

PONAVLJAJOČE SE AKTIVNOSTI

Prijave na MCK* do zasedbe prostih mest

Umovadba za starejše

Ponedeljek, 12.3.2018 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.



PONAVLJAJOČE SE AKTIVNOSTI

Prijave na MCK* do zasedbe prostih mest

Telovadba za vse generacije

Četrtek, 1.3. in 15.3. 2018 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.



Vesele urice nemščine

Torek, 6.3. in 27.3.2018 ob 11.00—12.00
Sejna soba občine Šenčur

Si želite konverzacijo v nemščini na sproščen in neformalen način? Vabimo vas na konverzacijske urice.



POSEBNI DOGODKI

Prijave na MCK* do zasedbe prostih mest

Vadba za zdravo hrbtenico

Torek, 13.3. ob 15.30—17.00
Športna dvorana ob OŠ Šenčur

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



Delavnica: Izobraževanje za mir

Vsak četrtek, 17.00 - 18.00
MCK Kranj

Tombola je preprosta igra, kjer se iz bobna vleče številke, igralci pa pokrivajo številke na kartici. Vabljeni na zabavo, smeha in veselja poln dogodek. Dodatni čar pa mu dajejo tudi lepe, uporabne nagrade.

Bownova terapija

Sreda, 14. 3. 2018, 17.00 - 18.00

MCK Kranj

Predstavitve manualne tehnike Bownove terapije.

Predavanje: Miselni in duhovni svet starih kultur— Uganka zavesti

petek, 23. 3. 2018, 17.00 - 18.30

MCK Kranj

Predstave o potovanjih človeške zavesti in duše od starejših šamanskih mitologij do začetkov starogrške filozofije. Predava Marko Ogris, filozof in sociolog kulture.

Numerologija - izračun za leto 2018

ponedeljek, 12. 3. 2018, 17.00 - 18.00

MCK Kranj

Napoved za 2018 na podlagi vaših osebnih rojstnih podatkih. Obvezne prijave zaradi omejenega števila.

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 |

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

[https://](https://www.facebook.com/MCK.KRANJ) [www.facebook.com /MCK.KRANJ](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 MAREC 2018

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.