

KREATIVNE DELAVNICE

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

ŠIVILJSKA DELAVNICA: IZDELAVA KRPANK - PATCHWORK

Četrtek, 27. 10. 2022

od 16:30 do 18:30

Lokacija: Turistično

informacijski center Preddvor



Izdelovali bomo preproste krpanke v različnih tehnikah in najbolj pogostih vzorcih, ki se uporabljajo. Iz že uporabljenega blaga ali ostankov blaga bomo ustvarili unikatne izdelke za naš dom ali kot darilo za naše najdražje prijatelje.

RAČUNALNIŠKA DELAVNICA: Oblikovanje v spletnem programu »CANVA«

Sobota, 22. 10. 2022

od 16:00 do 19:00

Lokacija: Turistično

informacijski center Preddvor



Aplikacija Canva bo v veliko pomoč vsem tistim, ki niste strokovnjaki za design, vendar bi vam pri vašem delu vseeno prišlo prav, če bi lahko na hiter in enostaven način pripravili vsaj nekaj osnovnih grafičnih elementov. **Delavnica je namenjena začetnikom, ki orodja še ne poznajo, vendar je obvezna osnovna računalniška pismenost in dostop do e-pošte. Udeleženci lahko prinesejo svoje prenosne računalnike ali delajo na naših.**

Prijave do zasedbe prostih mest na
mck-prijava@luniverza.si

AKTIVNOSTI

Prijave do zasedbe prostih mest na [04 280 48 25](tel:042804825)

ČAS ZA USTVARJANJE

USTVARJALNA DELAVNICA - OBLEČEMO JESENSKE BARVE – OGRLICA IZ FILCA

Sreda, 12. 10. 2022 od 17:00 do 19:00

Lokacija: Društvo upokojencev Preddvor

Preproste kreacije, ki si jih lahko naredite sami in se čudovito prilegajo jesenskim dnevom.

Enostavno, tako kot narava z barvami popestri turobne jesenske dni, tudi vi z barvami lahko popestrite dolgočasna oblačila. Zato si bomo na tokratni delavnici izdelali ogrlico iz filca, ki je lahko prav takšne barve in oblike, kot ste si jo vedno želeli kupiti. Ta verižica bo posebna, saj si jo boste izdelali sami pod strokovnim vodstvom. Vabimo vas, da se nam pridružite v ustvarjalnem vzdušju. Barvito bo!



Prijave do zasedbe prostih mest na
mck-prijava@luniverza.si



OBČINA PREDDVOR



PROGRAM MEDGENERACIJSKEGA SODELOVANJA OKTOBER 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.

AKTIVNOSTI

Prijave do zasedbe prostih mest na [04 280 48 25](tel:042804825)

ČAS ZA DOBRO POČUTJE

TELOVADBA ZA NAJLEPŠA LETA

Sreda, 5. 10. 2022 od 17:00 do 18:00

Sreda, 19. 10. 2022 od 17:00 do 18:00

Sreda, 26. 10. 2022 od 17:00 do 18:00

Lokacija: Grad Dvor Preddvor

Telovadba bo potekala na stolih in stoje. Razgibali boste vse dele telesa letom primerno. S seboj prinesete samo dobro voljo in nasmeh in pridite v udobnih oblačilih.

Vabljeni udeleženci vseh starosti.

OBVEZNE PRIJAVE:

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



Prijave do zasedbe prostih mest na
mck-prijava@luniverza.si

AKTIVNOSTI

Prijave do zasedbe prostih mest na [04 280 48 25](tel:042804825)

DRUŽABNI VEČER

TOMBOLA

Četrtek, 20. 10. 2022

od 17:00 do 18:00

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 pokrite vrstice drugo nagrado in tri pokrite vrstice prvo nagrado. Vabljeni na zabave, smeha in veselja poln dogodek. Dodatni čar pa mu dajejo tudi lepe ter simbolične nagrade. **OBVEZNE PRIJAVE:**
[04 280 48 25](tel:042804825) ali mck-prijava@luniverza.si

LIUDSKO PETJE

Ponedeljek, 10. 10. 2022 od 10:00 do 11:00

Ponedeljek, 24. 10. 2022 od 10:00 do 11:00

Lokacija: Dom starejših občanov Preddvor

KULINARIKA

SKUTINE DOBROTE

Torek, 11. 10. 2022 ob 16:00

Četrtek, 13. 10. 2022 ob 16:00

Lokacija: Tupaliče 55

OBVEZNE PRIJAVE:

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

AKTIVNOSTI

Prijave do zasedbe prostih mest na [04 280 48 25](tel:042804825)

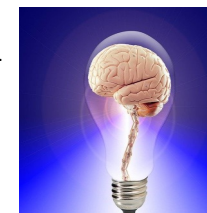
ČAS ZA ZDRAVJE IN UMSKO AKTIVNOST

UMOVADBA

Sreda, 19. 10. 2022 od 17:00 do 18:00

Lokacija: Društvo upokojencev Preddvor

Umovadba krepi možganske mišice. Redno izvajajte ustrezne vaje, s katerimi lahko izboljšate spomin, pozornost in hitrost procesiranja informacij ter omilite usihanje funkcij.



Vabljeni vsi vseh starosti! **OBVEZNE PRIJAVE:**
[04 280 48 25](tel:042804825) ali mck-prijava@luniverza.si

PREDAVANJE IN PRIJETNO DRUŽENJE

»ŽIVETI ŽIVLJENJE

S ČIM MANJ STRESA« - PREDAVANJE

Sreda, 26. 10. 2022 ob 19:00

Lokacija: Grad Dvor Preddvor

OBVEZNE PRIJAVE:

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

Pogovarjali se bomo o škodljivosti kroničnega stresa in na kratko osvetlili mehanizme odziva nanj s psihoterapevko Katjo Lesar in avtorico, novinarko, založnico ter publicistko Majo Megla.



Prisrčno
Vabljeni!