

DIGITALNA USTVARJALNA DELAVNICA

14. 6. 2021, ob 17.00
KKC Dolenjske Toplice

Marsikdaj želimo svojo ustvarjalno žilico spodbuditi z novimi idejami, ki so nam danes v različnih oblikah dostopne tudi na spletu. Za odkrivanje tega področja boste imeli na voljo tablice, izvajalka delavnice **Nina Kolar** pa vas bo usmerila tudi na to področje kreativnosti.

Slikanje na tekstil

Skupaj boste na delavnici tudi ustvarjali in teoretično znanje podkrepili s prakso na temo risanja ali slikanja na tekstil.

Na delavnico lahko prinesete svoj kos oblačila, ki ga boste po želji »polepšali« z izbrano tehniko poslikave. Za ves ostali potrebni material bo poskrbljeno.

PRIPRAVLJAMO POČITNIŠKE DELAVNICE

Tudi to poletje bodo potekale počitniške aktivnosti, športne in družabne igre ter ustvarjalne delavnice za otroke, ki se bodo pričele v **ponedeljek, 28. junija 2021**, organizirane pa bodo vse **do konca avgusta**.

Vse so **brezplačne** in namenjene otrokom od 1. do 6. razreda oz. od 6. do 12. leta, v družbi mlajših tudi starejšim otrokom. Potekale bodo **ob ponedeljkih in četrtekih od 9.00 do 12.00 v KKC Dolenjske Toplice in okolici**.

Malica in pijača iz nahrbtnika.

Počitniški program bomo začeli z **otroško kuharsko delavnico**, ki jo bo vodila **Suzana Plut**.

Informacije in prijave na
05 907 57 10 ali 031 329 567 in
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

JUNIJ 2021



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



EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI SKLAD
SOCIALNI SKLAD
NALOŽBA V VAŠO PRIHODNOST

ZDRAVJE IN DOBRO POČUTJE

3. 6. 2021, ob 17.00
KKC Dolenjske Toplice

Kako do boljšega zdravja in počutja z refleksologijo

Tokrat v živo boste dobili koristno znanje in nasvete ter spoznali izkušenega in umirjenega sogovornika. Izvedeli boste, kaj je refleksologija, kako deluje, od kje izvira,... Naučili se boste osnovnih tehnik in prijemov ter jih praktično preizkusili na dlaneh (svojih). Spoznali boste, kje so refleksno-conske točke na dlaneh ter kako in pri kakšnih težavah jih pravilno tretirati.

Matjaž Duh se kot refleksoterapevt in klasični maser že več kot 10 let ukvarja z masažami in izvajanjem raznih delavnic s tematiko sproščanja, preventivnega dela s telesom ter svetovanjem pri izbiri tehnik za lajšanje raznih težav, bolečin in drugih razlogov za slabše počutje.

DIGITALNE KUHARSKÉ DELAVNICE »1-TO GO«

Delavnici bosta tudi digitalno obarvani, pridobili pa boste koristne nasvete in se obogatili z novim znanjem:

- **Ponedeljek, 7. 6. 2021, ob 17. 00,**
Poudarek na vitaminih (D) v
posameznih živilih, v KKC DT
- **Ponedeljek, 21. 6. 2021, ob 17.00,**
Poudarek na mineralih (Mg) v
izbranih živilih, v KKC DT

Na obeh delavnicah bo teoretičnemu uvodu sledila priprava okusnih »1 TO GO« obrokov, ki jih boste lahko okusili in preverili njihovo uporabnost. Delavnici bo s pomočjo tablic izpeljala **Suzana Plut**, ki svoje znanje in izkušnje uspešno deli z drugimi. Prijazno vabljeni.

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

PREDSTAVITEV ACCESS CONSCIOUSNESS® TEHNIKE

Z vami bo **Maja Medic Tomič**, ki je raziskovalka onkraj mogočega, access bars praktik in facilitatorica access bars. Access Bars® je čudovito orodje, ki nas uči prejemanja.

Tokratni srečanja bosta vsebinsko usmerjeni na dve različni področji:

- **Četrtek, 10. 6. 2021, ob 17. 00,**
Access Consciousness® - FACELIFT,
v KKC Dolenjske Toplice
- **Četrtek, 17. 6. 2021, ob 17.00,**
Access Consciousness® -
KOREKCIJA VIDA, v KKC DT

Vabimo vas k udeležbi na brezplačni predstavitvi **Access Consciousness®** tehnike, na kateri si boste odprli vrata v drugačne in nove možnosti za kreiranje lahkotnejšega življenja. Dobrodošli vsi, ki ste spoznali Access Bars® tehniko in drugi.

