

JEZIKOVNA IZOBRAŽEVANJA

Vsi tečaji za začetnike so namenjeni spoznavanju osnov besedišča, slovnične strukture in pogovornega jezika, ki pride prav na potovanjih (naročanje v lokalih, prijavljanje v hotelu, iskanju smeri in prevoza, pojasnjevanju zdravstvenih težav, opravi z uradnimi osebami, srečevanju s tujci ip..

1. Angleščina za začetnike

Namenjena je udeležencem, ki v osnovnošolskem in srednješolskem izobraževanju niso imeli tega jezika

2. Angleščina s konverzacijo

Za udeležence s pasivnim znanjem jezika.

3. Angleščina 2

Nadaljevalni tečaj za udeležence, ki so se v študijskem letu 2019/2020 izobraževali v skupini mentorice Alenke Jalovec.

4. Italijanščina za začetnike

5. Italijanščina 2

Nadaljevalni tečaj za udeležence, ki so se v študijskem letu 2019/2020 izobraževali v skupini mentorice Nade Lavrič.

6. Nemščina za začetnike

7. Nemščina s konverzacijo

Za udeležence s pasivnim znanjem jezika.

8. Ruščina za začetnike

9. Španščina za začetnike

INFORMACIJSKA IZOBRAŽEVANJA

10. Osnove računalništva; Word, Internet, E-pošta za začetnike, individualno prilagojeno predznanjem, potrebam in sposobnostim udeležencev.

11. Računalništvo 2

Nadaljevalni tečaj računalništva za udeležence, ki so v študijskem letu 2019/2020 obiskovali tečaj osnove računalništva v skupini mentorja Leona Zobca.

12. Računalništvo 3

Nadaljevalni tečaj za udeležence, ki so v študijskem letu 2020/2021 obiskovali tečaj Računalništvo 2 v skupini mentorja Leona Zobca.

13. Osnove informacijske komunikacije

Izobraževanje je namenjen seznanjanju in uporabi računalniških orodij za video komuniciranje; zoom in tims. Ob verjetnem zaostrovanju epidemiološke omejitve združevanja bo obvladovanje teh veščin neobhodno za izobraževanje na daljavo.

14. Informacijsko komuniciranje 2

Tečaj je namenjen udeležencem, ki so se v štud.letu 2020/2021 udeleževali izobraževanja na daljavo pod mentorstvom Tilna Nosana.

15. Uporaba pametnih telefonov

Seznanjanje in uvajanje v najuporabnejše funkcije sodobnih gsm naprav.

DRUGA IZOBRAŽEVANJA

16. Umetnostna zgodovina

Obiskovanje, ogledi in seznanjanje z umetnostno dediščino ožjega okolja; galerije, arhitektura, nabožna umetnost.

Obiski umetnostno zgodovinsko pomembnih krajev in prireditev v širšem okolju.

Mentorica: Ana Pucelj

17. Religija v sodobnem času

Seznanjanje

18. Literarno ustvarjanje

Seznanjanje s stili in tipi proznih in pesniških tekstov. Ustvarjanje in pripovedovanje zgodb, Podpora pisanju doživljajskih zgodb, družinskih kronik ip..

19. Umovadba

Reševanje pisnih vaj za krepitev in ohranjanje umskih sposobnosti pomnjenja, koncentracije, presojanja in kombiniranja.

Praktične vaje z uporabo ogledal, komunikacijskih pripomočkov in vozlov.

20. Logika za seniorje

kratka seznanitev s strukturami logičnih računov, reševanje in sestavljanje logičnih stavkov. Namen je ohranjanja umskih sposobnosti analiziranja, sintetiziranja, sklepanja, koncentracije in kombiniranja.

21. Dedki, babice, vnuki - izobraževanje za stare starše

Analize tipičnih primerov dobrih vzgojnih praks, seznanjanje s pogostimi napakami in pomanjkljivostmi starostarševske vzgoje. Seznanjanje s sodobnimi spoznanji predšolske pedagogike o vzgojnih problemih v času epidemije.

22. Usposabljanje mentorjev

Andragoške vsebine didaktičnega in metodološkega usposabljanja za verifikacijo strokovne usposobljenosti za študijsko področje. Organizira jih Slovenska Univerza za tretje življenjsko obdobje.

23. Miselne igre

Tarok za dame; začetni tečaj. Tarok za dame; nadaljevalni tečaj. Šah za začetnice.

24. Likovno ustvarjanje

Seznanjanje s slikarskimi in risarskimi tehnikami, skiciranjem, senčenjem, kompozicijo in barvami.

25. Unikatna keramika

Osnove oblikovanja glina, izdelovanje različnih oblik, žganje in glaziranje.

26. Domača in umetna obrt - Spominkarstvo, izdelovanje in ožiganje lesnih izdelkov.

GIBALNE DEJAVNOSTI

27. Izobraževalno pohodništvo

Spoznajte Claustro: prilagojeni eno, dve in triurni pohodi do ostankov rimskega obrambnega zidu nad Sodražico, seznanjanje z zgodovino in namenom gradnje. Degustacija domačih mlečnih izdelkov iz kozjega mleka v vasi Benete.

Spoznajte naravni park Kadice: prilagojen dve do triurni pohodi v sotesko Kadice, seznanjanje z geološkimi značilnostmi soteske ter življenjskim prostorom nekaterih rastlin in živali.

Degustacija domačih mlečnih izdelkov iz kozjega mleka v vasi Benete.

28. Ohranjanje telesnih sposobnosti

Seznanjanje z gibalnimi značilnostmi starostnikov in s pomenom gibanja v poznejših letih. Vključuje prilagojeno telovadbo, športne igre, aktivno sodelovanje in druženje.

29. Plesni klub - zaplešimo spet angleški valček.

30. Kolesarjenje

Organizacija kolesarskih izletov (5 km, 10 km, 15 km, 20 km) po Ribniški dolini z druženjem.

31. Zimski smučarski sprehodi za začetnike.

Tečaj vključuje strokovno seznanjanje z osnovno opremo, demonstracijo varne hoje na s tekaškimi smučmi na pripravljenih progah in z individualno podporo.

**Občinsko prvenstvo za starejše v hitropoteznem šahu.
Občinsko prvenstvo v taroku za starejše**

Predavanje: Skrb za možgane

Staranje kot dejavnik tveganja za nevrodegenerativne bolezni, preventivna dejavnost in ustrezen življenjski slog.

Predavanje: Pomoč bolniku

Predstavitev spoznanj in izkušenj dolgotrajne skrbi za bolnika in sodelovanja v njegovi rehabilitaciji.

Predavanje: Prehrana starejših

Vpliv in koristnost primerne prehrane za nadzorovanje kakovostnega telesnega in umskega staranja.

Forum: Pomen socialne vključenosti starejših

Vpliv socialne interakcije, politične udeležbe in povezovanja starostnikov na psihofizično zdravstveno stanje.

Festival medgeneracijskega povezovanja, Cankarjev dom, 1.-3.10.2021. Soorganizator festivala je Slovenska Univerza za tretje življenjsko obdobje. Organiziran bo skupinski obisk s prevozom.