

PONAVLJAJOČE SE AKTIVNOSTI

Prijave na MCK* do zasedbe prostih mest

Vadba za zdravo hrbtenico

Torek, 12.12.2017 ob 15.30—17.00
Športna dvorana ob OŠ Šenčur

Za vas smo pripravili vadbo izbranih in enostavnih vaj za prožno hrbtenico.



Učim se slovensko

Ponedeljek 4.12 in 11.12 od 15.30 do 17.00
OŠ Šenčur

Brezplačne delavnice za tujce za pomoč pri vključevanju v slovensko družbo. Spoznavanje slovenske kulture in družbe, seznanjanje z upravnimi postopki za vsakdanje življenje ter pridobivanje praktičnih informacij, potrebnih za življenje in delo v Republiki Sloveniji.

PONAVLJAJOČE SE AKTIVNOSTI

Prijave na MCK* do zasedbe prostih mest

Telovadba za vse generacije

Sreda, 6.12. in 20.12.2017 od 17.00 do 18.00
Športna dvorana ob OŠ Šenčur

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.

Umovadba za starejše

Ponedeljek, 11.12. 2017 od 09.30 do 10.30
Dom krajanov Šenčur

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.



POSEBNI DOGODKI

Prijave na MCK* do zasedbe prostih mest

Predavanje o astrologiji - Venerino leto

Petek, 1. 12. 2017, od 18.00 do 20.00
Medgeneracijski center Kranj

Leto ljubezni – Venerino leto. Splošna predstavitev leta 2018. Opis leta za vsakega udeleženca.

Predstavitve knjige Milene Miklavčič: Ogenj, rit in kače niso za igrače 2. del

Petek, 15. 12. 2017, od 18.30 do 20.30
Medgeneracijski center Kranj

Diplomirana pisateljica in novinarka, avtorica odmevnega bloga in tudi številnih knjižnih del za odrasle in mladino želi z novo knjigo opozoriti tudi na to, da se intimni svet skozi stoletje ni dosti spremenil.



Novoletne počitnice 2017

Od 27.12 do 29.12.2017 od 8.00 do 16.00

Medgeneracijski center Kranj

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 za 2,50 €. Otroci naj zjutraj zajtrkujejo, s seboj imajo lahko malico. Primerno naj bodo oblečeni in obuti za zunanje aktivnosti. V času jesenskih počitnic otroci niso nezgodno zavarovani.

Projekcija filma Mettejini glasovi in pogovor

Sreda, 6. 12. 2017, od 18.00 do 20.00

Medgeneracijski center Kranj

Danski film govori o 43-letni medicinski sestri Mette, ki je bila 15 let psihiatrična bolnica in jo spremlja skozi štiri leta iskanj, v katerih je zapušča la psihiatrijo in dosegala svoje največje cilje. Film je slovensko podnaslovljen. Dobil je nagrado za najboljši tuj film na festivalu Mad in America 2014. Po ogledu sledi pogovor o filmu in mednarodnem gibanju Slišanje glasov.



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 |

Mobil: 041 724 134 E-pošta: vgc-gorenjska@luniverza.si

<https://www.facebook.com/MCKKRANJ>



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



Večgeneracijski
center Gorenjske

**BREZPLAČNE AKTIVNOSTI
VEČGENERACIJSKEGA
CENTRA GORENJSKE V
OBČINI ŠENČUR
DECEMBER 2017**

Prosimo za prijave na

MCK: 041 724 134

ali

mck-prijava@luniverza.si

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