



Spoštovane članice in člani Društva diabetikov Kranj!

DRUŽABNO - ŠPORTNO SREČANJE ČLANOV DD KRANJ

Vabimo vas na družabno-športno srečanje članov Društva diabetikov Kranj, ki bo **v soboto, 7. junija 2025 s pričetkom ob 9. uri na Ranču Luže – Visoko pri Kranju.**

Naše druženje bomo pričeli z **delavnico nordijske hoje - Sara Kavtičnik, mag. kineziologije/CKZ Kranj.** Delavnico bomo začeli s krajšimi teoretičnim uvodom, v nadaljevanju pa se bomo seznanili z različnimi tehnikami nordijske hoje. Priporočamo, da imate s seboj svoje palice za nordijsko hojo primerne višine.

Naše druženje bomo zaključili s **predavanjem »Gastroskopija«- Marjan Kristanc, dr. med.**

Poskrbeli bomo tudi za **brezplačne meritve KS in HbA1C – Danica Ostanek** ter seveda za dobro razpoloženje.

Prispevek na udeleženca, s katerim bomo krili stroške hrane in pijače, je **15 EUR za člane društva in 20 EUR za nečlane.**

Na srečanje se lahko prijavite najkasneje do srede, 4. junija 2025 osebno ali po telefonu 031/485 470 ali 031/202 660.

Srečanje bo ob vsakem vremenu!

5-DNEVNI PROGRAM ZDRAVSTVENE VZGOJE ZA DIABETIKE

Vabimo vas na 5-dnevni program zdravstvene vzgoje za diabetike, ki bo:

- **od 16. - 20. junija 2025, v Zdravilišču Radenci, hotel Radin,**
- **od 25. – 29. avgusta 2024 v Moravskih Toplicah, hotel Termal.**

Podrobnejši program za oba okrevanja boste prejeli po pošti. Za Radence ste že prejeli, za Moravske Toplice pa v začetku avgusta.

Društvo bo za oba okrevanja organiziralo avtobusni prevoz. Višina prispevka bo odvisna od števila prijav. O tem boste pravočasno obveščeni.

P O H O D I

MEDDRUŠTVENI POHODI

MEDDRUŠTVENI POHOD **Jesenice, sobota, 24.maja 2025 ob 9.00 uri /organizator DD Jesenice/.**

MEDDRUŠTVENI POHOD Kamniška Bistrica, sobota, 14. junij 2025 ob 8.30 uri
/organizator DD Kamnik/.

MERČUNOV POHOD Lom pod Storžičem, sobota, 21. junija 2025 ob 10.00 uri
/organizator ZDDS + DD Tržič/

MEDDRUŠTVENI POHOD Žiri, sobota, 28. junija 2025 ob 8.30 uri /organizator DD Škofja Loka/.

MEDDRUŠTVENI POHOD Čemšeniška planina, sobota, 30. avgusta 2025 ob 8.00 uri /organizator DD Domžale/.

MEDDRUŠTVENI POHOD Cerklje-Adergas, sobota, 13. septembra 2025 ob 9.00 uri
/organizator DD Kranj/.

Prispevek : 15,00 EUR (malica, kosilo)
Zbirno mesto: parkirišče pri ZD Kranj

DRUŠTVENI POHODI

POHOD »Darujem kilometre«

V soboto, 31. maja 2025 Zveza društev diabetikov organizira vseslovenski pohod #DarujemKilometre.

Namen vseslovenskega pohoda je še bolj v javnosti prepoznati kampanjo #DarujemKilometre, ki poteka že 7. leto zapored. Obenem želijo spodbuditi čim več prebivalk in prebivalcev Slovenije k aktivnemu preživljanju prostega časa.

V društvu smo se odločili, da letos sodelujemo pri soustvarjanju kampanje #DarujemKilometre.

Kot lokacijo smo izbrali Cerklje.
Zato vas vabimo, da se nam **31. maja 2025 pridružite na pohodu po Cerkljah.**

Zbor: **ob 9.00 uri, Pod Jenkovo lipo v Dvorjah pri Cerkljah.**

Prijave zbirata **Andrej 051 338 504 in Ivana 031 678 762.**

ČLANARINA 2025

Člane, ki še niste poravnali članarino za leto 2025 pozivamo, da to storite **najkasneje do 30.6.2025.**

URADNE URE DRUŠTVA

Vsako **sredo od 10.00 do 12.00 ure** na Stritarjevi 8 v Kranju (za MO Kranj),
I. nadstropje desno – soba št. 6.

031/ 485 470
rekreacija

051 338 504 (Andrej), 031 678 762 (Ivana)

JULIJA IN AVGUSTA 2024 BO DRUŠTVENA PISARNA ZAPRTA!

V tem času smo dosegljivi na telefon:
031/ 485 470 ali 031 202 660

E-pošta:

drustvo.diabetikov.kr@gmail.com

spletna stran društva:

<http://diabetiki-kranj.si/>