



U3Ž0

UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE | MOCIS

POROČILO O DELU V ŠTUDIJSKEM LETU 2016/2017

Izdajatelj:

MOCIS, Center za izobraževanje odraslih
Meškova 21
2380 SLOVENJ GRADEC

Pri pripravi poročila UŽ30 so sodelovali:
Sonja Lakovšek
Nevenka Gutenberger
Anja Friškovec
Mentorji, animatorji in člani študijskih programov

Lektoriranje:
Urška Novak

Slovenj Gradec, junij 2017

Kazalo vsebine

NAGOVOR DIREKTORICE MOCIS-a.....	5
POROČILO VODJE PROGRAMSKEGA ODBORA U3ŽO.....	7
STATISTIČNI PODATKI	9
Člani po starosti.....	9
Člani po izobrazbi	9
Člani po občinah.....	10
Člani po statusu.....	10
ZADOVOLJSTVO ČLANOV S ŠTUDIJSKIMI PROGRAMI	11
Splošno zadovoljstvo:.....	11
Priporočilo drugim.....	11
Vpis v U3ŽO v naslednjem študijskem letu.....	12
Zanimanje za programe v naslednjem študijskem letu.....	13
Ocena organizacije izobraževanja	14
Pridobitev informacij	15
Obveščanje v bodoče	15
BREZPLAČNA PREDAVANJA U3ŽO 2016/2017	16
ŠTUDIJSKI PROGRAMI V LETU 2016/2017	17
POROČILA ŠTUDIJSKIH PROGRAMOV	18
RAČUNALNIŠTVO	18
R'ČNIJE ZA PREVENTIVO	19
NEMŠČINA.....	20
FRANCOŠČINA.....	20
ANGLEŠČINA	21
ODKRIJMO LEPOTE NAŠE DOMOVINE.....	22
INŠTRUMENT – Kitara in sintesajzer	23
KINO OB KAVI	24
RAZISKOVANJE LASTNEGA LIKOVNEGA IZRAZA	25
ČAROBNOST FOTOGRAFIJE	26
ZUMBA®GOLD	27
JOGA.....	28
ESPERANTO	28
Izlet v predpraznično Ljubljano.....	29
ZAKLJUČNA EKSKURZIJA NA DUNAJ Z ZAKLJUČKOM	31

NAGOVOR DIREKTORICE MOCIS-a

Za nami je četrto uspešno leto delovanja Univerze za tretje življenjsko obdobje. Ponosna sem, da skupaj s programskim odborom, mentorji, animatorji in udeleženci »pišemo zgodbo« o tem, kako je tretje življenjsko obdobje lahko čas učenja, pridobivanja novega znanja, podajanja svojega znanja drugim in spoznavanja ljudi, ki jih morda prej še nisi srečal. U3ŽO ponuja možnost tkanja prijateljstva, spodbujanja in podpore.

Vesela sem, da vsako leto najdemo poleg starih, že preizkušenih programov, nove izzive. Ti nas spodbujajo, da ustvarjalno razmišljamo in prinesejo ravno pravo mero stresa, da se še posebej potrudimo in predvsem – poskusimo. Tako smo se v preteklem letu lotili vsaj dveh novih izzivov. Ponudili smo nov študijski program tistim, ki imajo željo po učenju instrumenta. Program je lepo zaživel, rezultate učenja pa bomo lahko »poslušali« na enem od prihodnjih skupnih dogodkov. Drugi izziv je bil, da smo »pokukali« čez mejo in se podali celo v samo avstrijsko prestolnico. Organizirali smo odmeven obisk in predavanje direktorja slovenskega kulturnega centra Korotan na Dunaju g. Antona Levsteka. Iz tega se je porodila ideja o širši predstavitvi mesta Slovenj Gradec na Dunaju. Župan je sprejel pobudo MOCIS-a in jo nadgradil z novimi vsebinami. Rezultat je bil obsežen kulturno-promocijski projekt in izjemno odmevna prireditev na Dunaju, na kateri so ob prisotnosti slovenskega ministra za zamejce g. Žmavca odprli spominsko sobo Huga Wolfa. Slovenj Gradec se je predstavil s celotno paleto prireditev, ki obeležujejo 750. letnico mesta, in poskrbel za odlično promocijo, ki bo imela dolgoročne učinke. U3ŽO se je na Dunaju predstavila z razstavo fotografij znamenitosti Slovenj Gradca skupine Čarobnost fotografije, člani univerze pa so lahko Dunaj obiskali v okviru zaključne ekskurzije.

Leto 2017 si bomo zapomnili tudi po tem, da se je moral MOCIS nenadoma in hitro preseliti na novo lokacijo, kar je pomenilo precejšnjo motnjo v izvajanju programov univerze, toda z dodatnim naporom vseh smo v relativno kratkem času stvari ponovno postavili na pravo mesto.

Zelo ustvarjalni so bili v nekaterih študijskih skupinah, ki so se tematsko povezale in zato ni naključje, da je nastalo kar nekaj skupnih projektov. Za prepoznavanje v okolju je pomembna promocija. U3ŽO se je poleg Dunaja predstavljala z likovnimi in fotografskimi razstavami v domačem okolju, s projekti pa celo na nacionalni ravni – na konferenci Povezani gradimo skupnost v Rimskih termah.

To je samo nekaj pomembnejših poudarkov dogajanja v preteklem letu. Tisto najpomembnejše in najdragocenejše pa je skrito v nas, ki skupaj delamo in skrbimo za življenje univerze. Iskreno se zahvaljujem vsem in vsakemu posebej.

Sonja Lakovšek, direktorica MOCIS-a

POROČILO VODJE PROGRAMSKEGA ODBORA U3ŽO

Ob pregledu realiziranih aktivnosti U3ŽO za študijsko leto 2016/2017 ugotavljam, da se je v tem leto dogajalo veliko lepega, da smo bili zelo aktivni, družabni ter pridno pridobivali nova znanja in veščine. Verjamem, da smo z članstvom v U3ŽO veliko pridobili, uresničili marsikatero željo po novem znanju, osebno rastle ter si širili socialno mrežo in poglobili medsebojna prijateljstva.

V študijskem letu 2016/2017 je bilo vpisanih 117 članov. Nova znanja so pridobivali člani v 16 študijskih programih, od tega je bilo nekaj novih, in sicer: Učenje kitare in Učenje sintesajzerja. Nekateri člani so obiskovali tudi po tri ali štiri programe, kar kaže na veliko zanimanje članov za tovrstno izobraževanje v tretjem življenjskem obdobju.

Izobraževalne programe smo v veliko zadovoljstvo članov popestrili tudi z zanimivimi torkovimi predavanji, delavnicami ter ekskurzijami. Enkrat na mesec smo organizirali šest torkovih predavanj z zanimivo in aktualno vsebino, in sicer: Dedovanje, Upravljanje z osebnimi financami, Uporaba pametnih telefonov, Grofje andeški, Priprava okusnih jedi, cekini, pira, mak in pite ter predavanje Nekontrolirano uhajanje vode – inkontinenca. V novembru smo se v okviru medgeneracijskega sodelovanja udeležili zelo odmevnega predavanja dr. Renate Salecl na aktualno temo Tesnoba v času genetike in nevroznanosti.

V začetku februarja smo doživeli nepozabni dunajski večer v Slovenj Gradcu, kjer nam je predaval g. Levstek, direktor slovenskega kulturnega centra Korotan, kurator Knaflove ustanove, vsestranski kulturnik, popotnik in raziskovalec. Z njegovim predavanjem smo se sprehodili skozi zgodovino znamenitih Slovencev, ki so pustili svoje sledi na Dunaju. Eden od njih je bil tudi Hugo Wolf, v Slovenj Gradcu rojen skladatelj slavospevov, ki je vrsto let tudi živel in delal na Dunaju. In takrat se je tudi porodila ideja, da se na Dunaju v slovenskem hotelu Korotan v počastitev 750. obletnice omembe Slovenj Gradca skupaj z Mestno občino Slovenj Gradec slovesno odpre soba skladatelja Huga Wolfa. Na tej prireditvi je U3ŽO sodelovala z razstavo 10 odličnih fotografij mesta Slovenj Gradca, ki so rezultat dela študijske skupine Čarobnost fotografije. Ta skupina pa ni razstavljala samo na Dunaju, ampak so bile v mesecu maju fotografije vseh članov razstavljene tudi na samostojni razstavi v Knjižnici v Slovenj Gradcu. V prostorih Mladinske knjige pa so letos po zaključku programa razstavljale tudi članice Raziskovanja lastnega likovnega izraza, ki so tako v svojih delih umetnostno odlično izrazile vse svoje talente.

Člani skupine Odkrijmo lepote naše domovine in skupine Čarobnost fotografije so letos ponovno izpeljali skupen projekt na temo Štrekna, nekoč železna cesta, danes kolesarska steza, kjer je na zanimiv način opisana zgodovina nekdanje železnice v Mislinjski dolini in nostalgичni spomini naše generacije na železnico v zgodbicah. Gradivo je opremljeno s starimi in novimi fotografijami nekdanje železniške trase, sedaj kolesarske steze.

V tem študijskem letu smo organizirali tudi dve ekskurziji. Prva je bila konec decembra, ko smo obiskali čarobno okrašeno prednovoletno Ljubljano in Narodno galerijo. Druga ekskurzija pa je bila organizirana v mesecu maju po zaključku vseh študijskih programov. Obiskali smo mesto Dunaj ter se navduševali nad prelepim mestom z bogato zgodovino. Seveda pa so se poleg zgoraj opisanega delovanja U3ŽO v posameznih skupinah odvijale še druge zanimive aktivnosti, še posebej pa smo se radi družili ter sklepali in poglobljali prijateljstva.

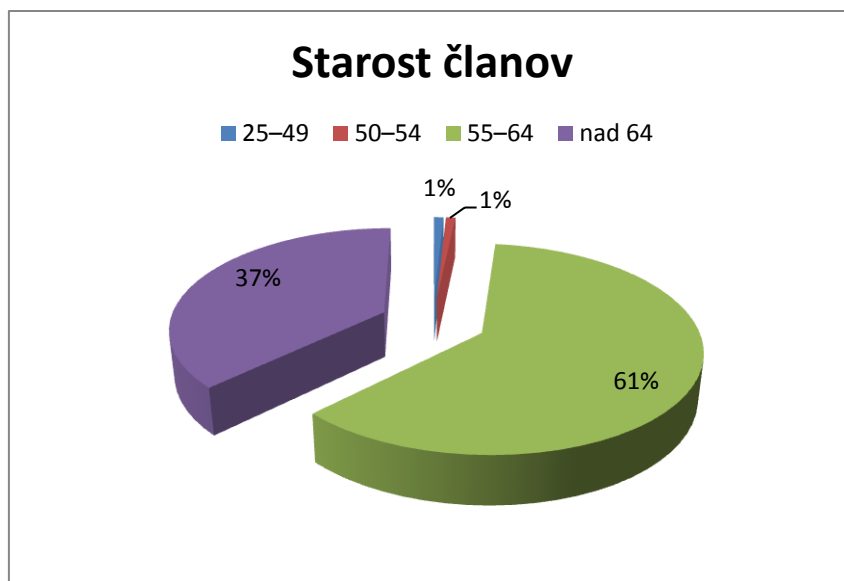
Podroben opis delovanja posameznih študijskih skupin ter analiza anketiranja članov je podrobno predstavljena v nadaljevanju tega poročila. Za nemoteno in uspešno delo U3ŽO so tekom leta skrbeli strokovni delavci MOCIS-a, Centra za izobraževanje odraslih Slovenj Gradec skupaj s člani programskega odbora, mentorji in animatorji posameznih skupin, za kar se jim najlepše zahvaljujem.

Nevenka Gutenbergger, vodja programskega odbora

STATISTIČNI PODATKI

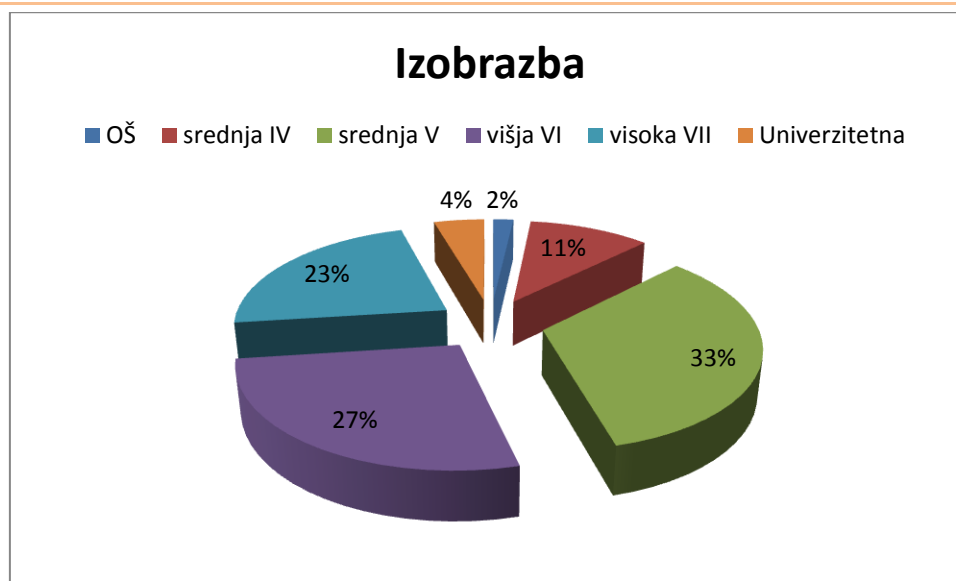
Letos je bilo v U3ŽO vpisanih 117 udeležencev, od tega 19 novih članov, medtem ko je bilo v lanskem letu skupno 125. Povprečna starost je znašala 65 let. Večje zanimanje za programe ostaja s strani nežnejšega spola, in sicer je bilo v U3ŽO vpisanih 106 žensk (lani 110) in 12 moških (lani 15). Iz teh podatkov lahko sklepamo, da se je zanimanje za U3ŽO ustalilo. Cilj v prihodnjem letu bo me drugim tudi, kako privabiti več moških članov.

Člani po starosti



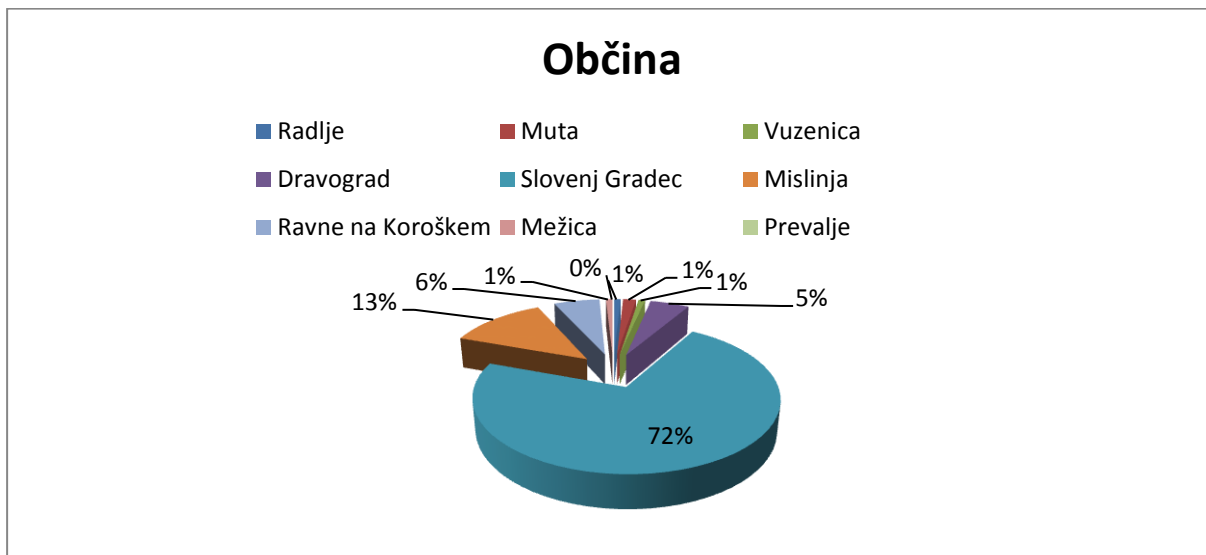
Iz grafa lahko vidimo, da je več kot polovica udeležencev (72 članov oz. 61 %), starih od 55 do 64 let, 44 udeležencev oz. 37 % jih je starih nad 64 let, 1 % udeležencev je starih od 25 do 49 let in 1 % udeležencev je starih od 50 do 54 let.

Člani po izobrazbi



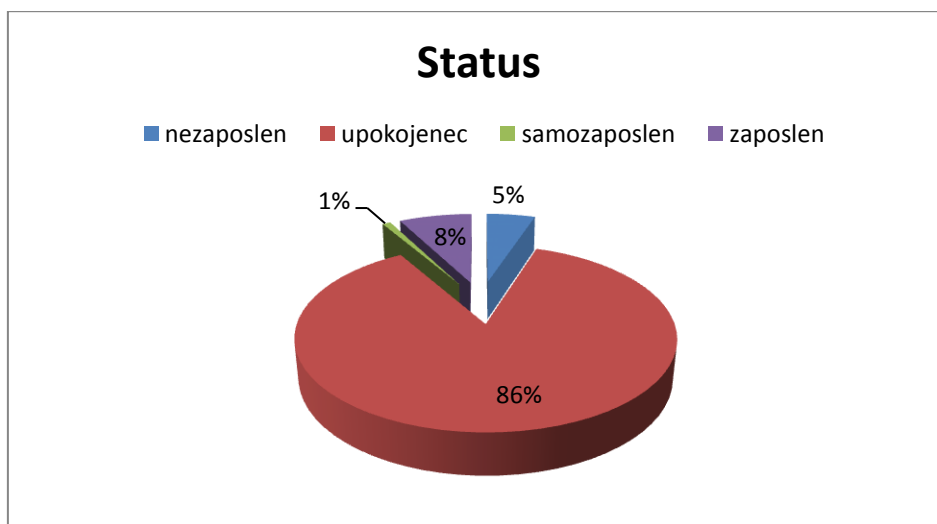
Iz grafa je razvidno, da ima 33 % članov V. stopnjo izobrazbe, 27 % je takšnih, ki imajo VI. stopnjo, 23 % ima VII. stopnjo, 2 % jih ima dokončano osnovno šolo, 11 % ima IV. stopnjo in 4 % ima VIII. stopnjo izobrazbe.

Člani po občinah



Graf nazorno prikazuje, da 85 članov U3ŽO prihaja iz Slovenj Gradca, kar pomeni 72 % vseh udeležencev, 13 % iz Mislinje, 6 % iz Raven na Koroškem, 5 % iz Dravograda, 1 % iz Prevalj, 1 % iz Muta in 1 % iz Vuzenice, Radelj ob Dravi in Mežice.

Člani po statusu



Iz grafa je razvidno, da je 86 % članov upokojenih, 8 % zaposlenih in 5 % nezaposlenih. V tem študijskem letu je bilo rahlo več zaposlenih kot prejšnje leto.

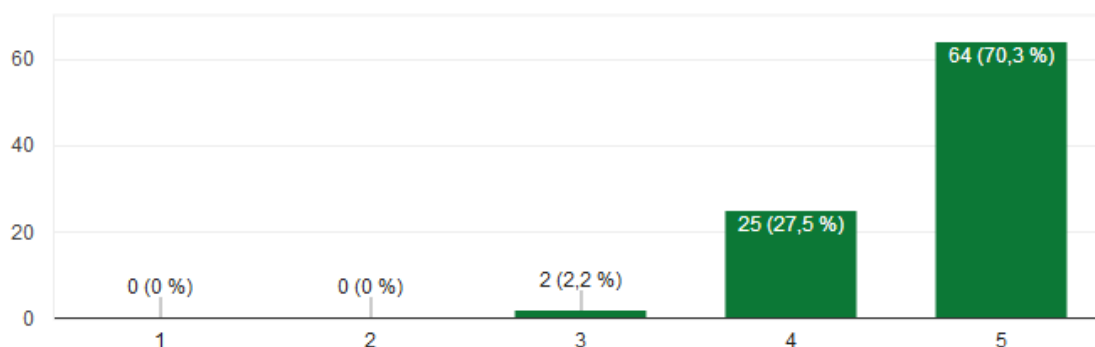
ZADOVOLJSTVO ČLANOV S ŠTUDIJSKIMI PROGRAMI

V anketi je bilo oddanih 91 odzivov različnih programov U3ŽO. V letošnje študijskem letu se je prvič anketiranje izvedlo tudi v elektronski obliki. Žal nismo dobili vseh evalvacij udeležencev.

Splošno zadovoljstvo:

Kako ste zadovoljni s študijskim programom, ki ga obiskujete?

91 odgovorov

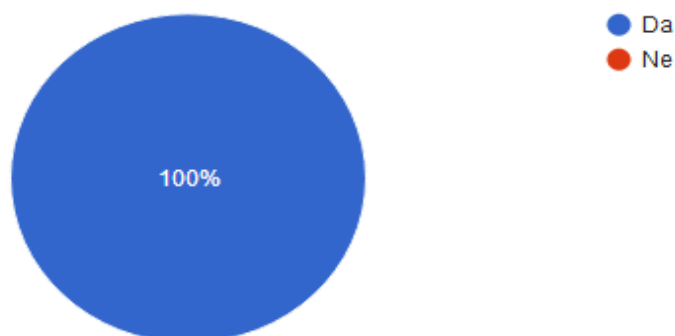


64 udeležencev je bilo zelo zadovoljnih in 27,5 % oz. 25 udeležencev je bilo zadovoljnih.

Priporočilo drugim

Ali bi vključitev v U3ŽO priporočili tudi drugim (prijateljem, znancem, sorodnikom)?

90 odgovorov

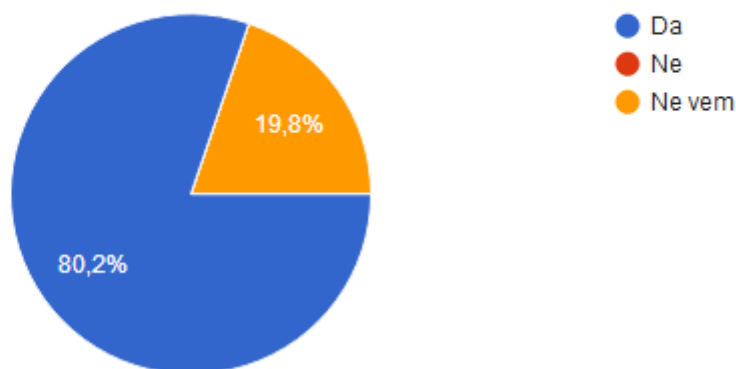


Vsi udeleženci bi vključitev v U3ŽO priporočili svojim bližnjim.

Vpis v U3ŽO v naslednjem študijskem letu

Ali se boste vpisali v U3ŽO tudi v naslednjem študijskem letu?

91 odgovorov

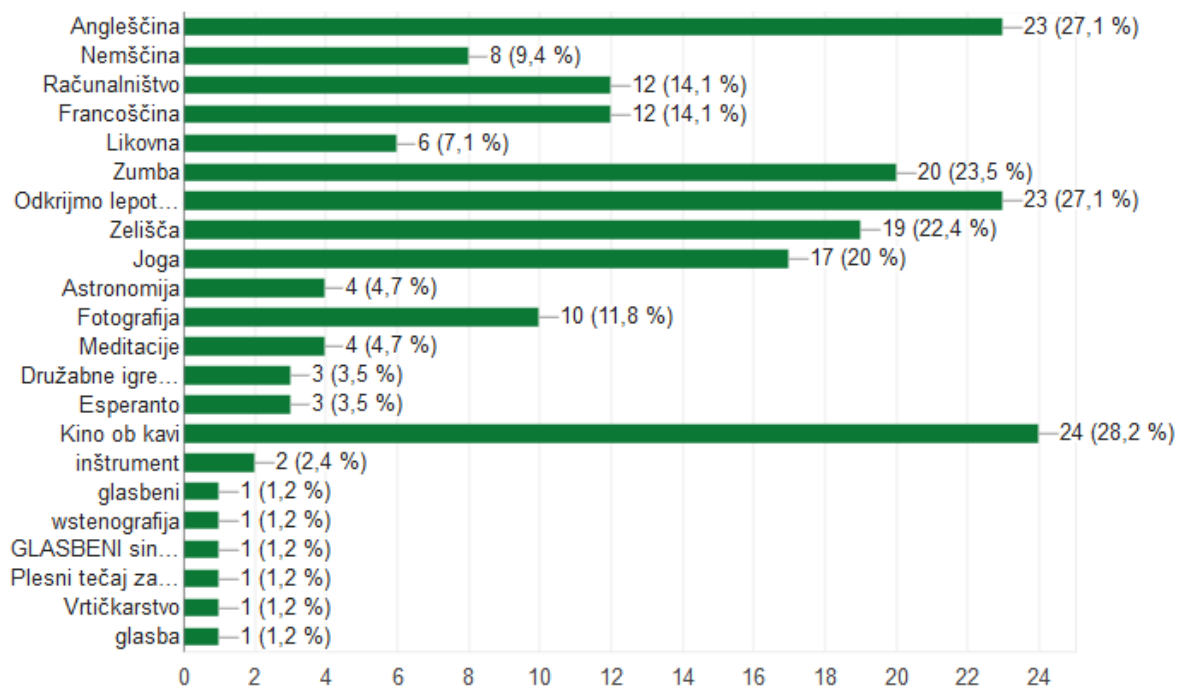


Na vprašanje, ali se boste vpisali v U3ŽO tudi v naslednjem študijskem letu, jih je 80 % udeležencev odgovorilo z DA, 20 % jih še ni odločenih. Glede na lanske rezultate se je število neodločenih povečalo.

Zanimanje za programe v naslednjem študijskem letu

Kateri program bi vas zanimal v naslednjem študijskem letu? (Kliknite v kvadratke programov, ki vas zanimajo)

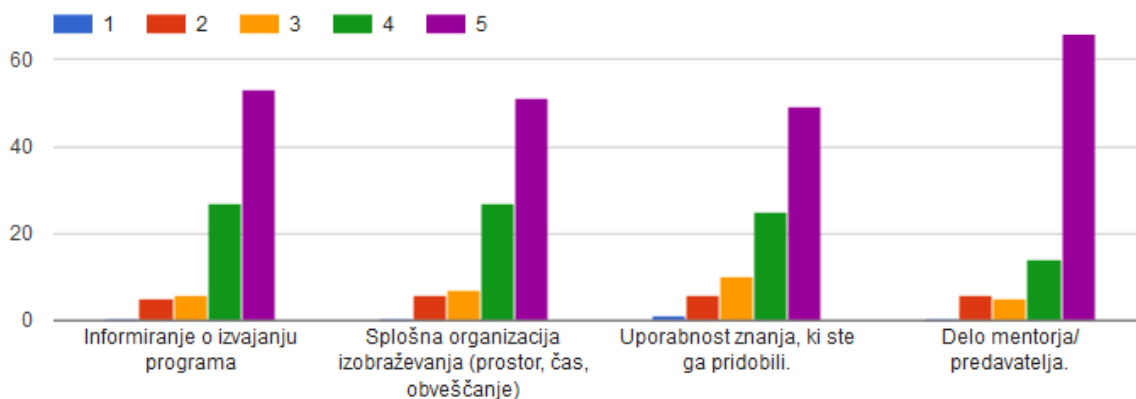
85 odgovorov



Anketiranci so lahko obkrožili več odgovorov. Iz grafa je razvidno, da se udeleženci največ zanimajo za Kino ob kavi, Angleščino in Odkrijmo lepote domovine. Nato sledi Zumba, Zelišča in Joga.

Ocena organizacije izobraževanja

Prosimo ocenite organizacijo izobraževanja: (kliknite v krogec pod oceno)



Informiranje o izvajanju programov

53 odgovorov je zajelo oceno 5, za oceno 4 so se odločili v 27 primerih, oceno 3 jih je bilo 6 ter z oceno 2 je bilo 5 primerov. Povprečna ocena informiranja o izobraževanjih je **4,4**.

Splošna organizacija izobraževanja (prostor, čas, obveščanje)

51 odgovorov je zajelo oceno 5, za oceno 4 so se odločili v 27 primerih, oceno 3 jih je bilo 7 ter z oceno 2 je bilo 6 primerov. Povprečna ocena splošne organizacije je **4,3**.

Uporabnost znanja, ki ste ga pridobili

49 odgovorov je zajelo oceno 5, za oceno 4 so se odločili v 25 primerih, oceno 3 jih je bilo 10, z oceno 2 je bilo 6 primerov ter z oceno 1 eden primer. Povprečna ocena uporabnosti znanj je **4,2**.

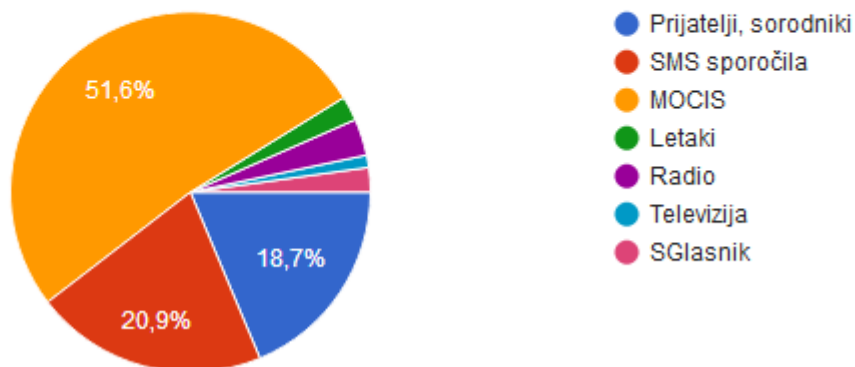
Delo mentorja/predavatelja

66 odgovorov je zajelo oceno 5, za oceno 4 so se odločili v 14 primerih, oceno 3 jih je bilo 5 ter z oceno 2 je bilo 6 primerov. Povprečna ocena dela predavateljev je **4,5**.

Pridobitev informacij

Kje ste pridobili največ informacij v zvezi z aktivnostim U3ŽO?

91 odgovorov

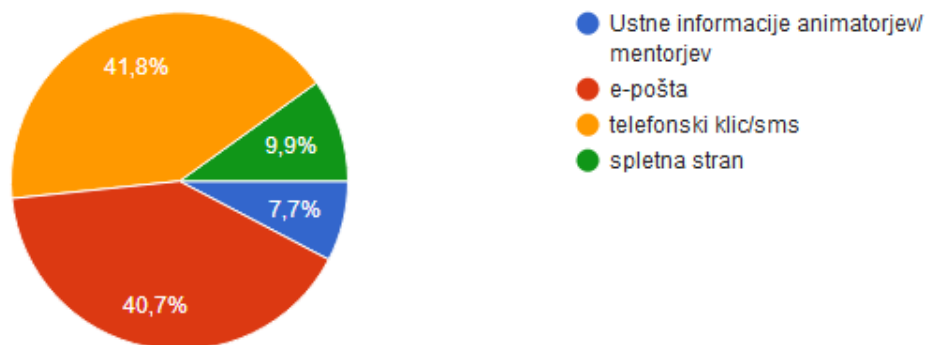


Največ informacij udeleženci pridobijo na MOCIS-u in preko SMS-sporočil, sledijo prijatelji in sorodniki.

Obveščanje v bodoče

Kako menite, da bi bili najboljše obveščeni o aktivnostih U3ŽO?

91 odgovorov



Po mnenju udeležencev bi bili najboljše obveščeni preko telefona in elektronske pošte, kar je že naša ustaljena praksa.

BREZPLAČNA PREDAVANJA U3ŽO 2016/2017

Predavanja so potekala vsak prvi in tretji torek v mesecu. Teme so bile naslednje:

	Datum	Tema	Predavatelj	Št. udel.	%
1.	4. 10. 2016	Otvoritev študijskega leta			
2.	18. 10. 2016	Sodelovanje s Koroškimi pokrajinskimi muzeji	Predstavniki muzejev		
3.	11. 11. 2016	Tesnoba v času genetike in nevroznanosti	Renata Salecl	34	
4.	22. 11. 2016	Kaj je dobro vedeti o dedovanju	Sonja Kralj	30	
5.	29. 11. 2016	Upravljanje z osebnimi financami starejših	Boštjan Gregor Vesna Tisnikar	11	
	9. 12. 2016	Decembrska ekskurzija v praznično Ljubljano			
6.	31. 1. 2017	Uporaba pametnih telefonov in varna raba interneta	Roman Herlah	18	
7.	7. 2. 2017	Grofje Andeški in Slovenj Gradec	Marko Košan	12	
8.	23. 2. 2017	Sprehod ob mestnem obzidju	Nataša Škorjanc Beliš		
9.	7. 3. 2017	Priprava okusnih jedi – Cukini, pira, mak in pite	Tatjana Krejan Košan	10	
10.	4. 4. 2017	Nekontrolirano uhajanje vode – Inkontinenca	Nado Vodopija	25	
11.	19. 5. 2017	Zaključni izlet na Dunaj		30	

ŠTUDIJSKI PROGRAMI V LETU 2016/2017

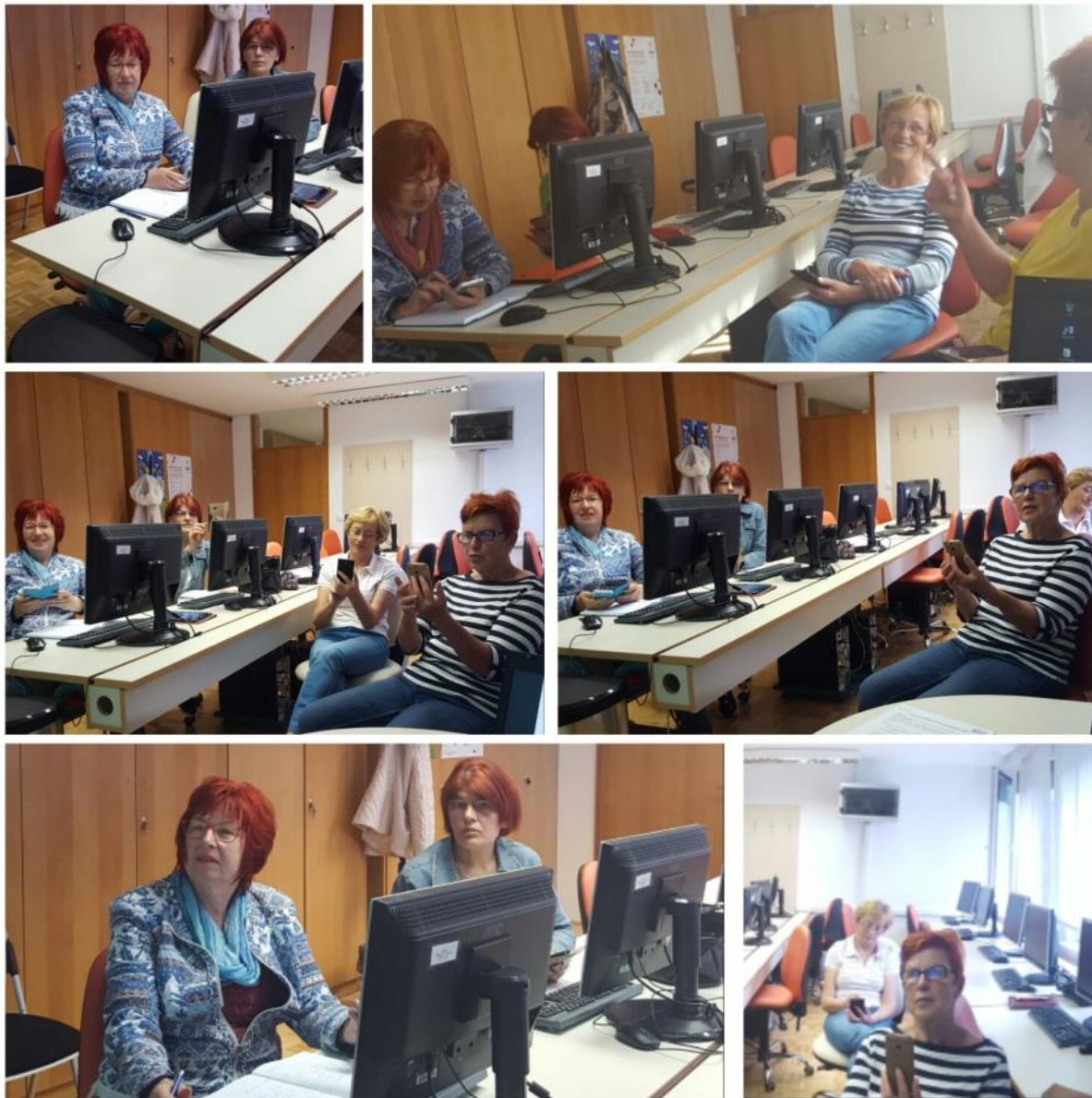
Zap. št.	Ime študijskega programa	Št. udeležencev	Mentor
1.	Nemščina – nadaljevalna	4	Nataša Knez
2.	Angleščina 1	10	Alenka Cvetič
3.	Angleščina 2	10	Alenka Cvetič
4.	Francoščina	10	Boža Pirnat
5.	Raziskovanje lastnega likovnega izraza	4	Nada Medved
6.	Računalništvo 1	7	Anja Friškovec
7.	Računalništvo 2	4	Anja Friškovec
8.	Odkrijmo lepote naše domovine	11	Mira Časar
9.	Inštrument – Kitara in sintesajzer	9	Nevenka Lesjak
10.	Zumba Gold	12	Sonia Krauser
11.	Čarobnost fotografije	10	Sonja Buhvald
12.	Kino ob kavi	6	Marjana Štalekar
13.	R'cnije za preventivo	11	Magdalena Bruder
14.	Esperanto	5	Vinko Ošlak
15.	Joga	13	Barbara Lenart
SKUPAJ:		126	

POROČILA ŠTUDIJSKIH PROGRAMOV

RAČUNALNIŠTVO

V študijskem letu 2016/2017 smo izvedli dve ločeni skupini programa računalništvo, ki sta se izvajali dvakrat tedensko po 2 šolski uri v ločenih terminih po 14 ur na skupino.

Delali smo v dokaj homogenih skupinah, kjer je bila prva skupina udeležencev na začetni stopnji znanj uporabe računalnika, druga polovica pa z dobrimi predznanji in so se odločili znanja preizkusiti tudi na pametnih telefonih.



Vsebine, ki so bile izvedene v prvi skupini 9 udeležencev (Osnove računalništva):

- osnove o računalnikih, delo z miško in tipkovnico
- delo v okolju Windows 7, programi in okna
- kreiranje map
- shranjevanje dokumentov na računalnik
- internet in elektronska pošta
- pošiljanje slik

- odpiranje različnih prilog v el. pošti

Vsebine, ki so bile izvedene v drugi skupini 4 udeležencev (Napredna uporaba pametnega telefona):

- Začetni zasloni prilagoditve telefona
- Hitre nastavitve, svetlost, omrežja, internet
- Namestitve in brisanje brezplačnih aplikacij Trgovina Play
- Posebnosti pri pisanju sporočil
- Kreiranje skupin v imeniku
- Namestitev elektronske pošte na telefonu, Facebook
- Kopiranje in lepljenje besedil sporočil, el. pošte itd.
- Uporaba fotoaparata na telefonu (2 kameri)
- Urejanje slik
- Kreiranje kolaža fotografij

Anja Friškovec, mentorica

R'CNIFE ZA PREVENTIVO



Skupaj z udeleženci smo oblikovali program in ga sproti dopolnjevali glede na potrebe in želje. V nadaljevanju navajam nekaj tem, ki smo jih obravnavali. Vsega ni mogoče zapisati, saj se je pogovor zavlekel vedno preko planiranega časa. Vprašanj ni in ni zmanjkalo, kar pomeni, da je program potreben in zanimiv.

Teme:

- Divji kostanj
- Kapucinka
- Majaron, kordabenedikta
- Migrena, ingver
- Koriander, kefir, čebula
- Kopriva - seme, čemaž, kardamom
- Ščitnica, čili, oči
- Pleveli, trave

Magdalena Bruder, mentorica

NEMŠČINA

V šolskem letu 2016/17 sem na U3ŽO izvajala študijski program NEMŠČINA (nadaljevalna) v obsegu 30 pedagoških ur. Program se je odvijal v eni skupini, čeravno je bila raven predznanja slušateljev zelo različna.

V skupini je bilo sprva vključenih pet slušateljic, kasneje se je skupina zmanjšala na štiri udeleženke, tako da je bilo delo izredno intenzivno. Nekatere od slušateljic so že predhodno hodile na tečaj nemščine na naši univerzi, dve pa sta se vključili v tem šolskem letu, zato je bilo kar dosti prilagajanja. Glede na malo število učnih ur smo se letos odločile za malo drugačen način dela, več poudarka smo dali na konverzacijo in manj osvajanju slovničnih struktur in novih učnih vsebin. Delovno gradivo je bilo večinoma pripravljeno v obliki skripte, veliko vsebin pa sem pripravila sproti, izbrala sem ga glede na njihove interese, dnevno, aktualno dogajanje, pa tudi njihove jezikovne spretnosti. Situacije so temeljile na dogodkih iz njihovega življenja, pridobljeno znanje bo služilo za sporazumevanje v vsakdanjih situacijah, v trgovini, restavraciji, na potovanju ... Učne cilje smo realizirali v okviru zastavljenih ciljev, malo število udeleženk je omogočilo veliko dela v dvojicah, razgovorov, različnih oblik dela, napredek je bil hiter, znanje smo dobro utrdili, v določeni meri smo cilje celo presegli.

Nataša Knez, mentorica



FRANCOŠČINA

V učno skupino francoščine je bilo letos vključenih 10 slušateljev. Zaradi moje nepredvidene daljše odsotnosti smo delo prekinili v začetku februarja in ga nadaljevali v začetku maja. Tako smo naše zastavljene cilje, kljub nepredvidenim dogodkom, dosegli.

Zaradi različnega predznanja je heterogenost skupine vedno bolj očitna in zahteva veliko prilagajanja. Delo je bilo zato potrebno stalno diferencirati in s tem prilagajati učnemu predznanju in potrebam slušateljev. Dobivali smo se ob istem času in do meseca februarja na istem mestu kot v preteklih letih, torej ob sredah popoldne in tako vsak teden opravili dve pedagoški uri pouka. Občasno smo ostali še nekoliko dlje in tedaj obeležili naše druženje s praznovanji osebnih dogodkov. Z delom smo začeli

oktobra, ga začasno prekinili v začetku februarja, nadaljevali pa v začetku maja in končali konec istega meseca.

Popoldanski čas (sreda popoldan od 17.30 do 19.00) nam je bil edini ustrezen termin, ker imamo v skupini tudi nekaj delovno aktivnih slušateljev, prostor pa je bil tudi primeren zaradi dosegljivosti učilnice naši invalidni osebi. Na novi lokaciji pa imamo kar nekaj težav z vstopom v učilnico in nato s pripravo IKT v njej.



Tudi v tem študijskem letu smo nadaljevali z učbenikom *Vite et Bien*. Zaradi heterogenosti skupine pa sem gradivo za obravnavo pripravljala tudi s pomočjo različnih drugih virov. Uporabljala sem različne oblike in metode dela, pač v skladu s cilji, ki sem jih želela doseči. Delo je potekalo po programu, redno smo ga tudi aktualizirali in na tak način spoznavali kulturne, socialne, kulinarčne ter druge značilnosti dežele, katere jezik smo se učili. Aktualizacija je potekala z obravnavo tudi dodatnih videoprezentacij, na katere so se slušatelji lahko že vnaprej pripravili, saj so gradivo prejeli po elektronski pošti.

Vsi slušatelji so bili zagnani za delo in so lepo napredovali. K uram so redno prihajali, odsotni so bili samo iz opravičljivih razlogov. Za prijetno vzdušje v skupini so poskrbeli vsi člani, skupino pa je dobro povezovala naša animatorka Boža Vitežnik Raj, v primeru njene odsotnosti pa njen namestnik Maksimiljan Kac, ki je poskrbel tudi za pravočasno pripravo fotokopij, če je bilo potrebno.

Poročilo pripravila: Boža Pirnat, mentorica za francoščino

ANGLEŠČINA

OPRAVLJENE AKTIVNOSTI:

V šolskem letu 2016/2017 sta v sklopu Univerze za tretje življenjsko obdobje tečaj angleškega jezika obiskovali dve skupini. Skupino Angleščina I (oz. začetni tečaj angleščine) je obiskovalo 9 študentk, v skupino Angleščina II (oz. nadaljevalno skupino) pa je bilo vpisanih 10 študentk. Tečaji so potekali na različnem nivoju zahtevnosti, skupini sta uporabljali različna učbenika, ki sem ju izbrala glede na stopnjo njihovega predznanja angleškega jezika. Udeleženci obeh skupin so se urili v vseh disciplinah jezika torej v pisanju, poslušanju, branju in predvsem v konverzaciji. Poučevanje in učenje pa je potekalo v sproščeni atmosferi, saj se večina udeleženk v programu U3ŽO družijo že več let.

ANGLEŠČINA I (Začetni tečaj angleškega jezika):

Skupino so sestavljale udeleženke lanske in predlanske začetne in srednje skupine. Ker je bilo njihovo predznanje angleškega jezika podobno, je skupina dobro delovala in udeleženke so se med sabo odlično ujele ter pomagale druga drugi, če je katera izmed njih imela kakšne »težave« pri razumevanju angleškega jezika. Pridobile pa smo tudi eno novo članico, ki se je po mojem mnenju v skupino zelo dobro vklopila. Začele smo uporabljati nov učbenik in delovni zvezek iz Cambridgeove serije Face2face, z naslovom **Face2face: pre-intermediate**, saj smo ravno lani na koncu študijskega leta ravno zaključili s prejšnjim učnim gradivom. Z udeleženkami smo se pogovarjali o življenjskih zgodbah, poklicih, ki so jih opravljale, aktivnostih, s katerimi se rade ukvarjajo v prostem času, medkulturnih razlikah, zmenkih – takšnih in drugačnih, pa tudi o prehrani in problemih današnjega časa – seveda vse v angleškem jeziku. Udeleženke so spoznale veliko novega besedišča, fraz, ki imajo v angleškem jeziku pogosto zelo drugačen pomen kot v materinščini in seveda srečale so se tudi z različnimi slovničnimi pravili. Kot sem že omenila na začetku, ni bilo v skupini nobenega pravega začetnika, zato smo nadaljevali z delom prejšnjega leta. Čestitam vsem udeleženkam za odlično napredovanje v znanju angleščine in da se niso prestrašile letošnje, malce težje snovi.

ANGLEŠČINA II (Nadaljevalni tečaj angleškega jezika)

Skupino so obiskovale zveste udeleženke nadaljevalne skupine iz prejšnjih let, pridružila se nam je tudi nova udeleženka, ki so jo ostale v skupino lepo sprejele in upam, da se je tudi ona v skupini dobro počutila. Po treh letih učenja in poučevanja po sistemu portfolio (zbirnik), smo se letos skupaj z udeleženkami odločile za uporabo učbenika, delovnega zvezka in CD-ja. Glede na njihovo zelo dobro predznanje angleškega jezika sem se odločila, da bomo uporabljale **Oxfordov: New English File Intermediate**, ki zajema zelo raznolike teme in ponuja veliko gradiva za debate, s katerimi so udeleženke lahko utrjevale in urile svoje komunikacijske sposobnosti v tujem jeziku. Učbenik sem občasno dopolnila še z drugim gradivom, da nam ni postalo preveč dolgčas. Predelale smo tematiko kot je hrana in prehranjevanje, šport, družina, denar in še mnoga druga. Vsako uro smo tudi prvih petnajst minut namenile pogovoru o najzanimivejših ali najbolj šokantnih trenutkih, ki so se zgodili v Sloveniji in po svetu v prejšnjem tednu. Kot vsako leto so bila tudi tokrat naša srečanja zanimiva, poučna in zgovorna.

Poročilo pripravil/a: Alenka Cvetič, prof. angl. in soc.

ODKRIJMO LEPOTE NAŠE DOMOVINE

Na našem prvem srečanju smo izdelale okvirni plan dela – izbrale kraje, ki si jih bomo ogledale.

Na Muti smo si ogledale kovaški muzej, mitnico in cerkvico sv. Janeza Krstnika, v Celjskem pokrajinskem muzeju Celje pod Celjem, razstavo o celjskih grofih in strop v dvorani. Sprehodile pa smo se tudi po praznično okrašenem Celju in čutile prednovoletni utrip.

V Velenju smo se spustile v rudnik in si ogledale muzej premogovništva. V Dravogradu smo spoznale zgodovino dvorca Bukovje, njegovo vlogo danes in muzej osamosvojitvene vojne za Slovenijo. V Škofiji Loki smo se sprehodile skozi staro mestno jedro – Zgornji in Spodnji trg, si ogledale zbirke v Loškem muzeju in muzej na prostem. Skozi Žičko kartuzijo smo se sprehodile z avdiovodičem, skozi staro mestno jedro Slovenskih Konjic pa z lokalno vodnico. Za zaključek smo se sprehodile po kolesarski in pešpoti Štrekna, od Mislinje do Spodnjega Doliča in nazaj.

Zbirale smo tudi spomine članov MOCIS-a na nekdanjo železnico in potovanje po njej, napisale kratko zgodovino železniške proge Dravograd–Velenje in današnjo pot kolesarske steze, ki povezuje občine Dravograd, Slovenj Gradec in Mislinja.



Mira Časar, mentorica

INŠTRUMENT – Kitara in sintesajzer

Oddelek za kitaro in klaviature je začel delovati prvič v novembru v sezoni 2016/2017. V oddelku za kitare so bili 4 kandidati (3 ženske in 1 moški), v oddelku za klaviature pa prav tako 4 kandidati. V januarju se je pridružila še ena slušateljica kitare, v aprilu pa še ena. Tako jih je bilo vseh skupaj za kitaro 6 in za klaviature 4. Pouk je potekal vsak ponedeljek od 10. do 12. ure. Za delo smo imeli v ustreznih prostorih dobre pogoje.

Učni program sem sestavila in prilagodila zmoglostim slušateljev, saj so bili sami začetniki (starostna doba od 54 do 75 let). Delo je potekalo v prijetnem vzdušju, slušatelji pa so pokazali velik interes in zanimanje za glasbo.

V tem času so pridobili začetno znanje (teoretično in praktično) in so usposobljeni za spremljavo najmanj 10 narodnih pesmi, ki so jih tudi prepevali.

S tem je bil v celoti dosežen predviden program dela. Smiselno je s skupino nadaljevati tudi v prihodnje.





Nevenka Lesjak, mentorica

KINO OB KAVI

V tretji sezoni 2016/17 je bilo v program vpisanih 10 članov, od tega 7 preko programa U3ŽO. Filmi, po izboru Marjane Štalekar, so bili na sporedu enkrat mesečno, praviloma drugi torek v mesecu, od septembra 2016 do junija 2017. Projekcije so pospremljene z uvodom v film in pogovorom v avli ob kavi in čaju. Projekcije so bile odprte tudi za zunanje obiskovalce, ki si vstopnice kupujejo sprosti, od katerih večina ni vpisana, v katerega od ostalih programov U3ŽU.

Tretja sezona programa Kino ob kavi se je zaključila z deveto, dodatno, za vpisane abonente brezplačno filmsko projekcijo v mesecu juniju 2017.

Predvajani filmi:

1. OVNA
2. SLAVNO NESLAVNA FLORENC
3. JULIETA
4. ČUDEŽNISVET BELLE BROWN
5. TONI ERDMAN
6. MANCHESTER BY THE SEE
7. LEV: DOLG POT DOMOV
8. KOMEDIJA SOLZ
9. Dodatna predstava po posebnem izboru v juniju



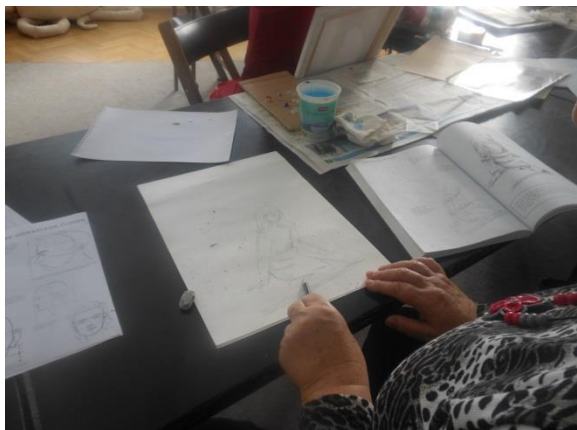
Marjana Štalekar, mentorica

RAZISKOVANJE LASTNEGA LIKOVNEGA IZRAZA

Vsako likovno nalogo smo prvo obravnavali teoretično, potem pa praktično.

- Perspektiva (geometrijska, barvna, zračna)
 - Konstruktivno risanje
 - Proporciji človeške figure
 - Risanje glave (razmerja)
 - Barvni nauk
 - Mešanje barv
 - Slikanje pokrajine (perspektiva)
 - Figura v pokrajini (prvo risba, nato še slika)
 - Zimska pokrajina (likovni barvni odtenki)
 - Cvet (pasteli in akril)
 - Motivi po lastnem izboru (izbira gleda na interes vsakega posameznega udeleženca)
 - Motiv Slovenj Gradca ob 750. letnici. Večino slik smo naslikali z akrilnimi barvami.
- Meseca maja smo tudi pripravili razstavo slik, ki so nastale v tem času.





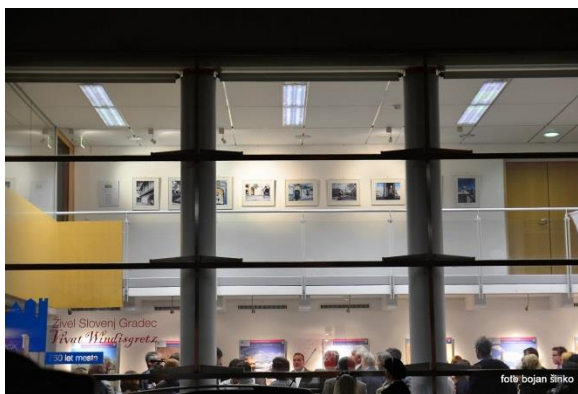
Nada Medved, mentorica

ČAROBNOST FOTOGRAFIJE

OPRAVLJENE AKTIVNOSTI:

- Spoznavanje osnovnih fotografskih pojmov
- Spoznavanje osnovnih veščin obdelave fotografij
- Fotografiranje na terenu
- Priprava in izvedba razstave na Dunaju

Program Čarobnost fotografije je obiskovalo 11 udeležencev. Program je potekal po dogovoru, to pomeni, da nismo imeli vnaprej določenih terminov, ampak smo se dogovarjali sproti. Tudi za obliko dela smo se dogovarjali sproti. Opravilo smo 10 ur v učilnici, ob ogledu fotografij in komentiranju ter učenju novih tehnik obdelave, in 8 ur na terenu, od tega je bilo nekaj ur namenjenih pripravi razstave za Dunaj.





Sonja Buhvald, mentorica

ZUMBA®GOLD

Zumba®Gold je zabavna plesna vadba ob eksotični latinsko-ameriški glasbi, prilagojena za populacijo zrelejših let. Vadba je enostavna, v počasnem ritmu se vključujejo v delo vse mišice. Vadba je potekala od 15. oktobra do 5. maja v eni skupini. Skozi srečanja smo z udeleženkami opravile naslednje aktivnosti:

1. Postopno učenje novih plesnih korakov
2. Nadgradnja pridobljenega znanja v prejšnji sezoni
3. Razgibavanje celotnega telesa
4. Vaje za prostorsko koordinacijo
5. Vaje za ohranjanje ravnotežja
6. Vaje za krepitev mišične moči in vzdržljivosti
7. Vaje za gibljivost
8. Vaje za pravilno držo
9. Raztezne vaje
10. Sprostitev in zabavno druženje vsako uro



Sonia Krauser, mentorica

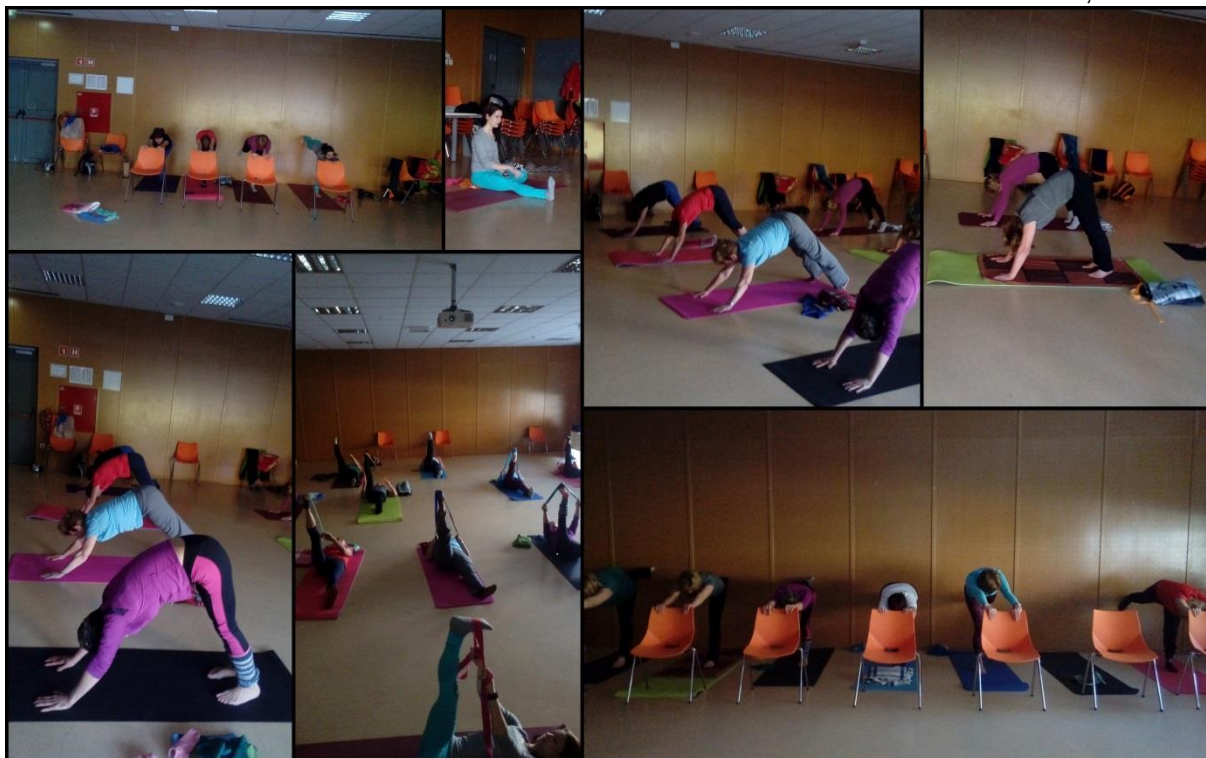
JOGA

V šolskem letu 2016/2017 se mi je ponudila izredno čudovita priložnost sodelovanja s članicami U3ŽO. Skupaj smo se družile kar 15 tednov ter spoznavale čudoviti svet joge in njenih pozitivnih učinkov na telo in duha. Srečanja smo nadgrajevale z vedno novimi vajami, težjimi, zahtevnejšimi. Vse udeleženke programa so izvrstno napredovale ter na koncu tečaja dosegle neverjetne osebne uspehe. Vidno se je izboljševala njihova tehnika gibov, večati se je začela fleksibilnost, njihova telesa so postajala vse močnejša. Užitek jih je bilo spremljati na njihovi poti napredka. Vse ure smo začele ali končale z vadbo pranayame oz. jogijskih dihalnih tehnik. Učile smo se ogrevalnih, prav tako pa tudi hladilnih dihov, ki upam, jih bodo uspešno uporabljale še naprej v svojem vsakdanu.

Vsem udeleženkam sem želela jogo predstaviti kot način življenja, ne samo kot vadbo ali športno aktivnost. Zato smo vsako uro zaključile z mirno meditacijo, vsakič na drugačno temo. Vse udeleženke so dobile tudi program za vadbo joge doma, tako da si bodo lahko naša petkova druženja kadar koli pričarala tudi doma – čeprav vsi vemo, da je skupinski duh nekaj povsem drugačnega, celo čarobnega. V veselje mi je bilo vaditi s temi čudovitimi ženskami, polnimi življenjske energije in motivacije za lastno osebnostno rast.

Želim jim vse dobro na njihovi nadaljnji poti jogiranja in se veselim vsake priložnosti vadbe z njimi.

Barbara Lenart, mentorica



ESPERANTO

Povzetek esperantske zgodovine in slovnice za nove udeleženke in nadaljevanje tečaja v obliki sprotnega reševanja slovničnih vprašanj in branja ter prevajanja esperantskih besedil – ob tem vedno ozir na posebnosti slovenskega jezika in na podobne oblike ter načine izražanja v drugih jezikih, predvsem v angleščini, nemščini in srbsčini.

Seznanjanje z novimi esperantskimi tiski.

Vinko Ošlak, mentor

Izlet v predpraznično Ljubljano

MOCIS vsako leto v prazničnem decembru organizira za člane Univerze za tretje življenjsko obdobje enodnevno ekskurzijo. Tokrat se je dogajalo v petek, 9. decembra v našem glavnem mestu – Ljubljani. Tja smo se odpravili z avtobusom že v dopoldanskih urah.

Najprej smo se namenili v prenovljeno Narodno galerijo, bogato napolnjeno s stalno zbirko umetnosti od leta 1200 do sredine 20. stoletja. Sprehajali smo se pod strokovnim vodstvom kustosa; od visokega srednjega veka do renesanse 17. stoletja, v katerem so slovensko kiparstvo zaznamovali zlati oltarji in velika dejavnost polihistorja Janeza Vajkarda Valvasorja na gradu Bogenšperk. V 18. stoletju so bile razmere naklonjene zrelemu baroku umetnosti na Slovenskem. Nadaljeval se je evropski neoklasicizem, kjer je izstopal pomemben predstavnik Franc Kavčič iz Gorice.

Obdobje zrelega baroka pomeni drugi vrhunec umetnosti na Slovenskem, saj je ob naklonjenih cerkvenih in plemiških naročnikih umetniško ustvarjanje cvetelo v stabilnem političnem okolju in ugodnih gospodarskih razmerah.

V času sredine 19. stoletja je prevladovalo portretno slikarstvo z znanimi imeni Tominc, Langus, Stroj. Sledila je romantika, bidermajer, realizem, nacionalna umetnost, impresionizem in tretja renesansa na Slovenskem. Ob besedah kustosa so nam ostali v spominu znani avtorji: brata Jurij in Janez Šubic, Ivan Zajc, Jožef Petkovšek, Ivana Kobilica, Ivan Grohar, Franc Berneker, Ivan Napotnik, Jože Plečnik, Zoran Musič.

Tudi **Robbov vodnjak** (delo Francesca Robba) ali Vodnjak treh kranjskih rek (Sava, Krka, Ljubljanka) je original pod streho Narodne galerije z namenom, da ga ne bi preveč načel zob časa. Na Magistratu, pred ljubljansko Mestno hišo, v stičišču treh ulic pa je kopija le-tega.

Po zaključku ogleda smo se prepustili vodenju **ge. Mire Časar**, mentorice programa "**Spoznavajmo domovino**", degustirali smo kavico v Galeriji in se nato malo bolj konkretno okrepčali v Emonski kleti. Ga. Mira nas je podrobnimi razlagami nato vodila po **Tromostovju, mimo ljubljanske tržnice do stolne cerkve svetega Nikolaja**.

Utrip **praznične Ljubljane** je vsako leto živahen. Letos pa je posebej odmevala novica, da je eno najlepše okrašenih evropskih prestolnic v mesecu decembru. Tudi mi smo se prepustili sprehodu po domiselno okrašenih ulicah in srečevali nepopisno število turistov z vseh koncev sveta.

Navdušenje udeležencev ljubljanskega potepanja U3ŽO SG je bilo pravšnje, zato bomo vsako leto v tem času obiskali kakšen kraj, znamenitost, predstavo, ki daje spomin na sneg, seveda, če ga ni, kot letos; predvsem pa "novoletne utripajoče lučke".

Vabimo, da se nam ob naslednji priložnosti pridruži čim več članov, pa tudi nečlanov, da skupaj preživimo nekaj prijetnih trenutkov v veselem decembru.

Za U3ŽO vtise zapisala Zdenka Turičnik.



ZAKLJUČNA EKSKURZIJA NA DUNAJ Z ZAKLJUČKOM

Člani Univerze za tretje življenjsko obdobje v Slovenj Gradcu, ki deluje v okviru MOCIS-a, smo se dogovorili, da zaključek študijskega leta 2016/17 popestrimo z obiskom večnega Dunaja. Ker je naš kraj blizu meje Avstrije, smo že nekaj časa razmišljali, da bi se delo U3ŽO lahko opazilo tudi izven naših meja. Tako so se nekako spletli stiki z Antonom Levstekom, predstavnikom slovenskega hotela Korotan na Dunaju, vodstvom MOCIS-a in županom našega mesta. Povezava je tudi v okviru 750. letnice Slovenj Gradca in v počastitev rojaku Hugo Wolfu in drugih znanih Slovencev, ki so v zgodovini živeli in delovali na Dunaju. Tako se je zgodil tudi "Večer v slovenskem hotelu Korotan" na Dunaju s fotografsko razstavo na temo mesta Slovenj Gradec aktivnih članov programa "Čarobnost fotografije" na U3ŽO.

Zaradi tega smo se odpeljali z avtobusom v petek, 19. maja proti Dunaju. Ob prihodu nas je v hotelu Korotan sprejel g. Levstek, ki nam je preko videoposnetkov predstavil zgodovino tega dela Evrope.

Sledila je vožnja v center Dunaja in panoramski avtobusni ogled mesta pod vodstvom g. Levsteka. Poudarki ogleda so bili predvsem na soustvarjanju zgodovine mesta naših znanih Slovencev. Omenjeno je bilo delo Urania arhitekta Maksa Fabianija, ki je zasnovana kot ladja ob Donavi, kjer je tudi znan observatorij. Eden izmed zaščitnih znakov Dunaja je tudi Prater, zabaviščno velikansko kolo Riesenrad, ki so ga postavili že leta 1897 v čast zlatemu jubileju cesarja Franca Jožefa I., ki je leta 1898 praznoval 50. letnico vladanja. Mesto ob Donavi ima izredno lepo urejene plaže v dolžini kar 40 km, zelo dobro pitno vodo, v najstarejšem parku spomenik Mozarta, najvišjo stavbo DC Tower v Avstriji v bližini stavb Združenih narodov, poslopje parlamenta, ki je v zgodovini služilo različnim inštitucijam in vladam. Novi del Dunaja so začeli graditi v 80. letih prejšnjega stoletja z izredno modernimi stavbami, ki so kot mesta v mestu.

Po mestnem središču smo se sprehodili peš prav tako v družbi izrednega poznavalca Dunaja g. Levsteka. Ogledali smo si veličasten Trg Marije Terezije, saj letos mineva 300 let, odkar se je 13. maja 1717 v dunajski cesarski palači Hofburg rodila Marija Terezija, ki je kar 40 let vladala velikem delu Evrope in je korenito vplivala tudi na razvoj naših dežel. Imela je šestnajst otrok, bila velika zagovornica reform v šolstvu, davkih, vojski, uvedla obvezno sajenje krompirja in prvi zemljiški kataster. Sprehodili smo se mimo cesarske palače Hofburg, znamenite slaščičarne in hotela Sacher vse do stolnice sv. Štefana ter do najbolj priljubljenega sprehajališča Dunajčanov, široke ulice Graben, ki jo krasi kužno znamenje Pestsaule v spomin na veliko epidemijo kuge 17. stoletja v Avstriji. Ustavili smo se tudi pred znamenito Zaherlovo palačo, prvim modernim delom slovenskega arhitekta Plečnika, ki je bila zgrajena do leta 1905.

Preživeli smo prelep sončen dan, z radovednostjo obdan in bogatejši z zanimivimi informacijami o Dunaju smo se veselo vračali nazaj proti Sloveniji in vsak v svoj dom.

Vtise za U3ŽO SG zapisala Zdenka Turičnik.



The first part of the document discusses the importance of maintaining accurate records of all transactions. This includes not only sales and purchases but also expenses and income. Proper record-keeping is essential for determining the correct amount of tax owed and for identifying potential areas for tax savings.

In addition, it is important to understand the different types of taxes that may apply to your business. This includes federal income tax, state income tax, sales tax, and property tax. Each type of tax has its own set of rules and regulations, and it is important to be familiar with these rules to ensure compliance.

Finally, it is important to consult with a qualified tax professional. A tax professional can help you understand your tax obligations and provide advice on how to minimize your tax liability. This is especially important for businesses with complex tax situations or those that are subject to special tax rules.