

ČAS ZA USTVARJANJE

USTVARJALNA DELAVNICA - NOVOLETNE VOŠČILNICE

Sreda, 7. 12. 2022 od 18.00 do 20.00

Na delavnici bomo izdelali čisto svoje unikatne novoletne voščilnice. Najlepše in najbolj posebne so tiste, ki jih naredimo mi sami.

Predstavljajte si, kako bodo veseli vaši bližnji, ko bodo prejeli voščilnico, za katero ste si vzeli čas in jo naredili sami.

Dobrodošli na delavnici!



Lokacija: Medgeneracijski center Naklo

OBVEZNE PRIJAVE: 04 280 48 25 ali
mck-prijava@luniverza.si

ČAS ZA KULINARIKO

PRAZNIČNA PEKA - TORTELINI PIŠKOTI

Sreda, 14. 12. 2022 od 17.00 do 19.00

Bližajo se prazniki in vonj po pečenih piškotih je vsekakor del prazničnega vzdušja.

Pripravili bomo pecivo iz krhkega testa, ki po obliki spominja na torteline. Kakšen okus imajo piškoti, pa pridite in ugotovite sami.

Naj vam namignemo: slastni so.

Vabljeni!



Lokacija: Medgeneracijski center Naklo

OBVEZNE PRIJAVE: 04 280 48 25 ali
mck-prijava@luniverza.si



OBČINA NAKLO



PROGRAM MEDGENERACIJSKEGA SODELOVANJA DECEMBER 2022

Prosimo za prijave na
04 280 48 25
ali
mck-prijava@luniverza.si

Pridržujemo si pravico do manjših sprememb v programu.
Udeležba na aktivnostih je na lastno odgovornost.

Aktivnosti v programu bodo izvedene v skladu s
splošnimi higienskimi ukrepi NIJZ za preprečevanje
širjenja okužbe s SARS-CoV-2.

ČAS ZA DOBRO POČUTJE

VADBA ZA ZDRAVO HRBTENICO

Ponedeljek, 5. 12. 2022 od 9.00 do 10.30
Ponedeljek, 12. 12. 2022 od 9.00 do 10.30
Ponedeljek, 19. 12. 2022 od 9.00 do 10.30

Lokacija: Kulturni dom Janeza Filipiča

Vabljeni na vadbo izbranih enostavnih vaj za prožno hrbtenico.



ORIENTALSKI PLESI

Ponedeljek, 12. 12. 2022 od 18.45 do 19.45

Prisrčno vabljeni k odrski plesni obliki, ki prebujata žensvenost in eleganco plesalk ter je odlična vrsta rekreacije za deklice in ženske vseh starosti.



Lokacija: Medgeneracijski center Naklo

OBVEZNE PRIJAVE: 04 280 48 25 ali
mck-prijava@luniverza.si

AKTIVNOSTI ZA OTROKE

POČITNIŠKO DOPOLDNE ZA OTROKE

Torek, 27. 12. 2022 od 8.00 do 12.00

Juhu, počitnice bodo kmalu tu. Popestrite počitnice svojim otrokom in jih prijavite na počitniško dopoldne, ki jim bo zagotovo popestrila proste dni. Aktivnost je namenjena otrokom, starim od 6 do 12 let.

Lokacija: Medgeneracijski center Naklo

OBVEZNE PRIJAVE: 04 280 48 25 ali
mck-prijava@luniverza.si

DRUŽABNI VEČER

TOMBOLA

Torek, 20. 12. 2022 od 19.00 do 20.30

Tombola je preprosta igra, kjer se iz bobna vleče številke, igralci pa pokrivajo številke na kartici.

Vabljeni na zabave, smeha in veselja poln dogodek.

Lokacija: Medgeneracijski center Naklo

OBVEZNE PRIJAVE: 04 280 48 25 ali
mck-prijava@luniverza.si

ČAS ZA UMSKO AKTIVNOST

UMOVADBA

Petek, 16. 12. 2022 od 9.00 do 10.00
Lokacija: Medgeneracijski center Naklo

Petek, 16. 12. 2022 od 10.00 do 11.00
Lokacija: Dom starejših občanov Naklo

Za ohranjanje vitalnosti in miselnih sposobnosti tudi v poznih letih, moramo poleg telesne aktivnosti, skrbeti tudi za aktivnost naših možganov. Umovadba krepi možganske mišice. Izvajali in naučili se bomo vaje, s katerimi lahko izboljšate spomin, pozornost in hitrost procesiranja informacij ter omilite usihanje funkcij.

OBVEZNE PRIJAVE: 04 280 48 25 ali
mck-prijava@luniverza.si

