



4. HRVATSKI KONGRES

MEDICINE ŽIVOTNOG
STILA

“Zdrav pojedinac,
zdrava zajednica”

PRELIMINARNI
PROGRAM

Zagreb,
25. - 27. rujna 2026.

ISTAKNUTE TEME KONGRESA:

- ☞ Tjelesna aktivnost na recept
- ☞ Zdravo djetinjstvo - temelj za zdravu populaciju
- ☞ Djeca, adolescenti i mladi: zdravi životni stil u digitalnom dobu
- ☞ Reproduktivno zdravlje kroz generacije: cjeloživotna uloga zdravih životnih navika
- ☞ Zdrava zajednica: javno zdravstvo, urbanizam i medicina životnog stila
- ☞ Obitelj i zajednica: moć kolektivnih zdravih navika
- ☞ Treća dob: aktivno starenje i očuvanje funkcionalnosti

INTERDISCIPLINARNE RADIONICE ZA STRUČNJAKE:

- ☞ Radionice zdravog kuhanja, vježbanja i tehnika upravljanja stresom.
- ☞ Pokretanje promjene u zajednici: kako Vaše ideje mogu promijeniti praksu?
- ☞ "World Cafe" - zajedničko rješavanje stvarnih slučajeva - Kako primijeniti alate MŽS u svakodnevnoj praksi?

ISTAKNUTI PREDAVAČI I PANELISTI:

**akademkinja prof. dr. sc. Vida Demarin,
dr. med., spec. neuropsihijatrije**
(HAZU)

**prof. dr. sc. Sanja Musić Milanović, dr.
med., spec. epidemiologije**
(Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu; HZJZ)

**prof. dr. sc. Ivana Kolčić, dr. med., spec.
epidemiologije**
(Medicinski fakultet Sveučilišta u Splitu; HUMŽiS)

prof. dr. sc. Igor Jukić, prof. kineziologije
(Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, CIRSP)

**doc. dr. sc. Ana-Marija Liberati Pršo, dr.
med., spec. interne medicine,
subspecijalist endokrinologije i
dijabetologije**
(KB Sveti Duh, Zagreb)

Maja Žanko, mag. nutr.
(PB Sv. Ivan, Zagreb)

dr. sc. Sebastijan Orlić
(sportski nutricionist, fitness instruktor; osnivač kvaliteta-
života.hr)

Ana Soldo, mr. ph.
(Hrvatska ljekarnička komora)

**prof. dr. sc. Lovorka Bilajac, dipl. sanit.
ing.**
(Medicinski fakultet Rijeka, Sveučilište u Rijeci)

dr. sc. Slaven Krtalić, prof. kineziologije
(HZJZ)

**Petra Kejla, dr.med., spec. ginekologije i
opstetricije**
(Poliklinika Sinteza, Zagreb)

PETAK (1. DAN)

SVEČANO OTVORENJE I PLENARNA PREDAVANJA

SVEČANO OTVORENJE

PLENARNO PREDAVANJE

OKRUGLI STOL: ZDRAV POJEDINAC, ZDRAVA ZAJEDNICA

SOCIAL PRESCRIBING - BRITISH SOCIETY OF LIFESTYLE MEDICINE

SUBOTA (2. DAN)

SEKCIJA: DJECA, ADOLESCENTI I MLADI
ZDRAVE NAVIKE U DIGITALNOM DOBU

OVISNOSTI I MENTALNO ZDRAVLJE DJECE I MLADIH

KAKO IZGLEDA ZDRAV ŠKOLSKI DAN U 2026.-
ULOGA KINEZIologa I KRETANJA U ŠKOLI

OD EKRANA DO IGRALIŠTA: KAKO VRATITI
KRETANJE U SVAKODNEVICU DJECE?

**SEKCIJA: RADNO AKTIVNA I
REPRODUKTIVNA DOB**
*METABOLIZAM, HORMONI I MEDICINA ŽIVOTNOG STILA U
NAJBOLJIM GODINAMA*

REPRODUKTIVNO ZDRAVLJE MUŠKARACA I
ŽENA

ODGOVORNO PROPISIVANJE GLP-1?

KAKO SAVJETOVATI O PREHRANI I
PREPOZNATI POREMEĆAJ?

ZELENI RECEPTI I JAVNE POLITIKE: KAKO
SUSTAV PODRŽAVA ZAJEDNICU

NEDJELJA (3. DAN)

**SEKCIJA: ZDRAVO STARENJE I
DUGOVJEČNOST**
KAKO PRODUŽITI GODINE ZDRAVLJA, NE SAMO ŽIVOTA

**OSOBNO ZDRAVLJE: (NE)DJELJIVA
ODGOVORNOST**

**MENTALNA OTPORNOST, SMISAO I DRUŠTVENA
POVEZANOST U TREĆOJ DOBI**

**SAVJETOVALIŠTE ZA DEPRESKRIPTIJU: KAKO
SMANJITI POLIFARMACIJU I POVEĆATI
KVALITETU ŽIVOTA STARIJIH?**

**KAKO MEDICINA ŽIVOTNOG STILA MIJENJA
PARADIGMU STARENJA?**

**ZELENI RECEPTI I JAVNE POLITIKE: KAKO
SUSTAV PODRŽAVA ZAJEDNICU**

**SEKCIJA: SUSTAVNA RJEŠENJA ZA ZDRAVU
HRVATSKU**
OD ZDRAVE POLITIKE DO ZDRAVE ZAJEDNICE

**KAKO AKTIVNI GRADOVI I ZDRAVI KVARTOVI
STVARAJU ZDRAVLJE**

RAD S PACIJENTIMA S PRETILOŠĆU U NZJZ

**PROGRAMI MŽS U PRAKSI: OD UDRUGA
PACIJENATA DO LOKALNIH INICIJATIVA**

**KAKO LIFESTYLE MEDICINA MIJENJA
PARADIGMU STARENJA?**

**KAKO GRADIMO ZDRAVU ZAJEDNICU KROZ
PRIMARNU ZDRAVSTVENU ZAŠTITU I LOKALNE
POLITIKE?**

