



UNIVERSITAS SCIENTIARUM SZEGEDIENSIS
SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEM

HUMÁNPOLITIKA IGAZGATÓSÁG

Kedves Munkatársak!

Az Szegedi Tudományegyetem Családbarát Egyetem koncepciója keretében 2024. októberében elindult Családbarát Hírlevél újabb megjelenésével a Szegedi Tudományegyetem és közreműködő szervezeteink szeptemberi és októberi programjait olvashatják az alábbiakban.

A programokkal szeretnénk felhívni figyelmüket az Egyetem családbarát programjaira, amelyekkel támogatni kívánjuk a mindennapi egyensúly megteremtését a munka és a család között.

Szeptember és október hónapokban számos izgalmas és hasznos esemény vár Önökre és akár családtagjaikra is: a Kutatók Éjszakájának több mint 400 izgalmas programja, ismeretterjesztő előadások, sportprogramok, egészségmegelőzés, izgalmas vetélkedő és az érdeklődők a Fűvészkertben még stresszoldást segítő illóolajat is készíthetnek.

Válogassanak kedvükre és vegyenek részt egy-egy jó hangulatú eseményen!

Dr. Saághy Andrea
humánpolitikai igazgató s.k.





Tartalomjegyzék

SZTE Alma Mater programjai.....	4
SZTE Egyetemi Életvezetési Tanácsadó Központ programjai.....	8
SZTE IKIKK programjai.....	12
SZTE Fűvészkert programjai.....	16
SZTE Juhász Gyula Pedagógusképző Kar Mentorháló Pedagógiai Szolgáltató Központ programjai.....	17
SZTE Klebelsberg Kuno Könyvtára programjai.....	21
SZTE Sportközpont programjai.....	25
SZTE Mezőgazdasági Kar programjai.....	37
További programok.....	40



A tudomány újra életre kel Szegeden!

2025. szeptember 26-án, pénteken és 27-én, szombaton a Szegedi Tudományegyetem több mint 400 izgalmas programmal vár minden érdeklődőt – a legkisebbektől a legnagyobbakig.

A rendezvény célja, hogy közelebb hozza a tudomány világát mindenkihez, és bepillantást engedjen a kutatói élet rejtelseibe.

Olyan laborok, intézetek és műhelyek nyílnak meg, amelyek az év többi napján zárva vannak a nagyközönség előtt.

Több mint 500 oktató, kutató és hallgató mutatja be, hogy milyen sokszínű és izgalmas a tudomány világa.

A programokon nemcsak hallgatni, hanem aktívan részt venni is lehet:

- különleges laborlátogatások, ahová máskor nem lehet bejutni
- inspiráló előadások és kerekasztal-beszélgetések
- kreatív foglalkozások és játékos tudományos kísérletek
- izgalmas bemutatók és kalandtúrák
- interaktív workshopok kora délutántól egészen késő éjszakáig

A Kutatók Éjszakája célja, hogy közelebb hozza a tudományt és a kutatói életpályát mindenkihez – barátságos, élményalapú formában.

Minden program ingyenes!

Regisztráció:

Külsős érdeklődőknek: <https://modulo.szte.hu/e-szte>

SZTE polgároknak (Modulo profillal): <https://modulo.szte.hu/szteportal>

Fedezd fel, hogyan formálja a tudomány a jövőt, és találkozz a kutatókkal, akik nap mint nap azon dolgoznak, hogy új ismeretekkel gazdagítsák a világot!

Találkozunk a Kutatók Éjszakáján 2025-ben Szegeden!

További információk:

<https://www.facebook.com/events/777597785015705>

SZTE Alma Mater programjai



2025. szeptember 20.
World Go Day 2025 Hungary –
Mályvavirágpontok Stafétája -
Nőgyógyászati Onkológiai
Világnap

Az ESGO ENGAGE tagozata, amely a nőgyógyászati daganatokkal foglalkozó civil szervezeteket fogja össze Európában, 2019 évtől minden év szeptember 20-ára hívta életre a “WORLD GO DAY” -t, a Nőgyógyászati Onkológiai Világnapot, melynek legfőbb célja ráirányítani a figyelmet a nőgyógyászati daganatokra, a tünetekre, a megelőzésre.

A világnapi eseményt immáron hetedik alkalommal a Mályvavirág Alapítvány szervezi meg Magyarországon, folytatva a 2020-ban indított Mályvavirág Pontok Stafétáját. 2025-ben a Staféta hatodik állomása az Szegedi Mályvavirág Pont, így Szeged városa lesz.

Az idei rendezvény egyik kiemelt támogató partnere, a Szegedi Tudományegyetem. AZ SZTE programokkal, infrastruktúrával és szűrésekkel is támogatja a Dugonics téri eseményt.



A központi programok mellett olyan kitelepülők várják korosztálytól függetlenül az érdeklődőket, mint a **Somogyi-Könyvtár**, az **SZTE SZRSC Pom Pom Girls**, a **Szegedi Sárkányhajó Egyesület**, a **Vem Cara Capoeira** csapata.

A **sportolás, játékos ismeretterjesztés** mellett **kézműveskedés** is lesz Katandival és Balasi Mariannal, a DoTeam sátránál pedig **egészségmegőrzés**hez kaphatunk hasznos tanácsokat.

Az SZTE Alma Mater és az SZTE Sportközpont is támogatja az idei megmozdulást, az SZTE JGYPK Testnevelési és Sporttudományi Intézet pedig **InBody méréssel** csatlakozik az aktív és feltöltő programokhoz a délután folyamán, ahol testösszetétel helyszíni kiértékelése mellett életmódtanácsokat is kaphatnak a résztvevők.

WORLD GO DAY 2025 HUNGARY - MÁLYVAVIRÁG PONTOK STAFÉTÁJA - NŐGYÓGYÁSZATI ONKOLÓGIAI VILÁGNAP

Mályvavirág Pontok Stafétája 2025 - Szeged

Az esemény információi:

Szervezők: **Mályvavirág Alapítvány, Szegedi Mályvavirág Pont**

Együttműködő kiemelt partnerek: **Szegedi Tudományegyetem,**

SZTE Szent-Györgyi Albert Klinikai Központ Szülészeti és Nőgyógyászati Klinika

Fővédnök: **Prof. Dr. Várbíró Szabolcs, a Szülészeti és Nőgyógyászati Klinika intézményvezetője**

Helyszín: **6720 Szeged, Dugonics tér, majd Klinika kert, és Partfürdő Stég**

Időpont: **2025. szeptember 20. (szombat) 10.00-18.00**

Részletes program:

10.00 - Megnyitó - meglepetéssel - "Csödülettel"

10.30 - Kerekasztal beszélgetés - "Beszéljünk az akadályokról, stigmákról - kicsit más szerepkörökben - hozzátartozók, egészségügyi dolgozók, munkaadók" tervezett helyszín: **Dugonics tér**, eső esetén **Somogyi Könyvtár**

11.30 - Jubileumi Eötvös Kórus műsora

12.00 - Közösségi joga a DoTeam csapattal

13.00 - World Go Day Hungary - Mályvavirág Pontok Stafétájának + World Go Day Orvos-Nagyköveti Staféta átadása

13.30 - SZTE-SZRSC PomPom Girls bemutató

14.00-15:00 SZTE Sportközpont Sportaktivitás

15.15 - "2025 méter gyalogszerrel nem csak magamért" - Közös figyelemfelhívó GO DAY gyaloglás,

majd a célban - a **Szegedi Nőgyógyászati Klinika kertjében** - egyénileg elhelyezzük/letűzzük a kis figyelemfelhívó zászlóinkat, akikért a 2025 métert megtettük.

15:45 - Mályva-dal közös eléneklése

17:30 - Sárkányhajó program a Szegedi Sárkányhajó Egyesülettel - előtte utána a **STÉG-nél** Welcome snack + kötetlen beszélgetés

Továbbá hagyományosan **egész napos szűrővizsgálatok** (kardiológiai szűrés, állapotfelmérés, életmód tanácsadás) a Gottsegen György Országos Kardiovaszkuláris Intézet szűrőbuszán az Országos Kórházi Főigazgatóság támogatásával



A World Go Day programjának a közös mozgás, a szűrések, az egészségmegőrzés mellett minden évben hagyományosan részét képezi egy **közös séta**, ez idén 15.30-kor indul a Dugonics térről és a Nőgyógyászati Klinika kertjét érintve a Partfürdőre megy tovább a rendezvény, ahol közös sárkányhajózással zárul a világnap.

A Jókai utcában 10.00 – 15.00-ig **szűrőbusz** várja a jelenlévőket.

A nap során egy **flashmobba**, **közös jógába** és **gerinctréningsbe**, **tartásjavító zenés tornába** is bekapcsolódhat korosztálytól függetlenül, aki aktívan kíván részt venni a szegedi World Go Day-en.

Aki tud, viseljen ezen a napon lila színt, hogy minél többen legyünk Szegedről az idei World Go Day világtérképen.

A 2025-ös Európai Mobilitási Hét és Autómentes Nap
2025-ben szeptember 22. lesz és várhatóan a Szegedi Tudományegyetem is csatlakozik ehhez a kezdeményezéshez bringás reggelivel és bicikliszervízzel, a programok a József Attila Tanulmányi és Információs Központ épületénél lesznek.

Szervezők: SZTE Stratégiai Igazgatóság és
József Attila Tanulmányi és Információs Központ



2025. szeptember 26.

SZTE Alma Mater kitelepülés az SZTE József Attila Tanulmányi és Információs Központ programján

Kutatók Éjszakája a fenntarthatóság jegyében /
Researchers' Night in the spirit of sustainability

Az SZTE József Attila Tanulmányi és Információs Központ a szegedi egyetem „zöld szíve”. Épp ezért a Kutatók Éjszakáján a fenntarthatóság jegyében rendezünk zöld programokat 13:00 és 17:00 óra között.

Fenntartható divat, csomagolásmentes életmód, zöld kézműves foglalkozások, környezetbarát megoldások a mindennapokban.

Célcsoport: általános iskolás - felsősök, egyetemisták, felnőttek, középiskolások,
általános iskolás - alsósok, kifejezetten családosoK, óvodások

A program külföldiek számára is nyitott.

A rendezvény helyszíne akadálymentes.

Jelleg: beszélgetés, kreatív foglalkozás, workshop

Előadó(k):

- Az SZTE IKIKK Harmadik Fejlesztések Klaszter Zöld SZTE Fejlesztési Program
- az SZTE Nemzetközi és Közkapcsolati Igazgatóság Rendezvénytér Menedzsment Iroda
- az SZTE Alma Mater munkatársai

Időpont: 13:00 - 17:00

Helyszín: SZTE József Attila Tanulmányi és Információs Központ
(Szeged, Ady tér 10.)

Programjaink:

- Kreatív workshop chillezéshez

Vállalhatatlan a kedvenc pólód? Nincs már szükséged a tesipólóra? Ki ne dobd, hasznosítsd velünk újra, hogy mindig veled maradhasson!

Hozd magaddal és készíts az SZTE Alma Materrel díszpárnát. vagy karkötőt!

Amit hozz magaddal: megunt, szabadalható póló

- Kreatív workshop a #könyvespolccal

A csatlakozók a könyvdíszítés művészetével ismerkedhetnek meg az SZTE Alma Mater önkéntesei jóvoltából, a programot 12 éves kor felett ajánljuk. Hozd el kedvenc könyved és varázsold egyedi műalkotássá, vagy tedd a megunt példányokat az élfestéssel könyvespolcod díszévé.

Amit hozz magaddal: saját könyv, javasolt a kemény táblás

A részletes programért kövesd a TIK Facebook-oldalát!

<https://www.facebook.com/SZTETIK>

SZTE Egyetemi Életvezetési Tanácsadó Központ programjai

2025. szeptember 10.
Közösen biztonságban az egyetemen –
Workshop SZTE hallgatóknak



Az SZTE Életvezetési Tanácsadó Központ és a Bűnmegelőzési és Oktatási Szolgáltató Központ szakmai összefogásban tartja ezt a különleges workshopot, amely reagál az egyetemi térben is előforduló személy- vagy közösségellenes erőszakos magatartásokra.

Workshop egyetemistáknak –
Hogyan ismerd fel, ha baj van?

Te is szeretnéd tudni, hogyan lehet időben észrevenni, ha valaki bajban van körülötted?
Mi az, ami csak különtség... és mi az, ami már veszély?



Ezen a workshopon megtanulhatod, hogyan ismerheted fel a figyelmeztető jeleket, és mit tehetsz, ha úgy érzed, valaki (akár egy csoporttársad) segítségre szorul.
Az előadás során megismerkedhetsz az elkövetővé válás elméleti hátterével és aktuális statisztikai adatokkal. A workshopon pedig a regisztráló hallgatók kiscsoportokban vehetnek részt megtörtént esetek elemzésében, megbeszélésében.



Időpont: 18:00
Helyszín: JATE Klub (Szeged, Dugonics tér 13.)

Az esemény regisztrációhoz kötött:
<https://docs.google.com/.../1FAIpQLSfjDVBL.../viewform...>

A beléptetés és a műsorváltozás jogát fenntartjuk!



**2025. szeptember 30.
Hogyan tudjuk megélni az önállósodást?
Pszichoedukációs est a KortársAid szervezésében**

Hogyan tudjuk megélni az önállósodást?
Milyen érzés a „kapunyitás”, amikor kilépünk a felnőtt lét küszöbén?
Mi segíthet a szülőkről való leválásban és az autonómia megélésében?
Szeptember 30-án, kedden 18 órakor várunk szeretettel minden érdeklődőt egy közös beszélgetésre, ahol ezekre a kérdésekre keressük a választ – tapasztalatcserével, megosztással, kortárs nézőpontból.



Időpont: 18:00
Helyszín: Szeged, Vitéz utca 17.

A részvétel ingyenes az SZTE hallgatói számára, de regisztrációhoz kötött!

Regisztráció: <https://forms.gle/M14PFmevuTfXgXMs7>

2025. október 22.

**Művészetterápiás csoportfoglalkozás SZTE
hallgatóknak – "Egyensúly, határok, célok"**



Szükséged lenne egy kis lelassulásra, új nézőpontokra vagy önismereti lendületre? Csatlakozz az SZTE hallgatóinak szóló művészetterápiás csoportfoglalkozásunkhoz, ahol az alkotás eszközein keresztül foglalkozunk olyan témákkal, mint az egyensúly megteremtése, a személyes határok kijelölése és a célok tudatosítása.

Nem kell hozzá rajztudás
– csak Te és a
nyitottságod!

Időpont: 16:00

Helyszín: SZTE – pontos
tereminformáció a
visszaigazoló levélben

Kinek szól? Az SZTE
minden hallgatója
számára nyitott

MŰVÉSZETTERÁPIÁS CSOPORTFOGLALKOZÁS

EGYENSÚLY, HATÁROK, CÉLOK

SZTE hallgatóknak

OKTÓBER 22., 16:00

Honvéd tér 6 • EÉTK

Regisztrációhoz kötött



A foglalkozás során festészeti és vizuális önkifejezési technikákkal segítünk:

- tudatosabban rálátni a saját működésedre,
- felismerni belső erőforrásaidat,
- elmélyíteni önismeretedet támogató, elfogadó közegben.

Az esemény ingyenes, de regisztrációhoz kötött.

Regisztráció és további információ: <https://forms.gle/uDwjuUdTtTT2G1Ek6>

Merj alkotni – és közben felfedezni önmagad!



TANULÁS-MÓD-SZER-TÁR online tanulásklubok:

2025. szeptember 24. Tudatos időszervezés? Hogyan?

2025. október 22. Őszi egyensúly a félévi eredményekért

Ebben a félévben is lesz online tanulásklub, minden hónap utolsó szerdáján,
17:00 – 19:00 h között.

Tanulás-MÓD-SZER-TÁR - ONLINE TANULÁSKLUB

(CooSpace csoportként ezzel a címmel található meg, állandó tanulástámogató felület, az online tanulásklubok elérési linkje is ott található)

Kredit nélkül elérhető sok-sok hasznos tartalom tanulásmódszertan témakörben a CooSpace színterek felületen: „Ahová jelentkezhetek” menüpont alatt:

- időmenedzsment vs. halogatás
- stresszoldás
- tanulási önismeret
- tanulási kudarcok kezelése
- rejtett balkezesség
- tanulási hatékonyság

Időpontok:

- szeptember 24. 17:00
- október 22. 17:00

Helyszín: online (Zoom)

<https://us02web.zoom.us/j/82301577638?pwd=PE7qcbAUNhBnbJl0lvhFCEg1XeGcB.1>

TANULÁSMÓDSZERTÁR
ONLINE **TANULÁSKLUB**
élő online workshop

szeptember 24. szerda, 17 h

október 22. szerda, 17 h

november 26. szerda, 17 h

- időmenedzsment vs. halogatás
- stresszoldás
- tanulási önismeret
- tanulási kudarcok kezelése
- tanulási hatékonyság



cikk



ZOOM

2025. őszi





2025. október 27.
„Muti hol dolgozol” nap

Egy nap amikor az SZTE-s munkatársak gyermekeinek mutatjuk be az egyetemet.

Immár hagyomány, hogy a közoktatási szünet egy napján az SZTE kitarja kapuit a dolgozók kisiskolás gyermekei előtt. Lehetőséget teremtünk munkatársaink alsós gyermekeinek, hogy az egyetemen a Kutatók éjszakájához hasonló foglalkozásokon, élményprogramokon vegyenek részt 8- 16-ig. A napon a gyerekek önállóan és szülővel is részt vehetnek.



**Felhívás közreműködő egységeknek, munkatársaknak –
MUTASD BE A MUNKÁDAT ALSÓS GYEREKEKNEK**

SZTE munkatársak, egységek jelentkezése a „Muti hol dolgozol” napra:
Várjuk őszi programunkra azon egységek, SZTE munkatársak jelentkezését, akik 1-3 órás programot vállalnak az SZTE-s kollégák kisiskolás gyermekeinek. A jelentkezést kérjük, a csaladbarategyetem@szte.hu címre küldjék.

Gyerek jelentkeztetése a „Muti hol dolgozol” napra:
Szeptember 30-ig várjuk a jelentkezést.
1-4. osztályos gyerek jöhetnek a programra.
A következő adatokat kérjük megadni a csaladbarategyetem@szte.hu címre küldött levélben

- gyermek neve
- gyermek életkora
- szülő neve
- SZTE egység, ahol dolgozik
- szülő telefonos elérhetősége
- a gyerek önállóan vagy szülővel vesz részt a rendezvényen

A program részleteiről a jelentkezőket külön tájékoztatjuk.



Párkapcsolati kérdések – kurzus hallgatóknak

Az őszi félévben ötödik alkalommal került meghirdetésre a Párkapcsolati kérdések – gyermekkoron túl, családon innen kurzus.

Cél, hogy a hallgatók szerezzenek ismereteket a család születése és formálódása, a családi élet hétköznapi praxisának és a konfliktusok inter- és multidiszciplináris megközelítési módjairól.

Az **előadások** mellett, **kiscsoportos foglalkozások** is részei a programnak, illetve lehetőség van az egyetem családbarát programjain **önkénteskedni** is.

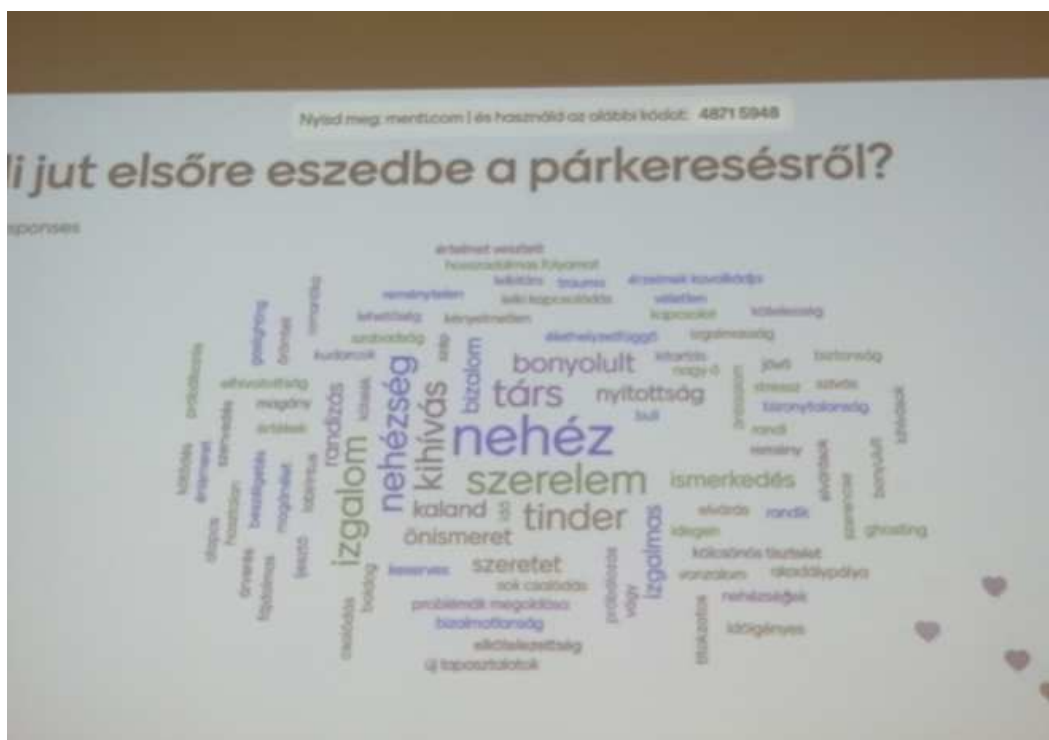
A résztvevők visszajelzései alapján a kurzus életközeli, sokat ad a mindennapokhoz és nem csak a párkapcsolati kérdésekben, hanem felnőtt önmaguk megtalálásában is.

A kurzussal **közösséget is kívánunk építeni hallgatók és munkatársak között** is. Számos oktató tartott már előadást, tréninget, de az előadók között szerepelt Pál Ferenc, Kozma-Vízkeleti Dániel és Mihalecz Gábor is.

Korlátozott számban van lehetőség SZTE munkatársaknak is részt venni egyes előadásokon.

Szívesen fogadunk közreműködésre kollégákat is.

További információ, kapcsolatfelvétel: csaladbarategyetem@szte.hu



2025. október 7.
Baba-mama klub SZTE munkatársaknak



Kisbabával otthon tartózkodó kollégáinknak hagyományteremtő céllal baba-mama klubot szervezünk.

A programra gyermekükkel érkezhettek. Rövid előadás, gyermekes foglalkozás és kis ajándékkal várjuk a résztvevőket. A "megtévesztő" név ellenére szeretettel fogadunk apukákat is!

Időpont: 10:00-12:00

Helyszín: SZTE Egészségtudományi és Szociális Képzési Kar
(Szeged, Temesvári körút 31.)



Az előzetes jelentkezést kérjük 2025. szeptember 30-ig a csaladbarategyetem@szte.hu címre küldjék BABA-MAMA klub tárggyal.

Kérjük adják meg gyermekük nevét, életkorát, saját nevüket és az egységet, ahol dolgoznak.

A jelentkezőket e-mailben tájékoztatjuk a részletes programról.

A program az SZTE Egészségtudományi és Szociális Képzési Karával együttműködésben szervezzük.





Családbarát Egyetem



SZTE IKIKK

Interdiszciplináris Családtudományi
Kutató- és Fejlesztő Központ



Interdiszciplináris
Kutatásfejlesztési
és Innovációs
Kiválósági Központ

Társadalmi Felelősségvállalás
Kompetenciaközpont

A Szegedi Tudományegyetem Családbarát Egyetem programjának egyik legszebb hagyománya a vándorbölcső, amely hat hónapra az egyetem azon munkavállalójához, hallgatójához kerülhet, akinek gyermeke vagy unokája születik. A bölcső megtekinthető a JATIK földszintjén.

A bölcső ingyenesen kerül a családhoz, de felelősséggel tartoznak annak épségéért.

Az átadás mindig ünnepélyes keretek között zajlik, amelyről rendszerint a helyi sajtó is beszámol. Az SZTE, mint családbarát szolgáltatást nyújtja ezt munkatársainak, hogy az egyetem közösségén belül is megélhető legyen a családalapítás öröme, és a bölcső révén továbbadjuk egymásnak a szeretet és gondoskodás szimbólumát.

A bölcsőre a következő adatok megadásával a **csaladbarategyetem@szte.hu** címen lehet jelentkezni:

név
beosztás
egyetemi egység
gyermek várható születési ideje
vállalás az ünnepélyes átadáson való részvételre, a bölcső jó állapotának megóvására



2025. október 10.

Workshop - aromaterápiás roll készítés



Különleges barangolásra invitáljuk az érdeklődőket az illóolajok, illatok világába. Két olyan fókuszterület illatait járjuk körbe, melyek a legtöbb ember érdeklődésének középpontjában állnak: lelki egyensúlyt és stresszoldást segítő illatok, illetve a koncentrációt, szellemi frissesség fenntartását segítő illóolajok.

A foglalkozás alkalmával minden résztvevő egy saját, 10 ml-es illat rollt állíthat össze a fenti két fókuszterület közül választva.

A workshop részvételi díja SZTE munkatársaknak 4.500 Ft/fő, amely magában foglalja a fűvészkerti belépő árát is. A férőhelyek száma korlátozott, a foglalások sorrendjében tudunk helyet biztosítani.

Időpont: 15:30-17:00

Helyszín: SZTE Fűvészkert Illatok Birodalma gyógynövényház
(Szeged, Lövölde utca 42.)

Regisztráció: masa.ildiko@szte.hu.

SZTE Juhász Gyula Pedagógusképző Kar Mentorháló Pedagógiai Szolgáltató Központ programjai

Mentorháló: meghatározó, mértékadó, minőségi!

„Tanulás, élmény, szórakozás” – több mint 10 éve ígéri ezt a "hármass csomagot" a programjaira érkező vendégeinek a Mentorháló, a dél-alföldi régió meghatározó, mértékadó, kimagasló népszerűségnek örvendő edukációs, ismeretterjesztő és tudománynépszerűsítő programsorozata.

Mostanra közel 75.000 néző tapasztalhatta meg velünk a magas színvonalú Mentorháló-esték tanulást, élményt és szórakozást hozó felejthetetlen hangulatát.

Bizton állítjuk: kivételes felkészültségű előadók, izgalmas témák és páratlan élményeket hozó beszélgetések és előadások várnak ránk idén ősszel is. Nagy szeretettel várjuk Önöket szeptemberi és októberi programjainkra.

Az SZTE dolgozói és hallgatói SZTE-igazolvány birtokában kedvezményes jegyeket válthatnak személyes jegyvásárlás során.

Az őszi évad programfüzete ITT ÉRHETŐ EL: <https://fliphtml5.com/hhgsx/ktjm/>

Az előadások részletei itt is olvashatók:

<https://www.facebook.com/azigazimentorhalo/events>



MENTORHÁLÓ
tanulás · élmény · szórakozás



**KOZMA-
VÍZKELETI
DÁNIEL**

**ANYÓS-MENY, APÓS-VŐ:
"KÖTELEZŐ FESZÜLTÉG"?**

**2025. szeptember 16.
kedd, 18:00**

 **IH Rendezvényközpont
Szeged**

JEGYÁR: KEDVEZMÉNYES ÁRÚ JEGYEK: 3.800 FT (PEDAGÓGUSIGAZOLVÁNY, SZTE-KÁRTYA, NYUGDÍJAS-IGAZOLVÁNY); TELJES ÁRÚ JEGYEK: 4.500 FT.

2025. szeptember 16. Anyós-meny, após-vő: "kötelező feszültség"?

Előadónk Kozma-Vízkeleti Dániel család-pszichoterapeuta, klinikai szakpszichológus, a Mentorháló egyik legsikeresebb előadója

Viccek százai szólnak arról, hogy mennyi feszültséggel, nehézséggel, beleszólással, rivalizálással jár az anyós-meny és após-vő kapcsolat.

- Mi a természetes feszültségforrás ilyenkor - és mi az elkerülhető?
- Melyek az alkalmazkodás jó gyakorlatai?
- Milyen távolságra érdemes költözni a szülői háztól mindehhez? :-)

Kíváncsian várjuk, hogy mit mond erről a témáról a Mentorháló történetének egyik legsikeresebb előadója, Magyarország legnépszerűbb családterapeuta szakembere: KOZMA-VÍZKELETI DÁNIEL!

Az előadást MINDENKINEK jó szívvel ajánljuk, akinek valaha is volt/van/lesz anyósa és apósa, menyé és veje, és akit érdekelnek a családi együttélés szépségei és kihívásai.

Időpont: 18.00

Helyszín: IH Rendezvényközpont, Szeged

További információ: <https://www.facebook.com/events/506970252369812/>

Jegyek az IH-ban és online: <https://jegyek.ihrendezvenykozpont.hu/>

**2025. szeptember 23.
Kenyeres András: Győztes gondolkodás**

Az elmúlt év egyik legsikeresebb előadója, Kenyeres András viselkedés-biológus, sport mentáltréner, business coach, a magyar férfi vízilabda válogatott korábbi mentális és kommunikációs tanácsadója újra Szegeden!

Beszélgetőtárs: Tibenszky Moni Lisa

Érdekes, tanulságos történetek az élsport világából - módszerek első kézből, amelyeket mindenki hatékonyan alkalmazhat!

Ezen a különleges rendezvényen a siker és a győztes gondolkodás valódi arcát ismerhetjük meg – nem csak a versenypályákon, hanem a mindennapokban is.

Szó lesz többek között:

- a szemléletmód megváltoztatásáról
- célokról
- fókuszalásról
- önbizalomról és önmotivációról
- és olyan eszközökről, amelyek még jobbra tesznek.

MENTORHÁLÓ
tanulás · élmény · szórakozás

KENYERES ANDRÁS

Győztes gondolkodás
- amit az élsport világtól tanulhatunk!

A beszélgetés moderátora: **Tibenszky Moni Lisa**

**2025. szeptember 23.
kedd, 18:00**

IH Rendezvényközpont Szeged

JEGYÁR: KEDVEZMÉNYES ÁRÚ JEGYEK: 3.800 FT (PEDAGÓGUSIGAZOLVÁNY, SZTE-KÁRTYA, NYUGDÍJAS-IGAZOLVÁNY); TELJES ÁRÚ JEGYEK: 4.500 FT.

Megmutatjuk, hogyan lehet eredményesnek lenni úgy, hogy közben ne égünk ki, és hogyan formálhatjuk gondolkodásmódunkat, hogy ne csak túléljük, hanem meg is éljük a kihívásokat.

- Hogyan kezeljük a mindennapi akadályokat, kudarcokat és stresszt?
- Mitől lesz valaki nemcsak eredményes, de hosszú távon is kiegyensúlyozott?
- Milyen mentális eszközöket használ az élsport, amit mi is alkalmazhatunk a hétköznapiakban?
- Mi az a győztes gondolkodás – és hogyan fejleszthető?

Időpont: 18.00

Helyszín: IH Rendezvényközpont, Szeged

További információ: <https://www.facebook.com/events/1784875509098754>

Jegyek az IH-ban és online: <https://jegyek.ihrendezvenyekozpont.hu/>

2025. október 6.

Hogyan tanul és felejt az emberi agy?

Vendégünk: dr. Hangya Balázs agykutató, matematikus

Az őszi évad ismeretterjesztő előadásán - vendégünk dr. Hangya Balázs agykutató, a HUN-REN Kísérleti Orvostudományi Intézet rendszer-idegtudományi kutatócsoportjának vezetője!

Agyunkban jelenlegi tudásunk szerint kb. 86 milliárd idegsejt, más néven neuron található. Egy idegsejt akár 10.000 másik idegsejttel is kapcsolatot létesíthet és ezeknek a kapcsolatoknak, más néven szinapszisoknak a száma az agyban elérheti az 1.000 billiót.

Míg az idegsejtek viszonylag stabil képződmények, a köztük lévő kapcsolatok, a szinapszisok rendkívül dinamikusán változnak, állandóan megerősödnek vagy gyengülnek, születnek vagy eltűnnek. Emlékeinket, személyiségünket is főleg ebben a folyton változó rendszerben kell keresni.



MENTORHÁLÓ
tanulás · élmény · szórakozás

**DR. HANGYA
BALÁZS**

Hogyan tanul és felejt
az emberi agy?



**2025. október 6.
hétfő, 18:00**



**IH Rendezvényközpont
Szeged**

JEGYÁR: KEDVEZMÉNYES ÁRÚ JEGYEK: 3.000 FT (PEDAGÓGUSIGAZOLVÁNY, SZTE-KÁRTYA, NYUGDÍJAS-IGAZOLVÁNY); TELJES ÁRÚ JEGYEK: 3.500 FT.

Milyen elvek és szabályok alapján hozza létre, őrzi meg, írja felül vagy törli az agy az emléknymokat? Hogyan tanul és felejt az emberi agy?

Időpont: 18.00

Helyszín: IH Rendezvényközpont, Szeged

További információ: <https://www.facebook.com/events/680495541406167/>

Jegyek az IH-ban és online: <https://jegyek.ihrendezvenykozpont.hu/>

2025. október 21.

Leckék a vadonból

Vendégünk: Camino Steve világutazó

Készüljenek, készüljetek: újabb világutazó a Mentorháló színpadán!

Vendégünk Camino Steve (Csutka István) thru hiker (hosszú távú túrázó), blogger és „mesélő”, akit a civilizációtól távoli túraösvényeken eltöltött hosszú hónapok rengeteg mindenre megtanítottak.

A Leckék a vadonból c. előadásban Camino Steve nem csupán a hagyományos- és az ultrakönnyű túrázásról, a felszerelésekről és a túlélésről mesél majd. Azokról a természettől kapott „leckékről” is, amelyek sokkal többre és főleg sokkal értékesebb dolgokra is megtanították.

Leckék a vadonból, leckék az életről, leckék arról, hogy miképpen tudunk harmóniában élni a természettel. Leckék, melyek segítenek rátalálni bennünket arra az ösvényre, amelyről mindig is álmodoztunk.

Inspiráló történetek, gyönyörű fotók – kihagyhatatlan előadás kicsiknek és nagyoknak egyaránt!



MENTORHÁLÓ
tanulás · élmény · szórakozás

**CAMINO
STEVE**

Leckék a vadonból

**2025. október 21.
kedd, 18:00**



**IH Rendezvényközpont
Szeged**

JEGYÁR: KEDVEZMÉNYES ÁRÚ JEGYEK: 3.800 FT (PEDAGÓGUSIGAZOLVÁNY, SZTE-KÁRTYA, NYUGDÍJAS-IGAZOLVÁNY); TELJES ÁRÚ JEGYEK: 4.500 FT.

Időpont: 18.00

Helyszín: IH Rendezvényközpont, Szeged

További információ: <https://www.facebook.com/events/680347788162415/>

Jegyek az IH-ban és online: <https://jegyek.ihrendezvenykozpont.hu/>

SZTE Klebelsberg Kuno Könyvtára programjai

2025. szeptember 26.

Kutatók Éjszakája az SZTE Klebelsberg Könyvtár és Levéltárban



Könyvtárunk a Kutatók Éjszakájára négy előadással és egy interaktív programmal készül, amelyek szabadon látogathatóak minden érdeklődő számára, előzetes regisztráció vagy könyvtári tagság nem szükséges.

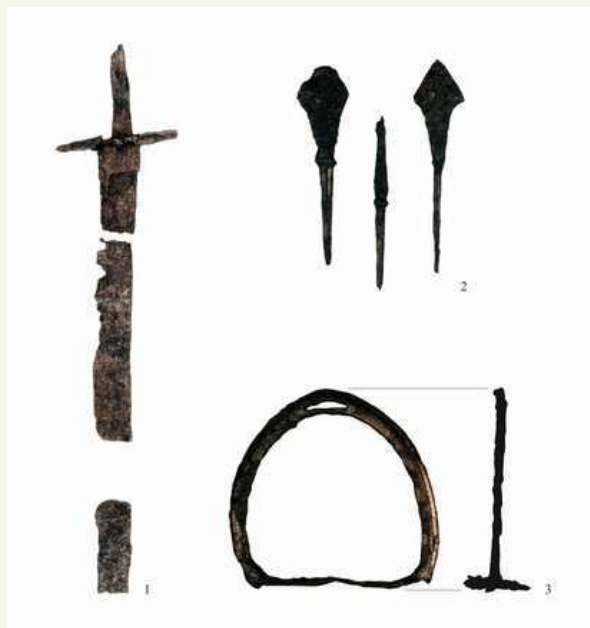
- Legyél te is betűvető! – interaktív kiállítás és kreatív foglalkozás
2025. szeptember 26. 17:00-20:00 ~ Átrium



Egy interaktív kiállításra várunk mindenkit, ahol megismerkedhetnek a könyvnyomtatás rejtelmeivel, valamint elkészíthetik saját betűnyomdás könyvjelzőjüket.

A legkisebbeket párosítós játékkal és színezővel várjuk, a nagyobbak pedig belelapozhatnak matuzsálem-korú könyveinkbe, kezükbe vehetik ólombetűinket, majd egy rövid kvízben is összemérhetik tudásukat.

- Katona Kiss Attila: Régészeti adatok a magyarországi besenyők történetéhez
2025. szeptember 26. 17:30 ~ Auditorium Minimum



Előadásunkban a Magyarországra
települt kipcsak-török nyelvű nomád
nép,
a besenyők régészeti emlékeit
tekintjük át, bemutatva a legújabb
eredményeket is.
Igen valószínű, hogy a nemrégiben
előkerült leletek
döntően befolyásolhatják
a magyarországi besenyők történetének
sarokpontjait.

- Dr. Tasiné Dr. Csúcs Ildikó: Miért emigrált Szent-Györgyi Albert, egyetemünk Nobel-díjas tudósa? Önkormányzat az SZTE Klebsberg Könyvtár és Levéltár kép- és dokumentumanyaga segítségével
2025. szeptember 26. 18:00 ~ Auditorium Minimum

Szent-Györgyi Albert emigrációjáról sokféle tévhit kering. Előadásunkban bemutatjuk azt a folyamatot, amely oda vezetett, hogy nem kívánatos személlyé vált a Rákosi-rendszerben.

Részletezzük az ellene folytatott sajtópropagandát, barátja elrablásának történetét, a könyvtárunkban fellelhető források (hírlapok) alapján az egész ellene folytatott lejárató kampányt. Azt a politikai légkört, ami még egy Nobel-díjas tudóst sem kímélt, sőt személyes szabadságát veszélyeztette és váratlan emigrációra kényszerítette.



- Farkas Katalin: Az informatika szegedi úttörője: Kalmár László hagyatéka az SZTE Klebelsberg Könyvtár és Levéltárban
2025. szeptember 26. 18:30 ~ Auditorium Minimum



Kalmár László könyveit, kéziratait tartalmazó gyűjtemény 1978-ban került a szegedi egyetem birtokába.

A dokumentumokon keresztül egy kivételes tudós életútja rajzolódik ki, aki az első között ismerte fel az alkalmazott matematikában rejlő határtalan lehetőséget és aki a szegedi egyetemen Magyarországon elsőként indította el a programozó matematikus képzést.

- Dr. Gausz Ildikó: Kulcsra zárt múlt – ajtót nyit a levéltár. Egyetemi emlékek papíron, múltidézés levéltári iratokkal
2025. szeptember 26. 19:00 ~ Auditorium Minimum

Az SZTE Klebelsberg Könyvtár és Levéltár levéltári egysége bemutatja, hogyan őrzi és kutatja az egyetem történetének írott emlékeit. A látogatók megismerhetik, mit csinál egy levéltáros, milyen dokumentumokat őriz a levéltár, és hogyan válik a múlt forrássá a kutatók számára. Néhány különleges iratot is kézbe vehetnek, miközben felfedezik az intézmény történeteit. A program elsősorban ismeretterjesztő, de bepillantást enged a levéltári munka kulisszái mögé is.



2025. október 29.

**A SCI-eszta polc bemutatja: Tódor Marina -
Szorult helyzetben**

Mi történik akkor, ha egy alá-fölérendeltségi viszonyban a tekintélyszemély célkeresztjébe kerülünk?

Nyilván két út van: behódolunk, vagy ellenszegülünk. Vagy mégsem?

Létezik olyan is, hogy nem borítunk mindent, mégsem adjuk be a derekunkat? Hogy nem hagyjuk el, nem csaljuk meg hiteles önmagunkat?

Klinikai szakpszichológus előadónk, Tódor Marina ezekre a kérdésekre igyekszik választ adni.

Az esemény az Őszi Kulturális Fesztivál keretein belül kerül megrendezésre, a részvétel ingyenes, könyvtári tagsághoz vagy regisztrációhoz nem kötött.

Időpont: 17.00

Helyszín: Auditorium Minimum

**2025. szeptember 17.
Jóga SZTE-s dolgozóknak**

60 perces jóga gyakorlat, amelyre kortól, nemtől és gyakorlottsági szinttől függetlenül mindenkit szeretettel várunk, hogy felfedezhessék a jóga jótékony hatásait.

Felszerelés: kényelmes öltözet, törölköző, esetleg takaró és víz – a jógaszőnyeget az SZTE Sportközpont biztosítja, de sajátot is lehet hozni.

Időpont: 17:00 – 18:00

Helyszín: SZTE Sportközpont – Kondi épület "A" terem (Szeged, Hattyas sor 10.)

A program ingyenes, de előzetes regisztrációhoz kötött!

Regisztrálni az adott rendezvény előtt 2 héttel lehetséges.

<https://szte-sportkozpont.reservio.com>

Részletek az esemény plakátján, valamint:

<https://u-szeged.hu/sportkozpont/hirek-esemenyek/hirek>



**SZTE Sportközpont, Hattyas u. 10.
Kondi épület, "A" Terem**



2025. 09. 17.



17:00–18:00

Regisztráció



**SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEM
SPORTKÖZPONT**

SZTE

2025. szeptember 17.
Futó maratoni felkészítés
Farkas Istvánnal



FUTÓ MARATONI FELKÉSZÍTÉS FARKAS ISTVÁNNAL



**SZTE Sportközpont, Hattyas u. 10.
Egyetemi tenispálya**



2025.09.17.



17:30–19:00

Regisztráció



**SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEM
SPORTKÖZPONT**

SZTE

A rendezvényen az SZTE dolgozói és hallgatói vehetnek részt.

Időpont: 17:30 – 19:00

Helyszín: SZTE Sportközpont
Egyetemi tenispálya
(Szeged, Hattyas sor 10.)

Felszerelés: kényelmes sportruházat,
sportcipő, törölköző, víz.

A program ingyenes, de előzetes regisztrációhoz kötött!

Regisztrálni az adott rendezvény előtt
2 héttel lehetséges.

[https://szte-
sportkozpont.reservio.com](https://szte-sportkozpont.reservio.com)

Részletek az esemény plakátján,
valamint:

[https://u-
szeged.hu/sportkozpont/hirek-
esemenyek/hirek](https://u-szeged.hu/sportkozpont/hirek-esemenyek/hirek)



**2025. szeptember 18.
SZTEsi Sárkányhajó Maraton**

A rendezvényen az SZTE dolgozói és hallgatói vehetnek részt.

Időpont: 16:30 – 19:00

Helyszín: SZVE Vízttelep
(Szeged, Felső Tisza-part 37.)

A program ingyenes, de előzetes regisztrációhoz kötött!

Regisztrálni az adott rendezvény előtt 2 héttel lehetséges.

<https://szte-sportkozpont.reservio.com>

Részletek az esemény plakátján, valamint:

<https://u-szeged.hu/sportkozpont/hirek-esemenyek/hirek>

Esőnap: 2025. szeptember 25.



SZTEsi

SZTEsi SÁRKÁNYHAJÓ MARATON
SZTE-S DOLGOZÓKNAK, HALLGATÓKNAK

A részvétel testnevelés óra pótlásként elfogadott.

 **Időpont**
2025.09.18. 16:30-19:00

 **Helyszín**
SZVE Vízttelep,
(Felső Tisza-part 37.)

REGISZTRÁCIÓ

 Hallgatók és
Dolgozók részére

 **SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEM
SPORTKÖZPONT**

SZTE

2025. szeptember 30.
Dolgozói gerinctréning Ördög Nóra Eszterrel



A váll – gerinc – medence mobilizálására, trenírozására és nyújtásárafókuszálunk ezen a zenés fitness órán főként fitball labdás feladatokkal és kézi súlyzók alkalmazásával, prevenciós jelleggel (akinek komolyabb gerincbetegséget diagnosztizáltak, annak csak a speciális gyógytorna elvégzése után / mellett javasolt.)



Dolgozói Gerinctréning
Ördög Nóra Eszterrel

 **SZTE Sportközpont, Hattyas u. 10.**
Kondi épület, "A" Terem

 **2025. 09. 30.**  **18:00–19:00**

Regisztráció 

 **SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEM**
SPORTKÖZPONT **SZTE**

Időpont: 18:00 – 19:00

Helyszín: SZTE Sportközpont – Kondi épület "A" terem
(Szeged, Hattyas sor 10.)

Felszerelés: kényelmes sportruházat, sportcipő, törölköző, víz – a jógaşőnyveget az SZTE Sportközpont biztosítja, de sajátot is lehet hozni.

A program ingyenes, de előzetes regisztrációhoz kötött!

Regisztrálni az adott rendezvény előtt 2 héttel lehetséges.

<https://szte-sportkozpont.reservio.com>

Részletek az esemény plakátján, valamint:

<https://u-szeged.hu/sportkozpont/hirek-esemenyek/hirek>

2025. október 1.
Ismered Szegedet?
Túra Szeged nevezetes ikonikus épületeihez

Ismered Szegedet? játékos vetélkedő

Egy igazán felejthetetlen élmény az SZTE dolgozóinak és hallgatóinak.

A verseny célja: Szeged nevezetes épületeinek és emléktábláinak megtalálása futva, sétálva.

A verseny távja: kb. 5 km, stratégiától függően.

A verseny szintideje: 90 perc

Szabályok: A versenyen Szeged nevezetes épületeit, emléktábláit kell megtalálni. A kapott menetlevélen a nevezetességről feltett kérdésre kell válaszolni. Ezzel igazolja a játékos, hogy megtalálta helyszínt. Az a versenyző nyer, aki a feladatot a leghamarabb teljesíti.

Időpont: 16:00 – 17:30

Helyszín: Szeged, Dugonics tér

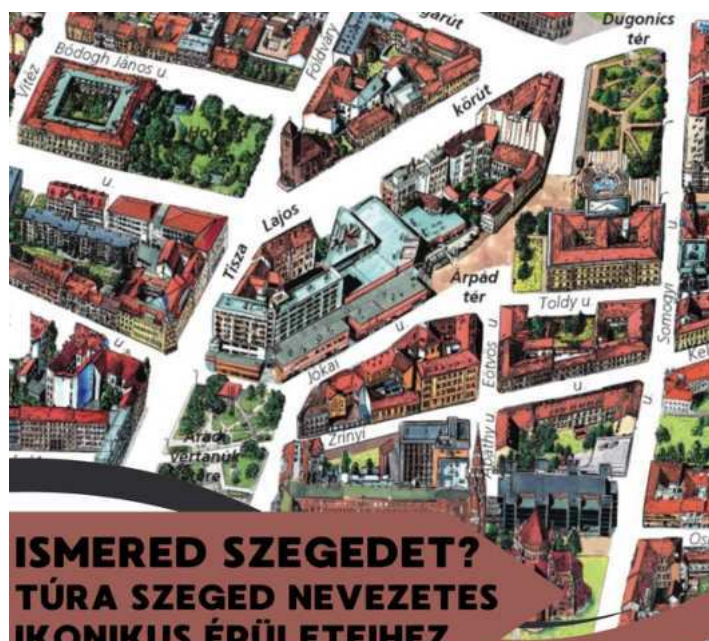
A program ingyenes, de előzetes regisztrációhoz kötött!

Regisztrálni az adott rendezvény előtt 2 héttel lehetséges.

<https://szte-sportkozpont.reservio.com>

Részletek az esemény plakátján, valamint:

<https://u-szeged.hu/sportkozpont/hirek-esemenyek/hirek>



**ISMERED SZEGEDET?
TÚRA SZEGED NEVEZETES
IKONIKUS ÉPÜLETEIHEZ**

 **Szeged, Dugonics tér**

 **2025. 10.01.**  **16:00–17:30**

Regisztráció 

 SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEM
SPORTKÖZPONT **SZTE**

**2025. október 13.
Kötélugrás**



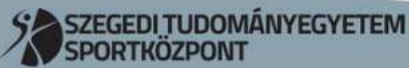
**Kötélugrás
Ördög Nóra Eszterrel**

Testnevelés órapótlásként elfogadott

 **SZTE Sportközpont,
Hattyas u. 10. Zenés „C/D” terem**

 **2025. 10. 13.**  **16:30–18:00**

Regisztráció 

 **SZTE**

A rendezvényen az SZTE dolgozói és hallgatói vehetnek részt.

Időpont: 16:30 – 18:00

Helyszín: SZTE Sportközpont –
Zenés „C/D” terem
(Szeged, Hattyas sor 10.)

Felszerelés: kényelmes sportruházat,
sportcipő, törölköző, víz.

A program ingyenes, de előzetes regisztrációhoz kötött!
Regisztrálni az adott rendezvény előtt 2
hétrel lehetséges.

<https://szte-sportkozpont.reservio.com>

Részletek az esemény plakátján,
valamint:
<https://u-szeged.hu/sportkozpont/hirek-esemenyek/hirek>

A TRX egy funkcionális tréning eszköz, amely hevederekből és fogókból áll, általában falra erősítik. Állítható a magassága, ezzel pedig a nehézségi fokozata. A saját testsúlyunkat használva valóban tokától a bokáig megdolgoztat bennünket ez a felfüggesztéses módszer.

A rendezvényen az SZTE dolgozói és hallgatói vehetnek részt.

Időpont: 16:00 – 17:00

Helyszín: SZTE Sportközpont –
Funkcionális terem
(Szeged, Hattyas sor 10.)

Felszerelés: kényelmes sportruházat,
sportcipő, törölköző, víz.

A program ingyenes, de előzetes
regisztrációhoz kötött!

Regisztrálni az adott rendezvény előtt 2
hétrel lehetséges.

<https://szte-sportkozpont.reservio.com>

Részletek az esemény plakátján,
valamint:

[https://u-szeged.hu/sportkozpont/hirek-
esemenyek/hirek](https://u-szeged.hu/sportkozpont/hirek-esemenyek/hirek)



TRX EDZÉS
SZIKLAI ANDREÁVAL
SZTE-S DOLGOZÓK, HALLGATÓK RÉSZÉRE

A részvétel testnevelés óra pótlásként elfogadott.

Időpont
2025.10.14. 16:00-17:00

Helyszín
6725 Hattyas u 10.
Funkcionális Terem

REGISZTRÁCIÓ



 **SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEM
SPORTKÖZPONT** **SZTE**

2025. október 15.
SZTEsi Női önvédelmi maraton



SZTESI
NŐI ÖNVÉDELMI MARATON
SZTE-S DOLGOZÓKNAK, HALLGATÓKNAK

A részvétel testnevelés óra pótlásként elfogadott.

 **Időpont**
2025.10.15. 17:30-21:00

 **Helyszín**
6725 Hattyas u 10.
Cselgáncs Terem

 **Hallgatók és Dolgozók részére**

REGISZTRÁCIÓ

 **SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEM SPORTKÖZPONT**

SZTE

A rendezvényen az SZTE dolgozói és hallgatói vehetnek részt.

Időpont: 17:30 – 21:00

Helyszín: SZTE Sportközpont –
Cselgáncs terem
(Szeged, Hattyas sor 10.)

Felszerelés: kényelmes sportruházat,
sportcipő, törölköző, víz.

A program ingyenes, de előzetes regisztrációhoz kötött!
Regisztrálni az adott rendezvény előtt 2
hétrel lehetséges.
<https://szte-sportkozpont.reservio.com>

Részletek az esemény plakátján,
valamint:
<https://u-szeged.hu/sportkozpont/hirek-esemenyek/hirek>

**2025. október 15.
Futó maratoni felkészítés
Farkas István**

A rendezvényen az SZTE dolgozói és hallgatói vehetnek részt.

Időpont: 17:30 – 19:00

Helyszín: SZTE Sportközpont
Egyetemi tenispálya
(Szeged, Hattyas sor 10.)

Felszerelés: kényelmes sportruházat,
sportcipő, törölköző, víz.

A program ingyenes, de előzetes regisztrációhoz kötött!

Regisztrálni az adott rendezvény előtt 2 héttel lehetséges.

<https://szte-sportkozpont.reservio.com>

Részletek az esemény plakátján, valamint:

<https://u-szeged.hu/sportkozpont/hirek-esemenyek/hirek>



**FUTÓ MARATONI
FELKÉSZÍTÉS
FARKAS ISTVÁNNAL**

 **SZTE Sportközpont, Hattyas u. 10.
Egyetemi tenispálya**

 **2025.10.15.**  **17:30–19:00**

Regisztráció 

 **SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEM
SPORTKÖZPONT** **SZTE**

**2025. október 16.
Alakformálás-Relax**



Alakformálás-Relax Porobic Gregus Melindával



**SZTE Sportközpont, Hattyas u. 10.
Kondi épület, "A" Terem**



2025. 10. 16.



17:00-18:00

Regisztráció



 **SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEM
SPORTKÖZPONT**

SZTE

A rendezvényen az SZTE dolgozói és hallgatói vehetnek részt.

Időpont: 17:00 – 18:00

Helyszín: SZTE Sportközpont –
Kondi épület "A" terem
(Szeged, Hattyas sor 10.)

Felszerelés: kényelmes sportruházat,
sportcipő, törölköző, víz – a
jógaszőnyeget az SZTE Sportközpont
biztosítja, de sajátot is lehet hozni.

A program ingyenes, de előzetes
regisztrációhoz kötött!
Regisztrálni az adott rendezvény előtt 2
hétrel lehetséges.
<https://szte-sportkozpont.reservio.com>

Részletek az esemény plakátján,
valamint:
[https://u-szeged.hu/sportkozpont/hirek-
esemenyek/hirek](https://u-szeged.hu/sportkozpont/hirek-esemenyek/hirek)

A rendezvényen az SZTE dolgozói és hallgatói vehetnek részt.

Időpont: 19:00 – 21:00

Helyszín: SZTE Sportközpont
Asztalitenisz terem
(Szeged, Hattyas sor 10.)

Felszerelés: kényelmes sportruházat,
sportcipő, víz.

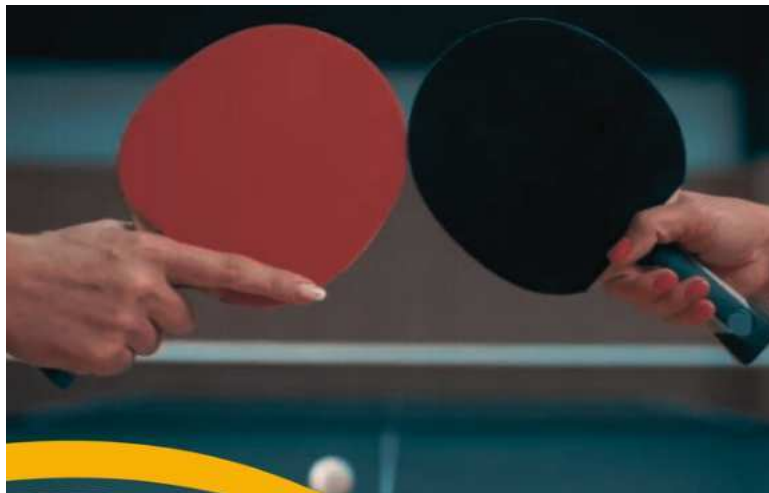
A program ingyenes, de előzetes regisztrációhoz kötött!

Regisztrálni az adott rendezvény előtt 2 héttel lehetséges.

<https://szte-sportkozpont.reservio.com>

Részletek az esemény plakátján, valamint:

<https://u-szeged.hu/sportkozpont/hirek-esemenyek/hirek>



**Asztalitenisz
Bajnokság**
SZTE-S DOLGOZÓKNAK, HALLGATÓKNAK

Testnevelés órapótlásként elfogadott

 **SZTE Sportközpont,
Hattyas u. 10., Asztalitenisz terem**

 **2025. 10. 22.**  **19:00–21:00**

Regisztráció 

 **SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEM
SPORTKÖZPONT** **SZTE**

**2025. október 30.
Alakformálás-Relax**



**Alakformálás-Relax
Porobic Gregus Melindával**



**SZTE Sportközpont, Hattyas u. 10.
Kondi épület, "A" Terem**



2025. 10. 30.



17:00-18:00

Regisztráció



**SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEM
SPORTKÖZPONT**

SZTE

A rendezvényen az SZTE dolgozói és hallgatói vehetnek részt.

Időpont: 17:00 – 18:00

Helyszín: SZTE Sportközpont –
Kondi épület "A" terem
(Szeged, Hattyas sor 10.)

Felszerelés: kényelmes sportruházat,
sportcipő, törölköző, víz – a
jógaszőnyeget az SZTE Sportközpont
biztosítja, de sajátot is lehet hozni.

A program ingyenes, de előzetes
regisztrációhoz kötött!
Regisztrálni az adott rendezvény előtt 2
hétrel lehetséges.

<https://szte-sportkozpont.reservio.com>

Részletek az esemény plakátján,
valamint:
[https://u-szeged.hu/sportkozpont/hirek-
esemenyek/hirek](https://u-szeged.hu/sportkozpont/hirek-esemenyek/hirek)

SZTE Mezőgazdasági Kar programjai



2025. szeptember 26.

Kutatók Éjszakája az SZTE Mezőgazdasági Kar
épületében

Valamennyi korosztály számára izgalmas és interaktív programokat tartogat az SZTE Mezőgazdasági Karon idei Kutatók Éjszakája.

Az alábbi programon keresztül lehet bebarangolni a Mezőgazdasági Kar épületét 2025. szeptember 26-án (pénteken) 18.00 órától a Kutatók Éjszakáján.

Helyszín: SZTE Mezőgazdasági Kar (6800 Hódmezővásárhely, Andrassy út 15.)



1. A **lovak hangján** című program a lovak akusztikus kommunikációjába kalauzoljuk el az érdeklődőket.
2. **Vadgasztró** - Az erdőtől az asztalig címmel közös főzésbe kapcsolódhatnak be az érdeklődők a Kar udvarán, ahol a vadhúsból készült ételeket is kóstolhatnak.
3. A **Krónikus obstruktív tüdőbetegség (COPD/RAO) gyógynövényes kezeléseinek vizsgálata lovak esetében** című programon a „kehesség” gyógynövényes gyógyításának, megelőzésének, szinten tartásának módjait ismerhetik meg a látogatók.
4. A **postagalambok titkos világa** című előadáson e különleges állatok tartásáról, edzésmodszerekről és tartástechnológiájukról hallhatnak érdekességeket a résztvevők.
5. **Az Alkalmazott kórbonctan** az elhullott állatok vizsgálatával mutatja meg, hogy élő társaikat hogyan védhetjük meg a különböző bántalmaktól.
6. Idén ismét megrendezzük a hagyományos **Tejút – a tehéntől az asztalig** című programot sajtkóstolással és tejtótóval.
7. **"Kutya, cica, s mi jó falat"** címmel megmutatjuk, hogyan készítsünk jutalomfalatot kis-, és nagy kedvenceinknek.

8. A **Miért nő a pollenveszély?** elnevezésű programon a parlagfű okozta egészségügyi problémákra hívjuk fel a figyelmet.
9. A külföldiek számára is látogatható **Hungarikumok éjszakáján** a magyarságra jellemző különlegességek, egyediségek kerülnek a fókuszba.
10. **Nagyállattartó népek nyomában** címmel a kiskunsági homokhát területén egykor élt nagyállattartó népcsoportok életmódjáról és környezetükre gyakorolt hatásukról hallhatnak előadást a résztvevők.
11. **Az Akvapónia a gyakorlatban** című állomáson az érdeklődők előadás keretében ismerhetik meg az akvapónia működési elvét, a halak és növények telepítésének szabályait, majd megtekinthetik az intézményben működő akvapóniás rendszert.
12. Hogyan születnek a virágvizek? Hogyan használhatjuk a hidrolátumokat a természetes bőrápolásban? Ezekre a kérdésekre kaphatnak választ a látogatók **A virágvizek csodálatos világa** című előadáson. Kiderül, hogy ki milyen könnyen ismeri fel a környezetünkben fellelhető gyógynövények illatát. Lehetőség lesz illat totóra, érzékszervi vizsgálattal a különleges virágvizek kipróbálására.
13. **Boszorkánykonyhák titkai** a boszorkányok és a mérgező növények világába kalauzolja el az érdeklődőket.
14. Az látogatók idén is részt vehetnek **interaktív Drónbemutató**n az SZTE Mezőgazdasági Kar udvarán.
15. A **Gyógynövények a kertben** című programon a házi kertben megtalálható gyógynövények megismerésére, illetve különböző gyógyteák fogyasztására lesz lehetőség, ugyanezt a programot külföldiek számára is kínáljuk Herbs in the garden címmel.
16. A **Nevelj otthon baby-leaf zöldséget – mikrogreen kóston** olyan technológiai eljárás ismertetésére kerül sor, mellyel lehetővé válik a friss zöldség előállítása fényszegény időszakban, LED-lámpák alatt, akár otthon is.
17. A **Banán smoothie - DNS kivonása növényi sejtekből** című programon egyszerű eljárással vonhatnak ki a banánból DNS-t a látogatók.

18. A **kóser kertészet**: a fűszerpaprika-termesztés bemutatása is fontos szerepet fog kapni az SZTE Mezőgazdasági Kar 2025-ös Kutatók Éjszakájának programjában.

19. **Az Illóolajok kinyerési módjai** című programon a látogatók egy rövid előadást hallanak az illóolajok előállítási módjairól, majd lehetőségük lesz kézbe venni és megszagolni a jellegzetes illatmintákat.

20. **Szemeket a magokra!** címmel a résztvevők megismerkedhetnek néhány termesztett és gyomnövény magjának sajátosságaival, néhány kultúrtörténeti és néprajzi érdekességgel, valamint a magokból képeket is készíthetnek.

21. Az SZTE Mezőgazdasági Kar udvarának és környékének érdekesebb növényeit fedezhetik fel a résztvevők a meglepetésekkel fűszerezett alkonyi sétán a **Növények a sötétség leple alatt** című programon.

Az érdeklődőket érkezéskor a bejáratnál kóstolóval várjuk.



További programok



Szabadidős Pingpong az SZTE SPORTKÖZPONTBAN



SZTE Sportközpont (Szeged, Hattyas sor 10.)

Rekreációs asztalitenisz program: szerda, péntek 18-19-ig

Részvételi díj: 1. 500.-Ft/fő/alkalom

Az egyetem dolgozói és hallgatói kedvezményesen vehetnek részt a programokon:

- egyetemi dolgozóknak: 1000.-Ft/alkalom/fő
- egyetemi hallgatóknak: 500.-Ft/fő/alkalom

Asztalbérlés: szerda, péntek 18 – 20 óra között

Foglalás: www.atsk.hu oldalon

Asztalitenisz Sport Klub Szeged • 6723 Szeged, Budapesti krt. 5-7.
Tel./Fax: 62/491-703 • web: www.atsk.hu • mail: info@atsk.hu