



DELAVNICE ZA MLADE

Vsak petek od 15.00 do 17.00

Lokacija: Krajevna knjižnica Preddvor

Mladi (od 10 do 15 let) se bodo med seboj povezali tudi izven šolskega okolja.

Iščeš prostor, kjer lahko poveš svoje mnenje, se sprostiš, kaj novega naučiš, kaj ustvariš ali pa se preprosto družiš z vrstniki?

Potem ne zamudi naših delavnic za mlade, kjer te čakajo:

 Ustvarjalne aktivnosti

 Sproščeni pogovori o temah, ki se tičejo mladih

 Učenje

 Družabne igre, skupinsko delo, izzivi in še več!

 Skupaj ustvarjamo prostor za povezovanje, ideje in osebno rast.

E-UPRAVA IN E-ZDRAVJE

Četrtek, 11. 9. od 17.00 do 18.00

Lokacija: Krajevna knjižnica Preddvor

Pridružite se naši delavnici in spoznajte, kako enostavno lahko preko spleta dostopate do javnih storitev – vse z nekaj kliki.

Prijave: 04 280 48 00

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 Preddvor, 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 september 2025

OBČINA PREDDVOR



WWW.LUNIVERZA.SI



ANGLEŠKE URICE

Sreda, 10. 9. 2025 od 18.00 do 19.30

Sreda, 24. 9. 2025 od 18.00 19.30

Lokacija: Občina Preddvor

Pridružite se našim angleškim uricam, kjer boste na sproščen in interaktiven način izboljšali svoje znanje angleščine. Ne glede na vaš nivo, boste v prijetnem okolju izboljšali svojo govorno spretnost, slušno razumevanje in besedišče.

Na naših uricah se boste:

- učili skozi igre, vaje in pogovore,
- izboljšali izgovorjavo in pisanje,
- poglobljeno spoznavali osnove slovnice in praktične izraze za vsakdanje situacije,
- okrepili samozavest pri uporabi jezika v različnih situacijah.

Pridružite se nam in odkrijte, kako lahko angleščina postane zabavna in enostavna!

POHOD NA SV. JAKOBA

Petek, 5. 9. 2025 od 9.00 do 12.00

Lokacija: Zbor na parkirišču pod Sv. Jakobom

Vabimo vas, da se nam pridružite na pohodu na bližnji hrib, kjer bomo v prijetnem tempu uživali v naravi, gibanju in družbi.

Pohod ni le hoja – je priložnost, da odklopimo misli, napolnimo pljuča s svežim zrakom in sprostimo telo. Gibanje v naravi dokazano:

- znižuje stres in izboljšuje razpoloženje,
- krepi srčno-žilni sistem,
- spodbuja povezanost in kakovostne pogovore,
- vrača občutek notranjega miru in ravnovesja.

Naj bo ta pohod priložnost, da se ustavimo, zadihamo in si podarimo nekaj časa zase, v krogu ljudi, ki cenijo gibanje in preprost stik z naravo.

Ne pozabite na vodo, udobna oblačila in odprtost za nova poznanstva.

💬 Zdrav duh v zdravem telesu – naj vsak korak šteje!

TOMBOLA

Torek, 23. 9. od 17.00-19.00

Lokacija: Društvo upokojencev Preddvor

Tombola je odlična priložnost, da se skupaj nasmejimo in preživimo kakovosten čas, ne glede na to, ali igrate prvič ali pa ste že izkušeni igralci. Pridite in doživite pravi duh skupnosti!

UMOVADBA

Četrtek, 25. 9. od 17.00-18.00

Lokacija: Društvo upokojencev Preddvor

Umovadba je preprosta in učinkovita vadba za ohranjanje kognitivnih sposobnosti, izboljšanje pomnjenja ter preprečevanje demence in drugih težav s spominom.

Kot telo potrebuje fizično gibanje za zdravje, tako tudi možgani potrebujejo redno "vadbo", da ostanejo vitalni in hitri.

Redna umovadba ne le izboljša spomin in mentalno agilnost, ampak tudi pomaga ohranяти mentalno zdravje, povečuje duševno jasnost in zmanjšuje tveganje za nastanek demence ter drugih kognitivnih motenj.

🧠 Umovadba je primerna za vse starosti in je posebej priporočljiva za starejše, ki želijo aktivno skrbeti za zdravje svojih možganov.