



Ljudska univerza Kranj

E-NOVIČNIK

Uvodnik

Mateja Šmid, direktorica

**... DA BOMO LAHKO
PONOVO ZAŽIVELI
POLNO ŽIVLJENJE.**



Drage bralke in dragi bralci E-novičnika LUK.

Sama se z Ljudsko univerzo Kranj (LUK) družim že od leta 1993, to je dobrih 27 let, in priznam, da sem v tem obdobju usvojila ogromno novih znanj, spretnosti in veščin, ki jih vsakodnevno uporabljam pri svojem delu in v prostem času. Predvsem pa sem spoznala, da se lahko le z znanjem in učenjem uspešno soočam s še tako velikimi izzivi. Tukaj mislim predvsem na znanje in učenje o sebi, o drugih in o svetu, kamor prištevam tudi delo.

LUK je v zadnjih nekaj letih z izvajanjem evropskih projektov in razvojem novih programov kot odzivom na potrebe okolja močno razširila svoje področje delovanja, zato smo se odločili, da želimo celostne informacije z vseh področij podati prav vsakemu izmed vas na enem mestu. Želimo si, da bi jih posredovali tudi tistim svojim bližnjim, ki jih ne bodo prejeli, pa bi jih potrebovali. Na LUK si prizadevamo, da so naši programi in dejavnosti dostopni čim večjemu krogu odraslih.

Izobraževanje in učenje sta v vseh življenjskih obdobjih namreč zelo pomembna, saj nam omogočata, da ostajamo v toku življenja, da se poveča kakovost našega življenja in se uspešno soočamo z izzivi sodobne, nenehno spreminjajoče se družbe. Tudi izkušnja epidemije in njene posledice bodo zahtevale nova znanja za delo in razumevanje sebe, drugih in sveta okoli nas, da bomo lahko ponovno zaživali polno življenje. Na tej poti vam želimo nuditi podporo pri iskanju primernih programov in dejavnosti za vas, vaše želje in potrebe.

Tako se je rodila ideja o E-novičniku LUK, ki bo prinesel informacije o aktualnem dogodku posameznega meseca, predstavitev programov, novice iz naših projektov, kotiček za umovadbo, jezikovni, svetovalni in sprostitevni kotiček, preko zanimivih zgodb pa boste tudi spoznali zaposlene in zunanje izvajalce ter udeležence.

V tej čisto prvi številki želimo z vami deliti tudi naše veselje in zadovoljstvo, saj smo 1. 1. 2021 začeli izvajati javno službo na področju izobraževanja odraslih. Izobraževanje odraslih je tako prvič v zgodovini naše države postalo priznано in prepoznano kot nujno potreben in enakovreden del slovenskega izobraževalnega sistema.

Vabljeni na druženje z LUK.

Ali poznate?

Strokovno usposabljanje za aromaterapevte

Renata Dobnikar, organizatorica izobraževanj odraslih



Aromaterapija – moč eteričnih olj za telo, duha in dušo

**SPRVA JE BILA
POVEZANA S
ČAROVNIŠTVOM IN
RELIGIJO ...**

Ob omembi aromaterapije marsikdo najprej pomisli na opojne dišave. Vendar pa je aromaterapija veliko več – je veja komplementarne medicine, ki z uporabo eteričnih olj vpliva na naše razpoloženje ter lahko bistveno pripomore k izboljšanju našega zdravja na fizični, čustveni in duhovni ravni. V rabi je že več kot 5.000 let in različna ljudstva so jo uporabljala za različne namene:



Egipčani za balzamiranje,



Rimljani za odišavljanje,



Grki za razkuževanje.

Aromaterapija = aroma

- vonj ali okus + **terapi**
- nega in zdravje

Sprva je bila povezana s čarovništvom in religijo, pozneje pa se je razvila v empirično znanost.

Eterična (dišavna) olja pridobivamo iz različnih delov aromatičnih rastlin in prav vsako eterično olje služi svojemu posebnemu namenu, na primer:

- preprečevanju okužb in prehladov,
- za nego telesa in obraza,
- za zmanjševanje bolečin,
- za sproščanje stresa.



Na Ljudski univerzi Kranj lahko opravite priprave na preverjanje in potrjevanje za pridobitev nacionalne poklicne kvalifikacije (NPK) Aromaterapevt/Aromaterapevka.

- NPK ponuja možnost ovrednotenja in potrditve spretnosti in znanj, pridobljenih z neformalnim učenjem, in je uradno potrdilo, s katerim bodo lahko aromaterapevti dokazovali svojo usposobljenost za opravljanje svojega poklica.

- Postopki pridobivanja NPK so relativno hitri, saj se lahko pri pridobivanju NPK upoštevajo spretnosti in znanja, ki jih pridobite med opravljanjem poklica, s prostovoljnim delom ali prostočasnimi dejavnostmi, z udeležbo v neformalnih programih izobraževanja, s samoučenjem ...

[Več o programu](#)



10 razlogov za učenje tujih jezikov

Renata Dobnikar, organizatorica izobraževanja odraslih

Povzeto po viru: <https://www.jicki.de>

Iščete najboljše razloge za učenje jezika?

Razlogov, zakaj je vredno poznati več jezikov, je več kot 700. Vendar pa za učenje jezika ne potrebujete 700 razlogov, za vas smo izbrali 10 najboljših.

1. Spoznavanje različnih kultur

Za vsakim jezikom se skriva kultura nekega naroda. Z učenjem jezika se torej naučite tudi veliko o tradiciji, načinu življenja in razmišljanju drugih narodov. Zakaj Italijani med pogovorom vedno gestikulirajo z rokami? Zakaj Španci tako uživajo v svojih tapasih? Takšna vprašanja vam bodo zagotovo brenčala v glavi. Če se obrnete na domačine, boste morda našli odgovore na svoja vprašanja.

2. Boljše karijerne možnosti

Učenje jezikov je lahko velika prednost v poklicnem življenju. Ne zgodi se redko, da se podjetja med kandidati s podobnimi življenjepisi in kvalifikacijami odločijo za nekoga, ki govori več jezikov. Lahko ste prodajalec, ki se pogaja s tujimi poslovnimi partnerji, ali delate neposredno v tujini, na primer kot modni oblikovalec v Parizu. Z vsakim jezikom, ki ga obvladate, si odprete tisoč novih priložnosti in pokažete bodočim delodajalcem, da ste se pripravljene naučiti česa novega sami.

3. Učenje jezikov izboljšuje duševno zdravje

Številne študije kažejo, da učenje jezika ohranja možgane v kondiciji in povečuje njihovo delovanje. Poleg tega se tudi izboljša spomin. Z učenjem jezika lahko ne samo govorite več jezikov, temveč tudi naredite nekaj dobrega za svoj um! Zato je vedno vredno izboljšati svoje razumevanje jezika.

4. Spoznavanje novih ljudi

Učenje jezikov vam daje priložnost, da spoznate nove ljudi. To so lahko poslovni stiki ali pa tudi nova prijateljstva. Bodisi doma bodisi med potovanjem: povsod so ljudje, ki ne govorijo slovensko, a bi se z njimi lahko zelo dobro razumeli.

5. Učenje jezika povečuje sposobnost učenja

Ko se učite jezik, vedno znova odkrijete nove metode učenja. Ker se vedno učite na novo in vsak jezik sledi svoji strukturi, boste zagotovo našli veliko priložnosti za drugačno razmišljanje in nove, optimalne metode učenja.

6. Pristno spoznavanje tujih krajev

Ali želite dopust preživeti zunaj hotelov in letovišč? Potem je nujno, da se naučite novih jezikov. Na mnogih podeželskih območjih ljudje govorijo le malo več kot svoj materni jezik in slabo angleščino. Odlično bi bilo, če bi razumeli, kaj se govori okoli vas. Če se odpravite na daljše potovanje, držav ne boste več doživljali kot turisti.

7. Učenje jezikov spodbuja ustvarjalnost

Ste si vedno želeli biti ustvarjalni? Potem se učite jezike! Študije so pokazale, da to spodbuja ustvarjalnost. Po eni strani z nenehno miselno aktivnostjo, po drugi pa z novimi miselnimi vzorci. To vam lahko zagotovo odpre veliko priložnosti v vsakdanjem in poklicnem življenju.

8. Uživate v filmih, serijah, knjigah in pesmih v izvornem jeziku

Ste si vedno želeli razumeti svoje najljubše serije v izvornem jeziku, ne da bi brali podnapise? Mnogi filmi, serije in knjige imajo povsem drugačen učinek, če jih razumemo v izvornem jeziku – na primer šale boste dojemali povsem drugače. Poleg tega boste končno razumeli, o čem pojejo pevci tega sveta.

9. Učenje jezika spodbudi vaš osebni razvoj

Raziskovalci so ugotovili, da se ljudje, ki govorijo več jezikov, pri delu v timu znajdejo bolje od preostalih. Če boste govorili več jezikov kot le materni jezik, bo to dobro vplivalo tudi na vašo samozavest.

10. Učenje jezikov pomaga videti svet z novimi očmi

Z vsakim jezikom, ki se ga naučite, se naučite tudi novih načinov razmišljanja. To vam daje nove poglede na vse vidike življenja in lahko okrepi vaše kritično mišljenje. Med drugim lahko berete tisk z vsega sveta in si ogledate lokacijo dogodka. Vsak kovanec ima dve plati, spoznajte obe.

Zakaj se učite jezike? Kaj vas najbolj motivira?

*»Za vključitev v učenje tujega jezika sem se odločila, da bi izboljšala konverzacijo v tujem jeziku in spoznala nove ljudi. Verjamem, da je skupinsko delo veliko bolj spodbudno in ima pozitiven vpliv na končen rezultat učenja. Vključitev v program človeka bistveno bolj disciplinira pri samem učenju.«
(Alenka P.)*

Razlogov za vključitev v tečaj je več kot dovolj.



Če si torej želite čim hitreje, brez velikega vložka prostega časa izboljšati svoje znanje tujega jezika za poslovno in zasebno uporabo, potem je prava rešitev za vas naš

60-URNI INTENZIVNI TEČAJ ANGLEŠČINE NA RAVNI A2.

Za vas smo pripravili tri različne pakete:

- OSNOVNI,
- VIP,
- PREMIUM.

[Več o programu](#)



Prihodnji mesec se nam lahko pridružite

Kakovostno zasnovani programi strokovnega usposabljanja

Priprave na pridobitev certifikata NPK (Nacionalna poklicna kvalifikacija):

- Socialni oskrbovalec na domu
- Računovodja
- Knjigovodja
- Aromaterapevt
- Organizator poslovanja
- Mladinski delavec

Jezikovni tečaji s tradicijo - za večjo kompetentnost, samozavest, samostojnost

Za osebno in poslovno prodornost v tujem jeziku si izberite tečaj zase.

- 30 - urni začetni tečaji tujih jezikov (vpisujemo v angleščino, nemščino, italijanščino in španščino -udeleženci starejši od 60 let se lahko včlanijo v Univerzo za starejše in jezikovni tečaj obiskujejo po veljavnem ceniku Univerze za starejše.)
- 60 - urni intenzivni tečaj angleščine na ravni A2
- Individualni tečaj poslovne angleščine +
- individualni tečaji
- jezikovni tečaji za podjetja po meri
- Poslovna korespondenca - pisna komunikacija
- stopenjsko preverjanje znanja tujih jezikov
- izpiti iz slovenščine na vstopni in osnovni ravni
- priprave na izpit slovenščine
- vikend tečaj slovenščine

Brezplačna informiranja in svetovanja v izobraževanju odraslih in vrednotenja neformalnih in priložnostno pridobljenih znanj v Centru za svetovanje in vrednotenje znanj zaposlenih Gorenjske

- ugotavljanje in vrednotenje priložnostno in neformalno pridobljenih znanj
- znanja za poklic ali osebni razvoj
- prekvalifikacije ali pridobitev višje izobrazbe
- karierno svetovanje
- podpora pri učenju
- izdelava Europass dokumentov
- izdelava osebne zbirne mape dosežkov

Program Večgeneracijskega centra Gorenjske za mesec februar

Novice naših projektov

Večgeneracijski center Gorenjske – aktivnosti tudi na daljavo

Tanja Ahačič, univ. dipl. soc. del.



**AKTIVNOSTI, KI JIH
PRIPRAVLJAMO V
SKLOPU PROJEKTA, SO
ZA NAŠE UDELEŽENCE
BREZPLAČNE ...**

Ljudska univerza Kranj (LUK) je od leta 2017 nosilka projekta Večgeneracijski center Gorenjske, ki bo potekal vse do konca septembra 2021. Projekt je sofinanciran s strani Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti, Evropskega socialnega sklada in nekaterih gorenjskih občin. Aktivnosti, ki jih pripravljamo v sklopu projekta, so za naše udeležence brezplačne, pri izbiri vsebin pa se poskušamo prilagoditi vašim željam in potrebam.

V Kranju se program izvaja v LUK – medgeneracijskem centru, kjer potekajo raznolike aktivnosti za otroke in mlade, družine, starejše, osebe s posebnimi potrebami in priseljence. Namen projekta je izvajanje raznovrstnih preventivnih programov, s katerimi aktiviramo in vključujemo pripadnike različnih ciljnih skupin z namenom vključevanja, izobraževanja, opolnomočenja ter medkulturnega in medgeneracijskega povezovanja. Pred razglasitvijo izrednih razmer je bil LUK - medgeneracijski center odprt vsak delavnik med 8. in 20. uro, obenem pa smo dejavnosti organizirali tudi v občinah Cerklje na Gorenjskem, Šenčur in Preddvor.

V času epidemije COVID-19 smo na LUK upoštevali ukrepe in napotke Nacionalnega inštituta za javno zdravje. Omogočali smo varno udeležbo in se zanašali na odgovorno vedenje vseh članov v naši skupnosti, kmalu pa smo vse aktivnosti Večgeneracijskega centra Gorenjske prestavili na splet, kjer tudi zdaj potekajo na daljavo preko različnih videokonferenčnih sistemov. Dostop do njih poskušamo zagotoviti vsem ciljnim skupinam in vsakega udeleženca spodbujamo k aktivnemu udejstvovanju s pomočjo individualne tehnične pomoči in informiranja.

Ob vmesnem odprtju LUK - medgeneracijskega centra smo v živo tedensko organizirali individualno tehnično pomoč pri uporabi računalnikov in telefonov ter delavnice spoznavanja videokonferenčnih sistemov, ki jih uporabljamo pri izvajanju aktivnosti na daljavo.

Iskreno moramo priznati, da se ni bilo lahko soočiti s socialno izolacijo in z druženjem na daljavo, a povratne informacije naših udeležencev, ki so sprejeli izziv in se skupaj z nami naučili uporabljati tehnologijo ter tako ostali aktivni člani družbe, so neprecenljive.

Ponosni smo, da lahko za vas organiziramo brezplačne aktivnosti, da vam tudi v teh težkih časih lahko nudimo spletni prostor za druženje in srečevanje. Dejavnosti, ki jih organiziramo, so pestre, zanimive, poučne, usmerjene k pridobivanju uporabnih, kakovostnih, aktualnih spretnosti in znanj. Mesečno tako organiziramo raznolike vadbne, dihalne vaje, kulinarčne in ustvarjalne delavnice, delavnice spoprijemanja z obremenilnimi situacijami, vaje za krepitev spomina, predavanja na različne teme in še več.

Vsak teden vključenim udeležencem pošljemo program po e-pošti (za prijavo pišite na mck-prijava@luniverza.si), lahko pa si ga ogledate tudi na naslovni strani naše spletne strani: <https://www.luniverza.si>.

Na podlagi rezultatov ankete, ki ste jo izpolnili ob koncu prejšnjega leta, bomo v prihodnje za vas pripravljali tudi različne aktivnosti na temo zdravega življenjskega sloga – februarja vas tako v sodelovanju s Centrom za krepitev zdravja Kranj vabimo na predavanje o tehnikah sproščanja. Predavanje bo predstavitvene narave – če bodo udeleženci izkazali zanimanje, bomo marca organizirali redne delavnice za zaprto skupino, v katero se boste lahko vključili ob zaključku predavanja.

Veseli nas, da lahko skupaj z vami soustvarjamo naš program, in vas še naprej vljudno vabimo v svojo družbo.

Lep pozdrav od nas in naših udeležencev

Nekaj odzivov naših udeležencev

**... S SVOJO
PRIJAZNOSTJO VSAJ
DELNO NADOMESTITE
NEPOSREDNI STIK Z
NAMI.**

»Najprej želim vsej vaši ekipi LUK - MC srečno, zdravo in uspešno v tem letu. Obenem se vam zahvaljujem, da sem imela možnost predavanj. Vse to mi ostaja s toplino v mojem srcu za vedno.«

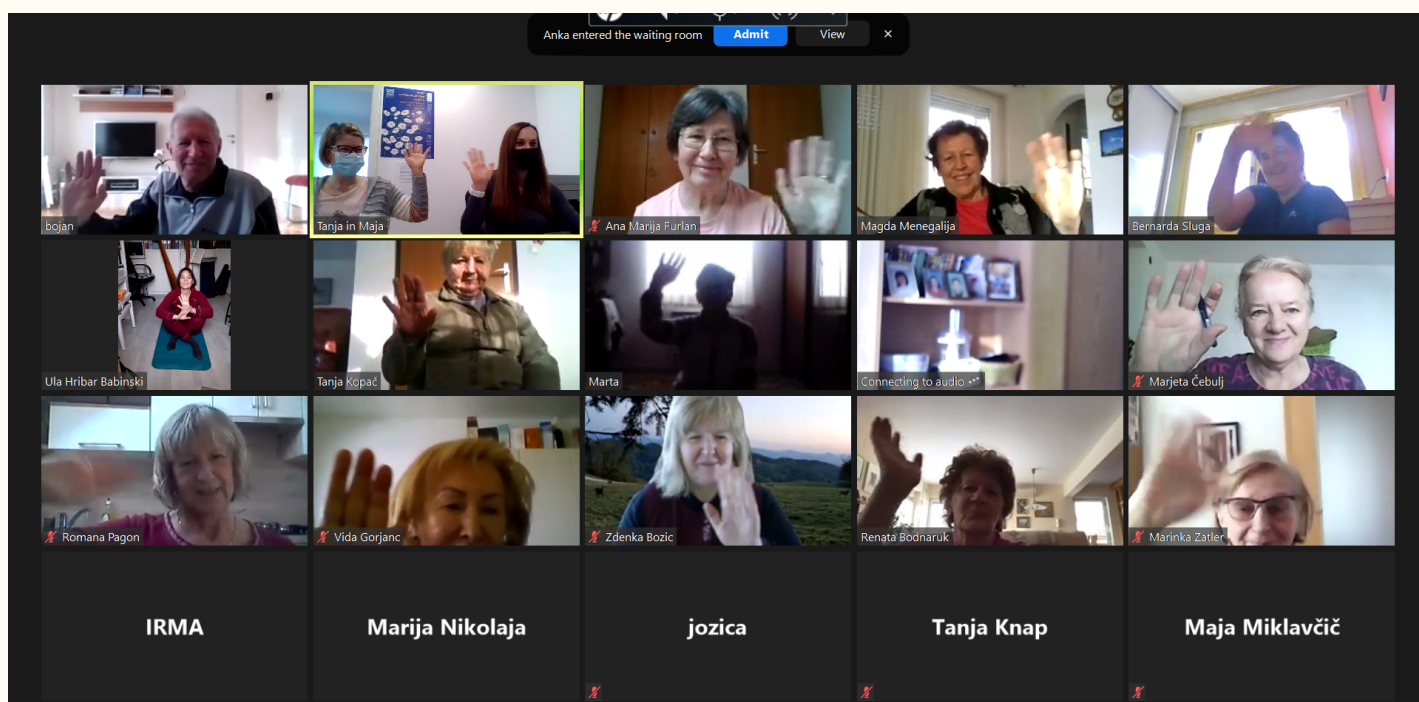
»Nove povezave so pot do uresničitve zelenih ciljev.«

»Zahvaljujem se vam za bogato ponudbo vaših dejavnosti, ki so mi polepšale leto 2020.«

»Hvala za vaš trud glede vse organizacije in srečno, uspešno in zdravo novo leto!!!«

»Hvala, da skrbite za nas v času korone.«

»Spoštovani! Ob koncu leta se vsem, ki ste skrbeli za delovanje MCK-ja, organizirali zanimiva predavanja, delavnice, telesno vadbo itd., iskreno zahvaljujem. Ni bilo lahko v pogojih, v kakršnih se doslej še nismo znašli, organizirati in izpeljati omenjene dejavnosti. A ste našli način, da se nam približate in s svojo prijaznostjo vsaj delno nadomestite neposredni stik z nami. Želim, da se v novem letu razmere čim prej normalizirajo in da se zdravi ter zadovoljni zopet srečujemo v LUK - MC kot nekoč ...«



Svetovalni kotiček

Mojca Rozman, organizatorka izobraževanja odraslih

PRIPOMOČEK ZA NAČRTOVANJE KARIERE

ocenjevanje spretnosti
SPLETNI VPRAŠALNIK

LOKALNA TOČKA SVOS

Brezplačno oceni svoje spretnosti

POTREBUJETE NASVET?

Spoznaj spretnosti - zaglej nove priložnosti.

Operacija sofinancirata Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada ter Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport.

Ljudska univerza Kranj je lokalna točka SVOS – Ocenjevanje spretnosti odraslih 2020–2022.

Z Andragoškim centrom Slovenije sodelujemo pri izvajanju individualnega ocenjevanja spretnosti odraslih, ki je za odrasle diskretno in brezplačno. Izvaja se s pomočjo spletnega pripomočka SVOS (Spletni Vprašalnik za Ocenjevanje Spretnosti).

SVOS je spletni diagnostični pripomoček, ki ponuja zanesljive in veljavne ocene spretnosti za odrasle vseh starosti, in sicer na več področjih: oceno kognitivnih spretnosti (besedilne in matematične spretnosti, spretnosti reševanja problemov v tehnološko bogatih okoljih) in lastno oceno spretnosti za posameznike, t. i. nekognitivnih spretnosti (raba spretnosti, zdravje in osebna blaginja, poklicni interesi in namere).

Zagotavljamo vam brezplačen dostop do vprašalnika SVOS, ki ga lahko rešite doma preko računalnika (edini pogoj je, da ga odprete v brskalniku Mozilla Firefox). Takoj po koncu reševanja si lahko ogledate rezultate, do katerih imate dostop samo vi. Če želite, da vam jih razloži svetovalka, se lahko dogovorite za brezplačno individualno svetovanje na daljavo preko Zooma ali Vibra.

Če niste vešči dela z računalnikom, nam sporočite in vprašalnik boste rešili s pomočjo svetovalke, ki vam nudi tudi svetovanje za primerno izobraževanje in razvoj spretnosti.

Uporabnica Veronika Z. je o vprašalniku povedala: »Rešila sem nekognitivni modul vprašalnikov. Ni bil preveč zahteven. Priporočila bi ga vsem, ki želijo menjati poklic, in brezposelnim osebam. Vprašalnik o poklicnih interesih in namerah je potrdil, da sem se odločila za pravo delovno mesto. S pomočjo dodatnega izobraževanja, ki so mi ga svetovali na Ljudski univerzi Kranj, pa bom postala še učinkovitejša pri rabi svojega časa.

[Več o vprašalniku](#)

Za dostop do spletnih vprašalnikov pokličite na naše svetovalke na telefonsko številko 031 72 11 49 ali pišite na svetovanje@luniverza.si.

Jezikovni kotiček

Katarina Kozole, organizatorica izobraževanja odraslih



KAKO PRAVILNO ZAPIŠEMO DATUM

Khm ... Na videz preprosto vprašanje – datum pa že znamo napisati! Pa ga zapišemo pravilno? Tudi vam obraz prekrije rdečica, ko morate v dopisu/na obrazcu izpolniti to polje? Zapomnite si tri spodnja pravila in nelagodje bo odpravljeno:

- dneve in mesece zapisujemo brez ničel:

28. 01. 2021 **X** 28. 1. 2021 **✓**;

- med dnevom, mesecem in letom zapišemo presledek:

28.1.2020 **X** 28. 1. 2021 **✓**;

- za številkama, ki zaznamujeta dan in mesec, zapišemo piko, ker gre za vrstilni števnik:

28 1 2020 **X** 28. 1. 2020 **✓**.

Čestitamo! Prva jezikovna lekcija opravljena!

Kotiček za umovadbo

Renata Dobnikar, organizatorica izobraževanja odraslih

VAJE ZA BOLJŠE POMNENJE

V nadaljevanju bo predstavljena daljša vrsta črk. Ogledujte si jo približno 30 sekund. Poskusite si zapomniti čim več črk v pravilnem vrstnem redu.

S A Q V N G N E S C G C E B T B C G

Po 30 sekundah zapišite čim več črk v pravilnem vrstnem redu na list papirja, ne da bi ponovno pogledali zapisano vrstico.

Črke lahko zapišete ločeno s presledki ali vejicami v pravilnem vrstnem redu.

Vajo lahko ponovite večkrat in pri tem izmerite svoj napredek.



Sprostitevni kotiček

Tanja Ahačič, univ. dipl. soc. del.



Februarja bomo v sodelovanju s Centrom za krepitev zdravja Kranj za vas organizirali aktivnost na daljavo: predavanje o tehnikah sproščanja. Za vse, ki bi že pred predavanjem želeli izvedeti več o tej tematiki, smo na straneh Nacionalnega inštituta za javno zdravje poiskali zanimivo vajo.

ZAKAJ SE NAUČITI IN UPORABLJATI TEHNIKE SPROŠČANJA?

Redna vadba izbrane tehnike ali tehnik sproščanja ima številne pozitivne učinke za posameznikovo telesno in duševno zdravje.

PRIMER: TEHNIKA DIHALNE VAJE

KORAK 1: PREPOZNAJTE SVOJ TIP DIHANJA

Eno roko položite na prsni koš in drugo na trebuh nad popkom. Nekaj časa dihajte tako, kot sicer običajno dihate, in pri tem opazujte gibanje obeh rok pri vsakem vdihu. Katera roka se vidneje dviguje?

KORAK 2: NAUČITE SE TREBUŠNEGA DIHANJA IN GA REDNO VADITE

Če ste ugotovili, da dihate prsno, se naučite tudi trebušnega dihanja ter tega čim večkrat ponavljajte: ne le, kadar trenirate tehnike sproščanja ali kadar ste pod stresom, temveč tudi ob drugih priložnostih (na primer na poti v službo, ko čakate ob fotokopirnem stroju, v vrsti pred blagajno ...). Tako boste tehniko lažje usvojili in sprejeli »za svojo«. Trebušno dihanje: Zavzamemo sproščen, dobro podprt položaj leže ali polsede. Nogi pokrčimo. Dlani položimo na trebuh v višini popka. Izdihnemo in potegnemo trebuh navznoter. Počasi vdihnemo skozi nos in ob tem potisnemo trebuh ven. Za kratek čas zadržimo dih in sproščeno izdihnemo s priprtimi ustnicami. Nekajkrat ponovimo in smo pozorni na to, da se dlani med vdihovanjem dvigajo (trebuh se »polni« z zrakom) in med izdihovanjem spuščajo (trebuh se »prazni«).

KORAK 3: NAUČITE SE IN UPORABLJAJTE ŠE DRUGE DIHALNE TEHNIKE

Ko obvladamo trebušno dihanje, lahko dodajamo druge pomembne komponente dihalnih tehnik. Več v naslednji številki E-novičnika LUK

Dobre zgodbe

Mojca Rozman, organizatorka izobraževanja odraslih



Pred nastankom Slovenije kot samostojne države je bilo izobraževanje odraslih sinonim za »večerno šolo«. Obiskovali so jo odrasli, ki niso redno dokončali formalne izobrazbe. Šele po letu 1991 je država s sistemskimi ukrepi podprla razvoj izobraževanja odraslih in razvila Strategijo vseživljenjskosti učenja v Sloveniji.

Hiter tehnološki razvoj, spremenjene socialne razmere ter izginjanje poklicev in nastajanje novih zahtevajo nenehno izobraževanje tako na poklicnem kot na osebnem področju.

Veliko ljudem se občasno utrne ideja, da bi spremenili svoje življenje, pridobili nova znanja ali celo nov poklic. Ampak od ideje do uresničitve ni lahke in kratke poti. Največkrat potrebujejo neko zunanjo motivacijo, kot je zgodba ljudi, ki imajo podobno življenjsko pot, kot je njihova.

Slavko Studen

V moji 32-letni delovni dobi sem pridobil ogromno znanj in novih poklicev, diplom in certifikatov, imam veliko delovnih izkušenj – od osnovnega poklica lesarski tehnik do voznika reševalca in tovornjaka C-kategorije, trgovskega poslovođa, trgovskega potnika, komercialista, računovodja ... V letu 2012 pa sem kot poslovođa v zlatarni v Ljubljani zaradi upada prometa (splošna kriza v gospodarstvu) pristal na zavodu za zaposlovanje. Na njihovo pobudo sem se udeležil predstavitve poklica socialni oskrbovalec na domu v Ljubljani na Socialni zbornici Slovenije. Predstavitve mi je bila všeč in pomislil sem, da bi to delo z veseljem opravljal. Ponudili so mi plačilo usposabljanja za socialnega oskrbovalca na domu in plačilo izpita za pridobitev nacionalne poklicne kvalifikacije Socialni oskrbovalec na domu. Nisem kaj dosti premišljeval in sem se hitro odločil. To delo mi ni bilo tuje, vedno sem imel čut za starejše ljudi, pa tudi svoje štiri otroke sem rad previjal, negoval in imel lepo urejene. Vpisal sem se na Ljudsko univerzo Kranj, spoznal čudovite ljudi med sošolci, predavatelji in zaposlenimi. Vključno s hišnikom, s katerim sva med odmorom poklepetala o različnih stvareh. Predavanja so bila strokovna in korektna. Lepo so potekale tudi kabinetske vaje v LUK –medgeneracijskem centru, kjer imajo dobro opremljen kabinet. Pa seveda tudi praktični del v Domu upokojencev Kranj. Najdem samo lepe pohvalne besede o LUK, posebno so mi v spominu čistoča hiše in okolice pa parkirna mesta pred stavbo. Po končanem izobraževanju sem kar hitro dobil službo v Domu starejših občanov Preddvor, saj preživetje štirih otrok ni šala mala. Kmalu pa sem dobil ponudbo za delo v domu starejših občanov Tržič in jo sprejel. Evo, in to delo socialnega oskrbovalca na domu opravljam že četrto leto.

Usposabljanje bi priporočil vsem, ki ste potrpežljivi, prijazni in vztrajni (ter imate zdravo hrbtenico). Poklic je zahteven in odgovoren, ampak ko vidim zadovoljne oskrbovance, se tudi jaz dobro počutim. Je tudi psihično naporno, še posebno kadar se kdo od oskrbovancev za vedno poslovil.



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
