

# ÁPRILIS

Április 29. szombat 12:00

**Nyers, vegán potluck** Lénárt Gittával.

Április 29-30. hétvége 10:00-17:00

**Akupresszúra tanfolyam**

Belépő: 8000 Ft.

Április 29. szombat 10:00

**Pólóékszer készítés**

Kézműves foglalkozás. Rossz pólót kérünk hozni!

Belépés ingyenes.

## Állandó programok a Közösségi Házban:

**Német társalgás** - Alapfokú német tudás szükséges!

Péntekenként 10:00-tól, ingyenes.

**Kalocsai Hímzőklub**

Keddenként 15:00-tól, ingyenes.

**Meridiántorna**

Keddenként 12:00-tól és csütörtökönként 16:45-től.

Minden korosztálynak, ingyenes.

**Tai Chi**

Csütörtökönként 09:00-tól és 10:30-tól, ingyenes.

**Hahota torna**

Szerdánként 9:00-tól, belépő: 500 Ft.

**Hölgyek tornája**

Hétfőnként 16:30-tól, keddenként 18:30-tól (60

perc). Belépő: 1000 Ft/alk. Bérlet: 3500 Ft/5 alk.

**Gerincjóga**

Keddenként és péntekenként 8:30-tól (90 perc).

Belépő: 1000 Ft/alk., nyugdíjasoknak 800 Ft/alk.

Bérlet 8000 Ft/10 alk.

**Musical-jazz tánc** - Tini lányoknak!

Keddenként és csütörtökönként 15:00-tól. Belépő:

8000 Ft/hó.

**Ringató** - Énekes foglalkozás 3 éves korig.

Péntekenként 10:15-től. Belépő: 800 Ft/alk.

**Hastánc**

Keddenként 17:00-tól. Belépő: 800 Ft/alk.

Bérlet: 5500 Ft/ 8 alk.

**Musical tréning** - ének, táncitanítás 9 éven felüli

gyerekeknek. Szombatonként 9:00-tól.

**Asztrológia teaklub**

Minden hónap első péntekén 18:00-tól, ingyenes.

**Symbolon klub**

Minden hónap második péntekén 18:00-tól.

Belépő: 1000 Ft.

**Kreatív ásványkészítés, ásványtanácsadás**

Minden hónap második péntekén 16:00-tól.

**Jóga**

Szerdánként 17:30-tól és 19:00-tól (90 perc).

Belépő: 1000 Ft/alk. Bérlet: 8000 Ft/10 alk.

**Hahota torna**

Szerdánként 9:00-tól, belépő: 500 Ft.

Vezetői: Király Vilma.

**Gyógyító torna jóga elemekkel**

Keddenként 12:00-tól, ingyenes.

**SZABAD KÖNYVEPOLC, CSERE-BERE**

**ADOMÁNYPOLC - folyamatosan**

**R**ÉGÉSZETI KIÁLLÍTÁS  
BUDAÓRS

2040 Budaörs, Károly király u. 2.  
Telefon: +36-30-376-6699  
info@regeszetiuzem.hu  
www.regeszetiuzem.hu

Április 01. szombat

**Floralia, tavaszköszöntő római kori mulatság**

Április 08. szombat

**Húsvéti ajándékok készítése**

Április 08. szombat

**Tavaszköszöntő honfoglalás-kori mulatság**

Csiki Pihenőkert

Április 15. szombat

**Húsvéti tojásfestés**

Április 22. szombat

**Diszes virágcserepek készítése**

Április 29. szombat

**Anyák napi ajándékok készítése**

Műsorfüzetünk megjelenik havonta 8.000 példányban.

A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk.



## JÓKAI MŰR MŰVELŐDÉSI KÖZPONT

2040 Budaörs, Szabadság út 26.  
06 (23) 441-541, program@jmmk.hu, jmmk.hu,  
www.facebook.com/jmmkbudaors

### Április 3. hétfő 10:00

#### **BonBon Sextet: Fehérlófia**

Izgalmas hangszerelés, melynek célja a klasszikus zene megkedveltetése és a darabban szereplő hangszerek megismeretése, amit Gyöző bácsi vállal magára.

### Április 3. hétfő 17:00

#### **Nyitnikék**

A Budaörsi Kertbarátok, Dr. Luntz Ottokár Körének tavaszköszöntő rendezvénye. Tanácsadás, termékmutató, magbörze. A belépés ingyenes.

### Április 3. hétfő 18:00

#### **Művészeti sorozat: A XX. század második felének művészete (1945-1990)**

Gimesy Péter művészettörténész előadása.  
A belépés ingyenes.

### Április 4. kedd 18:00

#### **Magyar Történelmi Szalon**

Együttműködés a Keresztény Értelmiségiek Szövetsége (KESZ) budaörsi szervezetével. Szent László Év tiszteletére Dr. Osztie Zoltán tart előadást.

### Április 6. csütörtök 16:00

#### **Zenés nyugdíjas est**

Április 8. szombat 10:00, 11:00

#### **Babaszínház: Az öreg gózsós és a húsvéti nyúl (Dupla előadás)**

Babos Bábos Társulat előadása 1-4 éveseknek.  
Belépő: 800 Ft/ fő (babáknak, szülőknek ingyenesen).

### Április 9. vasárnap 15:00

#### **Húsvéti készülődés**

Kreatív foglalkozás minden korosztálynak: húsvéti dekorációk, apró ajándékok készítése. Belépő: 800 Ft/fő.

### Április 10. hétfő 19:00

#### **Suttogók**

József Attila verseibe való alámerülés. Ismert és kevésbé ismert verseinek, belső hangjainak megidézése, ahogy a

mosiban bennünk rezdül. A belépés ingyenes, de regisztrációhoz kötött! Előzetes regisztráció: 06-23/441-541-es telefonszámon vagy az ari.zsofia@jmmk.hu e-mail címen!

### Április 13. csütörtök 19:00

#### **Filmklub „Kötélékek”: Esküvő**

Ingyenes (dán-svéd filmdráma, 120 p, 2006)

### Április 18. kedd 18:00

#### **Kiállítás megnyitó: A Kárpátok üzenete**

Najgyonov Vladislav festőművész

### Április 24-30.

#### **Jócai Napok**

A teljes programsorozat ingyenes!

### Április 24. hétfő 18:00

#### **Világjárók sorozat: Átkelés a végtelenen**

Rakoncay Gábor, kétszeres Guinness világrekorder és hatszoros óceánátúró magyar hajós, az amerikai Év Kalandja Díj és a Magyar Formatervezési Díj tulajdonosa.

### Április 26. szerda 19:00

#### **„Flashback” SAB-zone jazz koncert**

Juhász Attila „Jack” (p), Tiba Sándor (d), Piri Béla (b)

### Április 27. csütörtök 19:00

#### **Beszélgetések: Úr, ír**

Salamon Suba László vendége Szakonyi Károly író.

### Április 28. péntek 19:00

#### **Borkóstoló: Figula Pincészet (Balatonfüred)**

BlueRoom zenéi. Előzetes regisztráció: koporosy.bort@jmmk.hu, telefonon.

### Április 29. szombat 16:00

#### **„Jócai egytálétel” főzőverseny Szóke Andrással**

Április 24-ig várjuk a csapatok jelentkezését!

### Április 30. vasárnap 10:00

#### **Csokibár: Csizmás kandúr**

Ákom Bákomp Bábcsoport előadása.

### Április 30. vasárnap 15:00

#### **Piros Rózsa Dalkör**

Zenes délután.

## ÁLLANDÓ PROGRAMOK

### Folharró haladó tanfolyam

Hétfőnként 17-20-ig, vezető: Nyiredy Judit

Előzetes regisztráció szükséges!

### Zeneovi-Hangszervarázs zene tanoda

Csütörtökönként 16:00-16:45.

Információ: Nagy Teréz +36 30 936 1713

### Kerekítő Mondókás Móka

0-3 évig csütörtökönként 9:30-tól.

### Kerekítő Bábos Torna

1-3 évig csütörtökönként 10:15-től,  
vezető: J. Kovács Judit.

### Gerincjoga nyugdíjasoknak

Minden kedden és pénteken 10:30-11:30-ig,  
vezető: Homonnay Fanni. Ár: 800 Ft/alk.

### Jóga

#### **Gyöngyfűzés**

Fortélyok fából-fafaragás

Hangoló- hangtechnikai tanfolyam

Kocogó-Futócsoport

Surranók Túraklub

Sétálj Velem Sétaklub

A megszokott időben, részletek a honlapon.

## Közösségi Ház - JMMK

2040 Budaörs, Lévai u. 34. Tel.: 06/23-703-004,  
30/613-8240, facebook.com/kozossegibudaors

### Április 7. péntek **Egészség világnapja** (ingyenes)

8:30 Gerincjoga

10:00 Mit jelez az íriszünk, mit mutat az auránk- előadás

12:00 Öngyógyító torna /Do-in/

13:00 Meridián torna

17:00 Hipnózissal az egészségért-előadás

### Április 9. vasárnap 10:00-12:00

#### **Készüljünk együtt a húsvétal!**

Kézműves foglalkozás a Zöldkörrel. Belépés ingyenes.

### Április 21. péntek 10:00

#### **Egészségmegőrzés reflexológiával**

Interaktív beszélgetés.

### Április 21. péntek 17:00

#### **Homeopátia**

Interaktív beszélgetés. Előadók: Dr. File Emília, Dr. Tóth Illdikó.

### Április 22. szombat 10:00

**Bach virágterápiával a mosolygós hétköznapokért**  
Előadás.