



POZIVAMO VAS NA

okrugli stol

Studij, sport i mentalno zdravlje: granice izdržljivosti i sagorijevanja

Subota, 20. svibnja 2023.

Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu

Stalna težnja za uspjehom i postizanjem boljih rezultata u visoko kompetitivnom okruženju dovodi do preranog sagorijevanja sa brojnim posljedicama. Visoka motiviranost za postizanjem uspjeha, bilo u studiju, bilo u sportu, ili oboje, povezana je s testiranjem vlastitih granica izdržljivosti. Prepoznati vlastite granice prije simptoma gubljenja snage, iscrpljenosti ili kolapsa ključno je za prevenciju sagorijevanja, ali i održavanja mentalnog zdravlja i zadovoljstva vlastitim postignućima.

Stoga Vas pozivamo na prvu studentsku konferenciju koja će pokušati odgovoriti na sljedeća pitanja:

- Koji su mehanizmi nošenja s izazovima današnjeg visoko kompetitivnog okruženja?
- Kako zadržati visoku motiviranost?
- Dokle testirati vlastite granice?
- Kako prepoznati granice vlastite izdržljivosti prije nego dođe do sagorijevanja?

U interaktivnom okruglom stolu s renomiranim stručnjacima pokušat će se dati odgovori na ova važna pitanja.

Radujemo se Vašem dolasku! Potvrde na: viktor.bobanvb@gmail.com

Uz potporu:


Sveučilište u Zagrebu
Studentski centar u Zagrebu

PROGRAM

Subota, 20. svibnja 2023.	
15:00-15:30	Registracija sudionika
15:30	<u>Uvod i pozdravne riječi:</u> prof. dr. sc. Mario Baić, dekan Kineziološkog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu (očekujemo potvrdu) Karlo Kolesar, predsjednik Hrvatske akademske zajednice <u>Moderator:</u> Viktor Boban, voditelj projekta, student KIF-a
15:30-15:45	<u>KEYNOTE SPEECH</u> Josip Pavić, državni tajnik, Ministarstvo turizma i sporta Republike Hrvatske
15:45 – 17:15	Studij, sport i mentalno zdravlje: granice izdržljivosti i sagorijevanja dr. sc. Pero Kuterovac, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu doc. dr. sc. Dajana Zoretić, prodekanica, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu prof. dr. sc. Mislav Ante Omazić, Ekonomski fakultet Sveučilišta u Zagrebu Bartul Zemunik, student politologije i atletičar
17:15 - 17:30	<i>Stanka za kavu</i>
17:30 – 19:00	RADIONICA “Mehanizmi prepoznavanja stresora, prevenciji te održavanju ravnoteže između testiranja granica izdržljivosti i sagorijevanja” - dr. sc. Pero Kuterovac, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu

PDF Converter

Only two pages were converted.

Please **Sign Up** to convert the full document.

www.freepdfconvert.com/membership