



TEČAJI IN DELAVNICE ZA STAREJŠE - ZAČETEK FEBRUAR 2015

Tečaji in delavnice bodo zaključeni do 20.4.2015.

Tečaj, delavnica	Obseg	Termin
DIGITALNA FOTOGRAFIJA IN OBDELAVA FOTOGRAFIJ	20 ur	Sreda, 10.30 – 12.00
FILOZOFIJA	20 ur	Sreda, 9.00 – 10.30
KLASIČNA GLASBA IN NJENE SKRIVNOSTI	20 ur	Četrtek, 8.30 – 10.00
OSVEŽITEV CESTNO-PROMETNIH PREDPISOV	4 ure	Ponedeljek, 10.30 – 12.00
MASAŽA LASIŠČA	10 ur	v popoldanskem času
ZELIŠČA Z MOJE NJIVE : VIR SPROSTITVE IN ZDRAVJA	20 ur	Sreda, 10.30 – 12.00
OBREZOVANJE DREVES	10 ur	Četrtek, 10.30 – 12.00
SPOZNAJMO KRANJ – ZGODOVINSKO IN ARHEOLOŠKO	10 ur	v popoldanskem času

DIGITALNA FOTOGRAFIJA IN OBDELAVA FOTOGRAFIJ

Tudi vi radi fotografirate in na ta način shranjujete spomine? Fotografirate s fotoaparatom ali mobilnim telefonom? Skoraj vsak uporabnik računalnika se je sreča z zahtevo po delu s fotografijami – naj si bo samo z namenom ogledovanja ali pa drugih opravil lahko že navadno fotografijo spremenimo v bolj umetniško. **Predvsem pa je pomembno, da se naučite samostojnega shranjevanja in obdelovanja vaših spominov v obliki fotografij.**

Da bodo vaše fotografije čim lepše in vaši spomini ohranjeni, vam nudimo 20 urni tečaj, ki bo obsegal:

- fotografiranje na terenu in pregled nastavitvev fotoaparata, mobilnih telefonov
- klasična obdelava fotografij (svetlost in kontrast, barva, obrezovanje, pomanjševanje, odstranjevanje rdečih oči, zasuka, zrcaljenje,...)
- izdelava kolažev, čestitk, vabil
- izdelava fotoknjige
- pošiljanje fotografij v razvijanje preko spletnih strani ponudnikov

FILOZOFIJA

Vas zanimajo odgovori na temeljna vprašanja in imate željo, da pridete do čim boljših odgovorov? Vas zanima, kako razmišljajo drugi? Radi na postavljeno izhodiščno vprašanje izmenjujete mnenja in iščete boljše utemeljitve? Radi poveste, zagovarjate svoje mnenje in ga potem tudi utemeljite? Imate občutek, da je ugovor vašemu mnenju osebni napad na vas? Ni vam treba biti modrijan/ka, da bi vse to zmogli. Spoznali boste, da je filozofija skupinski šport, pri katerem **vsii udeleženci iščejo najboljši odgovor in da se lahko preko filozofskih vprašanj naučimo intelektualne skromnosti**, saj bomo ugotavljali, da so vprašanja kompleksna, rokohitrski in posplošeni odgovori pa nezadostni. Zaželeno je, da imajo udeleženci različna prepričanja – lahko ste verni ali ateisti, anarhisti ali etatisti, socialisti ali liberalci – na ta način se bomo najboljše izognili enoumju.

V 20-urni delavnici **ne boste samo poslušali, ampak boste aktivno sodelovali**, zato vabljeni vsi, ki vas resnično zanima, kako razmišljajo drugi.

KLASIČNA GLASBA IN NJENE SKRIVNOSTI

S **Petrom Škrjancem**, dirigentom, pianistom in pedagogom z bogatimi izkušnjami, boste spoznavali osnovne pojme iz glasbene teorije, opredeljevali glasbene oblike in se sprehodili skozi zgodovino glasbe. Klasična glasba je pojem, s katerim označujemo vsa stilna obdobja od renesanse dalje, saj je bilo z renesančno glasbo doseženo skladje med vsemi elementi glasbenega izraza (harmonija, dinamika, melodija, ritem in barva zvoka).

Na enostaven in popularen način se boste seznanili z lestvicami, intervali, akordi, taktom in ritmi. Pri glasbenih oblikah boste spoznali sonato, fugo, suito, simfonijo, opero, preludij in razlike med njimi. Pri glasbenih stilih boste preko poslušanja glasbenega repertoarja na praktičen način spoznali zgodovino glasbe in s tem razširili svoje znanje in dožemanje glasbene kulture. Skozi razlago ob poslušanju se boste še bolje spoznali s skladbami priznanih klasičnih skladateljev Mozarta, Beethovna, Čajkovskega

OSVEŽITEV CESTNO-PROMETNIH PREDPISOV

Kdaj ste opravili izpit za avto? Koliko se je medtem že spremenilo na področju CPP? Ste prepričani, da ste varen voznik/voznica? Se vas kdaj, v gostem prometu, kakšnem krožišču ali na avtocesti polasti negotovost in niste več prepričani, kakšna je pravilna oz. varna vožnja? Ste prepričani, da še vedno poznate vse prometne znake?

4-urna delavnica je namenjena vsem, ki smo že pred mnogimi leti sedeli v avtošoli in zdaj bolj ali manj vozimo »na pamet in rutinsko«. Skozi to delavnico bomo spoznali vse pasti, ki nas čakajo na cesti in s tem poskrbeli za večjo svojo varnost kot tudi varnost drugih udeležencev v prometu.

MASAŽA LASIŠČA

Vabimo vas k obisku delavnice masaže lasišča, ki je odlično sredstvo za preprečevanje stresa. Dokazano je, da odpravlja glavobole in ublaži tudi prave migrene! Lahko vam pomaga pri preprečevanju plešavosti in sodeluje pri pospeševanju rasti novih las. Zdravilno in krepilno delovanje masaže temelji na spodbujanju prekrvitve ter dovajanju kisika in hranilnih snovi lasem in koži na glavi. Zakaj? Ker je na lasišču veliko živčnih končičev, ki se odzivajo na naše notranje počutje, pa tudi na zunanje dražljaje. Z masiranjem lasišča pomagamo prekrvaviti ta predel glave. Na delavnici se bomo naučili nekaj tehnik, ki so primerne za masažo lasišča in spoznali, kaj vse z masažo lasišča dosežemo. Teoretična znanja bodo spremljale praktične vaje, tako da bomo znali po delavnici kompetentno zmasirati lasišče.

ZELIŠČA Z MOJE NJIVE : VIR SPROSTITVE IN ZDRAVJA

»Za vsako bolezen rož'ca raste«.

Se želite učiti o zeliščih na drugačen način? Potem obiščite tečaj Zelišča z moje njive. V teoretičnem delu tečaja se bomo spoznali zgodovino zeliščarstva, gojenje zelišč na vrtu, zelišča v naravi, pravi čas nabiranja, pravilno sušenje in hrambo zelišč. Govorili bomo o uporabi zelišč, pokukali bomo na področje aromaterapije in aroma-kozmetike, čajnih mešanicah in se učili delati razne pripravke iz zelišč.

V spomladanskem času bomo obiskali njivo na Sp. Dobravi, kjer se bomo seznanili s praktičnim delom gojenja, razmnoževanja in nabiranja zelišč. Pogledali bomo nasad jagodičevja in se seznanili z ostalimi gojenimi rastlinami na njivi ... Govorili bomo tudi o zeliščih, ki vas še posebej zanimajo in še in še ...

Predavanja s praktičnim delom so namenjena tistim, ki bi radi dopolnili znanje o gojenju in nabiranju zelišč ter njih uporabi.

OBREZOVANJE DREVES

Nezadržno se približuje spomladansko obdobje in zato je prav, da se pripravimo na urejanje in obrezovanje sadnega drevja, saj je to spomladi prvo opravilo, ki ga moramo narediti.

Da pa bomo sadno drevje lahko pravilno obrezali, bomo na delavnici najprej izvedeli nekaj o sami vzgoji sadnega drevja, sajenju, gnojenju, nadaljnji vzgoji sadik v 1. letu, varstvu pred boleznimi in škodljivci, manj znanih sadnih vrstah in še marsikaj, kar vas bo zanimalo. Vse to in še marsikaj novega se bomo naučili, teorijo pa bomo popestrili s praktičnim delom v drevesnici ali na vašem vrtu, če imate večji sadovnjak.