

**PROGRAM MESTNE OBČINE LJUBLJANA
NA 22. FESTIVALU ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE
V CANKARJEVEM DOMU OD 27. 9. 2023 DO 29. 9. 2023**

PREDSTAVITVENI PROSTOR MOL - PRVO PREDDVERJE CANKARJEVEGA DOMA

URA	SREDA, 27. SEPTEMBER 2023
10:00 – 10:40	Predavanje: Zdrava prehrana in vadba za starejše – Šport Ljubljana
11:00 – 11:40	Predstavitel: Programi dnevnih centrov aktivnosti za starejše – Mestna zveza upokojencev Ljubljana
12:00 – 12:40	Delavnica: Izboljšanje počutja starejših s pomočjo umetnosti in narave – Spominčica-Alzheimer Slovenija
13:00 – 13:40	Ples: Plesni korak – Društvo Kvas
14:00 – 14:40	Jezikovna delavnica: Hello/Hallo/Salut/Hola/Ciao – Pionirski dom – center za kulturo mladih
15:00 – 15:40	Predstavitel knjige: Veter z vzhoda – Založba Beletrina s Tonetom Partljičem
16:00 – 16:40	Predstavitel: O zdravi prehrani in prehranjevalnih navadah za starejše (projekt Convida+) – Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo
17:00 – 17:40	Predstavitel: Center Rog se predstavi – nekdanja tovarna Rog bo še naprej »tovarna« – Kreativno središče Center Rog
Info točka MOL	
11:00 – 13:00	Digitalni kotichek – 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 (Šport Ljubljana), izobraževanju odraslih (JZ Cene Štupar) in ponudbi Ljubljanskega gradu (JZ Ljubljanski grad)
ČETRTEK, 28. SEPTEMBER 2023	
9:00 – 9:40	Vadba: 1000 gibov in dihov v 30 minutah – Društvo Šola zdravia
10:00 – 10:40	Predavanje: Kako so me na spletu opetnajstili – Društvo slovenskih pisateljev s pisateljico Majdo Koren
11:00 – 11:40	Delavnica: Pripomočki za boljši spomin – Jasmina Lambergar
12:00 – 12:40	Predavanje: Esperanto povezuje ljudi in dežele – Združenje za esperanto Slovenije
13:00 – 13:40	Delavnica: Prenos fotografije na blago – Društvo ŠKUC
14:00 – 14:40	Predstavitel: Glasno branje v boju proti demenci – Vodnikova domačija Šiška
15:00 – 15:40	Predstavitel: Naravna pot nazaj k zdravju – Zavod Prerod, zavod za zdravo in kvalitetno življenje
16:00 – 16:40	Predstava v znakovnem jeziku: Visual vernacular – Društvo gluhih in naglušnih Ljubljana
17:00 – 17:40	Delavnica: Krepitev koncentracije in trening možganov s posebno tehniko risanja in barvanja – Društvo Senior
Info točka MOL	
9:00 – 11:00	Digitalni kotichek – 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 (Šport Ljubljana), izobraževanju odraslih (JZ Cene Štupar) in ponudbi Ljubljanskega gradu (JZ Ljubljanski grad)
14:00 – 16:00	Informacije o možnih stanovanjskih rešitvah - Javni stanovanjski sklad MOL
PETEK, 29. SEPTEMBER 2023	
9:00 – 9:40	Vadba: Telovadba za starejše – Zavod Aktivna starost
10:00 – 10:40	Glasbeni nastop: Godalkanje (violinske govornice in plesi evropskih regij) – Bojan Cvetrežnik & Barja Drnovšek, Terrafolk duo
11:00 – 11:40	Predstavitel: Kako preprečiti upad mišične mase – Zdravstveni dom Ljubljana
12:00 – 12:40	Predstavitel: Storitve Mestne knjižnice Ljubljana za starejše – Mestna knjižnica Ljubljana
14:00 – 14:40	Predavanje: V starosti vsak dan nekaj novega – Medgeneracijsko društvo Tromostovje
15:00 – 15:40	Plesna vadba: NIA – Center aktivnosti Fužine
Info točka MOL	
9:00 – 11:00	Digitalni kotichek – 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 (Šport Ljubljana), izobraževanju odraslih (JZ Cene Štupar) in ponudbi Ljubljanskega gradu (JZ Ljubljanski grad)
11:00 – 14:00	Informacije o možnih stanovanjskih rešitvah - Javni stanovanjski sklad MOL

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