



Javni zavod za kulturo, turizem in
medgeneracijsko sodelovanje Snežnik
Lož, Cesta 19. oktobra 49
1386 Stari trg pri Ložu
tel.: 081 60 28 53
fax.: 081 60 28 54
zavod.sneznik@gmail.com



Spoštovani,

Pošiljamo vam izpostavljene dejavnosti, ki bodo potekale v mesecu OKTOBER.

V sklopu programa **Točke moči** - Večgeneracijski center Bloke, vas še posebej vabimo na sledeče **BREZPLAČNE** dogodke v oktobru:

Točka moči - Večgeneracijski center Bloke:

- V četrtek, 3.10.2019 ob 10:00 ŠIVILJSKI TEČAJ

Tečaj je primeren za popolne začetnike in tiste, ki že imajo nekaj osnovnega znanja. Tečaj poteka vsak četrtek v oktobru. S seboj prinesite šivalni stroj, v kolikor ga nimate je možna izposoja stroja. Obvezna je predhodna prijava na sanja.vgc@gmail.com.

- V petek, 4.10.2019 ob 10:00 SKUPINA ZA OSEBNO RAST

Vabljeni na skupino za osebno rast, kjer bomo skozi spoznavanje sebe in našega delovanja raziskovali poti do srečnega, radostnega in izpolnjenega življenja. Skupino vodim strokovna sodelavka centra in hkrati študentka psihoterapevtske modalitete realitetna terapija. Srečanja potekajo vsak petek.

Zaželjena je predhodna prijava na sanja.vgc@gmail.com.

- V petek, 18.10.2019 ob 10:00 ROŽNATI OKTOBER

Ovijanje dreves za rožnati oktober in zdravstveno vzgojna stojnica, kjer se boste naučili, kako pravilno opraviti samopregled, ter preverili vašo fizično pripravljenost. Namen dogodka je ozaveščanje o raku dojke in preventivnih aktivnostih. Vabljeni, da se nam pridružite na parkirišču pri KGZ v Novi vasi. Dogodek izvajamo v sodelovanju z OŠ Nova vas, Društvom upokojencev Bloke in ZD Cerknica.

- V ponedeljek, 21.10.2019 ob 17:00 ABC DEMENCE

V predavanju bomo najprej predstavili pojma spomin in demenca. V nadaljevanju bomo razložili kako prepoznamo demenco in koga demenca prizadene. Odgovorili bomo na vprašanje ali je upad spomina s starostjo neizogiben in predstavili vrste demence. Predstavili bomo načine zdravljenja demence in pristope, ki so ustrezni za obravnavo bolnikov z demenco. Odgovorili bomo na vprašanje ali lahko demenco preprečimo in



Javni zavod za kulturo, turizem in
medgeneracijsko sodelovanje Snežnik
Lož, Cesta 19. oktobra 49
1386 Stari trg pri Ložu
tel.: 081 60 28 53
fax.: 081 60 28 54
zavod.sneznik@gmail.com



predstavili preventivne ukrepe. Poslušalce bomo seznanili z informacijami kam in na koga se lahko obrnejo, v primeru, da bodo zaradi demence potrebovali pomoč sami, njihovi svojci, znananci. Predava dr. Šejla Gazibara, vodja zdravstvene nege in oskrbe centra DEOS Cerknica.

- V ponedeljek, 28.10.2019 ob 17:00 PREMAGAJ STRES IN IZGORELOST

Predavanje Andreja Pešca, kjer boste izvedeli kako najti pravo ravnovesje med delom, počitkom, odnosi, zabavo, kako so povezane bolezni in čustva in še marsikaj.

Lepo pozdravljeni!
Sanja Ivić