



MOCIS

CENTER ZA
IZOBRAŽEVANJE
ODRASLIH
SLOVENJ GRADEC

U3ŽO

UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE | MOCIS

**POROČILO O DELU
UNIVERZE ZA TRETJE
ŽIVLJENJSKO OBDOBJE
MOCIS
V LETU 2019/2020**

Izdajatelj:

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

Pri pripravi poročila UŽ30 so sodelovali:

Sonja Lakovšek

Nevenka Gutenberger

Mira Mori Hribar

Mentorji, animatorji in člani študijskih programov

Lektoriranje:

Mira Mori Hribar

Slovenj Gradec, november 2020

Kazalo vsebine

NAGOVOR DIREKTORICE MOCIS-a.....	4
ČLANI IN DELO PROGRAMSKEGA ODBORA U3ŽO	5
POROČILO VODJE PROGRAMSKEGA ODBORA U3ŽO	6
STATISTIČNI PODATKI	8
Člani po starosti	8
Člani po izobrazbi	9
Člani po občinah	9
Člani po statusu	10
ZADOVOLJSTVO ČLANOV S ŠTUDIJSKIMI PROGRAMI.....	11
Splošno zadovoljstvo:	11
Ocena organizacije izobraževanja	11
Število obiskanih študijskih programov.....	13
AKTIVNOSTI NA U3ŽO 2019/2020.....	17
Dogajanje na U3ŽO med epidemijo (1. val).....	18
ŠTUDIJSKI PROGRAMI V LETU 2019/2020	26
POROČILA ŠTUDIJSKIH PROGRAMOV	27
PAMETNI TELEFON	27
R'CNJE ZA PREVENTIVO.....	28
FRANCOŠČINA.....	28
ANGLEŠČINA – začetna	30
ANGLEŠČINA - nadaljevalna	31
NEMŠČINA.....	32
ODKRIJMO LEPOTE NAŠE DOMOVINE.....	32
LIKOVNO IZRAŽANJE	33
ČAROBNOST FOTOGRAFIJE	34
ZUMBA®GOLD	34
JOGA V VSAKDANJEM ŽIVLJENJU	35
PILATES.....	36
UMETNOSTNA ZGODOVINA	36
RUŠČINA – RUSKI ČAJ	37
UČENJE KITARE IN KLAVIRJA	37

NAGOVOR DIREKTORICE MOCIS-a

Šolsko leto 2019/20 smo na U3ŽO začeli spodbudno - polni energije in s številnimi načrti. Kot vsa leta poprej smo poskušali starim članom vsakdan popestriti s pestrimi idejami za pridobivanje novih znanj, izmenjavo izkušenj, druženje z že znanimi člani univerze in spoznavanje novih. Kot vsako leto smo si zelo želeli, da bi v svoje vrste privabili nove člane, saj vsak prinese v zgodbo univerze svežo energijo in novo življenjsko zgodbo ter izkušnje. Iz poročila lahko razberemo, kaj vse se je dogajalo in kako uspešni smo bili. Besede v poročilu dopolnjujejo tudi fotografije z namenom, da bi lahko še boljše podoživljali lepe skupne trenutke.

V jeseni 2019 nihče ni mogel vedeti, kakšno leto je pred nami. Leto 2020 je prineslo zelo stresne in hude preizkušnje. Nepoznani COVID virus je močno spremenil naše vsakdanje življenje in sprva nismo doumeli, kako resno nevarnost predstavlja. Situacija se je zelo hitro spreminjala in marca smo z ukrepi vlade z namenom preprečevanja širjenja virusa prenehali tudi izvajanje vseh aktivnosti »v živo« v programih univerze.

Po prvem šoku, ki vedno pomeni ohromitev čustev in uma, smo začeli razmišljati, kako naprej. Živeti je kljub vsemu treba dalje, ohranjati upanje, si pomagati in vzdrževati kontakte. Takšne situacije vedno pretresejo tudi sistem vrednot, ko se ljudje zavemo, kaj so resnično pomembne stvari v življenju. Šele ob omejitvah, ali ko ti je nekaj odvzeto ali prepovedano, se zavemo, koliko ti pomenijo stvari, ki so ti sicer bile samoumevne - kot svoboda gibanja, govora, druženje ...

Delo na daljavo je za vse pomenilo nov izziv. Res je, da mlajše generacije, ki se s sodobno IKT tehnologijo srečajo že v otroštvu in z njo rastejo, hitreje prevzamejo tak način dela in življenja. Ampak tudi starejši smo zelo učljivi, bolj kot sama tehnika nas pri uvajanju nove tehnologije omejujejo nesamozavest in prepričanje, da tega ne zmoremo. Tako smo tudi na U3ŽO poskušali povezovati člane preko sodobnih komunikacijskih kanalov na daljavo. V nekaterih programih nam je bolj uspelo, drugje manj, nekaj srečanj smo izpeljali v kratkem času čez poletje, ko se je epidemija vsaj navidezno nekoliko umirila. Nekateri programe smo tako uspeli celo zaključiti, drugi so obstali in smo jih nameravali nadaljevati v jeseni. Jesen pa je žal prinesla nov - drugi val epidemije, ki je še hujši in močnejši.

Ampak - kot je nekoč stara mama rekla svoji vnukinji: »Nikoli ne pozabi - VSE JE MINLJIVO. Tega se spomni takrat, ko ti bo najlepše in tudi takrat, ko ti bo hudo. Tako je pač življenje.«

In zato bi bomo leto 2020 zapomnili tudi po lepih dogodkih - MOCIS je praznoval 20 obletnico svojega obstoja in prejel občinsko priznanje ter se v zgodovino našega mesta in regije zapisal kot kakovosten, strokoven in razvojno naravnani sodoben andragoški zavod. Delček njegove uspešne zgodbe sestavlja tudi naša U3ŽO s svojimi programi, udeleženci, mentorji in programskim odborom ter vsemi, ki pri tem pomagajo.

Hvala vsem in vsakemu posebej, da nam zaupate in z nami soustvarjate.

Sonja Lakovšek, direktorica MOCIS-a

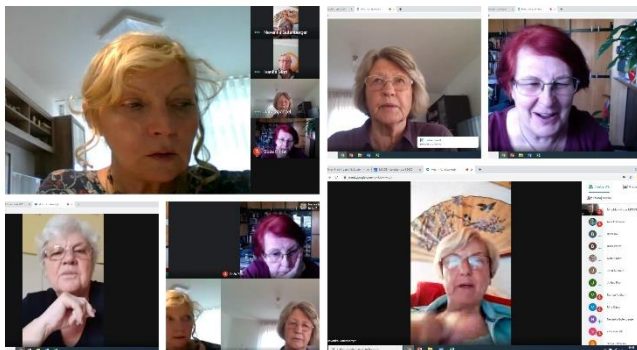
ČLANI IN DELO PROGRAMSKEGA ODBORA U3ŽO

Programski odbor sestavlja 14 članov:

Mira Časar
Jožica Fras
Tone Gašper
Nevenka Gutenberger (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 Gutenberger, 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 2019/2020 sestal na 5 sejah, in sicer v letu 2019: 3. septembra, 18. novembra in v letu 2020: 21. aprila, 23. junija in 25. avgusta.



POROČILO VODJE PROGRAMSKEGA ODBORA U3ŽO

Za študijsko leto 2019/20, že sedmo po vrsti, lahko rečemo, da je bilo delo U3ŽO MOCIS zaradi covida -19 zelo težko. In čeprav je bilo delovanje zaradi epidemije zelo omejeno, smo do konca junija lahko zaključili večino študijskih programov, le dva programa, in sicer Umetnostna zgodovina in Odkrijmo lepote naše domovine sta se zaključila v mesecu septembru. Program Čarobnost fotografije se bo zaključil nekoliko kasneje.

Za večino ostalih programov pa je bil velik izziv izobraževanje na daljavo (on-line). V živo so se izvajali le gibalni programi, kjer so se upoštevala vsa priporočila NJIZ za zavezitev okužbe.

Seje Programskega odbora so med razglašeno epidemijo tudi potekale preko videokonferenc s ciljem, da smo čim bolj organizirali delo študijskih programov v teh izjemnih razmerah. Člane smo redno obveščali o delu U3ŽO MOCIS in o načrtih za naprej preko maila in dopisa, kateremu smo priložili masko iz blaga, ki so jih zašile zaposlene na MOCIS-u.

Smo pa vsekakor bili zelo aktivni v prvi polovici študijskega leta. Vsi programi so nemoteno potekali po urniku, izjemno zanimiva pa so bila torkova predavanja. Študijsko leto smo pričeli na otvoritvi U3ŽO MOCIS, kamor smo v goste povabili dr. Petra Čeferina, odvetnika in avtorja številnih člankov in strokovnih knjig, ki nam je na zanimiv način predstavil svojo karierno pot ter detajle iz svojega življenja. Nataša Zupan je konec januarja predstavila svoj knjižni prvenec Oblečena v Kente, kjer je prikazala svoje življenje v Gani, kjer je živela med domačini. Naslednje zanimivo predavanje je izvedla odvetnica Marja Veit Visenjak, ki nas je poučila o tem, kako sestaviti oporoko. Aleksandra Marčič je v okviru potopisnega predavanja predstavila del svilene poti v državah Kazahstan, Uzbekistan in Turkmenistan ter njihov način življenja, kulinariko in kulturo. Pa še bi lahko naštevala, kot na primer predavanje Sabine Zorjan o Norveški, kjer je z nami delila svoje vtise o življenju v tej čudoviti deželi neskončnih fjordov ali potopisno predavanje Darka Sagmaistra – Kitajska in vendarle modro nebo v okviru sodelovanja z Knjižnico Ksaverja Meška ali Mesta v lučkah in jaslice na fotografijah, predstavitev Marice Roškar v VGC Andeški Hram. Ob 160. obletnici rojstva skladatelja Huga Wolfa smo si v njegovi rojstni hiši ogledali razstavo o njegovem življenju in delu, ogled je vodila Nataša Škorjanc. Tik pred razglasitvijo epidemije pa smo potovali z Lojzetom Kosom na Šrilanko ter poslušali tropsko pravljico o tej prečudoviti azijski deželi.

V veselem decembru smo člane U3ŽO presenetili z ogledom Dvorca Bukovje v Dravogradu, razstavo osvetljenih steklenih skulptur Matjaža Gostečnika v cerkvi Sv. Vida in na razstavo klekljanih čipk v Dravogradu. Pogovorno glasbeni večer in spoznavajmo znane osebnosti je bil izjemno obiskan v rojstni hiši Huga Wolfa, kjer smo prikazali življenje in glasbeno pot Franca Šegovca in ansambla Štirje Kovači. Za decembrski božično čarobnost pa je poskrbel izlet v praznično osvetljen Celovec, kjer smo si ogledali staro mestno jedro, glavni in stari mestni trg, spomenik Mariji Tereziji,

zmajev vodnjak, spoznali kakšno legendo o mestu ter se na koncu posladkali z zakuhančkom in s štrudlom.

Seveda pa nismo mogli zaključiti naše študijsko leto z načrtovano končno ekskurzijo v mesto Kostanjevica, zato smo se dogovorili, da bomo kompromisno združili zaključek starega študijskega leta 2019/20 z otvoritvijo novega in se posebej potrudili za zanimiv program.

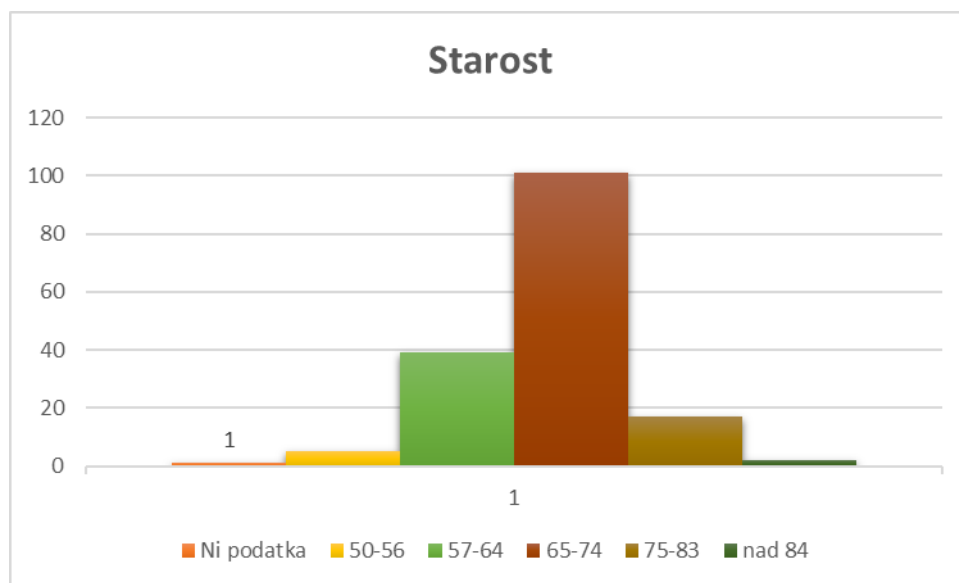
Kovid-19 nam je resnično temeljito spremenil naše vsakdanje življenje, je še vedno med nami, vendar pa se z veseljem spominjamo našega sproščenejšega delovanja, programov, druženja, ki so nas kljub težkemu času osrečevala v tem letu. Upamo, da bomo tudi v prihodnjem študijskem letu najmanj tako uspešno delovali ter zaključili kot smo obljubili na letošnji otvoritvi študijskega leta 2020/21.

Nevenka Gutenbergger, vodja programskega odbora

STATISTIČNI PODATKI

Letos je bilo v U3ŽO vpisanih 165 udeležencev, medtem ko je bilo v lanskem letu skupno 151. Večje zanimanje za programe ostaja s strani nežnejšega spola, in sicer je bilo v U3ŽO vpisanih 146 žensk in 19 moških.

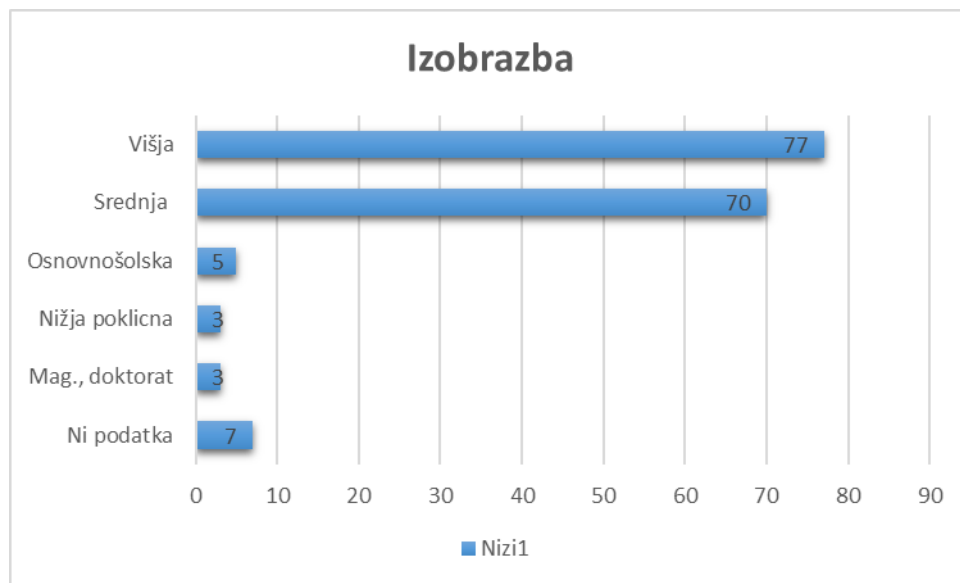
Člani po starosti



Iz grafa lahko vidimo, največ članov starih med 65 in 74 let (61 %), sledijo člani v starosti med 57 in 64 leti, 10 % je članov starih med 75 in 83 let.

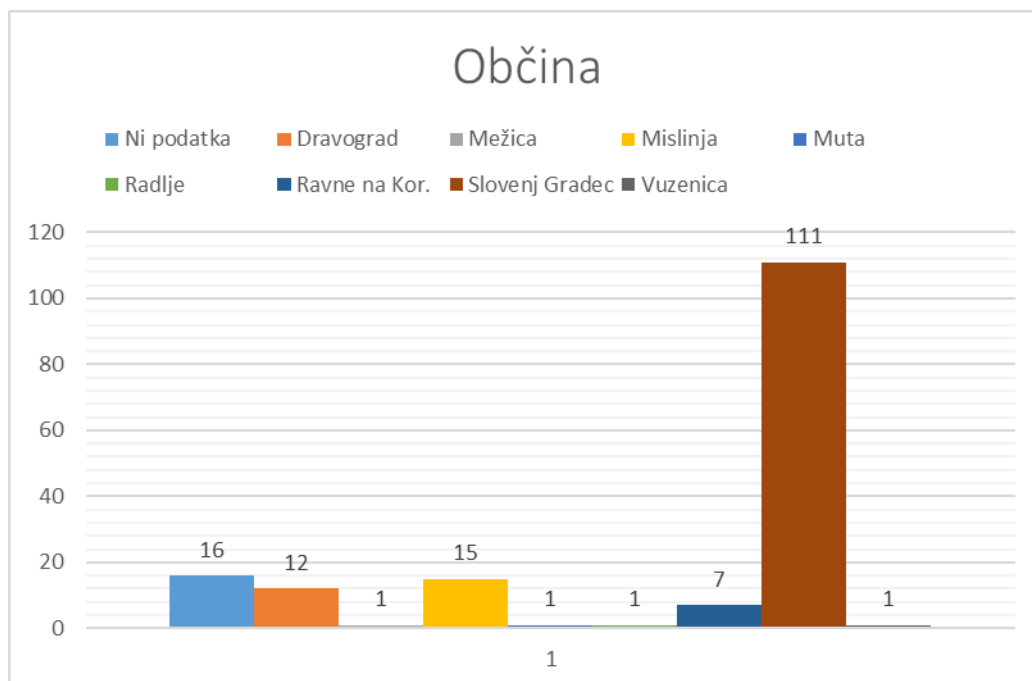
Skupaj so naši člani šteli 11.535 let, povprečna starost je bila **70,3** leta.

Člani po izobrazbi



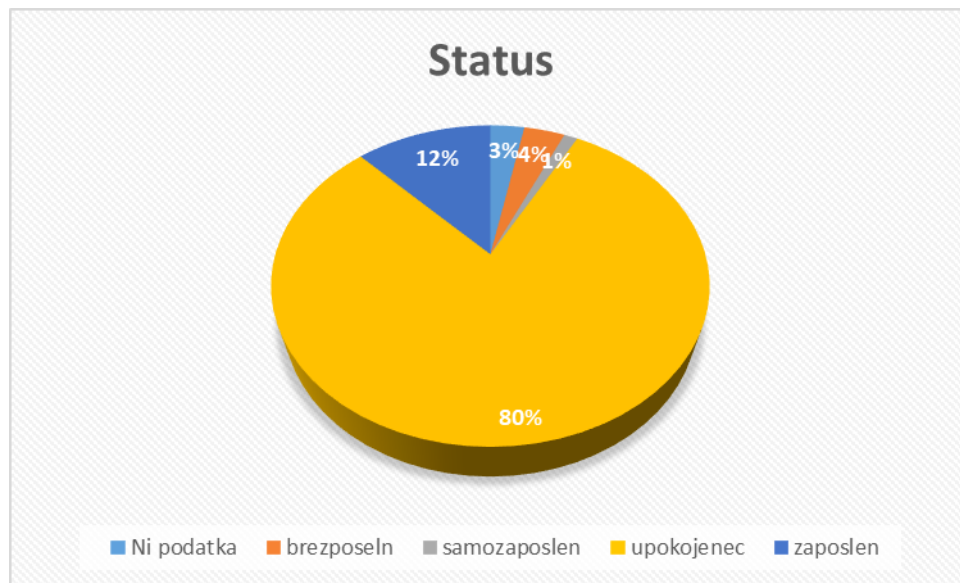
Iz grafa je razvidno, da ima 42 % članov končano srednjo poklicno ali srednjo splošno oz. strokovno izobrazbo, 47 % jih ima zaključeno višjo ali visoko izobrazbo, 1 % univerzitetno izobrazbo, 1 % dokončano osnovno šolo.

Člani po občinah



Graf nazorno prikazuje, da 67,3 % U3ŽO prihaja iz Slovenj Gradca, 9% 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



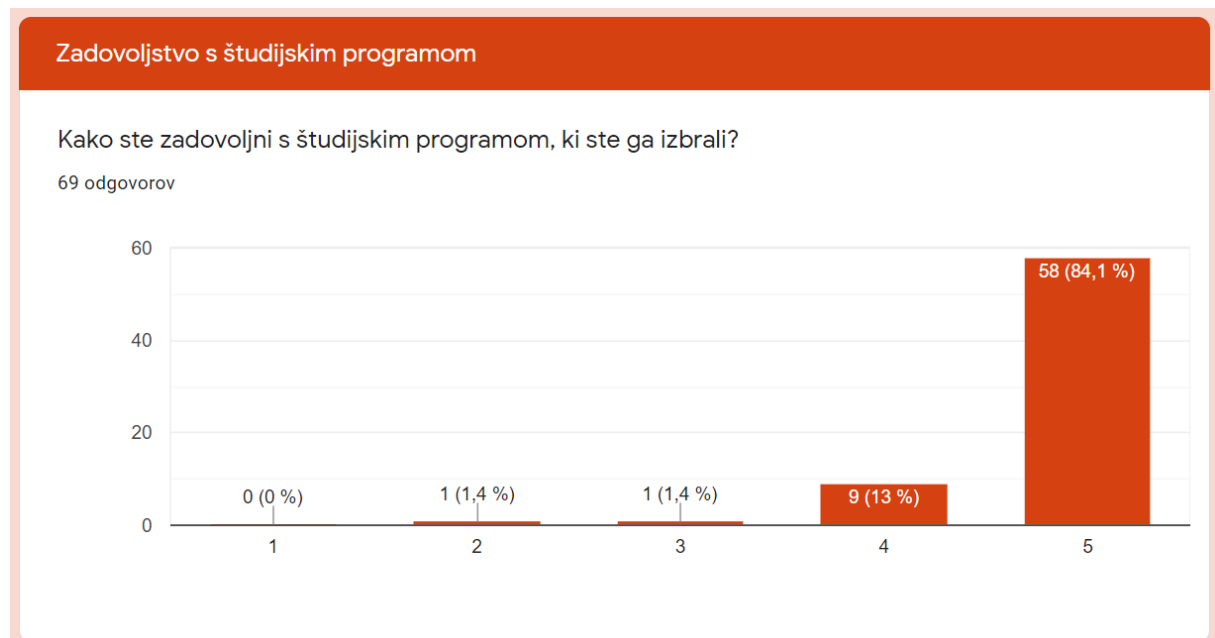
Iz grafa je razvidno, da je 80 % članov upokojenih, 7 % zaposlenih in 4 % nezaposlenih, 1 % samozaposlenih.

ZADOVOLJSTVO ČLANOV S ŠTUDIJSKIMI PROGRAMI

Svoje zadovoljstvo je preko elektronskega obrazca (v živo letos anket nismo delili, razen pri nemščini in v programu R'cnije za preventivo) izrazilo 69 udeležencev, kar je bistveno manj kot lani.

Dva programa nista zaključila z delom, in sicer so z delom prekinili v programu Učenje kitare in klavirja ter Čarobnost fotografije, ki bodo z delom nadaljevali v naslednjem študijskem letu.

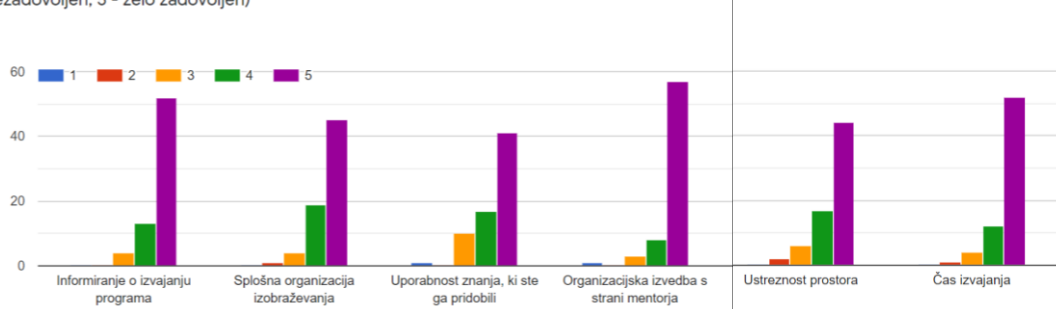
Splošno zadovoljstvo:



58 udeležencev je bilo zelo zadovoljnih, to je 84,1 % in 13 % oz. 9 udeležencev je bilo zadovoljnih. Z oceno 3 so programe ocenili 3 udeleženci, dva udeleženca sta podala oceno 2.

Ocena organizacije izobraževanja

Prosimo ocenite organizacijo izobraževanja: (kliknite v krogec pod oceno; 1 - zelo nezadovoljen, 5 - zelo zadovoljen)



Informiranje o izvajanju programov

52 odgovorov je zajelo oceno 5, za oceno 4 so se odločili v 13 primerih, z oceno 3 so bili 4 odgovori.

Povprečna ocena informiranja o izobraževanjih je **4,1**.

Splošna organizacija izobraževanja

45 odgovorov je zajelo oceno 5, za oceno 4 so se odločili v 19 primerih, z oceno 3 so bili 4 odgovori in en odgovor z oceno 2. Povprečna ocena splošne organizacije je **4,6**.

Uporabnost znanja, ki ste ga pridobili

41 odgovorov je zajelo oceno 5, za oceno 4 so se odločili v 17 primerih, z oceno 3 jih je bilo 10 in en odgovor z 1. Povprečna ocena uporabnosti znanj je **4,4**.

Delo mentorja/predavatelja

57 odgovorov je zajelo oceno 5, za oceno 4 so se odločili v 32 primerih, oceno 3 so podali 3, en odgovor z oceno 1. Povprečna ocena dela predavateljev je **4,7**.

Ustreznost prostora

44 odgovorov je zajelo oceno 5, za oceno 4 so se odločili v 17 primerih, oceno 3 jih je podalo 6 in oceno 2 sta dala 2 anketiranca. Povprečna ocena dela predavateljev je **4,5**.

Čas izvajanja

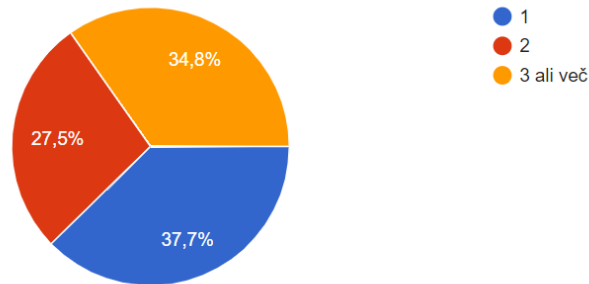
52 odgovorov je zajelo oceno 5, za oceno 4 so se odločili v 48 primerih, oceno 3 so podali v 12 primerih. Dva odgovora pa sta podala oceno 2. Povprečna ocena dela predavateljev je **4,7**.

Število obiskanih študijskih programov

Število programov

Koliko študijskih programov ste obiskovali?

69 odgovorov



Iz grafa je razvidno, da je po en program U3ŽO izbralo 37,7 % vprašanih, po dva progama 27,5 % vprašanih in kar 34,8 % vprašanih je takšnih, ki so izbrali 3 programe ali več.

Glede na razglašeno epidemijo Covida se je dogajanje preselilo v virtualni svet. Člane smo povprašali tudi o tem, kaj si mislijo o delu na daljavo v študijskih programih.

Odgovori so naslednji:

Pomanjkanje druženja;

Pogrešala bi druženje, želela bi možnost vadbe kadarkoli;

Slabost: ni pristnega stika osebnega, potrebna je večja koncentracija, vsi nimajo internetnega dostopa, Prednosti: prihranek časa za druge stvari;

Osebnega stikati z mentorjem in skupino ne more nadomestiti še tako dobro pripravljena videokonferenca, spletna učilnica....Žal, tako pač je;

Dobro -kadar bo res nujno! Slabo - ker ni druženja in prave medčloveške bližine.

V primeru daljše odsotnosti, lahko sodelujemo

Ker je mentorjevo predstavljanje enkratno, bo to težko. Da pa ne bi čisto izostalo, bi nam lahko posredoval kakšne spletne naslove za ogled in opise, pa morda spodbujal sporočanje naših mnenj, občutkov ob ogledu,...Slabost: ni žive besede, ni druženja

Nimam še mnenja

Glede na situacijo sprejemljivo

Premalo obvladam računalništvo, zato mi ni preveč blizu

Prednosti- ni časovne omejenosti slabosti - ni osebnega stika, druženja

Dobro: pozimi v neugodnih vremenskih pogojih, spoznavanje novih veščin izobraževanja Slabo: NI DRUŽENJA

Prednost: uporaba novih tehnologij. Slabosti: pomanjkanje druženja.

Super

Zanima me samo vadba v skupini.

Prednost- prihranek časa; slabosti - ni osebnega stika z mentorjem in možnosti takojšnjih odprav dilem; druženja s tečajniki

Ob delu na daljavo pogrešam osebni stik, druženje

Ker smo člani večinoma starejši in včasih ne dovolj vešči pri tovrstni praksi, za tako obliko dela nisem preveč navdušena.

Slabost: ni kontakta

Smo v času tehnologije, vendar imam raje druženje in osebni stik.

Nekateri starejši bodo verjetno imeli težave. Sama bi predvsem pogrešala druženje, kar vsaj meni veliko pomeni.

Ne vidim prednosti

Slabosti: ni osebnega stika, druženja, Prednosti ne vidim

Prednost je zaradi preprečitve okužbe, slabost je ta, da smo starejši lahko preveč izolirani.

Prednosti so, ampak raje dela, poslušam v živo.

Mislím, da je sedaj v redu!

V izolaciji je to čudovito! Ni osebnega stika!

Mi je všeč. Ni treba od doma.

Varno brezstično druženje

Za mlajše generacije pozitivno; za starejše manj - uporaba računalnika

Bi bilo primerno

*Ta program je lažje izvajati tako, saj se lahko poda obrazložitev in naloga, ki jo lahko nato izvajamo posamično. Nato pa rezultate pošljemo in jih mentor lahko komentira in predstavi. To sem pogrešala med "korono".
Slabost: pomanjkanje druženja.*

Manj bo osebnega stika

Ne predstavljam si joge na daljavo

Slabost je v tem, da ni direktne izmenjave mnenj in komentarja

Za starejše je to težko - smo računalniško nepismeni. Je pa dobro. če pošljete nekaj gradiva in si ga ogledamo.

Da ne rabim iti od doma, predvsem v zimskem času.

Vsekakor koristno, že zaradi pripravljenosti na izredne razmere, sicer pa je druženje povsem nekaj drugega.

Varno

Prednost: uporaba sodobne tehnologije, pomanjkljivost je v pomanjkljivem druženju

Bolj všeč mi je osebni stik, druženje. (poznavanje spletnih....je tudi pomembno)

Ne vidim prednosti, ker se v osnovi programov udeležujem zaradi socialnih stikov in ne izobraževanja.

Da lahko delam od doma

Morda ne bodo imeli vsi možnosti sodelovati

Ne bi sodelovala v takem programu brez osebnega stika. Potem delaš sam zase doma in se ne vpišeš v plačljive programe.

Prednost je v uporabnosti sodobne tehnologije, pomanjkljivost pa socialna izključenost.

Mislím, da za našo generacijo ne bo zanimivo.

Prednost: prilagajanje časa, slabost: ni odnosov, druženja

Prednost v dosegljivosti predavanj

Težje dojemanje snovi - sploh pri učenju inštrumenta

Raje imam osebni stik in druženje

Prednosti ne vidim. Slabosti so, da ni druženja in učenja v živo

Prednosti ne vidim. slabosti: ni stika s predavateljem in sošolci - slušatelji.

Glede na populacijo udeležencev bo morda učenje na daljavo oteženo.

Prednost: uporaba novih tehnologij. Slabosti: pomanjkanje druženja

Za mene je prednost osebni stik.

Tu so zapisana mnenja članov, udeležencev predavanj. Če njihova mnenja povzamemo, lahko ugotovimo, da jim je najbolj pomemben osebni stik in druženje.

AKTIVNOSTI NA U3ŽO 2019/2020

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.	1. 10. 2019	Otvoritev študijskega leta U3ŽO 2019/2020	Gost: dr. Peter Čeferin	110	67 %
2.	22. 10. 2019	Kostanjev piknik		26	16 %
3.	25. 10. 2019	Obisk eko-kmetije Korenika		6	4 %
4.	9. 11. 2019	Sprehod ob mestnem obzidju Slovenj Gradca	Nataša Škorjanc	5	3 %
5.	14. 11. 2019	Gledališka predstava: Boj na zelenjavnem vrtu	Gledališka skupina Večgeneracijskega centra Planet generacij (AZ LU Velenje)	10	6 %
6.	19. 11. 2019	Torkovo predavanje o Norveški	Sabina Zorjan	27	16 %
7.	3. 12. 2019	Predpraznični izlet v Celovec		34	21 %
8.	12. 12. 2019	Glasbeno pogovorni večer: Življenje in glasbena pot Franca Šegovca in Ansambla štirih kovačev	Franc in Hermina Šegovc (Valentin Štante)	27	16 %
9.	17. 12. 2019	U3ŽO preseneča (Dvorec Bukovje, razstava steklenih skulptur Matjaža Gostečnika, razstava klekljanih čipk)		26	16 %
10.	7. 1. 2020	Torkovo predavanje: Mesta v lučkah in jaslice na fotografijah	Marica Rošker	24	15 %

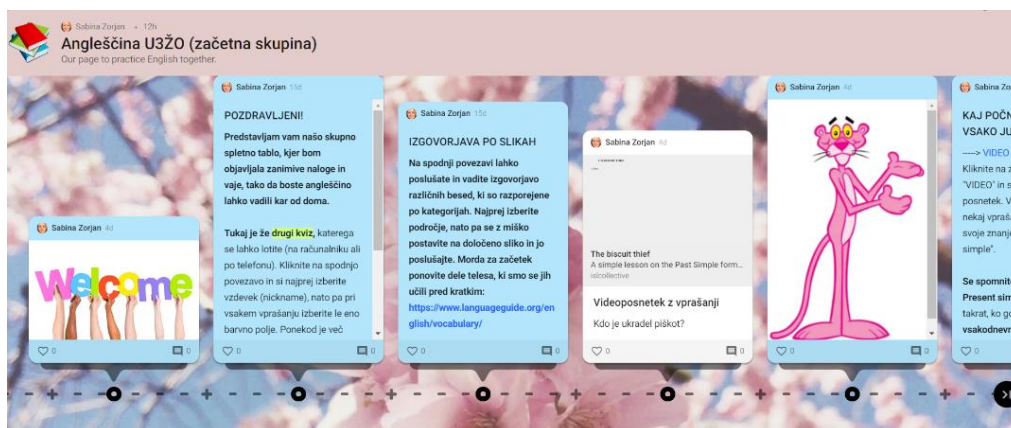
11.	21. 1. 2020	Torkovo predavanje: Oblečena v kente	Nataša Zupanc	14	8 %
12.	4. 2. 2020	Torkovo predavanje: Znamo sestaviti oporoko?	Marja Veit Visenjak	25	15 %
13.	18. 2. 2020	Torkovo predavanje: Čarobna Azija	Aleksandra Marčič	17	10 %
14.	27. 2. 2020	Ohranjanje vitalnosti naše kože	Maksimilijana Hofbauer	9	5 %
15.	3. 3. 2020	Potopisno predavanje: Šrilanka – tropska pravljica za odrasle	Lojze Kos	15	9 %
				Skupaj: 375	15 %

Dogajanje na U3ŽO med epidemijo (1. val)

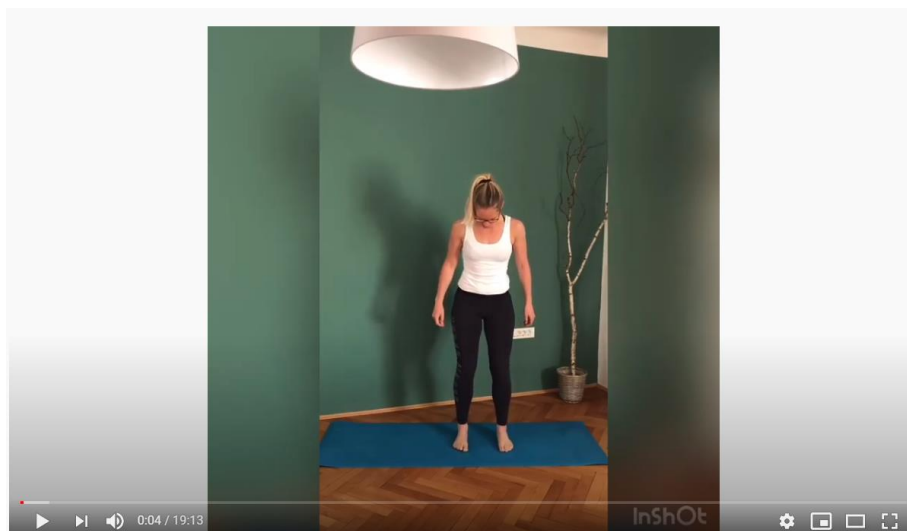
Razglasitev epidemije je tudi na naši Univerzi za tretje življenjsko obdobje prekinila delovanje študijskih programov v klasični obliki.

Mentorjem smo takoj poslali pobudo in spodbudo, da nadaljujejo z izvajanjem v drugi obliki, in sicer na daljavo, kjer je pač to mogoče. Dela so se lotili na različne načine.

Nekateri preko elektronske pošte in telefonskih pogovorov, spet drugi so gradivo pošiljali v obliki kratkih filmov, powerpoint predstavitev ... Odziv udeležencev je bil različen. Sploh manj večji uporabe sodobne tehnologije so pri tem imeli nekaj težav. Če se sprehodimo skozi dogajanje na U3ŽO MOCIS med epidemijo vidimo, da so se mentorji kar dobro znašli v nastali situaciji, npr. v programih Nemščina in Angleščina je mentorica naredila spletne table, posredovala jim je povezavo do le-teh in na tak način so nadaljevali z delom.



Mentorica v programu Pilates je posnela filme vadbe pilatesa in jih objavila na Youtube kanalu in na FB U3ŽO. Članicam programa Pilates smo vsakič posredovali povezavo do posnetkov vadbe po elektronski pošti.



Prav tako so »od doma« vadile članice programa ZumbaGold, za to je poskrbela njihova mentorica, ki jim je posredovala posnetke.

Mentorica v programu Joga v vsakdanjem življenju je poskrbela so vadili jogo preko spletne povezave v živo.

Tudi slikati se da »na daljavo«, kar so dokazale članice študijskega programa Likovno izražanje.

Prav tako je delo na daljavo potekalo v programih Francoščina, Uporaba pametnega telefona, Odkrijmo lepote naše domovine ... Skratka, ponosni smo na naše člane in mentorje, ki so pokazali toliko pripadnosti ter volje za drugačen pristop in način dela.

S člani smo bili tudi mi v stikih preko elektronske pošte, SMS sporočil, predvsem pa se je veliko dogajalo na Facebook strani U3ŽO MOCIS.

Pripravili smo kar nekaj U3ŽO izzivov in tako člane spodbujali k sodelovanju in predvsem h krajšanju časa med epidemijo.

U3ŽO
UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE | MOCIS

izziv

ISKRICE VSEŽIVLJENJSKEGA UČENJA

Kako se spominjate svojega prvega šolskega dne?
Kaj se vam je lepega zgodilo, ko ste gulili šolske klopi?
Katera/kateri je bil vaš najljubši učitelj?
Kaj vam danes pomeni naša U3ŽO MOCIS? ...

Svoja razmišljanja zapišite z roko,
jih fotkajte/skenirajte in prilepite na FB U3ŽO MOCIS
ali mi pošljite na mail:
mira.morihribar@mocis.si

Naj se izziv začne!



U3ŽO
UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE | MOCIS

izziv

Tokrat vas izzivamo,
da z nami delite kakšen dober recept
(pecivo, potica, piškoti ali ideja za kosilo,
večerjo ...).

Natipkajte ali fotografirajte in objavite na
FB U3ŽO oziroma pošljite meni, da ga delim
z drugimi.

Se že veselimo novih idej, kaj skuhati, speči ...



Fototrunki dogajanja v študijskem letu 2019/2020

Otvoritev študijskega leta, 1. 10. 2019



Kostanjev piknik, 22. 10. 2019



Obisk eko-kmetije Korenika, 25. 10. 2019



Sprehod ob mestnem obzidju, 9. 11. 2019



Gledališka predstava: Boj na zelenjavnem vrtu, 14. 11. 2019



Torkovo predavanje o Norveški, 19. 11. 2020



Predpraznični izlet v Celovec, 3. 12. 2020



Glasbeno-pogovorni večer: Franc Šegovc in Štirje kovači, 12. 12. 2020



U3ŽO preseneča (Dravograd), 17. 12. 2019



Mesta v lučkah in jaslice na fotografijah, 7. 1. 2020



Oblečena v kente, 21. 1. 2020



Znamo sestaviti oporoko?, 4. 2 2020



Čarobna Azija, 18. 2. 2020



Ohranjanje vitalnosti naše kože, 27. 2. 2020



Šrilanka – Tropska pravljica za odrasle, 3. 3. 2020



ŠTUDIJSKI PROGRAMI V LETU 2019/2020

Zap. št.	Ime študijskega programa	Št. udeležencev	Mentor
1.	Umetnostna zgodovina	16	Marko Košan
2.	Angleščina - začetna	10	Sabina Zorjan
3.	Angleščina - nadaljevalna	9	Sabina Zorjan
4.	Francoščina	8	Boža Pirnat
5.	Likovno izražanje	10	Nada Medved
6.	Ruščina - ruski čaj	6	Aleksandra Marčič
7.	Računalništvo	16	Anja Friškovec
8.	Odkrijmo lepote naše domovine	9	Mira Časar
9.	Pilates	16	Petja Balažič
10.	Zumba Gold	10	Sonia Krauser
11.	Čarobnost fotografije	11	Matjaž Merčnik
12.	R'cnije za preventivo	9	Magdalena Bruder
13.	Nemščina	8	Sabina Zorjan
14.	Joga v vsakdanjem življenju	9	Aja Rotovnik
15.	Učenje kitare in klavirja	8	Rina Repnik
SKUPAJ:		155	

POROČILA ŠTUDIJSKIH PROGRAMOV

PAMETNI TELEFON

V program je bilo vključenih kar 16 udeležencev. Srečanja so potekala enkrat tedensko ob petkih od 9.00 do 10.30. Prostor smo prilagodili številu udeležencev, in sicer smo se iz računalniške učilnice na MOCIS-u preselili v konferenčno dvorano v MPiK. 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.

Animatorica je vestno vodila listo prisotnosti.



Anja Friškovec, mentorica

R'CNIIJE ZA PREVENTIVO

Skupaj z udeleženci smo oblikovali program in ga sproti dopolnjevali glede na potrebe in želje. Programa se je udeležilo 9 udeležencev, potekal je v jesenskih mesecih (v učilnici in v kuhinji v VGC Andeški hram) ter 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 (praktični prikaz v VGC Andeški hram)
- Naravna pomoč pri krčnih žilah, astmi, alergijah, revmi, artritisu ...



Magdalena Bruder, mentorica

FRANCOŠČINA

V učno skupino francoščine je bilo v tem šolskem letu vključenih 8 slušateljev. Dobivali smo se ob sredah popoldne ob 16.30, v Domu starostnikov, kjer je lahko sodelovala tudi naša dolgoletna slušateljica, ki je na invalidnem vozičku. Delo pa je trajalo do 18h 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, zaradi nevarnosti okužbe s corona virusom smo delo v domu prenehali že v začetku marca (4. 3.2020), nato pa nadaljevali delo s poukom na daljavo in tako zaključili študijsko leto konec marca. Računali smo, da se vsaj še enkrat dobimo v živo, da pregledamo opravljeno delo, vendar nam zaradi izrednih

okoliščin to ni uspelo. Zaključili smo z našim skupnim druženjem šele 17. junija na vrtu Hiše Ančka, v skladu s priporočili NIJZ.

Učenje na daljavo je bilo v danih pogojih edino sprejemljivo, pri nekaterih slušateljih pa manj odzivno, ker večini slušateljev bolj ustrezajo osebni stiki in pogovori v tujem jeziku, kjer je možna tudi sprotna korekcija. Nekateri so pa imeli težave tudi z računalniško opremljenostjo.

Dobivali smo se torej v knjižnici Doma starostnikov, katera je komaj ustrezala našemu letošnjemu številu osmih slušateljev. Sicer so za nas tam dobro poskrbeli, vedno so nam pripravili ustrezne pripomočke (računalnik z možnostjo prenosa na tablo in povezavo na internet). Popoldanski čas nam je tudi ustrezal zaradi zasedenosti knjižnice in drugih aktivnosti pred njo v dopoldanskem času.

Tudi v tem študijskem letu smo nadaljevali z učbenikom Vite et Bien. 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 tudi 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 10 udeležencev. Dobivali smo se ob ponedeljkih dopoldan (od 08.15. do 09.45), 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. Mentorica je udeležencem pripravila svoja gradiva in jih prilagajala sprti, 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 vedno bolj očitna in je zahtevala nekaj prilagajanja. Delo je bilo zato potrebno stalno diferencirati in s tem prilagajati učnemu predznanju in potrebam slušateljev. To smo pri komunikacijskih vsebinah in dodatnih nalogah tudi uspešno izvedli.

Največ časa smo posvetili konverzaciji in ponavljanju, 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 udeleženci so bili za učenje angleščine zavzeti in so lepo 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.

Ob izbruhu pandemije smo učenje nadaljevali na daljavo. V ta namen je predavateljica pripravila skupno spletno tablo (Padlet), kjer je sprti pripravljala in objavljala učne vsebine (kvize, interaktivne vaje, naloge, izzive ipd.) Spletna tabla je dostopna na povezavi: https://padlet.com/sabina_zorjan/myn4qsmlbzcx.

Aktivno sta sodelovali dve udeleženci, nekaj pa jih je sodelovalo pasivno (brez komentiranja in dodajanja svojih vsebin – to sem preverila osebno po telefonu). Nekatero udeleženko so se udeležile tudi spletne klepetalnice, ki jo je predavateljica organizirala v sklopu VGC Andeški hram. Program je v tem času potekal razpršeno in dlje časa, predavateljica pa je bila udeležencem na voljo na daljavo.



Sabina Zorjan, mentorica

ANGLEŠČINA - nadaljevalna

V napredno skupino angleškega jezika je bilo v tem šolskem letu vključenih 9 udeleženk. Dobivali smo se ob ponedeljkih dopoldan (od 09.45 do 11.15), za dve pedagoški uri. Dobivali smo se v rdeči učilnici na MOCIS-u. Mentorica je udeležencem 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 vedno bolj očitna in je zahtevala nekaj prilagajanja. Delo je bilo zato potrebno stalno diferencirati in s tem prilagajati učnemu predznanju in potrebam slušateljev. To smo pri komunikacijskih vsebinah in dodatnih nalogah tudi uspešno izvedli.

Največ časa smo posvetili konverzaciji, kar je bilo tudi dobro sprejeto. Udeleženke so izrazile tudi željo, da bi še posebej vadili mešane čase in njihovo rabo. 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. To leto smo izvedli tudi projekt, pri katerem je vsaka izmed udeleženk prebrala in ustno predstavila en krajši roman v angleškem jeziku.

Vse udeleženke so bile za učenje angleščine zavzete in so lepo napredovale. K uram so prihajale 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.

Ob izbruhu pandemije smo učenje nadaljevali na daljavo. V ta namen je predavateljica pripravila skupno spletno tablo (Padlet), kjer je sproti pripravljala in objavljala učne vsebine (kvize, interaktivne vaje, naloge, izzive ipd.) Spletna tabla je dostopna na povezavi: https://padlet.com/sabina_zorjan/9t54c6ki375l.

Sodelovale so le 4 udeleženke, nekatere so se udeležile tudi spletne klepetalnice, ki jo je predavateljica organizirala v sklopu VGC Andeški hram. Nekatero nalogo so udeleženke pošiljale tudi po spletni pošti. Program je v tem času potekal razpršeno in dlje časa, predavateljica pa je bila udeleženkam na voljo na daljavo.



Sabina Zorjan, mentorica

NEMŠČINA

V začetno skupino nemškega jezika je bilo v tem šolskem letu vključenih 8 udeležencev. 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. Mentorica je udeležencem 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 vedno bolj očitna in je zahtevala nekaj prilagajanja. Večina udeležencev je ostala že iz prejšnjega leta, je pa bilo nekaj novih udeležencev, tako da nismo mogli nadaljevati s snovjo lanskega leta. Delo je bilo zato potrebno stalno diferencirati in s tem prilagajati učnemu predznanju in potrebam slušateljev. To smo pri komunikacijskih vsebinah in dodatnih nalogah tudi uspešno izvedli.

Največ časa smo posvetili konverzaciji in ponavljanju, 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 udeleženci so bili za učenje nemščine zavzeti in so lepo 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.

Ob izbruhu pandemije smo učenje nadaljevali na daljavo. V ta namen je predavateljica pripravila skupno spletno tablo (Padlet), kjer je sproti pripravljala in objavljala učne vsebine (kvize, interaktivne vaje, naloge, izzive ipd.) Spletna tabla je dostopna na povezavi: https://padlet.com/sabina_zorjan/rv6elh1f0nd9.

Aktivno je sodeloval le en udeleženec, vsi so bili pa tudi vabljeni k spletni klepetalnici, ki jo je predavateljica organizirala v sklopu VGC Andeški hram. Nekatere naloge so udeleženci pošiljali tudi po spletni pošti, vendar je bil odziv slabši. Program je v tem času potekal razpršeno in dlje časa, predavateljica pa je bila udeleženkam na voljo na daljavo.

Sabina Zorjan, mentorica

ODKRIJMO LEPOTE NAŠE DOMOVINE

Letošnji plan smo v celoti realizirali do februarja 2020. ogledali smo si kraje: Mislinja, Ptuj, in Libeliče. Za zaključek leta smo si ogledale razstavo klekljanih čipk dravograjskih klekljaric in steklenih mojstrov in g. Gostečnika v cerkvi sv. Vida v Dravogradu. Januarja nam je Anja iz KPM predstavila prehrano v starem Rimu in spekli smo sladki in slani kruh po njihovem receptu. Februarja smo spoznale modo v rimski dobi in si izdelali fibule.

Načrte za pomlad nam je prekrižala korona, zato sem jim poslala power point predstavitev Koroške. Zopet smo se dobile junija in se sprehodile iz Dravograda do gradu nad Dravogradom. Septembra pa smo šle po poti zaključka 2. sv. vojne in zadnjih bojev na Koroškem.



Mira Časar, mentorica

LIKOVNO IZRAŽANJE

V skupini je bilo 10 udeležencev.

Srečanja so bila v Koroški galeriji likovnih umetnosti – v učilnici galerije, ob četrtnih 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.

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

Do 12. marca smo realizirali 35 ur, zaradi karantene ni bilo mogoče nadaljevati dela v galeriji. Konec marca sem udeležencem dala nalogo spreminjanja barvne palete v črno belo iz barvne fotografije, ki so jo realizirali doma.



Nada Medved, mentorica

ČAROBNOST FOTOGRAFIJE

V programu Čarobnost fotografije so se v tem študijskem letu lotili nočne fotografije. Na teren (ponoči= so odšli štirikrat, v učilnici so se dobili enkrat. Potem so z delom prekinili in se odločili, da nadaljujejo v mesecu septembru. Člani se potem z nadaljevanjem niso strinjali in so dejavnost prestavili na pomlad 2021. Torej program še ni zaključen.

Animatorica skupine me je obvestila, da z mentorjem vseeno še naprej sodelujejo in delajo na daljavo – pošiljajo mu slike, ki jih mentor oceni in poda mnenje. Čaka jih še 5 srečanj v živo in načrtujejo tudi razstavo.



Mira Mori Hribar, Olga Kac Oder, animatorica

ZUMBA®GOLD

Aktivnih članov 10, samo ženske.

Srečanja so potekala ob torkih in trajala 60 minut.

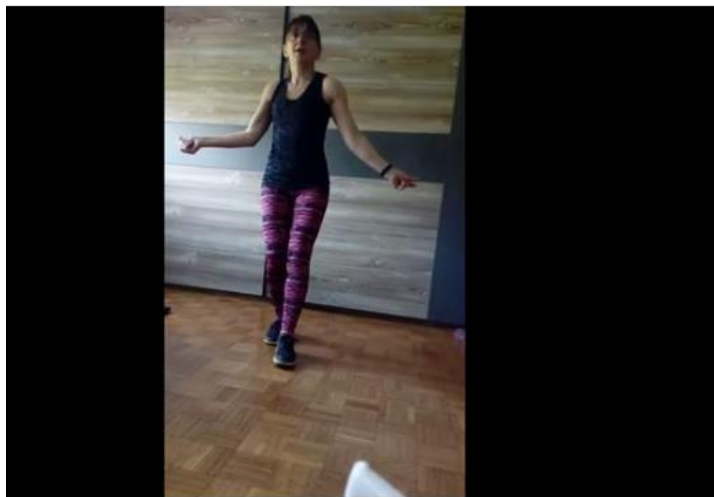
OPRAVLJENE AKTIVNOSTI:

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. Vadba je med epidemijo potekala tudi na daljavo.



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 9 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

PILATES

V program Pilates je bilo vključenih 16 udeleženk. Največ pozornosti smo na začetku posvečali učenju principov skozi gibalne vaje, tehniki dihanja, aktivaciji dihanja v prsni koš.

Dosti vaj smo naredili za ravnotežje in aktivacijo globokih stabilizatorjev trupa. Poudarek pilatesa je na krepitvi celega telesa, vaje smo izvajale dinamično in pri tem pospešile utrip srca, hkrati s tem pa spodbudile metabolizem

Članice študijskega programa so bile na d pilatesom zelo navdušene in načrtujejo udeležbo tudi v prihodnje.



Petja Balažič, mentorica

UMETNOSTNA ZGODOVINA

Program Umetnostna zgodovina se je v tem študijskem letu izvajal že tretje leto zapored. V skupini je sodelovalo 16 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.

Obpravnavane so bile naslednje teme:

- Moderna umetnost 20. stoletja
- Abstraktni ekspresionizem
- Slovenski slikar in grafik Bogdan Borčič, umetnik Zoran Mušič
- Grafika
- Pop art
- Noart
- Eksistencializem
- Ogled razstav (Slovenj Gradec)



Marko Košan, mentor

RUŠČINA – RUSKI ČAJ

Program ruščine je tekel od oktobra 2019 do marca 2020, 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 spletli 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

UČENJE KITARE IN KLAVIRJA


V skupini programa Učenje kitare in klavirja je bilo 8 članov (4 ženske in 4 moški). Srečanja so najprej potekala v učilnici MOCIS-a na Fakulteti za tehnologijo polimerov, nato pa smo se srečevali v Večgeneracijskem centru Andeški hram, občasno pa tudi v kateri od učilnic na MOCIS-u. V prvem delu programa so srečanja trajala eno uro vsak teden, nato pa smo se videli vsake 14 dni po dve šolski uri skupaj. Namen programa je bil naučiti se osnove igranja kitare in klavirja ali pa osvežiti svoje znanje igranja. Skozi srečanja smo spoznavali note in teoretično znanje povezovali s praktičnim. Učili smo se prijeme akordov, preproste spremljave, ob tem pa tudi zapeli

kakšno skladbo. Skladbe, ki smo jih izvajali so: Tri planike, Sveta noč, Dan ljubezni, Zakrivljeno palico v roki, Kje so tiste stezice, božične pesmi ... Mislím, da je bila klima v skupini zelo pozitivno in sproščeno naravnana, saj je vse člane povezovala ljubezen do glasbe. V času srečanj smo se med seboj dobro povezali in se, kljub občasnemu zatikanju med učenjem, velikokrat iz srca nasmejali. Za dobro plat programa bi izpostavila medsebojno sodelovanje in pomoč med člani, saj so nekateri imeli že kar nekaj predznanja. Slaba stran pa je bila sočasno učenje kitare in klavirja, ki sta dva zelo različna inštrumenta. To je onemogočalo hitrejše napredovanje nekaterih članov, kot mentorica pa bi se želela bolj individualno posvetiti vsakemu posamezniku. Vsekakor pa je bil cilj programa dosežen, če so se člani ob učenju in muziciranju zabavali in sklenili kakšno novo prijateljstvo.

Program ni bil izveden do konca.



Rina Repnik, mentorica

The background features a collage of autumn leaves in various colors including green, yellow, orange, and red. A large, light-colored leaf print is centered on the page, serving as a backdrop for the text.

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