



Medgeneracijski center Kranj, Cesta talcev 7, 4000 Kranj  
T: 041 724 134 E: [mck@luniverza.si](mailto:mck@luniverza.si) S: [www.luniverza.si](http://www.luniverza.si)

»Ena od velikih skrivnosti življenja je, da je zares kaj vredno le tisto, kar naredimo za druge.« Lewis Carroll

## BREZPLAČNE AKTIVNOSTI VEČGENERACIJSKEGA CENTRA GORENJSKE

Obvezne prijave na dogodke na tel. 041 724 134 ali na e-naslov [mck-prijava@luniverza.si](mailto:mck-prijava@luniverza.si).

DATUM	ČAS	AKTIVNOST
Ponedeljek, 1.4.2019	8.30 – 10.30	Slovenija, moja nova država.
Ponedeljek, 1.4.2019	14.00 - 17.00	Individualna učna pomoč. Brezplačne inštrukcije iz matematike, fizike in drugih predmetov za osnovno šolo.
Ponedeljek, 1.4.2019	17.00 – 18.00	Konverzacija v slovenščini. Delavnica je namenjena pogovoru v slovenščini za priseljence.
Ponedeljek, 1.4.2019	18.00 – 19.30	Kvačkanje.
Ponedeljek, 1.4.2019	18.00 – 20.00	Tesla metamorfoza. Je več kot energijsko zdravljenje. Klienti poročajo o ozdravitvah bolezni, ki so bile prepoznane kot neozdravljive. Predava Anja Petrovič
Torek, 2.4.2019	9.00 – 10.30	Movement Medicine. Gibalna delavnica ob glasbi, ki poveže telo in duha. Vodi Anda Perdan (zaprta skupina).
Torek, 2.4.2019	10.30 -12.00	Tehnična prva pomoč – računalništvo in telefonija.
Torek, 2.4.2019	14.00 - 17.00	Brezplačno osebno svetovanje - Bachove esence. Svetovanje vodi Tannja Yrska.
Torek, 2.4.2019	17.00 – 18.00	Hitro do novega poklica. Na voljo nam je hitra pot do novega poklica. Predstavili bomo različne možnosti NPK – nacionalnih poklicnih kvalifikacij. Obvezne prijave.
Torek, 2.4.2019	18.00 – 20.00	Predavanje o javnem nastopanju.
Sreda, 3.4.2019	9.00 – 10.30	Zdravo jem (zaprta skupina).
Sreda, 3.4.2019	10.00 – 11.00	Vesele urice – RUŠČINA.
Sreda, 3.4.2019	16.00 – 17.00	Jezikam slovensko.
Sreda, 3.4.2019	17.00 – 20.00	Kulinarična delavnica- Sladke pregrehe.
Sreda, 3.4.2019	17.00 – 18.00	Razumem znam slovensko.
Sreda, 3.4.2019	18.00 – 19.30	Interaktivno predavanje: Energetsko čiščenje prostora. Energijsko čiščenje je pomembno zato, ker zastala in zastarana energija v prostoru vpliva na naše počutje in zdravje. Čistimo lahko z različnimi metodami.
Četrtek, 4.4.2019	10.00 – 12.30	Medkulturno v Kranju – delavnice za razvoj temeljnih kompetenc.
Četrtek, 4.4.2019	11.30 – 12.30	Vesele urice – ITALIJANŠČINA.
Četrtek, 4.4.2019	17.00 – 19.00	Kako do boljšega razumevanja v odnosih. Na predavanju bomo spoznali, kako primerneje komunicirati z različnimi osebnostnimi tipi v poslovnem in zasebnem življenju.
Četrtek, 4.4.2019	18.00 - 20.00	Maketarske delavnice.
Četrtek, 4.4.2019	19.15 – 21.15	Skupinski pogovori in svetovanja. Skupino vodi dr. Kristina Knific.
Petek, 5.4.2019	14.00 -17.00	Individualna učna pomoč. Brezplačne inštrukcije iz angleščine, nemščine in drugih predmetov za osnovno šolo.
Petek, 5.4.2019	17.00 – 18.00	Bralna urica za otroke.
Petek, 5.4.2019	17.00 - 18.00	Plesno ustvarjalna delavnica. Vabljeni otroci od 5 do 8 let, ki radi plešejo.

		<b>Obvezne prijave.</b>
<b>Petek, 5.4.2019</b>	<b>18.00 – 20.00</b>	<b>Predavanje o astrologiji – Luna in Venera.</b> Dve ženski v astrološki karti. Predstavitel ženskega principa in raziskovanje meja. Z vami bo astrolog Tadej Šink.
<b>Ponedeljek, 8.4.2019</b>	<b>8.30 – 10.30</b>	<b>Slovenija moja nova država.</b>
<b>Ponedeljek, 8.4.2019</b>	<b>10.00 – 11.00</b>	<b>Vesele urice – FRANCOŠČINA.</b>
<b>Ponedeljek, 8.4.2019</b>	<b>14.00 – 17.00</b>	<b>Individualna učna pomoč.</b> Brezplačne inštrukcije iz matematike, fizike in drugih predmetov za osnovno šolo.
<b>Ponedeljek, 8.4.2019</b>	<b>17.00 – 19.00</b>	<b>Ogled čistilne naprave.</b> Odpadki nastajajo iz hišnih odpadnih snovi, človeških in živalskih odpadkov.... Vse to in še kaj več nam bodo pokazali v Komunali Kranj. Zbirališče je pred vhodom v čistilno napravo na Zarici. Vodi turistični vodič Janko Zupan.
<b>Ponedeljek, 8.4.2019</b>	<b>17.00 – 20.00</b>	<b>Brezplačni NLP coaching.</b> Individualno svetovanje, lahko tudi v paru.
<b>Ponedeljek, 8.4.2019</b>	<b>17.30 – 20.00</b>	<b>IKT delavnica: Vse o FB.</b> Prednosti in slabosti FB. Praktični prikaz. Omejitev 6 oseb.
<b>Ponedeljek, 8.4.2019</b>	<b>18.00 – 19.30</b>	<b>Kvačkanje.</b>
<b>Ponedeljek, 8.4.2019</b>	<b>18.00 – 19.30</b>	<b>i.Vitalis vadba.</b> Vadba deluje na fizični, čustveni in psihološki ravni. Je nezahtevna in primerna za vsakogar.
<b>Ponedeljek, 8.4.2019</b>	<b>18.00 – 19.30</b>	<b>Predavanje: Antibiotiki. Uporaba in zloraba.</b> Predava Anda Perdan, dr.med.
<b>Torek, 9.4.2019</b>	<b>10.30 – 11.30</b>	<b>Vesele urice – NEMŠČINA.</b>
<b>Torek, 9.4.2019</b>	<b>18.00 – 19.30</b>	<b>Zdravilne meditacije. Vizualizacija in meditacije za spodbujanje notranje samozdravilne moči.</b>
<b>Torek, 9.4.2019</b>	<b>18.00 – 19.00</b>	<b>Vesele urice: Esperanto.</b>
<b>Sreda, 10.4.2019</b>	<b>16.00 – 17.00</b>	<b>Jezikam slovensko.</b>
<b>Sreda, 10.4.2019</b>	<b>17.00 – 18.00</b>	<b>Razumem, znam slovensko.</b>
<b>Sreda, 10.4.2019</b>	<b>17.00 – 18.30</b>	<b>Življenje z izgubo.</b> Izguba otroka je največja izguba, ki jo lahko doživimo.
<b>Sreda, 10.4.2019</b>	<b>18.15 – 19.45</b>	<b>Gobe in gobarjenje. Konjiček in rekreacija. Predaval bo Bojan Arzenšek.</b>
<b>Četrtek, 11.4.2019</b>	<b>10.00 – 12.30</b>	<b>Medkulturno v Kranju – delavnice za razvoj temeljnih kompetenc.</b> Delavnice za razvoj temeljnih kompetenc.
<b>Četrtek, 11.4.2019</b>	<b>17.00 – 18.00</b>	<b>Hitro do novega poklica.</b> Na voljo nam je hitra pot do novega poklica. Predstavili bomo različne možnosti NPK-nacionalnih poklicnih kvalifikacij. Obvezne prijave.
<b>Četrtek, 11.4.2019</b>	<b>17.00 – 18.30</b>	<b>Šiviljska delavnica.</b>
<b>Četrtek, 11.4.2019</b>	<b>17.30 – 19.30</b>	<b>Predavanje: Družinski zakonik.</b> Pravne novosti in ključne spremembe družinskega zakonika.
<b>Petek, 12.4.2019</b>	<b>14.00 - 17.00</b>	<b>Individualna učna pomoč.</b> Brezplačne inštrukcije iz angleščine, nemščine in drugih predmetov za osnovno šolo.
<b>Petek, 12.4.2019</b>	<b>17.00 – 19.30</b>	<b>Družabni večer – Tarok.</b> Druženje ob igri taroka.
<b>Petek, 12.4.2019</b>	<b>17.00 – 18.00</b>	<b>Plesno ustvarjalna delavnica.</b> Vabljeni otroci v starosti od 5 do 8 let, ki radi plešejo. Obvezne prijave.
<b>Petek, 12.4.2019</b>	<b>17.00 – 18.00</b>	<b>Bralna urica za otroke.</b> Otroci od 8. do 12. leta bodo z glasnim branjem zgodb izboljševali tehniko branja in širili besedni zaklad.
<b>Petek, 12.4.2019</b>	<b>18.00 – 19.00</b>	<b>Filmski večer: 47 Meters Down.</b> Prijave obvezne zaradi omejitve na 6 udeležencev.
<b>Petek, 12.4.2019</b>	<b>17.30 – 19.30</b>	<b>Petje ljudskih pesmi.</b>
<b>Ponedeljek, 15.4.2019</b>	<b>8.30 – 10.30</b>	<b>Slovenija, moja nova država.</b>
<b>Ponedeljek, 15.4.2019</b>	<b>14.00 – 17.00</b>	<b>Individualna učna pomoč.</b> Brezplačne inštrukcije iz matematike, fizike in drugih predmetov za osnovno šolo. Obvezne prijave.
<b>Ponedeljek, 15.4.2019</b>	<b>17.00 – 18.00</b>	<b>Vesele urice – FRANCOŠČINA.</b>
<b>Ponedeljek, 15.4.2019</b>	<b>17.00 – 18.00</b>	<b>Konverzacija v slovenščini.</b>
<b>Ponedeljek, 15.4.2019</b>	<b>18.00 - 19.30</b>	<b>Kvačkanje.</b>
<b>Ponedeljek, 15.4.2019</b>	<b>18.00 – 19.00</b>	<b>»Vaje dihaj«.</b>

Ponedeljek, 15.4.2019	18.00 – 19.30	Miselne igre.
Ponedeljek, 15.4.2019	18.00 – 19.30	<b>Predstavitvena delavnica: Bonding psihoterapija.</b> Bonding psihoterapija je ena od svetovno priznanih psihoterapevtskih modalitet. Bonding je potreba po fizični bližini s sočasno čustveno toplino in odprtostjo.
Torek, 16.4.2019	9.00 – 10.30	<b>Movement Medicine. (zaprta skupina).</b>
Torek, 16.4.2019	17.00 – 19.00	<b>Ustvarjalna delavnica za vse generacije: Barvamo pirhe. Obvezne prijave.</b>
Torek, 16.4.2019	17.00 – 18.30	<b>Tehnična prva pomoč – računalništvo in telefonija.</b>
Torek, 16.4.2019	18.00 – 19.00	<b>Vesele urice – ANGLEŠČINA.</b>
Torek, 16.4.2019	18.00 – 19.30	<b>Predavanje: Človek kot večdimenzionalno bitje – 12. del. Ezoterični pogled na nevidne dele našega celotnega bitja. Predava Zoran Železnikar.</b>
Sreda, 17.4.2019	16.00 - 17.00	<b>Jezikam slovensko.</b>
Sreda, 17.4.2019	17.00 – 18.00	<b>Razumem, znam slovensko.</b>
Sreda, 17.4.2019	17.00 – 20.00	<b>Kulinarična delavnica – Sladke pregrehe: mufini, cap cakes.</b>
Sreda, 17.4.2019	17.00 – 18.00	<b>Vesele urice-RUŠČINA.</b>
Sreda, 17.4.2019	17.30 – 19.30	<b>Kap na vsakem koraku.</b> Možganska kap in rehabilitacija.
Sreda, 17.4.2019	18.00 - 19.30	<b>Odprta skupina za samopomoč.</b> Skupino vodi Slovensko društvo Hospic.
Četrtek, 18.4.2019	10.00 – 12.30	<b>Medkulturno v Kranju – delavnice seznanjanja s slovensko družbo.</b>
Četrtek, 18.4.2019	17.00 – 18.00	<b>Vesele urice – ITALIJANŠČINA.</b>
Četrtek, 18.4.2019	17.00 – 18.30	<b>Življenje z osebo z demenco.</b> Svojci lahko s seboj pripeljejo osebe z demenco.
Četrtek, 18.4.2019	18.00 – 20.00	<b>Maketarske delavnice.</b> Makete, ki jih želite sestaviti, prinesite s seboj.
Četrtek, 18.4.2019	18.00 – 19.30	<b>Potopisno predavanje: Maroko.</b>
Petek, 19.4.2019	14.00 – 17.00	<b>Individualna učna pomoč.</b> Brezplačne inštrukcije iz angleščine, nemščine in drugih predmetov za osnovno šolo.
Petek, 19.4.2019	17.00 – 18.00	<b>Plesno ustvarjalna delavnica.</b> Vabljeni otroci v starosti od 5 do 8 let, ki radi plešejo. Obvezne prijave. Vodi Maša Kesič
Petek, 19.4.2019	17.00 – 18.00	<b>Bralna urica za otroke.</b> Otroci od 8. do 12. leta bodo z glasnim branjem zgodb izboljševali tehniko branja in širili besedni zaklad.
Petek, 19.4.2019	18.00 – 19.00	<b>Predavanje: Uvodno informativno predavanje o učenju Bruna Gröninga.</b> Predavanje izvaja Krog prijateljev Bruna Gröninga.
Petek, 19.4.2019	18.00 – 19.30	<b>Družabni večer – Tombola.</b>
Torek, 23.4.2019	17.00 - 18.00	<b>Vesele urice – NEMŠČINA.</b>
Torek, 23.4.2019	17.30 – 19.30	<b>Predavanje: Starševstvo ni panike.</b>
Torek, 23.4.2019	18.00 – 19.30	<b>Zdravilne meditacije.</b> Vizualizacija in meditacije za spodbujanje notranje samozdravilne moči.
Torek, 23.4.2019	18.00 – 19.00	<b>Vesele urice: Esperanto.</b> Vabljeni na pogovor v esperantu.
Sreda, 24.4.2019	16.00 – 17.00	<b>Jezikam slovensko.</b>
Sreda, 24.4.2019	17.00 - 18.00	<b>Razumem, znam slovensko.</b>
Sreda, 24.4.2019	17.00 – 18.30	<b>Življenje z izgubo.</b> Izguba otroka je največja izguba, ki jo lahko doživimo.
Četrtek, 25.4.2019	10.00 – 12.30	<b>Medkulturno v Kranju.</b> Večkulturne ustvarjalne delavnice.
Četrtek, 25.4.2019	17.00 – 19.00	<b>Medgeneracijski turnir v namiznem tenisu.</b> Turnir.
Četrtek, 25.4.2019	19.00 – 20.00	<b>Gledališka predstava: Grenko sladka solza.</b> Predstava bo v Šmartinskem domu Stražišče.
Petek, 26.4.2019	14.00 – 17.00	<b>Individualna učna pomoč.</b> Brezplačne inštrukcije iz angleščine, nemščine in drugih predmetov za osnovno šolo.
Petek, 26.4.2019	17.00 – 19.30	<b>Družabni večer – Tarok.</b> Druženje ob igri taroka.
Petek, 26.4.2019	17.00 – 18.00	<b>Plesno ustvarjalna delavnica.</b> Vabljeni otroci v starosti od 5-8 let, ki radi plešejo. Obvezne prijave. Vodi Maša Kesič.
Petek, 26.4.2019	17.00 – 18.00	<b>Bralna urica za otroke.</b> Otroci od 8. do 12. leta bodo z glasnim branjem zgodb izboljševali tehniko.
Petek, 26.4.2019	17.30 – 19.30	<b>Petje ljudskih pesmi.</b>

<b>Ponedeljek, 29.4.2019</b>	<b>8.30 – 10.30</b>	<b>Slovenija, moja nova država.</b>
<b>Ponedeljek, 29.4.2019</b>	<b>18.00 – 19.30</b>	<b>Kvačkanje.</b>
<b>29.4,30.4.3.5.2019</b>	<b>8.00 – 16.00</b>	<b>Počitniške aktivnosti za otroke od 6. do 12. leta. Vsak dan sta dopoldanska in popoldanska aktivnost . Obvezne prijave na <a href="mailto:mck-prijava@luniverza.si">mck-prijava@luniverza.si</a> ali na tel. 041/539-222</b>

\* Prijave na MCK: na tel. 041 724 134 ali na e-naslov [mck-prijava@luniverza.si](mailto: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 zdrsra v revščino oziroma socialno izključenost in zmanjševanje neenakosti v zdravju.