



MENTORHÁLÓ

tanulás • élmény • szórakozás

PROGRAMFÜZET

2024. TAVASZ





További információ:
[https://www.facebook.com/
azigazimentorhalo/events](https://www.facebook.com/azigazimentorhalo/events)
<http://www.ihtrendezvenykozpont.hu/>

KÖSZÖNTŐ

Kedves Vendégeink!

9 év, 146 remekbeszabott előadás, 58.000 néző, előadásonként átlagosan 400 fős nézőszám – ez a Mentorháló és az IH Rendezvényközpont közös szervezésében megvalósuló (mostanáig Pedagógiai esték néven futó) sorozatának eddigi mérlege.

2024 tavaszától Mentorháló néven, megújult arculattal, de a jól megszokott minőségben rohog tovább a dél-alföldi régió egyik legnépszerűbb esti sorozata.

Idén tavasszal is kivételes felkészültségű előadók, izgalmas, aktuális témák és élményekkel teli esték várnak ránk az IH Rendezvényközpont nagytermében.

Tartsanak velünk Önök is január 22. és június 10. között: a 2024-as tavaszi évadban 11 nagyszerű előadást kínálunk minden érdeklődő, kicsi és nagy számára!

Szeretettel várjuk Önöket!

A szervezők nevében üdvözlettel:
Porkoláb Mihály
főszervező



január

22

hétfő
18:00



Nyáry Krisztián

író, irodalomtörténész

Mautner Zsófi

gasztroblogger

Így ettek ők - magyar írók és ételeik

Az irodalomnak épp olyan ősi témája a gasztronómia, mint a szerelem. A legjobb magyar írók egy tál étel történetén keresztül mindent el tudtak mesélni szegénységről és gazdagságról, örömről és boldogtalanságról.

Krúdy és Mikszáth nagyevő hősei, Móricz szegényember-portréi, Kosztolányi habos süteményt faló nőalakjai vagy éppen József Attila sosem volt libasültje nem alapanyagokról és főzéstechnikákról, hanem az ember leglényegéről szólnak.

Nyáry Krisztián és Mautner Zsófi nyitóelőadása olyan magyar írókat mutat be, akik az evés, az étkezési szokások vagy a főzés ábrázolásán keresztül mondtak el valami érvényeset a világról, Magyarországról vagy az emberi viszonyokról.

Az előadás időpontja: 2024. január 22. hétfő 18.00

Az előadás helyszíne: IH Rendezvényközpont, Szeged

További információ:

www.facebook.com/azigazimentorhalo/events

www.ihrendezvenykozpont.hu



Dr. Hevesi Kriszta

szexuálpszichológus

Tiktok titkok – amit az alkalmazás letiltana

Oldott hangulatú, tabuk nélküli, teltházás előadásra készülünk a folytatásban, hiszen 5 év után visszatér Szegedre hazánk 1. számú szexuálpszichológus szakembere, Dr. Hevesi Kriszta!

Az ars erotika (erotika művészete) tanai minden korosztálynak!

Dr. Hevesi Kriszta előadásában most is informatívan és humorosan kínál tudományosan megalapozott és naprakész ismereteket:

- szexről, párkapcsolatról (és ezek zavarairól),
- online ismerkedésről
- pornóról
- és a témához kapcsolódó legaktuálisabb jelenségekről, problémákról...

Dr. Hevesi Kriszta a TikTokon működtet népszerű szexuálpszichológiai ismeretterjesztő csatornát, ám az algoritmus gyakran épp a legfontosabb videókat tiltja le, mint szabályzatba ütköző, „illetlen” tartalmakat.

Új könyvében és a vele azonos címet viselő előadásában azonban nincsenek tabuk – mindent megtalálhatunk benne a témáról, ami talán már régóta foglalkoztat, de még megkérdezni sem mertük senkitől.

Az előadás időpontja: 2024. február 6. kedd 18.00

Az előadás helyszíne: IH Rendezvényközpont, Szeged

További információ:

www.facebook.com/azigazimentorhalo/events

www.ihrendezvenykozpont.hu

február

27

kedd
18:00



Kozma-Vízkeleti Dániel

család- és párterapeuta, pszichológus

Párra várva, párban járva

Frenetikus sikerű 2022-es előadását követően Kozma-Vízkeleti Dániel család- és párterapeuta pszichológus a 2024-es tavaszi évadban is Szegeden!

A 2022-es Mentorhálós évad legsikeresebb előadója visszatér!

Szenzációs előadói stílus, remek humor és komoly üzenetek várnak Ránk Kozma-Vízkeleti Dániel legújabb előadásán is a párkapcsolatok kereséséről, születéséről és megőrzéséről.

Az előadást - korosztálytól függetlenül - MINDENKINEK jó szívvel ajánljuk, akit érdekelnek a párkeresés, pártalálás, párrá válás, párként élés szépségei és nehézségei.

Így nagy szeretettel várjuk a párra várókat, párkeresőket, az egyedülállókat (szingliket), a párkapcsolatban élőket és a bonyolult kapcsolatban élőket egyaránt!

Az előadás időpontja: 2024. február 27. kedd 18.00

Az előadás helyszíne: IH Rendezvényközpont, Szeged

További információ:

www.facebook.com/azigazimentorhalo/events

www.ihrendezvenykozpont.hu

március

12

kedd
18:00



Bősze Ádám

zenetörténész

A virtuóz - A virtuozitás története

A rendkívüli népszerűségnek örvendő Bősze Ádám zenetörténész is vendége lesz a Mentorháló 2024-es tavaszi évadának!

Most első ízben a Mentorháló és az IH közös színpadán!

Mi a virtuozitás? Mire jó? Hasznos, vagy káros?

Bősze Ádám zenetörténész ezt a sajátos fogalmat járja körül informatív, mégis szórakoztató előadásában.

Bősze Ádám zenetörténész, zenei antikvárius, számos kulturális rendezvény és zenei közvetítés moderátora hatalmas népszerűségnek örvend, Szegeden és környékén is komoly rajongótáborra épült ki az elmúlt években.

A tanulás, élmény és szórakozás garantált ezen az estén is!

Az előadás időpontja: 2024. március 12. kedd 18.00

Az előadás helyszíne: IH Rendezvényközpont, Szeged

További információ:

www.facebook.com/azigazimentorhalo/events

www.ihrendezvenykozpont.hu

március

25

hétfő
18:00



Méri László

matematikus, pszichológus

Mindenki másképp boldog

Az elmúlt 4 nagyszerű szegedi Mentor(h)álás előadását (2016, 2018, 2020, 2022) követően dr. Méri László matematikus, pszichológus 2024 tavaszán ismét Szegeden!

"Méri művésze annak, hogy ne a problémára, hanem a megoldásra fókuszáljunk."

A pszichológia hagyományosan annak a tudománya, hogy mi mindentől tudjuk magunkat boldogtalannak érezni.

Csak az utóbbi 25-30 évben kezdett el azzal is foglalkozni, hogy min múlik az, hogy időnként egészen jól érezzük magunkat a bőrünkben. Bár ez a tudomány, amit pozitív pszichológiának neveztek el, még eléggé fiatal, máris nagyon látványos és időnként kifejezetten meglepő eredményeket ért el.

Az egyik legfontosabb eredmény dióhéjban: mindenki másképp érzi magát jól a bőrében, vagy egy kicsit fellengzősebben: mindenki mástól lesz boldog.

Az előadás időpontja: 2024. március 25. hétfő 18.00

Az előadás helyszíne: IH Rendezvényközpont, Szeged

További információ:

www.facebook.com/azigazimentorhalo/events

www.ihrendezvenykozpont.hu



Jakupcsek Gabriella

televíziós műsorvezető

A napos B oldal

Kihagyhatatlan találkozás Jakupcsek Gabriellával, oldott hangulatú utazás a napos B oldalra hazánk egyik legnépszerűbb televíziós műsorvezetőjével - nemcsak nőknek, nemcsak 40 fölött:-)

"Hidd el nekem, tényleg van élet a 40 után. Elmúltam 60, szóval csak tudom. Persze nem mondom, hogy az elmúlt két évtized sétagalopp lett volna. És a következők is bőven tartogathatnak nehézségeket, mégis azt mondom, a B oldal igenis lehet napos. Ezen az estén szeretném megmutatni: igenis tudsz teljes és tartalmas életet élni ötven, hatvan, hetven évesen is, sőt.

Támogatlak benne, hogy találd meg a szépséget a mindennapokban és magadban is. Gondolkodjunk közösen az életstratégiádon, hogy el tudd fogadni, mi több, hasznodra tudd fordítani az évek múlását.

Mindehhez legyen a mottónk, amely sok mindenen átsegít: Önismeret és derű!

Tarts velem a napos B oldalra!"

Az előadás időpontja: 2024. április 9. kedd 18.00

Az előadás helyszíne: IH Rendezvényközpont, Szeged

További információ:

www.facebook.com/azigazimentorhalo/events

www.ihrendezvenykozpont.hu

április

22

hétfő
18:00



Kelen Anna

a „nyomozó művészettörténész”

Minden képnek megvan a maga története

Vadonatúj, általunk eddig még felfedezetlen területre invitáljuk kedves nézőinket április 22-én este, melynek vendége a Virág Judit Galéria fiatal és tehetséges művészettörténésze, Kelen Anna lesz!

Az aukciók, galériák és a műkereskedelem izgalmas világa és kulisszatitkai tárulnak elének ezen az estén, melyen „idegenvezetőnk” az a Kelen Anna lesz, akinek a munkája a szenvedélye. Kelen Anna hihetetlen módon, igazán kalandos nyomozás révén talált meg festményeket az elmúlt időszakban – nem csoda hát, hogy gyorsan el is nyerte a „nyomozó művészettörténész” megtisztelő címet.

„Minden műtárgynak különleges és egyedi története van attól a pillanattól kezdve, hogy lekerült a festőállványról.

Hol rejtőzködnek az évtizedeken át lappangó remekművek? Miért kerülhet egy festmény akár több száz millió forintba?

Az előadás során beszélgetünk többek közt Csontváry Kosztka Tivadar, Munkácsy Mihály, Rippl-Rónai József, Vaszary János és más magyar művészek izgalmas és kalandos történetű műveiről.”

Az előadás időpontja: 2024. április 22. hétfő 18.00

Az előadás helyszíne: IH Rendezvényközpont, Szeged

További információ:

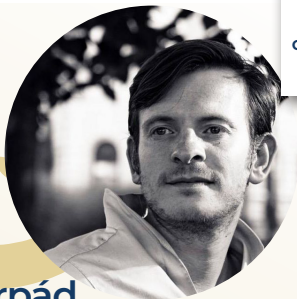
www.facebook.com/azigazimentorhalo/events

www.ihrendezvenykozpont.hu

május

2

csütörtök
18:00



Dr. Tóth Árpád

karnagy

A világ legnépszerűbb dallamának különös története

Nincs Mentor(h)áló Árpi nélkül!

Akár ezt a címet is adhatnánk a Mentorháló május 2-i kihagyhatatlan előadásnak, melynek vendége dr. Tóth Árpád karnagy, egyetemi és középiskolai tanár, a Csíkszerda improvizációs kórus vezetője, a Kórusok Éjszakája megálmodója és főszervezője, a Mentorháló eddigi legnagyobb vastapsának "tulajdonosa"!

Garantáljuk, hogy dr. Tóth Árpád ezen az estén is bebizonyítja számunkra, hogy "énekelni jó, énekelni nem ciki", és "sok minden más lehetne, ha csak egy kicsit is éneklőbb emberek lennénk."

A világ legnépszerűbb dallamának különös története c. előadásában a zenetörténet egyik legismertebb vándordallamáról fog mesélni, mely Mantovától Izraelig, Svédországtól Erdélyig sokfelé felbukkant az elmúlt évszázadok során.

Reneszánsz táncok, gyermekdalok, vallásos himnuszok és jazz standardek kuszaságán vezet az út, míg teljes egészében ki nem rajzolódik a világ talán legismertebb dallamának különös és meghökkentő, majd' 500 éves története.

Az előadás időpontja: 2024. május 2. csütörtök 18.00

Az előadás helyszíne: IH Rendezvényközpont, Szeged

További információ:

www.facebook.com/azigazimentorhalo/events

www.ihrendezvenykozpont.hu

május

7

kedd
18:00



Szvetelszky Zsuzsa

szociálpszichológus

Repair - Hogyan hozhatjuk
rendbe elromlott tárgyainkat,
kapcsolatainkat és közösségeinket?

Hihetetlenül aktuális és mindannyiunkat érintő témával érkezik vissza a Mentorháló színpadára Szvetelszky Zsuzsa szociálpszichológus.

A Repair c. előadás középpontjában a fejlett világ egyik legégetőbb problémája, az élet minden területén tapasztalható pazarlás áll.

„Egyre többen látják úgy, hogy a 21. századra félresiklottak a dolgok. A gazdasági és technológiai fejlődés eredményeképpen kialakult az eldobható termékek köré épülő társadalom, mindez pedig összefügg az egyenlőtlenséggel, a klímaválsággal és a természeti katasztrófákkal is. A tönkrement eszközök, emberi kapcsolatok vagy akár egész rendszerek kidobása helyett érdemes lenne megfontolni a rendbe hozás lehetőségét – tanácsolja Szvetelszky Zsuzsa.

Hogyan hozhatjuk rendbe elromlott tárgyainkat,
kapcsolatainkat és közösségeinket?

Az előadás személyiségünk fejlesztéséről és gondolkodásmódunk átalakításáról szól annak reményében, hogy tudatosabban és elégedettebben élhessünk.

Az előadás időpontja: 2024. május 7. kedd 18.00

Az előadás helyszíne: IH Rendezvényközpont, Szeged

További információ:

www.facebook.com/azigazimentorhalo/events

www.ihrendezvenykozpont.hu



Prof. dr. Kiss László

Prima Primissima díjas fizikus, csillagász
Van-e élet a Földön kívül?

Egy valódi tudós influenszer, a hazai tudománykommunikátorok egyik vezéralakja érkezik a Mentorháló színpadára május 21-én Prof. dr. Kiss László Prima Primissima díjas fizikus, csillagász személyében. Kitűnő előadói képességekkel és hatalmas tudással felvértezve vezet be bennünket a csillagászat izgalmas világába.

A jelenkor csillagászatának kutatásait három nagy kérdés köré lehet csoportosítani: Miből áll a Világegyetem? Hogyan alakultak ki a kozmikus struktúrák (galaxisok, csillagok, bolygók)? Egyedül vagyunk-e az univerzumban? Van-e élet bárhol a Naprendszerben? Mi ez a megújult érdeklődés az azonosítatlan repülő objektumok iránt?

Van-e élet a Földön kívül?

Előadásunkban megpróbáljuk áttekinteni a téma legfontosabb friss eredményeit, felvázoljuk tudásunk jelenlegi határait és fantáziánkat kissé szabadon engedve megpróbáljuk kitalálni, mi várható az évtized végéig, illetve a 2030-as években.

Az előadás időpontja: 2024. május 21. kedd 18.00

Az előadás helyszíne: IH Rendezvényközpont, Szeged

További információ:

www.facebook.com/azigazimentorhalo/events

www.ihrendezvenyekozpont.hu

május

31

péntek
18:00



Tomán Szabina

üzletasszony

Siker a mosoly mögött

Tarts velünk Te is ezen a kihagyhatatlan interaktív beszélgetésen, ismerjük meg közösen Tomán Szabina sikerének titkát!

Szépségipar, üzleti világ, anyaság és párkapcsolat – Tomán Szabina ismert és elismert sikeres nő, aki minden területen minden nap megállja a helyét. Milyen képességek, készségek kelljenek ahhoz, hogy valaki sikeres nő legyen? Tanulható vagy szerencse kérdése? Miből merít erőt a mindennapi kihívásokban?

Mit jelent számára a harmónia és az egyensúly? Miként tud női példakép lenni, aki rivaldafényben, kamerák előtt éli az életét?

Miként tudja megőrizni a magánéletét, megélni a családi, anyai pillanatokat?

Miből tud töltekezni?

Miben méri a sikert?

Vendégünk: Tomán Szabina, topmodell, üzleti vállalkozó, a Cápák között c. üzleti showműsor befektetője, üzletasszony, a Toman életmódprogram megalkotója, 2 gyermek édesanyja.

Moderátor, háziasszony: Tibenszky Moni Lisa, sport mentáltréner, life coach, oktatási újságíró és a Felelős Szülők Iskolája alapító-ügyvezetője.

Az előadás időpontja: 2024. május 31. péntek 18.00

Az előadás helyszíne: IH Rendezvényközpont, Szeged

További információ:

www.facebook.com/azigazimentorhalo/events

www.ihrendezvenykozpont.hu



Dr. Rab Árpád

trendkutató, jövőkutató

A jövőt MI formáljuk!

A mesterséges intelligenciáról közérthetően – lehetne ez is a tavaszi évad záróelőadásának címe, melynek előadója dr. Rab Árpád trend- és jövőkutató, a Nemzeti Közszolgálati Egyetem Információs Társadalom Kutató Intézetének tudományos főmunkatársa, a Budapesti Corvinus Egyetem egyetemi docense.

Előadónk a mesterséges intelligencia és társadalom szakterület országosan elismert vezető szakembere. Dr. Rab Árpád végzettsége szerint kulturális antropológus, néprajzos, szociológus, aki két évtizedes tapasztalattal rendelkezik az információs társadalom kutatásának és oktatásának területén. Évekig dolgozott az UNESCO információs társadalom szakértőjeként. 15 évig dolgozott a BME Információs Társadalom és Trendkutató központjában, 8 évig igazgatója is volt. A jövőt MI formáljuk! c. előadásában a mesterséges intelligencia és az ember jövőbeli együttműködésének fontosságáról fog mesélni.

„Miért ilyen a világunk, amilyen, és merre tart? Trendekről, forgatókönyvekről, jövőálláságról, emberi és mesterséges intelligenciáról beszélgetünk és gondolkodunk közösen.”

Az előadás időpontja: 2024. június 10. hétfő 18.00

Az előadás helyszíne: IH Rendezvényközpont, Szeged

További információ:

www.facebook.com/azigazimentorhalo/events

www.ihrendezvenykozpont.hu



További információ:
[https://www.facebook.com/
azigazimentorhalo/events](https://www.facebook.com/azigazimentorhalo/events)
<http://www.ihtrendezvenykozpont.hu/>



MENTORHÁLÓ

tanulás · élmény · szórakozás

Valamennyi előadásunk helyszíne:
IH Rendezvényközpont, Szeged, Felső Tisza-part 2.
www.ihrendezvenyekozpont.hu
Telefon: 62/423-638
E-mail: jegyinfo@ihrk.hu

Jegyértékesítés személyesen az IH Rendezvényközpontban
vagy az online jegyértékesítési felületen:
jegyek.ihrendezvenyekozpont.hu

Friss hírek, információk és fotók a Facebookon:
www.facebook.com/azigazimentorhalo



2024