

## Živi život!

Tople boje jeseni, uljepšane prekrasnim mladenačkim osmijehom vizualno nas uvode u novu, devetu kampanju

Živi život!

Tematske odrednice i ovoga puta ukazuju na aktualne probleme (alkoholizam, ovisnosti), ali nude alternative te pozivaju na aktivnost, kretanje, umjetničko izražavanje.

Radionica izrade grafita, Šarena vojska zdravlja, otvoreni razgovor o ovisnosti, savjetovanje za roditelje, interaktivne radionice, plakati, razglednice, radio spotovi i emisije samo su neki od programa kojima ćemo našim mladim sugrađanima pokušati svakodnevni život učiniti zanimljivijim.

Stoga u podnaslov i ove kampanje ističemo:

Živi život! - aktivnije i kreativnije.

Kampanju će karakterizirati i obilježavanje nekoliko prigodnih datuma, od kojih svakako valja istaknuti Međunarodni dan tolerancije. Tom prigodom organizirat ćemo i poseban događaj, nazvan po popularnoj igri Čovječe ne ljuti se!

Pridružite nam se!

## Pokrovitelji

Ministarstvo obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti RH

Ministarstvo zdravstva i socijalne skrbi RH

Ministarstvo znanosti, obrazovanja i športa RH

Povjerenstvo za suzbijanje zlouporabe droga  
Sisačko - moslavačke županije

Grad Sisak

## Medijski pokrovitelji

Radio Quirinus 91,7 i 97,6 MHz

Radio Sisak 89,4 MHz

Radio Moslavina 101,4 MHz

Radio Novska 88,3 MHz

Petrinjski radio 106,9 MHz

Radio Banovina 99,1 MHz

Radio Lekenik 88,6 i 91,1 MHz

EuroArt 93

Supravisio

  
Nositelj programa

Novi svijet  
udruga za djecu i mlade Sisak  
[www.novi-svijet.hr](http://www.novi-svijet.hr)

Ovitak  
model: Nikolina Nikolozo  
styling: Ivana Cesarec  
foto: Domagoj Kovačić  
design: Ana Klobučar

# ŽIVI ŽIVOT!

Multimedijska kampanja  
za zdraviji život



jesen  
2009.



## Program aktivnosti

- listopad, utorkom i nedjeljom / 20.00 sati / Predvorje gledališta ŠRC Sisak / ŽIVI ŽIVOT kreativnije! / radionica izrade grafita / voditelj: Damir Meded
- subota, 3. 10. / 8.00 sati / ŽIVI ŽIVOT aktivnije! - Izlet u prirodu
- utorak, 20. 10. / 10.30 sati / Predvorje gledališta ŠRC Sisak / KONFERENCIJA ZA NOVINARE / prezentacija projekta, najava aktivnosti i predstavljanje grafita Živi život!
- srijeda, 21. 10. / 15.50 sati / 1. OŠ Petrinja / ŽIVI ŽIVOT zdravije! / Posljedice konzumiranja alkohola - interaktivna radionica / Svjetlana Ančić - Birač, dr. med.
- subota, 24. 10. / 11.00 sati / ulice grada Kutine / ŠARENJA VOJSKA ZDRAVLJA - mala glumačka intervencija
- ponedjeljak, 26. 10. / 13.00 sati / Udruga Moji anđeli, Budaševo / ŽIVI ŽIVOT aktivnije! - Igrom do zdravlja, akcija animiranja djece predškolskog uzrasta
- srijeda, 28. 10. / 15.45 sati / OŠ Viktorovac, Sisak / ŽIVI ŽIVOT zdravije! / Posljedice konzumiranja alkohola - interaktivna radionica / Svjetlana Ančić - Birač, dr. med.
- ponedjeljak, 2. 11. / 8.45 sati / OŠ Komarevo / ŽIVI ŽIVOT kreativnije! / Origami - interaktivna radionica / Vanja Komljenović i Ivana Ceserec
- utorak, 3. 11. / 8.00 sati / OŠ Mladost, Lekenik / ŽIVI ŽIVOT aktivnije! / Kretanjem do zdravlja - interaktivna radionica / Ivica Čudina, prof.
- srijeda, 4. 11. / 12.30 sati / OŠ Stjepana Kefelje, Kutina / ŽIVI ŽIVOT aktivnije! / Kretanjem do zdravlja - interaktivna radionica / Ivica Čudina, prof.
- četvrtak, 5. 11. / 8.00 sati / OŠ Ivo Kozarčanin, Hrvatska Dubica / ŽIVI ŽIVOT kreativnije! / Origami - interaktivna radionica / Vanja Komljenović i Ivana Ceserec

- ponedjeljak, 16. 11. / 10.00 sati / OŠ 22. lipnja, Sisak / MEĐUNARODNI DAN TOLERANCIJE: Čovječje ne ljuti se! - uživo / prigodan program
- srijeda, 18. 11. / 13.10 sati / OŠ Davorina Trstenjaka, Hrvatska Kostajnica / MJESEC BORBE PROTIV OVISNOSTI / Otvoreni razgovori na temu: Opasnosti ovisnosti / gost: Dubravko Klarić, predstavnik Ureda za suzbijanje zlouporabe opojnih droga Vlade RH
- petak, 20. 11. / 18.00 sati / OŠ Braća Ribar, Sisak / MJESEC BORBE PROTIV OVISNOSTI / Savjetovanje roditelja na temu: Kako prepoznati simptome ovisnosti? - program u suradnji s Obiteljskim centrom i Policijskom upravom Sisacko - moslavačke županije
- utorak, 1. 12. / 11.00 sati / DAN CRVENE VRPCE - Svjetski dan borbe protiv AIDS-a / Predvorje gledališta ŠRC Sisak / PREZENTACIJA REZULTATA KAMPANJE

*Interaktivne radionice navedene u programu sastavni su dio projektne cjeline ŽIVI ŽIVOT! u svakoj školi.*

*Kompletan program za sve je korisnike i posjetitelje besplatan.*

## Programsko vijeće

Svjetlana Ančić - Birač, dr. med. spec. epidemiologije  
Ivica Čudina, prof. kineziologije  
Gabrijela Kramarić, prof. pedagogije  
Ivana Cesarec, stručni prvostupnik predškolskog odgoja  
Vanja Komljenović, dipl. učiteljica  
Lidija Tomljenović Kovačić, dipl. novinarka

## Jeste li znali?

- Resorpcija alkohola u organizmu vrlo je brza, ali za razliku od nje, za razgradnju treba puno više vremena. Tako npr. da bi uklonila alkohol iz krvi unesen samo jednom čašom piva jetri treba najmanje sat vremena.  
Bolje je trijezan gledati stvaran, nego pijan uljepšani, ali potpuno nestvaran svijet.  
Ostani trijezan. Živi život!
- Više od 50% vožnji automobilom u Europi obuhvaća rute kraće od 5 km, što je udaljenost koju je moguće prijeći biciklom za 15 do 20 ili šetnjom za 30 do 50 minuta.  
Bila to šetnja, plivanje ili trčanje, odaberi aktivnost koja te najviše motivira i raduje.  
Budi aktivniji. Živi život!
- Istraživanja pokazuju da svi ljudi imaju kreativne sposobnosti. Kreativnost je osnova mentalnog zdravlja, a psihički problemi javljaju se u situacijama kada je osoba uhvaćena u nefunkcionalni obrazac ponašanja i ne može ga promijeniti.  
Do kreativnih ideja ne dolazi se napornim mentalnim radom, već je za to potrebno osloboditi duh i pustiti da one same dolaze.  
Budi kreativniji. Živi život!