

AKTIVNOSTI

Prijave na 04 280 48 25 ali mck-prijava@luniverza.si

TEDEN IZOBRAŽEVANJA ZA TRAJNOSTNI RAZVOJ IZDELAVA NARAVNIH ČISTIL

Sreda: 22. 9. 2021
od 19.00 do 20.30

Lokacija še ni določena izveste ob prijavi na dogodek

Izdelali bomo univerzalni čistilni kamen s katerim lahko čistite štedilnik, umivalnike, ploščice in je primeren za površine iz emajla, stekla, plastike in nerjavečega jekla.

Prijave na 04 280 48 25 ali mck-prijava@luniverza.si



AKTIVNOSTI

Prijave na 04 280 48 25 ali mck-prijava@luniverza.si

POHOD NA ROBLEK

Sobota: 11.9.2021

Zbor: ob 6.15 pred Domom krajanov Šenčur

Skupni prevoz ni organiziran—lasten prevoz.

»Na Roblek bom odšel, in ljubco sabo vzel.«

Vabljeni na skupni pohod in neformalno druženje. Kot pravi pohodniki poskrbite za primerno obutev in oblačila. Ne pozabite na malico in vodo. Prevoz ni organiziran in bomo odšli z lastnimi prevoznimi sredstvi. Kdor prevoza nima, lahko prisede. V primeru slabega vremena pohod odpade.

Prijave na 04 280 48 25 ali 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 zdrs v revščino oziroma socialno izključenost in zmanjševanje neenakosti v zdravju.



Ljudska univerza Kranj, Cesta Staneta Žagarja 1, 4000 Kranj | T: 04 280 48 00
LUK-medgeneracijski center, Cesta talcev 7, 4000 Kranj | mck@luniverza.si |
vgc-gorenjska@luniverza.si | www.vgc-gorenjska.si | T: 04 280 48 25
FB: <https://www.facebook.com/MCK KRANJ>



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



**Večgeneracijski
center Gorenjske**

OBČINA ŠENČUR



AKTIVNOSTI VEČGENERACIJSKEGA CENTRA SEPTEMBER 2021

Prosimo za prijave na
LUK—MC: 04 280 48 25 ali
mck-prijava@luniverza.si

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

Aktivnosti v programu bodo izvedene v skladu s splošnimi higienskimi ukrepi NIJZ za preprečevanje širjenja okužbe s SARS-CoV-2.

AKTIVNOSTI

Prijave na 04 280 48 25 do zasedbe prostih mest.

LATINO PLESI ZA POSAMEZNIKE

Četrtek, 9., 23., in 30. 9 2021 od 17.00 do 18.00
Dom krajanov Šenčur—dvorana

Tečaj latino plesov za ljubitelje plesa z vrhunskim učiteljem.

Doživite z nami vsak teden eno uro sproščujoče rekreacije in pridobite znanje plesa hkrati.

- Naučili se boste osnovne korake različnih južnoameriških družabnih plesov - kot so rumba, cha-cha-cha, bachata, samba, in salsa.
- Plesnega tečaja se lahko udeležite posamično, brez plesnega partnerja.
- Plesni koraki so preprosti, zato ni potrebnega nobenega predznanja.

Vroči latino ritmi bodo v vas obudili strast do življenja in radost gibanja.

Prijave: mck-prijave@luniverza.si, 04 280 48 25



AKTIVNOSTI

Prijave na 04 280 48 25 do zasedbe prostih mest.

ŽIVIMO Z RASTLINAMI - študijski krožek o nabiranju in uporabi zelišč

Četrtek 9.9.2021 od 17.00 do 20.00
Dom krajanov Šenčur—sejna soba

Na srečanjih se bomo seznanili z načini nabiranja, shranjevanja in predelave divjih in doma gojenih zelišč. Zelišča bomo nabrali in jih pravilno shranili ali predelali v zeliščno kozmetiko. Na srečanja bomo povabili strokovnjake s tega področja in obiskali zeliščne vrtove.

Za vodilo nam bo knjiga Živimo z rastlinami (Tatjana Angerer, Mohorjeva založba Celovec).



LITERARNI VEČER: IVAN HRIBAR

Ponedeljek, 20.9.2021 od 18.00 - 19.30 ure
On— line dogodek (live)
(prijave zbiramo na mck-prijava@luniverza.si)

Ivan Hribar: slovenski bančnik, politik, diplomat in publicist. Rojen v Trzinu, delal v Ljubljani, a po srcu Cerkljan. Vas zanima zakaj? Pridružite se nam in predstavili vam bomo njegovo vrednost in prispevek k slovenski zgodovini.

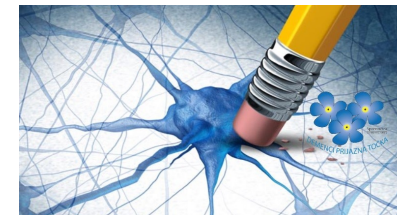
AKTIVNOSTI

Prijave na 04 280 48 25 do zasedbe prostih mest.

UMOVADBA

Ponedeljek, 20.9. 2021
od 9.30 do 10.30
Dom krajanov Šenčur—sejna soba

Umovadba krepi možganske mišice. Redno izvajajte ustrezne vaje, s katerimi lahko izboljšate spomin, pozornost in hitrost procesiranja informacij ter omilite usihanje funkcij.



Predavanje: KAKO GIBANJE VPLIVA NA NAŠE ZDRAVJE—NORDIJSKA HOJA

Torek, 28.9.2021 od 18.00 - 19.30 ure
On— line dogodek (live)
(prijave zbiramo na mck-prijava@luniverza.si)

Razlika med navadno hojo in nordijsko hojo je le v pravilni uporabi palic. Nordijska hoja ni samo hoja, ampak pomembna enota vadbe oziroma rekreacija, kjer premigate prav vse mišice v telesu. In to je tista bistvena prednost nordijske hoje. Ko si vzamemo čas in ko smo aktivni, želimo, da v tistem času naredimo kar največ.

SVETOVANJE ISIO IN SVETOVANJE ZAPOSLENIM

Kako, kdaj, kje se učiti: podpora v izobraževanju odraslih. Brezplačno svetovanje o možnostih in priložnostih izobraževanja in usposabljanja.

