



## **PLANINSKI POHOD – KOMENDA - TUNJICE - TOREK, 5. NOVEMBER 2024**

Avtobus bo imel odhod ob 8.30 iz Virmaš in imel običajne postaje do Stražišča. Peljali se bomo do naselja Komenda, znano po konjeniških prireditvah, kmetijskem sejmu, lončarstvu, poseben pečat kraju pa je pustil duhovnik, čebelar in dobrotnik Peter Pavel Glavar. Preden bomo začeli s hojo, se bomo sprehodili okoli njegove zapuščine. Pot nas bo nato vodila skozi zaselek Mlaka in Komendski boršt, do znamenite cerkve Sv. Ane v Tunjicah (410m). Če bo možno, si bomo ogledali njeno notranjost, sicer pa bo sledil sestop v Podgorje, kjer nas bo čakal avtobus ter nas prepeljal do doma PD Komenda, kjer se bomo po tradiciji poveselili. Lahke hoje bo do 3 ure (višinska razlika 100m). Če bo potrebno, bomo prilagodili potek pohoda. Hodimo na lastno odgovornost!

Cena pohoda ( prevoz, zavarovanje, kosilo, org. stroški ) je 25 €.

Prijave in vplačila bomo sprejemali v **PONEDELJEK, 28. OKTOBRA** v gasilskem domu Bitnje in v **SREDO 30. OKTOBRA** v Šmartinskem domu v Stražišču do zasedbe avtobusa. Uradne ure na obeh lokacijah so od 9. do 10 ure. Možne so tudi prijave na tel. 040 696 163 s kasnejšim plačilom na obeh lokacijah od petka 25. OKTOBRA dalje. Če bo prijav premalo, pohod odpade!

## **MERJENJE HOLESTEROLA, PRITISKA IN SLADKORJA**

DU Bitnje Stražišče organizira v sodelovanju z Rdečim križem Kranj, za svoje člane merjenje holesterola, pritiska in sladkorja v krvi v prostorih Šmartinskega doma v Stražišču v SREDO, 6. NOVEMBRA 2024 od 7.00 do 10.00 ure ter v gasilskem domu v Bitnjah v ČETRTEK, 7. NOVEMBRA 2024 od 7.00 do 9.00 ure. Stroški merjenja znašajo 3 € za člane društva, za nečlane pa 5 €. Dodatne informacije na telefon 040 350 589.

## **MARTINOVANJE – GOSTILNA JANC – STUDENEC – SOBOTA, 9. NOVEMBER 2024**

Trgatev je mimo, grozdje je v kletih in poteka proces izdelave dobre kapljice – vina. Svojo nalogo mora opraviti še sv Martin, ki naredi iz mošta vin. V ta namen prirejajo martinovanja po raznih vinorodnih krajih. Naše martinovanje bo v **SOBOTO, 9. novembra** v gostilni Janc - Studenec pri Sevnici. Ker je ob 14. uri Martinova povorka smo na željo gostinca planirali prihod v gostilno do 12. ure, da bodo lahko kosilo postregli do pričetka povorke. Avtobus bo tako odpeljal ob 10. uri iz Virmaš proti Stražišču s postankom na Orehku. Za glasbo bo poskrbel hišni ansambel OCVIRK, gostilna sprejme dva avtobusa potnikov in je rezervirana samo za nas. Pri krstu vina dobimo na mizo liter vina na sedem oseb. Vino boste lahko kupili tudi za domov.

**CENA** je 35 € in zajema dobrodošlico, kosilo, večerjo, krst vina, prevoz, glasbo in stroške organizacije.

Prijave in vplačila bomo pričeli zbirati v **PONEDELJEK, 28. OKTOBRA 2024** v društveni pisarni v Bitnjah in v **SREDO, 30. OKTOBRA 2024** v Šmartinskem domu v Stražišču. Uradne ure na obeh lokacijah so od 9. do 10. ure. Prijave so možne na telefon 041 706 673 z **OBVEZNI**M plačilom na omenjenih lokacijah do **4. NOVEMBRA** oziroma do zasedbe dveh avtobusov. Lepo vabljeni!

## **DELAVNICA UMOVADBE – SREDA, 6. NOVEMBER 2024**

V sodelovanju z MCK pri LU Kranj bo srečanje umovadbe v SREDO, 6. NOVEMBRA 2024 ob 10. uri v avli Šmartinskega doma. Na vajah bodo udeleženci aktivno reševali vaje za izboljšanje spomina. Zaradi omejenega števila prosimo, da se prijavite na tel. 040 350 589 najkasneje do 5.11.2024 zjutraj! S seboj prinesite pisalo. Vljudno vabljeni!

## **BOWLING – NOVEMBER 2024**

V mesecu novembru bodo srečanja v PLANETU TUŠ ob sredah od 15. do 17. ure in sicer 6.11, 13.11, 20.11 in 27.11.2024. Steze moramo predhodno rezervirati, zato je zaželeno, da svojo udeležbo potrdite na tel. 041 706 673. Lepo vabljeni!

## **PREDAVANJE O DEMENCI – PONEDELJEK, 11. NOVEMBER 2024 OB 17. URI**

Pridružite se nam na predavanju *Bolezni, ki povečujejo tveganje za nastanek demence*, kjer bomo na preprost in razumljiv način spregovorili o zdravstvenih težavah, ki vplivajo na možgane. Izvedeli boste, kako bolezni, kot so visok krvni tlak, sladkorna bolezen in depresija, povečujejo tveganje za demenco ter kako jih lahko obvladujemo. Poskrbite za svoje zdravje z informacijami, ki vam bodo pomagale zaščititi možgane! Predavala bo gospa Renata Dobnikar iz LU Kranj v PONEDELJEK, 11. NOVEMBRA ob 17. uri v avli Šmartinskega doma v Stražišču. Vljudno vabljeni!

## **GIACOMO PUCCINI – OPERA - LA BOHEME – PETEK, 29.11.2024**

Vabimo vas na ogled opere La Boheme. Veliko glasbeno delo, ki pri občinstvu velja za romantično in polno čustev. Pred nami se odigrava zgodba o življenju pariških boemov, polnem upov in sanj, radosti in razočaranj. Odhod avtobusa bo ob 18.00 uri izpred avtobusnih postaj od Virmaš proti Stražišču. Rezervacije sedežev moramo potrditi najkasneje do 13.11.2024. zato je to zadnji rok za prijavo in plačilo.

Cena: 35 € za člane (prevoz, vstopnina in stroški rezervacije).

Prijave in vplačila bomo sprejemali v PONEDELJEK, 11. NOVEMBRA 2024 v gasilskem domu v Bitnjah in v sredo 13. NOVEMBRA 2024 v Šmartinskem domu v Stražišču. Uradne ure na obeh lokacijah od 9.00 do 10.00 ure. Zaželjene čimprejše prijave tudi na tel. 031 283 555 s kasnejšim obveznim plačilom na navedenih lokacijah.

## **DELAVNICA UMOVADBE – SREDA, 4. DECEMBER 2024**

V sodelovanju z MCK pri LU Kranj bo srečanje umovadbe v SREDO, 4. DECEMBRA 2024 ob 10. uri v avli Šmartinskega doma. Na vajah bodo udeleženci aktivno reševali vaje za izboljšanje spomina. Zaradi omejenega števila prosimo, da se prijavite na tel. 040 350 589 najkasneje do 3.12.2024 zjutraj! S seboj prinesite pisalo. Vljudno vabljeni!

## **BOWLING – DECEMBER 2024**

V mesecu decembru bodo srečanja v PLANETU TUŠ ob sredah od 15. do 17. ure in sicer 4.12, 11.12 in 18.12.2024. Steze moramo predhodno rezervirati, zato je zaželeno, da svojo udeležbo potrdite na tel. 041 706 673. Lepo vabljeni!

Programe DU Bitnje Stražišče izvajamo s pomočjo subvencioniranih sredstev MO Kranj.