

KOMUNIKACIJA IN OSEBNA RAST, ZDRAVJE NA DELOVNEM MESTU

Komunikacija in osebna rast sta za razvoj vsakega posameznika ključnega pomena. Tovrstne veščine krepimo in razvijamo celo življenje, pomembne so za domače in delovno okolje.

Skrb za zdravje prispeva k uspešnemu in učinkovitemu delu ter krepí dobre odnose in zdravo delovno okolje.

Ponudba delavnic, ki bodo prispevale k boljšemu delovanju občine, njenih zaposlenih ter bodo koristne za vse občane, je obogatila tudi projekt VGC Skupaj.

Usposabljanje v zaključenih skupinah bo potekalo novembra v sodelovanju z Občino Straža in v njihovih prostorih. Vse načrtovane delavnice bo vodila **Suzana Poznič Čizmek**.

JESENSKA POČITNIŠKA DELAVNICA

28. 10. 2020, 9.00-12.00

Kulturni dom Straža

Noč čarovnic

Zabavno delavnico za otroke bo vodila **Darja Hrovatič**. Ustvarjali boste iz papirja in drugih materialov, izdelke pa konec tedna lahko uporabili za noč čarovnic.

V kolikor bi želeli sodelovati, ponuditi znanje, sooblikovati ponudbo v Straži in program VGC Skupaj, vas vabimo, da se nam pridružite kot prostovoljec ali zunanji sodelavec.

Informacije in prijave na
05 907 57 10 ali 031 329 567 in
na zvonka.potocar@ric-nm.si



RAZVOJNO
IZOBRAŽEVALNI
CENTER NOVO MESTO



Večgeneracijski
center Skupaj

**BREZPLAČNE
AKTIVNOSTI V STRAŽI**

**OKTOBER -
NOVEMBER 2020**



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO,
SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI



EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI SKLAD
SOCIALNI SKLAD
NALOŽBA V VAŠO PRIHODNOST

Projekt sofinancirata Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti in Evropski socialni sklad v okviru Operativnega programa za izvajanje Evropske kohezijske politike v obdobju 2014 - 2020, prednostne osi: 9. Socialna vključenost in zmanjševanje tveganja revščine, prednostne naložbe: 9.1. Aktivno vključevanje, vključno s spodbujanjem enakih možnosti in dejavnega sodelovanja ter izboljšanje zaposljivosti in specifičnega cilja: 9.1.3. Preprečevanje zdrsa v revščino oziroma socialno izključenost in zmanjševanje neenakosti v zdravju.



ZDRAVJE IN SPROSTITEV

7. 10. in 21. 10. 2020, ob 17.00

Kulturni dom Straža

Zadihajmo s plesom

Ples je govorica telesa, ki se izraža skozi ritem glasbe, z vsakim gibom pa se v človekovi duši ustvarja zadovoljstvo.

Na delavnicah boste pregibali vse dele telesa, se ob glasbi posvetili različnim načinom gibanja, ki nas podpirajo in nam pomagajo ozaveščati različna čustvena stanja.

Plešemo bosí, v nedersečih nogavicah ali copatih ter v lahkih večslojnih oblačilih, ki nam omogočajo gibanje. Za zaključno sproščanje prinesite podlogo za ležanje in stekleničko vode.



Delavnice bo vodila **Zvonka Potočar**, ki se z radostjo predaja plesu in meditaciji v gibanju.

TEDEN OTROKA

6. 10. 2020, ob 17.00

Kulturni dom Straža

Spretnosti Mavričnih bojevnikov

Otroci in tudi starši se boste preizkusili v prav posebni spretnosti, se je naučili in domov odnesli poseben izdelek. Barvite zapestnice preživetja boste izdelovali s prostovoljcem Mavričnih bojevnikov iz društva Eternia.

Z vami bosta **Sašo Germovšek** in **Špela Kramar**. **Dogodek poteka v okviru Tedna otroka 5. 10. -11. 10. 2020 v sodelovanju z Občino Straža.**

Društvo Eternia pod vodstvom Dejana Sotirova izvaja posebne programe za otroke v okviru taborov Mavričnih Bojevnikov.

NORDIJSKA HOJA ZA VSE GENERACIJE

8. 10. 2020, ob 17.00

zbor na parkirišču pri
železniški postaji v Straži

Po septembrski nordijski hoji v okviru Evropskega tedna mobilnosti bo tudi oktobra v Tednu otroka organizirano še eno srečanje.

Udeleženci različne starosti se boste lahko dobro razgibali, spoznali osnove nordijske hoje, opremo in pozitivne učinke v primerjavi z običajno hojo.

Nato se boste v spremstvu vaditeljice **Valentine Žefran** odpravili na pohod po sprehajalni poti ob reki Krki.

**Bodite športno
oblečeni, za
nordijske palice
bo poskrbljeno.**

