

Univerza za tretje življenjsko obdobje

Program 2026/27

	Program	Opis	Čas izvajanja	strošek
1.	POHODNIŠTVO	Pohode izvajamo enkrat mesečno (vsak prvi petek v mesecu) in so primerni za vse udeležence. Poti so lahke in trajajo 3 - 4 ure. - na podlagi dogovora sodelujemo z belokranjskimi planinskimi društvi	1 x mesečno (vsak prvi petek v mesecu)	Brezplačno
2.	DELAVNICE ROČNIH DEL	Med prijetnim druženjem izmenjujemo mnenja in izkušnje ter pridobimo nova znanja o pletenju, vezenju, kvačkanju,... lahko se dogovorimo tudi za tečaj šivanja. Z udeleženkami se pogosto udeležujemo tudi dobrodelnih akcij.	1 x tedensko (predvideno vsako sredo od 9:00 do 11:00)	Brezplačno
3.	NAMIZNI TENIS	Ob predhodni najavi lahko v dopoldanskem času koristite naše prostore za gibanje, kjer lahko igrate namizni tenis, kolesarite na sobnem kolesu, se razgibavate na blazinah ali pa se samo družite.	Po dogovoru	Brezplačno
4.	DELAVNICE LJUDSKEGA PETJA	Med delavnicami udeleženci spoznavajo slovensko ljudsko pesem in jo poustvarjajo. Sodelujejo na prireditvah zavoda in v lokalnem okolju.	Po dogovoru (sreda ali četrtek)	Brezplačno
5.	NARAVNA DEDIŠČINA	Med obiskom terena pod strokovnim vodstvom razkrivamo skrite kotičke Bele krajine. Mentor z nami deli znanje in nas popelje do krajev, ki jih med običajnimi sprehodi spregledamo.	1 x mesečno (5 srečanj)	Brezplačno
6.	TEMATIKA V OKOLJU	Na druženju se bomo pogovarjali o aktivnem državljanstvu, na kakšen način sodelujemo v lokalni skupnosti, sodobni izzivi družbe, vsakdanja problematika v okolju, pomen kulture v skupnosti. Organiziramo predavanja na temo, ki je trenutno aktualna v okolju.	1 x mesečno	Brezplačno

7.	KULINARIKA	Družimo se ob spoznavanju kulinarike in izmenjujemo kuharsko znanje.	1 x mesečno	Brezplačno
8.	MISELNA TELOVADBA	Spoznavamo zabavne in učinkovite tehnike za krepitev možganov. Z različnimi vajami, ugankami in igrami skupaj treniramo mentalno agilnost in sposobnost hitrega razmišljanja.	1 x tedensko (predvideno vsak ponedeljek od 9:00 - 9:45)	Brezplačno
9.	ZELENI ZAKLADI NARAVE	Odkrivali bogastvo, ki nam ga ponuja narava, kako lahko darove narave uporabimo v kulinariki, kozmetiki.	Enkratna predavanja,	Brezplačno
10.	DIGITALNE VSEBINE	Široka uporaba umetne inteligence	10 ur	Brezplačno
11.	UPORABNA ANGLEŠČINA	V programu bomo obnovili osnove angleškega jezika in se osredotočili na praktično uporabo jezika.	20 ur	Brezplačno
12.	TEČAJ NEMŠKEGA JEZIKA	Spoznavali bomo osnove nemškega jezika ali se spopadali že z znanjem na drugem nivoju.		
13.	LIKOVNE DELAVNICE	Likovno bomo ustvarjali in spoznavali različne slikarske tehnike.	V primeru zadostnega števila prijav.	Doplačilo
14.	OBLIKUJEMO Z GLINO	Z rokami bomo spoznavali glino in oblikovali preprost izdelek, poudarek bo na doživetju in sproščanju ob glini.	V primeru zadostnega števila prijav.	Doplačilo
15.	POTOVANJE Z VLAKOM	Z vlakom bomo spoznavali slovenske kraje, si ogledali njihove kulturne in naravne znamenitosti.	1 x mesečno	
16.	OPAZOVANJE ŽIVALI V NARAVI	Spoznavali bomo živali, ki jih je mentor ujel v fotografski objektiv in jih opazovali ter poslušali v naravi.	20 ur	
17.	KITARSKE URICE	Glasba in petje nas družita. Lahko se naučite osnovnih akordov na kitari, da bomo lahko skupaj igrali in peli. Lahko se samo družimo ob petju, lahko se individualno dogovorita z mentorjem za učenje kitare.	1x tedensko	brezplačno