Nikada sami

NOSITELJ PROJEKTA PARTNER PARTNER

Kalendar aktivnosti Programa aktivnog starenja u projektu „Nikada sami“
Javni poziv sudionicima za STUDENI 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
04.11.2026.	Zlatne godine uz sigurne financije	17:00-18:00	Ulica Braće Radića 2, Jastrebarsko	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
16.11.2026.	Zlatne godine uz sigurne financije	16:30-17:30	Matica umirovljenika Karlovac, Mažuranićeva ulica 6, Karlovac	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
27.11.2026.	Račun u banci – središnje mjesto osobnih financija	10:00-11:00	Moneterra, muzej novca, A. Cesarca 10, Europski trg, Zagreb	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
02.11.2026.	Fitnes	18:00 - 19:00	MO B. Bušić, A.Jakšića 29a, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
03.11.2026.	Bowling	10:00-12:00	Bowling Club, F. Andrašeca 14, Zagreb	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 udruge La Verna 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.

03.11.2026.	Bowling	12:00-14:00	Bowling Club, F. Andrašeca 14, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
04.11.2026.	Plesna radionica tanga	10:00-11:30	Matica umirovljenika grada Zagreba, Zvonimirova 17, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
04.11.2026.	Stolni tenis	11:00-13:00	MO B.Bušić, A. Jakšića 29a, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
05.11.2026.	Fitnes	18:00-19:00	MO B.Bušić, A.Jakšića 29a, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
09.11.2026.	Fitnes	18:00-19:00	MO B.Bušić, A. Jakšića 29a, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
10.11.2026.	Bowling	10:00-12:00	Bowling Club, F. Andrašeca 14, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
10.11.2026.	Bowling	12:00-14:00	Bowling Club, F. Andrašeca 14, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
11.11.2026.	Plesna radionica tanga	10:00-11:30	Matica umirovljenika grada Zagreba, Zvonimirova 17, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
11.11.2026.	Stolni tenis	11:00-13:00	MO B.Bušić, A. Jakšića 29a, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
12.11.2026.	Fitnes	18:00-19:00	MO B.Bušić, A. Jakšića 29a, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
12.11.2026.	Ples i druženje	16:00-19:00	DVD Bijenik, Bijenik 164, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

Sufinancirano sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda plus. Sadržaj ovog materijala isključiva je odgovornost udruge La Verna 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.

16.11.2026.	Korektivne vježbe	09:00-10:00	Mjesni odbor Malešnica, I.B.Mažuranić 18, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
16.11.2026.	Plesna radionica društvenih plesova	10:00-11:30	Matica umirovljenika grada Zagreba, Zvonimirova 17, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
16.11.2026.	Pikado	18:00-19:00	MO Vrapče, Medarska 80b, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
17.11.2026.	Korektivna gimnastika	08:00-09:00	Dječji vrtić Jagoda, Bijenik 162, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
17.11.2026.	Bowling	10:00-12:00	Bowling Club, F. Andrašeca 14, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
17.11.2026.	Bowling	12:00-14:00	Bowling Club, F. Andrašeca 14, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
23.11.2026.	Plesna radionica društvenih plesova	10:00-11:30	Matica umirovljenika grada Zagreba, Zvonimirova 17, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
24.11.2026.	Bowling	10:00-12:00	Bowling Club, F. Andrašeca 14, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
24.11.2026.	Bowling	12:00-14:00	Bowling Club, F. Andrašeca 14, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
25.11.2026.	Plesna radionica tanga	10:00-11:30	Matica umirovljenika grada Zagreba, Zvonimirova 17, Zagreb	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 udruge La Verna 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.

30.11.2026.	Plesna radionica društvenih plesova	10:00-11:30	Matica umirovljenika grada Zagreba, Zvonimirova 17, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

Izvoditelj: Zeleni klik!

2.2.1. Grupne aktivnosti za poticanje fizičke i psihičke vitalnosti - Zelene radionice

Datum	Naziv aktivnosti	Vrijeme održavanja aktivnosti	Lokacija	Izvoditelj	Način prijave	Napomene
05.11.2026.	Eko kreativna radionica - Bookmarkeri od starog tekstila	17:00 – 18:00	Knjižnica Galženica, Trg Stjepana Radića 5, Velika Gorica	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
05.11.2026.	Eko kreativna radionica - Paketići za sjeme od starog papira	18:00 – 19:00	Knjižnica Galženica, Trg Stjepana Radića 5, Velika Gorica	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
10.11.2026.	Radionica urbanog vrtlarstva - Presađivanje trajnica reznicama	17:00 – 18:00	Knjižnica Savica, Ul. Ljerke Šram 4, Zagreb	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
10.11.2026.	Eko Igre za bolje pamćenje	18:00 – 19:00	Knjižnica Savica, Ul. Ljerke Šram 4, Zagreb	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
20.11.2026.	Radionica urbanog vrtlarstva - Prikupljanje, čuvanje i razmjena sjemenja	11:00 – 12:00	Pučko otvoreno učilište Donja Stubica, Nova ulica 1, Donja Stubica	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	

Sufinancirano sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda plus. Sadržaj ovog materijala isključiva je odgovornost udruge La Verna 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.

20.11.2026.	Eko kreativna radionica - Paketići za sjeme od starog papira	12:00 – 13:00	POU Donja Stubica, Nova ulica 1, Donja Stubica	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
20.11.2026.	Eko kreativna radionica - Bookmarkeri od starog tekstila	13:00 – 14:00	POU Donja Stubica, Nova ulica 1, Donja Stubica	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
20.11.2026.	Eko Igre za bolje pamćenje	14:00 – 15:00	POU Donja Stubica, Nova ulica 1, Donja Stubica	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
23.11.2026.	Radionica urbanog vrtlarstva – Presađivanje trajnica reznicama	17:00 – 18:00	Knjižnica Tina Ujevića, Ulica grada Vukovara 14, Zagreb	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
23.11.2026.	Eko kreativna radionica – Bookmarkeri od starog tekstila	18:00 – 19:00	Knjižnica Tina Ujevića, Ulica grada Vukovara 14, Zagreb	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
24.11.2026.	Eko kreativna radionica - Ponovna upotreba tekstila	10:00 – 11:00	Knjižnica Savica, Ul. Ljerke Šram 4, Zagreb	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
24.11.2026.	Eko Edukativna radionica - Šumska kupka	11:00 – 12:00	Knjižnica Savica, Ul. Ljerke Šram 4, Zagreb	Zeleni klik!	Neograničen broj sudionika	
27.11.2026.	Eko-edukativna radionica „Čuvanje i prikupljanje sjemenja“	17:00 – 18:00	Knjižnica Jelkovec, Ulica Vladimira Stahuljaka 3, 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 udruge La Verna 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.

27.11.2026.	Eko-kreativna radionica „Izrada paketića za čuvanje sjemenja“	18:00 – 19:00	Knjižnica Jelkovec, Ulica Vladimira Stahuljaka 3, Zagreb	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
02.11.2026.	Kreativno izražavanje kao podrška mentalnom zdravlju	18:00-19:00	Matica umirovljenika grada Zagreba, Zvonimirova 17, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
03.11.2026.	Kreativna radionica	17:00 – 19:00	MO Buzin, Buzinska cesta 20, Buzin	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
09.11.2026.	Likovna radionica mandale s akrilom	09:00-10:30	MO Volovčica, Kriška 20, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
09.11.2026.	Likovna radionica, rad u akvarelu	10:30-12:00	MO Volovčica, Kriška 20, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
09.11.2026.	Kreativno izražavanje kao podrška mentalnom zdravlju	18:00-19:00	Matica umirovljenika grada Zagreba, Zvonimirova 17, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
10.11.2026.	Radionica izrade nakita	15:00-16:00	Dječji vrtić Jagoda, Bijenik 162, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
10.11.2026.	Zborno pjevanje	18:00-19:00	MO Buzin, Buzinska	Matica umirovljenika	Neograničen broj sudionika	

Sufinancirano sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda plus. Sadržaj ovog materijala isključiva je odgovornost udruge La Verna 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.

			cesta 20, Buzin	grada Zagreba		
16.11.2026.	Likovna radionica, rad s akrilom	09:00-10:30	MO Volovčica, Kriška 20, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
16.11.2026.	Likovna radionica, rad s pastelom	10:30-12:00	MO Volovčica, Kriška 20, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
16.11.2026.	Tečaj engleskog jezika	10:00-11:00	MO Malešnica, I.B.Mažuranić 18, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
16.11.2026.	Kreativna radonica, rad s iglama, heklanje	15:30-17:00	MO B. Bušić, A. Jakšića 29a, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
16.11.2026.	ToMAgo radionica	17:00-18:00	MO Vrapče, Medarska 80b, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
16.11.2026.	Kreativno izražavanje kao podrška mentalnom zdravlju	17:00-18:00	Matica umirovljenika grada Zagreba, Zvonimirova 17, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
16.11.2026.	Kartanje	19:00-20:00	MO Vrapče, Medarska 80b, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
17.11.2026.	Zborno pjevanje	18:00-19:00	MO Buzin, Buzinska cesta 20, Buzin	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
19.11.2026.	Kreativna radionica	17:00-19:00	MO Buzin, Buzinska cesta 20, Buzin	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
23.11.2026.	Kreativno izražavanje kao podrška mentalnom zdravlju	17:00-18:00	Matica umirovljenika grada Zagreba, Zvonimirova 17, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

Sufinancirano sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda plus. Sadržaj ovog materijala isključiva je odgovornost udruge La Verna 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.

26.11.2026.	Kreativna radionica	17:00-19:00	MO Buzin, Buzinska cesta 20, Buzin	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
30.11.2026.	Kreativno izražavanje kao podrška mentalnom zdravlju	17:00-18:00	Matica umirovljenika grada Zagreba, Zvonimirova 17, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	

Izvoditelj: La Verna

2.2.2. Grupne aktivnosti koje preveniraju usamljenost - Radionice za volontere u palijativnoj skrbi

Datum	Naziv aktivnosti	Vrijeme održavanja aktivnosti	Lokacija	Izvoditelj	Način prijave	Napomene
11.11.2026.	Radionica za volontere u palijativnoj skrbi	17:00 – 19:00	La Verna, Kvaternikov trg 9, Zagreb	La Verna	Neograničen broj sudionika	
25.11.2026.	Radionica za volontere u palijativnoj skrbi	17:00 – 19:00	La Verna, Kvaternikov trg 9, Zagreb	La Verna	Neograničen broj sudionika	

Sufinancirano sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda plus. Sadržaj ovog materijala isključiva je odgovornost udruge La Verna 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

2.2.3. 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
05.11.2026.	Provjera dioptrije	09:00-11:00	Dječji vrtić Jagoda, Bijenik 162, Zagreb	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
09.11.2026.	Provjera sluha	10:00-12:00	MO Buzin, Buzinska cesta 20, Buzin	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
12.11.2026.	Provjera dioptrije	09:00-11:00	MO Buzin, Buzinska cesta 20, Buzin	Matica umirovljenika grada Zagreba	Neograničen broj sudionika	
19.11.2026.	Provjera dioptrije	10:00-12:00	MO Malešnica, I.B.Mažuranić 18, Zagreb	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 udruge La Verna 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 udruge La Verna 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.