



#### Könyves vasárnap az egészség jegyében

2013. október 13.

14-17. óra

Halis István Városi Könyvtár

A Könyves vasárnapon a Civil Kerekasztal Egyesülettel együttműködve az egészség megővését segítő programot ajánlunk a látogatóknak.

14,00 Könyves vasárnap - könyvtári kapunyitó

14,05 Akadálymentes séta a könyvtárban mozgáskorlátozott olvasókkal.

14,25 A mentéstörténeti kiállítás megtekintése a kiállítás egyik létrehozójával,  
Klaszán Sándorral

Rövid előadások, ismertetők:

14,45 *Reformétkezés* – Heizlerné Horváth Mária dietetikus előadása

15,15 *Onko Pont Nagykanizsán* – Karosi Lászlóné, az Onko Pont munkatársának ismertetője

15,45 *Lehetek a sorstársi tanácsadója?* – Kasper Márta, a nagykanizsai mozgáskorlátozott egyesület sorstársi tanácsadójának ismertetője

15,55 *Miért jár maga bottal?* – Czupi Gyula a nordik walkingról

Reformkonyhai ételkóstolók az előadások közt

15,00 A könyvtár munkatársainak paleolit és reformkonyhai ételbemutatója (Orbán Mária,  
Doszpothné Győrvári Zsuzsanna, Hoczné Hári Ildikó)

15,30 Napfény Reformkonyha – a Napfény Egyesület tagjainak kínálata

#### Folyamatosan igénybe vehető szolgáltatások 14-17 óráig

- Könyvtári szolgáltatások ingyenes beiratkozási lehetőséggel
- Egészségsarok – könyv- és médiaajánló
- Hangoszkennerek – bemutató és használat
- Dy-Nett Spa szalon – masszázs és egészségmegőrző szolgáltatások
- Sorstársi segítő pont
- Mentéstörténeti kiállítás
- Kreatív díszítés, egészség, szépség – Élet-Módi csoport Szeptenek
- Lelki egészségmegőrző foglalkozás – Aranyfény Civil Egyesület