

USTVARJATI Z NARAVO

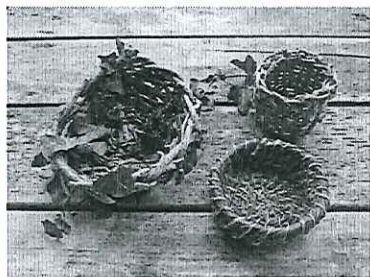
4., 11. in 18. 6. 2020, ob 17.00,

KKC DT in okolica

Ustvarjalne delavnice

Narava nam nudi številne materiale in prostor, kjer se nam porajajo nove ideje in sprošča telo. Srečevali se boste tri zaporedne četrtnke ter se v družbi posvetili sebi in svoji kreativnosti.

Izvajalka **Darja Hrovatič** bo predstavila in skupaj z vami ustvarjala različne izdelke iz naravnih materialov. Približala vam bo nekatere tehnike oblikovanja in vas na poseben način povezala z naravo.



NAPOVEDUJEMO POČITNIŠKE DELAVNICE

Pripravljamo športne in družabne igre ter ustvarjalne **počitniške delavnice za otroke**, ki se bodo pričele v **ponedeljek, 29. 6. 2020**, ter potekale ves julij in avgust.

Vse počitniške delavnice so **brezplačne**, namenjene otrokom od 1. do 6. razreda oz. **od 6. do 12. leta**, v družbi mlajših tudi starejšim otrokom.

Počitniške aktivnosti bodo potekale vsak **ponedeljek, torek in četrtek od 9.00 do 12.00 v KKC DT in okolici ali v knjižnici.**

Malica in pijača iz nahrbtnika.

Za vse informacije in prijave nas lahko pokličete na tel. številki **059 07 57 10** ali **031 329 567 (Zvonka Potočar)**, ali nam pišete na zvonka.potocar@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.



RAZVOJNO
IZOBRAŽEVALNI
CENTER NOVO MESTO



**Večgeneracijski
center Skupaj**

**BREZPLAČNE
AKTIVNOSTI**

DOLENJSKE TOPLICE

JUNI 2020



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO,
SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI



EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI SKLAD
SOCIALNI SKLAD
NALOŽBA V VAŠO PRIHODNOST

KUHARSKE DELAVNICE

**1. 6. 2020, ob 17.00,
KKC Dolenjske Toplice**

Jedi iz špargljev

Šparglji veljajo za znanilce pomladi in hkrati za eno najbolj iskanih delikates. Bogati so z vitamini in minerali ter folno kislino. Pripravimo jih na nešteto načinov, v ponvi, pečici, na žaru, v kremni juhici ali bogati solati. Z izvajalko **Suzano Plut** boste pripravljali jedi za popoln obrok od predjedi do solate.

**8. 6. 2020, ob 17.00,
KKC Dolenjske Toplice**

Kruhki z drožmi in stročnice malo drugače

Peka kruha z drožmi je vse bolj v rabi, zato bodo slastni kruhki s posebnimi namazi vabljiva kombinacija. Izvajalka **Suzana Plut** vam bo predstavila stročnice, kot so

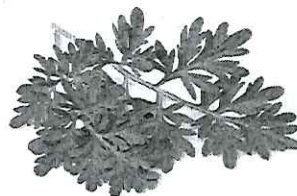
črna leča, bob, čičerika ..., kako jih pripraviti v namazih in solatah kot visoko beljakovinski obrok. Okusno in poučno bo, zato ne zamudite.

ZDRAVJE IN SPROSTITEV

**15. 6. 2020, ob 17.00,
KKC DT in okolica**

Zdravilni sladki pelin

Sladki pelin (*Artemisia annua L.*), znan tudi pod imenom enoletni pelin, je trenutno ena izmed najbolj iskanih zdravilnih rastlin pri nas. Prav gotovo bo tudi vsebina delavnice, ki jo bo vodila **Irena Zupančič**, zanimiva in koristna. Z vami bo delila svoje znanje ter izkušnje pri gojenju in predelavi sladkega pelina.



**22. 6. 2020, ob 17.00,
KKC DT in okolica**

Sproščanje ob gongih

Gong je najbolj resonantno glasbilo na zemlji, saj zaradi izrednega nihanja združi izjemen spekter tonov, ki delujejo zelo blagodejno. Zvok podpre posameznika, da sprostí manj prijetne občutke in stanja neravnovesja v telesu ter poveča veselje in lahkotnost do življenja.

Delavnica je primerna za vse generacije. Z vami bo Irena Zupančič. V lepem vremenu bo delavnica na prostem.

S seboj prinesite ležalno podlogo, odejo in vzglavnik ter stekleničko vode. O lokaciji bomo prijavljene obvestili.

Informacije in prijave na

**05 907 57 10 ali 031 329 567 in
na zvonka.potocar@ric-nm.si**

