

ZALASZÁNTÓ KÖZSÉG ÖNKORMÁNYZATA
SZERVEZÉSÉBEN

Egészség Nap

Testünk, lelkünk, mindennapjaink
egyensúlyáért

PROGRAMOK:

08:00



Jóga

Csereyné Schalkhammer Ildikó

09:00



Lakatos Veronika

(Loremeda Fitt Kft)

Hogyan segíthetünk magunknak abban,
hogy aktívak és önállóak maradjunk?

09:30



Dr. Ódry Péter – háziorvos

Egészséggel kapcsolatos kérdések
és válaszok interaktív módon

10:10



Fatér Balázs István

Főzzünk magyaros ételt
egészségre ható fűszerekkel

11:40



Péter Beáta – gyógytornász

Stresszkezelés a hétköznapiakban

12:15



Bor Beatrix – doTerra

Egy csepp természet
a mindennapi kihívásokra



2026. október 10.

(szombat)



Zalaszentő

Gersei Pethő kúria

8353 Zalaszentő, Fő u. 83.

KÍSÉRŐPROGRAMOK:

EGÉSZSÉGFEJLESZTÉSI IRODA



KESZTHELYI KÓRHÁZ



**Keszthelyi EFI
szűrővizsgálatai**



Masszázs
(regisztráció szükséges)



Péter Beáta és Fejes Andrea
Vértesszalapú táplálkozás
tanácsadás

A programok ingyenesek,
a főzésre és a masszázusra
regisztráció szükséges.



Regisztráció:

személyesen a kúriában,
vagy a 30/463-6829
telefonszámon.

Szeretettel várunk mindenkit! ♥

ÚJ PERSPEKTÍVA

FŐZÜNK

MAGYAROS ÉTELT

EGÉSZSÉGRE HATÓ FŰSZEREKKEL



SZAKÉRTŐ SEGÍTSÉGÉVEL

- Megtanuljuk, hogyan lehet főzni **magyaros ételeket** úgy, hogy **támogassák az egészségünket!**
- Hogyan használjunk **GYÓGYNÖVÉNYEKET** a népi gyógyászat szerint az ételekhez.
- Megtanuljuk tartósítószer nélkül eltenni a megmaradt ételt, akár egy éves szavatossággal.
- **Főzünk és kóstolunk is!**

INGYENES

HELYSZÍN ÉS IDŐPONT:

**Zalaszántó
Egészségnap**

Időpont:

2026.10.10. 10:10

ELŐADÓ: FATÉR BALÁZS ISTVÁN

JELENTKEZÉS ÉS INFORMÁCIÓ:



+36-30/894-64-93



„A gyümölcs
a természet mosolya.”

ALMANAP ZALASZÁNTÓN

SZAKMA – HAGYOMÁNY – KÖZÖSSÉG

Mert az alma összeköt...



2026. október 10. (szombat) 14:00 óra



Zalaszántó, Gersei Pethő kúria

8353 Zalaszántó, Fő u. 83.

PROGRAM

14:00

Köszöntő

Décsi Attila polgármester, Dr. Kápolnás Olivér

14:05 – 14:25

Dr. Kápolnás Olivér

Gyümölcsök nyomában a Kárpátok északi lejtőin

14:25 – 15:00

Mészáros Gábor

A Kárpát-medence berkenyái

15:00 – 15:40

Salamon János (MATE, Georgikon)

A klímaváltozás körtét érintő hatásai és ezek kiküszöbölésének lehetőségei a házikerti termesztésben

*Régi fajták,
új lehetőségek!*



Az előadásokat egy **körtebemutató** zárja

Salamon János tolmácsolásában, illetve a berkenyéből is kapnak a résztvevők ízelítőt Mészáros Gábor jóvoltából.

*Minden érdeklődőt
szeretettel várunk!*



ZALASZÁNTÓ
KÖZSÉG ÖNKORMÁNYZATA

ÉRTÉKEINK
A JÖVŐÉRT

ZALASZÁNTÓ KÖZSÉG ÖNKORMÁNYZATA
SZERVEZÉSÉBEN

ALMANAP

és őszi vásár



2026. október 10.
(szombat)



Zalaszántó
Gersei Pethő kúria
8353 Zalaszántó, Fő u. 83.

PROGRAMOK:

14:00



Szakmai előadások,
kiállítás megnyitó

16:00



Óvodások
műsora

17:00



Nyakigláb,
Csupaháj és Málészáj
– interaktív mesejáték

18:00



Rajzverseny
eredményhirdetése

18:30



Regatta
Rithm and Folk
koncert

*Egész nap
várjuk
a családokat
és az alma
szerelmeseit!*



KÍSÉRŐPROGRAMOK:



Kézműves
vásár



Játszóház



Arcfestés



Almás pite



Almafröccs

Várunk mindenkit szeretettel! ♥