

**Klub upokojencev Mestne uprave Mestne občine Ljubljana**  
**Adamič Lundrovo nabrežje 2**  
**1000 LJUBLJANA**

**Program dela v letu 2019**

- 8. skupna seja Upravnega odbora, Nadzornega odbora in Disciplinske komisije Kluba upokojencev Mestne uprave Mestne občine Ljubljana, 14. 3. 2019 v Banketni dvorani Mestne hiše (prvi mandat)
- 2. redna seja zbora Kluba upokojencev Mestne uprave Mestne občine Ljubljana, 14. 3. 2019 v Banketni dvorani Mestne hiše- izvolitev vodstva in organov kluba za naslednje 2.letnio obdobje.
- 20. marca 2019 – začetek izvedbe ciklusa 6 delavnic po 2 šolski uri »O medsebojnih odnosih« v ČS Dravljje – izvajalka članica kluba Nada Glušič
- 23. april 2019– izvedba delavnice »Samopomoč z refleksoterapijo dlani pri inkontinenci« - izvajalka Nada Tomazin Dokl, predsednica Društva za refleksoterapijo
- izvedba srečanja – delavnice – izvajalec član kluba: Vasja Butina (16. maj 2019 - Rodoslovje). Pred predavanjem: **razširjena seja UO - nesklepčni. Sprejet predlog za izlet z ladjico in še nekateri predlogi za dejavnost kluba**
- izvedba srečanja – delavnice - izvajalka: Mojca Slovinc (14.november 2019 - Reiki kot alternativna oblika zdravljenja), Nada Breznik (Bralno srečanje),
- potovanje z ladjico Sulc po Ljubljani, 25. september 2019, 22 udeležencev.
- sodelovanje s sindikatom delavcev MU MOL (13. junij 2019 – piknik, udeleženi 13 iz kluba),
- 23. april 2019– izvedba delavnice »Samopomoč z refleksoterapijo dlani pri inkontinenci« - izvajalka Nada Tomazin Dokl, predsednica Društva za refleksoterapijo
- ogled Ljubljanskega gradu – 25. november 2019,
- vabilo na delavnico »Samopomoč z refleksoterapijo dlani« - izvajalka Nada Tomazin Dokl, predsednica Društva za refleksoterapijo – 11. december 2019.
- vključevanje v programe Medgeneracijskega središča v okviru Javnega zavoda Cene Štupar – Center za izobraževanje Ljubljana,
- pridobivanje novih članov. Trenutno imamo 48 članic in članov;
- vključevanje v razne aktivnosti mestnih zavodov in podjetij, ki so namenjene starejšim
- vključevanje v programe Dnevnih centrov aktivnosti za starejše, ki delujejo v okviru Mestne zveze upokojencev Ljubljana;
- sodelovanje s Službo za lokalno samoupravo pri raznih izobraževalnih programih. Delavnica o oživljanju z defibrilatorjem, "Demenca - prepoznavanje in prvi znaki" in druge aktualne vsebine po dogovoru;
- sodelovanje z Mestno zvezo upokojencev Ljubljana in Zvezo društev upokojencev Slovenije;
- sodelovanje s Klubom upokojencev Slovenije v okviru zdraviliških dejavnosti in letovanj,
- pridobivanje informacij o raznih aktivnostih prek Informacijske točke 65+;

- sodelovanje s športnim društvom MOL DR MOL: 63. Pohod – Pot ob žici 11. maja 2019, tek trojk, tekaški treningi s pripravami na DrMOLov tek, 24. Ljubljanski maraton – 27. oktober 2019, planinarjenje,
- koriščenje počitniških objektov MU MOL;
- sodelovanje z Javnim zavodom šport Ljubljana pri koriščenju njihovih rekreacijskih dejavnosti,
- dopolnjevanje spletne strani kluba – v okviru MZUL: <https://www.mzu-lj.si/400/ku-mestne-uprave-mestne-obcine-ljubljana>
- organiziranje predavanj ali delavnic z različnimi izvajalci o vsebinah za katere bodo člani Kluba izrazili interes.

V Ljubljani, 14. 11. 2019