

NAPOVEDNIK DOGODKOV V ČS MOL MAJ 2022

DOGODEK	KRATKA VSEBINA	TERMIN	LOKACIJA/SPLETNI DOGODEK
ČS BEŽIGRAD			
Brezplačni računalniški tečaji	Za že prijavljene kandidate bodo potekali začetni, nadaljevalni in izpopolnjevalni tečaji. Vabljeni, da se prijavite tudi vi na brezplačne računalniške tečaje.	3. 5. do 25. 5. 2022 8. do 11. ure 11. do 13.30 ure 13:30. do 16:30 ure	Železna ulica 14, prostori ISA ZNANJE, d.o.o.
Brezplačni tečaj NORDIJSKE HOJE – uvodno predavanje	Uvodno predavanje za tečaj nordijske hoje. Število mest je omejeno – prijave na el. naslov mol.bezigrad@ljubljana.si ali po telefonu na št. 01/236 25 37	Ponedeljek 30. 5. oz. torek 31. 5. 2022 17. do 19. ure	Vojkova 1, sejna soba
Brezplačni tečaj NORDIJSKE HOJE	Tečaj je namenjen tako starejšim kot tudi mlajšim, naučili se boste pravilno uporabljati pohodne palice, različne načine hoje (korakov),.....	1. do 10. junija 2022 17. do 19. ure	Parkirišče ŽALE, Tomačevska cesta
Brezplačni tečaj JOGE	Vabljeni na tečaj joge, kjer se boste naučili osnov vaj joge. Primerno za vse generacije. Prijave na el. naslov mol.bezigrad@ljubljana.si ali po telefonu na št. 01/236 25 37	Vsak torek in četrtek od 10. do 11. ure	Belokranjska 6, dvorana
Knjižnica REČI	Knjižnica REČI je neprofitna izposojevalnica najrazličnejših predmetov za prosti čas, ki deluje po vzoru klasične knjižnične izposoje. V času ko imajo ljudje vse manj denarja si lahko z izposajo namesto kupovanjem nadomeščamo manjkajoče predmete. Souporaba pa prinaša še številne druge koristi. Kontakt: Jošt Derlink: 040 458 409.	Vsak ponedeljek in sredo od 16. do 19. ure	Knjižnica REČI, Belokranjska 6
DU Boris Kidrič	Vabilo novim članom folklorne skupine »Pušlec«, pridružite se jim, veselo bo. Kontakt: 031 864 377.	Vsako sredo od 15.30 do 17.30. ure	Belokranjska 6, dvorana

ČS CENTER			
Čaj ob petih	<p>Tedenska srečanja in druženja s HD Nikoli sam, pogovori, prostoročno ustvarjanje, družabne igre kot npr. karte Tarok, šah, človek ne jezi ipd., namenjena so vsem generacijam.</p> <p>Ob lepem in toplim vremenu se pogosto odpravimo tudi na sprehod v naravo in bližnjo okolico (Tivoli, Rožnik ipd.)</p> <p>Vsak udeleženec brezplačno prejme tudi topel napitek (čaj ali kavo) ter se posladka s keksi.</p>	Vsak torek od 15. do 19. ure	Štefanova 11, mala sejna soba
Vadba folklornih plesov s folklorno skupino Kolovrat	<p>Folklorna skupina se tedensko srečuje na rednih vajah, kjer se učijo novih plesnih korakov kot tudi izpopolnjujejo že osvojene plesne točke.</p> <p>Pred nastopi pa imajo tudi dodatne vaje kot pripravo na nastop.</p>	Vsak četrtek od 17. do 19 ure	Štefanova 11, dvorana
Vadba glasbene skupine Kolovrat	<p>Člani glasbene skupine Kolovrat, ki so del folklorne skupine se dobivajo na rednih vajah, kjer se učijo novih glasbenih točk kot tudi izpopolnjujejo že osvojene točke.</p> <p>Pred nastopi pa imajo tudi dodatne vaje kot priprava na nastop.</p>	Vsak četrtek od 15.30 do 17. ure	Štefanova 11, dvorana
Joga HATHA - Joga za starejše	Vadba joge HATHA, namenjena starejšim. Vaje so usmerjene v vzdrževanje ravnovesja in prožnosti telesa, prožnosti sklepov, mišic in dihalne vaje	Vsak torek od 15. do 16.30 ure	Štefanova 11, dvorana
Energetske meritve in diagnostika z radiestezijskim nihalom	Z nihalom vam lahko izmerimo: ugotavljanje živosti biopolja, jakost vaše energije, stanje čakr, stanje avre, energijsko stanje posameznih delov telesa in organov, ali je določena hrana, pijača ali drugo živilo za vas primerna ali morebiti škodljiva, ali in kateri čustveni elementali vas morda trenutno blokirajo in ovirajo v življenju ter ugotavljanje blagodejnih energij z uporabo skale po Bovisu. Meritev in diagnostika se izvaja z radiestezijskim nihalom in s pomočjo rozet, matric in skal.	Vsak prvi četrtek v mesecu od 10. do 11. ure	Štefanova 11, dvorana
Moč in pomen števil - Numerologija	<p>Predstavitvena delavnica: Povezava vibracij števil v povezavi z našim Osebno življenjskim številom, kateri planet vlada posameznemu številu in kako števila vplivajo oziroma delujejo v povezavi z našim astrološkim znamenjem.</p> <p><u>Na delavnici bomo:</u></p> <p>Izračunali Generacijsko število in kako vpliva na posameznika,</p> <p>Kako na naše Osebno življenjsko število vpliva planet, ki vlada posameznemu številu,</p> <p>Kako na naše astrološko znamenje vpliva naše Osebno življenjsko število</p>	V četrtek 19. 5. 2022 ob 10. uri	Štefanova 11, dvorana

OM Chanting	<p>OM Chanting, izredno močna več 1000 let stara skupinska tehnika, ki jo izvajajo že več kot v 50 državah sveta na vseh kontinentih. OM je prazvok, prvotni zvok, ki ustvarja in se razširja po vesolju. Pripada celotnemu človeštvu ne glede na starost, narodnost, etnično pripadnost ali religijo. Ste vedeli, da ima zdravilne moči?</p> <p>Koristi OM Chantinga:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ustvarja močno zdravilno vibracijo, ki pomaga in podpira zdravilne procese v telesu - Notranji mir - Popolna sprostitev - Pomaga pri odpadanju starih vzorcev in prepričanj - Harmonizira telo in duha - Preoblikuje negativnosti v čisto svetlobo prečiščuje eter in zdravi mater zemljo - Ob petju lahko doživite mistične zvoke, zaslišite čričke, činel, školjk, nevihte, trobente, flavte itd. <p>Kdo se lahko udeleži OM Chantinga: Primerna je za vse, sedi se na stolih. Ni potrebno, da imate posluh, vsak zna peti OM.</p> <p>Več INFO na: FB- OM Chanting Slovenija</p>	Vsak ponedeljek od 17.30 do 19. ure	Sedež ČS Center, Štefanova 11, dvorana
ČS ČRNUČE			
9. mednarodni folklorni festival	Međimursko kulturno umetniško društvo Ivan Car prireja svojo tradicionalno folklorno prireditev »9. mednarodni festival folklorne Črnuče 2022«. Nastopile bodo folklorne, pevske in glasbene skupine iz Slovenije in Hrvaške. V avli dvorane pa bo likovna razstava in razstava ročnih del.	Sobota, 7. maj 2022 ob 18. uri	KD Črnuče, Dunajska cesta 367
Koncert Zapleši, zavriskaj in zapoj	Celovečerni koncert ob 40. letnici delovanja društva COF. Folklorna skupina COF bo predstavila sedem različnih koreografij, sedmih slovenskih pokrajin. Koncert se bo odvijal v tednu ljubiteljske kulture.	Petek, 20. maj 2022 ob 19. uri	KD Črnuče, Dunajska cesta 367
ČS DRAVLJE			
Delavnica o temeljnih postopkih oživljanja in prikaz uporabe defibrilatorja	Defibrilator je aparat, s pomočjo katerega lahko rešimo življenje nekemu s srčnim zastojem. Naučimo vas pravilne uporabe tega aparata. Brezplačne meritve krvnega sladkorja, tlaka in holesterola. Delavnica je namenjena vsem generacijam. Delavnico bo izvedel RK OZ ljubljana. Meritve bodo izvajali študenti Društva študentov medicine, Projekt misli na srce. Prisrčno vabljeni!	Četrtek, 12. 5. 2022 ob 18.30 uri	Dom krajanov Dravljje, Draveljska 44, mala dvorana v pritličju

Dan ČS Dravlje	<p>Četrtna skupnost Dravlje vabi na prireditev ob Dnevu Četrtna skupnosti Dravlje.</p> <p>Ogledali si bomo bogat kulturni program, ki ga je zasnovalo Športno društvo Dravlje in v katerem bodo sodelovala društva naše četrtna skupnosti.</p> <p>Prireditev je posvečena spominu na draveljske taboriščnike na Rabu in medgeneracijskemu sodelovanju društev v Dravljah. Vabljeni!</p>	Petek, 27. 5. 2022 ob 18. uri	Dom krajanov Dravlje, Draveljska 44, velika dvorana
Plesne vaje	Plesna skupina DU Dravlje je družba aktivnih in razigranih članov, ki radi plešejo in nastopajo ter se pri tem zelo zabavajo. Vabljeni, da se jim pridružite. Več informacij: mimica.herakovic@gmail.com	Vsak ponedeljek, od 9. do 12. ure, sredo od 9. do 12. ure, četrtek od 9. do 11.30 ure in petek od 9. do 12 ure	Dom krajanov Dravlje, Draveljska 44, velika dvorana
Plesne vaje za ljubitelje plesa	Plesne vaje vodi profesionalni plesni par. Vaje so namenjene ljubiteljem plesa v paru - dobrodošli ste vsi, tudi tisti brez plesnega partnerja. Informacije in prijave 031 360 340 (Maja) *članarina	Vsak torek, od 12. do 16. ure, četrtek, od 12. do 15.30 ure ter petek od 15. do 19. ure.	Dom krajanov Dravlje, Draveljska 44, velika dvorana
Šola zdravja: skupina Lj-Dravlje	Vabljeni na jutranjo telovadbo na prostem s 1000 gibi. Telovadba je namenjena vsem generacijam. V primeru slabega vremena je telovadba v telovadnici. Kontakt: ga. Angelca Škripec, 051 342 184	Vsak delovni dan ob 8. uri.	Pred Domom krajanov Dravlje, Draveljska 44
Merjenje krvnega pritiska in sladkorja	Brezplačno merjenje, splošni nasveti glede vzdrževanja krvnega tlaka (prehrana, telesna aktivnost,...)	Vsak prvi torek v mesecu od 8.30 do 10.30 ure.	Dom krajanov Dravlje, Draveljska 44, prvo nadstropje, soba 17.
Taktika na regati	Jadralni klub Odisej vabi na predavanje Taktika na regati (Dušan Ušeničnik)	petek, 6. 5. 2022 ob 19. uri	Dom krajanov Dravlje, Draveljska 44, velika dvorana

Izmenjevalnica otroških in mladinskih oblek	Vod Gepard iz rodu tabornikov Rožnik vabi na izmenjevalnico otroških in mladinskih oblek. Pravila izmenjave: sprejmejo le cele in čiste obleke. Za vsak kos oblačila prejmete kupon, s katerim si lahko najdete nov kos oblačila.	četrtek, 5. 5. 2022 od 18.30 do 19.30 ure	Dom krajanov Dravlje, Draveljska 44, mala dvorana
ČS GOLOVEC			
Delavnica o temeljnih postopkih oživljanja in prikaz uporabe defibrilatorja	Defibrilator je aparat, s pomočjo katerega lahko rešimo življenje nekemu s srčnim zastojem. Naučimo vas pravilne uporabe tega aparata. Brezplačne meritve krvnega sladkorja, tlaka in holesterola. Delavnica je namenjena vsem generacijam. Delavnico bo izvedel RK OZ Ljubljana. Meritve bodo izvajali študenti Društva študentov medicine, Projekt misli na srce. Pristrčno vabljeni!	Četrtek, 19. 5. 2022 ob 18. uri	Pot do šole 2a, dvorana
ČS JARŠE			
Demenca - prepoznavanje in prvi znaki demence	Demenca je kronična napredujoča bolezen, ki prizadene možganske celice, odgovorne za spomin, mišljenje, orientacijo, razumevanje, računske in učne sposobnosti, sposobnosti govornega izražanja ter presoje. Namen strokovnih predavanj je omogočiti osebam prepoznavanje prvih znakov demence (izvedba: strokovni sodelavci Združenja za pomoč pri demenci Spominčica). Strokovno predavanje je namenjeno svojcem in drugim, ki skrbijo za osebe z demenco v domačem okolju.	Torek, 17. 5. 2022 ob 17. uri	Kvedrova cesta 32, sejna soba
Šola zdravja – skupina Nove Jarše	Vabljeni na jutranjo telovadbo na prostem s 1000 gibi. Telovadba je namenjena vsem generacijam. V primeru dežja telovadba odpade. Za več informacij: ga. Olga Pušnik na telefon 040/299 048.	Vsak delovni dan od 7.30 do 8. ure	Športno igrišče Produkcijske šole, Jarška 44
Šola zdravja – skupina Šmartno	Vabljeni na jutranjo telovadbo na prostem s 1000 gibi. Telovadba je namenjena vsem generacijam. V primeru slabega vremena se telovadba izvede v pokritem delu igrišča. Za več informacij: ga. Zlata Zajec na telefon 031/465 521.	Vsak delovni dan zimski čas: od 8. do 8.30 ure; poletni čas: od 7.30 do 8. ure	Nogometno igrišče Šmartno ob reki Savi
KO RK Nove Jarše	Krajevna organizacija Rdečega križa Nove Jarše organizira in vabi na brezplačne meritve krvnega tlaka, sladkorja in holesterola v krvi.	Vsak drugi ponedeljek v mesecu od 16. do 18. ure	Sedež ČS Jarše, Kvedrova 32

Srečevalnica KO RK Zelena jama	Vabljeni na praktične, ustvarjalne delavnice in srečanja. Mesečni program je objavljen na: www.rdecikrizljubljana.si/sl/SRECEVALNICA/Več informacij , prijave: 040/871 589, info@rdecikrizljubljana.si	Vsak prvi četrtek v mesecu od 10. do 12. ure	Perčeva 22, sejna soba v pritličju
Medgeneracijsko druženje in ustvarjanje občanov Zelene jame	Ustvarjanje različnih ročnih izdelkov in medgeneracijsko druženje. Material in ideje za ustvarjanje vsak prinese s seboj. Vstop prost.	Vsak petek od 10. do 13. ure	Perčeva 22, sejna soba v pritličju
ČS MOSTE			
Delavnice MOL - Muste - Plantella	Plodovke; sadike, sajenje na prosto, kako za njih skrbeti	16. 5. 2022 ob 17.30 uri	vrtički v Mustah (Vrtičkarsko območje Muste je del parka Muste, ki leži ob Ljubljani med Novimi Fužinami in Štepanjskim naseljem)
Zdrava prehrana – Vegan	Na predavanju vam bomo predstavili zdravstvene prednosti rastlinske prehrane ter njeno povezavo z okoljevarstvom. Dogodek je primeren za vse, ki jih zanima zdrava hrana, zaščita narave in živali ter kulinarika. Po predavanju namreč sledi zaključek s kuharskimi nasveti, brezplačnimi zloženkami s kar 28 recepti in degustacija jedi. Predavanje za vse generacije!	Sreda, 18. 5. 2022 ob 18. uri	Dom krajanov Fužine, Preglov trg 15, sejna soba 23

Pomlad v Mostah	Ob svetovnem dnevu družin vabimo družine na Voden ogled okolice in notranjosti Gradu Fužine , na koncu pa vas čaka še osvežitev s sladoledom oziroma kavico v Kavarni Kaval. Izvajajo: MAO	Nedelja, 15. 5. 2022 ob 11. uri	Zbor v parku Gradu Fužine
	Ustvarjalna delavnica za otroke: Ko gradiček postane velik, je grad Izvajajo: MAO	Nedelja, 15. 5. 2022 ob 17. uri	Grad Fužine
	Ob mednarodnem dnevu muzejev vas vabimo na Voden ogled po soseski Nove Fužine in Štepanjsko naselje . Zaradi lažje organizacije v Muzeju za arhitekturo in oblikovanje zbirajo prijave (max. 25 oseb) Izvajajo: MAO	Sreda, 18. 5. 2022 ob 17. uri	Zbor pred Gradom Fužine
	Četrtna skupnost Moste bo organizirala nogometni turnir enakosti in sožitja, z željo po ponovnem druženju, pletenju prijateljskih vezi in povezovanju mladine znotraj naše četrtne skupnosti . Na turnirju bodo sodelovale ekipe osnovnih šol iz okolja ČS Moste, OE Skala, CONA Skupnostni programi za mlade ter Slovenska Filantropija - Združenje za promocijo prostovoljstva.	Četrtek, 19. 5. 2022 od 15. ure dalje	Športne površine Brodarjev trg, Nove Fužine
ČS POLJE			
Raznolikost za prijateljstvo in preteklost za prihodnost	KUD SEVDAH vabi na srečanje vokalnih skupin ljudskih pevcev in folklornih skupin. Veselo obarvana prireditev z ljudsko pesmijo in plesom. Vabljeni. Prireditev bo v potekala okviru Tedna ljubiteljske kulture.	Sobota, 28. 5. 2022 ob 17. uri	Center Zalog, Zaloška 267, večnamenska dvorana
Medicinsko vodena telovadba	Dnevni center aktivnosti za starejše Zalog vabi na začetni in nadaljevalni tečaj angleščine ter konverzacijo. Za dodatne informacije pokličite na tel. št.: 082 055 177 ali 051 664 941 oz. e-mail zalog@dca-ljubljana.org	Vsak ponedeljek, torek in petek ob 7.30.	Dnevni center aktivnosti za starejše Ljubljana Zalog (DCA), Center Zalog, Zaloška 267, večnamenska dvorana

CHI GONG	Dnevni center aktivnosti za starejše Zalog vabi CHI GONG. Za dodatne informacije pokličite na tel. št.: 082 055 177 ali 051 664 941 oz. e-mail zalog@dca-ljubljana.org	Vsako sredo od 8. do 9. ure	Dnevni center aktivnosti za starejše Ljubljana Zalog (DCA), Center Zalog, Zaloška 267, večnamenska dvorana
Vadbe za zdravje	Dnevni center aktivnosti za starejše Zalog vabi na vadbo za zdravje. Za dodatne informacije pokličite na tel. št.: 082 055 177 ali 051 664 941 oz. e-mail zalog@dca-ljubljana.org	Vsako sredo od 10. do 11. ure	Dnevni center aktivnosti za starejše Ljubljana Zalog (DCA), Center Zalog, Zaloška 267, večnamenska dvorana
FIT Senior vadba	Dnevni center aktivnosti za starejše Zalog vabi na FIT senior vadba. Za dodatne informacije pokličite na tel. št.: 082 055 177 ali 051 664 941 oz. e-mail zalog@dca-ljubljana.org	Vsak četrtek od 11. do 12. ure	Dnevni center aktivnosti za starejše Ljubljana Zalog (DCA), Center Zalog, Zaloška 267, večnamenska dvorana
JOGA	Dnevni center aktivnosti za starejše Zalog vabi na vadbo joge. Primerna je za starejše, vključuje počasne gibalne vaje, dihalne vaje in sproščanje. Za dodatne informacije pokličite na tel. št.: 082 055 177 ali 051 664 941 oz. e-mail zalog@dca-ljubljana.org	Vsak torek od 9.30 do 11. ure in vsak ponedeljek 9.10 do 10.30 ure	Dnevni center aktivnosti za starejše Ljubljana Zalog (DCA), Center Zalog, Zaloška 267, večnamenska dvorana
Tečaj angleškega jezika	Dnevni center aktivnosti za starejše Zalog vabi na začetni in nadaljevalni tečaj angleščine ter konverzacijo. Za dodatne informacije pokličite na tel. št.: 082 055 177 ali 051 664 941 oz. e-mail zalog@dca-ljubljana.org	Vsak petek ob 9.30 uri	Dnevni center aktivnosti za starejše Ljubljana Zalog (DCA), Center Zalog, Zaloška 267
Pilates	Dnevni center aktivnosti za starejše Zalog vabi na vadbo Pilatesa. Za dodatne informacije pokličite na tel. št.: 082 055 177 ali 051 664 941 oz. e-mail zalog@dca-ljubljana.org	Vsak ponedeljek od 9.30 do 10.30 ure	Dnevni center aktivnosti za starejše Ljubljana Zalog (DCA), Center Zalog, Zaloška 267, večnamenska dvorana

ČS POSAVJE			
Čaj ob petih	Tedenska srečanja in druženja s HD Nikoli sam, pogovori, prostoročno ustvarjanje, klekljanje družabne igre kot npr. karte Tarok, šah, človek ne jezi ipd., namenjena so vsem generacijam. Vsak udeleženec brezplačno prejme tudi topel napitek (čaj ali kavo) ter se posladka s keksi.	Vsak četrtek od 16. do 19. ure	Bratovševa ploščad 30, kabinet 2 v kleti
Risarsko izražanje	Risanje s HD Nikoli sam je namenjeno vsem generacijam, udeleženci imajo možnost učenja in pridobivanja dodatnega znanja na področju risanja z različnimi tehnikami risanja in barvanja.	Vsak četrtek od 17. do 19. ure	Bratovševa ploščad 30, kabinet 1 v kleti
Klekljanje – Idrijske čipke	Z vami bo vsak četrtek klekljarica z izkušnjami, doma iz Idrije. S seboj prinesite dobro voljo in pribor, ki ga potrebujete za ustvarjanje čipk.	Vsak četrtek od 17. do 19. ure	Bratovševa ploščad 30, kabinet 2 v kleti
Energetske meritve in diagnostika z radiestezijskim nihalom	Z nihalom vam lahko izmerimo: ugotavljanje živosti biopolja, jakost vaše energije, stanje čakler, stanje avre, energijsko stanje delov telesa in organov, ali je določena hrana, pijača ali drugo živilo za vas primerna ali morebiti škodljiva, ali in kateri čustveni elementi vas morda trenutno blokirajo in ovirajo v življenju ter ugotavljanje blagodejnih energij z uporabo skale po Bovisu. Meritev in diagnostika se izvaja z radiestezijskim nihalom in s pomočjo rozet, matric in skal.	Vsak prvi četrtek v mesecu od 17.30 do 19.30 ure	Bratovševa ploščad 30, večnamenska dvorana v kleti
Aktiviranje čakler – Energijska delavnica	<u>Na delavnici bomo izvedli:</u> → Vaja za okrepitev energije v telesu → Vaja za ugotavljanje blokad in motenj v delovanju čakler → Energijske vaje s katerimi bomo aktivirali in spodbudili pretok in delovanje vseh čakler	Četrtek, 12. 5. 2022 ob 17.30 uri	Bratovševa ploščad 30, večnamenska dvorana v kleti
Občuti energijo REIKI – energijska delavnica	Subtilna energijska terapija, podobna Reikiju deluje blažilno, je učinkovita, varna, neintenzivna in preprosta za uporabo. Nauči se in jo uporablja lahko vsakdo. <u>Na delavnici bomo izvedli:</u> - Vaje za aktiviranje in krepitev lastne subtilne energije; - Energijske vaje s katerimi boste z uporabo lastne subtilne energije lahko izvajali postopek za - samopomoč pri različnih bolečinah in zdravstvenih težavah.	Četrtek, 19. 5. 2022 ob 17.30 uri	Bratovševa ploščad 30, večnamenska dvorana v kleti
Nasveti za energijsko samopomoč za spopadanje z zdravstvenimi težavami	Spletna komunikacija - Nudjenje nasvetov za energijsko samopomoč za spopadanje z zdravstvenimi težavami in kratke vibracijske terapije na daljavo.	Vse dni v tednu	Dogodek na spletnem forumu je dostopen na naslednji povezavi:

	<p><u>Kako poteka spletna komunikacija:</u> na za to določenem vsebinskem oddelku foruma lahko objavite novo temo s kratkim opisom svoje zdravstvene težave.</p> <p>Odgovor bo objavljen v obliki komentarja neposredno pod vašim vprašanjem predvidoma do večera istega dne oziroma v roku največ dveh dni.</p> <p>Nasvete in terapije na daljavo izvaja Reiki mojster in vibracijski terapevt</p> <p>POMEMNO: Za sodelovanje na dogodku in objavo vašega vprašanja z opisom zdravstvene težave registracija in prijava na forumu ni potrebna! V ustrezno polje vpišite svoj pravičen in aktiven e-mail, namesto imena pa lahko napišete svoj vzdevek, ki resonira z vami.</p>		https://forum.nikolisam.si/index.php/board,11.0.html
Skupinski plesi z Vrtnico 40+	Poudarek je na skupinskih plesih, ki se izvajajo na latino glasbo, angleški valček in šitaki. Po želji pa tudi ples v parih.	Vsako sredo od 20. do 22. ure	Bratovševa ploščad 30, kletna dvorana (občasno v Savljah, Prosvetni dom Savlje Kleče)
Ples z Društvom Vrtnica 40+	Utrjevanje in vadba skupinskih plesov na latino glasbo, angleški valček in šitaki. V drugem delu pa tudi ples v parih na standard glasbo oz. po želji. Glasbo (CD) vrtijo sami ob dobrem ozvočenju.	Vsak petek od 19. do 22. ure	Bratovševa ploščad 30, kletna dvorana
Ogled po poti spominskih obeležij	Peš ogled s partizansko pesmijo po poti spominskih obeležij osvoboditeljev na območju ljubljanskega Posavja	Četrtek, 12. 5. 2022 ob 11. uri Torek, 17. 5. 2022 ob 11. uri	Pred partizansko grobnico na pokopališču v Stožicah
ČS RUDNIK			
Za spomine – Mini beležka	Na majski delavnici bomo izdelali majhno, a bogato okrašeno beležko, v katero bomo lahko poleti zapisali kakšno globoko misel, nekaj besed v spomin na dogodek, dodali majhno fotografijo ali spominke s počitnic. Ustvarjalna delavnica za odrasle in otroke v spremstvu odraslih. Obvezna predhodna prijava do torka, 24. maja do 12.00 ure. Več informacij na spletni strani www. Poligilda.si .	Četrtek 26. 5. 2022 od 18. do 20. ure	Pot k ribniku 20, dvorana
Pohod po ljubljanskem Barju	Turistično društvo Barje organizira tradicionalni pohod po ljubljanskem Barju.	Sobota, 21. 5. 2022 ob 9. uri	Sejmišče Barje , Ižanska cesta 303

	Več informacij na spletni strani: www.td-barje.si		
Šola zdravja	Jutranja telovadba 1000 gibov ob strokovnem vodstvu sodelavcev Šole zdravja. Udeležite se brezplačne telovadbe in naredite nekaj dobrega zase in za svoje dobro počutje. ZŠD Krim -V sodelovanju s športnimi društvi v projektu razgibajmo Ljubljana.	Vsak dan ob 7.30 uri	Kajak kanu klub Livada
ŠD Golovec trails	Vodene gorsko kolesarske ture po Golovcu s ŠD Golovec trails. Zveza športnih društev Krim vabi na brezplačne rekreativne programe in dogodke, v sodelovanju s športnimi društvi v projektu Razgibajmo Ljubljana. Več informacij na spletni strani: www.golovectrails.com	Vsak četrtek ob 17. uri	Golovec
Vadba na otoku športa PST	Vadba na otoku športa PST Jurčkova cesta. Zveza športnih društev Krim vabi na brezplačne rekreativne programe in dogodke, v sodelovanju s športnimi društvi v projektu Razgibajmo Ljubljana.	Vsak torek ob 7. uri	Otok športa PST Jurčkova cesta
ČS ŠENTVID			
Brezplačni računalniški tečaji	Za že prijavljene kandidate bodo potekali začetni, nadaljevalni in izpopolnjevalni tečaji. Vabljeni, da se prijavite tudi vi na brezplačne računalniške tečaje.	3. 5. do 25. 5. 2022 8. do 11. ure 11. do 14 ure 14. do 17. ure	Kosijeva ulica 3, sejna soba
ČS ŠIŠKA			
Delavnica urjenje spomina	Trening možganov in krepitev koncentracije s posebno tehniko risanja in barvanja! Zaželeno predhodna prijava. Prijavite se na 041 199 095/ senior.drustvo365@gmail.com UDELEŽBA JE BREZPLAČNA!	Vsako sredo ob 9. uri	Trg Komandanta Staneta 8, sejna soba v kleti

ČS TRNOVO			
Brezplačni računalniški tečaji	Za že prijavljene kandidate bodo potekali začetni, nadaljevalni in izpopolnjevalni tečaji. Vabljeni, da se prijavite tudi vi na brezplačne računalniške tečaje.	3. 5. do 25. 5. 2022 8. do 11. ure 11. do 14 ure 14. do 17. ure	Devinska 1b, sejna soba v 2. nadstropju

Pridržujemo si pravico do morebitnih sprememb, ki lahko nastanejo s strani organizatorja.

Več na spletni strani www.ljubljana.si/sl/moja-ljubljana/cetrtno-skupnosti-v-ljubljani/dogodki-v-cs

DOGODKI SO ZA UDELEŽENCE BREZPLAČNI, RAZEN TISTI DOGODKI, KI SO POSEBEJ OZNAČENI.