



KULINARIČNA DELAVNICA

Ponedeljek, 14. 4. 2025 od 17.00 do 19.00

Lokacija: Medgeneracijski center Naklo

Pridružite se nam in skupaj bomo na krožnikih pričarali pravo pomladno vzdušje. Ustvarjali bomo barvite in sveže pomladne jedi, ki bodo razveselile vaše brbončice in oči.

DRUŽABNI PLESI

Sreda, 23. 4. 2025 od 17.00 do 19.00

Lokacija: Kulturni dom Janeza Filipiča

Če vam življenje ponudi glasbo, zaplešite!

Pridružite se nam na čudoviti plesni delavnici z najbolj srčno učiteljico, ki vam bo predala ne le korake in znanje, ampak tudi ljubezen in strast do plesa!

KULINARIČNA DELAVNICA

Torek 29. 4. 2025 od 9.00 do 10.30

Lokacija: DSO Naklo (za stanovalce)

VEČER DRUŽABNIH IGER

Petek, 18. 4. 2025 od 17.00 do 19.30

Lokacija: Medgeneracijski center Naklo

Večer družabnih iger je odličen način za sprostitev in zabavo v prijetni družbi. Sprostite se, nasmejte se in uživajte v neformalnem druženju.



INFORMACIJE IN PRIJAVE

Prijave na brezplačne aktivnosti so obvezne.

PREKO SPLETA



LUK-medgeneracijski center
Cesta talcev 7, 4000 Kranj

☎ **04/280 48 25**

✉ **MCK-PRIJAVA@LUNIVERZA.SI**

Več informacij o programu



Program sofinancirajo Občina Naklo, Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti ter Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada plus.



Sofinancira
Evropska unija



VEČGENERACIJSKI CENTER GORENJSKE +

Program za april 2025

OBČINA NAKLO



WWW.LUNIVERZA.SI



ZVOČNA KOPEL

Sreda, 2. 4. 2025 od 18.00 do 19.30

Lokacija: Kulturni dom Janeza Filipiča

Prepusťte se vibracijam terapevtskih zvokov, ki vas bodo popeljali v globoko sprostitvev. Zvok bo harmoniziral vaše telo in um ter pomagal pri sproščanju napetosti. Pridružite se in doživite čarobno zvočno potovanje! 🎵
🌟 Potrebujete: podlogo, vzglavnik odejo in vodo.

Prosim vas, da ne zamujate, raje pridite prej.

VADBA ZA ZDRAVO HRBTENICO

Sreda, 9. 4. 2025 od 8.30 do 10.00

Sreda, 16. 4. 2025 od 8.30 do 10.00

Sreda, 23. 4. 2025 od 8.30 do 10.00

Lokacija: KD Janeza Filipiča

Za vas smo pripravili vadbo izbranih enostavnih vaj za prožno hrbtenico, s katerimi bo vaše telo zadihalo in se osvobodilo bolečin.

USTVARJALNA DELAVNICA: ROŽE IZ KREP PAPIRJA

Sreda, 2. 4. 2025 od 17.00 do 20.00

Lokacija: Medgedneracijski center Naklo

Skupaj bomo ustvarjali čudovite izdelke iz krep papirja. Tokrat bomo oblikovali očarljive hortenzije.

CKZ: ALI SEM FIT?

Petek, 18. 4. 2025 od 10.00 do 11.30

Lokacija: Medgeneracijski center Naklo

Ljudje preživimo večji del dneva sede, stoje ali opravljamo ponavljajoče se gibe. Številne znanstveno podprte raziskave in primeri dobrih praks potrjujejo, da sta gibalna dejavnost in šport ključnega pomena za naše dobro počutje in zdravje ter posledično tudi delovno storilnost. Na delavnici udeleženci pod strokovnim vodstvom opravijo 6 minutni test hoje ter izvedo, kakšna je njihova raven telesne pripravljenosti. Strokovnjaki jim glede na dobljene rezultate svetujejo, kakšno telesno aktivnost izbrati, da bo koristila njihovu zdravju.

UMOVADBA

Petek, 25. 4. 2025 od 9.00 do 10.00

Lokacija: Medgeneracijski center Naklo

Petek, 25. 4. 2025 od 10.00 do 11.00

Lokacija: DSO Naklo

FINANČNA PISMENOST ZA VSAKOGAR

Petek, 25. 4. 2025 od 17.00 do 20.00

Lokacija: Medgedneracijski center Naklo

Pridružite se brezplačnemu predavanju in odkrijte, zakaj je finančna pismenost ključnega pomena v današnjem svetu. Razumevanje osnovnih finančnih pojmov je temelj za boljše upravljanje svojih financ.

Na predavanju boste spoznali, kako učinkovito obvladovati svoj proračun, varčevati za prihodnost in investirati v doseg svojih ciljev. Finančna pismenost vam pomaga sprejemati pametnejše odločitve, ki pozitivno vplivajo na vaše vsakdanje življenje in prihodnost.

Predavanje je primerno za vse, še posebej pa za mlajše generacije, ki želijo postaviti trdne temelje za uspešno finančno prihodnost.

To je odlična priložnost, da pridobite dragocene informacije in nasvete, ki vam bodo pomagali bolje obvladovati svoje finance.

