



Velikonočnih praznikov je konec. Gotovo ste jih lepo preživeli nkljub vsem omejitvam. V zadnji številki **OBČASNIKA** smo vabili na aktivnosti na Dan za spremembe 10. aprila, s sloganom: **Ne prepuščaj se toku, SPREMINJAJ tudi TI!**

**Napovedovali smo OKROGLO MIZO** na temo: **SKRB ZA STAREJŠE**, a jo bomo predstavili, saj nam je zagodel virus in se organizaciji nismo mogli posvetiti.

## Tik pred prazniki smo uspešno opravili zbor članov

Za vodstvo vsakega društva je marec med najbolj napetimi meseci: pišemo poročila, načrtujemo delo, prijavljamo nove projekte, čakamo na odobritev prijavljenih projektov. O vsem tem smo govorili na zboru članov, ki je potekal na daljavo.

Iz poročila 2019/2020 so razvidni zaključki, da smo opravili manjše število ur izobraževanja, saj nas je učenje na daljavo srečalo nepripravljene.

## Skupine študijskih krožkov do marca 2020

Število skupin	Število udeležencev	Število ur izobraževanja
50	457	1082

Učenje na daljavo od marca do 1. oktobra	Število skupin	Število udeležencev	Število ur izobraževanja
Učenje na daljavo	7	49	47
Poletna univerza	2	11	12
skupaj	<b>9</b>	<b>60</b>	<b>59</b>

Zaradi bistveno zmanjšanega obsega dela v času epidemije sledi, da je bilo opravljenih **2289** ur prostovoljskega dela, kar **767 ur manj** kot v preteklem letu.

Predstavili smo tudi **program dela društva za dve leti (2021 in 2022)**. **Ambiciozno smo ga zastavili, saj pričakujemo boljše, bolj zdrave čase.**

**Tudi v naprej smo se posvetili predvsem izobraževanju, pa tudi sodelovanju z okoljem in urejanju prostorskih pogojev.**

Prijavili in bili smo uspešni na razpisu **Zavoda Tri, zavod za trajnostne skupnostne prakse**. [zavod-tri.org](http://zavod-tri.org) [GrozdnvoGorenjske](http://GrozdnvoGorenjske)

## Projekt ZLATI MOST: Društvo U3 in Zavod KRES

»Z medgeneracijskim projektom in prenosi znanj, z novimi prostovoljkami in prostovoljci bomo naše so-delovanje še utrdili, okrepili in v trdnem zaupanju prostovoljstva, znanja vsaj delno kos problematiki sodobne družbe, ki jo naslavljamo. Z vsako vezjo, z vsakim

sodelovanjem zmanjšujemo vrzeli sodobne družbe, krog sodelovanja in glas v svetu pa močnejši!»

Tako je Katka Žbogar predstavila naš skupni projekt. **Zavod KRES**, (kultura in izobraževanje je ozaveščanje in preventivno delovanje na področju digitalne zasvojenosti, nekemičnih odvisnosti, razvijanje kompetenc z mediji in medijske pismenosti v potrošniško orientirani sodobni družbi) s svojim imenom sporoča izvirno metodo našega delovanja.

Projekt je namenjen medgeneracijskemu sodelovanju in izmenjavi znanj in izkušenj. To so:

- otroci in mladostniki,
- nove prostovoljke in prostovoljci,
- upokojenke in upokojenci,
- prostovoljke, članice in člani Društva U3.

## **Predstavniki univerz za tretje življenjsko obdobje se občasno srečamo na ZOOM**

Na **spletnem posvetu** mreže SUTŽO v marcu je bil sprejet predlog, da nam mentor za računalniško izobraževanje na UTŽO Ljubljana, pripravi navodila za bonton v spletnem okolju. (Navodila najdete na zadnji strani občasnika.)

### **Spletni posvet 8. april 2021**

Delovati ustvarjalno in psihološko obvladovati epidemijo

#### **Prof. dr. Ana Krajnc:**

- Kako razumeti, sprejeti in psihološko obvladovati epidemijo?
- Prinašajo spremenjene razmere tudi dobrobit?
- Obdobje epidemije je lahko priložnost za osebno rast, učenje in prevrednotenje vrednot.

#### **Prof. dr. Mirjana Ule:**

- Starejši in izobraževanje.
- Kje so moški?
- Zakaj se starejši moški manj vključujejo v izobraževanje in skupnostne oblike življenja?
- Kako jih pritegniti?

## **Velik izziv za starejše je digitalizacija.**

Tudi starejši smo del tega sveta in prav čas pandemije je pokazal, kako nujno je, da se tudi starejši naučimo uporabljati računalnik tako, da ne bomo odvisni od nikogar. In to je digitalizacija: znamo uporabljati elektronsko pošto, brskati po internetu, se znamo prijaviti na pregled pri svojem zdravniku? Znamo nekaj naročiti in kupiti v trgovini? Veliko se nas je naučilo uporabljati Zoom in se lahko udeležimo video konferenc ali pa skupina prijateljic debatira o prebrani knjigi. Mogoče je tudi, da vas bo vaš zdravnik povabil na pregled preko ZOOM-a, ker bi vas želel videti. Bi to šlo?

## Pripravimo se na ZOOM

1. Na sejo se prijavimo **pravočasno** (cca 5 minut prej) s svojim imenom in priimkom. Sklicatelj seje začne sejo ob določeni uri in ne prej ali z zamudo.
2. **Povezavo** do seje uporabljamo zgolj prejemniki povezave in je ne posredujemo drugim, razen v primerih, ko je tako vnaprej dogovorjeno.
3. Še preden se pridružimo seji, pripravimo **pripomočke**, ki jih bomo potrebovali in **preverimo delovanje** kamere, mikrofona, zvočnikov oz. slušalk.
4. **Kamere** imamo vklopljene, razen če se dogovorimo drugače. **Ne uporabljamo** zabavnih filtrov in aplikacij. Kamero usmerimo tako, da se vidi naš celoten obraz (ne zgolj npr. zgornji del glave).
5. **Mikrofone imamo IZKLOPLJENE** (na ta način preprečimo motnje iz ozadja, pojav mikrofoniije ipd.). Poskrbimo, da v prostoru nimamo vključenih motečih naprav (vklopljen TV, radio, mobilnike damo na tiho zvonjenje ipd.). Če je le mogoče, **bodimo sami v prostoru**. Prisotnost tretje osebe je lahko moteča tako za udeleženca kot tudi za druge udeležence seje.
6. V pogovor se vključujemo, ko smo povabljeni. Uporabljamo vljuden in spoštljiv jezik, **ne skačemo v besedo**. K besedi se prijavimo z **dvigom roke**.
7. Med sejo **ne klepetamo** v oknu za sporočila (Chat) z ostalimi udeleženci.
8. Med sejo **se ne prehranjemo**. Pozorni smo, kako sedimo pred kamero.
9. Sejo lahko **snema** ali fotografira **le sklicatelj seje** (nedovoljeno snemanje je kaznivo!) v soglasju z udeleženci.
10. V ozadju nimamo **odprtih še drugih programov in aplikacij** na računalniku ali telefonu, saj motijo našo pozornost.
11. Pozorni smo na **glasnost**, ki jo ustrezno nastavimo, še posebej, če uporabljamo zunanje zvočnike.

---

### Pišite nam

[loka3univerza@gmail.com](mailto:loka3univerza@gmail.com)  
[krozki.loka.u3@gmail.com](mailto:krozki.loka.u3@gmail.com)

### Poiščite nas na:

[spletna stran Društva U3](#)  
[FB Društva U3](#)

ali nas pokličite v ponedeljek, sredo, petek med 10. in 12. uro na tel. številko: 064 233 535

Za Občasnik Borjana Koželj