



SF.3.4.08.06.0078

Matica umirovljenika Duga Resa (MUDR), Jozefa Jeruzalema 2, Duga Resa, Udruga umirovljenika grada Delnica (UUGD), Školska 9, Delnice i Društvo za sport i rekreaciju Z-Active (DSR Z-Active), bana J.Jelačića 16, Duga Resa pozivaju Vas da nam se u projektu „**Zajedno u starosti**“, ukupne vrijednosti: 290.435,04 EUR, od čega sufinancira Europska unija iz ESF+ 85% (246.869,78 EUR) i sredstvima Državnog proračuna RH 15% (43.565,26 EUR) tijekom trajanja projekta: od 25.5.2026. do 25.5.2028., pridružite na besplatnim rekreativnim aktivnostima, druženju i programima koji potiču pokretljivost, ravnotežu, koordinaciju i dobro raspoloženje.

KALENDAR AKTIVNOSTI

za aktivno i zdravo starenje osoba 55+ i umirovljenika u listopadu 2026. god.

Ponedjeljkom	Utorkom	Srijedom	Četvrtkom		Petkom	Subotom
			1.10.		2.10.	3.10.
			A2.2.1 Bacanje kolutova od 16,30 do 17,30 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	A2.2.1 Kuglanje od 16 do 17 sati, kuglana Dom HV Zrinski, Ul. M. Držića 4, Karlovac	A2.2.1 Boćanje od 16 do 17 sati UUGD, Školska 9, Delnice	
			A2.2.1 Viseća kuglana od 16,30 do 17,30 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	A2.2.1 Kuglanje od 17 do 18 sati, kuglana Dom HV Zrinski, Ul. M. Držića 4, Karlovac	A2.2.1 Bacanje kolutova od 16,30 do 17,30 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	
			A2.2.1 Rekreacija od 17 do 18 sati DSR Z-Active, Jozefinska 1, Duga Resa	A2.2.1 Rekreacija od 18 do 19 sati DSR Z-Active, Jozefinska 1, Duga Resa	A2.2.1 Viseća kuglana od 16,30 do 17,30 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	
			A2.2.1 Rekreacija od 9 do 10 sati UUGD, Školska 9, Delnice			
5.10.	6.10.	7.10.	8.10.		9.10.	10.10.
A2.2.1 Rekreacija od 17 do 18 sati DSR Z-Active, Jozefinska 1, Duga Resa	A2.2.1 Nordijsko hodaње od 17 do 18 sati MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	A2.2.1 Kuglanje od 15 do 16 sati, Goranski sportski centar, Kuglana Delnice, Ante Starčevića 3, Delnice	A2.2.1 Bacanje kolutova od 16,30 do 17,30 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	A2.2.1 Kuglanje od 16 do 17 sati, kuglana Dom HV Zrinski, Ul. M. Držića 4, Karlovac	A2.2.1 Boćanje od 16 do 17 sati UUGD, Školska 9, Delnice	A2.2.2 Izlet u Vodnjan polazak u 7:00 sati MUDR, J. Jeruzalema 2, D. Resa
A2.2.1 Rekreacija od 18 do 19 sati DSR Z-Active, Jozefinska 1, Duga Resa	A2.2.1 Pikado od 16 do 17 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa		A2.2.1 Viseća kuglana od 16,30 do 17,30 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	A2.2.1 Kuglanje od 17 do 18 sati, kuglana Dom HV Zrinski, Ul. M. Držića 4, Karlovac	A2.2.1 Bacanje kolutova od 16,30 do 17,30 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	
A2.2.1 Nordijsko hodaње od 16 do 17 sati	A2.2.1 Pikado od 16 do 17 sati UUGD,	A2.2.2 Izlet u Požegu polazak u 7:00 sati MUDR, J.	A2.2.1 Pikado od 16 do 17 sati, MUDR, J.	A2.2.1 Rekreacija od 17 do 18 sati DSR Z-Active,	A2.2.1 Viseća kuglana od 16,30 do 17,30 sati, MUDR, J.	

Izneseni stavovi i mišljenja samo su od Matice umirovljenika Duga Resa i ne odražavaju nužno službena stajališta Europske unije ili Europske komisije. Ni Europska unija ni Europska komisija ne mogu se smatrati odgovornima za njih.



ESF+
Učinkoviti ljudski potencijali



Sufinancira
Europska unija



SF.3.4.08.06.0078

UUGD, Školska 9, Delnice	Školska 9, Delnice	Jeruzalema 2, Duga Resa	Jeruzalema 2, Duga Resa	Jozefinska 1, Duga Resa	Jeruzalema 2, Duga Resa	
	A2.2.1 Boćanje od 16 do 17 sati UUGD, Školska 9, Delnice		A2.2.1 Rekreativna od 9 do 10 sati UUGD, Školska 9, Delnice	A2.2.1 Rekreativna od 18 do 19 sati DSR Z-Active, Jozefinska 1, Duga Resa	A2.1 Edukacija – Zaštita identiteta na internetu od 10:00 do 11:00 sati, UUGD, Školska 9, Delnice	
					A2.1 Edukacija – Lažni telefonski pozivi od 17:30 do 18:30 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	
12.10.	13.10.	14.10.	15.10.		16.10.	17.10.
A2.2.1 Rekreativna od 17 do 18 sati DSR Z-Active, Jozefinska 1, Duga Resa	A2.2.1 Nordijsko hodanje od 17 do 18 sati MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	A2.2.1 Kuglanje od 15 do 16 sati, Goranski sportski centar, Kuglana Delnice, Ante Starčevića 3, Delnice	A2.2.1 Bacanje kolutova od 16,30 do 17,30 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	A2.2.1 Kuglanje od 16 do 17 sati, kuglana Dom HV Zrinski, Ul. M. Držića 4, Karlovac	A2.2.1 Boćanje od 16 do 17 sati UUGD, Školska 9, Delnice	
A2.2.1 Rekreativna od 18 do 19 sati DSR Z-Active, Jozefinska 1, Duga Resa	A2.2.1 Pikado od 16 do 17 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa		A2.2.1 Viseća kuglana od 16,30 do 17,30 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	A2.2.1 Kuglanje od 17 do 18 sati, kuglana Dom HV Zrinski, Ul. M. Držića 4, Karlovac	A2.2.1 Bacanje kolutova od 16,30 do 17,30 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	
A2.2.1 Nordijsko hodanje od 16 do 17 sati UUGD, Školska 9, Delnice	A2.2.1 Pikado od 16 do 17 sati UUGD, Školska 9, Delnice	A2.2.2 Izlet u Ivanić Grad /Čazma polazak u 7:00 sati, UUGD, Školska 9, Delnice	A2.2.1 Pikado od 16 do 17 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	A2.2.1 Rekreativna od 17 do 18 sati DSR Z-Active, Jozefinska 1, Duga Resa	A2.2.1 Viseća kuglana od 16,30 do 17,30 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	
	A2.2.1 Boćanje od 16 do 17 sati UUGD, Školska 9, Delnice		A2.2.1 Rekreativna od 9 do 10 sati UUGD, Školska 9, Delnice	A2.2.1 Rekreativna od 18 do 19 sati DSR Z-Active, Jozefinska 1, Duga Resa		
			A2.1 Edukacija – Internet bankarstvo od 10:00 do 11:00 sati, UUGD, Školska 9, Delnice			
19.10.	20.10.	21.10.	22.10.		23.10.	24.10.
A2.2.1 Rekreativna od 17 do 18 sati DSR Z-Active, Jozefinska 1, Duga Resa	A2.2.1 Nordijsko hodanje od 17 do 18 sati MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	A2.2.1 Kuglanje od 15 do 16 sati, Goranski sportski centar, Kuglana Delnice, Ante Starčevića 3, Delnice	A2.2.1 Bacanje kolutova od 16,30 do 17,30 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	A2.2.1 Kuglanje od 16 do 17 sati, kuglana Dom HV Zrinski, Ul. M. Držića 4, Karlovac	A2.2.1 Boćanje od 16 do 17 sati UUGD, Školska 9, Delnice	A2.2.2 Izlet u Varaždin polazak u 7:00 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa
A2.2.1 Rekreativna od 18 do 19 sati DSR Z-Active, Jozefinska 1, Duga Resa	A2.2.1 Pikado od 16 do 17 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa		A2.2.1 Viseća kuglana od 16,30 do 17,30 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	A2.2.1 Kuglanje od 17 do 18 sati, kuglana Dom HV Zrinski, Ul.	A2.2.1 Bacanje kolutova od 16,30 do 17,30 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	

Izneseni stavovi i mišljenja samo su od Matice umirovljenika Duga Resa i ne odražavaju nužno službena stajališta Europske unije ili Europske komisije. Ni Europska unija ni Europska komisija ne mogu se smatrati odgovornima za njih.



ESF+
Učinkoviti ljudski
potencijali



Sufinancira
Europska unija



SF.3.4.08.06.0078

				M. Držića 4, Karlovac	
A2.2.1 Nordijsko hodanje od 16 do 17 sati UUGD, Školska 9, Delnice	A2.2.1 Pikado od 16 do 17 sati UUGD, Školska 9, Delnice		A2.2.1 Pikado od 16 do 17 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	A2.2.1 Rekreativna od 17 do 18 sati DSR Z-Active, Jozefinska 1, Duga Resa	A2.2.1 Viseća kuglana od 16,30 do 17,30 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa
	A2.2.1 Boćanje od 16 do 17 sati UUGD, Školska 9, Delnice		A2.2.1 Rekreativna od 9 do 10 sati UUGD, Školska 9, Delnice	A2.2.1 Rekreativna od 18 do 19 sati DSR Z-Active, Jozefinska 1, Duga Resa	A2.1 Edukacija – Krivotvorene mrežne stranice od 10:00 do 11:00 sati, UUGD, Školska 9, Delnice
					A2.1 Edukacija – Lažne poruke (SMS/ email i sl.) od 17:30 do 18:30 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa
26.10.	27.10.	28.10.	29.10.		30.10.
A2.2.1 Rekreativna od 17 do 18 sati DSR Z-Active, Jozefinska 1, Duga Resa	A2.2.1 Nordijsko hodanje od 17 do 18 sati MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	A2.2.1 Kuglanje od 15 do 16 sati, Goranski sportski centar, Kuglana Delnice, Ante Starčevića 3, Delnice	A2.2.1 Bacanje kolutova od 16,30 do 17,30 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	A2.2.1 Kuglanje od 16 do 17 sati, kuglana Dom HV Zrinski, Ul. M. Držića 4, Karlovac	A2.2.1 Boćanje od 16 do 17 sati UUGD, Školska 9, Delnice
A2.2.1 Rekreativna od 18 do 19 sati DSR Z-Active, Jozefinska 1, Duga Resa	A2.2.1 Pikado od 16 do 17 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa		A2.2.1 Viseća kuglana od 16,30 do 17,30 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	A2.2.1 Kuglanje od 17 do 18 sati, kuglana Dom HV Zrinski, Ul. M. Držića 4, Karlovac	A2.2.1 Bacanje kolutova od 16,30 do 17,30 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa
A2.2.1 Nordijsko hodanje od 16 do 17 sati UUGD, Školska 9, Delnice	A2.2.1 Pikado od 16 do 17 sati UUGD, Školska 9, Delnice		A2.2.1 Pikado od 16 do 17 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa	A2.2.1 Rekreativna od 17 do 18 sati DSR Z-Active, Jozefinska 1, Duga Resa	A2.2.1 Viseća kuglana od 16,30 do 17,30 sati, MUDR, J. Jeruzalema 2, Duga Resa
	A2.2.1 Boćanje od 16 do 17 sati UUGD, Školska 9, Delnice		A2.2.1 Rekreativna od 9 do 10 sati UUGD, Školska 9, Delnice	A2.2.1 Rekreativna od 18 do 19 sati DSR Z-Active, Jozefinska 1, Duga Resa	

Za sve informacije možete nam se javiti u Maticu umirovljenika Duga Resa (MUDR) na 047-842-010 ili 099/307-5203 radnim danom od 8:00 do 10:00 sati ili u Udrugu umirovljenika grada Delnica (UUGD) na 051/811-620 ili 095/371-6774 utorkom, srijedom i četvrtkom od 9:00 do 12:00 sati.

Svi zainteresirani sudionici koji su se prijavili za sudjelovanje na aktivnostima moći će sudjelovati u istima uz uvjet da su osobe koje su navršile 55 i više godina života, odnosno da su umirovljenici. U slučaju velikog odaziva kriterij za odabir sudionika aktivnosti je vrijeme prijave u aktivnost. Ukoliko se za pojedine aktivnosti prijavi veći broj sudionika razmotriti će se mogućnost prilagodbe kako bi svi prijavljeni sudionici sudjelovali u aktivnosti, no ako isto neće biti moguće u aktivnosti će sudjelovati one osobe koje su se prije prijavile. Ukoliko se u jedna osoba prijavi za sudjelovanje u dvije ili više aktivnosti ista bez obzira na vrijeme prijave neće imati prednost za sudjelovanje u aktivnostima u odnosu na sudionike koji će svoje sudjelovanje prijaviti kasnije ili u odnosu na sudionike koji su iskazali svoj interes za sudjelovanje po prvi puta, a sve u cilju kako bi što veći broj sudionika sudjelovao u aktivnosti.

Izneseni stavovi i mišljenja samo su od Matice umirovljenika Duga Resa i ne odražavaju nužno službena stajališta Europske unije ili Europske komisije. Ni Europska unija ni Europska komisija ne mogu se smatrati odgovornima za njih.



ESF+
Učinkoviti ljudski
potencijali



Sufinancira
Europska unija