

U3ŽO

UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE | MOCIS

AKTIVNI, RAZGIBANI IN NASMEJANI

tudi v tretjem življenjskem obdobju



PROGRAMI ZA ŠTUDIJSKO LETO 2024/2025

Kaj je U3ŽO?

Univerza za tretje življenjsko obdobje – U3ŽO MOCIS je namenjena vsem starejšim od 50 let. Je ena od priložnosti za dvig kvalitete življenja, druženje in širitev svojega obzorja.

Programski odbor

Programski odbor je posvetovalni organ U3ŽO. Šteje do 15 zunanjih članov.

Članstvo in vpisi

V programe vpisujemo v oktobru oziroma do zapolnitve skupin (minimalno 8 in maksimalno 15 udeležencev v skupini). Prijavite se lahko v prostorih MOCIS-a ali preko spletnega obrazca. Vpis je možen tudi na otvoritvi.

Članarina

Članarino lahko nakažete

ali poravnate z odčitanjem QR kode:

IBAN: SI56 0131 2603 0723 503

Namen: Ime in priimek

(**OBVEZNO** zapišite ime in priimek v namen)

Koda: ADMG

Sklic: SI00 2024-25

Znesek: 20,00

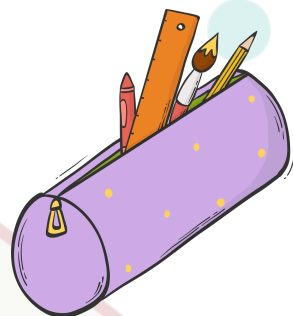


Čemu je namenjena članarina, ki znaša 20€?

- za pokrivanje stroškov delovanja U3ŽO,
- za organizacijo in vodenje študijskih programov,
- spremljanju aktivnosti,
- pridobivanju novih članov,
- organiziranju torkovih druženj in srečanj z znanimi osebnostmi,
- obveščanju članov preko elektronske pošte.

Načrtovane aktivnosti v študijskem letu 2024/25

- brezplačna predavanja strokovnjakov z različnih področij
- ekskurzije v neznano in znano
- brezplačne delavnice
- srečanja z znanimi osebnostmi
- sodelovanje z drugimi društvi in zavodi
- presenečenja



Programi v študijskem letu 2024/2025

FRANCOŠČINA

Mentorica: Boža Pirnat

40 UR

(nadaljevalna)

ANGLEŠČINA

40 UR

(začetna, nadaljevalna)

**Mentorja: Evelin Menendes Delgado in
Aljaž Ravnjak**

NEMŠČINA

40 UR

(začetna)

Mentorica: Irena Cokan

JOGA V VSAKDANJEM ŽIVLJENJU

30 UR

Mentorica: Aja Rotovnik

QI GONG

(oktober – junij)

Mentorica: Danica Šumljak

ODKRIJMO LEPOTE NAŠE DOMOVINE

35 UR

Mentorica: Vlasta Grabec

UMETNOSTNA ZGODOVINA

30 UR

Mentor: Marko Košan

FOTOBELŽENJE NAŠEGA MESTA

30 UR

Mentorica: Nika Hölzl Praper

Cilj programa je izuriti opazovanje svetlobe, odzivnost v različnih okoliščinah ter letnih časih. Posvetili se boste opazovanju detajlov v mestu Slovenj Gradec in okolici. Pridobivali boste znanja o fotografski opremi, urejanju fotografij v programu Lightroom in zgodovini ter razvoju tega medija. Bistveno je, da imamo možnost debate o fotografskih zanimanjih posameznikov.

S PRAZNIKI SKOZI LETO

30 UR

Mentorica: Brigita Rajšter

Člani boste raziskovali stare navade in šege, predvsem tiste, ki so bile in še vedno so prisotne ob praznikih. Raziskovali boste zgodovino praznovanj v lokalnem okolju in skupaj odkrivali, kako so praznovali nekoč.

Novo

Novo

ŽENSKA ŽENSKI po 60. letu

10 UR

Mentorica: Dragica Navodnik

Kaj potrebuje, si želi in hoče ženska po 60. letu? Upaj si sanjati, ker če ne sanjaš o tem, se ne more zgoditi.

5 delavnic za opolnomočenje žensk, osebno rast in zdravje, bo potekalo v mesecu marcu in aprilu 2025.

BRANJE IN PRIPOVEDOVANJE

(november - april)

Mentorica: Iva Potočnik

Prebrali in pripovedovali boste zgodbe. Debatirali o prebranem in obujali spomine. Pogovarjali se boste o bralni kulturi in ocenili, kaj je vredno prebrati in pripovedovati dalje.

UPORABA PAMETNEGA TELEFONA

10 UR

Mentorica: Katja Lenart

Podano vam bo vse, kar je potrebno vedeti o uporabi aplikacij, uporabi spletne pošte, fotografiranju in pošiljanju fotografij na pametnem telefonu in še več.

Novo

Novo

Cenik

10-urni program	25 € + 10 € *
20-urni program	50 € + 20 €
30-urni program	70 € + 30 €
35-urni program	75 € + 35 €
40-urni program	80 € + 40 €
QI GONG	140 €

Znesek je možno poravnati v več obrokih (2-4).

* Pri programih, ki se izvajajo v prostorih z najemnino, se ceni programa prištejejo dodatni stroški.

Cene so oblikovane na 10 udeležencev. Ob manjšem številu udeležencev se cena programa poveča ali pa se zmanjša število ur.

Cenejši abonma Kino ob kavi V Kulturnem domu Slovenj Gradec

Abonma Kino ob kavi bo tudi v novi sezoni potekal praviloma vsak tretji torek v mesecu ob 10.00.

Redna cena abonmaja je 35 €, za člane UŽO s plačano članarino 2024/25 pa **30 €**, za 8 filmskih projekcij. Nakup je možen na blagajni KDSG.

Prva projekcija bo v torek, 15. 10. 2024 ob 10.00.

UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE MOCIS, Slovenj Gradec

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

Telefon U3ŽO: **070 974 760**

mira.mori@mocis.si

www.mocis.si

Sledite našim dogodkom na Facebook-u
U3ŽO MOCIS

Na spletu

<https://www.mocis.si/u3zo/>



Člane o dogajanju obveščamo preko
elektronske pošte.