

TEDEN VSEŽIVLJENJSKEGA UČENJA V ZASAVJU 2014



Zasavje, maj in junij 2014

**KOORDINATOR TEDNA
VSEŽIVLJENJSKEGA
UČENJA ZA ZASAVJE
2014**



**19 LET
1996-2014**



KAJ DOKAZANO PODALJUJE DOLŽINO IN KAKOVOST ŽIVLJENJA

Kaj obenem podaljšuje dolžino in kakovost življenja, zagotavlja boljše zdravje in boljše počutje, povečuje produktivnost in zaslužek, povečuje kreativnost in inovativnost, izboljšuje zaposljivost in fleksibilnost na trgu dela, zmanjšuje stopnjo kriminala in neenakosti, povečuje državljansko aktivnost, povečuje zaupanje vase in druge, toleranco in empatijo? Odgovor na vsa vprašanja je **učenje**. Učenje je povsem normalen del vsakdanjika. Vsako učenje vpliva na osebno, poslovno in družbeno življenje. Zato je vsako učenje, učenje za življenje. Učenje je človekova pravica in njegova lastna odgovornost.

V okviru Zasavske ljudske univerze je v maju potekal vseslovenski festival učenja, imenovan Teden vseživljenjskega učenja. **Brezplačne prireditve**, povezane z učenjem in izobraževanjem odraslih, bilo jih je preko **sto, so potekale v vseh treh zasavskih občinah**.

Zasavska ljudska univerza je k sodelovanju pritegnila **sedemindvajset** ustanov, zavodov, društev, kar je največ doslej. V projektu ZLU sodeluje od leta 2001, zadnja štiri leta pa ima tudi vlogo regijskega koordinatorja, kar pomeni, da spodbujamo ustanove, društva, podjetja in posameznike, da sodelujejo v TVU kot izvajalci, ter skrbimo za to, da je program dogodkov čim bolj pester.

Vsi skupaj prispevamo k **promociji in širjenju ideje Tedna vseživljenjskega učenja in hkrati širimo kulturo vseživljenjskega učenja in izobraževanja v Zasavju**. Z dogodki ozaveščamo, da je znanje pomembno, da se vsi učimo celo življenje za boljše življenje. Znanje je tisto, ki nam ga ne more nihče vzeti, pa naj se zgodi karkoli.

Tako smo v maju smo tako organizirali različne računalniške in jezikovne delavnice, sprostivne in kreativne delavnice, predavanja s področja zdravega načina življenja, samooskrbe, komunikacije in medosebnih odnosov, predavanja, kako varčevati v gospodinjstvu, kako se lotiti obnove stavb, da bomo prihranili pri energiji ... in še veliko drugih zanimivih vsebin. Kaj vse se je dogajalo pa si preberite v biltenu, ki je pred vami.

Srečno in vabljeni, da se nam **pridružite tudi prihodnje leto**.

Koordinatorica TVU 2014: Polona Trebušak



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
ZNANOST IN ŠPORT



Zasavska
Ljudska
Univerza



Naložba v vašo prihodnost
OPERACIJO DELNO FINANCIRA EVROPSKA UNIJA
Evropski socialni sklad

TEDEN VSEŽIVLJENJSKEGA UČENJA V ZASAVJU 2014



Zasavje, maj in junij 2014

**KOORDINATOR TEDNA
VSEŽIVLJENJSKEGA
UČENJA ZA ZASAVJE
2014**



19 LET
1996-2014

KAZALO:

1 Zdrav duh v zdravem telesu	3
2 Ustvarjajmo skupaj	6
3 Knjižnica, več kot samo prostor za knjige	7
4 Jeziki	8
5 Računalniške delavnice	8
6 Iz naših in tujih krajev	9
7 Odprimo vrata	10
8 Informativno-svetovalne prireditve ZLU	11

IZVAJALCI TEDNA VSEŽIVLJENJSKEGA UČENJA 2014 V ZASAVJU

- Aspekti d.o.o
- Delavski dom Trbovlje
- Dermalpolis, Salon za nego telesa in obraza, Polona Šmid s.p.
- Dom upokojencev Franc Salamon Trbovlje
- Društvo U3 Univerza za tretje življenjsko obdobje Zasavska regija
- Društvo za razvoj podeželja - LAS Zasavje
- Društvo za zdravilne rastline Zasavje
- ETI Elektroelement, d.d.
- Focus, društvo za sonaraven razvoj, Ljubljana
- Frizerski studio M, Lamut K. Mojca s.p.
- Gajbica, ekološka trgovina Trbovlje
- Gimnazija in ekonomska srednja šola Trbovlje
- GZS, Območna zbornica Zasavje
- Inovacijsko-razvojni inštitut Univerze v Ljubljani
- Knjižnica Antona Sovreta Hrastnik
- Knjižnica Toneta Seliškarja Trbovlje
- Knjižnica Mileta Klopčiča Zagorje ob Savi
- Medgeneracijsko društvo Srečno Zagorje
- Mladinski center Hrastnik, MCH
- Mladinski center Trbovlje, MCT
- Mladinski center Zagorje ob Savi, MC ZOS
- Planinsko društvo Kum Trbovlje
- Srednja šola Zagorje
- Srednja tehniška in poklicna šola Trbovlje, STPŠ Trbovlje
- Šentknap Trbovlje
- Zasavska ljudska univerza Trbovlje
- Zavod Vitkar Ljubljana
- Zavod za kulturo Delavski dom Trbovlje



Skrbim za svoje zdravje s pravilno prehrano



Kako poskrbeti za zdravo prehranjevanje, je v dveh predavanjih predstavil dr. Iztok Ostan.

V **ponedeljek, 12. 5. 2014**, je bilo prvo predavanje **Kako prehiteti apetit za sebični gen**. Na predavanju so slušatelji slišali odgovore na vprašanje: *»Zakaj jemo preveč in zakaj je nezdrava prehrana bolj vabljava od zdrave?«*

Izvedeli so, da je nekaj gotovo odvisno od slabih prehranskih navad. Toda opazovanja vednja živali kažejo, da je želja po nezdravi hrani tudi prirojena. Dr. Iztok Ostan je pojasnil razloge s pomočjo teorije *sebičnega gena* R. Dawkinsa. Na predavanju smo slišali tudi možnosti, kako doseči zadovoljstvo z neškodljivimi sredstvi, preden nas apetit za sebični gen zapelje na stranpota.



V **petek, 16. 5. 2014**, je dr. Iztok Ostan razložil kaj je živa voda. Himalajska dolina Hunza je znana po številnih čilih stoletnikih. Njihova pitna ledeniška voda ima take lastnosti, kot voda v živih organizmih. Je živa. Podobna ji je voda v svežih sokovih. Znanstveniki so uspeli narediti minerale, ki poustvarijo učinke. Na predavanju je predstavil izsledke in petnajstletne izkušnje z različnimi vrstami živih vod in kako si z njimi povrniti načeto zdravje. Poleg tega je tudi opozoril, da pretiranje z različnimi dietami prehranjevanja ni nujno najboljšo za naše telo.



Trgovina Gajbica
vas vabi na seminar

dr. Iztoka Ostana
ŽIVE VODE.

Seminar bo v **petek, 16. 5. 2014**, od 18.00 do 20.00 ure na **Zasavski ljudski univerzi** (Trg Franca Fakina 5, Lovski gradič Trbovlje).



Himalajska dolina Hunza je znana po številnih čilih stoletnikih. Njihova pitna ledeniška voda ima take lastnosti kot voda v živih organizmih, je živa. Podobna ji je voda v svežih sokovih. Znanstveniki so uspeli narediti minerale, ki poustvarijo Hunza vodo. Doc. dr. Iztok Ostan z Univerze v Ljubljani ima osebne izkušnje z njo od leta 1998. Ob uživanju take vode si je uspel ponovno pridobiti načeto zdravje.

Na seminarju bo predstavil osnovne značilnosti srečanje bo obravnaval lastnosti različnih stopenj zelenjavnih in sadnih sokov ter izjemno krepilnega soka pšeničnih bilk. Udeleženi bodo dobili praktična nasveta za njegovo pripravo. Drugi del bo posvečen vodi Hunza in njeni poustvaritvi z mineralnim prahom PHEE dr. Patricija Flanagan.

Srečanje je organizirano ob izidu nove knjige dr. Ostana *Žive vode (Ara)*.

Vstop prost.

Prisrčno vabljeni!



»Kdor se učenju posveča, se iz dneva v dan več.«

- Lao Tse

O rastlinah in ljudeh

Tisti, ki si bi radi pridelali svoja zelišča ali hrano na domačem vrtičku, so tudi lahko dobili več informacij. V **ponedeljek, 12.5.**, je Društvo za zdravilne rastline Zasavje odprlo svoja vrata obiskovalcem. Na **Vrtu tete Johance v Europarku** so si ogledali razporeditev zelišč in začimb ter izvedeli več o njihovi uporabi.

Če želimo, da bodo rastline na našem vrtu zrasle po svojih najboljših močeh, moramo upoštevati tudi to, da rabijo rastline za rast različna hrani. V petek, 16.5., so na predavanju **osnove o prehrani rastlin v samooskrbnem vrtu** z Nado Grešak, obiskovalci izvedeli uporabne nasvete in med seboj delili izkušnje.



Vrt tete Johance v Europarku



Vrt tete Johance v Europarku



Osnove o prehrani rastlin v samooskrbnem vrtu



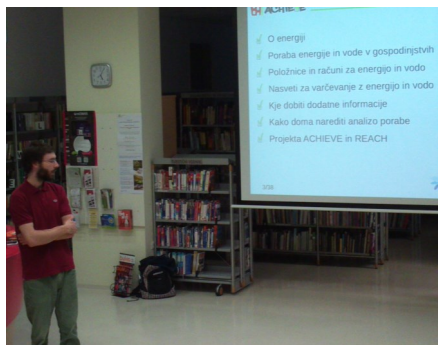
Predstavitve Mountainbike kluba Trbovlje

»Znanje je moč.«

- Francis Bacon

Varčujmo z energijo

Če varčujemo z energijo, lahko prihranimo nekaj denarja, poleg tega pa zagotovimo, da je naše okolje bolj čisto. Več informacij na temo energetske sanacije zgradb je ponudilo predavanje mag. Jureta Vetrška **pristop k obnovam stanovanjskih stavb in primeri dobrih praks**, ki je potekalo v **ponedeljek, 19.5.**, v Delavskem domu Trbovlje. V gospodinjstvu lahko zmanjšamo porabo elektrike, vode in ogrevanja. Kako, smo izvedeli na predavanju **Varčevanje z energijo v gospodinjstvu**. Tomislav Tkalc iz Društva za sonaravni razvoj Fokus, je **29.5.** v knjižnici Antona Sovre-ta v Hrastniku predstavil različne možnosti, kako to storimo.



Varčevanje z energijo v gospodinjstvu



Varčevanje z energijo v gospodinjstvu

»Kdor se učenju posveča, se iz dneva v dan veča.«

- Lao Tse

Migajmo in se družimo

Da ostanemo zdravi, moramo poleg prehrane in glave skrbeti tudi za naše telo. Za to so poskrbeli z aktivnostmi Mladinskega centra Zagorje ob Savi, ki so potekale večkrat v mesecu maju. V **ponedeljek, 12. 5 2014**, je bil prvi dan dogodka **začeTEK: Tekiški treninzi in druženja**. Ker je vsak začetek težaven, v skupini pa je lažje najti motivacijo in zagon za nadaljevanje, je takšna oblika, kjer se teče in uživa v ekipi tekačev z mentorjem, dobra priložnost za začetnike. Tisti, ki jim tek ni tako blizu, so imeli na izbiro še obilo drugih aktivnosti. V okviru dogodka **Aktivno na Pulah** so lahko **vsako sredo** v maju med 16.00 in 20.00 z ekipo MC ZoS na igrišču na Polju igrali namizni tenis, nogomet, košarko, badminton, lovili ravnotežje na slackline-u in še kaj bi se našlo.



Migajmo in se družimo



Kljub temu, da je v **četrtak 5.6 2014** ponagajal dež, in je bilo treba prestaviti srečanje zasavskih balinarskih skupin, se stanovalci Doma upokojenцев Franca Salomona niso dali. Stanovalci so se dogovorili, da se bodo zbrali na balinišču ob prvi možni priliki in izvedli balinanje med stanovalci. Rečeno storjeno, sonce jih je razveselilo že naslednji dan. Gospa Nataša je zbrala ekipe in tekmovalnost med stanovalci se je začela.



Tekmovalci so povedali:

»Ravno prav toplo nam je bilo. Izkoristili smo vsaj tisto malo sonca, ki nam je bil poslan. Naše tekmovanje smo začnili z borbenostjo in res je bilo lušno. Rezultat je bil tokrat neodločen, in sicer 1:1. Zelo smo se zabavali, in igra je bila vse do zadnjega zelo napeta in izenačena.«

2 USTVARJAJMO SKUPAJ

Z voljo in pravo mero radovednosti ter iznajdljivosti se lahko ustvari marsikaj. Da je temu tako, so dokazale sledeče delavnice: **12.5. izdelovanje darilnih vrečk in aranžiranje daril** na Srednji šoli Zagorje, **14.5. ustvarjalna delavnica modnega nakita jogurtnih lončkov Severino Trošt Šprogar** na STPŠ Trbovlje. **14.5.** je bilo v vseh treh občinah **klekljanje - učenje in sprostitvev**. **16.5.** so potekale kar tri različne delavnice (v Zagorju, Trbovljah in Hrastniku). Tako so izdelovali **cvetjje iz krep papirja** v Enoti dnevnega centra Šentknap Trbovlje, **unikatne šale s Tjašo in Severino v prostorih ZLU**, in na koncu še **naravno milo** v Hrastniku. Kako kreativni so bili udeleženci pa si lahko ogledate v utrinkih.



3 KNJIŽNICA, VEČ KOT SAMO PROSTOR ZA KNJIGE



Za Zasavčanke in Zasavčane vseh generacij so poskrbeli v knjižnicah tudi v okviru tedna vseživljenjskega učenja. **Knjižnica Toneta Seliškarja** izvedla kar 17 prireditev. Prireditve so večinoma potekale na oddelku za odrasle in mladinskem oddelku, nekaj pa jih je potekalo tudi na drugih lokacijah, kot na primer na področju Prusnika in v gledališki dvorani Doma svobode. Odziv prebivalcev je bil po pričakovanju dober, kar kaže tudi skupno število udeležencev prireditev, teh je bilo namreč preko 1000.

Tako so v KTS predstavili Mountainbike klub Trbovlje, knjigo Romana Rozine Županski kandidat Gams, se potepali po naravoslovno-zgodovinski učni poti Prusnik. Povedali so več o delovanju človeškega telesa na poučni delavnici Človeško telo, imeli pravljíčne ure in predstavitev knjig za disleksike Kamaroni in parabajzova omaka ter podelili bralna priznanja Tončka Knjigoljuba za predšolske otroke in prvošolce.

Da je pomembno vključiti vse skupine prebivalstva, še posebej ranljive, pa so dokazali v Knjižnici Mileta Klopčiča Zagorje, kjer so v četrtek, 8.5. 2014, imeli zaključno prireditev bralne značke za osebe s posebnimi potrebami Berite z nami.

V soboto, 10.5.2014, je Mladinski center Trbovlje je pripravil tudi pravljíčni festival, ki je razvedril in predramil domišljijo predšolskih in osnovnošolskih otroke.

Predstavitve Mountainbike kluba Trbovlje

Predstavitve knjige Romana Rozine



Predstavitve knjige Eros: PSI

Človeško telo, poučna delavnica



Kamaroni in parabajzova omaka

Podelitev bralnih priznanj Tonček Knjigoljub



Berite z nami

Pravljíčni festival v Trbovljah

4 JEZIKI

Dobro znanje jezikov je nujno za uspešno iskanje zaposlitve, hitro in učinkovito pridobivanje informacij na dopustu, branje knjig v izvirnem jeziku, ali pa samo zabava in trening možganov. V času, ko je potekalo vseživljenjsko učenje v Zasavju, je bilo izvedenih pet delavnic: 7.5. **Prevedite Euro-pass življenjepis v nemščino**, 8.5. **Znam se predstaviti v nemščini**, 16.5. **Jezikajmo z Lidijo - pogovarjamo se po angleško**, 21.5. **Sedem nasvetov za hitrejše učenje tujega jezika**, in 26.5. **Komunikacija in pravilna slovenščina za vsakdanjo rabo**.

»Učenje je odkrivanje, da je nekaj mogoče.«

- Fritz Perls



Znam se predstaviti v nemščini



Jezikajmo z Lidijo - pogovarjamo se po angleško



Sedem nasvetov za hitrejše učenje tujega jezika



Komunikacija in pravilna slovenščina za vsakdanjo rabo

5 RAČUNALNIŠKE DELAVNICE

Računalniki in uporaba računalniških programov je vedno bolj nujna v vsakdanjem življenju. Dobro je poznati razne programe in dodatke. S prihodom pametnih telefonov, se morajo tako mlajše kot starejše generacije priučiti in naučiti, kako pravilno in varno uporabljati novotarije. Primerna oblika podajanja znanja je tudi medgeneracijsko učenje. Mlajši odrasli obvladajo sodobne tehnologije in lahko svoja znanja in izkušnje posredujejo starejšim generacijam. Kaj vse so se naučili zainteresirani na delavnicah? Prva računalniška delavnica, **Internet in e-pošta za priseljence**, je potekala 12.5. v Trbovljah. 13.5. je

potekala računalniška delavnica **E-uprava in digitalno potrdilo** z Dušanom. Dušan je izpeljal še delavnico 14.5. **Windows movie maker**. V sredo, 14.5., je bila na osnovni šoli Narodnega heroja Rajka delavnica **Starejši brskamo in nakupujemo po spletu**. Na STPŠ Trbovlje je bila 15.5. delavnica **Grafično urejanje v Photoshopu**. V torek, 20.5., je potekala še delavnica **mCobiss**, kjer so lahko udeleženci izvedeli več o možnostih podaljševanja in rezervacije knjig prek pametnih telefonov. Kako pa se **oblikuje besedila v Wordu** za praktično in vsakdanjo rabo pa je 23.5. predstavil Rok Drnovšek.



Internet in e-pošta za priseljence



E-uprava in digitalno potrdilo z Dušanom Maličem



Starejši brskamo in nakupujemo po spletu



Grafično urejanje v Photoshopu na STPŠ Trbovlje



Delavnica mCobiss z Dušanom Maličem



Oblikovanje besedil v Wordu z Rokom Drnovškom



Oblikovanje besedil v Wordu z Rokom Drnovškom

6 IZ NAŠIH IN TUJIH KRAJEV

Društvo za razvoj podeželja Zasavje



Turizem je ena od priložnosti za Zasavje in njegov razvoj. Društvo LAS je v **četrtek, 15.5.2014**, imelo predstavitev z naslovom **Turizem kot podjetniška priložnost za podeželje**. Tema dogodka je bila razvoj trajnostnega turizma, saj je brez sodelovanja različnih akterjev na podeželju in vasi razvoj otežen. Projekt je zastavljen tako, da je spodbujal prebivalce podeželja k podjetniškemu razmišljanju.

»Znanje je moč.«

- Francis Bacon

Da radi pogledamo za mejo s potopisnimi predavanji ali pa s predstavljivo možnostjo za delo v tujini, je pokazal obisk na dveh dogodkih. **15.5.** so radovedneži v Mladinskem centru Hrastnik v potopisnem predavanju **Spoznajmo Italijo** izvedeli več o naši sosednji državi, njeni bogati zgodovini, kulturi ter jeziku.

V Mladinskem centru Trbovlje je bilo v petek, **16.5.**, predavanje **Čez planke** na katerem so prisotni izvedeli o možnostih, ki jih ponuja tujina, o prostovoljnem delu, mednarodnih mladinskih izmenjavah, študijskih obiskih in delovnih praksah.



Spoznajmo Italijo



Spoznajmo Italijo

7 ODPRIMO VRATA

Svoja vrata so odprli tako v kulturnem domu Delavski dom Trbovlje, kot v podjetjih Steklarna Hrastnik in Eti Elektroelement d.d.

9.5. je bilo v Delavskem domu odprtje razstave Marka Kovačiča **Plastos**.

V **torek, 13. maja 2014** ob 10. uri dopoldan, je v okviru Tedna vseživljenjskega učenja, **Steklarna Hrastnik** odprla svoja vrata. Obiskovalci so si lahko pogledali enoti Vitrum in Opal, malce kasneje pa še ogled enote Special.

V **torek, 20.5. 2014**, so vrata odprli še v enem uspešnem zasavskem podjetju, in sicer v **Eti Elektroelement d.d.** Poskrbeli so tako za animacijo otrok, kot tudi staršev, sorodnikov in prijateljev, ki jih je zanimal ogled proizvodnje varovalk.



Dan odprtih vrat Steklarne Hrastnik



Dan odprtih vrat Steklarne Hrastnik



Dan odprtih vrat Eti Elektroelement d.d.



Dan odprtih vrat Steklarne Hrastnik

»Ne učimo se za šolo, marveč za življenje.« - Seneka

Podjetništvo in finance

V **torek, 13.5.**, je Zoran Jurij Tomsits z zveze socialnih društev in zavodov Zasavja, predstavil možnosti socialnega podjetništva v Zasavju. O financah so se učili tudi osnovnošolci. Učenci osmih razredov so se odzvali vabilu Gimnazije in ekonomske šole, ki je v **četrtek, 15.5.**, organizirala delavnico FINANČNA PISMENOST. Delavnico sta pripravila in vodila dijaka 3. letnikov, ki sta svoje znanje in izkušnje sodelujočim na delavnici. Predstavila sta možnosti naložb in razložila, kako in pri čem lahko varčujemo, kako

pridobimo bančne kartice in kako izpolnimo obrazce, ki so pri tem potrebni.

Gospodarska zbornica Slovenije, Območna zbornica Zasavje je v **sredo, 4.6.**, pripravila svečano podelitev priznanj in diplom najboljšim inovatorjem Zasavja za leto 2013.



Finančna pismenost



Svečana podelitev priznanj najboljšim inovatorjem Zasavja za leto 2013

8 INFORMATIVNO SVETOVALNE PRIREDITVE ZLU

V okviru Tedna vseživljenjskega učenja je ZLU izvedla tudi informativne dneve, na katerih je zainteresiranim kandidatom predstavili srednješolske programe, osnovno šolo, NPK-je. Višješolske programe, ki se bodo izvajali v Zasavju, sta predstavili Abitura d.o.o. iz Celja in Višja strokovna šola ŠC iz Novega mesta.

Ker se bliža začetek šolskega leta 2014/2015, in je za učenje vedno pravi čas, ZLU vabi vse občane, da si več o izobraževalnih programih preberete na spletni strani ZLU.

ABITURA



**ZA UČENJE JE VEDNO PRAVI ČAS
ZASAVSKA LJUDSKA UNIVERZA TRBOVLJE**

Pridobite spričevalo, certifikat ali potrdilo za svoje znanje.

VPISI 2014/2015

- osnovna, poklicna, srednja, višja šola
- nacionalne poklicne kvalifikacije (NPK)
- usposabljanja za delo in prosti čas



Več informacij in našo ponudbo najdete na prenovljeni strani:
www.zlu-trbovlje.si in Facebooku.

Pokličite tel.: 03 56 55 120, 03 56 31 190.

Namesto zaključka

Hvala vsem ustanovam in posameznikom, ki ste omogočili izvedbo letošnjega Tedna vseživljenjskega učenja. Hvala tudi številnim obiskovalcem, upamo da ste se ob prijetnem druženju veliko naučili. Se vidimo maja 2015 na 20. Tednu vseživljenjskega učenja.

29 različnih ustanov
127 brezplačnih prireditev
2964 obiskovalcev



Zasavska
Ljudska
Univerza

SEDEŽ

Trg svobode 11 a
1420 TRBOVLJE
Tel. + 386 (0)3 56 31 190
Fax.: + 386 (0)3 56 31 192

ENOTA

Grajska 2
1410 ZAGORJE OB SAVI
Tel. + 386 (0)3 56 55 120
Fax.: + 386 (0)3 56 55 130

zluni-trbovlje@guest.arnes.si
www.zlu-trbovlje.si



INFORMACIJE

o programih dobite na
Zasavski ljudski univerzi,
vsak delovni dan od 8.00
do 15.30, ob petkih do
13.00.