Nikada sami

NOSITELJ PROJEKTA PARTNER PARTNER

Kalendar aktivnosti Programa aktivnog starenja u projektu „Nikada sami“

Javni poziv sudionicima za RUJAN 2026. godine

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**
01.9.2026.	Korektivna gimnastika	08:00-09:00	Kriška 20	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
01.9.2026.	Korektivna gimnastika	09:00-10:00	Kriška 20	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
01.9.2026.	Korektivna gimnastika	20:00-21:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
01.9.2026.	Bowling	12:00-13:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
02.9.2026.	Bowling	12:00-13:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
02.9.2026.	Stolni tenis	11:00-12:00	Ante Jakšića 29a	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
03.9.2026	Korektivna gimnastika	08:00-09:00	Kriška 20	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
03.9.2026.	Korektivna gimnastika	09:00-10:00	Kriška 20	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

ESF+ Učinkoviti ljudski potencijali
REPUBLIKA HRVATSKA Ministarstvo rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike
Nacionalna zaklada za razvoj civilnoga društva
VLADA REPUBLIKE HRVATSKE Ured za udruge
Sufinancira Europska unija

Sufinancirano sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda plus. Sadržaj ovog materijala isključiva je odgovornost La Verne, MUGZ-a i Zelenog Klika i ne odražava nužno stavove Europske unije ni Ureda za udruge Vlade Republike Hrvatske. Ni Europska unija ni Ured za udruge Vlade Republike Hrvatske ne mogu se smatrati odgovornima za njegov sadržaj.

03.9.2026	Korektivne vježbe	09:00-10:00	I.B.Mažuranića 18	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
03.9.2026.	Korektivna gimnastika	20:00-21:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
03.9.2026.	Bowling	10:00-12:00	F.Andrašeca 14	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
04.9.2026.	Druženje uz hodanje i vježbe disanja u Maksimiru	10:00-11:00	Maksimir Gl. ulaz	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
05.9.2026.	Druženje uz ples	18:00-21:00	Glavna ulica 74, Sesvetska sela	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
07.9.2026.	Korektivne vježbe	09:00-10:00	I.B.Mažuranića 18	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
07.9.2026.	Vježbanjem do zdravlja	12:00-13:00	Glavna ulica 74, Sesvetska sela	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
07.9.2026.	Fitnes za sve	18:00-19:00	A.Jakšića 29a	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
08.9.2026.	Korektivna gimnastika	08:00-09:00	Kriška 20	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
08.9.2026.	Korektivna gimnastika	09:00-10:00	Kriška 20	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
08.9.2026.	Bowling	12:00-13:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
08.9.2026.	Korektivna gimnastika	20:00-21:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika	Neograničen broj sudionika	

Sufinancirano sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda plus. Sadržaj ovog materijala isključiva je odgovornost La Verne, MUGZ-a i Zelenog Klika i ne odražava nužno stavove Europske unije ni Ureda za udruge Vlade Republike Hrvatske. Ni Europska unija ni Ured za udruge Vlade Republike Hrvatske ne mogu se smatrati odgovornima za njegov sadržaj.

				Grada Zagreba		
09.9.2026.	Stolni tenis	11:00-13:00	A.Jakšića 29a	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
09.9.2026.	Vježbanjem do zdravlja	12:00-13:00	Glavna ulica 74, Sesvetska sela	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
10.9.2026.	Korektivna gimnastika	08:00-09:00	Kriška 20	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
10.9.2026.	Korektivna gimnastika	09:00-10:00	Kriška 20	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
10.9.2026.	Korektivne vježbe	09:00-10:00	I.B.Mažuranić 18	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
10.9.2026.	Fitnes za sve	18:00-19:00	A.Jakšića 29a	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
10.9.2026.	Korektivna gimnastika	20:00-21:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika Grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
11.9.2026.	Bowling	09:00 - 10:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
12.9.2026.	Druženje uz glazbu i ples	17:00-20:00	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
14.9.2026.	Korektivne vježbe	09:00-10:00	I.B.Mažuranić 18	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
14.9.2026.	Vježbanjem do zdravlja	12:00-13:00	Glavna ulica 74 Sesvetska sela	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

ESF+ Učinkoviti ljudski potencijali
REPUBLIKA HRVATSKA Ministarstvo rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike
Nacionalna zaklada za razvoj civilnoga društva
VLADA REPUBLIKE HRVATSKE Ured za udruge
Sufinancira Europska unija

Sufinancirano sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda plus. Sadržaj ovog materijala isključiva je odgovornost La Verne, MUGZ-a i Zelenog Klika i ne odražava nužno stavove Europske unije ni Ureda za udruge Vlade Republike Hrvatske. Ni Europska unija ni Ured za udruge Vlade Republike Hrvatske ne mogu se smatrati odgovornima za njegov sadržaj.

14.9.2026.	Bowling	09:00-10:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
14.9.2026.	Druženje uz pikado	18:00-19:00	Medarska 80b	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
14.9.2026.	Fitnes za sve	18:00-19:00	Ante Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
14.9.2026.	Druženje uz viseću kuglanu	19:00-20:00	Medarska 80b	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
15.9.2026.	Vježbanjem do zdravlja u prostorijama kluba	09:00-10:00	Bijenik 164	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
15.9.2026.	Bowling	12:00-13:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
15.9.2026.	Korektivna gimnastika	08:00-09:00	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
15.9.2026.	Korektivna gimnastika	09:00-10:00	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
15.9.2026.	Korektivna gimnastika	20:00-21:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
16.9.2026.	Bowling	09:00-10:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
16.9.2026.	Bowling	10:00-11:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
16.9.2026.	Stolni tenis	11:00-12:00	Ante Jakšića 29a	Matica umirovljenika	Neograničen broj sudionika	

Sufinancirano sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda plus. Sadržaj ovog materijala isključiva je odgovornost La Verne, MUGZ-a i Zelenog Klika i ne odražava nužno stavove Europske unije ni Ureda za udruge Vlade Republike Hrvatske. Ni Europska unija ni Ured za udruge Vlade Republike Hrvatske ne mogu se smatrati odgovornima za njegov sadržaj.

				grada Zagreba		
17.9.2026.	Korektivna gimnastika	08:00-09:00	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
17.9.2026.	Korektivna gimnastika	09:00-10:00	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
17.9.2026.	Korektivne vježbe	9:00-10:00	I.B.Mažuranić 18	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
17.9.2026.	Korektivna gimnastika	20:00-21:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
17.9.2026.	Fitnes za sve	18:00-19:00	Ante Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
21.9.2026.	Vježbanjem do zdravlja	12:00-13:00	Glavna ulica 74, Sesvetska sela	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
21.9.2026.	Korektivne vježbe	9:00-10:00	I.B.Mažuranića 18	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
21.9.2026.	Nordijsko hodanje	17:00-18:00	Medarska 80b	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
22.9.2026.	Korektivna gimnastika	08:00-09:00	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
22.9.2026.	Korektivna gimnastika	09:00-10:00	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
22.9.2026.	Korektivna gimnastika	20:00-21:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

ESF+ Učinkoviti ljudski potencijali
REPUBLIKA HRVATSKA Ministarstvo rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike
Nacionalna zaklada za razvoj civilnoga društva
VLADA REPUBLIKE HRVATSKE Ured za udruge
Sufinancira Europska unija

Sufinancirano sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda plus. Sadržaj ovog materijala isključiva je odgovornost La Verne, MUGZ-a i Zelenog Klika i ne odražava nužno stavove Europske unije ni Ureda za udruge Vlade Republike Hrvatske. Ni Europska unija ni Ured za udruge Vlade Republike Hrvatske ne mogu se smatrati odgovornima za njegov sadržaj.

22.9.2026.	Bowling	12:00-13:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
23.9.2026.	Stolni tenis	11:00-12:00	Ante Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
23.9.2026.	Bowling	10:00-11:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
24.9.2026.	Korektivne vježbe	09:00-10:00	I.B.Mažuranić 18	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
24.9.2026.	Korektivna gimnastika	08:00-09:00	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
24.9.2026.	Korektivna gimnastika	09:00-10:00	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
24.9.2026	Korektivna gimnastika	20:00-21:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
25.9.2026.	Druženje članova uz ples	17:00-20:00	Bijenik 164	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
28.9.2026.	Vježbanjem do zdravlja	12:00-13:00	Glavna ulica 74, Sesvetska sela	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
28.9.2026.	Korektivne vježbe	9:00-10:00	I.B.Mažuranić 18	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
28.9.2026.	Fitnes za sve	18:00-19:00	Ante Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
29.9.2026.	Korektivna gimnastika	08:00-09:00	Kriška 20	Matica umirovljenika	Neograničen broj sudionika	

Sufinancirano sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda plus. Sadržaj ovog materijala isključiva je odgovornost La Verne, MUGZ-a i Zelenog Klika i ne odražava nužno stavove Europske unije ni Ureda za udruge Vlade Republike Hrvatske. Ni Europska unija ni Ured za udruge Vlade Republike Hrvatske ne mogu se smatrati odgovornima za njegov sadržaj.

				grada Zagreba		
29.9.2026.	Korektivna gimnastika	09:00-10:00	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
29.9.2026.	Korektivna gimnastika	20:00-21:00	62Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
30.9.2026.	Stolni tenis	11:00-12:00	Ante Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
30.9.2026	Bowling	10:00-11:00	F. Andrašeca 14	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

Sufinancirano sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda plus. Sadržaj ovog materijala isključiva je odgovornost La Verne, MUGZ-a i Zelenog Klika i ne odražava nužno stavove Europske unije ni Ureda za udruge Vlade Republike Hrvatske. Ni Europska unija ni Ured za udruge Vlade Republike Hrvatske ne mogu se smatrati odgovornima za njegov sadržaj.

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**
5.9.2026.	Radionica urbanog vrtlarstva „Razmnožavanje trajnica reznicama“	10:00 – 11:00	Park Stanke Kovačić in der Mühlen (kod DV Srednjaci)	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	U slučaju kiše program će se održati u prostorima MO Horvati – Srednjaci
5.9.2026.	Eko kreativna radionica „Drugi život tkanine“	10:00 – 11:00	Park Stanke Kovačić in der Mühlen (kod DV Srednjaci)	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	U slučaju kiše program će se održati u prostorima MO Horvati – Srednjaci
5.9.2026.	Radionica urbanog vrtlarstva „Male tajne začinskog bilja“	11:00 – 12:00	Park Stanke Kovačić in der Mühlen (kod DV Srednjaci)	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	U slučaju kiše program će se održati u prostorima MO Horvati – Srednjaci
5.9.2026.	Eko igre „Igre za bolje pamćenje“	11:00 – 12:00	Park Stanke Kovačić in der Mühlen (kod DV Srednjaci)	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	U slučaju kiše program će se održati u prostorima MO Horvati – Srednjaci
12.9.2026.	Radionica urbanog vrtlarstva „Razmnožavanje trajnica reznicama“	10:00 – 11:00	Društveni vrt EkoEkipa Prečko (okupljanje na adresi Jarnovićeva 21)	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	U slučaju kiše, događaj se odgađa
12.9.2026.	Eko kreativna radionica „Izrada paketića za sjeme“	11:00 – 12:00	Društveni vrt EkoEkipa Prečko (okupljanje na adresi Jarnovićeva 21)	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	U slučaju kiše, događaj se odgađa

Sufinancirano sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda plus. Sadržaj ovog materijala isključiva je odgovornost La Verne, MUGZ-a i Zelenog Klika i ne odražava nužno stavove Europske unije ni Ureda za udruge Vlade Republike Hrvatske. Ni Europska unija ni Ured za udruge Vlade Republike Hrvatske ne mogu se smatrati odgovornima za njegov sadržaj.

12.9.2026.	Radionica urbanog vrtlarstva „Prikupljanje i čuvanje sjemenja“	12:00 – 13:00	Društveni vrt EkoEkipa Prečko (okupljanje na adresi Jarnovićeva 21)	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	U slučaju kiše, događaj se odgađa
12.9.2026.	Eko igre „Igre za bolje pamćenje“	13:00 – 14:00	Društveni vrt EkoEkipa Prečko (okupljanje na adresi Jarnovićeva 21)	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	U slučaju kiše, događaj se odgađa
19.9.2026.	Radionica urbanog vrtlarstva „Razmnožavanje trajnica reznicama“	10:00 – 11:00	Mjesni odbor Vrbani, Palinovečka ulica kod OŠ A. Stepinca (Vrbani III)	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	U slučaju kiše program će se održati u prostorima Osnovne škole Alojzija Stepinca
19.9.2026.	Eko kreativna radionica „Drugi život tkanine“	11:00 – 12:00	Mjesni odbor Vrbani, Palinovečka ulica kod OŠ A. Stepinca (Vrbani III)	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	U slučaju kiše program će se održati u prostorima Osnovne škole Alojzija Stepinca
19.9.2026.	Radionica urbanog vrtlarstva „Male tajne začinskog bilja“	12:00 – 13:00	Mjesni odbor Vrbani, Palinovečka ulica kod OŠ A. Stepinca (Vrbani III)	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	U slučaju kiše program će se održati u prostorima Osnovne škole Alojzija Stepinca
19.9.2026.	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	U slučaju kiše program će se održati u prostorima Osnovne škole Alojzija Stepinca
22.9.2026.	Eko kreativna radionica „Recycle/Upcycle“	10:00 – 11:00	Knjižnice grada Zagreba Knjižnica Savica Ul. Ljerke Šram 4, Zagreb	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	

ESF+ Učinkoviti ljudski potencijali
REPUBLIKA HRVATSKA Ministarstvo rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike
Nacionalna zaklada za razvoj civilnoga društva
VLADA REPUBLIKE HRVATSKE Ured za udruge
Sufinancira Europska unija

Sufinancirano sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda plus. Sadržaj ovog materijala isključiva je odgovornost La Verne, MUGZ-a i Zelenog Klika i ne odražava nužno stavove Europske unije ni Ureda za udruge Vlade Republike Hrvatske. Ni Europska unija ni Ured za udruge Vlade Republike Hrvatske ne mogu se smatrati odgovornima za njegov sadržaj.

22.9.2026.	Eko igre „Igre za bolje pamćenje“	11:00 – 12:00	Knjižnice grada Zagreba Knjižnica Savica Ul. Ljerke Šram 4, Zagreb	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
22.9.2026.	Eko kreativna radionica „Recycle/Upcycle“	17:00 – 18:00	Knjižnice grada Zagreba Knjižnica Staglišće Zagreb, A. Prosenika 7	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
22.9.2026.	Eko igre „Igre za bolje pamćenje“	18:00 – 19:00	Knjižnice grada Zagreba Knjižnica Staglišće Zagreb, A. Prosenika 7	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	

Sufinancirano sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda plus. Sadržaj ovog materijala isključiva je odgovornost La Verne, MUGZ-a i Zelenog Klika i ne odražava nužno stavove Europske unije ni Ureda za udruge Vlade Republike Hrvatske. Ni Europska unija ni Ured za udruge Vlade Republike Hrvatske ne mogu se smatrati odgovornima za njegov sadržaj.

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**
02.9.2026.	Radionica lokalne inicijative za prevenciju usamljenosti - planiranje izleta	17:00-18:00	Glavna ulica 74, Sesvetska sela	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
04.9.2026.	Druženje uz kartanje	16:00-18:00	Glavna ulica 74, Sesvetska sela	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
07.9.2026.	Radionica lokalne inicijative za prevenciju usamljenosti	14:00-17:00	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
07.9.2026.	Kreativno izražavanje kao podrška mentalnom zdravlju, samopouzdanju i kvaliteti života	18:00-19:00	Zvonimirova 17/IV	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
09.9.2026	Zborno pjevanje	16:00-17:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
09.9.2026	Radionica lokalne inicijative za prevenciju usamljenosti	17:00-18:00	Glavna ulica 74, Sesvetska sela	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
10.9.2026.	Radionica lokalne inicijative za prevenciju usamljenosti	17:00-18:00	Bijenik 164	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
11.9.2026.	Druženje uz kartanje	16:00-18:00	Glavna ulica 74, Sesvetska sela	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
14.9.2026.	Radionica lokalne inicijative za prevenciju usamljenosti	14:00-17:00	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
14.9.2026.	Druženje uz kartanje	17:00-19:00	Medarska 80b	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

Sufinancirano sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda plus. Sadržaj ovog materijala isključiva je odgovornost La Verne, MUGZ-a i Zelenog Klika i ne odražava nužno stavove Europske unije ni Ureda za udruge Vlade Republike Hrvatske. Ni Europska unija ni Ured za udruge Vlade Republike Hrvatske ne mogu se smatrati odgovornima za njegov sadržaj.

14.9.2026.	Kreativno izražavanje kao podrška mentalnom zdravlju, samopouzdanju i kvaliteti života	18:00-19:00	Zvonimirova 17/IV	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
16.9.2026.	Kreativna radionica Izrada anđela	16:00-17:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
17.9.2026.	Kreativna radionica izrade nakita	14:00-15:30	A. Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
17.9.2026.	Kreativna radionica rad s iglama, pletenje)	15:30-17:00	A. Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
17.9.2026.	Tečaj engleskog jezika	10:00-11:00	I.B.Mažuranića 18	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
17.9.2026.	Radionica lokalne inicijative za prevenciju usamljenosti	17:00-18:00	Bijenik 164	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
21.9.2026.	toMAgo, kreativna radionica	16:30-18:00	Medarska 80b	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
21.9.2026.	Radionica lokalne inicijative za prevenciju usamljenosti	14:00-17:00	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
21.9.2026.	Druženje uz kartanje	18:00-20:00	Medarska 80b	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
21.9.2026.	Kreativno izražavanje kao podrška mentalnom zdravlju, samopouzdanju i kvaliteti života	18:00-19:00	Zvonimirova 17/IV	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
23.9.2026.	Kreativna radionica Izrada anđela	16:00-17:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
24.9.2026.	Kreativna radionica izrada nakita	14:00-15:30	A. Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

Sufinancirano sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda plus. Sadržaj ovog materijala isključiva je odgovornost La Verne, MUGZ-a i Zelenog Klika i ne odražava nužno stavove Europske unije ni Ureda za udruge Vlade Republike Hrvatske. Ni Europska unija ni Ured za udruge Vlade Republike Hrvatske ne mogu se smatrati odgovornima za njegov sadržaj.

24.9.2026.	Kreativna radionica rad sa iglama, pletenje	15:30-17:00	A. Jakšića 29a	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
24.9.2026.	toMAgo, kreativna radionica	10:00-11:00	I.B.Mažuranića 18	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
24.9.2026.	Zborno pjevanje	18:00-19:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
25.9.2026.	Druženje uz kartanje	16:00-18:00	Glavna ulica 74, Sesvetska sela	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
28.9.2026.	Radionica lokalne inicijative za prevenciju usamljenosti	14:00-17:00	Kriška 20	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
28.9.2026.	toMAgo, kreativna radionica	10:00-11:00	I.B.Mažuranića 18	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
30.9.2026.	Zborno pjevanje	16:00-17:00	Buzinska cesta 22	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
30.9.2026.	Radionica lokalne inicijative za prevenciju usamljenosti	17:00-18:00	Glavna ulica 74, Sesvetska sela	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

Sufinancirano sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda plus. Sadržaj ovog materijala isključiva je odgovornost La Verne, MUGZ-a i Zelenog Klika i ne odražava nužno stavove Europske unije ni Ureda za udruge Vlade Republike Hrvatske. Ni Europska unija ni Ured za udruge Vlade Republike Hrvatske ne mogu se smatrati odgovornima za njegov sadržaj.

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**
9.9.2026.	Radionica za volontere u palijativnoj skrbi	17 – 19 h	Kvaternikov trg 9, Zagreb	La Verna	Neograničeni broj sudionika	
23.9.2026.	Radionica za volontere u palijativnoj skrbi	17 – 19 h	Kvaternikov trg 9, Zagreb	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**
23.9.2026.	Tlak, šećer i masnoće pod kontrolom - javno preventivno događanje za starije osobe	17:00-18:00	Glavna ulica 74, Sesvetska sela	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

Napomena: Sve aktivnosti u potpunosti su BESPLATNE!

ESF+ Učinkoviti ljudski potencijali
REPUBLIKA HRVATSKA Ministarstvo rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike
Nacionalna zaklada za razvoj civilnoga društva
VLADA REPUBLIKE HRVATSKE Ured za udruge
Sufinancira Europska unija

Sufinancirano sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda plus. Sadržaj ovog materijala isključiva je odgovornost La Verne, MUGZ-a i Zelenog Klika i ne odražava nužno stavove Europske unije ni Ureda za udruge Vlade Republike Hrvatske. Ni Europska unija ni Ured za udruge Vlade Republike Hrvatske ne mogu se smatrati odgovornima za njegov sadržaj.

Nikada sami

NOSITELJ PROJEKTA PARTNER PARTNER

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*. Obrasce 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.

ESF+ Učinkoviti ljudski potencijali
REPUBLIKA HRVATSKA Ministarstvo rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike
Nacionalna zaklada za razvoj civilnoga društva
VLADA REPUBLIKE HRVATSKE Ured za udruge
Sufinancira Europska unija

Sufinancirano sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda plus. Sadržaj ovog materijala isključiva je odgovornost La Verne, MUGZ-a i Zelenog Klika i ne odražava nužno stavove Europske unije ni Ureda za udruge Vlade Republike Hrvatske. Ni Europska unija ni Ured za udruge Vlade Republike Hrvatske ne mogu se smatrati odgovornima za njegov sadržaj.