



**UDRUGA ZA PREVENCIJU PREKOMJERNE TEŽINE HRVATSKA
ASSOCIATION FOR OVERWEIGHT PREVENTION CROATIA**

Marulićev trg 15, 10 000 Zagreb, tel/fax. +385 1 4828 237
Mobile phone +385 98 9135 819; +385 91 4828 237; +385 91 3739 042;
e-mail: info@uppt.hr; www.uppt.hr
OIB: 96312589061; žiro račun: HR072360000-1101619738



**Raspored emisija „Čovjek i zdravstvena kultura“,
Jabuka TV, SVIBANJ, 2017.**

Vidi: www.jabukatv.hr; e-mail: cizk@jabukatv.hr

EMISIJE SE REALIZIRAJU SRIJEDOM U ŽIVO OD 16,00. - REPRIZE, PONEDJELJKOM U 12,00 h.

U emisijama sudjeluje prevoditeljica za gluhe i nagluhe osobe.

Podsjećamo Vas javljajte se sa svojim komentarima na Facebook Udruge!

3.5.2017.

Tema: Depresija;

Gošća: Doc. Petrana Brečić, Klinika za psihijatriju Vrapče;

Sažetak: Povodom nadolazećeg Svjetskog dana zdravlja koji se na poticaj Svjetske zdravstvene organizacije svake godine obilježava 7. travnja s naglaskom na određenu tematiku (ove godine je to depresija) govorit ćemo o depresiji koja može vrlo ozbiljno ugroziti kvalitetu života oboljele osobe. Vrste depresije, kako nastaje, može li se prevenirati, koliko je u društvu ozbiljno shvaćamo i koliko je društvo spremno takvim osobama pomoći? Može li obitelj prepoznati nadolazeću depresiju kod svog člana i na vrijeme reagirati? Prognoze su bi depresija mogla postati vodeći javno zdravstveni problem (za sada još uvijek to mjesto zauzimaju KNB i debljina).

10.5.2017.

Tema: Prehrana u vrtićima;

Gošća: Ljiljana Vučemilović, DV

Sažetak: Je li se poboljšala prehrana u Dječijim vrtićima? Ako jest kako ako nije zašto. Porast bolesti i debljine je sve veći i veći, što radimo mi na razini sustava da bi preventabilno djelovali, naročito kod najranijeg uzrasta. Je li potrebno doeducirati roditelje jer iz dosadašnjih evaluacija oni su značajna prepreka da djeca prihvate promjene u prehrani. Prepreka su i neki segmenti odgovorni za nabavku namirnica (skupo...jeftino...teško) i tako ostaje sve na davno prihvaćenim dobavljačima i namirnicama. Ima li novosti u prehrani vrtićke djece?

17.05.2017.

Tema: Udruga IGRA -živjeti u zajednici;

Gosti: Ana Preveden, izvrš.direktorica Udruge „Igra“, Vedrana Topić, voditeljica projekta Sajam dobrog susjedstva;

Sažetak: Mjesna samouprava Črnomerac prostor gdje će se odvijati program i prezentacija odličnog međuaktivnog sudjelovanja svih građana i demonstrirati kako se gradi dobar susjedski odnos. Kaže narod „, bolje je biti i imati dobrog susjeda „, nego bliskog rođaka. O susjedu ovisimo više nego što mislimo - interesantno su iz Udruge „Igra“ stručnjaci za među odnos zmislili i realizirali nakane da se svatko uključi i izvuče najbolje iz sebe i da očvrstne zajednicu, jer dobra zajednica je garant za mentalno i fizičko zdravlje! Je li tome tako???

24.05.2017.

Tema: KBT - Možemo li ponašanje promjeniti djelujući misaono;

Gosti: Maja Vučić, psihologinja i KBT STRUČNJAKINJA;

Sažetak: Što je KBT (KOGNITIVNO-BIHEVIORALNA TERAPIJA) i što je cilj. Misaono steknemo od začeca, te sve više i više formiramo svoje misli i jednog dana opet „, mislimo“ da je to sve istina i da smo to mi. Je li tome tako i je li nas ta „, misao“ vodi u neke ovisnosti, poremećaje ili udaljavanje SAMOG OD SEBE...NE PREPOZNAVANJE VRIJEDNOSTI...u vlastitom životu. Često nas odvede u suprotno svemu što smo istinski željeli, ali negdje uz put izgubili - stvorili *Lažnu sliku o sebi* koja se dopada drugima. Kako to utječe na naše psihičko ali i fizičko zdravlje?

31.05.2017.

Tema: OVISNOSTI DANAS I JUČER;

Gosti: Dr. Davor Bodor, psihoterapeut Bolnica Sveti Ivan;

Sažetak: Novo društvo, evolucija tehnike, bolji standard, otuđenost obitelji, slobode djece bez odgovornosti, ne promoviranje medijima pravih vrijednosti, dostupnost brze informacije i nedovoljan angažman ustanova za odgoj mladih, brzo zadovoljenje znatiželja bez cilja.

Pred 20 godina počela se psihičko i ekonomsko zdravlje urušavati. „Kocka i igre na sreću“ u zadnjih nekoliko godina je priznata kao ovisnost, a sada se pojavio Internet, Igrice,????

Sonja Njunjić

Voditeljica i urednica emisije "Čovjek i zdravstvena kultura", TV Jabuka

Predsjednica Udruge za prevenciju prekomjerne težine

Association for Overweight prevention

Marulićev trg 15, 10 000 Zagreb, Prostorije Udruge: Trg Francuske Republike 11, Zagreb

Tel/Fax: 01/48 28 237; Mob: 091/ 48 28 237

[E-mail: sonja.njunjic@gmail.com](mailto:sonja.njunjic@gmail.com)

Uppt, 9.5.2017.