



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,

v priponki vam pošiljamo program dejavnosti, ki bodo potekale v mesecu NOVEMBER.

V sklopu programa **Točke moči** - Medgeneracijski center Gaber Loška dolina in Večgeneracijski center Bloke, vas še posebej vabimo na sledeče **BREZPLAČNE** dogodke v novembru:

Točka moči - Večgeneracijski center Bloke:

-V ponedeljek, 4.11.2019 ob 17:00 ZAČETNI TEČAJ - UPORABA PAMETNEGA TELEFONA*

Spoznali bomo sestavne dele prenosnega telefona, princip delovanja, operacijske sisteme, osnovne nastavitve, mobilni internet, klicanje, pošiljanje SMS/MMS sporočil, uporaba budilke in koledarja, fotografiranje ter uporaba ostalih uporabnih aplikacij telefona. **(OBVEZNA PRIJAVA!)**

-V ponedeljek, 25.11.2019 ob 17:00 NADALJEVALNI TEČAJ - UPORABA PAMETNEGA TELEFONA*

Naučili se bomo uporabljati Google Play Store (trgovino), spoznali uporabne aplikacije, kot so: Pintarest, Zemljevidi, Viber in Google foto ter druge aplikacije po vaših željah. **(OBVEZNA PRIJAVA!)**

- V ponedeljek, 11.11.2019 ob 17:00 ODHOD V DOM STAREJŠIH

Predstavili bomo, kako takrat, ko oskrba starejšega v ožjem družinskem krogu več ni mogoča, postopati v zvezi z namestitvijo v dom in kako se soočiti z vprašanjem, ko mora starostnik zapusti domače okolje in nadaljevati svoje življenje v domu starejših, saj prehod predstavlja veliko spremembo pri starejših na vseh področjih, tako na čustvenem, psihičnem, kot tudi fizičnem.

-V ponedeljek, 18.11.2019 ob 17:00 ŽIVLJENSKI SLOG

Na delavnici boste pridobili informacije o zdravi prehrani, telesni dejavnosti, nekajenju, opuščanja škodljivega pitja alkohola, obvladovanja stresa, spanja za ohranjanje in krepitev zdravja, preprečevanje nastanka kroničnih bolezni oziroma za kakovostnejše življenje s kronično boleznijo.



**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

dežela
OSTRNIC



**- V Četrtek 7.11., 14., 21. in 28.11.2019 ob 10:00 SERVIETNA
TEHNIKA**

Servietna tehnika je najbolj preposta tehnika za dekoriranje različnih materialov in polizdelkov. S seboj prinesite podlago, na katero bomo lepili serviete - les, trši papir, lepenka, karton, keramika in papirnate namizne prtičke oziroma serviete.

- Vsak četrtek od 12:30 UČNA POMOČ*

Ob četrtnih namenjamo čas otrokom, ki imajo težave pri učenju, skupaj bomo naredili nalogo, se učili, naredili seminarsko nalogo...ali pa se le družili.
(OBVEZNA PRIJAVA!)

- Vsak petek ob 10:00 SKUPINA ZA OSEBNO RAST*

Skozi življenje se soočamo z različnimi izzivi, a vedno se vse vrti okoli odnosov. Nemalokrat se zatikamo in spotikamo ob enakih vzorcih vedenja. V skupino ste vabljeni vsi, ki bi radi izboljšali svoje odnose in se soočili s sabo, svojimi bolečinami ali preizkušnjami s katerimi se spopadate sami. Skupino vodim strokovna sodelavka centra in hkrati študentka psihoterapevtske modalitete Realitetna terapija. V skupini bo glavno vodilo spoznavanje sebe in našega delovanja. **(OBVEZNA PRIJAVA!)**

Vabljeni!

Za označene* aktivnosti je **OBVEZNA** prijava na naslov sanja.vgc@gmail.com ali telefon 040 873 117. Maksimalno število udeležencev na delavnico je 10.

--

Lepo pozdravljeni!
Sanja Ivić