

Študent

www.student.si

številka 4 | letnik XXI
April 2018 | brezplačnik

Kaj po študiju?

Iskanje
zaposlitve

Spremljaj naše
nagradne igre na
FB Revija Študent



15% POPUSTA ZA ŠTUDENTE

VODENA VADBA V TREH AKLIMATIZIRANIH DVORANAH, FITNES POPOLDANSKA IN DOPOLDANSKA KARTA

V karto vključeni tudi finska in aroma parna sauna, v sezoni tudi 82 ur aerobike tedensko v treh dvoranah.

VADBE: BODY PUMP, BODY ATTACK, BODY JAM, TNZ, PILATES, BODY BALANCE, METABOLIC EFFECT, RE-SET, RPM, CXWORX, DANCE AEROBIC, ...



SUNNY STUDIO



Sunny Studio, Regentova cesta 37, 1000 Ljubljana - Dravlje, tel.: 01 513 44 44, fax.: 01 513 44 60, email: sunny@siol.net, www.sunny.si
Odprto vsak dan od 7.00 do 22.30 ure. Sobote, nedelje in prazniki od 9.00 do 21. ure.



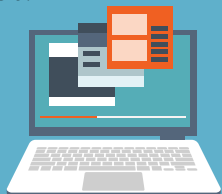
Kam po diplomi?

IMAŠ IZOBRAZBO, KAJ PA ZDAJ?

Naj te to vprašanje ne prestraši. Vzemi si čas in preglej infografiko, v kateri boš gotovo našel tudi nekaj zase.

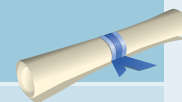
ŠE ŠTUDIRATI? 6

Lahko nadaljuješ trenutni študij, zamenjaš program ali pa se podaš na trg dela.



PODIPLOMSKI ŠTUDIJ 8

Z nadaljevanjem študija lahko raziskuješ svojo temo globlje in s tem obogatiš svojo kariero.



VKLJUČEVANJE NA TRG DELA 14

Vključevanje na trg dela že v času študija ti bo dalo dragocene izkušnje za CV in ti pomagalo priti v zeleno podjetje.

ISKANJE ZAPOSLOTITVE 17

Namesto obremenjevanja z iskanjem idealne zaposlitve si vzemi čas in preglej karierne možnosti od izdelave CV-ja (str. 17) in načrtovanja kariere (str. 18) do priprave na zaposlitveni razgovor (str. 20), samozavestnega nastopa (str. 25) in LinkedIn profila (str. 26).

SAMOZAPOSLOLITEV 32

Če imaš idejo, sredstva, samozavest in povezave, je lahko samozaposlitev idealna rešitev zate. Preberi tudi intervju z uspešnim študentom in podjetnikom Nikom Venetom (str. 27).

DELO V TUJINI 36

Prostovoljstvo in delo v tujini sta odlična za širjenje sposobnosti in pridobitev unikatnih izkušenj. Preberi še intervju z Natašo Turk in Alešem Kosom, ki sta opravljala plačano prakso v tujini (str. 30).

PRILOŽNOSTI V EU 28

Na voljo so številne pobude in organizacije, ki podpirajo mobilnost mladine in odraslih.



Preberite tudi:

- TRAJNOSTNA PRIHODNOST 34
- KAKO ISKATI LETALSKE KARTE? 35
- SPOLNOST 37
- TEHNOLOGIJA 38
- HOROSKOP 40
- ŠPORT 42

Priloga
**ŠTUDENTOM
DOGAJA**
21



Založnik in izdajatelj:

Nevtron & Company, d. o. o.
Koprska ulica 72
1000 Ljubljana

Glavni in odgovorni urednik:

Emanuel Vidmar
☎ 040 26 26 40
✉ emanuel.vidmar@nevtron.si

Vsebinski in tehnični urednik:

Matjaž Lesjak

Uredniški odbor:

Gregor Baškovč, Jana Jenko, Matjaž Lesjak,
Rozalija Hartman, Emanuel Vidmar, Klara Vidmar,
Miha Žgajnar

Oglasno trženje:

Nevtron & Company, d. o. o.

Rozalija Hartman
☎ 040 628 080
✉ rozalija.hartman@nevtron.si

Oblikovanje in DTP:

Bojana Fortuna, Simona Perovšek
✉ dtp@nevtron.si

Lektoriranje:

Sonja Poznič Cvetko

Tisk: Tiska se v Sloveniji.

Javno glasilo Študent je vpisano v razvid medijev, ki ga vodi MINISTRSTVO ZA KULTURO RS pod zaporedno številko 662. Po mnenju Ministrstva za kulturo se revija Študent uvršča med proizvode, za katere se plačuje 9,5-odstotni davek. Celotno gradivo v reviji Študent je avtorsko zaščiteno.

Nepooblaščen uporaba ter posredovanje novic in informacij v druge medije nista dovoljena in sta protizakonita. Kopiranje ali razmnoževanje je mogoče le s pisnim privoljenjem izdajatelja. Vse znamke, slike in logotipi so zaščiteni in so last njihovih lastnikov oziroma družb.

Prispevke, ki so v reviji označeni z rubriko Predstavitev, objavljamo v sodelovanju s podjetji.

ZAPOS LJIVOST

ŽIVLJENJEPIS (CV)

Če se prijavljaš za polovični delovni čas, pripravništvo, poštudijsko zaposlitev ali samozaposlitev, potrebuješ življenjepis, ki bo prikazal tvoje izkušnje in prepričal bralca. Poskusi naslednje nasvete:

- Prilagodi CV opisu službe in vključi zahtevana znanja in izkušnje.
- Dodaj kratko osebno izjavo.
- Naj bo kratko in urejeno – idealno do 1 stran.
- Ne pozabi na razporeditev/dizajn dokumenta (še posebej, če se prijavljaš na kreativne položaje).
- Naj tvoje besedilo kdo slovnično pregleda.



SPLETNA PRISOTNOST

Prvi vtis je pomemben tudi na internetu. Pred iskanjem zaposlitve počisti svojo zgodovino:

- Pogooglaj se in izbriši rezultate, ki ti kvarijo podobo.
- Preveri tudi svoje Facebook, Twitter, LinkedIn in Google+ profile.
- Osveži družbena omrežja z boljšimi profili.
- Zakupi lastno domeno in jo uporabi kot digitalni portfelj ter profesionalni e-naslov.

POMISLI TUDI NA

- Ustvari digitalni portfelj, če je primeren za želeno službo.
- Povečaj svojo profesionalnost z izdelavo vizitk.
- Vloži trud v mreženje in spoznavanje novih ljudi.
- Ustvari svoj blog in začni pisati o svojih interesih in temah iz svoje stroke.
- Udeležuj se tekmovanj.



POTOVANJE



POTOVANJE TI LAHKO POMAGA

Takoj po zaključku študija je idealen čas za potovanje, saj lahko uživaš ob zaključku svojega trdega dela in najbolje izkoristiš svojo svobodo pred začetkom kariere. Potovanje lahko koristi tvoji karieri na številne načine:



Potisce te iz cone udobja.



Lahko se naučiš novega jezika.



Spoznaš nove kulture.



Postaneš bolj organiziran.



Dobiš prijatelje po svetu



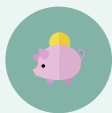
Lahko se ti odprejo nova vrata.



Postaneš boš bolj zaposljiv.



Poveča tvojo samozavest in samostojnost.



Naučiš se, da ni vse samoumevno.



Razširi ti perspektive.

6 OD 10

milenijcev bi raje zapravilo svoj denar za izkušnje kot za materialne stvari.

Mladi med **15. IN 29.**

letom so v letu 2015 predstavljali **23%** mednarodnih potnikov.

SESTAVI POTOVALNI NAČRT



Razišči, kam potovati.

Rezerviraj lete in prenočišča.

Naredi seznam destinacij.

Zastavi si datum, do kdaj se vrneš.

Načrtuj stroške.

Odloči se med samostojnim ali skupinskim potovanjem.

Razmisli o prostovoljstvu ali delu v tujini.

Priskrbi si potrebno vizo in zdravstveno zavarovanje.

Še študirati?

Programi na naših fakultetah že dolgo niso več enostavni, enodisciplinarni, tudi njihov zaključek ni več samoumeven. Saj veste, včasih si se vpisal na program, diplomiral in si začel iskati delo. Tisti najbolj zagrizeni, nadarjeni in raziskovalni so se odločili za nadaljevanje študija na magistrski ravni, tisti oh in sploh najboljši pa so, ponavadi ob delu, enkrat proti štiridesetemu letu tudi doktorirali.

Avtor: Miha Žgajnar



Teta iz Bologne

Pred nekaj leti pa je bolonjski proces, sprejet v institucijah Evropske unije, tudi slovenski šolski sistem prisilil v celovito spremembo študijskih programov. S tem naj bi poenotili zelo raznolike načine študijev po različnih državah članicah, uvedli standarde za vrednotenje podobnih programov, omogočili lažje prehode med programi in izmenjavo študentov med univerzami različnih mest in držav ter posledično tudi zvišali nivo izobrazbe vsaj znotraj Evropske unije. Sliši se fino, celo odlično, a marsikatera fakulteta se je do zadnjega otepala sprememb, nekateri programi so bili na silo prilagojeni, mnogi študenti so bili prisiljeni podaljšati študij za eno leto, če so hoteli enak nivo izobrazbe, predvsem pa je z uvedbo obveznih predavanj, vaj in povečanja števila seminarov povprečen študent dobil tudi več (sprotnega) dela in obveznosti. Toda prvi poporodni krči so minili, fakultete in študenti so se bolj ali manj uspešno prilagodili novemu sistemu, ostala pa je dilema, kaj sploh študirati. Zaradi večje možnosti prehajanja med programi in ustanavljanja vse več študijskih programov na drugi stopnji se je študent po zaključeni prvi stopnji spet prisiljen vprašati: Kaj pa zdaj? Pogosto namreč diploma ne pomeni toliko kot diploma

po starem sistemu in če želi samozavestno stopiti na trg dela, bo moral storiti še korak naprej.

A kam? Bo nadaljeval na eni izmed različic enakega programa ali ne? In če že razmišlja o spremembi programa, zakaj ne bi zamenjal tudi fakultete, mesta, države? Dovoljeno je vse! Vključno z letom premora, potovanjem po svetu in iskanjem novih perspektiv. Prav lahko se zgodi, da bo ugotovil, da je v resnici hipi, ki lahko živi od svežega sadja in vodenja turistov na vulkane, in mu sploh ne bo jasno, zakaj je tako dolgo gulil klopi in knjige po zatohlih čitalnicah. Morda pa ga premamijo povsem nove priložnosti na trgu dela, kariera v smeri, za katero sploh še ne obstaja šola, ampak ve, da je gotovo naravni talent. Včasih pač slišiš klic in greš. Poglejmo, kako so se v preteklih letih odločali študentje širom Evrope. Morda nam nedavno objavljeno poročilo mednarodnega projekta Eurostudent pokaže, da stvari niso tako zakomplicirane ali pa so vsaj rešljive.

Študenti vse starejši, vpliv družinskih financ zaskrbljujoč

Raziskava Eurostudent, ki so jo v Sloveniji izvajali Ministrstvo RS za izobraževanje, znanost in šport, Center RS za mobilnost in evropske programe izobraževanja in usposabljanja ter Študentska organizacija Slovenije, je v zadnjih dveh letih zajela študente 28 držav širom Evrope, od Islandije in Portugalske do Turčije in Gruzije. In že pri prvi postavki, povprečni starosti študentov, lahko vi-

dimo, da je populacija v določenih državah mnogo bolj nagnjena k podaljševanju študija. Tako je velika večina študentov mlajša od 25 let v državah, kot so Albanija, Francija, Gruzija in Srbija, tudi Slovenija sodi bolj med tiste z mlajšimi študenti, medtem ko je v skandinavskih državah trend ravno obraten. Tam je povprečna starost študenta več kot 28 let.

Na izbiro in dolžino študija žal močno vplivata tudi premoženje in izobrazba staršev. Še najbolj to velja za skandinavske in baltske države, Nemčijo in Gruzijo, medtem ko ima v Sloveniji skoraj polovica študentov starše brez terciarne izobrazbe. Nasploh so v raziskavi prišli do zaključka, da študenti, katerih starši nimajo višje izobrazbe in niso zelo premožni, začnejo študirati kasneje, pogosteje študirajo na neuniverzitetnih programih, ki trajajo krajši čas, prav tako pa so bolj odvisni od različnih oblik dela ob študiju, saj potrebujejo dodaten vir dohodka, da sploh lahko študirajo. Zato se na zahtevne, dolgotrajne univerzitetne programe (kot sta na primer medicina in pravo) večinoma vpisujejo študenti iz dobro situiranih in izobraženih družin.

Večina se vpiše direktno na magistrerij

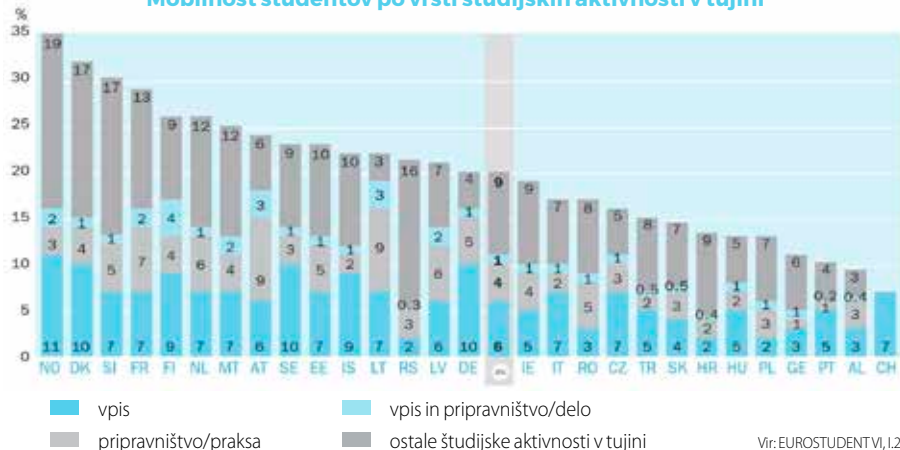
Velika večina mladih diplomantov nadaljuje z magistrskim delom študija neposredno po diplomu. V Sloveniji si le 15 % študentov vzame premor, od teh pa le 7 % za več kot dve leti. Po drugi strani si več kot tretjina skandinavskih, estonskih in turških študentov vzame več kot dve leti premora

Trajanje prehoda med univerzo in magistrerijem



Vir: EUROSTUDENTVI, B.10.

Mobilnost študentov po vrsti študijskih aktivnosti v tujini



Vir: EUROSTUDENT VI, I, 2.

pred nadaljevanjem študija. Nasploh se povečuje odstotek študentov, ki niso prepričani, kako bodo nadaljevali študij, če sploh. Glavni razlogi so pomanjkanje motivacije, finančna situacija in težave pri usklajevanju študija z delom. Med neodločenimi se spet pogosteje znajdejo tisti, ki ne izhajajo iz premožnih ali dobro izobraženih družin.

Študentsko delo za mnoge nujno, a slabo plačano

Krepi se tudi trend različnih oblik študentskega dela. Z izjemo Gruzije, Albanije in Srbije večina študentov poleg študija opravlja delo, med letjem odstotek zraste prek 70. To pomembno vpliva na čas, ki ga študent lahko posveti študiju. Razen pri študentih, ki uživajo socialno podporo v obliki štipendij, se praktično vsi pritožujejo nad pomanjkanjem časa za študij. Več kot polovica študentov opravlja delo tudi zaradi pridobivanja delovnih izkušenj, prav tako jih več kot polovica priznava, da si ne bi mogli privoščiti študija, če ne bi poleg študija tudi delali. Ta odstotek je še posebej visok v skandinavskih državah. Slovenija pa žal spada med tiste države (Islandija,

Albanija, Gruzija, Irska, Poljska), kjer več kot tretjina študentov doživlja hudo finančno stisko zaradi študija. Prav tako spadamo med države, kjer so študenti za svoje delo še posebej slabo plačani. Največji delež pri pokrivanju stroškov še vedno prispevajo družine študentov, zato je odstotek študentov s finančnimi problemi najvišji ravno med tistimi, ki ne izhajajo iz premožnih družin. Največji izdatek pri študiju po vseh državah predstavlja stanovanje, zato so povsod na slabšem tisti, ki ne študirajo v domačem kraju. Seveda so vse pogostejši in vse večji udarec za študentske žepe tudi šolnine, saj v skoraj vseh državah vsaj 60 % študentov samih plačuje prispevke za šolanje.

V Sloveniji nadpovprečno veliko študijskih izmenjav

Za študijske izmenjave in pripravništva v tujini se odloča okrog 10 % študentov, delež pa se iz leta v leto povečuje. Najbolj so mobilni družboslovci, najmanj pa IT-jevci. Je pa lahko študij v tujini velik finančni zalogaj in večina, ki se jih ni odločila za ta korak, je ravno finance navedla kot glavni razlog. Slovenija je glede izmenjav v samem vrhu Evro-

pe, takoj za Norveško in Dansko. Tako ali drugače vsaj del svojega študija v tujini preživi več kot 30 % slovenskih študentov.

Kako torej naprej?

Če ste se prebili skozi nadvse zanimivo statistiko šoloneobveznih Evropejcev, lahko skupaj potegnemo nekaj zaključkov, ki vam bodo morda pomagali pri odločitvi, kako naprej.

Tradicionalni, ciljno usmerjeni in pridni, boste brez pomisleka nadaljevali s tem, kar ste začeli, in se v letu ali dveh že preselili na borzo dela. Tisti bolj trendovski, ki imate povrh tega še dobro finančno podlago in starše z doktorati, boste najprej vsaj dve leti potovali in si nabirali izkušnje po svetu, nato pa boste še vsaj do 30. leta študirali, šli še na eno Erasmus izmenjavo, nato na pripravništvo, če vas bodo silili magistrirati, pa boste skočili do Skandinavije, kjer vam bodo stoje ploskali, če boste šele pri 32-tih zagovarjali magistrsko nalogo. No, prava pot bo verjetno nekje vmes.

Glede na to, da se mnogim staršem ne zdi več nič posebnega, če vas kako leto dlje vzdržujejo, si le pustite kakšen izpit za kasneje in se še malo iščite. Lahko pa tudi za kakšno leto njihovo breme preselite z denarnic na njihove živce in izkoristite katero izmed številnih možnosti zanimivih študentskih del, pripravništev in prostovoljstev po vsem svetu. Nabrali si boste dragocene izkušnje, zraven nekaj zaslužili in bolj sproščeno ter malo z razdalje pogledali na svojo prihodnost. Morda vam ravno ob težko prigraranem pivu ob koncu delovnega dne nekje na Švedskem posveti žarnica in vse vam bo postalo jasno.

Zapomnite si le, da je življenje toliko resno, kolikor si ga naredimo, da nas bo vse počakalo in da se svet ne bo podrl, če si vzamemo nekaj časa za razmislek in pridemo do najboljše rešitve zase. Morda vam bodo v pomoč ravno naslednje strani tokratne številke. Veselo branje in iskanje!



fakulteta
za komercialne
in poslovne vede



FAKULTETA,
KI PONUDI VEČ!

I. prijavní rok
do 11. julija



Magistrski študijski program
II. stopnje

KOMERCIALA II ■

POSLOVNA INFORMATIKA II ■

TURIZEM II ■

Doktorski študijski program
III. stopnje

POSLOVNE VEDE III ■



NOVA
UNIVERZA

NOVA UNIVERZA,
NOVE PRILOŽNOSTI

Negujemo vaš potencial

in vam pomagamo
pri doseganju
kariernih
ciljev!



Izberite magistrski študij na Novi univerzi in se pridružite krogu zadovoljnih diplomantov.

„Boljše razumevanje odnosov
in prava mi zelo koristi v
vsakodnevem življenju in rad
bi poudaril, da mi je podiplomski
študij prinesel res veliko.“

Stojan Auer, *Magister mednarodnih
in diplomatskih študij, FDS*



NOVA
UNIVERZA
FAKULTETA ZA
DRŽAVNE IN
EVROPSKE ŠTUDIJE

www.fds.si



NOVA
UNIVERZA
EVROPSKA
PRAVNA
FAKULTETA

www.evro-pf.si



NOVA
UNIVERZA
FAKULTETA ZA
SLOVENSKE IN
MEDNARODNE ŠTUDIJE

www.fsms.si

www.nova-uni.si

Profesor študentu in vsem, ki bodo to še postali



Dr. Matej Avbelj je izredni profesor za evropsko pravo na Fakulteti za državne in evropske študije, kjer hkrati deluje kot vodja raziskovalne skupine in predseduje akademskim forumom. Kot gostujoči izredni profesor predava tudi na Evropski pravni fakulteti, kjer je podpredsednik Centra za mednarodne študije.

Njegova bibliografija obsega več kot 400 del, med zadnje se uvršča nedavno izdana knjiga z naslovom »The European Union under Transnational Law«, izdana pri ugledni založbi Hart Publishing. Za svoje akademsko delo na področju prava je dr. Avbelj prejel več domačih in tujih priznanj, v letih 2012, 2014, 2015, 2016 in 2017 pa je bil uvrščen med 10 najvplivnejših pravnikov v Republiki Sloveniji.

Visoko cenjen profesor na fakultetah članicah Nove univerze je v akademskem letu 2015/16 prejel nagrado za najboljšega predavatelja po izboru študentov na Fakulteti za državne in evropske študije, in še posebej zato, smo ga prosili za nekaj besed o okolju in izzivih predavatelja.

Kakšna je vaša pedagoška filozofija in kakšen je vaš stil učenja?

»Moj cilj je ustvariti kritično razmišljujočega študenta, ki bo znal ločevati pomembno od nepomembnega in produktivno ter učinkovito razreševati pravne probleme. Ne znam predavati ex-cathedra, študenti pa se upirajo sokratski metodi. Torej nekaj vmes.«

Kakšna je vaša ideja, če jo imate, o pedagoškem razvoju v prihodnosti?

»V prihodnosti bo tudi pravnike v veliki meri nadomestila tehnologija. Ostali bodo le še dobri pravniki z občutkom za pravo mero ter podčrtani z integriteto. Tega stroji ne bodo imeli nikdar.«

Kaj je tisto, kar študentje pričakujejo od dobrega profesorja?

»Večina si želi po najkrajši in najlažji poti do čim boljše ocene. Pri meni s takšnimi željami naletijo na zid. Dobri študenti si želijo intelektualno stimulativen profesorja, ki jim bo predstavljal legitimno in ne vsiljeno avtoriteto.«

Kaj je tisto, kar želite posredovati svojim študentom?

»Poskrbite, da boste najboljša leta svojega življenja izkoristili na najboljši možen način, s pravo mero zabave in dela. To je garancija za vašo zdravno prihodnost.«

Nova univerza s članicama Evropsko pravno fakulteto in Fakulteto za državne in evropske študije ponuja odlične podiplomske programe, ki jih izvajajo v akademskem svetu in stroki priznani profesorji.

Študij na Novi univerzi ponuja veliko prednosti, med njimi popoldanska predavanja, možnost ogleda predavanj od doma (e študij), obročno odplačevanje in predvsem posluš za študente, ki so tam vedno na prvem mestu.

Na Evropski pravni fakulteti lahko izbirate med magistrskimi študijskimi programi:

- Pravo
- Pravo in management nepremičnin – brezplačen študij, možnost pridobitve štipendije
- Alternativno reševanje sporov
- Civilno in gospodarsko pravo

Na Fakulteti za državne in evropske študije lahko izbirate med magistrskimi študijskimi programi:

- Javna uprava – brezplačen študij
- Mednarodne in diplomatske študije – brezplačen študij

V okviru rednih vpisnih mest je študij brezplačen. Nanj se lahko vpiše vsak, ki izpolnjuje vpisne pogoje. Na brezplačen, torej redni študij, se lahko prijavijo tudi zaposleni in brezposelni kandidati.

DOKTORSKI ŠTUDIJSKI PROGRAM



Univerza v Ljubljani
Fakulteta *za arhitekturo*

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA ARHITEKTURO

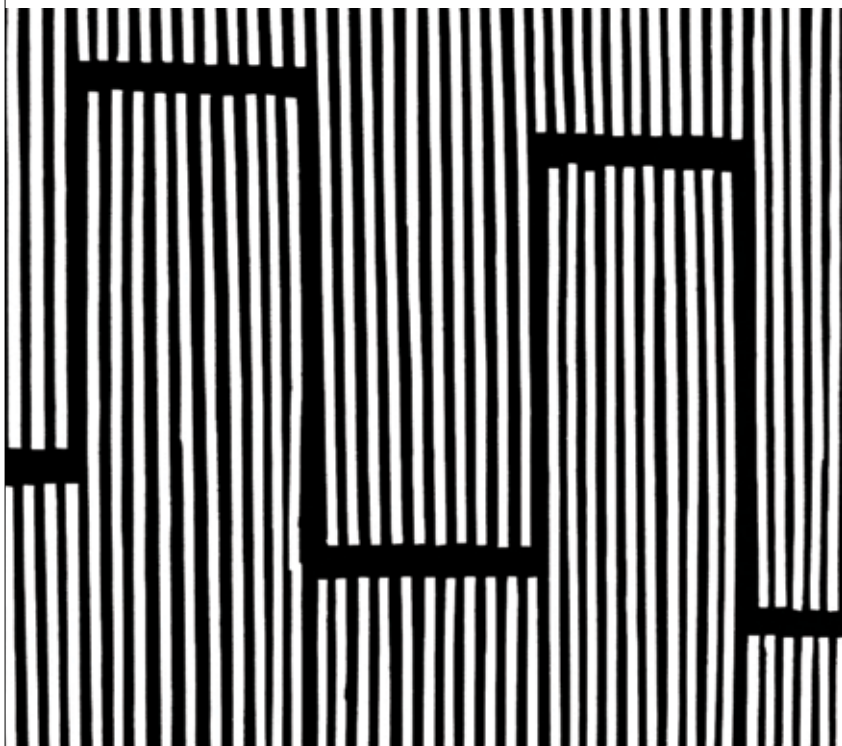
Novi doktorski program izobražuje samostojnega znanstvenega raziskovalca za najširše problemsko področje arhitekture, ki izkazuje tako odgovornost do kulturnega prostora kot tudi mednarodno primerljivo odličnost.

Razvija odgovornost za arhitekturo kot znanstvenoraziskovalno področje in za arhitekturo kot kulturni prostor oz. javno dobro.

www.fa.uni-lj.si

Univerza v Ljubljani, Fakulteta za arhitekturo
Zoisova 12, Ljubljana
Tel.: 01/200-07-82, 01/200-07-10
Splošne informacije:
mojca.rozman@fa.uni-lj.si
Informacije o oblikovanju teme in predmetnika:
tadeja.zupancic@fa.uni-lj.si

VABLJENI NA INFORMATIVNI DAN
v sredo, 23. maja 2018 ob 18.00 uri
v Fabianjevi predavalnici.



FAKULTETA ZA DIZAJN
Pridružena članica Univerze na Primorskem

Notranja oprema | Vizualne komunikacije | Tekstilije in oblačila | Dizajn management | Nakit

www.fd.si

DME DESIGN MANAGEMENT EUROPE

house of design management and innovation

ALICE

GIDE Group for International Design Education



Gospodarska zbornica Slovenije

GoingGreenGlobal International Design Week

KOCles 2.0 Kompetenčni center za razvoj kadrov v resarstvu

Naslednji korak na poti do uspešne kariere

FERI odlikuje širok nabor prenovljenih študijskih programov in tesna povezanost z gospodarstvom.

Čeprav ne v enaki organizacijski obliki, kot jo ima fakulteta danes, sega njena zgodovina v leto 1960. Takrat so namreč na tedanji Višji tehniški šoli začeli s študijem elektrotehnike. Institucija je bila ustanovljena na iniciativo mariborskih gospodarskih organizacij in strokovnih združenj, razlog pa je bila potreba po kadrih, saj je bil Maribor tedaj najbolj razvito industrijsko središče. Višja šola, postavljena v to industrijsko okolje, je najlažje in najhitreje zadovoljila velike kadrovske potrebe, razvita industrija pa je šoli pomagala z visoko kvalificiranim in znanstvenim kadrom z bogatimi praktičnimi izkušnjami.

Skozi leta je Višja šola prerasla v Visoko tehniško šolo pa v Tehniško fakulteto, ki se je nato ločila na štiri samostojne fakultete. Fakulteta za elektrotehniko, računalništvo in informatiko (FERI) se je razvila v mednarodno prepoznavno ustanovo na področjih elektrotehnike, računalništva, informatike, medijskih komunikacij, telekomunikacij in mehatronike v srednji Evropi.

Fakulteta je privlačna za študente iz Slovenije in mednarodnega prostora, saj tako obvladane temeljnih in praktičnih znanj z ožjega področja stroke kakor tudi sposobnost integracije znanj z drugih področij omogočata diplomantom reševanje kompleksnih inženirskih nalog in opravljanje vodstvenih funkcij tako v gospodarstvu kot tudi v javni upravi. Z zaposlitvijo alumniji FERI nimajo



težav, saj po raziskavah spadajo med 20 najbolj zaželenih profilov oz. poklicev. Večina študentov pridobiva izkušnje že v času svojega študija, saj fakulteta omogoča vključevanje v raziskovalno delo laboratorijev, kjer se študenti srečajo s svojimi prvimi raziskovalnimi izzivi. Z vključitvijo v delo raziskovalnih skupin lahko namreč pridobivajo znanja in izkušnje ob pomoči izkušenih raziskovalcev, kar jim omogoča uspešno ter kakovostno delo tudi za prihodnost. Ker je fakulteta s projekti vpeta v domače in mednarodne raziskovalne aktivnosti, so

študenti oz. diplomanti fakultete po doseženem znanju primerljivi s tistimi, ki so zaključili študij na priznanih evropskih univerzah.

Skozi celotno rast in razvoj se je fakulteta zavedala pomembnosti povezovanja izobraževanja, raziskovanja in industrije oz. gospodarstva. Tako kot na začetku FERI-jeve poti je to še danes pomemben gradnik fakultete, pridobljene kompetence pa omogočajo diplomantom, magistrim in doktorantom uspešno soočanje z izzivi sedanjosti ter zagotavljajo svetlo prihodnost.

INFORMATIVNI DNEVI

za podiplomske študijske programe

MAGISTRSKI ŠTUDIJ:
četrtek, 17. 5. 2018, ob 14. uri

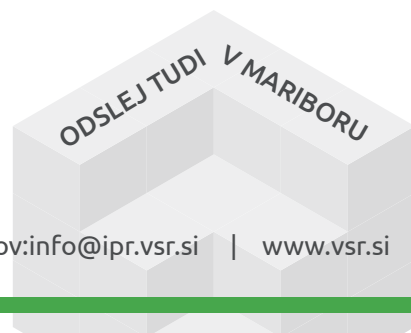
DOKTORSKI ŠTUDIJ:
petek, 1. 6. 2018, ob 16. uri

Več informacij na spletni strani feri.um.si



VŠR
Visoka šola za
računovodstvo in finance

Tel.: 059 090 960 | e-naslov: info@ipr.vsr.si | www.vsr.si



kjer cenimo vaše znanje in s pomočjo strokovnih predavateljev,
študijskega gradiva ter izvedbi dveh programov pridobite:

Dodiplomski program računovodstvo in finance

Naziv: Diplomirani ekonomist/diplomirana ekonomistka

Podiplomski program

Forenzične preiskave v financah in računovodstvu

Naziv: Magister/ica financ in računovodstva

Pridobljeno imamo akreditacijo za izpopolnjevalni enoletni študijski program:

CERTIFICIRANI PREISKOVALEC PREVAR – CPP

(omogoča pridobitev praktičnih znanj s področja preiskovanja, preprečevanja in odkrivanja prevar na področju financ in računovodstva)

CERTIFICIRANI POSLOVODNI RAČUNOVODJA – CPR

(omogoča pridobitev praktičnih znanj s področja oblikovanja predlogov poslovnih odločitev)

Programi se izvajajo v prostorih VŠR - VISOKE ŠOLE ZA RAČUNOVODSTVO IN FINANCE,
Maribor, Ljubljana



FAKULTETA ZA HUMANISTIČNE ŠTUDIJE
Univerze na Primorskem
vabi k vpisu
v magistrske in doktorske programe:



Magistrski študijski programi

- Arheološka dediščina Sredozemlja
- Geografija
- Italijanistika (pedagoški in nepedagoški)
- Jezikovno posredovanje in prevajanje
- Komuniciranje in mediji
- Kulturni študiji in antropologija
- Slovenistika pedagoški
- Zgodovina
- Geografija-Zgodovina (dvopredmetni pedagoški)

Skupni univerzitetni programi

- Dediščinski turizem
- Management trajnostnega razvoja
- Politologija

Doktorski študijski programi

- Antropologija
- Arheologija
- Geografija
- Jezik in medkulturnost
- Slovenistika
- Upravljanje kulturnih virov in arhivov
- Zgodovina Evrope in Sredozemlja



Informativni dan: 21. junija 2018 v Kopru

FHŠ - sodobna in v študenta usmerjena fakulteta! Več na www.fhs.upr.si

Univerza v Novem mestu

Fakultete ustanoviteljice Univerze v Novem mestu se ponašajo z 20-letno tradicijo visokošolskega izobraževanja v Jugovzhodni regiji. S sodobnimi in individualiziranimi pristopi poučevanja ter potrebam trga prilagojenimi študijskimi programi prve, druge in tretje bolonjske stopnje so se znale pravočasno odzvati na potrebe gospodarstva in negospodarstva, tako so pomembno prispevale h gospodarski aktivnosti regije in Slovenije kot celote. Glede na gospodarski razvoj in demografske prognoze je Univerza v Novem mestu s sodobnimi in trgu prilagojenimi programi nepogrešljiv partner tudi v prihodnje.



Univerza v Novem mestu
University of Novo mesto

Študij na programih Univerze v Novem mestu je v celoti osredotočen na pridobivanje kompetenc, ki jih sodobni čas zahteva od prihodnjih zaposlenih. Fakultete namreč nudijo obstoječim in bodočim študentom programe s študijskih področij, ki so zanimivi za študente, in sicer programe s področij ekonomije, informatike, poslovnih in upravnih ved (Fakulteta za upravljanje, poslovanje in informatiko ter Fakulteta za poslovne in upravne vede), s področij strojništva, tehnike in proizvodne tehnologije (Fakulteta za tehnologije in sisteme) ter področij zdravstva in sociale (Fakulteta za zdravstvene vede). Programi zavodov so aktualni tudi za gospodarski in negospodarski

sektor JV Slovenije in širše, s katerima fakultete intenzivno sodelujejo. Spodbudni trendi zaposlovanja so napovedani tudi za prihodnost. Glede na gospodarske in demografske trende ter vse večjo digitalizacijo poslovanja bo veliko priložnosti za zaposlovanje na področjih informatike, strojništva, financ ter zdravstvenih ved. Največje prednosti študija na Univerzi v Novem mestu so delo v manjših skupinah, možnost mednarodnih izmenjav, povezovanje z gospodarstvom prek okroglih miz in gostujočih predavanj strokovnjakov iz prakse, vključevanje študentov v inovacijske projekte in karierno usmerjanje prek kariernega centra. Diplomanti fakultet univerze so zaposleni na srednjih in višjih vodstvenih delovnih mestih v

najuspešnejših slovenskih in tujih podjetjih ter v negospodarstvu, s čimer novoustanovljeno Univerzo v Novem mestu postavljajo ob bok uglednim mednarodnim izobraževalnim institucijam.

Univerza v Novem mestu bo še naprej vzpostavljala kakovostne povezave z domačimi in tujimi visokoškolskimi institucijami in subjekti z gospodarstva in negospodarstva. Glede na potrebe slednjega pa bo posodabljala obstoječe študijske programe ter razvijala nove. Članice Univerze v Novem mestu z izvajanjem pedagoškega in znanstvenoraziskovalnega dela pomembno prispevajo h krepitvi in usposobljenosti državljanov za osebni razvoj, poklicno kariero in aktivno državljanstvo.

UNIVERZA V NOVEM MESTU VABI K VPISU V ŠTUDIJSKE PROGRAME

FAKULTETA ZA UPRAVLJANJE, POSLOVANJE IN INFORMATIKO

- Magistrski študijski program *Upravljanje in poslovanje* (NM, LJ)

FAKULTETA ZA POSLOVNE IN UPRAVNE VEDE

- Magistrski študijski program *Poslovna ekonomija* (NM, LJ)
- Doktorski študijski program *Poslovna ekonomija* (NM, LJ)

FAKULTETA ZA TEHNOLOGIJE IN SISTEME

- Magistrski študijski program *Tehnologije in sistemi v strojništvu* (NM)
- Doktorski študijski program *Sonaravne tehnologije in sistemi v strojništvu* (NM)

FAKULTETA ZA ZDRAVSTVENE VEDE

- Magistrski študijski program *Vzgoja in menedžment v zdravstvu* (NM, LJ)
- Magistrski študijski program *Integrirana zdravstvena in socialna oskrba* (NM, LJ)
- Doktorski študijski program *Edukacija in menedžment v zdravstvu* (NM, LJ)

Informativni dan za 2. in 3. stopnjo:

četrtek, 24. 5. 2018, ob 16.30 uri:
- **Novo mesto**, Na Loko 2 in
- **Ljubljana**, Vodovodna 100.

Prijavni roki:

1. prijavni rok: 1. 5. 2018 - 15. 8. 2018
2. prijavni rok: 3. 9. 2018 - 23. 9. 2018

Spletna stran: <https://uni-nm.si>
Telefon: 07/ 393 00 17

Visoka šola za varstvo okolja

Varstvo okolja je zelo interdisciplinarna veda, zato je tudi nabor študijskih smeri, iz katerih se lahko študenti vpišejo na magistrski študijski program Varstvo okolja in ekotehnologije zelo širok. Vpišejo se lahko diplomanti izobraževalnih, družbenih, naravoslovnih in tehniških ved, kmetijstva, gozdarstva, ribištva, veterinarstva, zdravstva in sociale, storitev in seveda, varstva okolja.

Študente ves čas študija spodbujamo, da aktivno razmišljajo o bodoči zaposlitvi, pri čemer jim pomagamo z organizacijo ciljnih dogodkov, kot sta Karierni dan in Šola podjetništva. Redno prijavljamo in smo tudi uspešni na razpisih, namenjenih vključevanju študentov v delo gospodarskih družb in organizacij iz družbenega okolja (npr. programa Po kreativni poti do praktičnega znanja in

Študentski inovativni projekti za družbeno korist). Naši diplomanti se lahko zaposlijo v podjetjih, ki zagotavljajo okolju prijazno tehnologijo, se ukvarjajo z odpadki, izvajajo okoljske standarde, IPPC zavezanici, kmetijskih in gozdarskih podjetjih, kmetijah, inštitucijah in nadzornih službah na državnem in lokalnem nivoju, na področju trajnostnega turizma ... Menimo, da naše diplomante čaka dobra priho-

dnost glede zaposlitvenih možnosti. Glede na to, da so varstvo okolja, varstvo narave, ekologija (kot veda), trajnostni razvoj, trajnostna raba naravnih virov ene glavnih tem in izzivov sedanjega časa ter predvsem bodočnosti, pričakujemo, da bodo naši diplomanti iskan in zaželen kader. Prepričani smo, da izobražujemo strokovnjake za poklice prihodnosti.

Prehod mladih

Mladi imajo veliko energije in potenciala za postavljanje številnih življenjskih izzivov. Zelo hitro se učijo in prilagajajo različnim situacijam, vendar je prehod s področja izobraževanja v delovno sfero, še posebej v prvo zaposlitev, pogosto težaven korak za vsakega mladostnika. Le ta je še toliko težji za mlade s posebnimi potrebami.



Podatki kažejo, da jih večina po končanem šolanju ostane doma. Nekateri se prijavijo v evidenco Zavoda RS za zaposlovanje, drugi se vključijo v proces zaposlitvene rehabilitacije, le redki se zaposlijo. Med brezposelnostjo pa izgubijo temeljne sposobnosti zaposljivosti, kot so znanje, delovne navade, samozavest ipd. Nudnju ustrezne strokovne pomoči mladim

s posebnimi potrebami pri lažjem prehodu na trg dela je namenjen projekt PREHOD MLADIH. Znotraj projekta izvajamo storitve, katerih cilj je pridobivanje kompetenc, ki bodo mlade s posebnimi potrebami približale trgu dela, spodbujanje njihove socialne vključenosti ter tudi vzpostavitev enotne podporne mreže za njihov prehod na trg dela. Ves čas sodelujemo tudi z družinami mladih,

strokovnjaki, delodajalci in drugimi za prehod mladih pomembnimi ustanovami. V projekt, ki se bo izvajal štiri leta in ga sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz ESS, bomo vključili 2.100 mladih s posebnimi potrebami s področja celotne Slovenije. Vabimo vas, da obiščete našo spletno stran (www.prehodmladih.si), kjer boste dobili dodatne informacije in kontaktne podatke za vključitev v projekte.



VISOKA ŠOLA
za varstvo okolja

Trg mladosti 7 | Velenje

T: 03 898 64 10 | www.vsvo.si

E: info@vsvo.si

**Malo stvari je pomembnejših
od skrbi za okolje.**

OBVLADAJMO STROŠKE



www.MojPrihranek.si

V času študija se lahko študentje pripravljajo na trg dela, tako da nova znanja, ki so jih pridobili med študijem, preizkušajo in povezujejo na različnih področjih, kot so sodelovanje v projektih, različna tekmovanja za študente, tutorstvo, aktivno delovanje v študentskem svetu, delavnice, seminarji. Ključne aktivnosti, s katerimi si lahko študentje izboljšajo zaposlitvene možnosti v času študija, so:

- **Navezovanje stikov** z delodajalci, ki so jim zanimivi, in udeležba na dogodkih, na katerih jih lahko spoznajo.
- **Spoznavanje delovnih okolij** tudi tako, da se udeležijo strokovnih ekskurzij.
- **Pridobivanje delovnih izkušenj** v obliki študentskega dela ali praktičnega usposabljanja.
- **Na kariernih sejmih** se predstavijo delodajalcem in preverijo, kakšen kader iščejo.
- **Ugotovijo, če sta jim sprejemljiva delo ali študij v tujini** – gredo na mednarodno izmenjavo.
- **Aktivno spremljanje** novosti na strokovnem področju in branje strokovne literature ter udeležba na konferencah, okroglih mizah in posvetih.
- **Z izbiro izbirnih predmetov** se ožje specializirajo za izbrano področje.
- **Širjenje znanja tujih jezikov.**
- **Vključevanje v prostovoljske in občutudijske dejavnosti** ter sprotne beleženje pridobljenega znanja in veščin.
- **Izkoristijo priložnost** in se naročijo na brezplačno karierno svetovanje Kariernega centra Univerze v Mariboru (UM), kjer jim bodo pomagali pri razvoju karierne poti in načrtovanju ukrepov, da bodo dosegli svoje karierne cilje.



Stara pravila ne veljajo več!

Vključevanje na trg dela že v času študija



Povezovanje z delodajalci

Povezovanje študentov z delodajalci je tudi ena izmed ključnih nalog Kariernega centra UM. Tako za študente organiziramo predstavitve potencialnih delodajalcev na posameznih fakultetah in obiske potencialnih delovnih okolij, kjer študenti spoznajo bodoče delodajalce in iz prve roke izvejo, katere kompetence in znanja potrebujejo za delo v posameznem podjetju. Vsako leto aprila organiziramo tudi karierni sejem Karierna tržnica v živo, kjer se študenti lahko predstavijo delodajalcem na stojnicah ali na hitrih, petminutnih zaposlitvenih razgovorih. Predhodno se lahko udeležijo tudi priprav na hitre zaposlitvene razgovore. Poleg tega imamo na spletni strani <https://kc.um.si> vzpostavljeno tudi e-Karierno tržnico, kjer lahko študenti in diplomanti, ki so včlanjeni v Alumni UM, vnesejo svojo osebno predstavitev v treh jezikih, le-ta pa je na vpogled registriranim delodajalcem (brez osebnih podatkov). Registrirani delodajalci lahko v e-Karierni tržnici objavljajo svojo ponudbo (delovna mesta, pripravništva, prakse, študentska dela, štipendije, teme seminarjskih in diplomskih nalog).

Študenti pridejo v stik s potencialnim delodajalcem tudi pri opravljanju obveznega praktičnega usposabljanja ali pri sodelovanju v projektih (kot so na primer Po kreativni poti do znanja ali Študentski inovativni projekti za družbeno korist).

Pri pristopu do delodajalca je pomembno, da tega prej dobro preučijo (kakšno dejavnost

opravlja, kdo so ključni kupci, kakšna je njegova vizija, poslanstvo ...). Zavedati se morajo svojih znanj in prednosti ter tega, kaj lahko ponudijo delodajalcu.

Delo v tujini prinaša kompetence

Izkušnje, pridobljene v tujini, so vsekakor prednost, saj posameznik pridobi vrsto delovnih izkušenj, hkrati pa s tem, ko delo opravlja v tuji državi, pokaže veliko mero samostojnosti, znanje tujega jezika in tudi samoiniciativnosti. Poleg tega razvije oziroma pridobi vrsto različnih kompetenc. Je pa to, ali je ta izkušnja bistvena, odvisno predvsem od samega delodajalca. V primeru, da gre za delodajalca, ki ogromno posluje s tujino, bo zanj vsekakor še večjega pomena, da ima kandidat izkušnje tudi v tujini. V Kariernem centru UM vzpodbujamo študente, da se odločijo tudi za opravljanje praktičnega usposabljanja in pridobivanja delovnih izkušenj v tujini.

Karierno svetovanje in delavnice

Poleg že zgoraj omenjenega Karierni center UM organizira za študente številne delavnice, ki so tematsko vezane na karierno orientacijo. Študentom nudimo tudi individualno karierno svetovanje, ki ga izvajamo v času uradnih ur na fakultetah ali po dogovoru v prostorih Kariernega centra UM. Razvijamo tudi e-orodja. Eno takih je e-Karierni načrt, ki ga lahko študenti izpolnjujejo na spletni strani <https://kc.um.si..>

Študentsko delo pri Unicefu

Študentsko delo je super priložnost za dodaten zaslužek, velikokrat pa se ob njem učiš veščin, ki ti lahko koristijo pri študiju, iskanju sanjske službe pa tudi v zasebnem življenju. Pa si predstavljaš, da s svojim delom rešuješ še življenja otrok po vsem svetu? Vse to omogočajo Helpsterji!

Helpsterji so študenti, kot si ti: sočutni, vztrajni, pravični in neomahljivi. Delujejo pod okriljem UNICEF-a, največje svetovne organizacije za pomoč otrokom, in vsak dan spreminjajo življenja otrok v državah v razvoju, kjer otroci še vedno umirajo zaradi razlogov, ki bi jih lahko enostavno preprečili – s tvojo pomočjo!

Tvoje delo je res zelo pomembno, saj omogoča hrano, čisto pitno vodo, zdravstveno oskrbo, izobraževanje, zaščito in nujno pomoč za najranljivejše otroke na svetu. Da pomagaš, ti ni treba iti daleč – vse to namreč Helpsterji omogočajo z delom v Sloveniji: na ulicah, v trgovskih centrih, na dogodkih, v podjetjih ali v klicnem centru. Na mnogih lokacijah po Sloveniji Helpsterji predstavljajo program mesečnih donatorjev Staršev otrok sveta – to je UNICEF-ov najuspešnejši program pomoči otrokom! Starši otrok sveta vsak mesec darujejo poljuben znesek, ki UNICEF-u omogoča dolgoročno razvojno pomoč v državah v razvoju pa tudi nujno pomoč v kriznih žariščih. Pri UNICEF-u želijo študentom ponuditi delo, ki poleg zaslužka ponuja še precej več. Zato imajo pripravljen program izobraževanj in napredo-



vanj po meri, v katerem se učiš novih znanj in uriš pomembne življenjske kompetence.

Delo Helpsterja zahteva dobro poznavanje UNICEF-ovega dela in kar nekaj komunikacijskih veščin, a ne skrbi – ogromno se lahko naučiš ravno med delom! Že takoj na začetku te vključimo v program kontinuiranega izobraževanja, kjer med drugim izveš vse o UNICEF-ovih izjemnih programih na terenu, zraven pa piliš svojo komunikativnost, veščine in spretnosti, ki prispevajo k razumevanju samega sebe in drugih, se učiš empatičnega dialoga, javnega nastopanja, neverbalne komunikacije in vedenjske ekonomije. Medtem ko z ekipo brainstormaš o kreativnih pristopih, se mimogrede zverziraš še v elevator pitchu. Ker gre za delo v manjših skupinah, se lahko mentorji še bolj posvetijo tebi in tvojim potrebam!

Ekipe Helpsterjev, ki delajo na terenu po Sloveniji, delujejo pod okriljem vodij – tistih, ki zelo dobro opravljate svoje delo in hkrati izkazujejo nekatere vodstvene sposobnosti in ambicije po večji odgovornosti. Vodje še dodatno izobražujejo na področjih vodstvenih, organizacijskih in didaktičnih veščin, motiviranja, mentoriranja, selekcije kandidatov in vodenja izobraževanj za sodelavce.

Prav nič ne bomo pretiravali, če zapišemo, da je biti Helpster življenjska priložnost, s katero narediš ogromno dobrega v svetu, hkrati pa se naučiš novih veščin, zrasteš na osebnostnem področju in se imaš super v ekipi pozitivnih posameznikov, ki se skupaj trudijo za lepšo prihodnost otrok.

Če te zanima več o Helpsterjih in se želiš pridružiti ekipi: www.unicef.si/helpster



Do službe še pred poletjem

Projekt Nefiks zaposlitvene rešitve, ki je že 260 motiviranih mladih naučil, kako zagnati svojo kariero, lahko ujameš le še do poletja! Prijavi se na brezplačna izobraževanja na www.nefiks.si.



Kompetence, ki jih udeleženci pridobijo na izobraževanjih, zabeležimo z e-Nefiksom, indeksom neformalnega izobraževanja: tako so vse tvoje kompetence sistematično zbrane na enem mestu! Od maja naprej bodo mlade talente, ki imajo v e-Nefiksu potrjene veščine, lahko v sistemu kontaktirali tudi delodajalci.

Delodajalci cenijo mlade, ki veščine razvijajo v različnih kontekstih: uporabne izkušnje si si na primer nabral skozi študentsko delo, prostovoljstvo, s pogodbenim delom ter na tečajih in izobraževanjih. V indeksu e-Nefiks (najdeš ga na www.nefiks.si) svoje izkušnje zbereš, delodajalec ali mentor jih potrdi, iskanci novih talentiranih kadrov pa bodo tvoj profil po novem lahko odkrili in te povabili na razgovor. Z uporabnim in preprostim sistemom ti bo tako odprta nova pot do zaposlitve.

Špela, udeleženka ene izmed nedavnih ljubljanskih delavnic, je zaposlitev našla kmalu po začetku usposabljanja: »Delavnice, predavatelji, sodeloženci, okolje, vse to te spodbuja k definiranju jasnega kariernega cilja,« je opisala izkušnjo, ki je bila zanjo edinstvena vzpodbuda.

Na brezplačnih tritedenskih usposabljanjih te bodo Nefiksovi strokovnjaki naučili samozavestnega nastopa, kako napraviti vtis na de-

lodajalce in s teboj razdelali natančen karierni načrt. Izpilil/-a boš svoje IT spretnosti v Excelu in Wordpressu, vsak udeleženelec pa si izdelal tudi svojo spletno stran.

Z Zavodom Nefiks dobiš tudi odlično priložnost za stik s potencialnimi delodajalci: zanje boste z ekipo organizirali in izvedli konkreten projekt, ki postane odlična izkušnja, močna točka na tvojem CV-ju in priložnost za zaposlitev.

Delavnice potekajo v Ljubljani na Zavodu Nefiks:

7. 5.–25. 5., 9h-15h

4. 6.–22. 6., 9h-15h

Če si mlajši/-a od 30 let, še nimaš zaposlitve in iščeš začetek svoje kariere poti, se prijavi na www.nefiks.si!

Projekt sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada.

Brezplačna usposabljanja za mlade iskalce zaposlitve.



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
ZNANOST IN ŠPORT



EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI
SOCIALNI SKLAD
NALOŽBA V VAŠO PRIHODNOST

Projekt sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada.

Kako napisati dober življenjepis?

Kako napisati dober življenjepis? Katere informacije vse moram zajeti in kako naj pustim tako dober vtis, da me bodo povabili na razgovor?



Iskanje prve zaposlitve lahko deluje kot začaran krog. Da dobiš službo, potrebuješ izkušnje – da dobiš izkušnje, potrebuješ službo. Kaj torej napisati v življenjepis, če še nimaš delovnih izkušenj? Ne skrbi, ponudiš lahko več informacij kot pa samo kontaktne podatke.

Oblike življenjepisov

Kronološka oblika

Kronološka oblika CV-ja je predvsem primerna za tiste iskalce zaposlitve, ki imajo že številne delovne izkušnje. V njej se predstavijo vsa delovna mesta in dosedanje izkušnje, uporabi pa se pri iskanju zaposlitve na področju, na katerem je iskalec zaposlitve že delal.

Funkcijska oblika

Funkcijski življenjepis poudarja veščine, sposobnosti, spretnosti in strokovna znanja iskalca. Takšna oblika je predvsem primerna za iskalce prve zaposlitve, saj v ospredje postavlja njihove kompetence.

Kombinirana oblika

Ta tip življenjepisa vsebuje elemente kronološke-

ga in funkcijskega tipa. Ker se v njem predstavijo spretnosti in dosežki in ker vsebuje tudi pregled izkušenj ter izobraževanj, je primeren za tiste, ki želijo spremeniti karierno področje.

Ciljno usmerjena oblika

Targetiran življenjepis poudarja predvsem konkretne izkušnje in znanja, ki sovpadajo s specifičnim delovnim mestom. Ta oblika se uporabi pri iskanju spremembe kariere in takrat, ko so izkušnje že nabrane, zato je primerna za tiste, ki si želijo najti zaposlitev na drugem kariernem področju.

Akademsko oblika

Akademski življenjepis se uporablja pri prijavi na delo s področja znanosti, raziskav in razvoja ter je primeren za iskalca prve zaposlitve z visoko izobrazbo (magisterij, doktorat) oziroma pri prijavi na specifično delovno mesto s področja znanosti.

Europass

Europass je evropsko dogovorjena oblika življenjepisa. Primeren je za prijave v tuje EU države in je dostopen v elektronski obliki.

Obvezni elementi

Osebnostni in kontaktni podatki

Izobrazba: dokončane šole, tečaji in licence
Znanja in veščine: Kaj lahko doprineseš k podjetju (tvoji dosežki, lastnosti in kompetence)?

Izkušnje: Kje si do sedaj delal? (tudi študentsko delo, prostovoljstvo, članstvo v društvih, projekti)
Karierni cilji: Kaj želiš delati? Kakšni so tvoji cilji?

Spremno pismo

S spremnim pismom življenjepis dodaj osebno noto. V njem predstaviš zanimanje za delovno mesto in povzameš, kako lahko prispevaš k podjetju in zakaj si prav ti pravi kandidat.



MALI NASVETI

- **Prilagodi življenjepis.** Poudari, kar delodajalec išče. Pri vlogi za službo, ki vsebuje kreativno delo, bodi domiseln. Pri nekaterih vlogah pa je bolj pomembna preglednost.
- **Razmisli,** zakaj je diploma pomembna. Poudari projekte ali primere, ki se navezujejo na delovno mesto (npr. bil si vodja projekta v sklopu študija in pridobil kompetence dela v timu in vodenju).
- **Poudari** svoje kompetence, spretnosti in dodatne aktivnosti, ki si se jih udeleževal (npr. tehnične spretnosti, kritično razmišljanje, sodelovanje).
- **Osebno noto** lahko dodaš tudi s sliko, vendar pazi na ustreznost (nobenih selfijev in slik slabe kakovosti).
- **Ne laži,** temveč navajaj resnične podatke!
- **3x preveri,** da v življenjepis ni pravopisnih in tiskarskih napak.
- Življenjepis naj bo **jasen,** berljiv, vizualno privlačen, izpostavi mora tvoje prednosti. Tukaj ni prostora za skromnost!

Načrtovanje kariere

Če smo nekoč kariero razumeli kot napredovanje iz nižjega na višji položaj v okviru organizacije ali delovnega mesta, danes kariera predstavlja posameznikovo celotno življenjsko pot. Kariera je del življenjskega cikla in pomeni razvoj posameznika na poklicnem, izobraževalnem in zasebnem področju.

Avtor: K. Vidmar



Načrtovanje in odločanje!

študent (Študent, januar 2018, str. 8–9), kjer lahko preberete, kako prepoznati svoje osebne lastnosti, vrednote, motive, interese, želje, kompetence.

Pomembno je, da si znate odgovoriti na vprašanja: Kakšen sem?, Kaj znam? in Kaj si želim?

Zavedanje možnosti

Okolje (socialno in materialno) močno vpliva na vaše karierne možnosti. Zavedanje možnosti v okolju se nanaša na zbiranje informacij in spoznavanje možnosti izobraževanja, izbire poklica in zaposlovanja.

Poznavanje značilnosti poklicev (pogoji, naloge, značilnosti, plačilo ipd.) vam pomaga, da prepoznate poklice, ki so skladni z vašimi željami, sposobnostmi, pričakovanji. Tako boste imeli več možnosti, da se boste odločili za pravi poklic in boste na delovnem mestu zadovoljni.

- Kateri poklici/delovna mesta me zanimajo? Kaj vem o njih?
- Katera področja dela, poklici so danes perspektivni?
- Katere poklice lahko s svojo izobrazbo opravljam?

Poznavanje možnosti in poti izobraževanja pomeni poznavanje ponudbe študijskih programov, vpisnih pogojev, zahtevnosti in možnosti prehodov.

- S katerim študijskim programom bom izpolnil pogoje za opravljanje zelenega poklica?
- Katera dodatna znanja bom še potreboval za opravljanje poklica in kje jih lahko pridobim?

Poznavanje zakonitosti trga dela, trendov in možnih oblik zaposlovanja vam omogočajo, da predvidevate prihajajoče razmere in s tem prepoznate priložnosti za uspešno karierno pot.

- Kako deluje trg dela danes? Kaj pričakujejo delodajalci?
- Kakšni bodo prihajajoči trendi zaposlovanja in potrebe po delovni sili?

Pomen načrtovanja kariere

Danes imamo na voljo vedno manj prostega časa, zato ne moremo smisla življenja iskati le v prostočasnih aktivnostih. Smisel in veselje moramo najti v stvareh, ki jih delamo večino časa. V enem letu kar 252 dni preživimo na delovnem mestu. Si želite tretjino svojega življenja početi nekaj, kar vas ne osrečuje?

Ker se kariera vedno bolj povezuje z drugimi življenjskimi področji, našo identiteto, družinskimi in socialnimi vezmi ter materialnim statusom, vpliva tudi na kakovost našega življenja. Od vprašanja KAJ ŽELIMO DELATI, je odvisno KAKO BOMO ŽIVELI.

VPRAŠAJTE SE:



- S kom se želite družiti?
- Kakšen status bi radi imeli v družbi?
- Koliko želite zaslužiti? Kaj si želite privoščiti?
- Kje želite živeti? Kaj želite, da vam ponuja okolica?
- Koliko prostega časa si želite in koliko časa ste pripravljeni nameniti delu?
- Kaj želite početi v prostem času? Kam si želite na dopust?

DOTS MODEL

Svojim življenjskim ciljem boste lahko sledili, če se boste že v času študija (najkasneje pa ob njegovem zaključku) posvetili načrtovanju kariere.

Bill Law in A. G. Watts sta razvila t. i. DOTS model poklicnega odločanja, načrtovanja kariere in vodenja kariere. Vključuje štiri ključna področja, ki jih je treba obravnavati v procesu kariernega načrtovanja:

- D** – Decisions – ODLOČANJE
- O** – Opportunities Awareness – ZAVEDANJE MOŽNOSTI
- T** – Transitions skills – PREHAJANJE
- S** – Self Awareness – ZAVEDANJE SEBE

Zavedanje sebe

Pri načrtovanju kariere si morate najprej odgovoriti na vprašanja o svoji osebnosti. O poznavanju samega sebe smo pisali v prejšnji številki revije



Odločanje

Osrednje mesto ima sprejemanje odločitev in vpliva na to, kako raziskujete informacije o sebi in kako raziskujete informacije o okolju. Pri načrtovanju kariere boste namreč učinkoviti takrat, ko boste sprejeli odločitve, ki so skladne z vašimi vrednotami, interesi, sposobnostmi. In ko se boste sposobni prilagajati spremembam v okolju, boste nanje pripravljeni in jih boste znali predvidevati.

Pri odločanju vas lahko omejujejo negativna prepričanja o sebi, negotovost, strahovi, nizka stopnja samozaupanja, neodločnost, odvisnost od mnenja drugih. Zato bo veliko lažje, če boste imeli na voljo dovolj informacij o sebi, poklicih in trendih zaposlovanja.



Pri postavljanju ciljev bodite pozorni, da so ti »pametno določeni«. Pomagajte si z modelom SMART:

Specific (specifičen): jasno opredelite, kdaj je treba kaj narediti, da boste dosegli cilj.

Measurable (merljiv): natančno zapišite, kakšen bo rezultat, določite količino.

Attainable (dosegljiv): cilj naj bo postavljen tako, da ga je v določen času mogoče doseči.

Realistic (realen): postavite cilj, ki ste ga sposobni doseči, postavite si raje več manjših ciljev.

Tangible (časovno opredeljen): cilj natančno časovno opredelite.

V akcijskem načrtu določite, kaj boste naredili, kako in do kdaj. Postavite si več manjših ciljev, ki vas bodo pripeljali do končnega cilja. Na koncu proces ovrednotite.

Prehajanje

V življenju prehajamo med različnimi izobraževalnimi sistemi (iz osnovnošolskega v srednješolskega), iz izobraževanja v zaposlitve, iz zaposlitve v brezposelnost, iz ene zaposlitve v drugo itn.

Za lažje in uspešnejše prehajanje je treba razviti spretnosti, ki vam bodo pomagale, da se prilagodite spremembam. Ključna spretnost pri uresničevanju sprejetih odločitev je postavljanje ciljev. Ustrezno postavljeni karierni cilji vam bodo služili kot motivatorji in usmerjevalci vedenja.

Do končnega cilja – zaposlitve boste prišli, če boste k temu načrtno pristopili – postavili cilje in pripravili akcijski načrt.



AKCIJSKI NAČRT

CILJ, ki ga želim doseči:					
Do kdaj bom cilj dosegel? (točen datum)					
Kako ga bom dosegel?	Kaj potrebujem?	Kdo mi lahko pomaga?	Datum začetka	Datum zaključka	JE/NI dosežen
Podcilj 1:					
Podcilj 2:					
Podcilj 3:					
Podcilj 4:					
Podcilj 5:					
VREDNOTENJE	Zakaj sem cilj dosegel? Zakaj cilja nisem dosegel? Kaj moram narediti drugače, da cilj dosežem?				



Kako se pripraviti na zaposlitveni razgovor?

Čestitamo – tvoj življenjepis je bil opažen in bil si povabljen na razgovor! Z vabilom na razgovor si že impresioniral potencialnega delodajalca – na papirju. Sedaj pa je to treba storiti še na štiri oči. Ponujamo ti nekaj nasvetov, kako se otresti treme in pri potencialnem delodajalcu pustiti več kot le dober prvi vtis.



Brez improvizacije – pripravi se vnaprej

• Analiziraj delovno mesto

Razmisli, kaj podjetje išče pri kandidatu. Naredi seznam sposobnosti, znanja ter profesionalnih in osebnostnih lastnosti, ki so ključne za delovno mesto.

• Naredi raziskavo podjetja

Poišči čim več podatkov o podjetju, saj je pomembno, da poznaš njihovo delo. Razišči njihovo spletno stran in socialna omrežja. S pridobljenimi informacijami bo odgovarjanje na vprašanja lažje, prav tako pa boš pustil dober vtis.

• Vadi!

Vadi odgovarjanje na vprašanja, ki bodo morada postavljena na razgovoru. Tako boš lahko pripravil in izpilil odgovore na vprašanja ter se izognil jecljanju na vročem stolčku.

• Obleka naredi človeka

Prvi vtis naj bo dober, zato naj se oblačila skladajo s tipom okolja in delovnega mesta, na katerega se prijavljaš.

• Kaj prnesti na razgovor?

S seboj imej mapo z dodatnimi kopijami svojega življenjepisa, kopije referenc prejšnjih delodajalcev, list z vprašanji za potencialnega delodajalca in pisalo.

• Poslušaj in postavljalj vprašanja

Ni dovolj, da zgolj podajaš odgovore na vprašanja, ki ti jih zastavijo. Veliko boljši vtis boš naredil z zavzetim pogovorom in postavljanjem vprašanj. Pri raziskovanju podjetja si lahko vnaprej zapišeš vprašanja, ki jih želiš zastaviti na razgovoru. Vprašaj glede aktivnosti in nalog delovnega mesta, kako izgleda preostanek postopka izbire kandidata ipd.

Naj te vprašanja ne presenetijo

Ti jezik ne teče kot namazan, ko si pod stresom in živčen? Vnaprej si pripravi odgovore na vprašanja, ki so pogosta na razgovorih in nato na glas vadi pogovor.

- Povejte mi kaj o sebi.
- Zakaj si želite tega delovnega mesta?
- Kaj so vaše prednosti in slabosti?
- Zakaj mislite, da bi bili uspešni na tem delovnem mestu?

- Kaj vas zanima pri tem delu?
- Kako se ta služba vključuje v vaš karierni načrt?
- Kako se znajdete pod pritiskom?
- Kaj je vaš največji dosežek?

»Elevator pitch«

Na vsakem razgovoru spoznaš nove ljudi in vsakič znova moraš prodati sebe in svoje sposobnosti. Zavedaj se, da imaš konkurenco, zato ni potrebe po skromnosti in tveganju, da bodo tvoje odlične sposobnosti spregledane. Če te na razgovoru pozovejo, da poveš kaj o sebi, je to dobra priložnost, da jih prepričaš, da si prav ti najboljši kandidat za delovno mesto.

Si že slišal za »elevator pitch«? Predstavljalj si, da se moraš najbolje predstaviti oziroma prodati svoje spretnosti nekemu med vožnjo z dvigalom. Predstavitve naj bo osredotočena in kratka.

1. Kdo sem? Prvi stavek naj oriše, kdo si v profesionalnem smislu. Osredotočiš se na svoje močne točke in se dotakneš tudi svoje osebnosti.
2. Kako izstopaš? V 2-4 točkah izpostavi svoje dosežke oziroma zakaj misliš, da izstopaš.
3. Zakaj si tukaj? Svoj pitch zaključilj z argumenti, zakaj si želiš delovnega mesta.

Vso srečo!



ŠTUDENTOM DOGAJA

OVERJAM INTERNATIONAL REGGAE FESTIVAL

10.-15. julij 2018, Sotočje, Tolmin
www.overjamfestival.com

Letos se bo idilično tolminsko Sotočje v ritmih reggae glasbe na Overjam International Reggae Festivalu pozibavalo mesec prej kot običajno, med 10. in 15. julijem. Festivalsko dogajanje na Sotočju bodo v torek začeli sound systemi in selektorji, festival pa bo nato v polnem pogonu od četrтка do sobote.

Med več kot 50 nastopajočimi nedvomno najbolj izstopa Ziggy Marley, sin glasbene

ikone Boba Marleya in osemkratni prejemnik grammyja. Poleg njega pa na letošnji Overjam prihajajo še Jamajčan Protoje, britanski reggae velikan Macka B in eni od protagonistov nove generacije reggaeja, Italijani Mellow Mood. Koncertno dogajanje bo skoncentrirano na glavnem odru, na drugih odrih pa bo glasbeni program v rokah sound systemov in selektorjev reggae glasbe, saj je letošnji program sestavljen tudi z mislijo na dub in dancehall navdušence.

Poleg pestrega glasbenega programa festival ponuja tudi širok spekter obfestivalskih aktivnosti, kot so program Overjam4Kidz za otroke, Overjam University, kjer se lahko udeležite zanimivih predavanj in diskusij, poskrbljeno pa je tudi za pestro kulinarčno ponudbo. Posebnost Overjama, ki poteka na eni od naših najlepših alpskih plaž, pa je koncept festivalskih počitnic,



ki naredi festival poseben in še bolj privlačen. Vstopnice – dnevne, festivalske in Overjam Festival FAT package, ki vključuje še early arrival in parkirno mesto – so na voljo v spletni trgovini MH Shop in Eventima, cene pa se gibljejo od 20 do 150 evrov.



12. mednarodni festival Svetlobna gverila: Barve

11. 5.–16. 6. 2018, Ljubljana,
različna prizorišča
www.svetlobnagverila.net



Festival Svetlobna gverila v Ljubljano prinaša umetniške stvaritve več kot dvajsetih domačih in tujih vrhunskih umetnikov ter domačih študentov in dijakov, ki ustvarjajo s svetlobo. Organizatorji večino projektov umeščajo v javni prostor, saj želijo s tem prikazati drugačno podobo urbanega prostora in sodobno umetnost približati najširši publiki. Tema letošnjega festivala so barve in njihovo raziskovanje v kontekstu sodobne umetnosti: njihove simbolike ter fizikalnih lastnosti, kjer lahko s različnimi manipulacijami dosegajo svojevrstne vizualne učinke.

Festivalsko dogajanje se začne v petek, 11. maja, ob 21.30 v galeriji Vžigalica z odprtjem številnih prizorišč z instalacijami v neposredni okolici: na Trgu Francoske revolucije, v Soteski, Križevniški soteski, Gosposki ulici, na Novem in Kongresnem trgu ter na vrtu in v preddverju Križank.

Drugi sklop dogodkov sledi 16. maja, na mednarodni dan svetlobe, ko bodo ob 21.30 na ploščadi Cankarjevega doma na ogled instalacije Metke Mikuletič in Nuše Jurkovič, na ljubljanski glavni tržnici pa projekcija Mojce Zlokarnik. 21. maja bodo odprli skupinsko razstavo v Palači Cukrarna, 15. maja bo v gledališču Glej na ogled plesna predstava Izgoreli čas Andréa Uerbe, 16. junija, na Poletno muzejsko noč, pa se v atriju ZRC SAZU

obeta še performans Keiko Miyazaki in Andreje Džakušič.

Festivalsko dogajanje, ki je v celoti brezplačno, je namenjeno vsem generacijam, posebej pa bo razveselilo ljubitelje sodobne vizualne umetnosti.

FESTIVAL DRUGA GODBA 2018

24.–26. maj 2018,
različne lokacije v Ljubljani in Piranu
drugagodba.si

34. mednarodni festival Druga godba bo med 24. in 26. majem odmeval v Ljubljani in Piranu. Na festivalskem odru boste lahko prisluhnili predstavnikom mlajših generacij ustvarjalcev, ki godbe lastnih dežel interpretirajo na najbolj inovativne načine. Glasbenike, ki prihajajo iz Kolumbije, Venezuele, Kube, Egipta, Južnoafriške republike, Demokratične republike Kongo, Francije, Sudana, Velike Britanije ... boste lahko spremljali na sedemnajstih koncertih, obiskovalcem pa bo na voljo še bogat spremljevalni program s predstavitvijo nastopajočih, predavanji o nekaterih glasbenih stilih in scenah ter otroškimi delavnicami. Headlinerja festivala sta zagotovo Ibeyi in James Holden & The Animal Spirits, ki orjeta ledino inovativnosti na glasbeni sceni, del katere sta. Glasbeno druženje je s svojo drugačnostjo namenjeno vsem – tistim, ki Drugo godbo redno spremljajo, še posebej pa ljudem, ki se z različnimi glasbenimi stili šele spoznavajo. Da se boste lažje odločili za obisk festivala, kliknite na spletno stran drugagodba.si ali obiščite njihov FB profil, kjer vas čakajo natančnejše informacije in podrobne predstavitve vseh nastopajočih.



Letošnja Druga godba bo potešila mnoge glasbene radovednosti in obiskovalcem predstavila veliko godb, ki jim bodo odprle mogoče prej ne tako poznane svetove. Cena festivalske vstopnice je 50 evrov, cene dnevnik se gibljejo med 14 in 28 evri, odvisno od dneva in dogodka, v okviru festivala pa je na voljo tudi nekaj brezplačnih koncertov.

PODBRDO TRAIL RUNNING FESTIVAL

15.–17. junij 2018, Podbrdo
www.gm4o.si

Med 15. in 17. junijem bo Podbrdo v Baški grapi center tekaškega dogajanja z letošnjo izvedbo Podbrdo Trail Running Festivala, ki povezuje lokalno skupnost in ljubitelje teka, gora, fotografije in dobre zabave na cilju.

Tekači bodo svoje moči lahko preizkusili na dveh progah, in sicer na 12-kilometrskem trailu za manj izkušene ter 100-kilometrski preizkušnji za najbolj izkušene in prekaljene trailaše. Novost letošnjega tekaškega praznika v Podbrdu je 1. Gasilski gorski tek, na katerem bodo iskali najhitrejšega gasilca oziroma gasilko.

Dogajanje na prireditvenem prostoru, ki ga vsako leto obišče približno 3.000 navijačev in ljubiteljev teka, organizatorji obogatijo s ponudbo lokalnih dobrot in večernimi koncerti. Obisk tridnevnega tekaškega festivala je za obiskovalce brezplačen, vstopnino plačate le za nedeljski koncert, kjer pa cena vstopnice za letošnje leto še ni določena, a je običajno nižja od 10 evrov.

FESTIVAL GORA ROCKA

22.–25. 6. 2018, Šentviška planota

Vstopnice: do 30. maja 30,

kasneje 40 evrov

www.gorarocka.si

»Tresla se bo gora, špilal se bo rock!« pravijo organizatorji Festivala GorA RockA, ki bo dogajanje na Šentviški planoti pri Tolminu letos razgibal od 22. do 25. junija. Festivalski vrhunec bodo trije koncertni večeri, na katerih bodo nastopili: MI2, Elvis Jackson, Big Foot Mama, Brkovi, Zablujena Generacija, Happy Ol' McWeasel, Hamo&Tribute 2 Love, Nude, Avven, Kola Voice, Shutdown, Ansambl Ikebana, Jocker out in Nera. Večerno koncertno dogajanje bo dopolnjeval zanimiv dnevni program z legendarnimi igrami in tekmovanji, pri čemer bo za glasbeno vzdušje na glavnem odru skrbelo osem neveljavljenih rokerskih skupin, izbranih na posebnem razpisu.

GorA RockA bo ponovno v znamenju dobrotelčnosti in prostovoljstva, saj bo tudi letošnji izkupiček šel v roke lokalnim in dobrotelnim organizacijam. V vseh letih festivalskega dogajanja so organizatorji za dober namen podarili že dobrih 106.000 evrov, ponosni pa so tudi na 250 prostovoljcev, ki vsako leto pomagajo pri izvedbi festivala, saj ga brez njihove pomoči zagotovo ne bi bilo. GorA RockA ostaja prireditev namenjena vsem, ki si želijo začeti poletje v neokrnjeni naravi, z odličnim glasbenim izborom in še boljšo družbo. Vstopnice so na voljo na vseh Eventimovih prodajnih mestih, toda pozor – če jo želite po nižji, predprodajni ceni 30 evrov, jo morate kupiti do 31. maja, kasneje vas bo stala desetaka več.

FESTIVAL LENT 2018

22.–30. 6. 2018, Maribor,

različna prizorišča

Vstopnice za nekatere dogodke

od 5 do 25 evrov, veliko je brezplačnih

www.festival-lent.si

V Štajersko prestolnico konec junija vabi Festival Lent! Od 22. do 30. junija se bo ob Dravi in drugod v mestnem jedru, na številnih odrih Festivala Lent, zvrstila žanrsko pisana in vendar usklajena paleta različnih prireditev. Ljubitelji gledališča si boste lahko ogledali številne operne, baletne, gledališke in plesne predstave, glasbeni navdušenci pa prisluhnili jazzovskim koncertom in koncertom klasične glasbe, glasbi sveta, kantavtorskim koncertnim projektom, šansonom in etno glasbi. Obiskovalce bodo navduševali folklorni večeri, predstave festivala uličnega gle-

dališča, prireditve in dejavnosti namenjene otrokom in pestra paleta dogodkov iz sveta športa. Glavna želja organizatorjev festivala v letošnjem letu je, da z že ustaljenim programom razgibajo dogajanje na različnih prizoriščih, še posebej pa si želijo oživiti samo mestno jedro. Po njihovih pričakovanjih naj bi letošnji festival, multikulturni dogodek namenjen vsem generacijam, obiskalo približno 200.000 obiskovalcev. Seveda bo za obisk nekaterih dogodkov letošnjega Lenta potrebno kupiti vstopnice, njihove cene se bodo gibale med 5 in 25 evri, veliko dogodkov pa bo tudi povsem brezplačnih in zagotovo vrednih obiska. Za več in podrobnejše informacije pa kliknite na www.festival-lent.si.

I FEEL SLOVENIA IRONMAN 70.3 Slovenian Istria

23. september 2018, Koper
bit.ly/st-ironman

V Slovenijo pod uradnim imenom I FEEL SLOVENIA IRONMAN 70.3 Slovenian Istria prihaja svetovno znano licenčno tekmovanje IRONMAN.



Gre za prvo IRONMAN tekmovanje v Sloveniji s čudovito traso, ki ga je slovenska športna javnost čakala več let. Tekmovalna preizkušnja, ki se bo v nedeljo, 23. septembra, začela in končala v Kopru, bo vključevala 1,9 kilometra plavanja, 90 kilometrov kolesarjenja in 21 kilometrov teka. Poleg osrednjega nedeljskega tekmovanja pa so organizatorji pripravili tudi pester program spremljevalnih dogodkov, med katerimi najbolj izstopa IRONKIDS – tekmovanje, ki je namenjeno najmlajšim in se bo odvijalo v soboto, 22. septembra, v Izoli, na njem pa bodo poskrbeli tudi za zabavne animacije in delavnice za vso družino.

V kolikor ne sodite ravno v kategorijo 'železnih' športnikov, se prvemu slovenskemu IRONMANU lahko pridružite kot prostovoljci. Organizatorji s sodelovanju vabijo vse, ki bi jim pri izvedbi dogodka želeli priskočiti na pomoč, še posebej pa bodo veseli mladih, ki jim aktivno preživljanje prostega časa ni tuje. Za prijavo in dodatne informacije pišite na e-naslov: slovenia70.3@ironman.com.

ŠTUDENTOM
DOGAJA

 **sITiTeater.**

7.5. ob 20.30

ČAKALNICA

komedija z Janezom Hočevarjem Rifletom in Ladom Bizovičarjem

8.5. ob 20.30

ČAKALNICA

komedija z Janezom Hočevarjem Rifletom in Ladom Bizovičarjem

10.5. ob 20.30

SITI ZA DOBRO MUSKO: RUDI BUČAR IN ISTRABEND

koncert

11.5. ob 20.30

BRADE

komedija z Gašperjem Bergantom, Boštjanom Gorencem Pižamo in Perico Jerkovičem

19.5. ob 20.30

ČAKALNICA

komedija z Janezom Hočevarjem Rifletom in Ladom Bizovičarjem

22.5. ob 20.30

MAESTRO™: ODPULJEN SPOPAD ZA IMPRO PRESTOL

improvizacijska komedija

24.5. ob 20.30h

ROJEN V JUGI

monokomedija s Perico Jerkovičem

29.5. ob 20.30

DOKLER SE SPET NE SREČAMO

koncert v spomin Katarini Avbar nastopili bodo: Društvo mrtvih pesnikov, Bilbi, Adam, Jadranka Juras, Hamo, Katarina Juvančič, Boštjan Narat, Eva Hren ...

30.5. ob 20.30

TAK SI

komedija s Klemnom Slakonjo in Tadejem Tošem

31.5. ob 20.30

ŠE VEDNO MAME

komedija z Vesno Pernerčič, Vesno Slapar, Ano Urbanc, Nino Valič in Tijano Zinajč



Sledite nam na Instagramu in Facebooku!

PRODAJNA MESTA (preko sistema Moje karte):
info točka BTC (dvorana A, vhod A3), bencinski servisi Petrol in OMV, blagajna Cankarjevega doma, Kompas, hipermarket Mercator, trafike 3DVA ter uro pred predstavami v SITI Teatru BTC

SPLETNA PRODAJA:
www.sititeater.si, www.mojekarte.si
TELEFONSKA PRODAJA:
041 662 002 (pon-pet: 9h-15h)



Škisova tržnica

10. maj je rezerviran za najboljši občutek, za dom, za Škisovo tržnico!



Več kot 20 let nazaj se je na Zvezi ŠKIS utrnila ideja o tržnici. O prostoru, kjer bi se zbrali vsi mladi, vsi študentski klubi, branili svoje barve, zavijali po svoje, pripravljali svoje kulinarčne dobrote in ustvarjali spomine. In danes, 21 let kasneje, Škisova tržnica ni več samo prostor, ampak je postala občutek. Občutek, ki ga more izkusiti vsak študent.

Škisova tržnica je tradicionalna prireditev, ki jo organizira Zveza študentskih klubov Slovenije (Zveza ŠKIS) skupaj s študentskimi klubi, mladinskimi organizacijami in študenti. Prepletanje slovenske in mednarodne kulture in kulinarike obiskovalcu ponuja nepozabno doživetje ves dan, zvečer pa se Škisova tržnica spremeni v prostor odlične glasbe in norih doživetij.

V 20 letih svojega delovanja je Škisova tržnica privabila več kot 440.000 obiskovalcev, zahtevala več kot 120 mesecev priprav, 400 članov ekipe,

640.000 spitih vrčkov piva, sodelovala z več kot 1000 partnerji in predstavila več kot 2400 stojnic.

A Škisova tržnica je veliko več kot samo to. Več kot pol leta priprav, trdno delo ekipe, veliko časa, ki ga študentje posvetijo njeni organizaciji. Je učenje, je priložnost za mlade, je nekaj posebnega.

»Posebnost Škisove tržnice se skriva v popoldanskem delu prireditve. Je ena redkih prireditev v Sloveniji, ki se prične že ob 12. uri in traja vse do zgodnjih jutranjih ur prihodnjega dne. V popoldanskem času ima glavno besedo 58 študentskih klubov iz vseh koticov Slovenije, ki na svojih stojnicah, razporejenih v šest regijskih otočkov, predstavljajo svojo lokalno kulinariko, običaje in posebnosti, značilne za njihov lokalni okoliš, skozi interaktivne predstavitve pa jasno pokažejo tudi pomembnost delovanja organizacije, kot je študentski klub v njihovem okolju. Za mednarodno pestrost še dodatno poskrbi sedmi otoček Škisove tržnice – Mednarodni otok, kjer svoje države predstavljajo tuji študenti, ki so se na svoji študijski poti podali v Slovenijo, ter različne organizacije iz Slovenije in zamejstva, ki se ukvarjajo z mednarodno mobilnostjo mladih,« je povedala predsednica Zveze ŠKIS Patricija Premrov.

A Škisova tržnica nikoli ne pozabi tudi na dobrodelno noto in skrb za okolje. Tudi letos bo Tržnica sodelovala z dobrodelno organizacijo Anina Zvezdica, prek katere bodo nakupili živila in jih podarili tistim, ki jih najbolj potrebujejo. Zavedajo se, da morajo študente ozaveščati, da z vsakim



dnevom postanejo boljša oseba in naredijo nekaj dobrega – tudi za okolje. Z dobro vzpostavljenim sistemom ločevanja odpadkov ter študenti, ki pomagajo in za prizorišče skrbijo skozi celoten festival in po njem, je Škisova tržnica vzgled mnogim prireditvam.

Lepo je iti od doma, a še lepše se je vrniti nazaj. To lahko rečemo tudi za Škisovo tržnico. Na največjo študentsko prireditev se bodo tako mladi lahko vrnili 10. maja 2018, kjer bodo v sproščnem duhu lahko uživali v dobri glasbi, kulinariki in ustvarjali spomine na mladost. Nenapisano pravilo namreč pravi, da nisi pravi študent, če vsaj enkrat v svojem študentskem življenju ne obišeš Škisove tržnice.

Škisova tržnica je kot dom. Ni prostor, ampak občutek.

Nina Miketič



Kako osvojiti (bodočega) delodajalca?

Iskanje zaposlitve je proces, ki je navadno zelo dolgotrajen in mnogokrat pusti posledice na iskalčevi samopodobi in socialnem statusu. Iskanje zaposlitve ne pomeni iskanja le v času brezposelnosti, temveč tudi takrat, ko si zaželimo karijerne spremembe. Včasih celoten proces izgleda kot neskončne zmenkarije. Pa vendar so nekateri, ki hitro in brez večjih težav najdejo ali zamenjajo službo in z lahkoto obvladujejo razgovore za službo. Kako jim to uspe, medtem ko pri večini proces menjave traja precej časa in so mnogokrat prisiljeni sprejeti delo, ki jim ni najbolj pisano na kožo? Iskanje službe bi lahko primerjali z iskanjem ljubezenskega partnerja, kjer je pomembno obojestransko ujemanje za uspešno prihodnje sodelovanje.

V prvi vrsti je pomembno zavedanje, kaj želimo delati, kakšno delo nas osrečuje, in temu primerno izbiranje potencialnih delodajalcev. Če zremo v isto smer, je ujemanje toliko bolj verjetno. Predpostavljajmo, da ste našli delodajalca, ki vam ustreza, poslali svoj življenjepis in ponudbo za delo ter bili izbrani. Prvi korak je opravljen, čaka pa vas še razgovor, ki je najpomembnejši del iskanja zaposlitve in lahko povzroči veliko mero stresa, in ne malokdo na razgovoru ne pokaže svojega polnega potenciala. Pri razgovoru se večina naše komunikacije odvija na neverbalnem nivoju. Zato je zelo pomembno, v kakšnem stanju stopite pred delodajalca in kakšen stik ustvarite z njim.

Notranje stanje

Pred razgovorom se sprostite in postavite v ustrezno stanje. Najbolj pomembno je zavedanje lastnih sposobnosti in tega, kaj lahko nudite podjetju, v katerem se želite zaposliti. Pomagalo

vam bo tudi zavedanje, da je razgovor le pogovor, kjer delodajalec in zaposleni ugotavljata, ali se interesi križajo v tej meri, da bosta lahko skupaj sodelovala. Če vas to ne pomiri in se roke še vedno tresejo, se lahko zanesete tudi na nekaj trikov:

- Vsak ima neko misel, pesem ali spomin, ki ga vedno spravi v pomirjeno in osredotočeno stanje. Pred razgovorom si ponavljajte to misel, si naglas zavrtite to pesem ali razmišljajte o vašem dogodku.
- Vnaprej si predstavljajte, kako si želite, da razgovor poteka. Katere teme boste začeli, kaj vas bo družilo in kaj vas bo pomirilo v trenutku nerazumevanja. Tu še enkrat naredite analizo vaših potencialov, sposobnosti in znanj, ne pozabite pa tudi na vaše karakterne lastnosti, ki vas delajo edinstvene.
- Postavite se na drugo stran mize. Predstavljajte si, kaj od vas želi bodoči delodajalec in kaj mu je pomembno. Predstavljajte si, kako izgledate skozi oči delodajalca.



Maša Ribnikar,
coach za razvoj in uspeh
www.coaching4me.si



Dober stik

Dober stik vam odpre vrata v nadaljnje zaposlitvene kroge in do končnega cilja zaposlitve. Včasih se zgodi, da se z ljudmi preprosto ujamejo in se dober stik zgodi sam od sebe. Ko stopamo v novo okolje in smo pred preizkušnjo, pa je treba dober stik zgraditi zavedno. Vedno lažje komuniciramo s tistimi, ki smo jim podobni. In kako najti podobnost z vašim bodočim šefom? Opazujte sogovornikovo telesno držo, kakšne besede uporablja, kakšen ton glasu ima. Posamezne elemente poskusite posnemati. Bodite pozorni, da to počnete na subtilen in nezaznaven način. Za trening lahko vzamete domače okolje ali pa pogovor s prijatelji. Lahko zaznate ali sogovornik sprejema informacije vizualno, slišno ali prek čutnih zaznav in mu tako vašo lastno predstavitev še bolj približate. Besedne zveze sogovornika, kot so: »vidim, da ste« (vizualno), »poslušam vas« (slišno) ali »imam občutek, da« (čutno) vam povedo, kakšno obliko informacij potrebuje vaš sogovornik oziroma kakšna oblika ga bolj pritegne. Bolj ko se boste s sogovornikom povezali, lažje boste vodili pogovor in gradili zaupanje. Bodite pozorni na spremembe v sogovornikovih odzivih in temu primerno spreminjajte svoj pristop. Najbolj pomembno pa je, da pred razgovorom globoko vdihnete in zaupate vase.



LinkedIn: portal za zaposlovanje na svetu št. 1

Kako z LinkedInom do sanjske karierne priložnosti?

Zakaj je LinkedIn tako pomembno orodje za mlade v iskanju zaposlitvenih priložnosti?

Vsak kadrovski direktor, »headhunter« ali delodajalec bo povedal isto: najboljši način, da najdete delo, je s pomočjo mreženja, ki vključuje tudi družbene medije. Kar 73 % kadrovnikov v Sloveniji uporablja vsaj en račun v družabnih omrežjih za poklicne namene stikov. Na LinkedInu se ustvari kar 80 % vseh poslovnih stikov, je tudi portal za kadrovanje v svetu številka ena, uporablja ga 61 % delodajalcev in 34 % iskalcev zaposlitve.

Kako lahko LinkedIn pomaga pri iskanju zaposlitve?

Na LinkedInu najdete vse podatke o podjetjih, ki vas zanimajo, in navežete stike z zaposlenimi v podjetju. Na LinkedInu je 80 % odločevalcev v podjetjih, med njimi tudi vodje kadrovskih služb, direktorji, podjetniki in podobni. Delodajalci želijo o kandidatih izvedeti čim več informacij. Kandidati z ustvarjenim profilom imajo večje možnosti, da jih delodajalec opazi in z njimi naveže stik.

Kako na LinkedInu izstopiti iz množice in biti drugačen, zanimivejši, boljši?

Ustvarite profesionalen osebni profil ali osebno

blagovno znamko, s katero se tržite. Vsebuje naj:

- **profesionalno fotografijo**, ki pripomore h kar sedemkrat boljšemu odzivu,
- **vaše ime in priimek**, vaš naziv (npr. iščem nove poslovne izzive, aktivni iskalec nove zaposlitve ipd.), kaj trenutno delate, panogo,
- **kontaktne podatke**,
- **kratko predstavitev**, kako se potencialnemu delodajalcu predstaviti in ga prepričati o svojih sposobnostih, kompetencah,
- **vaše izkušnje**, kjer opišete vsaj dve zadnji delovni mesti oziroma zadnja dva projekta in vašo zadolžitvev
- **kompetence in znanja** – te so ključne, saj podpirajo vašo predstavitev.

Veliko štejejo tudi priporočila (profesorjev, mentorjev, nekdanjih delodajalcev ipd.). Sledijo še drugi elementi vašega profila, ki jih velja dopolniti: zaključeno šolanje, dodatna izobraževanja, projekti, znanja tujih jezikov, certifikati ipd.

Kako LinkedIn učinkovito uporabljati za uspešno gradnjo lastne zaposlitvene mreže?

Še tako dober osebni profil na LinkedInu bo nekoristen, če ne bomo zgradili dobre mreže stikov, ki se sicer običajno začne pri prijateljih, znancih, sošolcih. Imejte vsaj 501 stik, saj tako pokažete, da ste dobro povezani, ljudje se radi povezujejo



s povezanimi ljudmi. Aktivni iskalci zaposlitve, ki negujejo svoje povezave na družbenih omrežjih, imajo večje možnosti, da najdejo delo.

Katere so največje napake pri uporabi LinkedIna?

Poleg napak v vašem osebnem profilu (neprofesionalna fotografija, nimate ustreznega naziva, nepopoln profil, navajate neresnične podatke itd.) obstaja pet ključnih napak, ki bi se jim veljalo izogniti. To so:

- slabo poznavanje podjetja, pri katerem se zanimate oziroma javljate za delo (delodajalca),
- statična mreža povezav (nimate novih povezav ali imate manj kot 501),
- profil je razvlečen, brez ključnih besed,
- kar navajate, ne podprete s svojimi izkušnjami in izobrazbo,
- s prijavo čakate predolgo (pomemben je hiter odziv).

360 in

LinkedIn rešitve

- analiza osebnega profila /strani podjetja na LinkedInu
- svetovanje/ coaching
- izvedba osebnega profila/ strani podjetja na LinkedInu
- in-house delavnice: prodaja, marketing, HRM

Plan B+ Brigita Lazar Lunder s.p.
brigitalazarlunder | brigita.lazarlunder@planbplus.biz

Nik Vene

Pri 23 letih je Nik Vene uspešen študent in podjetnik!

Z dobro idejo in trdim delom je sledil svojim sanjam o samostojni podjetniški poti, danes pa je z blagovno znamko NV Holders prisoten skoraj po vsem svetu. Idejo za izdelek je, kot pravi Nik, spodbudila povsem običajna težava ...

Ker rad nosim srajce, mi je šlo na živce, da sem jih moral vedno znova tlačiti nazaj v hlače. In, ker klasičnih shirt-stayev, ki jih je ponujal trg, nisem želel nositi, sem iskal svojo rešitev. Pomislil sem, da bi lahko naredil nekaj, kar bi dal okoli stegna in na to pripel srajco. Šel sem v trgovino, kupil elastike, material, naročil zaponke, začel šivat, naredil prvi delujoči izdelek, s šiviljami izdelal prototip in delo je steklo.

Držala za srajce so bila na začetku deležna kar nekaj posmeha – je bila to težava ali motivacija?

Seveda si najprej slabe volje, nato pa sem si rekel, da bom vztrajal. Na svetu je več kot milijon ljudi, ki dnevno nosi srajce, in, če to moti mene, zagotovo še koga. Kritike boš pri nas deležen v vsakem primeru, ne glede na to, kaj delaš. Od tebe pa je odvisno, kako jo vzameš - če te podžge, da kritikom dokažeš njihovo zmotno, je zagotovo dobra motivacija. In tisti, ki so se mi nekoč smejali, danes moj izdelek uporabljajo.

Začetek danes uspešne poslovne zgodbe pa ni bil najbolj obetaven, kajne?

Res je. Večina vidi naš sedanji uspeh, ne ve pa, da so nas leta 2015, ko smo razvili produkt, na Kickstarterju zavrnil, pa še danes ne vemo, zakaj. Neuspešno smo nato poskusili še na Indiegogo in na koncu odkrili težavo, slab marketing. Pri množičnem financiranju je ta poglavitnega pomena. Kickstarter ni platforma, na kateri predstaviš svojo idejo in boš obogatel, ampak so za

uspeh potrebne res dobre priprave. Sam sem se v tem času naučil, da je za dobro prodajo izdelka potrebna prepoznavnost. Ko smo jo dosegli, se je začelo premikati. Najprej doma, nato je sledila prva uspešna kampanja na Kickstarterju, prvi partnerji na Danskem, druga kampanja, sodelovanje z Amazonom in danes še vedno rastemo.

Začetnim težavam je sledilo leto odmora in mednarodna izmenjava. Kaj je ta prinesla?

Izmenjava je bila res neverjetna izkušnja. Sošolci z vseh koncev sveta so bili zelo motivirani, vsi z močno željo po uspehu in, ko se družiš s takimi ljudmi, tudi ti prevzameš njihov mindset in si želiš uspeti. Zato, če imate priložnost za izmenjavo, izkoristite jo, mene je zagotovo motivirala za delo in uspeh.

Kako je potem, po vrnitvi, steklo delo v podjetju?

Ekipa se je razširila iz enega študenta na več kot deset zaposlenih. Nadgradnja izdelka pa se je začela po prodanih 5.000 T-Holderjih, ko smo naredili raziskavo in uporabnike vprašali o njihovih izkušnjah. Večina strank je izdelek pohvalila, 10 % kupcev pa ga je skritiziralo in izpostavilo napake, ki so jih zmotile. To me je postavilo pred izziv - razvoj novega produkta, ki je čez pol leta dobil podobo S-Holderja. Z njim po kakovosti res odstopamo in smo vodilni na trgu. To verjetno dokazujejo tudi številni ponaredki s Kitajske, ampak je ob primerjavi originala in kopije razlika očitna.

Večino izdelkov prodate v tujino, proizvodnja pa ostajata v Sloveniji. Zakaj?

Izdelek je v celoti slovenski, z izjemo zaponk, glavno vodilo pri izdelavi pa je obdržati kakovost, čeprav je zato cena izdelkov malce višja. Kljub



ponudbam iz tujine s proizvodnjo ostajamo v Sloveniji, čeprav tu prodajno nismo zanimivi. Veliko zanimanje za naše izdelke je v Ameriki, kjer imajo ljudje večjo kupno moč, radi preizkušajo nove stvari in trošijo. Prodajamo tudi v močnejših evropskih državah in odpiramo trg v Avstraliji ter Kanadi.

Svoje izdelke ste predstavili na oskarjih. Ali NV-Holders nosijo tudi zvezdniki?

Predstavili smo se na Oscar Pre-Parties, kjer so bili Michael Jai White iz Batmana pa taksist iz Deadpoola ter Nikki SooHoo iz Pretty Little Liars, ki smo ji obljubili žensko različico našega držala. Vsak od njih je dobil S-Holder, tako da vedo za nas, ali naš izdelek tudi nosijo, pa ne vem.

Kaj pa načrti in želje za prihodnost?

To leto bo v znamenju ženskega držala za srajce, ki smo ga začeli razvijati lani, končni izdelek s čipko pa je res ženstven, eleganten in seksi. Med cilji je zagotovo želja, da bi NV Holders postal svetovno prepoznana modna znamka, osebno pa me zanimajo tudi nepremičnine.

Zakaj je podjetništvo v študentskih letih prava izbira?

Podjetništvo je zame sanjsko življenje. Je dinamično, delaš brez šefa, imaš fleksibilen urnik, ogromno dela, ampak ti ni težko, ker delaš zase. Poleg tega se ves čas učiš in napreduješ, zato je zagotovo prava izbira.



PARMA
PIZZERIA
1974



“Bilo je nekoč v Ljubljani. In še vedno je.”

Pizzeria Parma je pizzeria z najdaljšo tradicijo v Sloveniji in tudi na področju bivše Jugoslavije. V začetku 1970-tilh so v pasaži Maxija pričeli peči pice, ki so v Ljubljani povzročile pravo evforijo. Avtentičen okus pic, pečenih v izvorni peči tistih dni, ki navdušuje že več kot 40 let...

LEGENDA? VSEKAKOR, IN TO S PONOSOM!

Priložnosti v EU

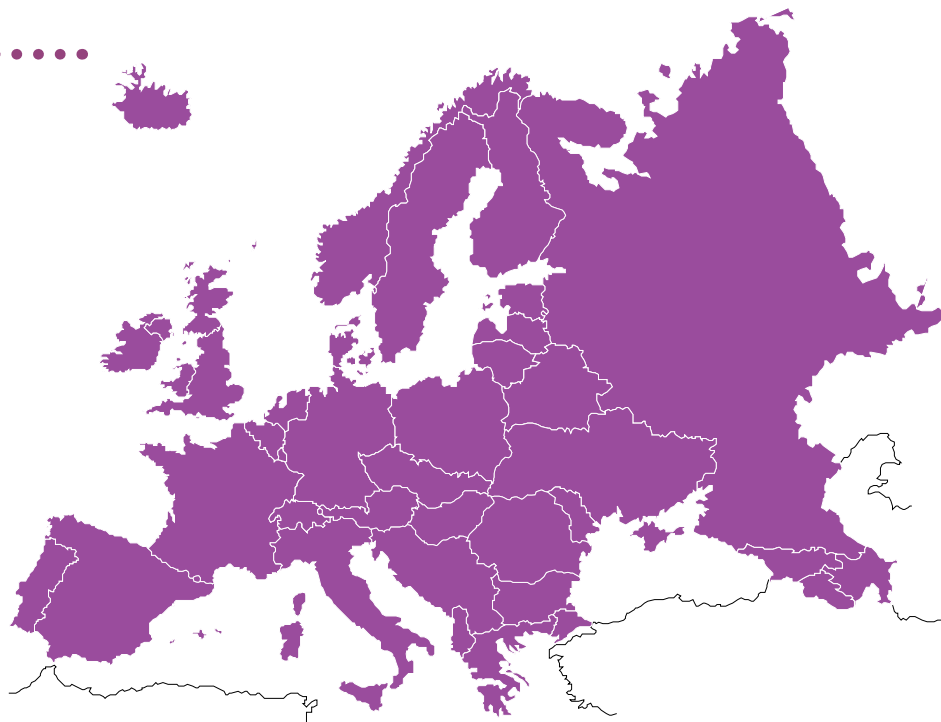
Kako in kje najti pravo, še pogosteje pa sploh prvo zaposlitev in delovne izkušnje, je vprašanje, ki si ga ob koncu šolanja zastavljajo številni mladi. Kako si nanj odgovorijo, je odvisno od posameznikovih želja in ambicij, zagotovo pa je med njimi vse več takšnih, ki svoje prve delovne izkušnje in izzive poiščejo v tujini, najpogosteje v državah Evropske unije.

Kljub temu, da sta danes mobilnost mladih in delo izven meja domače države pogosta praksa, je pred odločitvijo za takšen izziv potreben ustrezen premislek. Postaviti jasn cilj, poiskati prave informacije, pripraviti ustrezno dokumentacijo, poiskati stanovanje in prosto delovno mesto ter utrditi znanje tujega jezika je le nekaj področij, s katerimi se morajo iskalci zaposlitvenih priložnosti v tujini spopasti, še preden se podajo novim izzivom naproti. Pri tem so jim lahko v pomoč številne pobude in organizacije, ki podpirajo mobilnost mladine in odraslih:

- Cmeplus,
- Erasmus+,
- Euraxess Researchers in Motion – mobilnost raziskovalcev,
- Europass,
- Movit
- Eures in Drop'pin Eures.

Ste za pripravništvo malo drugače?

Če sodite v skupino tistih, ki so že v času študija izkoristili vsako priložnost za kakšno izmenjavo, potem bo pripravništvo v Evropski uniji prava izbira. Pripravništva, ki jih lahko diplomanti in študenti opravljate v institucijah



in ostalih organih Evropske unije, zagotavljajo zanimive izkušnje in običajno spodbujajo tudi nadaljevanje študija. Pomemben podatek: plačano pripravništvo pri Evropski komisiji je na voljo vsako leto in traja pet mesecev, v spomladanskem terminu se začne 1. marca, v jesenskem pa 1. oktobra. Pripravništva v Evropskem parlamentu z delovnim mestom v Bruslju in Strasbourgu pa mladim ponujajo tudi

slovenski evropski poslanci, prednost pri izbiri imajo kandidati, ki po študiju prvič vstopajo na trg dela in so mlajši od 29 let.

Podjetniki in iskalci zaposlitve, raziščite svoje evropske možnosti

Evropska unija je po podatkih Evropskega portala za zaposlitveno mobilnost (EURES) s skoraj 1,6



Zaskrbljena zaradi pogostih
VAGINALNIH VNEDIJ?

www.gynophilus.si **25**
Dr. Gorkič let

GYNOPHILUS®

VAGINALNE kapsule z laktobacili

**PRAVA IZBIRA za obnovo
zdrave vaginalne flore!**

Najpogosteje priporočeni vaginalni probiotik
v slovenskih lekarnah! Vir: e-Pharma Market

Na voljo v lekarnah in spec. prodajalnah



milijona objavljenimi prostimi delovnimi mesti odlična priložnost tudi za vse aktivne iskalce zaposlitve. Slednji lahko izbirajo med objavljeno ponudbo prostih delovnih mest ali se priključijo projektom, kot sta Tvoja prva zaposlitev in Ponovno aktivni, pri katerih jim EURES na pomoč priskoči tudi s finančnimi spodbudami. Projekt Tvoja prva EURES zaposlitev je namenjen mladim med 18. in 35. letom, projekt Ponovno aktivni pa k zaposlitvi spodbuja dolgotrajno brezposelne iskalce zaposlitve, starejše od 35 let. Za sodelova-

nje v obeh so na voljo tudi finančne spodbude, ki omogočajo kritje potnih stroškov za zaposlitveni razgovor, stroške selitve ob zaposlitvi, stroške, nastale s priznavanjem izobrazbe, in stroške jezikovnih tečajev, dodatno finančno podporo pa namenjajo tudi mladim s posebnimi potrebami. Inovativnim mladim, ki si želijo na pot samostojnega podjetništva stopiti na evropskem trgu, je na voljo program Erasmus za mlade podjetnike, ki jim pomaga pridobiti spretnosti za ustanovitev ter uspešno vodenje malega podjetja v Evropi. Izmenjavo, ki traja od enega do šest mesecev, delno financira Evropska komisija.

Neformalno znanje za lažje uresničene sanje

Neformalna znanja, ki smo jih pridobili v času študija, so pri iskanju zaposlitve v veliko pomoč, zato velja izkoristiti možnosti, ki jih na tem področju mladim ponuja program Erasmus+. Slednji mladim od 13. do 30. leta omogoča, da s kratkotrajnimi izmenjavami in sodelovanjem pri prostovoljskih projektih na različnih področjih, pridobijo številna neformalna, a zelo uporabna znanja. Njegova različica Mladi v akciji pa je namenjena izboljšanju spretnosti in zaposljivosti mladih ter posodobitvi in razvoju izobraževanja, usposabljanja in mladinskega dela.

Sam program pa je zagotovo najbolj poznan študentom, ki se lahko pod njegovim okriljem odpravijo na študij ali delovno prakso v tujino, se odločijo za skupni magistrski študij Erasmus Mundus ali zanj pridobijo Erasmus+ posojila. Dodatno podporo program z dotacijami namenja tudi udeležencem s telesnimi, duševnimi ali zdravstvenimi težavami.

V Sloveniji za izvajanje programa skrbita dve nacionalni agenciji – za področje mladine je odgovoren Zavod za razvoj mobilnosti mladih – Movit, za izvajanje programa na področju izobraževanja, usposabljanja in športa pa skrbi Center Republike Slovenije za mobilnost in evropske programe izobraževanja in usposabljanja – Cmpenius.



Blaž Karlin,
pomočnik
evropskega
poslanca Lojzeta
Peterleta
pripraviški in
zaposlitveni skok
čez slovenske meje
zelo priporoča:

»Začelo se je s pripravištvom v pisarni evropskega poslanca Lojzeta Peterleta, danes pa sem eden od njegovih treh pomočnikov, ki pokrivamo parlamentarne odbore, katerih člani so poslanci. Sam sem na primer zadolžen za področje okolja, zdravja in prehrane. Seveda je potem tu še množica drugih obveznosti. Delo se zaključuje, ko je opravljeno, kar neredko pomeni delovnik 'od osmih do osmih'. Lahko si mislite, da so odnosi v pisarni zaradi tega intenzivni, zelo pomembna pa sta zanesljivost in medsebojno zaupanje. Če se želite otresti slovenskega jamranja, pridite v evropske javne ali zasebne institucije vsaj na pripravištvu, zelo priporočam!«



Z njim se strinja tudi Tjaša Martinšek, ki je opravljala delo nočne receptorke v hotelu Hilton Manchester Deansgate:

»Kot nočna receptorica sem v času študija delala v hotelu Hilton Manchester Deansgate, kraj pa izbrala zato, ker sem tam že bila na Erasmus izmenjavi. Službo sem našla prek spleta in na ta način opravila tudi s prvim intervjujem, na drugega pa sem se odpravila v Manchester. Zame je bila to fajn izkušnja, ker sem po tej plati videla tudi, kako je delati v Angliji, ne samo študirati. Delo v tujini definitivno priporočam, ker ti razširi obzorja, spoznaš nove ljudi, nove kulture, vidiš, kako je zares biti na svojem in ne odvisen oziroma se ne zanašati na starše.«



Delo v Evropski uniji – izkušnja, ki je ne gre zamuditi

Izkušnje so tiste, ki štejejo, in s slednjimi vam bodo pri odločitvi najlažje pomagali tisti, ki so delo v Evropi izkusili na lastni koži, končna odločitev pa bo seveda vaša. Z zavedanjem, da boste na delovnem mestu preživeli velik del svojega življenja, pa morda velja upoštevati misel kitajskega politika, učitelja in filozofa Konfucija, ki pravi: »Izberi delo, ki ga imaš rad, in ne bo ti treba delati niti en dan v svojem življenju.« Zato bodite pri svojih odločitvah dovolj drzni, da boste z njimi sledili svojim ciljem in pri izbrani poklicni poti uživali, pa naj bo doma ali v tujini.

TEL: 041 390 500
Restavracija Balkan Express

BALKAN EXPRESS
www.balkan-express.si

Call for Free Delivery

CITYPARK
BIGGEST SHOPPING
MALL IN TOWN

Ob dostavi nad
vsakih 10 eur 1l soka

GRATIS

Best open grill in Ljubljana

IAESTE: Razširi obzorja

Kljub veliki količini dela, ki ga danes imajo študentje, se še najdejo posamezniki, ki najdejo čas za dogodivščine in usposabljanja v tujini. Danes sta se nam pridružila Nataša Turk in Aleš Kos, ki sta opravljala plačano prakso v tujini.



Vedno več mladih se odloči za opravljanje študija ali prakse v tujini, saj je ta postaja vse bolj dostopna. Zakaj pa si se ti odločil/-a za opravljanje prakse v tujini?

Nataša: Za opravljanje prakse v tujini sem se odločila, ker sem želela vsaj enkrat v treh (oziroma štirih) letih dodiplomskega študija biologije opravljati prakso. V okviru predmetnika smo sicer imeli veliko vaj, a od prakse vseeno odneseš več – se podrobneje poglobiš v točno določeno področje oziroma ugotoviš, katero področje študija te najbolj zanima. Poleg tega sem želela stopiti izven cone udobja in spoznati nove ljudi in kulturo, zato sem se odločila, da bom prakso opravljala v Južni Ameriki, natančneje v Ekvadorju.

Aleš: Odločil sem se zaradi želje po nečem novem, po novih delovnih izkušnjah in po raziskovanju sveta. Praksa v tujini se mi je vedno zdela kot dober način izstopa iz komfortne zone, saj v nekem novem, neznanem okolju poleg tega spoznaš še sebe.

Kaj ti je pri tej izkušnji predstavljalo največji izziv? Imaš mogoče zanimivo anekdoto, ki je popestrila tvoje bivanje v tujini?

Nataša: Izzivov je bilo kar veliko – najprej to, da sem si za opravljanje prakse izbrala državo na

drugem koncu sveta, ob prihodu tja pa je bil izziv vsekakor jezik, težko se je bilo privaditi tudi na njihovo flegmatičnost in nenehno zamujanje, ki mi je kar nekajkrat pošteno dvignilo pritisk. Specifične anekdote se ne spomnim, za večino bralcev bo smešno že to, da je moje delo zavzemalo iskanje kač, žab in kuščarjev v tropskih gozdovih Ekvadorja, večinoma ponoči. Smešno, zanimivo ali grozno? Kakor vzamete.



Aleš: O kakšnih večjih izzivih pri svoji izkušnji ne morem govoriti, saj kakšnega kulturnega šoka skorajda nisem imel. Je pa pregovorna urejenost Švice lahko tudi na čase že pretiravana. Pri podjetju sem za neke preizkuse potreboval lepilni trak, kar sem omenil mojemu mentorju. Ta mi je naročil naj pošljem svoj mail pristojni osebi odgovorni za opremo v pisarni. Mail sem poslal in čez kakšno uro dobil svoj nov lepilni trak.

Delavne izkušnje iz tujine so v življenjepisu zagotovo zanimiva točka za bodoče delodajalce. Bi lahko rekel/-a, da si poleg praktičnih izkušenj iz prakse odnesel/-a še kaj več?

Nataša: Iz prakse sem odnesla še veliko več – en kup lepih spominov, tako iz Ekvadorja kot tudi iz Galapaškega otočja, spomin na vse dobre ljudi, ki sem jih spoznala tekom dveh mesecev, pa tudi sebe sem bolje spoznala.

Aleš: Definitivno zrasteš na samostojnosti, kljub temu da za bivanje, morebitno birokracijo in socialno življenje skrbijo člani društva kjer opravljaš IAESTE prakso. Seveda pregovorno odneseš tudi

mnogoterja prijateljstva z drugimi praktikanti, in prav fascinirajoče je, ko na primer ugotoviš koliko lahko imaš skupnega z nekom iz države, katere niti na zemljevidu ne najdeš brez pomoči velikega strica Google.

Verjetno je tudi preživljanje prostega časa drugačno, kakor si ga navajen/-a doma. Kako si se ti spopadal/-a z menjavo okolja, si bil/-a v dobrih odnosih s sodelavci?

Nataša: Od drugih praktikantov sem se razlikovala predvsem po tem, da sem večino svojega prostega časa ravno tako (oziroma raje) preživela s sodelavci, z ostalimi praktikanti pa sem se družila zelo malo. Tako sem še bolj spoznala navade in kulturo Ekvadorcev ter se naučila veliko španščine. Moji sodelavci so bili zelo prijetni, gostoljubni in v njihovi družbi sem se počutila sprejeto. Z njimi sem šla na kakšen koncert, na pivo, na sprehod ali ogled mesta. Gostoljubja in prijaznosti ljudi res ne morem opisati – vsakdo, ki je že bil v Južni Ameriki, me zagotovo razume.

Aleš: Švicarji so načeloma hladni in potrebujejo nekaj časa, da te spustijo v svoj krog prijateljstva.



Je pa v Švici toliko priseljencev, da se nekako lažje družiš z njimi. S sodelavci sem imel dobre, zelo profesionalne odnose. Sem pa včasih pogrešal kakšen small-talk pogovor med malico. Tudi pogovorov med delom je bilo zelo malo, kljub številčnosti v pisarni.

Druženje je tako temeljilo na organiziranih dogodkih s strani tamkajšnjega IAESTE komiteja. Super je spoznati kulturo, kulinariko in naravne lepote te krasne države. Pri spoznavanju države zelo pomaga sicer drag, ampak zelo dobro urejen javni prevoz.

Kako si gledal/-a na svoje članstvo v IAESTE pred in po opravljeni praksi? Bi lahko rekel/-la, da tudi z aktivnim sodelovanjem v društvu razvijaš kompetence, ki ti lahko pomagajo pri preboju na delavni trg?

Nataša: V društvu sem bila zelo aktivna tako pred kot tudi po opravljeni praksi. Pred njo sem bila aktivna zaradi želje po opravljanju prakse, ko pa sem se vrnila, pa sem postala predsednica lokalnega komiteja v Ljubljani. Aktivno sodelovanje v društvu mi je vsekakor pomagalo, tako pri iskanju službe, kot tudi pri vsakodnevnih stvareh – znam se bolje organizirati, bolje delujem v skupini, bolj sem prilagodljiva in lažje prejemam (konstruktivne) kritike. Ob vseh urah dela, ki sem ga vložila za društvo, sem si kdaj res rekla »kaj mi je tega treba«, vendar na koncu se vse poplača, tako ali drugače.

Aleš: Kot član IAESTE spoznaš, po praksi ga začutiš. Veliko aktivnih članov je takšnih ki so bili na praksi, in želijo to tudi omogočiti svojim sovrstnikom ali nadaljnjim generacijam. Aktivno sodelovanje ni samo vložek v IAESTE, temveč tudi v svojo prihodnost. Vsaka funkcija zahteva določene kompetence, katere potem z delom nadgrajuješ in rasteš.



Ustvari svoje podjetje

Fleksibilnost je ena od zapovedi na današnjem trgu dela. To še posebno velja za mlade, ki ravno vstopajo na trg dela. Ekonomska kriza med leti 2008 in 2011 je zmanjšala delovno aktivnost mladih kar za 25 %. Ker je veliko mladih tako ostalo brez perspektive po zaposlitvi, je postal ena od alternativnih rešitev tudi vstop v svet samostojnega podjetništva. Mlajše generacije imajo pogosto razvite unikatne sposobnosti, kot so izkušnje z novimi tehnologijami ali razmišljanje zunaj okvirov (»outside-the-box«), kar hitro pomaga pri nastajanju uspešnega podjetnika. Postati lastnik mikro ali majhnega podjetja je lahko alternativa za mlado osebo, ki je podjetniško naravnana in ima osnovne veščine in znanja. Podjetniška naravnost predstavlja celo paleto veščin, ki niso samoumevne zaposlenim v klasičnih organizacijah, saj so tu vloge deljene in imajo zaposleni za marsikaj podporo v posameznih specializiranih oddelkih, kot so na primer računovodstvo ali pravno svetovanje. Samozaposlen pa je za vse odgovoren sam, zato mora poleg osnovne ideje obvladovati tudi organiziranost posla. Zavedanje, da obstaja možnost samostojnega ustvarjanja lastne kariere, in okolje, ki omogoča ustanovitev podjetja, sta bistvenega pomena za uspešen zagon.



Na katerem področju ustanoviti svoje podjetje?

Poslovna ideja je odvisna od vsakega posameznika in posredno odraža tudi okolje, v katerem je opazil določene potrebe na trgu. Generalno pa velja, da so mladi bolj spretni pri realizaciji tehničnih rešitev, še posebno v sklopu socialnih mrež ali aplikacij in nujenju osebnih storitev. Tako se kaže angažiranje predvsem pri informacijski tehnologiji, recimo aplikacijah za mobilne telefone, oblikovanju spletnih strani, grafičnem oblikovanju. Delujejo pa tudi na področjih spletnih trgovin, peke slaščic, izdelovanja biokozmetike, športnih dejavnosti, varovanja otrok, prevoznih storitev ... Vse to je povezano tudi s hitrostjo zagona podjetja in enostavnostjo vstopa na trg. Za začetnika je skoraj nemogoče vstopiti v del trga, ki ima zelo visoko konkurenco ali že v štartu zahteva drage tehnične postopke, opremo, prostore ali logistiko.

Kako začeti podjetniško pot in kakšen je riziko?

Najlažje je uspeli z dobro idejo. Vendar ta ni nujen pogoj, saj tudi najboljše ideje ob slabi realizaciji ne uspejo. Zato je dobro pripravljen poslovni načrt prav tako ključnega pomena. V njem poskušamo predvideti vse vidike izbranega posla, določiti rizike, definirati konkurenco in oblikovati finančno strukturo z vsemi odlivi. Nato izberemo ustrezno obliko podjetja, odvisno od dejavnosti pripravimo spletno stran ali spletno trgovino in naredimo marketinški načrt. Bistveno je, da gledamo skozi oči stranke, da se živimo v njen problem, saj bomo tako lažje definirali prednosti in slabosti našega produkta.

Za povečanje uspeha podjetja moramo razmišljati o:

- zgodbi o stranki in njenih težavah, potrebah, željah,
- predstavitvi naših rešitev (slike prototipov/grafična predstavitev storitve),
- ponazoritvi ponujene vrednosti v primerjavi s konkurenco,
- raziskavi kanalov do strank in ostalih prihodkovnih modelih,
- oceni velikosti trga,
- predvidenih korakih razvoja (sedaj, do konca leta, do 2020 ...),
- načrtu koriščenja denarne spodbude v višini 500 €,
- tem, kdo bodo člani ekipe ali partnerji in kakšne vloge bodo imeli.

Podjetnik se mora zavedati, da je prvo leto poslovanja podjetja kritično. Tudi uradna statistika kaže, da prvo leto po ustanovitvi propade 70 odstotkov novoustanovljenih podjetij. Podjetje potrebuje tri leta, da se umesti v poslovno oko-

lje. Začetnik je v svojem podjetju bolj ali manj za vse sam: je vratar, čistilka, receptor, tajnica, komercialist, upravljelec spletnih strani. Najprej vse funkcije v podjetju opravi sam, šele s prihodki se lahko organizira tako, da za posamezna opravila angažira drugo osebo ali določena opravila »odda« v izvedbo drugim. Dokler podjetje nima dovoljšnih prihodkov, je to nemogoče. Razlog za neuspeh je tudi pomanjkanje znanja in podjetniških veščin. Iz anket, ki jih izpolnjujejo potencialni podjetniki na številnih izobraževanjih, je razvidno, da imajo začetniki premalo znanja s področij financ, davkov, računovodstva in marketinga. Vse to lahko vodi v zaprtje podjetja, saj pobere veliko časa, ki bi ga morali nameniti svoji primarni dejavnosti.

Startup

Vsako samostojno podjetje še ni startup, čeprav gre pri obeh oblikah navidezno za enak proces. Na prvi pogled je lastno podjetje seveda bolj primerno za mlade, ki še niso bili zaposleni v klasičnih delovnih razmerjih, saj je neobremenjen pogled manj omejujoč, posledično pa imajo več idej in lažje prenesejo neuspehe. Raziskave Eurostata o delovni sili pa kažejo drugačno sliko. Bolj pogosto so samozaposlene osebe starejše. Verjetnost, da bo moški, star 50–64 let, samozaposlen, je petkrat večja kot za osebo, staro 15–24 let. Kot rečeno, je treba za uspešno samozaposlitev obvladati širši spekter splošnih in organizacijskih znanj, kar je lažje, če osnovni posel že obvladuješ zaradi preteklih izkušenj. In starejši imajo tudi lastne prihranke, medtem ko so mladi povsem odvisni od izposojenih sredstev ali subvencij.

Startup podjetje pa je podjetje, ki ima običajno kratko zgodovino delovanja in se nahaja v fazi razvoja izdelka ali storitve. Startup je usmerjen v razvoj lastnih inovativnih proizvodov ali stori-

tev, pri čemer ga spremlja visoka raven tveganja, v zameno pa se pričakuje hitra začetna rast in visoki donosi. Posebna razlika med navadnim podjetjem in startupom pa je v organizaciji ljudi. V pogojih ekstremne negotovosti povezuje ljudi predvsem z inovacijami, tako tehnološkimi kot poslovnimi.

Ključnega pomena je tudi vpliv okolja – podpora, ki jo nudijo država ali druge organizacije. V Sloveniji so se pred nekaj leti pričele pojavljati pozitiv-

ne vzpodbude in organizirana mreža organizacij. Zato se trend startupov večja. Začetniki lažje dobijo prostore, opremo, testiranja in nasvete drugih začetnikov, kar zmanjšuje raven tveganja.

Prav tako je ključnega pomena financiranje. To se je oddaljilo od bančnega kreditiranja in rizičnih skladov ter se vedno bolj preusmerja v različne crowdfunding modele – v pomoč interesentov, ki so v zameno za ekskluziven izdelek ali samo zaradi dobre ideje pripravljeni z

majhnimi vložki financirati startup, ali semensko financiranje – iz različnih fondov tveganega kapitala, ki omogoča mladim podjetjem hitrejši razvoj. Evropska unija nudi prednosti na tem področju, saj se lahko posamezniki ali podjetja z dobrimi idejami prijavljajo na različne fundacije in iščejo financiranje v vseh članicah unije. Zato se lahko prijavite na več razpisov ali fondov, tako razpršite tveganje in si zagotovite različne vire financiranja.

INICIATIVA START:UP SLOVENIJA

Aktivna povezovalka in promotorka javnih ter zasebnih deležnikov slovenskega startup ekosistema. <https://www.startup.si/>

KIKštarter

KIKštarter je coworking prostor in inkubator, kjer imate možnost učenja in razvijanja vaše podjetniške ideje.

<http://kikstarter.si/>

Tehnološki park Ljubljana

Največji inovacijski ekosistem za komercializacijo znanja in tehnologij v JV Evropi. Pametno mesto za 300+ podjetij ter inovativne ekipe in posameznike.

<http://www.tp-lj.si/sl>

GO:GLOBAL pospeševalnik

Go:Global Slovenia je podjetniški pospeševalnik, ki zagotavlja podjetjem, ki so že našla »product-market fit«, vse potrebne elemente za uspešen začetek hitre globalne rasti, tako v obliki kapitala kot tudi znanja in mednarodnih povezav.

<http://www.goglobal.si/>

Tovarna podjetmov

Univerzitetni inkubator Tovarna podjetmov predstavlja pomemben element inovacijskega ekosistema Univerze v Mariboru, usmerjen v promocijo in podporo podjetniškemu angažiranju tako študentov, raziskovalcev in profesorjev Univerze v Mariboru kakor tudi drugim inovativnim posameznikom.

<https://tovarnapodjemov.org/>

e-VEM portal

Portal e-VEM (portal SPOT) je ključen portal za podjetnike in poslovne subjekte, ki horizontalno povezuje različne institucije in pristojne organe, s katerimi gradimo storitve za poslovne subjekte. Cilji portala so zagotavljanje enostavnega, hitrega in brezplačnega poslovanja podjetnikov in poslovnih subjektov z državo.

<http://evem.gov.si/evem/drzavljani/zacetna.evem>

SAŠA inkubator d. o. o.

Regionalni podjetniški inkubator, ki pokriva območje Savinjsko-šaleške regije in ustvarja podporno okolje za razvoj podjetništva.

<https://www.sasainkubator.si/>

PODIM: MARKETPLACE

PODIM Marketplace je poseben celodnevni po-konferenčni dogodek, ki bo potekal 17. maja 2018 v sklopu konference PODIM. Cilj dogodka sta sklepanje poslov in izmenjava dobrih praks med do 30 najboljšimi hardverskimi startupi in scaleupi iz regije Alpe Adria, območja Zahodnega Balkana in širše ter 20+ najbolj prodornimi regionalnimi in globalnimi distributerji ter trgovci.

<http://www.podim.org/sl-si/podim-marketplace>



CILJ



IMPERIO
PHONE ORDER
041 390 500
WWW.IMPERIO.SI
MEXICANO
NUMBER ONE IN LJUBLJANA

Dostava na dom
Ob dostavi nad
vsakih 10 eur 1l soka
GRATIS

**Mexican
Corn Tortilla
CENTER CITY PARK**

Kako optimalno uporabljati pralni in sušilni stroj

Po tem, ko se študentje naučijo kuhati za preživetje, se morajo, predvsem tisti, ki se ne vračajo domov vsak konec tedna, soočiti še z eno oviro: upravljanje pralnega stroja. Sicer lahko ostanejo v spodnjem perilu. Čeprav vsaj v teoriji lahko pomislimo na to, da bi nakupili toliko oblačil, da ne bi bilo treba prati ali ostati brez, je to precej nerealno in tudi predrago.



Danes si le težko predstavljamo življenje brez pralnega stroja. Pralni in tudi sušilni stroj sta skoraj nepogrešljiva za samostojno življenje. Še posebej pralni stroj spada med tiste aparate, ki nas najbolj razbremenijo in nam odvzame največ utrudljivega dela. Sušilni stroj v primerjavi s pralnim res ni nujno potreben, saj se perilo posuši tudi brez porabe dragocene električne energije in brez večjega fizičnega napora. Če pa upoštevamo čas, ki ga porabimo za prenašanje in obešanje perila, je tudi sušilni stroj dobrodošla tehnična pridobitev.

Na porabo vplivata napolnjenost stroja in izbran program

Koliko energije, ki jo je treba seveda plačati, pa pralni stroj porabi? Dejanska poraba energije je odvisna od načina uporabe gospodinjskega aparata. Podatki, navedeni na nalepki, odražajo podatke iz laboratorijskih testiranj, zato lahko z uporabo naprave pod drugačnimi pogoji pripomorete k bistvenemu odstopanju od navedenih podatkov. Velike prihranke pa lahko dosežete že s tem, da

pralni stroj prižgete samo takrat, ko je poln, ter za pranje uporabljate le nizke temperature. Za eno pranje pri 90 °C stroj porabi povprečno 1,5 kWh električne energije, kar znaša približno 20 centov, medtem ko za eno pranje pri 40 °C porabi samo 0,46 kWh oziroma 7 centov. Poleg tega pranje pri visoki temperaturi ni samo dražje, ampak tudi uničuje perilo. Z nastavitvijo nižje temperature lahko prihranite tudi več kot 50 odstotkov energije, pri tem pa naj vas ne skrbi, da perilo ne bo dobro oprano, kajti sodobni detergenti imajo dober učinek tudi pri nizkih temperaturah. Veliko energije in denarja lahko prihranite tudi, če v stroj naložite količino perila, ki jo proizvajalci priporočajo kot optimalno - polovični programi ne porabijo za polovico manj energije, ampak komaj za četrtino. Če nimate pretirano umazanega perila, lahko tudi opustite program predpranja, tako boste prihranili do 20 odstotkov energije.

Sušilni stroj

Sušenje perila v sušilnem stroju nam prinaša predvsem prihranek časa. Perilo lahko osušimo do želene stopnje vlažnosti, da perilo lažje in hitreje zlika-

mo. Nekaterih kosov perila celo ni treba likati, kot so na primer brisače in spodnje perilo, saj se v sušilniku ne zmečkajo, s tem pa prihranite električno energijo, ki bi jo potrebovali za likanje. V sušilnem stroju posušeno perilo je mehko, zato pri pranju ni treba dodajati sredstev za mehčanje.

Čeprav imate morda energijsko učinkovit sušilni stroj, lahko sami s svojim ravnanjem prihranite veliko dragocene energije. Najpomembnejši prihranek pri sušenju perila je v ožemanju perila, zato je, kot smo že omenili, pri pralnem stroju pomembna centrifuga z ustreznim številom vrtljajev. Če boste na pralnem stroju namesto centrifugiranja na 1.000 vrtljajev na minuto, nastavili 1.600 vrtljajev na minuto, boste prihranili kar 30 odstotkov električne energije za sušenje v sušilnem stroju.



Poskušajte vedno popolnoma izkoristiti sušilni stroj in ga napolnite tako, kot priporoča proizvajalec v navodilih. Skupaj sušite le take kose perila, ki imajo podobne lastnosti, saj boste na ta način perilo najbolj enakomerno posušili. Po vsakem sušenju perila je treba očistiti filter na vratih bobna ter paziti, da so reže za hlajenje vedno odprte in čiste.

Patricjo Božič,
energetski svetovalec mreže ENSVET*

* več o mreži ENSVET in finančnih spodbudah Eko sklada za okoljske naložbe na www.ekosklad.si.

7 nasvetov, kako iskati letalske karte

Kljub vse večjemu številu letalskih družb, spletnih iskalnikov in strani za primerjavo cen je za mnoge iskanje letalskih kart še vedno naporno in stresno opravilo. Tukaj je sedem nasvetov, kako se izogniti najpogostejšim napakam in hitro poiskati najugodnejše letalske karte.

1. Uporaba najboljših specializiranih spletnih iskalnikov. Spletne strani, kot so **Skyscanner**, **eDreams**, **Kayak**, in spletne storitve, kot je **Google Flights**, so izjemno koristne. Pomembno je uporabiti vsaj dve tovrstni storitvi, saj se rezultati in cene za iste destinacije lahko med seboj razlikujejo. Nekatere spletne strani ponujajo tedenski in mesečni pregled, opozorila o cenah in številna druga orodja, ki pomagajo pri iskanju.

2. Časovna prilagodljivost. Cene se pogosto razlikujejo iz dneva v dan, včasih pa tudi v istem dnevu. Takrat so lahko leti zgodaj zjutraj cenejši od poznejših. Običajno so leti ob koncih tedna in med prazniki dražji, spleta pa se pogledati za **lete tik po praznikih**, ko se večina vrne v službe. Leti ob sobotah znajo biti cenejši, ni pa prav veliko resnice v nasvetu, da je letalske karte najbolj kupovati ob torkih in sredah.

3. Letalske družbe občasno sporočajo akcijske ponudbe v **e-novichah in na svojih družabnih medijih**. Ko želijo napolniti letala, letalske družbe na ta način ponujajo še posebej nizke cene ali pa brezplačne dodatke in nadgradnje razredov.

4. 24-urno pravilo je zahteva ZDA, da letalske družbe ponudijo **brezplačno odpoved v roku 24 ur od nakupa karte**. Nekatere evropske družbe (Norwegian) ponujajo tako odpoved na vseh letih v in iz ZDA, druge samo za karte kupljene v ZDA (Air France), tretje imajo to kot splošno pravilo (British Airways). Preveri pravila in pogoje in če letalska družba to ponuja, se spleta dan



po nakupu še enkrat pogledati za ugodnejšimi ponudbami.

5. Tako imenovane **error fares** so cene letalskih kart, ki jih letalske družbe objavijo po pomoti, a so jih dolžne upoštevati. Take cene so lahko nekajkrat nižje kot bi morale biti, pojavijo pa se zaradi tehničnih nepravilnosti ali človeške napake. Error fares lahko najdete na nekaterih spletnih iskalnikih letalskih kart, potovalnih blogih ali spletnih straneh, kot sta **Posvetu.si** ali **Fly4free**.

6. Letališča v širši okolici so lahko ugodnejša kot mestna letališča. **Prevoz z GoOpti** do nekoliko bolj oddaljenega letališča velikokrat pomeni prihranek tako pri času (direktni leti) kot denarju.

7. Programi zvestobe omogočajo zbiranje letalskih milj z letenjem, najemanjem avtomobilov in hotelskih sob, naročinami na časopise in nakupovanjem. Eden največjih programov zvestobe v Evropi je Lufthansin **Miles & More**, ki vključuje tudi Adrio Airways, Eurowings (bivši Germanwings) in Turkish Airlines. Tudi **GoOpti** ima svoj program zvestobe. Preizkusi naše nasvete ob naslednjem iskanju letalskih kart in ne pozabi na najpomembnejšo stvar: **zgodnji nakup!** To velja tako za lete kot za zanesljive, udobne in profesionalne GoOpti prevoze do letališč. Če čutiš potovalno mrzlico, ne oklevaj in kupi GoOpti prevoz čim prej!

Vir: GoOpti blog

SKOČI NA PIZZO!

Gregorčičeva 3, Ljubljana, 01 421 92 95, www.foculus.si

Prostovoljstvo v letu premora

Takoj po zaključku študija je idealen čas za potovanje, saj lahko uživaš ob zaključku svojega trdega dela in najbolje izkoristiš svojo svobodo pred začetkom kariere. Potovanje lahko koristi tvoji karieri na številne načine.

Leto premora je v tujini izredno pomembno. Mladim predstavlja stik z drugačnimi kulturami in novimi poznanstvi ter vodi v večjo odprtost, samostojnost in organiziranost. Poleg tega pa se naučijo še tujega jezika in pridobijo delovne navade ter odličen dodatek življenjepisu. V zadnjih letih postaja ena izmed najbolj priljubljenih oblik preživljanja leta premora prostovoljstvo v tujini. Obstajajo številni programi, ki nudijo organizirano dobronamerno delo po celem svetu.

Je potovanje varno?

Programi prostovoljstva so izredno dobro organizirani pod vodstvom multinacionalnih organizacij, zato je varnost na prvem mestu. Vse destinacije na njihovih seznamih so politično varne in stabilne. Prav tako so te organizacije v rednem stiku z veleposlaništvom in s svojimi svetovalci, ki nudijo 24-urno pomoč in orientacijo.

Najboljši programi

Obstaja ogromno prostovoljskih organizacij, izpostavili pa bomo dve najbolj priznani. International Volunteer HQ (volunteerhq.org) nudi več kot 40 destinacij, kot so Bali, Južnoafriška republika, Kostarika, Peru, Fiji in Nepal, po razumnih cenah. Od leta 2007 so z ekipo strokovnjakov, ki te pripravijo na vse potrebno, pomagali že 80.000 popotnikom. Zaradi priljubljenih programov in zaprisege varnosti so postali najbolj pri-



ljubljena izbira na svetu za samostojne popotnike, pare, skupine in družine. Nudijo priložnosti prostovoljstva na področjih zdravstva, varstva otrok, učenja, gradbeništva, ohranjanja okolja in živali ter drugih.

Druga izvrstna organizacija je Plan My Gap Year (planmygapyear.com), ki je izredno priljubljena pri samostojnih popotnikih in ženskah (83 % prostovoljcev je ženskega spola in 93 % jih potuje samostojno). Njihovi strokovnjaki se te bodo potrudili povezati z iniciativo, ki se bo najbolj ujemala s tvojimi spretnostmi in željami. Med njihovimi najbolj priljubljenimi destinacijami so Šrilanka, Kambodža in Bali.

Če imaš še vedno strah pred oddaljenostjo od doma, so na voljo tudi številni programi po državah EU, kot so okoljevarstveno potapljanje na Portugalskem, učenje angleščine v Italiji, deljenje hrane v Grčiji ter renovacije in mobilne knjižnice v Belgiji.

Trajanje in stroški

Prostovoljstvo žal ni brezplačno. Cene so predvsem vezane na trajanje programov. Najcenejši programi so na voljo že za 300 € na teden in vključujejo orientacijo, trening, vodenje, namestitev, prehrano in prevoz z letališča. Sam pa moraš poskrbeti za letalsko karto, zavarovanje, delovno vizo in morebitna cepiva. Pri tem ti bodo seveda pomagali njihovi svetovalci. Ne pozabi tudi na prenosnik, polnilce in mednarodne pretvornike za električne vtičnice. Organizacijam moraš plačati še registracijo, zato se vsekakor bolj splača prostovoljstvo za daljše obdobje. Priporočena obdobja so 2–4 tedne, kar je dovolj časa za ogled zanimivosti, spoznavanje kulture in opazen doprinos programu. Na voljo pa so tudi združeni večmesečni programi, ki vas peljejo po celem svetu, kot je Global Gap, ki v 7 mesecih opravi 6 projektov v 5 državah na treh kontinentih.

B o v e c

zpline.si

kanjon • Učja • canyon

www.socarrafting.si

Največje napake pri oralnem zadovoljevanju žensk

Kunilingus danes ni več tabu. Večina fantov pred prvim spolnim odnosom pogleda kak pornografski ali erotičen film, tako da ni zadrege glede tega, kje se nahaja klitoris. Pornografija pa je tudi v tem primeru dvorezen meč, saj ustvarja čisto napačne predstave o spolnosti. Prva je, kako se sploh lotiti pristopa k ženski, ko se spravljata k spolnem odnosu, in seveda samega poteka kunilingusa.



Pred vsakim spolnim odnosom posveti ženski vsaj 45 minut, saj se pričinja nožnica odpirati šele med 35. in 45. minuto. Predigra naj ne bi izgledala kot v pornografskih filmih, ko se moški takoj zažene v žensko mednožje. Najprej se z njo ljubi, jo božaj, masiraj, se posveti prsim, ki so povezane z spolnimi organi, in jih zagrej, da se ti ženska prične predajati. Šele ko čutiš, da je ženska pripravljena, lahko pričneš nežno masirati notranjost stegen in zunanost nožnice in se nato lotiš še masaže z jezičkom. Vsekakor lahko vmes uporabiš tudi prste, toda vse počni z veliko mero potrpljenja, počasi, da se nožnica odpre, da te povabi, da vanjo prodreš s prsti.

Notranjost nožnice ima veliko točk, ki jih je treba nežno aktivirati in raziskovati, kako se nanje odzove ženska. Predvsem občutljiva je točka G, zato je treba biti pri njej še posebej previden, jo počasi masirati in, če pride do bolečine, masažo začasno prekiniti. Aktivacija točke G z masažo je pomembna zaradi doživljanja globljih orgazmov, zato naj ženska vseeno malo potrpi za večje užitke kasneje. Vsekakor pa je bolje, da se jo aktivira počasi in večkrat po malem. Za vse

napake, ki jih moški počno, pa seveda ni kriva samo pornografija.

Odpor

Moški v kunilingusu večinoma uživajo. Lahko pa se komu zgodi, da do te prakse čuti odpor. Morda čuti odpor tudi do tega, da bi partnerka izvajala felacijo na njem. Tovrsten odpor najverjetneje izhaja iz negativne izkušnje ali prepričanja, da so genitalije umazane, da to nikakor ni kraj, kamor bi šli z jezikom. Toda v ustih je precej več bakterij kot v nožnici. Če se torej poljubljaš in te ni strah okužbe, potem lahko partnerko poljubiš tudi tam spodaj, kjer ima dvojne ustnice in magični gumbek.

Strah

Glavni strah pred kunilingusom je, da se ne bi izkazal. Brez skrbi! Če se kunilingusa lotevaš prvič, bo partnerka najbrž zelo vesela, da se interakcija med tvojimi usti in njeno vulvo sploh dogaja. Če ženska ni izkušena, bosta skupaj odkrivala, kaj in kako ji je všeč, kar je zelo intimno, povezujoče in zabavno početje. Če pa je že izkušena, pozabi na ego in se prepusti njenemu vodstvu. Tako se ne

boš osmešil, ampak se boš še česa naučil in ji zagotovil uživanje. Strah lahko premaguješ postopoma: najprej z nežno masažo in dotiki, preberi kakšno knjigo ali spletno stran z nasveti, partnerko pa najprej dobro spoznaj s prsti. Korajža velja!

Ne hiti!

Ko si premagal odpor in strah, je pomembno, da ne hitiš pri izvajanju. Pri oralnem seksu »quickie« ne obstaja. Možno je, seveda, da ji bo hitro prišlo, vendar ne, če hitiš! Kako prideš z jezikom do mednožja, je precej odvisno od njenih trenutnih želja in stopnje vzburjenosti. Če je malo zaspana ali sramežljiva, potuj tja počasi, od ustnic prek vratu in prsi, čez trebuh in šele nato po notranji strani stegen.

Najbolje je začeti raziskovati z jezičkom in poljubljanju, kot bi sesal ustnice in jih preizkušal z jezikom. Veliko žensk ima zelo občutljiv klitoris. V tem primeru se je bolje zadrževati nekako nad ali pod njim. Šele ko ženska da vedeti, da se bliža orgazem, lahko vklopiš turbo pogon in si pozoren na spremembe. Na tej točki nikakor ne prekini akcije! Če se ti zdi, da dobiš vaš muskelfiber v jezik in čeljust in da res ne moreš več, nadaljuj z dobro navlaženimi prsti.

Več o ženski energiji, delu s splošnimi potenciali in upravljanju s spolno energijo lahko preberete tudi na: www.la-vita.si. Če imate kakršnakoli vprašanja, lahko pišete na rozalija@la-vita.si Rozalija H.



Naprave, ki jih potrebujejo vsi študentje

Zdaj ko ste se ustalili v študentsko življenje, ugotavljate, da to le ni tako enostavno. Zato smo vam pripravili seznam tehnoloških izdelkov, brez katerih ne bi smel biti noben študent.



GOOGLE CHROMECAST

Če imate televizor s priključkom HDMI, bo tale ugodna naprava omogočila enostavno pošiljanje pretočnih video vsebin z vašega telefona na veliki zaslon preko brezžične povezave Wi-Fi. Tako lahko vsak televizor spremenite v pametnega, brez da bi za to trpela vaša denarnica. Chromecast podpirajo številne priljubljene video storitve, kot so YouTube, Netflix in HBO Go.



BUDILKA

Če imate težave z jutranjim življenjem in radi poležite, potrebujete budilko, ki je še bolj trmasta kot vi. Clocky je na videz prisrčna naprava, ki bo že ob prvem bujenju pokazala svoje sadistično jedro. Namreč, ko pritisnete na gumb za dremež, se bo budilka odpeljala stran in vas tako prisilila, da jo ulovite. In ne bojte se, da bi se Urko razbil s padcem z nočne police. Narejen je, da preživi padec z enega metra.

PRENOSNI POLNILNIK

Si še lahko predstavljate moderno življenje brez telefona? Mi tudi ne. Žal baterije naših ljubljencev še vedno ne zdržijo polnega dneva uporabe. Zato pa je trenutno najenostavnejša rešitev naprava USB Power Bank, s katero lahko dopolnimo baterijo mobilnih telefonov in tablic. Pri nakupu bodite pozorni na kapaciteto baterije. 10.000 mAh je dobro, 20.000 je še bolje.



EMONSKA KLET

Plečnikov trg 1, T: 01 42 19 300, E-mail: emonska.klet@siol.net, www.emonskaklet.com

SUBVENCIONIRANA ŠTUDENSKA PREHRANA, DOPLAČILO 3,5 EUR

Vsak dan nudimo:

- 12 različnih menijev, solate, pizze, lasanje in tortilje
- vsak šesti meni brez doplačila

Med tednom prirejamo študentske zabave z ugodnimi cenami pijač

Ob petkih in sobotah pa poskrbimo za različne party-je

SUPER!!!
JEDEL BOM
SAMO PRI VAS!



www.emonskaklet.com

fb emonska klet

tel. 01 4219 300



PROTIHRUPNE SLUŠALKE

Študentski domovi so hrupni. Ne glede na to, ali se želite učiti v miru ali le poslušati svojo glasbo, bodo protihrupne slušalke verjetno najpametnejši nakup na tem seznamu. Izberite slušalke z mehкими podlogami, ki pokrijejo celo uho. Brežžična Bluetooth povezava, mikrofoni in globoki basi pa so dodatni bonusi. Pred nakupom obvezno preverite ocene in mnenja uporabnikov.

PAMETNI OBESEK

Pametni sledilniki, kot so Tile Mate, Trackr in LEIF, so obeski ali kartice, s katerimi lažje najdemo svoje ključe, denarnico in druge dragocenosti. Te naprave ne omogočajo iskanja samo takrat, ko se spomnimo, da smo nekaj izgubili, temveč jih lahko tudi nastavimo, da nas opozorijo, ko se oddaljimo izven dosega signala predmeta. Tako ne boste nikoli več pozabili denarnice v kavarni.



BREŽŽIČNI TISKALNIK

Ne glede na to, ali ste na šoli, kjer učitelji še vedno zahtevajo natisnjene seminarske naloge, ali pa se s papirja lažje učite kot z računalnika, je tiskalnik še vedno nujno zlo. Na srečo lahko najdete odlične tiskalnike že za nekaj več kot 30 €. Nabavite brezžičnega, da boste nanj lahko enostavno tiskali tudi z mobilnih naprav.

FITNES ZAPESTNICA

Odločili ste se, da greste v fitness. Letos pa čisto zares. Vsaj prvi mesec. Samo dobro spodbudo rabite. Tu vam bo pomagal eden izmed številnih fitness sledilnikov. Te zapestnice se lahko povežejo z vašim pametnim telefonom, kamor pošiljajo vso spodbudno statistiko, kot so prehojeni koraki, izgubljene kalorije, srčni utrip in podobno. Napravo lahko nosite med rekreacijo, spanjem in celo plavanjem.



NOSILEC ZA PRENOSNIK

Če uporabljate prenosnik v postelji, se izpostavljate nevarnosti, da se prezračevalne reže (ki vlečejo zrak od spodaj) blokirajo ali celo zamašijo s prahom. Z uporabo nosilca (angl. laptop tray ali lap desk) boste izboljšali hlajenje prenosnika, zmanjšali pritisk in gretje svojega naročja ter pridobili še prostor za miško in telefon.



MENSTRUALNA SKODELICA **Lali Cup**

Uživajte vse dni v letu.

NA VOLJO TUDI V tušdogerija

Lali Panties
MENSTRUALNE HLAČKE

LaliCup | www.LaliCup.si | 040 606 522

Harmony program

Zanimive in drugačne počitnice za mlade in mlade po duši



Vsako poletje se na otoku Pašman v centru Harmony že več kot 20 let srečujejo mladi in malo manj mladi raziskovalci življenja. **Skozi različne delavnice, seminarje in meditacije odkrivajo globine sebe, življenja in univerzuma ter širijo svojo zavest. Da bi bilo raziskovanje še bolj uspešno se z jutranjimi vadbami (joga, tek, energijske vaje), vegetarijansko prehrano in očiščevalnimi čaji poskrbi tudi za telo.** Na ta način se energija prečisti in harmonizira. Center harmony je poleg osnovnega programa samorazvoja in višanja zavesti center druženja vseh, ki v življenju iščejo nekaj več, vseh, ki si želijo srčnih, iskrenih in pristnih odnosov, vseh, ki so prepričani, da je življenje lahko lepo, dobro in ki si želijo z delom na sebi ustvarjati lepšo in srečnejšo družbo. Veliko je druženja, plesa, glasbe, smeha in radosti in nemalokrat se ravno tu razvijejo lepa in dolga življenjska prijateljstva. Vzdušje je domače in zelo odprto. Udeleženci programa, kot tudi voditelji programov, prihajajo iz različnih držav: Hrvaška, Italija, Srbija, Bosna, Avstrija, Nemčija, Poljska, ZDA, Francije ... Seveda pa je največ gostov prav iz Slovenije. **Zato je iz Slovenije organiziran tudi skupni avtobusni prevoz, ki goste pripelje direkt na recepcijo centra. Gostje pridejo s prijatelji, sami ali pa z družino, za vse je poskrbljeno.** Če želite poskusiti drugačen dopust in se pridružiti »ekipi HARMONY«, obiščite otok Pašman od 15. 6. – 7. 9. 2018.

Več informacij:

www.harmony.hr/sl

harmony.slovenija@gmail.com

ali Urška – 040 381 160 (od 15h–18h)

HORO

OVEN

V prvi polovici maja s Soncem v dvojčkih lahko na dan prihajajo prikriti napake, ki ste jih do sedaj odlično skrivali. Brzdajte svoja čustva, upoštevajte le tisto, kar je pogojeno z vašim razumom. Premostili boste slabo voljo. Ne glede na to, da ste precej napeti, sprejmite konec meseca junija kot dobro priložnost za spremembo po lastnem okusu, saj vas bo vodil vpliv Venere v znamenju leva. Nikar se ne osamite preveč, saj potrebujete dobro družbo, ki vam prinaša veliko boljše počutje in v avgustu tudi nove priložnosti.

BIK

Ljubezen bo v prvi polovici maja zaradi vpliva Venere v znamenju raka nekaj plemenitega in z lahkoto se boste na nežen način predali partnerju ter nadaljevali prijetno zgodbo. Nekaj previdnosti ne bo odveč, še posebej v domačem okolju, kjer se nekaj zapleta. Osvobodite se skrbi, ki nenehno trkajo na vaša vrata. Konec meseca avgusta se boste z Venero v znamenju tehtnice soočili s svojimi sposobnostmi učenja in tudi z vsemi pričakovanji, ki vas bodo popeljala v boljše rezultate in zadovoljstvo.

DVOJČKA

V prvi polovici junija, ko bo Sonce potovalo po vašem znamenju, bodo odločitve tiste, ki lahko prinesejo napredek na osebnih in duhovnih ravneh. Pokazale se vam bodo nove poti, ki vas bodo navdihnile s svojo energijo. Nečesa, kar vam je vedno manj všeč, ne morete spremeniti. Imeli boste veliko zaupanja v prihodnost, kar vas bo v avgustovskih dneh, ko bo Sonce v levu, opogumilo, da boste potrpežljivo sprejeli stvari, ki jih ne morete razumeti. Izpite boste opravljali zelo uspešno, motivacije bo tokrat več kot dovolj.

RAK

Na simpatičen način se boste v prvi polovici junija s pomočjo Marsa v znamenju vodnarja izpostavili, vse se vam bo tokrat zdelo preprosto, zato vas ne bo strah prevzeti glavne vloge. Tokrat vam bo uspelo celo zmagati! Igra, ki jo igra nekdo od prijateljev, vam ne ustreza, saj vidite, kaj se dogaja za vašim hrbtom. V avgustu, ko bo Sonce potovalo v znamenju leva, bo posebej naporno s tistimi, ki so preveč občutljivi. V družabnih vodah se boste tokrat odlično počutili, saj boste v središču pozornosti.

LEV

Maj s Soncem v znamenju bika vam prinaša nekaj sprememb in strah pred novostmi. Ovirale vas bodo nerešene zadeve, ki jih vztrajno vlečete za seboj, toda zaključek se vam bo tokrat še izmikal. Še vedno niste pripravljeni opustiti določenih stvari, pri čemer vam bo v juliju pomagal Mars v znamenju vodnarja. Nekdo vas bo opazoval in nadziral, kar vas lahko proti koncu meseca avgusta zmoti ali vznemiri. Zadeve poskusite urediti tako, da bo za vse čim manj naporno ter da se boste lahko končno umirjeno podali naprej.

DEVICA

V prvi polovici maja, ko bo Sonce v biku, upoštevajte vse svoje vrednote, kar vam bo pomagalo, da boste spoznali svoje prave želje in smernice na študijskem področju. Možnost osebnega razvoja vas bo v juliju, ko se bo Venera nahajala v vašem znamenju, vodila k boljšim občutkom in predvsem zadovoljstvu. Z dobrim občutkom se lahko konkretno soočite z veliko obremenitvami, rešite marsikatero težavo in v avgustu s Soncem v znamenju leva zadovoljno ugotovite, da ste ponosni nase in na svoje dosežke.

TEHTNICA

Ne morete se znebiti občutka, da se vam nekdo na čuden način vrača v življenje, čeprav ste bili prepričani, da je ta zgodba že zdavnaj pripeljana do konca. Vaše ljubezensko življenje se lahko v drugi polovici junija, ko se bo Sonce pomaknilo v občutljivega raka, obrne v popolnoma drugo smer od tiste, ki ste si jo začrtali. Vežanim bo partner predlagal stvari, ki jih nista še nikdar preizkusila. Izpiti vam v drugi polovici avgusta ne bodo predstavljali večje težave, saj boste nanje pripravljeni in vsekakor odlično motivirani.

OSKOP

ŠKORPIJON

V prvih dneh meseca junija boste zaradi energičnega Marsa v znamenju vodnarja izredno živčni in sumničavi, tako da se izognite vsem možnim konfliktom. Za zdaj ne najdete rešitve za svojo nekoliko razburkano ljubezensko situacijo. Nesporazumom v sredini julija, ko bo Sonce v raku, ne boste dovolili, da vam pokvarijo razpoloženje. Dovolj bo le, da naredite, kar ste nameravali, vendar brez odvečnih besed, ki lahko situacijo še posebej na študijskem področju v avgustovskih dneh le še dodatno zmedejo.

STRELEC

Maj bo predvsem spontan in z Venero v raku nežen ter romantičen. Spremljal vas bo občutek, da ste izpustili nekaj pomembnega, in najbrž se ne motite. V juliju se bodo pojavljale težave, za katere ste bili prepričani, da so se zaključile in so povezane z učenjem in koncentracijo. Prijatelji vam bodo proti koncu meseca julija, ko Sonce pride v leva in bo povečana želja po druženju, v pomoč, če se v določeni situaciji ne boste najbolje znašli. Komunikacija bo tista, ki jo boste uporabili v kočljivih situacijah in vas bo popeljala do rezultatov.

KOZOROG

V prvi polovici maja, ko bo Sonce potovalo po znamenju bika, se osredotočite na študijske obveznosti in naloge, saj ste nanje več kot odlično pripravljeni. Začnite z novimi projekti in pokažite vsem drugim, koliko ste v resnici vredni. Proti koncu meseca julija boste zaradi vpliva Sonca v raku izredno spremenljivega počutja. Prišli boste do zaključka, da se je bolje ustaviti kot tvegati z nekom, ki očitno nikakor ne namerava popustiti. Ljubezen v avgustu še vedno ne bo dobila prave oblike, kar vas bo vznemirjalo.

VODNAR

Kvalitete, ki jih imate, bo v drugi polovici maja, ko Sonce počasi pride v dvojčka, opazil nekdo, ki vam veliko pomeni in o njem neprestano razmišljate že nekaj časa. Preprosto naredite to, kar trenutno zahtevajo od vas dogodki, in uživajte v situacijah, ki se pojavljajo. V vaše življenje prihaja v juliju veliko priložnosti, vi pa ostajate na enakih zadevah, ki so za vas precej obremenjujoče. Proti koncu meseca avgusta, ko vas bo vodil vpliv Sonca v devici, boste vse, kar se bo pojavilo, reševali skozi prijateljski pristop.

RIBI

V maj stopate s Soncem v biku umirjeni in sproščeni. Sprejeli boste bolj skromen način življenja, kar bo ljudi okoli vas močno presenetilo. V sredini meseca junija se z ugodno Venero posvetite pozitivnemu razmišljanju in se umaknite iz kaosa, ki samo krade vašo energijo. Ne razmišljajte o določeni zadevi predolgo, saj lahko izgubite precej svoje energije. V avgustu, ko vas bo bodril vpliv Sonca v levu, poiščite kakšno bolj smotno rešitev in se je lotite na bolj taktičen način, s pomočjo diplomacije.

ŠTUDENTOM

Rag'n'Bone Man

5. 5. 2018, 20.00

Hala Tivoli, Celovška cesta 25

www.ragnbonemanmusic.com

5. maja 2018 bo britanski zvezdnik Rag'n'Bone v okviru evropske turnee nastopil v ljubljanski Hali Tivoli. Predstavljal bo pesmi s svoje večkrat platinaste plošče Human, med njimi tudi naslovno skladbo Human in uspešnico Skin.

Woodland Festival 2018

7. 7. 2018, 15.00

Pristava nad Stično, Ivančna Gorica

www.woodland.si

Eden najbolj prepoznavnih elektronskih festivalov v regiji z edinstveno atmosfero in unikatno lokacijo v osrčju narave. Doživite popolno zabavo daleč stran od mestnega vrveža. V skrivnostni deželi vas pričakajo vrhunski izvajalci, odrski showi, vroče plesne točke in močne vizualne animacije.

Dance Amore

16. 7. 2018, 21.00

Križanke

www.eventim.si/si/vstopnice/dance-amore-ljubljana-krizanke-487970/event.html

Plesni spektakel v bleščečem soju Broadwaya, vzdušje ulic New Yorka v glamuroznem plesnem šovu, ekstravagantne plesne točke, ob katerih vas bodo zasrbele pete.

ALI BOŠ PRI ŠTUDIJU USPEŠEN?
KAJ TI PRINAŠAJO ZVEZDE?
ALI TE LJUBI?



HOROSKOP.SI

Naloži si aplikacijo brezplačno!



Planet2 d.o.o. Tržaška cesta 2, 1000 Ljubljana, cena klica 1.69 eur/min za Telekom in Mobitel uporabnike. Cena klica za ostale operaterje.

090 44 11

POKLIČI IZKUŠENE SVETOVALCE, KI TI BODO PODALI KVALITETNE ODGOVORE.



Tradicionalni šotokan karate, veščina spajanja telesa z duhom

Karate je množični svetovni šport in je več kot le borilna veščina, saj poleg fizičnih vaj uči tudi filozofske nauke in tako združuje telo in duha, zato je lahko življenjski stil na več ravneh.

Šotokan je najmnožičnejši stil karateja na svetu in tudi v Slovenji. Zvrst karateja šotokan je nastala po 2. svetovni vojni na podlagi naukov okinavskega mojstra Gičina Funakošija. Poleg šotokana so se skozi leta izoblikovali tudi drugi stili kot je sankukai, godžu rju, ueči rju, kjokušinkai, šito rju, šorin rju, makotokai. Čisto tehnična veščina pa je moderni športni karate, ki je namenjen izključno športnim tekmovanjem.

Sistem stopenj in pasov

Tradicionalno so karate poučevali lokalni mojstri, vsi, ki so se učili, pa so bili vajenci. Obstajal je torej samo odnos "mojster-učenec". Učenec je napredoval v mojstrsko držo šele po dovolj letih učenja. S sistematizacijo karateja in vedno večjo množico učencev se je sčasoma uvedel tudi sistem zaporednih pasov in stopenj, ki je v osnovi privzet iz juda. Njihov namen je bil ureditev vadbe in ločevanja učencev glede na njihovo stopnjo znanja. Tako je bilo lažje slediti posamezniku in odrejati vaje po skupinah. Po uspešno opravljenem preizkusu znanja se vsakemu učencu podeli pas določene barve, ki označuje njegov napredek. Stopnje se v osnovi delijo na: kju - šolske oz. osnovne stopnje in dan - mojstrske oz. nadaljevalne stopnje. Skozi čas se je oblikovala barvna lestvica pasov z namenom večjega motiviranja učencev, ki dobijo občutek napredovanja po vsakem doseženem kjuju. Ne glede na število doseženih stopenj in barv pasov pa duh karateja povzema filozofijo, da se tudi pri najvišji doseženi



stopnji učenje ne konča. Učenec začne zato šele takrat, ko doseže prvo mojstrsko stopnjo, resnično spoznavati veščino karateja.

»Kata«

Kata v dobesednem prevodu pomeni oblika in označuje koreografske vzorce gibov, ki se izvajajo samostojno ali v pari. Kate uporablja večina japonskih in okinavskih borilnih veščin, kot so aikido, judo, kendo, kempo in karate.

Kate so bile prvotno načini poučevanja in uspo-

sabljanja, s katerimi so prenašali in ohranjali uspešne bojne tehnike. Vadba kat pa je omogočila učencem, da s sistematičnimi pristopi in s ponavljanem tehnike ali gibanja izvedejo obrambo in napad na naraven, refleksni način. Sistematična vadba pa ne pomeni stalne togosti. Cilj takšnega treninga je prilagoditi tehniko kate tako, da jo je mogoče izvajati v različnih okoliščinah, predvsem pa s čim manj "razmišljanja" in oklevanja, zato pa z hitrim reagiranjem.

Po nekaterih ocenah v različnih oblikah karateja obstaja okoli 100 kat, vsaka s številnimi različicami. Navadno pa je število kat, ki jih izvaja določena šola, le okoli 20. Kate so ocenjevalna kategorija na tekmovanjih, izvajajo pa se posamično ali v skupinah s po tremi tekmovalci.

Več kot le borilna veščina

V vzhodnjaških kulturah je težko izolirati samo eno plat neke aktivnosti in jo ločiti od celote. Tako so tudi borilne veščine povezane s filozofijo in umetnostjo ter z vsakodnevnim življenjem. V karateju je zato prisotna težnja po duhovnosti in tudi estetiki, lahko rečemo, da skuša biti telesa in tudi duhovna disciplina. Trening se počasi spreminja v proces, ki traja celo življenje in strmi proti cilju, ki se nenehno izmika: popolnost!

Kje začeti?

Če se želite preizkusiti v karateju, je najbolje, da obiščete enega od več kot 60 karate klubov in društev, ki so razpršeni po Sloveniji.



VENERA SHOP
Erotična trgovina

**POPESTRITE SPOMLADANSKE VROČE TRENUTKE
Z IZDELKI IZ NAŠE BOGATE PONUDBE**

**EROTIČNO PERILO, PRIPOMOČKI, ZABAVNI ARTIKLI ZA DARILA,
LUBRIKANTI, MASAŽNA OLJA, STIMULANSI TER ŠE IN ŠE...**

**OBIŠČITE NAS V NAŠIH BOGATO ZALOŽENIH TRGOVINAH PO VSEJ SLOVENIJI
ALI PA SI OGLEDJTE NAŠO SPLETNO STRAN**

www.venera-shop.com

VENERA SHOP
KUPON ZA
10% POPUST

KUPON VELJA ZA IZDELKE, KI NISO V AKCIJI

Harmony program



HARMONY PROGRAM 2018 na PAŠMANU - Harmonija telesa in duha (od 15.6. do 7.9.)

Počitnice za vse, ki potrebujete pravi oddih in ponovno povezavo z naravo, s seboj in dobrimi ljudmi. Tedenska ponudba zajema: vegetarijansko hrano, 60 različnih seminarjev za osebno in duhovno rast, jutranje vaje, jogo, večerne plesne, predavanja, meditacije, masaže, individualne terapije in svetovanja, ...in še in še...

Možnost bivanja: v kampu (šotor ali mobilna hišica), ali v okoliških hišah.

Oddiha se lahko udeležite tudi sami, saj je dobre družbe vedno na pretek!

Iz Slovenije pelje organiziran avtobus direkt do centra Harmony na otoku (vstop: Radovljica, Kranj, Ljubljana, Maribor, Celje, Novo mesto).



Info in rezervacije:

www.harmony.hr/sl, harmony.slovenija@gmail.com, Urška 040 381 160 (od 15h-18h)



“ Na Printbox kiosku tiskam seminarske naloge. ”

Blaž, 25 let, študent

Printbox je za vsakogar - tudi zate!



Printbox je **hitra, ugodna in zelo preprosta samopostrežna** rešitev za **tiskanje in skeniranje** dokumentov **iz oblaka, s telefona, računalnika, tablice ali USB ključka** na kateremkoli Printbox kiosku.



Izberi Printbox tudi ti in se pridruži več kot 100.000 Printbox uporabnikom. Registriraj se in si ustvari brezplačen uporabniški račun na kateremkoli Printbox kiosku ali na naši spletni strani printbox.si



printbox.si



Printbox



printbox_si



info@printbox.net



080 820 000

