.

032 – Amerikából jöttem (Kerényi Péter)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM

NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: AMERIKÁBÓL JÖTTEM: New Yorktól San Franciscóig 2.

Tandíjas-e a tanfolyam: Igen

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: Kerényi Péter

Minimális létszám: 5

Tematika:

- 1. New York, New York – a 30-as években és napjainkban**
- 2. New York – több mint Manhattan**
- 3. A zene városa New Orleans, a filmé Hollywood**
- 4. Barangolás a Nemzeti Parkokban**
- 5. Város a sivatagban – Las Vegas**
- 6. Négy állam határán – a Four Corners**
- 7. San Francisco utcáin**

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

- 1. 2019. március 20. szerda 14.35. -16.05**
- 2. 2019. március 27. szerda 14.35. -16.05**
- 3. 2019. április 3. szerda 14.35. -16.05**
- 4. 2019. április 10. szerda 14.35. -16.05**
- 5. 2019. április 17. szerda 14.35. -16.05**

6. 2019. április 24. szerda 14.35. -16.05

7. 2019. május 8. szerda 14.35. -16.05

Egyéb:

Élmények érdekességek, - előszóval, irodalommal, filmmel és zenével

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

033 – Szigetről-szigetre – Óceánon innen és túl (Kerényi Péter)

<p style="text-align: center;">MILTON FRIEDMAN EGYETEM NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév</p>
Tanfolyam címe: Szigetről – szigetre – óceánon innen és túl
Tandíjas-e a tanfolyam: igen
Képzés száma: lásd a tematika felett
Képzés oktatója: Kerényi Péter
Minimális létszám: 10
Tematika: 1. Utazás a Kréta körül 2. Rodosz lovagjai 3. Korfu – Sissi szigete 4. Santorini a fehér csoda 5. „Kicsi gyere velem Jamaicába” 6. Kuba 7. A Karib tenger gyöngyszemei (Virgin szigetek, St.Martin, Cayman szigetek)
Terem: lásd a portán a kijelzőn
Időpontok: 1. 2019. március 20. szerda 16.15 – 17.45 2. 2019. március 27. szerda 16.15 – 17.45 3. 2019. április 3. szerda 16.15 – 17.45 4. 2019. április 10. szerda 16.15 – 17.45 5. 2019. április 17. szerda 16.15 – 17.45

6. 2019. április 24. szerda 16.15 – 17.45

7. 2019. május 8. szerda 16.15 – 17.45

Egyéb: *Élvezetes utazás a szigetek világában zenével, filmmel, történetekkel*

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

034 – „és beszéld el fiadnak” – Tradíciók és Tabuk (Bódog Katalin)

<p style="text-align: center;">MILTON FRIEDMAN EGYETEM NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév</p>
Tanfolyam címe: „és beszéld el fiadnak” – Tradíciók és Tabuk
Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN
Képzés száma: lásd a tematika felett
Képzés oktatója: Bódog Katalin
Minimális létszám: 10 fő
Tematika: <ol style="list-style-type: none">1. A tradíciók szerepe – a tabuk szerepe2. Történelmi áttekintés és összevetés3. Társadalmi áttekintés és összevetés4. Tradíciók és tabuk a családokban – az egyén életében5. Új és újra teremtett tradíciók és tabuk6. Tradíciók nélküli társadalmak – avagy a „nagy olvasztótégely”7. Fiatal társadalmak – régi tradíciók és tabuk
Terem: lásd a portán a kijelzőn
Időpontok: <ol style="list-style-type: none">1. 2019. március 20. szerda 14:30-16:002. 2019. március 27. szerda 14:30-16:003. 2019. április 3. szerda 14:30-16:004. 2019. április 10. szerda 14:30-16:005. 2019. április 17. szerda 14:30-16:00

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

6. 2019. április 24. szerda 14:30-16:00

7. 2019. május 8. szerda 14:30-16:00

Egyéb:

MILTON FRIEDMAN EGYETEM NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév
Tanfolyam címe: MEMÓRIATRÉNING – játékos memóriafejlesztő feladatokkal
Tandíjas-e a tanfolyam: Igen
Képzés száma: lásd a tematika felett
Képzés oktatója: Janzsó-Bolyóczki Éva
Minimális létszám: 6 fő
Tematika: .A foglalkozások célja: az emlékezet (vizuális memória és téri emlékezet), a koncentrációképesség, a beszéd és figyelem, a logikus gondolkodás, a gondolkodási sebesség hatékony javítása, fejlesztése. → „Use it or lose it!” Használd vagy elveszíted! A memória karbantartásának fontossága. → Játékos memóriafejlesztő feladatok, feladványok, rejtvények. ÚJ! :Számítógépen való játék kipróbálása. → Agytorna – gondolkodtató, gyakorlatorientált változatos feladatok, nyelvi, vizuális, matematikai gyakorlati intelligenciafejlesztők. → A kurzus folyamán röviden bemutatásra kerül: memóriatréning célja, hatása, eredmények; miként működik az agyunk, mi határozza meg az agyműködésünket; a korral hogyan változik a memóriánk; mitől függ a memória élessége; milyen változások zajlanak le az agyban a kor előrehaladtával; a neuroplaszticitás jelentősége; a kognitív tréning, a memóriajátékok fejlesztő hatásai az agyműködésre. → Internetes, online, számítógépen, egyéb okos eszközökön játszható játékok jelentősége, fontossága, egyik alkalommal a géptermi játék.
Terem: lásd a portán a kijelzőn
Időpontok: 1. 2019. március 20. szerda 15:00 – 16:30 h 2. 2019. március 27. szerda 15:00 – 16:30 h 3. 2019. április 03. szerda 15:00 – 16:30 h 4. 2019. április 17. szerda 15:00 – 16:30 h 5. 2019. április 24. szerda 15:00 – 16:30 h 6. 2019. május 08. szerda 15:00 – 16:30 h 7. 2019. május 15. szerda 15:00 – 16:30 h
Egyéb: A kor előrehaladtával lelassul az agyműködés, az agy feldolgozási sebessége. A tárolt információk előhívásához több időre van szükség, mint korábban. Kognitív képességeink (figyelem, érzékelés-észlelés, emlékezet, megfigyelőképesség, emlékezet,

gondolkodási funkciók) kihatnak mindenre, amit csinálunk. A memória, gyakorlással nemcsak szinten tartható, de fejleszthető is. Ahogy a testnek, úgy az agynak is szüksége van tréningre, megfelelő táplálékra. Ha nem tartjuk edzésben a memóriánkat, berozsdásodnak a csavarok, visszafejlődünk, és szellemileg leépülhetünk

036 – Csak Nőknek – tánc és mozgás haladóknak (Gruber Márta)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM

NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: Csak Nőknek – Tánc és mozgás haladóknak

Tandíjas-e a tanfolyam: igen

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: Gruber Márta versenytánc és társastánc edző, oktató

Minimális létszám: 5 fő

Tematika: minden óra elején bemelegítés, a test teljes átmozgatása egy rövid, korábban megtanult új koreográfiával.

A következő táncokból néhány új figura megtanulás, korábbiak átisméltése, gyakorlása és az ismert koreográfia bővítése, zenékre való gyakorlása: samba, bécsi keringő, memphis, esetleg rumba

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

- 1. 2019. március 19. kedd 9,15-10,15 óráig /minden alkalom kedden lesz és u.akkor/**
- 2. 2019. március 26.**
- 3. 2019. április 2.**
- 4. 2019. április 9.**
- 5. 2019. április 16.**
- 6. 2019. április 23.**
- 7. 2019. április 30.**
- 8. 2019. május 7.**
- 9. 2019. május 14.**

10. 2019. május 21.

Egyéb: a foglalkozásokon ajánlott váltó ruha vagy legalább felső. Könnyű lábbeli viselése javasolt az esetleges sérülések elkerülése miatt. Legfontosabb az óra közbeni folyadék fogyasztása!!!

Akik végigjárták a 2018/19-es tanév I. félévét a kezdő, újrakezdő csoportban, nyugodtan csatlakozzanak a haladó csoporthoz!

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

037 – Csak nőknek - Tánc és mozgás kezdőknek, újrakezdőknek és középkezdőknek (Gruber Márta)

<p style="text-align: center;">MILTON FRIEDMAN EGYETEM NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév</p>
<p>Tanfolyam címe: Csak Nőknek – Tánc és mozgás kezdőknek, újrakezdőknek és középkezdőknek</p>
<p>Tandíjas-e a tanfolyam: igen</p>
<p>Képzés száma: lásd a tematika felett</p>
<p>Képzés oktatója: Gruber Márta versenytánc és társastánc edző, oktató</p>
<p>Minimális létszám: 8 fő</p>
<p>Tematika: minden óra elején bemelegítés, a test teljes átmozgatása egy rövid, korábban megtanult új koreográfiával.</p> <p>A következő táncokból néhány új figura megtanulás, korábbiak átismétlése, gyakorlása és az ismert koreográfia bővítése, zenékre való gyakorlása: rocky/jive, bécsi keringő, rumba</p>
<p>Terem: lásd a portán a kijelzőn</p>
<p>Időpontok:</p> <ol style="list-style-type: none">1. 2019. március 19. kedd 10,30-11,30 óráig /minden alkalom kedden lesz és u.akkor/2. 2019. március 26.3. 2019. április 2.4. 2019. április 9.5. 2019. április 16.6. 2019. április 23.7. 2019. április 30.8. 2019. május 7.

9. 2019. május 14.

10. 2019. május 21.

Egyéb: a foglalkozásokon ajánlott váltó ruha vagy legalább felső. Könnyű lábbeli viselése javasolt az esetleges sérülések elkerülése miatt. Legfontosabb az óra közbeni folyadék fogyasztása!!!

Akik végigjárták a 2018/19-es tanév I. félévét a kezdő, újrakezdő csoportban, javasolom, hogy csatlakozzanak a haladó csoporthoz!

MILTON FRIEDMAN EGYETEM

NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: Kalandozás a fotográfia világában

Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: Goddard Paula

Minimális létszám: 10

Tematika:

1. **Művészet-e a fotózás? Fontos-e, hogy művészetként gondoljunk rá?**
2. **Hogyan változtatta meg a vizuális kommunikációt a fotózás?**
3. **A vizuális kommunikáció pszichológiája a mindennapokban (reklámok és a mítosz)**
4. **Hogyan hat a fotózás a mindennapi életünkre és énképünkre?**
5. **Híres fotósok (Julia Margaret Cameron, Jacques Henri Lartigue, Dorothea Lange, Kálmán Kata)**
6. **Híres fotósok (Richard Avedon, Annie Leibovitz, Nan Goldin, Robert Mapplethorpe)**
7. **Közös fotózás vagy fotómontázs készítés**

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

1. 2019. március 20., szerda, 9:00-10:30
2. 2019. március 25., hétfő, 9:00-10:30
3. 2019. március 29., péntek, 9:00-10:30
4. 2019. április 2., kedd, 9:00-10:30
5. 2019. április 5., péntek, 9:00-10:30
6. 2019. április 9., kedd, 9:00-10:30
7. 2019. április 12., péntek, 9:00-10:30

Egyéb:

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

039 – Az én házam, az én váram (Váróczi László)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév
Tanfolyam címe: Az én házam az én váram
Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN
Képzés száma: lásd a tematika felett
Képzés oktatója: Váróczi László
Minimális létszám:
Tematika: Építészeti alapismeretek, Ingatlan-nyilvántartás, Milyen az ingatlanom?, Korszerűsítés-felújítás, Ingatlan-értékbecslés, Építési jogszabályok, Eladjuk-ne adjuk?
Terem: lásd a portán a kijelzőn
Időpontok: 2019. 03. 19. 10:00-11:30 03. 26. 10:00-11:30 04. 02. 10:00-11:30 04. 09. 10:00-11:30 04. 16. 10:00-11:30 04. 23. 10:00-11:30 04. 30. 10:00-11:30
Egyéb:

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

040 – Shakespeare világa (Tar.Komocsár Kata)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév	
Tanfolyam címe:	Shakespeare világa
Tandíjas-e a tanfolyam:	IGEN
Képzés száma:	lásd a tematika felett
Képzés oktatója:	Tar-Komocsár Kata
Minimális létszám:	6 fő
Tematika:	1. Bevezető (Globe, Shakespeare kora és munkássága, szonettek) 2. A vihar 3. Macbeth 4. Hamlet 5. A makrancos hölgy 6. Rómeó és Júlia 7. A velencei kalmár
Terem:	lásd a portán a kijelzőn
Időpontok:	1. 2019. március 22. péntek, 10:00 2. 2019. március 29. péntek, 10:00 3. 2019, április 05. péntek, 10:00 4. 2019. április 12. péntek, 10:00 5. 2019. április 26. péntek, 10:00

6. 2019. május 03. péntek, 10:00

7. 2019. május 10. péntek, 10:00

Egyéb:

A kurzus célja a résztvevők megismertetése Shakespeare világával (jelentősége, kialakulása, mai vonatkozásai), fontosabb műveinek közös feldolgozása és értelmezése a drámapedagógia eszközeinek segítségével. Lehetőség, érdeklődés megteremtése a nyáron tartandó Shakespeare Fesztivál közös meglátogatására Gyulán (igény szerint). A tematika az első alkalom során kerül véglegesítésre a résztvevői igények figyelembevételével.

Kapcsolat: 06-30-822-11-13, Tar Kata

<p>MILTON FRIEDMAN EGYETEM</p> <p>NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA</p> <p>XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév</p>
<p>Tanfolyam címe: A néphagyomány játéka</p>
<p>Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN</p>
<p>Képzés száma: lásd a tematika felett</p>
<p>Képzés oktatója: Tar-Komocsár Kata</p>
<p>Minimális létszám: 8 fő</p>
<p>Tematika:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Bevezetés. Kurzus céljainak megbeszélése, tematika végleges rögzítése.2. Január-február. Születés.3. Március-április. Keresztelő.4. Május-június. Eljegyzés.5. Július-augusztus. Lakodalom.6. Szeptember-október. Halál.7. November-december. Karácsony.
<p>Terem: lásd a portán a kijelzőn</p>
<p>Időpontok:</p> <ol style="list-style-type: none">1. 2019. március 22. péntek, 8:002. 2019. március 29. péntek, 8:003. 2019. április 05. péntek. 8:004. 2019. április 12. péntek, 8:005. 2019. április 26. péntek, 8:00

6. 2019. május 3. péntek, 8:00

7. 2019. május 10. péntek, 8:00

Egyéb:

A kurzus célja a jeles napjaink és szokásrendszereink megbeszélése, megismertetése az évkör és az emberélet fordulóihoz kapcsolódó szertartások segítségével (pl. lakodalom, lucázás, farsang, keresztelő, stb.). Cél a résztvevők aktív jelenléte és saját tapasztalataik, ismereteik megosztása a csoporttal akár kiselőadásokon keresztül (5-10 perc).

Kapcsolat: 06-30-822-11-13, Tar Kata

MILTON FRIEDMAN EGYETEM
NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA
XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe:

Zenés Szenior Torna: Tartás- és mozgásfejlesztés

Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója:

Novák Mária Geronto-andragógus, Szenior tréner, Rehabilitációs edző

Minimális létszám: 10 fő

Tematika:

Az óra célja az, hogy a felnőtt, szenior korosztályhoz is eljuttassa a mozgás lehetőségét, örömeit. A rendszeresen végzett sportolás egészségmegőrző, teljesítménynövelő hatású és segít a testi- lelki egyensúly megtalálásában.

A tanfolyam középpontjában a testtartás fejlesztése, a mozgássorok helyes végrehajtása, megtanulása, és a sérülések megelőzése áll.

Emellett az óra felépítésében kiemelkedő figyelmet kapnak a kondicionális, koordinációs-egyensúly, és ízületi mozgékonytápot fejlesztő gyakorlatok. Így harmonikusan fejleszthető a test, és növelhető az önbizalom, valamint a funkcionális mozdulatok fejlesztése segít, hogy a mindennapi tevékenységek ne okozzanak gondot.

A gyakorlatsorok kifejezetten a szenior korosztály életkori sajátosságaira vannak építve.

Az foglalkozás 60 perces, három részből tevődik össze: 1. bemelegítés, átmozgatás, 2. képességek fejlesztése, 3. nyújtás, levezetés.

A tanfolyam végén a helyesen elsajátított gyakorlatokat összeállítva otthon is végezhető tornatervet kapnak a résztvevők.

Az órákon talajgyakorlatokat nem végzünk, vagy állásban, vagy széken ülve végzett gyakorlatokkal helyettesítjük azokat, így egy biztonságosabb helyzetben dolgozhatunk és elkerüljük a sok helyzetváltoztatást.

Terem: lásd a portán a kijelzón

Időpontok:

- 1. 2019. március 18. hétfő 10:20- 11:20**
- 2. 2019. március 25. hétfő 10:20- 11:20**
- 3. 2019. április 1. hétfő 10:20- 11:20**
- 4. 2019. április 8. hétfő 10:20- 11:20**
- 5. 2019. április 15. hétfő 10:20- 11:20**
- 6. 2019. április 29. hétfő 10:20- 11:20**
- 7. 2019. május 6. hétfő 10:20- 11:20**
- 8. 2019. május 13. hétfő 10:20- 11:20**
- 9. 2019. május 20. hétfő 10:20- 11:20**
- 10. 2019. május 27. hétfő 10:20- 11:20**

Egyéb:

Amit szükséges hozni: kényelmes, mozgásra alkalmas ruha és cipő, víz.

Eszközöket nem kell hozni, amire szükség van, azt az oktató biztosítja.

Kapcsolat: novak.marcsi91@gmail.com, www.facebook.com/FitnessMarcsival

<https://fitnessmarcsival.webnode.hu/>

043 – Zumba Gold (Novák Mária)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM
NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA
XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe:

Zumba® Gold

Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója:

Novák Mária Geronto-andragógus, Zumba® Gold Oktató

Minimális létszám: 10 fő

Tematika:

A Zumba® Gold olyan vidám és szórakoztató latin ritmusokra épülő, könnyen követhető táncos-fitness program, amely a szenior korosztályt célozza meg vagy azokat, akik a Zumba® Fitness órát valamilyen okból kifolyólag nem tudják végezni.

Táncos előképzettség és partner nem szükséges a részvételhez!

Az eredmény egy biztonságos, hatásos, teljes testet megmozgató, dallamos zenére végzett edzés, amely nagy hangsúlyt fektet az egyensúlyfejlesztés, kondicionális és koordinációs képességek fejlesztésére. Egyben hatékony az elmére, a testre, és a lélekre.

Az óra 60 perces, három részből tevődik össze: 1. bemelegítés, 2. edzés, koreográfiák táncolása, 3. egyensúlyfejlesztés, levezetés.

A program célja:

- az egészség megőrzése, életminőség javítása

- fizikai állapot javítása, ehhez kötődően a fizikai és mentális egészség fejlesztése
- ízületek, izomrendszer karbantartása
- egyensúlyfejlesztés, kondicionális és koordinációs képességek fejlesztése
- szív- és érrendszeri megbetegedések megelőzése
- aktív életmódot folytató csapathoz tartozás
- funkcionális mozdulatok fejlesztése, hogy a mindennapi tevékenységek ne okozzanak gondot
- hogy a résztvevők egy új élménnyel gazdagodjanak, vidám szociális élményben legyen részük, és megismerjék a mozgás örömét...

Mert a mozgás mindenkié.

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

- 1. 2019. március 18. hétfő 11:30- 12:30**
- 2. 2019. március 25. hétfő 11:30- 12:30**
- 3. 2019. április 1. hétfő 11:30- 12:30**
- 4. 2019. április 8. hétfő 11:30- 12:30**
- 5. 2019. április 15. hétfő 11:30- 12:30**
- 6. 2019. április 29. hétfő 11:30- 12:30**
- 7. 2019. május 6. hétfő 11:30- 12:30**
- 8. 2019. május 13. hétfő 11:30- 12:30**
- 9. 2019. május 20. hétfő 11:30- 12:30**
- 10. 2019. május 27. hétfő 11:30- 12:30**

Egyéb:

Amit szükséges hozni: kényelmes, mozgásra alkalmas ruha és cipő, víz.

Eszközöket nem kell hozni, amire szükség van, azt az oktató biztosítja.

Kapcsolat: novak.marcsi91@gmail.com, www.facebook.com/FitnessMarcsival

<https://fitnessmarcsival.webnode.hu/>

<p style="text-align: center;">MILTON FRIEDMAN EGYETEM NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév</p>
<p>Tanfolyam címe: Jogi alapismeretek</p>
<p>Tandíjas-e a tanfolyam: igen</p>
<p>Képzés száma: lásd a tematika felett</p>
<p>Képzés oktatója: Dr. Juhász Gabriella</p>
<p>Minimális létszám:</p>
<p>Tematika:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Jogi alapismeretek I. A Magyar Köztársaság alkotmányos alapjai - Alkotmánytörténet2. Jogi alapismeretek II. A törvényalkotás folyamata Magyarországon3. Jogi alapismeretek III. A magyar Országgyűlés működése4. Jogi alapismeretek IV. A büntetőjog alapjai5. Európai parlamenti választás 2019.6. Jogtörténeti csemegék I. A magyar részvénytársaságok kialakulása – Széchenyi István által alapított magyar részvénytársaságok7. Jogtörténeti csemegék II. A magyar részvénytársaságok kialakulása – Gőzmalom részvénytársaságok a XIX. században
<p>Terem: lásd a portán a kijelzőn</p>
<p>Időpontok:</p>

1.2019. március 21. 15:30-17:00

2.2019. április 4. 15:30-17:00

3.2019. április 11. 15:30-17:00

4.2019. április 18. 15:30-17:00

5.2019. április 25. 15:30-17:00

6.2019. május 2. 15:30-17:00

7.2019. május 9. 15:30-17:00

Egyéb:

Izgalmas és érdekesítő utazásra hívom mindazokat, akiket kíváncsivá tesz a jogtudomány. Az előadások sok-sok jogterület érintésével próbálnak képet alkotni e hatalmas tudományterület – minden embert érintő és foglalkoztató – kérdéseiről. A kurzushoz semmilyen előtanulmány nem szükséges.

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

045 – Német társalgás (Lengyel Mária)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM
NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA
XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév
Tanfolyam címe: Német társalgás
Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN
Képzés száma: lásd a tematika felett
Képzés oktatója: Lengyel Mária
Minimális létszám:
Tematika: Spitzer Petra csoportjainak tagjait várom elsősorban a képzésen, illetve azokat az új hallgatókat, akik már a kezdő szint felett vannak. A kurzus beszélgetés-alapú.
Terem: lásd a portán a kijelzőn
Időpontok: 2019. március 18. hétfő, 10:00-11:30 (folytatólagosan még hat héten át mindig ebben az időpontban)
Egyéb:

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

046 – Német kezdő (Lengyel Mária)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév
Tanfolyam címe: Német kezdő
Tandíjas-e a tanfolyam:
Képzés száma: lásd a tematika felett
Képzés oktatója: Lengyel Mária
Minimális létszám:
Tematika: A kurzus teljesen kezdőknek szól, illetve azoknak, akik nagyon régen tanultak valamennyit németül.
Terem: lásd a portán a kijelzőn
Időpontok: 2019. március 18. 12:00-13:30 (folytatólagosan még hat héten át mindig ebben az időpontban)
Egyéb:

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

047 – Kezdő számítástechnika (a Richter Nyrt támogatásával)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM

NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: Kezdő számítástechnika (Richter Nyrt támogatásával)

Tandíjas-e a tanfolyam: NEM

Képzés száma: lásd a tematika felett

Képzés oktatója: Lévai István

Minimális létszám:

Tematika:

Kezdő számítástechnikai tanfolyamon a hallgatók megismerkednek a számítástechnika történetével, kialakulásával, a számítógépek alapszintű felépítésével, magabiztos és önálló működtetéséhez elengedhetetlenül szükséges készségekkel, alapszintű telepítési tudással. Megismerik és elsajátítják az internetes világ alapfogalmait, továbbá gyakorlatot szereznek az internetes böngészésben, keresési technológiákban. Továbbá bemutatásra kerülnek az internet hatékony használatához szükséges információs (időjárás, hírek, stb.), tudományos és térképes (Google Maps), útvonaltervezéssel foglalkozó oldalak, s még sok más érdekesség a virtuális világunk gyöngyszemeiből (Google Föld, YouTube, stb.).

Terem: lásd a portán a kijelzőn

Időpontok:

2019.03.27. 15:30 - 18:30

2019.03.28. 15:30 - 18:30

2019.03.29. 15:30 - 18:30

2019.04.04. 15:30 - 17:00

Egyéb:

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

048 – Caravaggio festészete (Dr. Jászberényi József)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév
Tanfolyam címe: Caravaggio festészete
Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN
Képzés száma
Képzés oktatója: Dr. Jászberényi József
Minimális létszám:
Tematika: A kurzuson Caravaggio képeit elemezzük, közösen
Terem
Időpontok: 1. 2019. 03. 21. csütörtök, 8:00-9:30 2. 2019. 03. 28. csütörtök, 8:00-9:30 3. 2019. 04. 04. csütörtök, 8:00-9:30 4. 2019. 04. 11. csütörtök, 8:00-9:30 5. 2019. 04. 18. csütörtök, 8:00-9:30 6. 2019. 04. 25. csütörtök, 8:00-9:30 7. 2019. 05. 02. csütörtök, 8:00-9:30
Egyéb:

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

049 – Van Gogh festészete II. – Művészetterápia és esztétikum (Dr. Jászberényi József)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM
NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA
XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév
Tanfolyam címe: Van Gogh festészete II. – Művészetterápia és esztétikum
Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN
Képzés száma
Képzés oktatója: Dr. Jászberényi József
Minimális létszám:
Tematika: Van Gogh festészete, a párizsi korszaktól az életmű végéig
Terem
Időpontok:
1. 2019. 03. 21. csütörtök, 10:00-11:30
2. 2019. 03. 28. csütörtök, 10:00-11:30
3. 2019. 04. 04. csütörtök, 10:00-11:30
4. 2019. 04. 11. csütörtök, 10:00-11:30
5. 2019. 04. 18. csütörtök, 10:00-11:30
6. 2019. 04. 25. csütörtök, 10:00-11:30
7. 2019. 05. 02. csütörtök, 10:00-11:30
Egyéb:

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

050 – Magyar Aldebaránok (Dr. Jászberényi József)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM
NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA
XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév
Tanfolyam címe: Magyar Aldebaránok
Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN
Képzés száma
Képzés oktatója: Dr. Jászberényi József
Minimális létszám:
Tematika: A nemzetben, a nemzeti közösségben és a nemzet értékrendjének alapját adó, zsidó-keresztény kultúrában hívő írók-költők életművét mutatom be ezen a kurzuson. Az író-költő egyéniségek között szerepel Makkai Sándor, Hamvas Béla, Wass Albert, Nyíró József, Tamási Áron, Nagy László, Sütő András, Orbán János Dénes
Terem
Időpontok:
1. 2019. 03. 19. kedd, 08:00-09:30
2. 2019. 03. 26. kedd, 08:00-09:30
3. 2019. 04. 02. kedd, 08:00-09:30
4. 2019. 04. 09. kedd, 08:00-09:30
5. 2019. 04. 16. kedd, 08:00-09:30
6. 2019. 04. 23. kedd, 08:00-09:30
7. 2019. 04. 30. kedd, 08:00-09:30
Egyéb:

MILTON FRIEDMAN EGYETEM – Nyugdíjasok Óbudai Akadémiája

051 – Művelődéstörténet XV. (Dr. Jászberényi József)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM
NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA
XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév
Tanfolyam címe: <i>Művelődéstörténet XV.</i>
Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN
Képzés száma
Képzés oktatója: Dr. Jászberényi József
Minimális létszám:
Tematika: Magyarország művelődéstörténete 2002-től
Terem
Időpontok:
1. 2019. 03. 21. csütörtök, 12:00-13:30
2. 2019. 03. 28. csütörtök, 12:00-13:30
3. 2019. 04. 04. csütörtök, 12:00-13:30
4. 2019. 04. 11. csütörtök, 12:00-13:30
5. 2019. 04. 18. csütörtök, 12:00-13:30
6. 2019. 04. 25. csütörtök, 12:00-13:30
7. 2019. 05. 02. csütörtök, 12:00-13:30
Egyéb:

MILTON FRIEDMAN EGYETEM
NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA
XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: Táplálkozás, diéta – aktualitások, érdekességek

Tandíjas-e a tanfolyam: NEM

Képzés száma: ld. fenn, a tematika felett

Képzés oktatója:

Veresné Dr. Bálint Márta (tanszékvezető főiskolai tanár)

Minimális létszám: 10 fő

Tematika:

1. Reflux betegség és étrendi vonatkozásai
2. Étrend kiegészítők – (v)egyem – ne (v)egyem?
3. Bőrszépítő táplálékok - legyen szép kívül, belül (kollagén, vitaminok...). Védőoltások – hitek, tévhitek. Húsvétoljunk!
4. Gluténmentes étrend – divat vagy szükség?
5. Az ereink védelmében – zsiradékból mennyit, mit, miért....?
6. A jövő ét-trendje (új alapanyagok, termelési módok, GMO, ökológiai lábnyom...)
7. Egy kis meglepetés - aktualitások, érdekességek

Terem:ld. a portai kijelzőn

Időpontok:

1. 2019. március 18., hétfő, 14:00-15:30
2. 2019. március 25., hétfő, 14:00-15:30
3. 2019. április 15., hétfő, 14:00-15:30

4. 2019. április 29., hétfő, 14:00-15:30

5. 2019. május 6., hétfő, 14:00-15:30

6. 2019. május 13., hétfő, 14:00-15:30

7. 2019. május 20., hétfő, 14:00-15:30

Egyéb:

Bárki csatlakozhat, a kurzusnak nem előfeltétele, az előző dietetika kurzusok látogatása.

MILTON FRIEDMAN EGYETEM

NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA

XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: Conversational English

Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN

Képzés száma:ld. fenn

Képzés oktatója: Goddard Paula

Minimális létszám: 10

Tematika:

1. **Introductions - sharing information about who we are and why we're doing the course, what our aims are, why it's important to carry on learning at all ages**
2. **The way we lived - talking about then and now, practicing the various Past Tenses**
3. **Family life - talking about important occasions in a family's life, traditions, why family is important, how family life has changed over the past decades, etc.**
4. **Hobbies - what makes you happy and why? Why is it important to keep busy?**
5. **Current affairs - how do you see the world? Do you keep up with the news? Is it important to know what goes on? What's your view on major political and cultural events of our times?**
6. **British culture - a brief introduction to key figures in British culture such as Charles Dickens, Sherlock Holmes, The Beatles and the absurd humour of Monty Python. (As part of this lesson, we will watch the Dead Parrot sketch by Monty Python.)**
7. **American culture - what makes America America? Why is it so different from Europe? The American Frontier - discussing the idea of "self-reliance" and the "self-made man". (As part of this lesson, we will watch a short section of The Ballad Of Buster Scruggs by the Coen brothers.)**

Időpontok:

1. 2019. március 20., szerda, 11:00-12:30
2. 2019. március 25., hétfő, 11:00-12:30
3. 2019. március 29., péntek, 11:00-12:30
4. 2019. április 2., kedd, 11:00-12:30

5. 2019. április 5., péntek, 11:00-12:30
6. 2019. április 9., kedd, 11:00-12:30
7. 2019. április 12., péntek, 11:00-12:30

Egyéb:

Please note that this course is for people who have at least intermediate but preferably advanced English. It is designed to beef up your conversational skills whilst also practicing to voice a critical opinion of things in general. The course will also involve playing games and I can promise NO grammar tests! Please also note that the topics are flexible and can be changed any time depending on the group's suggestions.

MILTON FRIEDMAN EGYETEM
NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA
XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe: Életünk története

Tandíjas-e a tanfolyam: igen

Képzés száma:

Képzés oktatója: Dr. Mihalik Judit

Minimális létszám: 20 fő

Tematika:

1. Bevezetés
2. Hogyan működik az emlékezet?
3. Értelem és érzelem: az eszedre vagy a szívedre hallgatsz?
4. Történetek, hősök, forgatókönyvek: a tündérmesék és az igaz mesék
5. Életünk, mint történet?
6. Műhelymunka 1.
7. Műhelymunka 2.

Terem: kijelzön

Időpontok:

1. márc 19. 10.00-12.30
2. márc 26. 10.00-12.30
3. április 2. 10.00-12.30
4. április 9. 10.00-12.30
5. április 16. 10.00-12.30
6. április 23. 10.00-12.30
7. április 30. 10.00-12.30

056 Ki a felelős a betegségemért? (Tótváradi Enikő)

MILTON FRIEDMAN EGYETEM
NYUGDÍJASOK ÓBUDAI AKADÉMIÁJA
XVI. FÉLÉV, 2018/19-es tanév, II. félév

Tanfolyam címe:

Ki a felelős a betegségemért?
Ami az orvos-beteg kommunikációból kimarad.

Tandíjas-e a tanfolyam: IGEN

Képzés száma:

Képzés oktatója:Pataky Enikő egészségügyi szakújságíró

Minimális létszám:

Tematika:

1. Aktuális nemzetközi/hazai egészségügyi helyzetjelentés
2. Az egészség értéke, fokmérői
3. Az ellátással kapcsolatos nehézségek a betegek szempontjából
4. A kommunikáció minősége és hiánya
5. Dr. Google: az online tér félrevezető információi
6. Egészségértés és alkalmazás
7. A jövő betege és ellátórendszere: a beteg markánsabb és aktívabb részvétele saját kezelésében

Terem:

Időpontok:

- 1. 2019. március 21., csütörtök, 10:00 - 11:30**
- 2. 2019. március 28., csütörtök, 10:00 - 11:30**
- 3. 2019. április 4., csütörtök, 10:00 - 11:30**
- 4. 2019. április 18., csütörtök, 10:00 - 11:30**
- 5. 2019. április 25., csütörtök, 10:00 - 11:30**
- 6. 2019. május 2., csütörtök, 10:00 - 11:30**
- 7. 2019. május 9., csütörtök, 10:00 - 11:30**

Egyéb:

Az előadáshoz felhasznált segédanyagokban hagyatkozom többek között a fővárosi Uzsoki utcai Kórház, a Magyar Kórházszövetség és az Országos Vérellátó Szolgálat Transzplantációs Igazgatóságának szakmai állásfoglalásaira, programjaira.