



nail: uid.pgz@email.t-com.hr
fon: +385 51 343 112
Web: www.uomd.hr
iica:

OIB: 71954510830
IBAN: HR4323400091110066097
Adresa: Milutina Barača 22b, 51000 Rijeka

UOMD
(Facebook stranica)

UDRUGA OSOBA S MIŠIĆNOM DISTROFIJOM PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

Urudžbeni broj: 80

Mjesto i datum: Rijeka, 11.04.2025. godine

Izješće o radu za 2024. godinu

Adresa: *Milutina Barača 22b, Rijeka*

Telefon: *051/343-112*

Fax: *051/343-152*

E-mail: *uid.pgz@email.t-com.hr*

Web stranica: *www.uomd.hr*

Facebook: *UOMD*

Radni tim:

Predsjednik: *Luka Zaharija*

Tajnik: *Roland Bugnar*

Voditelj projekta: *Sladana Maksimović*

Voditelj programa: *Desanka Šinko*

Fizioterapeut: *Josipa Poplašen / Sanja Mandić*

Administrator: *Mirjana Samardžija*



mail: uid.pgz@email.t-com.hr
fon: +385 51 343 112
Web: www.uomd.hr
lica:

OIB: 71954510830
IBAN: HR4323400091110066097
Adresa: Milutina Barača 22b, 51000 Rijeka

UOMD
(Facebook stranica)

UDRUGA OSOBA S MIŠIĆNOM DISTROFIJOM PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

SIJEČANJ

- **15. siječnja 2024. godine** sudjelovali smo na online tematskoj raspravi "Fokusirajmo se" o temi Zapošljavanje osobnih asistenata, u organizaciji Zajednice saveza osoba s invaliditetom Hrvatske - SOIH-a sa predstavnicima udruga pružatelja usluge osobne asistencije.
- **24. siječanj 2024. godine** organizirana je četvrta radionica zdravog življenja. Za članove su voditeljica i fizioterapeutkinja programa pripremile proso od povrća i dva zdrava kruha (kruh od naranče i banane). Nakon degustacije članovi su prisustvovali prezentaciji na temu "Planiranje zdravih obroka" gdje su dobili par savjeta kako pravilno planirati obroke ali i skladištiti zalihe hrane.



- **25. siječnja 2024. godine** održana je radionica na temu „Sustav kvalitete u organizacijama civilnoga društva s primjerima učinkovitih modela upravljanja, podnaslov: OK2015 - Primjena sustava osiguranja kvalitete u organizaciji“ od strane Dkolektiv-a (organizacija za društveni razvoj). Na radionici je sudjelovala djelatnica Udruge Desanka Šinko.
- **29. siječnja 2024. godine** održan je sastanak članova Povjerenstva za provedbu projekta "Otklonimo barijere", na kom se razgovaralo o prilagodbi javnih površina u užem centru grada. Na sastanku su sudjelovali predstavnici Grada Rijeke, Rijeka Plus-a i udruga osoba s invaliditetom te savjetnica pravobraniteljice Tea Rubeša .



nail: uid.pgz@email.t-com.hr
fon: +385 51 343 112
Web: www.uomd.hr
iica:

OIB: 71954510830
IBAN: HR4323400091110066097
Adresa: Milutina Barača 22b, 51000 Rijeka

UOMD
(Facebook stranica)

UDRUGA OSOBA S MIŠIĆNOM DISTROFIJOM PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

- **29. siječnja 2024. godine** u RiHubu smo sudjelovali na otvorenoj javnoj raspravi čija je tema bila “Iskustva o radu i zapošljavanju osoba s invaliditetom”. Također, na raspravi je predstavljena nova publikacija “Želim raditi!” koja je osmišljena kao podrška poslodavcima i osobama s invaliditetom pri zapošljavanju osoba s invaliditetom. Na raspravi su također sudjelovali predstavnici Ureda pravobraniteljice za osobe s invaliditetom, osobe s invaliditetom koje rade, predstavnici Hotel Hiltona iz Rijeke, kao pozitivan primjer poslodavca koji zapošljava osobe s invaliditetom, predstavnici Hrvatskog zavoda za zapošljavanje i Centra za profesionalnu rehabilitaciju.



- **31. siječnja 2024. godine** održana je online radionica od strane Centra za civilne inicijative, a tema radionice bila je “Kako izraditi strateški plan”. Na radionici je sudjelovala djelatnica Udruge Desanka Šinko.



mail: uid.pgz@email.t-com.hr
fon: +385 51 343 112
Web: www.uomd.hr
iica:

OIB: 71954510830
IBAN: HR4323400091110066097
Adresa: Milutina Barača 22b, 51000 Rijeka

UOMD
(Facebook stranica)

UDRUGA OSOBA S MIŠIĆNOM DISTROFIJOM PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

VELJAČA

- **02. veljače 2024. godine** Savez osoba s invaliditetom Hrvatske održao je sastanak vezan za provođenje usluge osobne asistencije.
- **09. veljače 2024. godine** sudjelovali smo na Edukaciji o projektu Unaprjeđenje sustava korištenja prava osoba s invaliditetom koja je održana od strane Zajednice saveza osoba s invaliditetom Hrvatske.
- **13. veljače 2024. godine** sudjelovali smo na online radionici "Smjernice za uspješno upravljanje neprofitnom organizacijom" koju je za predstavnike udruga članica SDDH, HSUCDP i HSUTI održala Mladenka Majerić, savjetnica za fundraising i menadžment neprofitnih organizacija.
- **19. veljače 2024. godine** u prostorima Gradske knjižnice Rijeka sudjelovali smo edukaciji o projektu MOSI – "Unaprjeđenje sustava korištenja prava osoba s invaliditetom u području mobilnosti", čiji je korisnik Ministarstvo mora, prometa i infrastrukture, a Agencija za komercijalnu djelatnost (AKD) partner.
- **21. veljače 2024. godine** djelatnice Udruge skupa sa predsjednikom i članovima posjetili su izložbu Mediteranea u Galeriji Kortil. Mediteranea predstavlja Sredozemlje u svojoj njegovoj složenosti te to čini kroz prikaz dosad neobjavljenih satelitskih slika, fotografija, video zapisa i site-specific instalacija.
- **22. veljače 2024. godine** djelatnica Udruge Desanka Šinko sudjelovala je na radionici "Inventura kod neprofitnih organizacija" koja je održana od strane Centra za civilne inicijative.
- **28. veljače 2024. godine** djelatnica Udruge Desanka Šinko sudjelovala je na radionici za jačanje kapaciteta OCD-a - Prikupljanje sredstava OCD-a za jačanje financijske održivosti u sklopu projekta PROTEUS. Radionicu je vodio dr. sc. Gojko Bežovan.
- **28. veljače 2024. godine** organizirana je peta radionica zdravog življenja. Za članove su voditeljica i fizioterapeutkinja programa pripremile 4 vrste smoothia i integralne američke palačinke. Članovi su imali zadatak odgonetnuti koje namirnice su korištene za pripremu, a nakon toga su degustirali pripremljeno.
- **29. veljače 2024. godine** djelatnica Udruge Desanka Šinko sudjelovala je na radionici "Modeli uključivanja građana u rad organizacija civilnog društva" koja je održana od strane Centra za civilne inicijative.



mail: uid.pgz@email.t-com.hr
fon: +385 51 343 112
Web: www.uomd.hr
iica:

OIB: 71954510830
IBAN: HR4323400091110066097
Adresa: Milutina Barača 22b, 51000 Rijeka

UOMD
(Facebook stranica)

UDRUGA OSOBA S MIŠIĆNOM DISTROFIJOM PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

OŽUJAK

- **04. ožujak 2024. godine** predsjednik Udruge Luka Zaharija je u uredu višeg savjetnika za javne poslove Vinka Štimca u zgradi PGŽ-a potpisao Ugovor o sufinanciranju projekta "Mobilnost za bolju budućnost".
- **11. ožujak 2024. godine** prisustvovali smo na otvorenju Tjedna mozga i na tribini "Moderne tehnologije i dostignuća u neurologiji". Teme tribine su bile duboka mozgovna stimulacija DMS, mehanička trombektomija i migrena.
- **15. ožujak 2024. godine** putem ZOOM aplikacije sudjelovali smo na završnoj konferenciji projekta „Nasilju NE – toleranciji DA“ koji je održan od strane Saveza društava distrofičara Hrvatske.
- **20. ožujak 2024. godine** organizirana je šesta radionica zdravog življenja. Za članove su voditeljica i fizioterapeutkinja programa pripremile par zdravih namaza, roladu od špinata te dvije vrste kruha. Članovi su imali zadatak odgonetnuti koje namirnice su korištene za pripremu, a nakon toga su degustirali pripremljeno.
- **21. ožujak 2024. godine** djelatnica Udruge Desanka Šinko sudjelovala je na radionici "Modeli zagovaranja za pozitivne promjene u lokalnim zajednicama" koja je organizirana od strane Centra za civilne inicijative.
- **22. ožujak 2024. godine** u okviru trogodišnjeg programa "Kroz život zajedno" sufinanciranog od strane Ministarstva rada, mirovinskog sustava, obitelji i socijalne politike posjetili smo Udrugu Distrofičara Krapina, gdje smo skupa sa djelatnicima i članovima Udruge razmijenili stečena znanja i iskustva koja su vezana za neuromuskularne bolesti. Nakon druženja u prostorijama Udruge, zajedno smo posjetili i Muzej krapinskih neandertalaca.

TRAVANJ

- **15. travnja 2024. godine** u sklopu trogodišnjeg programa "Kroz život zajedno" u Prirodoslovnoj i grafičkoj školi Rijeka održana je interaktivna radionica na kojoj je učenicima predstavljen rad Udruge, kao i samo značenje pojma invaliditet. Kroz svoju osobnu priču predsjednik Udruge Luka Zaharija koji je ujedno i osoba sa invaliditetom im je pokušao približiti kako izgleda njegova svakodnevnica i sa čim se sve susretao tijekom odrastanja. Radionicu su organizirali predsjednik Udruge, fizioterapeutkinja i voditeljica programa.
- **18. travnja 2024. godine** djelatnica Udruge Desanka Šinko sudjelovala je na radionici "Inovativno prikupljanje sredstava za djelovanje organizacija civilnog društva" koju je održala Mirela Despotović, predsjednica Centra za civilne inicijative.



nail: uid.pgz@email.t-com.hr
fon: +385 51 343 112
Web: www.uomd.hr
ica:

OIB: 71954510830
IBAN: HR4323400091110066097
Adresa: Milutina Barača 22b, 51000 Rijeka

UOMD
(Facebook stranica)

UDRUGA OSOBA S MIŠIĆNOM DISTROFIJOM PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

- **24. travnja 2024. godine** održali sedmu radionicu zdravog življenja u sklopu trogodišnjeg programa “Kroz život zajedno” sufinanciranog od strane Ministarstva rada, mirovinskog sustava, obitelji i socijalne politike. Za sedmu radionicu bila je zadužena Ivona Bugnar sa osobnom asistenticom, a za članove su pripremile vege lasagne. Prvi dio radionice sastojao se od opisa zdravih namirnica koje su se pripremale, a drugi dio od same degustacije.
- **28. travnja 2024. godine** članovi Udruge zajedno sa djelatnicima sudjelovali su na riječkoj uličnoj utrci pod nazivom “Homo si teć”.
- **29. travnja 2024. godine** sudjelovali smo na petoj konferenciji žena s invaliditetom o temama: - Izazovi obiteljskog nasilja, treći manifest o pravima žena i djevojaka s invaliditetom u EU, u organizaciji SOIH-ove mreže žena s invaliditetom u suradnji s Povjerenstvom za ravnopravnost spolova Grada Zagreba.

SVIBANJ.

- **06. svibnja 2024. godine** sudjelovali smo na online konferenciji pod nazivom “Razvoj, doprinos i uloga udruga u području medijske pismenosti u Hrvatskoj” u sklopu Dana otvorenih vrata Udruga 2024. Cilj konferencije bio je predstaviti dosadašnju ulogu udruga i drugih organizacija civilnoga društva u razvoju medijske pismenosti odnosno važnosti kritičkih vještina, vještina analiziranja i vrednovanja nužnih za predstavljanje i razumijevanje medijskih sadržaja.
- **07. svibnja 2024. godine** sudjelovali smo na konferenciji “Pristupačnost izgrađene okoline u Hrvatskoj – Od pravilnika do tehničkog propisa”, koja se održala u novoj zgradi Regionalnog centra kompetentnosti (RCK) Ruđera Boškovića u Zagrebu
- **08. svibnja 2024. godine** održana je kreativna radionica ususret Nacionalnom danu osoba oboljelih od neuromuskularnih bolesti.
- **16. svibnja 2024. godine** djelatnica Udruge Desanka Šinko sudjelovala je na radionici “Modeli unutarnjeg i vanjskog vrednovanja djelovanja/programa organizacija civilnoga društva” koja je održana od strane Udruge za razvoj civilnog društva SMART.
- **17. svibnja 2024. godine** sudjelovali smo u prostoru Ri-HUBa na tematskom sastanku na temu Zakona o inkluzivnom dodatku. S navedenom temom putem PP prezentacije, upoznao nas je g. Davor Čorak, rukovoditelj Područnog ureda Rijeka Zavoda za vještačenje, profesionalnu rehabilitaciju i zapošljavanje osoba s invaliditetom.



mail: uid.pgz@email.t-com.hr
fon: +385 51 343 112
Web: www.uomd.hr
iica:

OIB: 71954510830
IBAN: HR4323400091110066097
Adresa: Milutina Barača 22b, 51000 Rijeka

UOMD
(Facebook stranica)

UDRUGA OSOBA S MIŠIĆNOM DISTROFIJOM PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

- **19. svibnja 2024. godine** RUN FOR MD 2024, Zagreb - Jarun.



- **23. svibnja 2024. godine** s ciljem senzibiliziranja javnosti o potrebama i mogućnostima osoba s mišićnom distrofijom (MD) i ostalim neuromuskularnim bolestima (NMB) obilježili smo Nacionalni dan osoba oboljelih od neuromuskularnih bolesti, prigodnim edukativnim programom održanim u riječkom ZTC-u.
- **25. svibnja 2024. godine** u sklopu projekta "Kroz život zajedno" koji je financiran od Ministarstva rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike, a u partnerstvu s Gradom Rijekom pokrenuli smo kampanju "Dišimo zajedno". U parku Ponsal smo uredili dio zelene površine, odnosno zasadili sadnice magnolije, žižule, murve i lješnjaka, uredili klupicu ali i sam prilaz do nje, a sve u cilju kako bi senzibilizirali javnost na važnost kvalitete zraka i zdravog načina života te ukazali na važnost respiratorne terapije kod članova s neuromuskularnim bolestima.
- **29. svibnja 2024. godine** održana je osma radionica zdravog življenja u okviru trogodišnjeg programa "Kroz život zajedno" sufinanciranog od Ministarstva rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike. Za članove je pripremljen pileći odrezak sa brokulom i rižom te torta od mrkve.

LIPANJ

- **01. lipnja 2024. godine** članovi Udruge posjetili su Međunarodnu vrtanu izložbu – Floraart. U fazama pripreme za ovaj događaj, posađeno je 10 tisuća cvjetnih sadnica u samom parku, a brojni Zagrepčani i turisti, kao i naši članovi, uživali su u ukupno 29 postavljenih cvjetnih instalacija postavljenih u parku, FloraGradu, FloraStadionu i drugim atrakcijama. Predstavljeno je i 29 cvjetnih instalacija, a sam Floraart održan je pod motom „Cvijet za bolji svijet“. Ovu tradicionalnu izložbu organiziraju Zagrebački holding – podružnica Zrinjevac i Grad Zagreb.



nail: uid.pgz@email.t-com.hr
fon: +385 51 343 112
Web: www.uomd.hr
iica:

OIB: 71954510830
IBAN: HR4323400091110066097
Adresa: Milutina Barača 22b, 51000 Rijeka

UOMD
(Facebook stranica)

UDRUGA OSOBA S MIŠIĆNOM DISTROFIJOM PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

- **07. lipnja 2024. godine** Udruga je sudjelovala u Danima otvorenih vrata udruga. Zainteresirani su imali priliku upoznati se s radom Udruge, projektima i aktivnostima. Dani otvorenih vrata pružaju jedinstvenu priliku za sve zainteresirane da iz prve ruke saznaju više o ciljevima, planovima za budućnost i načinima kako se mogu uključiti i podržati rad Udruge.
- **11. lipnja 2024. godine** u organizaciji Zajednica saveza osoba s invaliditetom Hrvatske - SOIH održano je početno predstavljanje projekta SOIH - Centar neovisnog življenja. Sudjelovali smo putem Zoom platforme.

SRPANJ

- **04. srpnja 2024. godine** djelatnica Udruge Desanka Šinko sudjelovala je na radionici "Osiguranje kvalitetne provedbe projekata financiranih iz javnih izvora: Fleksibilno upravljanje - uloga projektnog menadžera" koja je održana od strane Dkolektiva. Teme radionice bile su: trendovi i izazovi u upravljanju projektom – što se promijenilo, tradicionalni vs. suvremeni pristupi u upravljanju projektom, uloga projektnog menadžera/lidera.
- **09. srpnja 2024. godine** sudjelovali smo na online radionici koja je organizirana od strane Nacionalne zaklade za razvoj civilnog društva. Cilj radionice bio je uputiti udruge koje su financirane od strane Nacionalne zaklade za razvoj civilnog društva o načinu provedbe dobivene institucionalne podrške.
- **11. srpnja 2024. godine** u sklopu druge godine provedbe trogodišnjeg programa održana je prva radionica zdravog življenja. Za članove smo pripremili hladnu salatu sa integralnom paštom i povrćem, te zdravi kolač od čokolade i jabuka.
- **23. srpnja 2024. godine** sudjelovali smo na online radionici pod nazivom "Osnove financija u neprofitnim organizacijama" koja je organizirana od strane Centra za civilne inicijative. Cilj radionice bio je upoznati djelatnike Udruge sa vođenjem financija u neprofitnim organizacija.
- **31. srpnja 2024. godine** održana je druga radionica zdravog življenja. Naš član Zoltan Farkaš je za ostale članove pripremio dvije vrste savijača, a za desert su se članovi osvježili sa lubenicom i limunom.



nail: uid.pgz@email.t-com.hr
fon: +385 51 343 112
Web: www.uomd.hr
iica:

OIB: 71954510830
IBAN: HR4323400091110066097
Adresa: Milutina Barača 22b, 51000 Rijeka

UOMD
(Facebook stranica)

UDRUGA OSOBA S MIŠIĆNOM DISTROFIJOM PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

- **31. srpnja 2024. godine** u udruzi je održan sastanak sa novootvorenim Centrom za informiranje i savjetovanje o karijeri (CISOK) Rijeka čiji je cilj organizirati raznovrsne aktivnosti u suradnji s udrugom (informiranja, predavanja, prezentacije, radionice, tribine i slično) na kojima su se predstavile usluge i mogućnosti koje Zavod i CISOK centri nude ranjivim skupinama u cilju njihova socijalnog uključivanja i unaprjeđenja zapošljivosti.



KOLOVOZ

- **01. kolovoza 2024. godine** sudjelovali smo na online raspravi vezano za prijavu projektnih prijedloga na Natječaj "Inovativne socijalne usluge – odmor od skrbi (pilot projekt)" organizirane od strane SOIH-a koju je predvodila Marica Mirić.
- **28. kolovoza 2024. godine** održana je treća radionica zdravog življenja. Naša članica Silvia Velčić je za ostale članove pripremila savijaču od tikvica i svježeg sira, kolač od mrkve te voćne štapiće.
- **29. kolovoza 2024. godine** u RiHub-u sudjelovali smo na sastanku i grupnom intervju sa udrugama koje pružaju socijalne usluge, a koji je organiziran od strane Primorsko-goranske županije s ciljem provedbe aktivnosti Izrade socijalnog plana PGŽ. Na sastanku je sudjelovala djelatnica skupa sa predsjednikom Udruge.





nail: uid.pgz@email.t-com.hr
fon: +385 51 343 112
Web: www.uomd.hr
lica:

OIB: 71954510830
IBAN: HR4323400091110066097
Adresa: Milutina Barača 22b, 51000 Rijeka

UOMD
(Facebook stranica)

UDRUGA OSOBA S MIŠIĆNOM DISTROFIJOM PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

RUJAN

- **04. i 11. rujna 2024. godine** održane dvije kreativne radionice u susret Europskom tjednu mobilnosti.
- **17. rujna 2024. godine** djelatnica Udruge Desanka Šinko sudjelovala je na online radionici „Inovativni modeli prikupljanja sredstava za djelovanje organizacija civilnoga društva“ organiziranoj od strane Udruge “Mi” iz Splita. Cilj radionice bio je uputiti sudionike na koji način osigurati dodatna sredstva za rad organizacije.
- **20. rujna 2024. godine** djelatnica Udruge Desanka Šinko sudjelovala je na online radionici pod nazivom “Kako izraditi strateški i operativni plan organizacije civilnoga društva” koja je organizirana od strane Organizacije za društveni razvoj - DKolektiv. Cilj radionice bio je uputiti sudionike na koji način izraditi strateški i operativni plan.
- **24. rujna 2024. godine** sudjelovali smo na 5. online okruglom stolu čija tema je bila "Digitalna pristupačnost od zakona do prakse", u organizaciji Ministarstva pravosuđa, uprave i digitalne transformacije. Prezentaciju je vodila dr. sc. Tamara Horvat Klemen.
- **25. rujna 2024. godine** održana je redovna Skupština Udruge.



- **26. rujna 2024. godine** u Centru za profesionalnu rehabilitaciju Rijeka održana je svečana podjela potvrda polaznicima druge generacije njihove Virtualne radionice. Naša Udruga kao partner u provedbi odazvala se pozivu na svečanost te zajedno sa ostalim partnerima uveličala slavlje.



nail: uid.pgz@email.t-com.hr
fon: +385 51 343 112
Web: www.uomd.hr
lica:

OIB: 71954510830
IBAN: HR4323400091110066097
Adresa: Milutina Barača 22b, 51000 Rijeka

UOMD
(Facebook stranica)

UDRUGA OSOBA S MIŠIĆNOM DISTROFIJOM PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

- **26. rujna 2024. godine** posjetili smo Društvo multiple skleroze PGŽ povodom obilježavanja Nacionalnog dana multiple skleroze. Uz druženje bio je organiziran turnir u pikadu.
- **27. rujna. 2024. godine** smo u okviru trogodišnjeg programa "Kroz život zajedno" sufinanciranog od strane Ministarstva rada, mirovinskog sustava, obitelji i socijalne politike posjetili Društvo distrofičara Zagreb, gdje smo se upoznali sa njihovim prostorijama, te skupa sa djelatnicima Udruge razmijenili stečena znanja i iskustva koja su vezana za neuromuskularne bolesti. Nakon toga je uslijedio PUB kviz i druženje sa članovima.



LISTOPAD

- **03. listopada 2024. godine** U okviru projekta Hit je bit` mentalno fit - 2, Savez društava distrofičara Hrvatske (SDDH) s ciljem unapređenja pozitivnog mentalnog zdravlja osoba s mišićnom distrofijom provodi ciklus edukacija i radionica s tematskim područjima značaja i uloge mentalnog zdravlja. Edukacija s temom "**Emocionalna inteligencija**". Online predavanje je održala Dragana Budimir, psihologinja SDDH.
- **08. listopada 2024. godine** sudjelovali smo na online edukaciji koja je organizirana od strane Društva distrofičara Zagreb. Tema edukacije bila je "Metode uštede tjelesne energije".



nail: uid.pgz@email.t-com.hr
fon: +385 51 343 112
Web: www.uomd.hr
lica:

OIB: 71954510830
IBAN: HR4323400091110066097
Adresa: Milutina Barača 22b, 51000 Rijeka

UOMD
(Facebook stranica)

UDRUGA OSOBA S MIŠIĆNOM DISTROFIJOM PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

- **14. listopada 2024. godine** u prostoru STARTUP Inkubatora Rijeka sudjelovali smo na predstavljanju mogućnosti programa ERASMUS+. Predstavljanje programa vodio je dr. sc. Tihomir Žiljak iz Agencije za mobilnost i programe Europske unije koji je i Erasmus ambasador za uključivanje i raznolikost. Sudionici su nakon predstavljanja samog programa imali priliku podijeliti svoja iskustva, koristi i prepreke koje su vezane uz provedbu ERASMUS+ projekta.



- **15. listopada 2024. godine** sudjelovali smo na online radionici “Razvoj društvenog kapitala u lokalnoj zajednici te modeli partnerstva/suradnje organizacija civilnoga društva” koju je organizirana od strane Udruge MI iz Splita. Cilj radionice bio je sudionicima približiti način kako u lokalnoj zajednici doprinijeti razvoju društvenog kapitala.
- **16. listopada 2024. godine** U okviru inicijative Ministarstva regionalnoga razvoja i fondova Europske unije “Dani otvorenih vrata EU projekata”, Regionalna razvojna agencija Primorsko-goranske županije PRIGODA, predstavila je rezultate istraživanja o kvaliteti života u Primorsko-goranskoj županiji na kojoj su sudjelovale i djelatnice naše Udruge. U okviru skupa pored predstavljanja rezultata istraživanja o kvaliteti života u PGŽ-u, na konferenciji se predstavilo i nekoliko uspješnih EU projekata koji su financirani EU sredstvima u primorsko-goranskim mikroregijama, s naglaskom na to kako isti utječu na kvalitetu života građana i građanki.
- **21. i 22. listopada 2024. godine** putem ZOOM-a sudjelovali smo na 29. Hrvatskom Simpoziju osoba s invaliditetom koji je organiziran od strane Zajednica Saveza osoba s invaliditetom Hrvatske - SOIH.



nail: uid.pgz@email.t-com.hr
fon: +385 51 343 112
Web: www.uomd.hr
iica:

OIB: 71954510830
IBAN: HR4323400091110066097
Adresa: Milutina Barača 22b, 51000 Rijeka

UOMD
(Facebook stranica)

UDRUGA OSOBA S MIŠIĆNOM DISTROFIJOM PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

- **23. listopada 2024. godine** održana je četvrta radionica zdravog življenja. Naš član Filip Vuković je za ostale članove pripremio gulaš od pileline uz salatu od kupusa kao prilog, a za desert su se članovi počastili sa banana bread-om. Prije same degustacije Filip je predstavio namirnice koje je koristio za pripremu jela i članove upoznao sa njihovim važnostima za organizam, a nakon prezentacije uslijedila je degustacija.



- **24. listopada 2024. godine** u Hrvatskom narodnom kazalištu Ivana pl. Zajca članovi i djelatnici Udruge su pogledali izvedbu kulturne Nušićeve „Gospođe ministarke” u režiji Tatjane Mandić Rigonat. Priča o ženi političara koja mora na brzinu usvojiti obrasce ponašanja i način života „visokog društva”, nakon što joj suprug postane ministar u vladi, postala je gotovo sinonim za nagli uspon na društvenoj ljestvici. Jednako tako, ime Branislava Nušića postalo je sinonim za smijeh u kazalištu, kao i za nepogrešivo seciranje provincijalnog mentaliteta pomiješano s balkanskim šarmom i bogatstvom jezika kojim opisuje komiku naših života.
- **24. i 25. listopada 2024. godine** djelatnica Udruge Mirjana Samardžija sudjelovala je na online radionici pod nazivom “Upravljanje volonterima” koja je održana od strane Centra za civilne inicijative. Sudionici radionice stekli su znanja o 8 koraka upravljanja volonterima te kako izraditi oglas, izraditi prijavnicu, voditi evidenciju volonterskih sati i prijaviti MRMSOSP godišnji izvještaj o volontiranju u organizaciji. Svaki od 8 koraka ciklusa upravljanja volonterima detaljno je razrađen u ovoj dvodnevnoj radionici, a sudionici su imali priliku saznati odgovore na pitanja od višegodišnjeg organizatora volontiranja.
- **30. listopada 2024. godine** u prikladnom „strašnom” uređenju članovi i djelatnici Udruge su se kostimirali i obilježili Noć vještica ili Halloween (Hallowe'en). Svatko od sudionika je ispričao bar jednu „strašnu priču”, a nagradu za najbolje ispričanu priču osvojio je naš član Filip Vuković.



nail: uid.pgz@email.t-com.hr
fon: +385 51 343 112
Web: www.uomd.hr
lica:

OIB: 71954510830
IBAN: HR4323400091110066097
Adresa: Milutina Barača 22b, 51000 Rijeka

UOMD
(Facebook stranica)

UDRUGA OSOBA S MIŠIĆNOM DISTROFIJOM PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE



STUDENI

- **05. studenoga 2024. godine** djelatnica Udruge Mirjana Samardžija sudjelovala je na online radionici “Modeli unutarnjeg i vanjskog vrednovanja djelovanja / programa organizacija civilnoga društva” organizirane od strane Udruge MI iz Splita. Cilj ove radionice bio je upoznati sudionike s organizacijskom strukturom organizacije, predstaviti model organiziranja dokumentacije i komunikacije, predstaviti metode evidentiranja i organiziranja financijskih i administrativnih podataka, predstaviti modela upravljanja i rukovođenja organizacijom.
- **06. studenoga 2024. godine** U okviru provedbe druge godine trogodišnjeg programa “Kroz život zajedno” sufinanciranog od Ministarstva rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike održana je peta radionica zdravog življenja. Za petu radionicu bila je zadužena naša članica Maria Kristina Božičević koja je uz pomoć svoje osobne asistentice za ostale članove pripremila zdrave namaze od tune i slanutka, a za desert su se članovi počastili sa zdravim kolačem od jabuka.





mail: uid.pgz@email.t-com.hr
fon: +385 51 343 112
Web: www.uomd.hr
lica:

OIB: 71954510830
IBAN: HR4323400091110066097
Adresa: Milutina Barača 22b, 51000 Rijeka

UOMD
(Facebook stranica)

UDRUGA OSOBA S MIŠIĆNOM DISTROFIJOM PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

- **07. i 08. studenoga 2024. godine** u sklopu trogodišnjeg programa “Kroz život zajedno” sufinanciranog od Ministarstva rada, mirovinskog sustava, obitelji i socijalne politike 07.11.2024. i 08.11.2024. u osnovnoj školi Jelenje – Dražice održali smo interaktivne radionice 3.a), 3.b), 3.c) te 7.a). 7.b) 7.c) razredima na kojima je učenicima predstavljen rad naše Udruge, kao i samo značenje pojma invaliditet. Kroz svoje osobne priče naš predsjednik Udruge Luka Zaharija koji je ujedno i osoba s invaliditetom i naš član Filip Vuković učenicima su pokušali približiti kako izgleda njihova svakodnevnica i sa čim su se sve susretali tijekom odrastanja.



- **11. studenoga 2024. godine** u Zagrebu smo sudjelovali na 18. hrvatskom skupu osoba s neuromuskuarnim bolestima. Program je organiziran od strane Saveza društava distrofičara Hrvatske. Na skupu su obrađene teme: “Kako se ponašati u kriznim situacijama i što mora sadržavati ruksak u slučaju kriza”, “Grupne podrške”, “Terapijsko hranjenje kod osoba s mišićnom distrofijom”, “Učinci pasa pomagača na odrastanje i kvalitetu života osoba s mišićnom distrofijom”, te smo ponovili i nadopunili temu „Jesmo li mentalno fit?”.
- **12. studenoga 2024. godine** u prostorijama Udruge sudjelovali smo na radionici "Povećanjem samopouzdanja do poslovnog uspjeha". Radionica je organizirana od strane Hrvatskog zavoda za zapošljavanje u okviru Centra za informiranje i savjetovanje (CISOK) koju je održala gđa. Melita Seršić. Cilj radionice je usmjerenje članova na unaprjeđenje postojećih vještina, učenje novih, postavljanje ciljeva, a sve u svrhu jačanja samopouzdanja.
- **13. studenog 2024. godine** u hotelu Park Plaza Histria u Puli održan je 18. simpozij Društva distrofičara Istre pod nazivom „Napredak u liječenju i podršci osobama s invaliditetom“. Navedenom prilikom svečano se obilježilo i 50 godina rada i djelovanja udruge Društva distrofičara Istre. U ime naše Udruge svečanosti je prisustvovao predsjednik Udruge zajedno sa članovima i djelatnicima.



nail: uid.pgz@email.t-com.hr
fon: +385 51 343 112
Web: www.uomd.hr
iica:

OIB: 71954510830
IBAN: HR4323400091110066097
Adresa: Milutina Barača 22b, 51000 Rijeka

UOMD
(Facebook stranica)

UDRUGA OSOBA S MIŠIĆNOM DISTROFIJOM PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE



- **14. i 15. studenoga 2024. godine** djelatnica Mirjana Samardžija sudjelovala je na online radionici "Upravljanje volonterima; podnaslov: Krizno volontiranje" organizirano od strane DKolektiv - organizacije za društveni razvoj koji je održala voditeljica Volonterskog centra Osijek gđa. Mirta Kovačević. Cilj edukacije je usmjerenje na osnaživanje kapaciteta organizatora volontiranja za učinkovito upravljanje volonterskim programima, s naglaskom na uključivanje volontera kao važnog resursa u odgovoru na krizne situacije. Uloga volontera u takvim okolnostima ne samo da doprinosi rješavanju trenutnih problema, već jača otpornost zajednice kroz buduće izazove. Ova dvodnevna edukacija kroz grupne radionice pružila je informacije o temeljnim načelima kriznog volontiranja i koracima o upravljanju volonterskim programom tijekom krize uključujući: pripremu, praćenje i podršku volonterima.
- **21. studenoga 2024. godine** djelatnica udruge Desanka Šinko sudjelovala je na online radionici "Društveni kapital" koja je organizirana od strane Centra za civilne inicijative. Cilj radionice bio je da sudionici steknu znanja o društvenom kapitalu, definiciji i pojmu te kako prepoznati i potaknuti razvoj društvenog kapitala u svojim zajednicama u kojima udruge djeluju ili njihovi predstavnici žive.
- **21. studenoga 2024. godine** djelatnica Udruge Mirjana Samardžija sudjelovala je na online radionici "Modeli zagovaranja za pozitivne promjene u lokalnim zajednicama", koju je organizirala Udruga SMART. Cilj radionice je bio upoznati sudionike sa svrhom i procesom javnog zagovaranja, te s osnovnim koracima pripreme i provedbe aktivnosti javnog zagovaranja za pozitivne pripreme u lokalnim zajednicama. Sudionici su upoznati i sa primjerima dobre prakse zagovaračkih aktivnosti kao poticaj za pokretanje vlastitih i/ili snažnije uključivanje u zagovaračke aktivnosti drugih organizacija i mreža.
- **26. studenoga 2024. godine** sudjelovali smo na online radionici "Zašto zagovarati" koja je organizirana od strane Saveza društva distrofičara Hrvatske i Hrvatskog saveza udruga cerebralne i dječje paralize.



nail: uid.pgz@email.t-com.hr
fon: +385 51 343 112
Web: www.uomd.hr
ica:

OIB: 71954510830
IBAN: HR4323400091110066097
Adresa: Milutina Barača 22b, 51000 Rijeka

UOMD
(Facebook stranica)

UDRUGA OSOBA S MIŠIĆNOM DISTROFIJOM PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

PROSINAC

- **03. prosinca 2024. godine** sudjelovali smo na online edukaciji pod nazivom "Inventura kod neprofitnih organizacija" koja je organizirana od strane Centra za civilne inicijative. Cilj radionice bio je uputiti sudionike kako napraviti inventuru u organizacijama iz kojih dolaze.
- **03. prosinca 2024. godine** obilježili smo Međunarodni dan osoba s invaliditetom. Tom prilikom izložili smo kreativne radove naših članova na štandu u ZTC-u. Građani su se imali priliku upoznati sa samim radom Udruge, te kroz komunikaciju sa članovima podići svijest o samom značenju pojma invaliditet.



- **05. prosinca 2024. godine** djelatnica Udruge Mirjana Samardžija sudjelovala je na online radionici „Modeli unutarnjeg i vanjskog vrednovanja/djelovanja programa organizacija“ organizirana od strane Centra za civilne inicijative koju je održala gđa. Mirela Despotović. Cilj ove radionice je bio kroz primjere pitanja i upitnike steći znanje: kako provesti vrednovanje provedbe projekta, rada Udruge, angažirati vanjske suradnike, znati postavljati evaluacijska pitanja za razvoj i osnaživanje organizacije, a posebno za provedbu projekata.
- **09. prosinca 2024. godine** predsjednik Udruge Luka Zaharija sudjelovao je na stručnoj edukaciji „Načini ostvarivanja primjerenog kontakta i specifičnosti zdravstvene skrbi za osobe s invaliditetom“ na KBC-u Rijeka u organizaciji Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo i Centra za zdravstvene sustave, politike i diplomaciju. Predavači su bili zdravstveni i nezdravstveni djelatnici KBC-a Rijeka koji na neki način dolaze u kontakt s osobama s invaliditetom. Kao predstavnik Saveza društava distrofičara Hrvatske Luka Zaharija održao je predavanje.
- **12. prosinca 2024. godine** djelatnica Udruge Mirjana Samardžija sudjelovala je na online radionici „Modeli uključivanja građana u rad civilnog društva“ koju je organizirala Udruga za razvoj civilnog društva SMART. Cilj ove radionice bio je upoznati sudionike sa svrhom i različitim načinima i modelima uključivanja građana u rad organizacija civilnog društva i utvrditi praktične korake koje organizacije mogu ili trebaju poduzeti kako bi snažnije uključile građane u svoj rad.



nail: uid.pgz@email.t-com.hr
fon: +385 51 343 112
Web: www.uomd.hr
ica:

OIB: 71954510830
IBAN: HR4323400091110066097
Adresa: Milutina Barača 22b, 51000 Rijeka

UOMD
(Facebook stranica)

UDRUGA OSOBA S MIŠIĆNOM DISTROFIJOM PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

- **13. prosinca 2024. godine** u prostorijama Udruge sudjelovali smo na radionici “Izrada strateškog plana za UOMD PGŽ”. Zajedno sa predsjednikom i djelatnicima, a uz vodstvo vanjske suradnice gospođe Mladenke Majerić dogovorili smo daljnje smjernice za izradu našeg strateškog plana.
- **16. prosinca. 2024. godine** djelatnica Udruge Mirjana Samardžija sudjelovala je na online predstavljanju programa “Erasmus + za udruge, saveze i organizacije osoba sa invaliditetom“. Predstavljanje je organizirano od strane Pravobranitelja za osobe s invaliditetom u suradnji sa Agencijom za mobilnost i programe EU. Cilj izlaganja je bio upoznati prisutne sa samim programom i kako pomoći pojedincima i organizacijama civilnog društva, istaknuti su europski i nacionalni izazovi i prioriteti, a sudionici su dobili konkretne informacije i savjete o tome kako se prijaviti na projekt.
- **16. prosinca 2024. godine** sudjelovali smo na **Stručnom skupu "Osobna asistencija"** koji se održao u organizaciji Akademije socijalne skrbi, Ministarstva rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike i Hrvatskog zavoda za socijalni rad. Cilj stručnog skupa bio je prikaz aktualnog stanja u području osobne asistencije i unaprjeđenja usluge tijekom proteklog perioda te prezentacija primjera dobre prakse kao i rasprava o mogućnostima daljnjeg unaprjeđenja usluge u cilju osiguranja što većeg stupnja socijalne uključenosti osoba s invaliditetom i preveniranja njihove institucionalizacije.
- **20. prosinca 2024. godine** u prostorijama naše Udruge organizirali smo Božićni domjenak za naše članove, suradnike i prijatelje. Uz dobru muziku i raspoloženje, ispratili smo još jednu godinu koja je za nama.

