

## PONAVLJAJOČE SE AKTIVNOSTI

Prijave na MCK\* do zasedbe prostih mest

### Umovadba za starejše

Sreda, 13.9. 2017 od 09:00 do 10:30

Občina Cerklje na Gorenjskem, sejna soba

Dober spomin pomeni, da si zapomnimo stvari, ki so pomembne in pozabimo tisto kar je manj pomembno. Ker spomin pomembno vpliva na naše življenje, se je vredno potruditi, da bo dobro deloval v vseh obdobjih našega življenja. Na delavnici boste spoznali preproste vaje s katerimi lahko krepite spomin.

### Urejanje parka

Petek, 22.9. 2017 od 10.15 do 11.45

Dom Taber

Narava pomirja. Zato je še toliko bolj važno, da si tudi vrt uredimo tako, da se bomo na njem dobro počutili in tja radi zahajali. Vabljeni vsi, ki imate veselje pri urejanju in skrbi za domski park.

### Telovadba za vse generacije

Ponedeljek, 4.9.2017 od 19.00 do 20.00

Ponedeljek, 18.9.2017 od 19.00 do 20.00

Dom Taber

Grški rek »zdrav duh v zdravem telesu« govori, da je telesna aktivnost pomembna tudi za človekovega duha. Bojana Dujović vam bo predstavila izbrane vaje za raztezanje in krepitev trupa, ki vplivajo na stabilnost, gibljivost telesa in dihanje.

## PONAVLJAJOČE SE AKTIVNOSTI

Prijave na MCK\* do zasedbe prostih mest

### Beremo skupaj

Ponedeljek, 11.09.2017 od 19:00 do 20:30

Krajevna knjižnica Cerklje

Za vse ki radi berete! Skupina, namenjena pogovorom o prebranih knjigah, izmenjavi misli in mnenj. Skupno branje in pogovor pogloblja tudi medsebojne odnose, nas ohranja duševno sveže in omogoča kvalitetnejše preživljanje prostega časa. Vodi: prof. Daniela Močnik



### Povejmo si

Četrtek, 14.09.2017 ob 09:00 – 10:30

TIC Cerklje, 1. nadstropje (muzejska soba)

Skupina, namenjena izmenjavi izkušenj in mnenj. Člani dobijo podporo ne glede na problem, ter življenjsko situacijo. Sami določijo temo pogovorov in s tem usmerjajo srečanja na konkreten problem ali pa so pretežno družabne narave. Vodi: Urša Gantar, univ. dipl. Soc.

## ENKRATNI DOGODKI

Prijave na MCK\* do zasedbe prostih mest

### Začetek šolskega leta – izziv ali skrb

Torek, 26.09.2017 ob 18:00

Občina Cerklje na Gorenjskem, velika sejna dvorana

Biti starš je poslanstvo. Pomoč in podpora staršem pri vzgoji. Osvetlili bomo morebitna vprašanja in stiske, ki se nam porajajo v vlogi starša. Izmenjevali bomo osebne izkušnje, predloge. Pogovor bo vodila Nataša Štupar Jarović uni. dipl. pedagoginja, spec. na področju predšolske vzgoje. Tema tokratne delavnice bo začetek šolskega leta skrb ali izziv.



### Tombola – družabni večer

Torek, 19.09.2017 ob 18:00 – 19:00

Občina Cerklje na Gorenjskem, sejna soba

Tombola je preprosta igra, kjer se iz bobna vleče številke, igralci pa pokrivajo številke na kartici. Vabljeni na zabavo, smeha in veselja poln dogodek. Dodatni čar pa mu dajejo tudi lepe, uporabne nagrade.

## ENKRATNI DOGODKI

Prijave na MCK\* do zasedbe prostih mest

### EVROPSKI DAN JEZIKOV – 26.9.2017 Vesele jezikovne urice - ANGLEŠČINA

Torek 26.09. 2017 od 10:00 do 11:00

Kavarna Strmol - Dvorje

### Vesele jezikovne urice - NEMŠČINA

Torek 26.09. 2017 od 17:00 do 18:00

Kavarna Strmol - Dvorje

Na evropski dan jezikov praznujemo jezikovno raznolikost v Evropi in spodbujamo učenje jezikov.

Pridružite se nam na sproščnem klepetu v tujem jeziku in obnovite svoj besedni zaklad.

Ali veste, da je ...

- na svetu med 6000 in 7000 jezikov, od katerih je v Evropi približno 225 avtohtonih jezikov?
- večina svetovnih jezikov v Aziji in Afriki?
- najmanj polovica svetovnega prebivalstva dvojezična ali večjezična, to pomeni, da ti ljudje govorijo ali razumejo dva ali več jezikov?
- dvojezičnost olajša učenje nadaljnjih jezikov in izboljša miselno sposobnost?

## ENKRATNI DOGODKI

Prijave na MCK\* do zasedbe prostih mest



V Medgeneracijskem centru Kranj (v sklopu projekta Večgeneracijski center Gorenjske), je vsak delovnik med 8.00 in 18.00 uro uporabnikom na voljo prostor za neformalno druženje in srečevanje, v katerem deluje tudi informacijsko središče, kjer uporabnike informiramo o dejavnosti in programu centra ter podajamo informacije o razpoložljivih storitvah s področja preprečevanja, obvladovanja in odpravljanja socialnih stisk in težav v regiji.

Projekt sofinancirata Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti in Evropski socialni sklad v okviru Operativnega programa za izvajanje Evropske kohezijske politike v obdobju 2014 - 2020, prednostne osi: 9. Socialna vključenost in zmanjševanje tveganja revščine, prednostne naložbe: 9.1. Aktivno vključevanje, vključno s spodbujanjem enakih možnosti in dejavnega sodelovanja ter izboljšanje zaposljivosti in specifičnega cilja: 9.1.3. Preprečevanje zdrsa v revščino oziroma socialno izključenost in zmanjševanje neenakosti v zdravju.



Medgeneracijski center Kranj (MCK), Cesta talcev 7, 4000 Kranj

| Mobitel: 041 724 134 E-pošta: [vgc-gorenjska@luniverza.si](mailto:vgc-gorenjska@luniverza.si)

Facebook: [https://www.facebook.com/MCK\\_KRANJ](https://www.facebook.com/MCK_KRANJ)



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO,  
SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI



Večgeneracijski  
center Gorenjske

**BREZPLAČNE AKTIVNOSTI  
VEČGENERACIJSKEGA CENTRA  
GORENJSKE TUDI V OBČINI  
CERKLJE NA GORENJSKEM  
SEPTEMBER 2017**

Prosimo za prijave na  
MCK: 041 724 134  
ali  
[mck-prijava@luniverza.si](mailto:mck-prijava@luniverza.si)

Pridržujemo si pravico do manjših sprememb v programu.  
Udeležba na aktivnostih projekta VGC Gorenjske je na lastno odgovornost.