



ŠKOLA NARODNOG ZDRAVLJA
„ANDRIJA ŠTAMPAR“



4. HRVATSKI KONGRES

MEDICINE ŽIVOTNOG STILA

“Zdrav pojedinac,
zdrava zajednica”

PRELIMINARNI PROGRAM

Škola narodnog zdravlja
“Andrija Štampar”
Zagreb

25. - 27. rujna 2026.

ISTAKNUTI PREDAVAČI I PANELISTI:

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

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)

prof. dr. sc. Sanja Ćurković, prof. kineziologije
(Agronomski fakultet Zagreb)

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

prof. dr. sc. Martina Lotar Rihtarić
(Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Zagreb)

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

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

Ana Soldo, mag. pharm.
(Hrvatska ljekarnička komora)

Helena Orehovački, mag. pharm.
(DZ Zagreb Centar)

prof. dr. sc. Lovorka Bilajac, dipl. sanit. ing.
(Medicinski fakultet Rijeka)

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

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

doc. dr. sc. Irena Pavela Banai, mag. psych.
(Filozofski fakultet Osijek)

prof. dr. sc. Andrea Vranić, mag. psych.
(Filozofski fakultet Zagreb)

doc. dr. sc. Vladimir Mozetič, dr. med.
(Poliklinika Primari/Poliklinika Sinteza)

doc. dr. sc. Ana Puljak, dr. med.
(NZJZ "dr. Andrija Štampar")

PETAK 25.09. (1. DAN)

REGISTRACIJA

CEREMONIJA OTVARANJA

PLENARNO PREDAVANJE:
**VIŠE OD TRENINGA: SNAGA STRUKTURIRANOG
PROGRAMA I ZAJEDNIŠTVA U MEDICINI ŽIVOTNOG STILA**
Lovorka Bilajac

“SOCIAL PRESCRIBING” - PRIMJER IZ PRAKSE
Camille Hirons (British Society of Lifestyle Medicine)

PLENARNO PREDAVANJE
Vida Demarin (Hrvatska akademija znanosti i umjetnosti)

**OKRUGLI STOL: ZDRAV POJEDINAC, ZDRAVA
ZAJEDNICA: ŠTO I KAKO MOŽEMO U PRAKSI?**

SUBOTA 26.09. (2. DAN)

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

**ZDRAVO ODRASTANJE U DIGITALNOM SVIJETU: IZAZOVI,
RIZICI I MOGUĆNOSTI PREVENCIJE**
Martina Lotar Rihtarić

**MLADI: SRETNI I NEOVISNI, ANKSIOZNO-DEPRESIVNI
POREMEĆAJI U MLADIH**
Krešimir Radić

**PANEL RASPRAVA: OBITELJ, ŠKOLA ILI SUSTAV: TKO JE
PRVA LINIJA OBRANE DJEČJEG MENTALNOG
ZDRAVLJA?**
Martina Lotar Rihtarić, Krešimir Radić, Ivana Kekin

SVAKODNEVNA TJELESNA AKTIVNOST U ŠKOLI
Slaven Krtalić

**PANEL RASPRAVA: OD EKRANA DO IGRALIŠTA: KAKO
VRATITI KRETANJE U SVAKODNEVICU DJECE?**
Slaven Krtalić, Marko Korbar

PAUZA ZA KAVU

AKTIVNE RADIONICE

SEKCIJA: ZDRAVLJE ODRASLIH U REPRODUKTIVNOJ DOBI

METABOLIZAM, HORMONI I MEDICINA ŽIVOTNOG STILA U NAJBOLJIM GODINAMA

**ZDRAVSTVENO USMJERENA TJELESNA AKTIVNOST:
ZELENI RECEPT**
Dragana Tišma

**PANEL RASPRAVA: ZELENI RECEPTI I JAVNE POLITIKE:
KAKO SUSTAV PODRŽAVA ZAJEDNICU**
Dragana Tišma, Ino Protrka, Irena Pavela Banai

"MUŠKO ZDRAVLJE" U MEDICINI ŽIVOTNOG STILA
Vladimir Mozetič

**SEKSUALNO ZDRAVLJE: OD PROBIRA DO PREVENCIJE U
GINEKOLOŠKOJ AMBULANTI**
Petra Kejla

**PANEL RASPRAVA: KAD TIJELO I PSIHA NE SURADUJU:
MULTIDISCIPLINARNI PRISTUP SEKSUALNIM TEOBAMA**
Vladimir Mozetič, Petra Kejla, Hana Radovanović

PAUZA ZA RUČAK

POSTER SEKCIJA

**WHEN IS DEPRESCRIBING MEDICATION IN PATIENTS
WITH CARDIOVASCULAR DISEASE SAFE AND FEASIBLE?**
Carlos Van Mieghem

ODGOVORNO PROPISIVANJE GLP-1 TERAPIJE
Ana-Marija Liberati Pršo

**KAKO SAVJETOVATI O PREHRANI I PREPOZNATI
POREMEĆAJ HRANJENJA?**
Maja Žanko

PANEL RASPRAVA: ŽIVOTNE NAVIKE ILI LIJEKOVI?
*Ana-Marija Liberati Pršo, Maja Žanko, Ana Soldo,
Mladen Jukić*

WORLD CAFÉ RADIONICE

SVEČANA VEČERA

NEDJELJA 27.9. (3. DAN)

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

OSOBNÁ ODGOVORNOST ZA VLASTITO ZDRAVLJE – SLOBODA ILI TERET?

Igor Jukić

INTERDISCIPLINARNI PRISTUP ZDRAVLJU: FARMACIA SPORTSKO SAVJETOVALIŠTE – MODEL PREVENCIJE I IZGRADNJE ZDRAVIH ŽIVOTNIH NAVIKA

Ljerka Jurić Karoli

PANEL RASPRAVA: KAKO EDUKACIJA I ZAJEDNICA MIJENJAJU ZDRAVSTVENE NAVIKE?

Igor Jukić, Ljerka Jurić Karoli, Ana Puljak

OFFLINE, ONLINE, ALI POVEZAN: KAKO ODNOSI I TEHNOLOGIJA MIJENJAJU STARENJE

Andrea Vranić

ISKUSTVA FARMAKOTERAPIJSKOG SAVJETOVALIŠTA: DEPRESKRIPCIJA I OPTIMIZACIJA TERAPIJE

Helena Orehovački

PANEL RASPRAVA: KAKO MEDICINA ŽIVOTNOG STILA MIJENJA PARADIGMU STARENJA?

*Andrea Vranić, Helena Orehovački, Sebastijan Orlić,
Jelena Čvrljak*

PAUZA ZA KAVU

AKTIVNE RADIONICE

SEKCIJA: SUSTAVNA RJEŠENJA ZA ZDRAVU HRVATSKU OD PILOT PROJEKATA DO SUSTAVNIH RJEŠENJA ZA ZDRAVU ZAJEDNICU

ŠTO MOŽEMO NAUČITI OD ZDRAVIH GRADOVA?

Predavač/i će biti naknadno objavljeni

HOLISTIČKI PRISTUP PREVENCIJI I LIJEČENJU DEBLJINE UNUTAR DRUŠTVENIH I ŽIVOTNIH OKRUŽENJA - PRIMJERI DOBRE PRAKSE NZJZ „DR. ANDRIJA ŠTAMPAR“

Ana Puljak

ZDRAVIJE AKADEMSKO DRUŠTVO: SVEUČILIŠTE KAO POKRETAČ KULTURE ZDRAVLJA I MEDICINE ŽIVOTNOG STILA

Sanja Ćurković

PANEL RASPRAVA: PROGRAMI MEDICINE ŽIVOTNOG STILA U PRAKSI: OD UDRUGA PACIJENATA DO LOKALNIH INICIJATIVA

Sanja Ćurković, Ana Puljak, Dražen Gorjanski, Udruga SVE za NJU, Udruga Zdravi dan

ZATVARANJE KONGRESA

WORLD CAFÉ RADIONICE:

Hashimotov tireoiditis – prehrana, stres i autoimunost u praksi

Endometrioza – kako pristupiti simptomima kroz stil života

Dijabetes tipa 2 – što zaista djeluje u kontroli bolesti

Anksioznost i depresija – gdje početi i kako voditi pacijenta

Kardiovaskularne bolesti – prevencija i terapija kroz svakodnevne navike

AKTIVNE RADIONICE:

Vježbanje kao lijek

Lifestyle tanjur

Motivacijski intervju uživo - kako pokrenuti promjenu?

Pokretom do mirnog uma

Dnevna doza pokreta - trening za svaki dan

KRENI: Farmacia sportsko savjetovanje – analiza sastava tijela i funkcionalni testovi

Kulinarska medicina u praksi by Philips

Unutarnji svijet stresa: kako mindfulness dovodi do poboljšanja?