



# 4. HRVATSKI KONGRES

MEDICINE ŽIVOTNOG STILA

“Zdrav pojedinac,  
zdrava zajednica”

PRELIMINARNI PROGRAM

Škola narodnog zdravlja  
“Andrija Štampar”  
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 MEDICINA ŽIVOTNOG STILA MIJENJA  
PARADIGMU STARENJA?**

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

