

POROČILO O IZVEDBI PROGRAMA ZA LETO 2021 – Priloga k 3. točki

Svetovalno zdravstvena sekcija

S ciljem izpostaviti pomembno vlogo zdravega načina življenja (od življenjskih navad bivanja, gibanja pa vse do pravilnega prehranjevanja), smo organizirali različne brezplačne tematske in energijske delavnice, katerih namen je spodbujanje k pozitivni spremembi načina življenja in samopomoči z uporabo različnih tehnik in metod, kot npr. energijske terapije in notranje vaje za spodbujanje energijskega ravnovesja v telesu ipd.. Delavnice so vodili različni izvajalci in smo jih izvajali ob četrtek ter sobotah.

V letu 2021 je bilo zaradi **omejitev druženja kot tudi ostalih preventivnih ukrepov**, povezanih z epidemiološkimi razmerami bistveno manj aktivnosti, dogodkov in ostalih dejavnosti na **področju vseh sekcij**, ki delujejo v okviru društva. V nadaljevanju le-te navajamo v spodnji preglednici.

Dejavnosti in delavnice smo izvajali na dveh lokacijah: Bratovševa ploščad 30 in Zarnikova 3.

Datum izvajanja delavnic	Kratek opis aktivnosti
Skozi vse leto - Vsak prvi četrtek in prvo sredo v mesecu	Brezplačno merjenje krvnega tlaka za krajanke iz območja ČS Posavje in ČS Center
17.1., 18.10.2021	Energijska delavnica »Aktiviranje čakr in vzpostavljanje ravnovesja v čakrah«; vaje za aktiviranje in krepitev delovanja čakr
Vsak prvi četrtek v mesecu	Brezplačno merjenje Biopolja in gostote informacij z nihalom ter svetovanje in usmeritev ob morebitno izmerjenem energijskem ravnovesju.
Vsak prvi četrtek v mesecu	Brezplačno merjenje krvnega tlaka in splošno svetovanje s področja zdravega vzdrževanja krvnega tlaka.
22.1., 26.2.2021	Delavnica: Pomen in moč števil skozi prizmo Numerologije
16.1., 20.2., 11.4.2021	Energijske vaje za vzpostavljanje ravnovesja v telesu. Preproste vaje, s katerimi se stimulira energijski pretok v telesu in posledično dosežemo izboljšanje splošnega počutja ter fizičnega in psihičnega zdravja.
Januar in februar – 1 x tedensko ob sobotah	Seminar s praktikumom – Razvoj intuitivnih sposobnosti. Skupna je zaprta po predhodni prijavi udeležencev.
Januar in februar - 1 x tedensko ob sredah	Seminar in praktikum z delavnicami POSTANI SAMO SVOJ ZDRAVILEC – Različni pristopi in metode energijskega in vibracijskega samozdravljenja. Skupina je zaprta po predhodni prijavi udeležencev.
Oktober	Izvedli smo dve delavnici z energijskimi vajami

Družbeno humanitarna sekcija

Obiski starejših občanov na domu

Člani prostovoljci društva so skozi vse leto nadaljevali tudi z obiskovanjem starejših krajanov na njihovih domovih, pri čemer je temeljni namen skozi druženje, pogovor, spremstvo na sprehodih ter spodbujanje k vključevanju v družbeno okolje (npr. obiskovanje naših dejavnosti ali drugih, ki jih izvajajo različna druga društva na območju ČS Posavje in ČS Center. Z izvajanjem te dejavnosti pri obiskovanih krajanih krepiamo in vzdržujemo občutek zadovoljstva in srečnega življenja tudi v tretjem življenjskem obdobju.

Pomoč starejšim krajanom v obliki dostave živil in zdravil

Na povabilo Četrtnih skupnosti Center in Posavje je društvo nekje do spomladi še nadaljevalo s programom, v okviru katerega so člani prostovoljci zainteresiranim na dom dostavljali živila iz trgovine in zdravila iz lekarne.

Čaj ob petih – tedenske srečevalnice in ustvarjalnice

Aktivnost izvajamo skozi vse leto na lokaciji **Bratovševa ploščad 30** in **Štefanova 11**, na katerih se krajani družijo, izmenjujejo svoje poglede, se preizkušajo v različnih družabnih igrah (šah, tarok, človek ne jezi se ipd.), sodelujejo v različnih oblikah prostoročnih ustvarjalnic (izdelava novoletnih voščilnic in okraskov, okraskov za velikonočne praznike, pustne maske ipd.) ter še mnogo drugega.

Nekaj tematskih delavnic pa smo izvedli na lokaciji Zarnikova 3, in sicer naslednje: eno delavnico »Izdelava in barvanje mandal« z vodenno meditacijo na mandalo za umiritev, 4 predstavitvene delavnice z vajami Urjenje spomina – Možganski fitnes.

Enkrat mesečno smo za udeležence programa na območju ČS Center izvedli tudi sprehod v bližnji park Tivoli oziroma smo le to prilagodili vremenskim razmeram.

V sodelovanju s ČS Posavje smo se udeležili tradicionalne prireditve Dan sosedov, ki ga je organizirala ČS Posavje v centralnem parku na Mucherjevi. Društvo je imelo na dogodku predstavitveno stojnico. Obisk pa je bil zaradi epidemioloških ukrepov za zajezitev širjenja koronavirusa (potrebno je bilo izpolnjevati enega od PCT pogojev) skromnejši.

Kulturno glasbena sekcija

Folklorna skupina Kolovrat

Vse leto, vsak torek in četrtek v dvorani na Štefanovi 11 - Redne vaje in priprava na nastope.

V četrtek dne 6.2.2021 smo sodelovali in izvedli nastop FS Kolovrat na tradicionalni prireditvi »Pozdrav kulturi«, ki jo je društvo v sodelovanju s Četrtno skupnostjo Posavje in lokalnimi društvi ter skupinami organiziralo v dvorani na Bratovševi ploščadi 30.

Drugih nastopov zaradi bolezni vaditelja in več plesalcev kot tudi zaradi razglašene epidemije nismo imeli.

Glasbena skupina Kolovrat

Vse leto, vsak četrtek: Redne vaje in priprava na nastope; nastopi na podlagi prejetih povabil.

V letu 2021 smo imeli naslednje nastope:

Drugih nastopov zaradi bolezni vaditelja in več plesalcev kot tudi zaradi razglašene epidemije nismo imeli.

Mladinska sekcija

V letu 2021 posebnih aktivnosti nismo izvajali.

Turistična sekcija

V letu 2021 posebnih aktivnosti nismo izvajali.

Predsednik društva
Iztok Kosenburger, dipl. upr. org.