



Dnevni
center
aktivnosti
za
starejše

DNEVNI CENTER AKTIVNOSTI ZA STAREJŠE – Kunaverjeva 6-8



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA JAVNO UPRAVO

TEDENSKI RAZPORED AKTIVNOSTI

(Program sofinancirajo MDDSZEM, MOL in MJU)



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



Mestna občina
Ljubljana

ura	PONEDELJEK	ura	TOREK	ura	SREDA	ura	ČETRTEK	ura	PETEK
8.00 9.00	TELOVADBA 1	8.00 9.00	TELOVADBA 3	8.00 9.00	TELOVADBA 1	8.00 9.00	TELOVADBA 1	8.00 9.00	TELOVADBA 3
9.15 10.15	TELOVADBA 2	9.15 10.15	VADBA NA STOLU	8.00 9.00	FRANCOŠČINA KONVERZACIJA (Zoom) na 14 dni*	9.15 10.15	TELOVADBA 2	9.15 10.15	TELOVADBA 4
10.00 12.00	RISANJE IN SLIKANJE	8.45 9.45	ANGLEŠČINA NADALJEVALNA	9.00 11.00	USTVARJALNE DELAVNICE	9.00 10.30	DELAVNICE OSEBNE RASTI	10.30 12.00	ZGODOVINA
10.30 12.00	JOGA – ZAČETNA	10.00 11.00	RUŠČINA ZAČETNA	10.00 11.30	NEMŠČINA - ZAČETNA	10.00 11.00	CHI GONG (Zoom)	10.30 12.00	PLESI V KROGU
10.00 11.00	VADBA NA STOLU (Zoom)	11.00 12.00	RUŠČINA NADALJEVALNA	10.30 11.30	TELOVADBA z MOL	10.40 12.10	NEMŠČINA KONVERZACIJA	12.15 13.15	CHI GONG
11.00 13.00	TAROK	11.45 13.15	TAI JI QUAN	12.15 13.45	UMOVADBA	10.15 11.15	SEANSE BIOTOFONSKEGA ZDRAVILSTVA	14.00 15.00	ANGLEŠČINA ZAČETNA (začetek 30.1.)
12.00 14.00	USTVARJANJE Z GLINO	13.30 15.00	JOGA 1	13.00 14.00	SEANSE BIOTOFONSKEGA ZDRAVILSTVA	11.45 12.45	JOGA 2		EFT TAPKANJE (posnetki na spl. strani)
12.15 13.15	VADBA ZA POVEČANJE GIBLJIVOSTI			19.00 20.00	OBRAZNA JOGA (Zoom) na 14 dni*	12.45 13.45	MEDITACIJA		
13.15 14.15	ANTISTRESNA VADBA								
16.00 17.30	PREDAVANJA »SPOZNAJMO BIOENERGIJO« na 14 dni* (9.3., 23.3.,...)								

URNIK VELJA OD: 2.3.2026

- **ODPRTO VSAK DELOVNIK od 7.00 do 15.00 oz. v času trajanja aktivnosti**
- **KAKO DO NAS? LPP št. 1 ali 25 (postajališče Kompas)**
- **tel. št.: 059 934 435, 051 664 899**
- **e-mail naslov: dcakunaverjeva@gmail.com; spletna stran: www.dca-ljubljana.org**