



U3ŽO

UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE | MOCIS

**POROČILO O DELU
UNIVERZE ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE MOCIS
V LETU 2020/2021**



Izdajatelj:

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

Pri pripravi poročila UŽ3O so sodelovali:

Sonja Lakovšek

Nevenka Gutenberger

Mira Mori Hribar

Sabina Zorjan

Zdenka Turičnik

Boža Vitežnik Raj

Lektoriranje:

Mira Mori Hribar

Slovenj Gradec, junij 2021

Nagovor direktorice MOCIS-a

Zelo rada imam knjige. Vse vrste knjig. Rada pa tudi brskam po policah, kjer so drobne knjižice s kratkimi zgodbami in mislimi. Tako sem samo sebe pred časom nagradila s 365 MODROSTMI – Modro mislijo za vsak dan. Zjutraj preberem, kakšno je sporočilo tistega dne. Za današnji dan, ko sem se lotila pisanja tega nagovora, je zapisana misel: »Če si na dobrem glasu, če imaš večkrat prav kot ne, če te ljudje spoštujejo..., če imaš prijatelje, na katere se lahko zaneseš..., potem si uspel.« (Ann Landers)

Ja, mislim, da smo res uspeli- ne jaz, vsi mi skupaj – zaposleni na MOCIS-u, člani programskega odbora, mentorji, predavatelji, animatorji in naši člani. Na številnih področjih in na povsem nove načine komuniciranja in učenja smo si prizadevali deliti znanje, pomagati ohranjati optimizem, zaupanje in vero, da je med nami še vedno močno prisotna skrb drug za drugega. Korona je posegla v naša življenja, spremenila naš vsakdan, posegla v našo svobodo, posejala obup, dvom v druge, poštenost, dobronamernost... Silila je v zapiranje med štiri stene in številne, že tako ranljive in šibke, še bolj oslabila. Tudi med člani naše univerze je najbrž veliko takih.

A kljub temu smo na MOCIS-u ohranjali optimizem, ponujali »vsaj nekaj«, kar bi člane razvedrilo, zaposlilo, preusmerilo v upanje, da bo tudi teh časov konec. Iz poročila vidimo, česa vse smo se spomnili in pripravljali. Seveda računalnik ne more nadomestiti človeka in nasmeh pred zaslonom ne more nadomestiti objema. Spomni pa te, da je »tam nekje« nekdo, ki se je spomnil nate, te povabil, ki je vesel, da te sliši in vidi vsaj tvoj obraz, četudi ga ne more pobožati. In že ta občutek je »dober«.

Drugačna, posebna enoletna zgodba v delovanju U3ŽO, a tudi take ostanejo v lepem spominu, če so dosegle svoj namen – polepšati dan, pomagati članom in širiti srčnost.

Sonja Lakovšek

Člani in delo programskega odbora U3ŽO

Programski odbor sestavlja 14 članov:

Mira Časar

Branko Čepin

Jožica Fras

Nevenka Gutenbergger (vodja programskega odbora)

Marija Jus

Niko R. Kolar

Marjan Kos

Anica Maček

Ivanka Mori

Boža Pirnat (namestnica vodje programskega odbora)

Silva Roncelli Vaupot

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.



Programski odbor U3ŽO se je v preteklem študijskem letu sestal na petih sejah. Prva seja je bila v zaključku preteklega leta, in sicer 23. junija 2020, kjer smo naredili načrt za naslednje leto; ki smo ga dokončno oblikovali v avgustu (25. 8.) na drugi seji. Nato so se naša srečanja prestavila na splet. Torej srečali smo se 16. novembra, 15. decembra v letu 2020 in nato še v letu 2021, 12. marca. Zaključna seja bo 11. junija 2021.

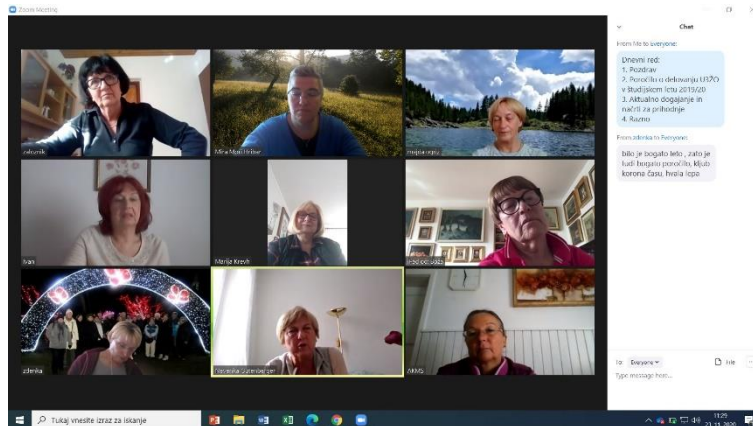


Delo animatorjev

V preteklem letu smo se preko spleta srečali tudi z animatorji v študijskih programih, in sicer 23. novembra 2020. Sestanka se je udeležilo 7 animatorjev.

Skupaj smo iskali najboljše rešitve za izvedbo vsaj kakšnega programa preko spleta.

Animatorje pa smo seveda spodbudili, da ostajajo v stikih s člani posameznih skupin.



Poročilo vodje programskega odbora U3ŽO

Minilo je še eno leto, ko je U3ŽO delovala v omejenih razmerah, saj je covid-19 udaril še z večjo močjo kot v preteklem letu. Kljub upanju, da bi lahko študijski programi potekali v živo, v učilnicah, se želja, žal, ni uresničila. Z veliko napora smo vpeljali izvajanje programov, delavnic in prireditev na daljavo preko povezave ZOOM in po pregledu realizacije lahko z zadovoljstvom povemo, da smo uspešno izvedli kar veliko načrtovanega programa. Seveda pa ne smemo pozabiti, da smo zelo pogrešali naša prijateljstva, druženja, ki so zelo pomemben del našega sodelovanja.

Študijsko leto smo odlično pričeli z otvoritveno prireditvijo v živo in z gostoma Zvonetom in Romano Šeruga, znanima svetovnima popotnikoma. Izjemen intervju nas je popeljal po njunih čudovitih potovanjih, ki sta jih doživela v preteklih letih, ko je bila svoboda potovanj s tako lahkoto še uresničljiva.

V skladu z načrtovanim programom U3ŽO in prilagajanjem korona razmeram smo vendarle uspeli realizirati šest programov, ki so potekali večinoma tedensko preko povezave ZOOM, in sicer: Astrologija, Joga, Pilates, Računalnik in pametni telefon, Francoščina v spomladanskem času ter Petje v zboru na daljavo, kjer so se povezovali ljubitelji prostega petja.

Planirane torkove delavnice so se prav tako redno odvijale virtualno na daljavo, z zanimivi temami in lepo obiskane. Uspešno smo izvedli izobraževanje Varne vožnje za starejše, delavnico Strategije reševanja konfliktov, potopisno predavanje Potovanje v Namibijo ter zanimivo predstavitev življenja v Montrealu s Korošico Tanjo Senica. Z recitacijsko sekcijo KD Črneče smo prešerno počastili slovenski kulturni praznik na virtualnem srečanju in prebrali Prešernovo poezijo. Prav tako smo letos pustovali v maskah na daljavo, kjer nam je gospod Jurgenc odlično predstavil etnografske in karnevalske običaje kurentov na Slovenskem.

Ker se člani U3ŽO letos nismo mogli fizično družiti, smo dvakrat organizirali tudi virtualno srečanje članov, pomoč pri učenju in druženju na daljavo ter motivirali člane za sodelovanje preko FB z Izzivi, kot na primer Napišite pismo, Pozitivne

besede – napolnite kozarec z njimi, Dan knjige – katero knjigo danes bereš in še druge vsebine. Na FB so se tudi objavljali filmčki naših članov z različnimi temami z obujanjem spominov na ekskurzije, srečanja ter filmi članov študijskega programa Čarobnost fotografije.

In še bi lahko naštevala aktivnosti, ki so se izvajale virtualno v izjemno težkih razmerah.

Vsekakor pa smo dokazali, da se znajo člani U3ŽO, mentorji, animatorji, člani programskega odbora in delavci MOCIS-a Slovenj Gradec odlično prilagoditi spremenjenim razmeram, izpeljati programe ter različne vsebine v največje zadovoljstvo vseh nas.

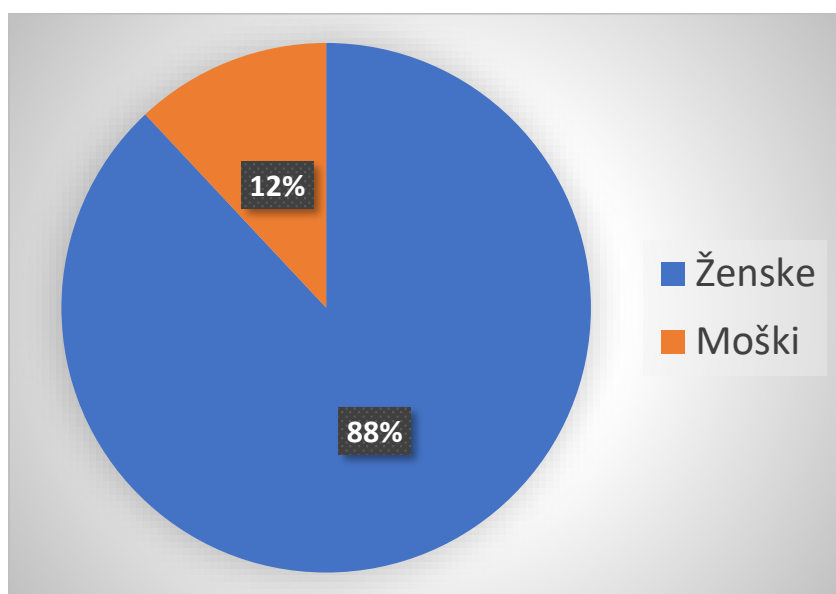
Hvala vsem za odlično sodelovanje in za željo, da uspešno peljemo našo zgodbo še naprej. Upamo da v jeseni v živo, s še večjim zagonom in z veliko željo po pridobivanju novega znanja, osebne rasti in poglobljanju prijateljstva.

Nevenka Gutenbergger, vodja programskega odbora

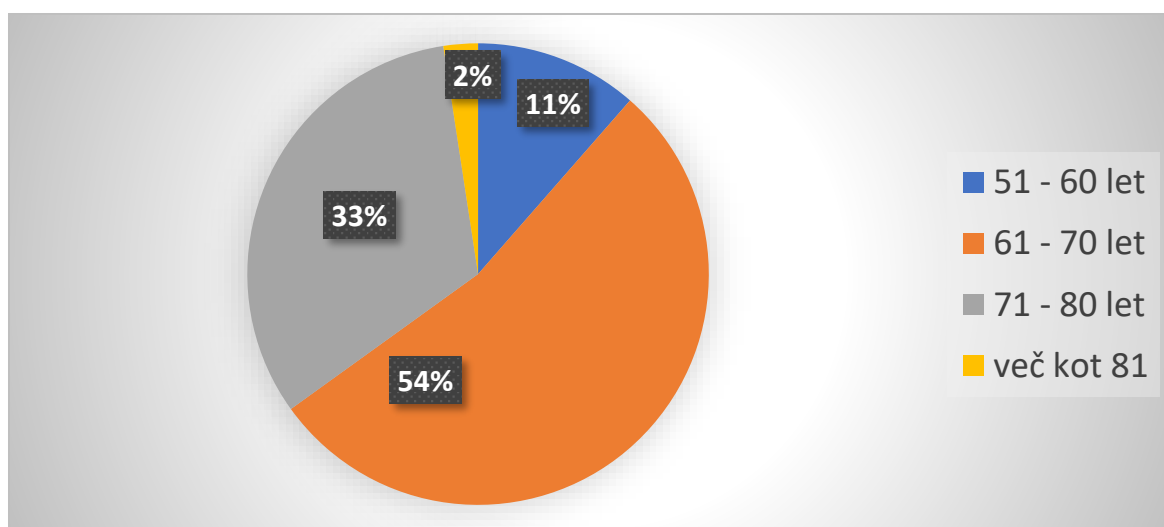
Statistični podatki

Letos je bilo v U3ŽO vpisanih 167 udeležencev, medtem ko je bilo v lanskem letu skupno 165. Večje zanimanje za članstvo je še vedno s strani nežnejšega spola, in sicer je bilo v U3ŽO vpisanih 147 žensk in 20 moških (graf 1). Članarino za študijsko leto 2020/2021 je poravnalo 94 članov.

Člani po spolu (graf 1)

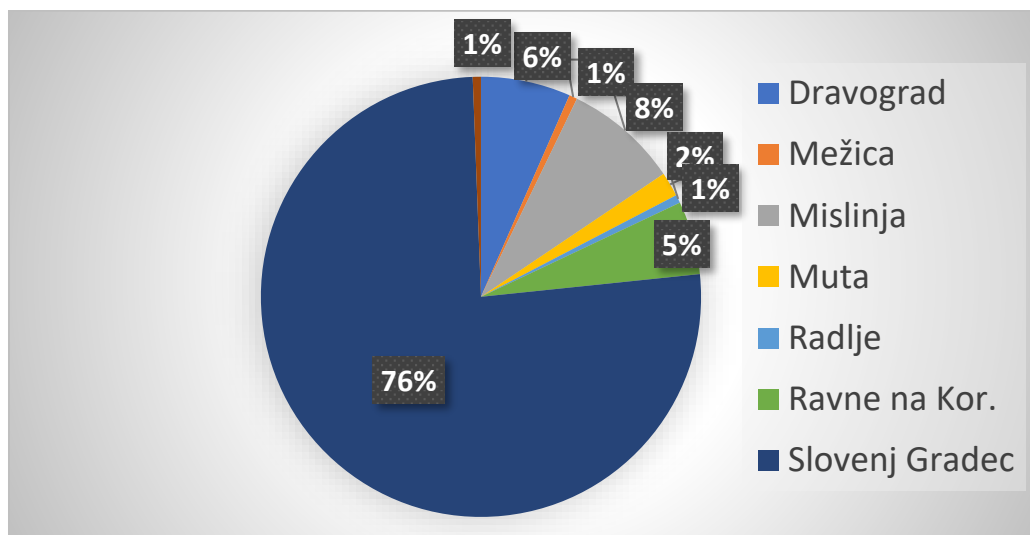


Člani po starosti (graf 2)



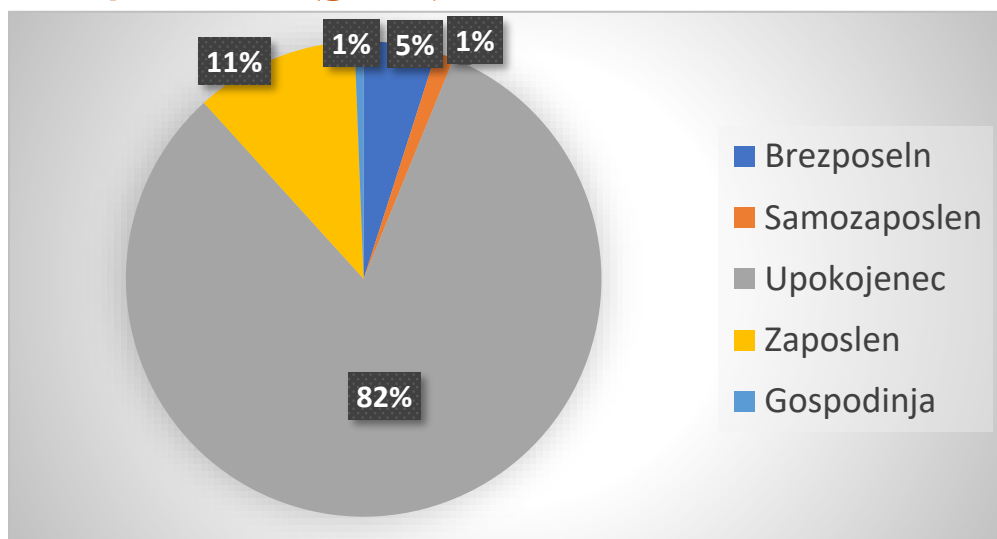
Iz grafa 2 je razvidno, da je v preteklem študijskem letu bilo v U3ŽO vpisanih 54 % članov, ki so stari med 61 in 70 let, 33 % članov je starih med 71 in 80 let. Odstotek članov starih med 51 in 60 let je 11 %; 4 % so starejši od 81 let.

Člani po občinah (graf 3)



Kot prikazuje graf 3 prihaja največ članov iz občine Slovenj Gradec (76 %), sledita občina Mislinja (8 %) in Dravograd (6 %).

Člani po statusu (graf 4)



Graf 4 prikazuje člane po statusu – naši člani so v 82 % upokojenci, 11 % jih je zaposlenih, 5 % brezposelni in 1 % članov je samozaposlenih oziroma gospodinja.

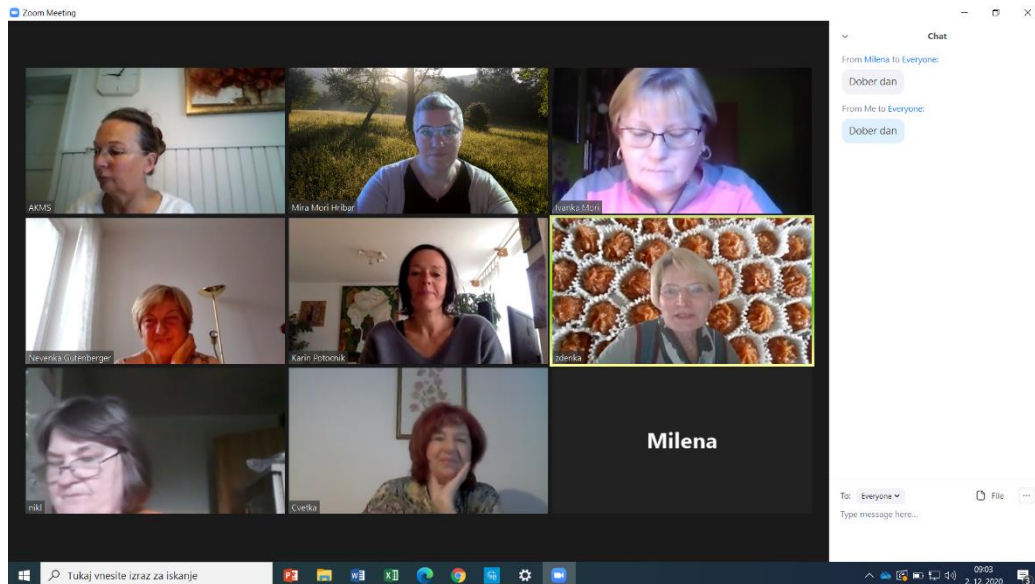
Realizirani študijski programi in sodelovanja

Astrologija

V 20-urnem programu, ki je potekal na daljavo preko ZOOM-a, smo slušatelji spoznavali uvodoma osnovno znanje o astrologiji ter pridobivali znanje o zodiaku, ducat znamenjih in njihovih vladarjih. Izračunali smo si tudi svojo astrološko karto ter na lastnih kartah spoznavali svoje potencialne osebnosti. Programa astrologija se je udeležilo 7 slušateljev, ki smo se preko povezave ZOOM srečevali enkrat tedensko po 2 uri. Naše druženje je bilo tudi lepo predstavljeno na RTV Slovenija v okviru predstavitve delovanja MOCIS-a Slovenj Gradec v omejenih razmerah covid-19.

Ob zaključku programa smo se člani srečali tudi v živo ob upoštevanju vseh varnostnih priporočil, kjer nas je slušatelj Dušan presenetil še z lepimi ročno izdelanimi darili.

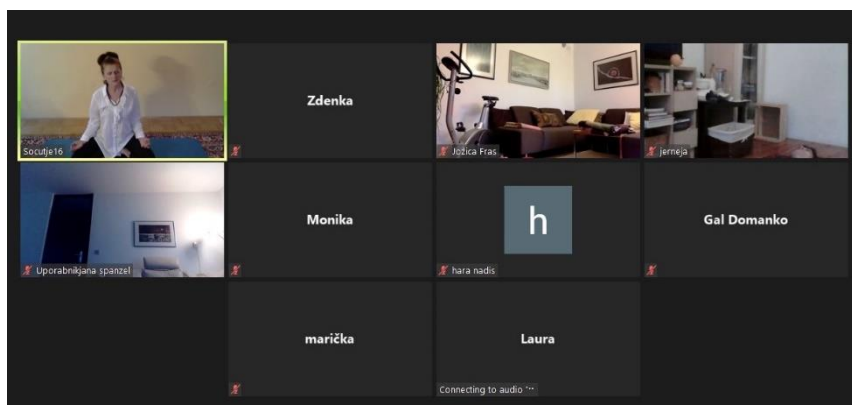
Nevenka Gutenberg



Joga v vsakdanjem življenju

Za nami je zelo nepredvidljivo preteklo šolsko leto, pa vendar, mnogi smo želeli ta čas izkoristiti najbolje v svoje dobro. Možnosti je bilo kar nekaj tako na naši U3ŽO MOCIS kot tudi vzporedno na spletu. V življenju je izredno pomembno, da si fit v telesu in duši. Takšne gibalne vaje nam nudi program "Joga v vsakdanjem življenju" z odlično mentorico Ajo Rotovnik. Preko Zoom-a smo se srečevali 2x tedensko, sproščeno po meri posameznika z vso udobnostjo na domači joga blazini. Ko postajamo starejši je vedno bolj pomembna vsestranska gibčnost z druženjem pa četudi na daljavo. Za spremembe nikoli ni prepozno.

Zdenka Turičnik



Franskoščina

Po nekajmesečni abstinenci druženja in učenja francoščine, (naše zadnje učenje v živo smo zaključili v mesecu marcu 2020, zaključno druženje v živo pa opravili v mesecu juniju 2020) je kolegica Irena Jež predlagala, da bi bilo zabavno, če bi se vsaj pol ure tedensko družili preko ZOOM-a. Tej ideji smo se z veseljem pridružili in tako v mesecu januarju 2021 pričeli z rednimi tedenskimi srečanji. Najprej nam je ZOOM služil pol ure tedensko, kar pa nam seveda ni bilo dovolj, in smo kar hitro prešli na srečanja, ki so trajala uro in pol ali tudi več. Ob zaključku srečevanj preko ZOOM-a, ki smo jih zaključili konec meseca maja 2021, smo pridelali kar 22 ur naših srečanj.

Seveda smo izkoristili tudi rahljanje ukrepov in, kot se spodobi, organizirali tudi zaključno »zabavo«, brez srečelova in glasbe, v začetku meseca junija.

Učenja na daljavo se nas je udeleževalo 7 članov skupine, en član pa se zaradi tehničnih težav ni uspel priključiti delu skupine.

Dela na daljavo je bila zelo vesela kolegica Maja, stanovalka doma starostnikov, ki je bil več čas epidemije, pod posebno strogimi ukrepi, delo na daljavo pa ji je omogočilo učenje in druženje za nami.

Ves čas našega dela in učenja na daljavo nas je vodila mentorica Boža Pirnat, za kar se ji iskreno zahvaljujemo.

Boža Vitežnik Raj, animatorka



Sodelovanje U3ŽO in VGC Andeški hram

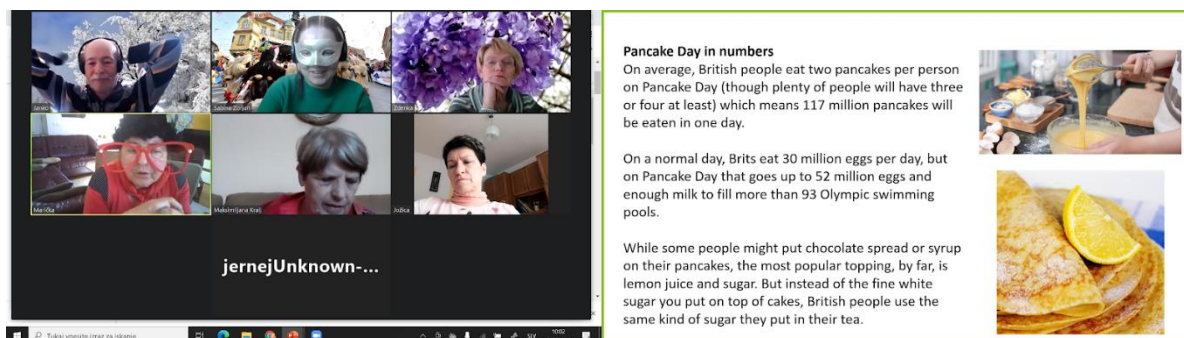
V Večgeneracijskem centru Andeški hram vsak teden ob torkih in četrtek potekajo jezikovne klepetalnice v angleškem in nemškem jeziku. Klepetalnic se med drugim udeležujejo tudi člani U3ŽO Slovenj Gradec, ki, tako kot VGC Andeški hram, deluje pod okriljem MOCIS-a. Jezikovne klepetalnice so sproščene narave, kjer so dobrodošli vsi, ki želijo poslušati ali aktivno sodelovati v pogovoru. Predznanje ni tako pomembno kot veselje do jezika in učenja.



Tematike klepetalnic so vsak teden drugačne, večinoma pa vsebujejo aktualne dogodke, praznike, zanimivosti iz posameznih kulturnih okolij ter druga tematska področja po želji udeležencev. Gostimo tudi naravne govorce iz nemško in angleško govorečih držav. V času epidemije so klepetalnice potekale tudi na daljavo, preko aplikacije ZOOM. Sedaj se že srečujemo v živo, hkrati pa je možna tudi udeležba na daljavo. Poleg različnih zanimivih tem pri klepetalnicah uporabljamo še aktualno slikovno in video gradivo. Na voljo so tudi različne komunikacijske igre, spletni kvizi in interaktivne vsebine, ki jih prilagajamo in posodabljammo vsak teden. Udeležence vzpodbujamo k aktivni udeležbi, brez strahu pred napakami, po želji pa lahko tudi samo poslušajo in se

opogumijo kasneje. Učimo se uporabnih in zabavnih vsebin, pri tem pa uporabljamo veliko mero kreativnosti in dobre volje. Delavnicam se tedensko pridruži do 10 udeležencev, med katerimi je povprečno 4 ali 5 članov U3ŽO. So med bolj aktivnimi in vztrajnimi udeleženci, saj nekateri izmed njih obiskujejo obe klepetalnici skoraj vsak teden.

Člani U3ŽO so se v aktivnosti VGC Andeški hram radi vključevali – petje v zboru za starejše, razne delavnice, potopisna predavanja ...



The image shows a Zoom meeting interface. On the left, there is a grid of six video thumbnails showing participants. The main area on the right displays a slide titled "Pancake Day in numbers". The slide contains the following text:

Pancake Day in numbers
 On average, British people eat two pancakes per person on Pancake Day (though plenty of people will have three or four at least) which means 117 million pancakes will be eaten in one day.

On a normal day, Brits eat 30 million eggs per day, but on Pancake Day that goes up to 52 million eggs and enough milk to fill more than 93 Olympic swimming pools.

While some people might put chocolate spread or syrup on their pancakes, the most popular topping, by far, is lemon juice and sugar. But instead of the fine white sugar you put on top of cakes, British people use the same kind of sugar they put in their tea.

There are two small images on the slide: one showing a person pouring batter into a pan, and another showing a stack of pancakes topped with a slice of orange.

Sabina Zorjan

Aktivnosti na U3ŽO v študijskem letu 2020/21

DATUM	AKTIVNOST	ŠTEVILO UDELEŽENCEV, DOSEG OBJAVE/LJUDI
6. 10. 2020	Otvoritev študijskega leta 2020/21 Zvone in Romana Šeruga	50 Doseg objave: 544
22. 10. 2020	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Jesen	Doseg ljudi: 81 + 146 po elektronski pošti
1. 11. 2020	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: November	Doseg ljudi: 100 + 146 po elektronski pošti
2. 11. 2020	U3ŽO IZZIV: Napišite pismo!	Doseg ljudi: 133 + 146 po elektronski pošti
3. 11. 2020	Objava filmčka s fotografijami: Obujanje spominov na preteklo študijsko leto 2019/20	Doseg ljudi: 354 + 146 po elektronski pošti
5. 11. 2020	Povabilo vsem članom za pridružitvev pevskemu zboru (Zdenka Turičnik)	Doseg ljudi: 68 + 146 po elektronski pošti
9. 11. 2020	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Prijateljstvo	Doseg ljudi: 240 + 146 po elektronski pošti
11. 11. 2020	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Martinovo	Doseg ljudi: 71 + 146 po elektronski pošti
13. 11. 2020	Objava filmčka z vadbo pilatesa (Petja Balažič)	Doseg ljudi: 73 + 146 po elektronski pošti
	MESEČNE OBJAVE DOGAJANJA V VGC ANDEŠKI HRAM	
15. 11. 2020	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Za lep začetek tedna	Doseg ljudi: 67 + 146 po elektronski pošti
16. 11. 2020	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Vabilo na program Astrologija	Doseg ljudi: 82 + 146 po elektronski pošti
16. 11. 2020	13. seja PO	10
17. 11. 2020	Uvodno predavanje iz astrologije (Karin Potočnik), ZOOM	9
18. 11. 2020	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Povabilo k reševanju spletnega vprašalnika SVOS	Doseg ljudi: 45 + 146 po elektronski pošti
19. 11. 2020	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Voščilo za moške člane U3ŽO	Doseg ljudi: 137 + 18 po elektronski pošti
	SPROTNO OBVEŠČANJE ČLANOV O DOGAJANJU V DRUGIH INSTITUCIJAH IN POSREDOVANJE OBVESTIL SUTŽO	Po elektronski pošti in preko SMS sporočil
19. 11. 2020	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Vabilo k vpisu v študijski program Astrologija	Doseg ljudi: 703 + 146 po elektronski pošti

20. 11. 2020	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Slovenski zajtrk	Doseg ljudi: 271 + 146 po elektronski pošti
23. 11. 2020	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Otroci	Doseg ljudi: 65 + 146 po elektronski pošti
24. 11. 2020	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Pomoč pri učenju in druženju na daljavo	Doseg ljudi: 65 + 146 po elektronski pošti
24. 11. 2020	Sestanek animatorjev v študijskih programih	8 animatorjev
26. 11. 2020	U3ŽO IZZIV: Pokažite nam svojo praznično dekoracijo	Doseg ljudi: 113
3. 12. 2020	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Vabilo na virtualno druženje vseh članov U3ŽO	Doseg ljudi: 194 + 146 po elektronski pošti
3. 12. 2020	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Dajmo sebe drugim	Doseg ljudi: 129 + 146 po elektronski pošti
13. 12. 2020	Obujanje spominov (Zdenka Turičnik) Štirje kovači	Doseg ljudi: 70
14. 12. 2020	VIRTUALNO SREČANJE ČLANOV U3ŽO	12
15. 12. 2020	15. seja PO	
16. 12. 2020	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Vabilo na brezplačno vadbo joge z Ajo Rotovnik (online)	Doseg ljudi: 164 + 146 po elektronski pošti
21. 12. 2020	Voščilo članom U3ŽO	Doseg ljudi: 180 + 146 po elektronski pošti
23. 12. 2020	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Vabilo na brezplačno vadbo joge z Ajo Rotovnik (online)	Doseg ljudi: 222
5. 1. 2021	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Pogumno v novo leto	Doseg ljudi: 233 + 146 po elektronski pošti
7. 1. 2021	Prispevek na RTV Slovenija o U3ŽO in programu Astrologija Objava na FB	Doseg ljudi: 273
11. 1. 2021	Objava filmčka z receptom: Ajdovi štruklji s skuto (Petja Balažič)	Doseg ljudi: 81
11. 1. 2021	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Vabilo članom na virtualno druženje	Doseg ljudi: 338 + 146 po elektronski pošti
18. 1. 2021	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Za lepši dan - metulj	Doseg ljudi: 331 + 146 po elektronski pošti
19. 1. 2021	VIRTUALNO SREČANJE ČLANOV U3ŽO	11 Doseg objave: 283
20. 1. 2021	U3ŽO IZZIV: Pozitivne besede – napolnimo kozarec z njimi	Doseg ljudi: 449
23. 1. 2021	Objava FB Petje v zboru (Zdenka Turičnik)	Doseg ljudi: 77
25. 1. 2021	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Za lep teden	Doseg ljudi: 195 + 146 po elektronski pošti

1. 2. 2121	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Vabilo na virtualno proslavo ob slovenskem kulturnem prazniku: Prešerno ob kulturnem prazniku	Doseg ljudi: 1039 + 146 po elektronski pošti
1. 2. 2021	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Februar	Doseg ljudi: 63 + 146 po elektronski pošti
2. 2. 2021	Objava filmčka o svečnici (Fotofirbci in Marica Rošker)	Doseg ljudi: 68
3. 2. 2021	Zaključno srečanje programa Astrologija (v živo)	? Doseg objave: 322
4. 2. 2021	Obisk galerije članov programa Umetnostna zgodovina (objava Zdenka Turičnik)	? Doseg objave: 125
8. 2. 2021	Virtualna proslava ob slovenskem kulturnem prazniku (Člani Recitacijske sekcije KD Črneče)	2 Doseg objave: 486
9. 2. 2021	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Vabilo na virtualno pustovanje (v sodelovanju z VGC Andeški hram)	Doseg ljudi: 62 + 146 po elektronski pošti
11. 2. 2021	Objava FB: filček s fotografijami članov programa Čarobnost fotografije	Doseg ljudi: 242
12. 2. 2021	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: voščilo ob pustu in vabilo na virtualno pustovanje (v sodelovanju z VGC Andeški hram)	Doseg ljudi: 229 + 146 po elektronski pošti
16. 2. 2021	Virtualno pustovanje	6 Doseg objave (filmček): 55
1. 3. 2021	U3ŽO IZZIV: Podarite danes nekomu kompliment!	Doseg ljudi: 68
8. 3. 2021	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Voščilo ob dnevu žena	Doseg ljudi: 381
8. 3. 2021	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Vabilo na fotopredstavitve Marice Rošker: Ptički se ženijo (v sodelovanju z VGC Andeški hram)	Doseg ljudi: 44 + 146 po elektronski pošti
12. 3. 2021	Fotopredstavitve Marice Rošker: Ptički se ženijo (v sodelovanju z VGC Andeški hram) - ZOOM	12
12. 3. 2021	15. seja PO U3ŽO - ZOOM	10 Doseg objave: 132
18. 3. 2021	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Vabilo na tri delavnice Računalnik in pametni telefon	146 po elektronski pošti

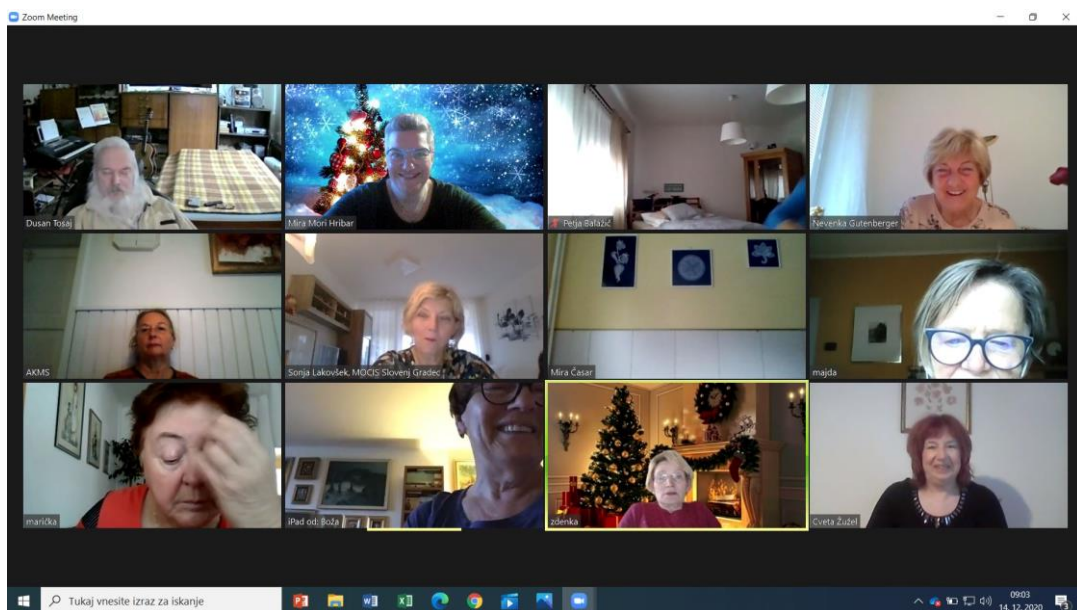
26. 3. 2021	Delavnica: Videokonferenčni sistemi ZOOM in Teams (Anja Friškovec) v živo	6
6. 4. 2021	Objava kviza o pomladi (VGC, Zdenka Turičnik)	Doseg ljudi: 32
6. 4. 2021	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Vabilo na torkovo predavanje Varna vožnja za starejše	Doseg ljudi: 219 + 146 po elektronski pošti
7. 4. 2021	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: povabilo k sodelovanju v Dnevu za spremembe	Doseg ljudi: 31 + 146 po elektronski pošti
10. 4. 2021	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti. Vabilo k sodelovanju v literarnemu natečaju – Premagajmo osamljenost	Doseg ljudi: 46 + 146 po elektronski pošti
13. 4. 2021	Torkovo predavanje Varna vožnja za starejše (Miroslav Črešnik)	24 Doseg objave: 68
15. 4. 2021	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Vabilo na torkovo predavanje: Strategije reševanja konfliktov (Janja Bartelj)	Doseg ljudi: 139 + 146 po elektronski pošti
20. 4. 2021	Torkova delavnica: Strategije reševanja konfliktov (Janja Bartelj)	9
22. 4. 2021	Objava FB Dan zemlje	Doseg ljudi: 579
23. 4. 2021	Delavnica: Pametni telefon – moj pomočnik (Anja Friškovec) v živo	7
23. 4. 2021	Objava fotografij o delavnici	Doseg objave: 1024
23. 4. 2021	U3ŽO IZZIV: Dan knjige. Katero knjigo trenutno berete?	Doseg ljudi: 126
3. 5. 2021	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Lep maj vam želimo	Doseg ljudi: 44 + 146 po elektronski pošti
5. 5. 2021	Objava FB: Obujanje spominov zumba (Zdenka Turičnik)	Doseg objave: 97
7. 5. 2021	Delavnica: Urejanje in organizacija slik na računalniku (Anja Friškovec)	7
12. 5. 2021	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Majski dnevi	Doseg ljudi: 38 + 146 po elektronski pošti
18. 5. 2021	Objava FB: filmček obujanje spominov za zaključno ekskurzijo na Dunaj (Marica Rošker)	Doseg ljudi: 81
20. 5. 2021	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Svetovni dan čebel	Doseg ljudi: 38 + 146 po elektronski pošti
20. 5. 2021	Objava FB filmček Pogled čebelarja (Fotofirbci, člani U3ŽO)	Doseg ljudi: 38
23. 5. 2021	Objava FB filmček Marljive čebele na cvetovih (Fotofirbci, člani U3ŽO)	Doseg ljudi:
26. 5. 2021	U3ŽO IZZIV: Kako boste izkoristili sončen dan?	Doseg ljudi: 203

28. 5. 2021	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: Mednarodni dan lahkega branja	Doseg ljudi: 36
30. 5. 2021	Objava FB: Obujanje spominov Oto Vrhovnik (Zdenka Turičnik)	
1. 6. 2021	Objava FB in pošiljanje po elektronski pošti: junij	
11. 6. 2021	16. seja PO	

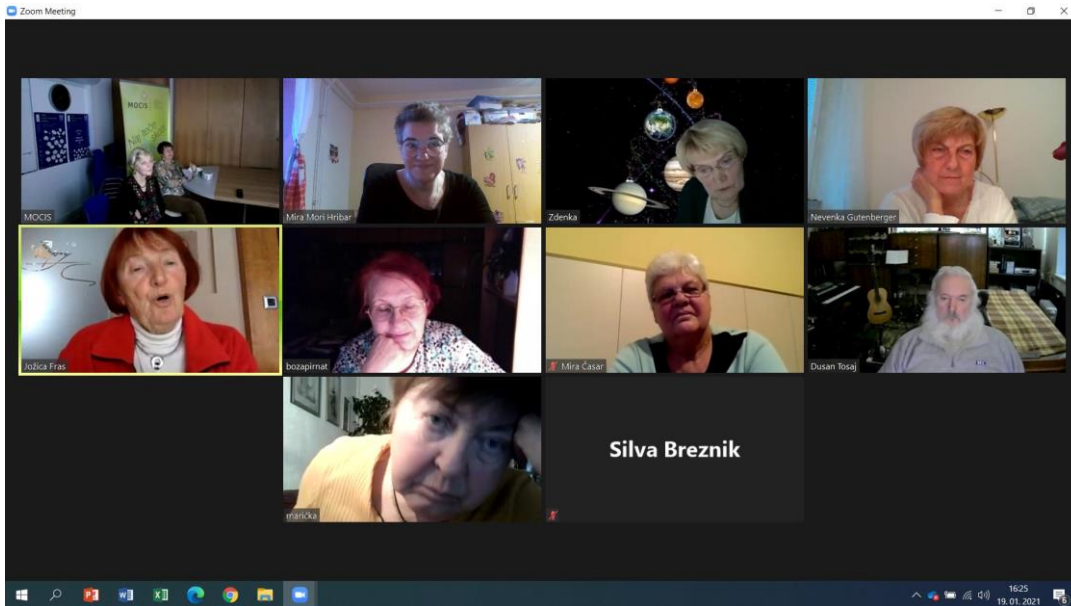
Fototrunki dogajanja



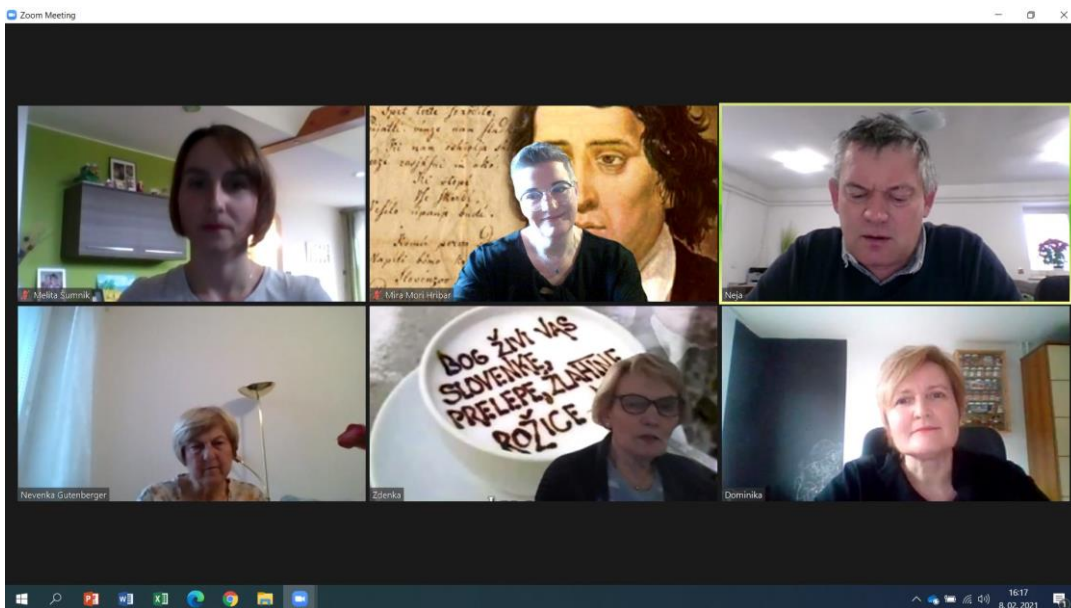
Otvoritev študijskega leta, 6. 10. 2020



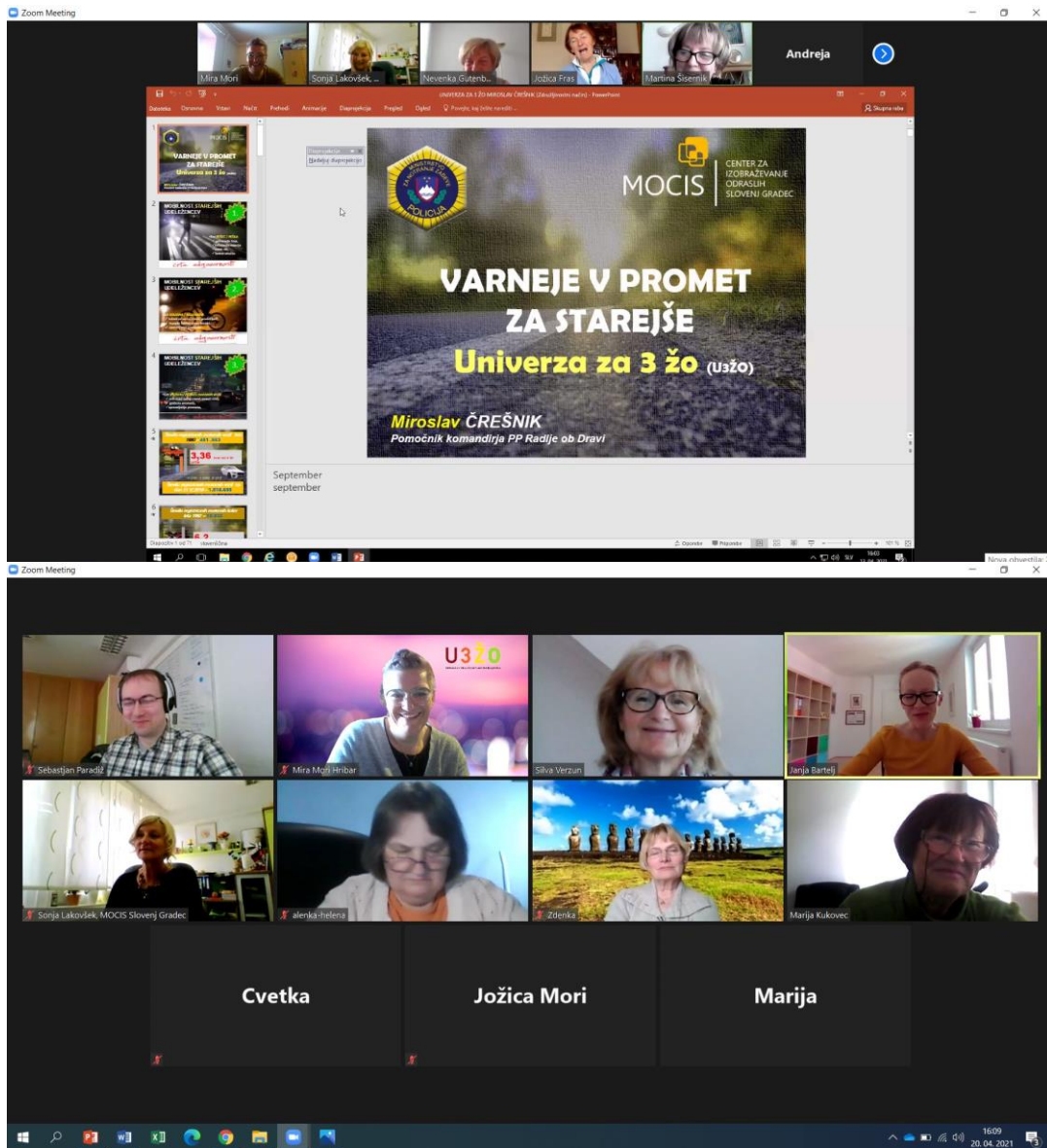
1. virtualno srečanje članov U3ŽO, 14. 12. 2020



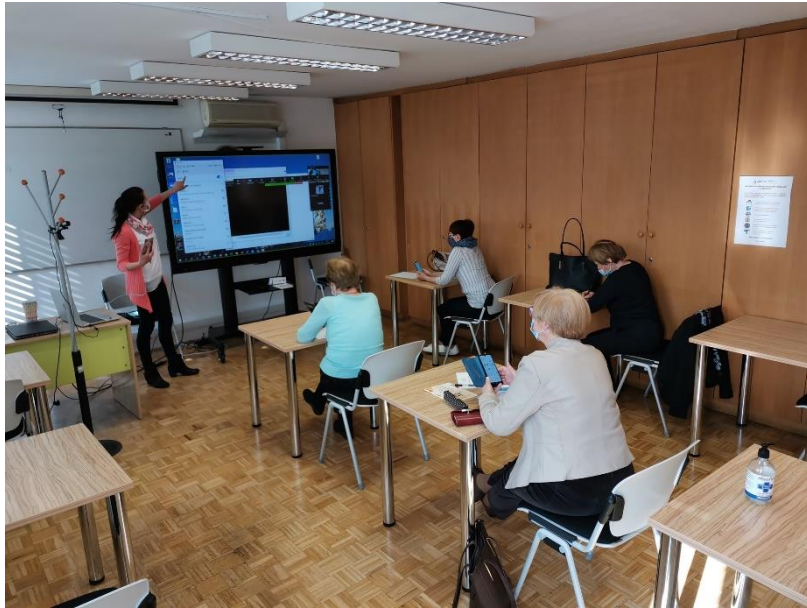
2. virtualno srečanje članov U3ŽO, 19. 1. 2021



Prešerno ob Prešernovem dnevu, 8. 2. 2021



Varna vožnja za starejše, 20. 4. 2021



Pametni telefon – moj pomočnik, 23. 4. 2021



Objava na FB U3ŽO

Vprašalnik za člane U3ŽO in analiza prejetih odgovorov



UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE | MOCIS

Prosimo vas, da izpolnite vprašalnik in nam ga v priloženi kuverti vrnete po pošti na MOCIS.

Vaše mnenje nam je dragoceno in nas usmerja v nadaljnje delo.

1. Kako ste zadovoljni z delom U3ŽO v tem posebnem »korona« študijskem letu (organizacija, obveščanje, organiziranje aktivnosti)? Označite: 1= zelo nezadovoljen, 5= zelo zadovoljen

1 2 3 4 5

2. Ali znate dostopati do spletnih vsebin za iskanje informacij, prisostvovanje na delavnicah in predavanjih (npr. na spletni strani MOCIS-a, FB U3ŽO, ZOOM ...)?

DA NE

3. Če bi želeli pridobiti osnovna ali dodatna znanja na področju računalništva, uporabe pametnega telefona za dostop do spletnih vsebin ipd., prosimo zapišite svoj kontakt – mail, telefonsko številko, najbolje oboje 😊.

4. Ali bi se udeležili študijskega programa, ki bi potekal na daljavo ali kombinirano (delno v živo in delno na daljavo)?

DA NE

5. Katere vsebine, študijski programi, torkova predavanja bi vam bila zanimiva v prihodnje? Povejte nam svoje ideje!

6. Zaupajte nam, če lahko še kaj storimo za vas v teh posebnih razmerah?

7. Nam želite še karkoli sporočiti?



Za vaše odgovore se vam lepo zahvaljujemo.

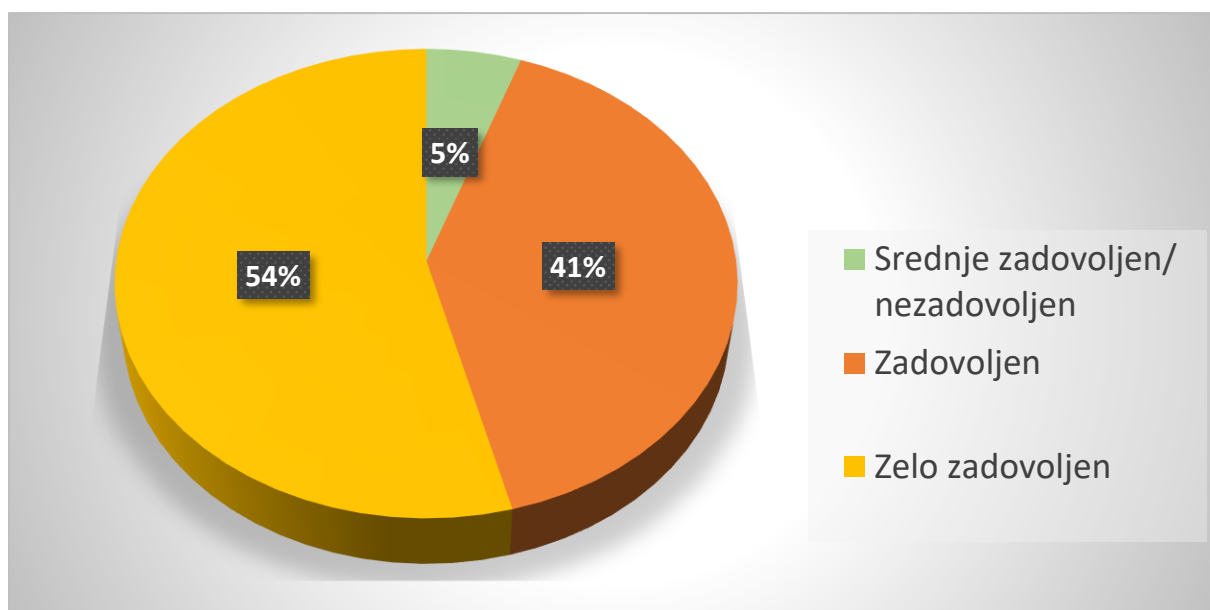
Ostanite zdravi in upamo, da se kmalu spet srečamo v živo.

V mesecu aprilu smo vsem lanskim članom poslali anketni vprašalnik s sedmimi vprašanji. Nagovorili smo jih, da vprašalnik izpolnijo in nam ga vrnejo v priloženi kuverti.

Poslali smo 165 vprašalnikov, prejeli smo 38 odgovorov. Torej je odgovorilo 23 % naših članov. Odziv, kljub spodbudam na FB U3ŽO, SMS sporočilom in opomniku preko elektronske pošte, ni bil ravno velik, vendar smo vseeno dobili nekoliko širšo sliko in vpogled v zadovoljstvo članov U3ŽO, o njihovem znanju v dostopanju do spletnih vsebin in o njihovih predlogih za nadaljnje delo.

Analiza prejetih odgovorov

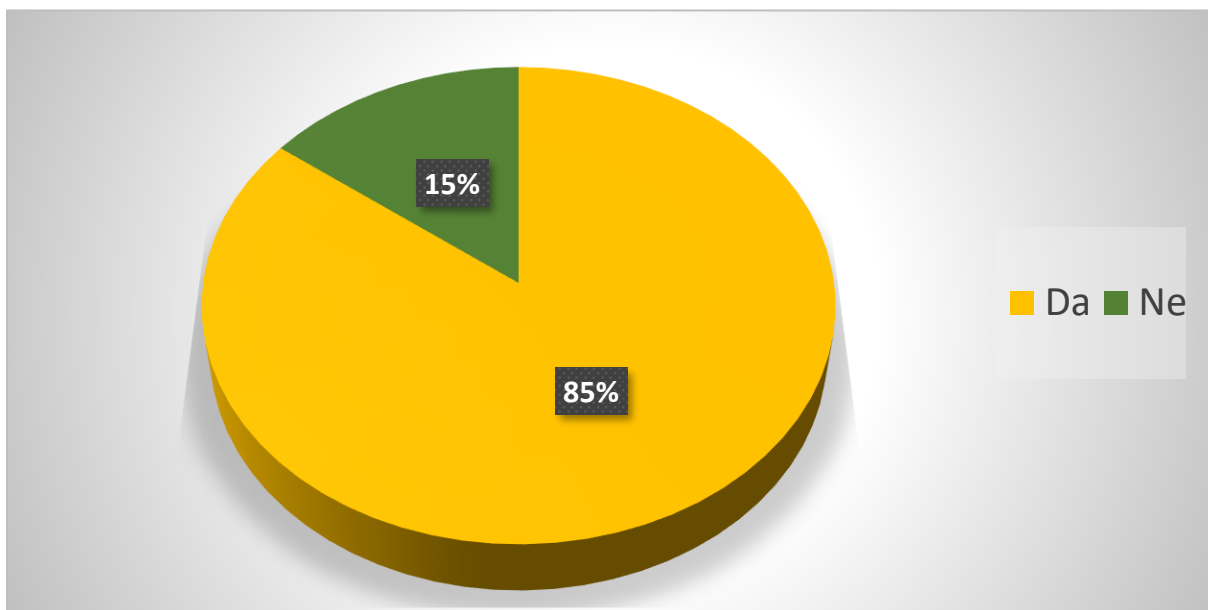
1. *Kako ste zadovoljni z delom U3ŽO v tem posebnem »korona« študijskem letu (organizacija, obveščanje, organiziranje aktivnosti).*



Graf 5

Kot prikazuje graf 5 je kar 54 % vprašanih odgovorilo, da so z delom U3ŽO v preteklem letu zelo zadovoljni, 41 % jih je odgovorilo, da so zadovoljni in 5 % jih je odgovorilo, da so srednje zadovoljni. Z oceno 2 in 1 ni odgovoril nihče. Torej gre sklepati, da so člani z delom univerze zadovoljni.

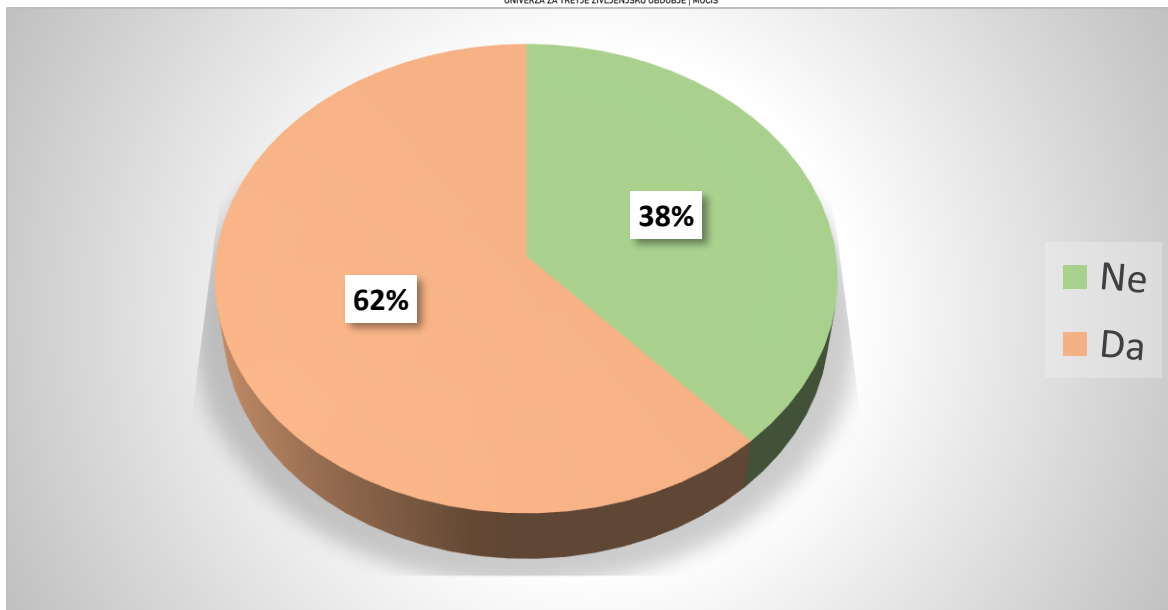
2. Ali znate dostopati do spletnih vsebin za iskanje informacij, prisostvovanje na delavnicah in predavanjih (npr. na spletni strani MOCIS-a, FB U3ŽO, ZOOM ...)?



Graf 6

Pri drugem vprašanju smo člane povprašali o tem, če znajo dostopati do spletnih vsebin. Kar 85 % je na to vprašanje odgovorilo pritrdilno in 15 % je odgovorilo, da tega znanja nima. Torej, člani v večini znajo dostopati do spletnih vsebin. Tisti, ki želijo dodatna znanja, so to zapisali pri tretjem vprašanju

4. Ali bi se udeležili študijskega programa, ki bi potekal na daljavo ali kombinirano (delno v živo in delno na daljavo)?



Graf 7

Člane smo nadalje vprašali, če bi se udeležili študijskega programa, ki bi potekal preko spleta oziroma v kombinirani obliki (splet, v živo).

62 % jih je odgovorilo, da bi se takega programa udeležili, 38 % pa da se ga ne bi. Nekateri so na vprašalniku dopisali, da bodo počakali, da se zadeve umirijo in se bodo lahko srečali v živo. To prikazuje graf 7.

5. Katere vsebine, študijski programi, torkova predavanja bi vam bila zanimiva v prihodnje? Povejte nam svoje ideje!

Člani so zapisali naslednje predloge:

angleščina, minerali Koroške (kaj, kje v bližini) Izdelava predmetov iz gline, učenje znakovnega jezika, EFT – tapkanje Pika Rainer, risanje mandal, varstvo narave, nemščina, glasba, teme s področja zdravja, mentalne higijene, potopisna, družbeno dogajanje, računalništvo, joga v živo, prometna varnost, zdravstvena predavanja, psihosocialna stabilnost v starejših letih, teme iz področja kulture, umetnosti, preživljanja prostega časa, filozofija, astronomija, dr. Janez Bogataj, dr. Sanja Čoderl Dobnik, dr. Lučka Kajfež Bogataj, dr. Matjaž Hams, varna vožnja za starejše, vrtnarjenje – predelava zelenjave za domačo sadjarstvo.

Odgovori pa so bili tudi naslednji:

V teh razmerah mi odgovarja pilates.

Jih je kar dovolj, zaenkrat mi to zadostuje.

Vsega je v izobilju ...

Sem prijavljen v program "R'cnije za preventivo" in bom počakal, da se srečamo v živo, ko bodo razmere dopuščale.

Morda pa Mira tvojo predstavo po Zoom-u. (joga, pilates sta že)

Uresničimo, kar smo se dogovorili na PO.

Mislím, da nam nudíte veliko. Vsak, ki želi obogatiti svoj vsakdan, lahko nekaj najde. Samo mi, z vozički, smo zelo omejeni. Prevozi upokojencev se organizirajo, le za nas ni rešitve.

6. Zaupajte nam, če lahko še kaj storimo za vas v teh posebnih razmerah?

Zelo veseli smo bili odgovorov na 6. vprašanje. Navajamo samo nekaj odgovorov:

Usposabljanje animatorjev in mentorjev za ZOOM, da bi bili tako recimo enkrat mesečno v stiku s skupino.

Oblikovanje strani za posamezno skupino kamor bi lahko "pripenjali" ali kratka sporočila ali fotografije – lahko kot zaprta ali javna.

Vzpodbujanje ZOOM druženj 1:1 ali 1:2/3/4.

Mislím, da imamo že sedaj pestre in zanimive programe.

Morda čas pomaga, mi potrebujemo veliko več motivacije.

Le tako naprej.

Hvala, ker se trudíte. Prijazna Mirina beseda mi veliko pomeni.

Hvala, zelo ste aktivni.

Verjetno bi se udeležila še kakšne dejavnosti, toda, prevoz je ovira.

Povabilo na razgovor ob kavi.

7. Nam želite še kar koli sporočiti?

Kar tako naprej. Vesela sem, da ste.

Ker smo v času korone večina nekaj delali – ročna dela, bi predlagala da bi morda ta dela razstavili.

Zahvala Miri in Sabini.

Hvala vam vsem, za vse ...

Trudíte se še naprej, kot ste se do sedaj in vsi upajmo na boljše čase: kjer je upanje, tam je pot!

Da ostanete zdravi!!!

Hvala vam za ves vaš trud. Sporočam vam, da ste sonce in energija, ki nam jo posipate.

V prihodnjem šolskem letu si želimo normalne razmere in običajno delovanje U3ŽO.

Zadovoljen sem z vašim delom.

Vedno najdete pot do starejših in to šteje.

Hvala za vaš trud.

Da bi več študijskih programov potekalo v popoldanskem času.

Upam, da se bo stanje normaliziralo kmalu in bomo lahko vsaj do 10 oseb delali v živo, kar nas bo zanimalo. Hvala, ker se trudite.

Želim se vam v imenu upokoјencev zahvaliti za vsak trud organiziranja različnih dejavnosti.

Pa uspešno naprej, brez Covid-a!!

Preživimo pandemijo in potem spet življenje po starem – v živo.

Želim vam uspešno delo.

Zahvaljujem se za vaš trud.

Nimam FB, ker ga ne želim. Ne morem kontaktirati preko ZOOM-a, ker dela vnuk na računalniku. Hvala za skrb obveščanja in lep pozdrav.

Uspešno delo še naprej.

" V srcu nosim večno pomlad " (Viktor Hugo)

Ostanite pozitivni – zdravi.

Povzetek

Kot organizatorica izobraževanj na Univerzi za tretje življenjsko obdobje MOCIS lahko sklenem to leto z občudovanjem vseh mentorjev, predavateljev in v prvi vrsti udeležencev – naših članov, ki so se aktivno vključevali v spletno dogajanje.

Že sama sem se soočala z različnimi strahovi pred tehnologijo, ko nas je pandemija postavila v nov položaj in pred dejstvo, da delo mora teči dalje.

Veliko je bilo opravljenih telefonskih klicev, poslanih sms sporočil (okoli 15), iz razpredelnice o aktivnosti je razvidno, koliko je bilo poslanih elektronskih sporočil in kaj vse je bilo objavljeno na Facebook strani U3ŽO. Trudila sem se vzdrževati stalne stike s člani, za njih organizirati predavanja in tudi usposabljanja, da so se nadalje lahko udeležili delavnic, predavanj preko spleta.

Nekoliko me je presenetil odziv na vprašalnik. Glede na to, da je šlo za klasično pošto – tj. brez tehnologije, sem pričakovala, da jih bo vprašalnik vrnilo bistveno več in ne samo 23 %. Vendar smo z odgovori, mnenji in predlogi zadovoljni ter se vsem na tem mestu iskreno zahvaljujemo. Brez vas univerza ne more »živeti«.

V upanju, da bo jesen bolj prijazna glede ukrepov in se bomo lahko srečevali v živo, vsem želim prijetno, toplo in predvsem zdravo poletje. V oktobru pa s polno paro naprej!

Mira Mori Hribar, organizatorica izobraževanja odraslih