

Aktivnosti marec 2017:

Vse aktivnosti Večgeneracijskega centra Goriške so za uporabnike **brezplačne**, za Zgornje Posočje pa jih organizira Posoški razvojni center.

Petek, 17.3. ob 9:00

Delavnica: **URJENJE SPOMINA II**

Vseбина: Govorili bomo o splošnih dejstvih povezanih s prehrano in spominom ter naredili nov sklop vaj za urjenje spomina.

Lokacija: Dom Andreja Manfreda (mala sejna soba)

Sreda, 22.3. ob 9:00

Delavnica: **POZITIVNI VIDIKI STARANJA**

Vseбина: Delavnica bo obravnavala naslednje teme; starost in staranje, spremembe, ki jih staranje prinaša in sprejemanje le-teh, prilagoditve na osebni in bivanjski ravni, kako živeti danes za boljšo starost jutri, aktivna starost, pomembnost predajanja znanja in izkušenj tretje generacije mlajšim, odgovornost starih ljudi do sebe in družbe, možnost izbire, skrb in podpora v primeru bolezni in onemoglosti.

Lokacija: Dom Andreja Manfreda (mala sejna soba)

Sobota, 25.3. ob 9:00

Pohod za ohranjanje psihofizičnega zdravja starejših: **PO POTEH KOSCEV IN PASTIRJEV**

Vseбина: Po urejeni traktorski poti gremo mimo številnih zanimivih točk med drugim do Puščavnikove jame v Klinu. Pot nadaljujemo do planine Pretovč in kaverne z oltarjem. Povzpemo se na 1336 m visoki Mrzli vrh, in se po grebenu po poti Fundacije poti miru spustimo mimo ostalin prve vojne, do takratnega zaledja italijanske vojske. Nadaljujemo pot proti planini Lapač, se mimo Pretovča preko pašnikov spustimo na spodnjo pot in se vrnemo v vas Krn. Za pohod si vzemite 4-5 ur časa. Pohod je nezahteven. S primerno obutvijo ob skromni telesni pripravljenosti je pot primerna za vse ljubitelje hoje in planin. V primeru slabega vremena bo pohod prestavljen na drug datum.

Izhodišče: Dobimo se na parkirišču pri Mohu na koncu vasi Krn. Dodatne informacije daje Pavel Četrnič, ki bo pohod vodil na 041 938 828.

Središče Večgeneracijskega centra Goriške je v Kobaridu v mali sejni sobi Doma Andreja Manfreda.

Središče je namenjeno neformalnemu srečevanju, informiranju ter delavnicam in bo v marcu uporabnikom na voljo ob sredah ali petkih in sicer 9.3, 17.3, 22.3 in 31.3, med 7.00 in 15.00.

Lepo vabljeni!