



U3Ž0

UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE | MOCIS

**POROČILO O DELU V
ŠOLSLEM LETU 2013/2014**

Izdajatelj:

Mocis center za izobraževanje odraslih
Partizanska pot 16
2380 SLOVENJ GRADEC

Pri pripravi poročila UŽ30 so sodelovali:
Sonja Lakovšek
Nina Meh

mentorji študijskih programov

Lektoriranje:
Marija Jus

Oblikovanje:
Anja Friškovec

Slovenj Gradec, junij 2014

Kazalo vsebine

NAGOVOR DIREKTORICE MOCIS-a.....	4
NAGOVOR VODJE PROGRAMSKEGA ODBORA.....	5
POROČILO O DELU U3ŽO V ŠTUDIJSKEM LETU 2013/2014.....	6
STATISTIČNI PODATKI.....	6
Graf 1: ČLANI PO IZOBRAZBI.....	6
Graf 2: ČLANI PO OBČINAH.....	6
Graf 3: ČLANI PO STATUSU.....	7
Graf 4: ZADOVOLJSTVO ČLANOV S ŠTUDIJSKIMI PROGRAMI.....	7
Graf 5: PRIPRAVLJENOST GLEDE NADALJEVANJA TEČAJA.....	7
Graf 6: ZANIMANJE ZA PROGRAME.....	8
Graf 7: OCENA ORGANIZACIJE IZOBRAŽEVANJA.....	8
BREZPLAČNA PREDAVANJA U3ŽO 2013/2014.....	9
Graf 8: UDELEŽBA NA BREZPLAČNIH PREDAVANJIH.....	10
Graf 9 : ZADOVOLJSTVO ČLANOV.....	11
ŠTUDIJSKI PROGRAMI V LETU 2013/2014.....	11
POROČILA ŠTUDIJSKIH PROGRAMOV.....	12
FILOZOFIRAJMO SKUPAJ.....	12
RAZISKOVANJE LASTNEGA LIKOVNEGA IZRAZA.....	13
RAČUNALNIŠTVO.....	15
USTVARJAMO.....	15
ASTRONOMIJA.....	17
NEMŠČINA.....	18
FRANCOŠČINA.....	19
ANGLEŠČINA.....	20
ODKRIJMO LEPOTE NAŠE DOMOVINE.....	22
JOGA.....	23
Zumba@Gold.....	24
PREDLOG PROGRAMA ZA ŠTUDIJSKO LETO 2014/2015.....	25
ZAKLJUČNA EKSURZIJA.....	26
ZAKLJUČEK.....	27

NAGOVOR DIREKTORICE MOCIS-a

Nagovor je povzet iz govora z zaključne prireditve U3ŽO za šol. leto 2013/14.

Drage študentke in dragi študentje U3ŽO Mocis Slovenj Gradec, danes je poseben dan. Ko sem razmišljala o njem, so mi misli begale eno leto nazaj, ko smo v Galeriji likovnih umetnosti v Slovenj Gradcu skupaj z večino vas uradno odprli delovanje U3ŽO MOCIS Slovenj Gradec. Tako se je tudi naša občina in mesto priključilo mreži delujočih univerz v Sloveniji. Priznati moram, da takrat nisem imela pravega občutka, kaj bo pravzaprav to pomenilo za ljudi in okolje. Imela sem tudi zelo mešane občutke, ali je tovrstna ponudba potrebna in zaželeno. Že sama udeležba na otvoritvi me je prepričala, da smo se takrat pravilno odločili.

In danes – po enem letu delovanja vam s ponosom čestitam in se vam zahvaljujem, da ste skupaj z nami pisali to zgodbo, jo sooblikovali, ji dajali vsebino, nas opozarjali na stvari, ki bi jih bilo potrebno še spremeniti. Orali smo namreč ledino in vesela sem, da smo uspeli zastaviti študijske programe vsebinsko tako, da so vas pritegnili in ste postali naši – MOCIS-ovi.

Iskreno čestitam vsem, ki ste vztrajali in ste pravi dokaz za to, kako je človek vedoželjen v vseh življenjskih obdobjih in kako za učenje ni nikoli prepozno. Pomembno je tudi prenašanje znanja na druge, saj odrasli nismo tabule rase, ampak vsak lahko koga kaj nauči in hkrati, kot ste že slišali, vsak se lahko še kaj nauči. Hvala vsem za to priložnost – da ste jo dali sebi in drugim.

In morda je ravno današnja prireditev tudi priložnost, da se ponovno zavemo, kaj so pravzaprav pomembne stvari v našem kratkem življenju; za kaj si je dobro vzeti čas, črpati energijo v lepih trenutkih, kako lepo je živeti, se učiti in delati z drugimi, si vzeti čas drug za drugega. Skupina nudi podporo, navdušenje ter nas napolni z energijo, v prisotnosti drugih lahko pokažemo svoje najboljše lastnosti in ustvarjamo. Čestitam vam tudi za vašo voljo in pogum, da ste se ponovno podali v »študijske – šolske klopi«. Upam, da so se med letom med vami stkale tudi tesnejše vezi.

Naj se ob tej priložnosti za delo najlepše zahvalim tudi vašim mentorjem, saj vsaka šola poleg učencev potrebuje dobre učitelje. Iskrena hvala članom in članicam programskega odbora in še posebej vodji Nevenki Gutenberg.

In če pogledam v prihodnost.

Zelo si želim, da bi U3ŽO MOCIS živela in se širila še na druge koroške občine zlasti Mislinjske in Dravske doline. »V hribih ni poti. Včasih stopi človeška noga v visoko travo in pusti sled. Če to počne več ljudi in bolj pogosto, nastane steza ...« Prepričana sem, da se je steza k nam že oblikovala. Oblikovali ste jo vi – člani in udeleženci naše univerze. Popeljite po njej še vaše znanke, sorodnike, vse, ki jih zanimajo podobne stvari kot vas in pomagajte, da bo po prvem poglavju »U3ŽO« nastane cela knjiga, morda z leti celo zbirka.

Sonja Lakovšek, direktorica MOCIS-a

NAGOVOR VODJE PROGRAMSKEGA ODBORA

Po izteku šolskega leta lahko povem, da smo izjemno uspešno in v največje zadovoljstvo naših članov zaključili prvo študijsko leto naše univerze. Namen lanskoletne ustanovitve in delovanja univerze v okviru zavoda MOCIS, Slovenj Gradec je bil vseživljenjsko izobraževanje odraslih v tretjem življenjskem obdobju na Koroškem, velik poudarek pa je bil dan tudi druženju ob torkovih predavanjih, prireditvah in ekskurzijah in lahko rečem, da nam je to tudi uspelo celo bolje, kot smo pričakovali.

V prvem študijskem letu se je na univerzo vpisalo 160 članov, od tega jih je 120 v 16 skupinah sodelovalo v 13 študijskih programih. Od oktobra 2013 do letošnjega maja so potekali naslednji programi: Astronomija, Ustvarjajmo, Raziskovanje lastnega likovnega izraza, Odkrijmo lepote naše domovine, Filozofirajmo skupaj, Računalništvo, Joga, Zumba gold, Angleščina in Nemščina (začetna in nadaljevalna) ter Francoščina.

Člani U3ŽO pa niso obiskovali samo celoletnih študijskih programov, ampak tudi torkova predavanja. Vsak drugi torek v mesecu smo namreč organizirali brezplačna predavanja iz različnih področij, in sicer zdravstva, ekologije, zdrave prehrane, zgodovine, astronomije in potopisna predavanja. Vsa so bila izjemno dobro obiskana, slušatelji so bili nad vsakim navdušeni in presenečeni nad kakovostjo in izborom vsebine ter izvedbo izvajalca. Medse smo povabili Vlasto Nussdorfer in Dušico Kunaver ter mnogo drugih predavateljev, ki so se z veseljem odzvali našemu vabilu.

Ugotavljamo, da je največ naših članov s področja Slovenj Gradca, sledijo udeleženci iz Dravograda, povprečna starost slušateljev je 63 let. Največ vpisanih je seveda upokoјencev, ostalo pa so še zaposleni in nezaposleni, vendar tik pred upokoјitvijo.

V največje veselje pa so nam povratne informacije naših »študentov«, da so bili z izvajanjem programa zelo zadovoljni in da jih bo večina tudi v prihodnjem letu obiskovala program, ki so se ga že letos udeležili. Člani nameravajo univerzo tudi priporočiti svojim prijateljem, tako da v naslednjem šolskem letu predvidevamo vpis novih članov, kar kaže, da smo letos dobro delali in da so uživali v naši sredini. Neizmerno pa nas je razveselila njihova pozitivna energija, želja po novem znanju, ustvarjalnost ter skrb za osebni razvoj.

Ob zaključku prvega študijskega leta se za uspešno delo zahvaljujem vsem, ki so pripomogli k uspešni realizaciji našega programa, še posebej pa članom programskega odbora, zaposlenim v zavodu MOCIS, Slovenj Gradec, animatorjem, mentorjem in seveda članicam in članom U3ŽO. Prepričana sem, da smo z izjemno uspešnim delom naše univerze že v prvem letu dosegli skupni cilj glede postavitve temeljev vseživljenjskega izobraževanja odraslih v tretjem in četrtem življenjskem obdobju.

Ker našo univerzo ustvarjajo naši »študentje«, se bomo tudi v bodoče trudili oblikovati programe po željah in potrebah naših članov. V prihodnjem študijskem letu zato načrtujemo, da bomo poleg letošnje ponudbe programov dodatno ponudili še šest novih ter poskrbeli za kakovostna torkova predavanja, ekskurzije in prireditve. Predvsem pa bomo poleg učenja poskrbeli tudi za druženje in ustvarjanje kakovostnih medsebojnih odnosov, ki razvijajo prijateljstva ter spodbujajo ustvarjalnost, kreativnost in razvoj. Prepričana sem, da nam bo vse to tudi uspelo.

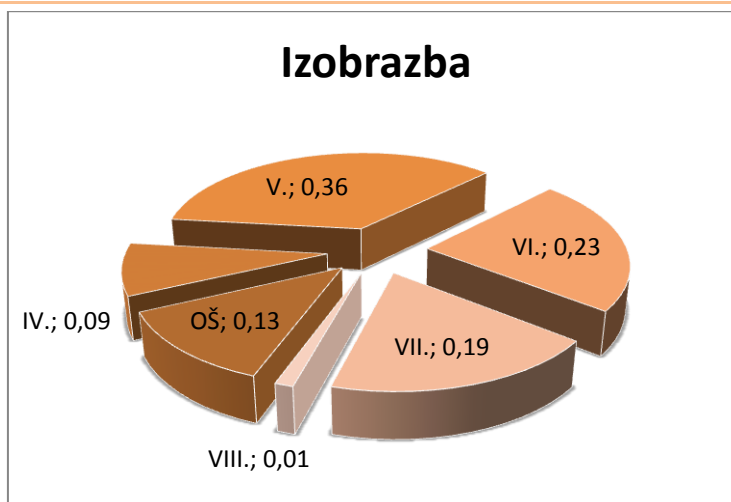
Nevenka Gutenberg

POROČILO O DELU U3ŽO V ŠTUDIJSKEM LETU 2013/2014

STATISTIČNI PODATKI

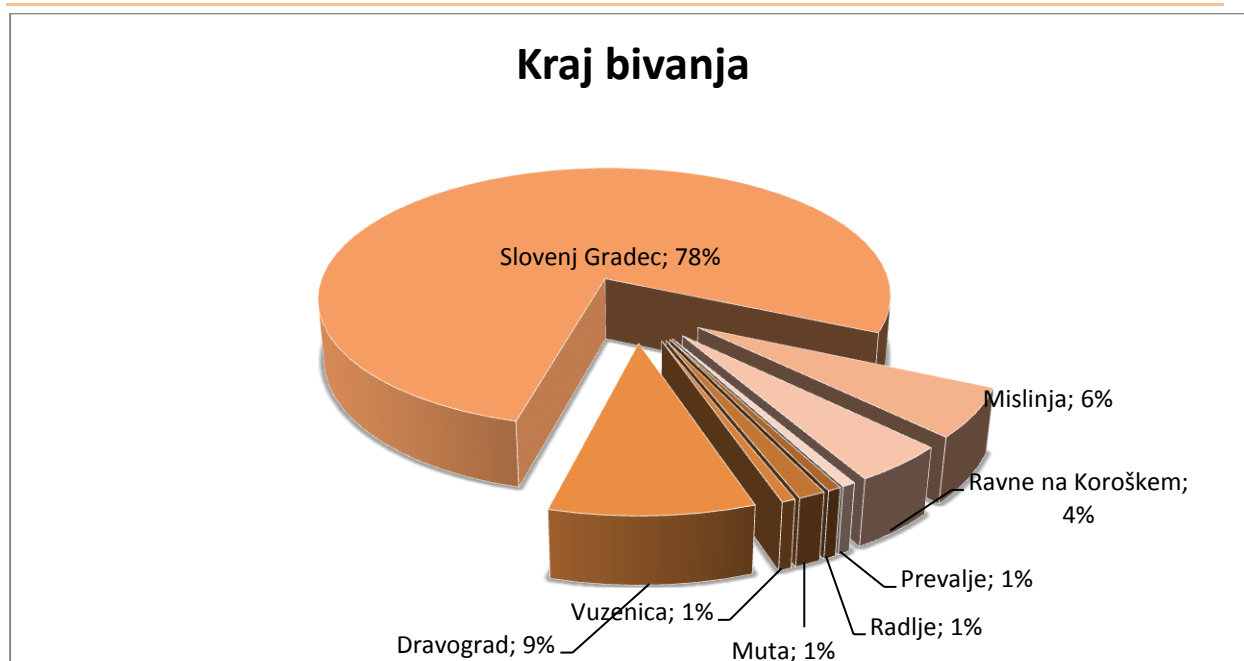
V šolskem letu 2013/2014 je bilo vpisanih 160 članov, od tega 22 moških in 138 žensk, povprečna starost pa je bila 63 let.

Graf 1: ČLANI PO IZOBRAZBI



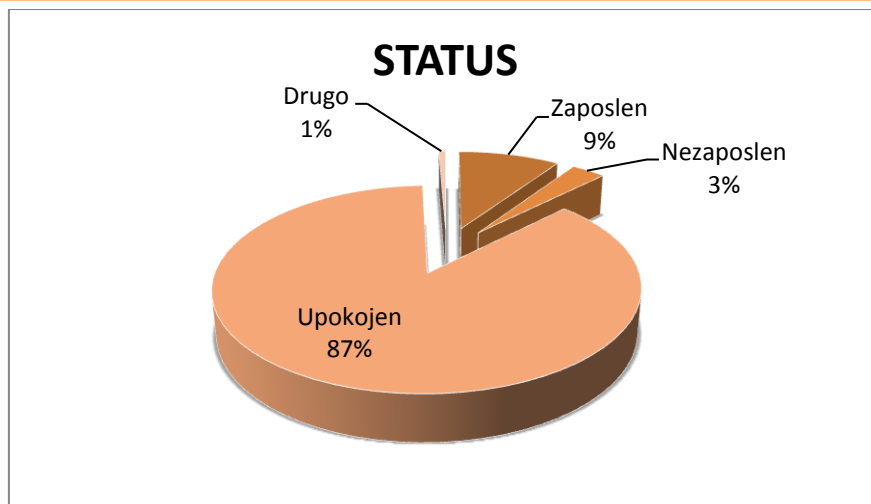
Iz grafa je razvidno, da ima 36 % članov V. stopnjo izobrazbe, 23 % je takšnih, ki imajo VI. stopnjo, 19 %, ima VII. stopnjo, 13 % jih ima samo osnovno šolo, 9 % ima IV. stopnjo in samo 1 % ima VIII. stopnjo izobrazbe.

Graf 2: ČLANI PO OBČINAH



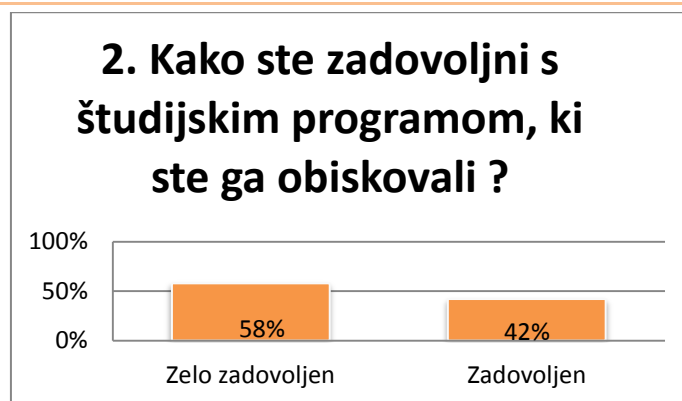
Pri tem grafu vidimo, da 124 članov U3ŽO prihaja iz Slovenj Gradca, kar pomeni 78%, 9% iz Dravograda, 6% iz Mislinje, 4% iz Raven na Koroškem ter 1% iz Prevalj, Radelj ob Dravi, Mute in Vuzenice.

Graf 3: ČLANI PO STATUSU



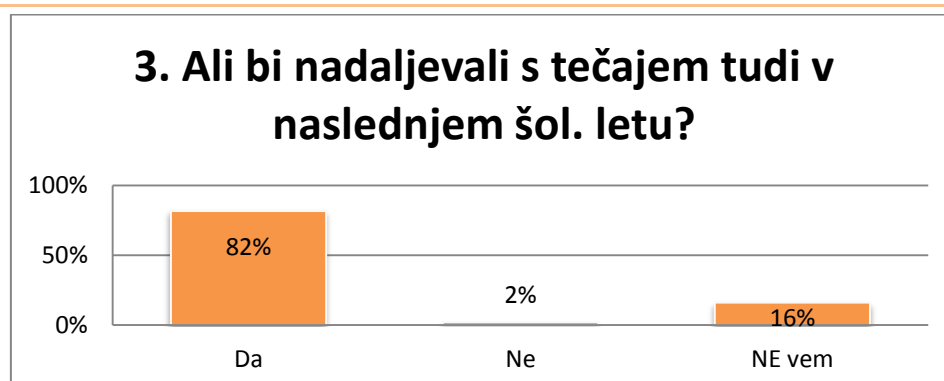
Iz grafa je razvidno, da je 87 % članov, kar pomeni 139 upokojenih, 9 % je zaposlenih, 3 % nezaposlenih in 1 % drugo.

Graf 4: ZADOVOLJSTVO ČLANOV S ŠTUDIJSKIMI PROGRAMI



Iz grafa je razvidno, da je dobra polovica anketirancev torej 58 % zelo zadovoljnih s študijskim programom, ki ga je obiskoval/-a, 42 % jih je zadovoljnih.

Graf 5: PRIPRAVLJENOST GLEDE NADALJEVANJA TEČAJA



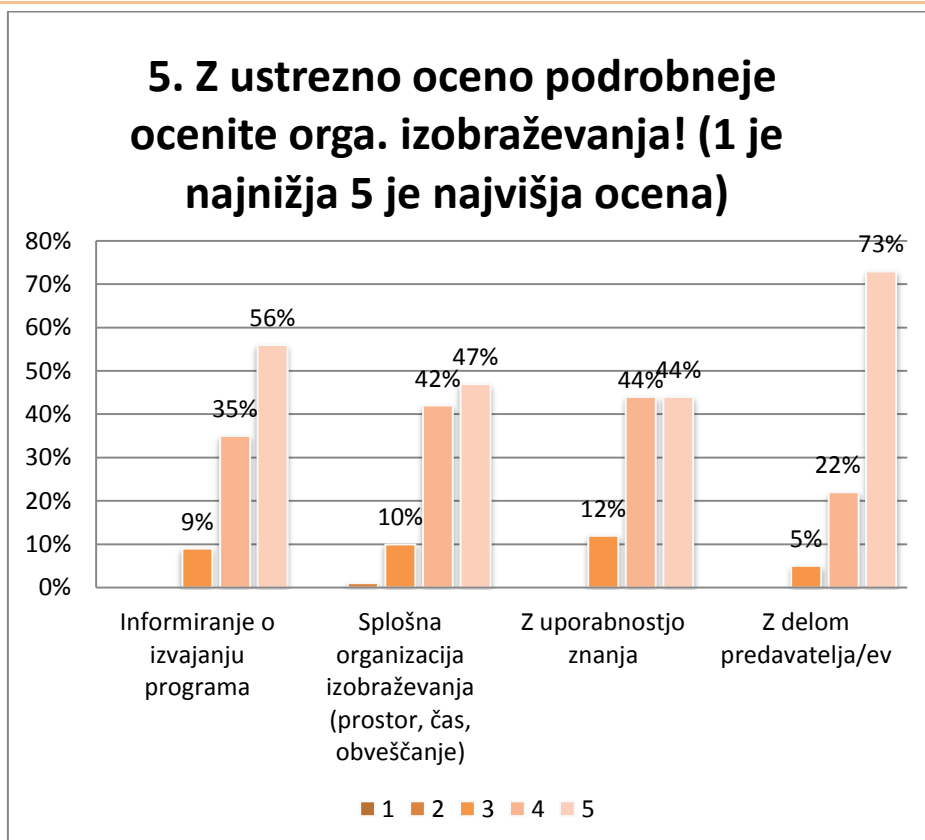
Na vprašanje ali bi nadaljevali s tečajem tudi naslednje študijsko leto, jih je 75, torej 82 %, odgovorilo z DA, 2 udeleženca z NE in 15 jih še ni odločenih (16 %).

Graf 6: ZANIMANJE ZA PROGRAME



Pri tem vprašanju so anketiranci lahko obkrožili več odgovorov in tako je večina to tudi storila. Največ zanimanja, in sicer 20 % je za nemščino, z 15 % sta na drugem mestu ustvarjanje in zumba. 13 % je zanimanja za računalništvo, sledi joga z 11 %, angleščina z 9%, francoščina z 8 %, astronomija z 5 % in likovna z 4 %. Dva udeleženca sta pod točko drugo predlagala še dve delavnici, in sicer restavriranje ter gledališko delavnico. Na zadnjem mestu je program filozofirajmo.

Graf 7: OCENA ORGANIZACIJE IZOBRAŽEVANJA



Na vprašanje, kako anketiranci ocenjujejo informiranje o izvajanju programa, jih je 56 % ocenilo z oceno 5, 35 % s prav dobro 4 ter 9 % z dobro 3. Glede zadovoljstva s splošno organizacijo izobraževanja jih je 47 % ocenilo z odlično 5, 42 % s prav dobro 4 ter 10 % z dobro 3. Pri uporabnosti znanja je 34 anketirancev ocenilo z odlično 5, kar predstavlja 44 %, ravno tako je 44 % anketirancev ocenilo s prav dobro (4) in 22 % z dobro 3. Delo predavatelja je 75 % (56 anketirancev) ocenilo z odlično 5, 22 % s prav dobro 4, 5 % z dobro 3.

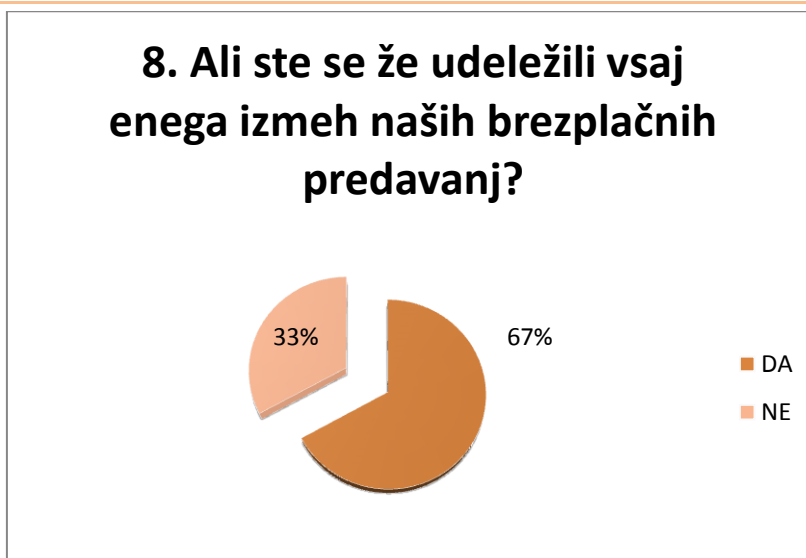
BREZPLAČNA PREDAVANJA U3ŽO 2013/2014

Predavanja so potekala vsak drugi torek v mesecu. Teme so bile naslednje:

Datum	Predavatelj	Tema	Št. prisotnih	%
1.10.2013	/	Prvo srečanje Uradna otvoritev U3ŽO MOCIS Slovenj Gradec	/	/
18.10.2013	Vlasta Nussdorfer	Pomen vseživljenjskega učenja za kakovostno življenje v zrelih letih	44	27,50
22.10.2013	Metka Markovič, specialistka splošne medicine	Rožnati oktober Mesec boja proti raku dojk Pomen samopregledovanja dojk	21	13,10
19.11.2013	Miroslav Črešnik pomočnik komandirja PP Ravne na Koroškem	Varna vožnja (ob svetovnem dnevu cestno-prometnih nesreč)	14	10,00
26.11.2013	/	Slavnostni zaključek projekta CVŽU	/	/
3.12.2013	Jelka Halilovič Članica dobrodelnega društva Tibet	Tebi Tibet, pogovor ob svetovnem dnevu človekovih pravic	14	8,75
17.12.2013	Miro Pirtovšek, mojster kulinarike in gastronomije	Praznična miza – pričarajmo praznično vzdušje s pogrinjkom	28	17,50
14.1.2014	Marica Roškar	Zmanjševanje padcev	17	10,62
28.1.2014	Martin Brglez	Skrivnosti nočnega neba	15	9,37
11.2.2014	Benjamin Hlastan	Trubar-velikan Evrope, ki ga tujci spoštujejo,	12	7,50

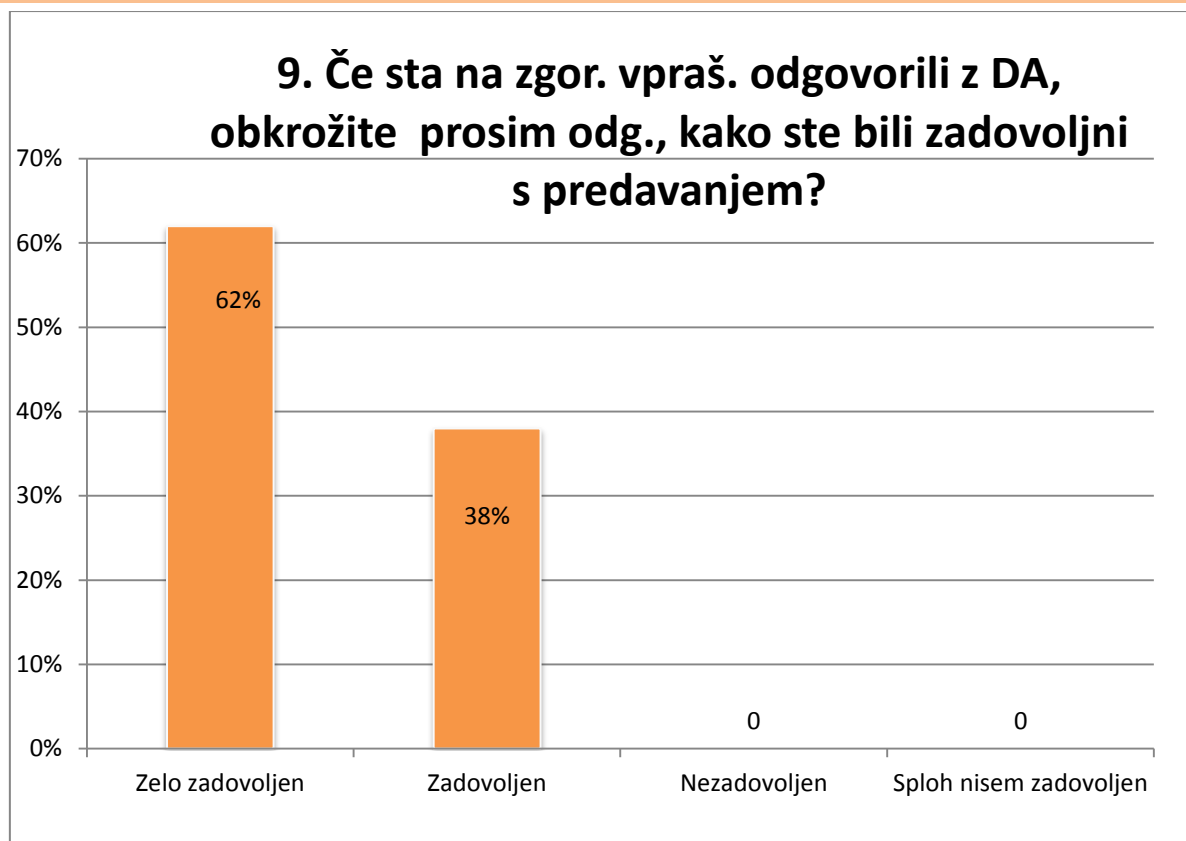
		domačini pa ne poznajo		
25.2.2014	Janez Komljanec	Potopisno predavanje- Jordanija	20	12,50
14.3.2014	Smajo Saftič Gupta	Ajurvedska medicina za fizično, mentalno in duhovno zdravje	23	14,38
25.3.2014	Dušica Kunaver	Dediščina ni preteklost, ampak je dota za prihodnost	30	18,75
8.4.2014	Prim. Davorin Benko dr. med.	Da bi prepoznali znake kapi in kako pomagati	48	30,00
13.5.2014	Dr. Risto Stojanovič	Zadnji vojaški dogodki na območju Mislinjske, Zgornje Dravske in Mežiške doline ter zamejske Koroške 1945	12	7,5
22.5.2014	Zaključna ekskurzija	Muzej na prostem Rogatec: »Med plemiči in kmetik«	58	36,25

Graf 8: UDELEŽBA NA BREZPLAČNIH PREDAVANJIH



67 % anketirancev (62 udeležencev) se je udeležilo vsaj enega brezplačnega predavanja, 33 % pa se ni nikoli ni, kar predstavlja 30 udeležencev.

Graf 9 : ZADOVOLJSTVO ČLANOV



Izmed 64 anketirancev, ki so na prejšnje vprašanje odgovorili z DA, jih je 40 odgovorilo (kar pomeni 62 %), da je zelo zadovoljnih z brezplačnimi predavanji in 38 % (oz. 24 anketirancev) pa je zadovoljnih.

ŠTUDIJSKI PROGRAMI V LETU 2013/2014

Zap. Št.	Ime študijskega krožka	Št. Udeležencev	Mentor
1.	Ustvarjamo (različno ročno ustvarjanje)	14	Mateja Mlakar
2.	Nemščina-osnovna	15	Nataša Knez
3.	Nemščina-nadaljevalna	4	Nataša Knez
4.	Angleščina -osnovna	10	Alenka Cvetič
5.	Angleščina -nadaljevalna	14	Alenka Cvetič
6.	Filozofirajmo skupaj	4	Anja Benko

7.	Raziskovanje lastnega likovnega izraza	12	Špela Kovačič
8.	Računalništvo	12	Anja Friškovec
9.	Odkrijmo lepote naše domovine	5	Mira Časar
10.	Astronomija	14	Martin Brglez
11.	Francoščina	8	Boža Pirnat
12.	Joga	14	Eva Cepec
13.	Zumba 1.	10	Sonia Krauser
14.	Zumba 2.	12	Sonia Krauser
15.	Zumba 3.	12	Sonia Krauser

Št. članov, ki niso vključeni v noben študijski program	%
41	26

POROČILA ŠTUDIJSKIH PROGRAMOV

FILOZOFIRAJMO SKUPAJ

Študijski program Filozofirajmo skupaj je bil namenjen vsem, ki se zanimajo za filozofijo, to je ljubezen do modrosti oziroma filozofske tematike, in tistim, ki želijo pridobiti znanja s področja zgodovine filozofije, pričeti z branjem filozofskih del in s filozofskim razmišljanjem o največjih filozofih v zgodovini. Udeleženci so okrepili svojo lastno radovednost, se naučili kritičnega razmišljanja in argumentiranega presojanja o filozofskih problemih ter si pridobili znanje in intelektualno odprtost.

Anja Benko, mentorica

»V ponedeljek, 20. januarja 2014, smo na MOCIS-U v študijskem letu 2013/2014 zaključili študijski program *Filozofirajmo skupaj*. Še posebno pa sem hvaležna gospe Anji Benko, da je popestrila in požlahčila naše ure s predavanjem gospoda mag. Vinka Ošlaka in dr. Jerneja Amona Prodnika.

V tem kratkem času zanimivih ponedeljkovih učnih druženj sem dobila več, kakor sem utegnila osvojiti. Zato bom do naslednjega učnega leta radovedno širila svoje obzorje ob/po priporočeni literaturi.«

Marta Merkač, udeleženka

»Moja pričakovanja so bila v celoti dosežena, če že ne presežena. Glede na kratek čas, ki nam je bil na voljo, smo dobili vpogled v pomen filozofije, spoznali nekatere filozofe in vprašanja, s katerimi so se ukvarjali.«

Danica Doler Švab, udeleženka



Slika: Udeleženke študijskega programa Filozofirajmo skupaj



Slika: Predavanje Mag. Vinka Ošlaka

RAZISKOVANJE LASTNEGA LIKOVNEGA IZRAZA

Zastavljeni cilji so bili med udeleženkami zelo dobro razumljeni, predvsem pa dokazani in realizirani skozi njihova likovna dela. Seveda je med več predelanimi vsebinami vsaka udeleženka našla tisto, v katero se je nekoliko bolj poglobila.

Podati na slikarsko ploskev nekaj, kar je mogoče teoretično popolnoma razumeti, ni prav lahka naloga. S ponosom želimo z zaključno razstavo pokazati, da nam je s skupnimi močmi uspelo izraziti to, kar se v celoti z besedami ne da opisati. V nekaj primerih se je zgodilo nepopisno presenečenje, boste videli kaj je nastalo. Predvsem pomembno pa je, da je vsaka sama pri sebi s kančkom spodbude odkrila delček likovnega v sebi. Lepo je pogledati rezultat, ki je plod študijskega dela in se kar nekako ne more ustaviti.

Špela Kovačič, mentorica



Galerija likovnih umetnosti: »Raziskovanje lastnega likovnega izraza«



»Prijetno me je presenetila zagnanost mlade umetnice, saj nam je že na samem začetku uredila najboljše pogoje za ustvarjanje-v galeriji likovnih umetnosti v Slovenj Gradcu, kjer so nam bila na voljo stojala! Ob tako številni udeležbi smo razmišljali o dveh skupinah, saj svojega znanja mentorica ni mogla enakovredno razdeliti na vse udeleženske. Vedoželjno smo spremljali vsako njeno potezo s svinčnikom in čopičem pri dosedanjih mizah, češ kako lahko to izvaja! Sama sem obnovila znanje iz OŠ in Srednje šole: nanos barve, pravilna razporeditev, senčenje, kompozicija in perspektiva ter mnoge druge nasvete za risanje. V koliko mi bo dopuščal čas in zdravje se bom z veseljem udeležila nadgradnje risarskih veščin v bodoče. Še enkrat zahvala Špeli, MOCIS-u in U3ŽO!«

Alenka Nikl, udeleženska

RAČUNALNIŠTVO

Računalništvo je bilo namenjeno na eni strani udeležencem, ki še nimajo izkušenj pri delu z računalnikom, na drugi strani pa tistim, ki že samostojno delajo na računalniku (npr: prebirajo pošto, berejo novice, pišejo različna besedila, facebook, Skype...).

»Eden mojih izbranih programov je bil nadaljevalni tečaj računalništva, saj je le-ta vseboval veliko zanimivih vsebin, kot so, napredna uporaba elektronske pošte, varnost na spletu, spletno bančništvo, socialno omrežje Facebook, digitalna fotografija,...

Zbrali smo se, skupina, z različnim predznanjem, morda tudi različnimi željami. Mentorica, prof. Anja Friškovec je zanimivo podajala tematiko in jo zelo uspešno prenašala na našo, po znanju, tako nehomogeno skupino. Sestajali smo se enkrat tedensko, po dve uri in kmalu ugotovili, da nam odmerjeni čas mineva zelo hitro in, da nam ga vedno zmanjkuje. Vzdušje je bilo prijetno in sproščeno, pa vendar je naši mentorici zelo dobro uspevalo vzpostavljati delovno klimo, ki nam je omogočala pridobivanje zelenega znanja.

Danes permanentno izobraževanje ni več želja oz. potreba določenih segmentov populacije, ampak je nujnost in obveza vseh nas, zato tudi v naslednjem študijskem letu pričakujem med študijskimi programi, računalništvo z vsemi novostmi in strokovno usposobljenega, tankočutnega mentorja, kot je prof. Anja Friškovec.

Življenje, razvoj in napredek hitijo z veliko hitrostjo in ne smemo dovoliti, da bi šli mimo nas, ostati moramo del množice, ki hiti in napreduje«.

Silva Flajs, udeleženka



Slika: Udeleženci študijskega programa Računalništvo

USTVARJAMO

Ustvarjalne delavnice smo skupaj z udeleženkami sproti snovale in določale materiale, ki jih bomo preizkusile. Delavnice so potekale vsakih 14 dni, sama izvedba pa je potekala strnjeno, 3 x 60 minut. Čas nam je zadoščal za izvedbo naših kreacij v celoti, vključno s predstavitvijo materialov in razlago ter navodili za izdelavo.

Smoter delavnic je bil izdelati izdelek po lastni ideji, se preizkusiti v ročnih spretnostih in se naučiti postopke izdelave za posamezne materiale. Udeleženke so izdelke ustvarjale kasneje

tudi doma, v primeru vprašanj in iskanja rešitev za nekatere ideje, pa smo se dogovorile, da lahko kadarkoli pridejo do mene po pomoč za dokončanje izdelka.

V tem času smo izdelale izdelke iz naslednjih materialov:

- Žica za kvačkanje – nakit (verižice, uhani, zapestnice);
- Fimo masa (nakit iz fimo mase, obeski za ključce);
- Kombinacija fimo mase in perlic – verižice (nizanje na žice-obratne verižice, nizanje na bombažne vrvice);
- Poslikava stekla – vaze, kozarci (klasična poslikava s konturami in točkovnim polnjenjem ploskev);
- Das masa – izdelava cvetličnih venčkov, prazničnih venčkov ter cvetličnih slik;
- Izdelki iz slanega testa (velikonočne figure in izdelava punčk);
- Vezenje na platno;
- Izdelava rož in šopkov iz krep papirja;
- Izdelki s servietno tehniko (okraševanje steklenih kozarcev in steklenic);
- Srčki iz filca, ročno obšiti.





Slika: Udeleženke in izdelki študijskega programa Ustvarjajmo

ASTRONOMIJA

«To je naše prvo leto. Priznati moram, da sem v celoti zelo zadovoljen, posebej še nad zanimanjem članov naše skupine. Ni bilo nobenih težav ne pri predavanjih in ne pri organizaciji ekskurzije ali opazovanj.

Je pa to »trdo delo« in veliko dela; tako s pripravo predavanj in seveda tudi s pripravo ustreznega gradiva. Če me samo delo ne bi tako »vleklo«, bi verjetno hitro izgubil voljo.

Vesetje se je ob koncu ozreti na »prehojeno pot« in si reči: »Spet je nekaj narejenega na področju popularizacije astronomije med ljudmi.«

Martin Brglez, mentor



Slika: Astronomski pripomočki



Slika: Opazovanje sonca

NEMŠČINA

V šol. letu 2013/14 sem na U3ŽO izvajala študijski program NEMŠČINA, ki je bil po oblikah in metodah prilagojen starejšim odraslim. Program se je odvijal v dveh skupinah, na dveh ravneh zahtevnosti, v ZAČETNI in NADALJEVALNI.

Začetno nemščino je obiskovalo 14 udeležencev. Skupina pa je bila precej nehomogena, saj je nekaj udeležencev že imelo osnovno znanje nemškega jezika. S prizadevnim delom in veliko mero vedoželjnosti in motivacije je tudi ostalim kmalu uspelo osvojiti enako stopnjo znanja. Učni cilj smo v celoti realizirali, pridobljeno znanje pa je dobra podlaga za sporazumevanje v vsakdanjih situacijah.

Nadaljevalno nemščino so obiskovali 4 udeleženci nemškega jezika. Maloštevilna skupina je predvsem pri učenju jezika velika prednost, saj omogoča bolj osebni pristop in predavatelj se lažje prilagaja vsakemu slušatelju posebej. Slušatelji so zelo hitro napredovali, bili so zelo motivirani in tudi dosledni, tako pri delu v skupini, kot tudi doma.

Obe skupini sta v celoti presegle moja pričakovanja, tako po svojem znanju in prizadevnosti, kot tudi srčnosti in hvaležnosti.

8.5.2014 smo sodelovali na otvoritvi Parade učenja z glasbenim nastopom.

Nataša Knez, mentorica

»Pod vodstvom prijazne in prizadevne mentorice gospe Nataše Knez, smo v sproščenem vzdušju spoznavali zakonitosti nemškega jezika. Snov je bila podajana tako slikovito, da smo morali sodelovati in tako večkrat pozabili na konec učne ure. Nismo se preveč vznemirjali, če česa nismo znali ali dojeli kot nam je bilo podano, če nismo znali ali utegnili napisati domače naloge, ali je bila naloga nepopolna. Gospa Nataša nas je znala pohvaliti, da učno snov zelo dobro sprejemamo in v znanju napredujemo.

Prijetno se je bilo učiti, družiti in sodelovati. Želim si, da bi v naslednjem šolskem letu v enakem sestavu učenje nadaljevali. »

Marija Bricman, udeleženka



Slika: Udeleženci študijskega programa nemščina **Slika:** Nemcisti za šolskimi klopmi

FRANCOŠČINA

V učno skupino francoščine je bilo vključenih 8 slušateljev, od teh so bili 4 slušatelji čisti začetniki, medtem ko so bili preostali 4 člani z nekdanjim gimnazijskim znanjem. Skupina je

bila torej heterogena in zato je bilo potrebno delo stalno diferencirati in s tem prilagajati učnim zmožnostim in potrebam slušateljev.

V nadaljevanju želi skupina vključiti v program tudi ekskurzijo v Francijo.

Vsi slušatelji so bili zagnani za delo in so lepo napredovali. K uram so redno prihajali. Za prijetno vzdušje v skupini so poskrbeli vsi člani, skupino pa je dobro povezovala naša animatorka Boža Vitežnik Raj. Za potrebe priprave fotokopij je redno skrbel naš slušatelj Maks Kac.

Evalvacija je pokazala, da so bili z delom v učni skupini zadovoljni in vsi želijo z učenjem francoščine nadaljevati tudi v naslednjem šolskem letu.

V tečaj francoščine sem se vpisala kot začetnik.

Ure so se vedno pričele s sproščenim, zabavnim, predhodno poslanim gradivom (šale v francoščini). Nove besede, posebnosti smo prepisovali iz table ali s projekcije ter ob tem dobili vedno razlago. Besede smo takoj uporabili v stavkih ter z branjem in ponavljanjem napisanega usvajali besedišče in strukture stavkov. Zadnje ure francoščine so bile vsebinsko povezane z dialogi (CD), ki smo jih sprva brali, potem pa že odigrali drug z drugim.

Z navdušenjem se bom vpisala v nadaljevanje tega tečaja. Veselim se dela v tej medgeneracijski skupini. Poleg učenja jezika, sem se veliko naučila tudi od svojih super sošolcev. Še enkrat pa zahvala naši odlični profesorici ge. Boži Pirnat.

Katja Uršič, udeleženka



Slika: Udeleženci študijskega programa Francoščine

ANGLEŠČINA

Udeleženci začetnega tečaja so spoznali, kako se lahko predstavijo v angleškem jeziku in povedo nekaj o sebi, kateri so sploh osnovni deli stavka – kako se imenujejo. Učenje je potekalo z veliko komunikacije v angleščini, raznimi zvočnimi posnetki pogovorov, branjem in utrjevanjem nove snovi. Klima v razredu je bila zelo pozitivna in odprta, saj smo se s skupino lepo ujeli in marsikateri izmed njih je v učenju in uporabi tujega jezika vidno napredoval.

Študentkam nadaljevalne angleščine sem na samem začetku dala priložnost sooblikovanja naših učnih ur, saj me je zanimalo kakšne so njihove želje in pričakovanja. Moje študentke so večkrat prišle do spoznanja, da je tuji jezik res potrebno ves čas osveževati, ga uporabljati in nadgrajevati, da ga ne pozabiš.

Za konec naj še dodam, da sem zelo vesela in hvaležna, da sem lahko spoznala vsakega izmed »mojih dam in gospodov«, saj smo se imeli super, nenazadnje pa smo stkali tudi nove prijateljske vezi.

Alenka Cvetič, mentorica

»Skrajni čas je že bil, da smo tudi v Slovenj Gradcu dobili možnost druženja in nadgrajevanja našega znanja v okviru Univerze za tretje življenjsko obdobje. Po stažu sem mlajša, fakultetno izobrazena upokojenka, ki sem se z veseljem včlanila v U3ŽO in aktivno sodelovala pri obnavljanju znanja angleškega jezika. Ob zaključku izobraževanja z veseljem ugotavljam, da mi sodelovanje pri nadaljevalni angleščini ne pomeni samo osvežitve mojega znanja, ampak sem moje angleško besedišče še razširila na različna praktična področja, bolj samozavestna pa sem postala pri moji komunikaciji v tujini. Predavateljica Alenka je kljub temu, da ni imela izkušenj s tovrstnim izobraževanjem, dobro izpeljala program, ustvarila je dobro vzdušje med nami slušateljicami in njo samo. Na koncu lahko ugotovim, da je to prvo leto v okviru U3ŽO izpolnilo vsa moja pričakovanja in da bom z dodatnim izobraževanjem nadaljevala tudi v prihajajočem študijskem letu«.

Irena Kovač, udeleženka



Slika: Udeleženke študijskega programa Angleščina

ODKRIJMO LEPOTE NAŠE DOMOVINE

Prva srečanja so potekala v učilnici, kjer so se slušatelji spoznali z osnovami geografije, zgodovine in umetnostne zgodovine. Želeli smo spoznati delo kustosa in kako poteka voden ogled. Povezali smo se z g. Kosom, kustosom v Koroškem Pokrajinskem muzeju, naredili načrt ogledov in se odpravili na teren. Najprej smo si ogledali razstavljen zbirke Koroškega pokrajinskega muzeja, Cerкви sv. Elizabete in sv. Duha, Wolfov muzej, Cerkev sv. Jurija in Sv. Pankracija. Naslednja postaja je bil KPM enota Ravne, kjer smo si ogledali zbirki Mati fabrika in etnološko zbirko. V Dravogradu Dvorec Bukovje in gestapovske zapore, v Šentjanž pa cerкви sv. Janeza Krstnika in sv. Petra na Kronske gori. Nismo pa mogli mimo Turistične kmetije Klančnik. Po Mislinji nas je najprej popeljala naša slušateljica Marica, nato pa upokojena učiteljica Minka Koprivnikar, v Tisnikarjevi domačiji pa Dora Stoporko. Naše letošnje potepanje po Koroški smo zaključili v Libeličah, kjer nas je vodila ga. Knez.



Poleg ogledov smo pripravili tudi zaključni izlet vseh slušateljev na U3ŽO v Rogatec in se po poti preizkusili v vlogi turističnih vodičev.

Naše raziskovalno delo je bilo posvečeno Sakralni stavbni dediščini v Mestni občini Slovenj Gradec, ki smo jo predstavili z zloženki

Mira Časar, mentorica

Šolsko leto je že okoli, mi pa pravimo: pa toliko bi še radi videli in izvedeli! A se res ponovno dobimo šele oktobra? Seveda se bi bilo bolj enostavno odpraviti na izlet in samo poslušati vodnike ter občudovati lepote krajev. A smo se resno lotili tudi dveh študijskih nalog. V okviru študijske naloge Sakralna dediščina v občini Slovenj Gradec smo brskali po različnih virih, se odpravili s fotoaparati do znanih cerkev in manj znanih cerkvic ter tako spoznali kulturno bogastvo tega področja. Pisni izdelek, ki ga je končno oblikovala naša mentorica, z veseljem pokažemo. Z določeno mero »treme« smo se lotili druge naloge: izvedbe izleta za vse člane U3ŽO, saj bomo po poti posamično predstavljali znamenitosti krajev ob poti. Zase lahko rečem, da mi članstvo in aktivno sodelovanje v U3ŽO prinaša nove izzive, nova znanja, zanimiva druženja in nove kolege. Tako je moje tretje življenjsko obdobje res bolj aktivno, pestro in družabno.

Marica Roškar, udeleženka



Slika: Udeleženci programa Odkrijmo lepote naše domovine

JOGA

V programu JOGA smo oblikovali 2 skupini:

- prvo skupino so obiskovale gospe, ki jim je bolj ustrezala manj naporna vadba, kjer smo veliko vaj izvajale s pomočjo stolov;
- druga skupina je bila fizično bolj zahtevna in dinamična.



Delo je bilo v večini praktično, 3x pa smo se dobile v učilnici in obdelale tudi teorijo. V tem šolskem letu smo spoznale in osvojile osnovne telesne položaje (asane), dihalne tehnike (pranayama) in metode za sproščanje. Velik pomen smo dajali tudi sprejemanju lastnega telesa in ohranjale pozitiven pogled na življenje.

Gospe so redno ugotavljale, da se po vadbi počutijo veliko bolje in da z vadbo omilijo telesne bolečine in se nasploh počutijo bolje.

Udeležba na urah joge je bila zelo dobro, ocenjujem na 80%, razlogi za odsotnost pa so bili večinoma povezani z zdravjem ali slabim razmeram na cesti. Naše skupno druženje smo zaključile s pohodom po Dobravi.

Eva Cepec, mentorica

»V jeseni se je oblikovala skupina, ki je vztrajala vse do konca. Nova oblika vadbe nas je povsem prepričala. Praktični del smo nadgradile še s teoretičnim. Spoznale smo nove dimenzije, na katere velikokrat pozabljamo. Mlada, redna, točna, gibčna in seveda strokovna vaditeljica, nam je dokazovala, da zmoremo. Krepile smo telo in duha. Čas, ko smo se umirile, skrbele zase, samo zase, je zmeraj prehitro minil. Zaključile smo s prijetnim druženjem in dogovorom, da v jeseni nadaljujemo.«

Marija Obreza, udeleženka

Zumba®Gold

Ure našega rekreativnega druženja se bodo kmalu končale, zato je prav, da povemo, v koliki meri so izpolnjena naša pričakovanja.

Prvič v svojem življenju sem se udeležila takšne vrste rekreacije, saj v času, ko sem bila zaposlena, imela otroke, gradila hišo, itd..., za to ni bilo ne časa ne volje ob vseh obveznostih.

Ko sem se odločila za zumbo sem si rekla, bom poskusila, pa bom videla, kaj to sploh je. Danes lahko rečem, da sem se odločila zelo pametno, kajti s to vrsto rekreacije razgibamo res celo telo. Ker pa imam rada ritem in sem vedno rada zaplesala, če je bil kdaj čas, pa tu še posebej uživam. Priznati moram, da se počutim dosti bolj zdravo in verjamem, da je k temu pripomogla tudi ta rekreacija.



Menim, da brez dobrega vodenja, program ne bi bil uspešen. Sonia je človek, ki zna voditi, motivirati in s svojo pozitivno energijo pričarati res pravo vzdušje.

Da zaključim, bilo je koristno in lepo. Upam, da bom v jeseni lahko nadaljevala s to aktivnostjo.

Majda Ogriz, udeleženka

PREDLOG PROGRAMA ZA ŠTUDIJSKO LETO 2014/2015

Tudi v študijskem letu 2014/2015 se bomo srečevali na različnih študijskih krožkih in predavanjih. Iz bogate ponudbe programov, pa bodo udeleženci lahko izbrali tistega, ki jih najbolj zanima.

- TUJI JEZIKI
 - Angleščina I
 - Angleščina II
 - Nemščina I
 - Nemščina II
 - Francoščina
- RAČUNALNIŠTVO OSNOVNO
- RAČUNALNIŠTVO NADALJEVALNO
- USTVARJAJMO
- ASTRONOMIJA
- RAZISKOVANJE LASTNEGA LIKOVNEGA IZRAZA
- FILOZOFIRAJMO SKUPAJ
- ODKRIJMO LEPOTE NAŠE DOMOVINE
- JOGA
- ZUMBA
- BRIDGE
- FOTOGRAFIJA
- NOVINARSTVO
- ESPERANTO
- RCNIJE ZA PREVENTIVO
- GLASBENA ZAKLADNICA
- MOJA IZBIRA, MOJA ODLOČITEV – TO SEM JAZ
- KALIGRAFIJA – LEPOPISJE
- KINO OB KAVI

ZAKLJUČNA EKSKURZIJA

22. 5. 2014 smo se s člani U3ŽO podali na pot proti **Rogatcu**, kjer nas je čakal zanimiv program. Med potjo smo izvedeli veliko zgodovinskih informacij o krajih, skozi katere nas je peljala pot. Zato se moramo zahvaliti članom študijskega programa "**Odkrijmo lepote naše domovine**" z mentorico Miro Časar.

Udeležili smo se 3 manjših etnoloških delavnic, kjer smo si izdelali zapestnice iz ličja, magnetek s kamnom in »nunalco«.



Ogledali smo si двореc Strmol in etnografsko razstavo Kuharca. Na koncu pa smo se ustavili še v konjušnici. In že je bila naša ekskurzija pri koncu. Zaželeli smo si lepo poletje ter si obljubili, da se v jeseni spet srečamo.



ZAKLJUČEK

Staranju se ne moremo izogniti, lahko pa ga upočasnimo in popestrimo. Poskrbite zase in začnite vlagati v svoje zdravje in dobro počutje. Postanite telesno in mentalno aktivni, sprejmite izzive. Dokažite, da nikoli ni prepozno, da bi se naučili česa novega.

Naj se naš slogan »Naj teče učenje skozi življenje« dotakne tudi vas in dovolite, da odkrijete in doživite še kakšno skrivnost ali zanimivost vseživljenjskega učenja.

