

VABLJENI NA AKTIVNOSTI OB OTVORITVI

## MEDGENERACIJSKEGA CENTRA NAKLO



Občina Naklo se je vključila v projekt Medgeneracijski centri v okviru EKSRP – Evropskega kmetijskega sklada za razvoj podeželja in s tem pridobila skupnostne prostore za izvajanje programa medgeneracijskega sodelovanja, ki bodo omogočali vključevanje vseh generacij v aktivnosti v njihovem lokalnem okolju – z namenom dviga življenjske ravni.

**Na predstavitvenih delavnicah ob odprtju Medgeneracijskega centra Naklo** si boste lahko ogledali prostore in se udeležili različnih predstavitvenih delavnic, od **22.06.2020** dalje, pa bodo na voljo aktivnosti z različnih področij: zdravja, sodobne informacijske tehnologije, osebne rasti, ustvarjanja...

**Program za leto 2020** boste prejeli na dogodkih ob odprtju centra in se na posamezne aktivnosti tudi že prijavi.

Veseli bomo tudi vaših predlogov za aktivnosti v Naklem, pišite nam na elektronski naslov: [info@luniverza.si](mailto:info@luniverza.si) ali pokličite na 04 280 48 00.

### Opremimo kuhinjo našega medgeneracijskega centra

Vabimo vas, da delček svojega doma prinesete v medgeneracijski center, tako da stvari, ki jih ne potrebujete več doma ne vržete v smeti, temveč jih predstavite v medgeneracijski center:

kozarci, skodelice, lončki, krožniki, jedilni pribor, posode za kulinarčne delavnice in drugi kuhinjski pripomočki.

Zelo prav bodo prišle tudi **družabne igre**, ki jih doma ne uporabljate več.

VABLJENI

na brezplačne aktivnosti  
ob odprtju Medgeneracijskega centra Naklo

v petek, 19. 06. 2020 ob 17.00 uri v stavbi Občine Naklo, Stara cesta 61, Naklo

**Kdo je bolj spreten? (zunaj)** Preizkusite se v medgeneracijskem dvoboju. Svojo spretnost boste lahko dokazali z nošenjem jerbasa na glavi in pri hoji s hoduljami.

**Naš zeliščni in cvetlični vrt (zunaj)** Vabljeni, da skupaj zasadimo zelišča, ki jih bomo okušali na kulinarčnih delavnicah in cvetlice, ki bodo polepšale naša druženja.

**Zdrav češnjev zavitek** Junij je čas češenj. Toliko jih je, da človek ne ve več, kam z njimi. Na delavnici bomo pripravili okusni češnjev zavitek. Zavitek bo tako dišeč in mamljiv, da se mu ne bomo mogli upre-ti, zato se bomo na koncu z njim tudi posladkali.

**Varnost na internetu** Na predstavitveni delavnici boste spoznali phishing ali ribarjenje – pa ne tisto z ribiško palico na bregu reke, pač pa tisto, s katerim ste na internetu lahko oškodovani, prevarani, ogo-ljufani. Na primerih boste izvedeli, kaj je phishing, kako ga prepoznate in kako se pred njim zavarujete. Na koncu boste rešili še phishing kviz in ob dobrem rezultatu prejeli uporabno nagrado.

**Skozi osebno rast do uspešne komunikacije** Dobili bomo pogled vase, v svoje delovanje. Spoznali bomo zakaj je odnos do sebe najpomembnejši in kako s svojim vedenjem vplivamo na osebe, s katerimi smo v odnosih (partnerskih, družinskih, poslovnih,...). Prav tako bomo spoznali zakaj smo si med seboj različni in zakaj se v isti situaciji odzovemo različno.

**Ustvarjalna delavnica: Šopek iz krep papirja** Na ustvarjalni delavnici bomo izdelali različne vrste rož iz barvnega krep papirja. Pritrdili jih bomo na paličice in iz njih sestavili šopek za vazo.

**Umovadba** Umovadba krepi možganske mišice. Redno izvajajte ustrezne vaje, s katerimi lahko izboljšate spomin, pozornost in hitrost procesiranja informacij ter omilite usihanje funkcij.