

---

# Norvégiai tanulmányút

## Szakmai beszámoló

Never too late to learn

2016-1-HU01-KA104-022637

Készítette: Pete Nikoletta, Pintér Magdolna, Kállay Gyula Zoltán

Debrecen, 2017. június 30.

---

## Tartalomjegyzék

|   |    |
|---|----|
| Bevezetés.....  | 3  |
| I. A norvég tanulmányút szakmai programja .....                           | 4  |
| II. A norvég felnőttképzés főbb jellemzői.....                            | 6  |
| III. A fogadóintézmény és felnőttképzési tevékenységének bemutatása ..... | 13 |
| IV. Gerontológia jó gyakorlat Norvégiában.....                            | 19 |
| V. Norvégia természeti és kulturális értékei .....                        | 22 |

## BEVEZETÉS

A „Never too late to learn” című és 2016-1-HU01-KA104-022637. azonosítószámú projektben a KultúrÁsz Közhasznú Egyesület a 65 év feletti korosztály tanulási, művelődési sajátosságaival foglalkozik és gerontológiai jó gyakorlatokat igyekszik megismerni 3 országban. A szakmai tanulmányutak célpontjai: Írország, Norvégia és Szlovákia. Az írországi tanulmányutat követően Norvégiába látogattunk 5 napos (2017. 06. 08-12.) szakmai tanulmányútra, ahol az Egyesület három munkatársa volt jelen (Pete Nikoletta, Pintér Magdolna és Kállay Gyula Zoltán).

Az ERASMUS+ program keretében megjelent pályázati kiírás felnőttoktatók szakmai mobilitását támogatta, amelyben a norvégiai fogadó intézmény az oslo-i központú Folkeuniversitetet volt. Az intézmény tulajdonképpen Népfőiskolaként működik, amelynek egyik tevékenysége a Nyugdíjas Egyetem működtetése. Ez a Nyugdíjas Egyetem nem egy felsőoktatási intézményként értelmezendő, hanem egy olyan oktatási szerveződésként, amelyben a 65 év feletti korosztály számára nyújtanak különféle témákban kurzusokat (előadásorozatok) gyakran felsőoktatásban tanító szakemberek. A kurzusok több alkalomból állnak, általában min. félévig zajlanak heti rendszerességgel, állandó tagsággal kvázi tanfolyamjelleggel. A végén pedig a résztvevők oklevelet kapnak a kurzus sikeres teljesítéséről. A jó gyakorlat bemutatásában a norvégiai Folkeuniversitetet Nyugdíjasok Egyeteme programjáról írunk részletesebben. A szakmai beszámoló a megismert gerontológia

témához kapcsolódó jó gyakorlat bemutatása mellett tartalmazza a befogadó intézmény szakmai munkájának bemutatását is. Mindemellett a Norvég felnőttképzés főbb sajátosságainak bemutatására is törekszünk egy rövidebb fejezet erejéig. A szakmai tanulmányút az ország kultúrájának és természeti értékeinek megismerésére is módot adott, így ennek tapasztalatai jelen beszámoló utolsó oldalain olvashatók.



## I. A NORVÉG TANULMÁNYÚT SZAKMAI PROGRAMJA

A szakmai tanulmányút kiemelt célja az volt, hogy olyan kurzusokat, tanulási, művelődési lehetőségeket és szabadidős programokat ismerjünk meg, amelyek a nyugdíjas korosztályt célozza meg.

*Miért érdekes ez a KultúrÁsz Egyesület munkatársai számára?*

Egyik oldalról a kérdés megválaszolása tágabb kontextusban az, hogy Európa népessége öregszik, ezért az idősekkel való foglalkozás, szükségleteik kielégítése, valamint fizikai és szellemi aktivitásuknak minél hosszabb ideig való fenntartása fontos feladat már jelenleg is, de a jövőben még nagyobb hangsúlyt kell rá fektetni. Statisztikai adatok is bizonyítják, hogy Európa társadalma és benne Magyarorszáé is az öregedő társadalmak közé tartozik. Tény az is, hogy Európa országaiban 2012-ben a 65 év felettek aránya elérte a 17%-ot. A legtöbb 65 év feletti Németországban és Olaszországban él, a teljes lakosság 21 illetve 20%-a tartozik ebbe a korcsoportba. Őket követik a görögök és a svédek, ahol ugyanez az adat 19 és 18%. Az idősödés folyamatának leglassúbb üteme Törökországban és Írországban figyelhető meg, mivel a teljes népességnek csak 7 és 11%-a 65 év feletti. Az európai nők 65 éves korban még további 16-23 év élettartamra számíthatnak. A férfiak körében az életesélyek kedvezőtlenebbek, ők további 14-19 évet élnek e kort követően. Az idős korosztályon belül egyre növekszik a 80 évnél idősebbek aránya, melynek következtében az európai országokban a 60 éven felüliek közül átlagosan minden harmadik személy már ebbe az életkori csoportba tartozik. Több kutatás irányul annak megismerésére, hogy hogyan tanulnak az időskorúak milyen képzési és művelődési lehetőségeik vannak. A probléma globális jellegét mutatja, hogy az Európai Tanács egy külön munkacsoport hozott létre a kérdéskörhöz kapcsolódóan. Az aktív időskor koncepcióját 1998-ban az OECD (Organisation for Economic Co-operation and Development) határozta meg: *„az idős emberek képessé tétele arra, hogy minél tovább aktívak maradjanak a társadalomban és a gazdaságban. Ez azt jelenti, hogy meg kell kapniuk a lehetőséget arra, hogy szabadon döntsenek arról, mivel töltik a szabadidejüket: tanulással, munkával, pihenéssel vagy ápolás és gondozás igénybevételével.”*<sup>1</sup> (OECD, 1998) A koncepció kiemeli, hogy mindenféle aktivitást fontosnak tart, nemcsak a gazdasági aktivitást, hiszen bármelyik lehet hasznos az egyén és környezete számára

<sup>1</sup> OECD (1998): Maintaining prosperity in an aging society <http://www.oecd.org/els/public-pensions/2429430.pdf>

---

Másik oldalról mindezeket ismerve, a KultúrÁsz Egyesület is foglalkozik az idős korosztállyal, akik számára előadásorozatokat szervezünk többek között egészségmegőrzés, kulturális örökségek megismerése témakörökben. Együttműködőként részt vettünk olyan projekteknél, amelyek az IKT kompetenciák fejlesztési lehetőségeivel foglalkoztak idős korban stb.. A már meglévő tapasztalatunkra, ismereteinkre alapozva szeretnénk volna további jó gyakorlatokat és módszereket megismerni a szakmai tanulmányúton. Tesszük mindezt annak érdekében, hogy a hazai keretek között új hatékony tanulási formákat, szabadidős lehetőségeket tudjunk nyújtani a jövőben az idős generáció számára.

*A szakmai tanulmányút szakmai programjai voltak:*

- A Folkeuniverzitetet szakmai tevékenységének megismerése prezentációk és intézményi körséta alkalmával
- A Folkeuniverzitetet felnőttképzési tevékenységének megismerése (kurzusok, tanfolyamok, projektek) óralátogatások, szakmai beszélgetések alkalmával
- A Folkeuniverzitetet idősek (60 év feletti, nyugdíjas korosztály) számára szóló programjai, tanfolyamai, különös tekintettel a Nyugdíjasok Egyeteme programra
- Az idősek számára szervezett kurzusok sajátosságai, a résztvevők motivációi és a bevonás módszerei
- Magyarországi gerontológiai gyakorlat bemutatása, benne a KultúrÁsz Egyesület idősek számára szóló projektjei és kezdeményezései.

*A szakmai tanulmányút főbb tapasztalatai:*

- Norvégiában magas azon 65 év feletti korosztály aránya, akik részt vesznek valamely számukra szóló programban
- Mások az érdeklődésre számot tartó témák Norvégiában, mint Magyarországon
- Különösen magas azon 65 év felettiak száma, akiknek a nyelvtanulás a fő motivációjuk, így nyelvi tanfolyamokon nagy arányban vesznek részt
- A legnépesebb kurzusai a Nyugdíjasok Egyetemének a különböző Európai országok kultúráját, történelmét, természeti értékeit bemutató kurzusok
- Az életszínvonal magasabb a 65 év feletti korosztály körében, mint Magyarországon ugyanezen korosztályában, így a fizetős programokon való részvétel is magas
- Ingyenes előadásokat, programokat elsődlegesen a könyvtárak, múzeum nyújtanak a nyugdíjas korosztály számára

## II. A NORVÉG FELNŐTTKÉPZÉS FŐBB JELLEMZŐI

### Norvég oktatási rendszer

#### *Általános iskolai és alsó középfokú oktatás*

A 6-15 éves gyermekek oktatására terjed ki, amely magában foglalja az 1.-től a 10. osztályban tanulókat, valamint a kisebbségi nyelvi csoportokba és a speciális csoportokba járó diákokat. Ezenkívül a különleges oktatási igényű gyermekek speciális iskoláit is. Az iskoláskorú gyermekek napközbeni ellátása az 1. és 4. évfolyamos diákok számára biztosított. 1997 óta kötelező a 6. életévét betöltő gyermekek iskolába járása. 2004 őszén 618 300 tanuló vett részt az általános és az alsó középiskolákban.

#### *Felső középfokú oktatás*

Hároméves általános oktatást vagy szakképzést biztosít, az alsó középfokú oktatás 10. évét követő képzés. A gyakornoki képzés a felső középfokú oktatás kétéves szakképzése, amelyet egy vagy két éves gyakorlati képzés követ az iparban. A férfiak 46%-a, a nők 41%-a rendelkezik felső középfokú végzettséggel, mint legmagasabb iskolai végzettség. Jelenleg több hallgató van a felsőoktatásban, mint a középfokú oktatásban.

#### *Felsőoktatás*

A bolognai folyamat megvalósításának részeként 2002-2003-ban teljes mértékben átszervezték a felsőoktatási rendszert. Ennek eredményeképpen a fő szerkezet a 3 + 2 + 3 modellt követi, pl. hároméves alapképzés, kétéves mesterképzés és hároméves PhD fokozat. (National Report of Norway by the Royal Norwegian Ministry of Education and Research, 2008: In:

[http://www.uil.unesco.org/fileadmin/multimedia/uil/confintea/pdf/National\\_Reports/Europe%20-%20North%20America/Norway.pdf](http://www.uil.unesco.org/fileadmin/multimedia/uil/confintea/pdf/National_Reports/Europe%20-%20North%20America/Norway.pdf))

Norvégiában, az alap-, mester- és doktori képzések az állami intézményekben (kivéve néhány speciális mesterképzést) tandíjmentesek: köztük hét állami egyetemen, kilenc szakegyetemen, huszonkettő ún. "university college"-on, azaz főiskolán és két művészeti egyetemen. Az alapszakok nagy része norvég nyelvű, a mesterképzések azonban már több helyen angolul folynak. A kulturális és sportlétesítmények, illetve további szolgáltatások igénybevételeért szemeszterenként egy jelképes 300-600 koronás (10-20 ezer forint) díjat kell fizetni.

([http://eduline.hu/felsooktatas/2015/4/14/Diploma\\_teljesen\\_ingyen\\_Igy\\_tanulhattok\\_Nor\\_V3](http://eduline.hu/felsooktatas/2015/4/14/Diploma_teljesen_ingyen_Igy_tanulhattok_Nor_V3)  
621N, Letöltve: 2017.06.13.)

*A Quacquarelli Symonds<sup>2</sup> 2014/2015-ös világrangsorának top 500-as listájára négy norvég intézmény került fel. Az Oslói Egyetem a 101. helyet szerezte meg, a Bergeni Egyetem a 155., a Norwegian University of Science And Technology a 246. a Tromsói Egyetem pedig a 338. lett.*

### **Felnőttképzés**

A kormány által finanszírozott felnőttképzést a Felnőttképzési Törvény (1976) és az Oktatási törvény (1998) szabályozza Norvégiában. Ezenkívül létezik a népfőiskolákról szóló törvény (1984) is, valamint a munkavállalók tanuláshoz való jogát meghatározó Munkavédelmi törvény (2000).

*Felnőttképzési törvény:* a kormány 1976-ban fogadta el a felnőttképzésről szóló törvényt, amely 1977. augusztus 1-jén lépett hatályba. Ez az oktatási törvény nem jogot biztosított az egyén számára, hanem annak a szándéknak a megnyilvánulása volt, hogy a felnőtteknek lehetőséget kell kapniuk a kormány által támogatott oktatáshoz.

*Oktatási törvény:* 1999 augusztusában hatályba lépett az új oktatási törvény, amely már az 1976-os felnőttoktatási törvénynek a felnőttekre vonatkozó alap- és középfokú oktatásra és felső középfokú oktatásra vonatkozó részeit is tartalmazza.

*Munkavédelmi törvény:* 2001 január 1-jén bevezetésre került a munkavállalói jog a tanulásra, tanulmányi szabadságra, amelyet a munkakörülményekről szóló törvény határoz meg. Minden olyan alkalmazott, aki legalább 3 évet már dolgozott és ebből legalább két évig ugyanazon munkáltatóval, jogosult a 3 év teljes vagy részidős tanulmányi szabadságra a szervezett oktatásban és képzésben való részvételhez, amely kompetencia fejlesztéséről hivatalos okiratot kapnak. A képzésnek a szakmai helyzethez kell kapcsolódnia.

A norvég oktatáspolitiká alapelve: oktatást mindenkinek – bárhol az országban, minden állampolgárnak egyenlő joggal kell rendelkeznie az oktatáshoz, függetlenül a társadalmi és kulturális hovatartozásától és különleges igényeitől. Fontosnak tartják, hogy a norvég

<sup>2</sup> A londoni székhelyű Quacquarelli Symonds cég 2004 óta készíti el a felsőoktatási intézmények világrangsorát. Hat szempontot használnak - az oktatók és a hallgatók aránya, a külföldi hallgatók és oktatók száma, valamint a munkaadók véleménye mellett az intézményhez köthető tudományos munkák idézési gyakorisága és az akadémiai szféra megítélését is figyelembe veszik a lista összeállításakor.

[http://eduline.hu/felsooktatas/2014/9/16/QS\\_egyetemi\\_rangsor\\_2014\\_RAOYTS](http://eduline.hu/felsooktatas/2014/9/16/QS_egyetemi_rangsor_2014_RAOYTS)  
2017.06.13.)

Forrás:  
(Letöltve:

---

állampolgárok naprakész ismereteik segítségével jó döntéseket tudjanak hozni, és ehhez megfelelő tanulási kínálat álljon rendelkezésükre.

Norvégiában a közoktatási rendszer, felnőttoktatási egyesületek, népfőiskolák, távoktatási intézmények, munkahelyek és egyéb magánintézmények kínálnak felnőttképzési lehetőséget. Az Oktatási és Kutatási Minisztérium az általános közoktatásért és szakképzésért felel, míg más minisztériumok (Munkaügyi és Szociális Minisztérium, Kormányzati Igazgatási és Reformügyi Minisztérium, Egészségügyi Minisztérium, Kereskedelmi és Ipari Minisztérium) pedig a felnőttkori tanulásban és képzésben veszik ki részüket. A helyi önkormányzatok felelnek a felnőttek formális alap- és alsó középfokú oktatásért, valamint az országba érkező felnőtt bevándorlók norvég nyelv és állampolgári ismeretek elsajátításáért. A megyei hatóságok a formális felső középfokú oktatásért felelősek. Továbbá együttműködnek a felnőttképzési célú szervezetekkel és a távoktatási intézményekkel, mint szolgáltatókkal. 1955 óta a felnőttoktatásban és képzésben résztvevők száma 550.000-ról több mint 1 millióra nőtt. Ez a lakosság 1/5-ét teszi ki.

*Norvégiában felnőttoktatási és képzési tevékenységeket tehát számos szervezet végzi:*

- az állami szolgáltatók felelősek az általános és alsó középfokú oktatásért, a munkaerőpiaci kurzusokért és a felnőtt bevándorlók norvég nyelvű képzéséért;
- a felső középfokú oktatásért és képzésért a megyei tanácsok felelősek;
- a fentiek mellett a felnőttek számára a tanulási és képzési tevékenységek széles köre független tanulmányi szervezetek és távoktatási intézmények égisze alatt zajlik. Ezek az intézmények mind formális oktatási, képzési és nem-formális tanfolyamokat biztosítanak.
- a népfőiskolák egyéves bentlakásos iskolák, amelyek számos nem hagyományos és nem-akadémiai tantárgyat kínálnak, valamint egyetemi tárgyakat.

*A felnőttoktatásért és -képzésért felelős intézmények nemzeti szinten:*

- Oktatási és Kutatási Minisztérium: felelős az Oktatási Törvény kötelező oktatási rendelkezéseinek kezeléséért és a tantervi iránymutatások kidolgozásáért.
- Vox - A Felnőttoktatásért felelős Nemzeti Intézet: elősegíti a felnőttek társadalomban és a dolgozó életben való részvételét a kompetencia szintjének növelésével, különös tekintettel az alapkészségekre.



- 
- Norvég Oktatási és Képzési Igazgatóság: felelős az általános és középfokú oktatás fejlesztéséért, valamint az Oktatási és Kutatási Minisztérium végrehajtó hivatalának. Az igazgatóság általános felelősséggel tartozik az oktatás és az oktatási szektor irányításának felügyeletéért, valamint az Országgyűlés jogi aktusainak és jogszabályainak végrehajtásáért. Az igazgatóság felelős az általános és középfokú oktatásra vonatkozó összes nemzeti statisztikáért, és a statisztikák alapján kezdeményezi, fejleszti és felügyeli a kutatást és a fejlesztést.
  - Megyei kormányzó irodák: minőségellenőrzési funkcióval rendelkeznek, vezetői képzési és továbbképzési kurzusokat és központilag irányított K + F-ekért felelősek.
  - Norvég Felnőttkori Társulás – The Norwegian Association for Adult Learning (NAAL): a norvég felnőttképzés nemzeti nem kormányzati ernyőszerkezete. 19 kormányzatilag jóváhagyott felnőttképzési társulással és 438 országos felnőttképzési NGO-k taghálózatával rendelkezik. A NAAL célja az egyesületek és azok részvevőinek a kormányhoz, a Parlamenthez és az Oktatási és Kutatási Minisztériumhoz fűződő közös érdekeinek támogatása, valamint a nem formális felnőttkori tanulás széles körű népszerűsítése az információs szolgáltatásokon keresztül. Tanácsadói (törvények és rendeletek tanácsadása, a felnőttoktatás elmélete és gyakorlata), oktatási tervezés és projektkoordináció, érdekképviselet és lobbitevékenység jellemzi.
  - Norvég Szövetség a távoktatásért és a rugalmas oktatásért – Norwegian Association for Distance and Flexible Education (NADE): országos Tagsági szervezet a távoktatásban érintett intézmények számára, tagjai független távoktatási intézmények, állami egyetemek és főiskolák, magánintézmények és képzési központok a vállalkozások. Tanácsadó és együttműködő testület az oktatási és kutatási minisztérium számára a távoktatással kapcsolatos ügyekben. Elsősorban a rugalmasság, amely megkülönbözteti a távoktatást a hagyományos tantermi alapú tanításoktól. A NADE célja a tudás terjesztése a távoktatás, a szakmai és pedagógiai normák fokozása és a távoktatás helyzetének megerősítése a norvég oktatási rendszeren belül. A szervezet célja a távoktatási módszerek kidolgozása, valamint a távoktatás területén alkalmazott módszerek és technikák kutatása és fejlesztése.

*Felnőttképzési egyesületek:*

---

Széles körű kurzusokat kínálnak, például olyan területeken, mint a nyelvek, számítógépek használata, a társadalom különböző aspektusaihoz kapcsolódó témák, kulturális tevékenységek, kézművesség, fogyatékkal élők számára szervezett tanfolyamok, a nem kormányzati szervezetek és civil szervezetek működtetése és fejlesztése stb. Olyan fontos témákat vállalnak fel, mint a demokrácia és az aktív állampolgárság, a fenntartható fejlődés, a befogadás és beilleszkedés, a családi tanulás, a fogvatartottak oktatása.

*Távoktatási intézmények:* a legtöbb távoktatási tanulmányi kurzus felső középfokú és felsőfokú végzettséget nyújt.

*Népfőiskolák:* A népiskolák nem adnak diplomát, a hallgatók a részvételről kapnak oklevelet. Ezek a rendszeres oktatási rendszer kiegészítései. A hallgatók bármilyen korúak lehetnek, és bármilyen szintű oktatási tapasztalattal rendelkezhetnek. A népiskolák magániskolák, de kormányzati támogatásban részesülnek.

Az egész életen át tartó tanulás elvével összhangban a felnőttoktatás és -képzés a tudás és készségek fejlesztését szolgálják, a személyes fejlődés alapjaként, valamint a munkahelyi élet és a civil társadalom továbbfejlesztését, a célok meghatározását, az üzleti fejlődést, az értékteremtést és a demokratikus részvétel révén. Annak ellenére, hogy Norvégia lakossága magas szintű iskolai végzettséggel rendelkezik, a jövőben nem képes kielégíteni a képzett munkaerő iránti igény változásait. Frissítésre és új készségekre, kompetenciákra van szükség a versenyképesség javítása és a rugalmas munkavégzés növelése érdekében.

A munkaerő és a szakképzettségbeli hiányosságok orvoslására 1998-ban indult meg a „kompetencia-reform”, a norvég élethosszig tartó tanulási stratégiája. A reform fő célja az volt, hogy segítse az egyéneket, a társadalom és a munkahely igényeinek kielégítését a készségek és a tudás tekintetében, valamint a felnőttek számára lehetőséget biztosítson képzettségük javítására.

A kompetencia-reform főbb elemei:

- Rugalmas tanulás: magába foglalja a rugalmas oktatási programok kidolgozását és fejlesztését (amelyek figyelembe veszik a felnőttek igényeit és felhasználja a munkahelyi képzéseket, színteret) valamint a tanárok és oktatók képzését.
- Az egyén keretfeltételei: az oktatási célú szabadsághoz való jog, a létfinanszírozás, az oktatási finanszírozási rendszer, a munka és az oktatás kombinációjának lehetőségei.
- Kompetenciafejlesztő program: segítséget nyújt az innováció és a fejlesztés területén a folyamatos oktatás és képzés terén.
- A nem formális és informális tanulás dokumentálása és értékelése a munkában és az oktatási rendszerrel kapcsolatban.

- 
- Demokratikus részvétel: a demokratikus részvételhez szükséges képességek, ismeretek és attitűdök szintjének emelése a munkahelyen és általában a társadalomban.
  - Új esély: felnőttek számára az elsődleges, alsó középfokú és felső középfokú oktatás.
  - A közoktatási rendszer strukturális változásai: az iskolák és a felsőoktatás ösztönzi az oktatási szolgáltatók közötti együttműködést az oktatási modellek fejlesztésében, a hálózatfejlesztésben, a jogszabályok felülvizsgálatában, szabályokban és megállapodásokban. A helyi és regionális szinten működő oktatási intézmények és a magán- és állami vállalkozások közötti interakció és együttműködés fontos szerepet játszik abban, hogy magas színvonalat biztosítsanak a társadalom tendenciáinak és igényeinek.
  - Motiváció és információ: a meglévő és új adatbázisok oktatási lehetőségeiről szóló információk összegyűjtése, jó útmutatási szolgáltatás létrehozása és a legalacsonyabb iskolai végzettséggel rendelkező csoportok elérése.

A kompetencia-reform egyik legfontosabb eredménye az volt, hogy minden felnőttnek törvényes joga lett az alapfokú, az alsó középfokú és felső középfokú oktatásba való bekapcsolódás. A felső középfokú oktatáshoz való jog 2000 őszén lépett hatályba, míg az alap- és az alsó középfokú oktatásra vonatkozó törvényi jog 2002 augusztusa óta van érvényben. Emellett jelentős erőfeszítéseket tettek az elmúlt években a hátrányos helyzetű csoportok oktatási lehetőségeinek javítására a felnőttoktatás segítségével. Különösen a gyenge iskolai végzettséggel rendelkező felnőttekre, a fogyatékkal élők különböző csoportjaira, az olvasási és írásbeli nehézségekkel küzdő felnőttekre és a felnőtt bevándorlókra vonatkozik.

Az egész életen át tartó tanulás és a felnőttképzés jelenlegi norvég stratégiája az *"Egész életen át tartó tanulás stratégiája Norvégiában"* című dokumentum tartalmazza. Az egész életen át tartó tanulás egyik legfontosabb elemére összpontosít: az alapvető készségek fontosságára úgy, mint a szóbeli kifejezés kifejezésének képessége, az olvasási képesség, a matematikai képesség, az írásban való kifejezési képesség és a digitális eszközök használatának lehetősége. A norvég kormány álláspontja, hogy az alacsony készséggel rendelkező felnőttek számára lehetőséget kell teremteni arra, hogy megkapják az alapképzést, a munkahelyen és a társadalomban való aktív részvételhez. (National Report of Norway by the Royal Norwegian Ministry of Education and Research, 2008)

### **Gerontológia**

---

Norvégiában átlagosan magas életkort (79-81) élnek meg, amely azt mutatja, hogy egészségesen élnek, folyamatosan tanulnak és a munkában is sokáig aktívan dolgoznak. Norvégia, mint az előregedő társadalmak egyike minden rendelkezésre álló forrást a lehető legoptimálisabb módon igyekszik felhasználni, így az időskorúak számára is számos képzési lehetőséget nyújtanak.

*Északi Gerontológiai Szövetség (Nordic Gerontological Federation – NGF)* 1974-ben alakult, mint a Dániában, Finnországban, Izlandon, Norvégiában és Svédországban működő gerontológiai szervezetek esernyőszervezete. Az NGF elsődleges feladata, hogy támogassa, megszervezze és kiterjessze a gerontológiai kutatásokat, fejlesztéseket és oktatást a skandináv országokban.

*NordMaG – gerontológiában működő északi mesterképzési program:* három skandináv országban, Norvégiában, Svédországban és Izlandon működik. A NordMaG az életkor előrehaladtával és az időséssel kapcsolatos legfontosabb kérdéseket és ellentmondásokat fejleszti, amelyek az egyének és a lakosság öregedésével, az öregedés következményeivel, valamint az öregedési folyamatokat alátámasztó tényezőket foglalják magukban. A program az idős kor jólétének leggyakoribb kérdéseit és a sikeres és egészséges öregedés előmozdításának módját vizsgálja. A NordMaG az egyetemek mesterképzési programjába integrálva (120 ECTS kredit) valósul meg. A 4 éves képzés egyéni tanrenddel 2 év alatt is elvégezhető.

### **III. A FOGADÓINTÉZMÉNY ÉS FELNÓTTKÉPZÉSI TEVÉKENYSÉGÉNEK BEMUTATÁSA**

#### **1. Az intézmény általános bemutatása**

Kollégáink által meglátogatott intézmény a Folkeuniversitetet volt, amely Oslo-ban található és több mint 150 évvel ezelőtt került alapításra, az 1800-as évek derekán. Az intézmény tevékenysége ebből kifolyólag a mélyen gyökerező norvég hagyományokra épít, elsődleges céljuk, hogy a szabadidős képzéseket és a továbbképzéseket minden felnőtt számára elérhetővé tegyék, függetlenül a társadalmi háttérüktől.

A Folkeuniversitetet tevékenységeire a decentralizáltság jellemző, jelenleg 22 tagszervezettel, 8 regionális irodával és 70 helyi szervezeti egységgel rendelkezik. Az országos szinten működő szervezet több mint 300 olyan tanfolyamot nyújt éves szinten, amelyeket helyi önkormányzatokkal közösen valósítanak meg, így számos képzési résztvevő kényelmesen, a saját településén tanulhat, amely nagyon fontos számukra a család és munkahely szempontjából.

Az intézmény tevékenységeire a rugalmasság és a rendelkezésre állás jellemző. A rugalmasságot bizonyítja, hogy a különböző oktatási programjait úgy állítják össze a kollégák, hogy azok találkozzanak a résztvevők igényeivel (legyen szó akár földrajzi vagy életmódbeli igényekről). A tanfolyamok időpontjait is úgy határozzák meg, hogy azok este kerüljenek megvalósításra, hogy a résztvevőknek ne kelljen a képzések miatt munkahelyükön kényelmetlen helyzetbe kerülniük. A rendelkezésre állás alatt azt kell érteni, hogy a Folkeuniversitetet képzéseiben bárki részt vehet, azok is, akik még nem szerezték meg a kellő iskolai végzettségeiket életük során. Ezeket az iskolai végzettségeket egyébként az intézmény falain belül is megszerezhetik azok, akiknek szükségük van rá.

Kollégáink tapasztalatai alapján az intézményben valóban nagy hangsúlyt fektetnek arra, hogy minden korosztály megtalálja a számára megfelelő képzési programot. A fiatal generációtól kezdve egészen az idős korosztályig mindenki számára elérhetővé teszik programjaikat, szabadon becsatlakozhatnak életkoruktól függetlenül. Annak ellenére, hogy vannak kifejezetten az idős generáció számára kifejlesztett képzési programjaink, általánosságban megfigyelhető, hogy az intézményen belül az 55 év feletti korosztály szívesen tanul együtt a fiatalabb generációval. Ennek oka elmondásuk alapján az, hogy a fiatalok segítségével saját maguk is frissíthetik szemléleteiket, segítenek számukra megérteni a generációs problémákat.

---

Az intézmény számos egyéb nemzetközi szervezettel, intézménnyel együttműködik:

- Nordisk Folkeuniversitet
- Nemzetközi Felnőttképzési Tanács (ICAE)
- Európai Alapismereti Hálózat
- Nemzetközi Nyelvi Szövetség (ICC)
- Európai Nyelvi Tesztelők Szövetsége (ALTE)
- Cambridge ESOL
- Nemzetközi Angol Nyelvvizsgáló Rendszer
- Instituto Cervantes

Ahogy fentebb ismertetésre került, az intézmény országos szinten működik, ez 5 régiót jelent Norvégiában:

1. Nord (Troms, Finnmark, Svalbard)
2. Sørlandet (Aust- og Vest Agder)
3. Folkeuniversitetet Vestlandet
4. Øst (Oslo, Bærum, Follo, Romerike és Østfold)
5. Landssekretariatet

Ezek mindegyikében számos oktatási lehetőséget biztosítanak különböző szinteken az intézmény tagintézményei. Közös céljuk, hogy biztosítsák azokat a feltételeket, amelyek az egész életen át tartó tanulást lehetővé teszik a polgárok számára. Oktatási programokat nyújtanak egyetemi és főiskolai, valamint középiskolai szinten egyaránt. Emellett szakmai képzéseket nyújtanak, gyakornoki programokat folytatnak, vállalatok számára egyénileg testreszabott kurzusokat kínálnak, valamint nyelvtanfolyamokon is részt vehetnek az érdeklődők.

## **2. Az intézmény által kínált oktatási programok:**

Az intézményben a felnőttképzési programok két típusa létezik a finanszírozás szempontjából. Léteznek ingyenes, támogatott képzések, amelyek rendszerint általános kompetenciákat fejlesztenek, és léteznek önfelfinanszírozású képzések, amelyek komolyabb szakmai ismeretek, ill. hobbi ismeretek elsajátítását teszik lehetővé. Általánosságban elmondható, hogy a Folkeuniversitetet intézmény képzési program díjai egy magyar ember számára meglehetősen magasnak tűnnek első ránézésre (az intézményvezető megállapította, hogy norvég viszonylatban sem számítanak olcsónak a képzéseik), azonban azt a jelentkezők számára biztosított részletfizetéssel, ill. egyéb kedvezmények igénybevételével könnyítenek a fizetési

feltételeken. Ebből kifolyólag a senior korosztály számára sem jelent nagy anyagi megterhelést egy-egy képzési programban történő részvétel (ami annak is köszönhető, hogy a norvég nyugdíj mértéke magasán a magyar átlagnyugdíj fölött helyezkedik el). A norvég állampolgárok nagy jelentőséget tulajdonítanak a tudásnak, így számukra nem kérdés az, hogy idős korban is tanuljanak. Sokan nyugdíjazásuk után, a nagymértékű szabadidejüket kihasználva kapnak kedvet ahhoz, hogy új ismereteket és kompetenciákat sajátítsanak el, esetleg olyan dolgokat tanuljanak, amelyeket egész életükben szerettek volna, de úgy gondolták, hogy nincs elég idejük rá. Visszatérő senior tanulók rendszerint megfordulnak az intézmény falai között.

Az alábbiakban ismertetésre kerülnek azok a képzéstípusok, amelyeket az intézmény kínál. A képzéstípusokon belül ismertetésre kerülnek a főbb képzési területek, azon belül az egyes képzésekről olvashatunk.

#### *a) Főiskolai és egyetemi szintű tárgyak*

Az intézmény szorosan együttműködik sok más főiskolával és egyetemmel és ez lehetővé teszi számára, hogy olyan tantárgyak széles választékát kínálják, amelyekkel a résztvevők tanulmányi krediteket szerezhhetnek. Ezek a képzések olyan vizsgákhoz vezetnek, amelyek ugyanolyan szakértelmet és készségeket biztosítanak a felnőtt résztvevők számára, mint az egyetemi szintű nappali tagozatos hallgatóknak. Ezek az oktatások minden esetben norvég nyelven zajlanak.

Az alábbi területeken található tárgyak közül választhatnak az érdeklődők:

- Filozófia (történelem filozófia és logika)
- Egészségügy (pl. alapvető gyógyszerismeretek, dietetika stb)
- Jogi tárgyak (pl. munkelő-piaci ismeretek, munkajog, egészségügyi törvény, városi törvény, adójog stb.)
- Szervezés és menedzsment (pl. változásmenedzsment, innováció és vállalkozás, értékesítés, gyakorlati menedzsment, stratégia stb.)
- Oktatás és tanácsadás (pl. gyógypedagógiai ismeretek, tanácsadás stb.)
- Pszichológia (pl. labor és szervezeti pszichológia, motiváció pszichológiája, személyi pszichológia stb.)

- 
- Pénzügy és igazgatás (pl. pénzügyi és befektetési ismeretek, alapvető számviteli ismeretek, HR és foglalkoztatás, gyakorlati gazdaság, kimutatáselemzés és –értékelés stb.)

#### *b) Egészségtudományi iskola*

Rövid továbbképzési programok főiskolai, egyetemi szinten. Továbbtanulást kínál azok számára, akik már rendelkeznek szakmával vagy legalább 5 év releváns szakmai tapasztalattal az egészségügy területéhez kapcsolódóan. Ezek az oktatások minden esetben norvég nyelven zajlanak.

Az alábbi képzéseken vehetnek részt a jelentkezők:

- Anyaság és gyermekgondozás (azok számára, akik szeretnének dolgozni a későbbiekben szülészeti osztályokon)
- Rákos betegek ellátása (a rákos betegek ellátása, beteg emberek és családjaik támogatása)
- Addiktológus (a szenvedélybeteggel kapcsolatos tanácsadási, tájékoztatási, nyomon követési és rehabilitációs munka)
- Mentális egészségügy (mentális betegségekkel küzdő emberek ápolása, kezelése)
- Mentális zavarok és öregkori demencia (szellemi fogyatékosok és az időskorral járó szellemi leépülés kezelése)
- Rehabilitáció (a rehabilitációra szoruló emberek segítése a felépülési folyamatban, fejlesztésük a megváltozott élethelyzetüknek megfelelően egyéni fejlesztési terv alapján)

#### *c) Képzések a felsőoktatásba történő bekapcsolódáshoz*

Ezek a képzések azok számára kiválóak, akik a későbbiekben szeretnének valamely felsőoktatási intézménybe jelentkezni. A kurzusok olyan elméleti ismeretekkel ruházzák fel a résztvevőket, amelyek lehetővé teszik, hogy sikeresen felvételizzenek az adott területen működő valamely felsőoktatási intézménybe és a megalapozott ismereteiket magasabb szintű oktatási programban egészíthessék ki. Ezek az oktatások minden esetben norvégul zajlanak.

Az alábbi területeken szerezhetnek ismereteket a jelentkezők:

- Épület és építőipar (pl. építőipari gépek működtetése, tisztító asszisztens, ácsmesterség, asztaloság stb.)



- 
- Általános kompetenciák (pl. matematika, társadalmi ismeretek, norvég nyelv, történelem stb.)
  - Egészség- és gyermekfejlesztés (pl. foglalkozási terapeuta, gyógyszerésztechnikus, pedikűr és ortopédia, egészségügyi dolgozó, orvosi asszisztens stb.)
  - Szolgáltatás és közlekedés (pl. ICT szolgáltatási képviselő, irodai és adminisztratív dolgozó, logisztikai szolgáltató, turisztikai munkatárs, értékesítési asszisztens stb.)
  - Étterem és élelmiszer-feldolgozás (pl. főzési ismeretek, ipari élelmiszer-termelés stb.)
  - Egyéb oktatási programok (pl. kertművészet, CNC gépkezelő, akvakultúra üzemeltető, műszaki szerelő, varrónő stb.)

#### *d) Nyelvi képzések*

Az intézményen belül számos norvég és idegennyelvi tanfolyam közül választhatnak a jelentkezők. Az arab, angol, finn, francia, görög, izlandi, olasz, japán, kínai, koreai, holland, norvég, perzsa, lengyel, portugál, orosz, skandináv, szerb, spanyol thai, török, német nyelvtanfolyamok egyaránt elérhetők az intézményben különböző szinteken. Ezeken túl jelnyelvi képzést is biztosítanak az érdeklődők számára.

#### *e) Szakképzések, továbbképzések*

Ezek a képzések olyan további ismereteket és kompetenciákat biztosítanak a jelentkezők számára, amelyeket sikeresen tudnak alkalmazni saját munkahelyükön, vagy segítségével sikeresen találhatnak maguknak új munkahelyet. Az oktatások norvég nyelven elérhetők.

Az alábbi területeken képezhetik magukat a jelentkezők:

- Oktatás (tanárképzés az üzleti menedzsment/építésügy/gépjárművek/művészetek/grafika/élelmiszer-feldolgozás/bútorkészítés/kézművesség területén)
- Gazdaság, adminisztráció és menedzsment (pl. üzleti mediáció, pályaválasztási tanácsadó, vezetői jog, szerződésírási ismeretek, közigazgatási ismeretek, LEAN szemlélet, vezetés a gyakorlatban, számviteli ismeretek, projektmenedzsment stb.)
- Szállítás és logisztika (szállítmányozási ismeretek)
- Biztonságvédelem (pl. tűzvédelem, munkakörnyezet működtetése, munkahelyi mobbing felismerése és kezelése stb.)

- 
- Egészség és gyermeknevelés (pl. empátikus kommunikáció, egészségügyi dolgozók minősítő vizsgája, elsősegély tanfolyam, multikulturális ellátás, speciális nevelési igényű gyermekek oktatása-nevelése stb.)
  - Számítógépes tanfolyamok (pl. Adobe termékek ismerete, CAD, ECDL, számítógépes tanfolyamok kezdőknek és időseknek, közösségi médiaismeret, iPad/Iphone, Office programcsomag, programozás, webdizájn és webszerkesztés stb.)
  - Egyéb szakmai képzések (pl. informatikai biztonság, álláskereső tréning, prezentációs készség, értékesítési tréning stb.)

#### *f) Kulturális és hobbi kurzusok*

Az intézményen belül számos olyan kurzus található, amelyek nem azt a célt szolgálják, hogy azokat a kompetenciákat fejlesszék, amelyek a munka világára irányulnak, hanem egyszerűen annyi a céljuk, hogy gazdagítsák az emberek életét, egyfajta kikapcsolódást biztosítanak a saját érdeklődési területüknek megfelelően. Ezen kurzusok mindegyike csak norvég nyelven érhetőek el.

Az alábbi területeken megvalósuló képzéseken vehetnek részt a jelentkezők:

- Film és fotó (pl. fotókurzus, filmkurzus: dokumentumfilmek stb.)
- Kézműves tanfolyamok (pl. kalligráfia, fazekasság, kárpitozás, fafaragás stb.)
- Egészségügy és jóllét (pl. babaúszás, jóga és relaxáció időseknek, meditáció, orientális hastánc, úszásoktatás, jóga várandós nőknek stb.)
- Hobbi tanfolyamok (pl. méhészet, virágdekoráció, virágdekoráció karácsonyra, kerttervezés stb.)
- Kultúra és társadalom (pl. művészettörténet, japán kultúra, brit művészet, nyugdíjas egyetem, genealógiai vizsgálat stb.)
- Irodalom és az írás tudománya (pl. irodalom, online szövegírás, írás kurzus: mélység, írás kurzus: az ötlettől a könyvig, írás workshop stb.)
- Étel- és borkurzus (pl. cukrászat, mikulás édességek, főző tanfolyamok: sushi/tapasz/thai ételek/tenger gyümölcsei/vegetáriánus ételek, csokoládékészítés, az élelmiszer mint gyógyszer stb.)
- Zene (pl. népzene, gitároktatás, zongoraoktatás, ukulele oktatás, énekoktatás stb.)
- Var, design és textiltanfolyamok (pl. jelmezkészítés, varrásoktatás, vászonkötés stb.)
- Rajz és festő tanfolyamok (pl. akril festés, vízfestés, olajfestés, rajzoktatás különböző technikákkal, szabadkezes rajzolás stb.)

#### IV. GERONTOLÓGIA JÓ GYAKORLAT NORVÉGIÁBAN

Az Osloban működő Folkeuniversitetet a Dániából eredő Népfőiskolai modellnek megfelelően működik. Grundtvig püspök (1783-1872) volt az a személy, aki a népfőiskolai módszert skandináv országokban elterjesztette, majd annak mintájára több európai ország is átvette. Dánia után az elsők között Svédország és Norvégia szervezte meg a népfőiskolákat. A svédek gyakorlatilag közigazgatási, állampolgári ismereteket adtak az embereknek. Általában olyan dolgokat, ismereteket, amivel a társadalmi küzdelmekben, a választójog megszerzésében érvényesülni tudtak a népfőiskolások. Norvégiában a népfőiskolások voltak a liberális és szociális reformküzdelmek vezetői és szervezői az 1860-as évek második felétől. Ők voltak a szószólói a svédektől való elszakadás és a királyi vétójog korlátozásának megszerzésében is. A történelmi gyökereken megerősödve, napjainkban is működnek népfőiskolák Norvégiában, amelyre egy jó példa a szakmai tanulmányút keretében megismert Folkeuniversitetet.

A népfőiskolák célja kezdetektől az, hogy választ adjon azokra az állandóan változó társadalmi, gazdasági, kulturális kihívásokra, amelyekkel az egyén, a közösség, a nemzet, az egész emberiség szembe találja magát. Célját tananyag és tantárgyi megkötöttségek nélkül, sajátos andragógiai elvek, módszerek és eljárási szabályok alkalmazásával valósítják meg, amelyeknek főbb alkotóelemei: a csoportmunka, a közösségi nevelés, az aktivitás, az öntevékenység, a résztvevőközponturna felnőttoktatás, a hallgatói önkormányzás, a személyiségfejlesztés, a vitamódszer és a párbeszéd. A népfőiskolák eredetileg nyitott tanulási, képzési, művelődési intézmények, amelyben a részvétel önkéntes, felvételi követelmények nélkül, vizsga, számonkérés általában nincs. Emellett fő funkciójuk, hogy a 8 osztályos alapfokú oktatásra építve kiegészítsék, elmélyítsék, részben pedig pótolják a középiskolai oktatást.

A jelenleg megismert norvég népfőiskolában a működés némiképpen átalakult. Például abban a tekintetben, hogy a fenntartási költségek túlnyomó részét már nem az állam fedezi és a rászorult hallgatók számára kisebb mértékben tudnak ösztöndíjat biztosítani. Az intézmény nagyobb mértékben piaci alapon (saját bevételek és a résztvevők befizetései) működik, amelyben a pályázati bevételeknek is szerepe van. Az általános képességfejlesztésen túl, a szakképzés kerül előtérbe. Az intézmény felszerelt szaktantermekkel rendelkezik. Népszerű felnőttképzésük az egészségügy területén elhelyezkedni kívánók számára az ápoló képzés

vagy a gyógy pedikűrös. Emellett hobbi képzésként és szakképzés keretében is használják a fotós, valamint varró szaktantermeket.



Ebben a tekintetben különbözik a hazai népfőiskoláktól, amelyek általában a képességfejlesztésre és a különböző érdeklődés mentén szerveződő közösségek (pl. hímzőkör, kertbarátok köre, népdalcsoportok stb.) segítésére, számukra infrastruktúra és szakmai segítségnyújtás biztosítására koncentrálnak.

Természetesen a kompetenciafejlesztés és a különféle érdeklődéssel, hobbival rendelkező csoportok igényeinek kielégítése is megjelenik a megismert norvég népfőiskolában, de elsődlegesen szabadidős képzések formájában. Ilyenek például az Olasz gasztronómia, Japán kultúra, Jóga kezdőnek, Keramikus, Szabadkézi rajz, Hogyan írjunk dalszöveget stb. tanfolyamok.

Általános jellemző, hogy az oktatási rend a népfőiskolákban hosszú (több hónapos, -éves) és rövid (néhány napos, hetes), de rendkívül sokirányú tanfolyamok alkotják. Így van ez a megismert népfőiskolában is, ahogyan az előbbieken említett néhány példából is láthatjuk. Emellett minden népfőiskolának sajátos arculata van (pl. művészeti, sport, etnikai, környezetvédelmi, nyugdíjas, stb. tagozatok). A Folkeuniversitetet-ben a fő arculatot a nyelvi képzések adják. Az intézményben közel 25 féle nyelvi kurzus áll a nyelvet tanulni vágyók rendelkezésére különböző szinteken. Köztük olyan különleges nyelvkurzusok is vannak, mint például a perzsa, a sami vagy a thai. Mint megtudtuk Norvégiában a kötelező oktatás keretében jól működik a nyelvi képzés, a norvégok közel 80%-a jól beszél angolul, amelyet már a középfokú oktatás során elsajátítanak. Emellett pedig további min. egy idegen nyelvet jól beszélnek a norvég lakosok. A nyelvtanulás minden korosztály körében népszerű, az idős korosztály (60 év felett) körében a legkedveltebb nyelvi kurzus a spanyol.

---

Az osloei Népfőiskola keretei között működik a Szenior Akadémia. A Szenior Akadémiát 1991-ben alapították azzal a céllal, hogy az 55 év feletti emberek számára lehetőséget biztosítsanak tudás és tapasztalatcserére, emberi kapcsolataik ápolására. A kezdetben 30 fős tagság napjainkra több mint 600 főre emelkedett. A Szenior Akadémia témái rendkívül változatosak, amelyek fő jellemzője, hogy a szórakozást és az oktatást egyaránt szolgálják. Néhány előadás címe 2017. második félévében: Szaudarábia napjainkban, A fiatalság forrása, Karácsony története, Finnek kultúrája stb.. Az akadémia tagjai közé az 55 év feletti érdeklődők jelentkezhetnek, a jelentkezés költsége 450 NOK/félév (kb.16.000 Ft). Előadásait heti rendszerességgel tartják a Kulturális Központban.

## V. NORVÉGIA TERMÉSZETI ÉS KULTURÁLIS ÉRTÉKEI

Norvégia a Skandináv-félsziget nyugati részén fekvő ország, melynek felszínét erdőségek, fjordok, gleccserek, tavak, vízesések és folyók borítják. Az ország nagy része hegyvidék (Skandináv-hegység borítja Norvégia több, mint 70%-át) legmagasabb pontja a 2489 méteres Galdhopiggen. Határos Finnországgal, Svédországgal és Oroszországgal. Nyugatról és délről a Norvég-tenger, Északi-tenger és a Skagerrak, északról pedig a Barents-tenger határolja. Részben az Északi Sarkkörhöz tartozik, nyugati része a Golf áramlatnak köszönhetően mégsem fagyos. A legmelegebb a májustól szeptemberig tartó időszak, a hideg tél pedig novembertől márciusig tart. A négy évszak egyértelműen elkülönül; a belső területeken kevesebb a csapadék, és hidegebbek a telek. A napsütéses órák száma évszakonként jelentősen eltér. Az északi sarkkörön túli területeken a nyári nap le sem nyugszik, de a délebbi területeken is mintegy napi 20 órán át tart a világosság.

Norvégia népessége több mint 5 millió fő, mely évente 0,5%-al évről-évre növekvő tendenciát mutat, mely főleg a betelepülésnek köszönhető. A bevándorlók a lakosság 9%-át alkotják. Vallási összetétele különböző, de túlnyomó részt evangélista egyház felekezetéhez tartoznak.

A norvég nyelv a germán nyelvek északi ágához, a skandináv nyelvek nyugati ágához tartozik, zömében Norvégiában beszélik. A modern norvég nyelv két nagy dialektikus ágra bomlik. Ez a két dialektus a nynorsk és a bokmal norvég. A nynorsk (újnorvég) nyelv anyanyelvi használata az ország lakosságának kb. 10%-ra jellemző. Mint neve is mutatja, a *bokmal* a könyvnyelv, ez az általános használatú, és a nyomtatott irományok nagy része is ezen jelenik meg. Azonban minden vidéknek van egy kis nyelvi sajátossága, a "tisza bokmal" leginkább Oslo és Trondheim környékén figyelhető meg.

Norvégiában szinte mindenki beszél valamilyen szinten angolul, kevesebben németül. Ez úgy értendő, hogy nemcsak a benzinkutasok, üzleti eladók és pénztárosok, vagy az információs irodákban szolgálatot teljesítők, hanem a parkokat gondozó kertészek, vagy a kamasz gyerekek is.

A 872-ben Széphajú Harald által alapított Norvég királyság ma már államformáját tekintve alkotmányos monarchia, uralkodója V. Harald, aki az állam és az egyház vezetője, valamint a fegyveres erők parancsnoka is egyben. Törvényt hozó szerve a parlament, tagjait 4 évente választják.

Gazdasági életében a tenger kerül központba, ugyanis az állam területének háromnegyede terméketlen. Az ország halászata európai viszonylatban vezető szerepben van, így legfőbb

---

export termékük a mélyhűtött halak, konzervek, melynek túlnyomó hányadát a tőkehal és hering adja. Norvégiához köthető tengerszakasz egész évben jégmentesek, ezért bérfuvarozásra, tengeri kereskedelemre alkalmas. Rengeteg nagy erejű, bő vízhozamú folyóinak köszönhetően az egy főre eső villamosenergia termelésben első a világon. A színesfémkohászat, ötvözetgyártás és az elektrokémiai ipar a vízerőművek által keletkezett villamosenergia ezekben hasznosul. Az Északi-tengeren jelentős kőolaj bányái vannak, melynek jelentős részét exportálják, amelyből nagy haszonra tesznek szert.

Az oktatási rendszere is kiemelkedő, hiszen a gyerekeket 3 éves koruktól tanítják pl. idegen nyelvekre. PISA-felmérések alapján a norvég diákok a 30. legjobb minőségű oktatást kapják. Mivel a norvégok többségének a tenger biztosított és a mai napig biztosít megélhetést, így a gasztronómiájuk alapját is a halak szolgálják. Ilyen ételek a grillezett lazac, a garnélarák és a tőkehal. Karácsonykor lutefiskt készítenek, ami főtt, aszpikos tőkehal. Kedvelik a barna színű, édeskés ízű geitos sajtot, ezt általában heringgel fogyasztják. A skandináv országokra jellemzően alkoholhoz itt is meglehetősen nehéz hozzá jutni.

Az ország legnagyobb ünnepe az Alkotmány Napja, amikor az összes norvég hagyományos öltözetekben vonul ki az utcákra ünnepelni. Másik fontos ünnep a Szent Iván éj, amelyet június 23-án ünnepelnek, a partokon felállított fáklyákkal, tábortüzekkel. Norvégiában Norvégia 1000 éves fővárosa Oslo, amely egyben a legnépesebb város is az országban közel 900 ezer lakossal. Bár Oslo népessége más fővárosokkal összehasonlítva nem nagy – egy Budapestnyi területen közel 500 ezer ember él – azonban szokatlanul nagy közigazgatási terület tartozik hozzá. Tehát kétharmadát védett erdők, dombok, tavak és parkok borítják. A város 30%-a bevándorló, melynek az aránya 2030-ra elérheti az akár 52%-ot is.

A várost hegyek veszik körül, tőle délre pedig az Oslo-fjord található. A nyár viszonylag meleg, a napi átlaghőmérséklet meghaladja a 20 °C-ot, a tél viszont hosszú és hideg, akár 30 napra is összefüggő hótakaró boríthatja be a várost. A nyári napfordulókor egész éjszaka világos van, de a téli hónapokban hamar sötétedik. Életükben fontos szerepe van a természetvédelemnek, így nagyon ritkák a magas házak, többségük nem is látszik a fák között. Területének több mint felét védett területek teszik ki, tavak, erdők és dombok. A városban sok, nagy kiterjedésű zöld terület biztosít kikapcsolódási és pihenési lehetőséget a helyieknek.

Akaershus Erőd és Kastélyt, amelyben ma a norvég Képtár Múzeumán működik, a Royal Palacet, a Nobel-Intézetet, az Opera Házat, a Vigeland Parkot, a skanzent, a Városházát és a Parlamentet, ill. a norvég főváros számos múzeumát érdemes meglátogatni, mint a Viking

---

Múzeumot, a Munch Múzeumot, ami a híres norvég művész több mint 5000 munkáját állítja ki.

A helyi nevezetességek könnyen megközelíthetők akár busszal, metróval, villamossal vagy akár kerékpárral is. A villamosjáratok többsége átszeli a várost, így nem szükségesek a gyakori átszállások.

Oslót V. Haakon uralkodása óta tekintik, fővárosnak ő nevéhez fűződik az Akershus erőd építése, amelyben ma a Kitartás Múzeum működik. A városban több tűzvész is pusztított, így többször kellett újjá építeni. 19. században számos meghatározó épülettel gazdagodott, mint például a királyi palota, az oslói egyetem vagy a Nemzeti Színház. Több híres művész is dolgozott és élt a városban, többek között az irodalmi Nobel-díjas Knut Hamsun, Sigrid Undset vagy Henrik Ibsen, illetve a híres festő Edvard Munch is. Az ő munkáit állítja ki az oslói Munch múzeum, ami a híres norvég művész több mint 5000 munkáját mutatja be. Népszerű turistalátványosságnak számít a Vigeland szoborpark, ahol több mint 200 szobor található, melyet mind Gustav Vigeland szobrász készített a városnak. Cserébe azt kérte a várostól, hogy mindenki ingyen látogathassa és szabadon hozzáérhessen a szobrokhoz. A szobrok bronzból, kőből és gránitból készültek. Leghíresebb szobra a Dühös Kisfiú vagy az Óriások elnevezésű szoborcsoport. További kulturális intézmények például viking hajó múzeum, de itt található a Nobel békeközpont épülete is.

Norvégiában számos az UNESCO világörökséghez tartozó természeti kincset találunk ilyen a Bergenhez közel eső fjordok Sognejord és a legmélyebb Hardanger fjord. A gyönyörű természeti kincsei mellett érdemes gazdag kulturális értékei (festészet, film, zene stb.) miatt is ellátogatni a városba.

Bergenben találjuk a szintén UNESCO védelmébe vett bergeni rakpartot a Bryggen-t is. A Hanza világkorából származó kereskedelmi épületek számos idegenlátogatót vonz Bergenbe. A fából épült épületek többször leégtek. Ma már múzeumként működik. Egyes épületekben ajándékbolt, étterem és műterem létesült. Ulriksbanen drótkötélpályás felvonó, amely a bergeni kilátóba visz, ahonnan szép panoráma nyílik a városra