



# AKTÍVNY SENIOR

## 1-ROČNÉ ŠTÚDIUM POBOČKA RAJEC

### ZIMNÝ SEMESTER

- Správna výživa a pitný režim ako základ zdravého bytia
- Pohyb ako druhý pilier zdravého života
- Ako si udržať pamäť v kondícii (teória)
- Tréning pamäte
- Ústava SR a občan

### LETNÝ SEMESTER

- Susedské vzťahy pod lupou
- Pozemkové právo
- Prečo si nerozumieme? (komunikácia medzi ľuďmi)
- Rodinné právo
- Ako sa správať v rizikových situáciách?



### PODMIENKY PRIJATIA

- vek od 45 rokov
- stredoškolské vzdelanie s maturitou
- e-mailová adresa

### PRIHLASOVANIE

- odoslaním elektronickej prihlášky
- formulár prihlášky na [www.ucv.uniza.sk/univerzita-tretieho-veku/prihlaska-na-studium](http://www.ucv.uniza.sk/univerzita-tretieho-veku/prihlaska-na-studium)
- po prijatí elektronickej prihlášky Vás bude koordinátorka kontaktovať mailom

### TERMÍN PODANIA ELEKTRONICKEJ PRIHLÁŠKY

- od 2. mája 2024 do 30. júna 2024

### KOORDINÁTORKA

Ing. Janka Sňahnčanová  
+421-41-513 5043  
+421-918 971 108  
[janka.snahnicanova@uniza.sk](mailto:janka.snahnicanova@uniza.sk)

# VÝUČBA

- interval prednášok: každé 3 - 4 týždne od 13:00 hod. do 15:15 hod.
- rozvrh s konkrétnymi termínmi prednášok dostanú študenti emailom koncom septembra 2024
- miesto konania prednášok: mesto Rajec

## POPLATOK

- výška poplatku:  
80 EUR / akademický rok (dôchodca, držiteľ preukazu ZŤP, nezamestnaný, pracujúci, pracujúci dôchodca, SZČO)

- termín platby: do 30. júna 2024

- spôsob platby:

Platba na účet: IBAN:

SK31 8180 0000 0070 0016 6707,  
variabilný symbol 141001

Do poznámky (správy pre príjemcu) je potrebné uviesť priezvisko študenta, za ktorého je platba realizovaná a skratku vzdelávacieho programu. (napr. Nekonečná - AS RJ).

Platba prostredníctvom poštového poukazu na účet typu „R“:

č. účtu: 7000166707, kód banky: 8180  
(IBAN: SK31 8180 0000 0070 0016 6707)  
variabilný symbol 141001

adresát: Žilinská univerzita v Žiline  
Univerzita tretieho veku  
Univerzitná 8215/1, 010 26 Žilina

