



Ljudska univerza  
Tržič

# Katalog

šolsko leto 2013/2014

**Informativno prijavo za izobraževalne programe  
lahko oddate preko spletne strani <http://www.lu-trzic.si>**



**OKUS PO ZNANJU.**



<b>DELOVANJE LJUDSKE UNIVERZE TRŽIČ .....</b>	<b>3</b>
<b>POTEK IZOBRAŽEVALNIH PROGRAMOV ZA PRIDOBITEV POKLICNE IN SREDNJEŠOLSKE IZOBRAZBE .....</b>	<b>6</b>
<b>POTEK SPLOŠNIH NEFORMALNIH IZOBRAŽEVANJ .....</b>	<b>6</b>
<b>1. OSNOVNA ŠOLA ZA ODRASLE IN MLADOSTNIKE .....</b>	<b>7</b>
<b>2. IZOBRAŽEVANJE ZA PRIDOBITEV IZOBRAZBE .....</b>	<b>7</b>
2.1. SREDNJE POKLICNO IZOBRAŽEVANJE .....	8
2.2. POKLICNO TEHNIŠKO IZOBRAŽEVANJE .....	9
2.3. SREDNJE STROKOVNO IZOBRAŽEVANJE .....	10
3.1. SKUPINA PROSTOVOLJCEV (kulturni mediatorji) V SODELOVANJU S TRŽIŠKIM MUZJEM .....	12
<b>3. UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE.....</b>	<b>12</b>
3.2. ZGODOVINA UMETNOSTI .....	13
3.3. RAČUNALNIŠTVO (skupinsko in individualno) .....	13
3.3. PLESNA SREČANJA .....	14
3.4. UMETNOST KLEKLJANJA .....	14
3.5. TEČAJI TUJIH JEZIKOV .....	14
3.6. IZOBRAŽEVALNI IZLETI .....	14
<b>4. ŠOLA SLIKANJA .....</b>	<b>15</b>
4.1. PRVA STOPNJA .....	15
4.2. DRUGA STOPNJA .....	15
4.3. TRETJA STOPNJA .....	15
4.4. RELIEFNI IZDELKI IZ GLINE .....	15
4.5. DELAVNICE ZA ODRASLE S POSEBNIMI POTREBAMI .....	15
<b>5. ŠTUDIJSKI KROŽKI .....</b>	<b>16</b>
5.1. BEREMO Z ... .....	16
5.2. VEŠČINE UČINKOVITEGA GOVORJENJA .....	16
5.3. GOVORICA TELESA.....	16
5.4. DELAVNICA O MISELNI NARAVNANOSTI .....	17
5.5. TEČAJ RETORIKE .....	17

<b>6. SPLOŠNO NEFORMALNO IZOBRAŽEVANJE .....</b>	<b>19</b>
6.1. LIKOVNO ŠPORTNI POLETNI TABOR.....	19
6.2. MEDIJSKA PISMENOST .....	19
6.3. KAKO IZDELATI OSEBNI FINANČNI NAČRT .....	20
6.4. TRENING ASERTIVNOSTI.....	21
6.5. KAKO RAVNATI S PAMETNIM TELEFONOM.....	22
6.6. USTVARJALNE DELAVNICE .....	22
<b>7. SREDIŠČE ZA SAMOSTOJNO UČENJE .....</b>	<b>23</b>
<b>8. JEZIKOVNI TEČAJI .....</b>	<b>23</b>
<b>9. OSEBNA RAST - PROGRAMI Z NATALIJO BRUMEN.....</b>	<b>24</b>
9.1. OSEBNOSTNI PROFIL .....	24
9.2. IZDELOVANJE NARAVNIH MAZIL, TINKUR, PILINGOV, SOLI .....	24
9.3. MOČ ZELIŠČ IN DIŠAVNIC V POVEZAVI S KULINARIKO .....	24
9.4. PSIHOLOGIJA ŽIVLJENJA .....	24
9.5. SVETOPISEMSKA ŽIVLJENJSKA VODILA.....	25
9.6. ŠRI AUROBINDOVA INTEGRALNA JOGA.....	25
9.7. INDIVIDUALNA SVETOVANJA IN TERAPIJE .....	25
<b>10. PROJEKTI .....</b>	<b>26</b>
10.1. GRUNDTVIG.....	26
10.2. TEDEN VSEŽIVLJENJSKEGA UČENJA .....	26
10.3. PROGRAMI SPLOŠNEGA NEFORMALNEGA IZOBRAŽEVANJA ODRASLIH OD 2012 DO 2014 .....	26
10.4. PROGRAM RPO – RAČUNLIŠKA PISMENOST ZA ODRASLE.....	27
10.5. PROGRAM UŽU – MI (Most do izobrazbe) .....	28
10.6. PROGRAM UŽU – MDM (Moje delovno mesto) .....	28
10.7. PPROGRAM BZZ – BRANJE ZA ZNANJE, ZA ZABAVO .....	28
10.8. PROGRAM UŽU – MK (Moj korak) .....	29
10.9. PROGRAM UŽU – BIPS (Beremo in pišemo skupaj) .....	29
<b>STRUCTURE OF THE EDUCATION SYSTEM IN SLOVENIJA.....</b>	<b>30</b>
<b>ADULT EDUCATION .....</b>	<b>30</b>
<b>ADULTS EDUCATION CENTRE OF TRŽIČ LJUDSKA UNIVERZA TRŽIČ .....</b>	<b>32</b>



## POTEK IZOBRAŽEVALNIH PROGRAMOV ZA PRIDOBITEV POKLICNE IN SREDNJEŠOLSKE IZOBRAZBE

**Prijave za vpis** v posamezne izobraževalne programe zbiramo vse leto.

**Vpis:** ob vpisu je potrebno predložiti izvirnik spričevala predhodno zaključenega izobraževanja, osebne dokumente (rojstni list, poročni list) in fotografijo 3 × 4 cm.

Natančnejši pogoji za vpis so navedeni v nadaljevanju pri predstavitvi posameznega programa.

Vsi izobraževalni programi se izvajajo na sedežu Ljudske univerze Trzič, Šolska ulica 2 in pri delodajalcih. Potekajo v popoldanskih in večernih urah, izjemoma tudi dopoldan in ob sobotah.

**Šolnina** predstavlja ceno izobraževalnega programa za en letnik izobraževanja za pridobitev naziva strokovne izobrazbe. V šolnino so vključeni stroški predavanj in enkratno opravljanje izpita pri posameznem predmetu. Šolnino je mogoče plačati v enkratnem znesku (2 % popusta) ali na največ 10 obrokov.



## POTEK SPLOŠNIH NEFORMALNIH IZOBRAŽEVANJ

**Prijave za vpis** v posamezne tečaje in delavnice zbiramo vse leto. Program se izvede, če je vpisanih vsaj minimalno število udeležencev.

Posebnih pogojev za vpis ni.

Tečaji in delavnice potekajo na sedežu Ljudske univerze Trzič, Šolska ulica 2, Trzič.

Cena tečaja je odvisna od programa, ki ga udeleženec izbere, in števila udeležencev. Ponujamo možnost plačila na več obrokov.



# 1. OSNOVNA ŠOLA ZA ODRASLE IN MLADOSTNIKE

## Pogoji za vpis v devetletko (8. in 9. razred)

- Uspešno zaključen nižji razred devetletke ali ustrezen razred osemletke.
- Trajanje: en razred traja en semester (kandidat lahko v enem šolskem letu zaključi dva razreda).
- Pogoji za napredovanje: vpis v višji razred je mogoč, če ima kandidat opravljenih 2/3 predmetov v nižjem razredu.

Osnovna šola je brezplačna.



# 2. IZOBRAŽEVANJE ZA PRIDOBITEV IZOBRAZBE

Organizacija in izvedba izobraževalnega programa poteka v skladu z določili Navodil o prilagajanju **izrednega** poklicnega in strokovnega izobraževanja (Ur.l.RS št. 8/2008).

V primerjavi z rednim izobraževanjem se v predmetnikih za odrasle število ur predavanj in vaj časovno strni. Na Ljudski univerzi Tržič izobraževanje poteka po individualnem organizacijskem modelu.

**Predavanja** in druge organizirane oblike izobraževanja potekajo v popoldanskem času, tri do štirikrat tedensko, od 16. do 19.15 ure. Na dan se izvede le en predmet, v tednu pa se izvede več predmetov. Število izvedenih ur za posamezno programsko enoto/modul se prilagaja skupini (število vpisanih, kakovost predhodnega znanja, interes in zmožnosti udeležencev...) in je določeno z izvedbenim kurikulumom za izobraževalni program. Organizacija izobraževalnega dela lahko poteka tudi v obliki **vodenega samoizobraževanja**. Udeleženci, ki se organiziranih oblik izobraževanja ne morejo udeleževati, lahko koristijo konzultacije z učitelji, na katere se predhodno prijavijo.

Po zaključku organiziranega dela izobraževanja se opravi ocenjevanje znanja. **Ocenjevanje znanja** poteka v skladu s Pravilnikom o ocenjevanju znanja v poklicnem in srednjem strokovnem izobraževanju (Ur.l.RS št. 60/2010) in Šolskimi pravili.

Zavod za vsakega udeleženca-ko izrednega izobraževanja oblikuje **Osebni izobraževalni načrt**, ki obsega pogoje, načine, oblike in roke izpolnitve z izobraževalnim programom predvidene obveznosti.

Ob vpisu je potrebno predložiti:

- izpisek iz rojstne matične knjige
- izpisek iz poročne matične knjige (za poročene žene)
- spričevala ali druga dokazila o predhodno pridobljeni izobrazbi

## 2.1. SREDNJE POKLICNO IZOBRAŽEVANJE

- **Administrator**

Naziv poklicne izobrazbe: **administrator/administratorka**

- **Trgovec**

Naziv poklicne izobrazbe: **prodajalec/prodajalka**

**Pogoji za vpis:** uspešno zaključena osnovna šola ali nižje poklicno izobraževanje ali enakovredno izobraževanje po prejšnjih predpisih.

Izobraževalni program je ovrednoten s 180 kreditnimi točkami (KT).

Kdor konča triletno izobraževanje po predmetniku, opravlja zaključni izpit.

Šolanje se lahko nadaljuje v programu ekonomski tehnik PTI.

ADMINISTRATOR		TRGOVEC	
A PROGRAMSKA ENOTA	Št. kreditnih točk	A PROGRAMSKA ENOTA	Št. kreditnih točk
Slovenščina	12	Slovenščina	12
Matematika	12	Matematika	12
Tuji jezik I (angleščina)	9	Tuji jezik I (angleščina)	9
Umetnost	2	Umetnost	2
Družboslovje	6	Družboslovje	6
Naravoslovje	6	Naravoslovje	6
Športna vzgoja	7	Športna vzgoja	7
<b>B STROKOVNI MODULI</b>		<b>B STROKOVNI MODULI</b>	
Temelji gospodarstva	5	Temelji gospodarstva	5
Administrativno poslovanje	12	Poslovanje trgovskega podjetja	17
IKT in strojepisje	13	Prodaja blaga	29
Upravni postopek	12	Uprav. z blag. Skupino - živila	5
Tajniška opravila	7	Uprav. z blag. skupino - tehnika	5
Pravo	7	Uprav. z blag. skupino-tekstil	5
<b>C PRAKTIČNO IZOBRAŽEVANJE</b>		<b>C PRAKTIČNO IZOBRAŽEVANJE</b>	
V šoli	24	V šoli	27
Pri delodajalcu	36	Pri delodajalcu	36
Interesne dejavnosti	6	Interesne dejavnosti	6
Odpri kulikulum	25	Odpri kurikulum	25
Zaključni izpit	2	Zaključni izpit	2

## 2.2. POKLICNO TEHNIŠKO IZOBRAŽEVANJE

- **Logistični tehnik PTI (3+2)**

Naziv poklicne izobrazbe: **logistični tehnik/logistična tehničarica**

- **Ekonomski tehnik PTI (3+2)**

Naziv poklicne izobrazbe: **ekonomski tehnik / ekonomska tehničarica**

### Pogoji za vpis:

**Logistični tehnik PTI:** uspešno zaključeno srednje poklicno izobraževanje.

**Ekonomski tehnik PTI:** uspešno zaključeno srednje poklicno izobraževanje s pridobljenim nazivom trgovec, administrator ali pridobljena enakovredna izobrazba po prejšnjih predpisih.

Izobraževalni program je ovrednoten s 120 kreditnimi točkami (KT).

LOGISTIČNI TEHNIK PTI		EKONOMSKI TEHNIK PTI	
A PROGRAMSKA ENOTA	Št. kred. točk	A PROGRAMSKA ENOTA	Št. kred. točk
Slovenščina	13	Slovenščina	13
Matematika	10	Matematika	10
Tuji jezik I (angleščina)	13	Tuji jezik I (angleščina)	13
Tuji jezik II (nemščina)	4	Tuji jezik II (nemščina)	4
Umetnost	2	Umetnost	2
Zgodovina	2	Zgodovina	2
Geografija	2	Geografija	2
Sociologija ali psihologija	2	Sociologija ali psihologija	2
Kemija	2	Kemija	3
Fizika	4	Biologija	3
Športna vzgoja	7	Športna vzgoja	7
<b>B STROKOVNI MODULI</b>		<b>B STROKOVNI MODULI</b>	
Tehn. blagovnih tokov	4	Projekti in posl. podjetja	14
Tehnologija komuniciranja	4	Delovanje gosp. in eko. posl.	12
Podjet in gosp. poslovanje	3	Komercialno poslovanje	7
Transportna sredstva	7	Finančno poslovanje	6
Logistika tovarnih tokov	14	<b>C PRAKTIČNO IZOBRAŽEVANJE</b>	
Mednarodna menjava	6	V šoli	10
<b>C PRAKTIČNO IZOBRAŽEVANJE</b>		Pri delodajalcu	3
V šoli	10	Interesne dejavnosti	4
Pri delodajalcu	3	Odpri kulikulum	9
Interesne dejavnosti	4	Poklicna matura	4
Odpri kulikulum	10		
Poklicna matura	4		

## 2.3. SREDNJE STROKOVNO IZOBRAŽEVANJE

- **Ekonomski tehnik**

Naziv strokovne izobrazbe: **ekonomski tehnik / ekonomska tehnica**

- **Logistični tehnik**

Naziv strokovne izobrazbe: **logistični tehnik / logistična tehnica**

**Pogoji za vpis:** uspešno zaključeno osnovnošolsko izobraževanje, nižje poklicno izobraževanje ali enakovredno izobraževanje po prejšnjih predpisih.

Izobraževalni program je ovrednoten z 240 kreditnimi točkami (KT).

Kdor konča štiriletno izobraževanje po predmetniku, za uspešno dokončanje šolanja opravlja poklicno maturo.

<b>EKONOMSKI TEHNIK SSI</b>	
A PROGRAMSKA ENOTA	Št. kred. točk
Slovenščina	24
Matematika	19
Tuji jezik I (angleščina)	20
Tuji jezik II (nemščina)	10
Umetnost	3
Zgodovina	5
Geografija	3
Sociologija	3
Psihologija	3
Kemija	5
Biologija	5
Športna vzgoja	12
<b>B STROKOVNI MODULI</b>	
Poslovni projekti	12
Poslovanje podjetij	14
Ekonomika poslovanja	12
Finančno poslovanje	7
Sodobno gospodarstvo	21
Komercialno poslovanje	7
Finančno knjigovodstvo	6
<b>C PRAKTIČNO IZOBRAŽEVANJE</b>	
V šoli	30
Pri delodajalcu	6
Interesne dejavnosti	14
Odprti kulikulum	23
Poklicna matura	4

<b>LOGISTIČNI TEHNIK SSI</b>	
A PROGRAMSKA ENOTA	Št. kred. točk
Slovenščina	24
Matematika	20
Tuji jezik I (angleščina)	20
Tuji jezik II (nemščina)	20
Umetnost	3
Zgodovina	5
Geografija	3
Sociologija	3
Psihologija	3
Kemija	3
Fizika	6
Športna vzgoja	14
<b>B STROKOVNI MODULI</b>	
Tehn. blagovnih tokov	11
Tehnologija komuniciranja	11
Podjet in gosp. poslovanje	8
Transportna sredstva	12
Logistika tovornih tokov	24
Mednarodna menjava	7
<b>C PRAKTIČNO IZOBRAŽEVANJE</b>	
V šoli	23
Pri delodajalcu	6
Interesne dejavnosti	14
Odprti kulikulum	29
Poklicna matura	4



## 3. UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE

Člani univerze za tretje življenjsko obdobje najdete v krožkih pod vodstvom strokovnjakov sprostitev za svoje možgane, telo in duha. Univerza za tretje življenjsko obdobje LU Tržič poskuša obogatiti družabno življenje občanov in občank mesta Tržič z ožjo in širšo okolico. Z neformalnim izobraževanjem prispeva k boljši kakovosti življenja v mestu, kjer naj bi občane poleg izobraževanja združevalo tudi prijateljstvo, veselje do pridobivanja novega znanja in pozitiven odnos do starosti. Vsekakor pa lahko vsi po koncu službene dobe energijo izkoristite za razvijanje znanja, ki so zaradi pomanjkanja časa ostala neizražena.

**Pogoji za vpis:** Za vse programe, ki jih izvajamo, je potrebno izpolniti prijavnico. Ko se prijavi zadostno število interesentov, vas obvestimo o začetku izvajanja tečaja.

### 3.1. SKUPINA PROSTOVOLJCEV (kulturni mediatorji) V SODELOVANJU S TRŽIŠKIM MUZJEM

V sodelovanju s Tržiškim muzejem bomo letošnje leto ustanovili skupino prostovoljcev – kulturnih mediatorjev, ki bodo v prvi vrsti profesionalni usposobljeni in bodo v izobraževanje za nove čase prinesli svež veter in opozorili na vlogo starejših odraslih. Starejši imajo izkušnje in imajo znanje, ki so ga pridobili v preteklosti in na ta način ga lahko razdajajo drugim, če bo družba čutila, da njihovo znanje želimo in potrebujemo.

Na Ljudski univerzi Tržič bo tako imenovana teorija (izobraževanje), v Tržiškem muzeju pa praksa. »Namen mediatorja je, da v muzeju sprejme obiskovalca, mu predstavi razstavo, pomaga z informacijami, ga usmerja in opremi z obstoječim gradivom. Mediatorji v kulturi so prostovoljci, ki delajo z različnimi populacijami. Za njihovo delo ni dovolj samo njihova pripravljenost, ampak je potrebno tudi veliko znanja in pripravljenosti za dodatno izobraževanje ... Biti prostovoljec je nekaj čudovitega, če od okolice dobivaš pozitivne spodbude ... saj starejšim ljudem nudi možnost, da so koristni družbi in sebi.« (Bračun Sova Rajka, 2009).

Mentorja programa: dr. Bojan Knific in Janita Košir.

Skupina se bo srečala še z vsebinami Biografskega učenja (prisluskovanje življenju), ki ga bo vodila Nataša Škofic Kranjc.

Biografsko učenje je načrtno učenje iz svoje lastne življenjske zgodbe in iz izkušenj ter življenjskih zgodb drugih. Poteka lahko v skupinah – kot bo v našem primeru – to so na primer skupine za matere, medgeneracijske skupine in seveda skupine starejših odraslih.

Udeleženci lahko uživajo ne glede na stopnjo izobrazbe, poklicno pot, etično ali kulturno poreklo. Nič ne vpliva to, ali si v pokoju ali še zaposlen, niti to ne, če si premožen ali ne, ne vplivajo ne družinske ne partnerske razmere. Pomembna pa je pripravljenost za dobro komunikacijo ter pripravljenost in sposobnost za delo v skupini. Želja po osebnem pristopu ter odprtost za dialog in medsebojno podporo pa so dobrodošle.

Nove komunikacijske tehnike (interpretiranje, univerzalnost, normalizacija...) bodo pomoč za prijetnejše, a koristno delo; teme, ki se jih bomo lotevali, pa: identiteta, življenjski potek, mediji in tehnologija, družina, odnosi, svoboda, mobilnost, medgeneracijski odnosi, denar, religija, ljubezen, minljivost življenja ...

Če vas zanima, kaj se skriva pod naslednjimi naslovi, pridite!

- Zemljevid življenja
- V mojem otroštvu pa...
- Časopisni naslovi
- Osebni grb
- Žive fotografije
- Genogram

## 3.2. ZGODOVINA UMETNOSTI

*Umetnost ni nič drugega kot umetnost. Ona nam daje življenje, nas zapeljuje in spodbuja.*  
(Friderich Nietzsche)

Študijski krožek Zgodovina umetnosti je program, ki ponuja strokovna predavanja o spomenikih likovne umetnosti, kdaj in v kakšnem okolju so nastali, v kakšnih vsebinah so bili izraženi ter v kakšnih oblikah zaznamovani. Na srečanjih odkrivamo umetnostno-zgodovinska obdobja: od prvih jamskih poslikav v prazgodovini, egipčanske umetnosti, antične umetnosti Grkov in Rimljanov, zgodnjekrščanske umetnosti, romanike, veličastne gotske umetnosti, novega veka in zmagoslavja renesanse v 16. stoletju, razcveta baročne umetnosti v 18. stoletju, umetnosti neoklasicizma in romantike, umetniških slogov v 19. stoletju do moderne umetnosti 20. stoletja. Spoznavamo največja umetniška dela, pomembne umetnike domače in svetovne kulturne dediščine. Naučimo se samostojno gledati in vrednotiti umetnostne dosežke. Predavanja obogatimo z različnimi aktivnostmi, pogovarjamo se o določenem umetnostnem obdobju in določeni temi. Krožek zaključimo s strokovno ekskurzijo po Sloveniji. Ogledamo si številne kulturne spomenike in znamenitosti, obiščemo osrednje slovenske muzeje in galerije.

V študijskem letu 2013/2014 je tema krožka Sijaj baročne umetnosti na Slovenskem.

Doživite svet umetnosti.

Mentorica Janita Košir.

## 3.3. RAČUNALNIŠTVO (skupinsko in individualno)

**Skupinsko:** Gre za nadgradnjo osnovno pridobljenega znanja računalniške pismenosti za odrasle. Gre za nadgrajevanje obstoječega računalniškega znanja. Glavni cilj programa je pospeševanje oz. izboljšanje komuniciranja v smeri računalniške in digitalne pismenosti, s katero bodo lahko udeleženci enakovredno komunicirali s širšim okoljem. Želimo torej zmanjšati digitalni razkorak v družbi ter povečati usposobljenost oseb, ki se prilagajajo strukturnim spremembam, ki so rezultat razvoja informacijske družbe.

**Individualno:** Velika prednost izobraževanja je učenje ob individualni pomoči. Če imate težave, s katerimi se ne morete sami spoprijeti, ali kakršnakoli vprašanja, ko delate ob in z računalnikom, se lahko dogovorimo za individualno pomoč.

### 3.3. PLESNA SREČANJA

Plesna kultura postaja v sodobnem svetu vedno bolj pomemben del človekovega življenja in posameznikove kulture in izobrazbe. Ples ponuja možnost druženja, vzpostavljanja novih prijateljstev, obujanja čustev ali pa le zabave. Ples je govornica telesa, ki se izraža skozi ritem glasbe in lahko predstavlja stil človekovega življenja, kajti z vsakim gibom se v človekovi duši ustvarja zadovoljstvo.

Dobra glasba, prijetno vzdušje in prijazna učiteljica pa je tisto, česar boste deležni na plesnih srečanjih.

Vsak tečaj obsega 8 vaj po 2 šolski uri pod vodstvom plesne učiteljice Mojce Ribič.

### 3.4. UMETNOST KLEKLJANJA

Klekljanje je eden od načinov izdelovanja čipk. Zibelko klekljanja na Slovenskem predstavlja Idrija, v Trziču pa klekljanje pod našim okriljem poteka že vrsto let. Spoznali boste čipke različnih vrst, podrobno pa se boste posvetili usvajanj tehniki ozkega, sukanega in širokega risa ter razvijanjem ročnih spretnosti. V prijetnem vzdušju pod mentorstvom Vlaste Prešern tečajnice ustvarjajo na delavnicah in tudi doma. Prav vse odlikuje vztrajnost in natančnost, nagrajene pa so z lastnoročno izdelanimi čipkami.

### 3.5. TEČAJI TUJIH JEZIKOV

Vsi, ki želijo v tretjem življenjskem obdobju obnoviti svoje znanje in/ali hoditi v koraku z mlado generacijo, se lahko prijavijo na tečaje tujih jezikov. Gre za izobraževalno obliko, katere namen je spoznavanje jezika za vsakdanjo funkcionalno uporabo. V zadnjem času je zelo pogosto individualno učenje.

- angleščina (začetni, nadaljevalni),
- nemščina (začetni, nadaljevalni),
- francoščina (začetni, nadaljevalni),
- španščina (začetni, nadaljevalni).

### 3.6. IZOBRAŽEVALNI IZLETI

Da je Slovenija predvsem zaradi pestrosti naravnih lepot turistično privlačna dežela, se sliši marsikje.

Vendar, ali Slovenci vemo zanje? Da in ne. Navadno poznamo veliko posebnosti in skrivnosti, ki se nahajajo v naši neposredni bližini, pogosto pa ne znamo pogledati korak stran in se seznaniti z lepotami, ki nam jih ponujajo „sosedje“. Zato na Ljudski univerzi Trzič občasno pripravljamo izobraževalne izlete, s katerimi vas popeljemo v svet umetnosti, znanosti, turizma ... Z njimi želimo Tržičanom predstaviti bogastva Slovenije, drugim Slovincem pa skrivne lepote Tržiča.



## 4. ŠOLA SLIKANJA

Zaradi velikega zanimanja in kakovostnega prenašanja slikarskega znanja priznanega tržiškega slikarja Vinka Hlebša bo letošnje leto prvič organizirana šola slikanja, ki bo potekala na štirih ravneh. Ustvarjalci se bodo likovno izpovedovali na svoj edinstven način v različnih likovnih izražanjih. Zagotovljen je tako individualen kot skupinski pristop – s ciljem, ki je usmerjen h kakovostnemu delu.

### 4.1. PRVA STOPNJA

S prvo stopnjo bodo začeli začetniki in se prek risbe s svinčnikom, slikanja z akrilnimi barvami, obiskom galerije in udeležbo na razstavi dokazovali do konca januarja 2013.

### 4.2. DRUGA STOPNJA

Na drugi stopnji se likovno znanje nadgrajuje prek slikanja pokrajine, spoznavanja določenih teoretičnih znanj, izdelave linoreza, lesoreza, skice, avtoportreta ter obiska galerije in udeležbe na razstavi.

### 4.3. TRETJA STOPNJA

Obstoječe znanje nadgrajujejo nove slikarske tehnike in razvijanje zamisli lastnih zaščitnih znamk, logotipov ipd.

### 4.4. RELIEFNI IZDELKI IZ GLINE

Glina kot naravni material omogoča izdelavo različnih izdelkov, ki so plod človekove domišljije. Z različnimi tehnikami oblikovanja gline je mogoče izdelati tako posodice, reliefne slike, živali in rastline. Tama: naravna in kulturna dediščina.

### 4.5. DELAVNICE ZA ODRASLE S POSEBNIMI POTREBAMI

Pod okriljem različnih projektov smo začeli sodelovati z Varstveno delovnim centrom Kranj in Tržič. Ker je bilo sodelovanje več kot uspešno, naš mentor Vinko Hlebš prostovoljno poučuje varovance slikarskih veščin v prostorih VDC Tržič. Zavedamo se, da so za ljudi s posebnimi potrebami pomembni terapevtski učinki, zato jim namenjamo likovno-vzgojno delo s svojimi cilji, postopki in končnimi učinki.



## 5. ŠTUDIJSKI KROŽKI

Gre za neformalno obliko izobraževanja odraslih. Zanj se odloči skupina ljudi, ki jo veže zanimanje za enaka ali podobna področja. Teme krožkov so raznovrstne, pretok idej in domišljije pa brezmejen.

**Trajanje:** 30 ur (enkrat tedensko).

### 5.1. BEREMO Z ...

»Če ne bomo brali, nas bo pobralo« je geslo študijskih krožkov Beremo z ... (Manco Košir), posebne veje študijskih krožkov, ki ima – za razliko od klasičnih – vsebino in potek vnaprej določeno. Njihov cilj je zbujati zanimanje za knjigo.

'Bralni virus' se širi s klepetom in modrovanjem o prebranem na srečanjih krožka, na literarnih večerih, na srečanjih s pesniki in pisatelji ter predvsem z gonilno silo bralnih krožkov, z moderatorko Natašo Škofic Kranjc.

Bralni krožki, katerih srečanja potekajo tudi na najbolj nenavadnih krajih – na splavu, ob večernem ognju na Blegošu in podobno, so kombinacija bralnih srečanj v Cankarjevem domu in študijskih krožkov, ki jih ACS uspešno razvija že več let.

### 5.2. VEŠČINE UČINKOVITEGA GOVORJENJA

Cilj študijskega krožka je znati pripraviti in izpeljati svoj nastop (bodisi predstavitev sebe, svojega dela ali drugega). Predpogoj za uspešen nastop namreč ni nadarjenost govorca, temveč poglobljeno znanje o komuniciranju. Snovanje in temeljno pripravljanje vsebine poteka nastopa je več kot pol uspeha. Na krožku se bodo udeleženci soočili s tremo, in obvladovanjem stresa, dihanjem, glasom ... Študijski krožek vodi Nataša Škofic Kranjc.

### 5.3. GOVORICA TELESA

Vsak kontakt, ki ga imamo z drugo osebo, izražata bodisi besedno bodisi nebesedno komunikacijo, kateri ne moremo ubežati, četudi bi želeli.

Določene prvine nebesedne komunikacije lahko v neki situaciji pomenijo eno, v drugi pa imajo lahko iste popolnoma drug pomen, zato moramo, v kolikor hočemo analizirati nebesedno komunikacijo poznati celotno ozadje.

Govorica telesa vključuje parajezik – ritem, intonacijo, ton, stik s pogledom, izraze obraza, držo, kretnje, dotik, medosebno razdaljo. Vsaka naša misel, tudi podzavestna, povzroči telesni gib, mimiko, držo. Večina ljudi je izrazito usmerjenih na besede in pri tem preslišijo parajezikovne znake, še pogosteje pa prezrejo vedenje. Verjetno zato, ker živimo v obdobju, ki zahteva hitre odzive in ni dovolj časa za opazovanje. Nebesedni znaki so iskrenjši kazalniki tega, kar čutimo in kar mislimo, kot pa besedna sporočila.

Teme s katerimi se bodo udeleženci srečali in jih spoznavali na seminarju:

- Delitev komuniciranja
- Besedno komuniciranje
- Nebesedno komuniciranje
- Merila načrtnega zaznavanja – pet kategorij
- Miti o govoricu telesa
- Bistvo govoricu telesa
- Copying in govoricu telesa
- Govoricu telesa v poslovnem svetu
- Seminar bo potekal interaktivno, s praktičnimi vajami, primeri in diskusijo.

Mentorica programa je Darja Gačnik Kleva

## 5.4. DELAVNICA O MISELNI NARAVNANOSTI

Zakaj spreminjati in spremeniti naš miselni vzorec, naše razmišljanje? Morda zaradi boljših rezultatov vsega, kar se nam v življenju zgodi. Kaj pa zaradi tega, da bi imeli posledično boljši "jutri"? Bi morda zato, da bi se bolje razumeli doma, v službi, med prijatelji? Ali zgolj zato, da postanemo "magnet" za dobre stvari v življenju? Poznate naravni zakon, ki se imenuje Zakon Privlačnosti? Kadar kršimo zakone ljudi, nas morda lahko tudi dobijo. Kadar kršimo Zakone Narave, se vedno dobi rezultat. Kar daš, to dobiš! Zakaj izbrati ravno to delavnico? Posredujemo vam lahko naše lastne večletne izkušnje, tako kot tudi izkušnje ljudi po svetu, ki so podane preko knjig in preko avdio posnetkov.

Dosegate v življenju ali poslovno dobre rezultate? Verjetno DA. In ste si kdaj zaželeli, da bi dosegali ODLIČNE rezultate? Odkrijte torej tisto, po čemer se odlični rezultati ločijo od dobrih.

Mentor delavnice Alfonz M. Ostreljč.

## 5.5. TEČAJ RETORIKE

Tečaj retorike, trening javnega nastopanja s kančkom bontona in poslovne podobe ter komuniciranje z mediji. Časi in razmere se hitro spreminjajo. Tudi nekdanja trdna pravila so zastarala, po drugi strani pa se pojavljajo nova pravila, ki so v duhu sodobnega in hitro razvijajočega se sveta. Poslovni svet nikoli ni bil in ne bo družba samo prijaznih ljudi, uvidnih, solidarnih ter poštenih ljudi.

Poslovni bonton se dejansko ne loči bistveno od »navadnega« vsakdanjega bontona. Lahko bi rekli, da tisti ljudje, ki se v vsakdanjem življenju znajo vesti, se nedvomno znajo tudi v poslovnem svetu. Razlika je le, da je potrebno v poslovnem svetu znanje »reagiranja na različne situacije« tudi uporabiti. Poslovni bonton je pomemben dejavnik za vsakega zaposlenega, ne glede na to, v kakšni organizaciji dela.

Retorika je večšina, zbir napotkov, ki izhajajo iz prakse o tem, kako uporabljamo prepričevalna sredstva, kako razumljivo argumentiramo, kako reagiramo na izzive sogovornikov, kako sestavimo učinkovit govor, kako uskladimo besedno in nebesedno govoricu, kako pravilno poslušamo, beremo in si zapisujemo.

Komunikacijski trening na tečajih retorike nam pomagajo, da se znebimo treme, da samozavestno nastopamo v svojem slogu, da s poslušalci vzpostavimo dober stik in da pri vsem tem – uživamo.

Udeleženci s svojo aktivno udeležbo na seminarju, ki vsebuje poleg teoretičnega tudi praktični del s konkretnimi vajami bodo:

- izboljšali ali nadgradili svoje znanje retorike ter komunikacijske veščine
- pridobili večjo samozavest in izboljšali samopodobo
- obvladujejo prostor, telo, gib, glas
- se naučili poslovne in osebne komunikacije
- znali upravljati s svojo energijo – se znebiti oziroma preobraziti strah v kreativno energijo
- razumeti svoja čustva in izboljšati medosebne in poslovne odnose
- samozavestno izpeljati prezentacije, zagovarjati svoja dela in projekte
- znebili se treme pred javnim nastopanjem
- znali pripraviti vsebino svojega nastopa ter ga prepričljivo in sproščeno izvesti
- v vsaki formalni in manj formalni situaciji vam bodo v pomoč pravila komuniciranja in vedenja
- dobili konkretne individualne nasvete

Mentorica programa je Darja Gačnik Kleva.

**Za vse programe, ki jih izvajamo, je potrebno izpolniti prijavnico.  
Ko se prijavi zadostno število interesentov, vas obvestimo o začetku izvajanja tečaja.**



## 6. SPLOŠNO NEFORMALNO IZOBRAŽEVANJE

### Potek splošnih neformalnih izobraževanj

Prijave za vpis v posamezne tečaje in delavnice zbiramo vse leto. Program se izvede, če je vpisanih vsaj minimalno število udeležencev. Posebnih pogojev za vpis ni.

Tečaji in delavnice potekajo na sedežu Ljudske univerze Trzič, Šolska ulica 2, Trzič. Cena tečaja je odvisna od programa, ki ga udeleženec izbere, in števila udeležencev. Ponujamo možnost plačila na več obrokov.

### 6.1. LIKOVNO ŠPORTNI POLETNI TABOR

Športna zveza Trzič in Ljudska univerza Trzič vsako leto organizirata poletni tabor na morju za otroke stare od 7 – 15 let in sicer v mesecu juniju.

Tabor je športno, likovno in plesno obarvan.

Glede na izjemno pozitiven odziv otrok je vsako leto na taboru likovna delavnica pod mentorstvom priznanega tržiškega slikarja Vinka Hlebša. Gibalne aktivnosti (z igrami), ki predstavljajo pomemben zunanji dejavnik celostnega razvoja otroka (omogočajo telesni, gibalni, miselni, čustveni in socialni razvoj) vodijo Biserka Drinovec, Mateja Malovrh, Mateja Dolžan, Jure Markič ...

Naravoslovni del poteka ponavadi pod vodstvom Barbke Drobnič in Martine Šmitek. Večeri so obarvani z različnimi sprehodi ob obali ali zabavi ob družabnih igrah. Prav vsako leto so otroci zelo navdušeni in je s prijavi potrebno precej pohiteti.

### 6.2. MEDIJSKA PISMENOST

Medijsko opismenjevanje nam razkrije pogled v zakulisje medijev in nas usmerja h kritični distanci do ponujenih medijskih vsebin in k razumskemu ter dejavnemu izbiranju medijev. Je perspektiva preko katere se izpostavljamu medijem in interpretiramo pomen sporočil in informacij, ki jih dobimo. Perspektivo pa lahko gradimo samo s pomočjo strukture znanja.

Udeleženci seminarja se bodo naučili kako mediji oblikujejo naše predstave o svetu in sebi ter kakšne učinke imajo mediji na posameznika in družbo. Ob koncu učnih ur bodo sposobni ter imeli zadostno znanje da bodo lahko kritično spremljali množične medije in njihove vsebine, jih znali vrednotiti kakor tudi sočasno razvijati lastno interaktivno oblikovanje različnih medijskih vsebin.

Program udeležencem omogoča, da pridobijo znanje o tem, kako komunicirati z mediji in kako preko vstopa v javne množične medije komunicirati z drugimi ciljnim skupinami, ki jim želijo sporočiti določeno informacijo. Udeležence spodbuja, da s kompetentnim oblikovanjem stališč ter moralnih standardov gradijo svoj osebni etos. Tako zasnovano medijsko opismenjevanje omogoča kritično razmišljanje o ponujenih medijskih vsebinah in podobah, saj gre za ustvarjalni vstop v množično-komunikacijski prostor.

V dveh dneh izobraževanja se bodo udeleženci seznanili s trenutno podobo medijev pri nas, spoznali bodo, kateri mediji obstajajo in na kakšen način delujejo. V nadaljevanju bodo spoznali vpliv medijev na posameznike, skupine in družbo kot celoto, problematične teme kot so: nasilje, idoli, stereotipi, spodbujanje potrošniškega načina življenja in umetno ustvarjanje potreb, bodo še posebej izpostavljene. Udeleženci se bodo seznanili tudi s pomenom kakovostne informacije in kako le ta vpliva na aktivno državljanstvo, ter spoznali ključna orodja PR (ang. public relations): sporočilo za javnost, medijski načrt, novinarska konferenca.

Na delavnici bodo obravnavani naslednji zaokroženi tematski sklopi:

- Predstavitev medijev in načina njihovega delovanja
- Kaj so mediji – »novi mediji«
- Kaj je medijsko izobraževanje
- Osebna kontrola nad mediji
- Načela in tipologija medijske pismenosti, definicije medijske pismenosti
- Medijska konstrukcija realnosti
- Medijske vsebine
- Vpliv medijev na posameznike, skupine, družbo
- Mediji in demokracija
- Participacija v medijih – pot do aktivnega državljanstva
- Sodelovanje z mediji (PR) – kako pripraviti medije, da nam služijo
- Ob koncu seminarja bodo pridobili znanje in bili bolj medijsko pismeni kar jim bo omogočilo samozavestno komuniciranje z mediji, kritično razmišljanje o medijskih vsebinah ter kako medije uporabiti v svojo korist.

Mentorica programa je Darja Gačnik Kleva.

### 6.3. KAKO IZDELATI OSEBNI FINANČNI NAČRT

Namen delavnice je udeležence poučiti o tem, kako vrednostno izmerimo svoje trenutno finančno premoženje, vzpostavimo nadzor nad svojimi stroški ter pripravimo osebni načrt varčevanja, ki so izhodiščna točka za nadaljnji razvoj osebne finančne načrta.

Poudarek je na analizi in zelo koristni praktični uporabi osebnih finančnih izkazov, kot so: osebna bilanca stanja, izkaz denarnih tokov in budžet.

**Učni cilji delavnice so:**

- na praktičnih primerih razložiti, kako izdelati in analizirati osebno bilanco stanja;
- definirati »premoženje« z uporabo pojma »neto vrednost premoženja«;
- razlikovati med sredstva, ki povečujejo oz. zmanjšujejo vrednost premoženja;
- na praktičnih primerih razložiti, kako izdelati in analizirati osebni izkaz denarnega toka;
- pojasniti, kako razviti budžet (proračun), ki omogoča osebno varčevanje.

**Vsebina in potek izvedbe:**

Delavnica je sestavljena iz dveh glavnih delov. V prvem delu je predstavljena osebna bilanca stanja, njen namen in glavne sestavine. Predstavljena je razlika med sredstvi, ki na dolgi rok

povečujejo oz. zmanjšujejo vrednost premoženja. Obrazložena je formula za izračun osebnega premoženja in njena slikovna uprizoritev. Sledijo praktični primeri, ki jih udeleženci rešujejo individualno ali v parih.

Drugi del zajema predstavitev osebnega izkaza denarnih tokov in budžeta, ki omogočata spremljanje denarnih prilivov in porabe denarnih sredstev. Pojasnjena je njuna izdelava. Predstavljeni so dejavniki, ki vplivajo na denarne prilive in odlive. Sledijo praktična pojasnila, zakaj je dobro imeti izdelan načrt za prihodnje stroške in varčevanje. Katere so njegove koristi in kaj potrebujemo za njegovo izdelavo. Sledijo praktični primeri, ki jih udeleženci rešujejo individualno ali v parih.

**Realizacija ciljev**

Po končani delavnici bodo udeleženci znali izdelati osebno bilanco stanja, osebni izkaz denarnega toka ter budžet oz. načrt za prihodnjo porabo in morebitna varčevanja.

Mentor programa je Dragan Živkovič.

## 6.4. TRENING ASERTIVNOSTI

Asertivnost pomeni učinkovito izmenjavo naših misli in občutkov v socialnih situacijah na način, ki tudi upošteva in dopušča mnenje drugih. Takšno poznanstvo obenem predstavlja ključ do zadovoljstva v medosebnih odnosih, kjer si asertivni ljudje krepijo samozaupanje in zadovoljstvo. Z dosegom takšnega vzorca obnašanja tovrstno zadovoljstvo doživljajo na vseh področjih življenja. Asertivnost je izraz, ki poleg zaupanja v svoje sposobnosti, spoštovanje samega sebe, pomeni tudi in predvsem učinkovito komunikacijo. S takšno komunikacijo se uspešno soočamo v še tako neprijetnih vsakdanjih situacijah saj bomo znali mirno vztrajno in odločno zagovarjati svoje pravice, izraziti občutke nasprotniku, če nas žali ali kriči na nas. S spoštovanjem se bodo udeleženci naučili znati izraziti nasprotovanje, kadar se z nečim ne strinjajo, delujejo z jasnim namenom in ne nazadnje znajo biti del rešitve, ne problema. Del aktivnosti bo tudi namenjen celostni obravnavi konfliktnih situacij ter spoznavanju in osvajanju prilagojenih, družbeno sprejemljivih in konstruktivnih odzivov na le – te.

**Vsebina:**

- Razvijanje pozitivne psihološke klime in pozitivne skupinske dinamike
- Komunikacija, cilji komunikacije, komunikacijski model
- Verbalna in neverbalna komunikacija
- Elementi pozitivne komunikacije
- Komunikacija v odnosu do državnih institucij
- Prepoznavanje lastnih čustev in čustev drugih
- Izražanje lastnih čustev
- Odgovornost do sebe in drugih
- Komunikacijski šumi
- Konflikti in konstruktivno reševanje konfliktnih situacij
- Pasivni, agresivni, asertivni odziv na konfliktno situacijo
- Asertivnost v medosebnih odnosih, asertivnost v odnosu do sebe
- Spoznavanje in razvoj asertivnih vzorcev vedenja
- Individualni akcijski vedenjski načrt za prihodnost

**Metoda dela:**

Program se izvaja v malih skupinah (do 15 udeležencev), po metodi izkustvenega in socialnega učenja. Metoda, ki jo pri svojem delu uporabljamo, spodbuja medsebojno zaupanje, odprto komunikacijo in pozitivno skupinsko dinamiko, kar ustvarja optimalne pogoje za individualno in socialno učenje. Udeležence programa s tehnikami kot so igre vlog, simulacije, diskusije, analiza primera ipd, spodbudimo k aktivni udeležbi in aktivnem, izkustvenem razmišljanju o temi, kar olajša prestrukturiranje miselnih in vedenjskih vzorcev.

Mentorica programa je Darja Gačnik Kleva.

## 6.5. KAKO RAVNATI S PAMETNIM TELEFONOM

Naše življenje spremlja hiter tehnološki napredek in razvoj, ki od nas zahteva vedno več znanja in veščin. Pametne naprave, med katere sodijo mobilni telefoni, nam olajšajo marsikatero opravilo. Velikokrat pa se pri rokovanju z njimi čutimo prestrašene in (ali) nevedne.

Delavnica, ki jo v letošnjem letu pripravljamo prvič, je namenjena vsem, ki si želijo uporabljati svoj mobilni telefon, pa ne obvladajo osnovnih (in razširjenih) funkcij aparata. Pametni telefoni nam ponujajo ogromen potencial, ki ga lahko izkoristimo.

Na delavnici vam bo mentor prikazal kako se lotite uporabe telefonov in vas osvobodil strahu pred njim.

## 6.6. USTVARJALNE DELAVNICE

Praznikov, ob katerih se je mogoče ustvarjalno izraziti, se vsakič znova veselimo, zato ob njih za otroke in odrasle pripravljamo ustvarjalne delavnice pod mentorstvom Majde Fiksl in Maje Vester. Delavnice trajajo 2 do-3 ure.

Praznujemo pred novim letom, ko poteka delavnica izdelovanja voščilnic, pred pustom, ko se ukvarjamo z maskiranjem, ob materinskem dnevu, ob kresu ...



## 7. SREDIŠČE ZA SAMOSTOJNO UČENJE

S Središčem za samostojno učenje smo v Trziču uresničili želje in potrebe po prostoru, opremljenim z računalniki in brezplačnim dostopom do interneta ter elektronske pošte.

Udeležencem nudimo zanimive poti pridobivanja znanja s pomočjo multimedijskega gradiva (CD-romi), avdio sredstvi (televizor, videorekorder), dostop pa imajo tudi do knjižnega gradiva. Vsebine, ki se jih lahko učite in dostopna učna gradiva:

- tuji jeziki (nemščina, angleščina, italijanščina),
- računalništvo in internet,
- 10-prstno slepo tipkanje,
- zgodovina,
- geografija.

Prednosti samostojnega učenja se kažejo v povečani samostojnosti udeleženca, saj si sam izbere vsebino, čas, ritem in gradivo, določi si cilje učenja in prevzame odgovornost za napredek pri učenju. Hkrati pa mu je na voljo svetovalka, ki ga lahko usmerja pri njegovem delu.

Obisk središča je možen vsak dan med ponedeljkom in petkom od 8. do 16. ure.



## 8. JEZIKOVNI TEČAJI

Jezikovno izobraževanje je namenjeno vsem, ki bi radi pridobili ali nadgradili znanje tujih jezikov zato vpisujemo v 30 urne jezikovne tečaje za odrasle:

- angleščina (začetni, nadaljevalni),
- nemščina (začetni, nadaljevalni),
- francoščina (začetni, nadaljevalni),
- španščina (začetni, nadaljevalni).

Lahko se prijavite tudi na individualno učenje tujih jezikov.



## 9. OSEBNA RAST - PROGRAMI Z NATALIJO BRUMEN

V kolikor obiskujete dva programa, vam podarimo mini tečaj (15 ur) z naslovom "Reševanje konfliktov." V kolikor obiskujete tri programe, izlet strokovne ekskurzije dobite brezplačno v maju 2014

### 9.1. OSEBNOSTNI PROFIL

Preko desetih elementov človekove osebnosti bomo spoznali samega sebe in si konkretno izdelali svoj osebnostni profil. Teh deset elementov čl. osebnosti je: Osebnostne lastnosti, značaj, temperament, vrednote, intuicija, odprti element, zunanji element (vpliv družbe, vzgoje); samoiniciativa(notranja volja) ter čustva/razum. Način dela bo obsegal predavanje in veliko samostojnega dela (testi, vprašalniki, samoevalvacije, refleksije... ki so v gradivu). Na koncu vsak udeleženec dobi vpogled v samega sebe preko izdelave lastnega osebnostnega profila.

### 9.2. IZDELOVANJE NARAVNIH MAZIL, TINKUR, PILINGOV, SOLI

Seznanili se bomo z naravnimi načini zdravljenja. Preko demonstrirane metode si bomo pogledali, kako se pripravijo domače kreme in mazila; olja za lase, olja za kožo, oljne kopeli, olja za masaže; seznanili se bomo s preprosto tehniko izdelovanja mila, pilingov in mask ter izdelke iz soli (solne kopeli na podlagi določenih zelišč in rožic za posamezne vrste bolezni); pogledali si bomo pripravo tinktur in izvlečkov, ki bodo namenjeni za natiranja, masaže in obkladke. Za material je poskrbljeno (na koncu tečaja prejmete eno izmed solnih kopeli). Prejmete tudi gradivo.

### 9.3. MOČ ZELIŠČ IN DIŠAVNIC V POVEZAVI S KULINARIKO

Seznanili se bomo s splošnimi pojmi zeliščarstva: Kako in kdaj se nabirajo; kako in kje jih sušimo, skladiščenje zelišč ipd. Nato si bomo natančno pogledali 15-20 najpomembnejših zdravilnih rožic (demonstracija, ali na terenu ali prinesena zelišča na tečaj – odvisno od dogovora); Obenem bomo pridobili kar nekaj novih receptov, pri katerih se bodo uporabljala omenjena zelišča, imeli bomo celo pokušino posameznih jedi in čajev; seznanili pa se bomo tudi s pripravo zeliščnih olj, zeliščnega kisa, tinktur, raznih čajnih mešanic. Material in gradivo je všteto.

### 9.4. PSIHOLOGIJA ŽIVLJENJA

Že sam naslov pove, da bo govora o perečih življenjskih temah. Teme so torej povezane z vprašanjem smisla človekovega življenja, vprašanjem usode, naključij in pomena lastnih odločitev; seznanili se bomo s svojimi potrebami, željami, cilji, jih spoznavali in obenem določili ovire in priložnosti za doseg le teh; dotaknili se bomo odnosov (zlasti v družini) in spoznali nekaj načinov kako pravilno reagirati v določenih situacijah; Pomembno vlogo bomo namenili pojmom kot so: samopodoba, samospoštovanje, avtoriteta, pozitivno razmišljanje, energije, magija in nevarnosti v katere lahko zapademo (depresija in podobna duševna stanja) ter podobne za nas aktualne teme. Gradivo vključeno.

## 9.5. SVETOPISEMSKA ŽIVLJENJSKA VODILA

Vešana so na razlago Svetega pisma in razlago Katekizma katoliške Cerkve (KKC), na način branja Odlomkov Svetega pisma, razlago, primerjavo in diskusijo. Tako se bomo dotaknili tem o ljubezni, zakona in ločitev (Pavlova pisma); o smrti in posmrtnem življenju; o pomenu osebne vere; o poslednjih dnevih (konec sveta- Apokalipsa); o maščevanju in krivdi; o ponižnosti, skromnosti in naivnosti; o svobodni volji in ujetništvu, o delovanju egoizma in altruizma ipd. nasprotji, ki se nenehno pojavljajo v naših vsakdanjih življenjih. Prejmete gradivo, ki sem ga izdelala na podlagi znanj na Teološki fakulteti – sem univ. dipl. teologinja in v skladu z verodostojnostjo Svetega pisma in KKC.

## 9.6. ŠRI AUROBINDOVA INTEGRALNA JOGA

Seznani se bomo s povsem novo obliko joge, ki je v našem prostoru skoraj nepoznana in je 'celostna joga', kar pomeni, da združuje vse dotedanje oblike jog, ter jih pelje do zedinjenja z Božanskim. Integralna joga zahteva kar nekaj predznanja ali vsaj globoko željo po duhovnem iskanju. Gre za miselno obliko joge, kjer je bistvo doseči notranjo preobrazbo. Osredotočili se bomo na vse plasti in nivoje našega mišljenja, čustvovanja in delovanja na podzavestni in zavestni ravni. Začeli bomo s fizičnim, vitalnim umom, pa preko intuicije, prekuma do naduma. Odkrivali bomo nevarnosti, ki se pojavljajo na poti iskanja (lažni glasovi, lažni vodniki, lahke/težke poti, razna videnja, telesni in duševni znaki, zaslepljenost... ipd. Priporočeno je da si Knjigo 'Integralna joga', kupite ali sposodite, ker bomo prakticiranje izvajali po knjigi.

## 9.7. INDIVIDUALNA SVETOVANJA IN TERAPIJE

Izvajam svetovanja in terapije po lastni metodi, tehniki in obliki dela na podlagi intuitivnih zaznav in svojega Vodnika z naslovom Ajila teorija-teorija odprtega humanizma, kjer je poudarjen skrajno individualiziran način dela, saj izhajam iz načela, da kar enemu koristi, lahko drugemu škodi. Ajila terapija je 'samospoznavna terapija'. Kot svetovalka in Ajila terapevtka, človeku želim pomagati priti nazaj do njega samega, do njegovega jedra – edino tako lahko najdemo izvor vseh težav. Nič namreč ne prihaja od zunaj, vse se rojeva znotraj nas, ne glede na okoliščine in situacije.



## 10. PROJEKTI

### 10.1. GRUNDTVIG

V projekt se je Ljudska univerza Tržič vključila s partnerji iz Grčije, Romunije, Velike Britanije, Nizozemske in Poljske. Od 1.9.2012 do 31.8.2014 bodo potekala strokovna srečanja pod naslovom *Reactivating senior citizens and youngsters in society* (Starejši občani in mladostniki v družbi). Projekt bo potekal v smislu medgeneracijskega učenja in spodbujanju aktivnega staranja. Starejši bodo tako mlade seznanili z kreativnimi dejavnostmi, mladi pa bodo starejše naučili uporabljati IKT tehnologijo. Glavni cilj projekta je motivacija starejših za pristop k vseživljenjskemu učenju, ter povezovanje dveh generacij. Medgeneracijski programi pomagajo pri odpravljanju stereotipov o ciljni populaciji starejših odraslih v družbi. Pri starejših odraslih gre za prenos pomembnih znanj na mlajšo generacij, kar pa prav tako predstavlja neke vrste podlago za lokalni in regionalni razvoj. Nadejamo se ponovnih dobrih rezultatov projekta.

### 10.2. TEDEN VSEŽIVLJENJSKEGA UČENJA

Teden vseživljenjskega učenja je projekt nacionalnega pomena. Po vsej Sloveniji poteka istočasno — v mesecu maju 2013. Ponuja različne oblike in možnosti učenja, uresničuje pa zamisel o vseživljenjskosti in nenehnem pretoku učenja. Namen teh prireditev je ozaveščanje najširše javnosti o potrebnosti, pomembnosti in vsenavzočnosti učenja, prebujanju radovednosti, razvijanju pozitivnega odnosa do učenja, pa tudi premoščanju različnih pogledov ter gojenju kulture medsebojnega sprejemanja in razumevanja. V enem tednu bomo izvedli vrsto zanimivih delavnic, predavanj, predstavitev ... Prireditve ob tednu vseživljenjskega učenja bodo objavljene na spletni strani v mesecu aprilu 2013. Dogodki TVU so namenjeni ljudem vseh starosti, vrst in stopenj dosežene izobrazbe, z različnimi interesi, željami in potrebami, povezanimi z raznovrstnimi vlogami, ki jih v življenju prevzemamo — doma, pri delu, v družbi.

### 10.3. PROGRAMI SPLOŠNEGA NEFORMALNEGA IZOBRAŽEVANJA ODRASLIH OD 2012 DO 2014

Na Ljudski univerzi Tržič izvajamo nove izobraževalne programe, ki bodo zaradi kandidiranja na razpisu Ministrstva za izobraževanje, znanost, kulturo in sport v celoti financirani iz sredstev Evropskega socialnega sklada in omenjenega Ministrstva.

#### PROGRAMI SPLOŠNEGA NEFORMALNEGA IZOBRAŽEVANJA ODRASLIH

Namen programov je zviševanje splošne izobraženosti in razvoj ključnih kompetenc odraslega prebivalstva v Občini Tržič za dejavno vključevanje v življenje in delo. Cilji programov so oblikovanje in izvajanje programov za različne ciljne skupine odraslih, ki zagotavljajo spoznavanje in razvoj ključnih kompetenc, ki jih ljudje potrebujemo za osebni razvoj, aktivno državljanstvo, socialno vključenost in zaposlitev. Izobraževalni programi so: Za prihodnost pomembni kulturni prežitki Tržiča in okolice, Narečni govor kot vrednota in kot temelj kulturnemu zbliževanju, Opremljeni z znanjem angleščine bomo odpotovali, Nemška gotica: spoznavanje pretekle prakse

za kakovostnejšo sodobnost in prihodnost, S temeljnim spoznavanjem slovenskega jezika do samozaposlitve, Razvijanje sodobnih načinov interpretiranja lokalnega kulturnega izročila z namenom vzpostavljanja lokalne kulturne zavesti, Odpravljanje računalniške anksioznosti za lažjo zaposljivost brezposelnih, Računalnik kot medij za demografsko in ekonomskosocialno analizo stanja v lokalnem okolju, Poti do samoučenja: učenja se lahko naučimo, Razsežnosti sakralne dediščine Tržiča in njeno vključevanje v predstave Tržičanov o današnji in prihodnji kulturni podobi.

#### **PROGRAM USPOSABLJANJA STROKOVNIH DELAVCEV V IZOBRAŽEVANJU ODRASLIH**

V naslednjem letu bo Ljudska univerza Tržič izobraževala strokovne delavce iz vse Slovenije, ki se ukvarjajo z izobraževanjem odraslih. Pripravili smo 40 urni program, katerega prva izvedba je bila že v prvi polovici leta 2012, druga pa bo v letu 2013. Ker zaposleni skrbimo za profesionalni osebni razvoj, se vključujemo v številne izobraževalne oblike in razvijamo profesionalne sposobnosti, želimo tudi drugim omogočiti podobno. Za izvedbo omenjenega programa smo bili izbrani kot eni izmed štirinajstih ustanov v Sloveniji, v programu pa smo poudarili usposabljanje strokovnih delavcev za delo z ljudmi s posebnimi potrebami, saj se tudi na ravni izobraževanja odraslih vse pogosteje srečujemo z ljudmi, ki imajo učne težave, imajo pa voljo in potrebo po izobraževanju.

### **10.4. PROGRAM RPO – RAČUNLIŠKA PISMENOST ZA ODRASLE**

Program Računalniška pismenost za odrasle je namenjen odraslim, ki računalnika še niso uporabljali in si želijo pridobiti temeljno znanje za delo z njim za potrebe poklicnega dela in vsakdanjega življenja. Temeljni namen programa je popularizirati in spodbuditi splošno računalniško pismenost med odraslimi, omogočiti vsem kar najbolje uporabljati osebni računalnik in spoznati prednosti njegove uporabe ter ponuditi osnovno računalniško usposabljanje, ki bo omogočilo aktivno vlogo v informacijski družbi vsem ne glede na starost ali doseženo izobrazbo. Udeleženci v programu:

- spoznajo osnovne komponente računalnika in razumejo nekatere osnovne pojme informacijske tehnologije;
- naučijo se uporabljati osnovne funkcije osebnega računalnika in operacijskega sistema;
- naučijo se organizirati in upravljati z nosilci podatkov in datotekami;
- naučijo se pisati, oblikovati in tiskati besedilo;
- znajo uporabljati glavne spletne storitve in elektronsko pošto.

Program obsega 60 ur organiziranega izobraževanja.

Posebni pogojev za vpis ni. V program se lahko vključijo vsi odrasli, ki si želijo pridobiti temeljno znanje za delo z računalnikom.

Program omogoča pridobitev javno veljavne listine. Javno veljavno listino dobijo udeleženci, ki uspešno opravijo preverjanje znanja, kot je določeno s programom.

## **10.5. PROGRAM UŽU – MI (Most do izobrazbe)**

Program UŽU-MI je namenjen manj izobraženim odraslim, ki se želijo vključiti v izobraževanje za pridobitev poklica oz. stopnje izobrazbe. Delo poteka v obliki projektnega učenja, v skupini 10 do 12 udeležencev in traja 120 ur (ki se izpeljejo v obdobju treh mesecev). Delo v skupini vodita 2 usposobljena učitelja, ki program izvajata v okviru izvajalske organizacije, ki je bila izbrana na razpisu Ministrstva za šolstvo in šport.

Glavni namen programa je, da udeleženci pridobijo učne navade, tehnike in spretnosti, ki jim bodo olajšale ponoven vstop v izobraževanje, hkrati pa osvežujejo tudi znanje, ki jim pomaga pri reševanju vsakodnevnih problemov.

Zaradi časa, ki je pretekel od zaključka šolanja, mnogi odrasli potrebujejo osvežitev znanja. Za pridobivanje višje stopnje izobrazbe pa so temeljne spretnosti, povezane s pismenostjo, ključnega pomena za usvajanje učnih vsebin in izkazovanje naučenega pri preverjanju znanja.

Udeležba v programu je brezplačna, program sofinancirata Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport ter Evropski socialni sklad.

## **10.6. PROGRAM UŽU – MDM (Moje delovno mesto)**

Program UŽU – MDM (Moje delovno mesto) je namenjen manj izobraženim zaposlenim na delovnih mestih, ki se ukinjajo, zaradi spremembe tehnologije in prenosa proizvodnje na območja s cenejšo delovno silo, ter tistim zaposlenim, ki želijo pridobiti osnovnošolsko ali poklicno izobrazbo. Utemeljenost in vizijo razvoja programa smo zapisali v predlogu Strategije razvoja temeljnih spretnosti zaposlenih v Sloveniji (2004). Pri zaposlenih želimo spodbuditi razvoj in nenehno izpopolnjevanje temeljnih zmožnosti za kakovostno opravljanje dela/izpolnjevanje zahtev in nalog na delovnem mestu, ki ga zasedajo kot tudi za samostojno/dejavno opravljanje delovnih nalog in zahtev, ki jih prinaša razvoj dela in delovnega mesta (razvoj tehnologije, organizacijske spremembe, poslovne spremembe). Program jih spodbuja k ustvarjalnemu/inovativnemu in razmišljujočemu opravljanju dela, k nadaljnjemu poklicnemu in osebnostnemu razvoju ter k zviševanju izobrazbene ravni. Program obsega 350 ur in je obsežnejši od drugih programov UŽU, saj udeležencem omogoča pridobivanje nekaterih enakovrednih splošnoizobraževalnih znanj v osnovni šoli ter nižjem poklicnem izobraževanju. Izobraževanje izvajata najmanj dva usposobljena učitelja in poteka praviloma v prostorih podjetja, v katerem so zaposleni udeleženci programa.

## **10.7. PPROGRAM BZZ – BRANJE ZA ZNANJE, ZA ZABAVO**

Cilji BZZ so pridobivanje temeljnega znanja in spretnosti za razvoj družinske pismenosti, spoznavanje primernih oblik spodbujanja otrokove pismenosti, različnih oblik aktivnega preživljanja prostega časa z otrokom, primerne otroške literature in splošne knjižnice, spoznavanje, da je branje knjig užitek in zabava. Ciljna skupina so starši predšolskih otrok, ki iz različnih razlogov niso imeli dobrih možnosti za razvoj lastne pismenosti, in tudi tisti starši predšolskih otrok, ki so motivirani za pomoč pri razvijanju pismenosti svojih otrok, vendar so premalo vešči, da bi bili pri tem uspešni.

## **10.8. PROGRAM UŽU – MK (Moj korak)**

Program UŽU- MK (Moj korak) je namenjen odraslim s posebnimi potrebami.

Delo poteka v obliki projektnega učenja v skupini 6 do 12 udeležencev in traja 120 ur. Program je organiziran tako, da se srečanja zaključijo v osmih mesecih. Delo v skupini vodita 2 usposobljena učitelja, izmed katerih je eden specialni in rehabilitacijski pedagog oz. defektolog. Program se izvaja v okviru izvajalske organizacije, ki je bila izbrana na razpisu Ministrstva za šolstvo in šport. Glavni namen programa je obnavljanje in pridobivanje temeljnega znanja in spretnosti, kar udeležencem omogoča lažje obvladovanje situacij v vsakdanjem življenju, večjo samostojnost in odgovornost, vključevanje v različne družbene dejavnosti ter dvig samozavesti in posledično kakovosti življenja. So odrasli, ki potrebujejo pomoč v vsakdanjih življenjskih okoliščinah – pri nakupih, na banki, pošti, v javnem prometu itn.

## **10.9. PROGRAM UŽU – BIPS (Beremo in pišemo skupaj)**

Program UŽU-BIPS je namenjen manj izobraženim staršem, ki imajo otroka v prvem triletju devetletke in mu želijo pomagati pri šolskem delu, pa ne vedo kako. Delo poteka v obliki projektnega učenja, v skupini 6 do 8 staršev, ki obiskujejo program hkrati s svojimi otroki. Program traja 50 ur, 25 ur pa se izpelje v obliki vodenega domačega dela. Program se predvidoma zaključi v obdobju treh mesecev. Delo v skupini vodita 2 usposobljena učitelja, ki program izvajata v okviru izvajalske organizacije, ki je bila izbrana na razpisu Ministrstva za šolstvo in šport.

Glavni namen programa je pomagati staršem pri spoznavanju načinov spodbujanja in motiviranja otroka za šolsko delo, razvijanje sodelovalnega učenja, hkrati pa starši osvežujejo tudi lastno znanje, ki jim pomaga pri reševanju vsakodnevnih problemov.

Z zviševanjem ravni pismenosti staršev se ustvarjajo boljše možnosti za šolanje njihovih otrok.

Udeležba v programu je brezplačna, program sofinancirata Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport ter Evropski socialni sklad.



## STRUCTURE OF THE EDUCATION SYSTEM IN SLOVENIJA

The Slovenian school system has seen a number of changes in recent years which are intended to ensure that as many people as possible realize their right to education.

The key challenges in the field of education in Slovenia are:

- increase the percentage of population having completed a four-year secondary education programme;
- increase the percentage of young people willing to enter vocational education programmes;
- increase the percentage of population having completed a tertiary level of education;
- decrease drop-out rates in the field of secondary education;
- increase enrolment in adult-education programmes;
- increase the rate of functional literacy (in particular in adults);



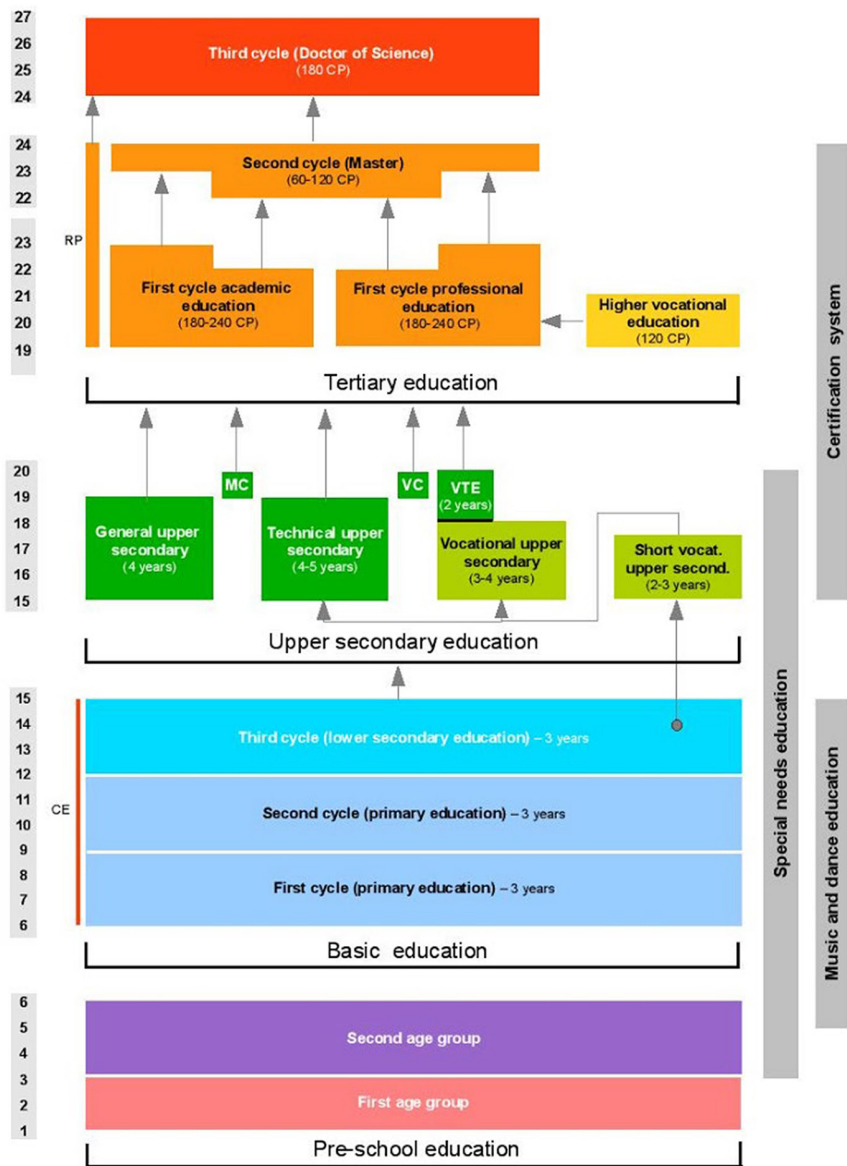
## ADULT EDUCATION

Adult education in Slovenia is a wide ranging and diverse form of education and training which includes formal education to gain higher levels of qualification (general, vocational, technical, professional, and academic), formal specialized training, and non-formal learning of adults, who have passed the compulsory education age but do not have the status of pupil or student. Formal education gives opportunity to adults to gain publicly recognized qualifications (certified education); non-formal education is intended for those who just wish to acquire new knowledge and skills, or who wish to refresh, expand, modernize or deepen their skills (non-certified education). Adult can be educated in special education programmes for adults or in programmes for young people. Adult education is characterized by impressive programme diversity. Education organizations adopts the time of classes, duration, assessment and promotion system to adults and also recognize previously acquired knowledge.

Slovenia has a network of peoples' universities and private organizations for adult education.

# Structure of the education system in Slovenia

Age



- CE Compulsory education MC *Matura* course (general upper secondary second chance education)  
 VC Vocational courses (technical upper secondary retraining)  
 VTE Vocational-technical education (2 years of technical upper secondary education built on previously completed programme)  
 RP Regulated professions (5-6 years long higher education programmes leading directly to a Master degree)  
 CP Credit points Certification system Recognition of non-formal learning scheme



## ADULTS EDUCATION CENTRE OF TRŽIČ LJUDSKA UNIVERZA TRŽIČ

The founder of the Institution is Tržič Municipality. Ljudska univerza Tržič is public institution which has been in operation since 1959. The principal activity of the staff at this institution is adult education. It comprises education, in-service and professional training for persons who wish to gain, refresh, broaden or deepen their knowledge. To satisfy the needs of adult and young people, we organise educational programmes for the completion of elementary and secondary schools, as well as various courses and non-formal learning modes (painting, bobbin work, creative workshops, computer courses, study circles...). Our programmes are aimed at the local area, but we also have experience at the national and international levels. An increasing number of people participate in these forms of education in order to satisfy their needs for personal intellectual development. Through our participation in the project The Centre for Lifelong Learning of Gorenjska we have been able to offer to our community and different target groups the access to knowledge. We co-operate with Retirement home Peter Uzar Tržič, Day care and work centre Tržič, Kranj. From year to year, there is an increase in numbers of older community members who wish to learn what they did not in their youth, and this is why the Third Age University has been operating so successfully for a number of years.



**OBČINA TRZIN**  
Občina Trzin  
Trg svobode 18  
4290 TRZIN



Zavod Republike Slovenije  
za zaposlovanje



REPUBLIKA SLOVENIJA  
**MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,  
ZNANOST, KULTURO IN ŠPORT**



*Naložba v vašo prihodnost*

OPERACIJO DELNO FINANCIRA EVROPSKA UNIJA  
Evropski socialni sklad



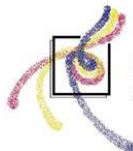
**CEDEFOP**



GD Izobraževanje in kultura



ZVEZA  
LJUDSKIH  
UNIVERZ  
SLOVENIJE



Slovenska univerza  
za tretje življenjsko obdobje

*Spremembe so stalnica prihodnosti*



Andragoški center Republike Slovenije  
Slovenian Institute for Adult Education



**VARSTVENO  
DELOVNI  
CENTER  
TRZIN**

Izdajatelj: Ljudska univerza Trzin.  
Zanjo: mag. Metka Knific.  
Oblikovanje: Igor Šober  
September 2013.

Ljudska univerza Trzin  
Šolska ulica 2, 4290 Trzin  
Tel.: 04/592 55 51, 031/330 404



