



**Program rada i financijski plan
Invalidskog odbojkaškog kluba „Zagreb“ za 2026. godinu**

Zagreb, 18. prosinac 2025. god.

Sadržaj

| | |
|---|-----------|
| 1. UVOD | 4 |
| 2. POLAZNE OSNOVE ZA 2026. GODINU | 6 |
| 2.1. Područje provedbe programa | 6 |
| 2.2. Opis problema / Potreba | 6 |
| 2.3. Analiza 2025. godine | 7 |
| 2.5. Prognoza za 2026. godinu | 10 |
| 3. ORGANIZACIJA I PROVEDBA PROGRAMA | 11 |
| 3.1. Planirane aktivnosti u 2026. godini | 11 |
| 3.2. Detaljan opis planiranih aktivnosti | 12 |
| 3.2.1. Redoviti treninzi | 12 |
| 3.2.2. Hrvatska liga u sjedećoj odbojci 2026. | 12 |
| 3.2.3. Hrvatski kup u sjedećoj odbojci 2026. | 12 |
| 3.2.4. Sudjelovanje na ParaVolley Europe Champions Cup 2026. | 13 |
| 3.2.5. Program „Sjedeća odbojka – podrška zdravlju i resocijalizaciji HRVI, hrvatskih branitelja i članova njihovih obitelji“ | 13 |
| 3.2.6. Program „Inkluzivni centar sporta i mentalnog zdravlja za mlade Grada Zagreba“ | 15 |
| 3.2.7. EU projekt „I dalje jaki“ | 24 |
| 3.2.8. EU projekt „Serviraj jednake šanse“ | 24 |
| 3.2.9. EU projekt „Moj klub – inkluzija, podrška i aktivan život“ | 25 |
| 3.2.10. Projekti i programi u kojima je Klub partner | 26 |
| 3.2.11. Institucionalna potpora i organizacijski razvoj | 28 |
| 3.2.12. Izrada marketinškog plana i promidžbenih aktivnosti Kluba | 28 |
| 3.3. Osobe odgovorne za provedbu programa | 30 |
| 3.4. Status članova – igrača | 31 |
| 3.5. Zdravstvena skrb članova – igrača | 31 |
| 4. EVALUACIJA PROGRAMA RADA | 33 |
| 4.1. Ciljevi evaluacije | 33 |
| 4.2. Područja evaluacije | 33 |
| 4.3. Metode evaluacije | 34 |
| 4.4. Vremenski okvir evaluacije | 34 |
| 4.5. Odgovorne osobe za evaluaciju | 34 |

| | |
|---|-----------|
| 5. PLAN PRIHODA I RASHODA ZA 2026. GODINU | 35 |
| 5.1. Detaljni troškovnik po aktivnostima – 2026. | 36 |
| 5.1.1. Hrvatska liga u sjedećoj odbojci 2026..... | 37 |
| 5.1.2. Hrvatski kup u sjedećoj odbojci 2026 | 37 |
| 5.1.3. ParaVolley Europe Champions Cup 2026 | 37 |
| 5.1.4. Program „Sjedeća odbojka - podrška zdravlju i resocijalizaciji invalida Dom. rata“ | 38 |
| 5.2. Projekt „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“ | 38 |
| 5.2.1. EU projekt „I dalje jaki“ | 38 |
| 5.2.2. EU projekt „Serviraj jednake šanse“ | 39 |
| 5.2.3. EU projekt “Moj klub – inkluzija, podrška i aktivan život“ | 39 |
| 5.2.4. Projekti i programi u kojima je Klub partner | 39 |
| 5.2.5. Redovito funkcioniranje Kluba..... | 40 |
| 5.3. Plan zaduživanja i otplata | 40 |
| 5.4. Obrazloženje Financijskog plana..... | 40 |
| 6. ZAKLJUČAK..... | 43 |
| 7. PODACI O KLUBU..... | 45 |

1. UVOD

Invalidski odbojkaški klub „Zagreb“ jedan je od najtrofejnijih i organizacijski najstabilnijih klubova u području sporta osoba s invaliditetom u Republici Hrvatskoj. Klub kontinuirano djeluje od 1998. godine te je nositelj razvoja sjedeće odbojke u Hrvatskoj, s dugogodišnjim doprinosom sportskom, rehabilitacijskom i društvenom uključivanju osoba s invaliditetom, hrvatskih branitelja i mladih u riziku od socijalne isključenosti.

Klub je višestruki i aktualni prvak Hrvatske te osvajač Hrvatskog kupa u sjedećoj odbojci, a redovito sudjeluje i na međunarodnim natjecanjima, uključujući ParaVolley Europe Champions Cup i druge europske turnire. U radu Hrvatske reprezentacije sjedeće odbojke aktivno sudjeluje više članova Kluba – sportaša i članova stručnog stožera – čime se potvrđuje visoka razina sportskog rada, kontinuitet kvalitete i stručnosti unutar Kluba.

Osim natjecateljskog i vrhunskog sportskog djelovanja, Klub sustavno razvija i provodi programe usmjerene na psihološko i socijalno osnaživanje, rehabilitaciju, edukaciju i socijalnu uključenost korisnika.

U 2026. godini djelovanje Kluba strukturirano je kroz četiri jasno definirane i međusobno povezane programske linije:

- natjecateljski sport (Hrvatska liga, Hrvatski kup, ParaVolley Europe Champions Cup i međunarodni turniri),
- program „Sjedeća odbojka – podrška zdravlju i resocijalizaciji HRVI, hrvatskih branitelja i članova njihovih obitelji“,
- razvojni program „Inkluzivni centar sporta i mentalnog zdravlja za mlade Grada Zagreba“,
- socijalne usluge i EU projekti („I dalje jaki“ – Zaželi, te planirani projekt „Moj klub – inkluzija, podrška i aktivan život“, u slučaju odobrenja financiranja).

Ovakva organizacijska i programska struktura omogućuje Klubu istodobno djelovanje u području vrhunskog sporta, rehabilitacije braniteljske populacije, rada s mladima i razvoja izvaninstitucionalnih socijalnih usluga u zajednici, uz jasno razdvajanje programskih ciljeva, korisničkih skupina i izvora financiranja.

Razvojni program „Inkluzivni centar sporta i mentalnog zdravlja za mlade Grada Zagreba“ predstavlja strateški okvir daljnjeg razvoja Kluba u području rada s mladima, sporta, mentalnog zdravlja i socijalne uključenosti. Program objedinjuje sportske aktivnosti, psihosocijalnu podršku, zdravstveno-preventivne sadržaje, digitalnu uključenost i međugeneracijsku solidarnost u cjeloviti model rada.

U okviru Inkluzivnog centra u 2026. godini provodi se i EU projekt „Serviraj jednake šanse“, usmjeren uključivanju djece i mladih u riziku od socijalne isključenosti u sport. U sklopu navedenog EU projekta provodi se aktivnost „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“, koja obuhvaća redovite treninge sjedeće odbojke i adaptivnih sportova za mlade korisnike. Troškovi

rada trenera i asistenta u okviru te aktivnosti financiraju se sredstvima Europske unije.

Program „Sjedeća odbojka – podrška zdravlju i resocijalizaciji HRVI, hrvatskih branitelja i članova njihovih obitelji“ zadržava svoj primarni fokus na braniteljskoj populaciji te objedinjuje sportsku rehabilitaciju, psihosocijalnu podršku, preventivne zdravstvene aktivnosti, edukaciju i međugeneracijsku solidarnost usmjerenu na poboljšanje kvalitete života korisnika.

Aktivnosti unutar pojedinih programa metodološki su povezane i organizacijski usklađene, no ciljne skupine, pokazatelji uspješnosti, izvori financiranja i izvještavanje vode se odvojeno po svakom programu, sukladno pravilima financiranja i usvojenom Godišnjem planu rada.

Godišnji program rada Invalidskog odbojkaškog kluba „Zagreb“ za 2026. godinu usvojen je na sjednici Skupštine Kluba održanoj 18. prosinca 2025. godine te predstavlja strateški okvir daljnjeg sportskog, organizacijskog i društvenog razvoja Kluba.

2. POLAZNE OSNOVE ZA 2026. GODINU

2.1. Područje provedbe programa

Područje djelovanja Invalidskog odbojkaškog kluba „Zagreb“ obuhvaća skrb o invalidima Domovinskog rata, hrvatskim braniteljima – veteranima, osobama s invaliditetom svih dobnih skupina, s posebnim naglaskom na mlade osobe s invaliditetom i mlade u riziku od socijalne isključenosti. Klub svoje aktivnosti provodi kroz sportsko-rekreativne, zdravstveno-rehabilitacijske, edukativne i socijalne programe.

Uz natjecateljski i rekreativni sport, Klub razvija i integrirane programe usmjerene na psihofizičko osnaživanje, socijalnu uključenost i unaprjeđenje kvalitete života korisnika. U okviru razvojnog programa „Inkluzivni centar sporta i mentalnog zdravlja za mlade Grada Zagreba“ dodatno se povezuju sportske, psihosocijalne i preventivne aktivnosti u cjelovit model rada s mladima.

Klub također djeluje u području socijalne skrbi kroz pružanje socijalnih usluga, pomoći u kući starijim i nemoćnim osobama te individualne i grupne psihosocijalne podrške osobama s invaliditetom i braniteljskoj populaciji.

Program rada za 2026. godinu izrađen je na temelju procjene potreba ciljanih skupina, dosadašnjih iskustava u provedbi nacionalnih i EU projekata te strateških razvojnih smjernica Kluba, te predstavlja nastavak dugoročnog, planskog i održivog djelovanja.

2.2. Opis problema / Potreba

Na području Grada Zagreba živi velik broj osoba s invaliditetom, uključujući invalide Domovinskog rata i hrvatske branitelje, od kojih je relativno mali postotak uključen u organizirane i sustavno vođene sportske aktivnosti. Nedostatak redovite tjelesne aktivnosti, ograničena dostupnost prilagođenih sportskih sadržaja, nedovoljna informiranost o mogućnostima uključivanja te izražena socijalna izolacija predstavljaju značajne izazove s kojima se osobe s invaliditetom svakodnevno suočavaju.

Kod braniteljske populacije dodatno su prisutne dugotrajne posljedice ratnih trauma, kronične zdravstvene poteškoće te potreba za strukturiranim oblicima rehabilitacije i resocijalizacije. Sport u tom kontekstu ima višestruku ulogu – kao sredstvo očuvanja tjelesnog zdravlja, stabilizacije mentalnog stanja, jačanja samopouzdanja i ponovne društvene integracije.

Istodobno, mlade osobe s invaliditetom i mladi u riziku od socijalne isključenosti suočavaju se s izazovima smanjene dostupnosti inkluzivnih sportskih programa, nedostatkom sustavne psihosocijalne podrške te ograničenim mogućnostima aktivnog sudjelovanja u zajednici. Nedostatak integriranog pristupa koji objedinjuje sport, mentalno zdravlje i socijalnu uključenost dodatno produbljuje rizik marginalizacije.

Nakon višegodišnjih kriznih razdoblja, dodatno je naglašena potreba za kontinuiranim, stručno vođenim i dugoročno održivim programima koji će osobama s invaliditetom, braniteljima i

mladima omogućiti redovitu tjelesnu aktivnost, jačanje otpornosti, razvoj socijalnih kompetencija i očuvanje kvalitete života.

Programima Kluba sustavno se odgovara na navedene potrebe kroz povezivanje sportskih, rehabilitacijskih, psihosocijalnih i edukativnih aktivnosti u stabilan i dugoročno održiv model rada.

2.3. Analiza 2025. godine

Tijekom 2025. godine Invalidski odbojkaški klub „Zagreb“ uspješno je proveo sve planirane sportske, rekreativne i socijalne programe, uz zadržavanje visoke razine organizacijske, stručne i financijske stabilnosti.

Klub je tijekom cijele godine provodio intenzivan i kontinuiran trenažni proces. Redoviti treninzi sjedeće odbojke održavali su se 4 do 5 puta tjedno u popodnevnim terminima, dok su se u jutarnjim satima paralelno provodili individualni kondicijski i rehabilitacijski treninzi u klupskoj teretani. Takav model rada omogućio je sustavan razvoj motoričkih sposobnosti, održavanje funkcionalne spremnosti sportaša te individualizirani pristup korisnicima sukladno njihovim zdravstvenim i funkcionalnim mogućnostima.

Sportska sezona 2025. obilježena je iznimnim rezultatima. Klub je osvojio naslov prvaka Hrvatske u sjedećoj odbojci, naslov pobjednika Hrvatskog kupa te ostvario 6. mjesto na međunarodnom natjecanju ParaVolley Europe Champions Cup. Ovi rezultati potvrđuju kontinuitet vrhunske sportske kvalitete, stručni rad trenerskog tima te stabilnost i konkurentnost Kluba na nacionalnoj i europskoj razini.

U sportskim i rekreativnim aktivnostima sudjelovali su hrvatski branitelji, HRVI, osobe s invaliditetom i mladi korisnici, čime je Klub potvrdio svoju inkluzivnu i društveno odgovornu ulogu. Posebno se ističe provedba programa „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“, koji je u 2025. godini realiziran kao zaseban programski ciklus usmjeren na sustavno uključivanje djece i mladih osoba s invaliditetom u organizirani sport te razvoj njihovih sportskih i socijalnih kompetencija. Program je postavio temelj za daljnji razvoj integriranog modela rada s mladima koji će se od 2026. godine objediniti u okviru razvojnog programa „Inkluzivni centar sporta i mentalnog zdravlja za mlade Grada Zagreba“.

Tijekom 2025. godine uspješno je nastavljen i EU projekt „I dalje jaki“ (Zaželi – prevencija institucionalizacije), usmjeren na zapošljavanje žena iz ranjivih skupina te pružanje dugotrajne skrbi starijim i nemoćnim osobama te osobama s invaliditetom. Kroz navedeni projekt osigurana je podrška za 140 izravnih korisnika, čime je Klub dodatno ojačao svoju ulogu pružatelja socijalnih usluga u zajednici.

U provedbi programa i projekata bilo je zaposleno ukupno 26 radnika, od čega 23 osobe u okviru EU projekta „I dalje jaki“, dva stalno zaposlena djelatnika (direktor i koordinator projekata) te jedan profesionalni igrač. Glavni trener angažiran je temeljem ugovora o suradnji u okviru sustava

Zagrebačkog parasportskog saveza. Uz zaposlene djelatnike, tijekom godine angažirana su i četiri vanjska stručnjaka putem ugovora o djelu ili poslovnoj suradnji iz područja socijalne pedagogije, kineziologije, fizioterapije i digitalnog marketinga.

Klub broji ukupno 65 članova, a razvijena stručna i partnerska mreža omogućuje multidisciplinarni pristup koji povezuje sport, mentalno zdravlje, rehabilitaciju i društvenu inkluziju.

Tijekom godine ostvarena je kontinuirana i kvalitetna suradnja s Gradom Zagrebom, nadležnim ministarstvima, Zagrebačkim parasportskim savezom, Hrvatskim paraodbojkaškim savezom te partnerskim organizacijama civilnog društva. Organizacijska struktura Kluba pokazala se stabilnom i učinkovitom, uz jasno definirane odgovornosti, uredno financijsko poslovanje i sposobnost upravljanja složenim nacionalnim i EU projektima.

Iskustvo stečeno u provedbi sportskih, socijalnih i europskih projekata tijekom 2025. godine predstavlja čvrstu osnovu za daljnji razvoj i nadogradnju programskih aktivnosti u 2026. godini, osobito kroz razvoj integriranog modela rada „Inkluzivni centar sporta i mentalnog zdravlja za mlade Grada Zagreba“.

2.4. Ciljevi i zadaci u 2026. godini

Opći ciljevi Programa rada za 2026. godinu su:

Opći cilj Programa rada Invalidskog odbojkaškog kluba „Zagreb“ za 2026. godinu jest unaprijediti kvalitetu života osoba s invaliditetom, hrvatskih branitelja i mladih kroz razvoj i provedbu integriranog sportsko-inkluzivnog modela rada na području Grada Zagreba.

Program se temelji na povezivanju natjecateljskog parasporta, rehabilitacijskih aktivnosti, psihosocijalne podrške, međugeneracijske solidarnosti, edukacije i socijalnih usluga u zajednici, uz osiguravanje dostupnosti, pristupačnosti i održivosti programa za sve ciljne skupine.

Dodatni razvojni cilj za 2026. godinu jest osigurati institucionalnu stabilnost i daljnji razvoj Kluba kao vodeće sportsko-inkluzivne organizacije u području parasporta, resocijalizacije hrvatskih branitelja i razvoja integriranih programa podrške osobama s invaliditetom na području Grada Zagreba.

Specifični ciljevi u 2026. godini:

I. Natjecateljski parasport i razvoj sjedeće odbojke

1. Osigurati kontinuirani i stručno vođeni trenažni proces (redoviti i individualni treninzi) radi održavanja i unapređenja sportske kvalitete i funkcionalne spremnosti sportaša.
2. Ostvariti vrhunske sportske rezultate na nacionalnoj razini (Hrvatska liga i Hrvatski kup) te dostojno predstavljati Klub i Grad Zagreb na međunarodnim natjecanjima (ParaVolley Europe Champions Cup).

3. Unaprijediti stručni rad kroz angažman kvalificiranog trenerskog kadra i sustavno praćenje sportskog napretka.
4. Promicati sjedeću odbojku kao rehabilitacijski i inkluzivni sport dostupan osobama s invaliditetom svih dobnih skupina.
5. Jačati vidljivost parasporta kroz medijsku promociju, javne prezentacije i organizaciju sportskih događanja.

II. Program resocijalizacije hrvatskih branitelja

1. Provesti program „Sjedeća odbojka – podrška zdravlju i resocijalizaciji HRVI, hrvatskih branitelja i članova njihovih obitelji“ kroz sustavne sportske i rekreativne aktivnosti.
2. Doprinijeti očuvanju i unapređenju psihofizičkog zdravlja braniteljske populacije kroz redovitu tjelesnu aktivnost.
3. Razvijati preventivne i edukativne sadržaje usmjerene na zdrav način života, očuvanje funkcionalnih sposobnosti i jačanje otpornosti.
4. Smanjivati socijalnu izolaciju branitelja poticanjem timskog rada, međusobne podrške i aktivnog sudjelovanja u zajednici.
5. Jačati suradnju s Gradom Zagrebom i Ministarstvom hrvatskih branitelja u području rehabilitacijskih i preventivnih programa.

III. Inkluzivni centar sporta i mentalnog zdravlja za mlade

1. Razviti i provoditi integrirani model rada „Inkluzivni centar sporta i mentalnog zdravlja za mlade Grada Zagreba“ koji povezuje sport, mentalno zdravlje, mentorski rad, edukaciju i digitalnu uključenost.
2. Uključiti mlade osobe s invaliditetom, mlade u riziku od socijalne isključenosti i mlade opće populacije u strukturirane sportske i psihosocijalne aktivnosti.
3. Provesti aktivnost „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“, koja se u 2026. godini realizira u okviru EU projekta „Serviraj jednake šanse“, kao sastavni dio šireg razvojnog modela Centra.
4. Razviti međugeneracijski mentorski program koji povezuje mlade, hrvatske branitelje i osobe s invaliditetom kroz strukturirane susrete i prijenos iskustava.
5. Jačati digitalne kompetencije i društveni angažman mladih kroz edukativne radionice i participativne aktivnosti.
6. Sustavno pratiti učinke programa na mentalno zdravlje, samopouzdanje, socijalne kompetencije i uključenost korisnika.

IV. Razvoj i širenje socijalnih usluga u zajednici

1. Nastaviti provedbu EU projekta „I dalje jaki“ s ciljem pružanja izvaninstitucionalne skrbi starijim osobama i osobama s invaliditetom.
2. Pokrenuti provedbu projekta „Moj klub – inkluzija, podrška i aktivan život“ radi razvoja novih modela socijalnih usluga u zajednici.
3. Povećati dostupnost organiziranog prijevoza, savjetodavne podrške i dnevnih aktivnosti za ranjive skupine.

4. Doprinositi prevenciji institucionalizacije kroz jačanje podrške u lokalnoj zajednici.
5. Razvijati partnersku mrežu organizacija i institucija uključenih u sustav podrške.

V. Organizacijski i razvojni ciljevi

1. Jačati profesionalne i upravljačke kapacitete Kluba kroz kontinuirano usavršavanje zaposlenika i unaprjeđenje administrativnih i financijskih procedura.
2. Osigurati financijsku stabilnost kroz temeljne sustavne i institucionalne potpore, EU projekte i diversifikaciju izvora financiranja.
3. Povećati prihode iz sponzorstava i donacija kroz provedbu strukturiranog marketinškog plana.
4. Unaprjeđivati sustav praćenja, evaluacije i izvještavanja radi transparentnog i učinkovitog upravljanja.
5. Održavati i unapređivati infrastrukturne kapacitete „Centra za sport i rekreaciju Zagreb“ (klupska teretana, multifunkcionalna dvorana za treninge i radionice, prateći prostori i oprema).

2.5. Prognoza za 2026. godinu

U 2026. godini Klub planira daljnje jačanje sportsko-inkluzivnog modela rada kroz stabilan natjecateljski program, razvoj integriranog programa „Inkluzivni centar sporta i mentalnog zdravlja za mlade Grada Zagreba“ te nastavak i proširenje socijalnih usluga u zajednici.

Očekuje se održavanje visoke razine sportskih rezultata na nacionalnoj razini te konkurentan nastup na međunarodnim natjecanjima. Planirani trenažni proces i kontinuitet stručnog rada stvaraju preduvjete za zadržavanje statusa vodećeg kluba u sjedećoj odbojci u Republici Hrvatskoj.

Pokretanjem EU projekta „Serviraj jednake šanse“ te nastavkom provedbe projekta „I dalje jaki“, Klub dodatno stabilizira financijsku konstrukciju i jača profesionalne kapacitete. U slučaju odobrenja novih projekata, očekuje se daljnje širenje programa socijalnih usluga i povećanje broja korisnika.

Prognoza za 2026. temelji se na realnim organizacijskim i financijskim kapacitetima Kluba, postojećoj infrastrukturi i kontinuiranoj suradnji s Gradom Zagrebom, sportskim savezima i partnerskim organizacijama.

Ukupno gledano, 2026. godina predstavlja razvojnu fazu konsolidacije i integracije postojećih programa u cjelovit i održiv model rada.

3. ORGANIZACIJA I PROVEDBA PROGRAMA

3.1. Planirane aktivnosti u 2026. godini

U 2026. godini planira se provedba sljedećih aktivnosti, sukladno programskim linijama djelovanja Kluba:

I. Natjecateljski parasport

- redoviti treninzi sjedeće odbojke (grupni i individualni)
- sudjelovanje u Hrvatskoj ligi u sjedećoj odbojci 2026.
- sudjelovanje u Hrvatskom kupu u sjedećoj odbojci 2026.
- sudjelovanje na ParaVolley Europe Champions Cup 2026.

II. Program resocijalizacije hrvatskih branitelja

- program „Sjedeća odbojka – podrška zdravlju i resocijalizaciji HRVI, hrvatskih branitelja i članova njihovih obitelji“

III. Inkluzivni centar sporta i mentalnog zdravlja za mlade

- provedba programa „Inkluzivni centar sporta i mentalnog zdravlja za mlade Grada Zagreba“
- provedba aktivnosti „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“ kao razvojne baze sportskog rada s mladima

IV. EU projekti i razvoj socijalnih usluga

- EU projekt „I dalje jaki“
- EU projekt „Serviraj jednake šanse“ (u slučaju odobrenja financiranja)
- EU projekt „Moj klub – inkluzija, podrška i aktivan život“ (u slučaju odobrenja financiranja)

V. Institucionalna potpora i organizacijski razvoj

- provedba Programa temeljne sustavne podrške Nacionalne zaklade za udruge iz Dom. rata
- izrada i primjena metodologije mjerenja zadovoljstva korisnika
- jačanje administrativnih i upravljačkih kapaciteta Kluba
- razvoj volonterskog programa i smjernica za rad s volonterima
- aktivnosti povećanja vidljivosti rada Kluba (Dani otvorenih vrata, Dan Kluba, volonterske akcije)
- redovito izvještavanje i objave na mrežnim i društvenim platformama

V. Ostale aktivnosti

- projekti i programi u kojima je Klub partner
- marketinške i promotivne aktivnosti Kluba

3.2. Detaljan opis planiranih aktivnosti

3.2.1. Redoviti treninzi sjedeće odbojke (grupni i individualni)

Planom i programom treninga za 2026. godinu obuhvaćeno je ukupno četrdeset i četiri člana Kluba, raspoređena u tri kategorije:

- aktivni registrirani sportaši – natjecatelji,
- veterani – rekreativci,
- mladi početnici.

Za svaku kategoriju osiguran je stručni trener, a trenažni proces provodi se tijekom cijele godine u jutarnjim i popodnevnim terminima. Treninzi se održavaju u sportskoj dvorani Centra „Vinko Bek“ te u klupskom sportskom centru u Ulici kralja Držislava 6.

Cilj godišnjeg plana i programa treninga jest kroz organiziran i stručno vođen nastavno-trenažni proces doprinijeti pravilnom fizičkom, motoričkom i psihosocijalnom razvoju sportaša, unaprijediti tehničko-taktička znanja te osigurati preduvjete za postizanje vrhunskih sportskih rezultata.

Poseban naglasak stavlja se na:

- prevenciju ozljeda,
- individualizirani pristup sportašima,
- dugoročni razvoj mladih igrača,
- očuvanje funkcionalnih sposobnosti i sportske dugovječnosti.

Izvoditelji aktivnosti su glavni trener Vladimir Jolić te pomoćni treneri i stručni suradnici Kluba.

3.2.2. Hrvatska liga u sjedećoj odbojci 2026.

Hrvatska liga u sjedećoj odbojci okuplja klubove iz cijele Republike Hrvatske, a organizira je i provodi Hrvatski paraodbojkaški savez. Liga se igra dvokružnim sustavom, s proljetnim i jesenskim dijelom natjecanja.

Invalidski odbojkaški klub „Zagreb“ u 2026. godini planira nastup u Hrvatskoj ligi s ciljem osvajanja naslova prvaka i osiguravanja prava nastupa na ParaVolley Europe Champions Cupu. Domaće utakmice igrat će se u sportskoj dvorani Centra „Vinko Bek“, dok će se na gostovanja putovati klupskim kombi vozilom i osobnim vozilima

Sudjelovanje u ligi omogućuje redovito natjecanje, razvoj igrača, promociju sjedeće odbojke te jačanje suradnje među klubovima.

3.2.3. Hrvatski kup u sjedećoj odbojci 2026.

Memorijalni Hrvatski kup u sjedećoj odbojci organizira Hrvatski paraodbojkaški savez kao memorijalno natjecanje posvećeno poginulim hrvatskim braniteljima i preminulim članovima Saveza. Na turniru sudjeluju svi registrirani klubovi u Republici Hrvatskoj, čime se osigurava široka zastupljenost i promicanje sjedeće odbojke na nacionalnoj razini.

Invalidski odbojkaški klub „Zagreb“ planira sudjelovanje na Hrvatskom kupu u sjedećoj odbojci 2026. godine s ciljem obrane osvojenog naslova i nastavka uspješnog sportskog kontinuiteta. Sudjelovanjem na ovom natjecanju Klub doprinosi očuvanju sportskih i memorijalnih vrijednosti, promicanju parasporta te jačanju zajedništva među klubovima i sportašima.

Domaćin 20. Hrvatskog kupa u sjedećoj odbojci je Paraodbojkaški klub POK HVIDRA Osijek, a natjecanje će se održati početkom studenog 2026. godine, pod pokroviteljstvom Ministarstva hrvatskih branitelja i Hrvatskog paraolimpijskog odbora.

3.2.4. Sudjelovanje na ParaVolley Europe Champions Cup 2026

ParaVolley Europe Champions Cup predstavlja najviše i najprestižnije europsko klupsko natjecanje u sjedećoj odbojci, na kojem sudjeluju prvaci nacionalnih liga država članica ParaVolley Europe. Natjecanje okuplja najkvalitetnije europske klubove te ima važnu ulogu u razvoju i promociji sjedeće odbojke na međunarodnoj razini.

Invalidski odbojkaški klub „Zagreb“ u 2026. godini planira sudjelovanje na ParaVolley Europe Champions Cupu s ciljem ostvarivanja vrhunskog sportskog rezultata te daljnje afirmacije Kluba i hrvatske sjedeće odbojke u međunarodnom sportskom okruženju. Sudjelovanje na ovom natjecanju ujedno predstavlja nastavak dugogodišnjeg kontinuiteta nastupa Kluba na najvišoj europskoj razini.

U svrhu kvalitetne pripreme za natjecanje, planirane su dodatne sportske pripreme koje uključuju kondicijske treninge, tehničko-taktička usavršavanja te prilagodbu trenažnog procesa zahtjevima međunarodnog natjecanja. Posebna pažnja posvetit će se prevenciji ozljeda i optimalnoj fizičkoj pripremljenosti sportaša.

Delegaciju Kluba činit će 13 igrača, glavni trener i tri člana stručnog stožea, u skladu s pravilima i propozicijama ParaVolley Europe.

Organizator (domaćin) ParaVolley Europe Champions Cupa 2026. godine su FIPAV CR Campania i I Santi Ortopedie Nola (Italija), a natjecanje će se održati u razdoblju od 9. do 12. travnja 2026. godine u Napulju (Italija).

3.2.5. Program „Sjedeća odbojka – podrška zdravlju i resocijalizaciji HRVI, hrvatskih branitelja i članova njihovih obitelji“

Program je strukturiran kao cjelogodišnji, sustavni sportsko-rehabilitacijski i psihosocijalni model rada koji kroz redovitu tjelesnu aktivnost, stručnu podršku, zdravstvenu prevenciju i razvoj funkcionalnih vještina doprinosi očuvanju psihofizičkog zdravlja i unaprjeđenju kvalitete života hrvatskih branitelja, HRVI i članova njihovih obitelji.

Program se temelji na dugogodišnjem iskustvu Kluba u radu s braniteljskom populacijom te

objedinjuje sportsku rehabilitaciju, natjecateljski sport, emocionalno osnaživanje i razvoj socijalnih kompetencija u jedinstvenu, međusobno povezanu cjelinu.

PLANIRANE AKTIVNOSTI

1. Sustavni treninzi sjedeće odbojke i sudjelovanje na natjecanjima
2. Program psihosocijalnog osnaživanja i individualnog savjetovanja
3. Preventivne zdravstvene aktivnosti i zdravstveno savjetovanje
4. Kamp „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“
5. Program E-inkluzija – digitalna uključenost branitelja
6. Organizirani prijevoz korisnika

Korisnici programa su invalidi Domovinskog rata i hrvatski branitelji, u prosjeku dvadesetak sudionika uključenih u kontinuirani rad tijekom godine. Sudionici su organizirani u dvije skupine: natjecatelje i rekreativce, ovisno o razini funkcionalnih sposobnosti, motivaciji i zdravstvenom statusu.

Program je u potpunosti prilagođen individualnim mogućnostima korisnika te se provodi uz stručni nadzor trenera, stručnih suradnika i zdravstvenih djelatnika, uz poštivanje načela sigurnosti, postupnosti i individualiziranog pristupa.

Provedbom programa doprinosi se:

- očuvanju i unapređenju preostalih funkcionalnih sposobnosti korisnika,
- jačanju psihološke otpornosti i socijalne uključenosti,
- prevenciji daljnje izolacije i pasivizacije,
- razvoju sjedeće odbojke kao važnog oblika rehabilitacijskog i natjecateljskog sporta za hrvatske branitelje i HRVI,
- afirmaciji aktivne i dostojanstvene uloge braniteljske populacije u društvu.

Program predstavlja stabilan i održiv model sportske rehabilitacije koji istodobno omogućuje natjecateljsko napredovanje, rekreativno uključivanje i kontinuiranu stručnu podršku korisnicima.

3.2.5.1. Redoviti sustavni treninzi sjedeće odbojke osoba s invaliditetom, invalida Domovinskog rata, hrvatskih branitelja i članova njihovih obitelji

Redoviti i sustavni treninzi sjedeće odbojke predstavljaju temeljnu aktivnost Programa „Sjedeća odbojka – podrška zdravlju i resocijalizaciji invalida Domovinskog rata“. Treninzi su namijenjeni osobama s invaliditetom, invalidima Domovinskog rata, hrvatskim braniteljima i članovima njihovih obitelji koji su uključeni u natjecateljske ili rekreativne programe Kluba.

Trenažni proces odvija se tijekom cijele 2026. godine, četiri puta tjedno, uz dodatno sudjelovanje na utakmicama i turnirima. Treninzi se provode u Sportskoj dvorani Centra „Vinko Bek“ te u klupskom sportskom centru u ulici Kralja Držislava 6, pod stručnim vodstvom glavnog trenera, pomoćnih trenera i fizioterapeuta.

Cilj treninga je očuvanje i unapređenje motoričkih sposobnosti, razvoj tehničko-taktičkih znanja u sjedećoj odbojci, prevencija daljnjeg pogoršanja zdravstvenog stanja te jačanje timskog duha i socijalne povezanosti korisnika.

3.2.5.2. Sudjelovanje na domaćim i međunarodnim turnirima

U sklopu Programa planirano je sudjelovanje korisnika na domaćim i međunarodnim turnirima u sjedećoj odbojci (Maslenica 2026, Lukavac 2026, Alpe Adria 2026, Prijateljstvo 2026, Leipzig 2026), kao i na odabranim sportskim manifestacijama namijenjenima osobama s invaliditetom i hrvatskim braniteljima (Trkački kamp UAZ, Svjetski dan parasporta – HPO ...).

Sudjelovanjem na turnirima korisnicima se omogućuje aktivno natjecanje, stjecanje sportskog iskustva, razmjena znanja i iskustava s drugim klubovima te jačanje motivacije za kontinuirano bavljenje sportom. Turniri ujedno doprinose promociji sjedeće odbojke, Kluba i sporta osoba s invaliditetom u širem društvenom okruženju.

Prije svakog natjecanja provode se pripremne aktivnosti koje uključuju dodatne treninge, organizaciju putovanja i smještaja te osiguravanje potrebne sportske opreme.

3.2.5.3. Organizirani prijevoz korisnika na treninge i natjecanja

Značajan dio korisnika Programa otežano se kreće te pri kretanju koristi pomagala poput štaka, štapova ili invalidskih kolica. Kako bi se osigurala njihova redovita uključenost u treninge i natjecanja, Klub tijekom 2026. godine organizira prijevoz korisnika od mjesta stanovanja do sportskih objekata i natrag.

Prijevoz se obavlja klupskim kombi vozilom, u prosjeku dva puta tjedno, uz angažman vozača koji ujedno pomaže korisnicima pri ulasku i izlasku iz vozila. Organizirani prijevoz predstavlja važan preduvjet ravnopravnog sudjelovanja korisnika u sportskim aktivnostima te značajno doprinosi dostupnosti Programa.

3.2.6. Program „Inkluzivni centar sporta i mentalnog zdravlja za mlade Grada Zagreba“

Program „Inkluzivni centar sporta i mentalnog zdravlja za mlade Grada Zagreba“ predstavlja razvojnu i sadržajnu nadogradnju dugogodišnjeg rada Kluba s djecom i mladima kroz aktivnost „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“, koja se kontinuirano provodi od 2010. godine. U razdoblju 2018.–2021. navedeni program financiran je sredstvima Europskog socijalnog fonda (ESF), čime su dodatno ojačani stručni, organizacijski i upravljački kapaciteti Kluba. U 2025. godini program je uspješno proveden te visoko ocijenjen u okviru Javnog natječaja Grada Zagreba, što potvrđuje njegovu kvalitetu, relevantnost i društveni doprinos.

U 2026. godini program ulazi u treću razvojnu fazu. Na temelju postignutih rezultata, interesa korisnika, evaluacijskih pokazatelja i iskustva stručnog tima, dosadašnji sportski model rada proširuje se u cjelogodišnji, integrirani i multidisciplinarni model djelovanja – funkcionalni „Inkluzivni centar sporta i mentalnog zdravlja za mlade Grada Zagreba“.

Ne radi se o osnivanju nove infrastrukture, već o sustavnoj nadogradnji postojećih kapaciteta, stručnog tima, partnerstava i metodologije rada u objedinjeni programski centar koji povezuje:

- sport i adaptivne aktivnosti kao alat inkluzije i socijalne integracije,
- psihosocijalnu podršku i prevenciju mentalnih poteškoća,
- međugeneracijski mentorski rad (mladi – HRVI – starije osobe s invaliditetom),
- edukacije o zdravlju, zapošljivosti i životnim vještinama,
- digitalnu inkluziju i aktivno sudjelovanje mladih u društvu.

Program se provodi kao cjelogodišnji model rada s redovitim tjednim aktivnostima te intenzivnim razvojnim modulima (kamp i međunarodna razmjena), čime se osigurava kontinuitet, mjerljivost učinaka i dugoročni društveni doprinos Gradu Zagrebu.

OPIS PROBLEMA I POTREBA

Na području Grada Zagreba značajan broj mladih osoba s invaliditetom, mladih u riziku od socijalne isključenosti te mladih opće populacije suočava se s izazovima koji međusobno djeluju i dugoročno utječu na njihovo fizičko zdravlje, mentalnu stabilnost i socijalnu uključenost.

U praksi su posebno uočljivi sljedeći izazovi:

- nedostatak dostupnih i kontinuiranih sportskih programa prilagođenih mladima s invaliditetom,
- nedovoljna povezanost sportskih i psihosocijalnih sadržaja,
- rastuća prisutnost stresa, anksioznosti i smanjene otpornosti kod mladih,
- socijalna izolacija i smanjeno samopouzdanje,
- nedostatak strukturiranih međugeneracijskih programa prijenosa iskustava,
- ograničene mogućnosti za razvoj digitalnih i životnih kompetencija.

Mladi s invaliditetom često imaju otežan pristup redovitim sportskim sadržajima i strukturiranoj psihosocijalnoj podršci. Dodatne barijere uključuju pristupačnost prostora, organizirani prijevoz i društvene predrasude.

Mladi u riziku od socijalne isključenosti češće su izloženi pasivnosti, slabijim obrazovnim i profesionalnim prilikama te smanjenoj uključenosti u društvene procese.

Istodobno, primjetan je porast poteškoća vezanih uz mentalno zdravlje mladih (stres, nesigurnost, osjećaj nepripadanja), dok integrirani preventivni modeli koji istodobno povezuju sport, mentalno zdravlje i razvoj socijalnih kompetencija ostaju nedovoljno zastupljeni.

Kroz dugogodišnje iskustvo rada Klub je prepoznao potrebu za integriranim, održivim i strukturiranim modelom rada koji mladima pruža kontinuiranu, višedimenzionalnu i razvojno usmjerenu podršku.

CILJEVI PROGRAMA

OPĆI CILJ

Unaprijediti kvalitetu života, fizičko i mentalno zdravlje te socijalnu uključenost mladih osoba s invaliditetom, mladih u riziku od socijalne isključenosti i mladih opće populacije u Gradu Zagrebu kroz razvoj integriranog, inkluzivnog i održivog modela rada – „Inkluzivnog centra sporta i mentalnog zdravlja za mlade“.

SPECIFIČNI CILJEVI

1. Povećati razinu redovite tjelesne aktivnosti najmanje 50 mladih kroz sustavne inkluzivne treninge adaptivnih sportova.
2. Ojačati mentalno zdravlje i psihosocijalne kompetencije najmanje 40 mladih kroz program „Snaga iznutra“ i individualnu stručnu podršku.
3. Smanjiti socijalnu izolaciju i potaknuti razvoj samopouzdanja, otpornosti i socijalnih vještina kroz integrirani model sportskih i psihosocijalnih aktivnosti.
4. Razviti i provesti međugeneracijski mentorski program koji uključuje najmanje 10 HRVI, 5 starijih osoba s invaliditetom i najmanje 20 mladih korisnika.
5. Povećati razinu znanja o zdravim stilovima života kod najmanje 40 mladih kroz modul „Zdravlje 360“.
6. Razviti digitalne kompetencije najmanje 20 mladih kroz radionice e-inkluzije i izradu digitalnih sadržaja.
7. Sensibilizirati najmanje 100 mladih opće populacije za inkluziju osoba s invaliditetom kroz javne aktivnosti i pokazne treninge.
8. Ojačati organizacijske i stručne kapacitete Kluba za dugoročnu provedbu integriranog modela rada.

MJESTO PROVEDBE

Program se provodi na području Grada Zagreba u infrastrukturno opremljenim i pristupačnim prostorima koji omogućuju kontinuiranu provedbu aktivnosti:

- Klupski Centar za sport i rekreaciju, Ulica kralja Držislava 6 – treninzi, radionice mentalnog zdravlja, modul „Zdravlje 360“, mentorski susreti, digitalne radionice, koordinacija i evaluacija programa.
- Sportska dvorana Centra „Vinko Bek“, Kušlanova 59a – inkluzivni treninzi adaptivnih sportova i javne radionice senzibilizacije.
- Otvoreni sportski tereni (Jarun, Maksimir i druge gradske lokacije) – sezonske aktivnosti, javne prezentacije i aktivnosti vidljivosti.

Kamp predstavlja intenzivni razvojni i evaluacijski modul programa, a završno sudjelovanje na međunarodnom turniru „Alpe Adria“ doprinosi međunarodnoj razmjeni iskustava i promociji modela rada.

REZULTATI PROGRAMA

Provedbom programa planiraju se ostvariti sljedeći mjerljivi rezultati:

Sport i inkluzija

- najmanje 50 mladih uključeno u redovite sportske aktivnosti,
- najmanje 120 inkluzivnih treninga adaptivnih sportova,
- najmanje 6 radionica senzibilizacije,

- najmanje 100 mladih opće populacije senzibilizirano za inkluziju,
- evidentiran napredak u sportskoj uključenosti i redovitosti dolazaka.

Mentalno zdravlje

- 12 radionica „Snaga iznutra“,
- najmanje 24 individualnih savjetovanja,
- najmanje 35 mladih uključenih u psihosocijalni program,
- kod najmanje 70 % sudionika zabilježen porast samopouzdanja i subjektivne otpornosti.

Zdravlje i prevencija

- 8 radionica modula „Zdravlje 360°“,
- najmanje 35 mladih educirano o zdravim stilovima života.

Digitalna inkluzija

- 10 radionica e-inkluzije,
- najmanje 20 mladih razvilo digitalne kompetencije,
- najmanje 15 izrađenih digitalnih sadržaja,
- provedena kampanja promocije mentalnog zdravlja i inkluzije.

Međugeneracijska solidarnost

- 8 mentorskih susreta,
- 1 javna tribina,
- razvijen trajni model mentorstva unutar Kluba.

Kamp

- 25 sudionika,
- najmanje 15 strukturiranih aktivnosti,
- izrađena završna evaluacija individualnog napretka.

METODE RADA

Program se provodi kroz integrirani, interdisciplinarni i inkluzivni model rada koji uključuje:

1. Inkluzivni sportski trening – individualizirani pristup i rad u inkluzivnim timovima.
2. Iskustveno i participativno učenje – aktivno sudjelovanje i refleksija.
3. Psihosocijalno osnaživanje – radionice i individualni rad.
4. Međugeneracijsko mentorstvo – prijenos iskustava i vrijednosti.
5. Digitalno i projektno učenje – razvoj praktičnih kompetencija.
6. Kontinuiranu evaluaciju – evidencije, upitnici, završna procjena.

ODRŽIVOST I EVALUACIJA

Program se temelji na dugogodišnjem iskustvu provedbe (od 2010.) i upravljanju EU projektima (ESF 2018.–2021.), što osigurava stabilne organizacijske i stručne kapacitete.

Održivost se osigurava kroz:

- razvoj modela rada, a ne infrastrukture,
- jačanje stručnog tima,
- uključivanje volontera i mentora,
- razvoj partnerstava,
- raznolikost izvora financiranja.
-

Evaluacija se provodi kontinuirano kroz evidenciju sudjelovanja, evaluacijske upitnike i kvalitativne osvrtne, a zaključci se koriste za daljnje unaprjeđenje modela rada.

KORISNICI

Izravni korisnici (najmanje 50 mladih)

- 20 mladih osoba s invaliditetom (15–30 godina),
- 15 mladih u riziku od socijalne isključenosti,
- 15 mladih opće populacije.

Dodatni sudionici

- najmanje 10 HRVI,
- 5 starijih osoba s invaliditetom (mentorska uloga).

Neizravni korisnici (najmanje 150 osoba)

- članovi obitelji,
- učenici i studenti,
- šira lokalna zajednica.

Program osigurava ravnopravnost spolova, pristupačnost osobama s invaliditetom i aktivno uključivanje mladih iz ranjivih skupina, uz naglasak na sigurnost, dostojanstvo i razvoj osobnih potencijala.

3.2.6.1. Radionice senzibilizacije – pokazni treninzi sjedeće odbojke

Radionice senzibilizacije i pokazni treninzi imaju za cilj inkluziju osoba s invaliditetom, posebno mladih osoba s invaliditetom, u društvo kroz sport, kao i senzibilizaciju djece i mladih opće populacije za izazove, potrebe i potencijale mladih osoba s invaliditetom. Aktivnost se provodi kroz organizaciju **šest dvosatnih radionica – pokaznih treninga** sjedeće odbojke i drugih adaptivnih sportova, u kojima sudjeluje **do 30 osoba** različite dobi, spola i vrste/tjelesnog oštećenja.

U aktivnost su uključeni: **članovi Kluba (mlade osobe s invaliditetom), invalidi Domovinskog rata, učenici redovitih škola, studenti Kineziološkog fakulteta i Edukacijsko-rehabilitacijskog fakulteta, korisnici centara za odgoj i obrazovanje te mladi sportaši bez invaliditeta.** Radionice se provode u **sportskoj dvorani Centra „Vinko Bek“ (Kušlanova 59a), na Trgu bana Josipa Jelačića** te u **sportskoj dvorani Kineziološkog fakulteta.**

Okvirni termini održavanja radionica (2025.)

1. siječanj – SD „Vinko Bek“, Zagreb
2. travanj – SD „Vinko Bek“, Zagreb
3. svibanj – SD „Vinko Bek“, Zagreb
4. rujanj – SD „Vinko Bek“, Zagreb
5. listopad – SD „Vinko Bek“, Zagreb
6. prosinac – SD „Vinko Bek“, Zagreb

Izvoditelji aktivnosti: Ante Mihaljević, prof. TZK; Hrvoje Radoš, voditelj sportske rekreacije za osobe s invaliditetom; Vladimir Jolić, odbojkaški trener i skaut; Ivan Čosić, voditelj sportske rekreacije za osobe s invaliditetom.

3.2.6.2. Radionice psihološkog i socijalnog osnaživanja osoba s invaliditetom

Aktivnost obuhvaća 12 dvosatnih radionica koje se provode prema postavkama realitetne terapije te kombiniraju edukativni i iskustveni rad. Kroz strukturirane teme i praktične vježbe sudionici razvijaju emocionalnu pismenost, osobnu odgovornost, otpornost na stres te vještine nošenja s izazovima svakodnevnog života i sportskog okruženja.

Po završetku ciklusa radionica korisnici će biti osnaženi za samostalnu primjenu naučenih alata u području samoregulacije, komunikacije i donošenja odluka.

Uz grupni rad, sudionicima je omogućeno i individualno savjetovanje za one koji imaju potrebu za dubljim osobnim radom i stručnom podrškom u području mentalnog zdravlja.

Radionice se održavaju jednom mjesečno, srijedom od 18:00 do 20:00 sati, u klupskom Centru za parasport i mlade (Ulica kralja Držislava 6, Zagreb). Aktivnost se provodi u partnerstvu s DSR „Centar za sport i rekreaciju Zagreb“.

U grupnom radu sudjeluje do 30 mladih osoba s invaliditetom i mladih opće populacije – članova Invalidskog odbojkaškog kluba „Zagreb“, DSR „Centar za sport i rekreaciju Zagreb“, Zagrebačkog parasportskog saveza te zainteresiranih članova njihovih obitelji.

PLAN ODRŽAVANJA RADIONICA

1. mjesec – „Kreativne i projektivne tehnike u radu sa sportašima“

Upoznavanje s vrstama kreativnih i projektivnih tehnika te njihova primjena u sportskom i situacijskom kontekstu.

2. mjesec – „Predrasude i stereotipi“

Razlikovanje pojmova, samoprocjena vlastitih stavova te razumijevanje modernih oblika predrasuda i razvoja tolerancije.

3. mjesec – „Granice“

Razumijevanje osobnih i tuđih granica, teškoće njihova postavljanja i primjena koncepta granica u odnosima i sportu.

4. mjesec – „Ponešto o laganju“

Razumijevanje razloga laganja, uvjerenja koja stoje iza neiskrenosti i utjecaja istine na međuljudske odnose.

5. mjesec – „Upoznajmo žalovanje“

Razumijevanje procesa gubitka, faza žalovanja i važnosti brige o sebi u tom razdoblju.

6. mjesec – „Upoznajmo razočaranje“

Povezanost očekivanja i razočaranja te razvoj alata za konstruktivno suočavanje

7. mjesec – „Igram do sebe“

Igra kao alat samospoznaje, opuštanja i razvoja unutarnje slobode.

8. mjesec – „Afirmacijom do sebe“

Razumijevanje koncepta cjelokupnog ponašanja i učenje pravilnog korištenja afirmacija.

9. mjesec – „Neki mi i neki oni“

Razumijevanje identiteta, sličnosti i različitosti te prihvaćanje razlika, osobito u kontekstu sporta i invaliditeta.

10. mjesec – „Razgovarajmo o ovisnosti“

Prepoznavanje ovisničkih obrazaca, razvoj samokontrole i upoznavanje dostupnih oblika pomoći.

11. mjesec – „Kraj je novi početak?“

Rad na percepciji promjene, osobnim vrijednostima i reinterpetaciji životnih iskustava.

12. mjesec – „Psihoterapija za tebe“

Upoznavanje s pojmovima savjetovanja i psihoterapije, različitim terapijskim pravcima te važnosti mentalne higijene.

Izvoditeljica i evaluatorica aktivnosti

Ivana Barić, mag. paed. soc., magistrica socijalne pedagogije, s iskustvom u savjetodavnom i psihoterapijskom radu (realitetna terapija).

3.2.6.3. Redoviti treninzi sjedeće odbojke i adaptivnih sportova

U sklopu projekta provode se redoviti treninzi sjedeće odbojke i drugih adaptivnih sportova, prilagođeni sposobnostima i potrebama korisnika. Treninzi se odvijaju 2-3 puta tjedno u sportskim dvoranama i klupskom sportskom centru, uz stručni nadzor trenera i fizioterapeuta.

Cilj treninga je razvoj motoričkih sposobnosti, usvajanje osnovnih sportskih vještina, poticanje redovite tjelesne aktivnosti te dugoročno uključivanje korisnika u sportski sustav.

3.2.6.4. Kamp „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“

Invalidski odbojkaški klub „Zagreb“ će u razdoblju od 12. do 18. listopada 2026. godine organizirati kamp „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“, koji će se provoditi na području Grada Zagreba i Klagenfurta (Austrija).

Kamp se organizira u partnerstvu s DSR „Centar za sport i rekreaciju Zagreb“, a namijenjen je osobama s invaliditetom s ciljem poticanja aktivnog bavljenja sportom, unapređenja psihofizičkog zdravlja, razvoja sportskih kompetencija te jačanja socijalne uključenosti.

Ciljevi aktivnosti

Ciljevi kampa su:

- razvoj i unapređenje motoričkih, funkcionalnih i sportskih sposobnosti sudionika,
- usvajanje i unaprjeđenje tehničko-taktičkih znanja u sjedećoj odbojci,
- upoznavanje sudionika s različitim oblicima adaptivnih sportova,
- jačanje samopouzdanja, motivacije i socijalnih vještina,
- poticanje timskog rada, zajedništva i aktivnog sudjelovanja u zajednici,
- omogućavanje međunarodnog sportskog iskustva kroz sudjelovanje na natjecanju.

Sudionici

Na kampu će sudjelovati ukupno 35 sudionika, od čega:

- 10 članova DSR „Centar za sport i rekreaciju Zagreb“,
- 25 članova Invalidskog odbojkaškog kluba „Zagreb“.

Sudionici su osobe s invaliditetom različite dobi i razine sportskog iskustva, uključujući rekreativne sportaše i članove razvojnog tima.

Program i sadržaj kampa

Sportske aktivnosti (ponedjeljak – petak)

Tijekom radnog dijela kampa provest će se ukupno sedam pokaznih i sustavnih treninga adaptivnih sportova, i to:

- sjedeća odbojka – tehničko-taktički treninzi, rad na osnovnim i naprednim elementima igre te razvoj timske suradnje,
- paraboćanje – razvoj preciznosti, koordinacije i koncentracije,
- nordijsko hodanje – rekreativna i zdravstveno usmjerena aktivnost prilagođena mogućnostima sudionika.

Treninzi će se provoditi uz individualni pristup sudionicima, vodeći računa o njihovim sposobnostima, zdravstvenom stanju i sportskom iskustvu.

Edukativne i psihosocijalne aktivnosti

U sklopu kampa planirano je:

- edukativno predavanje o važnosti redovite tjelesne aktivnosti i sporta u očuvanju zdravlja i kvalitete života osoba s invaliditetom,
- radionica psihološkog i socijalnog osnaživanja, usmjerena na jačanje samopouzdanja, komunikacijskih vještina, otpornosti na stres i motivacije za aktivno sudjelovanje u sportskim i društvenim aktivnostima.

Međunarodna komponenta (subota – nedjelja)

U završnom dijelu kampa dio sudionika, odnosno razvojni tim, sudjelovat će na međunarodnom turniru u sjedećoj odbojci „Alpe Adria“ u Klagenfurtu (Austrija).

Sudjelovanje na turniru omogućit će:

- primjenu stečenih znanja i vještina u natjecateljskim uvjetima,
- stjecanje međunarodnog sportskog iskustva,
- razmjenu iskustava s klubovima iz drugih zemalja,
- dodatnu motivaciju i afirmaciju sudionika u sportskom okruženju.

Izvoditelji aktivnosti

Aktivnosti kampa provodit će stručni tim s iskustvom u radu s osobama s invaliditetom:

- Vladimir Jolić, odbojkaški trener
- Ante Mihaljević, prof. tjelesne i zdravstvene kulture
- Ivan Ćosić, voditelj sportske rekreacije za osobe s invaliditetom
- Hrvoje Radoš, voditelj sportske rekreacije za osobe s invaliditetom
- Kaja Bagarić Grgošić, magistra fizioterapije
- Ivana Barić, magistra socijalne pedagogije (mag. paed. soc.)

Očekivani rezultati

- povećana razina tjelesne aktivnosti i funkcionalnih sposobnosti sudionika,
- unaprijeđena znanja i vještine u sjedećoj odbojci i adaptivnim sportovima,
- jačanje psihološke otpornosti i socijalne uključenosti,
- povećana motivacija za redovito bavljenje sportom,
- stjecanje međunarodnog iskustva za članove razvojnog tima.

Razvojni prijedlozi i unapređenje programa

Radi daljnjeg unaprjeđenja kvalitete i održivosti kampa, u Program rada za 2026. godinu uključuju se sljedeći razvojni elementi:

- provedba završne evaluacije kampa putem kratkog evaluacijskog upitnika za sudionike,
- izrada kratkog izvještaja i promotivnog sadržaja (tekst/fotografije) radi vidljivosti programa i promocije adaptivnih sportova,
- dodjela potvrda o sudjelovanju sudionicima kampa,
- poticanje sudionika na uključivanje u redovite treninge i programe Kluba nakon završetka kampa

3.2.7. EU projekt „I dalje jaki“

EU projekt „I dalje jaki“ usmjeren je na povećanje socijalne uključenosti, poboljšanje kvalitete života te prevenciju institucionalizacije starijih osoba i osoba s invaliditetom kroz pružanje organizirane potpore i pomoći u njihovom svakodnevnom životu. Projekt ujedno doprinosi zapošljavanju žena pripadnica ranjivih skupina, čime se ostvaruje višestruki društveni učinak na razini lokalne zajednice.

Projekt se provodi na području Grada Zagreba i Sisačko-moslavačke županije, a obuhvaća zapošljavanje ukupno 22 žene – pružateljice usluga, koje pružaju podršku za ukupno 140 krajnjih korisnika. Krajnji korisnici su starije osobe i osobe s invaliditetom kojima je, zbog zdravstvenog stanja ili životnih okolnosti, potrebna pomoć u obavljanju svakodnevnih aktivnosti.

Aktivnosti projekta uključuju:

- zapošljavanje i osposobljavanje pružateljica usluga,
- pružanje usluga potpore i pomoći u kući krajnjim korisnicima,
- koordinaciju i organizaciju rada pružateljica usluga,
- praćenje kvalitete i redovitosti pruženih usluga,
- administrativno i financijsko upravljanje projektom,
- komunikaciju s korisnicima, zaposlenicima i partnerskim institucijama.

Provedbom projekta osigurava se individualizirana i kontinuirana podrška korisnicima, čime se doprinosi njihovom duljem ostanku u vlastitom domu, očuvanju dostojanstva i neovisnosti te smanjenju potrebe za institucionalnim oblicima skrbi. Istovremeno, projekt doprinosi zapošljavanju i osnaživanju žena iz ranjivih skupina te jačanju kapaciteta Kluba u području provedbe socijalnih programa.

EU projekt „I dalje jaki“ predstavlja važan dio ukupnog djelovanja Invalidskog odbojkaškog kluba „Zagreb“ u području socijalne uključenosti i razvoja zajednice te se u 2026. godini planira njegov nastavak i provedba sukladno ugovorenim obvezama.

3.2.8. EU projekt „Serviraj jednake šanse“

EU projekt „Serviraj jednake šanse“ usmjeren je na uključivanje djece i mladih u riziku od socijalne isključenosti u organizirane sportske aktivnosti, s ciljem poticanja socijalne uključenosti, razvoja zdravih životnih navika te prevencije rizičnih ponašanja. Projekt polazi od sporta kao snažnog alata za osobni razvoj, izgradnju samopouzdanja i jačanje osjećaja pripadnosti zajednici.

Projekt je namijenjen djeci i mladima koji se, zbog nepovoljnih socioekonomskih okolnosti, obiteljskih prilika ili drugih čimbenika, suočavaju s otežanim pristupom sportskim i rekreativnim sadržajima. Kroz sustavno uključivanje u sportske i edukativne programe, projekt doprinosi

stvaranju jednakih prilika za sudjelovanje u sportu.

Planirane aktivnosti projekta obuhvaćaju:

- organizaciju redovitih sportskih treninga i rekreativnih aktivnosti prilagođenih dobi i mogućnostima korisnika,
- provedbu pokaznih treninga i sportskih radionica s ciljem upoznavanja korisnika sa sjedećom odbojkom i drugim sportskim sadržajima,
- edukativne radionice usmjerene razvoju socijalnih, komunikacijskih i životnih vještina,
- suradnju s odgojno-obrazovnim ustanovama, udrugama i lokalnom zajednicom,
- praćenje uključenosti i napretka korisnika te evaluaciju provedenih aktivnosti.

Nositelj projekta je Invalidski odbojkaški klub „Zagreb“, koji projekt planira provoditi koristeći vlastite stručne, organizacijske i prostorne kapacitete, uz angažman stručnog kadra i suradnju s partnerskim organizacijama. Provedbom projekta Klub dodatno razvija svoju ulogu u području društvene uključenosti djece i mladih te doprinosi dugoročnom razvoju sporta osoba s invaliditetom i inkluzivnih sportskih programa.

U 2026. godini, u slučaju odobrenja financiranja, projekt će predstavljati značajan doprinos razvoju preventivnih i inkluzivnih sportskih programa namijenjenih djeci i mladima u riziku od socijalne isključenosti.

3.2.9. EU projekt „Moj klub – inkluzija, podrška i aktivan život“

(u slučaju odobrenja financiranja)

EU projekt „Moj klub – inkluzija, podrška i aktivan život“ usmjeren je na jačanje socijalne uključenosti odraslih osoba s invaliditetom i starijih osoba kroz razvoj i pružanje socijalnih usluga u zajednici. Projekt se provodi na području Grada Zagreba i Šibensko-kninske županije, a njegov cilj je smanjenje socijalne izolacije, prevencija institucionalizacije te poticanje aktivnog i kvalitetnog života krajnjih korisnika.

Nositelj projekta je Invalidski odbojkaški klub „Zagreb“, a projekt se provodi u partnerstvu s Udrugom za promicanje znanosti „Luka za sreću“. Projekt je prijavljen i prošao je formalnu provjeru u okviru Poziva Širenje mreže socijalnih usluga u zajednici (SF.3.4.11.04 – inačica 3), a u 2026. godini očekuje se početak njegove provedbe, uz pozitivnu odluku o dodjeli bespovratnih sredstava.

Projektom je planirano pružanje ukupno 2.296 socijalnih usluga za odrasle osobe s invaliditetom, starije osobe te članove njihovih obitelji. Aktivnosti obuhvaćaju:

- savjetodavnu i psihosocijalnu podršku,
- organizirani prijevoz korisnika,
- organizaciju dnevnih aktivnosti (medicinsko-rekreativne, edukativne, okupacijsko-radne i hortikulture sadržaje),

- individualni i grupni rad prilagođen potrebama korisnika.

Projekt doprinosi razvoju izvaninstitucionalnih oblika skrbi, povećanju dostupnosti socijalnih usluga u zajednici te jačanju kapaciteta Kluba u području socijalne uključenosti i pružanja socijalnih usluga. Provedbom projekta dodatno se potvrđuje uloga Invalidskog odbojkaškog kluba „Zagreb“ kao organizacije koja sport, rekreaciju i socijalne programe uspješno povezuje u cjelovit pristup unapređenju kvalitete života osoba s invaliditetom i starijih osoba.

3.2.10. Program temeljne sustavne podrške Nacionalne zaklade za udruge iz Domovinskog rata

Program temeljne sustavne podrške predstavlja institucionalni oblik financiranja kojim se osigurava stabilnost, transparentnost i kontinuirani razvoj Invalidskog odbojkaškog kluba „Zagreb“.

Potpora omogućuje financiranje osnovne djelatnosti Kluba koja nije pokrivena projektima, uključujući administrativno upravljanje, organizaciju rada, održavanje prostora i opreme te razvoj internih procedura i metodologija rada.

U okviru programa provodit će se sljedeće aktivnosti:

- redovita organizacija i provedba treninga koji nisu financirani iz drugih izvora,
- održavanje sjednica Skupštine i Predsjedništva,
- izrada mjesečnih izvješća o administrativnim i organizacijskim aktivnostima,
- održavanje i briga o prostoru i sportskoj opremi,
- izrada i primjena metodologije mjerenja zadovoljstva korisnika,
- izrada Smjernica za odabir i obuku volontera,
- aktivnosti povećanja vidljivosti rada Kluba (Dani otvorenih vrata, Dan Kluba, volonterske akcije),
- prijava na natječaje i razvoj novih projektnih inicijativa,
- redovite objave o radu i rezultatima na mrežnoj stranici i društvenim mrežama.

Ova potpora omogućuje organizacijsko jačanje Kluba, povećanje kvalitete upravljanja, unapređenje transparentnosti rada te dugoročnu održivost sportskih, rehabilitacijskih i socijalnih programa.

Program institucionalne potpore predstavlja temelj stabilnog funkcioniranja Kluba i preduvjet provedbe svih ostalih programskih linija u 2026. godini.

3.2.11. Projekti i programi u kojima je Klub partner

Tijekom 2026. godine Klub će sudjelovati kao partner u projektima i programima drugih organizacija civilnog društva i ustanova, čime se jača međusektorska suradnja, razmjena znanja i razvoj zajednice.

3.2.11.1. EU projekt „Najbolje tek dolazi“

EU projekt „Najbolje tek dolazi“ provodi se s ciljem jačanja socijalne uključenosti, razvoja kompetencija i poboljšanja kvalitete života ranjivih skupina kroz različite edukativne, društvene i razvojne aktivnosti.

Nositelj projekta je Šahovski klub „Novi Zagreb“, dok su partneri na projektu Invalidski odbojkaški klub „Zagreb“ i Otvorena računalna radionica „Svi smo protiv“. Ukupna vrijednost projekta iznosi 1.485.000,00 EUR.

Kao partnerska organizacija, Invalidski odbojkaški klub „Zagreb“ sudjeluje u provedbi projektnih aktivnosti kroz pružanje stručne i organizacijske podrške, osobito u segmentima koji se odnose na sport, rekreaciju i socijalnu uključenost osoba s invaliditetom. Klub svojim iskustvom i kapacitetima doprinosi kvalitetnoj provedbi projekta te ostvarivanju njegovih ciljeva.

Sudjelovanjem u ovom projektu Klub dodatno jača suradnju s organizacijama civilnog društva te proširuje opseg aktivnosti namijenjenih ranjivim skupinama u zajednici.

3.2.11.2. EU projekt „Svjetionik jednakih vrijednosti“

EU projekt „Svjetionik jednakih vrijednosti“ usmjeren je na promicanje jednakosti, solidarnosti i društvene uključenosti kroz edukativne i razvojne programe namijenjene ranjivim skupinama i široj zajednici.

Nositelj projekta je Udruga za promicanje znanosti „Luka za sreću“, dok su partneri Invalidski odbojkaški klub „Zagreb“ i Građanska prevencija „Osječka škola“. Ukupna vrijednost projekta iznosi 1.485.000,00 EUR.

U okviru projekta Invalidski odbojkaški klub „Zagreb“ sudjeluje kao partner u provedbi aktivnosti koje uključuju promociju inkluzije, razvoj socijalnih vještina i jačanje međusobnog razumijevanja među različitim društvenim skupinama. Klub doprinosi projektu kroz organizaciju sportskih i rekreativnih aktivnosti, sudjelovanje u edukativnim sadržajima te korištenje vlastitih stručnih i prostornih kapaciteta.

Partnerstvo na ovom projektu doprinosi jačanju vidljivosti Kluba i njegovih vrijednosti te dodatno potvrđuje njegovu ulogu aktivnog sudionika u razvoju društveno korisnih inicijativa.

3.2.11.3. Program „Škola tjelovježbe i zdravog načina života za invalide Domovinskog rata i hrvatske branitelje“

Program „Škola tjelovježbe i zdravog načina života za invalide Domovinskog rata i hrvatske branitelje“ usmjeren je na unapređenje zdravstvenog stanja, tjelesne kondicije i opće kvalitete života invalida Domovinskog rata i hrvatskih branitelja kroz sustavne i stručno vođene aktivnosti.

Nositelj programa je Društvo sportske rekreacije „Centar za sport i rekreaciju Zagreb“, dok Invalidski odbojkaški klub „Zagreb“ sudjeluje u programu kao partnerska organizacija.

Program se sastoji od sljedećih aktivnosti:

- kružnih treninga u teretani za hrvatske branitelje i invalide Domovinskog rata,
- korektivne gimnastike prilagođene zdravstvenom stanju korisnika,
- stručnog predavanja „Važnost tjelesne aktivnosti u očuvanju zdravlja“,
- stručnog predavanja i radionice „Povezanost tijela i uma“,
- motivacijskih radionica,
- nabave sportske opreme i rekvizita,
- organiziranog prijevoza slabije pokretnih članova na treninge.

Uloga Invalidskog odbojkaškog kluba „Zagreb“ kao partnera u provedbi programa obuhvaća:

- sudjelovanje u organizaciji i provedbi motivacijskih radionica i pokaznih treninga,
- osiguravanje uvjeta za provedbu treninga kroz besplatno korištenje fitness sprava i opreme u zajedničkom prostoru,
- angažiranje stručnih osoba koje provode sportske i rekreativne aktivnosti,
- sudjelovanje u marketinškim i promotivnim aktivnostima s ciljem informiranja i uključivanja korisnika u program.

Provedbom ovog programa dodatno se jača suradnja između partnerskih organizacija te osigurava kontinuitet kvalitetnih i dostupnih aktivnosti namijenjenih invalidima Domovinskog rata i hrvatskim braniteljima.

3.2.12. Izrada marketinškog plana i promidžbenih aktivnosti Kluba

U cilju povećanja vidljivosti Invalidskog odbojkaškog kluba „Zagreb“ i njegovih sportskih, društvenih i socijalnih aktivnosti, u 2026. godini planira se daljnja provedba marketinškog plana te nastavak i unaprjeđenje promotivnih aktivnosti Kluba.

3.2.12.1. Trenutne aktivnosti

Marketinški ciljevi kroz društvene mreže i web:

Vidljivost i prepoznatljivost kluba

- Kontinuirani rast dosega i impresija na Instagramu i Facebooku
- Jačanje prepoznatljivosti IOK Zagreba kao vodećeg kluba sjedeće odbojke u Hrvatskoj
- Pozicioniranje kluba kao ozbiljnog, profesionalnog i društveno odgovornog sportskog subjekta

Rast digitalne zajednice

- Povećanje broja pratitelja i angažmana publike
- Izgradnja lojalne zajednice navijača, sportaša, roditelja i šire javnosti
- Privlačenje sponzora i partnera
- Prikaz kontinuirane aktivnosti, doseg a i profesionalne komunikacije kluba
- Jačanje povjerenja kod institucionalnih i komercijalnih partnera

Vidljivost natjecateljskih i društvenih aktivnosti

- Sustavno praćenje utakmica, rezultata i ligaških nastupa
- Promocija radionica, edukacija i društveno korisnih projekata kluba
- Jačanje imidža kluba kao aktivnog tijekom cijele godine, ne samo za vrijeme natjecanja

SEO i dugoročna online prisutnost

- Povećanje organskog doseg a putem web stranice i Google pretraživanja
- Arhiviranje rezultata, izvještaja i aktivnosti kao trajnog sadržaja
- Jačanje autoriteta kluba u području parasporta i sjedeće odbojke

3.2.12.2. Opseg poslova marketinške agencije

Društvene mreže (Instagram; Facebook)

- Kreiranje i pisanje objava (najave, izvještaji, rezultati, izjave, posebni dani)
- Prilagodba tona komunikacije sportskom i institucionalnom kontekstu
- Story sadržaji (utakmice, radionice, behind the scenes, rezultati)
- Reels i kratki video formati (teaseri, izjave, highlights)
- Planiranje i održavanje kontinuiteta objava

Praćenje natjecanja i događanja

- Najave kola, utakmica i turnira
- Izvještaji nakon odigranih utakmica (rezultati, tijek susreta, izjave)
- Praćenje ligaških i međunarodnih nastupa
- Komunikacija sportskih uspjeha i ključnih trenutaka sezone

Web administracija i sadržaj

- Objave članaka na web stranici (najave, izvještaji, radionice)
- Pisanje tekstova prilagođenih webu i SEO osnovama
- Ažuriranje sadržaja vezanog uz natjecanja i aktivnosti kluba
- Održavanje weba kao službenog arhiva klupskih aktivnosti

Radionice i društveni projekti

- Najave radionica i edukativnih aktivnosti
- Izvještaji nakon održanih radionica
- Komunikacija društveno korisnih i inkluzivnih projekata kluba
- Naglašavanje društvene vrijednosti IOK Zagreba

Strateška komunikacija i savjetovanje

- Savjetovanje o tonu i smjeru komunikacije kluba
- Usklađivanje sadržaja s ciljevima kluba i potencijalnih sponzora
- Dugoročno pozicioniranje kluba u digitalnom prostoru

3.2.12.3. KAMPANJA (potencijalne aktivnosti)

Razrada koncepta kampanje.

- Kreiranje dizajna i svih ostalih materijala potrebnih za realizaciju iste.
- Društvene mreže (Instagram; Facebook te ostale po potrebi i dogovoru)
- Plaćeno oglašavanje na društvenim mrežama
- Web stranica – landing za kampanju
- PR i mediji
- Online portali
- Specijalizirani i lokalni mediji
- Televizija
- Radio
- Billboardi / citylighti
- Plakati i letci
- Promotivni materijali
- Eventi
- Otvoreni dan kluba
- Terenska promocija

3.3. Osobe odgovorne za provedbu programa

Na operativnoj i upravljačkoj razini radom Invalidskog odbojkaškog kluba „Zagreb“ upravlja Predsjedništvo kluba, koje čine predsjednik, dopredsjednik i tajnik kluba. Predsjedništvo donosi strateške i operativne odluke vezane uz organizaciju rada, provedbu Programa rada, financijsko poslovanje te razvoj Kluba.

Direktor kluba odgovoran je za svakodnevno operativno poslovanje, provedbu odluka Predsjedništva, koordinaciju zaposlenika i vanjskih suradnika, vođenje i provedbu projekata te komunikaciju s institucijama, savezima, partnerima i donatorima.

Za provedbu sportskog dijela Programa rada odgovorni su glavni trener i pomoćni treneri, koji planiraju i provode trenažni proces, pripreme za natjecanja te stručni rad s članovima Kluba. U

radu im pomaže fizioterapeut, zadužen za prevenciju ozljeda, oporavak sportaša i praćenje njihova zdravstvenog stanja.

Za provedbu projekata i socijalnih programa angažirani su voditelji projekata, koordinatori aktivnosti te ostali stručni i pomoćni djelatnici, sukladno potrebama pojedinih programa i projekata.

Računovodstvene i financijske poslove Kluba obavlja vanjski ovlašteni računovodstveni servis, u skladu s važećim zakonskim propisima.

Tijekom 2026. godine planira se održavanje najmanje dvanaest sjednica Predsjedništva Kluba te dvije redovite sjednice Skupštine Kluba, na kojima će se raspravljati o provedbi Programa rada, financijskom poslovanju i daljnjem razvoju Kluba.

3.4. Status članova – igrača

Invalidski odbojkaški klub „Zagreb“ posebnu pažnju posvećuje statusu svojih članova – sportaša, s ciljem stvaranja kvalitetnih uvjeta za njihovo sportsko djelovanje, razvoj i dugoročno uključivanje u rad Kluba. Prava i obveze članova uređeni su Statutom Kluba te internim aktima i pravilnicima.

Članovi Kluba razvrstani su u nekoliko kategorija, uključujući natjecatelje, rekreativce, veterane i mlade sportaše. Klub potiče aktivno uključivanje mladih osoba s invaliditetom u sportski sustav te im omogućuje postupni razvoj i napredovanje u skladu s njihovim sposobnostima i interesima.

Sportaši koji ostvaruju zapažene sportske rezultate i ispunjavaju uvjete za kategorizaciju prema pravilnicima Hrvatskog paraolimpijskog odbora stječu pravo na nacionalne sportske stipendije. Klub, sukladno svojim mogućnostima, dodatno osigurava potporu sportašima kroz sufinanciranje troškova treninga, natjecanja, sportske opreme i priprema.

Posebna pažnja posvećuje se invalidima Domovinskog rata i hrvatskim braniteljima, kojima Klub kroz sportske aktivnosti pruža podršku u očuvanju zdravlja, resocijalizaciji i aktivnom sudjelovanju u zajednici. Klub također potiče uključivanje sportaša u organizacijske i administrativne aktivnosti, s ciljem prijenosa znanja i osnaživanja članova za buduće uloge unutar Kluba.

3.5. Zdravstvena skrb članova – igrača

Zdravstvena skrb članova Kluba jedan je od temeljnih preduvjeta sigurnog i kvalitetnog bavljenja sportom. Klub osigurava da svi sportaši imaju važeće liječničke preglede, koje su obvezni obaviti najmanje dva puta godišnje, u skladu s važećim propisima i pravilnicima.

Liječnički pregledi obavljaju se u ovlaštenim sportskim zdravstvenim ustanovama, uključujući sportsku ambulantu Zagrebačkog parasportskog saveza. Troškove liječničkih pregleda snose Zagrebački parasportski savez i Klub, sukladno dogovorenim uvjetima.

U slučaju ozljede ili zdravstvenih poteškoća, sportaši su obvezni pravovremeno obavijestiti trenera i vodstvo Kluba te postupati prema preporukama zdravstvenih stručnjaka. Klub osigurava prisutnost fizioterapeuta tijekom treninga i natjecanja te planira, sukladno mogućnostima, ugovaranje dodatnih oblika osiguranja sportaša.

Poseban naglasak stavlja se na prevenciju ozljeda, pravilno doziranje opterećenja, rehabilitaciju i očuvanje dugoročnog zdravlja sportaša.

4. EVALUACIJA PROGRAMA RADA

Evaluacija Programa rada Invalidskog odbojkaškog kluba „Zagreb“ za 2026. godinu provodit će se sustavno i kontinuirano tijekom cijele godine, s ciljem praćenja provedbe planiranih aktivnosti, ostvarivanja postavljenih ciljeva te unapređenja kvalitete sportskih i socijalnih programa Kluba.

4.1. Ciljevi evaluacije

Ciljevi evaluacije su:

- utvrditi u kojoj su mjeri ostvareni opći i specifični ciljevi Programa rada,
- procijeniti učinkovitost i kvalitetu provedenih aktivnosti,
- analizirati sportske, socijalne i organizacijske učinke Programa,
- osigurati transparentnost i odgovorno upravljanje resursima,
- identificirati područja za unapređenje i daljnji razvoj Kluba.

4.2. Područja evaluacije

Evaluacija će obuhvatiti sljedeća područja:

1. Sportski rezultati i aktivnosti

- broj i redovitost održanih treninga,
- sudjelovanje na domaćim i međunarodnim natjecanjima,
- ostvareni sportski rezultati (liga, kup, međunarodna natjecanja),
- napredak sportaša i broj kategoriziranih sportaša.

2. Uključenost i zadovoljstvo korisnika

- broj uključenih osoba s invaliditetom i hrvatskih branitelja,
- broj djece i mladih uključenih u projekte i programe,
- kontinuitet sudjelovanja korisnika,
- zadovoljstvo korisnika programima i aktivnostima.

3. Provedba projekata i programa

- ostvarivanje planiranih projektnih aktivnosti,
- poštivanje rokova i planova provedbe,
- kvaliteta suradnje s partnerima i institucijama,
- ostvarenje planiranih projektnih ciljeva.

4. Organizacija i upravljanje

- učinkovitost rada Predsjedništva i zaposlenika,

- koordinacija sportskih i projektnih aktivnosti,
- administrativna i financijska urednost,
- korištenje prostornih i materijalnih resursa.
- racionalno i namjensko korištenje sredstava,
- stabilnost financijskog poslovanja.

4.3. Metode evaluacije

Evaluacija će se provoditi primjenom sljedećih metoda:

- analiza programske i financijske dokumentacije,
- izvješća trenera, voditelja projekata i koordinatora aktivnosti,
- anketni upitnici i razgovori s korisnicima i sportašima,
- analiza sportskih rezultata i evidencija sudjelovanja,
- redoviti nadzor i izvješća Nadzornog odbora

4.4. Vremenski okvir evaluacije

- kontinuirana evaluacija tijekom provedbe Programa,
- polugodišnja analiza (lipanj/srpanj 2026.),
- završna evaluacija po isteku kalendarske godine (prosinac 2026.).

Rezultati evaluacije bit će razmatrani na sjednicama Predsjedništva i Skupštine Kluba te će poslužiti kao osnova za izradu Programa rada za 2027. godinu.

4.5. Odgovorne osobe za evaluaciju

Za provedbu evaluacije odgovorni su:

- Predsjedništvo Invalidskog odbojkaškog kluba „Zagreb“,
- Nadzorni odbor Kluba,
- direktor Kluba,
- voditelji sportskih i projektnih aktivnosti

5. PLAN PRIHODA I RASHODA ZA 2026. GODINU

1. Plan prihoda i rashoda

| POZICIJA | | Izvršenje 2025. EUR | Plan 2026. EUR |
|-----------|---|------------------------|-------------------|
| 3 | PRIHODI | 424.534,81 | 589.281,20 |
| 31 | Prihodi od prodaje roba i pružanja usluga | 0,00 | 25.000,00 |
| 3111 | Prihodi od prodaje roba | 0,00 | 0,00 |
| 3112 | Prihodi od pružanja usluga | 0,00 | 25.000,00 |
| 32 | Prihodi od članarina i članskih doprinosa | 0,00 | 0,00 |
| 33 | Prihodi po posebnim propisima | 0,00 | 0,00 |
| 34 | Prihodi od imovine | 476,46 | 0,00 |
| 35 | Prihodi od donacija | 391.186,77 | 540.281,20 |
| 3511 | Prihodi od donacija iz Državnog proračuna | 26.950,60 | 37.000,00 |
| 3512 | Prihodi od donacija iz proračuna jedinica lokalne samo. | 20.976,62 | 37.000,00 |
| 3513 | Prihodi od donacija iz Državnog proračuna za EU projekte | 322.509,96 | 431.281,20 |
| 3514 | Prihodi od donacija iz proračuna jedinica lokalne samouprave za EU projekte | 0,00 | 0,00 |
| 352 | Prihodi od inozemnih vlada i međunarodnih organizacija | 0,00 | 0,00 |
| 353 | Prihodi od trgovačkih društava i ostalih pravnih osoba | 20.749,59 | 30.000,00 |
| 354 | Prihodi od građana i kućanstava | 0,00 | 0,00 |
| 255 | Ostali prihodi od donacija | 0,00 | 5.000,00 |
| 36 | Ostali prihodi | 9.596,58 | 4.000,00 |
| 37 | Prihodi od povezanih neprofitnih organizacija | 23.275,00 | 20.000,00 |
| 4 | RASHODI | 507.185,47 | 498.237,72 |
| 41 | Rashodi za radnike | 358.216,25 | 375.606,00 |
| 42 | Materijalni rashodi | 132.366,77 | 112.799,72 |
| 421 | Naknada troškova radnicima | 11.960,20 | 7.127,52 |
| 422 | Naknade članovima u pred. tijelima i sl. | 0,00 | 0,00 |
| 423 | Naknada volonterima | 8.902,59 | 9.000,00 |
| 425 | Rashodi za usluge | 90.789,23 | 95.000,00 |
| 426 | Rashodi za materijal i energiju | 14.011,58 | 7.055,43 |
| 429 | Ostali nespomenuti materijalni rashodi | 6.703,17 | 9.616,77 |
| 44 | Financijski rashodi | 755,27 | 2.632,00 |
| 45 | Donacije | 13.050,00 | 7.200,00 |
| | Ukupno prihodi | 424.534,81 | 589.281,20 |
| | Ukupno rashodi | 507.185,47 | 505.176,87 |
| | Višak/manjak prihoda razdoblja | 82.650,66 | 84.104,33 |
| | Preneseni višak / manjak preneseni | 152.931,89 | 70.281,23 |
| | Višak / manjak prihoda raspoloživ u sljedećem razdoblju | 70.281,23 | 154.385,56 |
| | Stanje novčanih sredstava na početku godine | 177.324,13 | 102.286,52 |
| | Stanje novčanih sredstava na kraju razdoblja | 102.286,52 | 185.802,26 |

5.1. Detaljni troškovnik po aktivnostima – 2026.

2. Detaljni troškovnik po aktivnostima

| PROGRAMSKE STAVKE | IZNOS (EUR) | IZVOR FINANCIRANJA | NAPOMENA |
|--|-----------------------|--|------------------------|
| Hrvatska liga u sjedećoj odbojci 2026 | 3.160,00 | Državni proračun / HPO / ZPSS | Natjecateljski program |
| Hrvatski kup u sjedećoj odbojci 2026 | 988,00 | Državni proračun / MHB | Memorijalno natjecanje |
| ParaVolley Europe Champions Cup 2026 | 23.193,75 | Ministarstvo turizma i sporta / Ministarstvo hrvatskih branitelja | Međunarodno natjecanje |
| Program – resocijalizacija invalida Domovinskog rata | 13.061,00 | Ministarstvo hrvatskih branitelja / Grad Zagreb | Programska podrška |
| Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova | 12.830,00 | Grad Zagreb / ZPSS | Razvojni program |
| EU projekt „I dalje jaki“ | 302.741,20 | ESF+ / Državni proračun | Socijalne usluge |
| EU projekt “Serviraj jednake šanse” | 58.300,00 | ESF+ / Državni proračun | Socijalne usluge |
| EU projekt “Moj klub – inkluzija, podrška i aktivan život“ | 70.240,00 | ESF+ / Državni proračun | Socijalne usluge |
| Projekti i programi u kojima je Klub partner | 400,00 | Partnerstva | Manji troškovi |
| Redovito funkcioniranje Kluba | 124.836,24 | Nacionalna zaklada za razvoj civilnoga društva/ ZPSS/ Višak prihoda / donacije | Administracija i rad |
| UKUPNO: | 609.750,19 EUR | | |

5.1.1. Hrvatska liga u sjedećoj odbojci 2026

3. HLSO 2026

| Vrsta troška | Iznos (EUR) | Napomena |
|---------------------|-------------|---------------------------|
| Prijevoz | 2.000,00 | Osobni automobili i kombi |
| Cestarina | 160,00 | Autoput |
| Smještajni troškovi | 300,00 | Noćenja (Osijek, Split) |
| Prehrana | 700,00 | Prehrana i voda |
| UKUPNO | 3.160,00 | |

5.1.2. Hrvatski kup u sjedećoj odbojci 2026

4. Hrvatski Kup 2026

| Vrsta troška | Iznos (EUR) | Napomena |
|--------------|-------------|---------------------------|
| Prijevoz | 850,00 | Osobni automobili i kombi |
| Cestarina | 48,00 | Autoput |
| Prehrana | 90,00 | Prehrana i voda |
| UKUPNO | 988,00 | |

5.1.3. ParaVolley Europe Champions Cup 2026

5. PVE Champions Cup 2026

| Vrsta troška | Iznos (EUR) | Napomena |
|---------------------------|-------------|-------------------------|
| Avio karte | 2.800,00 | ZG – Napoli – ZG |
| Smještaj | 8.400,00 | 5 noćenja |
| Dnevnice | 1.400,00 | 5 × 14 × 20 EUR |
| Putno osiguranje | 300,00 | |
| Prehrana | 2.000,00 | |
| Putni troškovi okupljanja | 300,00 | |
| PVE naknade | 600,00 | Registracija, media fee |
| Sportska oprema | 7.393,75 | Trenirke, dresovi |
| UKUPNO | 23.193,75 | |

5.1.4. Program „Sjedeća odbojka - podrška zdravlju i resocijalizaciji invalida Dom. rata“

6. Sjedeća odbojka - podrška zdravlju i resocijalizaciji invalida Dom. rata

| Vrsta troška | Iznos (EUR) | Napomena |
|--|------------------|------------------------|
| Izvoditelji aktivnosti (ugovori o djelu) | 4.800,00 | Tri ugovora o djelu |
| Troškovi usluga | 694,00 | Najam dvorana i opreme |
| Oprema | 2.576,00 | Sportska oprema |
| Troškovi puta i smještaja | 4.991,00 | 20 korisnika |
| UKUPNO | 13.061,00 | |

5.2. Projekt „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“

7. Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova

| Vrsta troška | Iznos (EUR) | Napomena |
|-------------------------------------|------------------|------------------------|
| Naknade za izvoditelje aktivnosti | 5.800,00 | Četiri ugovora o djelu |
| Smještaj i prehrana | 3.000,00 | Hotelski smještaj |
| Prijevoz – gorivo za službeni kombi | 530,00 | Organizirani prijevoz |
| Putni troškovi – osobna vozila | 950,00 | 18 korisnika |
| Catering | 250,00 | Radionice i sastanci |
| Majice za trening | 400,00 | 32 kom |
| Trenirke | 1.900,00 | 20 kom |
| UKUPNO | 12.830,00 | |

5.2.1. EU projekt „I dalje jaki“

8. EU projekt - I dalje jaki

| Vrsta troška | Iznos (EUR) | Napomena |
|--------------------------------|-------------------|-------------------------------|
| Plaće | 286.800,00 | 23 ugovora o radu, 12 mjeseci |
| Naknade za prijevoz | 5.520,00 | 23 radnice |
| Paketi pomoći korisnicima | 10.400,00 | 132 korisnika |
| Knjigovodstvo i administracija | 21.820,00 | Obračun plaća i evidencije |
| UKUPNO | 302.741,20 | |

5.2.2. EU projekt „Serviraj jednake šanse“*9. EU projekt - Serviraj jednake šanse*

| Vrsta troška | Iznos (EUR) | Napomena |
|--------------------------------|-------------|---|
| Plaće | 45.500,00 | 2 ugovora o radu, 10 mjeseci |
| Naknade za prijevoz | 800,00 | 2 radnika |
| Promidžbene aktivnosti | 2.000,00 | Plakati, brošure, oglašavanje |
| Knjigovodstvo i administracija | 10.000,00 | Obračun plaća, evidencije, savjetovanje |
| UKUPNO | 58.300,00 | |

5.2.3. EU projekt “Moj klub – inkluzija, podrška i aktivan život“*10. EU projekt - Moj klub - inkluzija, podrška, i aktivan život*

| Vrsta troška | Iznos (EUR) | Napomena |
|--------------------------------|-------------|--|
| Plaće | 58.960,00 | 4 ugovora o radu, 8 mjeseci |
| Naknade za prijevoz | 1.280,00 | 4 radnika/ce |
| Knjigovodstvo i administracija | 10.000,00 | Obračun plaća, savjetovanje i evidencije |
| UKUPNO | 70.240,00 | |

5.2.4. Projekti i programi u kojima je Klub partner*11. Partnerski projekti i programi*

| Vrsta troška | Iznos (EUR) | Napomena |
|-------------------|-------------|--------------------------|
| Putni troškovi | 300,00 | Gorivo za službeni kombi |
| Popratni troškovi | 100,00 | Uredski materijal |
| UKUPNO | 400,00 | |

5.2.5. Redovito funkcioniranje Kluba

12. Redovito funkcioniranje kluba

| Vrsta troška | Iznos (EUR) | Napomena |
|---------------------------------|-------------|-----------------------------|
| Plaće djelatnika | 66.540,00 | Tri zaposlenika |
| Plaća trenera | 19.000,00 | Ugovor o poslovnoj suradnji |
| Ostali prihodi za radnike | 1.000,00 | Nagrade |
| Naknade za prijevoz | 1.440,00 | Četiri zaposlenika |
| Sportske stipendije | 7.800,00 | Tri stipendije |
| Tehnički pregled i registracija | 186,00 | Službeno vozilo |
| Osiguranje vozila | 1.075,05 | Osnovno + kasko |
| Servis vozila | 1.600,00 | Službeno vozilo |
| Režije | 4.972,52 | Klupske prostorije |
| Knjigovodstvene usluge | 1.592,67 | 12 mjeseci |
| Financijski troškovi | 800,00 | Bankovne usluge |
| Održavanje prostora | 700,00 | Manji radovi |
| Najam skladišta | 880,00 | Oprema |
| Web hosting i MS 365 | 250,00 | IT usluge |
| Marketinške aktivnosti | 15.000,00 | Digitalni video zid |
| UKUPNO | 124.836,24 | |

5.3. Plan zaduživanja i otplata

Invalidski odbojkaški klub „Zagreb“ tijekom 2026. godine ne planira kratkoročno niti dugoročno zaduživanje, kao ni davanje kratkoročnih ili dugoročnih zajmova drugim pravnim ili fizičkim osobama.

Financijsko poslovanje Kluba temelji se na raspoloživim vlastitim sredstvima, planiranim prihodima iz javnih izvora, donacija i EU fondova, uz osiguranu likvidnost kroz preneseni višak prihoda iz prethodnih godina. S obzirom na navedeno, ne postoji potreba za zaduživanjem radi provedbe planiranih programa i aktivnosti u 2026. godini.

5.4. Obrazloženje Financijskog plana

Zakonodavni okvir za izradu Financijskog plana Invalidskog odbojkaškog kluba „Zagreb“ za 2026. godinu čine Zakon o financijskom poslovanju i računovodstvu neprofitnih organizacija (NN 121/14 i 114/22) te Pravilnik o sustavu financijskog upravljanja i kontrola, izradi i izvršavanju financijskih planova neprofitnih organizacija (NN 119/15).

Izravna poveznica s ovim Financijskim planom je Program rada IOK „Zagreb“ za 2026. godinu, u kojem su detaljno opisane programske aktivnosti Kluba, u skladu sa strateškim ciljevima i prioritarnim programskim područjima. Uz svaki programski prioritet navedene su planirane aktivnosti, očekivani rezultati, ciljne skupine, vremenski okviri provedbe te napomene o financijskim sredstvima, uključujući izvore financiranja i stupanj njihove osiguranosti.

Sukladno navedenom, Program rada čini sastavni dio Financijskog plana, jer pruža obrazloženje programa, aktivnosti i projekata koji će se provoditi tijekom 2026. godine, za koju se Financijski plan donosi.

Izvori financiranja

Sredstva za provedbu programa, projekata, aktivnosti i redovne djelatnosti Kluba planiraju se osigurati iz sljedećih izvora:

- potpore i dotacije povezanih organizacija i saveza (Hrvatski paraodbojkaški savez, Zagrebački parasportski savez, Hrvatski paraolimpijski odbor, DSR „Centar za sport i rekreaciju Zagreb“),
- sredstva ostvarena prijavama na natječaje i pozive državnog proračuna, proračuna jedinica lokalne samouprave te fondova Europske unije,
- temeljna sustavna podrška Nacionalne zaklade za razvoj civilnoga društva,
- partnerstva i donacije trgovačkih društava u okviru društveno odgovornog poslovanja,
- donacije članova Kluba i građana.

Financijski plan izrađen je na razini skupina iz Računskog plana neprofitnih organizacija, a prihodi i rashodi planirani su prema računovodstvenom načelu nastanka događaja, što je vidljivo iz strukture planiranih prihoda i rashoda po skupinama.

Na temelju plana očekivanih prihoda izrađen je i plan rashoda, razrađen po programima, projektima i aktivnostima, kako je prikazano u detaljnom troškovniku (poglavlje 5.1.).

Zaposlenici i vanjski suradnici

Tijekom 2026. godine IOK „Zagreb“ planira imati ukupno 32 zaposlena radnika, i to:

- dva stalno zaposlena radnika (direktor Kluba i voditelj projekata),
- 23 zaposlenika angažirana na određeno vrijeme u sklopu EU projekta „I dalje jaki“.
- 2 zaposlenika angažirana na neodređeno vrijeme u sklopu EU projekta „Serviraj jednake šanse“
- 4 zaposlenika angažirana na određeno vrijeme u sklopu EU projekta „Moj klub - inkluzija, podrška i aktivan život“

Uz navedeno, za provedbu pojedinih programa i projekata planiran je angažman dodatnih pet osoba putem ugovora o djelu.

Administrativne poslove Kluba obavljaju tajnik i direktor Kluba, uz vanjsku računovodstvenu podršku.

Izmjene Financijskog plana

Izmjene i dopune Financijskog plana provodit će se u slučaju značajnijih odstupanja ostvarenih prihoda i rashoda u odnosu na planirane, u skladu sa Statutom i drugim općim aktima Kluba. O izmjenama odlučuje Predsjedništvo Kluba, a iste potvrđuje Skupština IOK „Zagreb“.

Značajnija odstupanja mogu nastati osobito u slučaju odobravanja dodatnih sredstava iz fondova Europske unije za provedbu novih EU projekata.

6. ZAKLJUČAK

Uspješna provedba Programa rada Invalidskog odbojkaškog kluba „Zagreb“ za 2026. godinu zahtijeva maksimalan angažman upravljačkih tijela Kluba, stručnog kadra i svih članova uključenih u sustav sportskih priprema, natjecanja i provedbu projekata.

Kako bi se osigurala kvalitetna organizacija i provedba Programa, nužno je koordinirano djelovanje svih ključnih upravljačkih i operativnih čimbenika Kluba.

Realizacijom planiranih aktivnosti omogućit će se optimalni uvjeti za sportski razvoj i uspješne nastupe članova Kluba na domaćim i međunarodnim natjecanjima, kao i nastavak razvoja socijalnih i inkluzivnih programa namijenjenih osobama s invaliditetom i hrvatskim braniteljima.

Uspješna provedba Programa rada doprinijet će daljnjoj popularizaciji sjedeće odbojke u Republici Hrvatskoj te razvoju sporta osoba s invaliditetom u cjelini.

Popis tablica

| | |
|---|----|
| 1. Plan prihoda i rashoda..... | 35 |
| 2. Detaljni troškovnik po aktivnostima | 36 |
| 3. HLSO 2026 | 37 |
| 4. Hrvatski Kup 2026 | 37 |
| 5. PVE Champions Cup 2026..... | 37 |
| 6. Sjedeća odbojka - podrška zdravlju i resocijalizaciji invalida Dom. rata | 38 |
| 7. Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova | 38 |
| 8. EU projekt - I dalje jaki | 38 |
| 9. EU projekt - Serviraj jednake šanse | 39 |
| 10. EU projekt - Moj klub - inkluzija, podrška, i aktivan život..... | 39 |
| 11. Partnerski projekti i programi | 39 |
| 12. Redovito funkcioniranje kluba..... | 40 |

7. PODACI O KLUBU

NAZIV KLUBA : Invalidski odbojkaški klub "ZAGREB"

SJEDIŠTE: ulica kralja Držislava 6, 10 000 Zagreb

e-mail: info@iok-zagreb.hr

Web: www.iok-zagreb.hr

OIB: 63908753742

MATIČNI BROJ: 1420577

RNO broj: 0088838

IBAN: HR0423900011100139752 Hrvatska Poštanska banka

Predsjedništvo kluba

Damir Kasap – predsjednik kluba

mob. 092 2852 943

E-mail: kasap@iok-zagreb.hr

Dubravko Džeko – tajnik kluba

mob.

E-mail: info@iok-zagreb.hr

Ante Mihaljević, prof. – dopredsjednik

E-mail: ante-vu@hotmail.com

mob. 091 2010026

Direktor kluba

Ivan Ćosić – direktor kluba

mob. 097 6963 211

E-mail: cosic@iok-zagreb.hr

Zagreb, 18.12.2025. god.

Predsjednik kluba, Damir Kasap