



Mestna občina  
Ljubljana



## PROGRAM MESTNE OBČINE LJUBLJANA NA 21. FESTIVALU ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE V CANKARJEVEM DOMU OD 27. 9. 2022 DO 29. 9. 2022

### PREDSTAVITVENI PROSTOR MOL - PRVO PREDDVERJE CANKARJEVEGA DOMA

URA	TOREK, 27. SEPTEMBER 2022
11:00 – 11:40	Delavnica: <b>Sproščanje ob risanju in barvanju mandal</b> – Mestna zveza upokojencev Ljubljana
12:00 – 12:40	Vadba: <b>Jutranja telovadba 1000 gibov</b> – Društvo Šola zdravja
13:00 – 13:40	Delavnica: <b>Kako poskrbimo zase, ko skrbimo za nekoga drugega doma</b> – Spominčica-Alzheimer Slovenija
14:00 – 14:40	Predstavitel: <b>Storitve Mestne knjižnice Ljubljana za starejše</b> – Mestna knjižnica Ljubljana
15:00 – 15:40	Predstavitel: <b>Glasno branje za starejše z Lado Zei</b>
16:00 – 16:40	Predavanje: <b>Šamooskrba</b> – Oddelek za varstvo okolja MOL
17:00 – 17:40	Plesna vadba: <b>Latino Lady Style</b> – Center aktivnosti Fužine
<b>Info točka MOL</b>	
11:00 – 13:00	<b>Digitalni kotichek – pomoč pri uporabi pametnih telefonov in tablic</b> – Služba za lokalno samoupravo MOL in ISA ZNANJE, d.o.o.
11:00 – 14:00	<b>Informacije o možnih stanovanjskih rešitvah</b> - Javni stanovanjski sklad MOL
11:00 – 18:00	<b>LPP informacije</b> - Ljubljanski potniški promet, d.o.o.
11:00 – 18:00	<b>Informacije o športni ponudbi</b> (Šport Ljubljana), <b>izobraževanju odraslih</b> (JZ Cene Štupar) in <b>ponudbi Ljubljanskega gradu</b> (JZ Ljubljanski grad)
<b>SREDA, 28. SEPTEMBER 2022</b>	
9:00 – 9:40	Delavnica: <b>Mobilni grafični atelje: tiskamo MGLC Švicarijo</b> - Mednarodni grafični likovni center
10:00 – 10:40	Delavnica: <b>Učinkovita preventiva proti demenci</b> – Jasmina Lambergar
11:00 – 11:40	Predstava v znakovnem jeziku: <b>Restavracija</b> – Društvo gluhih in naglušnih Ljubljana
12:00 – 12:40	Predstavitel: <b>Pogovor je lahko zelo zdravilen</b> – Medgeneracijsko društvo Tromostovje
13:00 – 13:40	Predstavitel: <b>Skrb za ustno zdravje</b> – Zdravstveni dom Ljubljana
14:00 – 14:40	Predstavitel: <b>Dikine kljekljarice</b> - Dikine kljekljarice
15:00 – 15:40	Ples: <b>Naučimo se osnov salse</b> – Mestna zveza upokojencev Ljubljana
16:00 – 16:40	Individualno svetovanje: <b>Prilagoditve bivalnega okolja potrebam starejših ljudi</b> – Gerontološko društvo Slovenije
17:00 – 17:40	Delavnica: <b>Telefarmacija</b> – Lekarna Ljubljana
<b>Info točka MOL</b>	
9:00 – 11:00	<b>Digitalni kotichek – pomoč pri uporabi pametnih telefonov in tablic</b> – Služba za lokalno samoupravo MOL in ISA ZNANJE, d.o.o.
9:00 – 18:00	<b>LPP informacije</b> - Ljubljanski potniški promet, d.o.o.
9:00 – 18:00	<b>Informacije o športni ponudbi</b> (Šport Ljubljana), <b>izobraževanju odraslih</b> (JZ Cene Štupar) in <b>ponudbi Ljubljanskega gradu</b> (JZ Ljubljanski grad)
11:00 – 14:00	<b>Informacije o možnih stanovanjskih rešitvah</b> - Javni stanovanjski sklad MOL
<b>ČETRTEK, 29. SEPTEMBER 2022</b>	
9:00 – 9:40	Plesno gibalna vadba: <b>NIA</b> – Center aktivnosti Fužine
10:00 – 10:40	Delavnica: <b>Košarice iz časopisnega papirja</b> – Društvo ŠKUC
11:00 – 11:40	Delavnica z Aksinjo Kermauner: <b>Srebrni kamišibaj</b> – Društvo slovenskih pisateljev
12:00 – 12:40	Predstavitel: <b>Nadzor nad arterijsko hipertenzijo in sladkorno boleznijo</b> – Zdravstveni dom Ljubljana
14:00 – 14:40	Predavanje: <b>Zdrava prehrana in vadba za starejše</b> – Šport Ljubljana
15:00 – 15:40	Vadba: <b>Chi gong</b> – Mestna zveza upokojencev Ljubljana
<b>Info točka MOL</b>	
9:00 – 11:00	<b>Digitalni kotichek – pomoč pri uporabi pametnih telefonov in tablic</b> – Služba za lokalno samoupravo MOL in ISA ZNANJE, d.o.o.
9:00 – 16:00	<b>LPP informacije</b> - Ljubljanski potniški promet, d.o.o.
9:00 – 16:00	<b>Informacije o športni ponudbi</b> (Šport Ljubljana), <b>izobraževanju odraslih</b> (JZ Cene Štupar) in <b>ponudbi Ljubljanskega gradu</b> (JZ Ljubljanski grad)
11:00 – 14:00	<b>Informacije o možnih stanovanjskih rešitvah</b> - Javni stanovanjski sklad MOL

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