



DNEVNI CENTER AKTIVNOSTI ZA STAREJŠE – Golovec, Pesarska cesta 14



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

TEDENSKI SPORED AKTIVNOSTI

(Program sofinancirata MOL in MDDSZEM)

ura	PONEDELJEK	ura	TOREK	ura	SREDA	ura	ČETRTEK	ura	PETEK
9.30 10.30	VADBA ZA GIBLJIVOST	8.00 8.45	JUTRANJA TELOVADBA	8.00 8.45	JUTRANJA TELOVADBA	9.00 10.00	JOGA	8.00 8.45	JUTRANJA TELOVADBA
10.45 11.30	ANTISTRESNA VADBA	9.00 11.00	PAMETNI TELEFON/ RAČUNALNIŠTVO <small>individualno, predhodne prijave</small>	9.00 10.30	ANGELSKA JOGA	10.15 11.00	MEDITACIJA	10.00 12.00	TAROK
13.30 15.00	SOMATSKE DELAVNICE	10.10 13.10	USTVARJALNE DELAVNICE			11.00 11.50	GIBALNO PLESNA VADBA	12.10 13.45	KVAČKANJE
		10.30 11.15	RAZGIBAJMO MOŽGANČKE			12.00 12.50	JOGA		

URNIK VELJA OD: 2. 9. 2024

- ODPRTO VSAK DELOVNIK od 7.00 do 15.00 oz. v času trajanja aktivnosti
- KAKO DO NAS? LPP št. 5 in 9 (postajališče NUSDORFERJEVA), LPP št. 13 (postajališče EMONA)
- tel. št.: 051/231-168
- e-mail naslov: dcagolovec@gmail.com; spletna stran: www.dca-ljubljana.org