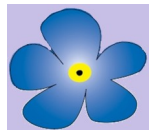


**Četrtek, 18. 4. 2019 ob 17.00**

**Življenje z osebo z demenco**

»pogovorna skupina«

Srečanje bo namenjeno medsebojni podpori, deljenju izkušenj in praktičnih nasvetov pri preprečevanju izgorelosti oseb, ki skrbijo za ljudi z demenco. Svoji lahko s seboj pripeljete osebe z demenco.



**29. in 30. 4. 2019 in**

**3. 5. 2019, 8.00 - 16.00**

**POČITNIŠKE AKTIVNOSTI  
ZA OTROKE**

Za otroke od 6. do 12. leta sta vsak dan na voljo dopoldanska

in popoldanska aktivnost. Strošek kosila je 3,20 eur na dan. Obvezne prijave.

socialnih stisk in težav v regiji.

**Ponedeljek, 1. 4., 8. 4., 15. 4. in 29. 4. 2019, 8.30 - 10.30**

**Slovenija, moja nova država:**

Delavnica komunikacije za vse nad 16 let, ki se želijo uspešno vključiti v slovenski prostor.

**Sreda, 3. 4., 10. 4., 17. 4., 24. 4. 2019, 16.00 - 17.00**

**Jezikom slovensko:** Delavnice za otroke od 5. do 10. leta, ki jim slovenščina ni materin jezik.

**Sreda, 3. 4., 10. 4., 17. 4., 24. 4. 2019, 17.00 - 18.00**

**Razumem, znam slovensko:** Delavnice za otroke od 11. do 15. leta, ki jim slovenščina ni materin jezik.

**Četrtek, 4. 4., 11. 4., 18. 4. in 25. 4. 2019 ob 10.00**

**Medkulturno v Kranju:**

V Medgeneracijskem centru Kranj vam je vsak delavnik med **8.00 in 18.00 uro** na voljo prostor za neformalno druženje in srečevanje, v katerem deluje tudi informacijsko središče, kjer se lahko informirate o dejavnostih in programu centra ter pridobite informacije o razpoložljivih storitvah s področja preprečevanja, obvladovanja in odpravljanja

## VESELE URICE

vabimo na sproščene konverzacijske urice

Konverzacijske urice **FRANCOŠČINE: ponedeljek, 8. 4. 2019 ob 10.00 in 15. 4. 2019 ob 17.00.** Z vami bo Alenka Voršič.

Konverzacijske urice **ANGLEŠČINE: torek, 16. 4. 2019 ob 18.00.** Z vami bo Petra Perko.

Konverzacijske urice **NEMŠČINE: torek, 9. 4. 2019 ob 10.30 in 23. 4. 2019 ob 17.00.** Z vami bo Ksenja Šolar Hrvatina.

Konverzacijske urice **RUŠČINE: sreda, 3. 4. 2019 ob 10.00 in 17. 4. 2019 ob 17.00.** Z vami bo Natalja Zagoričnik.

Konverzacijske urice **ITALIJANŠČINE: četrtek, 4. 4. 2019 ob 11.30, 18. 4. 2019 ob 17.00.** Z vami bo Ksenja Šolar Hrvatina.

Konverzacijske urice **ESPERANTA: torek, 9. 4. 2019 in 23. 4. 2019 ob 18.00.** Z vami bo Gregor Markič.

**NOVO:** Konverzacijske urice **SLOVENŠČINE: ponedeljek, 1. 4. 2019 in 15. 4. 2019 ob 17.00.** Z vami bo Klavdija Nahtigal.

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**

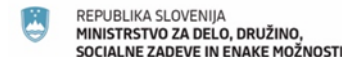
**Kranj | T: (04) 280 48 25 | M: 041 724 134 |**

**mck@luniverza.si**

**www.vgc-gorenjska.si**

MCKranj

VGC Gorenjske



**Večgeneracijski  
center Gorenjske**

**Medgeneracijski center Kranj**



*Program aktivnosti  
April 2019*

Vse aktivnosti so brezplačne.



## USTVARJALNE DELAVNICE

Obvezne prijave na MCK

**Ponedeljek, 1. 4., 8. 4., 15. 4. in 29. 4. 2019 ob 18.00**

**Kvačkanje.** Ustvarjalna delavnica za mojstre in začetnike kvačkanja. S seboj prinesite kvačko 3,5 in garn Marinka.

**Sreda, 3. 4. ali 17. 4. 2019, 17.00 - 20.00**

**Sladke pregrehe: Mufini, cap cakes.** Kulinarčno delavnico vodi Helena Krišelj. Prijave so obvezne.

**Četrtek, 4. 4. in 18. 4. 2019 ob 18.00**

**Maketarska delavnica.** Makete prinesite s seboj.

**Torek, 16. 4. 2019, 17.00 - 19.00**

**NOVO: Ustvarjalna delavnica za vse generacije: Barvamo pirhe.** Prijave so obvezne.

**Četrtek, 11. 4. 2019, 17.30 - 18.30**

**Šiviljska delavnica.** Osvojimo znanje šivanja. Lahko prinesete tudi svoj stroj. Obvezne prijave.

**NOVO: Torek, 2. 4. in četrtek, 11. 4. 2019, 17.00 - 18.00**

**Hitro do novega poklica.** Znamo več, kot povedo naša spričevala. Na voljo nam je hitra pot do novega poklica. Predstavili bomo različne možnosti NPK - nacionalnih poklicnih kvalifikacij. Obvezne prijave.

## DRUŽABNI DOGODKI

**Petek, 12. 4. in 26. 4. 2019 ob 17.00**

**Družabni večer - Tarok.**

**Petek, 12. 4. in 26. 4. 2019 ob 17.30**

**Petje ljudskih pesmi.** Skupaj z nami obudite stare čase.

**Petek, 19. 4. 2019 ob 18.00**

**Družabni večer s tombolo.** Izvaja MD Z roko v roki.

**Petek, 12. 4. 2019, 17.00 - 19.00**

**Filmski večer: 47 meters down.** Obvezne prijave.

**Četrtek, 25. 4. 2019 ob 17.00**

**Turnir v namiznem tenisu.** Turnir za vse generacije.

**Petek, 5. 4., 12. 4., 19. 4., in 26. 4. 2019, 17.00 - 18.00**

**Bralna urica za otroke.** Otroci bodo z glasnim branjem zgodb izboljševali tehniko branja in širili besedni zaklad.

**Petek, 5. 4., 12. 4., 19. 4., in 26. 4. 2019, 17.00 - 18.00**

**Plesno ustvarjalna delavnica za otroke.**

**Četrtek, 25. 4. 2019, 19.00 - 20.00 v Šmartinskem domu v Stražišču Gledališka predstava: Grenko sladka solza.**  
Carnium legendarium predstavlja zgodbe nastopajočih.

**Sreda, 3. 4. 2019, 18.00 - 19.30**

**Energijsko čiščenje prostora za boljše počutje in zdravje.**

**Ponedeljek, 8. 4. 2019, 17.30 - 20.00**

**IKT delavnica: Vse o FB.** Prednosti in slabosti FB. Praktični

**Ponedeljek, 8. 4. 2019, 18.00 - 19.30**

**iVitalis vadba.** Vadba za sprostitvev in ohranjanje zdravja.

**Ponedeljek, 15. 4. 2019, 18.00 - 19.30**

**»Vaje dihaj«.** Skupinska vadba z Brigito Jevnikar.

**Torek, 2. 4. 2019 od 14.00**

**Brezplačno osebno svetovanje - Bachove esence.**

**Četrtek, 4. 4. 2019, 19.15 - 21.15**

**Skupinski pogovori in svetovanja.** Skupino vodi dr. Kristina Knific.

**Ponedeljek, 8. 4. 2019 od 17.00**

**Brezplačni NLP coaching.** Individualno svetovanje ali v paru. Obvezne prijave.

**Torek, 9. 4. in 23. 4. 2019 od 18.00 - 19.30**

**Zdravilne meditacije.** Vizualizacija in meditacije za spodbujanje notranje samozdravilne moči.

**Sreda, 17. 4. 2019 ob 17.00**

**Življenje z izgubo.** Izguba otroka je največja izguba, ki jo lahko doživimo. Mesečna srečanja vodi društvo Mamice za mamice.

**Sreda, 17. 4. 2019 ob 18.00**

**Odprta skupina za samopomoč.** Skupino za žalujoče vodi Slovensko društvo Hospic.

**Ponedeljek, 1. 4., 8. 4., in 15. 4. 2019 od 14.00**

**Individualna učna pomoč.** Brezplačne inštrukcije matematike, fizike in drugih predmetov za osnovno šolo. **Obvezne prijave.**

**Petek, 5. 4., 12. 4., 19. 4. in 26. 4. 2019 od 14.00**

**Individualna učna pomoč.** Brezplačne inštrukcije iz angleščine, in drugih predmetov za osnovno šolo. **Obvezne prijave.**

**Torek 2. 4. 2019 ob 10.30 in 16. 4. 2019 ob 17.00**

**Tehnična prva pomoč - računalništvo in telefonija.**

Pomoč pri reševanju težav in uporabi računalnikov in telefonov.

## PREDAVANJA in DELAVNICE

Obvezne prijave na MCK

**Ponedeljek, 1. 4. 2019, 18.00 - 20.00**

**Tesla Metamorfoza.** Več kot energijsko zdravljenje. Klienti poročajo o ozdravitvah bolezni, ki so bile prepoznane kot neozdravljive. Predava Anja Petrovič..

**Torek, 2. 4. 2019, 18.00 - 20.00**

**Predavanje o javnem nastopanju.**

**Četrtek, 4. 4. 2019, 17.00 - 19.00**

**Kako do boljšega razumevanja v odnosih.**

Predava dr. Kristina Knific.

**Petek, 5. 4. 2019, 18.00 - 20.00**

**Luna in Venera.** Predava astrolog Tadej Šink..

**Ponedeljek, 8. 4. 2019, 18.00 - 19.30**

**Antibiotiki.** Uporaba in zloraba.

Predava Anda Perdan, dr. med.

**Sreda, 10. 4. 2019 ob 18.15**

**Gobe in gobarjenje.** O gobah predava Bojan Arzenšek.

**Četrtek, 11. 4. 2019, 17.30 - 19.30**

**Predavanje: Družinski zakonik.** Pravne novosti in ključne spremembe družinskega zakonika.

**Ponedeljek, 15. 4. 2019, 18.00 - 19.30**

**Bonding terapija.** Je ena od svetovno priznanih psihoterapij, se uporablja tudi ot metoda osebne rasti.

**Torek, 16. 4. 2019, 18.00 - 19.30**

**Človek kot večdimenzionalno bitje - 11. del.** Predava Zoran Železnikar.

**Sreda, 17. 4. 2019, 17.30 - 19.30**

**Kap na vsakem koraku.** Možganska kap in rehabilitacija. Predava Tanja Ravnikar.

**Četrtek, 18. 4. 2019, 18.00 - 19.30**

**Potopisno predavanje: Maroko.**

**Petek, 19. 4. 2019 ob 18.00**

**Uvodno predavanje o učenju Bruna Gröninga.**

**Torek, 23. 4. 2019 ob 17.30**

**Starševstvo-ni panike!** Pogovorna skupina za starše.

**Ponedeljek, 8. 4. 2019 ob 17.00**

**Ogled čistilne naprave.** Zbirališče je pred vhodom v čistilno napravo na Zarici. Ogled vodi Janko Zupan.