



prvo sporočilo za javnost

Aktivno staranje in aktivna priprava na aktivno upokožitev - Napoveduje se 23. Festival za tretje življenjsko obdobje

Ljubljana, 28. junij 2024 – V soorganizaciji [Proeventa](#) in [Mestne zveze upokožencev Ljubljana OPZDU](#) bo konec septembra ponovno potekal **tradicionalni že 23. Festival za tretje življenjsko obdobje (F3ŽO)**. Festival bo znova pritegnil **širok spekter aktivnosti**, partnerjev in obiskovalcev, hkrati pa bo predstavil **bogato domačo kulturo**, se osredotočil na izboljšanje kakovosti življenja starejših in spodbujal medgeneracijsko solidarnost. Dogodek bo v letošnjem letu potekal **pod častnim pokroviteljstvom predsednice Državnega zbora RS mag. Urške Klakočar Zupančič**.

Lani je festival obiskalo kar **15.100 ljudi iz vseh koncev Slovenije**, kar ga uvršča med **največje dogodke te vrste za starejše v Evropi**. Festival je tudi osrednja prireditev ob Mednarodnem dnevu starejših 1. oktobra v Republiki Sloveniji. Letos bo potekal **od 30. septembra do 2. oktobra v Cankarjevem domu**.

Strokovni program o aktivni pripravi na aktivno upokožitev

Aktivna priprava na aktivno upokožitev je ključnega pomena za kakovostno in izpolnjujoče obdobje življenja po zaključku delovne kariere. Vključuje načrtovanje finančne varnosti, vzdrževanje zdravja in dobrega počutja ter iskanje novih interesov in hobijev. Z aktivno pripravo lahko vsak posameznik zagotovi, da bo upokožitev čas za nove priložnosti, osebno rast in uživanje v stvareh, za katere prej ni bilo časa. Ravno s tem namenom je Programski svet festivala za vodilno rdečo nit letošnjega strokovnega programa izbralo ravno okroglo mizo z naslovom **Aktivno staranje – Aktivna priprava na aktivno upokožitev**, ki jo bo vodila Vlasta Nussdorfer z izbranimi gosti.

V okviru strokovnega programa se bo zvrstilo kar **11 vsebinsko zelo zanimivih okroglih miz**, v okviru katerih bodo sogovorniki debatirali o **dolgotrajni oskrbi in oseb z demenco v dolgotrajni oskrbi; aktivnem staranju in socialnem dialogu; starizmi in spoštljivem nagovarjanju starejših; infrastrukturi in urbanem razvoju, primernem za starejše; pomenu družinskih oskrbovalcev v tretjem obdobju življenja; bivanjski problematiki** in sobivanju generacij; **finančni pismenosti** za odrasle; in **starejšim prijazni EU**.

V okviru festivala preplet kulture, pesmi in bogatih izkušenj z vseh koncev Slovenije

Dogodek, ki vsako leto pritegne obiskovalce vseh generacij, zlasti tiste nad 55 let, že vrsto let gradi mostove med generacijami, posamezniki, nevladnimi organizacijami in drugimi deležniki. Letos bo program, ki ga sestavlja **več kot 3.000 posameznikov**, osredotočen na **aktivno staranje**.

Kulturni program bo predstavljal domačo pesem, glasbo in ples društev upokožencev, kulturnih in folklornih skupin ter športnih društev iz vse Slovenije, z nekaj nastopi iz tujine. Poleg starejših bodo kulturni program **soustvarjali tudi mlajši člani folklornih skupin**. Prvi dan festivala, 30. septembra, bo potekalo tudi **slovesno odprtje festivala** v Linhartovi dvorani Cankarjevega doma s pričetkom ob 10. uri. **Osrednja govornica** odprtja bo **častna pokroviteljica** predsednica Državnega zbora RS **mag. Urška Klakočar Zupančič**.



23. FESTIVAL ZA *tretje* ŽIVLJENJSKO OBDOBJE

30. 9.–2. 10. 2024
Cankarjev dom, Ljubljana
od 9. do 18. ure

V okviru festivala se bo vse tri dni odvijal tudi pester **izobraževalni program**, ki bo združeval tematike **pomena nastanka društev**, **potop v umetniška dela** Simone de Beauvoir, **pogovore o minljivosti in življenju**, približane tako mladim kot starejšim, in **ideje za popotovanja** v zrelejšem obdobju. Seveda pa ne bodo manjkale niti **predstavitve za aktivno in zdravo staranje ter priložnosti za novo znanje**.

Sejemska predstavitev za aktivno in zdravo starost

Kot vsako leto bo tudi tokrat **v okviru sejemske razstave** prisotno veliko število razstavljalcev s področij **zdravja, zdrave prehrane, prehranskih dopolnil, turizma in prostega časa, športnih aktivnosti, pripomočkov in izdelkov za starejše, izobraževanja starejših in socialnega varstva**. Na dogodku bodo sodelovale tudi različne vladne in nevladne organizacije, ministrstva in druge javne ustanove s svojimi programi.

Soorganizator, **Mestna zveza upokojencev Ljubljana OPZDU**, se bo predstavila s svojimi dnevnimi centri aktivnosti. Poseben program bo potekal tudi na prostoru **Mestne občine Ljubljana**, ki bo obiskovalce povabila k odkrivanju številnih kulturnih in izobraževalnih kotičkov po mestu.

Vstop na festival je prost. Več na www.f3zo.si.

Organizatorja F3ŽO: Proevent, Mestna zveza upokojencev Ljubljana

Program:

- <https://f3zo.si/>
- <https://www.facebook.com/F3ZO.festival>