



22. FESTIVAL ZA
tretje ŽIVLJENJSKO OBDOBJE

PROGRAMSKA BROŠURA

Vsi smo ena generacija!

27.–29. september 2023

Cankarjev dom, Ljubljana

od 9. do 18. ure, 29. 9. do 17. ure

VSTOP PROST!

f3zo.si [f /F3ZO.festival](https://www.facebook.com/F3ZO.festival)

Soorganizatorji:



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA SOLIDARNO PRIHODNOST

KAZALO

UVOD

Uvodni nagovori
Ne spreglejte

SLAVNOSTNO ODPRTJE 22. F3ŽO 10

STROKOVNI PROGRAM 11

Sreda, 27. september 2023
Četrtek, 28. september 2023
Petek, 29. september 2023

IZOBRAŽEVALNI PROGRAM 18

Sreda, 27. september 2023
Četrtek, 28. september 2023
Petek, 29. september 2023

PROGRAM MOL 34

3 Sreda, 27. september 2023 34
6 Četrtek, 28. september 2023 35
Petek, 29. september 2023 36

MOL SPREMLJEVALNI PROGRAM 38

Sreda, 27. september 2023 38
11 Četrtek, 28. september 2023 40
12 Petek, 29. september 2023 43
15

KULTURNI PROGRAM 44

18 Sreda, 27. september 2023 44
23 Četrtek, 28. september 2023 48
29 Petek, 29. september 2023 51

URADNI ZAKLJUČEK 22. F3ŽO 55

FESTIVAL SOUSTVARJAJO 56



DOBRODOŠLI NA 22. FESTIVALU ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE



Marjan Sedmak,
predsednik Mestne zveze upokojencev
Ljubljana OPZDU,
soorganizator F3ŽO

se je nazorno izkazalo ob nedavnih poplavih); navzočnost upokojenskih organizacij v tem okviru pa o pomembnem prispevku, ki ga slovenski družbi še vedno nudijo starejši. Navzočnost izobraževalnih in raziskovalnih inštitucij je potrditev strokovnega potenciala festivala, navzočnost zakonodajne in izvršilne oblasti pa odpira vrata prenosu idej, preverjenih v tako široko zasnovanem prepletanju, v eksekutivo, v vsakdanje življenje.

Takšna zasnova festival spremlja že vrsto let in s takšno zasnovo je festival nasprotje, antipod, kričavemu populizmu, demagogom, ki ljudem in družbi obljublajo neizvedljivo, in državljane spreminjajo v tisto, kar so Grki pred dvema tisočletjema in več imenovali ohlos, Rimljani pa turba, v razvneto množico torej, ki brezglavo sledi demagogu, ta pa ciljem, ki ne služijo ljudem, marveč le njemu samemu.

Marjan Sedmak,
predsednik OPZDU, soorganizator festivala

Soorganizator festivala:



POZDRAV PREDSEDNICE PROGRAMSKEGA SVETA 22. F3ŽO



Vlasta Nussdorfer, predsednica
Programskega sveta F3ŽO

»Starost je čas dostojanstva. Čeprav je v njej želja po mladosti vedno prisotna, je njeno nasilno ohranjanje obešanje nedozorelih sadežev na orumenelo jesensko drevo. Človek se postara, kar ni tragično. Tragično je, ker so nekateri vse življenje stari. Lepota starejših ljudi namreč izvira iz ponosa na svojo preteklost, na tisto, kar so ustvarili in naredili ne le zase, temveč tudi za druge, družbo in prihodnost.«

Rudi Kerševan, pesnik

Spoštovane in spoštovani,

dan ni enak dnevu, saj nekateri zbežijo mimo nas, ne da bi si jih sploh zapomnili, drugi pa za vedno ostajajo v naših zbirkah spominov.

Z leti so zato vse bolj pomembni tisti trenutki, ki jih preživimo s sorodniki in prijatelji, celo naključnimi znanci, še zlasti, če si z njimi lahko delimo izkušnje in tiha pričakovanja. Naj jih nikoli ne zmanjka!

Ravno zato bo prav 22. Festival za tretje življenjsko obdobje, ki bo letos od 27. do 29. septembra v Cankarjevem domu v Ljubljani, spet vreden vaše cenjene pozornosti. Gre za največji medgeneracijski festival v Evropi, ki tudi po zaprtju vrat, deluje kot gibanje sprememb.

22. FESTIVAL ZA TRETJE
ŽIVLJENJSKO OBDOBJE POTEKA
POD ČASTNIM POKROVITELJSTVOM
PRESEDNICE REPUBLIKE SLOVENIJE
DR. NATAŠE PIRC MUSAR.



Potekal bo pod častnim pokroviteljstvom predsednice Republike Slovenije dr. Nataše Pirc Musar.

Festival združuje in razveseljuje vse generacije, ki na njem nastopajo ali si ga zgolj ogledajo, še posebej našo, ki je glavnino dela že opravila in je lahko vzor vsem, ki so trenutno v najaktivnejši fazi ustvarjanja, pa tudi tistim, ki na razsvetljen oder življenja šele prihajajo.

Ponosno se bomo lahko sprehodili po vseh nadstropjih prelepe stavbe kulture in veličastnih dogodkov Cankarjevega doma, si »nahraniли možganske celice ob številnih okroglih mizah na aktualne teme sedanjosti in prihodnosti, uživali v kulturno-umetniških točkah nastopajočih, spoznavali svet znanosti, lepote in zdravja ter poučili tudi o vseh e-izzivih sodobnega sveta in tihe virtualnosti. Ta je namreč neizprosno tu, če jo želimo ali ne. Predstavlja vsakdan mnogih in veliko bolje jo je spoznati kot povsem "preskočiti". Brez nje bomo živeli vse težje, zato se je pametno lotiti prav vseh izzivov, ki jih prinaša v naš, do včeraj povsem drugačen svet.

Festival bo tisti, ki vam bo to zgodbo pričaral na povsem nevsiljiv, a razumljiv način, odstrl tančice velikih skrivnosti in vas opremil z znanjem, za katerega smo še do nedavnega menili, da ga ne potrebujemo. Pa ga, vsak dan bolj.

Vabim vas, da v naši družbi preživite tri lepe septembrske dneve in tudi na ta način proslavite 1. oktober, dan starejših.

Z navdihujočimi pozdravi,

*Vlasta Nussdorfer,
predsednica Programskega sveta festivala*

NE SPREGLEJTE

SPOZNAJTE ODDAJO AH, TA LETA!

Na tokratnem Festivalu boste obiskovalci lahko spoznali snovalce oddaje **Ah, ta leta!**, ki na prvem programu TV Slovenija poteka ob petkih.

V oddaji **Ah, ta leta!** skozi zgodbe zanimivih gostov v studiu in sogovornikov na terenu spoznavamo vsakodnevne izzive, s katerimi se srečuje zrela generacija. V oddaji starejši dobijo svojo priložnost, svoj glas, da sami povedo, kako doživljajo tako vzpone kot tudi občasne padce v svojem življenju, kaj čutijo, v čem uživajo, kaj zmorejo, kako razmišljajo, kaj si želijo, kaj potrebujejo, kaj jih v sedanji družbi moti, razveseljuje, žalosti. Snovalci oddaje tako predstavljamo ljudi, ki se na različne življenjske preizkušnje odzivajo dejavno, ustvarjalno, modro, sočutno in navdihujoče – tudi za mlajše generacije.

Na prostoru TV Slovenija, **Ah, ta leta!** boste obiskovalci imeli enkratno priložnost spremljati pretekle oddaje, poklepetati z zgovorno voditeljico oddaje Heleno Pirc in urednico oddaje Nevo Novljan ter z novinarkami, ki oddajo soustvarjajo. Z veseljem vam bodo razložile, kako oddaja nastaja, kako potekajo izbori vsebinskih tem in gostov v oddajah, pa tudi o izbiri sogovornikov na terenu, o izkušnjah dela s starejšimi sogovorniki in kompetentnimi institucijami ter o odzivih gledalcev na oddajo ... nenazadnje pa tudi kje in kdaj lahko pretekle oddaje gledate kadarkoli v letu!

Obiščite njihov prostor v času festivala in podajte kakšen zanimiv predlog o prihodnjih tematikah oddaj!



NE SPREGLEJTE

DRAGI LJUBITELJI FOTOGRAFIJE!

Ne bomo pretiravali, če bomo zapisali, da je eden najbolj pogostih in zaželenih motivov v fotografiji človeški obraz. Nasmejan, žalosten, zaskrbljen ... vsak je zanimiv. Toda letos bomo v okviru Festivala za tretje življenjsko obdobje dali **poudarek nasmehu**. Temu prikazu življenjskega optimizma, veselja, užitka. Prešeren ali prikrit, diskreten ali javen, vsak nosi v sebi del osebe, ki ga je ustvarila. Tudi, če si ga sposodimo za našo fotografijo, vedno ostane v posesti tistega, ki ga je kreiral.

Ker je vsaka fotografija dragocena in tako izjemen dokaz našega bivanja

kot tudi krasen medij izražanja, smo se odločili, da **letni natečaj za najboljšo fotografijo razširimo v večmesečnega in na mesečnih žiriranjih izberemo in damo priznanje najboljšim fotografom v dveh kategorijah: *nasmeh in prosta tema***.

Izbori se izvajajo vsake tri mesece in vse izbrane fotografije bodo prišle v selekcijo za končni izbor fotografije in fotografa leta. **Sodelujte v zadnjem izboru, ki poteka do 10. septembra 2023!** Več informacij o foto natečaju si lahko preberete na spletni strani www.f3zo.si.

BREZPLAČNI RAČUNALNIKI ZA STAREJŠE

Samo lani smo organizatorji skupaj z Društvom Duh časa podarili skoraj 500 računalniških kompletov starejšim. Na 22. F3ŽO se akcija nadaljuje! V okviru akcije **Računalniki za starejše** na 22. Festivalu za tretje življenjsko obdobje želi društvo podariti **večje število računalniških kompletov**, opremljenih z odprtokodnimi programi, pripravljenimi za uporabo.

Naročilo obnovljenih rabljenih računalniških kompletov (računalnik, tipkovnica, miška, ekran) bo potekalo na razstavnem prostoru Društva Duh časa v času 22. Festivala za tretje življenjsko obdobje (od 27. do 29. septembra v Cankarjevem domu).



Vabljeni, da jih obiščete!

NE SPREGLEJTE

BIBLOS, KNJIGE NA KLIK – PREDSTAVITEV ELEKTRONSKIH KNJIG

Ste že slišali za Biblos? Gre za največjo slovensko knjižnico in knjigarno elektronskih knjig, kjer vam je na voljo že več kot sedem tisoč različnih naslovov e-knjig. Dostopne so vam od koderkoli in kadarkoli, potrebujete le dostop do interneta in napravo, na kateri želite

e-knjigo prebrati (računalnik, tablica, pametni telefon ali bralnik). E-knjige lahko na Biblosu kupujete ali si jih brezplačno izposojate, če ste aktivna članica ali član katerekoli slovenske splošne knjižnice. Geslo za dostop do Biblosa lahko dobite v vaši knjižnici. Naj vam zaupamo najboljšo lastnost izposoje e-knjig: zamudnine ni, saj se e-knjige "vrnejo" same!



Med bralkami in bralci pa so vedno bolj priljubljeni bralniki e-knjig, ki jih lahko podrobno spoznate na festivalu! Bralniki so namenjeni zgolj branju e-knjig, zasloni se ne bleščijo in ne utrujajo oči, omogočajo preprosto spreminjanje velikosti črk in možnost, da zaslon osvetlite.

VZPOREDNO TUDI MEDNARODNI SEJEM ZBIRATELJSTVA COLLECTA!

Istočasno kot Festival za tretje življenjsko obdobje bo potekal tudi 15. mednarodni sejem zbirateljstva Collecta, ki vsako leto na dogodek privabi zbiralce in trgovce kovancev, bankovcev, znamk in razglednic, starih knjig in tiskov, figuric in

drugih drobnih zbirateljskih predmetov. Več na <https://collecta.si/>.

COLLECTA®

VZPOREDNO S FESTIVALOM V 2. PREDDVERJU

COLLECTA[®]

15. MEDNARODNI SEJEM ZBIRATELJSTVA

CANKARJEV DOM,
LJUBLJANA



27.–29. september 2023

ZNAMKE, BANKOVCI IN KOVANCI, RAZGLEDNICE,
MINERALI, FOSILI, DRAGULJI, PLEMENITE KOVINE,
ANTIKVITETE, STARE KNJIGE IN TISK, GRAMOFONSKE
PLOŠČE, MILITARIJA, FIGURICE, STRIPI ...

WWW.COLLECTA.SI

SLAVNOSTNO ODPRTJE 22. F3ŽO

Slavnostno odprtje že 22. Festivala za tretje življenjsko obdobje tudi letos poteka v organizaciji Javnega sklada RS za kulturne dejavnosti. Za kulturni vložek bodo poskrbeli številni gostje, med njimi Združeni slovenski veteranski orkester pod vodstvom Ervina Hartmana, Ditka (vokal in kitara) ter Jan Lužnik (spremljevalni vokal in električna kitara). Vse navzoče pa bodo nagovorili zanimivi govorniki, med katerimi tudi predsednica Republike Slovenije dr. Nataša Pirc Musar, častna pokroviteljica festivala, in župan mestne občine Ljubljana Zoran Jankovič, prejemnik častnega priznanja za izjemno podporo in skrb za življenje starejših v letu 2022.

Vljudno vabljeni!

Kulturni program slavnostnega odprtja Festivala pripravlja Javni sklad RS za kulturne dejavnosti.



REZERVACIJA VSTOPNIC:

Rezervacija brezplačnih vstopnic je možna do 21. septembra 2023.

Rezervacije sprejema Gaja Lah, 01 300 32 31, gaja.lah@proevent.si.

Ob rezervaciji več kot 30 vstopnic je potrebno predložiti tudi seznam z imeni udeležencev. Vstopnice boste lahko prevzeli na vhodu v Linhartovo dvorano na dan prireditve med 9.30. in 10. uro.



STROKOVNI PROGRAM

Organizator si pridržuje pravico do spremembe programa. Morebitne spremembe najdete na www.f3zo.si.

Strokovni program je eden najpomembnejših sklopov Festivala za tretje življenjsko obdobje, v okviru katerega predstavniki države, stroke, civilne družbe, gospodarstva in obiskovalci razpravljajo o najbolj aktualnih vprašanjih, vezanih na globalne izzive s staranjem prebivalstva. Program poteka v duhu iskanja načinov, kako v trenutnih razmerah dolgoročno pozitivno vplivati na kakovost življenja starejše populacije in kako oblikovati bolj povezano, bolj vključujočo družbo, ki omogoča uspešno sožitje in socialno varnost vseh generacij.

Sreda, 27. september 2023

dvorana M1

12.00–14.00

OD MINIMALNE PLAČE DO DOSTOJNE POKOJNINE

NOSILEC: Sindikat upokoјencev Slovenije

MODERATORKA: Metka Roksandić, podpredsednica Sindikata upokoјencev Slovenije

SODELUJOČI V PANELU:

- Irena Štampelj, strokovna sodelavka Zveze svobodnih sindikatov Slovenije;
- Jože P. Damijan, redni profesor na Ekonomski fakulteti Univerze v Ljubljani;
- Lidija Jerkič, predsednica Zveze svobodnih sindikatov Slovenije;
- Roberto Treu, predsednik Sindikata upokoјencev CGIL Furlanije - Julijske krajine;
- predstavnik Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti.

Vsebina se osredotoča na uveljavljanje Evropskega stebra socialnih pravic o pravici do minimalnega dohodka tako za aktivne ljudi kot za upokoјence, starejše in samozaposlene. Kako udejaniti pravico do minimalnega dohodka za upokoјene? Kaj je merilo za določanje višine – prag revščine, razmerje do povprečne plače, košarica življenjskih stroškov ... Vsi starejši imajo pravico do minimalnega dohodka ne glede na vir financiranja. Najpomembnejše je zavedanje o pomenu minimalne plače in minimalne pokojnine v zadostni višini kot dohodka za življenje. Prispevek okrogle mize naj bi bil v razumevanju pomena in vsebine, razjasnitvi socialnega in ekonomskega vidika in nakazovanju možnih poti in rešitev.

Četrtek, 28. september 2023

Dvorana M1

9.30–11.30

OD PROJEKTA DO PRAKSE - SODELOVANJE ORGANIZACIJ ZA STAREJŠE V EVROPSKIH PROJEKTIH

NOSILEC: Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo

MODERATORKA: Alenka Ogrin, koordinatorka mednarodnih projektov na Inštitutu Antona Trstenjaka

SODELUJOČI V PANELU:

- Ana Ramovš, koordinatorica projektov in raziskovalka na Inštitutu Antona Trstenjaka za gerontologijo;
- David Krivec, generalni sekretar Združenja Spominčica - Alzheimer Slovenija;
- Dušana Findeisen, Predstojnica Inštituta za raziskovanje in razvoj izobraževanja na Univerzi za tretje življenjsko obdobje Ljubljana;
- in drugi predstavniki organizacij za starejše.

Na okrogli mizi bomo razpravljali o sodelovanju organizacij za starejše v mednarodnih projektih. Zakaj sploh sodelovati, kaj to pomeni in kaj ostane po koncu projekta? Kako ohraniti dobre prakse, kakšne vrste aktivnosti ostanejo? Zakaj se nekaterih projektov še dolgo spominjamo, nekatere pa bi radi čimprej pozabili?

Želimo predstaviti tako dobre kot slabe prakse, da se lahko učimo tudi na napakah.

Kateri razpisi so "uporabnikom prijazni" in pri katerih gre večina časa za birokracijo? Povabili bomo tudi predstavnike nacionalnih točk programov, v katerih organizacije za starejše sodelujejo (Erasmus+, Interreg itd.), pa tudi starejše, ki so že sodelovali v teh projektih.

Dvorana M3

12.15–14.15

SOOČANJE Z IZZIVI STANOVANJSKE POLITIKE NA PODROČJU SOCIALNEGA VARSTVA IN V ŠIRŠEM DRUŽBENEM OKOLJU

NOSILEC: Socialna zbornica Slovenije

MODERATORKA: Danica Hren, članica Častnega razsodišča Socialne zbornice Slovenije

SODELUJOČI V PANELU:

- Črtomir Remec, direktor Javnega stanovanjskega sklada Republike Slovenije;
- Marjana Bravc, direktorica Centra za socialno delo Maribor;
- Peter Seljak, vodja raziskovalne dejavnosti Gerontološkega raziskovalnega inštituta;
- Slavka Janžekovič, vodja Sektorja dejavnosti Javnega stanovanjskega sklada Mestne občine Ljubljana;
- Tatjana Popović, direktorica CUDV Draga, Ig;
- Živa Matjašič, vršilka dolžnosti generalnega direktorja Direktorata za stanovanja Ministrstva za solidarno prihodnost.

Vprašanjem zagotavljanja, urejanja in vrednotenja bivališč posameznika, skupin in skupnosti so v zgodovini človeštva pripisovali različni pomen. Vse to je odvisno od raznolikosti posameznih socialno kulturnih miljejev in posebnosti bivanjske kulture, ki so jo naslavljale posamezne epohe družbenega razvoja.

Stanovanju v Sloveniji pripisujemo visoko vrednost. Predstavlja nam prostor zasebnosti, varnosti, zadovoljstva in miru v razumevanju psihosocialnih dimenzij koncepta kakovosti življenja. Kadar pa gre še za lastništvo stanovanja, pa tudi določeno stopnjo finančne naložbe in ekonomske varnosti. Vse te okoliščine vplivajo na posebnosti slovenskega stanovanjskega trga in politike.

Družbene spremembe v zadnjih desetletjih so močno prispevale h krepitvi družbene razslojenosti tudi v Sloveniji, ki jo na polju socialnega varstva lahko v obliki revščine vse bolj očitno identificiramo v številnih družbenih skupinah. Stanovanje je danes izraziti dejavnik družbene, socialne in finančne neenakosti, ki se odraža tudi v kakovosti življenja posameznika, družine in skupnosti.

Trenutna Vlada RS se je v svojem programu koalicijske pogodbe zavezala k sprejemu naslednjih prioritet in ciljem:

- Nemudoma pripraviti krizni načrt reševanja stanovanjske krize za gradnjo in obnovo javnih najemnih stanovanj, s poudarkom na območjih z najvišjimi cenami najemnin ter zemljišč.
- Okrepiti delovanje Stanovanjskega

sklada Republike Slovenije in podpreti druge modele financiranja, z ciljem zagotoviti 20.000 javnih najemnih stanovanj do leta 2030.

- Zagotoviti strateški premislek glede poenotenja stanovanjske politike skupaj s trajnostno in strateško aktivno zemljiško politiko. Izdelati je treba celoviti načrt za prenovo stanovanjskega fonda.
- Podpreti alternativne in inovativne stanovanjske skupnosti.
- Ponovno vzpostaviti Stanovanjski svet pri Vladi Republike Slovenije kot organ za koordinacijo stanovanjske politike, vključno z nalogami spremljanja izvajanja politike, stanja in potreb.
- Izboljšati pravno varnost najemnikov in najemodajalcev.
- Določiti jasno investicijsko politiko za izgradnjo zadostnih bivanjskih kapacitet za študente in študentske družine.
- Zaostriti pogoje za platformno turistično oddajanje nepremičnin v predelih, kjer primanjkuje stanovanj.
- Okrepiti nadzor in ureditev trga najemnih stanovanj.

S stanovanjsko politiko želi Ministrstvo za solidarno prihodnost izboljšati dostopnost do vseh vrst stanovanj in zagotoviti primerne finančne pomoči pri uporabi stanovanj tistim, ki stroškov ne zmorejo plačevati sami. Z navedeno politiko si prizadevajo tudi izboljšati pogoje za upravljanje stanovanjskih stavb in spodbujati boljšo kakovost

stanovanj in bivalnega okolja. Pomemben cilj stanovanjske politike je z ustrežno stanovanjsko oskrbo prispevati k varstvu družine, starejših in invalidnih oseb ter drugih ranljivih skupin prebivalstva.

Na to je področje socialnega varstva še posebej senzibilno, saj se na vseh področjih izvajanja socialno varstvenih storitev in programov soočamo z odsotnostjo socialnega posluha in politične volje za spremembo stanja na področju stanovanjske politike za mnoge depriviligirane in marginalizirane družbene skupine v Sloveniji: npr. mladi in stari, invalidi in dolgotrajno bolni, družine z nizkimi dohodki, slabo plačani delavci in brezdomci ... To so dileme in protislovja, ki jih bomo z uglednimi strokovnjaki s področja socialnega varstva in širše naslavljali na okrogli mizi Socialne zbornice Slovenije.

- Darinka Klemenc, članica IO Srebrne niti – Združenja za dostojno starost;
- Marko Snoj, znanstveni svetnik Instituta za slovenski jezik Frana Ramovša ZRC SAZU;
- Miranda Vrh, predstavnica Socialne zbornice Slovenije;
- Monika Ažman, predsednica Zbornice - Zveze in državna svetnica;
- Otto Gerdina, direktor Zavoda OPRO.

Izrazje je najbolj veren odraz predsodkov o starosti in staranju ter tudi način odnosa starejših na rob družbe. Jezik vpliva na številne vrednote in prepričanja v družbi, istočasno pa je ravno jezik tudi rezultat teh vrednot in prepričanj. Uporaba jezika, tudi ko opisujemo starost in staranje, naj postane orodje družbenega soglasja, spoštovanja in premik k zrelejši družbi.

Namen omizja bo odprta razprava o nagovarjanju starejših in skozi ta pogled refleksija odnosa družbe do starejših, tudi v luči starizma (staromrznštva). Govora bo o spoštovanju, o spoštljivem poimenovanju te populacije, kot si sama želi in si predstavlja. Starejši najbolje vemo, kako se v družbi dobro počutimo, kaj si želimo - med drugim želimo še vedno prispevati k izboljševanju kakovosti življenja vseh in medgeneracijskega sodelovanja. Dialog s skupnostjo, kot smo poimenovali okroglo mizo leta 2019, zahteva nenehno širšo in poglobljeno razpravo s kar najbolj različnimi deležniki. Tudi tokrat bo poudarek v nagovarjanju starejših in v iskanju širšega soglasja, vezanega na strokovno in splošno terminologijo na tem področju.

Dvorana M1

12.30–14.30

ZA SPOŠTLJIVO NAGOVARJANJE STAREJŠIH - STROKA NAJ SE PRIBLIŽA LJUDEM

NOSILEC: Festival za tretje življenjsko obdobje

MODERATOR: Milan Pavliha, član Programskega sveta Festivala za tretje življenjsko obdobje

SODELUJOČI V PANELU:

- Aleš Kenda, ekonomist, sekretar na Ministrstvu za solidarno prihodnost;

Dvorana M1

15.30–17.30

KULTURA IN UMETNOST ZA AKTIVNO MODROST

NOSILEC: Univerza v Ljubljani (Modra fakulteta)

MODERATORKA: Nives Ličen,
raziskovalka, Filozofska fakulteta
Univerze v Ljubljani

SODELUJOČI V PANELU:

- Jože Gričar, zaslužni profesor na Centru za zaslužne profesorje in upokojene visokošolske učitelje Univerze v Mariboru;
- Katja Mahnič, predavateljica za umetnostno zgodovino in muzeologijo na Filozofski fakulteti na Univerzi v Ljubljani;
- Nataša Bucik, nacionalna koordinatorica kulturno-umetnostne vzgoje na Direktoratu za razvoj kulturnih politik Ministrstva za kulturo RS;
- Polona Petek, predstojnica Katedre za filmske in televizijske študije na Akademiji za gledališče, radio, film in televizijo na Univerzi v Ljubljani;
- Slavko Pregl, pisatelj, urednik in založnik.

Pogovarjali se bomo z ustvarjalci, raziskovalci področja kulture in umetnosti, vodji projektov za povezovanje med institucijami in generacijami ter s predstavnico Ministrstva za kulturo.

(1) Kultura in umetnost prispevata k oblikovanju blagostanja v poznejših letih,

zato spodbujamo razvoj novih ustvarjalnih dejavnosti za starejše v različnih obdobjih starosti (55+, 85+...).

(2) Proces staranja je (tudi) proces razvoja aktivne modrosti, starejša odraslost je dejavno in ustvarjalno obdobje, je obdobje oblikovanja smiselnosti življenja (fulfilling ageing) in poglobljenega pogleda na življenje.

(3) Kulturne dejavnosti imajo moč povezovanja, imajo vidno vlogo pri medgeneracijskem sodelovanju in razvoju dobrih odnosov, zato se bomo pogovarjali o možnostih povezovanja med institucijami, skupinami, področji, okolji.

Petek, 29. september 2023

Dvorana M1

9.30–11.30

STARANJE S POZITIVNIM PREDZNAKOM

NOSILEC: Ministrstvo za solidarno
prihodnost

MODERATOR: Aleš Kenda, ekonomist,
sekretar na Ministrstvu za solidarno
prihodnost

SODELUJOČI V PANELU:

- Dejan Fabčič, zdravnik v Zdravstvenem domu Nova Gorica in paraolimpijec;
- Jože Ramovš, antropolog in socialni delavec;
- Ljudmila Urbančl, ekonomistka, upokojena profesorica računovodstva in ekonomije;

- Milan Pavliha, profesor pedagogike, član programskega sveta F3ŽO;
- Miran Možina, psihiater in psihoterapevt, direktor ljubljanske podružnice Univerze Sigmunda Freuda z Dunaja;
- Peter Gorjanc, gradbeni inženir, upokojeni direktor Zavoda za urbanizem.

Živimo v okolju, ki ga pogosto prevevajo negativni predsodki in stereotipi o starejših in starosti. Takšni pogledi in prepričanja, ki jih celo življenje gojimo v sebi slikajo starost kot obdobje upada, bolezni in osamljenosti, starejše pa kot pozabljive, krhke in dementne, kjer se kot edina možnost za življenje v visoki starosti kaže le dom za starejše.

Šele ko sam postaneš starejši, ali ko začneš spoznavati zanimive starejše ljudi vidiš, da je lahko to obdobje zelo drugačno od globoko zasidranih prepričanj.

Starost je pravzaprav življenjsko obdobje, ki je enakovredno ostalim obdobjem v življenju, veliko nam da, in tudi nekaj vzame. Človek v starosti lahko preseže vrsto psiholoških omejitev iz prejšnjih življenjskih faz in postane boljši in zadovoljnejši človek. Materialne stvari dobivajo vse manjši pomen, vse bolj ga izpolnjuje vznemirljivost vsakdanjega, npr. sprehod po naravi, poslušanje ptic, opazovanje oblakov, opazovanje otrok v igri. Pogloblja se vase, istočasno pa postaja mirnejši in modrejši. Postaja bolj toleranten do sebe in drugih, smrt vse bolj sprejema kot naravni zaključek in se je vse manj boji.

Predvsem pa je naša starost nekaj, na kar lahko vplivamo. Vsa vlaganja v življenje se praviloma odražajo na naši bolj ali manj kakovostni starosti.

Namen te okrogle mize je ovreči globoko ponotranjena prepričanja o starosti kot predvsem obdobju upada ter pokazati na pozitivne podobe starosti in starejših.

Dvorana M1

12.30–14.30

POKOJNINSKI SISTEM VČERAJ, DANES, JUTRI

NOSILEC: Festival za tretje življenjsko obdobje

MODERATORKA: Vlasta Nussdorfer, predsednica programskega sveta Festivala za tretje življenjsko obdobje

SODELUJOČI V PANELU:

- Aljoša Čeč, generalni sekretar na Sindikatu PERGAM;
- Boris Majcen, raziskovalec na Inštitutu za ekonomske raziskave;
- France Arhar, nekdanji guverner Banke Slovenije;
- Igor Feketija, državni sekretar Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti;
- Marijan Papež, direktor Zavoda za pokojninsko in invalidsko zavarovanje Slovenije;
- Milan Brglez, poslanec v Evropskem parlamentu.

Prvi (obvezni) pokojninski steber uživa v Sloveniji visoko stopnjo družbenega

soglasja, sleherno rušenje tega stebra bi bilo za sleherno politično opcijo tvegana poteza. Dokladni sistem se opira na medgeneracijsko solidarnost in ostaja prioriteta razmišljanja o pokojninski reformi; naložbeni stebri so v Sloveniji slej kot prej zanemarljivi. Vendar: demografija je neusmiljena. Povprečna starost prebivalstva se dviguje, pričakovana življenjska doba prav tako; še pred dvema desetletjema so ljudje vstopali v delovno razmerje kmalu po dvajsetem letu starosti, danes se bližajo tridesetemu letu, s polno pokojnino se bodo torej upokojevali sedemdesetletniki; tudi sicer

se dviga povprečna starost zaposlenega dela prebivalstva. Iz katere vreče – iz plač ali iz proračuna – torej črpati sredstva za dostojne pokojnine? In če iz plač, v kakšnem sorazmerju (pariteta) obremeniti zaposlenega in delodajalca? Če se delovna populacija stara, kako ji prilagajati delo, da bo ostala produktivna? Kako mlajšim generacijam, ki vplačujejo v sistem, zagotoviti, da bodo tudi same uživale enako ugodnost kot sedanja generacija upokojevcev? To pa je le manjši del vprašanj, na katera bomo na okrogli mizi iskali odgovore.



Program še dopolnjujemo. Za zadnji urnik, lokacije predavanj in paneliste spremljajte www.f3zo.si.

IZOBRAŽEVALNI PROGRAM

Organizator si pridržuje pravico do spremembe programa. Morebitne spremembe najdete na www.f3zo.si.

Izobraževalni program Festivala za tretje življenjsko obdobje je eno izmed glavnih področij festivala. S partnerji festivala (podjetja, društva, zbornice, fakultete idr.) organiziramo veliko izobraževalnih dogodkov: predavanj, delavnic, okroglih miz in drugih oblik predstavitve najrazličnejših vsebin, ki udeležencem ponudijo za aktivno starost primerna znanja in uporabniške izkušnje. Izjemno velik poudarek izobraževalnega programa je namenjen vključenosti starejših v vseživljenjsko učenje oziroma usposabljanje na najrazličnejših področjih, na katerih pridobljeno znanje pomembno vpliva na njihov kakovostnejši vsakdan.

Sreda 27. september 2023

Dvorana M1

9.30–10.30

LUTKOVNA PREDSTAVA JESEN LISTKA TIMIJA

PRIPRAVLJA: Slovensko društvo Hospic

NASTOPA IN VODI: Miralem Zec, zunanji strokovni sodelavec Slovenskega društva Hospic

Medgeneracijska lutkovna predstava Jesen listka Timija pomaga otrokom spoznavati življenjski krog in pomen smrti. Zgodba govori o listku Timiju in njegovih prijateljih, ki se skozi letne čase spreminjajo, s prvimi snežinkami pa se od sveta poslovijo. Otroci se lažje soočijo z izgubo in jo tudi lažje sprejmejo. Delavnica združuje detabuizacijo smrti med otroci, sprejemanje drugačnosti,

razmišljanje o smrti kot delu življenja in s tem prevrednotenje lestvice potreb. Prijazno vabljeni otroci z babicami in dedki!

Dvorana M2

11.00–12.00

UČINKOVITE VAJE ZA BOLJŠI SPOMIN - PREDAVANJE IN PRAKTIČNE VAJE

PRIPRAVLJA IN PREDAVA: Jasmina Lambergar, certificirana trenerka spomina

Zakaj pozabljamo? Kako shranjujemo informacije, da jih hitreje priključemo? Vaje, (pomnjenje imen, števil). Pravilno izvajanje vaj za kratkoročni spomin - prikaz in vaje. Pripomočki za boljše pomnjenje - prikaz in izvedba na praktičnih primerih.

Program še dopolnjujemo.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

Dvorana M3

11.00–11.45

GLAVNE NAPAKE IN ZMOTE PRI ODPRAVI BOLEČIN V HRBTU TER SKLEPIH!

PRIPRAVLJA: KinVital, kineziološki
center

PREDAVATELJA: Luka Hren, kineziolog
in Jure Gubanc, mehanik hrbta

Skozi proces večletnega dela na področju odprave gibalnih težav in kroničnih bolečin, so strokovnjaki iz KinVitala prišli do zanimivih ugotovitev. Predstavljene bodo glavne napake, ki jih delamo pri odpravi kroničnih bolečin v sklepih in hrbtenici ter seveda tudi uporabni nasveti, kako stvari reševati na bolj učinkovit način. Lepo vabljeni na predavanje, kjer bodo KinVitalovi strokovnjaki na voljo tudi za vaša vprašanja!

Dvorana M3

12.15–13.45

DIGITALIZACIJA IN STAREJŠI ODRASLI: POMEN ZA KAKOVOST ŽIVLJENJA IN SOCIALNO VKLJUČENOST

PRIPRAVLJA: Alma Mater Europaea –
ECM

SODELUJOČI V PANELU:

- zasl. prof. dr. Jana Goriup;
- zasl. prof. ddr. Marija Ovsenik, doc. dr. Barbara Grintal;
- doc. dr. Nikolaj Lipič, doc. dr. Peter Seljak;
- izr. prof. dr. Vojko Kavčič (vodja projekta).

Predstavitev projekta DIGOLD:

- Učinki digitalizacije v dobi (po) COVID-19 na kakovost življenja in socialno vključenost starejših odraslih,
- predstavitev izhodišč in problema,
- prve ugotovitve kvalitativnih raziskav,
- razprava.

Dvorana M2

12.30–13.15

USTVARJATI NOVO ŽIVLJENJE PO MOŽGANSKI KAPI

PRIPRAVLJA: Združenje bolnikov s
cerebrovaskularno boleznijo Slovenije

PREDAVATELJICA: dr. Vesna Radonjić -
Miholič, spec. klin. psih.

GOSTI: Milan Čuček, predsednik
Združenja CVB Slovenije in predsedniki
klubov CVB Slovenije

V Sloveniji vsako leto za možgansko kapjo na novo zboli okoli 4200 oseb. S hitrejšim prepoznavanjem prvih znakov bolezni in hitrim ukrepanjem, lahko z novimi načini zdravljenja zmanjšamo invalidnost in

Program še dopolnjujemo.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

umrljivost. Z nižjo stopnjo umrljivosti, se je tekom let povečalo število oseb s trajnimi, večjimi ali manjšimi posledicami bolezni. Možganska kap v trenutku spremeni življenje tako bolnikov, kot svojcev. Spremenijo se vloge in odnosi v družini, na delovnem mestu, med prijatelji ter v širšem socialnem okolju. Od začetnega šoka, preko sprejemanja posledic bolezni, do ustvarjanja novega, kakovostnega sobivanja z boleznijo, je dolga in trnova pot. Razumeti posledice in reševati težave bo rdeča nit predavanja, ki ga bo predstavila klinična psihologinja z dolgoletnimi izkušnjami pri delu z osebami po možganski kapi in njihovimi svojci.

Dvorana M2

13.45–14.30

UPORABA MOBILNE APLIKACIJE VEŠKAJJEŠ ZA PREPOZNAVO ŽIVIL Z UGODNEJŠO PREHRANSKO SESTAVO

PRIPRAVLJA: Društvo za zdravje srca in ožilja Slovenije v sodelovanju z Zvezo potrošnikov Slovenije

PREDAVATELJICA: Nina Križnik, dipl. inž. živ. in preh. (UN)

Zaradi hitro rastoče in pestre ponudbe izdelkov na trgu, predstavlja prepoznavanje živil z ugodno prehransko sestavo za potrošnika vedno večji izziv.

Da bi potrošniku olajšali izbiro, partnerji Društvo za zdravje srca in ožilja Slovenije, Zveza potrošnikov Slovenije in Inštitut za nutricionistiko sodelujejo v okviru projekta Do.IT (Digitalne rešitve in opolnomočenje rabe Informacijskih Tehnologij za spodbujanje izbire varovalnih živil in promocijo zdravja), ki je sofinanciran s strani Ministrstva za javno upravo. Društvo za zdravje srca in ožilja Slovenije je že leta 1992 pričelo s podeljevanjem znaka varovalnega živila (Varuje zdravje), sedaj pa sodeluje pri vzpostavitvi tega znaka kot nacionalnega simbola. Prehranski izdelki, ki izpolnjujejo usklajena nacionalna merila za dodeljevanje simbola varovalnega živila, so z znakom posebej označeni v nadgrajeni mobilni aplikaciji VešKajJeš. S tem je potrošniku na podlagi verodostojnih podatkov omogočena hitra in preprosta izbira živil z ugodnejšim prehranskim profilom.

Dvorana M3

14.15–15.45

IZZIVI OSKRBE OSEB Z DEMENCO V DOMAČIH OKOLJIH

PRIPRAVLJA: Spominčica Alzheimer Slovenija

SODELUJOČI V PANELU:

- dr. Božidar Voljč, član Strokovnega sveta Spominčice;
- Darja Logar, dr. med., Zdravstveni dom Trbovlje;

Program še dopolnjujemo.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

- Dulmin Tatjana, članica Odbora za celovito oskrbo oseb z demenco v Kočevju;
- Jelka Verbič, članica Odbora za celovito oskrbo oseb z demenco v Postojni;
- Nina Dovšak – članica Upravnega odbora Spominčica – Alzheimer Slovenija;
- Štefanija L. Zlobec, predsednica Spominčice – Alzheimer Slovenija.

Največ oseb z demenco je in bo tudi v bodoče v domači oskrbi, ki v vseh okoljih odpira največ vprašanj. Nanašajo se na dostopnost in ustreznost oskrbe, pomanjkanje formalnih in neformalnih oskrbovalcev, njihovo usposobljenost in kakovost storitev, nezadosten posameznemu bolniku namenjen čas oskrbe, zlorabe in zanemarjanje ter pomanjkljivo zdravstveno oskrbo. Na vse naštetu pomembno vpliva finančna stabilnost in urejenost dolgotrajne oskrbe na nacionalni ravni.

Osebe z demenco obremenjujejo enaka zdravstvena tveganja kot vse druge starejše osebe; neustrezno predpisovanje in jemanje zdravil, preležanine, infekcije kože, dihal in sečil, delirij, padci in vse oblike inkontinence. Med etičnimi izzivi je potrebno izpostaviti osamljenost, tudi v času umiranja.

Ključne točke v razpravi: dostopnost, oskrbovalci, kakovost, diskriminacija,

povezava z zdravstvom, urejenost dolgotrajne oskrbe, geriatrični sindromi, osamljenost.

Dvorana M1

14.30–15.15

DIGITALNE STORITVE ZPIZ (eZPIZ)

PRIPRAVLJA: Zavod za pokojninsko in invalidsko zavarovanje Slovenije ZPIZ

PREDAVATELJ: mag. Edmond Pajk, namestnik generalnega direktorja, direktor sektorja informacijskih tehnologij

Veliko večino opravkov na Zavodu za pokojninsko in invalidsko zavarovanje Slovenije (ZPIZ) lahko opravite od doma, z uporabo digitalnih storitev eZPIZ. Pripravite in oddate lahko vloge, preverite svoje podatke o zavarovanju, plačilih, prejmete dokumente, preverite, kdaj se boste lahko upokojili in kolikšna bo vaša pokojnina ter še veliko drugega. Uporaba digitalnih storitev eZPIZ je varna in preprosta. Na predavanju vam bomo predstavili digitalne storitve eZPIZ ter vam približali njihovo uporabo. Pridružite se več kot 130 tisoč registriranim uporabnikom, ki jih že s pridom uporabljajo. Vljudno vabljeni.

Program še dopolnjujemo.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

Dvorana M2

15.00–17.00

KOMUNIKACIJSKA ORODJA NA PAMETNEM TELEFONU – VIBER IN WHATSAPP

PRIPRAVLJA: Zavod za medgeneracijsko sodelovanje Simbioza Genesis Ljubljana, socialno podjetje

PREDAVATELJI: predavatelj Simbioze

Brezplačna sporočila in klici na pametnem telefonu prek internetne povezave. Ostanite v stiku z za vas pomembnimi osebami brez dodatnih stroškov ne glede na to, v kateri državi se nahajajo. Naučili se boste:

- uvod v komunikacijska orodja, prednosti in razlike s SMS/MMS ter klasičnimi klici,
- možnosti internetne povezave na pametnem telefonu: mobilni podatki in WIFI,
- nalaganje in namestitev brezplačne aplikacije Viber ALI WhatsApp na telefon prek trgovine Google Play ali AppStore (iPhone),
- registracija uporabnika na Viber ALI Whatsapp,
- navigiranje po aplikaciji; pošiljanje tekstovnih in multimedijskih sporočil (fotografije, videi, GIF), klicanje in video klicanje, pregled osnovnih nastavitvev, vprašanja udeležencev.

Na delavnici udeleženci sodelujejo s svojim pametnim telefonom – PT. Za sodelovanje na delavnici udeleženci na PT potrebujejo Google račun (Gmail), npr. ivana.kobilica@gmail.com, ki omogoča nalaganje aplikacij iz Trgovine Play ali dostop do druge knjižnice za nalaganje aplikacij – AppStore (iPhone). VSE ŽIVLJENJE SE UČIMO!

Dvorana M1

16.00–17.30

NISI SAM - KDAJ STE SE NAZADNJE POČUTILI SAMI?

PRIPRAVLJA: Slovensko društvo Hospic

MODERATORKA OKROGLE MIZE:

Carmen L. Oven

Dokler je samota naša izbira, se zdi vse v redu. Ko pa življenje ubere zahtevnejše poti, kot so bolezen, umiranje, pa tudi osamljenost, ta lahko postane veliko breme. Takrat pogosto zapremo naša srca, da ne bi bili prizadeti še bolj. A ravno čas zavedanja lastnega minevanja, je čas priložnosti za pogled sočloveku v oči in v srce. Odprto srce ni nikoli samo. O tem, kako v družbi, ki temelji na hitenju, odtujevanju in razčlovečenju (p)ostati srčna podpora drugemu in hkrati dovoliti, da so drugi podpora nam, bomo govorili na Hospickafeju z ljudmi, ki s svojim delovanjem srčijo in povezujejo našo družbo, v kateri nam nikoli ni treba biti sam!

Program še dopolnjujemo.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

Srečanja Hospickafe so neformalni družbeni dogodki, kjer prosto in podprto s strokovnim znanjem in izkušnjami sogovornikov odpiramo teme tesno povezane z življenjem, minevanjem, starostjo in s smrtjo. S tem sledimo poslanstvu 28-letne tradicije Slovenskega društva hospic in se odpiramo življenju v vseh njegovih oblikah.

Dvorana M3

16.15–17.00

OHRANJANJE VREDNOSTI SKOZI GENERACIJE – ZBIRATELJSTVO ZLATNIKOV IN SREBRNIKOV

PRIPRAVLJA: Elementum d.o.o.

PREDAVATELJ: Pavel Rihtaršič

Zbirateljstvo ni zgolj hobi, ki ohranja zgodovinske in umetniške vrednosti. Lahko ponudi tudi finančno naložbo, ki plemeniti vašo starost ali omogoči enostaven prenos vrednosti na vaše otroke in vnuke.

Prisluhnite, kako lahko s plemeniti kovinami zgradimo vez med preteklostjo, sedanjostjo in prihodnostjo.

Četrtek, 28. september 2023

Dvorana M2

9.30–10.15

MOČ NARAVE - Z NARAVNIMI IZDELKI DO BOLJŠEGA ZDRAVJA IN POČUTJA

PRIPRAVLJA: FAVN d.o.o.

PREDAVATELJICA: Andreja Kolarič, certificirana aromaterapevtka

Predavanje bo namenjeno vsem, ki imate radi naravne izdelke in se zavedate moči, ki jo najdemo v zdravih rastlinah. Spoznali boste nekatere "najmočnejše bojavnike", ki jih lahko uporabite ob bolečinah v sklepih ter mišicah, in tiste nežne pomočnike, ki na povsem naraven način negujejo kožo od glave do pete.

Dvorana M3

9.30–10.30

NAJ VAŠI ZOBJE NE KRASIJO VAŠE NOČNE OMARICE

PRIPRAVLJA: Center ustnega zdravja

PREDAVATELJICA: Zala Križnar, dr. dent. med., in sodelavci

Kako zdravje ustne votline vpliva na kakovost življenja v tretjem življenjskem obdobju? Kakšne so možnosti oskrbe zob in katere so za vas najboljše? Katera so najpogostejša obolenja ustne votline

Program še dopolnjujemo.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

v tretjem življenjskem obdobju in kako jih reševati? Dragocena navodila in usmeritve pri ustni higieni.

Dvorana M2

10.45–12.45

APLIKACIJA GOOGLE ZEMLJEVIDI NA PAMETNEM TELEFONU

PRIPRAVLJA: Zavod za medgeneracijsko sodelovanje Simbioza Genesis Ljubljana, socialno podjetje

PREDAVATELJI: predavatelji Simbioze

Danes imamo karte in zemljevide vseh držav ter mest po svetu vedno pri roki z uporabo aplikacije Google Zemljevidi. Aplikacija deluje prek internetne povezave ter lokacijske storitve v naši pametni napravi. Tako si vedno lahko pogledamo, kje se trenutno nahajamo in kako pridemo do zelene točke. Bodisi z avtomobilom, peš ali javnim prevozom, kjer je ta na voljo. Naučili se boste:

- možnosti internetne povezave na pametnem telefonu s poudarkom na mobilnih podatkih in uporabo le teh v tujini;
- navigacije po aplikaciji in uporabe zemljevidov;
- iskanja krajev, ulic mest, držav;
- načrtovanja poti do zelene točke;

- vklopa vodene navigacije, ki nas pripelje do našega iskanega naslova (cilja);
- možnosti delitve svoje lokacije s svojo družino ali prijatelji;
- vprašanja udeležencev. Na delavnici udeleženci sodelujejo s svojim pametnim telefonom – PT.

Za sodelovanje na delavnici udeleženci na PT potrebujejo Google račun (Gmail), npr. ivana.kobilica@gmail.com, ki omogoča nalaganje aplikacij iz Trgovine Play ali dostop do druge knjižnice za nalaganje aplikacij – AppStore (iPhone). VSE ŽIVLJENJE SE UČIMO!

Dvorana M3

11.00–11.45

KAJ LAHKO ZA SVOJE ZDRAVJE STORIMO SAMI?

PRIPRAVLJA: Biostile d.o.o.

PREDAVATELJICA: Herta Kosmina

Trenutni življenjski ritem in razmere vse bolj narekujejo dejstvo, da je skrb za zdravo življenje potrebno vzeti v svoje roke. Kaj lahko za boljše počutje naredimo sami? Kako se lahko na naraven način izognemo ali omilimo težave z zdravjem, s katerimi se sodobni človek vse bolj pogosto srečuje? Herta Kosmina, strokovna sodelavka podjetja Biostile, bo svoje bogate izkušnje in znanje delila s poslušalci.

Program še dopolnjujemo.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

Dvorana M4

11.30–12.15

ZLATE PRILOŽNOSTI - VLAGANJE ZA VNUKE IN VARNO STAROST

PRIPRAVLJA: Elementum d.o.o.

PREDAVATELJ: Peter Slapšak

Pogovor o tem, kako lahko vlaganje v zlato in srebro služi kot sredstvo prenosa vrednosti na vaše vnuke, obenem pa zagotavlja finančno varnost v vaši starosti. S konkretnimi primeri bomo pokazali, kako lahko z malimi investicijami ustvarite stabilnost zase in svoje potomce. Podjetje Elementum je zanesljiv partner z več kot 15-letnimi izkušnjami v petih državah, tudi v Švici in Nemčiji.

Dvorana M4

12.30–13.15

PREDSTAVITEV TELESNE VADBE ZA SRČNOŽILNE BOLNIKE

PRIPRAVLJA: Zveza koronarnih društev in klubov Slovenije

PREDAVATELJI: prim. Janez Poles, dr. med., Lilijana Žerdoner, Petra Poznič

Zveza koronarnih klubov in društev Slovenije je reprezentativna organizacija koronarnih bolnikov v Sloveniji, v kateri

se izvaja tretja faza sodobne celostne rehabilitacije koronarnega bolnika, s katero nadaljujemo po vrnitvi bolnika v domače okolje, torej po odpustu iz bolnišnice (1. faza) in vodeni rehabilitaciji v zdraviliščih ali na ambulantni način (2. faza). Temelji na strokovno vodeni in varni telesni vadbi, izvajajo jo posebej usposobljeni vaditelji z zdravstveno izobrazbo in nadzorujejo kardiologi, člani strokovnih svetov društev. Vadba temelji na strokovno verificiranih smernicah slovenske kardiologije. V letu 2023 izvajamo takšno vadbo v 148 vadbenih skupinah in 81 krajih po Sloveniji. Udeležencem Festivala želimo predstaviti pomen te vadbe in jo tudi konkretno demonstrirati.

Dvorana M2

13.15–15.15

NALAGANJE APLIKACIJ NA PAMETNI TELEFON IZ TRGOVINE PLAY IN APLIKACIJA MAGDA – PRVA MOBILNA APLIKACIJA ZA STAREJŠE V SLOVENIJI

PRIPRAVLJA: Zavod za medgeneracijsko sodelovanje Simbioza Genesis Ljubljana, socialno podjetje

PREDAVATELJI: predavatelji Simbioze

V Trgovini Google Play lahko pridobimo aplikacije in orodja s čimer povečamo nabor funkcij, ki jih ponuja naš telefon.

Program še dopolnjujemo.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

Aplikacija Magda je prva mobilna aplikacija za starejše, kjer so na enem mestu združene vse pomembne vsebine in informacije za starejše. Naučili se boste:

- internetna povezava na PT: mobilni podatki in WIFI,
- predstavitev Trgovine (knjižnice aplikacij) Google Play; navigiranje in uporaba Google Play, brezplačne in plačljive aplikacije,
- nalaganje brezplačne aplikacije Magda in njena uporaba,
- organiziranje in postavitve bližnjic naloženih aplikacij na PT,
- vprašanja udeležencev.

Spoznavanje in uporaba aplikacije Magda:

- učilnica: omogoča vsem željnim znanja in obvladovanja digitalnih veščin brezplačno samoučenje uporabe PT in računalnika,
- aktualne novice,
- miselne igre,
- poslušanje radia,
- telovadnica,
- info točka in urgentni kontakti,
- dogodki: omogoča prijavo na delavnice in tečaje informacijsko-komunikacijske tehnologije.

Na delavnici udeleženci sodelujejo s svojim pametnim telefonom – PT. Za sodelovanje na delavnici udeleženci na PT potrebujejo Google račun (Gmail), npr.

ivana.kobilica@gmail.com, ki omogoča nalaganje aplikacij iz Trgovine Play ali dostop do druge knjižnice za nalaganje aplikacij – AppStore (iPhone). VSE ŽIVLJENJE SE UČIMO!

Dvorana M3

14.45–15.30

RAZSTRUPIMO SVOJE TELO IN POSTAVIMO TEMELJ ZDRAVJA

PRIPRAVLJA: Biostile d.o.o.

PREDAVATELJICA: ga. Herta Kosmina

Večina ljudi se ne zaveda, da zdravje in dobro počutje kot tudi boleznin in številne zdravstvene težave, ki jih nikoli ne bi povezali s prebavnim sistemom, izvirajo prav od tam. Z rednim razstrupljanjem telesa in čiščenjem prebavil, iz telesa redno odvajamo strupene snovi in s tem lahko bistveno zmanjšamo možnost pojava različnih bolezenskih stanj. Že Hipokrat je rekel:« Smrt prebiva v črevesju.» in novejšeraziskave potrjujejo, da je črevesje središče imunskega sistema.

Program še dopolnjujemo.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

Dvorana M2

15.45–16.45

ZDRAVA IN URAVNOTEŽENA PREHRANA ZA ZDRAVJE

PRIPRAVLJA: Društvo šola zdravja

PREDAVATELJICA: Ana Stepančič,
magistrica dietetike in višja
predavateljica, mag. diet., viš. pred.

Želja po dolgem življenju, ohranjanju zdravja in mladostnosti v poznih letih, je v človeštvu prisotna že od nekdaj. Razvoj znanosti, še posebno ved o zdravju, je tako v zadnjih 60 letih prispeval k približno 13 let daljši pričakovani življenjski dobi. Bolj kot o številu let pa je pomembno, da govorimo o zdravih in kakovostnih letih življenja. Teorij, zakaj se človek stara in kako prispevati k zdravemu staranju, je veliko, vse pa so vsaj posredno povezane s prehrano. Prehrana namreč z leti pomembno pridobiva na svojem pomenu pri preprečevanju bolezni in preprečevanju funkcionalnih izgub, ki omogočajo da počnemo kar nas veseli. Fiziološke spremembe lahko pomembno vplivajo na slabo prehranjenost; manjše energijske potrebe, a višje potrebe po hranilih; hranila, ki potrebujejo posebno pozornost v prehrani starostnika; prehranska vlaknina; hidracija; vitamini in minerali. Prehranjevanje naj bo zdravo, a ne obremenjujoče – upoštevajte nekaj osnovnih načel.

Dvorana M3

16.00–17.00

POMEN TELESNE AKTIVNOSTI ZA FIZIČNO IN PSIHIČNO DOBROBIT STAREJŠIH

PRIPRAVLJA: Specialna bolnišnica za
medicinsko rehabilitacijo Naftalan Ivanič
Grad Hrvatska

PREDAVATELJICA: Snježana Bruči,
magistrica zdravstvene nege, študentka
- absolventka doktorskega študija
Socialne gerontologije Alma Mater
Europaea Maribor

Telesna aktivnost starejših ima pomembno vlogo pri ohranjanju mišične moči med staranjem in eventuelno pri zmanjševanju telesne teže, kar vodi v zmanjšanje pogostosti padcev in s tem pojavnosti zlomov in poškodb. Vsakodnevno gibanje in telovadba povečujeta telesno agilnost in psihično stabilnost, kar vodi v izboljšanje zdravja in same kakovosti življenja starejših. Telesna aktivnost mora biti vedno prilagojena zmožnostim, potrebam in interesom vsakega posameznika, ima pomembno vlogo pri socializaciji in kakovosti življenja, vzpodbuja pa optimizem in pozitivna čustva. Zdravju prijazno vedenje in aktivno staranje je strateška usmeritev projekta v Specialni bolnišnici za medicinsko rehabilitacijo Naftalan, kjer z ekipo zdravnikov specialistov fizikalne

Program še dopolnjujemo.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

medicine in rehabilitacije, fizioterapevtov, kineziologov in medicinskih sester pomagamo pri tipičnih tegobah starejših, kot so otrdelost, bolečine v vratu, hrbtu in sklepih pri počitku in gibanju, pa tudi tistim, ki želijo kakovostno preživeti zlata leta. V programu dajemo poseben pomen kakovostni in zdravi prehrani, ki je pomemben dejavnik in predpogoj za normalno delovanje telesa.

Dvorana M2

17.00–17.45

KVIZ IZ POZNAVANJA KULTURNIH SPOMENIKOV V LJUBLJANI

PRIPRAVLJA: Študijski krožek
»Spoznajmo svoje mesto in domovino«
iz Univerze za tretje življenjsko obdobje v
Ljubljani

PREDAVATELJICI: mag. Olga Paulič in
Meta Havliček

Člani študijskega krožka »Spoznajmo svoje mesto in domovino« na Univerzi za tretje življenjsko obdobje v Ljubljani, so v dveh študijskih letih, od 2021 do 2023, preučili petdeset spomenikov (arhitekture in kipi) v Ljubljani, ki nemo stojijo že desetletja, hodimo mimo njih, a jih ne vidimo, o njih ne razmišljamo, niti jih ne prepoznamo. So naši tihi spremljevalci, ki bogatijo Ljubljano. Ugotovitve so objavili v dveh monografijah »Še ne videna Ljubljana«.

Raziskovalki mag. Olga Paulič in Meta Havliček bosta v obliki kviza spodbudili gledalce, da bodo s pomočjo vizualne projekcije ugotavljali, katere spomenike poznajo in kaj vedo o njih. Predstavljene spomenike bosta interdisciplinarno povezali z drugimi spomeniki, umetniki in aktualnimi dogajanji.

Pridružite se nam in preverite poznavanje nemih zakladov naše preteklosti.

Dvorana M4

16.30–17.30

KDAJ VEMO DOVOLJ, DA SE LAHKO NEHAMO UČITI?

PRIPRAVLJA: Platforma Srčno
mentorstvo, Skupina vseživljenjskih
učenk in portal SeniorDela

MODERATORKA: Darinka Pavlič Kamien,
strokovnjakinja za komuniciranje,
predsednica Društva poslovnih žensk
FAM

SODELUJOČI V PANELU:

- Ana Kolenc, mentorica za razvoj osebnostnih potencialov in avtorica Svetlobnega vodnika, priločnika za zavestno kreiranje ter soustanoviteljica in direktorica podjetja LIGHT, podjetniško svetovanje z ljubeznijo;
- Elvira Lokan Štrucl, motivatorica, zagovornica odgovornosti vsakega posameznika, kako bo preživel svoj dan in čemu bo namenil čas, bančnica;

Program še dopolnjujemo.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

Petek, 29. september 2023

Dvorana M4

9.00–13.00

POSVET O VARNEM KOLESARJENJU STAREJŠIH

PRIPRAVLJA: Ljubljanska kolesarska mreža (LKM)

Kolesarjenje je v Sloveniji popularno tudi med starejšimi, saj pomeni nizkocenovno ter do zdravja in okolja prijazno možnost mobilnosti in ohranjanja socialnih stikov. Ker postajajo električna kolesa vse bolj popularna in dostopna se širi tudi potencial kolesarjenja med tistimi, ki niso več na vrhuncu svojih moči in za katere večji napori niso več zdravi. Na katere vidike zdravja starejših ter kako kolesarjenje najbolj vpliva nam bodo na posvetu predstavili strokovnjaki, beseda pa bo tekla tudi o tem, kako v Sloveniji zagotoviti res varne kolesarsko infrastrukturo ter sistemsko podporo usposabljanju starejših za varno kolesarjenje. Ob tem se bo mogoče udeležiti tudi praktičnega usposabljanja za varno vožnjo s kolesi in e-kolesi.

Dnevni red posveta:

9.00–9.15 Pozdravni nagovori in predstavitev ciljev in namenov ter poteka posveta

- mag. Mirjana Ivanuša Bezjak, mentorica, predavateljica in poslovna svetovalka na področju vodenja, človeških virov, blockchain tehnologije ter jezikovnega modela ChatGPT;
- Mitja Pajek, podjetnik, popotnik, večni iskalec izzivov in soustanovitelj platforme SeniorDela;
- Nataša Centa, univ. dipl. pedagoginja ter prof. matematike in fizike, vrhunska strokovnjakinja za digitalizacijo vodenja kadrov, zaposlena kot svetovalka poslovnih procesov v podjetju Mikrocop;
- Tatjana Kolenc, razvijalka mentorske kulture, mentorica, ambasadorka mentorstva in vseživljenjskega učenja ter soustanoviteljica platforme Srčno mentorstvo in Skupnosti srčnega mentorstva;
- mag Zvonka Pangerc Pahernik, Andragoški center Slovenije, vodja promocijskega in informacijskega središča / vodja projektov TVU in EPUO/nacionalna koordinatorica ELS.

Program še dopolnjujemo.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

9.15–9.35 Zakaj je kolesarjenje v tretjem življenjskem obdobju tako pomembno za zdravje?
dr. Zvezdan Pirtošek, UKC Ljubljana

9.35–9.55 Kako usposablјati starejše za varno kolesarjenje?
mag. Andrea Backovič Juričan, NIJZ

9.55–10.20 Primeri dobrih praks usposablјanja starejših za varno kolesarjenje
Iva Zozoly, LKM

10.20–10.40 Odmor

10.40–11.00 Kaj oz. kakšna je za vse varna kolesarska infrastruktura?
Gregor Steklačič, nacionalni koordinator za kolesarstvo, MOPE

11.00–11.20 Kritične točke prometne infrastrukture v Ljubljani z vidika varnosti kolesarjev
Lea Ružič, PNG d. o. o. in LKM

11.20–11.40 Glavni izzivi zagotavlјanja varnosti (starejših) kolesarjev v Sloveniji
mag. Mateja Markl, Ministrstvo za zdravje

11.40–12.00 Odmor

12.00–12.30 Okrogla miza s predavateljji:
Kako do boljše varnosti in več kolesarjenja v tretjem življenjskem obdobju?

Moderator: Andrej Klemenc, LKM

Med 11.00 in 13.00 bo na Trgu republike v organizaciji in izvedbi LKM in v sodelovanju s kolesarsko trgovino NEW BIKE potekalo praktično usposablјanje starejših za varno vožnjo s kolesi in e-kolesi na poligonu varnostne vožnje s kolesi.

Dvorana M2

9.30–10.30

ZADOVOLJNI V STAROSTI

PRIPRAVLJA: Zveza društev za socialno gerontologijo Slovenije

PREDAVATELJICA: Jasmina Vrečko, mag. Mateja Prosen

Znan stavek: »Da bom le na starost imel/-a zdravje«. Ampak, ali je to dovolj? Poleg telesne, duševne in materialne varnosti za zadovoljno starost potrebujemo možnost, da se lahko svobodno odločamo, da ohranjamo kvalitetne odnose, predajamo življenjske izkušnje mlajšim, ohranjamo radovednost ter se trudimo za smiselnost in sprejemanje svoje starosti.

Dvorana M3

9.30–10.30

DIHAMO Z NARAVO

PRIPRAVLJA: Društvo šola zdravja

PREDAVATELJ: Andraž Purger, prof. šp. vzg.

Program še dopolnjujemo.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

Vsak trenutek je lahko nov začetek! Društvo Šola zdravja prepoznate po oranžnih majicah, ki vsako jutro od 7.30 do 8.00 telovadijo v več kot 90 občinah po Sloveniji. Naredili pa smo korak naprej, saj smo prepoznali kako pomembno je poleg razgibanega telesa tudi duševno zdravje. Zdrav duh v zdravem telesu, kajne? Na predavanju boste izvedeli nekaj o čustvenih izzivih, kako se z njimi soočamo in kako si lahko pomagamo. Kakšna je povezava med našim razmišljanjem, čustvenimi stanji in razvijanju boleznih ali bolečin? Kako se vse med seboj prepleta in kaj lahko sami storimo, da bo življenje lepše in ostanemo čim dlje zdravi in samostojni. Predstavljen bo humanitaren projekt Dihamo z naravo, ki se izvaja na 23 lokacijah po Sloveniji in vam omogoča brezplačno vodeno aktivnost sprostitve živčnega sistema in umirjanje uma. Dobrodošli! Andraž Purger prof. šp. vzg. vodja projekta Dihamo z naravo Društvo Šola zdravja.

Dvorana M2

11.00–12.00

USTREZEN ODNOS DO OSEB Z DEMENCO

PRIPRAVLJAJA: Zveza društev za socialno gerontologijo Slovenije

PREDAVATELJICA: doc. dr. Barbara Grintal

Za ustrezno ravnanje je potrebno znanje o demenci, o vedenju ter razumevanje njihovega duševnega stanja. Pomembno se je soočiti in sprejeti, da je bližnja oseba zbolela in da to vpliva na njene sposobnosti. Ustrezen odnos temelji na prilagojeni komunikaciji, tako z umirjenimi besedami kot z umirjenim vedenjem. Poleg besed je pomemben dotik, objem ali le biti ob osebi, da se počuti varno.

Dvorana M3

11.00–12.00

MOČ MATIČNEGA MLEČKA

PRIPRAVLJAJA: Medex Trade d.o.o.

PREDAVATELJ: dr. Rok Kopinč

Matični mleček ima edinstveno sestavo in v njem najdemo snovi, ki jih ni nikjer drugje v naravi. Je najdragocenejši pridelek iz čebeljega panja, saj skrbi za širjenje čebelje družine. Z leta v leto odkrivamo nove načine kako lahko matični mleček pomaga tudi človeku. Razkrili bomo vse moči, ki jih ima in kako smo jih v Medexu uporabili.

Dvorana M2

12.30–13.30

SLUŠNI APARATI IN PREMAGOVANJE IZGUBE SLUHA

PRIPRAVLJAJA: Zveza društev gluhih in naglušnih Slovenije

Program še dopolnjujemo.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

PREDAVATELJ: Roman Demir, slušni akustik, tolmač in učitelj slovenskega znakovnega jezika

Predavanje se osredotoča na odločitve za slušni aparat ter sam postopek pridobitve slušnega aparata. Predstavljeni bodo koraki pridobitve aparata, izbor dobavitelja, pomembni dejavniki pri nakupu ter kritje stroškov s strani zdravstvenega zavarovanja. Poleg tega bodo obravnavane tudi uporaba slušnega aparata, vrste in funkcionalnosti, vzdrževanje, menjava ter kontrolni pregledi in prilagoditve pri dobavitelju. Cilj predavanja je ozaveščanje o pomenu slušnih aparatov za izboljšanje kakovosti življenja naglušnih posameznikov ter nudenje praktičnih nasvetov in informacij za pravilno uporabo in skrb za slušni aparat.

Dvorana M3

12.30–13.30

DOSTOP DO KULTURE IN UMETNOSTI ZA VSE, NE LE ZA MLAJŠE

PRIPRAVLJA: Ministrstvo za kulturo

MODERATOR: Rok Avbar, Ministrstvo za kulturo Republike Slovenije

SODELUJOČI V PANELU:

- Kim Komljanec, Ministrstvo za kulturo;
- dr. Tomaž Simetinger, Javni sklad RS za kulturne dejavnosti;
- Živa Jurančič, Kinodvor.

Kako kulturo in umetnost narediti čim bolj dostopni in vključujoči za vse generacije? Ministrstvo za kulturo vas vabi na okroglo mizo, kjer bomo skupaj s sogovorniki in sogovornicami predstavili dobre prakse vključevanja starejših generacij v programe in vsebine ljubiteljske in profesionalne kulture. Posebno pozornost bomo namenili pobudam in predlogom občinstva, s katerim bomo iskali rešitve in predloge za izboljšanje dostopnosti kulture in umetnosti za kakovostno tretje življenjsko obdobje.

Dvorana M2

14.00–15.00

STRES IN ZDRAVJE - KAKO DELUJE, KAJ POMAGA

PRIPRAVLJA IN PREDAVA: Barbara Hrovatin, dr. med.

Od vsakdanjega izraza do medicinskega pojma - stresni odziv pri akutnih (kratkotrajnih, obvladljivih) izzivih omogoča preživetje, učenje, prilagajanje okolju in tako pomembno prispeva k razvoju (osebe, vrste). Vendar pa isti mehanizmi, ki nam pri soočenju z nevarnostjo omogočajo preživetje, pri kronični izpostavljenosti neobvladljivim stresorjem vodijo v bolezni. Na katere zdravstvene težave stres najpogosteje vpliva in kako si lahko pomagamo?

Program še dopolnjujemo.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

Dvorana M3

14.00–14.45

PLEMENITE KOVINE IN VARČEVANJE ZA STAROST

PRIPRAVLJA: Elementum d.o.o.

PREDAVATELJ: Polonca Obrč

Spoznajte, kako lahko varčevanje v plemenitih kovinah (srebro in zlato) vpliva na varnost vaših vnukov, vašo

varno starost ter prenos vrednosti med generacijami. Odkrijte strategije, ki združujejo skrb za prihodnost vseh treh generacij. S konkretnimi strategijami bomo razložili, kako se lahko vsaka generacija aktivno vključi v ta proces in si zagotovi bolj stabilno prihodnost. Več kot 15-letne izkušnje strokovnjakov iz podjetja Elementum vam bodo koristile pri vaših odločitvah pri plemenitju vašega premoženja.



Program še dopolnjujemo.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.



Mestna občina
Ljubljana

PROGRAM MESTNE OBČINE LJUBLJANA

Udeležba na vseh dogodkih je brezplačna. Pridržujemo si pravico do sprememb programa!

Sreda, 27. september 2023

Predstavitveni prostor MOL

10.00–10.40

ZDRAVA PREHRANA IN VADBA ZA STAREJŠE

Šport Ljubljana

predavanje

11.00–11.40

PREDSTAVITEV: PROGRAMI DNEVNIH CENTROV

AKTIVNOSTI ZA STAREJŠE

Mestna zveza upokojencev Ljubljana

predstavitev

12.00–12.40

IZBOLJŠANJE POČUTJA STAREJŠIH S POMOČJO UMETNOSTI IN NARAVE

Spominčica-Alzheimer Slovenija

delavnica

13.00–13.40

PLESNI KORAK

Društvo Kvas

ples

14.00–14.40

HELLO/HALLO/SALUT/HOLA/ CIAO

Pionirski dom–center za kulturo mladih

jezikovna delavnica

15.00–15.40

VETER Z VZHODA

Založba Beletrina s Tonetom Partljičem

predstavitev knjige

16.00–16.40

O ZDRAVI PREHRANI IN PREHRANJEVALNIH NAVADAH ZA STAREJŠE (PROJEKT CONVIDA+)

Inštitut Antona Trstenjaka za

gerontologijo

predstavitev

17.00–17.40

CENTER ROG SE PREDSTAVI– NEKDANJA TOVARNA ROG BO ŠE NAPREJ »TOVARNA«

Kreativno središče Center Rog

predstavitev

Info točka MOL

11.00–13.00

**DIGITALNI KOTIČEK–POMOČ
PRI UPORABI PAMETNIH
TELEFONOV IN TABLIC**

JZ Cene Štupar

11.00–14.00

**INFORMACIJE O MOŽNIH
STANOVANJSKIH REŠITVAH**

Javni stanovanjski sklad MOL

11.00–18.00

LPP INFORMACIJE

Ljubljanski potniški promet, d.o.o.

11.00–18.00

**INFORMACIJE O ŠPORTNI
PONUDBI, IZOBRAŽEVANJU
ODRASLIH, PONUDBI
LJUBLJANSKEGA GRADU**

Šport Ljubljana, JZ Cene Štupar, JZ
Ljubljanski grad

Četrtek, 28. september 2023

Predstavitveni prostor MOL

9.00–9.40

**1000 GIBOV IN DIHOV V 30
MINUTAH**

Društvo Šola zdravja

vadba

10.00–10.40

**KAKO SO ME NA SPLETU
OPETNAJSTILI**

Društvo slovenskih pisateljev s
pisateljico Majdo Koren

predavanje

11.00–11.40

**PRIPOMOČKI ZA BOLJŠI
SPOMIN**

Jasmina Lambergar

delavnica

12.00–12.40

**ESPERANTO POVEZUJE LJUDI
IN DEŽELE**

Združenje za esperanto Slovenije

predavanje

13.00–13.40

**PRENOS FOTOGRAFIJE NA
BLAGO**

Društvo ŠKUC

delavnica

14.00–14.40

GLASNO BRANJE V BOJU PROTI DEMENCI

Vodnikova domačija Šiška

predstavitev

15.00–15.40

NARAVNA POT NAZAJ K ZDRAVJU

Zavod Prerod, zavod za zdravo in
kvalitetno življenje

predstavitev

16.00–16.40

VISUAL VERNACULAR

Društvo gluhih in naglušnih Ljubljana

predstava v znakovnem jeziku

17.00–17.40

KREPITEV KONCENTRACIJE IN TRENING MOŽGANOV S POSEBNO TEHNIKO RISANJA IN BARVANJA

Društvo Senior

delavnica

Info točka MOL

9.00–11.00

DIGITALNI KOTIČEK–POMOČ PRI UPORABI PAMETNIH TELEFONOV IN TABLIC

JZ Cene Štupar

9.00–18.00

LPP INFORMACIJE

Ljubljanski potniški promet, d.o.o.

9.00–18.00

INFORMACIJE O ŠPORTNI PONUDBI, IZOBRAŽEVANJU ODRASLIH, PONUDBI LJUBLJANSKEGA GRADU

Šport Ljubljana, JZ Cene Štupar, JZ
Ljubljanski grad

14.00–16.00

INFORMACIJE O MOŽNIH STANOVANJSKIH REŠITVAH

Javni stanovanjski sklad MOL

Petek, 29. september 2023

Predstavitveni prostor MOL

9.00–9.40

TELOVADBA ZA STAREJŠE

Zavod Aktivna starost

vadba

10.00–10.40

GODALKANJE (VIOLINSKE GOVORICE IN PLESI EVROPSKIH REGIJ)

Bojan Cvetežnik & Barja Drnovšek,
Terrafolk duo

glasbeni nastop

11.00–11.40

KAKO PREPREČITI UPAD MIŠIČNE MASE

Zdravstveni dom Ljubljana
predstavitev

12.00–12.40

STORITVE MESTNE KNJIŽNICE LJUBLJANA ZA STAREJŠE

Mestna knjižnica Ljubljana
predstavitev

14.00–14.40

V STAROSTI VSAK DAN NEKAJ NOVEGA

Medgeneracijsko društvo Tromostovje
predavanje

15.00–15.40

DRUŽABNI PLESI IN LATINO LADY STYLE

Center aktivnosti Fužine
plesna vadba

Info točka MOL

9.00–11.00

DIGITALNI KOTIČEK–POMOČ PRI UPORABI PAMETNIH TELEFONOV IN TABLIC

JZ Cene Štupar

9.00–16.00

LPP INFORMACIJE

Ljubljanski potniški promet, d.o.o.

9.00–16.00

INFORMACIJE O ŠPORTNI PONUDBI, IZOBRAŽEVANJU ODRASLIH, PONUDBI LJUBLJANSKEGA GRADU

Šport Ljubljana, JZ Cene Štupar, JZ
Ljubljanski grad

11.00–14.00

INFORMACIJE O MOŽNIH STANOVANJSKIH REŠITVAH

Javni stanovanjski sklad MOL

V času trajanja festivala lahko upokojenci v Lutkovnem gledališču Ljubljana ob predložitvi kartice upokojenca ZPIZ dvignejo dve brezplačni vstopnici za ogled predstav.

SPREMLJEVALNI PROGRAM

Udeležba na vseh dogodkih je brezplačna. Pridržujemo si pravico do sprememb programa!

Sreda, 27. september 2023

8.00

BREZPLAČNA TELOVADBA

Oddelek za šport

Mestna občina Ljubljana

MZU – Dnevni center aktivnosti za
starejše Rudnik, Pot k ribniku 3a
(priporočamo primerna oblačila in vodo)

9.00–10.00

ZDRAVSTVENA VZGOJA IN NEGA Z DIPLOMIRANO MEDICINSKO SESTRO

Koronarni klub Ljubljana

*individualni pogovori in skupinske
delavnice*

Štepanjsko nabrežje 38, Ljubljana

9.00–10.00 in 10.00–11.00

VSEŽIVLJENJSKA REHABILITACIJA SRČNO- ŽILNIH BOLNIKOV IN PREPREČEVANJE BOLEZNI SRCA IN OŽILJA

Koronarni klub Ljubljana

vadba

Štepanjsko nabrežje 38, Ljubljana

9.00–11.00

INFORMIRANJE O CELOVITEM PROGRAMU VSEŽIVLJENJSKE OBRAVNAVE SRČNO-ŽILNIH BOLNIKOV

Koronarni klub Ljubljana

Štepanjsko nabrežje 38, Ljubljana

9.00

BREZPLAČNA TELOVADBA NA PROSTEM

Oddelek za šport

Mestna občina Ljubljana

Otok športa BS-3 med Puhovo in
Trebinjsko ulico (priporočamo primerna
oblačila in vodo)

10.00

DOMINIK MAHNIČ: KRMILJENJE ČOPIČA

Galerija Vžigalica (MGML)

voden ogled razstave

Galerija Vžigalica, Trg francoske
revolucije 7

10.00

SKRIVNOST LJUBLJANSKIH ULIC

Turizem Ljubljana

voden ogled

Ploščad pred Cankarjevim domom, pred
Cankarjevim spomenikom

10.30

BREZPLAČNA TELOVADBA

Oddelek za šport

Mestna občina Ljubljana

MZU – Dnevni center aktivnosti za
starejše Dravlje, Kunaverjeva ulica 6–8
(priporočamo primerna oblačila in vodo)

11.00

ZGODOVINA IN PRENOVA CUKRARNE

Cukrarna (MGML)

voden ogled

Cukrarna, Poljanski nasip 40

Obvezne prijave na: info@cukrama.art
ali 01 24 12 572

14.00

VODENI OGLED PO KRIŽANKAH

Festival Ljubljana

Pred vhodom v Križanke – Festival
Ljubljana, Trg francoske revolucije 1,
Ljubljana

15.00

OGLED FILMA PSOM IN ITALIJANOM VSTOP PREPOVEDAN INTERDIT AUX CHIENS ET AUX ITALIENS

(Alain Ughetto; Francija/Italija/
Portugalska/Švica/Belgija, 2022, 70
minut)

Kinodvor

Na voljo je 10 brezplačnih vstopnic, ki
jih prevzamete na blagajni Kinodvora,
Kolodvorska 13; najkasneje 15 minut
pred začetkom predstave

17.00

BREZPLAČNA TELOVADBA NA PROSTEM

Oddelek za šport

Mestna občina Ljubljana

Otok športa pri Koseškem bajerju
(priporočamo primerna oblačila in vodo)

18.00

VALENTINA PLASKAN: STENA SRCA

Mestna knjižnica Ljubljana

predstavitve knjige

Mestna knjižnica Ljubljana, enota
Knjižnica Otona Župančiča, podprtiličje

V času trajanja festivala lahko upokojeenci v Lutkovnem
gledališču Ljubljana ob predložitvi kartice upokojenca
ZPIZ dvignejo dve brezplačni vstopnici za ogled predstav.

18.00

AKUTNE LEVKEMIJE – POGOVOR

Slovensko združenje bolnikov z
limfomom in levkemijo

Mestna knjižnica Ljubljana

Mestna knjižnica Ljubljana, enota
Knjižnica Otona Župančiča, 3. nadstropje

18.00

BREZPLAČNA TELOVADBA NA PROSTEM

Oddelek za šport

Mestna občina Ljubljana

Otok športa Omersova, Podutik
(priporočamo primerna oblačila in vodo)

19.00

SREČEVANJA SVETOV: RAZLIČNE GENERACIJE, ENAKA USTVARJALNOST?

Društvo slovenskih pisateljev

pogovorni večer

Društvo slovenskih pisateljev, Tomšičeva
12

19.00

BREZPLAČNA TELOVADBA NA PROSTEM

Oddelek za šport

Mestna občina Ljubljana

Otok športa Šerkova ulica
(priporočamo primerna oblačila in vodo)

20.00

BREZPLAČNA TELOVADBA NA PROSTEM

Oddelek za šport

Mestna občina Ljubljana

*Večgeneracijsko igrišče Kašelj,
Klemenova ulica (priporočamo primerna
oblačila in vodo)*

Četrtek, 28. september 2023

9.00

BREZPLAČNA TELOVADBA

Oddelek za šport

Mestna občina Ljubljana

MZU – Dnevni center aktivnosti za
starejše Bežigrad, Puhova ulica 6
(priporočamo primerna oblačila in vodo)

9.00–10.00

ZDRAVSTVENA VZGOJA IN NEGA Z DIPLOMIRANO MEDICINSKO SESTRO

Koronarni klub Ljubljana

*individualni pogovori in skupinske
delavnice*

Štepanjsko nabrežje 38, Ljubljana

9.00–10.00 in 10.00–11.00

**VSEŽIVLJENJSKA
REHABILITACIJA SRČNO-
ŽILNIH BOLNIKOV IN
PREPREČEVANJE BOLEZNI
SRCA IN OŽILJA**

Koronarni klub Ljubljana

vadba

Štepanjsko nabrežje 38, Ljubljana

9.00–11.00

**INFORMIRANJE O CELOVITEM
PROGRAMU VSEŽIVLJENJSKE
OBRAVNAVE SRČNO-ŽILNIH
BOLNIKOV**

Koronarni klub Ljubljana

Štepanjsko nabrežje 38, Ljubljana

9.00–13.00

**DAN ODPRTIH VRAT DRUŠTVA
SLOVENSКИH SKLADATELJEV**

Društvo slovenskih skladateljev

Društvo slovenskih skladateljev, Trg
francoske revolucije 6

Obvezne prijave na mail info@dss.si

10.00

SUSAN MEISELAS. MEDIACIJE

Galerija Jakopič (MGML)

voden ogled razstave

Galerija Jakopič, Slovenska cesta 9

11.00

**OBISK GALERIJE ŠKUC IN
ATELJEJA SLIKARKE IVANE
BAJEC**

Društvo ŠKUC

Galerija Škuc, Stari trg 21, Ljubljana

10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00 in 15.00

**PLEČNIKOVA HIŠA
(VODEN OGLED PLEČNIKOVEGA
DOMOVANJA)**

Plečnikova hiša (MGML)

Plečnikova hiša, Karunova 4–6

Obvezne prijave na: prijava@mgml.si ali
01 24 12 506

15.00

**OGLED LJUBLJANE Z VODIČEM
TURIZMA LJUBLJANA**

Ljubljanski potniški promet in Turizem
Ljubljana

krožna vožnja z mestnim avtobusom

Pred SNG Opera in balet Ljubljana,
Župančičeva 1, ob 14.50

Obvezne prijave na: tic@visitljubljana.si
ali 01 30 61 215

16.00

**VODSTVO PO 35.
MEDNARODNEM GRAFIČNEM
BIENALU**

Mednarodni grafični likovni center

Mednarodni grafični likovni center
(MGLC), Grad Tivoli, Pod turnom 3

17.00

**JURIJ KALAN: PREGLEDNA
RAZSTAVA LIKOVNIH DEL –
VODSTVO PO RAZSTAVI**

Mestna galerija Ljubljana (MGML)

Mestna galerija Ljubljana, Mestni trg 5
(dostop za gibalno ovirane ni možen)

17.00–18.00

DELAVNICA KLEKLJANJA

Humanitarno društvo

NIKOLI SAM

Kletni prostor ČS Posavje, Bratovševa
ploščad 30

17.00–18.00

**ČAJ OB PETIH –
PREDSTAVITEV TEDENSKIH
SREČANJ, DRUŽENJ,
DRUŽABNIH IGER IN ŠE
MNOGO VEČ**

Humanitarno društvo

NIKOLI SAM

Kletni prostor ČS Posavje, Bratovševa
ploščad 30

17.00–18.00

**DELAVNICA RISARSKEGA
IZRAŽANJA**

Humanitarno društvo

NIKOLI SAM

Kletni prostor ČS Posavje, Bratovševa
ploščad 30

18.00

**PREDAVANJE POKLIC
KONSERVATOR–
RESTAVRATOR: BOGASTVO
MNOGIH ZNANJ**

Martina Lesar Kikelj

Mestna knjižnica Ljubljana

Mestna knjižnica Ljubljana, enota
Prežihov Voranc

18.00

**PREDAVANJE: POMENI
ROKODELSTVA V ČASU
DIGITALNE PREOBRAZBE**

Tanja Roženberger

Mestna knjižnica Ljubljana

Mestna knjižnica Ljubljana, enota
Knjižnica Otona Župančiča, 3. nadstropje

18.00

DELAVNICA SVET TIŠINE

Renata Medle

Mestna knjižnica Ljubljana

Mestna knjižnica Ljubljana, enota
Knjižnica Otona Župančiča, podprtiličje

18.00

**DELAVNICA PRIŠLA BO
POMLAD**

Marija Čeh

Mestna knjižnica Ljubljana

Mestna knjižnica Ljubljana, enota
Bežigrad

18.00

BREZPLAČNA TELOVADBA NA PROSTEM

Oddelek za šport

Mestna občina Ljubljana

Otok športa Grajski grič (priporočamo primerna oblačila in vodo)

19.00

BREZPLAČNA TELOVADBA NA PROSTEM

Oddelek za šport

Mestna občina Ljubljana

Otok športa Šiška – Trikotnik, ob kamniški progi (priporočamo primerna oblačila in vodo)

Petek, 29. september 2023

8.00

BREZPLAČNA TELOVADBA NA PROSTEM

Oddelek za šport

Mestna občina Ljubljana

Otok športa ob Gimnastičnem centru Ljubljana (priporočamo primerna oblačila in vodo)

11.00

LJUBLJANA. ZGODOVINA. MESTO.

Mestni muzej Ljubljana (MGML)

voden ogled po razstavi

Mestni muzej Ljubljana, Gosposka 15

13.00

LJUBLJANSKE ZGODBE O LJUBEZNI

Turizem Ljubljana

voden ogled

Ploščad pred Cankarjevim domom, pred Cankarjevim spomenikom

18.00

BREZPLAČNA TELOVADBA NA PROSTEM

Oddelek za šport

Mestna občina Ljubljana

Otok športa Tivoli, pri Fitnes centru in kopališču (priporočamo primerna oblačila in vodo)

19.00

BREZPLAČNA TELOVADBA NA PROSTEM

Oddelek za šport

Mestna občina Ljubljana

Otok športa Nanoška (priporočamo primerna oblačila in vodo)

V času trajanja festivala lahko upokojeenci v Lutkovnem gledališču Ljubljana ob predložitvi kartice upokojenca ZPIZ dvignejo dve brezplačni vstopnici za ogled predstav.

KULTURNI PROGRAM

Partner Kulturnega programa je Ministrstvo za kulturo.

Organizator si pridržuje pravico do spremembe programa. Morebitne spremembe najdete na www.f3zo.si.

Tridnevni kulturni program obsega preko 120 programskih točk, soustvarja pa ga več kot 2.200 nastopajočih, članov kulturno-umetniških društev, folklornih skupin, pevskih zborov, društev upokojencev in mnogih drugih organizacij iz vse Slovenije in tujine. Nastopati v hramu slovenske kulture, v Cankarjevem domu, je že samo po sebi svojevrsten izziv in hkrati nepozabno doživetje. To lahko potrdijo številne skupine in posamezniki, ki so že navduševali obiskovalce Festivala za tretje življenjsko obdobje, in katerim nastop na festivalu predstavlja letni vrhunec njihovega delovanja.

Sreda, 27. september 2023

VENČEK INŠTRUMENTALNIH SKLADB

Inštrumentalni sestav SVŠGUGL
Srednja vzgojiteljska šola, gimnazija in
umetniška gimnazija Ljubljana
pevski ali glasbeni nastop

GRAJSKO ŽIVLJENJE

Dramska skupina Ojstriška gospoda
TD Tabor
pevski ali glasbeni nastop, predstavitev

S POEZIJO IN PRIPOVEDNIŠTVOM V TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE

Literarna skupina
Kulturno-zgodovinsko društvo Rusalka
gledališki nastop, predstavitev

PEVSKI NASTOP PEVCEV IZPOD ROŽNIKA

Pevsko turistično društvo Pevci izpod
Rožnika
pevski ali glasbeni nastop

VESELI HOLCARJI ZOPET MED VAMI

Pevska skupina Holcarji
DU Vitanje
pevski ali glasbeni nastop

PESEM V MENI

Mladinski pevski zbor Osnovne šole
Tržišče
Osnovna šola Tržišče
pevski ali glasbeni nastop

Program je v sestavi.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

NIA - PLESNO GIBALNA TEHNIKA

Center aktivnosti Fužine - središče
druženja in aktivnosti za starejše
plesni nastop

LELE JANO, TRENDAFILCETO, KARA-KARANFILCETO, SPLET MAKEDONSKIH NARODNIH PESAMA, MAJKA LULA MASKO CEDO - PETRANKA DAFKOVA

Združenie na penzionerite Centar –
Skopje
pevski ali glasbeni nastop

JOVANO, JOVANKE, PRASA LI TIMKE MAJKA TI, NA TRI PATI - KOLO, ARNAUTOT - KOLO

Združenie na penzioneri Kocani
ZP Kocani
pevski ali glasbeni nastop

PESEM OSREČUJE

MPZ Barje
Kulturno prosvetno društvo Barje
pevski ali glasbeni nastop

INDIJSKI PLESI, STANDARDNI IN LATINSKOAMERIŠKI PLESI PRIKROJENI V SKUPNI ZABAVNI PLES

Selške dame
DU za Selško dolino Železniki
plesni nastop

PEVSKI NASTOP

MePZ Društva upokojencev Semič
DU Semič
pevski ali glasbeni nastop

Z LJUDSKO PESMIJO VČASIH, DANES IN JUTRI

Šokice, ljudske pevke
KUD Jože Mihelčič Semič
pevski ali glasbeni nastop

TREBUŠNE PLESALKE TULIPAN

Trebušne plesalke Tulipan
Mestna zveza upokojencev Ljubljana,
osrednjeslovenska pokrajinska Zveza
društev upokojencev
plesni nastop

TAI CHI

Tai chi, DCA Ljubljana
Mestna zveza upokojencev Ljubljana,
osrednjeslovenska pokrajinska Zveza
društev upokojencev
plesni nastop

Program je v sestavi.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

DRUŽABNI PLESI IN LATINO LADY STILE

Center aktivnosti Fužine - središče
druženja in aktivnosti za starejše
plesni nastop

GLASBENI NASTOP

Citrarska skupina Notice
KD Domžale
pevski ali glasbeni nastop

VESELJE V PESMI

MePZ DU Šentrupert
DU Šentrupert, Dolenjska
plesni nastop

VENČEK LJUDSKIH PESMI

PZ Livada
Mestna zveza upokojencev Ljubljana,
osrednjeslovenska pokrajinska Zveza
društev upokojencev
pevski ali glasbeni nastop

PEVSKI NASTOP SKUPINE "PO STEZICAH"

Po stezicah
Društvo Optimisti Ptuj
pevski ali glasbeni nastop

PEVSKI NASTOP LJUDSKIH PEVCEV DU TURNIŠČE

Ljudski pevci DU Turnišče
DU Turnišče pri Ptuju
pevski ali glasbeni nastop

PEVSKI NASTOP

ŽPZ DU Logatec
DU Logatec
pevski ali glasbeni nastop

PLES V VRSTI

Plesna skupina Domine
DU Logatec
plesni nastop

ISTRSKI PLESI

Folklorna skupina obalnih občin Sožitje
in pevski zbor "Rožmarin"
Društvo Sožitje obalnih občin
plesni nastop / pevski ali glasbeni nastop

ZAPOJTE Z NAMI

Loške orglice
DU Škofja loka
pevski ali glasbeni nastop

KJER NEKOČ JE VETER ZIBAL KLASJE

PZ DU Vrhnika
DU Vrhnika
pevski ali glasbeni nastop

Program je v sestavi.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

LINE DANCE IDRIJA

Line dance Idrija
Plesni klub Idrija
plesni nastop

TRADICIONALNO PETJE TERFOLKLORNI NASTOP OTROŠKE IN STAREJŠE SKUPINE

Srbsko kulturno društvo Sava Hrastnik
pevski ali glasbeni nastop

JESEN V TRNOVEM

DU Trnovo
pevski ali glasbeni nastop

RADE PREPEVAMO LJUDSKE PESMI

Ljudske pevke Dobrna
Društvo podeželskih deklet in žena
Arnika
pevski ali glasbeni nastop

KDOR POJE RAD - OSTAJA MLAD!

ŽPZ Stane Habe Domžale
pevski ali glasbeni nastop

PESEM NAS POVEZUJE

MEPZVrelec pri DU Škofja loka
DU Škofja loka
pevski ali glasbeni nastop

SATIRIČNA KOMEDIJA, ENODEJANKA BRANISLAVA NUŠIČA - OBLAST, V PREVODU MILETA KLOPČIČA

Dramska skupina Božekako
Mestna zveza upokojencev Ljubljana,
osrednjeslovenska pokrajinska Zveza
društev upokojencev
gledališki nastop

PESEM JE PRI NAS DOMA

Društvo ženski pevski zbor Laško
pevski ali glasbeni nastop

ZAKAJ BI VESELO NE PELI

Ljubečanke
ŽPZ KUD Ljubečna Celje
pevski ali glasbeni nastop

PEVSKI NASTOP

ŽePZ Soča
ŽePZ SOČA društvo Slavec Solkan
pevski ali glasbeni nastop

JOLANDA S PRIJATELJI IZ CAF-A

Center aktivnosti Fužine - središče
druženja in aktivnosti za starejše
pevski ali glasbeni nastop

Program je v sestavi.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

SLOVENSKA LJUDSKA PESEM

MPZ upokojecev Janez Cerar Domžale
pevski ali glasbeni nastop

ORIENTALSKI PLES

Plesna skupina Habibi babi
Društvo KUD Baladi
plesni nastop

FAJN SE 'MAMO

Folklorna skupina Tretje OŠ Slovenj
Gradec
Tretja OŠ Slovenj Gradec
plesni nastop

TROBILNI SEKSTET POLICIJSKEGA ORKESTRA

Policijski orkester
Policija
pevski ali glasbeni nastop

Četrtek, 28. september 2023

ZAPOJMO, ZAIGRAJMO, ZAPLEŠIMO

Kulturniška skupina DU Vodice
DU Vodice
pevski ali glasbeni nastop / plesni nastop

LELE JANO, TRENDAFILCETO, KARA-KARANFILCETO, SPLET MAKEDONSKIH NARODNIH PESAMA, MAJKA LULA MASKO CEDO- PETRANKA DAFKOVA

Zdruzenie na penzionerite Centar –
Skopje
pevski ali glasbeni nastop

JOVANO, JOVANKE, PRASA LI TIMKE MAJKA TI, NA TRI PATI- KOLO, ARNAUTOT -KOLO

Zdruzenie na penzioneri Kocani
ZP Kocani
pevski ali glasbeni nastop

S PLESOM V JESEN

Frajle
DU Rakek
plesni nastop

PEVSKI NASTOP

Vokalna skupina Sibia
DU Rakek
pevski ali glasbeni nastop

PEVSKI NASTOP

Mavrica
DU Rakek
plesni nastop

Program je v sestavi.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

MI IMAMO SE FAJN

Pevski zbor DCA DUR, DCA Ljubljana
Mestna zveza upokojencev Ljubljana,
osrednjeslovenska pokrajinska Zveza
društev upokojencev

pevski ali glasbeni nastop

JERUZALEMA

Ples na vozičkih
Društvo Sonček Posavje

plesni nastop

PREFORMANS PETJA IN LIKOVNA RAZSTAVA

PZ Osnovne šole Ob Dravinji Slovenske
Konjice

Turistično društvo Slovenske Konjice

pevski ali glasbeni nastop

PETJE RAZLIČNIH SKLADB

MPZ DU Komenda

pevski ali glasbeni nastop

PLESNI MIX

Plesna skupina Štorovke
KŠD Šator Štorje

plesni nastop

EGIPČANSKO-TURŠKO ORIENTALSKI PLESI, KI SO POVEZANI V MIXU

Irry dance

Plesalke Irry dance

plesni nastop

PEVSKI ZBOR CAF "BONGO"

Center aktivnosti Fužine - središče
druženja in aktivnosti za starejše

plesni nastop

MOJA PESEM JE MOJ OBRAZ (S. KOSOVEL)

Medgeneracijsko informacijsko
družabno središče Ministrstva za
obrambo Ajdovščina

Medgeneracijsko prostovoljsko društvo
Ministrstva za obrambo (MPD MO)

*pevski ali glasbeni nastop / gledališki
nastop*

PEVSKI NASTOP

Grajski pevci KŠD Predgrad

KŠD Predgrad

pevski ali glasbeni nastop

COUNTRY PLES

Irry dance

Plesalke Irry dance

plesni nastop

Program je v sestavi.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

KAN KAN

Irry dance
Plesalke Irry dance
plesni nastop

PLES ZA VSE GENERACIJE

Plesna skupina Žurerke
KD Borovnica
plesni nastop

VENČEK NARODNIH PESMI OB SPREMLJAVI HARMONIK

Pevsko instrumentalna skupina Sončna
jesen in skupina Trio harmonik
DU Medvode
pevski ali glasbeni nastop

PLESNA SKUPINA RENASANČNIH PLESOV ŠALEŠKA GOSPODA

Šaleška gospoda
plesni nastop

SREBRNE ZVEZDE POJEJO

PZ Srebrne zvezde
DU Pirniče
pevski ali glasbeni nastop

LJUBITELJI LJUDSKEGA PETJA GOLOVEC IZ LJUBLJANE SE PREDSTAVIJO

MPZ ljubitelji ljudskega petja Golovec
DU Krim-Rudnik
pevski ali glasbeni nastop

ZMERAJ VESEL VESEL

PZ DU Kozarje
pevski ali glasbeni nastop

POSKOČEN KORAK ALI NEŽEN PLES - POMLADE VSAKEGA PRAV ZARES

Country plesna skupina Vrtičkarji
plesni nastop

BELOKRANJSKI PLESI

Folklorna skupina Dolsko
TD Dolsko-folklorna skupina Dolsko v
sodelovanju z DU Dolsko
pevski ali glasbeni nastop

RASTI, RASTI REPICA

Otroška folklorna skupina Dolsko
TD Dolsko-otroška folklorna skupina
Dolsko, v sodelovanju z DU Dolsko
plesni nastop

Program je v sestavi.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

SPLET MEĐIMURSKIH PESMI IN PLESOV "LEPE NAŠE SENOKOŠE"

Folklorna skupina Međimurskega KUD
Ivan Car
Međimursko KUD Ivan Car
plesni nastop

LJUDSKA PESEM BREZ MEJA

Pevska skupina "Fijolice"
Međimursko KUD Ivan Car
pevski ali glasbeni nastop

PLESNI GIB & TANGO

Center aktivnosti Fužine - središče
druženja in aktivnosti za starejše
plesni nastop

PESEM NAS DRUŽI

KD MePZ Kolinčani
pevski ali glasbeni nastop

PESMI S HARMONIKO

MPZ DU Mali Slatnik
DU Mali Slatnik
pevski ali glasbeni nastop

STANDARDNI IN LATINSKOAMERIŠKI PLESI

Žlahtni plesalci
DU Mali Slatnik
plesni nastop

LEPŠEGA KRAJA NI, TU SMO DOMA, BO MOJ VNUK ŠE PEL SLOVENSKE PESMI, VIDEL DEŽELE SEM TUJE

PZ DU Šentjernej
DU Šentjernej
pevski ali glasbeni nastop

PESEM NAS OSREČUJE

Pevska skupina Babice in dedki
DU Bela cerkev, pevska skupina Babice
in dedki
pevski ali glasbeni nastop

PREDSTAVITEV PETJA SLOVENSKE LJUDSKE PESMI, NA NAJBOLJ IZVIREN NAČIN

Skupina ljudskih pevcev Vaški zvon iz
Prečne
KD Prečna - skupina ljudskih pevcev
Vaški zvon
pevski ali glasbeni nastop

PLES V VRSTI

Ta prave
Društvo univerza za tretje življenjsko
obdobje Ilirska Bistrica
plesni nastop

Program je v sestavi.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

KOROŠKE PESMI

Vokalna skupina Up
DU Dobrova Kapele

pevski ali glasbeni nastop

JE DRUŽENJE NAŠE ZARES BOGATIJA

ŽPZ Harmonija
KD Harmonija/ŽPZ Harmonija, Ivančna
Gorica

pevski ali glasbeni nastop

PESMI Z JUGA

Medenke, ženska vokalna skupina iz
Ljubljane
KUD Zrela pot

pevski ali glasbeni nastop

ABBA: MAMMA MIA IN DANCING QUEEN

Lepi čevaljci
KD Ivan Hribar, Trzin

Plesni nastop

POZDRAV IZ RUŠ

Ruški frajtonarji, Nikoli ni prepozno in
Frančkovci pevci in godci
DU Ruše

Pevski ali glasbeni nastop

PEVSKI NASTOP

Prijatelji 6 ŠE
Društvo ljudskih pevcev Prijatelji 6 ŠE

Pevski ali glasbeni nastop

Petek, 29. september 2023

SKEČ: OBČNI ZBOR UPOKOJENCEV

Glasbeno gledališka skupina Klas
DU za Poljansko dolino Gorenja vas
predstavitev

VENČEK LJUDSKIH PESMI

Glasbena skupina Žabarji
DU za Poljansko dolino Gorenja vas
pevski ali glasbeni nastop

AJDICE SE PREDSTAVIJO

Plesna skupina Ajda
Društvo Most - univerza za tretje
življenjsko obdobje Ajdovščina

plesni nastop

GLASBA JE NAŠE VESELJE

MePZ DU za Selško dolino Železniki
Društvo upokojencev za Selško dolino
Železniki

pevski ali glasbeni nastop

Program je v sestavi.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

PEVSKI NASTOP

Pevska skupina 60+, DCA Ljubljana
Mestna zveza upokojencev Ljubljana,
osrednjeslovenska pokrajinska Zveza
društev upokojencev

pevski ali glasbeni nastop

PLES PANCER TANC

Mlade Žurerke
Plesna skupina Mlade žurerke iz Tržišča

plesni nastop

LJUDSKE PESMI POD GORJANCI

Ljudski pevci Vrhpolje
pevski ali glasbeni nastop

PLES CAN CAN

Mlade Žurerke
Plesna skupina Mlade žurerke iz Tržišča

plesni nastop

PEVSKI NASTOP

MoPZ KD Ivan Kopal Krška vas
pevski ali glasbeni nastop

PESMI IZPOD ORLICE

ŽPZ Pišece
KD Orlica Pišece
pevski ali glasbeni nastop

MOŠKI PEVSKI ZBOR SROMLJE

MPZ Sromlje
KD MPZ Sromlje
pevski ali glasbeni nastop

COUNTRY PLES DOBRE VOLJE

Country Dobra volja
Društvo Dobra volja Škofije
plesni nastop

ZAKONSKKE ZDRAHE UPOKOJENCEV

Ljubiteljska gledališka skupina Dobra
volja
Društvo Dobra volja Škofije
gledališki nastop

LJUDSKE ISTRSKE PESMI

Pevska skupina Dobra volja Škofije
Društvo Dobra volja Škofije
pevski ali glasbeni nastop

PLESI SLOVENSKE ISTRE

Folklorna skupina Rožmarin seniorska
skupina
Folklorna skupina Rožmarin Vnanje
Gorice
plesni nastop

PESEM OSREČUJE

ŽPZ Barje
Kulturno prosvetno Društvo Barje
pevski ali glasbeni nastop

Program je v sestavi.
Za zadnji urnik in lokacije predavanj spremljajte www.f3zo.si.

DOLENJSKO - BELOKRANJSKI PLESI

Folklorna skupina Izvir DPŽ DT
Društvo podeželskih žena Dolenjske
toplice, folklorna skupina Izvir
plesni nastop

DOMAČA HIŠA

Vokalno instrumentalna skupina Bis
KUD Ivan Regen
pevski ali glasbeni nastop

ZASAVKE PLEŠEJO COUNTRY

Plesna skupina Zasavski country
KD plesna skupina Zasavski country
plesni nastop

LINIJSKI PLESI

Plesna skupina Čipka
KD Železniki
plesni nastop

OŽENIT SE BO TREBA

Ložniške ufarce
TD Zgornja Ložnica
pevski ali glasbeni nastop

S PESMIJO PO SLOVENIJI

MPZ Štingl'c
KD Borovnica
pevski ali glasbeni nastop

ZVOKI HARMONIKE

Harm. orkester KD Mihealov sejem
Mengeš
predstavitev

NASTOP GIMNASTIČNIH VETERANOV NA BRADLJI

Gimnastični veterani iz ŠD Sokol
Bežigrad
ŠD Sokol Bežigrad
Predstavitev

PEVKE PEVSKEGA ZBORA DU SREDIŠČE OB DRAVI

Pevke pevskega zbora DU
DU Središče ob Dravi
pevski ali glasbeni nastop

URADNI ZAKLJUČEK 22. F3ŽO

Vabljeni na uradni zaključek 22. Festivala za tretje življenjsko obdobje, ki bo potekal v Kosovelovi dvorani Cankarjevega doma v petek, 29. septembra 2023, ob 15. uri. Pripravljamo pogovor 6 županj in županov na temo skrbi za starejše, projektov na temo izboljšanja kakovosti življenja starejših v lokalnih skupnostih, predstavitev primerov dobrih praks idr., ki ga bosta vodili **ga. Vlasta Nussdorfer**, predsednica programskega sveta F3ŽO, in **ga. Biserka Marolt Meden**, svetovalka predsednice Republike Slovenije za družbene dejavnosti.

Dogodek bo nedvomno osvetlil, katere občine izstopajo kot najprijaznejše do starejših, raziskal razloge za to ter spodbudil tudi ostale županje in župane k aktivnostim na omenjenem področju. Skupaj namreč gradimo boljšo prihodnost za vse generacije. Vabljeni, da pogovoru prisluhnete tudi vi in se aktivno vključite v razpravo.

Vljudno vabljeni!

REZERVACIJA VSTOPNIC:

Rezervacija brezplačnih vstopnic je možna do 21. septembra 2023.

Rezervacije sprejema Gaja Lah, 01 300 32 31, gaja.lah@proevent.si.

Ob rezervaciji več kot 30 vstopnic je potrebno predložiti tudi seznam z imeni udeležencev. Vstopnice boste lahko prevzeli na vhodu v Kosovelovo dvorano na dan prireditve med 14.30. in 15. uro.



FESTIVAL SOUSTVARJAJO

Festival soorganizirajo:



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA SOLIDARNO PRIHODNOST

Strateški partnerji festivala:



Mestna občina
Ljubljana



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO,
SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA DIGITALNO PREOBRAZBO



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA GOSPODARSTVO,
TURIZEM IN ŠPORT



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA INFRASTRUKTURO



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA KMETIJSTVO,
GOZDARSTVO IN PREHRANO



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA KOHEZIJO
IN REGIONALNI RAZVOJ



EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI STRUKTURNI
IN INVESTICIJSKI SKLADI



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA KULTURO



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA NARAVNE VIRE IN PROSTOR



STANOVANJSKI SKLAD
REPUBLIKE SLOVENIJE,
JAVNI SKLAD



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA NOTRANJE ZADEVE



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA OBRAMBO



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZUNANJE
IN EVROPSKE ZADEVE



REPUBLIKA SLOVENIJA
URAD VLADE RS ZA SLOVENCE V ZAMEJSTVU IN PO SVETU



REPUBLIKA SLOVENIJA
ZAGOVORNIK NAČELA ENAKOSTI



SOCIALNA ZBORNICA
SLOVENIJE



druženje
za dostojno starost



FESTIVAL SOUSTVARJAJO

Medijski sponzorji:



Partnerji festivala:



Podpornik dobrotelne akcije z računalniki:

 **PROEVENT**
ZBLIŽUJEMO LJUDI.



DOGODKI IN
MARKETING



SEJEMSKI INŽENIRING
IN OPREMA



RAČUNOVODSKI
SERVIS



TOČKA
SPOT



MEDNARODNE
STORITVE

www.proevent.si

PARTNERJI IN PODPORNIKI FESTIVALA

- ADA ITALIA
- AGENCIJA OSKAR D.O.O.
- ALMA MATER EUROPAEA
- ALMA MATER EUROPAEA - EVROPSKI CENTER MARIBOR
- ALPETON D.O.O.
- ANDRAGOŠKI CENTER REPUBLIKE SLOVENIJE
- ANDRAGOŠKI CENTER SLOVENIJE
- ARTDENTAL D.O.O.
- AUDIO BM D.O.O.
- AVTO-MOTO ZVEZA SLOVENIJE
- BARBARA HROVATIN, SP
- BELETRINA, ZAVOD ZA ZALOŽNIŠKO DEJAVNOST
- BIOSTILE D.O.O.
- CANKARJEV DOM
- CENTER AKTIVNOSTI FUŽINE (CAF) - SREDIŠČE DRUŽENJA IN AKTIVNOSTI ZA STAREJŠE
- CENTER NEVLADNIH ORGANIZACIJ SLOVENIJE
- CENTER USTNEGA ZDRAVJA, ZALA KRIŽNAR S.P.
- CENTER ZA PODJETNIŠTVO IN TURIZEM KRŠKO
- COUNTRY PLESNA SKUPINA VRTIČKARJI
- ČASNIK FINANCE D.O.O.
- DENIS ISKRA-ČAKAM PRIJAVO
- DEOS, CELOSTNA OSKRBA STAROSTNIKOV, D.O.O.
- DIDAKTA D.O.O.
- DIFAR D.O.O.
- DPG D.O.O.
- DRUŠTVO AMBASADORJI NASMEHA
- DRUŠTVO DOBRA VOLJA ŠKOFIJE
- DRUŠTVO DUH ČASA
- DRUŠTVO KUD BALADI
- DRUŠTVO KULINARIKE MOHORIČ
- DRUŠTVO LJUDSKIH PEVCEV PRIJATELJI 6 ŠE
- DRUŠTVO MOST - UNIVERTA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE AJDOVŠČINA
- DRUŠTVO ONKOLOŠKIH BOLNIKOV SLOVENIJE
- DRUŠTVO OPTIMISTI PTUJ
- DRUŠTVO PODEŽELSKIH DEKLET IN ŽENA ARNIKA
- DRUŠTVO PODEŽELSKIH ŽENA DOLENJSKE TOPLICE
- DRUŠTVO SLAVEC SOLKAN
- DRUŠTVO SONČEK POSAVJE
- DRUŠTVO SOŽITJE OBALNIH OBČIN
- DRUŠTVO ŠOLA ZDRAVJA
- DRUŠTVO UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE ILIRSKA BISTRICA
- DRUŠTVO UPOKOJENCEV BELA CERKEV
- DRUŠTVO UPOKOJENCEV KRIM-RUDNIK
- DRUŠTVO UPOKOJENCEV LOGATEC
- DRUŠTVO UPOKOJENCEV MALI SLATNIK
- DRUŠTVO UPOKOJENCEV MEDVODE
- DRUŠTVO UPOKOJENCEV PIRNIČE
- DRUŠTVO UPOKOJENCEV RAKEK
- DRUŠTVO UPOKOJENCEV RUŠE
- DRUŠTVO UPOKOJENCEV SEMIČ

PARTNERJI IN PODPORNICI FESTIVALA

- DRUŠTVO UPOKOJENCEV SREDIŠČE OB DRAVI
- DRUŠTVO UPOKOJENCEV ŠENTJERNEJ
- DRUŠTVO UPOKOJENCEV ŠKOFJA LOKA
- DRUŠTVO UPOKOJENCEV TRNOVO
- DRUŠTVO UPOKOJENCEV TURNIŠČE PRI PTUJU
- DRUŠTVO UPOKOJENCEV VITANJE
- DRUŠTVO UPOKOJENCEV VODICE
- DRUŠTVO UPOKOJENCEV VRHNIKA
- DRUŠTVO UPOKOJENCEV ZA POLJANSKO DOLINO GORENJA VAS
- DRUŠTVO UPOKOJENCEV ZA SELŠKO DOLINO ŽELEZNIKI
- DRUŠTVO ZA ZDRAVJE SRCA IN OŽILJA SLOVENIJE
- DRUŠTVO ŽENSKI PEVSKI ZBOR LAŠKO
- DRUŽINA D.O.O.
- DRUŠTVO UPOKOJENCEV DOBROVA KAPELE
- DRUŠTVO UPOKOJENCEV KOMENDA
- DRUŠTVO UPOKOJENCEV ŠENTRUPERT, DOLENJSKA
- EKOLIFE NATURA D.O.O.
- ELEMENTUM D.O.O.
- EMILI - EMILIJA PAVLIČ S.P.
- FAKULTETA ZA SOCIALNO DELO UNIVERZE V LJUBLJANI
- FI2, JOSIPINA KOVAČIČ S.P.
- FOLKLORNA SKUPINA ROŽMARIN VNANJE GORICE
- INŠTITUT ANTONA TRSTENJAKA ZA GERONTOLOGIJO
- INŠTITUT REPUBLIKE SLOVENIJE ZA SOCIALNO VARSTVO
- JATA EMONA D.O.O.
- JAVNA AGENCIJA RS ZA VARNOST PROMETA
- JAVNI SKLAD REPUBLIKE SLOVENIJE ZA KULTURNE DEJAVNOSTI
- JAVNI ZAVOD KULTURNI CENTER SEMIČ
- KD BOROVNICA
- KD HARMONIJA, IVANČNA GORICA
- KD IVAN KOBAL KRŠKA VAS
- KD MIHEALOV SEJEM MENGEŠ
- KD ORLICA PIŠECE
- KD PLESNA SKUPINA ZASAVSKI COUNTRY
- KD PREČNA
- KINVITAL, KINEZILOŠKI CENTER
- KŠD ŠATOR ŠTORJE
- KUD IVAN REGEN
- KUD JOŽE MIHELČIČ SEMIČ
- KUD LJUBEČNA CELJE
- KULTURNO DRUŠTVO BOROVNICA
- KULTURNO DRUŠTVO DOMŽALE
- KULTURNO DRUŠTVO IVAN HRIBAR, TRZIN
- KULTURNO DRUŠTVO MEŠANI PEVSKI ZBOR KOLINČANI
- KULTURNO DRUŠTVO ŽELEZNIKI
- KULTURNO PROSVETNO DRUŠTVO BARJE
- KULTURNO ŠPORTNO DRUŠTVO PREDGRAD
- KULTURNO UMETNIŠKO DRUŠTVO ZRELA POT

PARTNERJI IN PODPORNICI FESTIVALA

- KULTURNO-ZGODOVINSKO DRUŠTVO RUSALKA
- LAKERCRAFT D.O.O.
- LJUBLJANSKA KOLESARSKA MREŽA
- LJUDSKI PEVCI VRHPOLJE
- LL GROSIST D.O.O.
- MEDEX TRADE D.O.O.
- MEDEX TRADE D.O.O.
- MEDGENERACIJSKO PROSTOVOLJSKO DRUŠTVO MINISTRSTVA ZA OBRAMBO (MPD MO)
- MEDICINSKA FAKULTETA UNIVERZE V LJUBLJANI
- MEĐIMURSKO KULTURNO UMETNIŠKO DRUŠTVO IVAN CAR
- MERELA D.O.O.
- MESTNA KNJIŽNICA LJUBLJANA
- MESTNA OBČINA LJUBLJANA
- MESTNA ZVEZA UPOKOJENCEV LJUBLJANA
- MESTNA ZVEZA UPOKOJENCEV LJUBLJANA, OSREDNJESLOVENSKA POKRAJINSKA ZVEZA DRUŠTEV UPOKOJENCEV
- MILAN KALINIĆ S.P.
- MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO, SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI
- MINISTRSTVO ZA DIGITALNO PREOBRAZBO
- MINISTRSTVO ZA GOSPODARSTVO, TURIZEM IN ŠPORT
- MINISTRSTVO ZA INFRASTRUKTURO
- MINISTRSTVO ZA KMETIJSTVO, GOZDARSTVO IN PREHRANO
- MINISTRSTVO ZA KOHEZIJO IN REGIONALNI RAZVOJ
- MINISTRSTVO ZA KULTURO
- MINISTRSTVO ZA NARAVNE VIRE IN PROSTOR
- MINISTRSTVO ZA NOTRANJE ZADEVE
- MINISTRSTVO ZA OBRAMBO
- MINISTRSTVO ZA SOLIDARNO PRIHODNOST
- MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE
- MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE
- MINISTRSTVO ZA ZUNANJE IN EVROPSKE ZADEVE
- MLADINA ČASOPISNO PODJETJE D.D. LJUBLJANA
- MOGENAS D.O.O.
- MOJALETA.SI
- MOŠKI PEVSKI ZBOR SROMLJE
- MOŠKI PEVSKI ZBOR UPOKOJENCEV JANEZ CERAR DOMŽALE
- NACIONALNI SVET INVALIDSKIH ORGANIZACIJ SLOVENIJE
- NEPREMIČNINSKI SKLAD POKOJNINSKEGA IN INVALIDSKEGA ZAVAROVANJA
- NESTHOR D.O.O.
- NEUROTH SLUŠNI APARATI D.O.O.
- OASIS DENTAL, ZOBOZDRAVSTVO JURE RUS
- OBČINA DOMŽALE
- OBČINA LUKOVICA
- OLIMPIJSKI KOMITE SLOVENIJE
- ORA KRASA IN BRKINOV D.O.O.
- OSNOVNA ŠOLA TRŽIŠČE
- PAMP D.O.O. LJUBLJANA

PARTNERJI IN PODPORNICI FESTIVALA

- PENZIONIST.NET
- PEVSKO TURISTIČNO DRUŠTVO PEVCI IZPOD ROŽNIKA
- PLATFORMA SRČNO MENTORSTVO
- PLESALKE IRRY DANCE
- PLESNA SKUPINA MLADE ŽURERKE IZ TRŽIŠČA
- PLESNI KLUB IDRIJA
- POLICIJA
- POMURSKA TURISTIČNA ZVEZA
- PORTAL SENIORDELA
- PRIVREDNA KOMORA REPUBLIKE SRPSKE
- PROEVENT, D. O. O.
- PZ DU KOZARJE
- RAFAEL, JANKO ŠTIFTER S.P.
- RAJ VEDA D.O.O.
- RDEČI KRIŽ SLOVENIJE
- REPUBLIKA SLOVENIJA, MINISTRSTVO ZA OBRAMBO
- RTV SLOVENIJA, ODDAJA AH, TA LETA!
- SAVA TURIZEM D.D.
- SIMBIOZA GENESIS, SOCIALNO PODJETJE
- SINDIKAT UPOKOJENCEV SLOVENIJE
- SITIK D.O.O., CISTERIJANSKA OPATIJA STIČNA
- SKUPINA VSEŽIVLJENJSKIH UČENK
- SKUPNOST ORGANIZACIJ ZA USPOSABLJANJE OSEB S POSEBNIMI POTREBAMI V REPUBLIKI SLOVENIJI
- SKUPNOST SOCIALNIH ZAVODOV SLOVENIJE
- SLOVENSKO DRUŠTVO HOSPIC
- SLUŠNI APARATI WIDEX D.O.O.
- SMT DENT D.O.O.
- SOCIALNA ZBORNICA SLOVENIJE
- SPECIJALNA BOLNICA ZA MEDICINSKU REHABILITACIJU NAFTALAN IVANIĆ GRAD HRVATSKA
- SPI REGIONALE FVG CGIL
- SPOMINČICA - ALZHEIMER SLOVENIJA
- SRBSKO KULTURNO DRUŠTVO SAVA HRASTNIK
- SREBRNA NIT – ZDRUŽENJE ZA DOSTOJNO STAROST
- SREDNJA VZGOJITELJSKA ŠOLA, GIMNAZIJA IN UMETNIŠKA GIMNAZIJA LJUBLJANA (SVŠGUGL)
- STANOVANJSKI SKLAD REPUBLIKE SLOVENIJE, JAVNI SKLAD
- STORCK ADRIA D.O.O.
- ŠALEŠKA GOSPODA
- ŠD SOKOL BEŽIGRAD
- ŠTUDENTSKA ORGANIZACIJA SLOVENIJE
- ŠTUDIJSKI KROŽEK »SPOZNAJMO SVOJE MESTO IN DOMOVINO« IZ UNIVERZE ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE LJUBLJANA
- T-2 D.O.O.
- TD DOLSKO V SODELOVANJU Z DU DOLSKO
- TERME KRKA D.O.O., NOVO MESTO
- THERMANA D.D.
- TRETJA OŠ SLOVENJ GRADEC
- TRIDEA D.O.O.
- TURISTIČNO DRUŠTVO SLOVENJSKE KONJICE
- TURISTIČNO DRUŠTVO TABOR

PARTNERJI IN PODPORNICI FESTIVALA

- TURISTIČNO DRUŠTVO ZGORNJA LOŽNICA
- UNIVERZA V LJUBLJANI
- UNIVERZA V LJUBLJANI (MODRA FAKULTETA)
- URAD PREDSEDNICE REPUBLIKE SLOVENIJE
- URAD VLADE ZA SLOVENCE V ZAMEJSTVU IN PO SVETU
- VALENS INT D.O.O.
- VESELIUPOKOJENEC.SI
- VLADA REPUBLIKE SLOVENIJE
- WIDLAB D.O.O.
- ZAGOVORNIK NAČELA ENAKOSTI
- ZAVOD IZRIIS
- ZAVOD DIABETES
- ZAVOD VZAJEMNOST
- ZAVOD ZA KULTURNE PRIREDITVE IN TURIZEM CELEIA CELJE
- ZAVOD ZA POKOJNINSKO IN INVALIDSKO ZAVAROVANJE SLOVENIJE
- ZAVOD ZA ZDRAVSTVENO ZAVAROVANJE SLOVENIJE
- ZAVOD ZLATA MREŽA
- ZDRUZENIE NA PENZIONERITE CENTAR - SKOPJE
- ZDRUŽENJE BOLNIKOV S CEREBROVASKULARNO BOLEZNIJO (CVB) SLOVENIJE
- ZDRUŽENJE BORCEV ZA VREDNOTE NOB SLOVENIJE
- ZDRUŽENJE SENIORJEV SLOVENIJE
- ZP KOCANI
- ZSSS - SINDIKAT UPOKOJENCEV SLOVENIJE
- ZVEZA DRUŠTEV GLUHIH IN NAGLUŠNIH SLOVENIJE
- ZVEZA DRUŠTEV ZA SOCIALNO GERONTOLOGIJO SLOVENIJE
- ZVEZA KORONARNIH DRUŠTEV IN KLUBOV SLOVENIJE
- ZVEZA POLICIJSKIH VETERANSKIH DRUŠTEV SEVER
- ZVEZA POTROŠNIKOV SLOVENIJE
- ZVEZA PRIJATELJEV MLADINE SLOVENIJE
- ZVEZA SVOBODNIH SINDIKATOV SLOVENIJE
- ZVEZA VETERANOV VOJNE ZA SLOVENIJO
- ZVEZA ZA TEHNIČNO KULTURO SLOVENIJE
- ŽENSKI FORUM SOCIALNIH DEMOKRATK IN DEMOKRATOV
- ŽENSKI PEVSKI ZBOR STANE HABE DOMŽALE





Najpomembnejši
dogodek s področja

KULTURE PITJA VINA

v Sloveniji!



16. in 17. november 2023
Cankarjev dom

VSTOPNICE
ŽE V PREDPRODAJI!

ORGANIZATOR:
PROEVENT

- 600+ vinskih vzorcev
- 120+ vinarjev vseh vinorodnih dežel
- bogata kulinarika in okusni grizljaji
- delavnice z vrhunskimi sommelierji

slovenskifestivalvin.si

Minister za zdravje opozarja: Prekomerno pitje alkohola škoduje zdravju!



22. FESTIVAL ZA *tretje* ŽIVLJENJSKO OBDOBJE

Potrebujete
računalnik?

27.–29. september 2023
Cankarjev dom, Ljubljana



OBELEŽUJEMO
1. OKTOBER
Mednarodni
dan starejših

PODARJAMO RAČUNALNIKE ZA STAREJŠE

* fotografija je simbolična

Oddajte prijavo za brezplačen računalniški komplet (računalnik, tipkovnica, miška, ekran), ki vam ga podarja Društvo Duha časa. Prijave za računalnik bodo potekale na prostoru Društva Duha časa v času festivala od 27. do 29. septembra. Na festivalu bodo potekale tudi številne računalniške delavnice in mnoge druge, s pametnimi aplikacijami, povezane predstavitve za starejše. Računalnike boste nato prevzeli v prostorih društva v BTC Ljubljana.

Partnerja akcije:



DUH ČASA
DRUŠTVO ZA TRANŠNINI RAZVOJ