

# KOMUNIKACIJSKO IN RAČUNALNIŠKO USPOSABLJANJE

Komunikacija in dobri odnosi so tesno povezani. Tovrstne veščine krepimo in razvijamo celo življenje, pomembne so za domače in delovno okolje.

Obvladovanje Excela za podporo pri delu je vedno bolj uporabno, zato je nadaljevalni tečaj nadvse dobrodošel.

Ponudba delavnic, ki bodo prispevale k boljšemu delovanju same občine, njenih zaposlenih ter vseh občanov, je obogatila tudi projekt VGC Skupaj.

Usposabljanje poteka v zaključenih skupinah, ki smo jih oblikovali v sodelovanju z Občino Straža in OŠ Vavta vas. Komunikacijske delavnice vodi **Suzana Poznič Čižmek**, delavnice Excela pa **Gregor Mede**.

# DNEVNI CENTER VGC SKUPAJ RIC NOVO MESTO

Večgeneracijski center SKUPAJ ima sedež v prostorih RIC-a Novo mesto (Topliška cesta 2, rumena stavba nasproti avtobusne postaje), kjer vam je na voljo dnevni center za druženje vsak delovni dan med 8. in 19. uro.

V njem je prijeten kotiček za druženje in pogovor, revije, knjige, računalnik z dostopom do interneta, TV ... ter vse informacije v zvezi z aktivnostmi VGC Skupaj.

V kolikor bi želeli sodelovati, ponuditi znanje, sooblikovati ponudbo v Straži in naš program, vas vabimo, da se nam pridružite kot prostovoljec ali kot zunanji sodelavec.

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.



Večgeneracijski  
center Skupaj

**RIC NM ORGANIZIRA  
BREZPLAČNE  
AKTIVNOSTI V STRAŽI**

**MAREC - APRIL  
2019**



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO,  
SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI



EVROPSKA UNIJA  
EVROPSKI  
SOCIALNI SKLAD  
NALOŽBA V VAŠO PRIHODNOST



## KUHARSKE DELAVNICE

13. 3. 2019, ob 17.00,  
OŠ Vavta vas

### *Čapatiji, namazi in nakaljevanje*

Na delavnici boste obnovili znanje nakaljevanja različnih semen – zrn, jih poizkusili v namazih ter jih namazali na kamutove kruhke – čapatije.

Sestavine bodo lokalne, ekološke in polne mineralov in vitaminov, kar je osnova zdravega prehranjevanja.

27. 3. 2019, ob 17.00,  
OŠ Vavta vas

### *Samostojne vege jedi*

Na delavnici se boste urili v pripravi vege jedi, saj boste uporabili vse nadomestke za beljakovine živalskega

izvora z rastlinskimi. Pripravili boste musako, chilly con vegge, pa tudi za kaj »sladkega« boste obogatili vaše znanje.

3. 4. 2019, ob 17.00  
OŠ Vavta vas

### *Presne sladice*

Ker nam velikokrat čas ne dopušča, da bi pripravljali zahtevne sladice, boste tokrat pripravili presne, zdrave in »na hitro« sladice, ki bodo zagotavljale polno prehransko vrednost. Uporabili boste suho in sveže sadje, oreščke ter ekspandirana žita.

Vse tri delavnice bo vodila **Suzana Plut**, zagovornica zdravega življenja in vegetarijanka.

Informacije in prijave na  
05 907 57 10 ali 031 329 567 in  
na [zvonka.potocar@ric-nm.si](mailto:zvonka.potocar@ric-nm.si)

## TEČAJ ANGLEŠKEGA JEZIKA ZA STAREJŠE

20. 3. 2019, ob 18.00,  
Kulturni dom Straža

Ohranjanje znanja tujih jezikov je koristno za vse generacije, posebej starejšim pa nudi priložnost, da ostanejo mentalno aktivni do pozne starosti. Neprecenljivo je takrat, ko se znajdemo na potovanju po tujih krajih v težavah in nas znanje angleščine lahko reši te zagate.

Delavnice bo vodila **Vesna Božič Mauko**, izkušena predavateljica, ki bo z vami delila še kako drugo svoje znanje.

**Naslednja srečanja bodo v terminih:**

- Sreda, 27. 3. 2019, 17.00 – 19.30,
- Sreda, 3. 4. 2019, 17.00 – 19.30,
- Sreda, 10. 4. 2019, 17.00 – 19.30,
- Sreda, 17. 4. 2019, 17.00 – 19.30,
- Sreda, 24. 4. 2019, 17.00 – 19.30.

