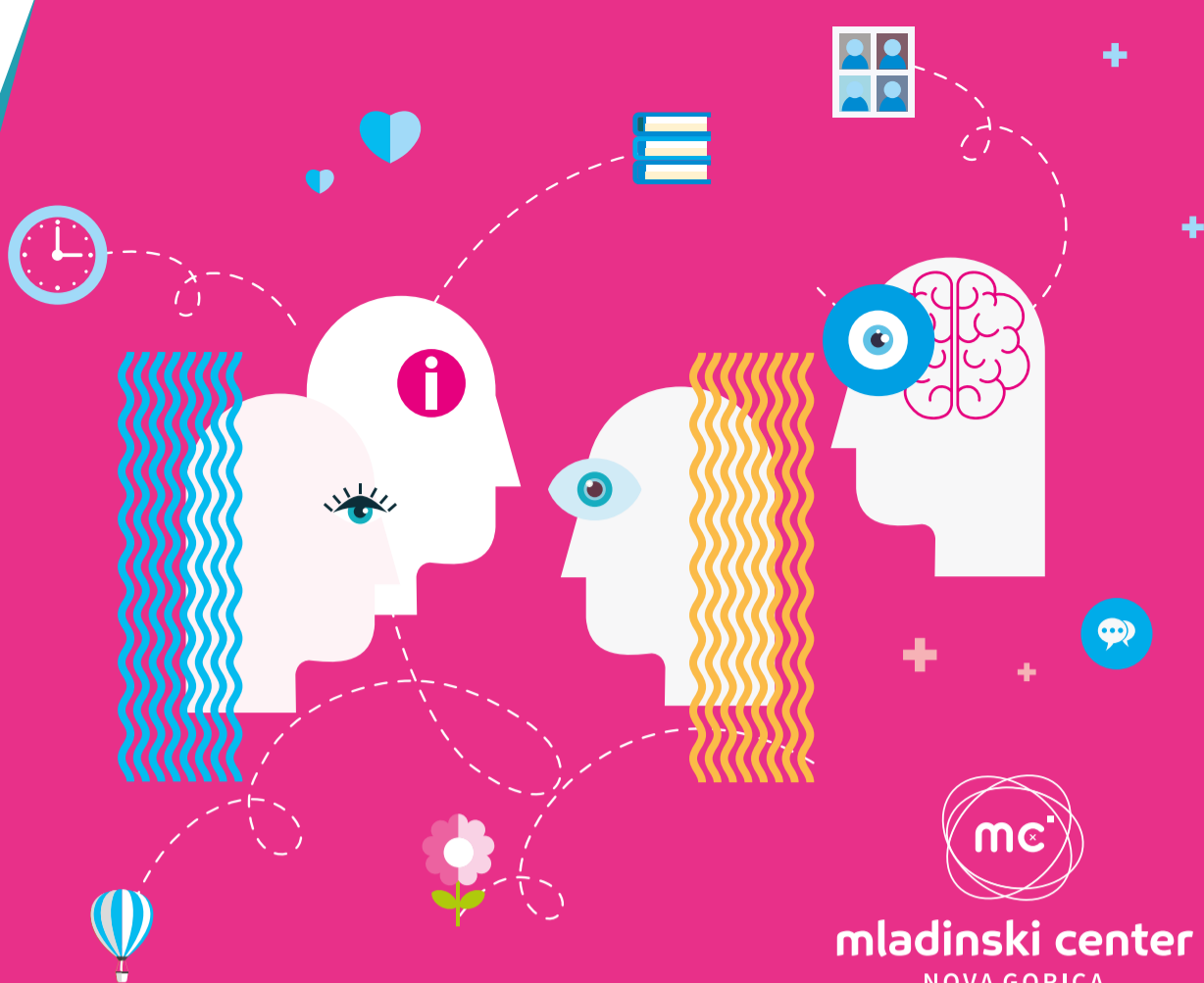


V znanju in povezovanju je moč

preventivni program
mladinskega centra nova gorica



mladinski center
NOVA GORICA

ponedeljek,

9. 11.
2020

17.30 - 19.00

PREDSTAVITEV METODE EFT ALI TAPKANJA

Uvodna spletna ura s **Tanjo Turnšek** za vse tiste, ki tapkanja še ne poznate in se boste udeležili nadaljnjih dveh delavnic v okviru meseca preventive. Več informacij in prijave na <https://www.mc-novagorica.si/zdravje-in-preprecevanje-zasvojenosti/v-znanju-in-povezovanju-je-moc/>

organizira: Mladinski center Nova Gorica



torek,

24. 11.
2020

15.30 - 17.00

SREČANJA V SKUPNOSTI

Skupina za samopomoč in osebnostni razvoj Zasvojc.si v mesecu novembru začne z rednimi srečanji skupine, ki je namenjena svojcem zasvojenih, ki prestajajo stiske svojih najbližjih ter hkrati tudi svoje. Vodenje skupine: **Neli Kovšca** in **Luka Mrak**, dodatne informacije na 030 322 888, czz.teren@zd-go.si, luka.mrak@sent.si. Organizator bo upošteval priporočila in navodila NIJZ.

organizira: ŠENT, Dnevni center za uporabnike prepovedanih drog



torek,

10. 11.
2020

17.30 - 19.30

KAKO S POMOČJO METODE EFT PREMAGATI STRAH IN ZAŽIVETI POLNO ŽIVLJENJE

Strah je največja težava vsakega posameznika, saj vpliva na vse, kar naredimo, mislimo in v kar verjamemo. Vpliva na naše odločitve in izbire. Na spletni delavnici s **Tanjo Turnšek** se bomo posvetili vzrokom ter skušali odpraviti ali vsaj omiliti njegov vpliv na naše počutje.

organizira: Mladinski center Nova Gorica



torek,

24. 11.
2020

17.30 - 19.30

PREBUDI LJUBEZEN DO SEBE - KAKO S POMOČJO METODE EFT PREMAGATI JEZO

Nakopičena dolgotrajna jeza povzroča fizične težave in neugodno vpliva na naše zdravje. Dovolimo si čutiti jezo, vendar jo izrazimo na nenasilen in spoštljiv način. Na spletni delavnici s **Tanjo Turnšek** se bomo posvetili vzrokom ter skušali odpraviti ali vsaj omiliti njen vpliv na naše počutje.

organizira: Mladinski center Nova Gorica



sreda,

11. 11.
2020

ob 17.00

KAKO PREŽIVETI (si dovoliti biti to kar si) V SVETU, KI OD NAS ZAHTEVA PREVEČ

Družinski center Trojka vas vabi na interaktivno delavnico za starše in vse ostale, ki jo vodita **Marina Marinič** in **Liana Kalčina**, prof. pedagogike, upokojena svetovalka Varuha človekovih pravic RS.

organizira: Družinski center Trojka, MDPM za Goriško



sreda,

25. 11.
2020

17.30 - 19.00

MOTIVACIJA IN SAMOZAVEST

Kako ohranjati otrokovo notranjo motivacijo in prirojeno samozavest? Odgovore na vprašanja nam bo na interaktivni delavnici podala nekdanja olimpijska podprvkinja zdaj psihologinja za šport in uspešnost **Sara Isaković**. Obvezne prijave na <https://www.mc-novagorica.si/zdravje-in-preprecevanje-zasvojenosti/v-znanju-in-povezovanju-je-moc/>

organizira: Mladinski center Nova Gorica



petek,

13. 11.
2020

11.00 - 14.00

EX TEMPORE

ŠENT, Dnevni center za uporabnike prepovedanih drog, organizira srečanje ljubiteljev likovnega ustvarjanja za omejeno število udeležencev. Za likovni material bo poskrbljeno, prijave zbira na 031 607 245. Organizator si pridružuje pravico do spremembe programa v skladu s priporočili in navodili NIJZ.

organizira: ŠENT, Dnevni center za uporabnike prepovedanih drog



petek,

27. 11.
2020

10.00 - 14.00

ČAJANKA NA ŠENTU - DAN ODPRTIH VRAT

ŠENT, Dnevni center za uporabnike prepovedanih drog, vabi na tradicionalno čajanko, na kateri bo čas za medsebojno spoznavanje, povezovanje, deljenje izkušenj. Zaradi omejitve združevanja bomo udeležence razporedili po urah, zato je nujna predhodna prijava na 031 607 245. Organizator si pridružuje pravico do spremembe programa v skladu s priporočili in navodili NIJZ.

organizira: ŠENT, Dnevni center za uporabnike prepovedanih drog



ponedeljek,

16. 11.
2020

ob 17.00

S SPREMEMBO GIBA DO NOTRANJE MOČI

Splet plesa, sprostilnih tehnik in meditacije - interaktivno delavnico vodi **Maja Peršič**

organizira: Družinski center Trojka, MDPM za Goriško



november

od 16.11.
2020

do 20.11.

“Sprejmeš izziv?”

5 spletnih “facebook izzivov”, katerih namen je otroke in mladostnike spodbuditi, da sprejmejo predlagane izzive in si popoldneve zapolnijo tudi z zabavnimi dejavnostmi, ter se pri tem naučijo nekaj novega. Izzive bomo en teden vsakodnevno sporočali preko našega FB profila ter jih povabili, da fotografirajo svoje izdelke in le-te delijo z nami.

organizira: Ekipa KCM 10ka in DC Žarek



torek,

17. 11.
2020

17.00 - 18.30

Z GIBANJEM SKOZI ŽIVLJENJE - ODRASLI

Na spletni delavnici namenjeni odraslim, ki jo vodi **Sebastjan Budihna**, mag. kin. bomo spoznali pomen telesne aktivnosti v odrasli dobi, predstavili izvajanje starosti primerne telesne dejavnosti ter izvedeli še veliko več. Obvezne prijave na: <https://www.mc-novagorica.si/mc-za-otroke/nova-gorica-otrokom-prijazno-unicefovo-mesto/>

organizira: delovno operativna skupina »Nova Gorica otrokom prijazno UNICEF-ovo mesto«



november

Ves november
2020

IZID IN PROMOCIJA ZBORNIKA

ob 25. obletnici komune Nova Gorica Skupnost srečanje, pomoč zasvojenim in njihovim svojcem.



četrtek,

19. 11.
2020

17.00 - 18.30

Z GIBANJEM SKOZI ŽIVLJENJE - OTROCI

Na spletni delavnici namenjeni otrokom, ki jo vodi **Sebastjan Budihna**, mag. kin. bomo spoznali pomen telesne aktivnosti v otroški dobi. Obvezne prijave na: <https://www.mc-novagorica.si/mc-za-otroke/nova-gorica-otrokom-prijazno-unicefovo-mesto/>

organizira: delovno operativna skupina »Nova Gorica otrokom prijazno UNICEF-ovo mesto«



Soorganizatorji:



Organizator:



mladinski center
NOVA GORICA

Podpira nas:



MESTNA OBČINA
NOVA GORICA