

**Projekt: TEMELJNE KOMPETENCE ZASAVJE 2023–2029**

**Program: Neformalni izobraževalni programi za odrasle**

**Ime programa: Z osebno urejenostjo do zdravja in dobrega počutja**

**Trajanje programa: 40 ur, obvezna 80 % udeležba**

**Ciljna skupina:**

Glavna ciljna skupina so odrasli, ki so po ZIO-1 (2. in 8. člen) izpolnili osnovnošolsko obveznost in želijo pridobiti, posodobiti, razširiti in poglobiti svoje znanje, in osebe, ki so stari vsaj 15 let.

**Cilji programa:**

Cilj programa je izboljšanje kompetenc posameznikov na področju ličenja in osebne urejenosti, ki bodo izboljšale njihovo lastno samopodobo in urejenost, s tem pa tudi kakovost dela in fleksibilnost na različnih področjih njihovega delovanja.

**Vsebine programa:**

- Zakaj vidimo barve in zakaj nas barve pogosto zavedejo?
- Kaj sporočajo barve?
- Barvni kontrasti in harmonične barve
- Barvni tipi ljudi
- Barvni podtoni
- Ustreznost barv na posameznika
- Oblika obrazov
- Površinsko čiščenje kože in priprava kože na ličenje
- Pripomočki za ličenje
- Spoznavanje osnovnih teorij ličenja – barvan teorija in teorija svetljenja in senčenja
- Korekcije nepravilnosti na obrazu
- Izbira in nanos ustrezne podlage za ličenje
- Utrjevanje podlage
- Korekcije morfologije obraza – senčenje
- Korekcije oblike očesa in ličenje oči
- Oblikovanje obrvi
- Oblikovanje in korekcije ustnic
- Nanašanje rdečila na obraz
- Posebnosti ličenja za različne priložnosti.

*Novo znanje, nove poti ...*



### **Kompetence, ki jih udeleženci pridobijo s programom:**

Udeleženec programa pridobi oziroma nadgradi znanje iz sledečih kompetenc:

1. Barvne kompetence: Poznavanje fizioloških lastnosti barv, barvnih kontrastov, harmonij, določanje barvnega tipa, in izbira ustrezne barve za ličenje, lase in oblačila.
2. Oblikovne kompetence: Poznavanje oblik obraza, uporaba različnih tehnik senčenja in svetlobe, tehnike teniranja, toniranja, niansiranja, senčenja in barvanja.
3. Tehnične veščine ličenja: Uporaba različnih pripomočkov in izdelkov za ličenje, fiksiranje in utrjevanje, priprava kože, nanašanje podlage, korekturne tehnike, ličenje oči, ustnic, obraza.
4. Analitične kompetence: Analiza razmerja med elementi obraza, prepoznavanje neestetskih pojavov, izbira tehnik za korekcijo in ličenje obrvi.
5. Prilagajanje glede na namen: Ustrezno ličenje glede na namen, kot so dnevno ličenje, večerno ličenje, ličenje za fotografijo, ličenje za posebne priložnosti.

Udeleženec pridobi naslednje spretnosti s programom:

1. Barvno usklajevanje: Izbor ustrezne barve za ličenje, lase in oblačila.
2. Analitične spretnosti: Določanje oblik obraza, ocenjevanje razmerja med elementi obraza.
3. Tehnične spretnosti ličenja: Nanašanje različnih tekstur podlag, izvajanje korekcij in oblikovanja obraza, oči, ustnic.
4. Osebno ličenje za različne priložnosti: Uporaba pravih tehnik glede na specifično priložnost.

Udeleženec s programom dopolni naslednje splošne kompetence:

1. Samoocenjevanje: Samoocenjevanje kakovosti izvedbe storitve.
2. Racionalna poraba virov: Racionalna poraba materiala, energije in časa.
3. Varnost in zdravje pri delu: Upoštevanje pravil o varnosti in zdravju pri delu.
4. Okoljska ozaveščenost: Upoštevanje pravil pri varovanju okolja.

Druge kompetence, ki jih bodo udeleženci pridobili s programom, so:

1. Komunikacijske veščine in konstruktivno reševanje konfliktov: Jasno in učinkovito komuniciranje z drugimi udeleženci programa, sposobnost izražanja lastnih potreb, mnenj in občutkov, poslušanje in sprejemanje drugačnih stališč drugih, odprta komunikacija.
2. Sodelovalne veščine: Sodelovanje z drugimi udeleženci.
3. Samozavedanje in samoregulacija: Razvijanje samozavedanja o svojem obstoju, sposobnost samoregulacije v stresnih situacijah, vzpostavitev ravnovesja med skrbjo za lastno dobro počutje in skrbjo za druge.

### **Organizacija izobraževanja:**

Program bo potekal na Zasavski ljudski univerzi, pri konzorcijskih partnerjih in/ali v organizacijah, iz katerih bodo udeleženci programa.

Usposabljanje se bo izvajalo do 2-krat tedensko po največ 4 pedagoške ure predvidoma v popoldanskem času, po predhodnem dogovoru z delodajalci deloma tudi v dopoldanskem času.

**Število udeležencev v skupini:** 12.

**Listina:** udeleženci, ki bodo izobraževalni program uspešno končali, bodo prejeli potrdilo o usposabljanju in prilogo s popisom kompetenc po programu.

**Začetek usposabljanja:** po zapolnitvi skupine.