

Program splošnega neformalnega izobraževanja odraslih (NIPO)

## **Ime programa: Uporabne veščine za sodobno delovno okolje**

### **1. UVOD (4 ure), 23.10.2025, 8:30-11:30, VDC Kranj**

- predstavitev programa Temeljne kompetence - pot do uspeha 2023-2029 in predstavitev Razvojne agencije Zgornje Gorenjske, spoznavanje udeležencev in njihovih pričakovanj pri programu.

### **2. VITALNO PODJETNIŠTVO (4 ur) 24.10.2025, 8:30-11:30, VDC Kranj**

- spoznavanje osnovnih podjetniških pojmov in pomena zdravja na delovnem mestu, obvladovanje stresa v zunanjih okoljih, spoznavanje tehnik sproščanja in pomen aktivnih odmorov pri sedečem delu.

### **3. KOMUNIKACIJA (4 ur) 6.11.2025, 8:30-11:30, VDC Kranj**

- spoznavanje osnovnih pojmov v komunikaciji, spoznavanje različnih vrst komunikacije, javnega nastopanja in osnovnih pravil bontona v družbi in na delovnem mestu, praktične vaje v obliki igre vlog (npr. pogovor s sodelavcem, pozdrav stranki, prošnja za pomoč ipd.).

### **4. ORGANIZACIJA ČASA (4 ure) 7.11.2025, 8:30-11:30, VDC Kranj**

- spoznavanje pojmov organizacije časa, različnih metod organizacije časa ter upravljanje motenj, praktični preizkus organiziranja časa z različnimi metodami, skupni pogovor in izmenjava izkušenj.

### **5. KREATIVNO RAZMIŠLJANJE (4 ure) 13.11.2025, 8:30-11:30, VDC Kranj**

- spoznavanje pojmov kreativnega razmišljanja, metod za razvijanje ustvarjalnosti (brainstorming, iskanje več rešitev za en problem, asociativne igre in povezovanje različnih idej) prilagojeno zmožnostim udeležencem programa.

### **6. ČUSTVENA INTELIGENCA (4 URE) 14.11.2025, 8:30-11:30, VDC Kranj**

- spoznavanje pojmov čustvene inteligence, prepoznavanje čustev in vaje za čustveno ravnotežje, ki bodo pomagale k boljšemu razpoloženju in medsebojnemu razumevanju v različnih življenjskih situacijah, razvijanje empatije.

### **7. TIMSKO DELO IN SODELOVANJE (4 ure) 21.11.2025, 8:30-11:30, VDC Kranj**

- spoznavanje osnovnih pojmov in pomena timskega dela, vaje za sodelovanje v skupini, načrtovanje nalog (npr. organizacija dogodka) in inovativno reševanje problemov.

### **8. SAMOZAVEST IN MOTIVACIJA (4 ure) 27.11.2025, 8:30-11:30, VDC Kranj**

- spoznavanje osnovnih pojmov in orodij za graditev samozavesti, kot so pozitivne afirmacije, postavljanje majhnih ciljev, priprava in vaja za uspešen nastop ali sprejemanje pohval in priznanj. Pozitiven odnos do sebe in pohvale vplivajo na rast samozavesti oseb z motnjo v duševnem razvoju.

### **9. UMETNA INTELIGENCA (4 ure) 28.11.2025, 8:30-11:30, VDC Kranj**

- osnovno poznavanje pojma o umetni inteligenci, praktično delo s telefoni, vaje za lažje razumevanje in ustvarjanje z orodji, ki pomagajo pri ustvarjanju, učenju, zabavi in reševanju težav v vsakdanjem življenju.

#### 10. EVALVACIJA (4 ure) 4.12.2025, 8:30-11:30, VDC Kranj

- pregled pridobljenega znanja, deljenje izkušenj, povratne informacije s strani udeležencev in zaključne aktivnosti skozi preproste igre, kvize ali kreativne naloge.

Izvedba: Ana Morticia Štempihar, inž. naravovarstva, VI/1 in Jelka Popović Gužvić, mag. poslovnih ved, VII/2