

| Zap. št. | Naslov oz. kratek opis vsebine prireditve | Ime in priimek vodja prireditve, telefon in e-pošta | Datum izpeljave prireditve | Čas izpeljave Ura od - do | Kraj in občina izpeljave | Opombe |
|----------|---|---|----------------------------|---------------------------|---|----------------|
| 1 | S KNJIGO O ZDRAVEM PREHRANJEVANJU OPIS: Z obiskovanjem knjižnice želimo udeležence vzpodbuditi k vključevanju v lokalno okolje, kvalitetno preživljanje prostega časa, zanimanje za institucije v lokalnem okolju ter širjenju zanimanja za knjige. Z različnimi tematikami pa uvid, kaj vse ponuja svet knjig. Poudarek pri tem obisku bo namenjen zdravemu načinu prehranjevanja. | Špela El Shawish 04/583-56-10 spela.elshawish@zavodjelsa.si | 7.5.2019 | 8-9 | Občinska knjižnica Jesenice Jesenice | 14 udeležencev |
| 2 | STOP SLABI HRANI NA KROŽNIKI OPIS: Z udeleženci veliko govorimo o zdravem življenjskem slogu, gibanju in nenazadnje zdravem prehranjevanju. Druženje bo potekalo z diskusijo o zdravi prehrani kot tudi zdravem načinu priprave hrane. Osredotočili pa se bomo tudi na raznovrstnost prehranjevanja, kar nam bo omogočala predvsem medgeneracijska in medkulturna skupina udeležencev. | Špela El Shawish 04/583-56-10 spela.elshawish@zavodjelsa.si | 24.5.2019 | 12-15 | Zavod Jelša Jesenice | 23 udeležencev |
| 3 | AKTIVNO IN ZDRAVO V NOV DAN OPIS: Vsakodnevna rutina v programu Socialna vključenost so raztezne vaje, ki ob sedečem delu blagodejno vplivajo na telo. S to delavnico pa se bomo prav posebej posvetili vajam za vratno hrbtenico. V kolikor nam bo vreme naklonjeno, bomo vaje izvajali v zunanem okolju. | Špela El Shawish 04/583-56-10 spela.elshawish@zavodjelsa.si | 9.5.2019 | 8-9 12-13 | Zavod Jelša Jesenice | 14 udeležencev |
| 4 | GREMO MI NA RAZGLEDNO OPIS: Jesenice ponujajo zelo lepo sprehajalno pot od Koroške Bele do Zdravstvenega doma. Namen sprehoda je udeležencem vzbuditi interes, da vsakodnevno v svojem prostem času, naredijo nekaj za svoje zdravje. Samo pol ure sprehoda na dan lahko vpliva na boljše počutje. | Špela El Shawish 04/583-56-10 spela.elshawish@zavodjelsa.si | 21.5.2019 | 10-12 | Razgledna Jesenice Jesenice | 10 udeležencev |
| 5 | SAJENJE MEDOVITIH RASTLIN IN ZELENJAVE ZA UŽIVANJE IN POPESTRITEV OKOLICE OPIS: V mesecu marcu bomo iz domačih semen vzgojili sadike, ki jih bomo v mesecu maju presadili v lonce, ki bodo krasili ospredje Zavoda Jelša. S tem želimo udeležence spodbuditi k vzgajanju lastnih sadik, k izmenjavi semen ter vzgoji domače zelenjave. Sadili bomo naslednje: meto, žajbelj, šetraj, paradižnik, papriko, feferoni | Špela El Shawish 04/583-56-10 spela.elshawish@zavodjelsa.si | 15.5.2019 | 12-13 | Zavod Jelša Jesenice | 10 udeležencev |

| | | | | | | |
|---|--|--|------------------------|---------------|---|----------------|
| 6 | <p>BODI SPREMEMBA, KI JO ŽELIŠ VIDETI V SVETU</p> <p>OPIS: S svojimi dejavnostmi in svojim zgledom želimo vplivati na udeležence, da so s svojimi dejanji, del sprememb, ki jih želijo videti v svetu. Skupaj bomo tako izvedli čistilno akcijo ter očistili del Ceste železarjev 8. Pri tem bomo poskrbeli za primerno zaščito ter udeležence opremili s palicami za pobiranje odpadkov.</p> | <p>Špela El Shawish 04/583-56-10 spela.elshawish@zavodjelsa.si</p> | 17.5.2019 | 10-12 | <p>Cesta železarjev 8 – industrijska cona Jesenice</p> | 17 udeležencev |
| 7 | <p>KAKO LAHKO REŠIŠ ŽIVLJENJE</p> <p>OPIS: Skupaj z Zdravstvenim domom Jesenice ter vodjo Zdravstveno vzgojnega centra gospo Ksenijo Noč bomo izvedli delavnico Temeljnih postopkov oživljanja z uporabo AED (avtomatski eksterni defibrilator). Delavnica bo zajemala tako teoretični kot tudi praktični del. Delavnica bo izvedena v dveh terminih, saj je za kvalitetno izvedeno delavnico število udeležencev omejeno na 15-20 oseb.</p> | <p>Špela El Shawish 04/583-56-10 spela.elshawish@zavodjelsa.si</p> | 30.5.2019 31.5.2019 | 9-11 13-15 | <p>Zavod Jelša Jesenice</p> | 17 udeležencev |
| 8 | <p>EKIPA, DA TE SKIPA</p> <p>OPIS: Vsakodnevno druženje v mesecu maju bomo popestrili s športno aktivnostjo, ki jo bomo izvedli na Kegljišču Zavoda za šport Jesenice. Oblikovali bomo dve skupini tekmovalcev, ki se bosta pomerili med seboj. Vse skupaj bo usmerjeno v skupno sodelovanja, v primerne medsebojne odnose ter vzpostavitvi zdrave tekmovalnosti.</p> | <p>Špela El Shawish 04/583-56-10 spela.elshawish@zavodjelsa.si</p> | 14.5.2019 | 12.30-13.30 | <p>Zavod za šport Kegljišče Jesenice Jesenice</p> | 15 udeležencev |