

Živi život!

Zahvaljujući prethodnim uspjesima prvi put kampanju

Živi život! provodimo i u predblagdanskom ugođaju.

Prepoznatljivi vizualni identitet tako je ovoga puta dobio zimski štih, a sve aktivnosti provodimo pod geslom:

Živi život! – aktivnije i kreativnije.

Interaktivne radionice, edukativni radio spotovi, obilježavanje prigodnih datuma i Mjeseca borbe protiv ovisnosti, info štandovi, nagradne igre, slanje prigodnih čestitki, male glumačke intervencije i veliki završni *Ledeni show* sastavni su dijelovi ove, sedme kampanje.

Stoga vas pozivamo da i u ove hladne dane stavite šal, izadete van i provedete zimu aktivnije i kreativnije!

Pokrovitelji

Ministarstvo obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti RH

Ministarstvo znanosti, obrazovanja i športa RH

Povjerenstvo za suzbijanje zlouporabe droga SM županije

Grad Sisak

Medijski pokrovitelji

Radio Quirinus 91,7 MHz 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 MHz i 91,1 MHz

EuroArt 93

Supravisio

Nositelj programa

Novi svijet
udruga za djecu i mlade Sisak
www.novi-svijet.hr

Ovitak

model: Neda Krapljan
styling: Ivana Cesarec
foto: Domagoj Kovačić
design: Ana Klobučar

ŽIVI ŽIVOT!

Multimedijska kampanja
za zdraviji život



zima
2008.

Program aktivnosti

- ponedjeljak, 17. 11. / 10.30 sati / Predvorje gledališta ŠRC Sisak / Svjetski dan nepušača: **KONFERENCIJA ZA MEDIJE** – prezentacija projekta **ŽIVI ŽIVOT aktivnije i kreativnije!**
- četvrtak, 20. 11. / 15.30 sati / Predvorje ŠRC Sisak / Svjetski dan djeteta: **ŽIVI ŽIVOT U BUKAMA** – prigodan program
- subota, 22. 11. / 11.00 sati / ulice grada Siska / **ŠARENA VOJSKA ZDRAVLJA** – glumačka intervencija
- četvrtak, 27. 11. / 12.15 sati / OŠ Mate Lovraka, Petrinja / **ŽIVI ŽIVOT kreativnije!** – Origami, interaktivna radionica / Vanja Komljenović, dipl. učiteljica
- petak, 28. 11. / 8.45 sati / OŠ Novska / **ŽIVI ŽIVOT kreativnije!** – Origami, interaktivna radionica / Vanja Komljenović, dipl. učiteljica
- ponedjeljak, 1. 12. / 9.00 sati / Gradska tržnica Sisak / Svjetski dan borbe protiv AIDS-a: **DAN CRVENE VRPCE** – info štand
- srijeda, 3. 12. / 15.55 sati / OŠ Davorina Trstenjaka, Hrvatska Kostajnica / **ŽIVI ŽIVOT zdravije!** – Pravilna prehrana, interaktivna radionica / Svjetlana Ančić – Birač, dr. med.
- četvrtak, 4. 12. / 15.30 sati / OŠ 22. lipnja, Sisak / **ŽIVI ŽIVOT zdravije!** – Pravilna prehrana, interaktivna radionica / Svjetlana Ančić – Birač, dr. med.
- srijeda, 10. 12. / 10.50 sati / OŠ Galdovo / **ŽIVI ŽIVOT aktivnije!** – Rekreacija, interaktivna radionica / Ivica Čudina, prof.
- četvrtak, 11. 12. / 8.00 sati / OŠ Sela / **ŽIVI ŽIVOT aktivnije!** – Rekreacija, interaktivna radionica / Ivica Čudina, prof.
- subota, 13. 12. / 16.00 sati / Mjesec borbe protiv ovisnosti: **Posjet Zajednici liječenih ovisnika Cenacolo, Šišinec**

- ponedjeljak, 15. 12. / 16.00 sati / Sisak / **BOŽIĆ U SRCU GRADA** – info štand zdravlja i nagradne igre
- nedjelja, 21. 12. / 16.00 sati / Klizalište Zibel, Sisak / **LEDENI SHOW** – animacijsko zabavni program u suradnji sa Športsko – rekreativnim centrom Sisak
- ponedjeljak, 29. 12. / 9.00 sati / **ŽIVI ŽIVOT aktivnije!** – Izlet u prirodu
- utorak, 13. 1. 2009. / 11.00 sati / Predvorje gledališta ŠRC Sisak / **PRESENTACIJA 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
Azra Rađenović, prof. pedagogije
Ivica Čudina, prof. kineziologije
Ivana Cesarec, studentica predškolskog odgoja
Vanja Komljenović, dipl. učiteljica
Lidija Tomljenović Kovačić, dipl. novinarka

Jeste li znali?

- Istraživanja pokazuju da blagdanska depresija pogađa trećinu stanovništva. Ona se najčešće javlja kod samaca, starijih osoba, ljudi slabijeg imovinskog stanja i kroničnih bolesnika. Uzroci blagdanske depresije su i financijske teškoće nastale zbog pretjerane predblagdanske potrošnje.

Želite li u novoj godini donijeti jednu dobru odluku?

Poklonite svoju pažnju i vrijeme voljenim osobama. Pomozite onima kojima je pomoć najviše potrebna. Prijateljstvo, humanost i ljubav ne mogu se iskazati u novcu!

- Prosječni pušač koji popuši kutiju cigareta dnevno godišnje potroši 7 000 kuna na svoju ovisnost. Od toga 1 400 kuna ide u državni proračun. Za deset godina to je 14 000 kuna, što je samo četvrtina cijene jedne doze lijeka koji se koristi pri liječenju karcinoma pluća.

Želite li u novoj godini donijeti jednu dobru odluku?

Odlučite se za kvalitetniji, duži i ispunjeniji život!

- Neredovito konzumiranje obroka dovodi do oscilacije šećera u krvi, težeg kontroliranja tjelesne mase, osjećaja umora i nevoljkosti. Stoga u vrijeme blagdana masnu i slatku hranu zamijenite balansiranom prehranom obogaćenom voćem i povrćem. Sport i tjelesnu aktivnost stavite ispred izležavanja i dosađivanja, a umjesto dugih sati pred televizorom odaberite druženje s prijateljima.

Želite li u novoj godini donijeti jednu dobru odluku?

Preuzmite odgovornost za zdravlje svoga tijela i duha!

Živi život aktivnije i kreativnije!