



V ČETRTHNIH SKUPNOSTIH SE DOGAJA. PRIDRUŽITE SE!

CENTER

Šola zdravja - Dihamo z naravo

Aktivnost je sestavljena iz hoje v naravnem okolju, vodene meditacije - vizualizacije, enostavnih dihalnih vaj in mehkega, počasnega, čuječega gibanja za boljšo gibljivost hrbtnice. Ker se izvaja v parkih, gozdičkih in travnikih, smo deležni dobrobiti naravnega okolja. Cilj aktivnosti je izboljšanje zdravja in počutja, boljša gibljivost, vzdržljivost in boljše duševno zdravje.

Vsako sredo ob 17.30

Park Tivoli, zbor na kotalkališču

ČRNUČE

Proslava ob dnevu upora proti okupatorju

Slavnostni govornik bo dr. Martin Premk, nastopili pa bodo učenci OŠ Maksa Pečarja, mešani pevski zbor KUD Svoboda Črnuče in Deseti brat, Ljubljanske korenine ter recitatorki.

25. aprila ob 17. uri

Park narodnih herojev (ob slabem vremenu dvorana na Dunajski 367)

DRAVLJE

Temeljni postopki oživljanja in prikaz uporabe defibrilatorja

Defibrilator je aparat, s katerim lahko rešimo življenje človeku s srčnim zastojem. Na brezplačni delavnici vas bodo naučili pravilne uporabe aparata, člani Društva študentov medicine pa bodo v okviru projekta Misli na srce izvajali brezplačne meritve krvnega sladkorja, tlaka in holesterola. Delavnica je namenjena vsem generacijam. Več informacij dobite na številki 01/306 48 36.

20. aprila ob 18. uri

Gasilski dom Podutik - Glince, Dolniška 18

GOLOVEC

Šola zdravja - skupina Štepanjsko naselje

Vabljeni na jutranjo telovadbo na prostem, ki je namenjena vsem generacijam.

Vsak delovni dan ob 8. uri

Športno igrišče med Parmso ulico in trgovino Mercator

JARŠE

Šola zdravja - skupina Šmartno

Vabljeni na jutranjo telovadbo na prostem s 1000 gibi, ki je namenjena vsem generacijam. V slabem vremenu telovadba poteka v pokritem delu igrišča. Za več informacij pokličite na številko 031/465 521.

Vsak delovni dan od 7.30 do 8. ure

Nogometno igrišče Šmartno ob reki Savi

MOSTE

Demenca

MOL v sodelovanju z Alzheimerjem Slovenija - društvom Spominčica organizira brezplačno predavanje o demenci. Na njem boste dobili splošne informacije o demenci: kaj so prvi znaki, kako se postavi diagnoza, kako komunicirati z osebami z demenco in kako ravnati preventivno. Predstavili bodo tudi društvo Spominčica. Več informacij dobite na spletni strani spomincica.si.

25. aprila ob 17.30

Dom krajanov Fužine, Preglov trg 15, soba 23

POSAVJE

Vaje za vadbo spomina in zbranosti

Humanitarno društvo NIKOLI SAM v sodelovanju z Gerontološkim

društvom Slovenije vabi na delavnico, kjer bomo razgibali možgane. Ob reševanju vaj za spomin in zbranost se bomo družili in hkrati naredili nekaj koristnega za krepitev miselnih procesov. Za čim bolj uspešno sodelovanje na delavnici vas prosimo, da s seboj prinesete pisalo in očala, če jih uporabljate.

20. aprila ob 17. uri

Sedež ČS Posavje, Bratovševa ploščad 30, dvorana

ROŽNIK

Izmenjava oblačil

V paviljonu sredi stanovanjskega naselja Novo Brdo II pripravljamo izmenjevalnico oblačil. Izvajalca dogodka sta Zavod BOB in društvo Ekologi brez meja.

19. aprila med 17. in 20. uro

Paviljon na Poti Rdečega križa

SOSTRO

Mobilni mladinski center Ljuba in Drago v Sostrem

Javni zavod Mladi zmaji vabi mlade na druženje in prostočasne aktivnosti. Več informacij dobite na e-naslovu evelin.radulovic@mladzimaji.si ali telefonski številki 051/625 278.

Vsako sredo od 13. do 17. ure

Pred OŠ Sostro, Cesta II. grupe odredov 47

ŠIŠKA

Filmska šola Mladi zmaji

Filmska šola Mladi zmaji deluje po načelu mladi za mlade, saj program in vsebine ustvarijo prav mladi filmarji ali tisti, ki bodo to šele postali. Namenjena je mladim, starejšim od 18 let. Mentor je izkušeni umetnik s področja animiranega filma Timon Leder, ki je svoje akademsko znanje dopolnil

na šoli za animacijsko režijo v Franciji (La Poudrière) in ESAG Penninghen v Parizu. Udeležba je brezplačna, prijave so obvezne. Več informacij dobite na mladzimaji.si.

Vsak petek od 17.00 do

19.30

ČMC Šiška Mladi zmaji, Tugomerjeva 2

ŠENTVID

Retrospektivna razstava akademskega slikarja Marjana Zaletela Janča

Med 13. aprilom in 26. majem si lahko v galeriji Guncleje ogledate retrospektivno razstavo akademskega slikarja Marjana Zaletela Janča. Hkrati je na ogled tudi stalna razstava Mizarstvo v Šentvidu.

Za več informacij pokličite na 041/812 695.

Vsak četrtek med 17. in 19. uro

Galerija Guncleje (Kosijeva 1)

VIČ

Možganski fitness - učinkovite vaje za boljši spomin

Priznana mednarodna trenerka spomina Jasmina Lambergar iz Centra za urjenje spomina vas bo naučila tehnik za boljše pomnjenje ter z vajami za boljši spomin razgibala vaše možgane. Predavanje je namenjeno vsem generacijam.

10. maja ob 18. uri

Sedež ČS Vič, Tbilisjska ulica 22a, sejna soba

Vsi navedeni dogodki so brezplačni.