

Mjesečni raspored aktivnosti - listopad 2026.

Naziv projekta: Program aktivnog starenja na području Virovitičko-podravске županije · **Šifra projekta:** SF.3.4.08.06.0027
Korisnik / partner: GDCK Virovitica / Udruga umirovljenika Matija Gubec · **Mjesec / godina:** lis.26

Ukupno aktivnosti u mjesecu: 49

● Kretanje i vježbanje ● Igre i sport ● Radionice i druženje ● Zdravlje i edukacija ● Kreativno i ples

02. petak 02.10.2026. 1. Nordijsko hodanje 09:00-10:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica	08. četvrtak 08.10.2026. 9. Mjerenje krvnog tlaka i šećera u krvi 08:00-10:00 · 120 min Gradska tržnica Virovitica 10. Društvene igre - kartanje 17:00-18:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 11. Pikado 17:00-18:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 12. Društvene igre - čovječe ne ljuti se 17:00-18:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 13. Plesna radionica 18:00-19:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica	15. četvrtak 15.10.2026. 18. Lagane vježbe pokretljivosti i snage - Hrvoje Reder 17:00-18:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 19. Kuglana 17:00-18:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 20. Pikado 17:00-18:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 21. Bacanje kolutova 17:00-18:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 22. Plesna radionica 18:00-19:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica	20. utorak 20.10.2026. 30. Nordijsko hodanje 09:00-10:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica	26. ponedjeljak 26.10.2026. 38. Kuglana 18:00-19:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 39. Pikado 18:00-19:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 40. Društvene igre - kartanje 18:00-19:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 41. Plesna radionica 19:00-20:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica
05. ponedjeljak 05.10.2026. 2. Lagane vježbe pokretljivosti i snage - Hrvoje Reder 17:00-18:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 3. Pikado 18:00-19:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 4. Kuglana 18:00-19:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 5. Bacanje kolutova 18:00-19:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 6. Potkove 18:00-19:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica	09. petak 09.10.2026. 14. Svjetski dan mentalnog zdravlja 09:30-10:30 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 15. Nordijsko hodanje 10:30-11:30 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica	16. petak 16.10.2026. 23. Kreativna radionica "uradi sam" 09:00-10:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 24. Informatička radionica 10:00-11:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica	21. srijeda 21.10.2026. 31. Informatička radionica 10:00-11:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica	27. utorak 27.10.2026. 42. Nordijsko hodanje 09:00-10:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 43. Informatička pismenost 10:00-11:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica
06. utorak 06.10.2026. 7. Nordijsko hodanje 09:00-10:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica	12. ponedjeljak 12.10.2026. 16. Medijska pismenost - Zaštita osoba u slabijoj životnoj dobi 17:00-18:00 · 60 min Trg kralja Zvonimira 2, Virovitica	19. ponedjeljak 19.10.2026. 25. Lagane vježbe pokretljivosti i snage - Hrvoje Reder 17:00-18:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 26. Pikado 18:00-19:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 27. Društvene igre - kartanje 18:00-19:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 28. Pletenje 18:00-19:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 29. Kuglana 18:00-19:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica	22. četvrtak 22.10.2026. 32. Pikado 17:00-18:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 33. Kuglana 17:00-18:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 34. Društvene igre - čovječe ne ljuti se 17:00-18:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 35. Plesna radionica 18:00-19:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica	28. srijeda 28.10.2026. 44. Kuglana 18:00-19:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 45. Pikado 18:00-19:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica
07. srijeda 07.10.2026. 8. Informatička radionica 09:00-10:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica	14. srijeda 14.10.2026. 17. Njega kože u zreloj dobi - Kristina Barčan 10:00-12:00 · 120 min Trg kralja Zvonimira 2, Virovitica	23. petak 23.10.2026. 36. Medijska pismenost - Brza moda 09:00-10:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 37. Grupne aktivnosti prevencije usamljenosti "Kviz znanja" 17:00-19:00 · 120 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica	29. četvrtak 29.10.2026. 46. Lagane vježbe pokretljivosti i snage - Hrvoje Reder 17:00-18:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 47. Pikado 17:00-18:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 48. Kuglana 17:00-18:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica 49. Plesna radionica 18:00-19:00 · 60 min Udruga umirovljenika Matija Gubec, Virovitica	