

NORDIJSKA HOJA ZA VSE GENERACIJE

3. 9. 2020, ob 17.00
10. 9. 2020, ob 17.00
17. 9. 2020, ob 17.00
24. 9. 2020, ob 17.00

Na štirih srečanjih se boste udeleženci različne starosti lahko dobro razgibali. Spoznali boste osnove nordijske hoje, opremo in predvsem pozitivne učinke v primerjavi z običajno hojo.

Odpravili so boste na bližnjo travnato površino, kjer boste usvajali tehniko hoje, nato nadaljevali z nordijsko hojo po bližnjih poljskih in gozdnih poteh.

Bodite športno oblečeni, za nordijske palice bo poskrbljeno.

Delavnice bo vodila **Valentina Žefran**, vaditeljica nordijske hoje. **Zbor bo na parkirišču Balneje Dolenjske Toplice.**

NADALJEVANJE TEČAJA ANGLEŠKEGA JEZIKA

začetek v ponedeljek,
5. 10. 2020, 17.00
KKC Dolenjske Toplice

V mesecu marcu smo zaradi epidemije korona virusa morali prekiniti vse aktivnosti za udeležence, tudi dobro obiskani tečaj angleškega jezika. Ob ugodnih razmerah jeseni bomo tečaj začeli izvajati v mesecu oktobru.

Vse dosedanje tečajnike vabimo, da se čim prej prijavite k udeležbi, da bomo načrtovali obseg in organizirali izvedbo.

Tečaj bo vodila Jožica Lah.

Informacije in prijave
05 907 57 10 ali 031 329 567 oz.
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.



**Večgeneracijski
center Skupaj**

**BREZPLAČNE
AKTIVNOSTI**

DOLENJSKE TOPLICE

SEPTEMBER 2020



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



EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI SKLAD
SOCIALNI SKLAD
NALOŽBA V VAŠO PRIHODNOST

DELAVNICE ZA OTROKE IN STARŠE

Delavnice bodo priložnost, da starši in otroci preživite aktivno, ustvarjalno in sproščeno popoldne. Štiri zaporedne ponedeljke v septembru bo z vami **Maša Bučar**, tudi sama mamica treh otrok, ki vas bo z lastnimi izkušnjami in idejami vodila skozi delavnice.

7. 9. 2020, ob 17.00,
KKC Dolenjske Toplice
Mavrice in samorogi

Učenje je lažje v družbi mavric in samorogov! Zato bomo izdelali samorogova držala za svinčnike, mavrične obešanke za na steno ali kazala za knjigo.



14. 9. 2020, ob 17.00,
KKC Dolenjske Toplice in okolica
Zabava na kolesčkih

Eno posebno urbano popoldan na kolesčkih? Vozili se bomo s skiroji, rolko, kotalkami, rolarji in BMXom, zraven pa še malo zaplesali.



Ne skrbi, če nimaš svojih kolesčk, nekaj jih bo na voljo za izposajo.

21. 9. 2020, ob 17.00,
KKC Dolenjske Toplice
Twister - družabna igra

A si naredimo sami svoj twister? Zakaj pa ne! Ni težko, ostalo pa nam bo še dovolj časa za igro.



28. 9. 2020, ob 17.00,
KKC Dolenjske Toplice
Poligon za prstno rolko in BMX

Izdelali bomo čisto svoj poligon za prstno rolko in BMX, na njem malo vadili. Na koncu pa se pomerili na tekmovanju. Ne skrbi, če nimaš prstne rolke ali BMXa, nekaj jih bo na voljo za izposajo.

