

DVE BREZPLAČNI KUHAJSKI DELAVNICI

Torek, 13. 2. 2018, ob 17. uri
Riž

Izvajalka: Suzana Plut

Lokacija: OŠ Frana Metelka Škocjan

Pogovorili se bomo o več vrstah rižev, njegovi prehranski vrednosti, uporabi kot namazu, juhi, glavni jedi in sladici ter skuhali nekaj jedi iz različnih vrst riža, sladico pa bomo skuhali tudi na riževem mleku...

Torek, 20. 2. 2018, ob 17. uri

Zdrave stročnice

Izvajalka: Suzana Plut

Lokacija: OŠ Frana Metelka Škocjan

Iz kuhanih stročnic bomo pripravili zdrave namaze, ki se bodo odlično podali k ploščatim kruhom nannom, ki jih bomo sami tudi spekli...

V času zimskih počitnic bomo organizirali brezplačne delavnice za otroke. Spremljajte naše objave na <http://vvc-skupaj.si>

Aktivnosti so brezplačne.

Vabljeni vsi občani, da se udeležite brezplačnih predavanj, delavnic ali pa tudi v vlogi izvajalcev popestrite ponudbo v vašem kraju.

Za vse INFORMACIJE smo vam na voljo na tel. številki 059 075 710 ali 031 329

567 (Gabi Ogulin Počrvina) ali na

gabi.ogulin.pocrvina@ric-nm.si.



Projekt sofinancirata Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti in Evropski socialni sklad v okviru Operativnega programa za izvajanje Evropske kohezijske politike v obdobju 2014 - 2020, prednostne osi: 9. Socialna vključenost in zmanjševanje tveganja revščine, prednostne naložbe: 9.1. Aktivno vključevanje, vključno s spodbujanjem enakih možnosti in dejavnega sodelovanja ter izboljšanje zaposljivosti in specifičnega cilja: 9.1.3. Preprečevanje zdrsa v revščino oziroma socialno izključenost in zmanjševanje neenakosti v zdravju.



AKTIVNOSTI VEČGENERACIJSKEGA
CENTRA SKUPAJ V OBČINI ŠKOCJAN

V METELKOVEM DOMU IN
V OŠ FRANA METELKA ŠKOCJAN

Januar in februar 2018



BREZPLAČEN PROGRAM LEPO JE BITI ŽENSKA

1. SREČANJE: 9. 1. 2018
2. SREČANJE: 16. 1. 2018
3. SREČANJE: 23. 1. 2018
4. SREČANJE: 30. 1. 2018
5. SREČANJE: 6. 2. 2018

**Vsako srečanje 17.00 – 20.00 v
Metelkovem domu.**

V programu se bomo dotaknili lepote ženske duše. Vemo, da se ženska polni skozi notranjo ljubezen. To se izrazi na njenem obrazu in takrat zasije. Preobrazi se v lepo, posebno in sproščeno žensko. Na srečanjih bomo spoznale, kako poudarimo svojo ženstvenost in se naučile še bolj uživati v svoji koži.

Skozi program bomo:

Spoznale pomen ženske lepote.
Naučile se pravilne nege obraza in telesa.
Praktično izvedle jogo obraza.
Odkrivala skrivnosti zime kot najpomembnejšega časa za regeneracijo telesa.
Naučile se praktičnih vaj za ohranjanje zdravja.
Spoznale svet aromaterapije in naredile sebi primeren piling za telo.
Se naučile pravilnega ličenja (refresh make up, dnevno-poslovni make up in večerni make up).
Med samim predavanjem nas bo razvajala kozmetika Thalgo z organskimi čajčki.

Izvajalka bo Anamarija Janežič.

Po poklicu je dipl. kozmetičarka in vizажistka.
Uspešno vodi svoj Beauty Spa Center za nego obraza in telesa, kjer dela kot kozmetičarka.
Ukvarja se tudi z ličenjem in za to usposablja tudi druge na svojih delavnicah.
Strokovno se neprestano izobražuje na svojem poklicnem področju doma in v tujini.
Sodeluje kot članica izpitne komisije za Nacionalno poklicno kvalifikacijo za pridobitev poklica maniker in vizажist.
Kot lepotna svetovalka predava o skrivnostih mladostnega videza in kako lepo je biti ženska. Že dobro desetletje piše članke o lepoti in negi. Pravi, da je formula umetnosti življenja zelo preprosta: »očisti svojo dušo, jej preprosto, neguj telo in svojega duha«.

