



TOMBOLA

Torek, 15. 10. 2024 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.

UMOVADBA

Četrtek, 17. 10. 2024 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.

DIGIMODREJŠI

Projekt je namenjen **odraslim**.

Zbiramo prijave v brezplačni 10-urni osnovni računalniški tečaj, ki se bo izvajal v OŠ Preddvor, Šolska ulica 9, 4205 Preddvor.

PONEDELJEK, 21. 10. OD 17.00 DO 19.15

TOREK, 22. 10. OD 17.00 DO 18.30

SREDA, 23. 10. OD 17.00 DO 18.30

ČETRTEK, 24. 10. OD 17.00 DO 19.15

Informacije in prijave:

04 280 48 00

informatore@luniverza.si

INFORMACIJE IN PRIJAVE

**LUK-medgeneracijski center
Cesta talcev 7, 4000 Kranj**

☎ 04/280 48 25 @

✉ MCK-PRIJAVA LUNIVERZA.SI

Prijave na brezplačne aktivnosti so obvezne.

Več informacij o programu



Projekt delno sofinancirata ministrstvo ter EU, in sicer iz ESS+. Projekt je sofinanciran iz PEKP 2021–2027, cilja politike 4 »Bolj socialna in vključujoča Evropa za izvajanje evropskega stebra socialnih pravic«, prednostne naloge 7 »Dolgotrajna oskrba in zdravje ter socialna vključenost«, specifičnega cilja ESO4.12 »Spodbujanje socialnega vključevanja oseb, izpostavljenih tveganju revščine ali socialni izključenosti, vključno z najbolj ogroženimi osebami in otroki«.



VEČGENERACIJSKI CENTER GORENJSKE +

Program za oktober 2024

OBČINA PREDDVOR



LUK
LJUDSKA
UNIVERZA
KRANJ

WWW.LUNIVERZA.SI



TELOVADBA ZA NAJLEPŠA LETA

Sreda, 2. 10. 2024 od 17.00 do 18.00

Sreda, 9. 10. 2024 od 17.00 do 18.00

Sreda, 16. 10. 2024 od 17.00 do 18.00

Sreda, 23. 10. 2024 od 17.00 do 18.00

Sreda, 30. 10. 2024 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.

ANGLEŠKE URICE

Sreda, 2. 10. 2024 od 18.00 do 19.30

Sreda, 9. 10. 2024 od 18.00 do 19.30

Sreda, 16. 10. 2024 od 18.00 do 19.30

Sreda, 23. 10. 2024 od 18.00 do 19.30

Sreda, 30. 10. 2024 od 18.00 do 19.30

Lokacija: Občina Preddvor

Delavnica je namenjena vsem, ki bi radi izboljšali svoje znanje angleščine. Naše urice bodo polne raznolikih tem, ki bodo pomagale krepiti vaše jezikovne spretnosti na sproščen in prijeten način.

USTVARJALNA DELAVNICA: ROŽE IZ KREP PAPIRJA

Sreda, 16. 10. 2024 od 17.00 do 20.00

Lokacija: Društvo upokojencev Preddvor

Z veseljem vas vabimo na ustvarjalno delavnico, kjer bomo izdelovali čudovite izdelke iz krep papirja.

Delavnico bo vodila prava mojstrica umetnin iz krep papirja, ki bo z vami delila svoje znanje, izkušnje in ustvarjalne trike. Z njenim vodenjem boste odkrili številne inovativne načine uporabe krep papirja ter spoznali, kako ustvariti izjemne umetnine, darila ali dekoracije.

Ne zamudite te priložnosti, da se podate v svet ustvarjalnosti in se naučite novih veščin izpod spretnih rok prave strokovnjakinje. Pričakujte navdihujoče trenutke, kreativno vzdušje in obilico zabave na naši delavnici.



JOGA OBRAZA

Ponedeljek, 21. 10. 2024 od 18.30 do 20.30

Lokacija: Kulturni dom Preddvor

Pridružite se nam na posebni delavnici joge obraza, kjer boste odkrili moč te terapevtske vadbe.

Joga obraza ni le odličen način za izboljšanje vašega videza, temveč tudi izjemno učinkovita pri sproščanju stresa in izboljšanju splošnega počutja.

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

