

Tisztelt Szenior Hallgatóink! Tisztelt Érdeklődők!

Az alábbiakban a Milton Friedman Egyetem Folyamatos Tanulás Projektközpontja által hirdetett, 50 év felettieknek szóló, 2025 tavaszán indítandó képzéseket bemutató listáját olvashatja. A képzéseken mindenki részt vehet, aki **1975. március 15-e** előtt született.

A képzések két formában zajlanak majd: on-line és jelenléti kurzusokként. A kurzusok legkorábban **a 2025. március 17-ei** héttel kezdődnek.

A jelenléti órák Egyetemünk épületében (1039 Kelta u. 2.), az on-line kurzusok a Google Meet-rendszeren keresztül zajlanak majd.

(Az órák termeit a portán található kivetítőn látja majd, az órákról minden egyéb értesítést az iskolai NEPTUN-rendszeren keresztül kap majd meg).

Önnek jelenleg nincs más dolga, mint:

1. Az alábbi, részletes listából kiválasztani az Önnek tetsző kurzust, és kitölteni a mellékelt Jelentkezési/Regisztrációs lapot, s elküldeni a jaszberenyi.jozsef@uni-milton.hu címre. Amennyiben a Jelentkezési/Regisztrációs Lapot személyesen hozza be, úgy a Hallgatói Információs Központban (HIK) kell leadnia.

2. Amennyiben 4 (négy) kurzust választ, akkor 30.000 (harmincezer) forintot kell utalnia a K&H Bank 10403370-49535552-51491004 számlaszámra. Amennyiben 1 kurzust választ, akkor 10.000 forintot kell utalnia a K&H Bank 10403370-49535552-51491004 számlaszámra. (Kérjük, hogy a megjegyzésben tüntesse fel a nevét és írja oda: szenior akadémia)

Személyes befizetésre is van mód, egyetemünk könyvelési osztályán (1039 Kelta u. 2. A épület, I. emelet).

Minden további kérdésben kollégáim és jómagam is szeretettel állunk rendelkezésére!

Itt is jelezzük, hogy 8 fő alatt nem indítunk tanfolyamot!

A tanfolyami listát március elején fogjuk szűrni, s kivesszük a kislétszámú kurzusokat, ezért kérjük, hogy a jelentkezéseket minél hamarabb tegyék meg.

„Never too late...”

Köszönettel:

Dr. Jászberényi József (jaszberenyi.jozsef@uni-milton.hu)

Felnőttképzési igazgató Milton Friedman Egyetem

Tanfolyami lista

001

Tanfolyam címe: Adatvédelem idősebbek számára

Képzés oktatója: dr Rácsai Tünde

Minimális létszám: 8 fő

Tematika:

1. A GDPR és a hazai adatvédelmi jog szabályozási köre
2. Alapelvek, alapfogalmak érintőlegesen
3. A személyes adat fogalmának bemutatása, a személyes adat különleges kategóriái
4. Adatkezelés, az adatkezelő és adatfeldolgozó elhatárolása
5. Az adatvédelmi jog egyéb szereplői
6. Az adatvédelmi incidens
7. Az adatvédelmi incidens gyakorlati bemutatása
8. Kibertér és okos eszközök a mindennapjainkban
9. Kiberbiztonság és adatbiztonság, kapcsolódó intézkedések
10. Az adatvédelem eljárási kérdései, határterületei, hatékony jogorvoslat és technikai lehetőségei.

Időpontok:

- 1) 2025.03.17. 8:30 – 10:00
- 2) 2025.03.24. 8:30 – 10:00
- 3) 2025.03.31. 8:30 – 10:00
- 4) 2025.04.07. 8:30 – 10:00
- 5) 2025.05.05. 8:30 – 10:00
- 6) 2025.05.12. 8:30 – 10:00
- 7) 2025.05.19. 8:30 – 10:00

002

Tanfolyam címe: Fogyasztóvédelmi jogaink

Képzés oktatója: dr. Rácsai Tünde

Minimális létszám: 8 fő

Tematika:

1. Bevezetés a fogyasztóvédelem világába;
2. Az alapvető fogyasztói jogok;
3. Hogyan ismerjük fel a csalásokat és a tisztességtelen kereskedelmi gyakorlatokat?
4. Vásárlás online - hogyan ne essünk áldozatul?
5. Mi a teendő, ha jogsértést tapasztalunk?
6. A termékek és szolgáltatások minősége;
7. Kereskedelmi szerződések, számlák és garanciák.

Időpontok:

- 1) 2025.03.17. 12:15– 13:45
- 2) 2025.03.24. 12:15– 13:45
- 3) 2025.03.31. 12:15– 13:45
- 4) 2025.04.07. 12:15– 13:45
- 5) 2025.05.05. 12:15– 13:45
- 6) 2025.05.12. 12:15– 13:45
- 7) 2025.05.19. 12:15– 13:45

003

Tanfolyam címe: Öröklési jog idősebbek számára

Képzés oktatója: dr Rácsai Tünde

Minimális létszám: 8 fő

Tematika:

1. Az öröklés, mint jogutódlás. Az öröklés formái;
2. Kiesés az öröklésből;
3. A törvényes öröklés alapvető szabályai. Leszármazók öröklése;
4. A házastárs öröklési jogi helyzete;
5. Az ági öröklés;
6. A végintézkedés általános szabályai.
7. A végrendelet érvénytelensége és hatálytalansága. Helyettes öröklés és növendékjog
8. A kötelesrész, megfosztás a kötelesrésztől: a kitagadás
9. Az öröklési szerződés és a halál esetére szóló ajándékozás
10. A hagyaték megnyílta, az örökösök jogállása
11. Felelősség az örökhagyó tartozásaiért
12. A hagyatéki eljárás alapvető kérdései
13. A hagyatékátadás teljes és ideiglenes hatállyal

Időpontok:

- 1) 2025.03.17. 10:15– 11:45
- 2) 2025.03.24. 10:15– 11:45
- 3) 2025.03.31. 10:15– 11:45
- 4) 2025.04.07. 10:15– 11:45
- 5) 2025.05.05. 10:15– 11:45
- 6) 2025.05.12. 10:15– 11:45
- 7) 2025.05.19. 10:15– 11:45

004

Tanfolyam címe: Stresszoldó és relaxációs módszerek

Képzés oktatója: Balla Györgyi

Minimális létszám: 8 fő

Tematika: Testpásztázás, Légzés, Progresszív relaxáció, Autogén tréning,

A fájdalom csillapítása, Az irracionális gondolatok száműzése, A

szorongás és az aggodás csökkentése, a harag leküzdése

Időpontok: 2025.03.18., 03.25., 04.01., 04.08., 04.15., 04.29., 05.06.

12:15-13:45

005

Tanfolyam címe: Agytorna – szellemi állapotfejlesztés

Képzés oktatója: Balla Györgyi

Minimális létszám: 8 fő

Tematika: Emlékezet, Reakcióidő, Figyelem, Fejszámolás, Gondolkodás,

Nyelvi és szövegértési gyakorlatok, Térbeli tájékozódás

Időpontok: 2025.03.20., 03.27., 04.03., 04.10., 04.24., 05.08., 05.15.

12:15-13:45

006

Tanfolyam címe:

Szenior Torna- Egyensúly Tréning

Képzés oktatója:

Novák Zsófia

Minimális létszám: 8 fő

Tematika:

A tanfolyam középpontjában az optimális testhelyzetek tréningezése, a mozgássorok helyes végrehajtása, megtanulása, és a sérülések megelőzése, valamint az egyensúly fejlesztése áll.

A tréning célja a test harmonikus fejlesztése, hogy a mindennapi tevékenységek ne okozzanak gondot. A mozgásos tréning a testtudatosságra épül, a gyakorlatok mindig valamilyen képesség fejlesztése köré épülnek, pl.: légzés, szemtorna, izomerősítés, nyújtás, kötőszöveti tréning, az egyensúlyozási képesség fejlesztése pedig különös figyelmet kap.

Az órákon talajgyakorlatokat ritkábban végzünk, elsősorban állásban, vagy széken ülve végzett gyakorlatokkal helyettesítjük azokat, így egy biztonságosabb helyzetben dolgozhatunk és elkerüljük a sok helyzetváltogatást. Az otthoni mozgás során olyan eszközöket is használunk, ami minden háztartásban megtalálható. Természetesen minden kurzus az adott csoportra, résztvevőkre van szabva.

Időpontok:

1. 2025. március 17. hétfő 15.45-16.45
2. 2025. március 24. hétfő 15.45.-16.45
3. 2025. március 31. hétfő 15.45-16.45

4. 2025. április 7. hétfő 15.45-16.45
5. 2025. április 14. hétfő 15.45-16.45
6. 2025. április 28. hétfő 15.45-16.45
7. 2025. május 5. hétfő 15.45-16.45
8. 2025. május 12. hétfő 15.45-16.45
9. 2025. május 19. hétfő 15.45-16.45
10. 2025. május 26. hétfő 15.45-16.45

007

Tanfolyam címe: Spanyolország kulturális sajátosságai

Képzés oktatója: Dr. Szabó Imola

Minimális létszám: 8 fő

Tematika:

A kurzus során Spanyolország népszerű és kevésbé híres tájai kerülnek fókuszba; képek, számok, fogyasztói szokások és saját élményen alapuló tapasztalatok bemutatása képezi majd az előadásokat. A félév során a

következő helyszínekkel foglalkozunk:

1. Gran Canaria
2. Huelva
3. Sevilla
4. Mallorca
5. Ronda, Setenil de las Bodegas
6. Granada
7. Gibraltár (UK)

Időpontok:

1. 2025. március 18. kedd 12:15-13:45
2. 2025. március 25. kedd 12:15-13:45
3. 2025. április 01. kedd 12:15-13:45
4. 2025. április 08. kedd 12:15-13:45
5. 2025. április 15. kedd 12:15-13:45
6. 2025. április 29. kedd 12:15-13:45
7. 2025. május 06. kedd 12:15-13:45

008

Tanfolyam címe: Hogyan legyünk boldogok időskorban a „Boldogkor”
program keretein belül.

Képzés oktatója: Takács Melinda - Pszichológus, Andragógus, Geronto-
andragógus, Gyászcsoportvezető.

Minimális létszám: 8 fő

Időpontok:

1. 2025. március 19 szerda 10:15-11:45
2. 2025. március 26 szerda 10:15-11:45
3. 2025. április 02 szerda 10:15-11:45
4. 2025. április 09 szerda 10:15-11:45
5. 2025. április 16 szerda 10:15-11:45
6. 2025. április 23 szerda 10:15-11:45
7. 2025. április 30 szerda 10:15-11:45

009

Az idősfilm mint különleges műfaj

Dr. Jászberényi József

Tematika:

A kurzuson egy készülő könyvben szereplő, az idősebb emberek világát belülről megmutató filmeket tekintünk meg, és elemzünk közösen.

Időpontok:

2025. március 25. kedd, 12:00-13:30

április 1., április 8., április 15.

április 29., május 6., május 13.

(április 22-én nem lesz óránk)

010

Tanfolyam címe: Protokoll és stílus III.

Képzés oktatója: Horváth Csaba László

Minimális létszám: 8 fő

Tematika:

1. Az étkezés hedonizmusa. A magyar filmművészet legmeghatározóbb gasztronómiai pillanata:

Szindbád ebédel. Filmbetétek, felejthetetlen jelenetek bemutatása.

2. Legendás szerelmek igaz történetei. Mit rejtene az egodokumentumok?

3. A magyar népviselet története. A kortárs ruhatervezők plágiumgyanúban?

4. Híres fotók üzenetei. Hol készültek? Kit-mit ábrázolnak? Gyakorlati óra.

5. A nemzetközi sportélet színes világa. Sportdiplomácia. Az olimpiai nyitó- és záróünnepségek a

divatmárkák felvonulásának kiemelkedő helyszíne?

6. A NASA fogja diktálni a divatot az űrben? Jelen és jövő kollekciói a galaxisunkban!

7. A háborúk az öltözködést is megváltoztatják? Történelmi áttekintés az ókortól napjainkig.

Időpontok:

2025. március 18. 17:20 – 19:00

2025. március 25. 17:20 – 19:00

2025. április 1. 17:20 – 19:00

2025. április 8. 17:20 – 19:00

2025. április 15. 17:20 – 19:00

2025. április 29. 17:20 – 19:00

2025. május 6. 17:20 – 19:00

011

Tanfolyam címe: „...gyerünk a moziba be! II.”

Képzés oktatója: Dömötör Ildikó

Minimális létszám: 8 fő

Tematika:

1. A filmtörténet kezdetei
2. Filmgyártás Európában a kezdetektől
3. A német expresszionizmus
4. Az olasz neorealizmus
5. A francia újhullám jellemzői, és jeles képviselői
6. Az amerikai filmgyártás kezdetei
7. Mit köszönhetünk az elődöknek napjainkban, filmes örökségek

Időpontok:

1. 2025.03.18. 14.00.-15.30
2. 2025.03.25. 14.00.-15.30
3. 2025.04.01. 14.00.-15.30
4. 2025.04.08. 14.00.-15.30
5. 2025.04.15. 14.00.-15.30
6. 2025.04.29. 14.00.-15.30
7. 2025.05.06. 14.00.-15.30

012

Tanfolyam címe: ÉN és a hangszer - ami sokat jelent nekem II.

Képzés oktatója: Nhancale Zs. Rózsa

Minimális létszám: 10 fő - Maximális létszám: 18 fő

Tematika:

Első óra - online: A választott hangszer története a kezdetektől napjainkig, az emberi történelembe ágyazva.

Második óra - jelenléti: A választott hangszer legkiválóbb, legkülönlegesebb megszólaltatói az elsőtől napjainkig.

Harmadik óra - jelenléti: A választott hangszer zenei gyűjteményének összeállítása a következő nemzedéknek, magyarázó szövegekkel ellátva.

Negyedik óra - jelenléti: A választott hangszer helye a mai kultúrában.

Világértelmezés egy hangszer adottságain keresztül.

Ötödik óra - jelenléti: A választott hangszer jövője, zenei kihívói, kultúrahordozó lehetőségei. A popkultúra hatása a hangszeres zene hagyományára.

Időpontok:

2025.03.29. szombat - online: 10:15-11:45

2025.04.24. csütörtök - jelenléti: 10:15-11:30

A két óra között az egyetem udvarán zenés tavaszi pikniket tartunk a kurzuson résztvevőkkel

2025.04.24. csütörtök - jelenléti: 12:15-13:30

2025.05.15. csütörtök - jelenléti 10:15-11:30

A két óra között az egyetem udvarán zenés tavaszi pikniket tartunk a kurzuson résztvevőkkel

2025.05.15. csütörtök - jelenléti: 12:15-13:30

013

Tanfolyam címe: Csak Nőknek Tánc és mozgás haladóknak

Képzés oktatója: Gruber Márta tánctanár, koreográfus

Minimális létszám: 8 fő

Tematika: minden óra ízületek átmozgatásával kezdődik, utána bemelegítő sorozat tanulása zenére, majd az alábbi táncokból néhány figura tanulása világtánc program szerint, korábbiak ismétlése: Cha-cha,

Jive, Angol keringő

Időpontok: mindig kedden 9,30-11 óráig, kezdés 2025. március 18, 25,
április 1, 5, 15, 29, május 6.

Egyéb: ajánlott felsőruházat váltása, könnyű lábbeli, kötelező víz fogyasztása! Bármilyen kérdéssel, kéréssel elérhető vagyok gruber.marta51@gmail.com vagy +36204410028 számon

014

Tanfolyam címe: Csak Pároknek Társastánc haladó a Világtánc program
szerint

Képzés oktatója: Gruber Márta tánctanár, koreográfus

Minimális létszám: 8 fő

Tematika: rövid bemelegítés, eddig tanultak ismételése, gyakorlása zenére,
további figurák tanulása, új táncok: jive, tangó

Időpontok: mindig kedden 17-18,30 óráig, kezdés 2025. március 18, 25,
április 1, 8, 15, 29, május 6.

Egyéb: ajánlott felsőruházat váltása, könnyű lábbeli, kötelező víz
fogyasztása! Bármilyen kérdéssel, kéréssel az alábbi módon lehet elérni:
gruber.marta51@gmail.com vagy +36204410028 számon

015

Tanfolyam címe: Csak Nőknek Tánc és mozgás kezdők és gyenge
haladóknak

Képzés oktatója: Gruber Márta tánctanár, koreográfus

Minimális létszám: 8 fő

Tematika: minden óra ízületek átmozgatásával kezdődik, utána
bemelegítő sorozat tanulása zenére, majd az alábbi táncokból néhány
figura tanulása világtánc program szerint: Foxtrott, Cha-cha, Angol
keringő, Disco

Időpontok: mindig kedden 11-12,30 óráig, kezdés 2025. március 18, 25,
április 1, 5, 15, 29, május 6.

Egyéb: ajánlott felsőruházat váltása, könnyű lábbeli, kötelező víz
fogyasztása! Bármilyen kérdéssel, kéréssel elérhető vagyok
gruber.marta51@gmail.com vagy +36204410028 számon

A kurzus címe: MEMÓRIATRÉNING II. Haladó (hétfő)

Játékos, gyorsgondolkodást igénylő memóriafejlesztő feladatokkal

A kurzus oktatója: Janzsóné Bolyóczki Éva

A kurzus tervezett időpontjai:

1. 2025. március 17. hétfő 14.00 – 15.30 h
2. 2025. március 24. hétfő 14.00 – 15.30 h
3. 2025. április 14. hétfő 14.00 – 15.30 h
4. 2025. április 28. hétfő 14.00 – 15.30 h
5. 2025. május 05. hétfő 14.00 – 15.30 h
6. 2025. május 12 . hétfő 14.00 – 15.30 h
7. 2025. május 19. hétfő 14.00 – 15.30 h

A kurzus címe: MEMÓRIATRÉNING I. (nemcsak „kezdőknek”) szerda

Játékos memóriafejlesztő feladatokkal

A kurzus oktatója: Janzsóné Bolyóczki Éva

A kurzus tervezett időpontjai:

1. 2025. március 19. szerda 14.00 – 15.30 h
2. 2025. március 26. szerda 14.00 – 15.30 h
3. 2025. április 16. szerda 14.00 – 15.30 h
4. 2025. április 23. szerda 14.00 – 15.30 h
5. 2025. április 30. szerda 14.00 – 15.30 h
6. 2025. május 07. szerda 14.00 – 15.30 h
7. 2025. május 14. szerda 14.00 – 15.30 h

018

Tanfolyam címe: „Hogyan őrizzük meg szellemi frissességünket?”

ONLINE

Képzés oktatója: Dr. Kerülő Judit

Minimális létszám: 8 fő

Tematika:

1. Szellemi képességeink és az életkor
2. A figyelem jellemzői és fejlesztésének lehetőségei
3. Figyelemfejlesztő gyakorlatok
4. Figyelem és a stressz
5. Az emlékezet jellemzői és fejlesztésének lehetőségei
6. Emlékezetfejlesztő gyakorlatok
7. Hogyan őrizzük meg szellemi frissességünket? Összegzés, tapasztalatok

Időpontok:

1. 2025. március 17. (hétfő) 16.00-17.30
2. 2025. március 24. (hétfő) 16.00-17.30
3. 2025. március 31. (hétfő) 16.00-17.30
4. 2025. április 07. (hétfő) 16.00-17.30
5. 2025. április 14. (hétfő) 16.00-17.30
6. 2025. április 28. (hétfő) 16.00-17.30
7. 2025. május 12. (hétfő) 16.00-17.30

019

Tanfolyam címe: Mire számíthatunk? Érdekességek a magyar népesedési
helyzetről

ONLINE

Képzés oktatója: Tóthné dr. Kerülő Judit

Minimális létszám: 8 fő

Tematika:

1. Mire számíthatunk? A magyar népesedés problémái és kihívásai

2. A születések számát meghatározó tényezők,

3. Miért születnek vagy nem születnek gyermekek,

4. A házasodás tendenciái,

5. Miért van annyi válás?

6. Az idősödés, az idősödés tendenciái,

7. A népesedéspolitikák jellemzői, eredményei, következményei

Mindezeket a témákat, játékosan, szórakoztató módon közösen beszéljük
meg!

Időpontok: március 17. (hétfő) 17.30-19.00

március 24. (hétfő) 17.30-19.00

március 31. (hétfő) 17.30-19.00

április 07. (hétfő) 17.30-19.00

április 14. (hétfő) 17.30-19.00

április 28. (hétfő) 17.30-19.00

május 12. (hétfő) 17.30-19.00

020

Tanfolyam címe:

Angol kezdő

ONLINE

Képzés oktatója:

Spitzer Petra

Minimális létszám: 8 fő

Tematika:

1. Bemutatkozás, to be, legfontosabb tulajdonságok
2. Bemutatkozás gyakorlása, többesszám, birtokos szerkezet
3. Számok, foglalkozások
4. Mutatónévmások, there is/are, lakás
5. Lakás gyakorlása, saját ház és lakás bemutatása
6. Család, családi kötelékek, színek
7. A félév átisméltése, gyakorlás

Időpontok:

1. 2025. 03. 19. 8:30- 10:00 (szerda)
2. 2025. 04. 02. 8:30-10:00 (szerda)
3. 2025. 04. 09. 8:30-10:00 (szerda)
4. 2025. 04. 16. 8:30-10:00 (szerda)
5. 2025. 04. 30. 8:30-10:00 (szerda)
6. 2025. 05. 14. 8:30-10:00 (szerda)
7. 2025. 05. 21. 8:30-10:00 (szerda)

021

Tanfolyam címe:

Angol kezdő 2.

Képzés oktatója:

Spitzer Petra

Minimális létszám: 8 fő

Tematika:

1. Eddig tanultak átisméltése: bemutatkozás, család, lakókörnyezet

2. Idő kifejezése, elöljárószavak

3. Napirend, egyszerű jelen

4. Napirend és egyszerű jelen gyakorlása

5. Szabadidő

6. Házimunka, can segédige

7. A félév átisméltése, gyakorlás

Időpontok:

1. 2025. 03.18. 12:15-13:45 (kedd)

2. 2025. 03.25. 12:15-13:45 (kedd)

3. 2025. 04.01. 12:15-13:45 (kedd)

4. 2025. 04.08. 12:15-13:45 (kedd)

5. 2025. 04.15. 12:15-13:45 (kedd)

6. 2025. 05.06. 12:15-13:45 (kedd)

7. 2025. 05.13. 12:15-13:45 (kedd)

022

Tanfolyam címe:

Német haladó ONLINE

Képzés oktatója:

Spitzer Petra

Minimális létszám: 8 fő

Tematika:

1. Bemutakozás, egymás megismerése, család és közvetlen lakókörnyezet
2. Étterem, kávézó, rendelések leadása
3. Napirend, házimunka
4. Szobafoglalás egy hotelban, repülőtéren
5. Vásárlás élelmiszerüzletben és patikában
6. Öltözködés, legfontosabb ruhaneműk
7. A félév átisméltése, gyakorlás

Időpontok:

1. 2025. 03. 17. 12:15-13:45 (hétfő)
2. 2025. 03. 24. 12:15-13:45 (hétfő)
3. 2025. 04. 07. 12:15-13:45 (hétfő)
4. 2025. 04. 14. 12:15-13:45 (hétfő)
5. 2025. 04. 28. 12:15-13:45 (hétfő)
6. 2025. 05. 05. 12:15-13:45 (hétfő)
7. 2025. 05. 12. 12:15-13:45 (hétfő)

023

Tanfolyam címe:

Német haladó

Képzés oktatója:

Spitzer Petra

Minimális létszám: 8 fő

Tematika:

1. Bemutakozás, egymás megismerése, család és közvetlen lakókörnyezet
2. Étterem, kávézó, rendelések leadása
3. Napirend, házimunka
4. Szobafoglalás egy hotelban, repülőtéren
5. Vásárlás élelmiszerüzletben és patikában
6. Öltözködés, legfontosabb ruhaneműk
7. A félév átisméltése, gyakorlás

Időpontok:

1. 2025. 03.18. 10:15-11:45 (kedd)
2. 2025. 03.25. 10:15-11:45 (kedd)
3. 2025. 04.01. 10:15-11:45 (kedd)
4. 2025. 04.08. 10:15-11:45 (kedd)
5. 2025. 04.15. 10:15-11:45 (kedd)
6. 2025. 05.06. 10:15-11:45 (kedd)
7. 2025. 05.13. 10:15-11:45 (kedd)

024

Tanfolyam címe:

Német kezdő ONLINE

Képzés oktatója:

Spitzer Petra

Minimális létszám: 8 fő

Tematika:

1. Igeragozás, mondat szerkezet, köszönések
2. Bemutatkozás, nyelvtan gyakorlása
3. Számok, bemutatkozás folytatása
4. Határozott névelők, többes számok, hotel szoba foglalása
5. Összetett szavak, határozatlan névelők, lakás
6. Möchte, mondat szerkezet, lakás folytatása
7. A félév átisméltése, gyakorlás

Időpontok:

1. 2025. 03. 17. 8:30- 10:00 (hétfő)
2. 2025. 03. 24. 8:30-10:00 (hétfő)
3. 2025. 04. 07. 8:30-10:00 (hétfő)
4. 2025. 04. 14. 8:30-10:00 (hétfő)
5. 2025. 04. 28. 8:30-10:00 (hétfő)
6. 2025. 05. 05. 8:30-10:00 (hétfő)
7. 2025. 05. 12. 8:30-10:00 (hétfő)

025

Tanfolyam címe:

Német nyelvtan

Képzés oktatója:

Spitzer Petra

Minimális létszám: 8 fő

Tematika:

1. Igeragozás, mondatszerkezet, határozott és határozatlan névelők átisméltése

2. Módbeli segédigék

3. Präteritum

4. Perfekt

5. Feltételes jelen és múlt

6. Melléknévragozás

7. Passiv

Időpontok:

1. 2025. 03. 17. 10:15-11:45 (hétfő)

2. 2025. 03. 24. 10:15-11:45 (hétfő)

3. 2025. 04. 07. 10:15-11:45 (hétfő)

4. 2025. 04. 14. 10:15-11:45 (hétfő)

5. 2025. 04. 28. 10:15-11:45 (hétfő)

6. 2025. 05. 05. 10:15-11:45 (hétfő)

7. 2025. 05. 12. 10:15-11:45 (hétfő)

026-027

Tanfolyam címe:

Angol nyelv rutinos újrakezdőknek és fontolva haladóknak

Időpontok: keddenként 10.15-11.45

1. március 18

2. április 1

3. április 8

4. április 15

5. április 29

6. május 6

7. május 13.

TEMATIKA:

Ismeri a gyakori választ? „Már többször leszoktam a dohányzásról!” Nos, ilyen a rutinos újrakezdő! Már többször nekifogott az angolnak. Ő nekifogott, az angol pedig kifogott rajta. Ezúttal nincs „kifogás”. Ezt az elmúlt félévek hallgatói is igazolhatják, akik fokozatosan jutnak előre. Élvezetes formában, nem száraz nyelvtani, hanem szerkezeti megközelítéssel, szókincs -vadászattal, egy kis kultúrtörténettel. Hallgatóim a végén nem is értik, hogyan lehetett ezt annak idején abbahagyni...

028

Tanfolyam címe: Angol nyelvismeret – DALBAN elbeszélve

Képzés oktatója: Kerényi Péter

Minimális létszám: 8 fő

Időpontok: keddenként 12.15-13.45

1. március 18

2. április 1

3. április 8

4. április 15

5. április 29

6. május 6

7. május 13.

TEMATIKA:

Ez a korábbi években sokakat érdeklő sikeres kurzus új évfolyama – a bevált módszerrel és számos új dallal. Jobbnál jobb angol muzsikákat hallgatunk, olyanokat, amelyeket annak idején szívesen énekeltünk, esetleg hallás után fonetikusán írtuk le az szövegét a luxemburgi rádióból még akkor is, ha nem tudtuk pontosan, hogy a szöveg mit is jelent. Még az is elképzelhető, hogy csak a bulikban táncoltunk rájuk szívesen annak idején, miközben partnerünk vállára hajtottuk a fejünket a félhomályban.

S ahogy ismerkedünk a szövegekkel, bővítjük szókincsünket, s az is kiderül, hogy szép számmal van bennük többes szám, múlt idő. De még szenvedő szerkezet is. Olykor arra is fény derül, hogy maguk az előadók sem mindig voltak az angol nyelv használatában teljesen otthon...

Tanfolyam címe: Takács Marikától Vágó Istvánig

Amit a televíziózás történetéről, kulisszatitkairól tudni érdemes

Képzés oktatója: Kerényi Péter

Időpontok: keddenként 14.00-15.30

1. március 18

2. április 1

3. április 8

4. április 15

5. április 29

6. május 6

7. május 13

TEMATIKA:

Tematika:

A kurzus oktatója több mint négy évtizeden át volt televíziós műsorok szerkesztője és főszerkesztője. A VisszaVágó című könyv szerzője.

Érdekességek a TV hőskorából - A szereplőválogatás és fortélyai – A sorozatok vonzereje és lélektana (Kloss Kapitánytól – Szulejmánig) Valóságshow és valóság - A Játék a betűkkel-től a Legyen Ön is Milliomosig és tovább - A talkshow – Vitray – Friderikusz – Fábry - Különleges pillanatok – emlékezetes percek - Mi a televíziózás jelene és mi a jövője?

030

Tanfolyam címe: Forr a világ! Honnan jövünk? – merre tartunk?

Képzés oktatója: Kerényi Péter

Minimális létszám: 8 fő

Időpontok: keddenként 15.45-17.15

1. március 18

2. április 1

3. április 8

4. április 15

5. április 29

6. május 6

7. május 13.

TEMATIKA:

A képzés oktatója diplomás történész és külpolitika-szakon végzett újságíró. Egy történeti háttér utazás keretében ad ízelítőt a minket nap, mint nap, rendszeresen foglalkoztató kérdésekről. A világ eseményeiből, csomópontjaiból, országairól.

031

Tanfolyam címe:

Régi időkre emlékszel-e még? MEMÓRIAPRÓBA napjainkig.

Képzés oktatója: Kerényi Péter

Minimális létszám: 8 fő

Időpontok: szerdánként 10.15 -11.45

1. március 26

2. április 2

3. április 9

4. április 16

5. április 23

6. május 7

7. május 14.

TEMATIKA:

Számos olyan dologról beszélhetünk és beszélgetünk, ami ma már talán nincs is, vagy ha van teljesen másképp. Tudomány, politika, technika, életmód, zene – csak néhány azokból a területekből, amelyeket a tanfolyam érint. Memóriapróba sokunk fiatalságától napjainkig.

032

Tanfolyam címe:

Különc feltalálók – hétköznapi és különleges találmányok

Képzés oktatója: Kerényi Péter

Minimális létszám: 8 fő

Időpontok: szerdánként 12.15-13.45

1. március 26

2. április 2

3. április 9

4. április 16

5. április 23

6. május 7

7. május 14.

TEMATIKA:

Gondoltak-e valaha arra, hogy mikor találták fel a fülvédőt, hogyan született a fagyalt tölcsér, kinek a nevéhez kötődik az első hazugságvizsgáló, azaz poligráf és mióta használjuk az ujjlenyomatot vagy a fogkefét, miként látott napvilágot nemzedékek népszerű játéka a LEGO és persze folytathatnám. (és persze folytatjuk).

033

Tanfolyam címe: VILÁGJÁRÓ MOZI

Képzés oktatója: Kerényi Péter

Minimális létszám: 8 fő

Időpontok: szerdánként 14.00 – 15.30

1. március 26

2. április 2

3. április 9

4. április 16

5. április 23

6. május 7

7. május 14.

TEMATIKA:

Izgalmas utazás kedvelt filmekkel, zenékkal és élményekkel!

Tanfolyam címe: “DR ZWACK DAS IST EIN UNICUM” (II. József)

ZWACK PÉTER egy különleges ember, egy ital, egy nagy múltú gyár
családtörténete

Képzés oktatója:

Kerényi Péter – Zwack Péter személyes tanácsadója, a gyár volt
kommunikációs igazgatója, a Zwack Így tovább! című könyv társszerzője.

Minimális létszám: 8 fő

Időpontok: szerdánként 15.45-17.15

1. március 26

2. április 2

3. április 9

4. április 16

5. április 23

6. május 7

7. május 14.

TEMATIKA:

Tematika: Hol lehet a titkos recept? Mi volt Zwack Péter titka? Üzletember vagy politikus? Budapest, Amerika, Olaszország, ismét Amerika, Kecskemét és Budapest. A vizesembertől az Operabálig. Egy család története magyar történelembe illesztve. Igény esetén megszervezünk egy közös, -kóstolással összekötött, látogatást a Zwack Unicum Múzeum és Látogatóközpontba.

035

Tanfolyam címe: GYÓGYÍTÓ JÓGA

ONLINE

Képzés oktatója: Máté Erika

Minimális létszám: 8 fő

Tematika:

A gyógyító jóga kimondottan az 50 éves kor felett jelentkező ízületi és gerincproblémák enyhítését, testi-lelki blokkok oldását, valamint a helyes testtartás és légzés elsajátítását szolgálja.

Az órák menete:

- Rövid, vezetett meditációval és egyszerű légzőgyakorlatokkal kezdünk.
- Fellazítjuk a főbb ízületeket, megnyújtjuk a hátgerincet, bemelegítjük az izmokat.
- Az egész testet átmozgató, tematikus (pl. az emésztést segítő, a váll blokkjait oldó, a csípőt lazító) gyakorlatokkal folytatjuk – a jelentkezők igényei szerint.
- A gyakorlást vezetett relaxációval zárjuk.
- Minden óra elejét és végét az egyéni problémák, kérdések megbeszélésének szenteljük.

Kezdőknek és haladóbbaknak egyaránt ajánlott!

Időpontok: szerdánként 8:30 – 10:00

1. 2025. március 19, szerda 8:30 – 10:00

2. 2025. március 26, szerda 8:30 – 10:00

3. 2025. április 2, szerda 8:30 – 10:00

4. 2025. április 9, szerda 8:30 – 10:00

5. 2025. április 16, szerda 8:30 – 10:00

6. 2025. április 23, szerda 8:30 – 10:00

7. 2025. április 30., szerda 8:30 – 10:00

036

Tanfolyam címe: ARC- ÉS SZEMJÓGA

ONLINE

Képzés oktatója: Máté Erika

Minimális létszám: 8 fő

Tematika:

Az órák három komponense:

- arcjóga

- szemjóga

- kínai szemmasszázs

Időpontok: csütörtök 8:30 – 10:00

1. 2025. március 27., csütörtök 8:30 – 10:00
2. 2025. április 10., csütörtök 8:30 – 10:00
3. 2025. április 24., csütörtök 8:30 – 10:00
4. 2025. május 8., csütörtök 8:30 – 10:00
5. 2025. május 15., csütörtök 8:30 – 10:00
6. 2025. május 22., csütörtök 8:30 – 10:00
7. 2025. május 29., csütörtök 8:30 – 10:00

037

Tanfolyam címe:

Globális felfordulás: beköszöntött a „diszruptív” geopolitika korszaka

Képzés oktatója:

Dr. Nyáry Gábor

Minimális létszám: 8 fő

Tematika:

1. Trump 2.0: megváltozó játékszabályok, vagy az „őrült ember” külpolitikája?
2. Új európai „bizonytalansági rend”: ami az ukrajnai háború nyomában marad
3. Közel-Kelet: az Ottomán Birodalom kísértése
4. Sarkvidéki rivalizálás: Grönlandtól az Északi-tengeri Selyemútig
5. A „Mesterséges intelligencia fegyverkezési verseny”: Kína kontra USA
6. Műhold-nyájak és bányászat a Holdon: nagy és kishatalmak a világűrben
7. Techno-terrorizmus

Időpontok:

1. 2025.március 26. 10:15-11:45
2. 2025. április 02. 10:15-11:45
3. 2025. április 09. 10:15-11:45
4. 2025. április 16. 10:15-11:45
5. 2025. április 23. 10:15-11:45
6. 2025. április 30. 10:15-11:45
7. 2025. május 07. 10:15-11:45

038

Tanfolyam címe: Európa régiói és az Európai Unió

Képzés oktatója: Makkay Lilla

Minimális létszám: 8 fő

Tematika:

Európa régiói és az Európai Unió

1. Európa - földrajzi és/vagy geopolitikai fogalom?
2. Régiók ki- és felemelkedése
3. Az Európai Unió létrejötte, szerepe, fejlődéstörténete
4. Az Európai Unió napjainkban
5. Az Európai Unió működésének alapelvei, politikái
6. Az Európai Unió bővítése
7. Szomszédspolitikák - déli és keleti dimenzió

Időpontok:

2025.03.19. 17.20-19.00

2025.03.26. 17.20-19.00

2025.04.02. 17.20-19.00

2025.04.23. 17.20-19.00

2025.05.07. 17.20-19.00

2025.05.14. 17.20-19.00

2025.05.21. 17.20-19.00

039

Tanfolyam címe: Játék a nyelvvel – szövegalkotási gyakorlatok

Képzés oktatója: Dr. Szücs Katalin Ágnes

Minimális létszám: 8 fő

Időpontok:

2025. 03. 19. 10:15 – 11:45

2025. 03. 26. 10:15 – 11:45

2025. 04. 02. 10:15 – 11:45

2025. 04. 09. 10:15 – 11:45

2025. 04. 16. 10:15 – 11:45

2025. 04. 23. 10:15 – 11:45

2025. 04. 30. 10:15 – 11:45

040

Tanfolyam címe: Színházértés, -értelmezés, avagy nézzük, mit látunk!

Képzés oktatója: Dr. Szücs Katalin Ágnes

Minimális létszám: 8 fő

Időpontok:

2025. 03. 19. 12:15 – 13:45

2025. 03. 26. 12:15 – 13:45

2025. 04. 02. 12:15 – 13:45

2025. 04. 09. 12:15 – 13:45

2025. 04. 16. 12:15 – 13:45

2025. 04. 23. 12:15 – 13:45

2025. 04. 30. 12:15 – 13:45

041

Tanfolyam címe: Drámajáték, szerepjáték, avagy játsszunk színházat!

Képzés oktatója: Dr. Szücs Katalin Ágnes

Minimális létszám: 8 fő

Időpontok:

2025. 03. 19. 14:00 – 15:30

2025. 03. 26. 14:00 – 15:30

2025. 04. 02. 14:00 – 15:30

2025. 04. 09. 14:00 – 15:30

2025. 04. 16. 14:00 – 15:30

2025. 04. 23. 14:00 – 15:30

2025. 04. 30. 14:00 – 15:30

042

Tanfolyam címe: Beszéd, érvelés, retorika

Képzés oktatója: Dr. Szücs Katalin Ágnes

Minimális létszám: 8 fő

Időpontok:

2025. 03. 20. 12:15 – 13:45

2025. 03. 27. 12:15 – 13:45

2025. 04. 03. 12:15 – 13:45

2025. 04. 10. 12:15 – 13:45

2025. 04. 24. 12:15 – 13:45

2025. 05. 08. 12:15 – 13:45

2025. 05. 15. 12:15 – 13:45

043

Tanfolyam címe: Olasz középfaladó kurzus

Képzés oktatója: Nagy Dóra

Minimális létszám: 8 fő

Időpontok: Az órák tömbösítve lesznek megtartva a következő
időpontokban:

április 11.péntek (3óra, 1 szünetel) 14:00-16:15

május 6. kedd (4 óra 2 szünettel) 12:15-15:30

Május 20. kedd (3 óra, 1 szünettel) 14:00-16:15

június 5. csütörtök (4 óra 2 szünettel) 12:15-15:30

044

Tanfolyam címe: Csodálatos Itália

Képzés oktatója: Dr. Jászberényi József

Tematika:

Itáliai kalandozások, sok képpel és zenével.

Időpontok:

2025. március 25. kedd, 10:15-11:45

2025. április 1. kedd, 10:15-11:45

2025. április 8. kedd, 10:15-11:45

2025. április 15. kedd, 10:15-11:45

2025. április 22. kedd, 10:15-11:45

2025. április 29. kedd, 10:15-11:45

2025. május 6. kedd, 10:15-11:45