

SEPTEMBER 2026

PON

TOR

SRE

ČET

PET

7

10:00 TAI QI IN QI GONG
10:15 TEČAJ RISANJA IN SLIKANJA
13:00 UMETNIŠKI KOTIČEK
14:00 SLOVENŠČINA Z ALENKO
15:45 FIGURE IZ ZRAKOSUŠNE GLINE

14

10:00 TAI QI IN QI GONG
10:15 TEČAJ RISANJA IN SLIKANJA
12:00 ČUDEŽNA MATEMATIKA
14:00 SLOVENŠČINA Z ALENKO
17:00 BRALNI KROŽEK

21

10:00 TAI QI IN QI GONG
10:15 TEČAJ RISANJA IN SLIKANJA
13:00 UMETNIŠKI KOTIČEK
14:00 SLOVENŠČINA Z ALENKO
15:45 FIGURE IZ ZRAKOSUŠNE GLINE

28

10:00 TAI QI IN QI GONG
10:15 TEČAJ RISANJA IN SLIKANJA
12:00 ČUDEŽNA MATEMATIKA
14:00 SLOVENŠČINA Z ALENKO
17:00 BRALNI KROŽEK

1

9:30 SAHADŽA MEDITACIJA
10:00 ORIENTALSKI PLES
13:00 STRETCHING
18:00 LIMFA JESENI

8

9:30 SAHADŽA MEDITACIJA
9:30 KONVERZACIJA Z MARINO
13:00 STRETCHING
14:00 DRUŽABNE IGRE - REMI
18:00 PREHRANA JESENI

15

9:30 SAHADŽA MEDITACIJA
9:30 KONVERZACIJA V ANGLEŠČINI

22

9:30 SAHADŽA MEDITACIJA
9:30 KONVERZACIJA Z MARINO
13:00 STRETCHING
14:00 DRUŽABNE IGRE - REMI

29

9:30 SAHADŽA MEDITACIJA
9:30 KONVERZACIJA Z MARINO
13:00 STRETCHING
14:00 DRUŽABNE IGRE - REMI

2

10:00 UMETNIŠKI KOTIČEK
10:00/15:00 BURUNDI
15:00 BRIDŽ
15:00 PRIDI, PLEŠI
19:00 SAHAJA JOGA

9

9:15 MOKSA
13:00 PETJE
15:00 BRIDŽ
19:00 SAHAJA JOGA

16

10:30 ORIENTALSKI PLES
15:00 BRIDŽ
15:00 PRIDI, PLEŠI
19:00 SAHAJA JOGA

23

9:15 PLJUČA
13:00 IKEBANA
15:00 BRIDŽ
19:00 SAHAJA JOGA

30

12:00 LOGOTERAPIJA
15:00 BRIDŽ
15:00 PRIDI, PLEŠI
19:00 SAHAJA JOGA

3

9:00 DINAMIČNA ENERGIJA
9:30 SLOVENŠČINA Z MARINO
11:00 SLOVENŠČINA Z ALENKO
12:00 PSIHOMATRICA

10

9:30 SLOVENŠČINA Z MARINO
10:00 KREATIVNO PISANJE
11:00 SLOVENŠČINA Z ALENKO
12:00 PSIHOMATRICA

17

9:00 DINAMIČNA ENERGIJA
9:30 SLOVENŠČINA Z MARINO
10:00 OBŽALOVANJA
11:00 SLOVENŠČINA Z ALENKO
11:30 ANGLEŠČINA V PESMI
14:00 TKM
17:00 BRALNI KLUB S TUJCI

24

9:30 SLOVENŠČINA Z MARINO
10:00 KREATIVNO PISANJE
11:00 SLOVENŠČINA Z ALENKO
14:00 PAMETNI TELEFONI

4

10:00 JOGA
12:00 RAZMIGAJMO MOŽGANE
16:30 KONVERZACIJA V RUŠČINI

11

10:00 JOGA
12:00 RAZMIGAJMO MOŽGANE
16:30 KONVERZACIJA V RUŠČINI

18

12:30 FELDENKRAIS
13:00 SLIVOV KLAFUTIS
16:30 KONVERZACIJA V RUŠČINI

25

10:00 ŠOLA SPOMINA
12:30 FELDENKRAIS
16:30 KONVERZACIJA V RUŠČINI

Pokukaj v našo brošuro na spletu:





Kuharska delavnica



Gibalna aktivnost



Ustvarjalna aktivnost



Skrb zase



Jezikovna delavnica



Miselna aktivnost



Osebnostna rast

Napovednik aktivnosti SEPTEMBER

Večgeneracijski center Ljubljana+ **N'S PLAC** je osrednji prostor zbiranja, informiranja in srečevanja na Cene Štupar - CILJ, Ulica Ambrožiča Novljana 5, Ljubljana. Hkrati v okviru N'šga 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 ☎ 031 600 410 ✉ 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. **V učilnice se vrnemo nazaj meseca oktobra.**

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, 4. in 11. 9.

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, 18. 9.

METODA FELDENKRAIS: SUKANJE GLAVE, 1.DEL

Jesensko serijo lekcij metode Feldenkrais bomo posvetili sukanju glave. Zelo uporabna sposobnost našega telesa, ki pa jo je mogoče kdo že malo opustil? Karkoli bomo uspeli obuditi, vse nam bo pomagalo k bolj učinkovitemu delovanju v našem vsakdanu.

Na lekcijo prinesite svojo podlogo in brisačko za pod glavo.
Z vami bo Jurij.



PETEK, 25. 9.

METODA FELDENKRAIS: SUKANJE GLAVE, 2. DEL

Sukanje glave se ne konča pri ramenih, pač pa seže precej globlje navzdol po telesu. Gib in teža se porazdelita od zgoraj navzdol tako, da lahko vedno ohranjamo kar najboljše ravnotežje in s tem izhodišče za interakcijo z zunanjim okoljem.

Na lekcijo prinesite svojo podlogo in brisačko za pod glavo.
Z vami bo Jurij.



 10:00/10:30

 UČILNICA 6

TOR, 1. 9. in SRE, 16. 9.

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.



 15:00

 UČILNICA 6

SRE, 2., 16. in 30. 9.

PRIDI, PLEŠI IN SE SMEJ

Pridi, pleši in se smej, 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.

**VSAK TOREK**

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.

Delavnice NI v torek, 15. 9. !

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

**SREDA, 9. 9.**

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.



VSAK TOREK

SAHADŽA MEDITACIJA

V današnjih časih potrebujemo sprostitvev, 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, 3. in 17. 9.

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.



TOREK, 1. 9.

GIBANJE IN LIMFA JESENI

Gibanje in delovanje limfe v jesenskem času.

Pripravite svoje telo na naslednji letni čas, ko nas začnejo obkrožati jesenske barve. Praktična delavnica s personaliziranimi nasveti za lažji pretok limfnega sistema bo potekala 2 šolski uri, pripravite si svojo najljubšo beležnico ter pisalo.

Z vami bo Orni Ba Kunst.



TOREK, 8. 9.

PREHRANA V ČASU JESENI

Sestavite svoj lasten načrt, obogaten z zelenjavo in jesenskimi sadeži in dosežite svoj dnevni vnos vlaknin. Praktična delavnica bo potekala 2 uri, pripravite si svojo najljubšo beležnico ter pisalo, saj boste spoznali svet mineralov in vitaminov, ki jih prinaša jesen.

Z vami Bo Orna Ba Kunst.



ČETRTEK, 17. 9.

OBŽALOVANJA

KAJ BOMO OBŽALOVALI, ČE BOMO PREDOLGO ČAKALI?

O pogumu, odnosih, času in življenju, ki ga imamo danes.
Srečanje bomo zastavili okoli vprašanj: koga si želim ob sebi, kaj lahko opustim, česa me je strah, kaj lahko naredim že danes zase?
Vljudno vabljeni.

Z vami bo Urška.



VSAKO SREDO

SPONTANA MEDITACIJA - SAHAJA JOGA

NADALJEVALNA (ZAPRTA) 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, 9. 9.

MOKSA

Moksibustija je tradicionalna metoda ogrevanja akupresurnih točk z žarečo mokso, izdelano iz divjega pelina. V TKM se uporablja za ogrevanje telesa, spodbujanje pretoka energije ter odpravljanje občutka mraza in vlage. Ob pravilni uporabi lahko podpira dobro počutje, pomaga pri lajšanju bolečin gibalnega sistema, zmanjševanju utrujenosti ter krepitvi odpornosti. Spoznali bomo osnovna načela delovanja moksibustije, varno uporabo in najpomembnejše akupresurne točke za najpogostejše težave. Pridobljeno znanje vam bo omogočilo varno in premišljeno uporabo v domačem okolju. Z vami bo Renata Bačvič.



SREDA, 23. 9.

PLJUČA

Po TKM so pljuča povezana z elementom Kovine ter imajo pomembno vlogo pri dihanju, obrambni energiji in odpornosti organizma. Jesenski čas velja za obdobje, ko je njihova energija najbolj občutljiva, zato je priporočljivo posvetiti več pozornosti dihalom, pravilnemu dihanju, prehrani in življenjskemu slogu. Na delavnici boste spoznali tradicionalne pristope za podporo pljučem, vključno z akupresurnimi točkami, dihalnimi vajami, prehranskimi priporočili ter izbranimi naravnimi metodami za krepitev odpornosti in dobrega počutja. Z vami bo Renata Bačvič.



**SREDA, 2. 9.
PON, 7. in 21. 9.**

UMETNIŠKI KOTIČEK

Umetniški kotiček je 90-minutna ustvarjalna delavnica, namenjena vsem, ki si želijo sproščenega ustvarjanja, raziskovanja različnih tehnik in prijetnega druženja. Na srečanjih bomo preizkušali preproste likovne in ustvarjalne pristope, ter različne tehnike izražanja idej in spominov.

1. delavnica - LOVILCI SANJ
2. delavnica - OKRAŠEVANJE OKVIRJEV
3. delavnica - ROŽE IZ KOSMATIH ŽIČK

Z vami bo Nika.



ČET, 10. in 24. 9.

KREATIVNO PISANJE

Delavnica kreativnega pisanja bo namenjena spodbujanju domišljije, ustvarjalnosti in izražanja skozi različne pisalne vaje v sproščenem 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.



ČETRTEK, 17. 9.

TKM S PRAKTIČNIMI PRIMERI

Telo je samoohranitveno in pozna načine kako stres uravnati, vendar če mu ne pomagamo, telo s časom opozori z bolečino. Na delavnici, bomo spoznali miselne procese in akopresurne točke, po katerih se lahko masirate in telesu omogočite vsakodnevno olajšanje, dvignete imunski sistem in aktivirate nove možganske poti.

Z vami bo Mirjam.



ČETRTEK, 24. 9.

UPORABA PAMETNIH TELEFONOV

Kako lahko uporabimo androidne žepne računalnike vsakodnevno, da bodo služili potencialu, ki ga imajo. Na tej delavnici se bomo posvetili vprašanju udeležencev.

Z vami bo Mirjam.



PON, 14. in 28. 9.

BRALNI KROŽEK

Srečanje v obliki filološkega branja ruske literature (klasična dela, ljudske pravljice 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, 17. 9.

BRALNI KLUB ZA TUJCE

Za tujce z znanjem slovenskega jezika vsaj na ravni B2. Pred vsakim srečanjem preberemo dogovorjeno knjigo, nato pa se v sproščenem in spodbudnem vzdušju pogovarjamo o prebranem. To je odlična priložnost za razvijanje tekočega govorjenja v slovenščini, bogatenje besedišča, utrjevanje slovničnih struktur v naravni komunikaciji, izmenjavo mnenj in spoznavanje različnih pogledov skozi književnost. Poudarek je na konverzaciji, zato srečanja niso predavanja ampak aktivno sodelovanje. **Beremo: Bronja Žakelj, Belo se pere na devetdeset.** Z vami bo Sonja.



PETEK, 25. 9.



10:00



UČILNICA 2

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.



PETEK, 4. in 11. 9.



12:00



UČILNICA 6

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.

Prijavite se le na en termin, saj bo vsebina ista!

Z vami bo Mira.



VSAKO SREDO

 **15:00**

 **UČILNICA 8**

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.



TOR, 8., 22. in 29. 9.

 **14:00**

 **UČILNICA 2**

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.



15:45



UČILNICA 2

PON, 7. in 21. 9.

FIGURE IZ ZRAKOSUŠNE GLINE

Vabimo vas na ustvarjalno delavnico izdelave figuric iz zrakосуšne 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.



9:00



ŠTALCA POD GOLOVCEM

NEDELJA, 20. in 27. 9.

JAZ SEM LUN

DELAVNICA ZA OTROKE od 5 - 12 let!!! 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. Potrebna športna obutev in s sabo naj imajo malico in pijačo. Trajanje od 9.00 do 12.00 ure.

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

Z vami bo Eneja.



mira.jakupaj@cene-stupar.si



031 600 410



alenka.brajnik@cene-stupar.si



030 603 310



PON, 14. in 28. 9.



12:00



UČILNICA 8

ČUDEŽNA MATEMATIKA

Ukvarjanje z matematiko ne pomeni čepenja ob knjigah in strokovnih publikacijah, brskanja po računalniku in iskanja odgovorov pri UI, marveč temelji na raziskovanju, proučevanju, opazovanju, poslušanju, merjenju, primerjanju, preverjanju, analiziranju, vključevanju, izločanju, razmišljanju, sodelovanju in soliranju. Pri soočanju z izzivi so pomembni znanje, izkušnje in kompetence, občutki in čustva, počutje in razpoloženje, ambicije, želje, načrti in cilji. Ko se človek spoprijatelji z matematiko ugotovi, da je vse to pogosto bolj zahtevno od vsebine matematičnih problemov. Z vami bo Nina.



13:00



UČILNICA 9 - KUHINJA

PETEK, 18. 9.

SLIVOV KLAFTUTIS

September je poln zrelih sliv, jabolk in hrušk. Pripravljali bomo sladico, slivov klafutis. Kaj je to pa več povemo na delavnici.

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.



SREDA, 30. 9.

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.



ČETRTEK, 3. in 10. 9.

DOTIK DUŠE: PSIHOMATRICA

Ali veš, da so v tvojem datumu rojstva zapisane skrivnosti tvoje družine? Da lahko iz njega razberemo tvoje dušno poslanstvo, talente, podedovano karmo,... in še mnogo več.

Pridite na predstavitev Psihomatrice, kjer bomo govorili o tem kdo smo in zakaj se nam dogaja to, kar se nam dogaja.

Bolje boste razumeli svoje življenjske vzorce, začutili vpliv družne na vaše življenje in dobili nov pogled nase. Morda vaše življenje ni naključno. Morda samo čaka, da ga začnete razumeti. Z vami bo Matejka.

**ČETRTEK, 17. 9.**

ANGLEŠČINA V PESMI

Prisrčno vabljeni na delavnice Angleščina v pesmi v novi sezoni, kjer bomo spet v zabavnem in sproščenem vzdušju peli pesmi v angleščini in se obenem spontano učili jezika.

Dobrodošli vsi, tako začetniki v angleščini kot dobri govorci. Morda mislite, da ne znate peti. To sploh ni ovira. Peli bomo skupaj in vsakdo bo našel svoj glas. Vsakič pa bo na začetku še nekaj zanimive angleščine.

Na našem uvodnem srečanju v septembru se bomo prepustili melodičnim ameriškim »country« pesmim. Nekateri so vam poznane, a vse so prijetne za prepevanje. Pridružite se nam! Angleščina v pesmi, zabava v srcu.

Z vami bo Maja.

**SREDA, 2. 9.**

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.

KONVERZACIJA V SLOVENŠČINI OB TORKIH: 8., 22. 9. in 29. 9.

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 ob 14.00 uri (7.9., 14.9., 21.9. in 28.9.) ALI ČETRTEK ob 11 uri (3.9., 10.9., 17.9. in 24.9.), **NE pa na oba dneva!**

Četrtna 3.9. in 10.9. bomo v učilnici 6!



9:30



UČILNICA 2

TOREK, 15. 9.

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!**



SREDA, 9. 9.

IKEBANA

Tokrat vas Joži vabi, da se podate na sprehod v naravo in za delavnico Ikebana prinesete domov malo zelenja, vej, trav, rož, ... Vse kar želite vključiti v vaš izdelek, ki ga boste izdelali na delavnici, da bo narejen po vašem okusu in unikaten. Lahko nabereite tudi kaj iz domačega vrta ali sadovnjaka. Bodite ustvarjalni že pri nabiranju. Prav tako pa doma poiščite podstavek, skledo ali karkoli kar lahko služi kot podstavek za vašo ikebano.



VSAK PONEDELJEK

TEČAJ RISANJA IN SLIKANJA

Tečaj risanja in slikanja je praktično in teoretično zasnovan.

Tečaj bo zajemal osnove risanja po opazovanju. Ukvarjali se bomo s kompozicijo, likovnim prostorom, prostorskimi ključi in perspektivo. Risali bomo v različnih tehnikah. Tečaj zajema tudi predavanja o likovni umetnosti- risbi in individualne korekture ter usmerjanja k pravilnemu pristopu praktičnega obravnavanja likovnega dela.

Z vami bo Lučka.

Beležka _____

 mira.jakupaj@cene-stupar.si  031 600 410  alenka.brajnik@cene-stupar.si  030 603 310



Spletna verzija brošure



**I FEEL
SLOVENIA**



**Sofinancira
Evropska unija**