



Zenés műsor

KIS-HÉTRÉT ZENEKAR



A zalaegerszegi zenei együttes közel 20 éve szórakoztatja produkcióival a közönséget. Műsoraikban akusztikus hangszereken (gitár, furulyák, fuvola, harmonika, zurna, kaval, ütős hangszerek, idiofonok, stb.) szólaltatják meg – saját zenével – jeles, főként magyar költők verseit.

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

ÉNEKMONDÓ EGYÜTTES



A 30 éve muzsikáló együttes repertoárjában szerepelnek gyermek-, ifjúsági- és ünnepi műsorok, valamint irodalmi estek. Számos klasszikus dal előadása mellett *József Attila*, *Kányádi Sándor*, *Utassy József*, *Péntek Imre*, *Nagy Bandó András* verseit zenésítették meg.

<http://www.enekmondoegyuttes.hu/>

KISKOCSI ZENEKAR



A régóta zenélő páros, *Kiss Ildikó* és *Kocsi Béla* zeneszolgáltatást vállal falunapon, idősek napján, Mikuláskor, karácsonykor, emellett irodalmi összeállítással is fellépnek.

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

GYÉRES MŰHELY



Repertoárjukban autentikus magyar népzene szerepel. A zenélés mellett népdalénekléssel és tánccal is foglalkoznak, önálló műsoraik keretében az ének-zene-tánc, mint hármas egységet szívesen megmutatják a közönségnek is.

<https://gyeres-muhely1.webnode.hu/>

ZALAAPÁTI HARMONIKA ZENEKAR



Zalaapáti meghatározó kulturális színpontja a több mint 20 éve működő harmonika zenekar. Műsorukban különböző zenei korszakok műveinek harmonika átdolgozásai, népdal és magyar nótacsokrok szerepelnek. Az együttes céljának tekinti a harmonikazene népszerűsítését, a magyar nótakincs megőrzését és továbbadását az ifjabb generációk számára.

Facebook: [Harmonikazenekar Zalaapati](#)

RE-FOLK ZENEKAR



A zenekar univerzális megszólalású: magyarországi, erdélyi és moldvai dialektusokban is otthonosan mozog. Az önálló koncertek mellett táncházak tartásával és táncegyüttesek kíséretével is foglalkozik.

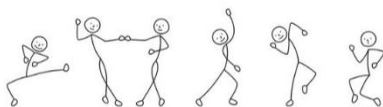
<https://www.refolk.hu/>

KANTA JUDIT ÉS ZENEKARAI



Együtteseivel széles repertoárral áll a közönség rendelkezésére. Gyermezműsorok mellett afro-amerikai gospel és soul dalokat adnak elő.

www.kantajudit.hu



Néptánc

KISS NORBERT



A néptáncpedagógus a lenti *Kerka Táncgyűttes* művészeti vezetője, néptánc oktató. A fellépések mellett társaival vállalják táncházak vezetését.

<https://kerka.hu/>

ZALAI TÁNCGYÜTTES



Mi történt 1957-ben? Elindul az ÉS, a németek megkezdik a Trabant gyártását, pályára áll az első műhold, és a zalai megyeszékhelyen megalakul egy nem hivatásos tánccsoport: a Zalai Táncgyűttes. Ez utóbbival olyan magas szintű szakmai műhely jött létre, amely azóta is ontja a kiváló táncosokat, akik közül többeknek hivatása lett a néptánc.

www.zalaite.hu

KISZÖV SENIOR



A néptáncgyűttes 2011 nyarán alakult. Műsorukban jelenleg bonchidai, magyarszentbenedeki, kalotaszegi, szatmári, mezősegyesi, kalocsai és szászcsávási cigánytáncok szerepelnek.

<https://www.facebook.com/kiszovsenior.tancegyuttes>



Ismeretterjesztő előadás

HORVÁTH ZSUZSANNA



foglalkozás során lehetőség nyílik más házi tejfeldolgozottak (sajtok, joghurt, kefir) kóstolására is.

Bár a sajtkészítés komoly mesterség, megfelelő környezet és szaktudás szükséges hozzá, ez nem jelenti azt, hogy az egyszerűbb változatokat ne készíthetné el bárki a saját konyhájában. A 2-2,5 órás foglalkozás során a friss gomolya sajt készítését sajátíthatják el a résztvevők. Mindenki saját ízlése szerint fűszerezheti és haza is viheti az általa készített sajtot. Akár a családnak akár ajándéknak szánjuk a sajtot az elismerés garantáltan nem marad el. A

GAÁL ZSUZSANNA



„Evet már hajdinas vargányalevest vagy csutris rétest? Ha már kóstolta vagy készítette ezeket a finomságokat, elevenítsük fel együtt az élményeket! Ha még nem volt lehetősége találkozni az Őrség páratlan ízvilágával, akkor izgalmas felfedezésekre invitálom Önt, ismerkedjen meg az őrségi konyhával!” Az őrségi konyha kincsei - ételkóstolóval egybekötött könyvajánló. Előadása során bemutatja az Őrségben lévő Múltidéző portát is, mint a falusi vendéglátás helyszínét. <http://www.orsegi-szallas.hu/>

KOVÁCS ÁGOTA



Az ügyeskezű almásházi könyvtáros még azokat is képes pillanatok alatt bevonni a kosárfonás rejtelseibe, akiktől igazán távol ez a műfaj. Végtelen türelemmel, kedvességgel és segítőkész hozzáállással mutatja meg a kézműves tevékenység alapjait. 2021-ban több alkalommal tartott csoportos kosárfonó kézműves foglalkozásokat a zalai könyvtárakban.

ÉDER KATA



A zalaegerszegi dietetikus előadásában ismerteti az immunerősítő hatású, természetben megtalálható kincseket. Tapasztalataira alapozva jó szívvel ajánlja a különféle gyógynövényeket és mézeket.

Nagy rajongója a medvehagymának, a tavaszi csácsbozsoki medvehagyma napon is találkozhatunk vele. Szakmai előadásai során házi készítésű, reformételek kóstolójával mutatja meg, hogy ami finom, az lehet egészséges is.

FARICSNÉ MOLNÁR KATALIN



Dietetikai témájú előadásában az egészségmegőrzés fontosságát hangsúlyozza. Mire figyeljünk, ha valamilyen egészségügyi problémával küzdünk, hogyan tudjuk a táplálkozási szokásaink változtatásával elősegíteni egészségi állapotunk fenntartását, javítását.

Szénhidrátszámítás, egyszerű praktikák, vagy éppen csak egy kis odafigyelés – a szakember elmondja, hogyan csináljuk jól!

DARÁZSI ZSOLT



A Göcsej Természetvédelmi Alapítvány képviselőjében tart ismeretterjesztő előadásokat, többek között az alábbi témákban: gyümölcsészet, tündérkertek, Zala megye - különösen Göcsej, mint tájegység - és a vidék természeti értékeinek fenntartható megőrzése.

LELKES ANDRÁS



A Balaton-felvidéki Nemzeti Park Igazgatóság Mura vidéki tájegységvezető természetvédelmi őre előadásában elhivatottan mesél munkájáról, a természet védelmének fontosságáról és a természet szeretetéről. Aktív résztvevője a térség madárszámlálási akcióinak, amelyekről szívesen mesél, de szeretettel ad elő például az erdők védett virágairól is.

SEBESTYÉN BENCE



A gyógynövények erejével már őseink is tisztában voltak, mégis mintha háttérbe szorulnának a modern gyógyszerek mellett. A fitoterapeuták vagy természetgyógyászok jól ismerik a népi gyógymódokat, kémiai anyagok helyett a természet segítségével gyógyítják a betegeket.

A fitoterapeuta előadásaira sokan kíváncsiak, az emberek bizalommal fordulnak hozzá különböző problémáikkal. Az előadásokhoz kapcsolódóan az adott helyszín adottságaihoz alkalmazkodva, lehetőség van a szakember által vezetett „gyógynövényútúrára” is.

FÜLÖP ZOLTÁN



Salátakészítéstől a kelmefestésig - avagy gyógynövényeink sokrétű felhasználása a mindennapokban. Az okleveles biokertész, az Ezerjófű Kft. megálmodója ismeretterjesztő előadásában a gyógynövények jobb megismerésében segít, érdekes információkkal kiegészítve, hogy mindenki bátrabban nyúljon az „ezerjófűvekhez”, akár a hétköznapiak során is.

NORDIC WALKING



"Forgóajtó" -egészség vagy betegség címmel tart interaktív előadást Galambos László a Magyar Nordic Walking Akadémia országos egyesületének elnöke.

Megismertetik a résztvevőket a Nordic Walking és smovey(rezgő gyűrű) mozgásformák pozitív hatásával.

<http://www.nordicwalking-galako.hu>

IFJ. VASUTA GÁBOR



Először templomokat, idős fákat, épületeket, kastélykerteket fotózott, majd a természet felé fordult. Főként a növények és a madarak vonzzák. A növényeket, lepkéket makró optikával, a madarakat nagy teleobjektívvel fényképezi.

A természet nyújtotta pozitív energiákat, megörökített élményeit, kislánya portréit és szanszkrit bölcsességeket oszt meg Életöröm című könyvében a természetfotós – a kötethez Müller Péter írt ajánlót.

LÁZÁR PÉTER



Péter drámapedagógus, előadóművész. Több mint két évtizede dolgozik együtt természetvédelmi szervezetekkel. Gyümölcsész vándorkiállítás gazdag képanyaggal mutatja be a jövő kertjét a Kárpát-medencében. Óriás társasjátéka, a Gyümölcsligetjárás, egy egész csoportot, osztályt foglalkoztató interaktív társasjáték. Lehetővé teszi az élményszerű tanulást, együttműködésre helyezi a hangsúlyt. Akár szabadtéren is játszható. A feladatok az adott korosztályra hangolhatók, akár családi vetélkedők színtestje is lehet.

GEDEON TAMÁS



A mozgókép- és médiaismeretet tanító pedagógus évtizedek óta vezet iskolai fotószakkört. Nincs kedvenc témája, bármit szívesen megörökít, ami gondolatokat ébreszt benne. Fotózás, videózás témakörben tart interaktív foglalkozásokat.



Színjátszás

SZÍNJÁTSZÓK EGERVÁRI GRÉMIUMA (SZEG)



A településen korábban is működtek amatőr csoportok, de a Pajtaszínház mintaprogram keltette új életre a SZEG-et, azaz a Színjátszók Egervári Grémiumát. *Illyés Gyula* Tűvé tevők című népi komédiája volt a legutóbbi premier, amelynek mentora, rendezője *Ecsedi Erzsébet*, a zalaegerszegi Hevesi Sándor Színház művésze.

ÜSS A HASADRA! SZÍNPAD



A baráti társaságból verbuválódott csapat 2007 óta szórakoztatja a nagyérdeműt. A vasvári társulat *Móricz Zsigmond* világát építette meg a színpadon és ebben a világban látják vendégül a közönséget egy órácska erejéig.

Facebook: [Üss a hasadra-Színpad](#)