

IZVJEŠĆE O RADU UDRUGE KLUB 60+ U 2018. GODINI

Tijekom 2018. godine realizirane su slijedeće aktivnosti:

1. Grupe su redovito vježbale uz vodstvo fizioterapeuta (8 grupa, 2xtjedno). U prosincu je formirana nova grupa isključivo za muškarce „SeniorMANgym“ (smeđa).
2. Učenje engleskog jezika se redovito održavalo tijekom cijele godine (3 grupe, 1xtjedno).
3. Izleti:
 - Sombor, Srbija – 21.04.2018.
 - Podolje, Baranja – 02.06.2018.
 - Segedin, Mađarska – 27.10.2018.
 - Daruvar – 10.11.2018.
 - Karanac, Baranja – 24.11.2018.
 - Vukovar – 09.12.2018.
4. Klub je sudjelovao u programu „Osijek – Zdravi grad“ u suradnji s udrugom Centar zdravlja VAGA, 16.04.2018.
5. Sudjelovali smo na „Kiflicafestu“ u Kneževim Vinogradima - natjecanju osječkih i baranjskih umirovljeničkih udruga u spravljanju slasnih kiflica (24.05.2018.)
6. Kroz redovne i projektne aktivnosti surađivali smo s drugim udrugama i institucijama koje podržavaju naš rad:
 - Ustanova za zdravstvenu njegu Jadranka Plužarić
 - Društvo pjesnika Antun Ivanošić Osijek
 - Paleta suvenira Osijek
 - Centar zdravlja VAGA
 - Nutricionizam Balas
 - Uduga Memoria Osijek

- Obrt za psihološko savjetovanje „Ja vjerujem u vas“, Mirna Ažić
- Udruga Snaga kulture Osijek
- Centar za poduzetništvo Osijek
- Gradska i sveučilišna knjižnica Osijek

7. U Klubu je tijekom 2018. godine vođeno 5 projekata:

1) **„Jesen života puna je boja“** – od 01.05.2017. do 30.04.2018. godine, financirano od strane Ministarstva za demografiju, obitelj, mlade i socijalnu politiku, namijenjeno osobama 60+ u okviru kojega su se tijekom 2018. godine provodile slijedeće aktivnosti:

- Likovno-kreativna radionica (1xtjedno)
- Zvukoterapija (1xtjedno)
- Literarno-dramska radionica (1xtjedno)
- Rekreativni ples – Zumba Gold (1x tjedno)
- Nordijsko hodanje (1xtjedno)
- Tematska predavanja: 'Psihologija starenja', 'Zdravo starenje', 'Zdrava prehrana', 'Pravno savjetovanje', 'Financijsko savjetovanje'

2) **„Za zdravo tijelo i zdravi duh!“** – 06-12/2018, financirano od strane Grada Osijeka, u okviru kojega su se provodile slijedeće aktivnosti:

- Vježbe za starije osobe
- Nordijsko hodanje
- Tečaj engleskog jezika
- Edukativne radionice: Psihologija starenja, Zdrava prehrana, Zdravo starenje, Pravno savjetovanje, Financijsko savjetovanje

3) **„Pokretom do zdravlja“** – 05-12/2018, financirano od strane Osječko-baranjske županije

- Vježbe medicinske gimnastike za 60+

4) **„On-line seniors“** – 08-11/2018, financirano od strane Osječko-baranjske županije

- Tečaj informatike za seniore

5) **„Za zdravo tijelo i aktivan um“** – 09-12/2018, financirano od strane Zaklade Slagalice

- Likovno-kreativne radionice
- Vježbe medicinske gimnastike za 60+
- Tečaj engleskog jezika za seniore

8. Izrađene su članske iskaznice za članove udruge.

9. Izrađena je web stranica Kluba 60+ (www.klub60plus.hr)
10. Aktivnosti udruge redovito su objavljivane u medijima i društvenim mrežama.
11. Sastanci predsjedništva i proširenog predsjedništva redovito su održavani tijekom 2018. godine – ukupno 5.

U Osijeku, 06.12.2018.



Predsjednica KLUBA 60+

Slavica Vranješ