

AKTIVNOSTI

Prijave na 04 280 48 25 do zasedbe prostih mest.

IZDELAVA ZAŠČITNE MASKE IZ BLAGA— delavnica recikliranja

**EVROPSKI
TEDEN
TRAJNOSTNEGA
RAZVOJA**
30. avgust - 26. septembra
2020

Sreda, 23.9.2020 od 18.00 do 19.00 ure
Turistično društvo Šenčur

Iz ostankov bombažnega blaga bomo sešili za-
ščitne maske po meri. Če želite lahko s seboj pri-
nesete svoje blago, drobn material bo na voljo
na delavnici, prav tako šivalni stroji, lahko pa pri-
nesete svojega.



**TEDNI
VSEŽIVLJENJSKEGA
UČENJA**
25 LET

ŠIVILJSKA POPRAVLJALNICA - Delavnica šivanja

Torek, 30.9.2020 od 18.00 do 19.30 ure
Turistično društvo Šenčur

Imate predolge hlače ali bi želeli popraviti svoje
oblačilo? Pridite na delavnico in se naučite
osnovnih šiviljskih spretnosti. S seboj prinesite
eno oblačilo, ki bi ga želeli popraviti, če imate
svoj šivalni stroj, ga prinesite s seboj. Drobn ma-
terial bo na voljo na delavnici.

AKTIVNOSTI

Prijave na 04 280 48 25 do zasedbe prostih mest.

JESENSKA TOMBOLA

Petek, 25.9.2020 od 17.00 do 18.00 ure
Dom krajanov Šenčur—sejna soba

Tombola ni samo igra na srečo, ampak je družabna
igra ob kateri se tudi nasmejete.
Vabljeni tudi tisti, ki igre ne poznate.
Prvi trije prejmejo lepe in uporabne nagrade.



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.



LUK - medgeneracijski center, Cesta talcev 7, 4000 Kranj |
T: 04 280 48 25 | Prijave: mck-prijava@luniverza.si |
E-pošta: mck@luniverza.si | S: www.vgc-gorenjska.si |
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

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

Pridružujemo 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.

IZDELOVANJE OGNJIČEVE KREME zeliščarska delavnica

Ponedeljek, 14.9.2020 od 17.00 do 19.00 ure
Turistično društvo Šenčur

Ognjičevo kremo lahko uporabiš za nego celega telesa tudi obraza, dekolteja. Koži vrača elastičnost in jo zmehča, ter jo tako tudi ohranja.

V ognjiču se nahajajo aktivne učinkovine, ki pospešujejo regeneracijo kože ter jo nahranijo z vitamini in minerali.

Krema je odlična za zelo suho, poškodovano ali ranjeno kožo. Uporabljamo jo lahko redno, zvečer pred spanjem ali po potrebi glede na težave kože. Uporablja pa se lahko tudi za nego hišnih ljubljencev, namažemo tačke pozimi, ko se vrnemo s sprehoda. Hranimo jo na sobni temperaturi, da ohranimo mazljivost.



AKTIVNOSTI

Prijave na 04 280 48 25 do zasedbe prostih mest.

TELOVADIMO

Torek: 8.9, 15.9., 22.9., 29.9.
od 8.30 do 9.30
Dom krajanov Šenčur—dvorana

Gibljivost je ena izmed motoričnih sposobnosti, ki z leti slabi, če ne delamo na tem, da ostaja naše telo prožno in gibljivo. Z vajami bomo razmigali celotno telo in ga ohranjali v kondiciji.



UMOVADBA - delavnica

Ponedeljek, 21.9.2020 od 09.30 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.

AKTIVNOSTI

Prijave na 04 280 48 25 do zasedbe prostih mest

UPORABA PAMETNIH TELEFONOV Tečaj - obvezna prijava (število udeležencev omejeno na 10)

Četrtek, 3.9., 10.9., 17.9., 24.9.
od 17.00 do 19.00
Dom krajanov Šenčur—sejna soba

Tečaj je namenjen začetnikom in tistim, ki že uporabljate pametne telefone in tablične računalnike. Naučili se boste pošiljati kratka SMS in MMS sporočila, iskali informacije na spletu, si naložili željene aplikacije in pripomočke (vreme, GPS program, Viber za brezplačno telefoniranje in odgovorili na vaša vprašanja).



SVETOVANJE ISIO IN SVETOVANJE ZAPOSLENIM

Po predhodnem dogovoru na telefon 031 721 149
Dom krajanov Šenčur—sejna soba

Odkrijte svoja močna področja: pomoč pri prepoznavanju in vrednotenju znanj in delovnih izkušenj. Kako, kdaj, kje se učiti: podpora v izobraževanju odraslih. Pomoč pri pripravi novega Europass življenjepisa.