



U3Ž0
UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE | MOCIS

POROČILO O DELU V ŠTUDIJSKEM LETU 2018/2019

Izdajatelj:

MOCIS, Center za izobraževanje odraslih
Meškova ulica 21
2380 SLOVENJ GRADEC

Pri pripravi poročila UŽ3O so sodelovali:
Sonja Lakovšek
Nevenka Gutenbergger
Mira Mori Hribar
Mentorji, animatorji in člani študijskih programov

Lektoriranje:
Mira Mori Hribar

Slovenj Gradec, junij 2019

Kazalo vsebine

NAGOVOR DIREKTORICE MOCIS-a.....	4
ČLANI IN DELO PROGRAMSKEGA ODBORA U3ŽO.....	5
POROČILO VODJE PROGRAMSKEGA ODBORA U3ŽO.....	6
Pravila o delovanju Univerze za tretje življenjsko obdobje MOCIS.....	7
STATISTIČNI PODATKI	8
Člani po starosti	8
Člani po izobrazbi	8
Člani po občinah	9
Člani po statusu	9
ZADOVOLJSTVO ČLANOV S ŠTUDIJSKIMI PROGRAMI.....	10
Splošno zadovoljstvo:.....	10
Ocena organizacije izobraževanja	10
Število obiskanih študijskih programov.....	11
BREZPLAČNA PREDAVANJA U3ŽO 2018/2019	12
ŠTUDIJSKI PROGRAMI V LETU 2018/2019	18
POROČILA ŠTUDIJSKIH PROGRAMOV	18
RAČUNALNIŠTVO	18
R'CNIFE ZA PREVENTIVO	19
FRANCOŠČINA.....	20
ANGLEŠČINA - začetna.....	21
ANGLEŠČINA - nadaljevalna	21
NEMŠČINA.....	22
ODKRIJMO LEPOTE NAŠE DOMOVINE.....	23
LIKOVNO IZRAŽANJE	24
ČAROBNOST FOTOGRAFIJE	24
ZUMBA®GOLD	25
JOGA V VSAKDANJEM ŽIVLJENJU.....	26
LJUBITELJSKO USTVARJANJE.....	26
UMETNOSTNA ZGODOVINA	27
RUŠČINA – RUSKI ČAJ.....	27
Delo animatorjev v študijskih programih 2018/2019	28
Izlet v predpraznični Gradec.....	29
Zaključna ekskurzija v Radovljico in Vrbo	30

NAGOVOR DIREKTORICE MOCIS-a

Za nami je spet eno leto delovanja Univerze za tretje življenjsko obdobje. S ponosom lahko ugotovim, da je bilo prežeto s številnimi novimi znanji, izkušnjami, medsebojnimi spoznavanji. Uspešno izpeljani programi, kjer so člani delili svoje znanje in ga nadgrajevali, so se lepo prepletali s številnimi drugimi aktivnostmi, kjer so se pletle med njimi in nami vezi.

Francoski rek pravi, da se pri štiridesetih začne starost mladih, pri petdesetih mladost starih. Naši člani so stari nad 50 let, zato - kot se za mladost spodobi - ohranjajo svojo radovednost, ukaželjnost in odprtost za novosti. Naša skupna naloga je bila, da smo iskali obogatitev dosedanjih dejavnosti ter načine povezovanja z okoljem. Iz poročila je lahko razbrati, česa vsega smo se spomnili in lotili. Ponosni smo lahko tudi na to, da smo ohranili število članstva.

Letošnje poročilo bolj kot doslej krasijo številne fotografije. Ob njih bo lahko vsak, ki ga bo prebiral, podoživljal lepe trenutke. Ponosna sem, da evalvacije kažejo visoko zadovoljstvo članov s študijskimi programi, uporabnostjo znanja kot tudi organizacijo in delom mentorjev. Uspešni smo bili pri izbiri vsebin brezplačnih torkovih predavanj in delavnic, naše vezi pa so se posebej poglobljale na ekskurzijah in izletih. Za delovanje v lokalnem okolju je pomembno sodelovanje z drugimi institucijami. Tudi to področje smo uspešno razvijali.

Ob pregledu preteklega leta sem globoko hvaležna vsem, ki ste se nas dotaknili, nam zaupali in z nami soustvarjali. Vse je tkanje mrež in ustvarjanje sosledij. Naj bo tudi v prihodnje tako.

Sonja Lakovšek, direktorica MOCIS-a

ČLANI IN DELO PROGRAMSKEGA ODBORA U3ŽO

Programski odbor sestavlja 14 članov:

Mira Časar
 Jožica Fras
 Tone Gašper
 Nevenka Gutenbergger (vodja programskega odbora)
 Marija Jus
 Anica Maček
 Ivanka Mori
 Franjo Murko
 Boža Pirnat (namestnica vodje programskega odbora)
 Silva Roncelli Vaupot
 Marica Rošker
 Zdenka Turičnik
 Jana Spanžel
 Boža Vitežnik Raj

Programski odbor je posvetovalni organ U3ŽO MOCIS. Pomaga pri izvajanju programskih in organizacijskih nalog, sodeluje pri pripravi letnega programa dela U3ŽO in pri pripravi letnega poročila o delovanju. Spremlja uresničevanje letnega programa dela, predlaga študijske programe in mentorje, predlaga višino članarine in ceno študijskih programov, pomaga pri promociji in predstavitvi dejavnosti U3ŽO v javnosti ... Znotraj PO imajo nekateri člani še dodatne zadolžitve. Vodja PO je Nevenka Gutenbergger, koordinatorka animatorjev v študijskih programih je Marica Rošker, za sprotne objave na družbenih omrežjih in promocijo pa skrbi Zdenka Turičnik.

Programski odbor se je v študijskem letu 2018/2019 sestel na 7 sejah, in sicer v letu 2018: 31. avgusta, 25. septembra, 6. novembra in v letu 2019: 8. januarja, 14. marca, 9. maja in 18. junija.



POROČILO VODJE PROGRAMSKEGA ODBORA U3ŽO

Ali vemo, kako naj preživljamo tretje življenjsko obdobje? To je vprašanje, ki si ga v določenem obdobju marsikdo postavi. Odlična je misel Germain Greer: »Približno vemo, kdo smo, slutimo, kaj bi morali biti, niti sanja se nam ne, kaj bi lahko bili.« Vse življenje je čas za odkrivanje, zato je pa toliko bolj pomembno uresničevanje ideje vseživljenjskega učenja. In to zgodbo, da naj teče učenje skozi življenje, peljemo v okviru Univerze za tretje življenjsko obdobje MOCIS, Slovenj Gradec (v nadaljevanju: U3ŽO). Zaključili smo že šesto študijsko leto in lahko z največjim zadovoljstvom povemo, da je bilo leto uspešno, družabno in seveda izjemno aktivno. Uspešno izpeljani študijski programi, delavnice, predavanja, srečanja z znanimi osebnostmi, ekskurzije in še mnoge druge aktivnosti nam potrjujejo, da organizirano sodelovanje članov v tretjem življenjskem obdobju pripomore k bolj zdravemu in kakovostnejšemu načinu preživljanja časa v tem obdobju, kar je tudi cilj delovanja našega programa v okviru javnega zavoda MOCIS, Centra za izobraževanje odraslih Slovenj Gradec.

Tudi letos je v U3ŽO vključenih 151 članov, kar nam kaže, da je članstvo stabilno in nam zagotavlja kvaliteten način delovanja študijskih programov, katerih se je na podlagi naše ponudbe realiziralo 14, večina je obstoječih kot vsa leta nazaj. Uveden je bil tudi nov program, in sicer Ruščina -ruski čaj, ki je bil med člani zelo dobro sprejet. Program smo zaključili z delavnico Ruska kuhinja, povabili tudi druge člane naše univerze, kjer smo se družili, kuhali, spoznavali zgodovino ruske kuhinje, se naučili nekaj ruskih besed, skratka bilo je prelepo. Čudovito kulinarično doživetje je bila tudi delavnica Azijska kuhinja, kjer smo kuhali malo drugače in združili koristno s prijetnim.

Kot vsako leto so bila tudi letos zelo zanimiva torkova predavanja in srečanja z znanimi osebnostmi. Med torkovimi predavanji smo v jeseni poslušali izjemno obiskano predavanje Marka Juhanta o prenosu vrednot na mlajše generacije, v januarju predavanje Stanke Vauh o pravicah pacientov in reševanju sporov. V mesecu februarju in marcu smo v okviru skrbi za naše zdravje na predavanju Marka Klinca spoznavali, kako poskrbimo za dober vid, na predavanju Irene Brecej, je bilo govora o naglušnosti in kako si lahko pomagamo ter prisluhnili predavanju Andreja Pešca o tem, kako premagamo stres, strah in skrbi.

V okviru programa U3ŽO preseneča z izletom v neznano smo šli v aprilu pogledat tudi malo čez mejo v kraj Globasnica, kjer smo si ogledali idilični grad inovatorja Johanna Elbe, se popeljali na Goro sv. Eme in obiskali Geopark Karavanke v Tihoji v Šentlipšu.

U3ŽO se vedno bolj povezuje in nadgrajuje znanje tudi s sodelovanjem z drugimi institucijami. Naše sodelovanje z Društvom KAZU je že ustaljeno in tako smo v okviru njihove organizacije spoznavali na predavanju Zorana Vaupota temo, zakaj Slovenci ne maramo tujih naložb. Poslušali smo tudi predavanje Iva Verovnika o akustiki človeškega glasu in Terezijo s. Snežne Večko o temi Sveto pismo hoče biti slišano. Mnoge aktivnosti pa smo kot vsako leto izvedli tudi v sodelovanju s Knjižnico Ksaverja Meška v Slovenj Gradcu. Ne smemo pozabiti na naš prispevek na Paradi učenja, kjer z vidika medgeneracijskega sodelovanja z veseljem sodelujemo z mladimi in dokazujemo, da je vseživljenjsko učenje največja vrednota za zdrav in kakovostni način življenja.

Članice študijskega programa Likovno ustvarjanje so v mesecu maju iz svoje bogate zbirke tudi razstavile svoje izdelke v prostorih Mladinske knjige v Slovenj Gradcu. Prav tako so člani študijskega programa Čarobnost fotografije zaključili svoje izražanje na razstavi svojih najboljših fotografij v prostorih Kulturnega doma, člani skupine Ljubiteljsko ustvarjanje pa bodo svoje izdelke razstavili v jeseni na otvoritvi novega študijskega leta.

In da ne pozabim omeniti naše zaključne ekskurzije, ki smo jo poimenovali Jaz pa pojdem na Gorenjsko. Podali smo se namreč na ogled prečudovitega mesta Radovljica, kjer smo si ogledali znamenitosti starodavnega Linhartovega mesta, prestolnico čebelarstva in čokolade. Za zaključek pa obiskali še Vrbo,

kjer je rojstna hiša Franceta Prešerna in ob vseh teh doživetjih smo se počutili tako mladi, skratka prelepo preživeli dan (kljub dežju). V okviru programa Umetnostna zgodovina smo si v Padovi ogledali izjemno razstavo impresionistov, obiskali galeriji v Ljubljani in se podali skupaj s člani skupine Spoznavajmo lepote naše domovine in z mentorjema skozi zgodovino po poti od cerkve sv. Radegunde v Starem trgu do Grajskega Griča, kjer je cerkev sv. Pankracija.

Konec maja pa smo zaključili bogato študijsko leto na temo Spoznavamo znane osebnosti, kjer smo se srečali z glasbenikom Otom Vrhovnikom, ki nam je s saksofonom zanimivo predstavil svojo vrhunsko glasbeno pot. Na koncu nas je očaral še z glasbo iz 60-ih in 70-ih let. Zaigral je Bolero, Carmen, Traviato, Čardaš, Golico ... skratka bil je nepozaben večer.

Torej, v študijskih skupinah se je med letom marsikaj dogajalo. Naštela sem le nekaj aktivnosti, dogodkov. Pridobivali smo nova znanja in veščine, spoznavali zanimive kraje in ljudi, fotografirali, slikali, ustvarjali prelepe ročne izdelke, pa veliko družili po učnih urah na kavicah ali na izletih oziroma ekskurzijah. Bolj podrobno je vse zapisano v poročilu, kjer se tudi s svojim delom predstavi vsaka skupina.

In kot se na koncu spodobi, se za izjemno uspešno delo U3ŽO zahvaljujem vsem, ki ste sodelovali pri delovanju U3ŽO: strokovnim delavcem MOCIS-a, Centra za izobraževanje odraslih Slovenj Gradec, članom programskega odbora, mentorjem, animatorjem, predvsem pa vam članom, ki ste soustvarjali našo uspešno zgodbo.

Nevenka Gutenberger, vodja programskega odbora

Pravila o delovanju Univerze za tretje življenjsko obdobje MOCIS

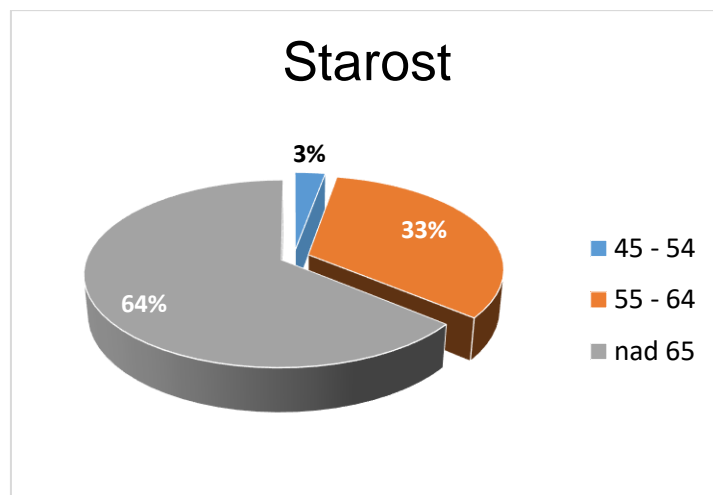
Programski odbor U3ŽO je v novi sestavi začel delovati v začetku študijskega leta 2018/19, in sicer je postal 14-članski (prej 13). Člani PO so sprejeli 5-letni mandat. Prva izmed nalog, ki so si jo zadali, je bila poleg trenutnih zadev, posodobitev Pravil o delovanju U3ŽO MOCIS, Slovenj Gradec. V manjši skupini so se sestali in pravila aktualizirali ter oblikovali. V novem študijskem letu bo Pravila o delovanju U3ŽO MOCIS prejel vsak član in bo tako seznanjen, ne samo s spremembami, predvsem s pravili na splošno.



STATISTIČNI PODATKI

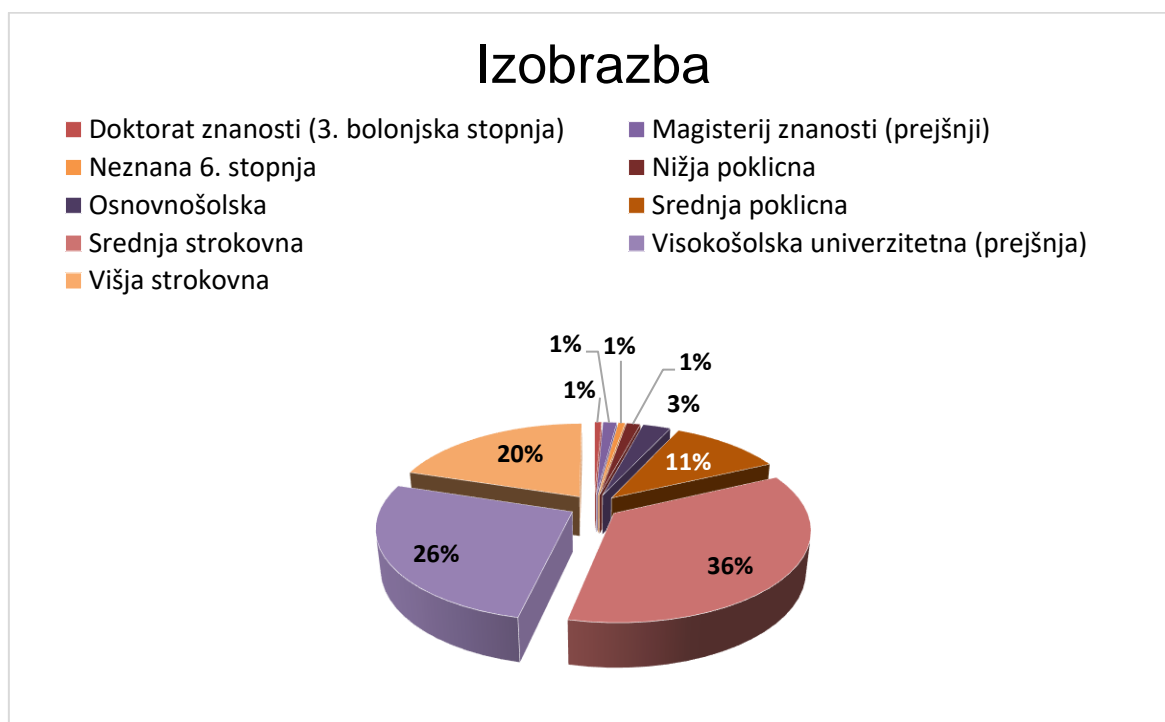
Letos je bilo v U3ŽO vpisanih 151 udeležencev, medtem ko je bilo v lanskem letu skupno 162. Povprečna starost je znašala 68 let. Večje zanimanje za programe ostaja s strani nežnejšega spola, in sicer je bilo v U3ŽO vpisanih 135 žensk in 16 moških.

Člani po starosti



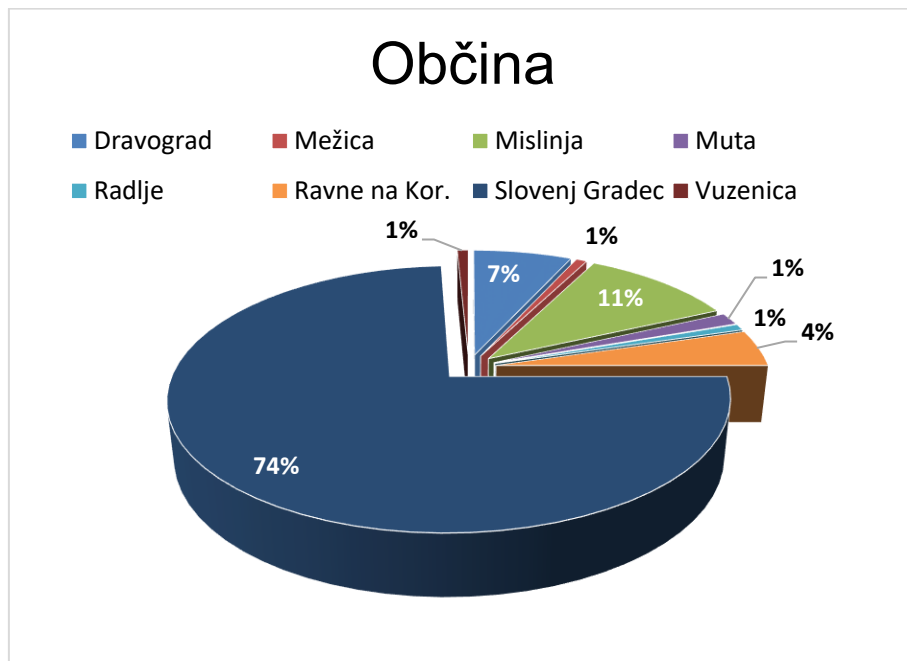
Iz grafa lahko vidimo, da je 97 % udeležencev starejših nad 55 let, od tega jih je 64 % starih nad 65 let, 33 % pa od 55 do 64 let, 3 % je starih od 45 do 54 let.

Člani po izobrazbi



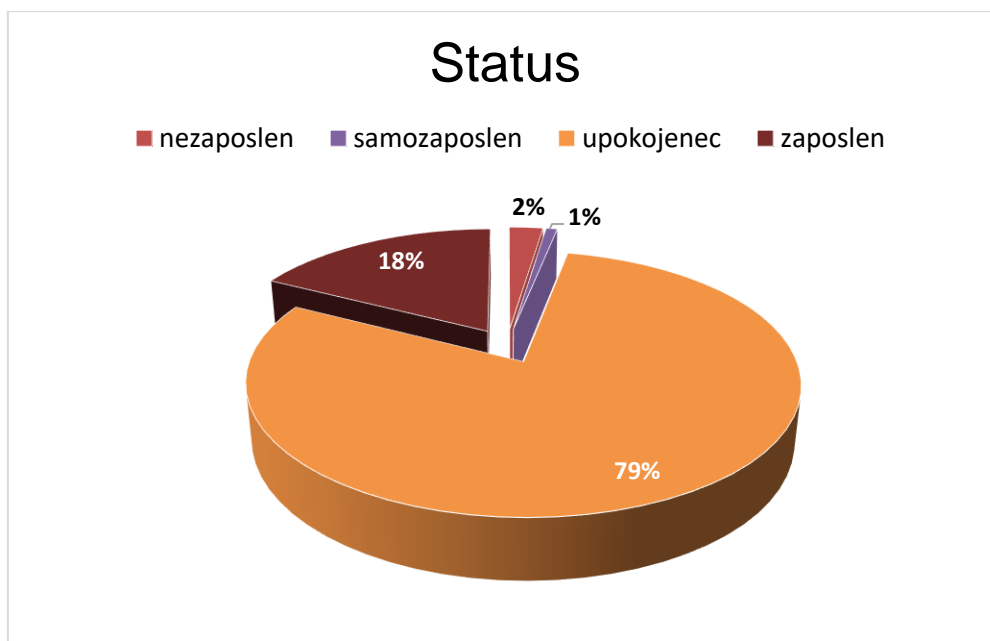
Iz grafa je razvidno, da ima 46 % članov končano srednjo poklicno ali srednjo splošno oz. strokovno izobrazbo, enak procent jih ima zaključeno višjo ali visoko izobrazbo, 4 % univerzitetno izobrazbo, 3 % dokončano osnovno šolo in 1 % zaključen magisterij.

Člani po občinah



Graf nazorno prikazuje, da skoraj tričetrtine članov (74 %) U3ŽO prihaja iz Slovenj Gradca, 11 % iz Mislinje, 7 % iz Dravograda in 4 % z Raven na Koroškem. Po 1 % predstavljajo še udeleženci z Mute, iz Vuzenice, Radelj ob Dravi in Mežice.

Člani po statusu

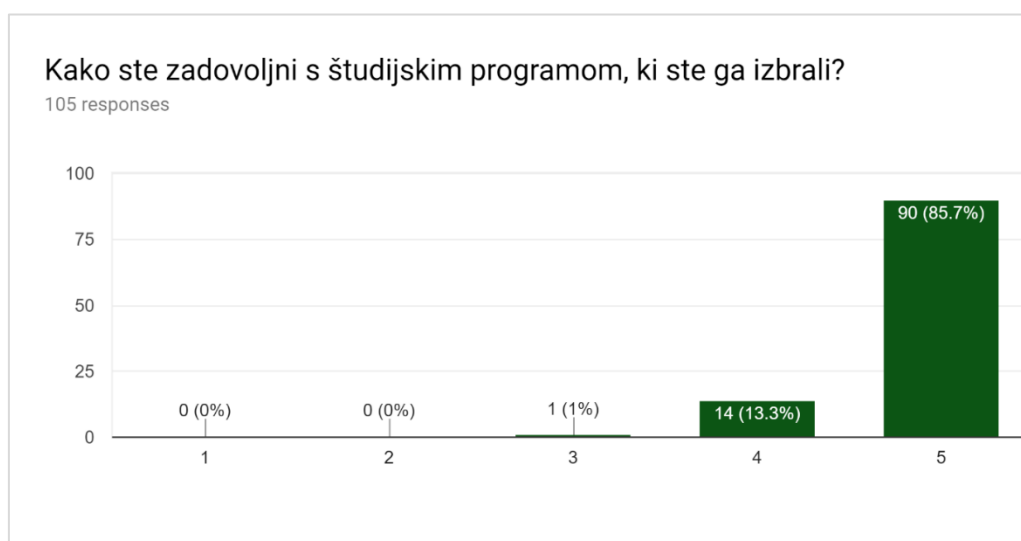


Iz grafa je razvidno, da je 79 % članov upokojenih, 18 % zaposlenih in 2 % nezaposlenih. 1 % samozaposlenih. Tudi v tem študijskem letu je nekoliko več članov zaposlenih v primerjavi s prejšnjimi leti.

ZADOVOLJSTVO ČLANOV S ŠTUDIJSKIMI PROGRAMI

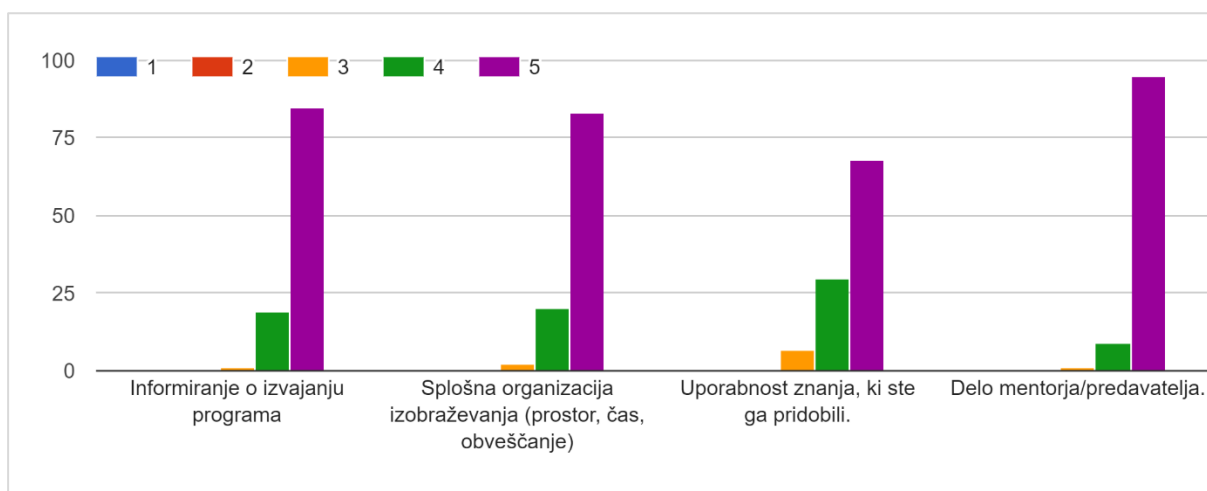
V anketi je bilo oddanih 105 odzivov različnih programov U3ŽO. Na vprašalnike so odgovarjali preko vprašalnika v fizični obliki. Ker se do pisanja tega poročila program R'cnije za preventivo še ni zaključil, zadovoljstvo članov s tem študijskim programom ni zajeto v poročilu.

Splošno zadovoljstvo:



90 udeležencev je bilo zelo zadovoljnih in 13,3 % oz. 14 udeležencev je bilo zadovoljnih. Z oceno 3 je programe ocenil 1 udeleženeec.

Ocena organizacije izobraževanja



Informiranje o izvajanju programov

85 odgovorov je zajelo oceno 5, za oceno 4 so se odločili v 19 primerih, z oceno 3 je bil 1. Povprečna ocena informiranja o izobraževanjih je **4,8**.

Splošna organizacija izobraževanja (prostor, čas, obveščanje)

83 odgovorov je zajelo oceno 5, za oceno 4 so se odločili v 20 primerih, z oceno 3 sta bila 2. Povprečna ocena splošne organizacije je **4,77**.

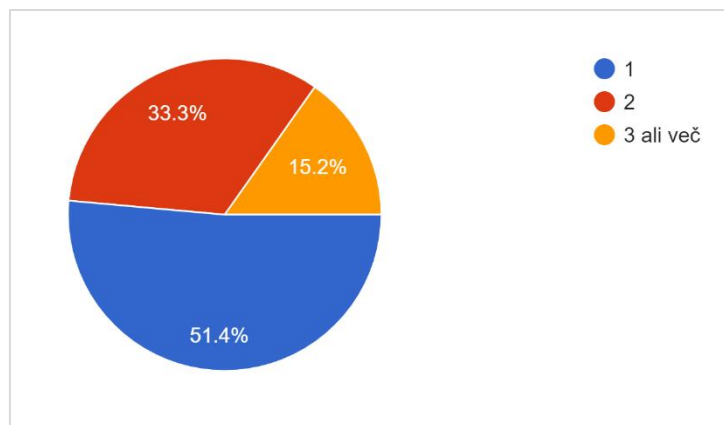
Uporabnost znanja, ki ste ga pridobili

68 odgovorov je zajelo oceno 5, za oceno 4 so se odločili v 30 primerih, z oceno 3 jih je bilo 7. Povprečna ocena uporabnosti znanj je **4,6**.

Delo mentorja/predavatelja

95 odgovorov je zajelo oceno 5, za oceno 4 so se odločili v 36 primerih, oceno 3 so podali 3. Povprečna ocena dela predavateljev je **4,9**.

Število obiskanih študijskih programov



Iz grafa je razvidno, da je po en program U3ŽO izbralo 51,4 % vprašanih, po dva progama 33,3 % vprašanih in 15,2 % vprašanih je takšnih, ki so izbrali 3 programe ali več.

BREZPLAČNA PREDAVANJA U3ŽO 2018/2019

Predavanja so potekala enkrat do dvakrat mesečno, najbolj pogosto ob torkih v dopoldanskih urah. Nekaj predavanj in dogajanj pa je bilo tudi druge dni. Teme so bile naslednje:

	Datum	Tema	Predavatelj	Št. udel.	%
1.	2. 10. 2018	Obisk Festivala za tretje življenjsko obdobje		6	
2.	4. 10. 2018	Otvoritev študijskega leta U3ŽO 2018/2019	Klapa Šentilj Bica bend		
3.	16. 10. 2018	Spoznavamo znane osebnosti	Boris Kobal	41	
4.	6. 11. 2018	U3ŽO se povezuje s Knjižnico Ksaverja Meška: Podaljševanje življenja z znanostjo in tehnologijo	Martin Lipovšek	16	
5.	23. 11. 2018	U3ŽO se povezuje s Knjižnico Ksaverja Meška	Dušica Kunaver	18	
6.	7. 12. 2018	Predbožični izlet v Gradec		30	
7.	11. 12. 2018	Prenos vrednot na mlajše generacije	Marko Juhant	118	
8.	29. 1. 2019	Pravice pacientov in reševanje sporov	Stanka Vauh	18	
9.	19. 2. 2019	Premagaj stres, strah in skrbi	Andrej Pešec	21	
10.	9. 3. 2019	U3ŽO preseneča: Azijska kuhinja	Irena Matek in Petra Kos Gnamuš	17	
11.	19. 3. 2019	Poskrbimo za dober vid	Marko Klinc	17	
12.	4. 4. 2019	Naglušnost – kako si lahko pomagamo	Irena Brecelj	18	

13.	15. 4. 2019	U3ŽO preseneča: Globasnica z ogledom gradu Elberstein		29	
14.	25. 4. 2019	5. mednarodni festival kulture in znanja starejših		4	
15.	9. 5. 2019	Kulinarično druženje ob ruski glasbi	Aleksandra Marčič	17	
13.	21. 5. 2019	Zaključna ekskurzija: Jaz pa pojdem na Gorenjsko ...		25	
14.	29. 5. 2019	Spoznavamo znane osebnosti	Oto Vrhovnik	34	

Fototrunki dogajanja v študijskem letu 2018/2019

Festival za tretje življenjsko obdobje, 2. 10. 2018



Otvoritev študijskega leta U3ŽO, 4. 10. 2018



Spoznavamo znane osebnosti: Boris Kopal, 16. 10. 2018



Marko Juhant: Prenos vrednot na mlajše generacije, 11. 12. 2018



Stanka Vauh: Pravice pacinetov in reševanje sporov, 29. 1. 2019



Andrej Pešec: Premagaj stres, strah in skrbi, 19. 2. 2019



U3ŽO preneseneča: Azijska kuhinja, 9. 3. 2019



Marko Klinc: Poskrbimo za dober vid, 19. 3. 2019



Irena Brecej: Naglušnost – kako si lahko pomagamo?, 4. 4. 2019



U3ŽO preseneča: Globasnica z ogledom gradu Elberstein, 15. 4. 2019



5. mednarodni festival kulture in znanja starejših, 25. 4. 2019



Kulinarično druženje ob ruski glasbi, 9. 5. 2019



Zaključna ekskurzija, 21. 5. 2019



Spoznavamo znane osebnosti: Oto Vrhovnik, 29. 5. 2019



ŠTUDIJSKI PROGRAMI V LETU 2018/2019

Zap. št.	Ime študijskega programa	Št. udeležencev	Mentor
1.	Umetnostna zgodovina	16	Marko Košan
2.	Angleščina - začetna	8	Sabina Zorjan
3.	Angleščina - nadaljevalna	5	Sabina Zorjan
4.	Francoščina	11	Boža Pirnat
5.	Likovno izražanje	11	Nada Medved
6.	Ruščina – ruski čaj	6	Aleksandra Marčič
7.	Računalništvo	5	Anja Friškovec
8.	Odkrijmo lepote naše domovine	16	Mira Časar
9.	Ljubiteljsko ustvarjanje	6	Mira Mori Hribar
10.	Zumba Gold	15	Sonia Krauser
11.	Čarobnost fotografije	13	Matjaž Merčnik
12.	R'cnije za preventivo	15	Magdalena Bruder
13.	Nemščina	7	Sabina Zorjan
14.	Joga v vsakdanjem življenju	10	Aja Rotovnik
SKUPAJ:		144	

POROČILA ŠTUDIJSKIH PROGRAMOV

RAČUNALNIŠTVO

V program je bilo vključenih 6 udeleženk. Srečanja so potekala enkrat tedensko ob petkih od 9.30 do 11. ure. Imeli smo 10 srečanj po dve šolski uri. Spoznali smo naslednje vsebine:

1. Splošno o pametnih telefonih in osnovno rokovanje s telefonom
2. Prilagajanje domačega zaslona in pripomočki
3. Hitre nastavitve in nastavitve telefona
4. Imenik in sporočanje
5. Varna raba pametnih telefonov
6. Možnosti fotografiranja in snemanja video posnetkov s pametnim telefonom
7. Urejanja slik in videoposnetkov

8. Internet in elektronska pošta
9. Nameščanje in brisanje brezplačnih aplikacij
10. Uporaba praktičnih aplikacij, izdelava kolaža slik navigacija na telefonu in zemljevid

Vzdušje v skupini je bilo zelo prijetno, udeleženci so bili z različnimi predznanji. Vsak je delal na svojem telefonu in spoznaval vsebine, ki ga je zanimala.

Animatorka je vestno vodila listo prisotnosti.



Anja Friškovec, mentorica

R'CNIFE ZA PREVENTIVO

Skupaj z udeleženci smo oblikovali program in ga sproti dopolnjevali glede na potrebe in želje. Programa se je udeležilo 14 udeležencev, potekal je v jesenskih mesecih (v učilnici) ter v maju in juniju na terenu na lokaciji mentorice Magdalene Bruder, kjer smo imeli dostop do zelišč in prekrasen vrt. Poleg zelišč smo spoznavali tudi različne aktivnosti, s katerimi krepimo telo in organe.

Letošnje teme so bile:

- Ajurveda čaj, predstavitev vsebin, pomen pitja in krepitev mehurja
- Priprava energijskega napitka
- Hoja po različnih površinah, aktiviranje različnih točk na podplatih
- Priprava mazila proti komarjem
- Knajpanje
- Priprava različnih mazil in obkladkov
- Naravna pomoč pri krčnih žilah, astmi, alergijah, revmi, artritisu ...



Magdalena Bruder, mentorica

FRANCOŠČINA

V študijski program Francoščina je bilo tudi v tem šolskem letu vključenih 11 slušateljev. Dobivali smo se ob sredah popoldne ob 17.30, delo pa je trajalo do 19. ure in tako smo vsak teden opravili dve pedagoški uri. Občasno smo ostali še nekoliko dlje in tedaj obeležili naše druženje s praznovanji osebnih dogodkov. Z delom smo začeli sredi oktobra, zaključili pa sredi aprila.

Dobivali smo se v MPIK-u, v učilnici 28. Popoldanski čas nam je bil ustrezen termin, ker imamo v skupini tudi nekaj delovno aktivnih slušateljev, prostor pa je tudi primeren zaradi dosegljivosti učilnice naši invalidni osebi. Zaradi redne uporabe informacijske tehnologije nam je učilnica ustrezala, sicer je nekoliko oddaljena od centra. Na začetku smo imeli nekaj težav z dostopom do interneta, kar pa se je kmalu uredilo. Le računalnik v učilnici je potreben posodobitve.

Zaradi različnega predznanja na začetku delovanja naše učne skupine 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. Posamezne, bolj uka željne slušateljke, sem spodbujala k pripravi samostojnih predstavitev njihovih potovanj ali doživetij.

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 smo jih želeli doseči. Največ časa smo posvetili konverzaciji, kar je bilo tudi dobro sprejeto. Precej gradiva za tako delo sem jim tudi sama pripravljala in jim ga vnaprej posredovala po elektronski pošti.

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. Več pozornosti smo v tem študijskem letu posvetili francoskim šansonom, s katerimi smo na prijeten način nadgrajevali in utrjevali znanje francoščine.

Vsi slušatelji so bili za učenje francoščine zavzeti in so lepo napredovali. K uram so redno prihajali, odsotni so bili samo iz opravičljivih razlogov. Skupina se je zelo dobro ujela, opazno je tudi zelo dobro sodelovanje med posameznimi člani in precejšen napredek v njihovem znanju in posledično v sproščeni konverzaciji. Za dobro klimo v skupini se je še posebno dobro izkazalo skupno praznovanje ob posameznikovih osebnih dogodkih. Če se je le dalo, smo posamezna praznovanja popestrili s specifičnimi francoskimi jedmi. Za prijetno vzdušje so poskrbeli vsi člani, skupino pa je izredno 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.



Boža Pirnat, mentorica

ANGLEŠČINA - začetna

V začetno skupino angleškega jezika je bilo v tem šolskem letu vključenih 8 slušateljev. Dobivali smo se ob ponedeljkih dopoldan (od 08.30. do 10.00), za dve pedagoški uri. Občasno smo ostali še nekoliko dlje in se pogovarjali še o drugih temah, praznovali ali spoznavali izdelke, ročna dela in druge stvari, ki so jih udeleženci prinesli k uri. Dobivali smo se v rdeči učilnici na MOCIS-u. Udeležencem sem pripravila svoja gradiva in jih prilagajala sproti, če je bilo potrebno katero izmed tem obravnavati nekoliko bolj poglobljeno oz. so udeleženci izrazili željo, da bi obravnavali še kaj drugega (drugi interesi).

Zaradi različnega predznanja je bila heterogenost skupine dokaj očitna in je zahtevala nekaj prilagajanja. Delo sem prilagajala predznanju in potrebam udeležencev.

Največ časa smo posvetili konverzaciji, kar je bilo tudi dobro sprejeto. Delo je potekalo po programu, redno smo ga tudi aktualizirali in na tak način spoznavali kulturne, socialne, kulinarčne ter druge značilnosti angleško govorečih držav. Udeleženci so prispevali tudi svoja spoznanja in izkušnje, katere so z veseljem delili z ostalimi in spodbujali motivacijo pri urah.

Vsi slušatelji so bili za učenje angleščine zavzeti in so postopno napredovali. K uram so prihajali večinoma redno in vedno dobre volje. Skupina se je zelo dobro ujela, opazno je tudi zelo dobro sodelovanje med posameznimi člani in precejšen napredek v njihovem znanju, zlasti pri večji suverenosti in še večjem veselju do učenja in spoznavanja jezika in kulture.



Sabina Zorjan, mentorica

ANGLEŠČINA - nadaljevalna

V napredno skupino angleškega jezika je bilo v tem šolskem letu vključenih 5 slušateljev. Dobivali smo se ob ponedeljkih dopoldan (od 10.00 do 11.30), za dve pedagoški uri. Dobivali smo se v rdeči učilnici na MOCIS-u. Udeležencem sem pripravljala gradiva in jih prilagajala sproti, če je bilo potrebno katero izmed tem obravnavati nekoliko bolj poglobljeno oz. so udeleženci izrazili željo, da bi obravnavali še kaj drugega (drugi interesi).

Udeleženci so imeli različno predznanje, zato sem delo prilagodila.

Največ časa smo posvetili konverzaciji, kar je bilo tudi dobro sprejeto in pohvaljeno s strani udeležencev. Višji nivo predznanja je dopuščal prijetno konverzacijo in izmenjavo mnenj v angleškem jeziku. Delo je potekalo po programu, redno smo ga tudi aktualizirali in na tak način spoznavali kulturne, socialne, kulinarčne ter druge značilnosti angleško govorečih držav. Udeleženci so prispevali tudi svoja spoznanja in izkušnje, katere so z veseljem delili z ostalimi in spodbujali motivacijo pri urah.

Vsi slušatelji so bili za učenje angleščine zavzeti in so medsebojno sodelovali ter temu primeren je bil tudi napredek. Skupina se je zelo dobro ujela in vzdušje je bilo sproščeno.



Sabina Zorjan, mentorica

NEMŠČINA

V začetno skupino nemškega jezika je bilo v tem šolskem letu vključenih 7 slušateljev. Dobivali smo se ob petkih dopoldan (od 11. do 12.30), za dve pedagoški uri. Občasno smo ostali še nekoliko dlje in se pogovarjali še o drugih temah, praznovali ali spoznavali izdelke, ročna dela in druge stvari, ki so jih udeleženci prinesli k uri. Dobivali smo se v rdeči učilnici na MOCIS-u. Gradiva sem pripravljala sproti, glede na interes udeležencev.

Zaradi različnega predznanja je bila heterogenost kar očitna in je zahtevala nekaj prilagajanja.

Veliko časa smo posvetili konverzaciji, kar je bilo tudi dobro sprejeto. Delo je potekalo po programu, redno smo ga tudi aktualizirali in na tak način spoznavali kulturne, socialne, kulinarčne ter druge značilnosti Nemčije, Avstrije in Švice. Udeleženci so prispevali tudi svoja spoznanja in izkušnje, katere so z veseljem delili z ostalimi in spodbujali motivacijo pri urah.

Vsi slušatelji so bili za učenje nemščine navdušeni in so lepo napredovali. K uram so prihajali polni pričakovanj in vzdušje je bilo vedno prijetno ter navdihujoče. Člani skupine so se družili tudi po končanih urah in z delom bomo nadaljevali tudi v naslednjem študijskem letu, v številčnejši zasedbi.



Sabina Zorjan, mentorica

ODKRIJMO LEPOTE NAŠE DOMOVINE

25. 10. 2018 smo se zainteresirani člani skupine sestali in sprejeli okvirni program za leto 2019. Izbrali smo tudi animatorko.

9. 11. 2018 smo se podali v Idrijo. Ogledali smo si Rudnik živega srebra, Rudarski muzej in Srednjo šolo, ki ima oddelke klekljanja in razstavo klekljanih čipk.

7. 12. 2018 smo si s Kareta Turizem ogledali predpraznični Gradec, ledene jaslice, otok na Muri, se peljali z zobato železnico na grad Schlossberg in ob prijetnih vonjavah začutili predbožični čas.

18.12. 2019 smo si v Dravogradu ogledale razstavo klekljanih čipk, dravograjsko cerkev, ki jo uporabljajo za koncerte in prireditve ter obiskale slikarja samouka v njegovi galeriji.

10.1.2019 Slovenj Gradec v času Rimljanov. Ga. Anja Mihelič nam je na kratko predstavila to obdobje. Izdelali smo tudi šolsko tablico nalito z voskom.

25.1. 2019 Bukovje, Dravograd. V dvorcu Bukovje smo se seznanile dogajanjem v vojni za Slovenijo, osamosvojitvijo in si ogledale film. Ogled dvorca in njegovih vsebin v sobanah nas je zelo presenetil. Zaključile smo z ogledom bukvarne.

14. 2. 2019 Na MOCIS-u smo spoznali še nekaj geografskih posebnosti in značilnosti Slovenije.

7. 3. 2019 Ravne na Koroškem: Ogledali smo si dve stalni razstavi. Ga. Karla Oder nam je predstavila postavitev Mati fabrika. V Muzeju pa smo si ogledali etnološko zbirko in predstavitev Štorije iz naše doline.

28. 3. 2019 Vrhnika, Muzej Bistra. V Cankarjevem letu je bil zanimiv ogled Vrhnike.

17. 4. 2019 Stari trg, Pankracijeva kapela, zgodovina Slovenj Gradca. G. Marko Košan nam je ob zanimivem predstavljanju zgodovine cerkva, cerkvenih dostojanstvenikov, gospodov Anndeških približal zgodovino Slovenj Gradca.

Interes za skupino je bil v jeseni na prvem srečanju zelo številen. Vseeno nas je ostalo vpisanih 17. Med letom pa je zbolela še ena članica, torej nas je študijsko leto zaključilo 16. Spoznali smo veliko novega, se družili in prijetno zaključili študijsko leto.



Marija Obreza, animatorka

LIKOVNO IZRAŽANJE

V skupini je bilo 11 udeležencev.

Srečanja so bila na Meškovi 2, ob četrtkih od 10. do 12.15 ure, to je 3 pedagoške ure skupaj.

Po prvotnem obravnavanju likovne teorije je sledilo delo z različnimi motivi (pokrajine, tihožitje, motivi po lastni izbiri, novoletne voščilnice ...). Poudarek je bil na barvni kompoziciji in mešanju barv.

Vzdušje v skupini je bilo zelo prijetno, prijateljsko in ustvarjalno.

Animatorka je redno in sproti obveščala vse članice, tako je delo potekalo tekoče in zelo uspešno.

Največji dosežek je bila končna razstava naših izdelkov, kot spremljevalni program Parade učenja, 15. maja 2019 v prostorih Mladinske knjige Slovenj Gradec.



Nada Medved, mentorica

ČAROBNOST FOTOGRAFIJE

V skupino je bilo to študijsko leto vključenih dvanajst članov, od tega štirje moški in osem žensk.

Srečevali smo se v učilnici v MPIK-u ali na terenu (različne lokacije). Teoretični del smo omejili na tri šolske ure, terensko delo pa se je običajno za nekaj časa podaljšalo.

Obdelali in ponovili smo teoretične osnove fotografije, spoznali delovanje fotoopreme. V nadaljevanju smo naučeno skušali prenesti v prakso z delom na terenu. To leto smo se posvečali predvsem pokrajinski fotografiji. Privoščili smo si dva krajša fotoizleta. Posnete fotografij smo naslednjič pregledali in se na konkretnih primerih učili osnovne računalniške obdelave fotografij. Kasneje smo iz teh fotografij sestavili fotografsko razstavo in jo postavili na ogled v Kulturnem domu Slovenj Gradec. Za zadnje srečanje smo združili prijetno s koristnim in se po fotografiranju v naravi še malo družili, pogovorili ob jedači in pijači.

Člani skupine se med sabo poznajo in se zelo dobro razumejo. Njihovo poznavanje fotografije se zelo razlikuje, zato je bilo še posebej dobrodošlo, da so si bili pripravljene medsebojno pomagati in na ta način hitreje osvajati nova znanja.

Med izvajanjem programa nisem zaznal velikih odstopanj od pričakovanja. Vsekakor je bil vrhunec dogajanja fotografska razstava z otvoritvijo 14. maja v Kulturnem domu Slovenj Gradec. Zelo soliden obisk in pozitivne kritike so dale udeležencem programa nove energije za obisk tudi naslednje leto.



Matjaž Merčnik, mentor

ZUMBA®GOLD

Aktivnih članov 14, samo ženske. To šolsko leto se nam je pridružilo kar nekaj novih članic, ki so zdržale do zadnje ure.

Srečanja so potekala ob torkih in trajala 60 minut.

OPRAVLJENE AKTIVNOSTI:

1. Postopno učenje novih plesnih korakov (to sezono smo dodale tango in afriške ritme)
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



Klima v skupini je bila odlična in sproščena.

Prednosti te vadbe so, da je nezahtevna, zabavna, a vseeno učinkovita.

Hvala animatorki Zdenki Turičnik, ki mi je bila v veliko pomoč.

Sonia Krauser, mentorica

JOGA V VSAKDANJEM ŽIVLJENJU

S pravilno vadbo izvorne joge vrnemo v svoje življenje sprostitvev, zadovoljstvo, notranji mir, radost in telesno gibljivost.

V skupini je bilo 10 udeleženk, ki so se srečevale enkrat tedensko, in sicer po četrtnih ob 7.30 v MKC Slovenj Gradec. Izvajale so različne asane, meditirale in se sproščale. Ko so se dodobra spoznale z jogo v vsakdanjem življenju, so nadaljevale z drugo stopnjo. Družile so se po vsaki vadbi joge ob jutranji kavici.



Aja Rotovnik, mentorica

LJUBITELJSKO USTVARJANJE

V skupini Ljubiteljsko ustvarjanje se je od lanske jeseni do letošnje pomladi zbiralo 6 žensk. Srečevale smo se ob četrtnih od 15.30 do 17.00. Dobivale smo se v prostorih MOCIS-a in nekajkrat tudi v VGC Andeški hram, kjer smo moči združili z ustvarjalci Rokodelskega centra. Udeleženske so rade prihajale, vzdušje je bilo sproščeno in seveda ustvarjalno.

Za animatorko so izbrale Danico Gajšek, ki je delo z veseljem sprejela.

V našem programu smo zajele tiste vsebine, ki so zanimale večino članic – zato smo se tedensko dogovarjale o naslednji vsebini srečanja, občasno smo se dogovorila še za kakšno srečanje naprej – zaradi nabave materiala. Dotaknile smo se naslednjih ustvarjalnih področij: pletene košare iz časopinega papirja, izdelovanje iz dasmase, pletle smo adventne venčke, iz starih revij smo izdelovale »drevesa«, vlivale smo sveče, zlagale papirne prtičke v različne oblike, vlivale smo gips v modele, vlitke smo nato pobarvale, iz vrvi smo oblikovale »ajččke« in za konec si je vsaka udeleženka izdelala svoj šopek z rožami iz filca.

Z delom smo bile vse zadovoljne in bomo nadaljevale z novimi ustvarjalnimi podvigi v naslednjem študijskem letu.



Mira Mori Hribar, mentorica

UMETNOSTNA ZGODOVINA

Program Umetnostna zgodovina se je v tem študijskem letu izvajal že drugo leto zapored. V skupini je sodelovalo 17 članov. Srečanja so potekala v učilnici Koroškega pokrajinskega muzeja v Slovenj Gradcu, Glavni trg 24 in na MOCIS-u. Program je potekal na način predavanj s PPT prezentacijami, dve šolski uri skupaj, brez premora.

Program je bil zasnovan kot teoretično spoznavanje likovne umetnosti, kronološko skozi zgodovinska obdobja in umetnostne sloge. V prvem letu izvedbe programa (2017/2018) smo se virtualno sprehodili skozi najpomembnejša umetnostnozgodovinska obdobja od prazgodovinskih časov do 19. stoletja.

V letošnjem letu smo se posvetili nastanku in razvoju t. i. postmodernistične umetnosti od sredine 19. stoletja do 2. svetovne voje. Vsebinsko predavanj smo prilagajali tudi načrtovanim ekskurzijam (ekskurzija v Padovo v okviru društva Umetnost za vse, obisk muzejev umetnosti v Ljubljani) in obiskom spomenikov na terenu (Stari trg in cerkev sv. Pankracija).

Srečanja so potekala na način klasičnih ex-katedra predavanj z zaključno debato, ki je bila posebej živahna ob obiskih spomenikov na terenu. Terenskih ogledov smo načeloma načrtovali več, vendar v zimskem času velikokrat ni bilo usreznih pogojev.

Razpisana kvota 30 ur, ki je bila na razpolago za izvedbo programa, se je po mnenju vseh udeležencev in mentorja izkazala za nezadostno, še posebej, če bi uspeli realizirati več terenskih ogledov.

Delo v skupini je potekalo brez problemov in z ustreznim obveščanjem, za katerega sta vestno skrbeli animatorki. Udeleženci programa so ob zaključku izrazili željo po nadaljevanju programa v študijskem letu 2019/20.



Marko Košan, mentor

RUŠČINA – RUSKI ČAJ

Program ruščine je teklen od oktobra 2018 do januarja 2019, in sicer 2 uri tedensko. Ob pripravi ur sem upoštevala nivo pripravljenosti tečajnikov, njihove potrebe in interese.

Udeleženci so spoznali mnogo zanimivega o veliki, nenavadni deželi Rusiji, njenih prebivalcih, kulturi, posebnostih in dramatičnih spremembah v zgodovini.

Ob sproščenem in prijateljskem vzdušju smo se pogovarjali o družini, službi, naravi, politiki in zgodovini. Ponudila sem jezikovne situacije, ki pridejo prav na potovanju po rusko govorečih državah: na letališču, v hotelu, na obisku ... Udeleženci so bili zelo ustvarjalni pri »igranju« vlog v različnih situacijah.

Pogovarjali smo se o filmih, ki sem jih priporočila udeležencem za ogled in poslušali ruske pesmi.

Ob koncu smo izvedli preverjanje znanja, ki ga priporočajo za opravljanje izpita A1. Kljub zahtevnosti izpita so udeleženci pokazali zelo dobro znanje.

Osnovni cilj programa je bil usposobiti udeležence za učinkovito sporazumevanje v ruščini v najrazličnejših življenjskih situacijah. Menim, da smo dosegli več. Poleg prijateljskih vezi, ki so se spleli

tekom tečaja, so udeleženci spoznali, da je ruščina zelo lep in ne tako zahteven jezik za učenje, zato bomo z delom nadaljevali tudi v naslednjem študijskem letu.



Aleksandra Marčič, mentorica

Delo animatorjev v študijskih programih 2018/2019

Naloge animatorja v študijskem programu so, da skrbi za povezavo med člani študijskega programa, mentorjem in strokovnim delavcem U3ŽO MOCIS, da vodi listo prisotnosti članov študijskega programa, evidenco srečanj ter sodeluje pri pripravi letnega poročila po navodilih in na obrazcih, ki mu jih posreduje strokovni delavec U3ŽO MOCIS. Animator mentorju programa posreduje želje, predloge in pripombe članov programa, vzpodbuja prijetno vzdušje v skupini, poudarek je na sožitju, izobraževanju, medsebojnem razumevanju ter druženju ... te in še kar nekaj nalog sprejme animator skupaj s prevzemom te vloge. Delo animatorja je povsem prostovoljno, zato je njihova vloga še toliko pomebnejša.

V letošnjem študijskem letu so se animatopi srečali na treh sestankih, in sicer 13. novembra. 2018, 29. januarja. in 9. aprila 2019. Osrednja tema vseh sestankov je bila delo v študijskih programih in zadovoljstvo udeležencev. Animatorji so predlagali spremembe in podali ideje za nadaljnje delo.



Izlet v predpraznični Gradec

Za uvod v praznične dni, ki jih prinaša zadnji mesec v letu, smo se 7. decembra 2018 napotili proti Avstriji, natančneje v Gradec na predpraznični izlet. Tokrat smo organizacijo in vodenje prepustili vodički Nini iz turistične agencije Kareta.

Ogledali smo si mesto, sprehodili smo se po glavnem trgu z znamenito mestno hišo, kjer so ledene jaslice. Ogledali smo si tudi stolnico sv. Tilna, otok na reki Muri in se z vzpenjačo povzpeli na Grajski grič, kjer je znameniti Urni stolp z zvonom »Lissel«. Po vodenem ogledu je bil čas za kosilo in sprehod med stojnicami. Uživali smo v vonju cimeta, kuhanega vina in ostalih dobrot, ki so jih ponujali.



Zaključna ekskurzija v Radovljico in Vrbo

V torek, 21. maja 2019 smo se odpravili na Gorenjsko, in sicer nas je pot vodila do Radovljice, kjer smo se najprej posladkali s potico in toplim napitkom. Nato nas je sprejel dr. Avgust Mencinger in nas popeljal po starem Linhartovem mestu. Spoznavali smo zgodovino nastanka mesta, si ogledali cerkev sv. Petra, kapelo sv. Edith Stein. Sprehodili smo se po Čebelarskem muzeju, obiskali Lectarja in po dobrem kosilu nadaljevali pot v Vrbo. V rojstni hiši našega največjega pesnika Prešerna smo se nasmejali besedam in predstavitvi lokalnega vodiča. Ker smo dan pred našim izletom že drugič obeležili Svetovni dan čebel, smo se odpravili še v Zabreznico v Žirovnici, kjer smo si ogledali Janšev čebelnjak. Polni lepih vtisov in prijetnih spominov smo se odpeljali nazaj proti Koroški. Sklenili smo, da nam niti vreme ne more do živega, saj nas je ob prihodu v Slovenj Gradec pričakalo sonce.



Bilo je aktivno, razgibano in nasmejano študijsko leto ...



UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE MOCIS, Slovenj Gradec

MOCIS, Center za izobraževanje odraslih Slovenj Gradec
Meškova 21
2380 Slovenj Gradec

Telefon: 02 88 46 400
www.mocis.si

Pri pripravi poročila U3ŽO 2018/19 so sodelovali:

Sonja Lakovšek
Nevenka Gutenberger
Mira Mori Hribar

Mentorji, animatorji in člani študijskih programov

Lektoriranje:
Mira Mori Hribar