

Program 12. Obiteljskog kampa

Četvrtak, 2. listopada 2025.

- **predviđen dolazak sudionika** u Crvenu Luku **oko 12:30 sati** – prijava i registracija sudionika te smještaj u sobe (pri registraciji obiteljima će biti podijeljene kratke brošure Kampa te predviđeni program, na kojima će na poleđini biti otisnuti logotipi partnera projekta).

Svaki dan Kampa obiteljima će biti dostupno po rasporedu:

- individualno psihološko savjetovanje s dr. sc. Marinom Grubić, prof. psih.
- individualno psihološko savjetovanje s Ivonom Poljak, univ. spec. clin. psych.
- individualno nutricionističko savjetovanje s Leom Šulc, univ. mag. nutr.
- individualno farmakološko savjetovanje - Gorana Hlastec, mag. pharm.
- individualno savjetovanje na temu prava – majke pravnice

12:45 sati – 13:00 sati

„KOKTEL DOBRODOŠLICE“

Predstavljanje partnera projekta te uvodna zahvala partnerima projekta te svim sudionicima

13:00 sati – 14:00 sati RUČAK

15:00 sati – 16:00 sati Predstavljanje obitelji

Nutricionizam

16:00 sati – 17:00 sati

PREDAVANJE za roditelje „Kako prehrana može olakšati upravljanje dijabetesom?“

Lea Šulc, univ. mag. nutr. / prim.mr.sc. Manja Prašek, dr. med.

17:00 sati – 18:00 sati

RADIONICA „Ugljikohidrati pod kontrolom: Preračunaj, prilagodi i upravlja“

prim.mr.sc. Manja Prašek, dr. med.

16:00 sati – 17:30 sati

RADIONICA međusobnog upoznavanja djece i tinejdžera

Ivona Poljak, univ. spec. clin. psych.

17:30 sati – 19:00 sati

RADIONICA za djecu i tinejdžere „Zagrizi, ali s mjerom: Ugljikohidrati i ti“

18:00 sati – 19:00 sati PREDAVANJE o suplementaciji i mikronutrijentima

- prim.mr.sc. Manja Prašek, dr. med. / Gorana Hlastec, mag. pharm. / MediLigo

19:00 sati – 20:00 sati VEČERA

Petak, 3. listopad 2025.

7:30 sati – 9:30 sati DORUČAK

10:00 sati – 12:30 sati SPORTSKA OLIMPIJADA – za roditelje i djecu svih uzrasta

13:00 sati – 14:00 sati RUČAK

Tjelesna aktivnost

15:00 sati – 16:00 sati

PREDAVANJE za roditelje i djecu svih uzrasta „**Tjelesna aktivnost za djecu i tinejdžere s dijabetesom**“

Mladen Kužnik, mag. cin.

16:00 sati – 18:00 sati NATJECATELJSKE IGRE „SURVIVOR“ – za roditelje i djecu svih uzrasta
- treneri i instruktori Škole preživljavanja u prirodi „AGRAM“

19:00 sati – 20:00 sati VEČERA

20:00 sati – 22:00 sata EDUKATIVNI KVIZ za roditelje i djecu

Subota, 4. listopad 2025.

7:30 sati – 9:30 sati DORUČAK

10:00 sati – 11:00 sati TJELOVJEŽBA – provedba aerobnih aktivnosti

Psihologija

11:30 sati – 12:30 sati

PREDAVANJE za roditelje „Kako postaviti zdrave granice u skrbi za dijete s dijabetesom?“

dr. sc. Marina Grubić, prof. psih., KBC Zagreb

11:30 sati – 12:30 sati

RADIONICA za djecu i tinejdžere „Dijabetes ne pita ali ja odlučujem“

Ivona Poljak, univ. spec. clin. psych., KBC Zagreb

12:30 sati – 13:00 sati međusobna razmjena iskustava roditelja na temu psihologije

- moderatori roditelji s iskustvom

13:00 sati – 14:00 sati RUČAK

Tehnologija

15:00 sati – 16:00 sati

PREDAVANJE „Tehnologija kao partner: Kako postići ciljeve u liječenju dijabetesa tip 1?“

doc. dr. sc. Nevena Krnić, dr. med. spec. pedijatar, KBC Zagreb

15:00 sati – 18:30 sati KREATIVNA RADIONICA „Vještine preživljavanja u prirodi“

za djecu od 8 godina i tinejdžere

- treneri i instruktori Škole preživljavanja u prirodi „AGRAM“

16:00 sati – 17:00 sati PREDSTAVLJANJE tehnoloških proizvoda za dijabetes

17:00 sati – 18:30 sati međusobna razmjena iskustava roditelja na temu tehnologije

- moderatori roditelji s iskustvom

19:00 sati – 20:00 sati VEČERA

Nedjelja, 5. listopada 2025.

7:30 sati – 9:30 sati DORUČAK

10:00 sati – 11:00 sati TJELOVJEŽBA – provedba vježba snage

Prava

11:00 – 13:00 sati

PREDAVANJE „Prava i obveze”

- moderatori roditelji s iskustvom

11:00 sati – 12:00 sati KREATIVNA RADIONICA za djecu i tinejdžere

„Dijabetes u kadru – ja biram sliku svog dana”

- moderatori mlade osobe s dijabetesom tip 1

12:00 – 13:00 sati KREATIVNA RADIONICA za djecu i tinejdžere

„Tko kaže da ne možemo sve?”

- moderatori mlade osobe s dijabetesom tip 1

12:00 sati – 13:00 sati međusobna razmjena iskustava roditelja na temu prava

- moderatori roditelji s iskustvom

13:00 sati – 14:00 sati RUČAK

14:15 sati – 14:30 sati

Zahvala na sudjelovanju svim sudionicima, predavačima i partnerima projekta

Odlazak