



**Večgeneracijski
center Gorenjske**

LUK - medgeneracijski center, Cesta talcev 7, 4000 Kranj

BREZPLAČNE AKTIVNOSTI V KRANJU - OKTOBER 2020

Obvezne prijave na vse dogodke na tel. **04 280 48 25** ali na e-naslov mck-prijava@luniverza.si.

DATUM	ČAS	AKTIVNOST
Čet., 1. 10. 2020	10.00 - 12.30	Medkulturno v Kranju. Delavnice za razvoj temeljnih kompetenc.
Čet., 1. 10. 2020	10.30 - 12.00	Potopisno predavanje ob mednarodnem dnevu starejših: Ladakh – Resnica bo zmagala. Predavateljica bo ob diapozitivih predstavila deželo Ladakh, kateri pravijo tudi "Mali Tibet". Dežela je pod upravo Indije in leži na severnem delu Indijskega podkontinenta. Pristrčno vabljeni!
Čet., 1. 10. 2020	18.00 - 19.30	Predavanje ob mednarodnem dnevu starejših: Leta niso pomembna. Živeti srečno, zdravo, izpolnjeno, zadovoljno do zadnjega diha, so sanje večine ljudi. Sploh, ko nam pravijo, da smo v »tisti« dobi, v kateri bolečina v križu pomeni dober znak, ker tako vemo, da smo še živi. Skupaj bomo v treh korakih oživeli notranjo moč, da se boste zbudili z nasmehom licih in z dovolj energije za dan, ki je pred vami.
Čet., 1. 10. 2020	18.30 - 19.45	OM Chanting. Skupinska tehnika zdravljenja z zvokom, ki ustvari močno energetsko valovanje in pozitivno vpliva na vas in okolico.
Pet., 2. 10. 2020	9.30 - 11.30	Skupina za mamice. Pogovor o različnih temah, ki se nanašajo na materinstvo.
Pet., 2. 10. 2020	17.00 - 19.30	Družabni večer - Tarok. V sklopu petkovih družabnih večerov vabimo vse ljubitelje na igranje taroka.
Pet., 2. 10. 2020	Od 18.00	Magic. Družabna igra s kartami.
Pon., 5. 10. 2020	9.00 - 11.00	Slovenija, moja nova država. Trening komunikacije za potrebe vsakdanjega življenja za vse priseljence nad 16 let, ki se želite čim hitreje in čim bolj uspešno vključiti v slovenski prostor.
Pon., 5. 10. 2020	9.00 - 10.00	Vadba za zdravo hrbtenico. Izbrane enostavne vaje za prožno hrbtenico, ki pozitivno vplivajo na naše telesno in psihično počutje.
Pon., 5. 10. 2020	17.00 - 18.00	Metoda Feldenkrais. Učenje bolj svobodnega in enostavnega gibanja. Učitelj ne kaže gibov, jih ne popravlja, daje samo besedna navodila. Na aktivnost prinesite vadbena podloga, manjšo blazino za pod glavo. Obuti bodite v tople nogavice in oblečeni v lahka, udobna, topla oblačila.
Pon., 5. 10. 2020	18.00 - 19.30	Vaje zadihaj. Živimo v času, v katerem se težko izognemo obremenilnim situacijam in stresu. Odpravljanje plitkega dihanja, kot posledice stresa, je temelj sodobnega zdravja. Redno izvajanje vaj, kjer se nadihamo in si predihamo telo, deluje protistresno in pomlajevalno. Pripomore k boljšemu počutju, sproščenosti, lažje se gibljemo in bolje spimo. Vaje po sistemu Dihaj.si se izvajajo sede ali stoje, s seboj prinesite vodo.
Pon., 5. 10. 2020	18.15 - 19.45	Chi gong in Tao vaje. Vabljeni na trening za krepitev življenjske energije. Starodavna kitajska zdravilna tehnika, ki je sestavljena iz enostavnih, počasnih gibov, ki spodbujajo kroženje življenjske energije v našem telesu, naših organih. Z redno vadbo dosežemo nemoten pretok energije in energijsko ravnovesje v telesu, ki prinese veliko pozitivnih učinkov; poveča odpornost organizma, odpravlja stres, poveča koordinacijo in motoriko v gibanju, ter prinaša notranji mir.
Tor., 6. 10. 2020	9.00 - 10.00	Kako napišemo dober življenjepis in spremno pismo v novih Europass dokumentih. Pridobljena znanja in sposobnosti predstavite na enostaven in pregleden način. Delodajalcem doma ali v tujini se predstavite z dokumenti Europass.
Tor., 6. 10. 2020	10.00 - 12.00	Tehnična prva pomoč - računalništvo in telefonija. Nudimo vam pomoč pri uporabi računalnikov in telefonov. Naprave prinesite s seboj.
Tor., 6. 10. 2020	10.00 - 11.00	Motivacijska skupina za spremembo sloga življenja. Zaprta skupina.
Tor., 6. 10. 2020	16.00 - 17.00	Jezikam slovensko. Delavnice komunikacije v slovenščini za otroke od 5. do 10. leta starosti.
Tor., 6. 10. 2020	16.00 - 17.30	Sožitje: ples. Zaprta skupina.

Tor., 6. 10. 2020	17.00 - 18.00	Razumem, znam slovensko. Delavnice komunikacije v slovenščini za otroke od 10. do 15. leta starosti.
Tor., 6. 10. 2020	18.00 - 19.45	Ročna dela. Izpopolnjevanje v pletenju in drugih ročnih delih v prijetni družbi.
Sre., 7. 10. 2020	10.00 - 11.00	Vesele urice - RUŠČINA. Si želite konverzacijo v tujem jeziku na sproščen in neformalen način? Vabimo vas na konverzijske urice ruščine.
Sre., 7. 10. 2020	10.00 - 11.30	Preizkusimo se s čopičem. Zaprta skupina.
Sre., 7. 10. 2020	16.00 - 17.00	Afazijada. Zaprta skupina.
Sre., 7. 10. 2020	16.00 - 19.00	Šah. Vabljeni k igranju šaha v prijetni družbi.
Sre., 7. 10. 2020	17.00 - 19.00	Psihosocialne delavnice VIZ Kranj. Zaprta skupina.
Sre., 7. 10. 2020	17.00 - 19.00	Šola za življenje. Prepoznanje svojega poslanstva 3 (predavanje z vodeno meditacijo). Po kratkem uvodnem predavanju bosta izvedeni dve meditaciji z namenom samospoznanja poslanstva. S prvo meditacijo bomo potovali k višjemu jazu (5D+) z namenom ozaveščanja poslanstva (dušne posvetitve), spoznanju dušnih darov in pridobitve konkretnih odgovorov iz zavesti višjega jaza udeleženca. Z drugo meditacijo bomo potovali v prihodnost (progresija) z namenom pridobitve konkretnih odgovorov glede možnosti uresničitve poslanstva. S seboj prinesite zvezek ali list papirja s podlago in svinčnik.
Sre., 7. 10. 2020	18.30 - 19.30	Moje najljubše čtivo. Kdaj ste nazadnje prebrali knjigo, pesem, članek, misel, blog... zapis, ki se vas je dotaknil? Vabimo vas, da nam ga predstavite in priporočite v branje, delite povratne informacije z udeleženci.
Sre., 7. 10. 2020	19.15 - 21.15	Skupinski pogovori in svetovanja. Predavanju Šola za življenje sledijo skupinski pogovori, kjer udeleženci lahko spregovorijo o svoji situaciji, izrazijo občutja in želje.
Čet., 8. 10. 2020	10.00 - 12.30	Medkulturno v Kranju. Delavnice za razvoj temeljnih kompetenc.
Čet., 8. 10. 2020	10.00 - 11.30	Joga za starejše. Nezahtevne jogijske vaje s poudarkom na razgibavanju sklepov in hrbtenice. S seboj prinesite podlogo za vadbo. Obvezne predhodne prijave.
Čet., 8. 10. 2020	12.30 - 14.00	Motivacijska skupina za spremembo življenjskega sloga - ČEMU BRATI FILOZOFE. Čemu danes, v dobi, ki zahteva predvsem poznavanje tehnologije in ekonomije, še lahko služi branje nekaterih temeljnih del iz zgodovine filozofije in katere »kompetence« posameznika krepi tovrstno branje? Koga od številnih avtorjev najprej izbrati in kako se tovrstnega branja sploh lotiti? Naša iztočnica ob tej temi bo knjiga Danila Šusterja – Kaj delajo filozofi?
Čet., 8. 10. 2020	17.30 - 19.30	Maketarske delavnice. Izdelovanje maket v družbi. Makete, ki jih želite sestaviti prinesite s seboj.
Čet., 8. 10. 2020	18.30 - 19.45	OM Chanting. Skupinska tehnika zdravljenja z zvokom, ki ustvari močno energetsko valovanje in pozitivno vpliva na vas in okolico.
Pet., 9. 10. 2020	17.00 - 19.30	Družabni večer - Tarok. V sklopu petkovih družabnih večerov vabimo vse ljubitelje na igranje taroka.
Pet., 9. 10. 2020	17.30 - 19.30	Ljudsko petje. Po prebiranju ljudskih pesmi vas vabimo, da z nami tudi zapojete.
Pet., 9. 10. 2020	Od 18.00	Magic. Družabna igra s kartami.
Pon., 12. 10. 2020	9.00 - 11.00	Slovenija, moja nova država. Trening komunikacije za potrebe vsakdanjega življenja za vse priseljence nad 16 let, ki se želite čim hitreje in čim bolj uspešno vključiti v slovenski prostor.
Pon., 12. 10. 2020	9.00 - 10.00	Vadba za zdravo hrbtenico. Izbrane enostavne vaje za prožno hrbtenico, ki pozitivno vplivajo na naše telesno in psihično počutje.
Pon., 12. 10. 2020	10.15 - 11.15	Orientalni plesi. Vabljeni k odrski plesni obliki, ki prebujata ženstvenost in eleganco plesalk.
Pon., 12. 10. 2020	17.00 - 18.00	Vesele urice - FRANCOŠČINA. Si želite konverzacijo v tujem jeziku na sproščen in neformalen način? Vabimo vas na konverzijske urice francoščine.
Pon., 12. 10. 2020	17.00 - 18.00	Metoda Feldenkrais. Učenje bolj svobodnega in enostavnega gibanja. Učitelj ne kaže gibov, jih ne popravlja, daje samo besedna navodila. Na aktivnost prinesite vadbena podloga, manjšo blazino za pod glavo. Obuti bodite v tople nogavice in oblečeni v lahka, udobna, topla oblačila.
Pon., 12. 10. 2020	18.15 - 19.30	iVitalis vadba. Vadba deluje na fizični, čustveni in psihološki ravni. Z vadbo krepimo tako mišice kot tudi notranje organe, njihove funkcije in energijske tokove, ki tečejo skozi organe. Z vadbo posredno vplivamo tudi na pomiritev čustev in misli. iVitalis vadba je nezahtevna in primerna za vsakogar, ki si želi več energije, sprostitve, ohranjanje zdravja.
Tor., 13. 10. 2020	10.00 - 12.00	Tehnična prva pomoč - računalništvo in telefonija. Nudimo vam pomoč pri uporabi računalnikov in telefonov. Naprave prinesite s seboj.

Tor., 13. 10. 2020	10.00 - 11.00	Motivacijska skupina za spremembo sloga življenja. Zaprta skupina.
Tor., 13. 10. 2020	16.00 - 17.00	Jezikam slovensko. Delavnice komunikacije v slovenščini za otroke od 5. do 10. leta starosti.
Tor., 13. 10. 2020	16.00 - 17.30	Sožitje: ples. Zaprta skupina.
Tor., 13. 10. 2020	17.00 - 18.00	Razumem, znam slovensko. Delavnice komunikacije v slovenščini za otroke od 10. do 15. leta starosti.
Tor., 13. 10. 2020	18.00 - 19.45	Ročna dela. Izpopolnjevanje v pletenju in drugih ročnih delih v prijetni družbi.
Tor., 13. 10. 2020	18.45 - 19.45	Tečaj mednarodnega jezika ESPERANTO. Vabljeni na pogovor v mednarodnem planskem pomožnem jeziku - esperanto.
Sre., 14. 10. 2020	9.00 - 11.00	Kulinarična delavnica – Center Korak. Zaprta skupina.
Sre., 14. 10. 2020	10.00 - 11.30	Preizkusimo se s čopičem. Zaprta skupina.
Sre., 14. 10. 2020	16.00 - 17.00	Afazijada. Zaprta skupina.
Sre., 14. 10. 2020	16.00 - 19.00	Šah. Vabljeni k igranju šaha v prijetni družbi.
Sre., 14. 10. 2020	17.00 - 18.30	Življenje z izgubo. V podporni skupini za mame, ki so izgubile otroka v nosečnosti, med ali po porodu, boste prisluhnile izkušnjam tistih, ki boste želele deliti svojo zgodbo. Srečanja so zaprtega tipa, predhodne prijave so obvezne.
Sre., 14. 10. 2020	18.00 - 19.30	Predstavitve knjige TEKAŠKI DNEVNIK ČISTO NAVADNE GOSPODINJE. Vabljeni na srečanje, kjer bomo govorili o radosti, ki nam jo prinese gibanje v naravi. Mimogrede bo izrečena tudi kakšna beseda o navdihu - kako ga uloviti, mu slediti in napisati knjigo. Z nami bo avtorica knjige Tekaški dnevnik čisto navadne gospodinje, ki opisuje svoje nebogljene tekaške začetke pri rosnih 40. letih in presenetljivo hiter razvoj zdrave odvisnosti od gibanja. Mogoče si boste potem tudi sami zaželeli obuti športne copate!? Pisateljica je tudi avtorica zbirke zgodb z naslovom Pasti zaznave, soavtorica priročnika Pasjeslovje po domače, tik pred izidom pa je roman Kava s smetano.
Čet., 15. 10. 2020	10.00 - 11.00	Vesele urice - ANGLEŠČINA. Si želite konverzacijo v tujem jeziku na sproščen in neformalen način? Vabimo vas na konverzijske urice angleščine.
Čet., 15. 10. 2020	10.00 - 12.30	Medkulturno v Kranju. Delavnica za razvoj temeljnih kompetenc.
Čet., 15. 10. 2020	17.00 - 20.30	Šahovski turnir. Šahovski turnir je na sporedu vsak 3. četrtek v mesecu.
Čet., 15. 10. 2020	18.30 - 19.45	OM Chanting. Skupinska tehnika zdravljenja z zvokom, ki ustvari močno energetsko valovanje in pozitivno vpliva na vas in okolico.
Pet., 16. 10. 2020	9.30 - 11.30	Skupina za mamice. Pogovor o različnih temah, ki se nanašajo na materinstvo.
Pet., 16. 10. 2020	9.30 - 11.30	Kulinarična delavnica – Center Kontura. Zaprta skupina.
Pet., 16. 10. 2020	17.00 - 19.30	Družabni večer - Tarok. V sklopu petkovih družabnih večerov vabimo vse ljubitelje na igranje taroka.
Pet., 16. 10. 2020	18.00 - 19.30	Družabni večer - Tombola. Vabljeni na zabave, smeha in veselja poln dogodek, z lepimi in uporabnimi nagradami.
Pet., 16. 10. 2020	Od 18.00	Magic. Družabna igra s kartami.
Pon., 19. 10. 2020	9.00 - 11.00	Slovenija, moja nova država. Trening komunikacije za potrebe vsakdanjega življenja za vse priseljence nad 16 let, ki se želite čim hitreje in čim bolj uspešno vključiti v slovenski prostor.
Pon., 19. 10. 2020	9.00 - 10.00	Vadba za zdravo hrbtenico. Izbrane enostavne vaje za prožno hrbtenico, ki pozitivno vplivajo na naše telesno in psihično počutje.
Pon., 19. 10. 2020	10.15 - 11.15	Orientalni plesi. Vabljeni k odrski plesni obliki, ki prebujata ženstvenost in eleganco plesalk.
Pon., 19. 10. 2020	17.00 - 18.00	Metoda Feldenkrais. Učenje bolj svobodnega in enostavnega gibanja. Učitelj ne kaže gibov, jih ne popravlja, daje samo besedna navodila. Na aktivnost prinesite vadbena podlogo, manjšo blazino za pod glavo. Obuti bodite v tople nogavice in oblečeni v lahka, udobna, topla oblačila.
Pon., 19. 10. 2020	18.00 - 19.30	Joga nidra. V današnjem svetu je stres vzrok premnogih bolezni, za katere ni pravih zdravil, naučiti se ga moramo obvladati sami. Joga nidra prinaša popoln sistem sproščanja, ki pomaga nevtralizirati učinke stresa. Prinesite podlogo za ležanje ter odejo.
Pon., 19. 10. 2020	18.15 - 19.45	Chi gong in Tao vaje. Vabljeni na trening za krepitev življenjske energije. Starodavna kitajska zdravilna tehnika, ki je sestavljena iz enostavnih, počasnih gibov, ki spodbujajo kroženje življenjske energije v našem telesu, naših organih. Z redno vadbo dosežemo nemoten pretok energije in energijsko ravnovesje v telesu, ki prinese veliko pozitivnih učinkov; poveča odpornost organizma, odpravlja stres, poveča koordinacijo in motoriko v gibanju, ter prinaša notranji mir.
Tor., 20. 10. 2020	10.00 - 12.00	Tehnična prva pomoč - računalništvo in telefonija. Nudimo vam pomoč pri uporabi računalnikov in telefonov. Naprave prinesite s seboj.

Tor., 20. 10. 2020	10.00 - 11.00	Motivacijska skupina za spremembo sloga življenja. Zaprta skupina.
Tor., 20. 10. 2020	16.00 - 18.00	Kulinarična delavnica: Sožitje. Zaprta skupina.
Tor., 20. 10. 2020	16.00 - 17.00	Jezikam slovensko. Delavnice komunikacije v slovenščini za otroke od 5. do 10. leta starosti.
Tor., 20. 10. 2020	17.00 - 18.00	Razumem, znam slovensko. Delavnice komunikacije v slovenščini za otroke od 10. do 15. leta starosti.
Tor., 20. 10. 2020	18.00 - 19.45	Ročna dela. Izpopolnjevanje v pletenju in drugih ročnih delih v prijetni družbi.
Sre., 21. 10. 2020	10.00 - 11.00	Vesele urice - RUŠČINA. Si želite konverzacijo v tujem jeziku na sproščen in neformalen način? Vabimo vas na konverzacijske urice ruščine.
Sre., 21. 10. 2020	10.00 - 11.30	Preizkusimo se s čopičem. Zaprta skupina.
Sre., 21. 10. 2020	16.00 - 17.00	Afazijada. Zaprta skupina.
Sre., 21. 10. 2020	16.00 - 19.00	Šah. Vabljeni k igranju šaha v prijetni družbi.
Sre., 21. 10. 2020	17.00 - 19.00	Psihosocialne delavnice VIZ Kranj. Zaprta skupina.
Sre., 21. 10. 2020	18.00 - 19.30	Vpogledi v skrivno naravo človeka. V ciklusu predavanj publicist in predavatelj odpira teme, ki odkrivajo ezoterično (notranjo) plat človeka. Spoznanje duhovne plati bivanja odpira vrata v širše razumevanje sebe, sočloveka in stvarstva v celoti.
Čet., 22. 10. 2020	10.00 - 12.30	Medkulturno v Kranju. Delavnica za razvoj temeljnih kompetenc.
Čet., 22. 10. 2020	10.00 - 11.30	Joga za starejše. Nezahtevne jogijske vaje s poudarkom na razgibavanju sklepov in hrbtenice. S seboj prinesite podlogo za vadbo. Obvezne predhodne prijave.
Čet., 22. 10. 2020	12.30 - 14.00	Motivacijska skupina za spremembo življenjskega sloga - Proti Starizmu. Ashton Applewhite, raziskovalka odnosa zahodne družbe do staranja je degradiranje starejših ljudi v drugorazredne državljane poimenovala z besedo »starizem«. Vprašala se je, zakaj tako malo vemo o življenju starejših. Ob iztočnicah njene knjige »Lepota let – Manifest proti starizmu« se bomo vprašali, kako drugačen bi lahko bil naš odnos do starejših.
Čet., 22. 10. 2020	16.30 - 18.00	Pasti potrošniškega kreditiranja. Vabljeni na praktično delavnico o pasteh potrošniškega kreditiranja. Izkoristite priložnost in pridobite neodvisne informacije o tem kako imeti nadzor nad svojim denarjem, kaj morate vedeti preden začnete razmišljati o kreditu, kdaj kredita ne smete najeti, kako primerjati ponudbo in izbrati zase najbolj ugodnega ponudnika ter na kaj morate biti pozorni pred, med in po najemu kredita.
Čet., 22. 10. 2020	17.30 - 19.30	Maketarske delavnice. Izdelovanje maket v družbi. Makete, ki jih želite sestaviti prinesite s seboj.
Čet., 22. 10. 2020	18.30 - 19.45	OM Chanting. Skupinska tehnika zdravljenja z zvokom, ki ustvari močno energetsko valovanje in pozitivno vpliva na vas in okolico.
Pet., 23. 10. 2020	17.00 - 19.30	Družabni večer - Tarok. V sklopu petkovih družabnih večerov vabimo vse ljubitelje na igranje taroka.
Pet., 23. 10. 2020	17.30 - 19.30	Ljudsko petje. Po prebiranju ljudskih pesmi vas vabimo, da z nami tudi zapojete.
Pet., 23. 10. 2020	Od 18.00	Magic. Družabna igra s kartami.
Pon., 26. 10. 2020	9.00 - 11.00	Slovenija, moja nova država. Treening komunikacije za potrebe vsakdanjega življenja za vse priseljence nad 16 let, ki se želite čim hitreje in čim bolj uspešno vključiti v slovenski prostor.
Pon., 26. 10. 2020	9.00 - 10.00	Vadba za zdravo hrbtenico. Izbrane enostavne vaje za prožno hrbtenico, ki pozitivno vplivajo na naše telesno in psihično počutje.
Pon., 26. 10. 2020	10.00 - 11.00	Vesele urice - FRANCOŠČINA. Si želite konverzacijo v tujem jeziku na sproščen in neformalen način? Vabimo vas na konverzacijske urice francoščine.
Pon., 26. 10. 2020	10.15 - 11.15	Orientalni plesi. Vabljeni k odrski plesni obliki, ki prebujata ženstvenost in eleganco plesalk.
Pon., 26. 10. 2020	17.00 - 18.00	Metoda Feldenkrais. Učenje bolj svobodnega in enostavnega gibanja. Učitelj ne kaže gibov, jih ne popravlja, daje samo besedna navodila. Na aktivnost prinesite vadbena podloga, manjšo blazino za pod glavo. Obuti bodite v tople nogavice in oblečeni v lahka, udobna, topla oblačila.
Tor., 27. 10. 2020	10.00 - 12.00	Tehnična prva pomoč - računalništvo in telefonija. Nudimo vam pomoč pri uporabi računalnikov in telefonov. Naprave prinesite s seboj.
Tor., 27. 10. 2020	10.00 - 11.00	Motivacijska skupina za spremembo sloga življenja. Zaprta skupina.
Tor., 27. 10. 2020	16.00 - 17.00	Jezikam slovensko. Delavnice komunikacije v slovenščini za otroke od 5. do 10. leta starosti.
Tor., 27. 10. 2020	16.00 - 17.30	Sožitje: ples – Zaprta skupina.

Tor., 27. 10. 2020	17.00 - 18.00	Razumem, znam slovensko. Delavnice komunikacije v slovenščini za otroke od 10. do 15. leta starosti.
Tor., 27. 10. 2020	18.00 - 19.45	Ročna dela. Izpopolnjevanje v pletenju in drugih ročnih delih v prijetni družbi.
Tor., 27. 10. 2020	18.45 - 19.45	Tečaj mednarodnega jezika ESPERANTO. Vabljeni na pogovor v mednarodnem planskem pomožnem jeziku - esperanto.
Sre., 28. 10. 2020	10.00 - 11.00	Preizkusimo se s čopičem. Zaprta skupina.
Sre., 28. 10. 2020	10.30 - 11.30	Umovadba in druženje. Vabljeni na izvajanje vaj za krepitev spomina. Z rednim izvajanjem ustreznih vaj si lahko izboljšate spomin, pozornost in hitrost procesiranja informacij ter omilite usihanje telesnih funkcij.
Sre., 28. 10. 2020	16.00 - 17.00	Afazijada. Zaprta skupina.
Sre., 28. 10. 2020	16.00 - 19.00	Šah. Vabljeni k igranju šaha v prijetni družbi.
Sre., 28. 10. 2020	17.00 - 18.30	Življenje z izgubo. V podporni skupini za mame, ki so izgubile otroka v nosečnosti, med ali po porodu, boste prisluhnile izkušnjam tistih, ki boste želele deliti svojo zgodbo. Srečanja so zaprtega tipa, predhodne prijave so obvezne.
Čet., 29. 10. 2020	10.00 - 12.30	Medkulturno v Kranju. Delavnica za razvoj temeljnih kompetenc.
Čet., 29. 10. 2020	18.30 - 19.45	OM Chanting. Skupinska tehnika zdravljenja z zvokom, ki ustvari močno energetsko valovanje in pozitivno vpliva na vas in okolico.
Pet., 30. 10. 2020	9.30 - 11.30	Skupina za mamice. Pogovor o različnih temah, ki se nanašajo na materinstvo.
Pet., 30. 10. 2020	17.00 - 19.30	Družabni večer - Tarok. V sklopu petkovih družabnih večerov vabimo vse ljubitelje na igranje taroka.
Pet., 30. 10. 2020	Od 18.00	Magic. Družabna igra s kartami.

NAPOVED V OKTOBRU:

POČITNIŠKE AKTIVNOSTI: od 26. 10. 2020 do 30. 10. 2020

Za otroke bomo organizirali raznovrstne dopoldanske in popoldanske aktivnosti.

V primeru slabega vremena naj bodo otroci primerno oblečeni in obuti za zunanje aktivnosti, s seboj pa naj prinesejo tudi copate za aktivnosti v centru.

Na počitniške aktivnosti se je potrebno prijaviti na spletni strani Ljudske univerze Kranj: <https://www.luniverza.si/>, kjer najdete tudi ostale informacije. Prijave bodo potekale od 12.10.2020 do zapolnitve mest.

V času počitnic v LUK – medgeneracijskem centru otroci niso dodatno zavarovani. Udeležba na aktivnostih projekta VGC Gorenjske je na lastno odgovornost.

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.