



**UDRUGE ZA ŠPORT I REKREACIJU „VETERAN 91“**

**FINANCIJSKI PLAN I PROGRAM  
RADA ZA 2026. GODINU**

Udruga športskih rekreativaca UŠR „Veteran91“ već dugi niz godina provodi iznimno važnu i društveno odgovornu zadaću usmjerenu na širenje, razvoj i jačanje programa sporta i sportske rekreacije namijenjenih hrvatskim ratnim vojnim invalidima, hrvatskim braniteljima, članovima njihovih obitelji, ali i ostaloj zainteresiranoj populaciji. Temeljna ideja i misija Udruge proizlaze iz dubokog razumijevanja potreba ove ranjive skupine, kao i iz spoznaje da sport i tjelesna aktivnost imaju snažan, višedimenzionalan učinak na fizičko, psihičko i socijalno zdravlje pojedinca.

Iako se sportsko-rekreativni programi provode kontinuirano kroz niz godina, Udruga ih stalno unaprjeđuje i nadograđuje edukativno-zdravstvenim sadržajima. Time se ne naglašava samo važnost tjelesne aktivnosti, već se sudionicima pružaju znanja i alati koji im pomažu u očuvanju i poboljšanju cjelokupne kvalitete života. Poseban naglasak stavlja se na podizanje svijesti o važnosti mentalnog zdravlja, pravilnih životnih navika, međusobne podrške te aktivnog uključivanja u zajednicu.

Od iznimne je važnosti činjenica da brojna znanstvena istraživanja jasno ukazuju na snažan transgeneracijski učinak ratne traume. Posljedice ratnih stradanja ne pogađaju isključivo same sudionike rata, već se često prenose i na djecu, partnere, članove uže i šire obitelji, pa čak i na prijatelje oboljelih osoba. Upravo zbog toga programi UŠR „Veteran91“ imaju širi društveni značaj, jer se ne obraćaju samo pojedincu, već i njegovom obiteljskom i socijalnom okruženju.

Osim tjelesne invalidnosti, velik broj hrvatskih ratnih vojnih invalida i branitelja suočava se i s različitim oblicima psihičkih poteškoća, uključujući posttraumatski stresni poremećaj, anksioznost, depresivna stanja i socijalnu izolaciju. To predstavlja poseban izazov u radu, ali istovremeno i snažan motiv da se kroz pažljivo osmišljene, afirmativne i motivirajuće sadržaje pruži konkretna pomoć i podrška. Sportske i sportsko-rekreativne aktivnosti u tom kontekstu ne služe isključivo kao oblik tjelesnog vježbanja, već i kao sredstvo jačanja samopouzdanja, osjećaja pripadnosti i osobne vrijednosti.

Tjelesna aktivnost ove ranjive skupine visoko je pozicionirana na listi prioriteta Udruge, jer se kroz nju potiču druženje, socijalna interakcija i uspostavljanje zdravijih životnih navika. Redovito sudjelovanje u sportskim i rekreativnim aktivnostima doprinosi kvalitetnijem provođenju slobodnog vremena, smanjenju osjećaja usamljenosti te lakšoj reintegraciji u društvo. Time se ne jača samo pojedinac, već i njegove obiteljske veze, što dugoročno pozitivno utječe na cijelu zajednicu.

Provođenjem ovih programa očekuje se poboljšanje, odnosno barem stabilizacija psihofizičkog stanja hrvatskih ratnih vojnih invalida, hrvatskih branitelja i članova njihovih obitelji. Iako su navedene skupine jasno definirane kao ciljana i primarna populacija, programi Udruge otvoreni su i za ostale građane koji iskazuju interes za sudjelovanjem. Takav inkluzivan pristup dodatno doprinosi rušenju predrasuda, jačanju međusobnog razumijevanja i stvaranju osjećaja zajedništva.

Sport, sportska rekreacija te interaktivne i edukativne radionice predstavljaju ključnu kariku u prevenciji brojnih kroničnih i psihosomatskih bolesti, kao i u ublažavanju anksioznih stanja. Oni pružaju važnu potporu u procesu liječenja te u smanjenju rizika od ponovne pojave simptoma posttraumatskog stresnog poremećaja, osobito imajući na umu znanstvene spoznaje da se takvi poremećaji mogu javiti i desetljećima nakon izloženosti primarnom stresu.

Cilj i svrha programa jest na edukativan, razumljiv i pristupačan način pomoći hrvatskim braniteljima, članovima njihovih obitelji i djeci hrvatskih branitelja, ali i ostalim sudionicima. Kroz edukativna predavanja, radionice i sportske susrete potiče se međugeneracijska povezanost, razmjena iskustava i izgradnja pozitivnih životnih vrijednosti. Na taj se način, izravno i neizravno, utječe na poboljšanje kvalitete života ciljanih skupina.

Edukacija, psihoedukacija i sportsko-rekreativne aktivnosti dokazano mogu značajno doprinijeti prevenciji lakših, ali i težih psihosomatskih bolesti, te osnažiti pojedince u suočavanju s izazovima koje nosi svakodnevni život nakon ratnih iskustava. Krajnji cilj svih aktivnosti jest ostvariti trajni kvalitativni pomak u životima hrvatskih branitelja, članova njihovih obitelji i njihove djece, ali i šire zajednice.

Vodeći se poznatim sloganom da „zdravlje nije sve, ali bez zdravlja sve ostalo gubi vrijednost“, UŠR „Veteran91“ promiče kvalitetu življenja kao način na koji doživljavamo, vrednujemo i oblikujemo vlastiti život. Upravo kroz spoj sporta, edu

**FINANCIJSKI PLAN I PROGRAM RADA ZA 2026. GODINU**

Red. br.	PLANIRANI PROGRAMI	VRIJEME PROVEDBE		NAKNADA IZVODITELJIMA STRUČNI RAD bruto	PLANIRANA FINANCIJSKA SREDSTVA	RASHODI
		POČETAK	ZAVRŠETAK			
1	Dvije staze za naše članove na plivlištu Utrine	siječanj	prosinac		4.000,00	4.000,00
2	Nabavka športskih rekvizita i opreme, pehari, medalje, statue ..	siječanj	prosinac		4.000,00	4.000,00
3	Tradicionalni teniski turnir ženskih i muških parova "Proljeće 2026."	ožujak	svibanj	200,00	1.000,00	1.200,00
3	Program Šahovska liga «Hrvatski branitelj – 2026.»	travanj	prosinac	550,00	2.300,00	2.850,00
5	Ljetna škola kineziologa gdje će Udruga predstaviti znanstveni rad	ožujak	lipanj	200,0	500,00	700,00
6	22. Memorijalni malonogometni turnir PETAR ŠINKOVIĆ „PECO“	svibanj	svibanj	800,00	2.400,00	3.200,00
7	20. Tradicionalni ribolovni turnir u lovu ribe udicom na plovak "Jura Jarunski 2026."	svibanj	lipanj	200,00	1.500,00	1.700,00
8	Program Edukacijsko-rehabilitacijskih i športsko rekreacijski seminari za hrvatske branitelje i invalide Domovinskog rata	svibanj	studeni	200,0	1.000,00	1.200,00
9	33. Memorijalni malonogometni turnir «Mario Babić»	travanj	lipanj	800,00	4.650,00	5.450,00
10	31. Teniski turnir "Veterani i prijatelji"	kolovoz	rujan	300,0	1.500,00	1.800,00
11	11. Međunarodni boćarski turnir u spomen na sve poginule i umrle hrvatske branitelje "Zagreb 2026"	rujan	studeni	300,00	1.500,00	1.800,00
12	Program Šahovski brzopotezni serijal turnira «Hrvatski branitelj – 2026.»	rujan	prosinac	550,00	1.500,00	2.050,00
13	20. Tradicionalni turnir u streljaštvu "Dan siječanja na žrtve Domovinskog rata" i Božićni turnir	studeni	prosinac	500,00	1.500,00	2.000,00
14	14. TRADICIONALNI BOŽIĆNI TENISKI TURNIR U SPOMEN NA SVE POGINULE I UMRLE HRVATSKE BRANITELJE	studeni	prosinac	200,0	1.500,00	1.700,00
<b>UKUPNO:</b>				<b>4.800,00</b>	<b>33.650,00</b>	<b>33.650,00</b>



Predsjednik  
MARIO SAČER