



Št.	PROGRAM	OPIS PROGRAMA	TRAJANJE	CENA	KRAJ IZVAJANJA
1.	RAČUNALNIŠKO OPISMENJEVANJE ZA ODRASLE začetni tečaj	Program je namenjen osebam, ki računalnika še ne uporabljajo in si želijo pridobiti temeljna računalniška znanja Vsebina: oblikovanje in urejanje besedil, internet, elektronska pošta	30 ped. ur	brezplačno	Črnomelj Metlika Semič
2.	NAUČIMO SE BOLJE UPORABLJATI MOBILNI TELEFON	Srečanja bodo potekala na ZIK-u v sodelovanju s prostovoljci Srednje šole Črnomelj. Učenje bo potekalo v paru.	4 delavnice	brezplačno	Črnomelj
3.	KULINARIČNE DELAVNICE	Priprava kvašenega testa za kruh ter oblikovanje sončnic, zvitkov in drugih oblik iz kruhovega testa. Mentorica delavnice bo prostovoljka Silva Lozar.	2 delavnici (6 pedag. ur)	brezplačno	Črnomelj
4.	OGLEDI OSTANKOV KOČEVARSKIH VASI (POHODNIŠTVO)	Izvedba štirih tematskih pohodov s spoznavanjem kočevarskih vasi (2 pohoda v jesenskem in 2 pohoda v spomladanskem času). Mentorica pohodništva bo prostovoljka Desanka Kambič.	4 pohodi	brezplačno, (potrebujete lasten prevoz do začetne lokacije)	Črnomelj
5.	PLESNA HIŠA	Učenje in druženje ob ljudskem plesu.	3 srečanja (9 ped. ur)	brezplačno	Črnomelj
6.	DELAVNICE PLETENJA	Delavnice pletenja nogavic in rokavic z mentorico prostovoljko Tatjano Flajnik.	3 srečanja	brezplačno, potrebujete lasten material	Črnomelj

PLAČLJIVE VSEBINE

Št.	PROGRAM	OPIS PROGRAMA	TRAJANJE	CENA	KRAJ IZVAJANJA
7.	TELOVADBA ZA ZDRAVJE	Vaje za krepitev celotnega telesa, ki potekajo v telovadnici.	16 polnih ur	42 € ob plačani članarini 10% popust (37,80 €)	Črnomelj Metlika Semič
8.	SPROSTITIVENA VADBA	Vaje so namenjene sproščanju in vsebujejo elemente joge. Vaje potekajo v telovadnici. Program je prilagojen starosti in telesni sposobnosti udeležencev.	16 polnih ur	42 € ob plačani članarini 10% popust (37,80 €)	Črnomelj
9.	NORDIJSKA HOJA	Teorija, vaje za raztezanje, osvojitve tehnike nordijske hoje po ravnem, navkreber in navzdol. Potrebujete lastne palice.	8 polnih ur	28 € ob plačani članarini 10% popust (25,20 €)	Črnomelj
10.	SPORAZUMEVANJE V TUJEM JEZIKU	Možna je vključitev v tečaje tujih jezikov na različnih stopnjah: angleščina, nemščina, italijanščina, francoščina, ruščina, španščina	50 ped. ur	113 € za člane UTŽO	Črnomelj
11.	IZDELOVANJE NARAVNEGA MILA	Vsebina: predstavitev sestavin in pripomočkov za izdelavo mila, izdelava naravnega mila po hladnem postopku, prikaz postopka s posebnim poudarkom pri uporabi lužnega kamna, samostojna izdelava glicerinskega mila z različnimi eteričnimi olji, naravnimi barvili in drugimi dodatki (zelišča, začimbe...) Vsak udeleženec prejme dva kosa mila (milo, ki ga izdelava sam in en kos naravno izdelanega mila po hladnem postopku).	3 ure	20 €	Črnomelj
12.	IZDELOVANJE ZELIŠČNEGA MAZILA	Vsebina: predstavitev sestavin in pripomočkov za delo, priprava macerata, izdelava zeliščnega mazila.	3 ure	10 €	Črnomelj
13.	DEKORACIJA SLAŠČIC	Vsebina: spoznavanje materialov in pripomočkov za peko in dekoracijo slaščic, peka torte in kolačkov, spoznavanje različnih načinov dekoracije slaščic.	4 ure	15 €	Črnomelj
14.	FILMSKI ABONMA ZA STAREJŠE FILMOFILE	Filmski abonma posebej izbranih filmov, ki naj bi vrnil starejše gledalce nazaj v kino. (enkrat mesečno)	6 ogledov	18 € ob plačani članarini 10% popust (16,20 €)	Črnomelj