

## ČAS ZA DOBRO POČUTJE

### LJUDSKO PETJE

Ponedeljek, 3. 4. 2023 od 10.00 do 11.00  
Ponedeljek, 17. 4. 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, 5. 4. 2023 od 17.00 do 18.00  
Sreda, 12. 4. 2023 od 17.00 do 18.00  
Sreda, 19. 4. 2023 od 17.00 do 18.00  
Sreda, 26. 4. 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 pridi- te v udobnih oblačilih



**OBVEZNE PRIJAVE:** 04 280 48 25 ali  
[mck-prijava@luniverza.si](mailto:mck-prijava@luniverza.si)

## ČAS ZA USTVARJANJE

### USTVARJALNA DELAVNICA: ŽLICA ZA SLADOLED IZ POLIMERNE GLINE

Petek, 21. 4. 2023 od 17.00 do 19.00  
Lokacija: Krajevna knjižnica Preddvor

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

**Prosimo vas, da prinesete svoje žlice (take z dolgim ročajem).**

## ČAS ZA ANGLEŠČINO

### OSNOVNA KONVERZACIJA V TURIZMU

Sreda, 5. 4. 2023 od 17.00 do 18.30  
Sreda, 12. 4. 2023 od 17.00 do 18.30  
Sreda, 19. 4. 2023 od 17.00 do 18.30  
Sreda, 26. 4. 2023 od 17.00 do 18.30  
Lokacija: Sejna soba Občine Preddvor

Vabljeni na tečaj angleške konverzacije v turizmu, kjer boste nadgradili svoje znanje angleščine in usvojili uporabne fraze s področja turizma.

**OBVEZNE PRIJAVE:** 04 280 48 25 ali  
[mck-prijava@luniverza.si](mailto:mck-prijava@luniverza.si)



## OBČINA PREDDVOR



### PROGRAM MEDGENERACIJSKEGA SODELOVANJA APRIL 2023

**Prosimo za prijave na  
04 280 48 25 ali [mck-prijava@luniverza.si](mailto:mck-prijava@luniverza.si)**

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

## ČAS ZA DRUŽENJE

### TOMBOLA

Torek, 11. 4. 2023 od 18.00 do 19.30

Lokacija: Društvo upokoencev Preddvor

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

Dodatni 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 - SONČNICA

Torek, 18. 4. 2023 od 16.00 do 18.00  
Četrtek, 20. 4. 2023 od 16.00 do 18.00

Lokacija: Tupaliče 55

Pogača sončnica je lahko lepo in okusno darilo, katerega podarimo ob osebnem prazniku, ob raznih praznovanjih ali pa jo spečemo kar "za doma", da je na mizi nekaj časa kot dekoracija, ki jo kasneje z užitek prigriznemo listek za listkom.

Prisrčno vabljeni.



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

## ČAS ZA UMSKO AKTIVNOST

### UMOVADBA

Četrtek, 13. 4. 2023 od 18.00 do 19.00

Lokacija: Društvo upokoencev 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