

AKTIVNOSTI

Prijave na MCK* do zasedbe prostih mest

POSKRbite ZA SVOJE ZDRAVJE IN ZDRAVJE VAŠIH BLIŽNJIH:

KLOPNI MENINGOENCEFALITIS IN MOJA PRAVICA DO BREZPLAČNEGA CEPLJENJA

torek, 1. 10. 2019
od 10:00 do 11:00
TIC Preddvor

Z letošnjim letom je zdravstvena zavarovalnica omogočila BREZPLAČNO cepljenje proti klopnemu meningoencefalitisu.

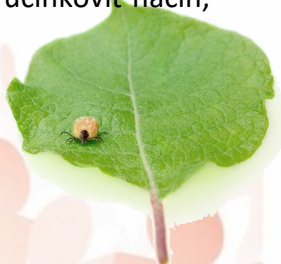
Strokovnjaki iz Zdravstvenega doma Kranj bodo odgovorili na vprašanja:

Komu je cepljenje namenjeno in pod kakšnimi pogoji?

Kje se lahko cepimo?

Kako ukrepamo, ko klopa odkrijemo na svoji koži? Je primerno, da klopa odstranujemo s pinceto ali pa je še kak drug učinkovit način, da se spopademo z njim?

Izjava: Zdravstveni dom Kranj



AKTIVNOSTI

Prijave na MCK* do zasedbe prostih mest

JOGA

petek, 18. 10. 2019
od 19.00 do 20.00
Dvorana na Zgornji Beli

S skrbno izbranimi vajami bomo izboljšali gibčnost telesa, pretočnost energije, kvaliteto dihanja, bistrost uma in vedrost duha. Prinesite svojo podlogo za vadbo.



torek, 1. 10. 2019
od 10:00 do 11:00
TIC Preddvor

SVETOVANJE ISIO IN SVETOVANJE ZAPOSLENIM



Kako, kdaj, kje pridobiti nova znanja: Svetovalna podpora v izobraževanju odraslih.

Brezplačno svetovanje o možnostih in priložnostih izobraževanja in usposabljanja. Odkrijte svoja močna področja: pomoč pri prepoznavanju in vrednotenju znanj in delovnih izkušenj.

Izjava: Karmen Kosem, ISIO svetovalka, Ljudska univerza Kranj

AKTIVNOSTI

Prijave na MCK* do zasedbe prostih mest

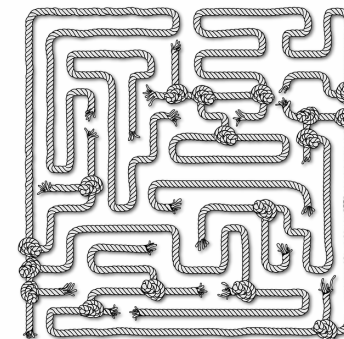
UMOVADBA

četrtek, 10. 10. 2019
Od 8:30 do 9:30
Društvo upokojencev Preddvor

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.

Izjava: članica DU Preddvor

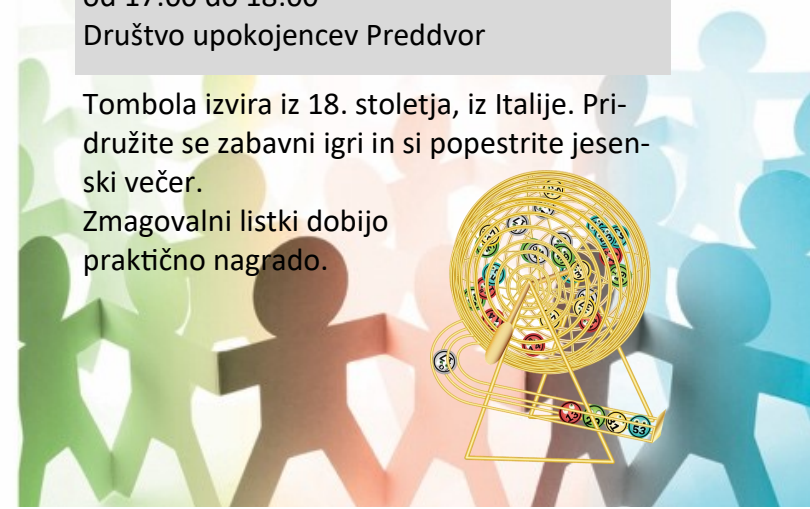
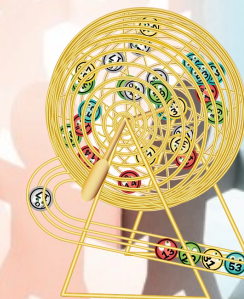


TOMBOLA

četrtek, 24. 10. 2019
od 17:00 do 18:00
Društvo upokojencev Preddvor

Tombola izvira iz 18. stoletja, iz Italije. Pridružite se zabavni igri in si popestrite jesenski večer.

Zmagovalni listki dobijo praktično nagrado.



SPORAZUMEVANJE V ANGLEŠČINI

torek: 8. 10., 15. 10., 22. 10. 2019
(nadaljevanje v novembru)
Od 19:00 do 20:30

Znanje tujih jezikov je pomembno pri opravljanju poklica, krepitvi medosebnih in kulturnih vezi, na potovanjih in preživljanju prostega časa. Delavnica je namenjena vsem odraslim, ki želite nadgraditi znanje osnov angleškega jezika. Na prvem srečanju boste raziskali, kaj zmorete na področju tujega jezika, nato pa nadaljevali kot skupina. Prosimo za prijave: 041 724 134.



IZREZOVANJE BUČ

torek: 22. 10. 2019
Od 17:00-19:00
Osnovna šola Matije Valjavca Preddvor

Običaj izrezovanja buč za 31. oktobra se je s popularno kulturo razširil iz ZDA in postaja vse bolj priljubljen, saj žareča buča popestri jesensko noč na marsikaterem dvorišču. Na praktično delavnico, kjer boste dobili zanimive ideje za izrezovanje buč, **vabljeni otroci v spremstvu odrasle osebe.**

S seboj prinesite veliko rumeno bučo, nož ali olfa nož in žlico ter posodo ali vrečko za shranjevanje notranjosti buče.



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 zdrsra v revščino oziroma socialno izključenost in zmanjševanje neenakosti v zdravju.



Medgeneracijski center Kranj (MCK), Cesta talcev 7, 4000 Kranj |
Mobitel: 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

OBČINA PREDDVOR



**AKTIVNOSTI
VEČGENERACIJSKEGA CENTRA
OKTOBER 2019**

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.