



OD
AMATERSKE IZOBRAŽEVALNE
ORGANIZACIJE
DO
SODOBNEGA SREDIŠČA
VSEŽIVLJENJSKEGA UČENJA
ODRASLIH

MULTIMEDIJSKA PODPORA
RANLJIVIM ZA VEČJO VKLJUČENOST V VSEŽIVLJENJSKO UČENJE

Oktober 2019



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
ZNANOST IN ŠPORT

Vsebina

Uvodnik	3
Zgodovina Ljudske univerze Jesenice	4
Aktivnosti Ljudske univerze Jesenice za različne ciljne skupine	11
Program osnovne šole za odrasle.....	11
Svetovalno središče Gorenjske.....	12
Središče za samostojno učenje	19
Jezikovna šola	20
Univerza za starejše	21
Študijski krožki	23
Večgeneracijski center Gorenjske.....	24
Socialna aktivacija Gorenjske	31
Aktivnosti promocije vseživljenjskega učenja	32
Mednarodna dejavnost Ljudske univerze Jesenice.....	35
Aktualni Erasmus + projekti	36
Vseživljenjsko učenje skozi oči različnih ciljnih skupin	38
Brezposelne osebe	38
Starejši.....	40
Priseljenci	42
E- priloge.....	44
Vzorčni izpiti iz znanja slovenščine na osnovni ravni.....	44
Knjižica z osnovnimi informacijami za priseljence: Jesenice, moj novi dom	44
VOIZ - Vprašalnik o odnosu do iskanja zaposlitve	45
Europass življenjepis	45
Program ohranjanja zdravja starejših	46
Znanje za zdravje	46

Uvodnik

Spoštovani,

že šest desetletij je Ljudska univerza Jesenice sopotnik vseh odraslih, ki se zavedajo, da nas učenje spremlja celo življenje. Ljudska univerza Jesenice se je v teh 60-ih letih razvila v sodobno središče vseživljenjskega učenja odraslih - enega najboljših v državi.

Vseživljenjsko učenje je, predvsem zaradi globalizacije, hitrega razvoja novih in naprednejših informacijskih tehnologij ter staranja družbe, danes nedvoumno prepoznano kot eden najpomembnejših instrumentov osebnega in profesionalnega razvoja posameznika.

Stalna skrb za kakovost in vlaganja v strokovni in osebni razvoj zaposlenih, ustvarjalnost ter odzivnost nam omogočajo, da lahko hitro prepoznamo in zadovoljimo izobraževalne ter učne potrebe posameznika, skupnosti in gospodarstva.

Glavna naloga Ljudske univerze Jesenice je odrasle podpirati pri vseh vidikih razvijanja in dopolnjevanja njihovih znanj in kompetenc, s katerimi se bodo lahko prilagodili spremembam tako na trgu dela kot tudi v vsakdanjem življenju.

Prebivalcem Jesenic, Kranjske Gore, Žirovnice, Bohinja in širše gorenjske regije omogočamo, da se celo življenje učijo in usposablajo, zato da bodo bolje živeli ter znali in zmogli opravljati številne vloge, ki jih pred njih postavlja sodobna, nenehno spreminjajoča se družba.

Kakovostno in strokovno delo dokazujemo tudi z veliko uspešnostjo na številnih nacionalnih in evropskih razpisih. Na ta način s pomočjo nacionalnih in evropskih sredstev odraslim nudimo široko izbiro brezplačnih programov učenja in izobraževanja, ki jo dopolnjujemo z različnimi podpornimi dejavnostmi, ki odraslim pomagajo doseгти večjo uspešnost pri učenju.

Ljudska univerza Jesenice je ustanovna članica Združenja izobraževalnih in svetovalnih središč Slovenije, kjer svojo strokovnost in kakovost nesebično prenaša tudi na druge ljudske univerze in soustvarja razvoj izobraževanja odraslih v širšem slovenskem in evropskem prostoru.

Rezultati našega šestdesetletnega dela kažejo, da smo zgodba o uspehu, ki smo ga dosegli s kakovostnim delom, odlično strokovnostjo in velikim osebnim angažmajem.

Elektronska publikacija, ki je pred vami, dokazuje, da bomo zgodbo o uspehu nadaljevali tudi v prihodnje in skrbeli za razvoj vaših osebnih in poklicnih potencialov.

direktorica

Mag. Maja Radinovič Hajdič

Zgodovina Ljudske univerze Jesenice

Pred 60-imi leti, 23. oktobra 1959, je bila ustanovljena Delavska univerza Jesenice kot poklicna ustanova za izobraževanje odraslih v občini Jesenice.

Pot do njene ustanovitve je bila dolga, saj je povezana z izobraževanjem odraslih ne samo po končani drugi svetovni vojni, ampak tudi pred njo. Z ustanovitvijo Delavske univerze so bili ustvarjeni pogoji za oblikovanje in razvijanje ustreznega izobraževalnega sistema odraslih.

Na Jesenicah sta učitelja Ivan Šega in Franc Zupančič že davnega leta 1921 začela prirejati poljudna predavanja, ki so bila namenjena delavstvu. Potekala so v delovnem domu na Savi – Jesenice, in sicer v okviru Prosvetnega društva Svoboda.

Že jeseni naslednjega leta pa je delavstvo KID ustanovilo ljudsko univerzo (oz. vseučilišče). Vsak petek so potekala predavanja, ki se je udeležilo v povprečju 200, pa tudi 300 poslušalcev. Zasluge za tako veliko udeležbo sta imela prav profesorja Ivan Šega in Franc Zupančič, ki sta predavala o sledečih temah: Naša narava, O potresu, Vzgoja otrok, Francoska revolucija, Železna industrija, Črtice iz življenja cvetic, O elektriki idr.. Poleg njih pa je na LU Jesenice predavalo še nekaj profesorjev, ki so priredili kak literarni večer; teme predavaj so bile najpogostejše izbrane glede na želje poslušalcev ali pa glede na dnevne dogodke. Kot je poročal Šega, so se po koncu predavanj, ki so trajala v povprečju uro in pol, mnogokrat razvile zanimive razprave.

Po letu 1930 so vodstvo Ljudske univerze Jesenice prevzeli Tone Čufar, Franjo Federle in Stane Bokal.

Leta 1953 je »na tradicijah predvojnega izobraževanja delavcev v okviru takratne Svobode« delavsko prosvetno društvo »Tone Čufar« ustanovilo izobraževalno sekcijo, ki se je leta 1957 preimenovala v ljudsko univerzo. Temu amaterskemu združenju pa sčasoma ni več uspelo zadovoljevati potreb po izobraževanju in tako je bila 23. 10. 1959 na pobudo Občine Jesenice ustanovljena poklicna delavska univerza z namenom zagotavljanja možnosti pridobivanja, nadgrajevanja in obnavljanja znanja za občane.

V ta namen se lahko organizirajo šole, tečaji, seminarji, predavanja in druge oblike izobraževanja, ki zavodu omogočajo uspešno opravljanje nalog. Ustanovna listina in skromni poslovni prostori ter veliko nalog in spodbud - to je domala vse, kar je Delavska univerza prejela od ustanovitelja na začetku svojega delovanja.

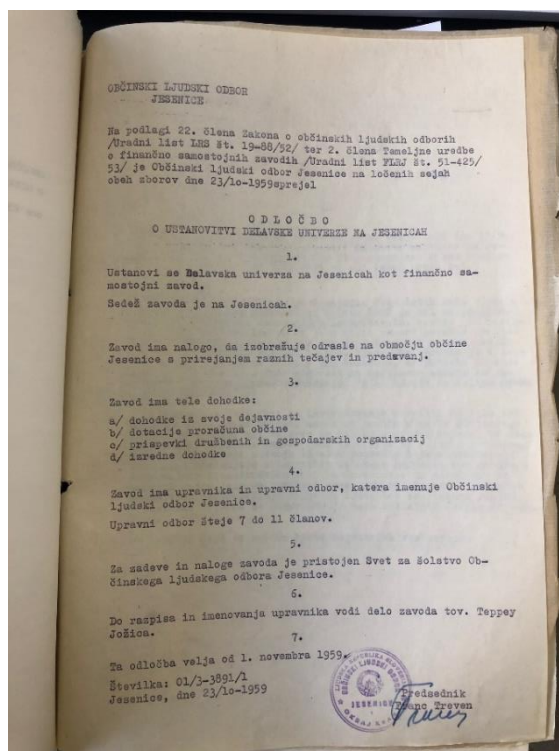
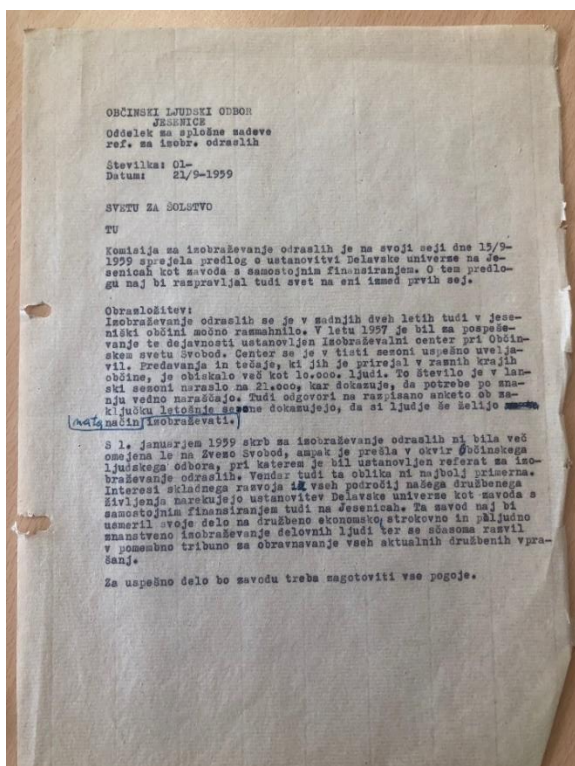
Ustanovitev Delavske univerze Jesenice

Preoblikovanje Ljudske univerze kot amaterske izobraževalne organizacije v Delavsko univerzo Jesenice kot poklicno ustanovo za izobraževanje in usposabljanje odraslih je bilo pogojeno z naslednjimi pobudami in potrebami:

- Sistematično, načrtno in strokovno izvajanje izobraževanja in usposabljanja odraslih postane splošna nujnost in potreba.
- Andragoško zasnovano vzgojno-izobraževalno delo lahko izvaja le poklicna, specializirana in samostojna vzgojno-izobraževalna ustanova za izobraževanje odraslih.
- Potrebe po splošnem, družbenem in strokovnem izobraževanju je potrebno zadovoljevati na celotnem območju občine Jesenice.

Občinski ljudski odbor Jesenice je dne 23. oktobra 1959 sprejel odlok o ustanovitvi Delavske univerze Jesenice in potrdil pravila te ustanove za izobraževanje odraslih.

Delavska univerza se je opirala na vzgojno-izobraževalne izkušnje Ljudske univerze in nadaljevala njeno glavno izobraževalno dejavnost, t.j. izobraževanje in usposabljanje za dvig splošne in kulturne omike mladine in odraslih. Svojo programsko izobraževalno usmerjenost pa je dopolnjevala še z usmerjanjem izobraževanja v družbenopolitičnih organizacijah in v podjetjih. Delavska univerza Jesenice je bila ustanovljena kot zavod, ki opravlja dejavnost posebnega družbenega pomena. Naloge so bile, da skrbi za družbenoekonomsko, družbenopolitično in strokovno izobraževanje državljanov.



V razvoju Ljudske univerze Jesenice zasledimo naslednja značilna obdobja:

a) V prvem obdobju razvoja, t. j. od ustanovitve leta 1959 pa do šolskega leta 1965/66 lahko zasledimo kontinuiteto z Ljudsko univerzo v izvajanju izobraževanja mladine in odraslih za osebno življenje in za dvig kulturne omike. Splošnemu izobraževanju, ki je bilo tedaj razvito, je sledilo izobraževanje za potrebe družbenega delovanja in samoupravljanja, obrambna vzgoja prebivalstva in v manjšem obsegu tudi strokovno izobraževanje za potrebe gospodarstva in družbenih dejavnosti.

Že v tem obdobju razvoja in delovanja je Delavska univerza potrdila upravičenost svojega obstoja. S svojim izobraževalnim delom je prispevala k prebujanju potreb po nenehnem izobraževanju in k uveljavljanju izobraževanja odraslih.

Mihael Cenc, prvi direktor Ljudske univerze Jesenice, je povedal, da porodni krči niso bili enostavni.

»Nihče od nas, zaposlenih na DU, ni bil po izobrazbi pedagog, učitelj, predavatelj. Cilji so bili postavljeni. Reševali smo jih po principu: »Znajdite se.« Da je v svetu kakšna veda, ki se imenuje andragogika, znanost, ki se ukvarja z (vzgojo) in izobraževanjem odraslih, nam ni bilo znano. Ta je prišla za nami, prav tako usposabljanje nas, zaposlenih, za delo z odraslimi, celo s formalizacijo v obliki izpitov pri Zavodu za šolstvo, kar je bila neke vrste licenca. Vzgoja odraslih? Vzgojni cilji v avtorskih režimih so bili vgrajeni tako in tako v vsa dogajanja. Pričakovanja snovalcev DU so bila velika. DU naj bi oblikovala državljane v razredna, marksistično razmišljujoča bitja z osnovnim znanjem filozofije, dialektičnega materializma. Pokazalo se je, da je bilo to utopično pričakovanje, da ne uporabim še kakšne druge, bolj neljubezne besede. Izobraževanja je bilo kar veliko. Tudi po 10 različnih izobraževalnih oblik dnevno. Med njimi veliko večernih šol, kjer so nekateri tudi nadoknadili zamujeno v mladosti. Temu primerno so izgledali kriteriji za pozitivno oceno, ki so bili včasih odvisni tudi od ciljev, npr. če je podjetje za sprejem v delovno razmerje zahtevalo osnovnošolsko izobrazbo, je bil izpitni kriterij prilagojen tem zahtevam.«

b) V obdobju od šolskega leta 1966/67 do 1973/74 pa so nastale pomembne družbene spodbude za nadaljnji razvoj izobraževanja odraslih in vključevanje Delavske univerze v enotni sistem vzgoje in izobraževanja.

Zaradi tega je tudi Delavska univerza v naši občini začela odpravljati zastoj na nekaterih področjih izobraževanja odraslih, spreminjati programsko izobraževalno strukturo, povečevati število zunanjih sodelavcev ter si postopoma izboljševati materialni položaj.

Strokovnemu izobraževanju, ki je nekaj let prevladovalo, je sledilo postopno povečevanje družbenopolitičnega izobraževanja, s čimer je tudi Delavska univerza pospeševala in razvijala samoupravne in družbene procese in odnose.



Skupina udeležencev seminarja na Delavski univerzi Jesenice v sedemdesetih letih

c) Delavska univerza je v tretjem obdobju svojega razvoja, t. j. od šolskega leta 1974/75 pa do 1980/81 ne samo povečala število zaposlenih delavcev od tri na sedem, ampak je tudi utrdila svoj status (vlogo in položaj) v izobraževalnem sistemu ter začela razvijati in utrjevati razvejani sistem izobraževanja odraslih. To pomeni, da so bili ustvarjeni družbeni in pravni pogoji za razvijanje sistema izobraževanja odraslih kot podsistema vzgoje in izobraževanja, saj je obstajalo posebno vzgojnoizobraževalno področje za odrasle, cilji in naloge, programi in oblike izobraževanja ter poklicna ustanova za izobraževanje odraslih (delavska univerza).

Družbenopolitično izobraževanje postane po obsegu prevladujoče področje izobraževanja odraslih. Družbene spodbude vplivajo na razširitev osnovnega splošnega izobraževanja (po letu 1975 se vsako šolsko leto izvede osem oddelkov osnovne šole za odrasle).

Delavska univerza je kot TOZD vključena v VTZ (Vzgojno izobraževalni zavod) Jesenice, ki je povezoval vzgojnovarstvene ustanove, šolo s prilagojenim programom, glasbeno šolo in osnovne šole.

d) V obdobju od šolskega leta 1981/82 do 1990/91 pa je bila Delavska univerza s sprejemom zakona o usmerjenem izobraževanju de facto sestavni del celotnega sistema vzgoje in izobraževanja. Pri uresničevanju nove vizije vzgoje in izobraževanja je zaradi objektivnih in subjektivnih razlogov nastopilo kritično obdobje, v katerem se je znašla tudi Delavska univerza v naši občini.



Udeleženci seminarja politične šole na Delavski univerzi Jesenice leta 1976

Kriza v izobraževanju odraslih je bila pogojena z idealiziranim projektom usmerjenega izobraževanja, in z nastopom kriznih razmer v gospodarskem in družbenem življenju naše družbe, zlasti pa še v naši občini. Zato je po letu 1982 upadlo splošno in strokovno, zlasti pa družbenopolitično izobraževanje in usposabljanje za družbeno in samoupravno delovanje. Delavska univerza se je morala soočiti s težavami in slabostmi, ki so spremljale izobraževanje odraslih in s poskusom njenega vključevanja v skupni center usmerjenega izobraževanja, ki bi združeval poklicne in srednje šole ter institucije za izobraževanje odraslih (delavska univerza in oddelek za izobraževanje odraslih).

Ob iskanju novih programov, oblik in področij izobraževanja odraslih ter ob racionalizaciji vzgojno-izobraževalnega in drugega dela je Delavska univerza v letu izstopila iz VIZ Jesenice. Sočasno pa je bila postavljena pred nove izzive družbenih in gospodarskih razmer, ki so pogojevale prenovo gospodarstva in družbe. Spremenjenim razmeram se je uspešno prilagajala. V drugi polovici tega obdobja prevladujejo naslednje značilnosti v izobraževanju odraslih na Delavski univerzi:

- Obnovljene so bile nekatere oblike splošnega izobraževanja mladine (šole za življenje) in odraslih (predavanja s poljudnoznanstveno in zdravstveno vsebino).
- Uveljavijo se oblike izobraževanja s področja mejnih ved (tečaji o radiesteziji, bioenergiji, jogi, avtogeni trening).
- Izvajajo se programi usposabljanja (USO programi) za opravljanje manj zahtevnih del v skladiščih in v gostinstvu (pomočnik natakarja, kuharja in dela v recepciji) ter tako imenovani nadaljevalni program po končani srednji šoli za delo v mednarodni špediciji.

- Potrebe po dokvalifikaciji in prekvalifikaciji zaposlenih spet uveljavijo izobraževanje za pridobitev poklica (ekonomska srednja šola in upravno - administrativna šola za odrasle).

Kljub temu pa se je zaradi zmanjšanega obsega izobraževanja in usposabljanja zaposlenih in odraslih število zaposlenih delavcev na Delavski univerzi zmanjšalo od sedem na pet zaposlenih.

e) V obdobju od samostojnosti do danes - v razvoju ljudske univerze sledijo bistvene spremembe, ki se izražajo v osamosvojitvi Slovenije (leta 1991), v spremembi družbeno-ekonomske ureditve s sprejemom ustave Republike Slovenije 23. 12. 1991.

Z osamosvojitvijo Slovenije je prišlo do ponovnih sprememb za ljudske univerze, ki so premislile svoj položaj in naloge; poleg tega pa se je spremenil tudi koncept izobraževanja odraslih oz. izobraževalnega sistema na splošno.

Ljudske oziroma delavske univerze ostajajo najpomembnejše institucije za izobraževanje odraslih ob vedno večjem številu konkurentov.

Pomembni so naslednji mejniki:

- Izobraževanje odraslih je dobilo samostojen oddelek na Ministrstvu za izobraževanje, znanost in šport, tako da samostojno razpolaga s sredstvi.
- Ustanovitev Andragoškega centra Slovenije, ki predstavlja gonilno silo razvoja izobraževanja odraslih.
- Zakon o izobraževanju odraslih

Izobraževanje odraslih je postalo aktivni dejavnik razvoja družbe in ne le njen priveseček. S tem so se tudi Ljudski univerze Jesenice odprle nove priložnosti.

Danes Ljudska univerza Jesenice izvaja programe, ki so v nacionalnem interesu in so sestavni del Nacionalnega programa izobraževanja odraslih v RS in pri tem sledi potrebam kraja.

Skozi zgodovino lahko vidimo, kako se izraža fleksibilnost izobraževanja odraslih in vzgojno-izobraževalnega dela ljudske univerze, s čimer prednjači pred rednim šolskim sistemom izobraževanja.

KRONOLOGIJA

POIMENOVANJE

- 1959 – Delavska univerza Jesenice
- 1974 - TOZD Delavska univerza Jesenice
- 1980 - TOZD Delavska univerza Viktor Stražišar Jesenice
- 1992 - Delavska univerza Viktorja Stražišarja Jesenice
- 1997 – Ljudska univerza Jesenice

PROSTORI

Ljudska univerza Jesenice vse do leta 2001 ni imela ugodnih prostorskih pogojev za delo. Slednje dokazuje tudi pogosto menjanje lokacije ljudske univerze, in sicer je dejavnost ljudske univerze potekala:

- 1959 - 1967 prostorih železničarskega gospodarstva,
- 1967 - 1975 v Kosovi graščini (Cesta maršala Tita 64).
- 1975 - 1992 v Gimnaziji Jesenice (Trg Toneta Čufarja 1)
- 1992 – 2001 prostorih vodstev političnih strank na Plavžu (Cesta maršala Tita 86).
- 2001 - 2010 v prostorih vrtca (Cesta Cirila Tavčarja 3a)
- 2010 - deluje v poslovno-stanovanjski zgradbi na Delavski ulici 1.

Do leta 2001 je zato Ljudska univerza Jesenice najemala prostore za izvajanje predavanj in delavnic v šolah, gostinskih lokalih in v domovih delavsko-prosvetnih društev. Mnogo programov in oblik splošnega, družbenega in strokovnega izobraževanja pa je bilo izvedeno v krajevnih skupnostih in v podjetjih, torej tam, kjer so nastali interesi in potrebe po izobraževanju in usposabljanju.

ZAPOSLENI

H kvaliteti, razvijanju in širjenju izobraževanja odraslih pa so prispevali tudi andragoški delavci, ki so svojo izobrazbo dopolnjevali z andragoškim usposabljanjem, delom in izkušnjami. To velja tudi za mnoge zunanje sodelavce. Zaposleni so v različnih oblikah izobraževanja vseskozi pridobivali aktualna andragoška in funkcionalna znanja za delo, vezana na izobraževanje odraslih in vseživljenjsko učenje. Vedno so znali ustrezno informirati, svetovati, izobraževati in predstavljati svoje dosežke doma in v tujini.

Vodilno poslovno funkcijo so doslej opravljali:

- Jožica Teppey (upravnica)
- Ludvig Žorga (upravnik)
- Mihael Cenc
- prof. Srečko Krč
- prof. Sabina Stražišar
- prof. Metka Mihelič
- mag. Maja Radinovič Hajdič

Aktivnosti Ljudske univerze Jesenice za različne ciljne skupine

Program osnovne šole za odrasle

Ljudska univerza Jesenice že od nekdaj ponuja odraslim, ki iz kakršnih koli razlogov niso uspešno končali osnovnošolskega izobraževanja možnost, da se vključijo v program osnovne šole za odrasle in tako dokončajo vseh devet razredov. Na Ljudski univerzi Jesenice se je možno vpisati v 7., 8. ter 9. razred devetletke.

Program devetletne osnovne šole za odrasle je program, ki je namenjen vsem tistim, ki so izpolnili osnovnošolsko obveznost, niso pa uspešno končali osnovnošolskega izobraževanja.

Prednostni cilji osnovne šole za odrasle so zlasti:

- doseganje enakovrednega izobrazbenega standarda, kot ga zagotavlja vzgojno-izobraževalni program OŠ,
- razvijanje temeljne pismenosti ter sposobnosti za razumevanje, sporočanje in izražanje v slovenskem jeziku
- razvijanje zavesti o državni pripadnosti in narodni identiteti ter védenja o zgodovini Slovenije in njeni kulturi,
- usposabljanje odraslih za samostojno in vseživljenjsko učenje in izobraževanje,
- spodbujanje in omogočanje osebnostnega razvoja udeležencev in izboljševanja kakovosti življenja,
- usmerjanje za dejavno načrtovanje življenjskih ciljev in poklicne kariere, razvijanje delovnih navad,
- pripravljanje za nadaljnje (formalno in neformalno) izobraževanje.

Za udeležence programa osnove šole za odrasle je izobraževanje **brezplačno**.



Udeleženec programa Osnovne šole za odrasle Astrit Baxhaku o vprašanju:

[Zakaj se učiti pri sedemdesetih letih?](#)



Svetovalno središče Gorenjske

INFORMATIVNO SVETOVALNA DEJAVNOST V IZOBRAŽEVANJU ODRASLIH

Leta 2002 smo na Ljudski univerzi Jesenice ustanovili lokalno Svetovalno središče Jesenice, v okviru katerega smo izvajali informativno-svetovalno dejavnost v šestih občinah, in sicer Jesenice, Kranjska Gora, Žirovnica, Bled, Bohinj in Radovljica.

Po začetnih negotovih korakih smo med odraslimi postajali vse bolj prepoznavni. Vedno več jih je z našo pomočjo premagalo ovire pri vključevanju v izobraževanje in učenje. Uspehi prvih treh let so nas vodili v odločitve, da dejavnost razširimo. Zato smo leta 2005 začeli delovati tudi v občinah Tržič, Kranj in Škofja Loka in se preimenovali v Svetovalno središče Gorenjska.

Od leta 2008 do 2013 je Svetovalno središče Gorenjska delovalo znotraj Centra vseživljenjskega učenja Gorenjska na območju celotne regije. Dejavnost je bila financirana iz Evropskega socialnega sklada in Ministrstva za izobraževanje, znanost in šport. Regijsko pokritost smo zagotavljali na 10-ih dislokacijah v različnih organizacijah (ljudskih univerzah, knjižnicah, uradu za delo, razvojni agenciji) in s tem svetovalno dejavnost krajevno približali uporabnikom. Za vsebinsko širitev dejavnosti pa smo poskrbeli z mobilno svetovalno službo, ki je delovala na sedežih organizacij in društev, ki združujejo specifične ranljive ciljne skupine. Znotraj mobilne svetovalne službe smo ranljive odrasle motivirali in jim pomagali pri vključevanju v različne oblike vseživljenjskega učenja.

Svetovalno središče Gorenjska je že od začetka svojega delovanja povezano v mrežo svetovalnih središč Slovenije, ki jo koordinira Andragoški center Slovenije in deluje po modelu ISIO – Informativno-svetovalna dejavnost v izobraževanju odraslih.

Od leta 2013 Svetovalno središče Gorenjska deluje s finančno podporo Ministrstva za izobraževanje, znanost in šport.

V našem središču torej že sedemnajsto leto nudimo **brezplačno, kakovostno, strokovno in s tem tudi celostno obravnavo** vsem, ki potrebujejo podporo v obliki informacij, nasvetov, svetovanja in vrednotenja neformalno pridobljenih znanj.

S svetovanjem soustvarjamo dobre zgodbe

Izpit iz slovenščine je ovira, ki jo premagujem s pomočjo svetovalk Svetovalnega središča Gorenjska



Za Svetovalno središče Gorenjska sem izvedela na tečaju slovenščine, ko je prišla svetovalka v razred in nam predstavila, katere informacije in pomoč pri izobraževanju odraslih nudijo. V Banja Luki sem zaključila medicinsko fakulteto, smer laboratorijska diagnostika. Sama sem iskala informacije, kako je s priznavanjem izobrazbe, vendar nisem našla pravega odgovora, tudi ne na vprašanje, kaj se mi prizna in kaj moram še opraviti, če se želim vpisati na zdravstveno nego. Tako sem se oglasila v SSG in svetovalka mi je razložila postopek priznavanja izobraževanja za namen nadaljevanja izobraževanja, saj v SLO ni te smeri, ki sem jo zaključila v BIH. Povedala mi je, katera dokazila so zahtevana in mi pomagala pri izpolnjevanju vloge in opisu izobraževanja v slovenskem jeziku. Po nekaj mesecih sem dobila odgovor in končno izvedela, kako je z nadaljevanjem izobraževanja v Sloveniji in katere izpite moram narediti.

Moje nadaljnje šolanje je deloma zaustavilo opravljanje pripravništva in strokovnega izpita s področja zdravstvene nege. Zaradi spremembe zakonodaje, mi opravljen izpit iz slovenščine na osnovni ravni za opravljanje strokovnega izpita ne zadostuje. Za pomoč pri prevajanju dokumentov in pomoč pri opravljanju izpita ter usvajanju znanja slovenščine na višji ravni sem se ponovno obrnila na Svetovalno središče Gorenjska. Pomagali so mi pri načrtovanju učenja za izpit iz slovenščine, iskanju ustreznega gradiva, poleg tega pa so mi omogočili tudi redno brezplačno preverjanje usvojenega znanja in pisnih izdelkov.

Pomoč pri pripravi na izpit iz slovenščine mi vliva upanje, da ga bom opravila v čim krajšem roku in si tako zagotovila pogoje za zaposlitev v zdravstvu.

Z informativno-svetovalno dejavnostjo uresničujemo naslednje cilje:

- odrasli omogočamo brezplačen dostop do svetovanja in izobraževanja;
- odraslim zagotavljamo kakovostne svetovalne storitve za izobraževanje in učenje;
- učinkovito prispevamo k vključenosti odraslih v vseživljenjsko učenje in k uspešnosti pri tem.

Kot eno izmed 17-ih svetovalnih središč v Sloveniji, zagotavljamo odraslim informiranje in svetovanje

- pred vključitvijo v izobraževanje – usmerjamo in svetujemo pri izbiri ustreznega izobraževalnega programa in organizacije, ki izpeljuje ta program;
- med potekom – svetujemo glede organiziranja učenja, glede odpravljanja težav pri učenju in
- ob koncu izobraževanja – pomagamo pri ocenitvi dosežkov in iskanju novih izobraževalnih možnosti.

Ljudje smo radovedni in ustvarjalni že sami po sebi, le da se tega premalo zavedamo. Mnogokrat vidimo tisoč in eno oviro za vključitev v izobraževanje, ne zavedamo pa se, da je večina le-teh samo v naših glavah. Manj znanja kot imamo, bolj se nam zdijo nepremostljive in večji so strahovi. Ne dovolimo, da nam strahovi in subjektivne ovire preprečijo širjenje obzorja. Z vseživljenjskim učenjem in pridobivanjem znanja lahko bolje predvidimo posledice svojih odločitev in manj nas je strah.

VAS ZANIMA VEČ O INFORMATIVNO SVETOVALNI DEJAVNOSTI?

[Oglejte si video-publikacijo Svetovanje za znanje](#)



CENTER ZA SVETOVANJE IN VREDNOTENJE ZNANJA ZAPOSLENIH GORENJSKE

Posebno pozornost v našem svetovalnem središču v zadnjih letih namenjamo **svetovalni podpori zaposlenim**, ki zaradi potreb na delovnem mestu ali trgu dela potrebujejo dodatna usposabljanja, kvalifikacije ali prekvalifikacije. Z vključenostjo v svetovanje zaposleni lažje sprejmejo odločitve glede izobraževanja, predstavijo svoja znanja, spretnosti in kompetence in izdelajo zbirno mapo oz. elektronski portfolijo.

V procesu **svetovanja** ugotavljamo, kakšne so izobraževalne potrebe zaposlenih v podjetjih oz.

panogah. Zaposlene usmerjamo v ustrezen izobraževalni program, jim svetujemo pri pripravi izobraževalnih načrtov in organizaciji izobraževanja in učenja, ugotavljamo potrebe po razvoju kariere, izvajamo postopke ugotavljanja in vrednotenja neformalno pridobljenega znanja, spodbujamo izdelavo portfolija, nudimo poglobljeno svetovalno podporo in zaposlene podpiramo na poti do vključitve v izobraževanje.

V postopkih **vrednotenja** neformalno pridobljenih znanj pomagamo odkriti znanja in spretnosti, pridobljene izven šolskega sistema in poskrbimo, da spretnosti, veščine in znanja

zaposlenih postanejo vidna in prepoznana. Nudimo pomoč pri predstavitvi delovnih izkušenj in izobraževalnih dosežkov v obliki elektronskega portfolija ali zbirne mape in pomagamo zbirati dokazila o kompetencah in opisati neformalno pridobljeno znanje.

S svetovanjem in vrednotenjem zaposlenih prispevamo k:

- višji motivaciji udeležencev za vključitev v nadaljnje izobraževanje (formalno in neformalno),
- večji fleksibilnosti, mobilnosti in konkurenčnosti na trgu dela,
- spodbujanju razvoja kariere ter k razvijanju ključnih kompetenc.

Svetovalni kotiček

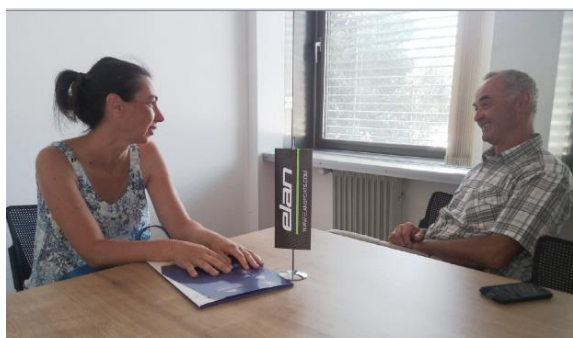
Spoštovani.

Zaključeno imam srednjo ekonomsko šolo, delam kot prodajalka, vendar me delo ne veseli. Rada imam otroke in me zanima, če je možna prekvalifikacija za vzgojiteljico.

Lucija B.

Gospa Lucija, prekvalifikacija iz ekonomskega tehnika v vzgojiteljico predšolskih otrok je možna, in sicer se lahko vpišete v poklicni tečaj predšolska vzgoja, ki traja eno šolsko leto. V tem času opravite strokovne module po predmetniku (splošni predmeti

se priznajo) in praktično usposabljanje v vrtcu ter drugi in četrti predmet poklicne mature. Predavanja potekajo v popoldanskem času, od 2 do 4 krat na teden. Po uspešno opravljenih obveznostih pridobite poklic vzgojiteljica predšolskih otrok. V kolikor boste izobraževanje plačali sami in ga zaključili do septembra 2022, imate možnost zaprositi za povrnitev stroškov šolnine v okviru Javnega razpisa za sofinanciranje šolnin za dvig izobrazbene ravni (v kolikor bodo sredstva še na voljo). Če potrebujete še več informacij, vas vabim na osebni pogovor v naše svetovalno središče. Verjamem v vaš uspeh.



Hkrati razvijamo **partnerstva** s ključnimi deležniki (podjetji, gospodarskimi in obrtnimi zbornicami, sindikati, socialnimi partnerji, regionalnimi agencijami...) s ciljem povečanja dostopa zaposlenim do vseživljenjskega učenja in večje vključenosti v vseživljenjsko učenje. Uspešno sodelujemo s podjetji Acroni d.o.o., HIT Alpine, Sumida d. o. o., Elan d. o. o., SVP Avio Yachts, LIP Bled, Arriva, Iskraemeco in občinami (Jesenice, Kranjska Gora) ...

Svetovalka ISIO in sindikalni zaupnik v podjetju Elan

Svetovanje zaposlenim

V Elanu je večina zaposlenih vključenih v sindikat, in ko imamo več dela, je tudi več problemov, s katerimi se zaposleni obračajo name. Trenutno imamo potrebo po večjem številu proizvodnih delavcev različnih profilov, prav tako pa se srečujemo z veliko fluktuacijo zaposlenih in s težavami pri prenosu znanja med zaposlenimi. Sporočilo s predstavitvijo projekta Svetovanje za zaposlene sem posredoval kadrovske službi, saj menim, da je tovrstno sodelovanje koristno in pripomore k temu, da zaposleni poznajo svoje možnosti za vključitev v različne izobraževalne programe in so motivirane za pridobivanje novih znanj.

Sindikalni zaupnik podjetja Elan, g. Dušan Ferjan

Sodelovanje v projektu prinaša koristi tudi **delovnim organizacijam**:

- prepoznane in ovrednotene ključne kompetence zaposlenih,
- pravi ljudje na pravih delovnih mestih,
- vpeljane podporne dejavnosti v kadrovske politiko podjetja,
- kompetenčni in motivirani kadri,
- izdelani portfoliji zaposlenih,
- lažje planiranje izobraževanj za zaposlene,
- lažje načrtovanje prenosa znanja med zaposlenimi,
- dvig konkurenčnosti in uspešnosti podjetja.

Projekt Svetovanje za zaposlene kot vodilni partner izvajamo v partnerstvu z:

- Ljudsko univerzo Kranj
- Ljudsko univerzo Škofja Loka
- Biotehniškim centrom Naklo
- Šolskim centrom Kranj



VEČ O SVETOVANJU ZAPOSLENIM IN ZGODBAH O USPEHU SI
PREBERITE V PUBLIKACIJI [DOBER DAN ZNANJE](#).



VREDNOTENJE NEFORMALNO PRIDOBLENEGA ZNANJA

Na Ljudski univerzi Jesenice v svetovalnem središču vse večji poudarek dajemo **izvajanju postopkov ugotavljanja in vrednotenja neformalno pridobljenih znanj**. Torej znanj, ki se jih posameznik sploh ne zaveda, ko pa jih prepozna, se mu lahko odprejo čisto nove priložnosti. Temeljni namen vrednotenja, ki ga izvajamo na Ljudski univerzi Jesenice, je evidentiranje in opis znanja in izkušenj posameznika (kompetenc), s ciljem zagotavljati večjo fleksibilnost na trgu dela (za lažjo ponovno zaposlitev, za spremembo dela, za razvoj in spremembo kariere), za osebno rast (dvig samozavesti, dvig motivacije za izobraževanje in

delo, višja kakovost življenja idr.) in razvijanje temeljnih zmožnosti.

Ljudem nudimo strokovno pomoč pri ugotavljanju znanja in kompetenc, pridobljenih skozi različne oblike vseživljenjskega učenja, in pri sistematičnem urejanju le-teh bodisi v klasično zbirno mapo bodisi v elektronski portfolio. Pomagamo jim pri identifikaciji tistega znanja, ki mu sami ne pripisujejo posebnega pomena, in jih naučimo ceniti lastne zmožnosti, veščine in znanja. S tem med drugim prispevamo k večji motiviranosti za pridobivanje novih znanj.

Osredotočeni pa smo predvsem na vrednotenje 8-ih ključnih kompetenc, ki jih navaja Evropska komisija in so potrebne za razvoj v sodobni družbi znanja.

KLJUČNE KOMPETENCE:

- pismenost,
- večjezičnost,
- matematična, naravoslovna, tehniška in inženirska kompetenca,
- digitalna kompetenca,
- osebnostna, družbena in učna kompetenca,
- državljanska kompetenca,
- podjetnostna kompetenca,
- kulturna zavest in izražanje.

Znotraj teh kompetenc pa specificiramo še kakšne bolj konkretne mehke veščine, ki jih lahko preverjamo, po potrebi tudi v sodelovanju z zunanjimi strokovnjaki.



Pri **posameznikih** je še posebej aktualno vrednotenje znanja tujih jezikov, kjer v sodelovanju s profesorici tujih jezikov preverjamo posameznikovo kompetenco sporazumevanja v določenem jeziku ter posamezniku podamo povratno informacijo, na katerem nivoju je njihovo znanje (umeščeni so na stopnje po evropskem referenčnem okviru) in potrdilo o znanju tujega jezika s priporočilom za nadaljnji razvoj njihove jezikovne kompetence.

Prav tako se posamezniki precej odločajo za vrednotenje kompetence komunikacije in reševanja konfliktov, katero preverjamo individualno in vrednotimo: javno nastopanje, mediacijske veščine, prvi vtis, reševanje konfliktov.



Ljudem pomagamo pri oblikovanju e-portfolija in omogočamo, da pokažejo svoj »elektronski obraz«. <https://lu-jesenice.net/e-portfolijo/>. Dokazila in mnenja, pridobljena v postopkih vrednotenja, so za posameznike zelo spodbudna in dobrodošla. Omogočajo jim, da lažje načrtujejo lastna izobraževanja in usposabljanja ter posledično karierni in osebni razvoj.

Prav tako postopke ugotavljanja izraženosti ključnih kompetenc izvajamo za različne **organizacije in podjetja**, kjer ugotavljamo in vrednotimo mehke veščine in ključne kompetence zaposlenih glede na potrebe posamezne organizacije.

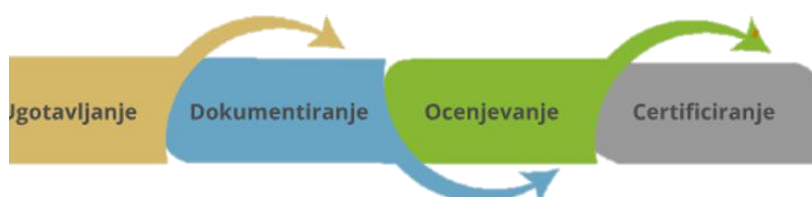
Vse več podjetij se namreč zaveda pomena izbire pravih zaposlenih na pravih delovnih mestih in upravljanju kompetenc zaposlenih, načrtovanju, spreminjanju in razvoju z namenom doseganja boljših poslovnih rezultatov namenjajo vse več pozornosti.

Podjetja so zainteresirana predvsem za vrednotenje kompetence učenje učenja, komunikacije, načrtovanja kariere, motivacije za delo, karierni prilagodljivosti, številnih socialnih veščin ...

V skladu s potrebami posameznega podjetja/organizacije:

- testiramo, preverjamo in vrednotimo znanja in spretnosti, ki so jih zaposleni pridobili izven šolskega sistema.
- pomagamo sistematično zbirati dokazila o kompetencah zaposlenih in opisati neformalno pridobljeno znanje.
- nudimo pomoč pri predstavitvi delovnih izkušenj in izobraževalnih dosežkov v obliki elektronskega portfolija ali zbirne mape z učnimi in delovnimi dosežki.

Postopek vrednotenja neformalno pridobljenega znanja poteka po naslednjih fazah:



Na voljo so nam številna orodja in pripomočki, ki zagotavljajo verodostojnost postopkov vrednotenja.

Vedno več ljudi se zaveda, da neformalno pridobljeno znanje mnogokrat še bolj sledi tehnološkim spremembam kot pa znanje, pridobljeno v klasičnih izobraževalnih programih. Zato na Ljudski univerzi Jesenice vse bolj stremimo k nadgradnji postopkov ugotavljanja in vrednotenja neformalno pridobljenih znanj, predvsem v smislu uporabe čim bolj pestrih orodij in pripomočkov za vrednotenje ključnih kompetenc ter v smislu povezovanja z različnimi deležniki v regiji in ustvarjanju široke in raznovrstne partnerske mreže.

Vas zanima več o vrednotenju (lastnega) znanja?

Obiščite spletni portal [Vrednotenje in priznavanja neformalnega znanja](#).

“

Znanje je zaklad, ki vedno spremlja svojega lastnika.

Kitajski pregovor

Središče za samostojno učenje

Na Ljudski univerzi Jesenice deluje tudi Središče za samostojno učenje (SSU), kjer odrasli lahko samostojno pridobivajo, utrjujejo in nadgrajujejo svoje znanje. Učenje poteka samostojno, udeležencem pa pri izbiri učnih gradiv in načina učenja pomagamo strokovno usposobljeni svetovalci.

SSU je namenjeno vsem odraslim, ki jim iz kakršnih koli razlogov tradicionalno učenje in izobraževanje nista dostopna ali jim ne ustrezata. Učenje v središču je za udeležence brezplačno, saj ga sofinancira Ministrstvo za izobraževanje znanost in šport.

V SSU so na razpolago učna gradiva, ki se uporabljajo predvsem za pridobivanje novih znanj iz različnih področij življenja. Gradiva, ki so na razpolago se nanašajo na področja:

- tujih jezikov (angleščine, nemščine...),
- računalništva (Word, Excel...),
- drugih področij oz. vsebin (osebna rast, zeliščarstva...),
- ter informacij z interneta.



Cilji, na katerih temelji delovanje SSU, so:

- zagotavljanje možnosti neformalnega izobraževanja na način brezplačnega organiziranega samostojnega učenja čim širšemu krogu ljudi;
- širjenje kulture samostojnega učenja in dvig izobrazbene ravni prebivalstva.



Pomoč pri uporabi IKT v Središču za samostojno učenje

Jezikovna šola

Ljudska univerza Jesenice ima v svoji vsakoletni izobraževalni ponudbi tudi tečaje tujih jezikov. Ker se s ponudbo odzivamo na potrebe v lokalnem okolju, organiziramo in izvajamo tečaje slovenščine in šestih tujih jezikov.

NEMŠČINA

ANGLEŠČINA

ITALIJANŠČINA

RUŠČINA

FRANCOŠČINA

ŠPANŠČINA

Tečaji tujih jezikov so namenjeni odraslim z različnim predznanjem, in sicer udeleženci lahko izbirajo med začetnimi, nadaljevalnimi, konverzacijskimi tečaji in poslovnimi tečaji.



Utrinki s tečaja slovenščine pri profesorici Urši Glušič



Utrinek s tečaja nemščine pri profesorici Ireni Švagelj Fajan.



[Več o jezikovni šoli](#)



Univerza za starejše

17. maja 2011 je bil v gledališču Toneta Čufarja na Jesenicah ustanovni zbor **Univerze za tretje življenjsko obdobje Jesenice**. S predavanji smo začeli v šolskem letu 2011/12. Udeleženci so se vključili v pet sekcij, in sicer kreativnost, zdravje, geografija, kulturna dediščina in šport.

Že v prvem letu je bilo v Univerzo vključenih preko 130 upokojencev in ta številka se ohranja skozi vseh devet let delovanja. Približno tretjina udeležencev univerzo obiskuje od samega začetka. V šolskem letu 2014/2015 se je Univerza za tretje življenjsko obdobje Jesenice preimenovala v **Univerzo za starejše**.

V šolskem letu 2015/16 se je število sekcij povečalo za umetnostno zgodovino, naslednje leto pa še za umsko vadbo.

Tako imajo starejši možnost obiskovati sedem sekcij v devetih skupinah. Za kulturno dediščino in šport je zanimanje namreč tako veliko, da sta oblikovani dve skupini.



Srečanja za posamezno sekcijo potekajo dvakrat tedensko po tri šolske ure, razen športa, ki poteka enkrat tedensko po eno uro v telovadnici v Gimnaziji.

Izobraževanje pa ne poteka samo v učilnici, ampak imajo tudi terensko raziskovanje, ekskurzije po Sloveniji in zamejstvu ter zaključne izlete posameznih sekcij. Udeleženci **kulturne dediščine se vsak mesec odpravijo na ekskurzijo**, kjer na terenu v praksi spoznajo tisto, kar so slišali v učilnici. Obiskujejo razstave in pod

strokovnim vodstvom spoznavajo umetniška dela in umetnostno zgodovino.

V sekciji kreativnost poskrbijo, da prostore LU Jesenice **vsak mesec krasi nova razstava**, s svojimi deli pa so gostovali na treh skupinskih razstavah, med drugim tudi v Doliku na Jesenicah. Praznično okrašeni prostori LUJ so delo naših kreativcev.



Zelo obiskana so tudi predavanja pri **zdravju**, kjer predavateljica med drugim poskrbi za sproščanje in dihalne vaje, udeležencem približa tradicionalna znanja, povezana z zdravjem in na predavanja povabi različne strokovnjake in zanimive osebe.

Geografi sledijo spremembami v svetu, povezanimi z geografskimi pojavi, spoznavajo kontinente in Slovenijo.



Za zdrav duh v zdravem telesu poskrbi vsakotedenska športna aktivnost, ki z vajami, prilagojenimi starejšim, poskrbi za moč, vzdržljivost, gibčnost in ravnotežje. Z vajami in nalogami, ki pomagajo ohranjati, krepiti in izboljšati spomin, pa se zabavajo pri **umski vadbi**.

Udeležencem obiskovanje predavanj pomeni več kot samo pridobivanje oz. ohranjanje znanja, spoznavanje novih vsebin in izmenjava izkušenj. Pomembno jim je tudi druženje in ohranjanje socialnih stikov.

Univerzo za starejše sofinancira občina Jesenice, prispevek udeležencev je v obliki članarine za celo šolsko leto.

Januarja 2013 smo skupaj z Občino Kranjska Gora ustanovili tudi **Univerzo za tretje življenjsko obdobje občine Kranjska Gora**, kjer sta na začetku delovali sekciji **zdravje** in **italijanščina**.

V letu 2016 pa smo italijanščino zamenjali za **umsko vadbo**. Predavanja za obe sekciji so organizirana v Mojstrani in Gozd Martuljku.

Udeleženci sekcije zdravje so v letu 2019 začeli biti aktivni tudi v lokalnem okolju – oblikovali so dve neformalni skupini, in sicer Potkarje v Martuljku, ki so pregledali sprehajalno Pot ob Savi in podali predloge za izboljšave in prepoznavnost poti, ter Rutaršce, ki skrbijo za ekološko osveščenost krajanov Rut.



Univerzo za starejše občine Kranjska Gora v celoti financira občina Kranjska Gora, zato je udeležba brezplačna, vsako leto pa je vanj vključenih okrog 80 udeležencev.

Študijski krožki

Na Ljudski univerzi Jesenice že vrsto let organiziramo tudi študijske krožke. Ti predstavljajo obliko **neformalnega učenja**, v kateri se zbirajo ljudje, ki se želijo nečesa novega naučiti o določeni temi, se družiti in narediti nekaj koristnega za svoj kraj in druge ljudi.

Skratka, gre za obliko dela, kjer ni učiteljev, ampak predvsem odprti ljudje, s katerimi je učenje prijetno. Prednost, ki jo imajo v primerjavi z drugimi oblikami učenja je ta, da lahko člani sami dajejo pobude za izbiro teme in na ta način udeležajo svoje interese in specifična znanja.

Cilj študijskih krožkov je promocija znanja, ki ga potrebujemo za razvoj in ohranitev podeželja, za dejavno vključevanje v sodobno družbo in spodbuda za osebni razvoj posameznikov.

Na Ljudski univerzi Jesenice s podporo knjižnice, muzeja in udeležencev študijskega krožka, že dolga leta raziskujemo kulturno dediščino v lokalni skupnosti. Naše raziskovanje ni samo obogatilo lokalni prostor, ampak je bilo opaženo tudi na nacionalni ravni.

Študijski krožek »Ohranjanje kulturne dediščine — Kako so včasih živeli?« je za svoje kvalitetne izvedbe prejel nagrado Andragoškega centra Slovenije - priznanje za promocijo učenja in znanja 2015.

Več v [video](#) predstavitvi.



Aktivno delo v študijskih krožkih pripomore h kakovosti življenja ljudi, saj postane učenje način življenja.



Srečanja v okviru študijskih krožkov

Večgeneracijski center Gorenjske

Z januarjem 2017 je na Ljudski univerzi Jesenice zaživel Večgeneracijski center Gorenjske (VGC). Z brezplačnimi aktivnostmi v občinah Jesenice, Žirovnica, Kranjska Gora in Bohinj, ta projekt na različne načine prispeva k dvigu kakovosti življenja ljudi, pomaga pri njihovem vključevanju v družbo in krepi medgeneracijsko solidarnost.



Otvoritev prostorov Večgeneracijskega centra Gorenjske na LU Jesenice (november 2017)

Ciljne skupine katerim so namenjene aktivnosti VGC so:

- Družine/osebe z nizko delovno intenzivnostjo
- Starejši, zlasti tisti iz socialno ogroženih okolij
- Osebe, zlasti otroci in mladi, ki tvegajo socialno izključenost
- Družine v katerih so bile zaznane slabe starševske kompetence
- Otroci in mladi s posebnimi potrebami
- Migrantski in begunski posamezniki in družine, zlasti otroci in mladi iz teh družin
- Invalidi

Gre za aktivnosti, katerih vsebine so naravnane na pridobivanje uporabnih, kakovostnih, aktualnih spretnosti in znanj tako za potrebe vsakdanjega življenja kot potrebe dela in so sledeče:

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Neformalno druženje uporabnikov ter informiranje in svetovanje. • Motivacijske aktivnosti za dolgotrajno, mlade visoko izobražene brezposelne ter prejemnike socialnih pomoči, namenjene aktivaciji in aktivnem iskanju zaposlitve. | <ul style="list-style-type: none"> • Medgeneracijske aktivnosti namenjene aktivaciji starejših pri prenosu znanj in vrednot na mlajše • Aktivnosti namenjene razvoju znanj in spretnosti potrebnih za lažje in boljše vsakdanje življenje starejših. |
|--|--|

- Pomoč otrokom in mladini s posebnimi potrebami pri izpolnjevanju šolskih obveznosti in vključevanju v družbo
- Izobraževalne aktivnosti namenjene pridobivanju znanj za lažje vključevanje migrantov v družbo.
- Aktivnosti za povečevanje socialnega vključevanja migrantov v družbo
- Medkulturne aktivnosti namenjene aktivaciji migrantov pri povečevanju medkulturne strpnosti.
- Pomoč migrantskim otrokom in mladini vključenim v VIZ pri izpolnjevanju šolskih obveznosti
- Skupine za samopomoč.

Vsakodnevno se v okviru Večgeneracijskega centra izvajajo vsebine, **namenjene socialnemu vključevanju, izobraževanju ter medkulturnemu in medgeneracijskemu povezovanju**. Aktivnosti so zasnovane tako, da so čim bolj pestre, zanimive, naravnane na pridobivanje uporabnih, aktualnih spretnosti in znanj za potrebe dela ter vsakdanjega življenja pripadnikov posamezne ciljne skupine.

Vzpostavili smo sodelovanje z različnimi organizacijami, zavodi in društvi v regijah, v katere uporabniki spadajo, hkrati pa skupaj s prostovoljci nadaljujemo pisanje zgodbe o solidarnostni pomoči in prispevanju k kakovosti življenja.

Aktivnosti VGC se ne odvijajo zgolj na sedežu Ljudske univerze Jesenice, ampak le-te potekajo na različnih lokacijah znotraj posameznih občin:

OBČINA JESENICE

LOKACIJE IZVAJANJA

AKTIVNOSTI

Ljudska univerza Jesenice

Dom dr. Franceta Bergelja

Društvo upokojencev Jesenice

Društvo upokojencev Koroška Bela

Vrtec Jesenice

Osnovna šola Koroška Bela

Zavod Jelša

- IKT delavnice
- Tečaji slovenskega in tujih jezikov
- Predavanja za različne ciljne skupine
- Kreativne delavnice
- Delavnice verižnega eksperimenta
- Kulinarične delavnice
- Individualna učna pomoč in poletne aktivnosti za otroke
- Umska vadba
- Branje pravljič v tujih jezikih ...

OBČINA KRANJSKA GORA**LOKACIJE IZVAJANJA****AKTIVNOSTI**

Dom Viharnik

Gasiski dom Kranjska Gora

Dom krajanov Gozd Martuljek

Sejna soba krajevne skupnosti Mojstrana

Osnovna šola 16. decembra Mojstrana

Osnovna šola Josipa Vandota Kranjska Gora

- Kreativne delavnice
- Predavanja na različne teme
- Gibalne delavnice
- Druženje s stanovalci
- Tečaji tujih jezikov
- Delavnice verižnega eksperiment
- Poletna šola za otroke ...

OBČINA ŽIROVNICA**LOKACIJA IZVAJANJA****AKTIVNOSTI**

Osnovna šola in vrtec Žirovnica

- IKT delavnice
- Kreativne delavnice
- Poletna in jesenska šola za otroke
- Tečaji tujih jezikov
- Delavnice Verižnega eksperimenta
- Predavanja na različne teme ...

OBČINA BOHINJ**LOKACIJE IZVAJANJA****AKTIVNOSTI**Kulturni dom Joža Ažmana Bohinjska
BistricaKulturni dom Stara
Fužina

Zavod Svetega Martina Srednja vas

- Kreativne delavnice
- Predavanja na različne teme
- Gibalne delavnice
- Druženje s stanovalci
- Tečaji tujih jezikov ...

Z organizacijo aktivnosti na različnih občinah in lokacijah le-te **približamo ciljnim skupinam**, ki jih je zaradi izoliranosti ali drugih ovir težje doseči in motivirati za vključitev v dejavnosti.



Delavnice v Stari Fužini v Bohinju



Vadba na stolih v Bohinjski Bistrici

IZJAVA UDELEŽENKE VEČGENERACIJSKEGA CENTRA GORENJSKE

O EFT tehniki sem slišala res veliko, nikoli pa nisem uspela najti časa, da bi se udeležila delavnic izven domačega kraja. Zelo sem bila vesela, ko sem izvedela, da Ljudska univerza Jesenice organizira delavnice EFT-ja v Bohinjski Bistrici. Presenečena sem bila koliko mojih vrstnic se je udeležilo te delavnice. Danes ne obiskujemo samo delavnic EFT-ja ampak se udeležujemo tudi kreativnih delavnic in različnih predavanj. Na delavnicah sem поближе spoznala druge someščanke, s katerimi se družim tudi izven delavnic.

Silva, 69 let

Z vključevanjem v aktivnost večgeneracijskega centra posamezniki na **neformalen način pridobivajo različna znanja in kompetence**, si širijo in krepijo socialno mrežo ter zmanjšujejo socialno izključenost. Za izvedbo aktivnosti in

doseganje ciljev projekta uporabljamo različne metode in pristope dela, ki so odvisna od potreb uporabnika. Hkrati pa skrbimo za širjenje znanja, izmenjavo izkušenj, spoznanj in ravnanj pri delu na projektu strokovnih delavcev, ki so med drugim podlaga za strokovne odločitve, pomembne za izvajanje projekta VGC.



Kulinarična delavnica v Večgeneracijskem centru Gorenjske



Delavnice ločevanja odpadkov



Tečaj slovenskega jezika

Večgeneracijski center Gorenjske ima zelo razširjeno tudi **prostovoljno dejavnost**, velika pozornost je usmerjena v delo s prostovoljci. Prostovoljci, s katerimi sodelujemo, se zanj odločajo iz različnih razlogov, prav vsi pa ugotavljajo, da v procesu pomoči tudi sami veliko pridobijo.

Prostovoljstvo ima velik pomen za skupnost, saj **izboljšuje kakovost življenja v družbi, brani interese posameznikov in skupin**, ki so kakorkoli prikrajšani, potisnjeni ob rob. Je najboljši pokazatelj kaj vse zmore sočuten človek, hkrati pa priložnost za učenje tolerance in spoštljivosti. Izkušnje, ki jih na podlagi izvedenih aktivnosti imamo kažejo, da prostovoljstvo spodbuja medgeneracijsko, medkulturno sodelovanje in povečuje socialno vključevanje uporabnikov.



Individualna učna pomoč

Neglede na to ali gre za delavnice, predavanje, individualno pomoč ali zgolj neformalno druženje, prostovoljstvo ponuja priložnost za spodbujanje strpnosti do drugačnih in odpira prostor, ki daje možnost za povezovanje, pogovor in učenje drug od drugega.

Zato smo na Ljudski univerzi Jesenice maja 2017 pričeli s **prostovoljsko akcijo »Podari uro - na dan, mesec ali leto«**, s katero smo promovirali prostovoljstvo na področju pomoči pri socialnem vključevanju ranljivih ciljnih skupin, kot so starejši, priseljenci, socialno ogroženi in osebe s posebnimi potrebami.



Tiskovna konferenca prostovoljske akcije »Podari uro - na dan, mesec ali leto«



Uro je »podaril« tudi predsednik države. Borut Pahor

Namen akcije je pridobivanje prostovoljcev, ki bi uporabnikom, ki iz različnih razlogov živijo na robu družbe, pomagali **premagovati ovire**, s katerimi se srečujejo v vsakdanjem življenju. K sodelovanju smo povabili različne organizacije kot so: Zavod Jelša Jesenice, Osnovna šola Polde Stražišar Jesenice, Društvo upokojencev Bohinj, Jesenice, Dom upokojencev Franceta Bergelja Jesenice, Zavod svetega Martina Bohinj..., ki so nam posredovale potrebe, ki jih imajo, po opravljanju prostovoljnega dela, za katerega nato poiščemo prostovoljca, ki ga želi opravljati. Z veseljem ugotavljamo, da smo iz leta v leto bolj uspešni in številčnejši.

VAS ZANIMA KAJ VAM PROSTOVOLJSTVO LAHKO PRINESE?

Vzemite si čas in prisluhnite [izjavi](#) naše **prostovoljke Ade Kragl Stare**, ki med drugim pravi, da s prostovoljstvom pridobi občutek notranjega zadovoljstva.



Socialna aktivacija Gorenjske

Ljudska univerza Jesenice v letu 2019 pričenja tudi s triletnim projektom Socialna aktivacija Gorenjske, ki ga financirata Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti ter Evropski socialni sklad.

S projektom se odzivamo na izzive socialne izključenosti, revščine ter težje zaposljivosti žensk, ki imajo jezikovne ovire in prihajajo iz drugih kulturnih okolij.



Glavni cilji projekta:

- razvoj socialnih kompetenc udeleženk,
- dvig funkcionalnih kompetenc udeleženk za aktivno reševanje socialnih problematik,
- dvig motivacije in opolnomočenje udeleženk za vstop na trg dela,
- dvig oziroma pridobitev delovnih kompetenc tj. uporabnih znanj, spretnosti in sposobnosti za izboljšanje možnosti vstopa na trg dela,
- okrepitev sodelovanja različnih deležnikov v lokalnem/regionalnem okolju, ki se aktivno ukvarjajo z udeleženkami.



Foto utrinki z uvodnih srečanj projekta Socialna aktivacija Gorenjske na Jesenicah

Aktivnosti promocije vseživljenjskega učenja

TEDEN VSEŽIVLJENJSKEGA UČENJA

Teden vseživljenjskega učenja (TVU) je **najvidnejša promocijska manifestacija na področju izobraževanja in učenja v Sloveniji**. Projekt usklajujejo na Andragoškem centru Slovenije in ga prirejajo v sodelovanju s stotinami ustanov, skupin in posameznikov po vsej državi pa tudi onkraj naših meja.

Vsako leto od maja do konca junija, v sodelovanju s partnerskimi organizacijami organiziramo **izobraževalne, družabne in slovesne prireditve namenjene promociji vseživljenjskega učenja**.

S TVU prispevamo k udejanjanju slogana 'Slovenija, učeča se dežela' ter pomagamo pri uresničevanju nacionalnih in evropskih strategij na področju izobraževanja.

Poslanstvo TVU je promovirati pomen, vlogo ter možnosti učenja in izobraževanja v vseh življenjskih obdobjih in za vse vloge, ki jih človek prevzema – kot posameznik, član družine, delovnega kolektiva in drugih skupnosti.



Osrednjo vlogo v TVU predstavlja Parada učenja, ki tradicionalno poteka na isti dan na 17 različnih prizoriščih po Sloveniji. Ljudska univerza Jesenice Parado učenja organizira na Stari Savi že od leta 2012, zadnji dve leti pa tudi v občinah Žirovnica in Bohinj.

Na Paradi učenja se srečujejo ponudniki znanj in spretnosti ter povpraševalci po obojem.
Živahen utrip, barvitost, obilo radovednosti, ponosa, upanja ...

Vse to je mogoče doživeti v

družbi zagovornikov in uresničevalcev kulture vseživljenjskosti učenja.



TEDEN IZOBRAŽEVANJA ZA TRAJNOSTNI RAZVOJ

Ljudska univerza Jesenice že tretje leto skupaj z ostalimi članicami Združenja izobraževalnih in svetovalnih središč Slovenije (ZISSS) sodeluje pri Tednu izobraževanja za trajnostni razvoj, ki vsako leto poteka v času Evropskega tedna za trajnostni razvoj, **od 30. maja do 5. junija**.

K odločitvi za sodelovanje v Tednu izobraževanja za trajnostni razvoj, nas je spodbudila usmerjenost k skrbi za zadovoljstvo naših uporabnikov, ki v zadnjem času čedalje pogosteje izražajo potrebo po izobraževalnih

vsebinah s področja trajnosti in trajnostnega razvoja, ne nazadnje pa tudi naša naravnost, da kot organizacija sledimo trendom in delujemo skladno z vsebinami, ki jih ponujamo.

Za spodbujanje načel trajnostnega razvoja na Ljudski univerzi Jesenice v Tednu izobraževanja za trajnostni razvoj pripravljamo različne brezplačne dogodke, predavanja in delavnice na temo trajnosti, s katerimi pripomoremo k **zavedanju o pomenu trajnostnega razvoja**.

Oglejte si video film o ločenem zbiranju odpadkov.

[LOČUJETE TUDI VI?](#)



TEDEN PISANJA Z ROKO

Začetki sodelovanja Ljudske univerze Jesenice na področju pobud z vidika pisanja z roko, segajo v leto 2016, ko smo v okviru Tedna vseživljenjskega učenja sodelovali v skupni akciji »**Radi pišemo z roko**«. Ker se zavedamo, da pisanje z roko ne pomeni le uporabe pisala ampak pomembno spretnost, smo od leta 2018 aktivni tudi v okviru akcije **Teden pisanja z roko**, ki ga organizira društvo Radi pišemo z roko. V času akcije promoviranja pisanja z roko na LU Jesenice organiziramo praktične, zanimive ter uporabne aktivnosti in delavnice, ki spodbujajo pisanje z roko.

Namen Tedna pisanja z roko je:

- Ozvestiti mlajše in starejše o pomenu pisanja z roko.
- Spodbuditi pisanje z roko, ne le z računalnikom.
- Vzpostaviti družbeno pozitiven odnos do pisanja z roko.
- Poudariti pomen razvoja individualnosti. Pisava vsakega človeka je neponovljiva.
- Spodbuditi razvoj fine motorike. Vaja dela mojstra.
- Spodbuditi izražanje spoštovanja in naklonjenosti.



NACIONALNI MESEC SKUPNEGA BRANJA

V letu 2019 smo se pridružili tudi akciji Nacionalni mesec skupnega branja, s katero smo pripomogli k krepitvi prepoznavanja pomena bralne pismenosti in bralne kulture.

V okviru meseca skupnega branja 2019, ki traja od 8. septembra do 13. oktobra 2019, bomo tudi na ljudski univerzi organizirali različne aktivnosti.

"Knjigožreb"

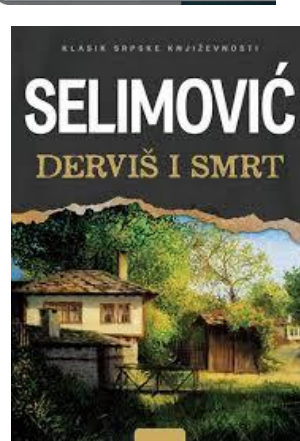
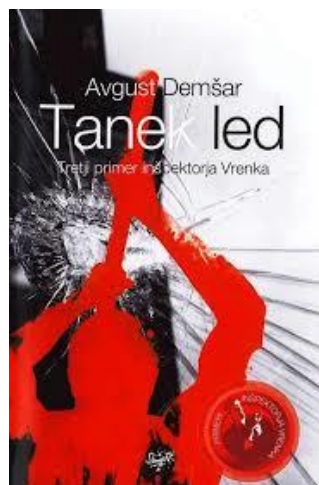
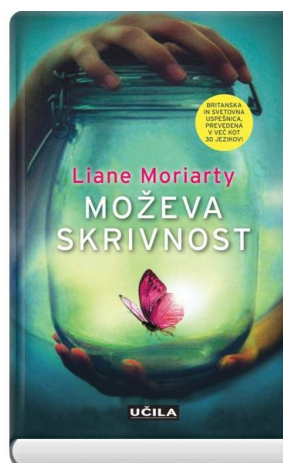
Predstavitve knjige – Tista lepa leta

Knjigo prinesem – knjigo odnesem

Branje pravljic v jeseniških osnovnih šolah

Vabimo vas, da v svojih sredinah in po svojih močeh začnete uresničevati enega od ciljev pobude *Evropa bere*: 15 minut branja ali glasnega branja na dan.

Ker se zavedamo, kako zelo nujna je celovita skrb za spodbujanje bralne pismenosti in bralne kulture, smo za naše udeležence organizirali brezplačne, praktične in zanimive aktivnosti in delavnice, s katerimi smo sledili ciljem pobude *Evropa bere*.



Promocijski akciji branja smo se pridružile tudi zaposlene na Ljudski univerzi Jesenice, ki smo sodelovale pri aktivnosti »Knjigožreb«.

Mednarodna dejavnost Ljudske univerze Jesenice

LU Jesenice je bila **prva slovenska organizacija s področja izobraževanja odraslih, ki je prijavila projekt na razpis evropskega programa Socrates že leta 2000**. Programi sofinanciranja projektov z različnih področij izobraževanja in usposabljanja so potekali sicer že od leta 1987, a področje splošnega izobraževanja odraslih je svoje mesto v njem dobilo šele leta 2000 in že isto leto je bila Ljudska univerza Jesenice s svojo prijavo tudi uspešna.

To je bil projekt z naslovom Moja kultura je drugačna od tvoje, katerega namen je bil razvoj novih metod in materialov, ki učiteljem in predavateljem pomagajo prepoznavati in premagovati kulturno netoleranco in ksenofobijo.

Projekt je **pomembno vplival na razvoj Ljudske univerze Jesenice**, predvsem z vidika spoznanja, da so mednarodni projekti odlični

način za razvoj področja izobraževanja odraslih. Danes, veliko let od naših začetkov v mednarodnih projektih, lahko rečemo, da je Ljudska univerza Jesenice **sodobno izobraževalno središče**, ki odraslim nudi pestro paleto izobraževalnih aktivnosti, namenjenih tako njihovi konkurenčnosti na trgu dela kot tudi kakovosti življenja.

Kaj vam lahko prinese vključitev v mednarodne projekte?
[CMEPIUS, z vami obeležujemo 15 let.](#)

Vključenost Ljudske univerze Jesenice v mednarodne projekte

2001-2004	»Moja kultura je drugačna od tvoje«	Socrates Comenius
2002-2005	»Pravica do učenja«	Grundtvig 1
2004-2006	»Let me learn«	Grundtvig 1
2004-2007	Leonardo da Vinci pilotni » Job tutor«	Grundtvig 1
2005-2006	»Krepitev sposobnosti članov deprivilegiranih ciljnih skupin za uspešno delovanje v družbi« Projekt je bil nagrajen z jabolkom kakovosti.	Socrates Grundtvig 2
2005 –2008	»Boljša kakovost življenja staršev otrok s posebnimi potrebami«	Grundtvig 1
2006	»Računalniška pismenost brezposelnih«	PHARE
2006	»Usposabljanje nosilcev centrov vseživljenjskega učenja« Projekt je bil nagrajen z jabolkom kakovosti.	LDV Moblity VETPRO

2007–2009	»Berimo skupaj«	Grundtvig Učna partnerstva
2007-2009	E-learning » Stari starši in vnuki«	Grundtvig 1
2008	Leonardo da Vinci prenos inovacij »Rubber Knowledge«	Grundtvig 1
2009-2011	Leonardo da Vinci prenos inovacij »E-Rubber Validation«	Grundtvig 1
2011	»Znanje za aktivno staranje«	LDV Mobility VETPRO
2018-2019	»Multikulturnost je naša prednost«	Erasmus + KA1
2018–2020	»Verižni eksperiment v vrtcih«	Erasmus + KA2
2019-2021	»E-učenje za 2035«	Erasmus + KA2

Aktualni Erasmus + projekti

ERASMUS + KA 2 VERIŽNI EKSPERIMENT V VRTCIH



otroci, vzgojitelji, izobraževalci odraslih ter starejši prostovoljci.

Verižni eksperiment v vrtcih je projekt, ki temelji na povezovanju organizacij za izobraževanje odraslih in vrtcev ter **krepitvi medgeneracijskega sodelovanja**. Je odgovor na pomanjkanje priložnosti predšolskih otrok za razvoj osnovnih tehnoloških znanosti in za medgeneracijsko učenje.

Namen projekta je **zagotoviti razvoj osnovnih tehničnih in znanstvenih spretnosti že pri predšolskih otrocih** ter z medgeneracijskim učenjem spodbuditi zanimanje le-teh za tehnične poklice. Zato so ciljna skupina projekta predšolski mentorji z naravoslovnimi in tehničnimi znanji ter

Več o projektu:

[KA2 Verižni eksperiment v vrtcih](#)



ERASMUS + KA 2 E-UČENJE ZA 2035

Glavna tema projekta E-učenje za 2035 je usposabljanje izobraževalcev odraslih na področju nadgradnje in razvoja kompetenc, potrebnih za kakovostno in inovativno izobraževanje in usposabljanje odraslih udeležencev.

Cilji projekta:

- Predvideti in zapisati značilnosti izobraževanja odraslih v letu 2035
- Razviti brezplačni spletni tečaj za izobraževalce odraslih "Kompetence 2035".
- Izdelati metodologijo in pripomoček/orodje za ugotavljanje in vrednotenje kompetenc izobraževalcev odraslih v letu 2035.

V projekt so poleg LU Jesenice vključene še 4 organizacije, ki delujejo na področju izobraževanja odraslih:

- Vestifex Adult Learning Centre, Estonija (koordinator projekta)
- Educraftor, Finska
- L.C. Educational, Ciper
- Sintagmi, Italija

Več o projektu:

[KA 2 E-učenje za 2035](#)



Vseživljenjsko učenje skozi oči različnih ciljnih skupin

Brezposelne osebe

Velik poudarek v okviru naših aktivnosti namenjamo iskalcem zaposlitve. Usmerjamo jih, jim svetujemo in pomagamo pri krepitvi kompetenc, ki so ključne za uspešno delovanje na trgu dela in povečanje zaposlitvenih možnosti.

Cilj našega delovanja, tako skozi informativno svetovalno dejavnost kot skozi neformalne izobraževalne programe za brezposelne je povečati vključenost brezposelnih oseb v vseživljenjsko učenje ter izboljšati kompetence, ki jih le-ti potrebujejo zaradi potreb dela, večje zaposljivosti in mobilnosti ter osebnega razvoja.

Prvenstveno osebam, ki so v fazi iskanja zaposlitve svetujemo o tem kako uspešno konkurirati na trgu dela, in sicer jih **podpiramo na poti do uspešne predstavitve delodajalcu**. Svetujemo jim in jih podpiramo pri pripravi zbirne mape, življenjepisa in prijave na prosto delovno mesto.

Velikokrat se srečamo z vprašanji kakšne so moje prednosti, kaj znam in kako razvite kompetence imam?

The screenshot shows the 'e-svetovanje' portal. At the top, there are links for 'Prijava' and 'Registracija', and the logo of the 'Zavod Republike Slovenije za zaposlovanje'. A navigation bar contains several tabs: 'Kakšen sem?', 'Kaj me zanima?', 'Kaj znam?' (highlighted in orange), 'Kaj naj delam?', 'Kje iščem zaposlitev?', 'Kako kandidiram na delovna mesta?', and 'Kako naj bom aktiven?'. Below the navigation bar, on the left, is a sidebar with a list of links: 'Kaj so kompetence', 'Splošne kompetence', 'Specifične kompetence', and 'Primer opisa kompetenc'. Below this list is a section titled 'Vprašalniki' with a link 'Vprašalnik za samooceno kompetenc' and the text 'Preverite svoje kompetence'. On the right, the main content area is titled 'Splošne kompetence'. It contains a definition: 'Splošne kompetence so tiste kompetence, ki so uporabne tako v različnih poklicih kot tudi v različnih življenjskih situacijah. Omogočajo vam uspešno vključitev v svet dela in družbeno življenje ter povečujejo zaposljivost. Več prenosljivih kompetenc imate in v večji meri jih razvijate, večja je vaša zaposljivost.' Below this is a paragraph explaining the importance of these competences and how they relate to the labor market. At the bottom left of the screenshot, there is a small portrait of a woman.

Do odgovorov na ta vprašanja pridemo s postopki intervjuja in samorefleksije. Brezposelnim svetujemo uporabo **portala e-svetovanje**, kjer lahko skozi samoevalvacijske vprašalnike pridejo do konkretnih odgovorov na vprašanja, ki se jim pojavljajo v fazi predstavljanja delodajalcu.

Na delavnicah v okviru Večgeneracijskega centra Gorenjske gremo z vidika podpore brezposelnim še korak naprej. Udeležence **spoznamo z delodajalci**, tako da povabimo predstavnike kadrovskih služb, ki udeležencem predstavijo zaposlitvene možnosti v njihovih podjetjih in konkretna delovna mesta ter potrebe, ki jih imajo. Prav tako z udeleženci **vodimo zaposlitvene razgovore**, katere ujamemo v objektiv kamere. Na podlagi posnetkov pa raziskujemo kako neverbalna komunikacija vpliva na uspeh pri zaposlitvenem razgovoru.



Delavnica za brezposelne osebe, na kateri so udeleženci spoznavali pomen neverbalne komunikacije



Na poti od brezposelnosti do zaposlitve smo nudili podporo tudi Mojci Gubanc, ki je po večletnem iskanju zaposlitve dosegla svoj cilj in sedaj opravlja delo, ki si ga je vedno želela.

Vabljeni k ogledu [video zapisa](#) v katerem, Mojca opisuje svojo pot do zaposlitve.



Starejši

Ponudba izobraževanj za starejše se na Ljudski univerzi Jesenice širi iz leta v leto, zlasti na področju zdravega načina življenja in kakovostnega preživljanja časa. S prilagoditvijo izobraževalne ponudbe potrebam starejših pišemo dobre zgodbe.



Za vključitev v vseživljenjsko učenje se odločajo tisti, ki so v pridobivanju novega znanja prepoznali koristi za svoje življenje.

Med njimi je tudi gospod Todosja Lazarov, ki v [video zapisu](#) z nami deli misel o tem, kaj pridobi z vključitvijo v izobraževanje.



Udeleženka Univerze za starejše v Kranjski Gori o brezplačnih izobraževanjih *Umska vadba* in *Zdravje*.

Pregovor pravi: »Celo življenje se učimo, na koncu neuki umremo«.

Zadovoljne smo, da nam je Univerza za starejše občane Kranjska gora ponudila možnost brezplačnega izobraževanja z naslovom »Umska vadba« in »Zdravje – naše bogastvo«. Umsko vadbo smo imele v prostorih Društva upokojencev Dovje Mojstrana, Zdravje pa v prostoru Krajevne skupnosti.

Večje število žensk nas je redno obiskovalo predavanja. Vse smo že starejše in mislimo, da marsikaj vemo o življenju, pa smo z velikim zanimanjem poslušale napotke, ki so nam bili novi in še kako uporabni v vsakdanu.

PRIMERI:

ZADIHAJMO POLNO- važno je kako dihati pravilno;
 NAŠA DRŽA IN POČUTJE – kaj sporočamo z držo, z gestami na obrazu;
 SPANJE- ciklus zdravega spanja (rahl spanec, globok spanec)
 HRBTENICA – pravilno sedenje, pravilno dvigovanje bremen
 GHI – lastnosti, obstojnost, koristi za zdravje, uporaba v kuhinji,
 SLADILA – ojačevalci arome, emulgatorji, konzervansi
 KAKO DELUJE NAŠ UM- prepričanja, popačenje
 KAJ JE STRES – vpliv stresa na telo, vpliv stresa na psiho, meditativno dihanje
 KAJ JE MANTRA – zavedni in nezavedni um, želje, pričakovanja

Navedla sem le nekaj primerov predavanj. Med seboj izmenjamo tudi marsikatero lastno izkušnjo, saj vsega ne zna nihče. Novi recepti nam pridejo prav.

Pri predavanju »Umska vadba« pa smo reševale miselne izzive.

PRIMERI:

VAJE ZA KREPITEV SPOMINA IN KONCENTRACIJE:
 Poslušale smo besede predavateljice in jih potem po spominu napisale,
 Napisale 13 živali, ki se začnejo na črko K;
 Iz navedenih črk sestavljale čim daljšo besedo,
 Navedle 10 predmetov, ki imajo šest črk;
 Iz predstavljene slike napisale zgodbo

Še mnogo je bilo podobnih vaj, ki so nam dale krepko misliti in razgibati um. Predavateljica ga. Elvise – izkušena terapevtka v domu »Viharnik«- nam je pripovedovala o raznih doživljajih in izkušnjah. Z zanimanjem smo jo poslušale in zaključila je večkrat z vicem, da smo se dolgo smejale.

Hvala ge. Heleni Žitnik in ge. Elvise za zanimiva in poučna predavanja, rade se jih bomo še udeležile.

Marinka Čebulj

NASVETI ZA KREPITEV SPOMINA



POSKRbite ZA DOVOLJ SPANJA

Med spanjem možgani »pospravijo« vse informacije, ki so jih pridobili čez dan.



ZDRAVO SE PREHRANJUJTE

Redno uživajte z maščobnimi kislinami omega polna živila



GIBAJTE SE!

Možgani morajo biti dobro prekravljeni



USTVARJAJTE SPOMINE S POMOČJO VONJAV

Različni vonji nam pomagajo, da si hitreje priključimo spomine.



NE DOVOLITE MOŽGANOM, DA SE POLENIJO

Rešujte križanke ali sudoku, berite najrazličnejše knjige in se za zabavo pričnite učiti novi tuji jezik



NA PAMET SE NAUČITE TELEFONSKE ŠTEVILKE ZNANCEV

... najprej deset, nato še deset



ZAPOMNITE SI NAKUPOVALNI SEZNAM

Listek s seznamom je zgolj potuha. V trgovini si sproti seštevajte, kolikšen je znesek v vaši košarici ali vozičku.



PRED SPANJEM SE SPROSTITE

Pol ure prej ne glejte televizije, ne uporabljajte telefona, računalnika ali tablice.

Ko ležete, v mislih obnovite dogajanje tega dne, od jutra do večera – tako si boste bolje zapomnili vse podrobnosti – ne le za naslednji dan, temveč tudi za naslednja leta.



Delavnice umske vadbe v občini Žirovnica

Priseljenci

Na Jesenicah je v zadnjih letih zaznati porast priseljevanja, in sicer predvsem iz BiH-a, Srbije, Makedonije, Albanije in Kosova. Z večjo kulturno raznolikostjo se odpirajo nove priložnosti za družbeni razvoj.

Na Ljudski univerzi Jesenice se zavedamo, da raznolikost bogati, samo če se priseljenci integrirajo v okolje. Da bi jim po prihodu pomagali, priseljence vključujemo v informativno-svetovalni postopek, jih napotujemo v programe učenja slovenskega jezika ter na druge delavnice, kjer si krepijo kompetence, potrebne za uspešno integracijo v lokalno okolje.

Ker si želimo, da se priseljenci socialno vključijo, jih učimo slovenskega jezika na drugačen način. To pomeni, da jih učimo tako, da se z jezikom srečujejo v praksi in predvsem, da se srečujejo z večinskim prebivalstvom, ker to pomeni socialna vključenost. Učenje slovenščine na drugačen način od klasičnega, smo predstavili tudi v oddaji [NaGlas](#).



Sedaj znam brati in pisati

V Slovenijo sem prišla leta 2006 iz Kosova. V prvih letih bivanja na Jesenicah sem se pri zdravniku, v trgovini in na ulici sporazumevala predvsem z možovo pomočjo. Prišel je trenutek, ko sem se sama odpravila k zdravniku in s tem prišla do prelomnice, kjer sem spoznala, da moram nekaj narediti, da se bom lažje sporazumevala v okolju, v katerem sedaj živim. Zaradi nerazumevanja jezika sem namreč po nekaj urnem čakanju v čakalnici ugotovila, da je moje čakanje zaman in da so mi že nekaj ur nazaj povedali, da sem s pregledom zaključila in naj odidem domov, saj dobim izvide po pošti. Občutki, ki sem jih takrat doživljala, so bili neprijetni, a danes sem hvaležna za to izkušnjo, saj sem takrat doumela, da moram nekaj spremeniti.

Po obisku zdravnika sem se s sosedino pomočjo udeležila razgovora na Uradu za delo, kjer so mi povedali za Svetovalno središče Gorenjska, ki deluje na LU Jesenice. Že naslednji dan sem obiskala svetovalko, ki me je napotila na začetni tečaj slovenščine. Na tečaju sem morala priznati, da ne znam pisati in brati, saj sem v šolskih klopih preživela le nekaj tednov. Svetovalci, profesorji in ostali tečajniki so me sprejeli in skupaj z mano gradili moje znanje slovenščine. Zaradi vključitve v proces svetovanja imam sedaj v okolju prijatelje, hodim na tečaj slovenščine in delavnice kreativnega ustvarjanja.

Čutim splošno zadovoljstvo zaradi svojih dosežkov, vsekakor pa sem najbolj ponosna na to, da sem se pri teh letih naučila brati in pisati.

(Priseljenka iz Kosova, 56 let)



Fotografije posnete na delavnicah projekta *Prepoznani in povezani*

10 NASVETOV ZA UČENJE SLOVENSKEGA JEZIKA

SPREJMI TE UČENJE SLOVENSKEGA JEZIKA KOT HOBI

V prostem času si vzemite vsaj **30-40 minut**, da se naučite česa novega. Delajte majhne korake in se osredotočite na to, da si naučeno zapomnite.

ZABELEŽITE SI NEJASNE BESEDE

V kolikor ste v dvomu o tem kaj se učite, si **delajte zapiske**. Poiščite pomoč in odstranite dvome.

POSTAVLJAJTE SI MAJHNE CILJE

Zavežite se, da se boste vsak dan naučili **10 novih besed** in prebrali dve kratki zgodbi na teden. Majhen izziv vas lahko pripelje daleč.

ZA UČENJE UPORABITE SOCIALNA OMREŽJA

Uporabite Facebook, Youtube, Twitter ter ostala omrežja, ki so vam na voljo **brezplačno**.

DRUŽITE SE Z NARAVNIMI GOVORCI

V svoj krog prijateljev sprejmite osebe, ki **tekoče govorijo slovenski jezik**. Pogovarjajte se brez zadržkov.

PREBERITE SI VSE, KAR IMATE PRI ROKI

Preberite knjigo, časopis ali brošuro, ki vam je pri roki. Na ta način se **učite in hkrati ponavljate**.

RADOVEDNOST JE KLJUČ DO USPEHA

Bodite radovedni in **postavljajte vprašanja**.

BODITE UČENEC IN UČITELJ

Naučeno **prenesite v prakso**, tako, da to delite s sorodnikom, sodelavcem, prijateljem, sosedom ali znancem.

OB UČENJU SE ZABAVAJTE

Poiščite si način učenja slovenskega jezika, **brez napora** – besedne igre so odličen način za gradnjo besednega zaklada.

SMEJTE SE SVOJIM NAPAKAM

Prav je, da delate napake, katerim se lahko **nasmejete**. Osebe, ki vas pri napačni izgovorjavi popravijo, so dobra naložba v vaš napredek.

Slovene Learning Online

free online course for beginners
WWW.SLONLINE.SI

PLAY WITH
SLOVENE
AND LEARN

Samostojno učenje slovenskega jezika z uporabo spleta

Brezplačno dostopen spletni tečaj, ki ga je razvil Center za slovenščino kot drugi in tuji jezik.

www.slonline.si



E- priloge

Vzorčni izpiti iz znanja slovenščine na osnovni ravni

Vzorčni izpit iz znanja slovenščine na osnovni ravni

Univerza v Ljubljani
Filozofska fakulteta
Oddelek za slovenistiko

Center za slovenščino kot drugi in tuji jezik
Izpitni center

Izpit iz znanja slovenščine

[Izpit iz znanja slovenščine na osnovni ravni – branje](#)
[Izpit iz znanja slovenščine na osnovni ravni – poslušanje](#)
[Izpit iz znanja slovenščine na osnovni ravni – pisanje](#)



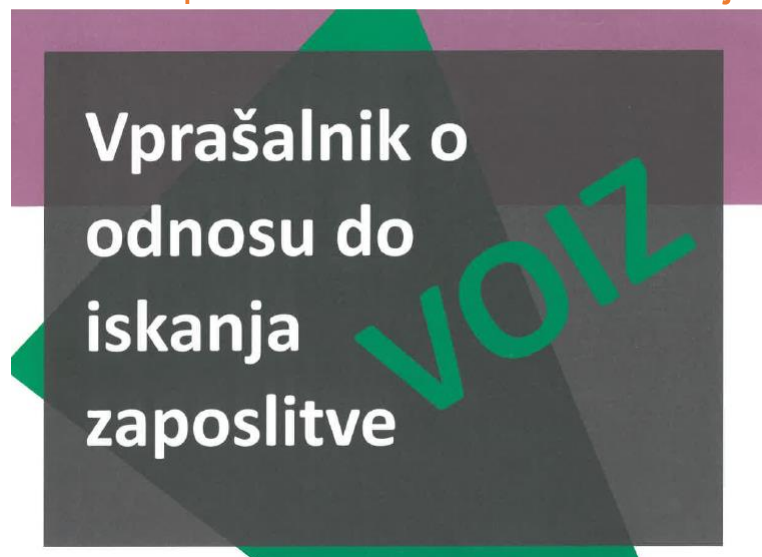
Knjižica z osnovnimi informacijami za priseljence: Jesenice, moj novi dom



[Knjižica v angleškem jeziku.](#)
[Knjižica v albanskem jeziku.](#)
[Knjižica v makedonskem jeziku.](#)
[Knjižica v bosanskem jeziku.](#)



VOIZ - Vprašalnik o odnosu do iskanja zaposlitve



Dostop do elektronskega [vprašalnika o odnosu do iskanja zaposlitve](#).



Europass življenjepis



Življenjepis

Evropska mapa kompetenc

Jezikovna izkaznica

Spremno pismo

Pripravite se na razgovor

Pet načel za dober življenjepis

Možnosti - Options

OSEBNI PODATKI

Klikni za izpolnjevanje

VRSTA PRIJAVE

Klikni za izpolnjevanje

DELOVNE IZKUŠNJE

Klikni za izpolnjevanje

IZOBRAŽEVANJE IN

USPOSABLJANJE

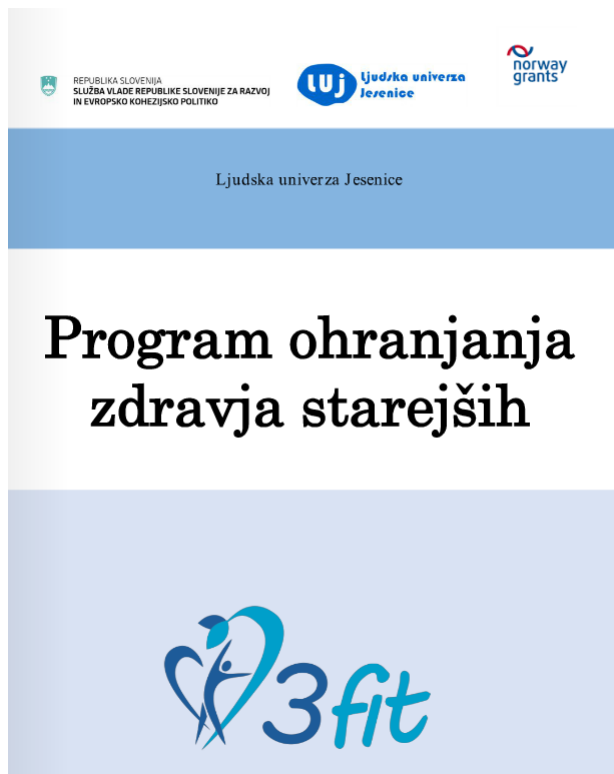
Klikni za izpolnjevanje

KOMPETENCE

[Navodila za izpolnjevanje Europass življenjepisa.](#)



Program ohranjanja zdravja starejših



Program ohranjanja zdravja starejših je nastal v okviru projekta [»Čili in zdravi starosti naproti«](#).

Vsebine [programa](#) zajemajo vse komponente človeka - telo, um in duha.



Znanje za zdravje

Zdravo staranje ne pomeni le podaljševanje življenja, temveč tudi staranje pri dobrem zdravju.

Več o skrbi za zdravje si lahko preberete s klikom na publikacijo [Znanje za zdravje](#).

