



Udruga civilnih invalida – inkluzija Pula

PROGRAM „ZLATNE GODINE U ZAJEDNICI – RAZVOJ MREŽE IZVANINSTITUCIONALNIH USLUGA ZA OSOBE STARIJE ŽIVOTNE DOBI“ OD 2026. GOD. DO 2029. GOD.

Aktivnosti za osobe starije životne dobi – Općina Marčana

Pozivamo vas da nam se pridružite u besplatnim aktivnostima koje potiču kretanje, kreativnost, brigu o zdravlju i druženje u zajednici.

♥ GRUPNE FIZIKALNE VJEŽBE

Termini u listopadu: Srijedom 07.10.2026. ; 14.10.2026. ; 21.10.2026. i 28.10.2026.

09:00 – 10:00 sati

Vježbe vodi fizioterapeutkinja Elena Travičić.

Redovitim vježbanjem održavamo pokretljivost, snagu i vitalnost, te doprinosimo boljem osjećaju i kvaliteti života.

♥ BRIGA O ZDRAVLJU

Termini u listopadu: Utorak 06.10.2026. 09,00-10,00 sati

Mjerenje krvnog tlaka

Mjerenje šećera u krvi

Mjerenje zasićenosti krvi kisikom (SpO₂)

Mjerenja provodi medicinska sestra Kristina Mik Majetić.

♥ LIKOVNO-KREATIVNA RADIONICA

Termini u listopadu: 30.10.2026. 16:00 – 17:30 sati

Zadnji petak u mjesecu

Radionicu vodi Helena Pola

Dodite, probudite kreativnost, naučite nešto novo i provedite ugodno vrijeme u društvu!

✿ KRETANJE • ZDRAVLJE • KREATIVNOST • DRUŽENJE ✿

Aktivnosti će se provoditi od 2026. do 2029. godine u sklopu trogodišnjeg programa.

Program financira Ministarstvo rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike.

Pridružite nam se – aktivno, zdravo i zajedno kroz zlatne godine!



UDRUGA RODITELJA OSOBA S KOMBINIRANIM SMETNJAMA
U PSIHO-FIZIČKOM RAZVOJU ISTARSKE ŽUPANIJE – PULA
Pula, Gajeva 3, 52 100 Pula

Grad Vodnjan
Città di Dignano

Centar za
rehabilitaciju
Pula

Medicinska škola
Pula



Pučko otvoreno učilište Pula
Centar za mlade Pula