



## Društva upokojencev iz vse Slovenije prihajajo v Cankarjev dom v Ljubljano, kjer bo potekal že 21. Festival za tretje življenjsko obdobje!

Ljubljana, 16. september 2022 – Društva upokojencev z vseh koncev Slovenije bodo kar tri dni s svojimi pevskimi, plesnimi, folklornimi nastopi in predstavami svojih izdelkov, ki so nastali v okviru delavnic in dnevnih centrov aktivnosti, bogatili bogat festivalski program naše največje prireditve za starejše. **21. Festival za tretje življenjsko obdobje (F3ŽO)**, osrednja obeležitev **Mednarodnega dneva starejših 1. oktobra v RS**, bo kar tri dni prostor kulturnega prepleta domače pesmi in plesa z vseh koncev Slovenije, medgeneracijskega sodelovanja in sožitja vseh generacij. F3ŽO bo tradicionalno potekal **v Cankarjevem domu v Ljubljani od 27. do 29. septembra 2022**, v okviru festivala bodo potekale tudi številne brezplačne delavnice in meritve sluha, vida, krvnega tlaka, delavnice na temo rabe računalnikov in pametnih telefonov, na voljo pa bodo tudi brezplačni računalniki za starejše, ki težje dostopajo do računalniške opreme. **VSTOP ZA OBISKOVALCE JE PROST!**

### Od Primorske do Prekmurja in še čez – Kdor poje slabo ne misli

Bogat **kulturni program**, ki bo potekal **na Odprtem odru Cankarjevega doma** v času 21. Festivala, bo preplet domače pesmi in plesa. Program sestavlja **več kot 70 društev upokojencev**, folklornih društev in drugih kulturnih umetnikov, ki prihajajo iz **Blok, Celja, Dobove, Dobrne, Dolskega, Domžal, Dravograda, Gorenje vasi, Grosupljega, Ivančne Gorice, Kopra, Laškega, Ljubljane, Logatca, Medvod, Podgrada, Ptuja, Rakeka, Selške doline, Semiča, Šempetra, Šentrupert, Štorij, Tabora, Trebelnega, Trnovega, Tržišča, Vižmarja Brod, Vrhopolja** in številnih drugih občin.

Za **medkulturno popestritev** bodo poskrbeli člani društva Pučko Otvoreno učilišče Ante Babič iz Umaga iz **Hrvaške**, ljudske popevke različnih narodov bo predstavilo **Međimursko kulturno umetniško društvo Ivan Car** iz Ljubljane, makedonsko folkloro pa bodo predstavili člani Penzionerske pevačke grupe Nikola Badev in Penzioneri Kisela Voda-Skoplje iz **Makedonije**. Dogodek bodo s svojim obiskom počastili tudi predstavniki Društva za pravice starejših ADA iz **Italije**.

### Osrednja obeležitev mednarodnega dne starejših 1. oktobra v RS

Sam hram Slovenske kulture Cankarjev dom bo **tri dni prostor povezovanja, medgeneracijskega sodelovanja, sožitja vseh generacij, številnih praktičnih delavnic, predstavitev na interaktivnih sejamskih prostorih** in pestrega obfestivalnega programa. **Ne bodo pa manjkale niti brezplačne meritve krvnega tlaka, vida, sluha in drugega.**

Kot vsako leto se bo v okviru sejemske razstave predstavilo **veliko sodelujočih** z izdelki za zdravje, pripomočki za starejše ter raznolike ideje za zdrav in aktiven vsakdan. Kot soorganizator se bo predstavila tudi [Mestna zveza upokojencev Ljubljana OPZDU](#) s svojimi dnevnimi centri aktivnosti. Obiskovalci z vseh koncev Slovenije pa bodo lahko **obisk festivala izkoristili še za voden obisk Ljubljane**. [Mestna občina Ljubljana](#) je namreč za vse upokojence pripravila voden ogled mesta in različnih kulturnih in drugih točk – od krožne vožnje z vlakcem Urbanom po Ljubljani, do vodenega ogleda po Križankah, ogledov filmov, delavnice pletarstva, prikaza klekljanja in še veliko drugega.



## Strokovni in izobraževalni program – digitalizacija za vse generacije

**Izobraževalni program v predavalnicah M** bo ponudil veliko zanimivih vsebin na temo **samostojnosti v obdobju staranja, dolgotrajne oskrbe starejših, finančnega gospodinjstva, težav s sluhom, komunikacije, demence** ter drugih aktualnih tematik, kot so **preprečevanje kapi, holesterola, diabetesa in visokega pritiska**. Slovensko društvo Hospic bo izvedlo okroglo mizo z naslovom »**Živeti do konca**« in pripravilo tudi lutkovno predstavo z naslovom »**Jesen listka Timija**«. Zavod Simbioza Genesis bo pripravil poučne delavnice, kjer se bodo udeleženci spoznali z **aplikacijo Magda, komunikacijskim orodjem Viber in e-pošto Gmail na pametnem telefonu**.

Rdeča nit letošnjega **strokovnega programa** bo **digitalizacija za vse generacije**. To področje je izjemno pomembno, saj imajo starejši prav tu veliko izzivov. Zvrstilo se bo **osem vsebinsko zelo zanimivih okroglih miz** o aktualnih tematikah, kot so digitalizacija družbe in države, madridski akcijski načrt o staranju (20 let MIPPA), bivalni pogoji za starejše, celostna oskrba starejših, pomanjkanje kadrov pri izvajanju socialnovarstvenih storitev in programov za starejše, gerontologija in geriatrija, dolgoživost in jezik kot orodje vključenosti in krepitev moči.

## Dobrodelni računalniki

V letošnjem letu bo v sodelovanju z **društvom Duh časa** na 21. F3ŽO potekala akcija [Računalniki za starejše](#). Društvo želi podeliti računalnike vsem, ki si jih sami težje zagotovijo. Starejši bodo lahko zaprosili za brezplačen računalnik prek spletne strani Festivala in ga nato prevzeli v času F3ŽO v Cankarjevem domu.

## Vzporedni Mednarodni sejem zbirateljstva Collecta

Istočasno kot Festival za tretje življenjsko obdobje bo potekal tudi **14. 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**. V letošnjem letu bodo sodelovali trgovci iz petih držav, **tematska razstava** na temo **nostalgije** pa bo predstavila znamke, izdane ob **75. obletnici priključitve Slovenskega Primorja in Istre k Jugoslaviji (1945–47)**, razglednice in značke z upodobitvijo **Slovencev na kulturnem, športnem in političnem področju na območju Slovenije in zamejstva v obdobju Avstro-Ogrske in stare Jugoslavije**, široko **razstavo čipk**, razstavo knjig **Moja otroška knjiga** in še mnoge druge.

**Vstop na oba vzporedna dogodka je prost.**

Več na [f3zo.si](http://f3zo.si) in [collecta.si](http://collecta.si).

**Organizator vzporednih dogodkov:** Proevent, **Soorganizator F3ŽO:** Mestna zveza upokojencev Ljubljana OPZDU