





Zöld Diófa Szakmai Egység módosított Klubprogram
2026. március hónap

Időpont		Házon belüli programok		Házon kívüli programok
2026.03.02. hétfő	9 ³⁰ –10 ⁰⁰	Keringésjavító torna /Hercegné, Balogh Erika/		
	10 ⁰⁰ –13 ³⁰	Kézműves foglalkozás /kötés, horgolás/		
	14 ⁰⁰ – 15 ⁰⁰	Kártyajátékok (Balogh Erika, Darida Zoltán)		
2026.03.03. kedd	9 ³⁰ –10 ⁰⁰	Keringésjavító torna /Hercegné, Balogh Erika/		10 ⁰⁰ -tól Patika, Posta, Ügyintézés
	14 ⁰⁰ – 15 ⁰⁰	A békéért küzdő írók világnapja előadás /Hercegné/		
2026.03.04. szerda	08 ⁰⁰ – 14 ⁰⁰	Gyógymasszázs /Novák Mátéval/ Keringésjavító torna /Hercegné, Balogh Erika/		
	9 ³⁰ –11 ⁰⁰	FILM Klub végén csevegéssel /60-70 évek/ /Darida Zoltán/		
	14 ⁰⁰ – 15 ⁰⁰	Fejőlvasó délután Wass Albert /Balogh Erika, Komáromi Gergely/		
2026.03.05. csütörtök	11 ⁰⁰ –11 ³⁰	Fekete Tibor Mozgásmatiné		Kispesti Halásztanya Étterem
	11 ⁰⁰ –12 ³⁰	Jubileumi Jelzőrendszer		
	14 ³⁰ –15 ³⁰	Alzheimer -Café		
2026.03.06. péntek	9 ³⁰ –10 ⁰⁰	Keringésjavító torna /Hercegné, Balogh Erika/		
	12 ⁰⁰ –13 ⁰⁰	Nemzetközi Nőnap (március 8)		
	14 ²⁰ –15 ³⁰	Közkívánatra – videós élmények, zene, színház / Darida Zoltán Balogh Erika/		

Zöld Diófa Szakmai Egység módosított Klubprogram
2026. március hónap

Időpont		Házon belüli programok	Házon kívüli programok
2026.03.09. hétfő	9 ³⁰ –10 ⁰⁰	Keringésjavító torna /Hercegné, Balogh Erika/	
	11 ⁰⁰ -től	Holisztikus gondolkodás Teljesség és az egész /Hercegné/	
2026.03.10. kedd	9 ³⁰ –10 ⁰⁰	Keringésjavító torna /Hercegné, Balogh Erika/	
	14 ⁰⁰ – 15 ⁰⁰	Kreatív foglalkozás /Kokárda készítése/	
2026.03.11. szerda	08 ⁰⁰ – 14 ⁰⁰	Gyógymasszázs /Novák Mátéval/	
	9 ³⁰ –10 ⁰⁰	Keringésjavító torna /Hercegné, Balogh Erika/	
	13 ⁰⁰ – 14 ³⁰	Környezetvédelmi előadás (Hercegné, Darida Zoltán Balogh Erika)	
2026.03.12. csütörtök	11 ⁰⁰ –11 ³⁰	Fekete Tibor Mozgásmatiné	
	11 ⁰⁰ -től	Vitaminok és ásványi anyagok /Hercegné/	
	14 ⁰⁰ – 15 ⁰⁰	Kártyajátékok (Balogh Erika, Darida Zoltán)	
2026.03.13. péntek	9 ³⁰ –10 ⁰⁰	Keringésjavító torna /Hercegné, Balogh Erika/	
	11 ⁰⁰ -től	Holisztikus gondolkodás Teljesség és az egész /Hercegné/	
	14 ⁰⁰ –14 ³⁰	Nemzeti ünnep – az 1848–49-es forradalom és szabadságharc kezdete /Március 15/	
	14 ⁴⁰ –15 ³⁰	Közkívánatra – videós élmények, zene, színház / Darida Zoltán Balogh Erika/	

Zöld Diófa Szakmai Egység módosított Klubprogram
2026. március hónap

Időpont		Házon belüli programok	Házon kívüli programok
2026.03.16. hétfő	9 ³⁰ –10 ⁰⁰	Keringésjavító torna /Hercegné, Balogh Erika/	
	11 ⁰⁰ –11 ³⁰	A magyar zászló és címer napja. előadás /Hercegné /	
	14 ⁰⁰ – 15 ⁰⁰	Kártyajátékok (Balogh Erika, Darida Zoltán)	
2026.03.17. kedd	9 ³⁰ –10 ⁰⁰	Keringésjavító torna /Hercegné, Balogh Erika/	
	11 ⁰⁰ -tól	Vitaminok és ásványi anyagok /Hercegné/	
	13 ⁰⁰ – 15 ⁰⁰	Kávé nap/ kávézás (Hercegné, Darida Zoltán Balogh Erika)	
2026.03.18. szerda	08 ⁰⁰ – 14 ⁰⁰	Gyógymasszázs /Novák Mátéval/	
	9 ³⁰ –10 ⁰⁰	Keringésjavító torna /Hercegné, Balogh Erika/	
	14 ³⁰ – 15 ⁰⁰	Zene délután Fenyő Gáborral	
2026.03.19. csütörtök	11 ⁰⁰ –11 ³⁰	Fekete Tibor Mozgásmatiné	
	14 ³⁰ -15 ³⁰	Úti beszámoló /Franciaország/ /Darida Zoltán/	
2026.03.20. péntek	9 ³⁰ –10 ⁰⁰	Keringésjavító torna /Hercegné, Balogh Erika/	
	14 ³⁰ – 15 ⁰⁰	Csillagászati tavasz kezdete/ boldogság világnapja. előadás /Darida Zoltán/	


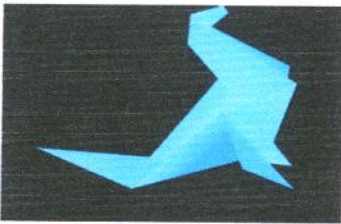

Zöld Diófa Szakmai Egység módosított Klubprogram
2026. március hónap

Időpont		Házon belüli programok	Házon kívüli programok
2026.03.23. hétfő	9 ³⁰ –10 ⁰⁰	Keringésjavító torna /Hercegné, Balogh Erika/	
	10 ¹⁰ –11 ⁰⁰	Összetett foglalkozás /Labdás, zenés, beszélgetős/ /Darida Zoltán/	
	14 ⁰⁰ – 15 ⁰⁰	A víz világnapja (március 22) /Balogh Erika, Darida Zoltán/	
2026.03.24. kedd	9 ³⁰ –10 ⁰⁰	Keringésjavító torna /Hercegné, Balogh Erika/	
	14 ⁰⁰ – 15 ⁰⁰	Magyarország története /Balogh Erika, Darida Zoltán/	
	15 ³⁰ – 16 ⁰⁰	Kis Kinga amatőr hegedűművész előadás	
2026.03.25. szerda	08 ⁰⁰ – 14 ⁰⁰	Gyógymasszázs /Novák Mátéval/	
	9 ³⁰ –10 ⁰⁰	Keringésjavító torna /Hercegné, Balogh Erika/	
	14 ⁰⁰ – 14 ⁴⁰	Vadász Gyula hegedűművész meglepetés előadása	
	14 ⁵⁰ – 15 ³⁰	Bartók Béla élet előadás /Balogh Erika, Darida Zoltán/	
2026.03.26. csütörtök	11 ⁰⁰ –11 ³⁰	Fekete Tibor Mozgásmatiné	
	11 ⁰⁰ -től	Vitaminok és ásványi anyagok /Hercegné/	
	13 ⁰⁰ –13 ³⁰	Ellátotti fórum /Hercegné, Darida Zoltán, Balogh Erika/	
	14 ⁰⁰ – 15 ⁰⁰	Gyümölcsoltó Boldog Asz- szony előadás /Komáromi Gergely/	
2026.03.27. péntek	9 ³⁰ –10 ⁰⁰	Keringésjavító torna /Hercegné, Balogh Erika/	
	14 ⁰⁰ –15 ³⁰	Közkívánatra – videós élmények, zene, színház / Darida Zoltán Balogh Erika/	



Zöld Diófa Szakmai Egység módosított Klubprogram

2026. március hónap

Időpont		Házon belüli programok	Házon kívüli programok
2026.03.30. hétfő	9 ³⁰ –10 ⁰⁰	Keringésjavító torna /Hercegné, Balogh Erika/	
	10 ¹⁰ –11 ⁰⁰	Összetett foglalkozás /Labdás, zenés, beszélgetős/ /Darida Zoltán/	
	11 ⁰⁰ –től	Holisztikus gondolkodás Teljesség és az egész /Hercegné/	
	13 ⁰⁰ – 14 ³⁰	Társasjátékok /Hercegné, Darida Zoltán/	
2026.03.31. kedd	9 ³⁰ –10 ⁰⁰	Keringésjavító torna /Hercegné, Balogh Erika/	
	10 ¹⁰ –11 ⁰⁰	Összetett foglalkozás /Labdás, zenés, beszélgetős/ /Darida Zoltán/	
	12 ³⁰ – 13 ⁰⁰	Kreatív foglalkozás /Origami/ /Balogh Erika, Darida Zoltán/	
	13 ³⁰ – 14 ³⁰	Tea Klub Csevegéssel /Hercegné, Darida Zoltán Balogh Erika/	
			10 ⁰⁰ –től Patika, Posta, Ügyintézés

A foglalkozások és a programok változtatásának a jogát fenntartjuk!

Megvalósításért felelős: F. Balogh Erika.....
Csoportvezető

Budapest, 2026.03.17.



Balázs Piroska
intézményvezető