

# SIMBIOZA

GIBA

## NA OŠ ŠALOVCI

**Novi vseslovenski medgeneracijski prostovoljski projekt Simbioza giba je ponovno povezal dve generaciji, tokrat skozi gibanje. V tednu od 13. do 17. oktobra je za starejše brezplačno odprl vrata športnih objektov širom Slovenije. Spodbudil je medgeneracijsko druženje ter promoviral bolj aktiven in zdrav način življenja.**

Simbiozo giba smo preko dopisa, ki ga je prejelo vsako gospodinjstvo v Občini Šalovci in na predstavitvi UO Društva upokojencev Šalovci-Hodoš, ponudili tudi **prostovoljci na OŠ Šalovci**.

V ponedeljek so se odrasli priključili šolski uri športa. Skupaj z učenci 3. in 4. razreda ter športnim pedagogom Josipom Gregorcem so se razgibali na obhodnih postajah in ob igranju med štirimi ognji.

Torek je bil namenjen plesu. Udeleženci ter mladi prostovoljci so usvajali plesne korake pod vodstvom Boštjana Komarickega. Ni manjkalo niti sproščanja in umirjanja ob prijetni glasbi.

Pohoda v sredo so se najbolj veselili odrasli. Na poti po obronkih Šalovec je čas hitro mineval. Skoraj dve uri je bilo druženja in klepetanja. Dohitel nas je mrak...

V šolski telovadnici smo bili v četrtek. Razgibavali smo se ob vajah za hrbtenico, roke, noge... Udeleženki Ivanka in Marta sta nam pokazali nekaj vaj joge. Prostovoljci so ju z zanimanjem poslušali in posnemali.

Kar prehitro je prišel še petek. Vsi skupaj smo se odločili za še en pohod po Šalovcih. Nekateri prostovoljci so tako bili prvič v Serovcih.

Strnili smo vtise. Tako udeleženci kot prostovoljci. In ugotovili, da si imamo marsikaj za povedati. Ob tem pa še nekaj storiti za svoje zdravje.

Sigurno pa to ni bilo zadnje druženje odraslih in mladih prostovoljcev...

Suzana Škodnik,  
mentorica prostovoljstva