

1.

**HRVATSKI KONGRES
MEDICINE ŽIVOTNOG
STILA S MEĐUNARODNIM
SUDJELOVANJEM**

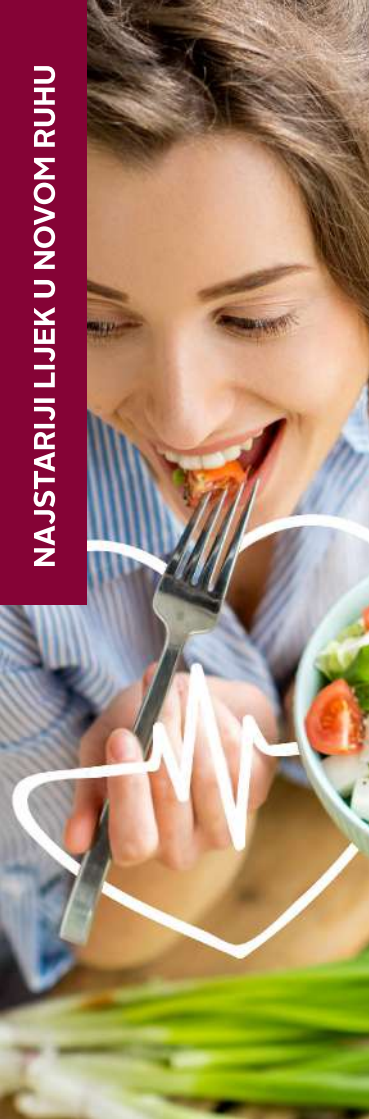
**“ Najstariji
lijeak u
novom ruhu ”**

Program kongresa

3. i 4. lipanj 2023.
Kineziološki fakultet, Zagreb



#HUMŽIS2023



Subota, 3.6.2023.

VRIJEME	TEMA / PREDAVAČ
9:00-9:20	Pozdravni govori i otvaranje konferencije Organizatori i gosti
9:20-9:40	Lifestyle medicine as a global movement Dr Rob Lawson, BSc MBChB MRCGP FRCGP Dip BSLM/IBLM (British Society of Lifestyle medicine)
9:40-10:00	Zdrave navike za zdravi mozak Akademkinja Vida Demarin (Stomatološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu)
10:00-10:15 Rasprava i aktivna pauza 5 min	
10:15-11:15 PANEL	
11:15-11:30 Pauza za kavu	
11:30-11:50	Hipertenzija u fokusu Akademik Bojan Jelaković (Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu)
11:50-12:20	Jedan dan u praksi medicine životnog stila Prof. dr. sc. Mladen Golubić (Osher Center for Integrative Health, University of Cincinnati)
12:20-12:35 Rasprava i aktivna pauza 5 min	
12:35-12:55	Medicina životnog stila u okviru globalnog zdravlja Prof. dr. sc. Igor Rudan (University of Edinburgh)
12:55-13:15	Education in Lifestyle Medicine Dr Fraser Quinn, PhD (European Lifestyle Medicine Council)
13:15-13:35	Životni stil hrvatskih građana - makro-perspektiva Marko Radenović (McKinsey & Company)
13:35-13:50 Rasprava	
13:50-14:30 Ručak	



Subota, 3.6.2023.

VRIJEME	TEMA / PREDAVAČ
14:30-14:45	Intensive behavioral therapy for obesity in primary care settings Dr Alicja Baska, Dip IBLM (Department of Lifestyle medicine, University of Warsaw)
14:45-15:00	Medicina životnog stila u prevenciji i liječenju kronične bubrežne bolesti Prof. dr. sc. Josipa Radić (Klinički bolnički centar Split)
15:00-15:15	Orthorexia nervosa – je li moguće „pretjerati“ sa zdravim navikama? Martina Dadić, mag. nutr., mag. cin. (Nutrisport)
15:15-15:30	Nestaju li djeca Mediterana? Dora Bučan Nenadić, mag. nutr. (Klinički bolnički centar Split)
15:30-15:45	Važnost komunikacije s pacijentom/klijentom: Zašto je važno kako razgovaramo o prehrani? dr.sc. Anđela Jelić, mag.psych. (Universita Cattolica del Sacro Cuore, Milano)
15:45-16:00 Rasprava	
16:00-17:30	Radionice: Ples s Tamarom Despot – voditeljica radionice: Tamara Despot, mag.cin (Nacionalni folklorni ansambl Lado) Art mindfulness – voditeljica radionice: Tara Beata Racz, akademska slikarica, mag.psych (Akademija likovnih umjetnosti Sveučilišta u Zagrebu) Mediteranska prehrana u praksi i za svakoga – voditeljice: Dora Bučan Nenadić, mag. nutr., Ela Kolak, mag.nutr. i Marija Selak, mag.nutr. (Klinički bolnički centar Split) Bol i vježbanje – prepreke i kako ih premostiti – voditelj radionice: Aleksandar Petković, bacc.cin. (Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu) Kako do promjene? – voditeljica radionice: Sandra Đurijanček, mag.psych. (Mentalni trening d.o.o)

17:30-17:45 Pauza za kavu ili čaj



Subota, 3.6.2023.

VRIJEME	TEMA / PREDAVAČ
17:45-18:00	Što je spavanje i zašto ga trebamo? Prof. dr. sc. Zoran Đogaš (Medicinski fakultet Sveučilišta u Splitu)
18:00-18:15	Spavanje = stil života Prof. dr. sc. Renata Pecotić (Medicinski fakultet Sveučilišta u Splitu)
18:15-18:30	Rad u smjenama, kvaliteta sna i posljedice za zdravlje Izv. prof. dr. sc. Milan Milošević (Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu)
18:30-18:45	Kako izbjeći koronasomniju? Doc. dr. sc. Ivana Pavlinac Dodig (Medicinski fakultet Sveučilišta u Splitu)
18:45-19:00 Rasprava	
20:30 Kongresna večera	

Nedjelja, 4.6.2023.

VRIJEME	TEMA / PREDAVAČ
9:00-9:15	Desetljeće zdravog starenja Prof. dr. sc. Branko Kolarić (Nastavni zavod za javno zdravstvo „Dr. Andrija Štampar“)
9:15-9:30	Specifičnosti adiktoloških pristupa u zajednici - lekcije iz “Nepušačke akademije” Igor Salopek, spec. psihijatrije (Opća bolnica Karlovac)
9:30-9:45	Mladi i alkohol Ivona Vrkić Boban, spec. pedijatrije (Klinički bolnički centar Split)
9:45-10:00	Socijalne mreže i anksioznost u mladima Tomislav Krištof (Visoko učilište Algebra)
10:00-10:15	Socijalna izolacija je neučinkovita u starenju i starosti Doc. prim. dr. sc. Spomenka Tomek-Roksandić (Libertas Međunarodno Sveučilište)
10:15-10:30 Rasprava	
10:30-10:45 Pauza za kavu	

Sekcija: Tjelesna aktivnost

Nedjelja, 4.6.2023.

VRIJEME TEMA / PREDAVAČ

10:45-11:00	Tjelesna aktivnost za sve Prof. dr. sc. Luka Milanović (Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu)
11:00-11:15	Tjelesna pismenost djece i mladih Prof. dr. sc. Damir Sekulić (Kineziološki fakultet Sveučilišta u Splitu)
11:15-11:30	Lekcije iz projekta Živjeti zdravo Dr. sc. Slaven Krtalić (Hrvatski zavod za javno zdravstvo)
11:30-11:45	Može li nas 8 sati dnevno sjedenja ubiti? Prof. dr. sc. Maja Cigrovski Berković (Klinička bolnica Dubrava)

11:45-12:00 Rasprava

12:00-13:30	<p>Radionice:</p> <p>Ples s Tamarom Despot – voditeljica radionice: Tamara Despot, mag.cin. (Nacionalni folklorni ansambl Lado)</p> <p>Mediteranska prehrana u praksi i za svakoga – voditeljice: Dora Bučan Nenadić, mag. nutr., Ela Kolak, mag.nutr. i Marija Selak, mag.nutr. (Klinički bolnički centar Split)</p> <p>Bol i vježbanje – prepreke i kako ih premostiti – voditelj radionice: Aleksandar Petković, bacc.cin. (Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu)</p> <p>Kako do promjene? – voditeljica radionice: Sandra Đurijanček, mag.psych. (Mentalni trening d.o.o)</p> <p>Kako si? - voditelj radionice: Sandro Krašić, mag. psych. (Udruga Kako si?)</p>
-------------	--

13:30-14:30 Ručak

14:30-14:45	Nestabilni plakovi i stres Prim. dr. sc. Mladen Jukić (Specijalna bolnica Agram)
14:45-15:00	Procjena blagostanja i smanjenje rizika od distresa među liječnicima opće prakse tijekom pandemije Prof. dr. sc. Milena Šantrić Miličević (Institut za socijalnu medicinu, Medicinski fakultet Sveučilišta u Beogradu)

Sekcija: Tjelesna aktivnost

Nedjelja, 4.6.2023.

VRIJEME TEMA / PREDAVAČ

15:00-15:15 Stres i mentalno zdravlje roditelja djece s teškoćama u razvoju i dijabetesom tipa 1
Doc. dr. sc. Marija Ljubičić (Sveučilište u Zadru)

15:15-15:30 Mentalno zdravlje, luksuz modernog doba
Marina Jotić Ivanović, spec. porodične medicine (Dom zdravlja Doboj)

15:30-15:45 Kako živjeti u stilu KBT-a?
Prof. dr. sc. Nataša Jokić-Begić (Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu)

15:45-16:00 Rasprava**16:00-16:15 Pauza za kavu**

16:15-16:30 Remisija dijabetesa tipa 2 u kliničkoj praksi: realnost ili znanstvena fantastika?
Dr. sc. Ivana Kraljević (Klinički bolnički centar Zagreb),
Doc. dr. sc. Anela Novak (Klinički bolnički centar Split)

16:30-16:45 LM personal journey and lessons learned
Dr. sc. Adriana Jadranka Pavletić (National Institutes of Health)

16:45-17:00 LM and tourism – collaboration opportunities and cooperation for healthier individuals
Prof. dr. sc. Steven Živko Pavletić (Georgetown University in Washington DC)

17:00-17:15 Koraci medicine životnog stila u zajednici
Tanja Ilić Begović, spec. interne medicine (Klinički bolnički centar Split, Udruga Zdravi dan)

17:15-17:30 Savjetovalište za prehranu - od osnutka do danas
Nina Penezić Blažević, mag. nutr. (Nastavni zavod za javno zdravstvo Istarske županije)

17:30-17:45 Lifestyle interventions in prevention and treatment of fatigue and chronic fatigue syndrome
Prof. dr. sc. Jelena Helene Cvejic
(Department of Pharmacy, Faculty of Medicine, University of Novi Sad)

17:45-18:00 Rasprava**18:00 Ceremonija zatvaranja**

1. HRVATSKI KONGRES MEDICINE ŽIVOTNOG STILA S MEĐUNARODNIM SUDJELOVANJEM

“ Najstariji
liječnik u
novom ruhu ”

Partneri kongresa:



kako si?



MF
Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku
MEDICINSKI FAKULTET OSIJEK



SVEUČILIŠTE U SPLITU
MEDICINSKI FAKULTET
UNIVERSITY OF SPLIT
SCHOOL OF MEDICINE

Medijski partneri:

Medix
Specializirani
medicinski
društvenik



EUROPEAN
LIFESTYLE
MEDICINE
COUNCIL



Zavod za
javno zdravstvo
Dubrovačko-neretvanske županije



ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO ZAGREB
ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO ZAGREB



Zagreb
THE CAPITAL OF CROATIA



JOURNAL



**Sve informacije dostupne
su na web adresi:**



www.crolma.net

**Tehnički organizator
konferencije:**



Certitudo Partner d.o.o

✉ partner@certitour.com

☎ 01 5802532

📍 Ivanićgradska 64,
10000 Zagreb

OIB:41358203921, MBS: 4141067

Privredna Banka Zagreb

IBAN: HR44 2340 0091 1106 2576 9, SWIFT: PBZGHR2x