

ČAS ZA DRUŽENJE

LJUDSKO PETJE

Ponedeljek, 3. 7. 2023 od 10.00 do 11.00

Ponedeljek, 21. 8. 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.



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

ČAS ZA POLETJE

*"Ko pride poletje,
je nebo še bolj modro
in
oblaki so še bolj beli.
In
sonce še bolj žari."*

(Živa Viviana Doria)



OBČINA PREDDVOR



PROGRAM MEDGENERACIJSKEGA SODELOVANJA JULIJ in AVGUST 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 ZDRAVJE

NAJ ZADIŠI PO ZDRAVJU

Četrtek, 31. 8. 2023 od 9.00 do 11.30

Lokacija: DSO Preddvor

Že od nekdaj je imel vonj pomembno vlogo za preživetje človeka, tako v fizičnem in kot tudi duhovnem smislu. In tudi danes je tako, čeprav v svoji vsakodnevni rutini na to niti ne pomislimo.

Vonj nas nahrani, pomiri, ovije v varen objem. Z njim komuniciramo z drug z drugim, izbiramo partnerja, svoj življenjski prostor, se zaščitimo, premagujemo izzive, dvignemo razpoloženje in energijo ... Kajti vse na tem svetu ima svoj vonj - tudi naša čustva, misli, bolezen, poškodbe in zdravje.



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

ČAS ZA ZDRAVJE



Vse več znanstvenih raziskav poroča, da vonji narave, shranjeni v kapljicah eteričnih olj v obliki aromatičnih molekul različnih kemijskih spojin, učinkovito podprejo vsak proces zdravljenja v našem telesu, četudi gre za različne bolezni ali poškodbe.

Certificirana aromaterapevtka in energijska svetovalka po metodi P.E.C.A. z dolgoletnimi izkušnjami vas vabim, da skupaj odkrijemo skrivnostni svet eteričnih olj, spoznamo njihove esence in kako nam lahko pomagajo, tokrat še posebej s poudarkom na okužbah dihal, različnih virozah in okrevanju po bolezni.

Naj zadiši po zdravju!

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

ČAS ZA DOBRO POČUTJE

JOGA OBRAZA

Četrtek, 12. 7. 2023 od 9.00 do 11.00

Četrtek, 24. 8. od 9.30 do 11.30

Lokacija: DSO Preddvor

Za vadbo potrebujete svoj obraz in ščepec radovednosti. Stranski učinki so bolj sijoč obraz, več življenja v očeh in mir v srcu. Dobrodošli.

»Joga obraza razstruplja možgane, spodbudi proizvodnjo nevrotansmitorjev in hormonov in tako pripomore k boljši mentalni zmogljivosti, izboljša spomin in koncentracijo, prežene meglo iz glave, bistri vid in še več.« (Savina Atai)



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