

## JULIJ 2026

PON

TOR

SRE

ČET

PET

PON	TOR	SRE	ČET	PET
6 10:00 TAI QI IN QI GONG 12:00 ČUDEŽNA MATEMATIKA 14:00 SLOVENŠČINA Z ALENKO	7 14:00 DRUŽABNE IGRE - REMI 15:00 KONVERZACIJA V ITALIJANŠČINI	1 10:30/15:00 BURUNDI 15:00 BRIDŽ 18:00 MAJA ŠOLA SONČENJA 19:00 SAHAJA JOGA	2 9:00 DINAMIČNA ENERGIJA 9:30 SLOVENŠČINA Z MARINO 11:00 POLETNE TEHNIKE SAMOMASAŽE 11:00 SLOVENŠČINA Z ALENKO 14:30 PRIDI, PLEŠI IN SE SMĚJ	3 11:00 BARVNI TOK 12:30 FELDENKRAIS 16:30 KONVERZACIJA V RUŠČINI
13 10:00 TAI QI IN QI GONG 14:00 SLOVENŠČINA Z ALENKO	14 9:30 SLOVENŠČINA Z MARINO 14:00 DRUŽABNE IGRE - REMI 17:00 BRALNI KROŽEK	8 10:30 ORIENTALSKI PLES 15:00 BRIDŽ 19:00 SAHAJA JOGA	9 9:30 SLOVENŠČINA Z MARINO 11:00 SLOVENŠČINA Z ALENKO 14:00 SOFRITO 14:30 PRIDI, PLEŠI IN SE SMĚJ	10 10:00 JOGA 16:30 KONVERZACIJA V RUŠČINI
20 10:00 TAI QI IN QI GONG 12:00 UŠTVARJALNI KOTIČEK	21 12:00 KREATIVNO PISANJE 17:00 STRETCHING	15 10:30 BURUNDI 13:00 ŠIVANJE IN KVACKANJE 15:00 BRIDŽ 19:00 SAHAJA JOGA	16 9:00 DINAMIČNA ENERGIJA 9:30 SLOVENŠČINA Z MARINO 9:30 KONVERZACIJA V ANGLEŠČINI 12:00 RAZMIGAJMO MOZGANE	17 10:00 JOGA 11:00 BARVNI TOK 16:30 KONVERZACIJA V RUŠČINI
27 10:00 TAI QI IN QI GONG 12:00 UŠTVARJALNI KOTIČEK	28 9:30 SLOVENŠČINA Z MARINO 12:00 KREATIVNO PISANJE	22 13:00 PETJE 15:00 BRIDŽ 19:00 SAHAJA JOGA	23 9:30 SLOVENŠČINA Z MARINO 10:00 ŠOLA SPOMINA	24 12:00 SOCIALNE IGRE 14:00 FIGURE IZ GLINE 16:30 KONVERZACIJA V RUŠČINI
		29 15:00 BRIDŽ 19:00 SAHAJA JOGA	30 9:00 DINAMIČNA ENERGIJA 9:30 SLOVENŠČINA Z MARINO 12:00 OSNOVE LOGOTERAPIJE	31 12:00 SOCIALNE IGRE 14:00 FIGURE IZ GLINE 16:30 KONVERZACIJA V RUŠČINI

Pokukaj v našo brošuro na spletu:



## AVGUST 2026

PON

TOR

SRE

ČET

PET

3

10:00 TAI QI IN QI GONG

14:00 SLOVENŠČINA Z ALENKO

4

9:30 KONVERZACIJA V ANGLEŠČINI

12:00 RAZMIGAJMO MOZGANE

5

10:00 ORIENTALSKI PLES

15:00 BRIDŽ

19:00 SAHAJA JOGA

6

9:30 SLOVENŠČINA Z MARINO

11:00 SLOVENŠČINA Z ALENKO

7

11:00 BARVNI TOK

16:30 KONVERZACIJA V RUŠČINI

10

10:00 TAI QI IN QI GONG

14:00 SLOVENŠČINA Z ALENKO

11

9:30 SLOVENŠČINA Z MARINO

14:00 SOFRITO

14:00 DRUŽABNE IGRE - REMI

12

9:15 MOČ VRANICE

10:00/14:00 BURUNDI

13:00 ŠIVANJE

15:00 BRIDŽ

19:00 SAHAJA JOGA

13

9:00 DINAMIČNA ENERGIJA

9:30 SLOVENŠČINA Z MARINO

11:00 SLOVENŠČINA Z ALENKO

14

12:00 SOCIALNE IGRE ZA MLADOSTNIKE

14:00 FIGURE IZ GLINE

16:30 KONVERZACIJA V RUŠČINI

17

10:00 TAI QI IN QI GONG

12:00 USTVARJALNI KOTIČEK

14:00 SLOVENŠČINA Z ALENKO

18

9:30 SAHADŽA MEDITACIJA

10:00 ORIENTALSKI PLES

12:00 KREATIVNO PISANJE

19

9:15 KAJ NAM GOVORI NAŠE TELO

10:00 JOGA

13:00 PETJE

15:00 BRIDŽ

18:00 MAĻA ŠOLA SONČENJA

19:00 SAHAJA JOGA

20

11:00 SLOVENŠČINA Z ALENKO

14:30 PRIDI, PLEŠI IN SE SMEJ

21

10:00 ŠOLA SPOMINA

11:00 BARVNI TOK

16:30 KONVERZACIJA V RUŠČINI

24

10:00 TAI QI IN QI GONG

12:00 USTVARJALNI KOTIČEK

25

9:30 SAHADŽA MEDITACIJA

12:00 KREATIVNO PISANJE

14:00 DRUŽABNE IGRE - REMI

26

15:00 BRIDŽ

19:00 SAHAJA JOGA

27

12:00 OSNOVE LOGOTERAPIJE

14:30 PRIDI, PLEŠI IN SE SMEJ

28

12:30 FELDENKRAIS

16:30 KONVERZACIJA V RUŠČINI

31

10:00 TAI QI IN QI GONG

12:00 ČUDEŽNA MATEMATIKA

14:00 SLOVENŠČINA Z ALENKO

Pokukaj v našo brošuro na spletu:





Kuharska delavnica



Gibalna aktivnost



Ustvarjalna aktivnost



Skrb zase



Jezikovna delavnica



Miselna aktivnost



Osebnostna rast

# Napovednik aktivnosti JULIJ & AVGUST

Večgeneracijski center Ljubljana+ **NŠ PLAC** je osrednji prostor zbiranja, informiranja in srečevanja na Cene Štupar - CILJ, Ulica Ambrožiča Novljana 5, Ljubljana. Hkrati v okviru Nšga PLACA vsak mesec potekajo najrazličnejše aktivnosti za odrasle, mladostnike in otroke. Če se želite družiti, spoznavati zanimive ljudi, se osebno opolnomočiti, poskrbeti za zdravje, kvalitetnejše življenje, se naučiti česa novega ali ohraniti in obnoviti že pridobljeno znanje, se nam pridružite na kateri od delavnic. Toplo vas bomo sprejeli!

**\*Organizator si pridružuje pravico do spremembe izvedbe programa.**

**Vse delavnice so za udeležence **BREZPLAČNE**,  
PRIJAVE pa **OBVEZNE!****

 **PRIJAVE NA AKTIVNOSTI SPREJEMAMO NA:**

 [mira.jakupaj@cene-stupar.si](mailto:mira.jakupaj@cene-stupar.si)  031 600 410  [alenka.brajnik@cene-stupar.si](mailto:alenka.brajnik@cene-stupar.si)  030 603 310



**Sofinancira  
Evropska unija**



VSAK PONEDELJEK

## TAI QI IN QI GONG

V lepem vremenu vadbo izvajamo na prostem v **Severnem parku Navje**. To pomeni, če NI dežja in če so temperature VIŠJE od 10 stopinj. V nasprotnem primeru bo vadba potekala online preko ZOOM povezave, ki vam jo ob prijavi pošljemo na vaš email naslov. **Do jeseni delavnice ne bo v naših prostorih.**

Delavnico vodi Boris, mojster iz Rusije, ki se že 20 let ukvarja s Tai Qi in Qi Gongom. Izvedeli boste marsikaj novega o zdravem življenjskem slogu.



PETEK, 10. in 17. 7.  
SREDA, 19. 8.

## JOGA NA CELOSTEN NAČIN

Povežite svoje telo in duha ter se celostno razgibajte, umirite in predihajte svoje telo. Joga na celosten način vključuje raznovrstne klasične asane, yin položaje ter druge dihalne in fizične vaje za optimalen razteg mišic, vezivnega tkiva in sklepov. Aktivirali boste tudi določene akupresurne točke in se zazibali v sproščeno stanje meditacije. Manjkala ne bo niti prijetna glasba.

**S seboj prinesite podlogo za vadbo!!!**

Z vami bo Nina.



**PETEK, 3. 7.**

## **METODA FELDENKRAIS: SPREHOD TELESA**

Metoda Feldenkrais poudarja igriv pristop k raziskovanju telesa. Vse kar raziskujemo med lekcijami na tleh, uporabimo kasneje, ko se postavimo na nogi in gremo po svoji poti.

Poletje nas vabi, da sprehodimo tvoje telo. Metoda Feldenkrais vabi, da ga raziščemo.

**Na lekcijo prinesite svojo podlogo in brisačko za pod glavo.**

Z vami bo Jurij.



**PETEK, 28. 8.**


## **METODA FELDENKRAIS: NOGI IN GLAVA**

Človek je ustvarjen tako, da hodi, spoznava, raziskuje. Medtem ko se gresta nogi igra korakov, se glava zvedavo ozira naokoli in skrbi, da je smer pravilna. Ali pa v kontaktu s seboj išče navdih. Današnja Feldenkrais-lekcija nas pripravi na oboje.

**Na lekcijo prinesite svojo podlogo in brisačko za pod glavo.**

Z vami bo Jurij.



 10:30/10:00

 UČILNICA 6

SREDA, 8. 7.  
SRE, 5. 8. in TOR, 18. 8.

## ORIENTALSKI PLES

Delavnica je odlična priložnost za vse, ki želite obuditi svojo ženstveno plat, izboljšati gibljivost ter uživati v orientalskih ritmih. Prilagojeno popolnim začetnikom in za vse starosti.

Potrebujete podlogo za vadbo, pijačo za odžejanje in pas za orientalski ples (če ga imate) ali trikotno ruto.  
Z vami bo Alenka.



 14:30

 UČILNICA 6

ČETRTEK, 2. in 9. 7.  
ČETRTEK, 20. in 27. 8.

## PRIDI, PLEŠI IN SE SMEJ

**Pridi, pleši in se smeji, z nami dobro se imej!**

Plesna delavnica je namenjena vsem, ki se radi gibate ob glasbi, v prostoru v skupini, sami ali v dvoje. Delavnica se prične s (krajšim) ogrevanjem, raztezanjem telesa. Ogreti in pripravljeni, se bomo podali v plesni svet, spoznali bomo osnove gibanja v prostoru in različne plesne tehnike, glede na želje udeležencev. **Pridite v športnih copatih.**

Z vami bo Diana.



TOREK, 21. 7.

## STRETCHING

Lahka vadba z zmerno obremenitvijo za moške in ženske od 28. leta dalje, namenjena razvoju mobilnosti, prožnosti in ravnotežja, delu s kolčnimi sklepi ter sproščanju mišičnih napetosti. Vadba pomaga pri zmanjševanju stresa in napetosti v telesu, dihalne tehnike pa omogočajo sprostitvev in boljšo osredotočenost. Po vadbi boste občutili lahkotnost, večjo svobodo gibanja in boljše splošno počutje. Primerna je za začetnike, ne zahteva predhodnega znanja, za najboljši učinek pa je priporočljiva redna vadba. Trajanje — 60 minut.

**Obvezno je, da s seboj prinesete podlogo za vadbo.** Z vami bo Olga.



SRE, 22. 7. in 19. 8.

## PETJE

Vabljeni na pevsko delavnico vsi, ki radi ljubiteljsko in amatersko prepevate.

Poleg petja, se bomo tudi družili, zabavali in uživali v dobri glasbi ter sčasoma poskusili usvojiti tudi večglasno petje.

Z vami bo Joži.



**TOREK, 18. in 25. 8.**

## SAHADŽA MEDITACIJA

V današnjih časih potrebujemo sprostitev, zato vas vabimo, da se nam pridružite pri meditaciji. Začutite življenjsko energijo v sebi, postanite sam svoj guru! Sahadža joga je posebna vrsta meditacije in ni telovadba.

Vse se dogaja spontano, učinki pa so takojšnji. Na svojih dlaneh boste takoj začutili stanje vaših energetskih centrov in kanalov. Z vami bo Boštjan.



**ČETRTEK, 2. 7.**

## POLETNE TEHNIKE SAMOMASAŽE

Na delavnici bomo raziskovali sebe skozi zanimivo tehniko samomasaže in vse kar potrebujemo je dobra volja.

Prikaz samomasaže za dvig razpoloženja in telesne odpornosti. Dobili boste tudi nekaj namigov kako ustvariti lepše družinske in partnerske odnose.



ČET, 2., 16 in 30. 7.  
ČET, 13. 8.

# DINAMIČNA ENERGIJA

Aktivna telesno-čustvena praksa, ki skozi gibanje in meditativno doživljanje krepi notranjo moč, pogloblja občutek ljubezni in hvaležnosti ter razvija energijo in jasnost.

V praksi delamo s čustvi, utrjujemo osebne meje in iščemo notranje ravnovesje. Preko usmerjenega procesa prebujamo življenjsko energijo ter gradimo občutek notranje stabilnosti in izpolnjenosti.

**Za udobje s seboj prinesite športno obutev in podlogo.**

Vadba združuje telesno obremenitev z umirjenim zaključkom v meditaciji.

Vadbo vodi Evgenii, praktik psihokineziologije.



**SREDA, 1. 7. in 19. 8.**

## **MALA ŠOLA SONČENJA**

Prijazno vabljeni na delavnico, kjer bomo povezali učinke sonce, prehrane ter prehranskih dodatkov, ki preverjeno pomagajo zaščititi kožo pred nevarnimi žarki.

Praktična delavnica bo potekala 2 šolski uri, pripravite si svojo najljubšo beležnico ter pisalo.

Z vami bo Orni Ba Kunst.



**PETEK, 3. in 17. 7.  
PETEK, 7. in 21. 8.**

## **BARVNI TOK**

Obstaja prostor, kjer bel list oživi in postane začetek novega sveta. Delavnica risanja je namenjena vsem, ki želijo svoja čustva preliti v barve, linije in oblike. Vsem, ki se želijo nežno vračati k sebi in v življenje polno vseh odtenkov mavrice. Art terapija, prijetno vzdušje in druženje vam pomagajo sprostiti napetost ter obarvati notranji svet z živimi barvami. Ni pomembno, ali ste že kdaj držali čopič v roki. Pomembna je le ena stvar — vaša želja po občutenju barve. Dovolite si ustvarjati in svet vam bo zagotovo odgovarjal. Prepustite se ustvarjanju brez meja z Oksano.



ŠTALCA POD GOLOVCEM

NEDELJA

## JAZ SEM LUN

**DELAVNICA ZA OTROKE!!!** Počitniške tematske delavnice o konjih. Pripravi konjske priboljške, jahaj kot indijanec, preizkusi se v preskakovanju ovir in postani Lunov prijatelj. Na vsaki delavnici se bomo naučili česa novega in seveda tudi jahali! Pridruži se nam in skupaj z Lunom odkrij magični svet konj. Termini so primerni za otroke od 5 do 12 let, morajo biti športno obuti in s sabo naj imajo malico in pijačo.

Termini: **19. in 26. 7.** ter **16. 8.** Od 9.00 do 12.00 ure.

Dobimo se v konjeniškem klubu Štalca pod Golovcem, Fužinska cesta 5, Ljubljana.



UČILNICA 2

VSAKO SREDO

## SPONTANA MEDITACIJA - SAHAJA JOGA

**NADALJEVALNA SKUPINA!**

Začutite življenjsko energijo v sebi, sprostite se ob meditaciji. Sahaja Joga je posebna tehnika meditacije, ki nas popelje preko mentalnih, čustvenih in fizičnih aktivnost. Omogoča nam doseči življenjsko ravnovesje in se osvoboditi stresa. Blagodejno vpliva tudi na zdravje. Vse se dogaja spontano in učinki so takojšnji. **Dobrodošli vsi, ki ste vsaj 3 mesece redno obiskovali začetni tečaj.** Z vami bosta Nika in Jure.



**SREDA, 12. 8.**

## MOČ VRANICE ZA VEČ ENERGIJE

Se kljub trudu soočate s popoldansko utrujenostjo, napihnjenostjo ali pomanjkanjem motivacije?

TKM in naturopatija uči, da je vranica ključni motor, ki hrano preobraža v našo življenjsko moč. Ko je njena energija oslABLJENA, to občutimo kot težo v telesu in meglo v glavi. Vabljeni na praktično delavnico, kjer boste spoznali preproste in takoj uporabne korake za podporo telesu. Z ustreznimi prehranskimi nasveti, prilagoditvijo življenjskega ritma in naravnimi metodami boste vranici vrnilo moč, sebi pa lahkotnost, jasnost in dolgotrajno vitalnost. Z vami bo Renata Bačvič.



**SREDA, 19. 8.**

## KAJ NAM GOVORI NAŠE TELO

Ste se kdaj vprašali, zakaj vas stisne v grlu, ko nečesa ne morete izreči, ali zakaj oči pešajo prav takrat, ko se soočate s težko situacijo? Naše telo je moder glasnik, ki preko fizičnih znakov razkriva naše potlačene emocije in neizrečene misli. Na delavnici bomo skozi preplet psihologije, naturopatije in tradicionalne kitajske medicine raziskali pomen telesnih simptomov in se naučili razumeti njihov skriti jezik. Pridružite se nam in odkrijte, kako svojemu telesu ne le prisluhniti, temveč ga tudi zares slišati. Z vami bo Renata Bačvič.



PON, 20. in 27. 7.  
PON, 17. in 24. 8.

## USTVARJALNI KOTIČEK

Ustvarjalni kotiček je 90-minutna ustvarjalna delavnica, namenjena vsem, ki si želijo sproščene ustvarjanja, raziskovanja različnih tehnik in prijetnega druženja. Na srečanjih bomo preizkušali preproste likovne in ustvarjalne pristope, kot so delo s papirjem, barvami in naravnimi materiali ter različne tehnike izražanja idej in spominov.

Poudarek je na procesu ustvarjanja, radovednosti in uživanju v delu, ne na popolnem končnem izdelku. Vsako srečanje prinaša novo temo ali ustvarjalni izziv, ki je prilagojen vsem, ne glede na predznanje.

Z vami bo Nika.



TOR, 21. in 28. 7.  
TOR, 18. in 25. 8.

## KREATIVNO PISANJE

Delavnica kreativnega pisanja bo namenjena spodbujanju domišljije, ustvarjalnosti in izražanja skozi različne pisalne vaje v sproščnem in podpornem okolju. Posamezna delavnica bo trajala približno uro in pol ter bo običajno razdeljena na krajše ogrevanje (okoli 10 minut), glavno pisalno nalogo (40 minut), krajšo pavzo ter zaključni pogovor oziroma refleksijo.

Pri delavnicah bodo uporabljene različne vaje.

Z vami bo Nika.



17:00



UČILNICA 2

TOREK, 14. 7.

## BRALNI KROŽEK

Srečanje v obliki filološkega branja ruske literature (klasična dela, ljudske pravlјice in druga besedila).

Učitelj bere izbrano besedilo na glas v ruščini, nato pa udeleženci na preprost način razpravljajo o njegovem pomenu. Obravnavamo zgodbo, jezik in kulturni kontekst dela. Prav tako je to priložnost, da slišite živo, pravilno rusko literarno govorico v izvedbi učitelja.

Raven znanja ruščine je približno A1–A2 (dovolj za splošno razumevanje in sodelovanje v pogovoru).

Trajanje — 60 minut. Srečanje je zanimivo za vse, ki se učijo ruskega jezika in literature, vključno z učitelji.

Z vami bo Olga.



ČETRTEK, 23. 7.  
PETEK, 21. 8.

## ŠOLA SPOMINA

Aktivirajte svoje možgane in se nam pridružite pri urjenju spomina, odziva in samorefleksije. Vodena šola spomina vključuje različne verbalne, fizične, miselno-logične ter kreativno-interaktivne vaje in igre, ki pozitivno vplivajo na kognitivne funkcije, čustva in počutje.

Z vami bo Nina.



ČETRTEK, 16. 7.  
TOREK, 4. 8.

## RAZMIGAJMO MOŽGANE

Vabljeni na druženje in razgibavanje možganov z različnimi vajami, ki vas bodo spodbudile, da boste možgančke pripravili do »dela na obratih« in obenem poskrbeli za krepitev spomina.

Z vami bo Mira.



**VSAKO SREDO**

## **BRIDŽ**

Vstopite v svet Bridža - igre, ki združuje logiko, strategijo in druženje ob kartah.

Na sproščen in zabaven način se boste naučili osnov, da boste lahko že na prvi delavnici odigrali svojo prvo igro.

Z vami bo Neva.



**TOREK, 7. in 14. 7.**  
**TOREK, 11. in 25. 8.**

## **DRUŽABNE IGRE - REMI**

Pridružite se nam pri igranju igre s kartami - **REMI**, kjer boste lahko klepetali z drugimi udeleženci in uživali v sproščenem vzdušju.

Lahko pa prinesete tudi svojo najljubšo igro, nam jo predstavite in zabavo delite z drugimi.

Z vami bo Alenka.



**PETEK, 24. in 31. 7.**  
**PETEK, 14. 8.**

## **FIGURE IZ ZRAKOSUŠNE GLINE**

Vabimo vas na ustvarjalno delavnico izdelave figuric iz zrakosušne gline. Ustvarili si boste edinstven spominek ali pa jo boste tudi komu podarili.

To je odlična priložnost za kakovostno preživljanje časa, vadbo domišljije in ustvarjanje edinstvenega spominka z lastnimi rokami. Vzdušje bo zabavno in zelo navdihujoče!

Z vami bo Nadežda.



**PETEK, 24. in 31. 7.**  
**PETEK, 14. 8.**

## **ANGLEŠKE IGRE ZA MLADOSTNIKE**

Učence od 5. do 8. razreda vabimo k igranju iger s kartami Fuji Flush in Sleeping Queens v angleščini. Krepili bomo logiko, pozornost in koncentracijo.

Imeli boste priložnost za interakcijo z drugimi udeleženci in uživanje v sproščenem vzdušju, hkrati pa boste okrepili svoje logične in matematične sposobnosti. Petnajstletna učenka iz evropske šole vam bo z veseljem razložila pravila. Pridite, zabavno bo!

**Zaprta skupina!**



PON, 6. 7. in 31. 8.

## ČUDEŽNA MATEMATIKA

Matematika je zanimiva in privlačna tudi v počitniškem času. Pri primerjanju potovanj, cenovnih pogojev, kombiniranju datumov, preverjanju števil potovalk, ki jih spravimo v prtljažnik, racionalizaciji pakiranja, ugotavljanju višine popustov, sestavljanju počitniških urnikov in načrtovanju skoka v delovni utrip, ki nas čaka jeseni. Poleti se srečamo dvakrat. Vsakokrat bo zanimivo in poučno. Z vami bo Nina.



ČETRTEK, 9. 7.  
TOREK, 11. 8.

## SOFRITO

Letošnja poletna tema je sofrito. Julija bomo pripravljali italijansko različico. Gre za aromatično osnovo iz pražene zelenjave in maščobe, ki služi kot temelj številnih omak, enolončnic, rižot in juh. Italijanska različica je osnova za testeninske omake, mineštre in rižote. Zelenjava je vedno nasekljana na zelo drobno in enakomerno. Avgusta pripravljamo špansko različico, ki se uporablja kot osnova za znamenito jed paella, enolončnice in mesne jedi. **Na delavnici je potrebno aktivno sodelovanje. V primeru, da vam ne bo dodeljena naloga, prosimo, da v tišini spremljate pripravo jedi in prisluhnite izvajalki!** Z vami bo Ula hribar Babinski.



**ČETRTEK, 30. 7.**  
**ČETRTEK, 27. 8.**

## **OSNOVE LOGOTERAPIJE**

Z logoterapijo se bomo srečevali 1x mesečno. Po prvem, uvodnem srečanju, kjer smo spoznali kaj je logoterapija in se srečali z njenimi osnovami, bomo tokrat nadaljevali z njenimi temeljnimi koncepti in termini.

Kaj je smisel življenja? Ali ima tudi trpljenje smisel? Kaj je v življenju bistveno in resnično pomembno? Razvijali bomo misli na te in podobne teme.

Logoterapija dobesedno pomeni zdravljenje duševnosti z odkrivanjem smisla (gr. logos – smisel, therapeuein – zdraviti). Glavna značilnost tega psihoterapevtskega pristopa je usmerjenost k smislu, ki postavlja v ospredje človekovo svobodno voljo, odgovornost in voljo do smisla.

Z vami bo Mira.



**SREDA, 15. 7. in 12. 8.**

## **ŠIVANJE IN KVAČKANJE**

Vabljeni na šivanje in kvačkanje pa lastnih željah.

S seboj prinesite šivalni stroj, če ga imate in šivanke za šivalni stroj. Lahko pa tudi šivalni pribor, šivanke za ročno šivanje, šiviljski trak, svinčnik, kredo in nekaj za ošilit kredo, dva paketa bucik in kar potrebujete za vaše šivanje ali kvačkanje.

Z vami bo Joži.

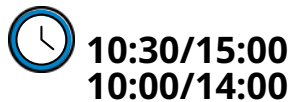


**TOREK, 7. 7.**

## KONVERZACIJA V ITALIJANSKEM JEZIKU

Skozi pogovor in sproščeno izmenjavo misli bomo razvijali samozavest pri govorjenju italijanščine ter jo utrjevali za vsakodnevno rabo. Ob kratkih situacijskih vajah in temah iz vsakdanjega življenja bomo širili besedišče ter spoznavali uporabne izraze za pogovore, potovanja in različne življenjske trenutke.

Z vami bo Metka.



**SREDA, 1. in 15. 7.**  
**SREDA, 12. 8.**

## PODPORNI SKUPINI - BURUNDI

Delavnica je namenjena osebam z malo znanja slovenščine, ki želijo jezik uporabljati bolj samozavestno in sproščeno. Skozi igre vlog, opisovanje slik in pogovor bomo vadili vsakodnevne situacije ter bogatili besedišče. Srečanja bodo potekala v varnem in spodbudnem okolju, kjer bo poudarek na praktični rabi jezika in medsebojni podpori.

**ZAPRTI SKUPINI!** Vodi ju Alenka.



 16:30

 UČILNICA 2

**VSAK PETEK**

# KONVERZACIJA V RUSKEM JEZIKU

Pridružite se nam na pogovornih uricah ruskega jezika. Na delavnici bomo premagali jezikovno oviro, razširili besedni zaklad ter govorili o različnih zanimivih temah v ruščini. Z vami bo Elizaveta (Liza).

**Začetno znanje ruščine je obvezno!**



 9:30

 UČILNICA 20


**VSAK ČETRTEK**

# SLOVENŠČINA Z MARINO

Sem Marina iz Rusije. Ponujam pomoč pri pripravi na izpit iz slovenščine za začetnike - **stopnja A1, neslovani**. Lahko vam pomagam usvojiti osnove in se bolje pripraviti na izpit. Dobrodošli tudi na konverzacijo v slovenskem jeziku oziroma na pogovor v slovenščini.  
(Vsak četrtek v juliju ter 6. in 13. 8.)

**KONVERZACIJA V SLOVENŠČINI: 14. in 28.7 ter 11.8.**  
**Vabljeni vsi na sproščen pogovor!**



 14:00/11:00

 UČILNICA 2

VSAK PON in ČET

# SLOVENŠČINA Z ALENKO

Pogovorne urice v slovenščini z Alenko bodo dvakrat v tednu, **PRIJAVITE SE LAHKO SAMO NA EN TERMIN!** PONEDELJEK (6.7. in 13.7. TER 3.8., 10.8., 17.8. IN 31.8.) ALI ČETRTEK (2.7. in 9.7. TER 6.8., 13.8. IN 20.8.) (PON. ob 14.00- 15.30, ali ČETRTEK ob 11.00- 12.30), **NE pa na oba dneva!**

**V ponedeljek, 20.7., 27.7. in 24.8. TER četrtek, 16.7., 23.7., 30.7. in 27.8. DELAVNICE NI!**



 9:30

 UČILNICA 2

ČETRTEK, 16. 7.  
TOREK, 4. 8.

# KONVERZACIJA V ANGLEŠČINI

Na delavnici simuliramo resnične izkušnje, ki nam pomagajo pri učenju in razvijanju angleških znanj, potrebnih za vsakodnevno življenje. Pridružite se dr. Ferryu Stepančiču, kjer boste z uporabo pogovornih lekcij, uporabe novih fraz in idiomov ter igranjem vlog izboljšali vaše pogovorne sposobnosti. Začetno znanje angleščine je obvezno!

*Beležka* \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

 [mira.jakupaj@cene-stupar.si](mailto:mira.jakupaj@cene-stupar.si)  031 600 410  [alenka.brajnik@cene-stupar.si](mailto:alenka.brajnik@cene-stupar.si)  030 603 310



**Spletna verzija brošure**



**Sofinancira  
Evropska unija**