



Medgeneracijski center Kranj, Cesta talcev 7, 4000 Kranj
T: 04 280 48 25 E: mck@luniverza.si S: www.luniverza.si

*»Življenje je vrsta presenečenj.«
(Albert Einstein)*

BREZPLAČNE AKTIVNOSTI VEČGENERACIJSKEGA CENTRA GORENJSKE

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

Vse zaključene skupine niso na programu brezplačnih aktivnosti VCG.

DATUM	ČAS	AKTIVNOST
Ponedeljek, 2. 7. 2018	8.00 – 16.00	Počitnice 2.7.-31.7.2018. Delavnice za otroke od 6. do 12. leta starosti v Medgeneracijskem centru Kranj. Dopoldanska delavnica poteka od 8. do 12. ure, popoldanska pa od 13. do 16. ure. Med 12. in 13. uro je tudi možnost toplega obroka. Kosilo pripelje Sodexo d.o.o. in stane 3,00 €. Otroci naj zjutraj zajtrkujejo, s seboj imajo lahko malico. Primerno naj bodo oblečeni in obuti za zunanje aktivnosti. V času poletnih počitnic otroci niso nezgodno zavarovani. <u>Prijave so obvezne na e-naslov:</u> mck-prijava@luniverza.si (do zasedbe prostih mest).
Ponedeljek, 2. 7. 2018	10.00 - 11.00	Vesele urice - FRANCOŠČINA. Si želite konverzacijo v tujem jeziku na sproščen in neformalen način? Vabimo na konverzacijske urice FRANCOŠČINE.
Ponedeljek, 2. 7. 2018	18.00 - 20.00	Pungart s stolpom. Ogledali si bomo stolp, v katerem sedaj domujejo otroške zgodbe. V stolpu na stenah stopnišča je razstava o kranjskem obzidju, stolpih in 6000 letni zgodovini. Po ogledu bomo orisali bogato zgodovino tega območja ter se sprehodili do razgledne ploščadi. Zbor je na Pungertu. Vodi Janko Zupan.
Četrtek, 5. 7. 2018	16.00 - 18.00	Podporna skupina za osebe, ki slišijo glasove, imajo videnja, V skupini bomo izmenjevali izkušnje, se pogovarjali o izzivih s katerimi se soočamo ter delili svoje misli in čustva. Podporna skupina je prostor spoštovanja in varnosti, kjer je vsakdo lahko to, kar je.
Petek, 6. 7. 2018	18.00 - 20.00	Petje ljudskih pesmi. Kje so tisti stari časi, ko so fantje in dekleta prepevali na vasi? Vabimo vas, da jih skupaj z nami obudite.
Petek, 6. 7. 2018	17.00 - 19.30	Družabni večer - Tarok. Druženje ob igri taroka.
Torek, 10. 7. 2018	18.00 - 19.00	Kubanska salsa. Tisti, ki so vam ritmi salse že domači, boste obnovili svoje znanje in zaplesali tudi Ruedo de casino. Dobrodošli ste v paru ali sami. Prijave so obvezne.
Torek, 10. 7. 2018	19.00 - 20.00	Kubanska salsa. Tisti, ki so vam ritmi salse že domači, boste obnovili svoje znanje in zaplesali tudi Ruedo de casino. Dobrodošli ste v paru ali sami. Prijave so obvezne.
Četrtek, 12. 7. 2018	17.00 - 18.30	Življenje z osebo z demenco. Srečanje bo namenjeno medsebojni

		podpori, deljenju izkušenj in praktičnih nasvetov pri preprečevanju izgorelosti oseb, ki skrbijo za ljudi z demenco. Svojci lahko s seboj pripeljejo osebe z demenco.
Četrtek, 12. 7. 2018	18.00 - 20.00	Maketarska delavnica. Sestavljanje, izdelovanje in barvanje plastičnih delčkov v celoto, pri čemer izdelovalec maket v podanem merilu stremi k čim boljšemu kopiranju pravega predmeta. Makete, ki jih želite sestaviti, prinesite s seboj.
Četrtek, 12. 7. 2018	18.30 - 19.30	Meditacija. "Jaz sem". Meditacija v tišini s pozornostjo na svojem izvoru. Prinesite podlogo za sedenje.
Ponedeljek, 16. 7. 2018	18.00 - 19.30	Miselne igre. Različne igre in vaje za razvoj in ohranjanje kognitivnih sposobnosti
Sreda, 18. 7. 2018	14.00 - 17.30	Brezplačno osebno svetovanje za izbiro Bachove cvetne esence. Svetovanje vodi Tannja Yrska. Prijave so obvezne.
Četrtek, 19. 7. 2018	17.00 - 18.30	Šiviljska delavnica. Osvojimo znanje šivanja. Šivalne stroje priskrbimo mi. Zaradi omejenega števila so obvezne predhodne prijave na tel. 041 724 134 ali na e-naslov mck-prijava@luniverza.si .
Petek, 20. 7. 2018	18.00 - 19.00	Predavanje: Uvodno informativno predavanje o učenju Bruna Gröninga. Uvodno informativno predavanje - Pomoči in izcelitve po duhovni poti s pomočjo učenja Bruna Gröninga. Predavanje izvaja Krog prijateljev Bruna Gröninga.
Petek, 20. 7. 2018	18.00 - 20.00	Petje ljudskih pesmi. Kje so tisti stari časi, ko so fantje in dekleta prepevali na vasi? Vabimo vas, da jih skupaj z nami obudite.
Petek, 20. 7. 2018	18.00 - 19.30	Družabni večer - Tarok. Druženje ob igri taroka
Četrtek, 26. 7. 2018	17.00 - 19.00	Namizni tenis - turnir. Igranje namiznega tenisa.
Četrtek, 26. 7. 2018	18.00 - 20.00	Maketarska delavnica. Sestavljanje, izdelovanje in barvanje plastičnih delčkov v celoto, pri čemer izdelovalec maket v podanem merilu stremi k čim boljšemu kopiranju pravega predmeta. Makete, ki jih želite sestaviti, prinesite s seboj.
Ponedeljek, 30. 7. 2018	18.00 - 19.30	Šah. Obvladate kraljevsko igro? Želite obnoviti svoje znanje ali pa začeti od začetka? Šah za vse. Vabljeni.

* Prijave na MCK: na tel. 04 280 48 25 ali na e-naslov mck-prijava@luniverza.si.

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.