

**PROGRAM - OKTOBER 2022****VSE DEJAVNOSTI SO BREZPLAČNE. NAMENJENE SO VSEM GENERACIJAM.****V MESECU OKTOBRU NE ZAMUDITE:**

PON	3.10.	9.00 - 10.00	MOJ PAMETNI TELEFON: IKT USPOSABLJANJE
PON	3.10.	10.00 - 11.00	VADIMO SKUPAJ: RAZTEZNE VAJE ZA HRBTENICO
TOR	4.10.	10.00 - 11.00	PROSTOVOLJCI ZA PRIJAZNEJŠE OKOLJE (PROSTOVOLJNO DELO)
TOR	4.10.	12.00 - 15.00	SVETOVALNICA ZA UKRAJINSKE BEGUNCE
SRE	5.10.	9.00 - 10.00	JOGA
PET	7.10.	8.00 - 10.00	RAČUNALNIŠKA DELAVNICA
PON	10.10.	9.00 - 10.00	GONG
PON	10.10.	10.00 - 11.00	VADIMO SKUPAJ: RAZTEZNE VAJE ZA HRBTENICO
TOR	11.10.	10.00 - 11.00	PROSTOVOLJCI ZA PRIJAZNEJŠE OKOLJE (PROSTOVOLJNO DELO)
TOR	11.10.	12.00 - 15.00	SVETOVALNICA ZA UKRAJINSKE BEGUNCE
SRE	12.10.	9.00 - 10.00	JOGA
SRE	12.10.	9.00 - 12.00	RAČUNALNIŠKA DELAVNICA: IKT USPOSABLJANJE, ŠKOCJAN*
ČET	13.10.	13.00 - 14.00	REKREATIVNO KEGLJANJE**
PET	14.10.	8.00 - 9.30	RAČUNALNIŠKI KOTIČEK: SAMOSTOJNA UPORABA RAČUNALNIKA
PET	14.10.	10.00 - 11.00	DRUŽABNE IGRE OB KAVI IN ČAJU
SOB	15.10.	9.00-13.00	ZELEMENJAVA*** (Glavni trg Novo mesto)
SOB	15.10.	9.00-13.00	SVETOVNI DAN HRANE: DROBTINICA****
SOB	15.10.	10.00-17.00	SVETOVNI DAN OŽIVLJANJA: OŽIVLJANJE Z AED***** (Glavni trg Novo mesto, Supernova Qlandia Novo mesto)
NED	16.10.	9.00-12.00	SVETOVNI DAN OŽIVLJANJA: OŽIVLJANJE Z AED***** (Glavni trg Novo mesto)
PON	17.10.	8.30 - 11.00	RAZISKUJEMO SKUPAJ: ARHEOLOŠKA POT CVINGER, DOLENJSKE TOPLICE*****
TOR	18.10.	10.00 - 11.00	PROSTOVOLJCI ZA PRIJAZNEJŠE OKOLJE (PROSTOVOLJNO DELO)
TOR	18.10.	12.00 - 15.00	SVETOVALNICA ZA UKRAJINSKE BEGUNCE
SRE	19.10.	9.00 - 10.00	JOGA
SRE	19.10.	9.00 - 12.00	RAČUNALNIŠKA DELAVNICA: IKT USPOSABLJANJE, NOVO MESTO*
ČET	20.10.	9.00 - 10.00	DAN ZA ZDRAVJE: KAKO MAŠČOBE VPLIVAJO NA ZDRAVJE?
ČET	20.10.	10.00 - 11.30	DAN ZA ZDRAVJE: PREVENTIVNE ZDRAVSTVENE MERITVE KRVNEGA TLAKA, SLADKORJA IN HOLESTEROLA
PET	21.10.	8.00 - 10.00	RAČUNALNIŠKA DELAVNICA
PON	24.10.	9.00 - 10.00	MOJ PAMETNI TELEFON: IKT USPOSABLJANJE
PON	24.10.	10.00 - 11.00	VADIMO SKUPAJ: RAZTEZNE VAJE ZA HRBTENICO
TOR	25.10.	10.00 - 11.00	PROSTOVOLJCI ZA PRIJAZNEJŠE OKOLJE (PROSTOVOLJNO DELO)
TOR	25.10.	12.00 - 15.00	SVETOVALNICA ZA UKRAJINSKE BEGUNCE
SRE	26.10.	9.00 - 10.00	JOGA
SRE	26.10.	9.00 - 12.00	RAČUNALNIŠKA DELAVNICA: IKT USPOSABLJANJE, ŽUŽEMBERK*
ČET	27.10.	9.30 - 11.00	USTVARJALNICA: IZDELAJMO IKEBANO ZA NA GROB
ČET	27.10.	13.00 - 14.00	REKREATIVNO KEGLJANJE**
PET	28.10.	8.00 - 9.30	RAČUNALNIŠKI KOTIČEK: SAMOSTOJNA UPORABA RAČUNALNIKA
PET	28.10.	10.00 - 11.00	DRUŽABNE IGRE OB KAVI IN ČAJU

* zaključena skupina

** zbor ob 12.50 pri vodnjaku na Glavnem trgu v Novem mestu

*** Zelemenjava se odvija od 9. ure na Glavnem trgu v Novem mestu

**** Drobtinica se odvija od 9. ure v Supernovi Mercator Bršljin, Mercator Marketu Straža in Planetu Tuš Novo mesto

***** oživljanje z AED: v soboto, 15.10., na Glavnem trgu v Novem mestu in v Supernova Qlandia Novo mesto,

v nedeljo, 16.10., na Glavnem trgu v Novem mestu

***** zbor ob 8.15 na Avtobusni postaji Novo mesto

PROSIMO, DA NAM SPOROČITE VAŠO UDELEŽBO NA: 07 60 00 670 ali na e-naslov: ms.ozrknm@gmail.com

Naše aktivnosti sofinancirajo: Mestna občina Novo mesto, Občina Dolenjske Toplice, Občina Mirna Peč, Občina Straža, Občina Šentjernej, Občina Škocjan, Občina Šmarješke Toplice, Občina Žužemberk.



