



Pretilost & nekretanje

Tihe ubojice digitalnog društva



STUDIO DOGAN

Nekretanje i prekomjerna tjelesna težina u Hrvatskoj predstavljaju značajan problem koji utječe na kvalitetu našega života, naše psihičko, emocionalno i fizičko zdravlje. Zbog toga je važno odmah početi osvještavati važnost svakodnevnih navika kretanja što utječe na svaki segment našega života.

I zato – pokrenite se! Prvi je korak dolazak na tribinu namijenjenu svim generacijama, svima vama koji "nemate vremena" baviti se sobom, a inklinirate debljanju ili/i imate problem nedovoljnog kretanja, osjećate se umorno, iscrpljeno i, slijedom toga, nezadovoljno. PBS Centar sportske izvrsnosti i Kineziološko učilište Body tehnike pozivaju vas na tribinu pod nazivom "Pretilost i nekretanje – tihe ubojice digitalnog društva" koja će se održati pod visokim pokroviteljstvom predsjednice Republike Hrvatske, grada Zagreba i Nastavnog zavoda za javno zdravstvo "Dr. Andrija Štampar", a na kojoj će vam stručnjaci pružiti savjete i pomoći vam da sami osvijestite način na koji ćete život učiniti kvalitetnijim i boljim. Probudite se! Budite primjer vašem djetetu, vašoj obitelji, društvu!

Tribina će se održati 19. svibnja s početkom u 15.00 sati u dvorani "Tribina grada Zagreba", Kaptol 27. Ulaz je besplatan.

Predavači:

- **prof. dr. sc. Milivoj Jovančević**, prim., dr. med., spec. pedijatar, predsjednik nevladine udruge "Centar dječjeg zdravlja" unutar koje se provode programi primarne prevencije bolesti djece
- **mag. pharm. Mimi Vurdelja**, nutricionistica Hrvatskoga olimpijskog odbora
- **dr. med. spec. Ljiljana Škrinjarić**, psihijatar, psihoterapeut
- **mr. spec. Ana-Marija Jagodić Rukavina**, dipl. kineziolog, inovatorica Body tehnike, utemeljiteljica i voditeljica PBS Centra sportske izvrsnosti

Nakon predavanja kineziolozi i master instruktori Body tehnike Gordana Majerić i Karlo Šimanović održat će praktičnu radionicu osvještenog kretanja Body tehnikom sa savjetima za kralježnicu i pravilno držanje koje možete primijeniti na poslu i kod kuće.

Za svakoga je polaznika naš sponzor Beiersdorf d.d. osigurao poklon Nivea proizvoda.

