RASPORED AKTIVNOSTI ZA RUJAN 2026.

Drniš, Fra Andrije Kačića Miošića 22.

PONEDJELJAK	UTORAK	SRIJEDA	ČETVRTAK	PETAK
	1 **18:00-19:00** **2.2.2. Grupne aktivnosti koje preveniraju usamljenost starijih osoba i umirovljanika- hobističke radionice** Lutak od papira **19:00-20:00** **2.2.2. Grupne aktivnosti koje preveniraju usamljenost starijih osoba i umirovljanika- hobističke radionice** Tkani novčanik od kovanice	**2** **16:00-17:00** **2.2.1. Grupne aktivnosti za poticanje fizičke i psihičke vitalnosti starijih osoba i umirovljenika** Vježbe snage **17:00-18:00** **2.2.1. Grupne aktivnosti za poticanje fizičke i psihičke vitalnosti starijih osoba i umirovljenika- odgađa se, održat će se 03.09.3036 od 17:00-18:00** Vježbe izdržljivosti	**3** **18:00-20:00** **Informiranje srarijih osoba** **17:00-18:00** **2.2.1. Grupne aktivnosti za poticanje fizičke i psihičke vitalnosti starijih osoba i umirovljenika-** Vježbe izdržljivosti	**4** **18:00 – 19:00** **2.1. Organiziranje grupne aktivnosti edukativnog karaktera za poticanje cjeloživotnog učenja starijih osoba i umirovljenika – radionice informatičke pismenosti** Modul 17 – YouTube: gledanje i pretraživanje videa **19:00 – 20:00** **2.1. Organiziranje grupne aktivnosti edukativnog karaktera za poticanje cjeloživotnog učenja starijih osoba i umirovljenika – radionice informatičke pismenosti**

ESF+ Učinkoviti ljudski potencijali
VLADA REPUBLIKE HRVATSKE Ured za udruge
Nacionalna zaklada za razvoj civilnoga društva
Sufinancira Europska unija

Izneseni stavovi i mišljenja samo su autorova i ne odražavaju nužno službena stajališta Europske unije ni Europske komisije.
Ni Europska unija ni Europska komisija ne mogu se smatrati odgovornima za njih.

				Modul 18 – **Google Maps: navigacija i pronalaženje lokacija**
7 **16:00-17:00** **3. Individualna stručna savjetovanja za starije osobe i umirovljenike - očuvanje zdravlja** Upravljanje krvnim tlakom kod kuće **17:00 – 18:00** **3. Individualna stručna savjetovanja za starije osobe i umirovljenike – financijska pismenost** Radionica 9 – Bankovni računi i vrste štednje	**8** **18:00-19:00** **2.2.2. Grupne aktivnosti koje preveniraju usamljenost starijih osoba i umirovljanika-hobističke radionice** Jesenja priča na džaki **19:00-20:00** **2.2.2. Grupne aktivnosti koje preveniraju usamljenost starijih osoba i umirovljanika-hobističke radionice** Izrada držača za pribor za jelo	**9** **16:00-17:00** **2.2.1. Grupne aktivnosti za poticanje fizičke i psihičke vitalnosti starijih osoba i umirovljenika** Vježbe sa štapovima **17:00-18:00** **2.2.1. Grupne aktivnosti za poticanje fizičke i psihičke vitalnosti starijih osoba i umirovljenika** Vježbe sa trakama	**10** **18:00-20:00** **4.Informiranje starijih osoba**	**11** **18:00 – 19:00** **2.1. Organiziranje grupne aktivnosti edukativnog karaktera za poticanje cjeloživotnog učenja starijih osoba i umirovljenika – radionice informatičke pismenosti** Modul 19 – Kalendar i podsjetnici na telefonu **19:00 – 20:00** **2.1. Organiziranje grupne aktivnosti edukativnog karaktera za poticanje cjeloživotnog učenja starijih osoba i umirovljenika – radionice informatičke pismenosti** Modul 20 – Spremanje datoteka u oblak (cloud) – osnove
14	**15**	**16**	**17**	**18**

ESF+ Učinkoviti ljudski potencijali
VLADA REPUBLIKE HRVATSKE Ured za udruge
Nacionalna zaklada za razvoj civilnoga društva
Sufinancira Europska unija

Izneseni stavovi i mišljenja samo su autorova i ne odražavaju nužno službena stajališta Europske unije ni Europske komisije.
Ni Europska unija ni Europska komisija ne mogu se smatrati odgovornima za njih.

16:00-17:00 **3.Individualna stručna savjetovanja za starije osobe i umirovljenike - očuvanje zdravlja** Ljekovi i ja- kako ih uzimati sigurrno **17:00 – 18:00** **3. Individualna stručna savjetovanja za starije osobe i umirovljenike – financijska pismenost** Radionica 10 – Krediti i zaduživanje	**18:00-19:00** **2.2.2. Grupne aktivnosti koje preveniraju usamljenost starijih osoba i umirovljanika-hobističke radionice** Vezovi naših baka **19:00-20:00** **2.2.2. Grupne aktivnosti koje preveniraju usamljenost starijih osoba i umirovljanika-hobističke radionice** Mandele bojanke	**16:00-17:00** **2.2.1. Grupne aktivnosti za poticanje fizičke i psihičke vitalnosti starijih osoba i umirovljenika** Vježbe kordinacije **17:00-18:00** **2.2.1. Grupne aktivnosti za poticanje fizičke i psihičke vitalnosti starijih osoba i umirovljenika** Vježbe sjedeće	**18:00-20:00** **4.Informiranje srarijih osoba**	**18:00 – 19:00** **2.1. Organiziranje grupne aktivnosti edukativnog karaktera za poticanje cjeloživotnog učenja starijih osoba i umirovljenika – radionice informatičke pismenosti** Modul 21 – Prilagodba postavki telefona (font, **glasnoća, pristupačnost)** **19:00 – 20:00** **2.1. Organiziranje grupne aktivnosti edukativnog karaktera za poticanje cjeloživotnog učenja starijih osoba iumirovljenika – radionice informatičke pismenosti** **Modul 22 – QR kodovi: što su i kako se koriste**
21 **16:00-17:00** **3.Individualna stručna savjetovanja za starije osobe i**	**22** **09:00 – 10:00** **2.1. Organiziranje grupne aktivnosti edukativnog karaktera za poticanje**	**23** **16:00-17:00** **2.2.1. Grupne aktivnosti za poticanje fizičke i psihičke**	**24** **18:00-20:00** **4.Informiranje srarijih osoba**	**25** **18:00 – 19:00** **2.1. Organiziranje grupne aktivnosti edukativnog karaktera za poticanje**

ESF+ Učinkoviti ljudski potencijali
VLADA REPUBLIKE HRVATSKE Ured za udruge
Nacionalna zaklada za razvoj civilnoga društva
Sufinancira Europska unija

Izneseni stavovi i mišljenja samo su autorova i ne odražavaju nužno službena stajališta Europske unije ni Europske komisije.
Ni Europska unija ni Europska komisija ne mogu se smatrati odgovornima za njih.

umirovljenike - očuvanje zdravlja Prevencija padova u stanu **17:00 – 18:00** **3. Individualna stručna savjetovanja za starije osobe i umirovljenike – financijska pismenost- odgađa se , održat će se 22.09.2026 od 11:00-12:00** Radionica 11 – Porezi za umirovljenike	**cjeloživotnog učenja starijih osoba i umirovljenika – radionice informatičke pismenosti** Modul 23 – Grupni video pozivi (obiteljski poziv s više osoba) **10:00 – 11:00** **2.1. Organiziranje grupne aktivnosti edukativnog karaktera za poticanje cjeloživotnog učenja starijih osoba i umirovljenika – radionice informatičke pismenosti** Modul 24 – Ponavljanje mjeseca i kviz **11:00-12:00** **3. Individualna stručna savjetovanja za starije osobe i umirovljenike – financijska pismenost** Radionica 11 – Porezi za umirovljenike **18:00-19:00**	**vitalnosti starijih osoba i umirovljenika** Vježbe istezanja **17:00-18:00** **2.2.1. Grupne aktivnosti za poticanje fizičke i psihičke vitalnosti starijih osoba i umirovljenika** Vježbe snage		**cjeloživotnog učenja starijih osoba i umirovljenika – radionice informatičke pismenosti- odgađa se , održat će se 22.09.2026 od 09:00-10:00** Modul 23 – Grupni video pozivi (obiteljski poziv s više osoba) **19:00 – 20:00** **2.1. Organiziranje grupne aktivnosti edukativnog karaktera za poticanje cjeloživotnog učenja starijih osoba i umirovljenika – radionice informatičke pismenosti- odgađa se , održat će se od22.09.2026 10:00-11:00** Modul 24 – Ponavljanje mjeseca i kviz

ESF+ Učinkoviti ljudski potencijali
VLADA REPUBLIKE HRVATSKE Ured za udruge
Nacionalna zaklada za razvoj civilnoga društva
Sufinancira Europska unija

Izneseni stavovi i mišljenja samo su autorova i ne odražavaju nužno službena stajališta Europske unije ni Europske komisije.
Ni Europska unija ni Europska komisija ne mogu se smatrati odgovornima za njih.

	2.2.2. Grupne aktivnosti koje preveniraju usamljenost starijih osoba i umirovljanika- hobističke radionice Kutijice za nakit **19:00-20:00** **2.2.2. Grupne aktivnosti koje preveniraju usamljenost starijih osoba i umirovljanika- hobističke radionice** Oslikavanje torba jesenjim motivom			
28 **16:00-17:00** **4.Individualna stručna savjetovanja za starije osobe i umirovljenike - očuvanje zdravlja** Briga o stopalima- cirkulacija i njega **17:00 – 18:00**	29	30 **16:00-17:00** **2.2.1. Grupne aktivnosti za poticanje fizičke i psihičke vitalnosti starijih osoba i umirovljenika** Vježba sjedeća **17:00-18:00** **2.2.1. Grupne aktivnosti za poticanje fizičke i psihičke**		

ESF+ Učinkoviti ljudski potencijali
VLADA REPUBLIKE HRVATSKE Ured za udruge
Nacionalna zaklada za razvoj civilnoga društva
Sufinancira Europska unija

Izneseni stavovi i mišljenja samo su autorova i ne odražavaju nužno službena stajališta Europske unije ni Europske komisije.
Ni Europska unija ni Europska komisija ne mogu se smatrati odgovornima za njih.

3. Individualna stručna savjetovanja za starije osobe i umirovljenike – financijska pismenost Radionica 12 – Planiranje troškova zdravstvene skrbi i lijekova		**vitalnosti starijih osoba i umirovljenika** Vježbe koordinacije		

ESF+ Učinkoviti ljudski potencijali
VLADA REPUBLIKE HRVATSKE Ured za udruge
Nacionalna zaklada za razvoj civilnoga društva
Sufinancira Europska unija

Izneseni stavovi i mišljenja samo su autorova i ne odražavaju nužno službena stajališta Europske unije ni Europske komisije.
Ni Europska unija ni Europska komisija ne mogu se smatrati odgovornima za njih.