



Ljudska univerza Kranj

E-NOVIČNIK

Uvodnik

Jasna Omerzu, organizatorica izobraževanj odraslih

Ključne kompetence za vseživljenjsko učenje – digitalna kompetenca

Digitalna kompetenca obsega različna znanja in spretnosti, ki nam omogočajo uporabo informacijsko komunikacijske tehnologije (IKT). IKT zajema različne naprave (prenosni računalnik, tablica, pametni telefon in podobno) ter programe, ki jih na teh napravah uporabljamo (Viber, WhatsApp, aplikacije za E-zdravje, E-bančništvo, E-uprava ...).

Glede na to, da nas IKT vsakodnevno obdaja skoraj vsepovsod, je digitalna kompetenca ključna za to, da se lahko znajdemo in sodelujemo v sodobni družbi in gospodarstvu. Pomembna je za različne namene, kot so izobraževanje in učenje, delo, iskanje zaposlitve, pridobivanje podatkov, prosti čas in zabavo, rekreacijo, komunikacijo, sodelovanje z drugimi in podobno.

Posameznik, ki ima pomanjkljivo razvito digitalno kompetenco, večkrat ne more izkoristiti vseh priložnosti. S tem je lahko izključen iz določenih aktivnosti (brezplačni spletni tečaji, predavanja, spletno nakupovanje, iskanje zaposlitve) ter tako težje sodeluje z drugimi (spletni sestanki, mreženje). Prav tako lahko takšen posameznik z nepravilno in manj varno rabo digitalnih tehnologij, ogroža sebe in druge. Digitalno pismen posameznik se namreč posveča presoji, katere informacije so tehtnejše od drugih, in tudi, kaj o sebi objavlja v svetovnem spletu. S pomočjo digitalnih kompetenc lahko razvijamo tudi druge pomembne kompetence, kot so komunikacijske in jezikovne kompetence, kompetence na področju naravoslovja in matematike, kulturno zavedanje, zmožnost učenja ter druge. Znanje brskanja, iskanja in filtriranja podatkov nam omogočajo enostavnejši dostop do informacij s pomočjo tehnologije. Za preverjanje verodostojnosti informacij znamo med seboj primerjati različne vire, jih zbrati, obdelati, razumeti in kritično ovrednotiti.

Predvsem starejši, pri katerih je digitalna pismenost najslabša, lahko z bolj razvito digitalno kompetenco živijo kakovostnejše življenje, dosežejo večjo neodvisnost, boljšo informiranost, predvsem pa večjo socialno vključenost v družbo.

Digitalna pismenost je zelo »živa«, saj se nenehno posodablja in nadgrajuje. S skrbjo za lastno digitalno pismenost smo tako živi in vpeti v življenju tudi mi. Zato je zelo pomembno, da k vsem tem spremembam pogumno pristopimo in jih vidimo kot priložnost za nova znanja in osebni razvoj.

Svoje digitalne spretnosti in znanje lahko razvijate tudi s pomočjo nekaterih brezplačnih tečajev ali delavnic pri nas na LUK, kjer lahko izbirate med najrazličnejšimi vsebinami s tega področja:

[KR ZA starejše](#) [KR ZA zaposlene](#) [Delavnice v SSU](#)

Ali poznate?

Asertivna komunikacija

Petra Odar, organizatorica izobraževanj odraslih

Besedo komunikacija razumemo – sporazumevanje. Kaj pa pomeni »asertivna«?

Asertivnost je sposobnost odkritega izražanja lastnega mnenja, prepričanj, pravic, potreb ali čustev, pri čimer hkrati upoštevamo našega sogovornika. V asertivni komunikaciji se kaže medosebno spoštovanje do drugih in do sebe. Neposredna, odkrita in odprta komunikacija spodbuja zaupanje drugih ljudi. Ljudje, ki komunicirajo na asertiven način, so bolj samozavestni, zaradi česar je večja možnost, da ji bodo drugi ne le poslušali, ampak tudi slišali. Asertivnost je lastnost, ki se je lahko priučimo, jo okrepimo ali pa jo izgubimo, zaradi česar je v zadnjem času narasla priljubljenost tako imenovanih treningov asertivnosti. (*Ebru Ikiz, F. (2011). Self-perceptions About Properties Affecting Assertiveness of Trainee Counselors.*)

Asertivna komunikacija je ključ za učinkovito komunikacijo ter dobre in dolgoročne odnose. V vsaki komunikaciji sta prisotni vsaj dve osebi, ki se izražata. Da bo komunikacija asertivna, pri govoru jasno izražamo svoje misli, ideje, potrebe, želje in čustva. Naš sogovornik naj bo prisoten in naj aktivno posluša.



Pri komunikaciji od enega do drugega potujejo informacije preko sogovornikovega sita, to pomeni, da sogovornik izražena sporočila filtrira glede na svoje pretekle izkušnje, prepričanja, znanja oziroma z drugimi besedami iz svojega modela sveta. Sogovornikovo mišljenje, čustvovanje in vedenje vplivajo na razumevanje sporočila, hkrati na razumevanje sporočila vpliva tudi način, kako je naš sogovornik predal vsebino sporočila (barva, ritem in ton glasu ter govorica telesa). Da bi se izognili predvidevanju in da si ne ustvarimo prepričanj že po enem dogovoru, je priporočljivo našemu sogovorniku zastaviti več vprašanj, s katerimi si ustvarimo bolj jasno sliko vsebine povedanega.

Vidite 6 ali vidite 9?

Vsak človek ima svoj model sveta, ki je drugačen od ostalih. Asertivna oseba spoštuje sebe in drugega in s tem sprejema različnosti. S tem, ko poslušamo še drugo stran, če ne pomeni, da bomo spremenili svoje prepričanje in z dodatnimi informacijami sogovornika ne prepričujemo, temveč le navdušujemo za svoj pogled. Lahko pa si damo dovoljenje, da se z novimi informacijami naše prepričanje spremeni, če ugotovimo, da se z njim strinjamo. Tako tudi sami rastemo v komunikaciji in tudi osebnostno.

Na Ljudski univerzi Kranj v okviru projekta KR ZA zaposlene vabimo k vpisu na tečaj Asertivna komunikacija, ki je za občane Mestne občine Kranj brezplačen.

Več o projektu si lahko preberete na naši [spletni strani](#).

Za več informacij ali prijavo pokličite na 04 280 48 19 ali pišite na izobrazevanje@luniverza.si.

Ali poznate?

Program medgeneracijskega sodelovanja Preddvor

Mojca Rozman, organizatorica izobraževanj odraslih

V Preddvoru izvajamo različne brezplačne aktivnosti za vse generacije.

Na kulinaričnih delavnicah pridobite nova kuharska znanja in majhne kuharske skrivnosti izmenjate z ostalimi udeleženci. Vsi, ki niste vešči dela z računalnikom in pametnim telefonom vas vabimo na individualno tehnično prvo pomoč. Na umovadbi razmigamo možgane in telo ter na tomboli ob prijetnem druženju pridobite lepe nagrade. Na ustvarjalnih delavnicah izdelujemo drobne okrasne predmete, ki popestrijo dom in vrt.

V mesecu maju vas vabimo na naslednje aktivnosti:

SPORAZUMEVANJE V ANGLEŠČINI

Vsak torek, ob 19.00 v TIC

KULINARIČNA DELAVNICA: KRUH

Torek, 10. 5. in četrtek, 12. 5. 2022 od 16:00 do 19:00

Lokacija: Tupaliče 55

TOMBOLA

Četrtek, 19. 5. 2022 od 17:00 do 18:30

Društvo upokojencev Preddvor

UMOVADBA

Sreda, 18. 5. 2022 od 17:00 do 18:00

Društvo upokojencev Preddvor

USTVARJALNA DELAVNICA: MIŠKE IZ FILCA

Sreda, 11. 5. 2022 od 17:00 do 18:30

Društvo upokojencev Preddvor

TEHNIČNA PRVA POMOČ

Četrtek, 19. 5. 2022 od 16:00 do 17:00

TIC Preddvor

Vse aktivnosti so brezplačne.

Obvezne prijave na 04 280 48 25 ali mck-prijava@luniverza.si.

Zgibanke s podrobnim opisom programa so na voljo na Občini Preddvor in v trgovini Mercator ter v knjižnici.

Program je dostopen tudi na spletni strani www.luniverza.si.

Program medgeneracijskega sodelovanja je najboljši, kadar temelji na potrebah in željah občanov. Veseli bomo vaših predlogov za nove aktivnosti.

Od 22. 8. 2022 do 26. 8. 2022 bomo izvajali počitniške aktivnosti vsak dan med 8.00 in 16.00. Vabljeni otroci stari od 6 do 12 let.

Če bi želeli sodelovati kot prostovoljci pri počitniških aktivnostih nam sporočite na:

04 280 48 25 ali mck-prijava@luniverza.si.



Novice naših projektov

Konferenca KR ZA starejše

Maja Celestina, organizatorica izobraževanj odraslih

Na Ljudski univerzi Kranj smo tudi v letošnjem letu organizirali Konferenco KR ZA starejše. Tokrat je to bila že šesta Konferenca KR ZA starejše, naslov pa je bil "KR digitalni starejši". Potekala je v avli Mestne občine Kranj dne 13.4.2022.

Naš cilj je bil starejše seznaniti, navdušiti in opogumiti za digitalno opismenjevanje in uporabo e-storitev, ki olajšajo življenje v Mestni občini Kranj.

Udeležence je najprej pozdravila direktorica Ljudske univerze Kranj ga. Mateja Šmid. Pojasnila je, da smo se za navedeno temo konference odločili, ker se vse več storitev seli v digitalni svet. Poleg tega so v času epidemije mnogi starejši ostali doma sami, aktivni in povezani pa so bili le tisti z digitalnim znanjem. Sledil je pozdravni nagovor podžupana Mestne občine Kranj g. Janeza Černe. Predstavil je, na kakšen način Mestna občina Kranj namenja skrb starejšim, pa tudi digitalizaciji.

Ga. Brigita Dane s Simbioze Genesis, socialnega podjetja, je predstavila **prednosti digitalnega opismenjevanja za starejše**. Z digitalno pismenostjo vsakdo pridobi marsikaj: **boljšo kakovost življenja, večjo neodvisnost, dostop do različnih vsebin in inovativnih storitev, večjo vključenost in s tem zmanjšanje socialne izolacije in aktivno participacijo v družbi.**

Glede na rezultate raziskave, ki jo je izvedla Simbioza, le 30 % starejših uporablja e-storitve. In kateri so zadržki in ovire, da ta delež ni višji? Starejši, vključeni v raziskavo, so največkrat navedli strah pred uporabo novih tehnologij, nezaupanje v varnost uporabe, dvom vase in z njim povezano nemotiviranost za uporabo (npr. »Ne potrebujem, me ne zanima«), socialno-ekonomske razlike, telesne ovire in geografske razlike (npr. življenje na podežlju). A kot pravi ga. Brigita Dane ob koncu njenega prispevka: **»Verjamemo, da lahko premagamo ovire!«**.

Na Ljudski univerzi Kranj se odzivamo na potrebe starejših in glede na to veliko pozornost namenjamo razvoju programov zanje. Tudi pri vključevanju v mednarodne projekte je naša pozornost usmerjena na tiste projekte, ki so namenjeni tudi ali predvsem starejšim.

Strokovne sodelavke Ljudske univerze Kranj smo udeležencem predstavile **več evropskih projektov Erasmus+, v katerih sodelujemo in v katere so vključeni starejši**: Smart Copy Paste, Senior Citizen Researchers in European Senior Exchange. V okviru slednjega projekta je prav v času Konferenca KR ZA starejše potekala izmenjava v Zagrebu. Preko aplikacije ZOOM smo se povezali z našimi udeleženci izmenjave in prisluhnili njihovim izkušnjam z udeležbo na izmenjavi. Cilj projekta je učenje skupnega jezika, angleščine, in krepitev digitalnih veščin. Tako bi se starejši lahko bolje in lažje znašli v vse bolj digitalnem svetu ter se počutili bolje vključene v evropsko skupnost.

Udeležence smo seznanili z različnimi **e-storitvami**, katerih poznavanje in uporaba jim lahko močno olajšata življenje:

- portal Zvem,
- Evropska zdravstvena izkaznica,
- QR koda,
- Viber in WhatsApp,
- KR s kolesom,
- Grem z vlakom in Arriva,
- spletni portali, namenjeni starejšim.

Nekatere izmed njih so **udeleženci spoznali tudi praktično in tako še sami preizkusili**:

- kako načrtovati izlet z aplikacijama Grem z vlakom in Arriva,
- kako enostavneje plačati parkirno z uporabo aplikacije EasyPark,
- kako komunicirati s pomočjo Viber in WhatsApp,
- kako odkolesariti s pomočjo KR s kolesom,
- uporabljati aplikacijo Magda.

Če želite tudi sami spoznati in se naučiti uporabljati katero od e-storitev, vabljeni na delavnice, ki jih bomo v maju, juniju in oktobru izvedli na Ljudski univerzi Kranj. Za več informacij pišite na starejsi@luniverza.si ali pokličite na 04 / 280 48 00.



Konferenca KR ZA starejše



Direktorica LUK ga. Mateja Šmid je predstavila še LUK v strategiji varstva starejših v MOK. Starejši ste **vabljeni, da se udeležite programov KR ZA starejše**, ki jih sofinancira Mestna občina Kranj in ki jih izvajamo na Ljudski univerzi Kranj: **začetni in nadaljevalni računalniški tečaj, rodoslovno drevo, kaligrafija ...** Več o programih si lahko ogledate tukaj. Vpisnina je 20 EUR, izberete pa lahko dva tečaja v ponudbi.

Konferenco smo zaključili s ponovitvijo nagovora iz uvodnega prispevka ga. Mateje Šmid, in sicer naj vsakdo preda na konferenci pridobljene informacije, znanja in navdušenje, še svojim prijateljem in znancem. Tako da bo v Mestni občini Kranj še več digitalno pismenih starejših, ki bi si s pomočjo svojega znanja izboljšali kakovost življenja in si olajšali številne storitve.

Udeleženci so ob koncu Konference KR ZA starejše tako opisali svoje počutje:



Na Ljudski univerzi Kranj želimo, da bi starejši, tako udeleženci kot vsi ostali, svoje digitalne veščine krepili tudi v prihodnje, saj, kot smo slišali, digitalna pismenost prinaša številne prednosti.

»Vesela sem, da sem bila udeleženka na seminarju. Vsebina je poučna in jo bom seveda priporočila tudi svojim prijateljem. Pomembno je, da se starejši družimo in se spoprimemo z digitalizacijo, saj je neizbežna.« Milka H.

»Svoje prve Konference za starejše sem se udeležila z radovednostjo: kdo bo tam, koliko nas bo, se bom znašla med neznanimi udeleženci, o čem se bomo pogovarjali, bo koristno ali trati čas? Na vsa v mislih zastavljena vprašanja sem dobila odgovore in še več: ideje in bogate ponudbe za sodelovanje na različnih področjih, z velikim poudarkom na digitalnem opismenjevanju: uporaba različnih aplikacij, kot so Viber, WhatsApp, E-zdravje, QR koda in še mnogo drugega. Na konferenci smo večino ponujenega preizkusili kar v živo in iz živahnih pogovorov v skupine razdeljenih udeležencev je bilo razbrati, da smo bili vsi prijetno presenečeni nad odlično in uporabniško organiziranim dogodkom. Vsekakor je na tem mestu potrebno omeniti tudi prijaznost cele skupine, ki je sodelovala pri organizaciji dogodka in njihovo empatično potrpežljivost, ko je bilo potrebno nuditi pomoč ob zagatah pri odpiranju aplikacij :).

*Konference in druženja, ki pomagajo starejšim preskakovati sodobne tehnološke ovire, so zelo zaželeni, zato se že veselimo novih dogodkov in **sporočilo vsem, ki imajo zadržke ali pa jim je nerodno zaradi neznanja: pridite, ne bo vam žal, tak način izobraževanja je primeren za vse, tiste, ki že nekaj znajo, ali pa za tiste, ki še nimajo nobenih izkušenj!***« Mira Š.

Novice naših projektov

Mobilnost strokovnih delavcev ŽISS- Portugalska

Mojca Rozman, organizatorica izobraževanj odraslih

“Ampak, če se želiš spremeniti, se moraš spremeniti od znotraj, kajne?” (Rita)



Na študijskem obisku v mestu Póvoa de Varzim (eno najstarejših ribiških mest na Portugalskem) smo spoznavali sistem izobraževanja odraslih na Portugalskem.

Podrobneje pa nas je predavateljica Maria Antonia Brandao, ki je bila dolga leta koordinatorka v Centru Qualifica, seznanila z vrednotenjem in dokumentiranjem neformalno in priložnostno pridobljenih znanj odraslih. Na Portugaskem si zadnja leta zelo prizadevajo, da bi povečali kompetence in kvalifikacije odraslih in s tem izboljšali zaposljivost, zmanjšali funkcionalno nepismenost in izboljšali izobrazbeno strukturo in jo približali evropskemu nivoju.

Centri so namenjeni vsem odraslim, starejšim od 18 let, ki želijo zaključiti šolanje in pridobiti javno veljaven certifikat o zaključeni izobrazbi. Tam zaposlene strokovno usposobljene svetovalke, vodijo proces svetovanja, ki ga sestavlja informiranje, vodenje in usmerjanje k pridobivanju splošne in/ali poklicne izobrazbe. Svetovalni proces je prilagojen željam in potrebam odraslega. Svetovančeva pot lahko vsebuje proces ugotavljanja in vrednotenja, dodatno usposabljanje ter certificiranje.

Naloga udeleženca v Centru Qualifica je, da napiše Portfolijo – zgodbo svojega življenja z refleksijo. Na podlagi tega portfolija se določi ali gre lahko udeleženec kar pred komisijo za certificiranje ali pa bo predhodno vključen še v ustrezna usposabljanja za dopolnitev splošnega ali strokovnega znanja. S tem, ko mora udeleženec sam napisati Portfolijo, se pokaže tudi njegova raven pismenosti. Če ne dosega določene ravni znanja, ga napotijo na ustrezno izobraževanje.

Primerjali smo jih z našim NPK sistemom, ki je podoben njihovem delu potrditve strokovnih spretnosti. S tem omogočijo certificiranje splošnih znanj in strokovnih kompetenc s priznavanjem predhodno pridobljenega znanja. Dodatno pa omogočajo potrditev splošnih znanj osebam z nedokončano srednjo šolo in dajejo možnost vpisa na univerzo. Njihove ciljne skupine so brezposelni odrasli z nižjo stopnjo izobrazbe ali odrasli, ki so izstopili iz izobraževalnega sistema predčasno.

Nikoli v življenju ni prepozno, da se odločimo za spremembo svoje poklicne poti.

Če je uspelo [vedoželjni Riti](#), lahko tudi nam. (film Vedoželjna Rita – Educating Rita, 1983)

Več si lahko preberete v [spletnem dnevniku mobilnosti](#).



Novice naših projektov

PROJEKT MOBILNOSTI STAREJŠIH

Št. projekta: KA204-9CEA4B94

Izmenjava dobrih praks

1. 9. 2020 – 31. 8. 2023

Renata Dobnikar, organizatorica izobraževanj odraslih



Projekt »European Senior Exchange« je namenjen izobraževanju starejših odraslih in je ciljno usmerjen v razvoj njihove mobilnosti ter izgradnji in krepitvi evropske identitete, medgeneracijskega sodelovanja in vseživljenjskega učenja. V okviru projekta želimo povezati starejše odrasle iz partnerskih držav, ki si iz različnih razlogov ne morejo privoščiti mednarodnih povezovanj ali izobraževanj.

Cilji projekta:

- učenje skupnega jezika – angleščine,
- krepitev digitalnih veščin,

ki bosta starejšim odraslim pomagala, da se bodo bolje in lažje znašli v vse bolj globalni in digitalni družbi. Vključene udeležence bomo opolnomočili za vzpostavitev in vzdrževanje stikov tudi zunaj meja svoje države. Znanja in izkušnje bodo pridobivali na mednarodnih izmenjavah, in sicer ob podpori sodelujočih partnerjev.

Poleg izobraževanja starejših odraslih bomo pozornost namenili tudi izobraževalcem in prostovoljcem. Cilji projekta na tem področju se nanašajo na razvoj in krepitev kompetenc izobraževalcev in prostovoljcev, ki delajo s starejšimi odraslimi, izmenjavo najboljših metod, praks in nasvetov za izobraževalce.

Partnerji v projektu:

- Belgija: Hand In Hand To A Social Tomorrow - **HIHTAST** - vodilni partner
- Hrvaška: Inicijativa za engleski jezik i kulturo - **INICIJATIVA**
- Italija: **AGORA** - Laboratorio Terza Età Protagonista onlus
- Slovenija: Center za dopisno izobraževanje Univerzum - **CDI Univerzum**
- Slovenija: Ljudska univerza Kranj - **LUK**

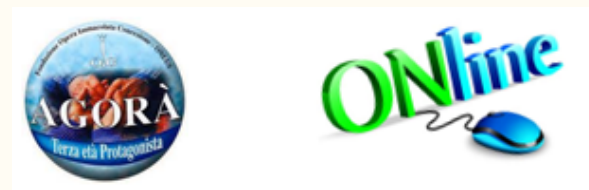


1. Mednarodna mobilnost udeležencev projekta

8., 9. in 10. junij 2021

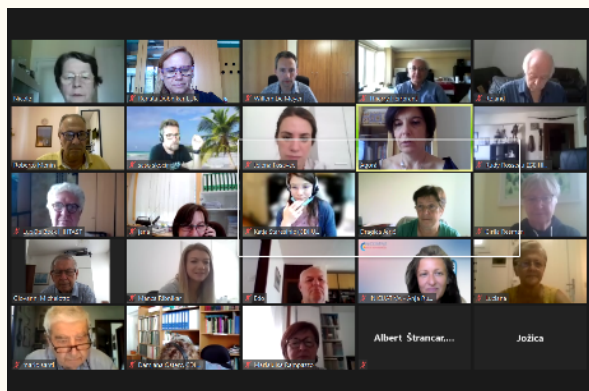
Padova

Tematika: Prostovoljstvo in medgeneracijsko učenje



Prvo mednarodno srečanje udeležencev projekta je bilo načrtovano pri italijanskem partnerju Agora v Padovi. Zaradi Ukrepov za preprečevanje širjenja koronavirusa smo to srečanje izvedli na daljavo, kar pa je predstavljalo svojevrstni izziv za organizacijo organizatorko.

V okviru srečanja smo spoznali Civitas Vitae Angelo Ferro, pravo mesto v malem, ki se razprostira na več kot 12 hektarjih Padove in omogoča kakovostno bivanje v rezidenčnem delu mesta vsem zainteresiranim kot tudi starejšim in invalidnim, ki potrebujejo dodatno oskrbo in pomoč. Celotno srečanje je bilo zelo poučno in informativno za mnoge od nas. Velik uspeh je bil tudi to, da se je tega srečanja udeležilo nepričakovano veliko število starejših pri vseh konzorcijskih partnerjev. Mnogi od njih so prvič prisostvovali dogodku na daljavo.



2. Mednarodna mobilnost udeležencev projekta

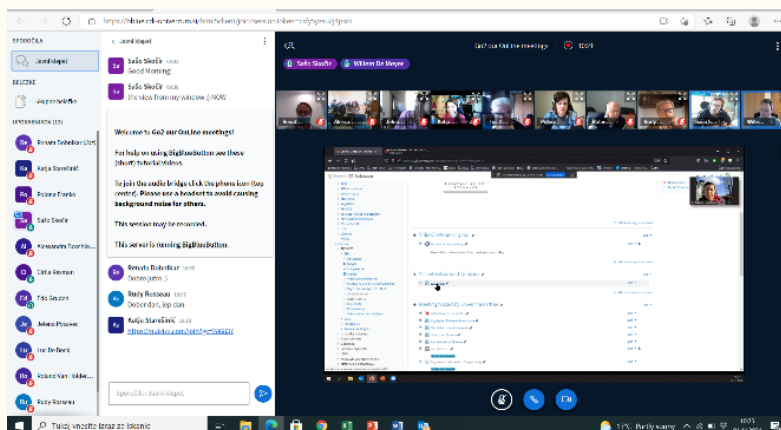
3. in 4. november 2021

Ljubljana

Tematika: Učenje na daljavo



Drugo srečanje je potekalo prav tako na daljavo. Gostiteljica je bila organizacija CDI Univerzum v Ljubljani. Predstavniki organizacije so predstavili svojo dobro prakso delovanja na področju dela s starejšimi. V okviru srečanja so predstavniki tujih partnerjev spoznali tudi lepote naše države ter prestolnice preko posnetkov iz zraka ter vodenja v živo preko spletne kamere, in nekaj dejstev o Slovencih. Naučili so se tudi nekaj slovenskih besed in tipičnih slovenskih izrekov.



3. Mednarodna mobilnost udeležencev projekta

11. do 15. april 2022

Zagreb

Tematika: Učenje angleščine po Callan metodi



Tretje srečanje udeležencev mednarodne mobilnosti projekta ESE pa je potekalo v živo. Gostiteljica je bila organizacija Inicijativa v Zagrebu. Predstavniki organizacije so predstavili svojo dobro prakso na področju poučevanja angleščine po Callan metodi. V okviru srečanja pa smo spoznali tudi različne nove aplikacije za orientacijo po Zagrebu ter lepote hrvaške prestolnice, kot jo doživljajo domačini.

Iz Kranja se je izmenjave udeležilo šest udeležencev (štirje udeleženci naše univerze za starejše in dve zaposleni). Povzetek mobilnosti je Sonja Gregorič opisala sledeče:

»Na pot smo se odpravili v ponedeljek, 11. 4. 2022, ob 6.30 izpred LUK - Medgeneracijskega centra v Kranju. Naša skupina je štela šest oseb, Dragico, Leopoldino, Eda, Renato, Manco in mene. Voznica je bila Renata, ki nas je kar hitro pripeljala v Zagreb. Tudi na meji ni bilo posebnosti. Najprej smo se odpeljali do organizacije gostiteljice - Inicijative, kjer smo imeli vse dni aktivno učenje angleškega jezika po metodi Callan. Gostitelji so nas pristrčno sprejeli, z nami so bile Anita, Jelena in Dženana. Poleg naše skupine udeležencev sta se mobilnosti udeležili še dve skupini: skupina iz Ljubljane - Helena, Katja in Sašo ter skupina iz Belgije, - Nicole, Willem, Roland, Rudy in Luck.

Že takoj prvi dan smo imeli preizkus znanja v angleškem jeziku. Glede na naše predznanje so nas razdelili v dve skupini. Prva ura je potekala povsem v angleščini. Najprej si se moral v angleščini predstaviti in povedati kaj o sebi. Uro je vodil učitelj Domagoj. Tudi popoldanska ura angleščine je bila intenzivna. Tokrat smo spoznali Adama iz Južne Afrike.

V torek smo prav tako nadaljevali z učenjem angleščine po Callan metodi. Pridružila se nam je učiteljica Maria iz Canade. Učne ure so hitro minile, ker so bile zabavne in niti nismo imeli časa razmišljati po slovensko.

V prostem času smo se sprehajali po Zagrebu, si ogledali znamenitosti, okusili nacionalno prehrano in se veliko družili. Še dobro, da je bil z nami Edo, ki Zagreb dobro pozna, saj je kot otrok vrsto let tu živel.«



»V sredo smo iz angleščine prekllopili na hrvaščino – tudi po Callan metodi, kar je bilo za nas Slovence dokaj enostavno. Za udeležence iz Belgije pa je bilo učenje hrvaščine izziv. Prav tako je bil poseben izziv za naše učitelje poučevanje svojega jezika po Callan metodi. Vendar pa sta se Willem in Renata dobro odrezala. Popoldan pa smo »lovili točke« po Zagrebu. Na telefone smo si naložili aplikacijo za vodenje po Zagrebu, se razdelili v skupine in s pomočjo digitalne tehnike raziskovali gomiji in donji grad Zagreba. Zvečer so nas gostitelji povabili na večerjo s tipično hrvaško kulinariko. Družili smo se in postali smo že pravi prijatelji.



Tudi v četrtek smo nadaljevali z učenjem angleščine. Tokrat nas je učila Anita iz Zimbabveja. Posvetili smo se učenju posebnim angleškim frazam s »take« - take on, take in, take up Popoldan pa je sledilo zaključno testiranje po Callan metodi. Postavili so nam 40 vprašanj, na katere smo morali odgovoriti samo z da ali ne, vendar pa si morali vprašanje razumeti, da si lahko dal pravičen odgovor. Naslednji sklop testiranja je bil prevod v materin jezik in zadnji sklop narek. Seveda smo se v teh dneh veliko naučili in test uspešno zaključili.

Prehitro je bil tu petek in odhod domov. Še zadnjič smo se odpeljali do Inicijative. Dobili smo certifikate o sodelovanju na mednarodni mobilnosti. Poslovali smo se od svojih novih prijateljev in že kovali načrte za naprej, za naše naslednje srečanje, v Kranju 24. oktobra 2022.

Zagreb je bil res lep, sploh v pomladnem toplem vremenu in v dobri družbi.

Rada bi se še enkrat zahvalila Ljudski univerzi Kranj za možnost, ki ste mi jo dali, da sem se lahko udeležila mednarodne mobilnosti preko Erasmus + projekta European Senior Exchange. Izkušnja je bila enkratna in jo priporočam vsem, ki si želite pridobiti nova znanja, mednarodne izkušnje in nove prijatelje.« (Sonja Gregorič)





Roland Van Holderbeke

Nekaj o meni:

Kdo sem jaz?

Začnimo na začetku.

Rodil sem se v Gentu, 22. aprila 1942 zgodaj zjutraj.

Belgiji med drugo svetovno vojno ni šlo dobro, zato so moji starši živeli na podežlju, petnajst kilometrov od Genta. Tam sem odrasčal kot otrok. Obiskoval sem srednjo šolo v Royal Athenaeumu v Eeklu.

Pri 16-ih sem prestopil v vojaško šolo, 1 leto splošno izobraževanje z zaključkom srednje stopnje. Sledilo je leto na inženirski šoli.

Nato pa "proti Nemčiji" septembra 1960.

V Nemčiji sem ostal do leta 1994 na različnih položajih in v različnih enotah, kjer sem se udeležil in tudi sam izvedel številne tečaje (civilne in vojaške) in prevzemal tudi različne druge funkcije v vojski in zunaj nje - kot so humanitarne misije in druge.

Leta 1993 sem bil razporejen v ECMM (European Commission Monitoring Mission) v Zagrebu kot namestnik vodje za komunikacije na sedežu ECMM. V tej vlogi sem obiskal vse države nekdanje Jugoslavije in sosednje države.

V začetku leta 1994 je bila moja naloga v Zagrebu opravljena in vrnil sem se v Nemčijo, kjer moje stare enote ni bilo več.

Odšel sem v Strasbourg kot generalni sekretar in sodeloval pri oblikovanju novega Eurocorpsa. Po 3 letih sem prejel ponudbo, da zapustim vojsko in se kot civilist premestim v diplomatsko službo na belgijsko veleposlaništvo v Parizu. Položaj sem sprejel in ga opravljal približno 10 let.

2006 je prišel čas za upokožitev in vrnitev v Gent. Da pa ne bi sedel pri miru, sem kmalu pričel obiskovati tečaje računalništva in se vključil v specialno izobraževanje za delo pomočnika učitelja na lokalni šoli. To delo še vedno opravljam kot prostovoljec v razredih računalništva in nizozemščine za tujce. V tistem času sem začel sodelovati z učiteljem računalništva Willemom de Meyerjem, ki me je navdušil za mednarodne projekte Erasmus+. Od takrat sem prevzel vodstvo kar nekaterih mednarodnih projektov, kot je npr. Projekt European Senior Exchange (E.S.E.), pri katerem kot partner sodeluje tudi Ljudska univerza Kranj.

In zelo uživam.





Kaj vas žene, kaj navdušuje pri svojem delu? Hobiji.

S tečaji na inženirski šoli in nadaljnjim izobraževanjem sem postal specialist za komunikacije (radio, kriptografija, satelitska komunikacija).

V svoji vojaški karieri sem lahko opravljal nekaj prav posebnih nalog, rezerviranih za posameznike, za katere sem doživel posebno priznanje in zahvalo generala, načelnika generalštaba.

Vedno me je gnala željo po eksperimentiranju, želel sem opravljati posebne naloge in se učiti od drugih- tudi mednarodnih partnerjev. To je bil zame izziv, a mi je dalo tudi velik zagon.

Velika sreča je tudi, da je bila radijska komunikacija tudi moj hobi, hobi, s katerim se še vedno ukvarjam, zdaj manj v radiotelegrafiji in bolj v telefoniji. Vsekakor sem v 70-ih in 90-ih letih vzpostavil zelo lepe radijske povezave po vsem svetu in celo z nekaterimi osebnostmi, kot je jordanski kralj Hussein I.

Vzpostavljanje radijskih povezav je izziv, iskanje frekvenc, ulov pravega signala in upanje na odgovor. Na povezave vpliva marsikaj, včasih gre tudi za nočno delo. Zadovoljstvo pa je veliko, ko po vloženem trudu prejmeš poseben klic posebne osebnosti.

Imate občutek, da se še izobražujete (da se še učite)?

Vse moje dosedanje življenje je eno samo učenje bodisi obvezno za napredovanja, vendar pa večinoma na prostovoljni osnovi (rad obiskujem tečaje in rad imam tudi izpite, po možnosti ustne).

Vsak dan se še vedno naučim nekaj novega, pa naj bo to na področju računalništva, varnosti, različnih jezikov, ki jih govorim (nizozemščina, francoščina, nemščina, malo romunščine, itd... na žalost ne slovenščine.... kar pa mogoče še pride).

Pravkar sem zapustil 70-ta in prestopil prag 80-ih, vendar pa se še vedno počutim zelo mladega po srcu in se še vedno trudim, da bi se z velikim veseljem česa novega naučil.

Rada spoznavam nove ljudi, mlade in stare, si izmenjujem ideje in ohranjam prijateljske vezi.

Upam, da se še letos srečamo z nekaterimi od vas v Kranju.

Napovedujemo

Tedni vseživljenjskega učenja in Parada učenja

Jasna Omerzu, koordinatorka TVU

Petra Odar, koordinatorka PU

Tedni vseživljenjskega učenja (TVU) so najvidnejša promocijska kampanja na področju izobraževanja in učenja v Sloveniji. S projektom opozarjamo na vseprisotnost, pa tudi pomembnost učenja – v vseh življenjskih obdobjih in za vse vloge, ki jih posameznik v svojem življenju prevzema.

Vsi, ki projekt soustvarjamo, bodisi Ljudska univerza Kranj kot območni koordinator z 52 podizvajalci, bodisi udeleženci prirediteljev, prispevamo k udejanjanju gesla Slovenija, učeča se dežela.

Letošnji dogodki v sklopu TVU bodo potekali **od 9. 5. do 12. 6. 2022**.

Sodelovali bomo tudi v vseslovenskih akcijah, kjer boste lahko pripadniki različnih generacij sodelovali na področju, ki vam je še posebej pri srcu.

Skupne akcije/teme TVU 2022:

Parada učenja – dan učečih se skupnosti (25. maj 2022)

Učenje je življenje – naj krepi in radosti! – krovna tema

Beremo skupaj – za znanje in zabavo!

Digitalna preobrazba družbe

Evropsko leto mladih 2022

Starajoča se družba in medgeneracijsko povezovanje

Učenje in kultura – z roko v roki

Vključenost, izzivi večkulturnosti in dejavno državljanstvo

Zdrav duh v zdravem telesu

Zelena prihodnost – lokalno in globalno!



Parada učenja je hkrati del Tednov vseživljenjskega učenja in njihova obogatitev. Omogoča predstavitev priložnosti za vseživljenjsko učenje na javnem mestu, njen namen pa je ozaveščanje javnosti o vlogi učenja za dvig izobrazbene ravni, zaposljivosti in osebne izpopolnjenosti. Velik poudarek daje sožitju generacij in skupnosti. Parada učenja bo potekala na igrišču na Planini 1, in sicer **25. maja od 9. do 14. ure**.

Na stojnicah se bodo predstavili društva, zavodi, javne ustanove, ki so kakorkoli povezani z vseživljenjskim učenjem. Pri vsakem od sodelujočih se boste lahko naučili česa novega, se preizkusili v kakšni spretnosti, da bo vse bolj veselo, bodo poskrbeli nastopajoči na odru. Pridružite se Ljudski univerzi Kranj in vsem, ki Parado učenja soustvarjajo z nami – letos jih je 31!

Vse novosti in zanimivosti dogodka Parada učenja lahko spremljate na naši Facebook strani: [Parada učenja](#)

Dogodki bodo dostopni resnično vsem, saj bodo **BREZPLAČNI**. Zato kar pogumno izkoristite priložnosti!

Program TVU in PU je dostopen na [spletni strani LUK](#).



Svetovalni kotiček

Jasna Omerzu, organizatorka izobraževanja odraslih

Izkažite svojo zaposljivost – ugotovite razvitost veščin za osebni in karierni razvoj

Ali se prijavljate na delovno mesto in morate dokazati znanje tujega jezika?

Sodelujete s tujino in se želite prepričati o znanju tujega jezika?

Ste tujec in se želite zaposliti v Sloveniji, vendar potrebujete potrdilo o znanju slovenščine?

Večjezičnost je sposobnost ustrezne uporabe različnih jezikov za učinkovito sporazumevanje. Po raziskavi Eurobarometra o razvitosti jezikovnih spretnosti se Slovenija nahaja na tretjem mestu v Evropi s povprečjem 3 jezikov na prebivalca.

Pri znanju tujih jezikov dosegate slovensko povprečje?

Vrednotenje je lahko opravljeno v kratkem času in ni vam potrebno na tečaj, da dobite potrdilo. Priloženo je tudi mnenje, na kateri stopnji lahko nadaljujete učenje jezika.

Bistveno je, kaj znate, ne kje in kako ste se tega naučili.



Mnenje:

»Nisem si predstavljal kako poteka vrednotenje znanja angleškega jezika in nisem pričakoval tako obsežnega preverjanja. Samo preverjanje je zajelo celotno znanje jezika na različnih področjih. Za vrednotenje sem se odločil, ker sem zaključeval delo za določen čas in sem se želel prijaviti na novo delovno mesto, kjer je bil pogoj znanje angleškega jezika. Tako sem pridobljeno potrdilo priložil prošnji za zaposlitev.

Rok P. (vrednotenje znanja angleškega jezika)

Vključite se v brezplačno ugotavljanje in vrednotenje vaših jezikovnih znanj v angleščini, nemščini, francoščini in slovenščini ter spoznajte svojo pravo vrednost.

Dogovorite se za termin srečanja s svetovalko na LUK – pokličite 04/280 48 00 ali pišite na svetovanje@luniverza.si.

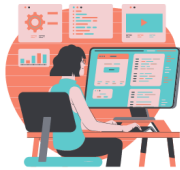
Svetovanje v Mestni knjižnici Kranj

Razvito **digitalno kompetenco** v današnjem času potrebujemo za samostojno in odgovorno delovanje v osebnem življenju, pri delu in učenju. Rešite samoevalvacijski vprašalnik o razvitosti digitalne kompetence in prejmite mnenje s priporočili za nadaljnji razvoj.

SVETOVALNI KOTIČEK

PREVERITE SVOJE DIGITALNE SPRETNOSTI

18. 5. 2022 od 17.00 do 18.00
v Mestni knjižnici Kranj



MESTNA knjižnica KRAJN



LUK
LJUDSKA
UNIVERZA
KRAJN

V Mestni knjižnici Kranj boste **18. 5. 2022 med 17.00 in 18.00** skupaj s svetovalko lpregledali tudi ponudbo tečajev s področja računalništva na Gorenjskem.

LUK-mobil

**PO KRAJEVNIH SKUPNOSTIH
Z LUK MOBILOM**

KS ČIRČE

27. 5. 2022 od 10.00 do 11.00



Poiščite naš LUK mobil



LUK
LJUDSKA
UNIVERZA
KRAJN

V Svetovalnem središču Kranj smo se odločili, da možnost brezplačne svetovalne podpore približamo občanom in jo ponudimo v bližini njihovega prebivališča v različnih krajevnih skupnostih Mestne občine Kranj.

Krajevne skupnosti bomo obiskali z mobilno svetovalno enoto z našim LUK-mobilom. Da pa bo dogodek bolj pester, bomo imeli s seboj kolo sreče in zanimive nagrade.

Obiščite našo mobilno svetovalno enoto v **KS Čirče, 27. 5., med 10.00 in 11.00**. Pomagali vam bomo poiskati odgovore na vprašanja v zvezi z izobraževanjem: za delo, osebni razvoj ali prosti čas.

Jezikovni kotiček

Petra Odar, organizatorica izobraževanja odraslih

Uganete, v katerem jeziku so spodnje besede?



1. Bom dia
2. Teşekkürler
3. Sonrisa
4. Arrivederci
5. Kahvia
6. Ebéd
7. Φίλος
8. Toate cele bune

REŠITVE (obrnjeno na glavo)

- | | |
|--------------------------------|-------------------------------|
| 4. Nasvidenje (italijansščina) | 8. Vse najboljše (romunščina) |
| 3. Nasmeh (španščina) | 7. Prijatelj (grščina) |
| 2. Hvala (turščina) | 6. Kosilo (madžarščina) |
| 1. Dober dan (portugalščina) | 5. Kava (finščina) |

Kotiček za umovadbo

Mojca Rozman, organizatorica izobraževanj odraslih

Ste že slišali za igro Wordle?

Wordle je besedna igra, ki jo najdete na spletu. Je zabavna, preprosta in jo je kot križanko mogoče igrati le enkrat na dan. Vsakih 24 ur se pojavi nova beseda dneva in na vas je, da ugotovite, katera. V Ameriki jo igra več kot 300.000 ljudi vsak dan. Imate šest poskusov, da odkrijete besedo s petimi črkami. Po vsakem poskusu se črke, ki stojijo na pravih mestih obarvajo zeleno, tiste, ki so prave, a ne stojijo na pravih mestih, rjavo in tiste, ki niso prave sivo.

Slovensko različico boste našli na [povezavi](#).

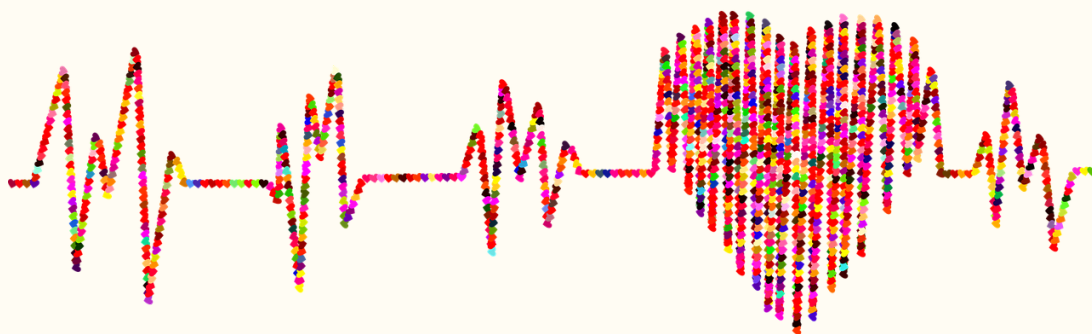
K	O	R	E	N
B	E	Z	E	G
S	E	Z	A	M
V	E	Z	I	R
J	E	Z	I	K
C	E	Z	I	J

Sprostitveni kotiček

Naj vas navdihne ta čudovita pesem

Mira Grabanica, medkulturna mediatorica

(Vir: Sensa.metropolitan.si)



Počasi umira, kdor postane suženj navad, ki si vsak dan postavlja iste omejitve,

kdor ne zamenja rutine,

kdor si ne upa zamenjati barv,

kdor ne govori s tistimi, ki jih ne pozna...

Počasi umira, kdor beži pred strastmi in njihovimi močnimi emocijami, zaradi katerih se zasvetijo oči

in znova oživijo osamljena srca...

Počasi umira, kdor ne zamenja življenja,

ko je nezadovoljen s službo ali z ljubeznijo,

kdor se zaradi sigurnosti odreka morebitni sreči,

kdor ne sledi svojim sanjam,

kdor si ne dovoli vsaj enkrat v življenju ubežati pametnim nasvetom...

Počasi umira, kdor ne potuje, kdor ne bere,

kdor ne posluša glasbe, kdor ne najde miline v sebi;

Počasi umira, kdor uničuje lastno ljubezen,

kdor ne dovoli, da bi mu pomagali,

kdor preživi dneve z jamranjem nad lastno smolo ali nad neprestanim dežjem...

Počasi umira, kdor opusti načrt še preden ga poskusi izvesti,

kdor ne sprašuje o tistem, česar ne ve,

kdor ne odgovori, ko je vprašan o tistem, kar ve...

Ne dovoli si počasnega umiranja!

Tvegaj in uresniči želje še danes! Živi za danes!

Nikoli nisi prestar, da bi si postavil nov cilj ali sanjal nove sanje.

C.S. LEWIS

LJUDSKA UNIVERZA KRANJ
CESTA STANETA ŽAGARJA 1
4000 KRANJ, SLOVENIJA

TELEFON 04/280 48 00
FAX: 04/201 28 91
E-NASLOV: INFO@LUNIVERZA.SI
