

Kalendar aktivnosti Programa aktivnog starenja u projektu „Nikada sami“

Javni poziv sudionicima za LISTOPAD 2026. godine

Izvoditelj: Matica umirovljenika grada Zagreba						
2.1. Grupne aktivnosti edukativnog karaktera za poticanje cjeloživotnog učenja starijih osoba i/ili umirovljenika						
Datum	Naziv aktivnosti	Vrijeme održavanja aktivnosti	Lokacija	Izvoditelj	Način prijave	Napomene
07.10.26.	Zlatne godine uz sigurne financije	18:00-19:00	Knjižnica Savica Lj. Šram 4	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
08.10.26.	Zlatne godine uz sigurne financije	18:00-19:00	Knjižnica A. Cesarca, Šubićeva 40/II	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
12.10.26.	Zlatne godine uz sigurne financije	18:00-19:00	Knjižnica Jelkovec V. Stahuljaka 3, Sesvete	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
21.10.2026.	Zlatne godine uz sigurne financije	10:00-11:00	Adela Sixta 2, Jakovlje	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
24.10.2026.	Zlatne godine uz sigurne financije	18:00-19:00	Kumrovečka 109, Pušća	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

Izvoditelj: Matica umirovljenika grada Zagreba

2.2.1. Grupne aktivnosti za poticanje fizičke i psihičke vitalnosti starijih osoba i/ili umirovljenika

Datum	Naziv aktivnosti	Vrijeme održavanja aktivnosti	Lokacija	Izvoditelj	Način prijave	Napomene
01.10.2026.	Korektivne vježbe	09:00-10:00	I.B. Mažuranića 18	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
01.10.2026.	Fitnes	18:00-19:00	A. Jakšića 29a	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
01.10.2026.	Korektivna gimnastika	20:00-21:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
02.10.2026.	Bowling,	09:00-10:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
02.10.2026.	Bowling	10:00-11:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
05.10.2026.	Korektivne vježbe	09:00-10:00	I.B. Mažuranića 18	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
05.10.2026.	Bowling	09:00-10:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
05.10.2026.	Fitnes	18:00-19:00	A. Jakšić 29a	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
06.10.2026.	Bowling, natjecanje I grupa	10:00-12:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

06.10.2026.	Bowling, natjecanje II grupa	12:00-14:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
06.10.2026.	Korektivna gimnastika	20:00-21:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
07.10.2026.	Bowling	10:00-11:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
07.10.2026.	Bowling	09:00-10:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
07.10.2026.	Bowling	10:00-11:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
08.10.2026.	Korektivne vježbe	09:00-10:00	I.B. Mažuranića 18	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
08.10.2026.	Fitnes	18:00-19:00	A. Jakšića 29a	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
08.10.2026.	Korektivna gimnastika	20:00-21:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
09.10.2026.	Bowling	10:00-11:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
09.10.2026.	Bowling	09:00-10:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
09.10.2026.	Šetnja, jutro s biljkama	10:00-11:00	Botanički vrt, ulaz Marulićev trg 9a	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

12.10.2026.	Korektivne vježbe	09:00-10:00	I.B. Mažuranića18	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
12.10.2026.	Fitnes	18:00-19:00	A. Jakšića 29a	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
12.10.2026.	Bowling	09:00-10:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
12.10.2026.	Nordijsko hodanje	18:00-19:00	Medarska 80b	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
12.10.2026.	Pikado	19:00-20:00	Medarska 80b	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
13.10.2026.	Vježbe s terapeutom	08:00-9:00	Bijenik 164	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
13.10.2026.	Bowling, turnir I grupa	10:00-12:00	F.Andrašeca 14	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
13.10.2026.	Bowling, turnir II grupa	12:00:14:00	F.Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
14.10.2026.	Bowling, staza I	10:00-11:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
14.10.2026.	Bowling, staza II	10:00-11:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
15.10.2026.	Korektivne vježbe	09:00-10:00	I.B. Mažuranića 18	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
15.10.2026.	Fitnes	18:00-19:00	A. Jakšića 29a	Matica umirovljenika	Neograničen broj sudionika	

				grada Zagreba		
15.10.2026.	Korektivna gimnastika	20:00- 21:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
16.10.2026.	Bowling	09:00- 10:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
17.10.2026.	Bowling	10:00- 11:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
19.10.2026.	Korektivne vježbe	09:00- 10:00	I.B. Mažuranića 18	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
19.10.2026.	Pikado	19:00- 20:00	Medarska 80b	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
20.10.2026.	Bowling, turnir I grupa	10:00- 12:00	F.Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
20.10.2026.	Bowling, turnir II grupa	12:00:14:00	F.Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
21.10.2026.	Bowling	10:00- 11:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
21.10.2026.	Bowling	09:00- 10:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
22.10.2026.	Korektivne vježbe	09:00- 10:00	I.B. Mažuranića 18	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
22.10.2026.	Korektivna gimnastika	20:00- 21:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika	Neograničen broj sudionika	

				grada Zagreba		
23.10.2026.	Bowling	09:00- 10:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
23.10.2026.	Hodanje i druženje na Jarunu	10:00- 11:00	Aleja Matije Ljubeka 3	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
24.10.2026.	Bowling	10:00- 11:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
26.10.2026.	Korektivne vježbe	09:00- 10:00	I.B. Mažuranića 18	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
26.10.2026.	Bowling	09:00- 10:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
26.10.2026.	Fitnes	18:00- 19:00	A. Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
26.10.2026.	Nordijsko hodanje	18:00- 19:00	Medarska 80b	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
26.10.2026.	Pikado	19:00- 20:00	Medarska 80b	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
27.10.2026.	Bowling	10:00- 11:30	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
27.10.2026.	Plesna radionica tanga i bačate	10:00- 11:30	Zvonimirova 17/IV	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
27.10.2026.	Bowling, turnir I grupa	10:00- 12:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

27.10.2026.	Bowling, turnir II grupa	12:00:14:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
27.10.2026.	Korektivna gimnastika	20:00-21:21	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
28.10.2026.	Bowling	10:00-11:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
29.10.2026.	Korektivne vježbe	09:00-10:00	I.B. Mažuranića 18	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
29.10.2026.	Fitnes	18:00-19:00	A. Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
29.10.2026.	Korektivna gimnastika	20:00-21:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

Izvoditelj: Zeleni klik!

2.2.1. Grupne aktivnosti za poticanje fizičke i psihičke vitalnosti starijih osoba i/ili umirovljenika

Zelene radionice za poticanje psihološke vitalnosti

Datum	Naziv aktivnosti	Vrijeme održavanja aktivnosti	Lokacija	Izvoditelj	Način prijave	Napomene
6.10.2026.	Radionica urbanog vrtlarstva „Presadi, razmnoži, podijeli“	17:00 – 18:00	Knjižnica Špansko-jug	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
6.10.2026.	Eko kreativna radionica „Paketići za sjeme od starog papira“	18:00 – 19:00	Knjižnica Špansko-jug	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
7.10.2026.	Radionica urbanog vrtlarstva „Upoznajmo naš vrt“	9:00 – 10:00	Dom za starije osobe Centar	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
7.10.2026.	Radionica urbanog vrtlarstva „Upoznajmo prostor“	10:00 – 11:00	Dom za starije osobe Centar	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
7.10.2026.	Eko igre „Igre za bolje pamćenje“	11:00 – 12:00	Dom za starije osobe Centar	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
7.10.2026.	Eko kreativna radionica „Drugi život tekstila“	12:00 – 13:00	Dom za starije osobe Centar	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
13.10.2026.	Radionica urbanog vrtlarstva „Od biljke do sjemena: prikupljanje i čuvanje sjemenja“	17:00 – 18:00	Knjižnica Voltino	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
13.10.2026.	Eko kreativna radionica „Paketići za sjeme od starog papira“	18:00 – 19:00	Knjižnica Voltino	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	

14.10.2026.	Radionica urbanog vrtlarstva „Osnove permakulturnog dizajna vrta“	9:00 – 10:00	Mjesni odbor Vrbani, Palinovečka ulica kod OŠ A. Stepinca (Vrbani III)	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
14.10.2026.	Radionica urbanog vrtlarstva „Dizajnirajmo svoj vrt“	10:00 – 11:00	Mjesni odbor Vrbani, Palinovečka ulica kod OŠ A. Stepinca (Vrbani III)	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
14.10.2026.	Eko igre „Igre za bolje pamćenje“	11:00 – 12:00	Mjesni odbor Vrbani, Palinovečka ulica kod OŠ A. Stepinca (Vrbani III)	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
14.10.2026.	Eko kreativna radionica „Drugi život tekstila“	12:00 – 13:00	Mjesni odbor Vrbani, Palinovečka ulica kod OŠ A. Stepinca (Vrbani III)	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
19.10.2026.	Eko kreativna radionica „Bookmarkeri od starog tekstila“	17:00 – 18:00	Knjižnica Ivana Gorana Kovačića	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
19.10.2026.	Eko igre „Igre za bolje pamćenje“	18:00 – 19:00	Knjižnica Ivana Gorana Kovačića	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
21.10.2026.	Radionica urbanog vrtlarstva „Od ideje do grede“	9:00 – 10:00	Dom za starije osobe Centar	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
21.10.2026.	Radionica urbanog vrtlarstva „Planiramo sadnju“	10:00 – 11:00	Dom za starije osobe Centar	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
21.10.2026.	Eko igre „Igre za bolje pamćenje“	11:00 – 12:00	Dom za starije osobe Centar	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
21.10.2026.	Eko kreativna radionica „Drugi život tekstila“	12:00 – 13:00	Dom za starije osobe Centar	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
23.10.2026.	Radionica urbanog vrtlarstva „Od biljke do“	10:00 – 11:00	Knjižnica Hum na Sutli	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	

	sjemena: kako čuvamo sjeme za novu sezonu“					
23.10.2026.	Eko kreativna radionica „ Paketići za sjeme od starog papira “	11:00 – 12:00	Knjižnica Hum na Sutli	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
23.10.2026.	Eko kreativna radionica „ Bookmarkeri od starog tekstila “	13:00 - 14:00	Knjižnica Hum na Sutli	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
23.10.2026.	Eko igre „ Igre za bolje pamćenje “	14:00 – 15:00	Knjižnica Hum na Sutli	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
28.10.2026.	Radionica urbanog vrtlarstva „ Priprema gredice “	9:00 – 10:00	Dom za starije osobe Centar	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
28.10.2026.	Radionica urbanog vrtlarstva „ Sadimo zajedno “	10:00 – 11:00	Dom za starije osobe Centar	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
28.10.2026.	Eko igre „ Igre za bolje pamćenje “	11:00 – 12:00	Dom za starije osobe Centar	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
28.10.2026.	Eko kreativna radionica „ Drugi život tekstila “	12:00 – 13:00	Dom za starije osobe Centar	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	

Izvoditelj: Matica umirovljenika grada Zagreba

2.2.2. Grupne aktivnosti koje preveniraju usamljenost starijih osoba i/ili umirovljenika

Datum	Naziv aktivnosti	Vrijeme održavanja aktivnosti	Lokacija	Izvoditelj	Način prijave	Napomene
01.10.2026.	Kreativna radionica, izrada nakita	14:00-15:30	A. jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
01.10.2026.	Kreativna radionica, rad s iglama, heklanje	15:30-17:00	A. jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
01.10.2026.	Zborno pjevanje	18:00-19:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
02.10.2026.	Likovna radionica, rad u akrilu	09:00-10:30	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
05.10.2026.	Tečaj engleskog jezika	10:00-11:00	I.B. Mažuranića 18	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
05.10.2026.	Likovna radionica, mandale, kružne simetrične kompozicije	10:30-12:00	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
05.10.2026.	Kreativno izražavanje kao podrška mentalnom zdravlju, samopouzdanju i kvaliteti života	18:00-19:00	Zvonimirova 17/IV	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
06.10.2026.	Kreativna radionica, rad s iglama, heklanje	15:30-17:00	A. Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
07.10.2026.	Kreativna radionica	16:00-17:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika	Neograničen broj sudionika	

				grada Zagreba		
08.10.2026.	Radionica lokalne inicijative za prevenciju usamljenosti	16:00- 18:00	Bijenik 163	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
08.10.2026.	Kreativna radionica, izrada nakita	14:00- 15:30	A. Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
08.10.2026.	Kreativna radionica, rad s iglama, heklanje	15:30- 17:00	A. Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
08.10.2026.	Zborno pjevanje	18:00- 19:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
12.10.2026.	Tečaj engleskog jezika	10:00- 11:00	I.B. Mažuranića 18	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
12.10.2026.	Likovna radionica, rad u ulju	10:30- 12:00	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
12.10.2026.	Kreativno izražavanje kao podrška mentalnom zdravlju, samopouzdanju i kvaliteti života	18:00- 19:00	Zvonimirova 17/IV	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
12.10.2026.	toMAgo, kreativna radionica	17:00- 18:00	Medarska 80b	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
12.10.2026.	Likovna radionica, pouring, slikanje tekućim akrilnim bojama	10:30- 12:00	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

12.10.2026.	Društvene igre, kartanje	20:00-21:00	Medarska 80b	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
13.10.2026.	Kreativna radonica, izrada nakita	14:00-15:30	A. Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
13.10.2026.	Kreativna radonica, rad s iglama, heklanje,	15:30-17:00	A. Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
13.10.2026.	Zborno pjevanje	18:00-19:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
14.10.2026.	Kreativna radionica	16:00-17:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
15.10.2026.	Kreativna radonica, izrada nakita	14:00-15:30	A. Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
15.10.2026.	Kreativna radonica, rad s iglama, heklanje, pletenje	15:30-17:00	A. Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
19.10.2026.	Tečaj engleskog jezika	10:00-11:00	I.B. Mažuranića 18	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
19.10.2026.	Likovna radionica, , slikanje akrilnim bojama	09:00-10:30	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
19.10.2026.	Likovna radionica, pouring, slikanje tekućim akrilnim bojama	10:30-12:00	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
19.10.2026.	Društvene igre, kartanje	20:00-21:00	Medarska 80b	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

19.10.2026.	Kreativno izražavanje kao podrška mentalnom zdravlju, samopouzdanju i kvaliteti života	18:00-19:00	Zvonimirova 17/IV	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
20.10.2026.	Kreativna radionica, izrada nakita	14:00-15:30	A. Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
20.10.2026.	Kreativna radionica, rad s iglama, heklanje, pletenje	15:30-17:00	A. Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
20.10.2026.	Zborno pjevanje	18:00-19:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
21.10.2026.	Kreativna radionica	16:00-17:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
22.10.2026.	Kreativna radionica, izrada nakita	14:00-15:30	A. Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
22.10.2026.	Kreativna radionica, rad s iglama, heklanje, pletenje	15:30-17:00	A. Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
26.10.2026.	Tečaj engleskog jezika	10:00-11:00	I.B. Mažuranića 18	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
26.10.2026.	Likovna radionica, rad u ulju	09:00-10:30	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
26.10.2026.	Likovna radionica, , slikanje akrilnim bojama	10:30-12:00	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
26.10.2026.	Kreativno izražavanje kao podrška mentalnom	18:00-19:00	Zvonimirova 17/IV	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

	zdravlju, samopouzdanju i kvaliteti života					
26.10.2026.	Društvene igre, kartanje	20:00-21:00	Medarska 80b	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
27.10.2026.	Zborno pjevanje	18:00-19:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
28.10.2026.	Kreativna radionica izrade jesenskih ukrasa	16:00-18:00	Bijenik 164	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
28.10.2026.	Kreativna radionica	16:00-17:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

Izvoditelj: La Verna

2.2.2. Grupne aktivnosti koje preveniraju usamljenost starijih osoba i/ili umirovljenika

Radionice za volontere u palijativnoj skrbi

Datum	Naziv aktivnosti	Vrijeme održavanja	Lokacija	Izvoditelj	Način prijave	Napomene
14.10.2026.	Radionica za volontere u palijativnoj skrbi	17 – 19 h	Kvaternikov trg 9, Zagreb	La Verna	Neograničeni broj sudionika	
28.10.2026.	Radionica za volontere u palijativnoj skrbi	17 – 19 h	Kvaternikov trg 9, Zagreb	La Verna	Neograničeni broj sudionika	
30.10.2026.	Radionica za volontere u palijativnoj skrbi	19 – 20 h	Dom zdravlja LSŽ, V. Nazora 21, Otočac	La Verna	Neograničeni broj sudionika	

Matica umirovljenika grada Zagreba

2.2.3. Organizacija javnih manifestacija s ciljem prevencije bolesti te promicanja tjelesnog i mentalnog zdravlja starijih osoba i/ili umirovljenika

Datum	Naziv aktivnosti	Vrijeme održavanja aktivnosti	Lokacija	Izvoditelj	Način prijave	Napomene
23.10.2026.	Provjera psiho-fizičkih sposobnosti na simulatoru vožnje, u organizaciji Hrvatskog auto kluba	10:00-11:30	Bijenik 163	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

Napomena: Sve aktivnosti u potpunosti su BESPLATNE!

Uvjeti sudjelovanja

1. Tko može sudjelovati u projektu?

Osobe koje su navršile 55 i više godina života
Umirovljenici (korisnici mirovine)

Kako su sve aktivnosti sufinancirane iz programa Europske unije, dužni smo opravdati status naših sudionika. Molimo vas da sa sobom ponesete:

- **Ako imate 55 ili više godina:** Osobnu iskaznicu ili putovnicu na uvid (kako bismo potvrdili vašu dob).
- **Ako ste umirovljenik mlađi od navršenih 55 godina:** Osobnu iskaznicu i jedan od dokaza o mirovini (odrezak od mirovine, rješenje o mirovini, obavijest iz banke ili potvrdu HZMO-a).

Napomena: Naši voditelji će na licu mjesta brzo i sigurno skenirati ili poslikati vaše dokumente kako ne biste morali nositi fotokopije.

1. Kako se prijaviti?

Za ove radionice nije potrebna prethodna prijava telefonom ili e-mailom. Jednostavno dođite na lokaciju malo prije početka aktivnosti! Prijava se vrši na licu mjesta prema redoslijedu dolaska. Ako se na kojoj radionici pojavi izrazito velik broj ljudi, prednost će imati oni koji su stigli ranije.

2. Ispunjavanje obrazaca (Vaši podaci su sigurni)

Tijekom radionice, voditelji će vam podijeliti kratki Ulazni obrazac. S obzirom na to da radionice kontroliraju državna tijela, u obrazac je obavezno upisati: *ime i prezime, OIB, spol, datum rođenja, status na tržištu rada i status obrazovanja*. Obrazce je oblikovalo javno tijelo koja kontrolira provedbu i moguće ih je pogledati [OVDJE](#).

4. Fotografiranje i snimanje

U svrhu dokazivanja provedbe aktivnosti dužni smo fotografirati i snimiti sudionike radionica. Snimljeni materijali će se koristiti i u svrhu promocije provedbe projekta, te vas molimo da, ukoliko ne želite biti dio promotivnih aktivnosti, isto napomenete izvoditelju aktivnosti.

Pravna napomena o zaštiti podataka (GDPR): Svi vaši osobni podaci prikupljaju se i obrađuju isključivo u svrhu provedbe i revizije projekta u sklopu Programa Učinkoviti ljudski potencijali 2021.-2027., a sukladno Općoj uredbi o zaštiti podataka (EU 2016/679) i zakonima RH.