

# Parada učenja<sup>®</sup> 2020

Dan učečih se skupnosti, 9. september



## 9. TRŽNICA ZNANJ - PARADA UČENJA V MEDVODAH



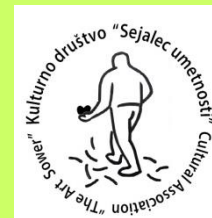
**Sreda, 9. septembra 2020**

**13:00 – 20:00**

**Pokrita tržnica pred Občino Medvode**

ob 11:00 uri - TISKOVNA KONFERENCA v sejni sobi Občine Medvode;  
od 13:00 – 15:00 ure bo PREDAVANJE IN DELAVNICA v sejni sobi Občine Medvode  
»SKRBIM ZASE IN OBVLADUJEM STRES - Niti izredne razmere me ne vržejo iz tira«  
v izvedbi Klin, poslovno svetovanje;

ob 15:15 uri se začne pestro dogajanje NA ODRU in STOJNICAH  
Ob 16:00 uri – OTVORITEV, Ivo Rep, podžupan Občine Medvode; in Fone Megale  
Od 18:00 - 19:00 ure bo KONCERT glasbene skupine TANTADRUJ  
Od 19:00 - 20:00 ure bo KONCERT glasbene skupine MOON TIME QUARTET z Ljudmilo Frelih.  
Vzporedno: v Knjižnici Medvode:  
Razstava fotografij Staneta Grandljiča: Stare mestne hiše in vaške hiše



**•od 13:00 – 15:00 ure bo PREDAVANJE IN DELAVNICA v sejni sobi Občine Medvode  
»SKRBIM ZASE IN OBVLADUJEM STRES - Niti izredne razmere me ne vržejo iz tira «  
v izvedbi Klin, poslovno svetovanje; Mag. Tadeja Trojar Jan, univ. dipl. psihologinja**

•Se tudi vam zdi da iz dneva v dan težje obvladujete vse stvari? Da obremenitve postajajo nekako pretežke in jih vse težje nosite? Da vam bo zdaj zdaj zmanjkalo energije za vse? Na delavnici Skrbim zase in obvladujem stres si boste vzeli nekaj časa zase in se naučili mnogih veščin obvladovanja stresa. Glede na značilnosti vaše osebnosti, količino energije, ki jo imate in pripravljenost ter potrebnost obvladovanja stresa, si boste zgradili svoj akcijski plan, ki vam bo omogočil večjo kvaliteto življenja.

•  
•CILJI

•S pomočjo delavnice bodo udeleženci:

•bolje spoznali sami sebe,

•izboljšali svojo učinkovitost, zdravje in medosebne odnose,

•spoznali različne tehnike sproščanja, ki nam omogočajo predvsem boljše soočanje z vsakodnevnimi problemi, večjo čustveno trdnost, pozitivno razmišljanje in večjo koncentracijo.

•POTEK

•Kaj je stres in kaj ga povzroča?

•Viri stresa: kaj stresnega se mi dogaja

•Kako vem, da sem pod stresom?

•Kako si lahko pomagam sam?

- dihalne vaje
- globoka mišična sprostitvev
- vizualizacija Moj prostor

•pomiritveni refleksi

•!! Obvezne prijave na: [agata.trojar@gmail.com](mailto:agata.trojar@gmail.com) ali tel 041 511 147



## •Koncert glasbene skupine TANTADRUJ: Vihar

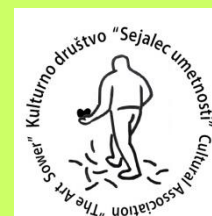
Na Paradi učenja - 9. Tržnici znanj v Medvodah bodo glasbena skupina TANTADRUJ (od 18:00 – 19:00 ure) predstavili **NOVO PLOŠČO VIHAR**.

- Naslov je dobila po uvodni pesmi Ivana Cankarja [Kamor jim veli vihar](#), poleg Cankarja pa na plošči najdemo poezijo Simona Jenka, Josipa Murna, Janeza Puharja in Prešerna, ki je nekakšen vezni člen albumov zasedbe in tudi rdeča nit, ki pelje skozi njihovo delovanje že tam od srede osemdesetih, ko so začeli igrati v ljubljanskem študentskem naselju, leta 1990 pa za beograjsko založbo kaset in plošč izdali prvenec *Tantadruj*, danes iskan in cenjen med zbiralci.
- Poezija je, tako se je tudi pokazalo skozi čas, vedno aktualna, in četudi je v mainstreamovskih okoljih večkrat odrinjena na rob, ta obdobja vselej preživi in se izkaže za brezčasno. Uglasbitve Boštjana Sokliča in aranžmaji zasedbe vsekakor, ob brezhibni izvedbi, sodijo v ta brezčas, ali, če se spet vrnemo k Cankarju, "kot začarane stoje" in se nam skušajo približati.
- Jedro zasedbe še vedno tvori trojica Boštjan Soklič-Aleš Hadalin-Mateja Blaznik, a na zadnjih projektih je zasedba razširjena in pomlajena; multiinstrumentalist Vid Sark je na krovu Sokličeve glasbene družine že nekaj časa, poleg njega pa je pri nastanku pričujoče plošče sodelovalo še pet gostov: violinist Aleš Koren, tolkalist Andrej Tomazin, mandolinist Bojan Šen, basist Jure Krajnc, ki je ploščo v svojem škofjeloškem studiu tudi posnel, in kot vokalistka Urška Kranjc. Prepoznavni vokali Aleša Hadalina v sozvočju kitar (in glasu) Sokliča in Mateje Blaznik ter gostov, ki vsak zase dodajajo pomembne kamenčke v mozaik glasbene dimenzije, ustvarjajo presunljive zvočne pokrajine, ki pa jih, kot ponavadi, intimno in tudi empirično narekuje poezija. Sokličeve uglasbitve pesmi velikih mojstrov so subtilne in vedno v vlogi besed; poezija že sama po sebi nosi lastno glasbeno dimenzijo in Soklič jo zna udejaniti na način, ki besed nikoli ne prevpije, pač pa še poudari, kar je v njih žlahtnega.
- (avtor teksta : Matej Krajnc, separat, KMCS Media, 3.5.2019, [https://homocumolat.com/2019/05/03/tantadruj-vihar/?fbclid=IwAR3XY2QkyzmZplt6GXMVAzLQuYwja2Oy18JQ9Lni\\_6-4qxwyB2RjSiD5PX4](https://homocumolat.com/2019/05/03/tantadruj-vihar/?fbclid=IwAR3XY2QkyzmZplt6GXMVAzLQuYwja2Oy18JQ9Lni_6-4qxwyB2RjSiD5PX4))
- Foto: Irena Krasnik





**Boštjan Soklič - Mateja Blaznik - Aleš Hadalin**





## •Koncert glasbene skupine MOON TIME QUARTET z Ljudmilo Frelih

Na Paradi učenja - 9. Tržnici znanj v Medvodah bo nastopila glasbena skupina MOON TIME QUARTET z Ljudmilo Frelih  
(od 19:00 – 20:00 ure)

•Zasedbo Moon Time Quartet sestavljajo Dejan Mesec (tenor saksofon), Leon Pregelj (klaviature), Toni Humar (bas kitara) in Jaka Strajnar (bobni). Moon Time Quartet predstavlja sproščeno in hkrati energično dimenzijo dobro poznanih jazzovskih standardov.

•Zasedbi se bo pridružila tudi vokalistka Ljudmila Frelih.

