



KONFERENCIJA O ZDRAVIM ŽIVOTNIM STILOVIMA

ZAJEDNO S VAMA DO ZDRAVLJA

20. TRAVNJA 2023.

MULTIMEDIJALNI CENTAR ROVINJ



NASTAVNI ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO ISTARKE ŽUPANIJE
ISTITUTO FORMATIVO DI SANITÀ PUBBLICA DELLA REGIONE ISTRIANA



ISTARSKA REGIONE
ŽUPANIJA ISTRIANA



GRAD ROVINJ-ROVIGNO
CITTÀ DI ROVINJ-ROVIGNO



PROGRAM KONFERENCIJE

20. TRAVANJ 2023.

**OKUPLJANJE I REGISTRACIJA SUDIONIKA
UZ KAVU DOBRODOŠLICE** 08:30 - 09:00

**OTVARANJE KONFERENCIJE I POZDRAVNI GOVORI:
GRAD ROVINJ-ROVIGNO, NZZZIŽ I ISTARSKA ŽUPANIJA** 09:00 - 09:15

PREDAVANJA

**KAKO PRESKOČITI "MENTALNI ZID" COMFORT ZONE,
ĐURĐICA OREPIĆ, TRIATLONKA, ISTARSKA IRONWOMAN** 09:15 - 09:35

**REKREACIJA KAO POTREBA SUVREMENOG ČOVJEKA,
DORINA MRKOCI, FITNESS TRENERICA, GYM&FIT BY DORINA,
ROVINJ** 09:35 - 09:55

**KOLIKO JE TJELESNA AKTIVNOST VAŽNA ZA NAŠE ZDRAVLJE?
TENA MATOLIĆ, MAG.CIN., KINEZIOLOŠKI FAKULTET, ZAGREB** 09:55 - 10:15

RASPRAVA I PITANJA 10:15 - 10:25

VJEŽBANJE 10:25 - 10:30

PAUZA ZA KAVU 10:30 - 10:40



PROGRAM KONFERENCIJE

20. TRAVANJ 2023.

SAVJETOVALIŠTE ZA PREHRANU OD OSNUTKA DO DANAS, 10:40 - 10:50
NINA PENEZIĆ BLAŽEVIĆ, MAG.NUTR., NZZJZIŽ

ZNAČAJ MEDICINSKE REKREACIJE ZA STARIJE U PREVENCIJI 10:50 - 11:00
FAKTORA RIZIKA - POREČKI PRIMJER, SANDRA ČAKIĆ KU HAR,
UNIV.SPEC.SOC.POLIT. DOM ZA STARIJE I NEMOĆNE POREČ

NORDIJSKO REKREATIVNO HODANJE - POREČKA ISKUSTVA, 11:00 - 11:10
ZORAN JENDRAŠIĆ, PROF. KINEZIOLOGIJE, SZGP

UTJECAJ TJELESNE AKTIVNOSTI NA MENTALNO ZDRAVLJE, 11:10 - 11:20
JELENA DMITROVIĆ, PROF. PSIHOLOG, NZZJZIŽ

RASPRAVA I PITANJA 11:20 - 11:30

VJEŽBANJE 11:30 - 11:35

MOGUĆNOSTI I PREDNOSTI KORIŠTENJA POLIGONA PREPREKA 11:35 - 11:45
U TRENINGU DJECE PREDŠKOLSKE I ŠKOLSKE DOBI I NASTANAK
PRIRUČNIKA KANARINKOVA POLIGONKA, BOJANA BOLKOVIĆ I
DARKA JELENC, KINEZIOLOGINJE, SU KANARINKO, ROVINJ

IZAZOVI PROGRAMA PROMJENE PONAŠANJA KOD PRETILOSTI 11:45 - 11:55
I POREMEĆAJA PREHRANE - 15 GODINA DJELOVANJA TIMA
ZDRAVOG GRADA POREČ, MARIJANA RAJČEVIĆ KAZALAC,
PSIHOLOGINJA-PSIHOTERAPEUTKINJA, ZDRAVI GRAD POREČ

BRIGA O MENTALNOM ZDRAVLJU - SAVJETOVALIŠTE ZA BRAK I 11:55 - 12:05
OBITELJ PAZIN, NEVA LJUŠTINA ZGRABLIĆ, VODITELJICA
SAVJETOVALIŠTA I BARBARA MOČIBOB ŠPERANDA, PEDAGOGINJA

RASPRAVA I PITANJA 12:05 - 12:15

ZAVRŠNA RIJEČ I ZATVARANJE KONFERENCIJE

DOMJENAK



**HVALA ŠTO STE SE ODAZVALI
NA OVU KONFERENCIJU!**

**NE ZABORAVITE ISPUNITI
ANKETU!**
