



Već i vrapci na grani znaju da volontiranje mijenja svijet, a sve počinje u *vlastitoj zajednici!*

I ove godine ponosno sudjelujemo u nacionalnoj kampanji **Hrvatska volontira 2025**, koja se održava od **20. do 25. svibnja** i pozivamo te da nam se pridružiš u aktivnostima kojima potičemo održivost, brigu o okolišu i solidarnost.

U okviru ovogodišnje kampanje **Hrvatska volontira**, Udruga Žmergo otvara priliku za volontiranje zainteresiranim osobama da se uključe kao **volonterski stvaratelji_ce digitalnog sadržaja** namijenjenog mladima. Ako vas zanima održivost, društveni angažman i komunikacija putem društvenih mreža - ovo je prilika za vas.

O čemu se radi?

Tražimo kreativnu, samoinicijativnu osobu koja će bilježiti, izrađivati i objavlјivati sadržaj o Žmergovim aktivnostima, volonterskim iskustvima i temama važnima za mlade u lokalnoj zajednici. Cilj je približiti sadržaj mladima kroz autentične vizuale i priče iz prve ruke, kao i javne pozive za uključivanje mladih drugih organizatora.

[View this email in your browser](#)



SVIBANJ 2025. / br. 61

Dragi Fermajevci,

ostavljamo burni travarij iza sebe i otvaramo svibanj proslavom praznika rada, kako i zaslužujemo. OK, ipak pripremajući frifko izdanje eFermaja kako bi bio u vašim inboksima u prvom tjednu mjeseca.

U ovom, 61. broju pripremili smo vam savršeni kombo lokalnih i međunarodnih prilika i mogućnosti, od svega po malo - aktivizma, podrške participacije, kulture, edukacije, putovanja, lokalne gastronomije i uživanja.

Ovmjesečni Vođić za odraslost otvara temu financijske pismenosti pa ne propustite baciti oko na sanom kraju mjesečnika i svatki po koji mudri savjet i šašicu bazičnih informacija kad su novci u pitanju.

Uvježbaj palac, skrolaj, biraj i karpalni tunel čuvaj!

tim eFermaja



(SU)DJELUJEMO

Lokalni izbori održat će se 18. svibnja 2025. s mogućim drugim krugom dva tjedna kasnije. Pravo na izbor građanačelnika, načelnika, župana te članove gradskih, općinskih i županijskih vijeća imaju svi punoljetni hrvatski državljani s prebivalištem u RH (građani EU s prebivalištem u RH uz prethodnu registraciju).

Kako donijeti informiranu odluku?

1. Saznaj tko su kandidati i što nude - saznaj relevantne informacije o kandidatima i njihovim programima.
2. Provjeri činjenice: Koristi neovisne izvore poput Faktograf.hr i GONG.hr za provjeru točnosti informacija.
3. Obrati pažnju na tebi važne teme: Analiziraj kako se kandidati odnose prema pitanjima mladih, obrazovanja, zapošljavanja i zaštite okoliša.

Sudjelovanjem u izborima doprinosi stvaranju grada koji odražava potrebe i želje mladih. Informiraj se, saznaj, odluči i izadi na izbore jer tvoja budućnost počinje tvojim izborom.

GLASAM NA LOKALNIM IZBORIMA



ZDRAVLJUJEMO

Divlje šparoge - proljetni zeleni jackpot i gastronomski drogulj koji raste oko nas!

Sezona im je kratka, traje od ožujka do svibnja, a berba prava prilika za spoj prirode, kretanja i zdravlja. Važno je znati: šparoge se beru ručno, tako da se prelome u točki pucanja - nikad ne čupati cijelu biljku da se čuva starište i omogućava rast iduće sezone.

Ako berete do 2 kg dnevno za osobnu upotrebu nije potrebna dozvola, no za veću količinu i prodaju treba imati [suglasnost Hrvatskih šuma](#).

Nutritivno gledano, šparoge su **superhrana** - pune su antioksidansa, vitamina A, C i K, vlakana i niskokalorične.

Boravak u prirodi s ciljem nabavke lokalne i sezonske namirnice za ručak zvuči zdravo i vrlo izvedivo. Škrnjite na noge, potprijčaj se (prirodnim) sredstvom protiv krpelja i kreni! Sretno u "lovu" kao Opatički Jeleni s lotke i rjezinom pomagaču. I odi na neki lokalni gastro event.

BEREM I JEDEM ŠPAROGE



AKTUALNO U ŽMERGU

Svibanj smo otvorili pripremama za konferenciju **Život vs. plin** s kolegama iz Zelene akcije. Direktna povoda održavanju konferencije je tzv., Međunarodni znanstveno-stručni susret stručnjaka za plin, odnosno skup plinske industrije, koji će se istovremeno održati u Opatiji. Naša konferencija, 7. i 8. svibnja u Zori ima u fokusu razloge za postupno napuštanje plina - od utjecaja na okoliš, zdravlje ljudi i klimu do potpirivanja ratova.

Lagano se **oprašamo od praktikanica Laure i Cristine iz Španjolske** koje su na kraju svoje tromjesečne avanture zvane Erasmus+ stručna praksa u Žmergu.

I kao da sve to nije dovoljno, u jeku kampanje za lokalne izbore, u ime **Zelene mreže Primorsko-goranske županije** pokrenili smo **inicijativu** kroz koju sve kandidate za župana, gradonačelnike i načelnike na Liburniji pitamo o **"zelenim" politikama u izbornim programima**, a njihove čamo odgovore ponuditi javnosti. Tko preživi, pričaj det!

PRATIM ŽMERGOVE AKTIVNOSTI





PUTUJEMO

Iz kuhinje Agencije za mobilnost i programe EU stiže friško spešena publikacija pod nazivom **Croatia in the Eyes of ESC Volunteers!**

U njoj 30 volontera Europskih snaga solidarnosti iz cijele Europe dijeli svoje doživljaje Hrvatske iz perspektive mladih koji ovdje žive, rade i stvaraju pozitivne promjene. Što misle o Hrvatskoj općenito, našem narodu, kulturi, glazbi, filmovima, sportu, hrani, svakodnevnom životu i navikama. Koja mjesta preporučaju posjetiti i koji su im dojmovi o našem prijevodu.

Ako razmišljaš o volontiranju, putovanju, želiš bolje upoznati svoju zemlju ili jednostavno tražiš motivaciju za vlastiti angažman, ova publikacija je izvrsna polazišna točka i prilika da pogledaš kako drugi vide ono što mi često uzimamo zdravo za gotovo.

Pročitaj je besplatno na www.ampeu.hr klikom na zeleni botun. Nadamo se da će ti biti inspiracija i poticaj!

ČITAM DOJMOV
EU MLADIH O
HRVATSKOJ



Slowmotion festival i konferencija rodili su se u Opatiji, a u 'babinje' možete doći **od 29. svibnja do 1. lipnja**.

U Centru Gervais i Klubu Drago se dinstaju glazba, film, razgovori i druženje. Uz nastupe Buč Kesidja, Porto Morta, Svemirka i Nipple Peoplea, moći ćeš sudjelovati u predavanjima, panelima i upoznati razne kreativce.

Iz tridesetsatnog razgovornog programa, organizatori izdvajaju brojna predavanja primjera dobre prakse suvremenih festivala i festivalskih programa koji nude drugačije formate i predavanja o aktualnim i zanimljivim temama kao što su "Upotreba AI u videu", "40 godina Live Aida", "Kako preživjeti turizam?"

Slowmotion festival želi spojiti umjetnost, tehnologiju i dobru vibraciju na jednom mjestu. Ulaznice već cirkuliraju, a ako si kratak kašom, javi nam se pa probamo s organizatorima srediti koji upad! Barem kao bonus za tvoj volonterski angažman!

DOLAZIM NA
SLOWMOTION



UČIMO

Zanima te kako gradovi mogu biti održiviji, pravedniji i ugodniji za život?

Prijavi se na ljetnu školu "Inovativna transformacija gradskih ulica" koja se ove godine održava u okolici – u Rijeci i Lovranu!

U razdoblju od **21. do 25. srpnja 2025.**, imaš priliku učiti od stručnjaka, sudjelovati u radionicama, raspravama i terenskom radu te zajedno s mladima iz cijele Hrvatske promišljati o planiranju i provedbi mjera usmjerenih na mobilnost s nultom emisijom u obalnim gradovima.

Edukacija je za tebe ako si student, mladi stručnjak ili aktivan, a u lokalnoj zajednici i zanima te održiva mobilnost, planiranje prostora ili klimatska pravda.

Broj mjesta je ograničen, a troškovi smještaja i prehrane odabranima su pokriveni.

Prijave su otvorene do **10. svibnja 2025.** Iskoristi priliku, izađi na ulicu – s razlogom! Detalji su na zelenom botunu.

DOLAZIM NA
LJETNU ŠKOLU

VODIČ ZA ODRASLOST: TVOJE PRAVO, ODLUKA I PRILIKA

Podjetnik: ova rubrika vaša je (novi) saveznik ulaska u svijet odraslih. Svaki mjesec, u njoj donosimo kratke preglede raznih tema povezanih s punoljetnošću. Ovaj mjesec tematiziramo **financijsku pismenost**.

Navršavanjem 18 službeno ulaziš u svijet odraslih financija! Evo što moraš znati:

* **Otvaranje računa:** Možeš samostalno otvoriti tekući i žiro račun u banci te koristiti mobilno bankarstvo. Provjeri naknade i uvjete – nisu svi računali isti.

* **Kartice:** Možeš zatražiti debitnu i kreditnu karticu, ali s kreditnom oprezno jer realno, trošiš novac koji nemaš.

* **Zarađivanje i porezi:** Ako radiš, imaš pravo na plaću, ali i obvezu plaćanja poreza – informiraj se o iznosima i olakšicama. Brojni gradovi i općine poslodavcima nude financijske mjere za mlade zaposlenike, odnosno za mlade poduzetnike.

* **Štednja i ulaganja:** Nkad nije prerano za početi štedjeti! Uplaćuj samom sebi na račun, "provizija" ili zakruživanje svake isplate u svrhu štednje ili jednostavno stavljanje gotovine u žarapu ili pod madrac. Kako god ti draže, ali i najmanji iznos uz kontinuitet mogu značiti puno kasnije.

* **Zaduživanje:** Krediti, minusi i "kupnja na rate" zvuče primamljivo, ali "brza lova" još brže postane skupa zamka. Uvijek čitaj sitna slova. Imamo samo jednu riječ za tebe: ka-ma-tel! I što god činio, ja, ni pod razno ne posuđuj novac od "kamatara" (ne trgaj one listiće s brojevima sa stupova).

Financijska pismenost ti daje slobodu i sigurnost, ali dobro upravljanje vlastitim financijama zahtjeva mudrost, disciplinu i informirane, pametne odluke. Uči, pitaj, planiraj. Tvoj novac je tvoja moć i sloboda.



Lokalni program za mlade
Grada Opatije

#lpzm2025

Što je to #LPZM?

LPZM je kratica za Lokalni program za mlade, a riječ je o prvom strateškom dokumentu Grada Opatije namijenjenom podizanju kvalitete života mladih osoba koje žive, rade ili se školuju na području Opatije izrađen za razdoblje od 2018.-2021. Trenutno je na snazi Lokalni program za mlade Grada Opatije od 2024. do 2034. Budući je Žmergov e-magazin za mlade izravno povezan s rizom priroeta i ciljeva postavljenih LPZM-om povezanih uz informiranje mladih, u svakom ćeš izdanju pronaći baš takve ciljane informacije.



ŽMERGOV LOKALNI INFO-CENTAR ZA MLADE GRADA OPATIJE - ŽLICA

Sva prava pridržana © 2025. *Udruga Žmergo

Kontakt:

Udruga Žmergo / V. C. Emina 3 / Jurja Dobrića 12 / 51410 Opatija
tel: +385 51 271 459 // mob: +385 95 870 5423 // www.zmergo.hr

Imaš priču / vijest / najavu / kritiku / pohvalu za Ferma?

e-mail: fermaj@zmergo.hr
web: <https://fermaj.zmergo.hr/>

Ne želiš više primati e-magazin? Žao nam je da napuštaš ekipu pretplatnika, no slobodan na si:
[update your preferences](#) ili [unsubscribe from this list](#).

Ovaj newsletter primio/la si kao član/ica mailing liste Udruge Žmergo koja je sastavljena na temelju potpisnih lista događanja u sklopu Udruge ili temeljem suradnje i partnerstva s Udrugom Žmergo. Osobni podaci će se tretirati u skladu sa Zakonom o zaštiti osobnih podataka i uz primjenu odgovarajućih mjera zaštite osobnih podataka od neovlaštenog pristupa, zloupotrebe, otkrivanja, gubitka ili uništenja.

E-magazin za mlade izdaje se u sklopu Žmergovog programa za održivost i mlade koji se provodi uz financijsku potporu Grada Opatije.

This email was sent to <<Email Address>>

[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)

Udruga Žmergo · V. C. Emina 3 · Opatija 51410 · Croatia





Opis volonterske uloge:

- Snimanje kratkih videa s terenskih događanja i volonterskih akcija (npr. reels, storyji)
- Intervjui s mladima, volonterima i sudionicima Žmergovih programa
- Osnovna montaža i objava sadržaja na društvenim mrežama (uz podršku našeg tima)
- Sudjelovanje u osmišljavanju komunikacijskih materijala i sadržaja za mlade

Lokacija: online i/ili na terenu - prema mogućnostima i interesu volontera_ki

Vrijeme volontiranja: 20. - 25. svibnja 2025. (i dugoročno)

Vrijeme angažmana: fleksibilno, uz prethodni dogovor s timom (ovisno o dostupnosti i motivaciji volontera_ke)





#nepropusti



Volontiraj 9 mjeseci u organizaciji mladih u Bugarskoj (članici Europskog foruma mladih)

Fermaj! web i e- magazin za mlade

Od samoga početka djelovanja, Udruga Žmergo izdaje Fermaj s ciljem da inspirira ljude na pozitivne promjene, naročito one koje pozitivno utječu na okoliš. Od davne 1996. pa sve do 2003. godine, Fermaj ima formu tiskanog ekološkog mjesečnika, nakon čega tim Udruge razmišlja o njegovom elektronskom obliku kako bi i na taj način štedili papir i smanjili otpad u okolišu. Svoju mrežnu stranicu, zahvaljujući mladim EU volonterima, Fermaj konačno dobiva 2015. godine, a njegovi urednici i kolumnisti postaju mladi članovi i volonteri.

Budući ga mladi sami oblikuju, Fermaj postaje baza za mlade putem kojeg mladi informiraju mlade i nastoje ih

motivirati na pozitivne promjene i održive navike te "zelene" stilove života. Kao takav postaje online kanal informiranja mladih i uz mjesečni e-magazin Fermaj lansiran 2020., jedni od glavnih alata ŽLICA-e – Žmergovog info-centra za mlade te pravi izvor korisnih, relevantnih informacija za mlade kako bi postali aktivni i osnaženi globalni građani koji oblikuju svoju održivu zajednicu.

Ujedno, ostvaruje jedan od niza ciljeva Lokalnog programa za mlade Grada Opatije usmjerenog na informiranje o prilikama za mlade u brojnim područjima.

Search

[FERMAJ](#)
[e-magazin Fermaj](#)
[DJELUJEMO](#)
[JEDEMO](#)
[PUTUJEMO](#)
[UČIMO](#)
[ERASMUS+ / ESS](#)
[JESTE LI ZNALI?](#)
[O NAMA](#)

[UDRUGA ŽMERGO](#)

[zmergo.hr](#)

[ARHIVA](#)

[svibanj 2025](#)

[travanj 2025](#)

[ožujak 2025](#)

[veljača 2025](#)

[siječanj 2025](#)

[prosinac 2024](#)

[studenj 2024](#)

[listopad 2024](#)

[rujan 2024](#)

[kolovoz 2024](#)

[srpanj 2024](#)

[lipanj 2024](#)

[svibanj 2024](#)

[travanj 2024](#)

[ožujak 2024](#)

[veljača 2024](#)

[siječanj 2024](#)

[prosinac 2023](#)

[studenj 2023](#)



VIJESTI, NAJAVE, PRILIKE

Putuj, sudjeluj, volontiraj, odlučuj, stvaraj, mijenjaj, inspiriraj...



Prijavi se na međunarodnu edukaciju o globalnim posljedicama brze mode!

▣ 7. SVIBNJA 2025.

Brza moda možda je trendi, ali njezine posljedice na okoliš, ljudska prava i društvo su dalekosežne. Ako ti je dosta impulzivne kupovine, radničkog izrabljivanja i...

[Saznaj više](#)



Novi broj eFermaja je vani – saznaj što ti se nudi ovog mjeseca!

▣ 6. SVIBNJA 2025.

Tražiš inspiraciju, nove prilike ili samo dozu pozitivne energije? Stigao je novi broj eFermaja – mjesečnog e-magazina Žmergovog info-centra za mlade koji donosi pregled top...

[Saznaj više](#)



Je li moralno pogrešno imati kućne ljubimce? Saznajte na predavanju Ive Martinić

▣ 6. SVIBNJA 2025.

Iz kuhinje Opatija Coffeeshouse Debates-a stiže poziv na još jedno zanimljivo izlaganje u sklopu projektnog pravca "Predavanja mladih znanstvenika". U utorak, 6. svibnja s početkom...

[Saznaj više](#)



Volontiraj 9 mjeseci u Bugarskoj: Pridruži se Nacionalnom forumu mladih u Sofiji!

▣ 5. SVIBNJA 2025.

Zanima te rad u medijima, društvenim mrežama i kreiranje sadržaja? Voliš organizirati događaje, komunicirati s ljudima i želiš stjecati iskustvo u području aktivnog građanstva i...

[Saznaj više](#)



Otvoren poziv za Savjetodavno vijeće za mlade Vijeća Europe

▣ 4. SVIBNJA 2025.

Ako te zanima kako izgleda rad na stvaranju politika za mlade – ali ne iz klupe, već za stvarnim stolom, s donositeljima odluka, protrljaj dobro oči....

[Saznaj više](#)



Predavanje "Govorni činovi: Konvencija i namjera"

▣ 25. TRAVNJA 2025.

Ovog petka, 25. travnja s početkom u 19:00 sati, u prostorima Udruge "Kulturni front" (M. Tita 42, Opatija) doktorandica Ema Luna Lalić održat će zanimljivo izlaganje naslova "Govorni činovi: konvencija i...

listopad 2023

rujan 2023

kolovoz 2023

srpanj 2023

lipanj 2023

svibanj 2023

travanj 2023

ožujak 2023

veljača 2023

siječanj 2023

prosinac 2022

studeni 2022

listopad 2022

rujan 2022

kolovoz 2022

srpanj 2022

lipanj 2022

svibanj 2022

travanj 2022

ožujak 2022

veljača 2022

siječanj 2022

prosinac 2021

studeni 2021

listopad 2021

rujan 2021

kolovoz 2021

srpanj 2021

lipanj 2021

svibanj 2021

travanj 2021

ožujak 2021

veljača 2021

siječanj 2021

prosinac 2020

studeni 2020



Što nudimo volonterima_kama?

- Mogućnost stjecanja praktičnog iskustva u digitalnom komuniciranju i sadržajnom marketingu
- Sudjelovanje u provođenju javne kampanje s društvenim učinkom
- Potvrdu o volontiranju i preporuku za daljnje prilike u području komunikacija, rada s mladima ili održivog razvoja
- Rad u motiviranom i podržavajućem timu koji cijeni ideje i doprinos svakog člana.

Kako se uključiti?

☐ Sve informacije i prijavu pronađite na Volonteki: ☐ [Content Creator za mlade - Hrvatska volontira s udrugom Žmergo](#)

Prijave su otvorene do početka aktivnosti ili već danas.

Za dodatna pitanja obratite nam se na **info@zmergo.hr**. Veselimo se vašem angažmanu i zajedničkom stvaranju sadržaja koji osnažuje mlade i doprinosi pozitivnim promjenama!