

ČAS ZA DOBRO POČUTJE

LJUDSKO PETJE

Ponedeljek, 13. 3. 2023 od 10.00 do 11.00

Ponedeljek, 20. 3. 2023 od 10.00 do 11.00

Lokacija: DSO Preddvor

Skupinsko petje blaži stres in pozitivno vpliva na počutje. Pevce med seboj povezuje in dobro vpliva na samozavest. S stanovalci Doma starejših občanov Preddvor bomo prepevali večglasne ljudske pesmi cele Slovenije.

TELOVADBA ZA NAJLEPŠA LETA

Sreda, 1. 3. 2023 od 17.00 do 18.00

Sreda, 8. 3. 2023 od 17.00 do 18.00

Sreda, 15. 3. 2023 od 17.00 do 18.00

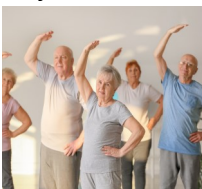
Sreda, 22. 3. 2023 od 17.00 do 18.00

Sreda, 29. 3. 2023 od 17.00 do 18.00

Lokacija: Kulturni dom Preddvor

Telovadba bo potekala na stolih in stoje.

Razgibali boste vse dele telesa letom primerno. S seboj prinesete samo dobro voljo in nasmeh ter pridite v udobnih oblačilih



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

ČAS ZA USTVARJANJE

USTVARJALNA DELAVNICA: VELIKONOČNA DEKORACIJA

Četrtek, 16. 3. 2023 od 17.00 do 19.00

Lokacija: Društvo upokojencev Preddvor

Z željo po ustvarjanju in z vajo se vsak lahko nauči izdelati krasen izdelek.

Ob strokovnem vodenju in v sproščenem vzdušju lahko tudi vi ustvarite čudovite umetnine.

Lepo vabljeni, da se nam pridružite.



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



OBČINA PREDDVOR



PROGRAM MEDGENERACIJSKEGA SODELOVANJA MAREC 2023

**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.

ČAS ZA DRUŽENJE

TOMBOLA

Torek, 23. 3. 2023 od 17.00 do 18.30

Lokacija: Društvo upokojencev Preddvor

Tombola je preprosta igra, kjer se iz bobna vleče številke, igralci pa pokrivajo številke na kartici. Ena pokrita vrstica prinese tretjo nagrado, dve pokriti vrstici drugo nagrado in tri pokrite vrstice prvo nagrado.

Dodaten čar pa ji dajejo tudi lepe ter simbolične nagrade.

Vabljeni na zabavo, smeha in veselja poln dogodek.



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

ČAS ZA KULINARIKO

KULINARIČNA DELAVNICA - VELIKONOČNE DOBROTE

Torek, 7. 3. 2023 od 16.00 do 18.00

Petek, 10. 3. 2023 od 16.00 do 18.00

Lokacija: Tupaliče 55

Še malo, pa bomo lahko naše mize obložili z izjemnimi tradicionalnimi dobrotami.

Čas z našimi bližnjimi, hvaležnost za privilegije, ki jih imamo in podoživljanje nostalgij, tradicionalnih okusov... Vse to je čar praznikov.

Prisrčno vabljeni na delavnico, kjer se boste naučili pripravo nekaterih velikonočnih dobrot.



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

ČAS ZA UMSKO AKTIVNOST

UMOVADBA

Četrtek, 21. 3. 2023 od 17.00 do 18.00

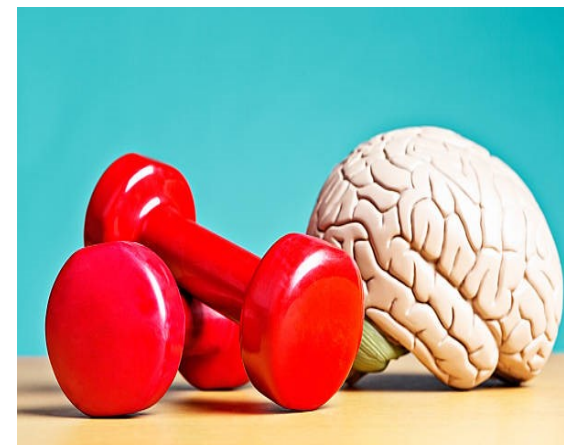
Lokacija: Društvo upokojencev Preddvor

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.

Lepo vabljeni na delavnico.



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